

### えこっくる江東

## 「星や星座を眺めたその先に宇宙の生命を探す」

### JAXAなどの職員による講演と星空観望会

10/18(日)

JAXA(宇宙航空研究開発機構)の大川拓也さんとJAMS TEC(海洋研究開発機構)の高井研さんを講師に迎え、講演と観望会を行います。大川さんは国立天文台の観測隊長として、小惑星探査機「はやぶさ」帰還時の火星観測に関わり、天文や宇宙のイベントを数多く手がけています。また、高井さんは有人潜水調査船に乗って深海生物を調査することにより、地球および太陽系の生命の起源を探る研究をしています。参加者との談話会も予定しており、晴れていれば観望会も行います。

時 10月18日(日) 午後3時半～6時半 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) 入 小学生以上80人(申込順、小学生は保護者同伴) 費 無料[持ち物]筆記用具、懐中電灯、レジャーシート、(お持ちの場合)望遠鏡と三脚

申 9月15日(火) 午前9時からえこっくる江東に電話または窓口で ☎(3644)7130

## 秋から始まる新規講座

### 各文化センター等7館で募集中

秋から始まる新規講座の受講生を募集中です。多彩なジャンルの114講座を開講予定です。詳細は新聞折込等でお届けしている「カルチャーナビKOTO」9月号(9月10日発行)で案内しています。区内公共施設や駅でも入手できます。

施設名	電話
江東区文化センター(東陽4-11-3)	3644-8111
古石場文化センター(古石場2-13-2)	5620-0224
豊洲文化センター(豊洲2-2-18)	3536-5061
亀戸文化センター(亀戸2-19-1カメラアプラザ5階)	5626-2121
東大島文化センター(大島8-33-9)	3681-6331
砂町文化センター(北砂5-1-7)	3640-1751
総合区民センター(大島4-5-1)	3637-2261

※森下文化センターは、平成28年8/1(月)まで改修工事のため休館中です。  
※豊洲文化センターは9/23(水・祝)まで休館のため、他の施設へお申し込みください。

9月24日(木) 必着  
各文化センター等へ

## 教育センターで行う発達支援プログラム

発達に支援が必要な子どもの保護者の参加者募集

「ペアレントトレーニングプログラム」時 11月6日・20日、12月4日・18日、平成28年1月15日・29日、2月12日・26日(金曜全8回) 午前10時～11時半 入 おおむね小学校3年生までのお子さんを持つ保護者8人(面接相談により決定)

「保護者のための学習会①」時 10月17日(土) 午後1時半～4時 入 区内在住で発達支援を必要とするお子さんの保護者

「保護者のための学習会②」時 11月28日(土) 午前10時～午後0時半 入 区内在住で発達支援を必要とするお子さんの保護者40人(抽選) 内 発達障害をもつ子どもを抱えた家庭での対応 師 中田洋二郎(立正大学教授)

## 講座に参加して秋の自然を感じよう

過ごしやすい秋に、工作に挑戦したり、自然観察会に参加したりしてみませんか。 時 内 下表のとおり(一部9月追加分含む) 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) ほか 申 9/15(火)9:00からえこっくる江東へ電話または窓口で ☎3644-7130 申 http://www.ekokkuru-koto.jp/

講座名	日程	内容	費用	持ち物	対象
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	9/27(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 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、虫よけスプレー、虫さされ薬、長ズボンで参加	年長児～小学生と保護者20組40人(申込順)
川の水質を調べてみよう!	10/3(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	飲み物、帽子、手拭きタオル、筆記用具	小学生と保護者15人(申込順、小学3年生以下は要保護者同伴、幼児同伴可)
初めて学ぶ・江東の歴史と史跡散歩～それは江戸から始まった	10/3(土) 10:00～15:30	「江東地域」の歴史を学び、午後は新大橋から富岡八幡宮までの史跡を2時間半程かけて徒歩で巡ります。雨天の場合、午後は深川江戸資料館を見学(入館料は自己負担) 師 芭蕉記念館(常盤1-6-3) 師 久米健夫(中川船番所資料館)	無料	飲み物、お弁当、筆記用具、履きなれた歩きやすい靴、帽子	高校生以上25人(申込順)
よくはしるソーラーカー工作	10/4(日) 13:30～15:30	球状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	持ち帰り用袋	小学3年生以上15人(申込順、保護者同伴可)
近郊の里山を訪ねる	10/12(月・祝) 8:30～16:15	里山を訪ねて、人と自然とのより良い関係について考えてみよう。里山の生きものに会えるかもしれません 師 千葉印西の谷戸 師 JR西船橋駅武蔵野線ホーム(10番線)南船橋側	無料(交通費は自己負担)	飲み物、お弁当、筆記用具、帽子、雨具、長そで・長ズボン、虫よけスプレー、しっかりした靴着用、交通費	小学生以上25人(申込順、小学生は要保護者同伴)
えこっくる田んぼ写生および活動紹介展示会	10/20(火)～11/1(日) 9:00～17:00(☆)	えこっくる田んぼ受講生が写生した絵や活動の写真を展示して紹介します(最終日は12:00まで) 申 当日直接会場へ	無料	なし	どなたでも(小学生未満は要保護者同伴、幼児同伴可)
みどりのカーテン終了後の土の管理と冬の野菜づくり	10/24(土) 13:30～15:30	「みどりのカーテン」を終了した後、土の管理と冬の野菜づくりを行います 師 石井匡志(樹木医)ほか 申 当日直接会場へ	無料	筆記用具	小学生以上20人(先着順、小学生は要保護者同伴)

※同伴保護者1人が引率できるお子さんの人数は講座によって異なります。  
※特に記載のない講座は、対象者以外の方(幼児等)の入室(参加)はできません。  
※詳しくはお問い合わせください。ホームページでもご覧いただけます。  
☆日曜の10:00～12:00、13:00～16:00は解説員による案内あり

## 秋の区民の皆さんの力作を展示

芸術の秋に、さまざまな展示大会が開催されます。区民の皆さんの作品をご覧ください。

時 9月20日(日)～11月7日(土) 内 下表のとおり

申 当日直接会場へ

場 江東区文化センター(東陽4-11-3) ☎(3644)8111

催事名	日程
美術展	9/20(日)～26(土)
手工芸展	9/29(火)～10/4(日)
書道連盟展(一般) 教育部展(子ども)	10/6(火)～12(月・祝)
華展	10/17(土)・18(日)
茶会	10/18(日)
俳句大会	10/18(日)
川柳作品展	10/19(月)～25(日)
菊花展	10/25(日)～11/7(土)

※いずれも場教育センター(東陽2-3-6) 費 無料

申 9月30日(水) 午後4時

4時 ☎(3649)3835

教育センター(午前9時から電話で ☎(3649)3835

## 生ごみを減らす調理のポイント!

今回は「生ごみを減らす調理」に注目し、食品を生ごみとして捨てずに無駄なく調理する方法をご紹介します!

食品ごみを減らすポイントは調理方法を工夫すること

### ポイント1 食材を使い切る

①冷蔵庫にあるものを中心にレシピを考えて料理を作りましょう。食材の期限切れなどに注意し、無駄のないよう上手に使い切りましょう。

②野菜の葉や皮は栄養が豊富なので、捨てずに料理に使用しましょう。ひと工夫加えれば、おいしい一品に仕上がります。

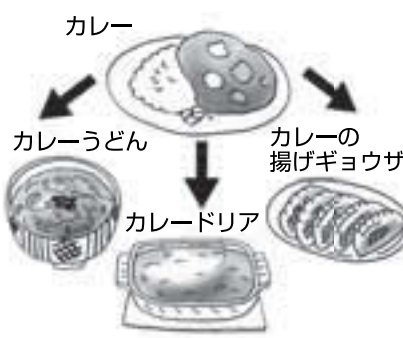
### ポイント2 食事は食べる分だけ調理

「作りすぎてしまった!」そんな経験はありませんか?せっかくなので作った料理を残して捨ててしまったのはもったいないです。食べ残しが無いように、食べる量を考慮して作りましょう。



ポイント3 どうしても食べ残してしまった料理をリメイク

どうしても料理が残ってしまったら味付けや調理方法を変えてリメイクしてみましょう。おいしく食べられます。



おいしくごみ減量! ~野菜くずが大変身、魔法のレシピ~  
これからの時期にぴったり♪簡単「あったか」野菜くずスープ

○材料(4人分)  
野菜くず(葉や皮).....適量  
ベーコン.....2,3枚  
コンソメ(固形).....2個  
水.....600cc  
塩.....少々  
コショウ.....少々

○作り方  
1.野菜くずとベーコンを1センチ角に切る。  
2.鍋に1と水を加え、煮立ったらコンソメを加える。  
3.ひと煮立ちしたら、塩、コショウで味を整え、完成。

問 清掃リサイクル課 ☎(3647)9181