

おいしいメニューコンクール

“ありがとう弁当”の アイデアメニューを募集集中

区では、江東区食育推進計画(第二次)に基づき、食の大切さを学び、健康づくりの基礎となる正しい食習慣を身につけることを目的に、小・中学生を対象としたメニューコンクールを



▶お弁当のバランスは主食3・副菜2・主菜1で

会合などに区民館のご利用を 地域のコミュニティ活動をサポート

区民館は各種会合やグループ活動など、区民の皆さんの自主的な活動の場、コミュニティの場として、気軽にご利用できる施設です。
ただし、営利を目的とする利用はできません。
【使用区分】午前(午前9時~正午)、午後(午後1時~5時)、夜間(午後6時~9時半)
【休館日】月曜(祝日の場合はその翌日も休館)、祝日、年末年始
【申】利用の1か月前から前日までに使用料を添えて、利用する

区民館一覧
※机・いす配置時の定員は各区民館へお問い合わせください

区民館名	室名	定員(人)	申込受付時間
富岡区民館 (出張所内) ☎3642-8306	ホール	100	月~金曜 8:30~17:00 (祝日、始末年を除く)
	第1洋室	35	
	第2洋室	35	
	和室	25	
豊洲区民館 (出張所内) ☎3531-6316	第1洋室	30	月~金曜 8:30~17:00 (祝日、始末年を除く)
	第2洋室	45	
	第3洋室	45	
小松橋区民館 (出張所内) ☎5606-5581	タウンホール	175	月~金曜 8:30~17:00 (祝日、始末年を除く)
	第1洋室	70	
	第2洋室	70	
	第3洋室	45	
	第1和室	60	
砂町区民館 (出張所内) ☎3644-2181	タウンホール	150	月~金曜 8:30~17:00 (祝日、始末年を除く)
	和室	40	
南砂区民館 (出張所内) ☎3640-5355	ホール	120	月~金曜 8:30~17:00 (祝日、始末年を除く)
	第1洋室	45	
	第2洋室	45	
	和室	55	
枝川区民館 ☎3647-6852	ホール	110	火~日曜 8:30~17:00 (休館日を除く)
	第1洋室	35	
	第2洋室	35	
東陽区民館 ☎3645-8651	タウンホール	150	火~日曜 8:30~17:00 (休館日を除く)
	洋室	30	
	和室	40	

品は11月30日(日)の食と健康展で表彰式を行います。
【締】9月3日(水)必着
【申】ことう情報ステーション(区役所2階)・保健所・各保健相談所にある応募用紙に必要事項を記入し、〒135-0016保健所健康推進課栄養指導担当へ郵送または窓口(応募用紙を配布してある区立小中学校の児童生徒は学校へ提出)で
☎(3647)6713

少年座 手作りパンで楽しく おいしい食生活

焼き立てパンを生地から手作り。プロの講師が手順をていねいにお教えします。旬の野菜を取り入れて、楽しくおいしい食生活を目指しましょう。
【時】9月6日(土)午後1時~4時
【場】青少年センター調理室
【人】区内在住・在学・在勤で18~39歳程度の方12人(抽選)
【費】500円
【内】旬な野菜を取り入れたパン作り
【師】真野則子(パンコーディネーターアドバンス)【締】8月23日(土)必着
【申】電話、ファクス、はがきまたはメールに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入し、〒136-0071亀戸7-41-16青少年センターへ
☎(3681)7334
FAX(3681)8732
E 5521620@city.koto.lg.jp



老人の日は無料開放

毎月5・15・25日(休館日を除く午前9時~午後5時)は「老人の日」として、和室を無料開放しています。
くつろぎの場、憩いの場として自由にご利用ください。
【問】利用方法など詳細は、お近くの区民館(併設区民館は出張所)へお問い合わせください。



秋の自然を楽しもう!

バッタとキリギリスの簡単な見分け方を知っていますか?形や色が似ているので、見分けがつかないのではないのでしょうか。答えは触角の長さです。多くのキリギリスは体よりも長い触角をもっています。秋は虫たちが鳴き始める季節です。虫たちの声に耳をかたむけて、自然について考えてみませんか
【時】9月21日(日)午前10時~正午
【場】えこっくる江東(潮見1-29-7)ほか
【申】8/15(金)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
草ではがきを作ろう!	9/13(土) 13:30~16:30	刈り取った草の葉で自分だけのオリジナルはがきを作ります。	無料	帽子、飲み物	小学生15人(申込順、小学4年生以下は保護者同伴、幼児同伴可)
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	9/14(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【師】佐々木洋(プロ・ナチュラリスト)	無料	飲み物、筆記用具、帽子、雨具等	年長児~小学生とその保護者20組40人(申込順)
秋に鳴く虫観察会	9/13(土) 17:30~20:30	秋の草はらでは夜になるとたくさんの種類の虫たちが鳴き競います。異なる音色に耳をすまし鳴く姿を観察します【場】荒川・砂町水辺公園【集】東京メトロ東西線「南砂町」3番出口地上	無料	懐中電灯、防虫スプレー、かゆみ止め、筆記用具、雨具、防寒具(薄手のセーター等)、長そで・長ズボン・しっかりした靴(スニーカー等)着用	小学生以上の方30人(申込順、小学生は保護者同伴)
円形座布団作りとふとんの手入れ法	9/20(土) 13:30~16:00	繰り返し使えるエコな綿で円形座布団(直径45cm)を作ります。綿が座布団になる楽しい体験ができます。	600円	小はさみ、三角巾、持ち帰り用袋	16歳以上の方15人(申込順)
ワンダーボックス「植物のタネは動けるの?」	9/28(日) ①12:00~②13:00~③14:00~	根が張って移動できない植物が別の場所で芽を出す理由など、植物が仲間を増やす工夫を遊びながら学びます。所要20分程度【申】当日直接会場へ	無料	なし	小学生以上の方各回5人(先着順、幼児同伴可)

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 水辺の生きもの観察会 観察方法の学習と プチアクアリウムづくりに挑戦

私たちの身近にある水辺にはさまざまな生物が生息しています。えこっくる江東敷地内のピオトープに生息する水辺の生きものぐらしや、観察方法を学びます。また、ご家庭で水草等を簡単に育てられるプチアクアリウムを作ります。
【時】9月21日(日)午前10時~正午
【場】えこっくる江東(潮見1-29-7)
【人】16歳以上の方15人(申込順、大人1人に対し2人まで小・中学生の同伴可)【費】110円
【申】8月15日(金)午前9時から電話でえこっくる江東☎(3644)7130



↑卓上サイズのマイ水族館