

# 保 健

## 39(サンキュー)歳までの無料健診(生活習慣病予防健診6月分)

**時 場** 下表のとおり **人** 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 **内** 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 **費** 無料 **締** 5/20(水)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郵送または持参(重複申し込み不可)※電子申請もできます **HP** <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	6/9(火) 9:00~	6/26(金) 13:00~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	6/3(水) 13:10~	6/16(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	6/5(金) 13:10~	6/19(金) 13:30~

城東南部保健相談所は7月に実施予定



# 休館・休止

ご不便をおかけします

## 有明スポーツセンター

☎3528-0191

6/1(月)~5(金)、6/8(月)~12(金)の終日および6/15(月)~19(金)の夜間、大体育室および多目的室の一般公開を中止。体育館棟配管工事のため

## 深川江戸資料館

☎3630-8625

6/9(火)~12(金)を臨時休館。保守点検のため※6/8(月)は定期休館日です

# 官 公 署

## 消防少年団員募集

消防少年団は、消防の仕事や火災予防に興味をもつ小学1年生~高校3年生で結成されています。野外キャンプや防火パトロールなどの団体活

動や奉仕活動を通じ、防火・防災の知識・技術を身につけるとともに、ルールを守り、思いやりの心を持った責任感ある大人に成長することを目的に活動します。入団手続きなど詳細等は、お近くの消防署にお問い合わせください **問** 深川消防署 ☎3642-0119、城東消防署 ☎3637-0119

## 若洲料理教室

おいしいBBQレシピを伝授します **時** 6/14(日)11:00~14:00 **場** 若洲公園キャンプ場(若洲3-2-1) **人** 15組(申込順※1組4人まで) **費** 1組10,800円(税込)およびキャンプ場入場料(大人300円、こども150円) **師** BBQ芸人たけだバーベキュー **申** 5/15(金)から電話で若洲料理教室受付係 ☎050-5835-0493 (9:00~18:00※水曜定休)

# そ の 他

## 江東区医師会区民公開講座

**時** 6/6(土)15:00~16:00(開場14:30) **場** 江東区医師会館4階講堂(東陽5-31-18) **人** 100人(申込順)※小学生以下のお子さんのご入場はご遠慮ください **費** 無料 **内** 「うつ・不安障害をなるべくお薬を減らしながら治療するためのケア」 **師** 鈴木あい(リバーサイドメンタルクリニック院長) **申** 5/18(月)から電話で江東区医師会 ☎3649-1411 **HP** <http://koto.med.gr.jp/>

## 江東病院 江東健康フォーラム

**時** 5/23(土)13:30~(開場13:00) **場** 江東病院本館2階北側待合室(大島6-8-5) **人** 50人(先着順) **費** 無料 **内** 大腸疾患の話 **師** 橋本周太郎(消化器内科医師) **申** 当日直接会場へ **問** 江東病院医療連携室 ☎3685-2253、FAX3685-2766

## 順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座

**時** 5/23(土)13:30~15:00 **人** 150人(先着順) **費** 無料 **内** 女性に多い尿トラブル **師** 高澤直子(泌尿器科) **申** 当日直接会場へ **場** 順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20) ☎5632-3111

## 江東産業まつり出展者・フリーマーケット出店者募集

1.出展企業・団体を募集  
地元産業の振興を目的に、企業・団体と区民の皆さんの交流の場として、展示即売を中心に毎年開催しています。このまつりを一緒に盛り上

# 男女共同参画推進センター・消費者センター 移転

パルシティ江東の大規模改修工事に伴う休館のため

パルシティ江東(扇橋3-22-2)は、設備等の老朽化により大規模改修工事を行うため、6/8(月)~平成28年5/31(火)(予定)まで休館します。

## 男女共同参画推進センター

休館中は江東区文化センター1階第11・12会議室(東陽4-11-3)に仮事務所を設け、7/1(水)から貸館事業以外の業務を開始します。業務時間は平日9:00~17:00となります。なお、6/8(月)~30(火)までの期間、学習講座の申込受付は電話・ファクス

・区ホームページのみになります。

## 消費者センター

6/23(火)から、総合区民センター2階(大島4-5-1)に仮事務所を開設します。相談業務等は通常どおり行います。

利用者の皆さんには、ご不便をおかけしますが、ご協力をよろしくお願い申し上げます※電話番号の変更はありません **問** 男女共同参画推進センター ☎5683-0341、FAX5683-0340、消費者センター ☎5683-0321

げてくれる区内企業の出展を募集します。会社紹介や製造・取扱品PRの絶好の機会です。ぜひご参加ください※出展には費用がかかります。また、内容等により出展をお断りする場合があります。詳細はお問い合わせください **時** 6/20(土)・21(日) **締** 5/26(火) **申** 電話で(一社)東京都江東産業連盟 ☎3699-7777

## 2.フリーマーケット出店者募集

**時** 6/20(土)・21(日)10:00~15:00※時間内退出不可 **費** 1,000円[主催](一社)東京都江東産業連盟 **締** 6/5(金)消印有効 **申** 往復はがきに①郵便番号・住所②氏名③電話番号④希望日⑤主な出店品目を記入し、〒135-0011扇橋2-17-5環境整備推進委員会 老沼秀子へ ☎3645-7581  
※いずれも **場** 江東区文化センター(東陽4-11-3) [主催](一社)東京都江東産業連盟

# みんなのひろば

## 夢職人キッズクラブ会員募集!!

異年齢集団での野外活動、レクリエーション、文化芸術活動等の体験活動プログラムを年間を通じて実施。長期休みにキャンプも行います **人** 小学1年生~中学3年生 **費** 年会費2,400円、別途参加費 **申** 電話でNPO法人夢職人事務局 ☎5935-7302 **HP** <http://yumeshokunin.org>

## 絵手紙「福包の会」会員募集

**時** 第1水曜13:30~15:30 **場** 商工情報センター(亀戸2-19-1カメラアプラザ9階) **費** 6か月8,500円 **内** 和気あいあいの明るく楽しい仲間と共

に一緒に描きませんか **問** 福包の会 村田昭子 ☎5639-7724

## 江東区武術太極拳交流大会と無料講習会のおしらせ

**時** 5/24(日)10:30~15:00 **場** 東砂スポーツセンター(東砂4-24-1) **人** どなたでも **費** 無料 **内** 太極拳、剣、扇を表演します。室内靴持参[無料講習会] **時** 5/31(日)10:25~11:50(受付10:15) **場** スポーツ会館(北砂1-2-9) **問** 江東区武術太極拳連盟事務局 本田弘子 ☎3644-9460

## 手話ダンスを

## 一緒に踊りませんか

**時** 月曜13:30~15:30 **場** 主に江東ボランティア・センター活動室(東陽6-2-17) **費** 月300円(一年分を全納) **内** 歌詞に手話を振り付け踊ります。手話ができなくても大丈夫。ボランティア団体です。見学随時 **問** 江東手話ダンスサークル夢 米川 ☎090-4950-4030 (9:00~17:00)

## 中国気功・太極拳サークル 会員募集

**時** ①火曜10:00~12:00 ②金曜10:00~12:00 **場** ①総合区民センター(大島4-5-1) ②深川スポーツセンター(越中島1-2-18)※7月から牡丹地区集会所 **費** 月3,300円 **内** 中高年や慢性病の方に最適な気功・太極拳健康法 **問** 中国智能気功・太極拳サークル 上山光子 ☎3641-9813

## 俳句を楽しみませんか

**時** 第1土曜13:30~16:00 **場** 芭蕉記念館(常盤1-6-3) **人** どなたでも **費** 月会費1,300円 **内** 集い、学び、表現の世界を広げて、俳句を楽しみましょう。毎月3句出句。初心者歓迎 **問** 海俳句会 金井みどり ☎3634-1884

# 生ごみ を減らして エコライフ

## 知って得する生ごみ減量講座

生ごみは燃やすごみの4割! 平成26年度に区が行った調査結果によると、生ごみは燃やすごみの約4割を占めています。

## 生ごみ減らして家計を節約

生ごみの中には、食べ残しや、消費期限切れなどで廃棄された手をつけずに捨てる食品が多く含まれており、その量は燃やすごみの約2割(1世帯あたり年間58kg)と推計されています。せっかく購入・調理したものを捨ててしまうのはもったいないですね。これらの「食べ残し」「手をつけずに捨てる食品」をなくすことができれば、1年間で1世帯あたり「約4万4千円の節約」になるのです!

## 生ごみを減らしてみよう!

このコラムでは、次のような生ごみを減らすためのポイントなどを紹介していきます。

ごみを減らすことによる 家計節約額の計算方法	
1世帯(約2人)あたりの食べ残し量	58kg/年
×	購入時に要した費用
	757円/kg
	≒44,000円/年
	(京都市ホームページより)

お財布にも、環境にも優しい生ごみ減量に、ぜひ取り組んでみませんか?

内容(予定)	
○身のまわりにあるものを利用した消費期限切れ防止方法を紹介	
○食材の使い切りレシピ等を紹介	
○生ごみ減量による環境への影響等を紹介	
○環境にやさしい調理くずの捨て方を紹介	
○微生物の力で生ごみを消滅・堆肥化する方法や、できた堆肥を使用した園芸を紹介	

**問** 清掃リサイクル課 清掃リサイクル係  
☎(3647)9181

**ワンポイント! 「賞味期限」と「消費期限」の違いとは?**

**賞味期限** 冷蔵や常温で保存がきく食品(スナック、缶詰等)に表示。未開封で、正しく保存したときに、おいしく食べられる期限

**消費期限** 長く保存がきかない食品(弁当、洋菓子等)に表示。未開封で、正しく保存したときに、安全に食べられる期限 (農林水産省ホームページより)

2つの違いを理解して、おいしいうちに食べるようにしましょう!

生ごみを減らしてエコでお得に!

「みんなのひろば」は、区民の皆さんの地域での自主的な活動を紹介します。内容については直接「問」までお問い合わせください。