

食と健康展

11/30(日)

おいしいメニューコンクール表彰式や講演会、展示など

日ごろの感謝の気持ちを込めて作ったお弁当の写真や、「食と健康」にまつわる展示コーナーでシールラリーを開催します。また、第10回おいしいメニューコンクール表彰式や講演会も行います。

時 11月30日(日) 正午～午後4時
場 江東区文化センター3階レクホール(東陽4-11-3)
費 無料 内 左表のとおり
申 当日直接会場へ
問 保健所健康推進課栄養指導担当 ☎(3647)6713

時間	内容
13:00～13:30	【おいしいメニューコンクール表彰式】「1人でチャレンジ!ありがとう弁当をつくろう!」をテーマに中学生の部3,132点の中から選ばれた優秀作品の表彰式を行います。
13:30～15:00	【講演会】共働きや忙しいからこそ「弁当の日」～自炊で育つ生きる力 鮎 比良松道一(九州大学持続可能な社会のための決断科学センター准教授)
12:00～16:00	【展示コーナー】 ○江東区集団給食研究会による「減塩」と「弁当」の展示 ○江東区地域活動栄養士会による活動報告 ○区立小中学生による「1人でチャレンジ!ありがとう弁当をつくろう!」応募しレシピ展示 ○衛生的な弁当作りのポイント ○区立小中学校の取り組み ○自家製堆肥でおいしい野菜をつくろう! ○農林水産省による「食」について考えよう! ○8020表彰者写真展示 ○歯科技工士会による展示 ○ガムをかんでしゃく力をチェック

いきいきセミナー

11/29(土)

あきらめない!尿もれ対策

腹圧性尿失禁を予防・改善するトレーニングくしゃみや重いものを持った時など、急にお腹に力が入ると尿が漏れる…。そんな経験はありませんか?頻繁に起こると、外出や人と会うことに消極的になりかねません。腹圧性尿失禁を改善するためのトレーニング

時 11月29日(土) 午後2時～3時半
場 グランチャ東雲4階レクホール(東雲1-9-46)
人 60歳以上の区民60人(申込順) ※医師から運動制限を受け

深川図書館に街頭紙芝居がやってくる

11/16(日)

こどもたちの昭和の娯楽を再現 街頭紙芝居芸人の三ツ沢グッチさんをお招きして、昭和の時代に下町のこどもたちにとって最大の娯楽だった「街頭紙芝

悠々フェスティバル

11/15(土)

ストラップ作り・折り紙・囲碁など楽しい1日を

福祉会館、ふれあいセンターで活躍中の方々が楽しい催しを企画し、運営します。高齢者からこどもたちまで、世代を超えて楽しめるイベントです。どうぞお気軽にご参加ください。

問い合わせ先		
	館名	電話番号
福祉会館	古石場	3641-9531
	塩浜	3647-3901
	千田	3647-0108
	東陽	3647-8180
	亀戸	3685-8208
	大島	3637-2581
	東砂	3646-0461
ふれあいセンター	深川	3643-1902
	城東	3640-8651
	亀戸	5609-8822

イベント	時間
コスモスちゃんのストラップ作り 各回30人(先着順)1人1回 申 当日10:00から会場で(※)	①10:30～11:00 ②11:10～11:40 ③13:00～13:30 ④13:40～14:10
おまつりコーナー	10:30～14:00
囲碁入門コーナー	10:30～14:00
折り紙コーナー	10:30～14:00
楽しくレクダンス	10:30～11:45
うたの広場	13:00～14:00
はつらつ体操	14:15～15:15
健康相談コーナー	10:30～15:00 (休憩12:00～13:00)

※コスモスちゃんのストラップ作りのみ会場は3階第1研修室。その他は2階展示ホール・レクホール

房総の森をたずねるエコツアー

親子で学ぶ「私たちの暮らしと森の恵み」

11/29(土)

東京湾に注ぐ小櫃川の源流に広がる森を親子でたずねるエコツアーです。普段入ることのできない森の中を探検し、野生の生きものに出会い、「きこり体験」を試してみませんか。森を守り育てるための間伐作業や、昼食のピザを焼くために必要な薪割りにも挑戦します。また、森で木が切り倒されるその瞬間も、間近で体感します。

バスは、天ぶら油をリサイクルした燃料を使用します。
時 11月29日(土) 午前8時半～午後5時半
場 森林塾かずさの森(千葉県君津市) ※集合・解散はえこくる江東前小(学3・6年生とその保護者11組22人(申込順) 費 1組5,750円(バス代、昼食代等)
申 11月5日(水) 午前9時から電話でえこくる江東 ☎(3644)7130

古石場文化センターまつり

11/8(土)・9(日)

家族で楽しめる古石場文化センターまつりを開催します。
時 11月8日(土)・9日(日) 10:00～16:00
内 「注文の多い料理店」(原作・宮沢賢治、名作童話)を温かみのある生の語りと、宮沢賢治作曲の美しく軽快な音楽と共に、幻想的な影絵の世界でお届けするほか、「心届ける絵封筒作り」「石にペイント!自分だけの宝物」「日本舞踊体験コーナー」「落ち葉でアート」など

一緒に体験してみませんか?
時 11月16日(日) 午後1時半～3時半
場 深川図書館正面玄関前(清澄3-3-39) ※雨天の場合は3階ホールに変更
人 どなたでも 費 無料
申 当日直接会場へ
問 深川図書館 ☎(3641)0062

善意の「寄付」に心から感謝申し上げます

社会福祉協議会では皆さまからのあたたかなご寄付を地域福祉向上のため有効に使わせていただきます。

平成26年9月分 (敬称略・受付順)

▼株 常創設計並井亨1万円 ▼田中商店・田中季彦1万円 ▼砂町銀座商店街振興組合17万1305円 ▼株 羽田野建設1万円 ▼匿名20000円 ▼匿名2万円 ▼野沢京子50000円 ▼三輪さおり1万3469円 ▼伊藤昭一10万円 ▼宝見正治10000円 ▼ビューティサロンアキ3万9194円 ▼ツインタワー住利管理組合現・元理事有志会1万8500円 ▼石渡基治1万円 ▼匿名75000円 ▼高橋尚一2万円 ▼二社東京都江東産業連盟ゴルフコンペ参加者・賛同者一同5万円 ▼亀戸中央通り歯科9000円
計 49万6968円
問 江東区社会福祉協議会 〒135-006 東陽6-2-17 ☎(3647)1895

11月の放送予定 区の情報番組 江東ワイドスクエア ケーブルテレビ 11ch 9:00、12:00、15:00、19:00～放送

★こうとうこどもスポーツデー2014

10/26(日)～11/1(土)
●今週の話(ニュース) 区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
●ここってな～に? 高齢者総合福祉センター 区内の公共施設を分かりやすく紹介するシリーズ番組。今回は高齢者総合福祉センターです
●中学校連合陸上競技大会(後編) 各中学校の代表選手が集結する中学校連合陸上競技大会の後編。大会の各種目(男子フィールド・女子トラック競技)の様子、閉会式をお伝えします

11/2(日)～8(土)
●今週の話(ニュース) 区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
●モノづくり魂 毎回区内のさまざまな企業を取材し、そこで作られる逸品を紹介します
●江東区民まつり 中央まつり 10/18・19の2日間、都立木場公園をメイン会場に行われた、江東区最大のおまつりイベントの様子をお伝えします

11/9(日)～15(土)
●今週の話(ニュース) 区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
●AED講習会 10/25に開催された江東区医師会によるAED講習会の様子を紹介します
●こうとうこどもスポーツデー2014 ★

11/16(日)～22(土)
●今週の話(ニュース) 区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
●江東かわら版「資源・ごみの分け方」 紙類の仕分けや粗大ごみの出し方などについてお伝えします
●江東45か町「扇橋・東砂」 区内にある45の町それぞれの町名の由来や特徴・歴史などについて紹介します
●区長と話をしよう! 区民の小中学校で指導する学びスタンダード強化講師のみなさんと山崎孝明江東区長が意見交換します。どんな話が飛び出すかな?

11/23(日)～29(土)
●今週の話(ニュース) 区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
●区政最前線 ～区長記者会見～ 山崎孝明江東区長が最新の区政を発信する記者会見の様をお伝えします
●すくすくスクール 区内の幼稚園・小中学校の取り組みや活動をご紹介します「すくすくスクール」。今回は深川第五中学校が登場します

10/4、サッカーやキャッチボールの教室やトッパースリットによるスペシャルステージ、長縄跳び大会など内容盛りだくさんで行われたイベントの様をお伝えします

11/9～15放送

すでに放送した分は、区ホームページ「江東ワイドスクエア」からご覧いただけます

都合により、内容が変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。番組に対するお問い合わせ、放送終了後番組のDVD貸出は広報広聴課報道係 ☎3647-8589へ

ラジオこうとう 79.2MHz(レインボータウンFM) 毎週日曜、水曜に放送中!

日曜 10:00～10:20 イベントやまちの情報
水曜 18:00～18:10 タイムリーな区政情報