

河川・大気中

の有害化学物質の調査

区内計8地点での結果を報告

区は、平成25年度のダイオキシン類とベンゼンの調査を行いました。

水質および底質のダイオキシン類

河川の水質および底質（ヘドロ）中の濃度を5地点で調査しました。その結果、水質の平均値は0.19pgTEQ/Lで、

5地点すべてが環境基準値の1以下でした。底質の平均値は85pgTEQ/gでしたが、海砂橋で170となり、環境基準値の150を超過しました。区は今後も調査を継続して状況の把握に努めます。

（注）TEQ：さまざまな種類のダイオキシン類を最も毒性の高いダイオキシンに換算したこ

とを示すpg/g：底質1グラム中に1兆分の1グラム含まれていることを示す

大気中ベンゼン

自動車交通量の多い京葉道路、晴海通り、三ツ目通りの3地点の沿道とその後背地で年2回調査しました。その結果、平均値は沿道で1.3μg/m³、後背地で1.1となり、車道に近い沿道の方がわずかに高い濃度となりましたが、すべて環境基準値の3以下でした。また、夏よ

り冬の方が濃度は高くなる傾向を示しました。（注）μg/m³：大気1立方メートル中に100万分の1グラム含まれていることを示す

近年の状況

ダイオキシン類濃度は近年横ばいの状況が続いています。ベンゼン濃度は自動車排ガス規制等の効果により、測定を開始した平成11年度の約3割まで減少しています。

環境保全課調査係

☎(3647)6148

江東シネマプラザ

映画「午後の遺言状」音声ガイド付き上映会

3/22(土)

音声ガイド付きで新藤兼人監督の「午後の遺言状」（1995年）を上映します。映画音声ガイドとは、目の不自由な人の映画鑑賞を音声によって手助けするもので、映画の登場人物の動作や場面状況を、もともとのセリフや想像の邪魔にならないように配慮しながらシナリオ化し、上映時に小型FMラジオを通してナレーションを流します。

修室（古石場2-13-2）
全席自由500円（付き添いの方も同額）※音声ガイドご利用の方はお申し出ください
監督 新藤兼人「出演」杉村春子、乙羽信子、朝霧鏡子ほか
古石場文化センター
☎(5620)0224



▲「午後の遺言状」©近代映画協会

ティアラこうとう。ジュニアバレエ団

小4～高校生による華麗なバレエコンサート 5/6(火・祝)

ティアラこうとうが主催するジュニアバレエ教室の小学4年生～高校生による公演です。第1部は幕開けを飾る華麗なる「プリアント・プロローグ」。第2部は童話の世界を描いた「白雪姫」。第3部はバレエの名作「ドン・キホーテ」より抜粋をお届けします。

時 5月6日(火・祝) 午後3時開演※音楽は録音を使用
ティアラこうとう大ホール（住吉2-28-36）
4歳以上の方（申込順）
全席指定2,000円
未就学児（有料・要申込）※詳細は問合せください
ティアラこうとうチケットサービス ☎(5624)3333

春から始まる新規講座

受講生募集

各文化センター等7館で募集中

区内各文化センターと総合区民センターでは、この春から始まる新規講座の受講生を募集中です。絵画、散策、語学などのほか、親子で参加できる講座など多彩なジャンルの129講座を開講予定です。

なお、砂町文化センターは現在、改修工事に伴い休館中のため募集はありません。募集内容は、新聞折込等でお届けしている「カルチャーナビKOTO3月号」（3月9日発行）でご案内しています。区内公共施設や駅（JRを除く）でも入手できます。

春の自然を楽しもう

もうすぐ新年度のスタートです。新年度の始めに、えこっくる江東で春を感じる講座に参加して環境を考えるきっかけにしてみませんか 時 内 下表のとおり 場 えこっくる江東（潮見1-29-7） 申 3/15(土)9:00から電話でえこっくる江東 ☎3644-7130



講座名	日程	内容	費用	持ち物	対象
もっと知りたい白髪染め「植物100%ヘナ」	4/6(日) 13:30～15:40	ヘナは植物由来の白髪染めです。髪質が蘇る魅力と効能を学びます。	300円	筆記用具	16歳以上15人(申込順)
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	4/13(日) 9:30～12:00 4/27(日) 9:30～12:00	自然案内人と一緒に親子で身近な自然を探検しながら、自然観察をします 講師 佐々木洋(プロ・ナチュラリスト)	無料	飲物、筆記用具、ぼうし、雨具等	小学生と保護者各回とも20組40人(申込順)
親子一緒に始める自然遊び～2歳児クラス～	4/17(木) 10:30～12:30	ピオトープ等で生き物を探したり、五感を使った遊びを通して自然と触れあいます 講師 西直人(リードクライム倶)	300円	弁当、飲み物、おやつ、おむつ、着替え他	2歳児1人と保護者12組(申込順、保護者2人まで)
川の水質を調べてみよう	4/19(土) 13:30～15:30	水の汚れてどんなふうにして調べるのかな? 近くの運河の水で水質検査をしてみよう!	無料	水筒、帽子、手ふきタオル	小学生12人(申込順、小学3年生以下は保護者同伴、幼児同伴可)
春の公園で自然とふれあおう	4/20(日) 9:30～12:00	仙台堀川公園で自然観察をします。春を探しにいきましょう 講師 江東区役所母子像前	無料	筆記用具※長そで・長ズボン・履きなれた靴で参加	どなたでも30人(申込順、小学3年生以下は保護者同伴)
海のトリビア教室「お魚キャンドルグラスづくり」	4/27(日) 13:30～15:30	海の不思議を楽しく学びながら魚の形のキャンドルグラスを作ります。	500円	筆記用具、持ち帰り袋	小学生と保護者15組30人(申込順)
よく走るソーラーカー工作	4/27(日) 13:30～15:30	太陽電池を使ったソーラーカーを組み立てて走らせてみよう。	1,500円	なし	小学3年生以上20人(申込順)

特に記載のない講座は、対象者以外の方(乳幼児等)の入室(参加)はできません。

えこっくる江東

環境学習プログラム

4月

小さな田んぼでお米作り体験

えこっくる江東の小さな田んぼ(約20m)でお米作りを体験し、稲の成長や田んぼにいる生きものを観察します。

時 内 下表のとおり各回午前10時～正午(全9回) 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) 入 全回参加できる小学生親子15組30人(申込順) 費 無料 持ち物 汚れても良い服、長靴、タオル、帽子、筆記用具等(各回

日程	内容
4/20(日)	開校式・田おこし
5/11(日)	代掻き
5/25(日)	田植え
7/13(日)	田んぼ観察会
8/24(日)	案山子作り
9/7(日)	写生大会・防鳥網取り付け
10/5(日)	稲刈り
10/26(日)	脱穀・粃摺り
11/9(日)	収穫祭・閉校式

募集の締切は3月26日(水)必着分までです。 各文化センター等へ

講座・催しもの つづき

初心者テニス教室

時 4/5～26の土曜(全4回・予備日5/3) 13:00～14:30または14:30～16:00※1レッスン90分の二部制 場 豊住庭球場(東陽6-1-13) 入 区内在住・在勤の中学生以上で全日参加できる初心者の方64人(抽選) 費 2,500円[持ち物]テニスシューズ・ラケット・飲み物・タオルなど※ラケット貸与可 師 江東区テニス連盟 編 3/25(火)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤テニス歴⑥レンタルラケットの要不要⑦区内在勤の方は勤務先を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ☎3522-0846

健康センタートレーニングルーム利用会員募集(4月期)

健康づくりにトレーニングルームをご活用ください。利用前に健康度測定を実施します 時 4/4(金)・12(土)・18(金)・26(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 1日12人(申込順) 費 7,000円(3か月以内の血液検査結果をお持ちの方は5,000円) 内 血圧測定、血液検査(14項目)、安静時および運動負荷心電図検査、問診、骨密度測定、運動カウンセリング 申 3/15(土)9:00から健康センターに電話または窓口で☎3647-5402

フリークライミング安全講習会

安全にクライミングを楽しむための講習会です。講習を修了すると、個人で利用できるフリークライミング一般公開に参加できます 時 4/8(火)・23(水)、5/13(火)・28(水)※いずれか1日19:00～20:30 場 深川スポーツセンター 入 中学生を除く15歳以上の方、各回6人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 3,000円 編 3/25(火)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①クライミング安全講習会②希望日(第4希望まで記入)③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧区内在勤・在学の方は勤務先(学校)⑨返信はがき表面に申込みされる方の住所・氏名を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ☎3820-5881



点字講習会(初級)

時 [Aコース]4/8～6/3(4/29、5/6を除く火曜全7回) 10:00～12:00[Bコース]4/12～5/31(5/3を除く土曜全7回) 10:00～12:00 場 江東ボランティア・センター活動室(東陽6-2-17)ほか 入 区内在住または在勤の方各コース25人(申込順) 費 6,000円程度(点字盤・テキスト代など実費分) 内 点字・点訳の基礎[共催]点訳ソレイユ 編 3/31(月)※定員になりしだい終了 申 3/15(土)から電話で江東ボランティア・センター☎3645-4087

保健

呼吸体操教室(3月)

慢性呼吸器疾患の患者さんにとって、日常の中での呼吸法は大切です。3月は、うたや音楽をとおして息苦しさを和らげる呼吸法を学びます 時 3/27(木)14:00～16:00(受付13:30～) 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 区内在住で、気管支ぜん息・肺気しゅ・慢性気管支炎と診断されている成人の方50人(先着順) 費 無料 内 音楽療法と呼吸法 師 三宅聖子(ミュージックasパレット代表理事) 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課公保保健係☎3647-9564

生活習慣病予防健診(4月分)

時 場 下表のとおり 入 健診日現在15歳以上39歳以下の区民の方各会場25人(抽選)※最近1年以内に受診された方はご遠慮ください 費 無料 内 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 編 3/20(木)必着 申 はがきに①健診名②住所・郵便番号③氏名(ふりがな)④年齢⑤生年月日⑥性別⑦電話番号を記入し、希望する保健相談所へ(重複申し込み不可)※電子申請もできます 申 <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/> 問 各保健相談所管理係

健診会場	検査日時	結果日時
城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	4/8(火) 9:00～	4/25(金) 13:30～
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	4/2(水) 13:10～	4/15(火) 13:20～
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	4/4(金) 13:10～	4/18(金) 13:30～

城東南部保健相談所は5月に実施予定

区公署

国民年金保険料の後納制度

国民年金保険料の納め忘れは、2年を超えると納めることができませんが、平成24年10/1～平成27年9/30(水)までの3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納められる後納制度を実施しています。将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができます。事前申し込みが必要ですので、詳細はお問い合わせください 問 国民年金保険料専用ダイヤル☎0570-011-050、江東年金事務所☎3683-1231

親子で学ぶ防犯教室

こどもを犯罪被害から守る「いかのおすし」のDVD上映や危機察知能力クイズなど、親子で学ぶ防犯教室を開催します。当日はピーポくんも参加予定です 時 3/22(土)15:00～15:45 場 東京都水の科学館(有明3-1-8) 入 おおむね幼児～小学4年生の親子40組(先着順※当日整理券配布) 費 無料 問 東京湾岸警察署防犯係(青海2-7-1)☎3570-0110

若洲ゴルフリンクスジュニア体験レッスン

時 3～4月の毎週月・水・木・金曜のうち希望日(全6回)※曜日により希望に沿えない場合等あり 場 若洲ゴルフリンクス(若洲3-1-2) 入 小・中学生若干名(申込順) 費 無料 師 日本プロゴルフ協会所属プロ 申 3/15(土)12:00～16:00に電話で若洲ゴルフリンクス☎3522-3370 申 <http://wakasu.golftk.com/> 辰己の森海浜公園 ガイド付きレンタルサイクルツアー 時 3/16(日)・21(金・祝)10:00～12:00 場 辰己の森海浜公園(辰己2-1-35)ほか 入 小学生以上の方20人(先着順)※小中学生は保護者同伴 費 無料[持ち物]身分証明書 申 当日9:00～10:00に辰己の森海浜公園管理事務所へ[その他]3/15(土)・16(日)・21(金・祝)・22(土)に自転車を無料貸出しています。詳細はホームページをご覧ください☎5569-8672 申 <http://www.tptc.co.jp/tabid/388/Default.aspx>

その他

江東病院 江東健康フォーラム 時 3/22(土)13:30～※開始30分前

開場 場 江東病院本館2階北側待合室(大島6-8-5) 入 50人(先着順) 費 無料 内 疼痛緩和ケアについて 師 仁科晴弘(外科医長) 申 当日直接会場へ 問 江東病院医療連携室☎3685-2166、FAX3685-2766

企業向け年金・健康保険に関するセミナー

時 3/18(火)13:00～16:30 場 産業会館(東陽4-5-18) 入 区内中小企業事業主の方等60人(先着順) 費 無料 師 江東年金事務所特定社会保険労務士 申 当日直接会場へ 問 江東産業連盟☎3699-7777

講演会

「透析患者の合併症と対策」

時 3/23(日)13:00～14:30 場 総合区民センター7階第5会議室(大島4-5-1) 入 どなたでも50人(先着順) 費 無料 師 島田憲明(立花クリニック院長)[後援]江東区保健所 申 当日直接会場へ 問 江東区難病団体連絡会(土橋)☎・FAX3644-6093

みんなのひろば

いきいきウォーキングトレイル仲間づくり始めませんか

時 第1日曜10:00～14:00 場 都内緑地・歴史施設等 集 区内各駅 入 60歳以上の方 費 1回300円※入会金なし 内 楽しい野外レクリエーションを多くの人々に提供し活動が続いています。お気軽にご参加ください 問 いきいきウォーキングトレイル小川勇☎3521-6436

知ってて良かった!薬のはなし

時 3/22(土)14:00～16:00 場 総合区民センター(大島4-5-1) 入 どなたでも30人(先着順) 費 無料 内 毎日飲む薬について、プロが分かりやすくお話しします 師 松田祐一(江東区薬剤師会副会長) 申 当日直接会場へ 問 城東肝友会 濱田弘☎090-9715-4211

【第九】ソリスト・オーディション

12月に行う「第九」演奏会に向け、ソリスト・オーディションを行います 時 6/18(水) 場 ティアラこうとう小ホール(住吉2-28-36) 内 応募規定などの詳細を郵送で送付します [審査]土田政昭ほか 申 ①氏名②住所を記入し、〒135-0045古石場1-13-1ふるさところとう音楽連盟事務局鳥見康子へ郵送☎3641-5440

ジュニーなまじろ 思春期のじゅもんはなす しゃべらない子

あれ?家庭に会話がいない!

大人の側からアプローチ

夫も私も4月から異動の内示がでた。引き継ぎ事務が膨大で帰宅が遅くなり、家族で食事をする回数が激減した。そんな日々の朝、気づけばこどもと言葉を交わしていない。ふと見ると表情も硬い。

家族みんなに変化が訪れる「危険な」年度末

年度末は、大人は人事異動、こどもは進級や進学など、家族みんなに大きな変化が訪れます。望んだ方向への変化だけでなく、不意な変化もあり、そんな時は親だって沈んだ気持ちになってしまいます。でも、大人よりも狭い世界で暮らすこどもたちは、もっと複雑な感情がないまぜになっています。慣れ親しんだ環境から離れる不安におびえたり、卒業する先輩からの引き継ぎに緊張したり、新しいクラスへの期待、新たな出会いへのくすぐったいような気分も感じているはず。

まずは、受け止めよう

そこで、「このごろみんなでご飯食べていないよね。ごめんね。」などと、親が意識して、否定や拒否、強制といったイメージを与えやすい言葉や態度を取り去る努力をしてみることが大切です。こどもからの言葉を「そうなんだ」「そっだね」と受け止めて、「ところで○○はどうだった」と雑談につなげることが大切です。

こどもを信じ、認めながら行う何気ない日常のやりとりがこどもの心を育みます。

問 庶務課社会教育担当

☎(3647)9676

お知らせ

区民交通傷害保険
申込みは3月31日まで

平成26年度分(保険期間平成26年4/1(火)0:00～平成27年3/31(火)24:00)の加入受付を行っています。4/1以降、年度途中での加入はできませんので、新規で加入を希望する方、まだ更新手続がお済みでない方は、早めにお申し込みください[引受保険会社](株)損害保険ジャパン東京公務開発部営業開発課☎3593-6506 ①区内金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局3/24(月)②区役所窓口(4階26番)3/31(月) ③①②の窓口で備え付けの申込書に必要事項を記入し、保険料を添えて各窓口で ④地域振興課地域振興係☎3647-4962

国民健康保険料
納期限は各月末日

保険料は、納期限(各月末日)を守って納付するようお願いいたします。納期を過ぎても保険料を納めていただけないときは、督促状や催告書で未納分をお知らせし、指定した日までに納めていただくようお願いいたします。特別な事情がなく滞納が続きますと、法令に基づき、保険証の有効期間を短縮したり、資産・財産の差し押さえ等の滞納処分をすることがあります ⑤医療保険課保険料係☎3647-3169、FAX3647-8443[滞納処分に関する問合先]医療保険課滞納整理係☎3647-9278

若者のトラブル110番

若者(主に29歳以下)を狙った悪質商法や架空・不当請求が後を絶ちません。消費者センターでは、「関東

甲信越ブロック悪質商法被害防止共同キャンペーン」の一環として下記の日程で「若者のトラブル110番」を実施しますので、お気軽にご相談ください ⑥ 3/17(月)・18(火)9:30～16:00 ⑦ ⑧ 消費者センター相談室(扇橋3-22-2)☎3647-9110

講座・催しもの

草木染めワークショップ
「よもぎのストール」

えこっくる江東の敷地内に自生するよもぎを採集して、シルクストールの草木染めを体験します ⑨ 4/5(土)14:00～16:00 ⑩ えこっくる江東 ⑪ 16歳以上の方20人(区民の方を優先し、抽選)※当選者のみ通知 ⑫ 1,500円 ⑬ 中安敬子(NPO法人マザーツリー自然学校) ⑭ 3/25(火)必着 ⑮ はがきに、①講座名「草木染めワークショップ」②郵便番号・住所③参加者名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこっくる江東へ☎3644-7130※区ホームページからも申し込みできます



▲春らしい黄色に染まります
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」
プロ・ナチュラリスト(自然案内

高齢者家族介護教室(無料・申込順・3/17(月)から各施設に電話)
介護に役立つ知識や技術を学びます。介護を行っている方など、どなたでも参加できます。

日時	施設名(会場)	対象	内 容
4/12(土)14:00～15:30	寿園高齢者在宅サービスセンター(北砂2-1-16)☎3615-4850	20人	介護保険サービスの種類や利用方法などについて、主任介護支援専門員が説明します。寿園の見学会も行います。
4/14(月)14:00～15:30	枝川高齢者在宅サービスセンター(枝川1-8-15-101)☎5632-2277	20人	腰痛とそのさまざまな症状に対応した予防体操について、実技を交えながら理学療法士が説明します。
4/19(土)13:30～15:00	白河高齢者在宅サービスセンター(白河3-4-3-201)☎3630-6591	20人	簡単に効果的な転倒予防の運動について、実技を交えながら理学療法士がわかりやすく説明します。
4/19(土)14:30～16:00	特別養護老人ホーム塩浜ホーム(塩浜2-7-17)☎5683-5571	20人	介護保険の基礎知識と「居宅」と「施設」のサービスについて説明します。塩浜ホームの見学会も行います。
4/19(土)14:00～15:30	亀戸高齢者在宅サービスセンター(亀戸4-21-13)☎5626-0130	20人	快適な生活や介助者の介護負担を軽減する福祉用具について、正しい選定方法や使用方法について説明します。
4/19(土)14:00～15:30	あじさい高齢者在宅サービスセンター(東砂4-20-15)☎5857-8231	20人	AEDとは、どんな時にどう使うのか、城東消防署員が正しい操作方法を説明します。

中小企業融資「景気対策」「災害復旧資金」3月で終了

小規模企業特別資金(小特)一般および小口零細企業保証制度の「景気対策資金」および「災害復旧特別資金」の融資あっせんは3/31(月)で終了します。

利用を予定している中小企業の方は早めにお申し込みください ⑬ 経済課融資相談係☎3647-2331

中川船番所資料館
ミュージアムトーク

⑭ 3/23(日)13:00～ ⑮ どなたでも ⑯ 大人200円、小・中学生50円(観覧料) ⑰ 職員による展示の解説[解説]久染健夫 ⑱ 当日直接会場へ ⑲ ⑳ 中川船番所資料館(大島9-1-15)☎3636-9091



ITパークこうとう「パソコン教室」

⑳ ㉑ 4月分より日程が一部変更となります※詳細はK-NETホームページ(㉒ http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/)または区ホームページ参照 ㉓ ITパークこうとう(亀戸2-19-1カメラプラザ9階) ㉔ 区内中小企業の方(余裕があれば一般区民の方も可)各回12人 ㉕ 無料(テキスト代は実費) ㉖ [区内中小企業事業者・従業員の方]3/15(土)9:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日10:00から[区民の方(定員に余裕がある場合)]3/22(土)9:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日10:00から ※いずれもITパークこうとう窓口またはK-NETホームページにある申込用紙に「受講したい講座名(2講座まで)」等必要事項を記入(メールの場合は件名に「パソコン教室受講希望」と記載)し、申し込んでください ㉗ ITパークこうとう(火・木曜午前休館、日・月曜、祝日休館)☎5626-0025、FAX3636-2641 ㉘ admin@k-net.koto.tokyo.jp ㉙ 第2土曜はジュニア俳句教室 ㉚ ㉛ 4/12(土)9:30～11:30 ㉜ ㉝ 9:20 ㉞ 芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3) ㉟ 区内在住の小学生20人(申込順) ㊱ 無料[持ち物]筆記用具 ㊲ 4/5(土)※定員になりしだい終了 ㊳ 3/15(土)から芭蕉記念館に電話または窓口で☎3631-1448



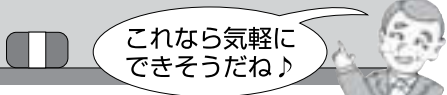
▲一緒に自然を観察しよう
深川東京モダン館 圓橋の会・モダンに親しむ講演会

1.圓橋の会 ⑭ 3/29(土)15:00～(開場14:30) ⑮ 10人(申込順) ⑯ 前売2,000円、当日2,500円 ⑰ 岡本綺堂作-三浦老人昔話し-より「人參」哀れな小僧の敵は…」[出演]三遊亭圓橋 2.モダンに親しむ講演会 ⑭ 3/30(日)14:00～16:00 ⑮ 30人(申込順) ⑯ 1,000円 ⑰ 河川とまちの再生[出演]志村秀明(芝浦工業大学) ※いずれも ㉓ 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ㉔ 3/15(土)から電話で深川東京モダン館☎5639-1776 ㉕ http://www.fukagawatokyo.com/

「もったいない」が大切！ 私たちの生活の中に、使い捨てのものはあふれています。

ちよいエコ博士のOne Point
ごみを減らし、「ちよいエコ」するヒント

- ・着ないTシャツは雑巾に
- ・裏面白紙のちらしやカレンダーはメモ用紙に
- ・外出時はマイボトル持参
- ・野菜の皮を料理に利用



これなら気軽にできそうだね♪

そのため、日ごろからレジ袋や過度の包装を断る・詰め替え製品を使用するなど「不要品を買わないこと(リデュース・リデュース)」や、リサイクルショップやフリーマーケットの活用、壊れたものを修理して使うなど、「ものを大切に長く使用すること(リユース・リペア)」が大切です。

目指せ！ちよいエコの達人
できているものにチェックをしよう！

- ☐ 外食時は食べきれない分だけ注文して、残さない
- ☐ 余分な包装は断っている
- ☐ 買い物にはマイバックを持っていく
- ☐ シャンプーは詰替用を使っている
- ☐ 残り物を使ったレシピが得意だ
- ☐ 消しゴムは最後まで使っている
- ☐ ランチにはマイ箸を持っている
- ☐ 外出時はマイボトルを持ち歩く
- ☐ 買い物前に冷蔵庫をチェックしている
- ☐ リサイクルショップやフリーマーケットを利用している

どうでしたか？

普段の何気ない生活の中に「ちよいエコ」のヒントは隠れています。もうすぐ新年度、みなさんも「ちよいエコ」ライフを送ってみませんか。 ㉓ 清掃リサイクル課清掃リサイクル係 ☎(3647)9181



ちよっと待ってー！一人ひとりができること

リサイクルの前にできること 過去5回のコラムでお伝えしたように、リサイクルはとても大切なことです。しかし、リサイクルには新たな資源やお金がかかります。エコな社会のためには「リサイクルされるもの」「ごみとなるもの」を減らすことが何より重要です。

みんなであちよいエコの6
お気軽「エコライフ」のススメ

ちよいエコ博士

亀戸梅屋敷 開業1周年



▲ぜひお越しください

亀戸梅屋敷が、3月に開業1周年を迎えます。これを記念し、亀戸の名産品等が並ぶ週末恒例の「下町朝市」を拡大実施します。屋台や大道芸パフォーマンズが早春の亀戸を賑やかにいろいろします。その他記念イベントはホームページをご覧ください。

時 3月16日(日)・21日(金)・祝・22日(土)・23日(日)・29日(土)・30日(日) 午前10時～午後3時(予定) ①どなたでも ②当日直接会場へ

場 亀戸梅屋敷(亀戸4-18-8) ☎(6802)9550

HP <http://www.kameune.com>

下町朝市に屋台出店・大道芸など記念イベントを開催

区南部地域の拠点 豊洲駅前複合施設の名称決定



▲地下1階、地上12階建て。屋上などに緑化を施した「豊洲シビックセンター」

区南部地域の拠点となる、豊洲駅前に建設中の複合施設の名称が「豊洲シビックセンター」に決定しました。

「豊洲シビックセンター」は、平成27年オープン予定で、現在の豊洲出張所、文化センタールおよび図書館が建物内に移転します。多くの皆さんに親しみ、利用いただけるよう整備していきます。

区では昨年10～11月にかけて施設名称を募集し、応募総数349件の中から、地元区民を委員に含む懇談会での議論を経て決定しました。名称を応募した

江東区文化観光ガイドお勧めの桜スポットを、まちあるきして眺めながら、隆盛を極めた活気あふれる木場の歴史をご紹介します。水彩都市・江東の水辺に咲き誇る桜は必見です。

時 4月2日(水)～5日(土) 各日①午前10時～午後0時半②

春のまちあるき特別企画ツアー



▲美しい桜を眺めながら区内巡りをお楽しみください

木場公園大橋→大栄橋→大横川東岸の遊歩道(桜並木)→扇橋→新高橋→小名木川北岸遊歩道→森下文化センター(解散)

申 3月17日(月) 午前9時から電話で江東区文化観光ガイド事務局(江東区文化観光課内) ☎(3647)8588

川沿いの桜めぐりと木場の歴史散歩



方の中から抽選で1人の方に記念品を贈呈しました。たくさんのお応募ありがとうございました。

担 政策経営部港湾臨海部対策担当 ☎(3647)9168



▲ホールには開閉パネルがあり、夜景をバックに演奏可能

全国小学生陸上競技交流大会 都選考会 走高跳 1位 全国出場 村山 太郎くん(東雲在住・小6)



▲跳躍する村山くん

昨年も同選考会で優勝し、2連覇を遂げた村山くん。今年度は「基礎体力が高まるような指導を受けた」ことが功を奏し、記録は各都道府県で行われた選考会の出場選手記録の中で、なんと1位!「陸上の専門誌などでも取り上げられ、続く全国大会では「知らない人からも声をかけられる」など、嬉しい反面、大きなプレッシャーの中での出場になりました。小学校時代の競技生活を「競技を通じて友達がたくさん出来たことがよかった」と振り返る村山くん。今春、中学校に進学したら「(小学校では禁止だった)背面跳びにチャレンジしたい」と、早くも意欲を見せています。そして、「プレッシャーをバネにできる精神力を鍛えて成長し、「将来のオリンピック選手になる」ことを夢見て練習に励んでいます。

全国小学生陸上競技交流大会 都選考会 100m 2位 小林 葵さん(亀高小6年)



▲練習を終え、微笑む小林さん

ご両親が「おとなしくて運動はしていなかった」という葵さん。小学3年生の時、お父さんの何気ない勧めで江東区民陸上競技大会の50m走に出場したところ、大会新記録で優勝。本人も家族も驚きの結果でした。それから少しずつ陸上競技に取り組み始めると、翌年には都大会で優勝。以降も毎年都大会で上位に入賞し、今年度は、加入したクラブチームで出場したリレー(100m×4人)で全国大会にも出場するなど、ご両親も「想像していなかった」素質が開花しました。現在は、都の強化合宿にも参加している葵さん。この春、中学校に進学したら「勉強と陸上を両立してやっていきたい。」そして、「中学校ではジュニアオリンピックに出場し、高校ではインターハイに出場したい。」と、将来を見据えています。

こうとう区報は発行日から3日かけて郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00～19:00) ☎3950-3070へ

読み終わった区報は古紙回収へ