

親子消費者講座・見学会 日本銀行本店の見学と 「お金」に関する教室

日本銀行本店見学と現地での親子講座を開催します。
時 平成29年1月6日(金) 午前9時～午後0時半
場 日本銀行本店(中央区日本橋本町2-1-1) ※区が借り上げたバスで移動(午前9時に区役所前) 区内在住・在

食と健康展

テーマ「適正体重を維持しよう!」
生活習慣病を予防するために、適正体重を知り、維持することは大切です。
今回は、若い女性と高齢者の

「やせ」を改善するために、適正体重維持に向けた「筋肉量の増加」を取り上げたイベントです。ぜひご参加ください。

時間	内容
13:00~13:30	[第12回おいしいメニューコンクール表彰式] 筋肉を育てる!「タンパク質しっかりメニュー」応募総数4,657点の中から選ばれた23点(中学生の部・ファミリーの部)の表彰式
13:30~15:00	[食育講演会]「食事と運動で美しく強い筋肉をつくろう」~健康的なダイエットやサルコペニア・ロコモ予防のために~ 師 上西一弘(女子栄養大学教授)
12:00~13:00、15:00~16:00	[測定コーナー] 脳年齢・血管年齢測定、下肢筋力測定、体組成・握力測定ほか
12:00~16:00	[展示コーナー] ○わが社のタンパク質たっぷり人気メニュー ○若さを保つ秘訣は筋肉です! ○都市農業のさまざまな機能を知ろう! ○メニューコンクール受賞作品のレシピ展示 ○食品衛生クイズ! ○おいしい学校給食 ○8020表彰者写真展示 ○歯科技工物の展示 ほか

11月20日(日)はりんご湯の日 りんごの香りに包まれてリンゴジュース

区内すべての銭湯で、「りんご湯」を実施します。産地直送のたぐさんのりんごがまるごと湯船に浮かび、甘酸っぱい「りんご」の香りに包まれたお風呂屋さんで、いつもと違う雰囲気味わってください。入浴料金は通常どおりです。

問 消費者センター
☎(5683)0321
FAX(5683)0318

浴場名	所在地	浴場名	所在地
第二和泉湯	牡丹2-4-6	らんかん湯	大島2-37-7
白山湯	枝川11-6-15	竹の湯	大島7-7-3
金春湯	東陽1-6-9	春の湯	大島7-25-14
ニュー松の湯	東陽3-12-11	竹の湯	北砂3-25-8
辰巳湯	三好1-2-3	亀の湯	北砂4-20-25
常盤湯	常盤2-3-8	丸八湯	北砂6-7-3
竹の湯	森下4-9-18	文化湯	北砂6-14-8
亀の湯	猿江1-18-9	久の湯	南砂1-14-9
日の出湯	住吉2-5-14	喜楽湯	南砂4-15-19
隆乃湯	亀戸5-9-7	藤の湯	東砂3-18-17
富山湯	亀戸6-49-14	旭湯	東砂7-15-1
第二久の湯	大島1-36-6	不二の湯	東砂8-20-16

学級の小学5・6年生とその保護者10組(抽選・保護者は1人)
費 無料(内日本銀行職員の案内による見学および親子おこづかい教室) 東京都金融広報委員会
縮 12月2日(金)消印有効
申 往復はがき(1組1枚)に
①講座名②参加希望親子の郵便

時 11月23日(水・祝) 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(内上表のとおり)
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
FAX(3615)7171

砂町を愛した昭和を代表する俳人、石田波郷が創設した俳句結社「鶴」。今年の4月に、「鶴」は俳誌850号を迎えました。波郷の俳人としての人生、そして「鶴」を支えた人々との交流を追っていきます。
時 11月30日(水) までの午前9時～午後9時 場 石田波郷記念館(北砂5-1-17 砂町文化センター内) 費 無料
申 当日直接会場へ
問 砂町文化センター
☎(3640)1751
FAX(5606)5930

石田波郷記念館企画展 「鶴」と歩む—石田波郷と俳句結社「鶴」—

135-0011扇橋3-22-2パルシテ
番号・住所・氏名(ふりがな) イ江東2階消費者センターへ
年齢・電話番号を記入し、〒☎(5683)0321
FAX(5683)0318



▲石田波郷

えこくる江東 環境学習プログラム 12月 冬の自然を感じよう!

時 内 下表のとおり 場 えこくる江東(潮見1-29-7) 申 11/15(火)9:00からえこくる江東に電話または窓口で ☎3644-7130, FAX3644-7135 HP http://www.ekokuru-koto.jp/

講座名	日程	内容	費用	持ち物	対象
つくるう! あそぼう! 冬まつり	12/10(土) 10:00~15:00	クリスマスやお正月にぴったりのプログラムを多数実施します(事前申込不要。一部、整理券配布)。	一部有料	持ち帰り用袋(A4サイズ程度)	どなたでも(プログラムによって対象年齢が異なります)
我が家のエコ活動自慢!(えこりんピック)	12/11(日) 13:30~15:30	自宅でやっているエコ活動をそれぞれ紹介しあい、他の家の活動から新たなことを学び、実践しよう。エコな景品も用意しています!	無料	筆記用具ほか	小学生と保護者16組32人(申込順、幼児を除く同伴者の入室可)
土を調べてみよう!	12/11(日) 10:00~12:00	公園の土の観察や、土の性質を調べる簡単な実験を行います。低年齢児でも楽しく学習できます。	無料	筆記用具、手ふきタオル、帽子	幼児から小学生15人(申込順、小学2年生以下は要保護者同伴、保護者の幼児同伴可)
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	12/11(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	年長児から小学生15組30人(申込順)
望遠鏡工作と観望会	12/18(日) 15:00~18:00 (工作から参加の方)	ガリレオが宇宙を観察したものと同程度の望遠鏡を作ります。星のお話を聞いた後、晴れていれば望遠鏡を使って夜空を眺めます。	1,900円	ぞうきん2枚(ボンド拭き用)、セロハンテープ、(お持ちの場合)三脚	どなたでも15人(申込順、小学生以下は要保護者同伴)
	12/18(日) 16:30~18:00 (星のお話から参加の方)	以前この講座で望遠鏡を作った方を対象に、星のお話から講座に参加できます 師 星のソムリエ	無料	以前工作した望遠鏡、(お持ちの場合)三脚	どなたでも15人(申込順、小学生以下は要保護者同伴)
楽しいLEDランタン作り	12/23(金・祝) 10:00~12:00	ペットボトルに赤・青・緑のLEDライトを組み入れて、持ち歩き自由の癒しのランタンを作りましょう。	300円	筆記用具、透明度の高い500mlの空のペットボトル(キャップ付)	小学生20人(申込順、小学4年生以下は要保護者同伴、保護者の幼児同伴可)

※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いただくか、ホームページをご覧ください。

人権週間にもむけて④

人権意識を持つインターネットを利用しよう

スマートフォンやタブレット端末等の通信機器が普及し、いつでもどこでもインターネットで、調べものや買い物ができる便利な世の中になりました。SNS(ソーシャルネットワークサービス)や動画共有サイト等を利用した情報発信や交流も日常のこととなっています。

- 他人の悪口やその内容を書き込まない。
- 差別的な言葉を書き込まない。
- 不正確な情報を書き込まない。
- 個人の秘密やプライバシーにかかわる情報を書き込まない。
- 自分の書き込みが、世界中の多くの人に見られる可能性があるという意識を利用して。

インターネット上の人権侵害

匿名性を悪用して、特定個人を対象とした誹謗・中傷や差別的な書き込みがされたり、保護者や教員の知らない非公式サイトで子ども同士のいじめが発生したりしています。また、未成年者がインターネットを通じて知り合った人から誘い出され、性的被害に遭うなどの事件も発生しています。

さらに、インターネットを利用したセクシャル・ハラスメントやパワー・ハラスメント、同和問題や外国人、障害者等に関する差別的な書き込みも後を絶ちません。

問 人権推進課人権推進担当
☎(3647)1164
FAX(3647)9556