

障害のある人もない人もともに支えあう社会をめざして



障害を理由とする 差別の解消を推進

障害者差別解消法が平成28年4月に施行され、東京都は平成30年10月、「東京都障害者への理解促進及び差別解消の推進に関する条例(都条例)」を施行しました。社会全体で障害への理解を深め、差別をなくす取組みが推進されています。

社会全体で障害への理解を深め、差別をなくすために

区は、障害のある人もない人も、互いに人格と個性を認め合いながらともに生きる社会の実現を目指しています。障害者差別解消法や都条例では、行政機関(国・地方公共団体等)と民間事業者(会社やお店・NPO法人等)については、障害のある人への「不当な差別的取扱いの禁止」と「合理的配慮の提供」を定めています。差別のない社会の実現に向けて、障害についての理解や関心を深めるとともに、区民一人ひとりが障害のある人の立場に立って考え、行動しましょう。

障害者差別解消法と都条例	障害者差別解消法		都条例
	行政機関	民間事業者	行政機関・民間事業者
不当な差別的取扱い 正当な理由がないのに、障害を理由としてサービスなどの提供を拒否したり、制限したり、また、障害のない人にはつけないような条件をつけたりする行為です。 【事例】 ○車いすの利用を理由に、入店を断った。 ○障害があることを理由に、アパートを貸さなかった。	 禁止 × (してはいけない)	禁止 × (してはいけない)	禁止 × (してはいけない)
合理的配慮の提供 障害のある人から、手助けや必要な配慮を求める意思が伝えられたとき、行政機関や民間事業者が、負担が重過ぎない範囲で、対話に基づいて必要かつ合理的な配慮を提供することです。 【事例】 ○聴覚障害のある人に、筆談や手話など音声とは別の方法で伝える工夫をする。 ○段差がある場合に、車いす利用者の補助をしたり、簡易スロープを設置する。	 義務 ○ (しなければならない)	努力義務 △ (するように努力する)	義務 ○ (しなければならない) 法では、民間事業者には努力するよう求めています。が、都条例では「しなければならない義務」として定めています。

お困りごとはこちらへご連絡ください

「不当な差別的取扱いを受けた」、「合理的配慮の提供がされなかった」という方や、「合理的配慮の提供をするためにはどのようにすればいいのか」といった民間事業者の方からの相談にも応じています。どなたでもご相談できますので、気軽にご連絡ください。

●東京都相談窓口(広域支援相談員)

東京都障害者権利擁護センター

☎5320-4223、FAX5388-1413

✉ syougaisyakenriyougo@section.metro.tokyo.jp

●江東区相談窓口

障害者支援課施策推進係

☎3647-4749、FAX3699-0329

✉ shisaku-sui-tan@city.koto.lg.jp

その他に都条例では以下のことを定めています

広域支援相談員を設置

障害者差別に関する相談を、障害者や関係者からだけでなく、民間事業者の方からも受け付けています。

紛争解決の仕組みを整備

相談支援を行っても解決しない場合、紛争解決の仕組みによって、解決を図ります。調整委員会を設け、あっせん・勧告・公表を行うことができる仕組みです。

防災とボランティア週間

家庭で防災対策の確認を

1/15(火)~21(月)

平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災において、ボランティア活動や住民の自発的な活動により、多くの方が救助されました。これ以降、災害時におけるボランティア活動の重要性が再認識され、毎年1月17日が「防災とボランティアの日」、1月15日、21日が「防災とボランティア週間」と定められました。

この機会にぜひ各家庭の防災対策をご確認ください。

必ず家具の転倒防止を
阪神・淡路大震災犠牲者の大部分は、住宅の倒壊や家具転倒による圧死、窒息死でした。死亡者の約7割が家具や電化製品の倒壊による圧死とそれらのガラスや金属による大怪我が原因によるものです。
家具等の転倒防止は比較的簡単に対策することができます。区では家具転倒防止器具等防災用品のあっせんも行っていきます。ぜひご利用ください。

防災課防災計画係
☎(3647)9584
FAX(3647)8440

「高齢者・障害者のみの世帯に家具転倒防止器具を設置」
また、区では、65歳以上の高齢者のみの世帯、または身体障害者手帳1級・2級、愛の手帳1度・3度の方のいる世帯(障害者のみの世帯または、同居の

家族が65歳以上の世帯)に家具転倒防止器具の設置を行います(1世帯3点まで1回限り)。該当される方はお問い合わせください。

「高齢の方」介護保険課在宅支援係
☎(3647)4319
FAX(3647)9466

また、最寄りの各長寿サポートセンター
「障害のある方」障害者支援課身体障害相談係
☎(3647)4953
FAX(3647)4910

技術の向上を図るため、さまざまな支援を行っています。集合住宅等で災害協力隊が結成されていない場合は、地域の災害協力隊への参加や、新たな災害協力隊の結成をご検討ください。

「我が家ルール」の取り決めを
地震はいつ起こるかわかりません。発生時に家族が別々の場所にいる場合や発生により離れられなくなることも考えられます。お互いどう連絡を取り、どのような経路で避難し、どこ

「江東区立幼稚園の今後のあり方に関する基本方針」に基づく今後の方向性を決定

平成30年7月に意見募集を実施した「江東区立幼稚園の今後のあり方に関する基本方針(案)」について、寄せられたご意見等を参考にし、9月に「江東区立幼稚園の今後のあり方に関する基本方針」を策定しました。

基本方針に基づき、区立幼稚園のあり方について検討を進めてきましたが、このたび今後の方向性を決定しましたのでお知らせします。

今後の方向性の概要
①3歳児保育および預かり保育を開始
3歳児保育および預かり保育は、保護者の就労にも対応するため、これまで待機児童が多く、

で落ち合うのかを家庭内で決めておくことが重要です。電話やメールがつながりにくくなることを考慮して下の欄外に記載の「災害用伝言ダイヤル(171)」の利用方法を覚えておきましょう。

区では、避難所や避難場所の位置・災害時の心得・非常持出品リストなどを掲載した防災マップ(区内全図版1種類、各地区版5種類、外国語版3種類)を配布しています。

「防災マップ配布場所」
情報ステーション(区役所2階)、防災課(区役所隣防災センター4階)、豊洲特別出張所

・各出張所、各図書館※区ホームページにも掲載しています

東京消防庁災害時支援ボランティア募集
東京消防庁では、震災時等に消防活動の支援を行う登録制のボランティアを募集しています。活動には、消防署への事前登録が必要です。詳細は最寄りの消防署へお問い合わせください。

「実施園および実施年度」
表1のとおり

②認定こども園への転換
認定こども園は、基本方針に基づき、平成36年度を目途に1園を整備します。

③適正配置(廃園)の実施
①および②の実施とあわせ、平成36年度までに4園を廃園します。

「実施園および実施年度」
表3のとおり

※認定こども園の運営形態(区立園のまま運営するのか、私立

園として運営するのか)や園の規模(利用定員等)については、今後も検討を行い、決定していきます。

なお、今後の方向性に関するお問い合わせ、ご意見等については、担当へお寄せください。いただいたご意見等は、後日集約のうえ、区としての考え方と合わせて公表します。

「意見等の提出方法と提出先」
ファクスにご意見を記入し、学務課幼稚園係へ
※区のホームページからも提出できます。

☎(3647)9703
FAX(3647)9053

「災害時の正しい情報入手や、家族との連絡方法を確認しておきましょう。地震発生時には、多くの方が一斉に電話をかけた、かかりづらくなります。安否確認や集合場所の連絡のため、災害用伝言ダイヤルの利用方法を覚えておきましょう。

災害時の情報確認・連絡方法

災害用伝言ダイヤル

被災地の方の自宅などの番号を市外局番からダイヤル

録音方法 171-1-(X)X(X)X(X)-X(X)X(X)X
再生方法 171-2-(X)X(X)X(X)-X(X)X(X)X

1/24(木)~30(水)

1/24(木)~30(水)

総合区民センターの駐車場が有料に
3/1(金)~

総合区民センターの駐車場が、3/1(金)から、民間駐車場運営事業者が運営する有料時間貸駐車場になります(24時間営業)。総合区民センター利用の有無に関わらずご利用いただけます。なお、区の行事等で駐車場の営業を一時中止する場合があります。事前に区ホームページ等でお知らせしますので、ご確認ください。
【駐車料金】最初の30分無料、以降20分100円※障害者無料(障害者手帳等の提示が必要です)
☎ 区民課区民係 ☎3647-8406、FAX3647-9206

学校給食 食育展
みんなが楽しく食べて 元気な心と体をつくろう

1月24日~30日は全国学校給食週間です。この期間にあわせて第10回学校給食食育展を開催します。江東区学校給食の歴史や現代の給食・食育風景、献立等をご紹介します。学校給食の今昔をご紹介します貴重な機会です。
また、29日(火)午後1時半から200食限定で給食用パンを無料で配布します。ぜひご来園として運営するのか)や園の規模(利用定員等)については、今後も検討を行い、決定していきます。

1月24日(木)~30日(水)
午前8時半~午後5時15分※最終日は午後4時半まで
場 区役所2階区民ホール
申 当日直接会場へ
☎(3647)9177
FAX(3647)9053

表1 3歳児保育および預かり保育の実施園

園名	所在地	実施時期
南陽幼稚園	東陽2-1-14	平成32年4月
豊洲幼稚園	豊洲4-4-4	

表2 認定こども園に転換する園

園名	所在地	実施時期
大島幼稚園	大島5-38-1	平成36年度を目途に実施

表3 廃園をする園

園名	所在地	実施時期
もみじ幼稚園	大島8-21-9-101	平成34年3月末
小名木川幼稚園	北砂5-22-10 小名木川小学校内	
ちどり幼稚園	古石場1-11-11	平成36年3月末
川南幼稚園	千石2-9-12 川南小学校内	平成37年3月末

江東区議会議員選挙 江東区長選挙 4/21(日)

立候補予定者説明会を開催

昨年12月の第197回国会で臨時特別法が成立し、統一地方選挙の投票日等が決まりました。

○区議会議員・区長選挙
[投票日] 4月21日(日)
※告示日は4月14日(日)

区議会議員選挙・区長選挙立候補予定者説明会開催

4月21日(日)に執行される、江東区議会議員および江東区長選挙の立候補予定者を対象に、説明会を開催します。

2月4日(月)午後1時
場 江東区文化センター3階レクホール(東陽4-11-13)

立候補届出に必要な関係書類の配付および届出手続き、選挙運動、選挙公営、収支報告書の記入方法などの説明。

※説明会の出席者は、会場の都合により、立候補予定者1人につき2人以内でお願いします。

選挙管理委員会事務局
☎(3647)9091
FAX(3647)9592

国民健康保険の届出 加入・喪失の手続きを忘れずに

就職や扶養認定で職場の健康保険に加入したときは、国民健康保険をやめる届出が必要です。原則、お勤め先の会社が届出を代行することはありません。

また、退職などで会社の健康保険をやめた方や、次に該当する方は国民健康保険の加入対象となります。お手続きが済んでいない方は、早急に届出をしてください。

現在無職で、他の健康保険の加入していない方

個人経営の事業主とそこにお勤めの方で、他の健康保険に加入していない方

医療保険課資格課係
☎(3647)3167
FAX(3647)8443

第4回区議会定例会終わる 江東区児童会館条例を 廃止する条例などを可決

平成30年第4回区議会定例会が、11月28日から12月17日まで(会期20日間)開かれました。

今回の定例会では、「江東区児童会館条例を廃止する条例」など6議案について審議され、それぞれ原案どおり可決されました。

○条例案件(2件)
「江東区児童会館条例を廃止する条例」など
「議決を得た契約の契約変更について」など

○その他の案件(2件)
「区立都市公園の指定管理者の指定について」など
「意見書・決議(5件)」
「白タク行為への更なる対策強化に関する意見書」など
※本会議等の模様はインターネット中継でご覧いただけます。

区議会事務局調査係
☎(3647)3548
FAX(3647)0430

子育て支援士養成講座 保育ボランティアとして子育て支援にご参加を

こどもの笑顔があふれるまちづくりを目指し、子育てパートナーとして応援したいとお考えの方、ぜひ受講してみませんか。講座を修了した方は、子ども家庭支援センター(みずべ)で行っている「リフレッシュひととき保育」の保育ボランティアとして活動できます。

1月28日～3月18日の月曜

被扶養者や任意継続に該当しない方
パートタイマー・アルバイト契約をしている方のうち、収入の増加等で他の健康保険の被扶養者に該当しなくなった方

個人経営の事業主とそこにお勤めの方で、他の健康保険に加入していない方

医療保険課資格課係
☎(3647)3167
FAX(3647)8443

(2月11日を除く全7回)午前10時～正午
場 総合区民センター17階第2会議室(大島4-5-11)、大島子ども家庭支援センター(大島4-1-37)

区民の方20人程度(抽選)無料
江東区の子育て支援施設、子育て支援の基本思想、現代の出生・子育ての状況と支援、子育て支援の状況と支援、みずべリフレッシュひととき保育について、ほか
新澤誠治(みずべの会代表)、甲斐恵美(さかえ・こどもセンター)、瀬川未佳(臨床心理士)ほか

1月22日(火)
1月15日(火)から電話で東陽子ども家庭支援センター(午前10時～午後5時)
☎(3699)4871
FAX(5665)4780

アスベスト調査結果 区内の濃度は健康に影響なし

区は、平成30年度の一般環境のアスベスト調査を、3地点(豊洲4丁目、亀戸7丁目、東陽4丁目)で連続する3日間実施しました。それぞれの平均値は豊洲0.070、亀戸0.056、東陽0.10(本/e)となりました。

アスベスト濃度には環境基準は設定されていませんが、WH(世界保健機関)によると都市における大気中のアスベスト濃度は一般に1/10(本/e)以下です。

環境保全課調査係
☎(3647)6148
FAX(5617)5737

こころの防災学びの場 知っておきたい災害時の口腔・排泄ケアと、多様な配慮した避難所運営

いつ起こるかわからない災害に対する心構えや準備、発災時に必要な地域の取組みについて学びます。

1回目は、命を守るために必要な口腔・排泄ケアについて、2回目は、多様な性別・年齢・国籍の人が集まる避難所運営を、共同企画推進センター3階第1

図上訓練を通して学びます。災害を乗り越えるための日ごろの備えについて考えてみませんか。町会、自治会、PTA、民生委員、児童委員の方、歓迎です。

2月16日・23日(土)午後2時～4時(全2回)場 男女

2研修室(扇橋3-22-2) 30人(申込順)費 無料
師 深川保健相談所職員、吉村陽子(女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクトメンバー)、高橋聖子(防災士、インクルラポ代表) 保 幼児(1歳6か月/就学前) 10人程度(無料・申込時要予約)

1月15日(火)午前9時から男女共同企画推進センターに電話または窓口で※区ホームページからも申込できます。

☎(5683)0341
FAX(5683)0340

地球温暖化防止設備に 助成金の活用を 高断熱窓や太陽光発電システム、次世代自動車など

区では、個人住宅・集合住宅および事業所を対象に、地球温暖化防止に貢献するCO₂排出削減効果の大きい、創エネ・省エネ設備の設置について、経費の一部を助成しています。4月から新たに高断熱窓を助成対象に追加しました。

対象設備・助成額については、左表のとおりです。
省エネ機器等の助成金申請は必ず工事着手前に行ってください(次世代自動車のみ購入後の申請)。

また、助成要件・助成金額、申請の際の必要書類等詳細は、区ホームページをご覧ください。ただよおお問い合わせください。

温暖化対策課環境調整係
☎(3647)6124
FAX(5617)5737

対象設備および助成金額一覧表

助成対象設備	助成金額 ()内は上限額	
	住宅用	事業所用
太陽光発電システム	太陽電池モジュールの公称最大出力の合計値1kW当たり5万円(20万円まで、集合住宅は150万円まで)	太陽電池モジュールの公称最大出力の合計値1kW当たり5万円(20万円まで)
CO ₂ 冷媒ヒートポンプ給湯機(エコキュート)	(1設備当たり4万円まで) ※個人住宅のみ	(1設備当たり8万円まで)
燃料電池装置(エネファーム)	(1設備当たり10万円まで) ※個人住宅のみ	(1設備当たり20万円まで)
エネルギー管理システム機器(HEMS・MEMS)	(1設備当たり2万円まで、集合住宅は15万円まで)	(1設備当たり4万円まで)
蓄電池	(1設備当たり10万円まで、集合住宅は50万円まで)	(1設備当たり10万円まで)
高断熱窓(既築のみ)[30年度新規]	設置に要する経費の10% (1設備当たり10万円まで、集合住宅は100万円まで)	設置に要する経費の10% (1設備当たり10万円まで)
高反射率塗装	施工面積1m ² (平方メートル)当たり1,000円を乗じた額 助成額=1,000円×施工面積(m ²) (20万円まで、集合住宅は150万円まで)	施工面積1m ² (平方メートル)当たり1,000円を乗じた額 助成額=1,000円×施工面積(m ²) (20万円まで)
次世代自動車(電気自動車・プラグインハイブリッド自動車・燃料電池自動車)	一律 10万円 ※個人での申請のみ受付可能	-

凡例
時日時 場所 集合 対象・定員 費用 内容 講師 保一時保育 縮切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール

福祉のしごと 相談・面接会 無資格・未経験者大歓迎！25法人が出席予定 介護の求人面接など

2/20(水)

区内福祉施設の安定的な人材確保を目的として、高齢者および障害者福祉施設・事業所による相談・面接会を開催します。25法人が出席を予定し、求人面接を行うとともに、福祉の仕事に関する就労相談を行います。入退場・服装自由・資格の有無は問いませんので、お気軽にご来場ください。詳細は区ホームページをご覧ください。

※面接をご希望の方は履歴書(コピー可)をお持ちください(会場で所定の書式に記入し面接することも可能)。

時 2月20日(水) 午後1時～4時(受付は午後0時半～3時半) ※午後1時から1時間程度、福祉のしごと入門ガイダンスおよび出展法人のPR会を実施します。面接会開始はPR会終了後となります。

場 ティアラこうとう地下1階

パルカレッジステップアップ支援セミナー企画 パートナーと居心地よい関係を築く コミュニケーション講座

2/2(土)

パートナーとお互いに尊重し合い、心が通じ合う対等な関係づくりを学ぶ講座です。思ったことをきちんと伝えながら、相手をつけないコミュニケーションのコツを学んでみませんか。テーマに関心のある方、お気軽にご参加ください。

時 2月2日(土) 午前10時～正午
場 男女共同参画推進センター3階第1・2研修室(扇橋)

江東マイタウン中高年齢者 就職面接会 in 大島

1/22(火)

区では、正社員およびパートタイムの就職面接会をハローワーク木場と共催します。今回は、区内・近隣を就業場所とする企業10社程度の採用担当者として面接が出来ます。

※求人企業と求人内容、その他ご不明な点はハローワーク木場のホームページ (<https://site.mhlw.go.jp/tokyo-hello/work/list/kiba.html>) をご覧いただくか、ハローワーク木場にお問い合わせください。

時 1月22日(火) 午後1時半～4時(受付は午後1時～3時)

場 ハローワーク木場事業所第一部門
〒36438605

協働啓発セミナー よりよい暮らしをつくるためにあなたにできること 小さな活動からはじめる！ 地域の課題解決への道

2/9(土)

江東区を誰もが住みやすく、魅力的なまちにするためには、日ごろから地域で活動している市民活動団体等と区が協力して地域課題を解決し、まちづくりを進めていくことが大切です。

来ぶらすKOTOグループ
時 1月15日(火) 午前9時から男女共同参画推進センターに電話または窓口で
〒56830341
FAX(5683)0340

こうとう若者の女性しごとセンター 2月度セミナー 参加者募集

2月は、「ライフイベントや夢をかなえるためのマネープラン講座」、「定年を迎える前に知っておきたい基礎知識」など、どなたでも受講できる講座を6種類開催します。こうとう若者・女性しごとセンターを利用したことが無い方も、ぜひご参加ください。時 内 下表のとおり 場 こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1カメリアプラザ9階) 費 無料 申 1/15(火)9:30から電話またはファクスに氏名・連絡先・受講テーマを記入し、こうとう若者・女性しごとセンターへ 5836-5160、FAX3637-2351 HP <http://koto-shigoto.jp/>

日程	対象	定員	テーマ
2/5(火)10:00~12:00	39歳以下	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Word中級編)
2/5(火)13:30~15:30	どなたでも	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Word中級編)
2/6(水)10:00~12:00	39歳以下	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Excel中級編)
2/6(水)13:30~15:30	どなたでも	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Excel中級編)
2/14(木)10:00~12:00	どなたでも	32人	ライフイベントや夢をかなえるためのマネープラン講座
2/15(金)10:00~12:00	どなたでも	32人	エゴグラム(性格診断)を活用した職場でのコミュニケーション力アップ講座
2/20(水)10:00~12:00	女性	24人	より良い人間関係をつくる“褒め力”上達レッスン
2/21(木)10:00~12:00	女性	32人	魅力が伝わる！受かる応募書類のためのワンポイント講座
2/26(火)10:00~11:30	どなたでも	32人	定年を迎える前に知っておきたい基礎知識
2/27(水)10:00~12:00	どなたでも	32人	どう読めば何が見える？求人票の見方

※初めて当センターをご利用の場合には、センターの利用登録が必要になります。
※いずれも受講が初めての方を優先し、申込順。

こうとう若者の女性しごとセンター

新卒・第2新卒者のための就職支援講座

学生就職支援のプロの講師による「応募書類作成」と「面接対策」に特化した集中講座で、早期内定獲得を目指します。また、随時、求人紹介も行います。担当のキャリアアドバイザー

ザーなどスタッフが、内定獲得までを全力でサポートします。
時 内 左表のとおり 場 こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1カメリアプラザ9階) 入 平成31年3月卒業

縮 1月31日(木) ※定員になりしだい終了
申 1月15日(火) から電話またはメールに①協働啓発セミナー申込②氏名③電話番号④メールアドレス⑤活動している方は所属団体名を記入し、地域振興課区民協働推進担当へ※区ホームページからも申込できます。

〒36478570
FAX(3647)8441

行政との協働は難しくない
行政とともに課題を解決するために必要なこと
江東区協働事業提案制度の活用(審査員の立場から)

枝見太郎(江東区民協働推進会議副会長)

〒36478570
FAX(3647)8441

講座内容	日程
応募書類の書き方	基礎編 2/7(木)
	応用編 2/15(金) 3/4(月)
面接対策	基礎編 2/12(火)
	応用編 2/19(火) 3/7(木)

※各日13:00~16:00
※講座を受講するにあたって事前面談が必要になります(面談日は要相談)

経済課雇用支援担当
〒36372351
FAX(3637)2351

予定者、および既卒3年以内で求職中の方各回4人(初めての方を優先し、申込順) 費 無料
阿部淳一郎(株)ラーニングエンタテインメント代表取締役
申 1月15日(火) から電話またはファクスに①氏名②連絡先③希望の講座④参加希望日を記入し、こうとう若者・女性しごとセンターへ
〒58365160
FAX(5836)5160

凡例 時日時 場所 集 対象・定員 費用 内容 師講師 保 一時保育 締切日 申 問 問合先 HP ホームページ eメール

介護予防自主化プログラム実施施設一覧

Table with 4 columns: プログラム名/内容, 実施日時, 場所, 申込み連絡先. Lists programs like '音楽健康教室' and '男性のための脳とからだのトレーニング'.

「楽しく介護予防に取り組みたいがどう始めたらいいかわからない」「筋力トレーニングは自信がない」「身近なところで活動したい」という方におすすめです。終了後は、グループでそれぞれの取り組みを継続していただきます。

終了後は自主的な活動で生き絆と 参加者募集 KOTOおもてなし コミュニケーション英会話 第15回 受講生募集

環境学習プログラム 2月 えこくる江東アニバーサリー月間!

2月はエコキッズポイントが1ポイントプラスされます 時 内 下表のとおり 場 えこくる江東(潮見1-29-7)ほか 申 1/16(水)9:00からえこくる江東に電話または窓口で ☎3644-7130、FAX3644-7135 HP https://www.ekokuru-koto.jp/

Table with 5 columns: 講座名, 日程, 内容, 費用, 対象. Lists various environmental learning courses like 'ワンダーボックス' and 'すごろくでエコを学ぼう!'.

※会場について特に記載のない講座は、えこくる江東が会場です。 ※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。 ※対象について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。 ※詳細はお問い合わせいただくか、えこくる江東ホームページをご覧ください。



▲楽しく介護予防に取り組みましょう

簡単な英会話や、外国人とのコミュニケーションの基礎知識を習得するための講座です。 2月7日、28日の木曜(全4回)午後2時～3時半 場 古石場文化センター(古石場2-13-12) 人 次のすべてを満たす方20人(抽選の結果は郵送で通知) 区内在住・在勤・在学中 中学生を除く15歳以上 本講座の趣旨を理解し、グループワークなどに協調性をもって積極的に参加できる 申 1月25日(金) 古石場文化センターに電話または窓口で ☎(5620)0224 FAX(5620)0258 HP https://www.kcf.or.jp

保健つづき 精神保健講演会 「統合失調症の基礎を学ぶ」

時 1/31(木)13:30~15:30 場 城東南部保健相談所4階会議室(南砂4-3-10) 人 50人(申込順) 費 無料 師 久保嶋哲郎(船橋北病院精神科医師) 申 1/16(水)9:00から電話またはファクスに①氏名②年齢③住所④電話番号を記入し、城東南部保健相談所へ ☎5606-5001、FAX5606-5006

糖尿病予防!糖尿病にならないように今からできること

時 1/31(木)10:00~12:00 場 城東南部保健相談所4階会議室(南砂4-3-10) 人 50人(先着順) 費 無料 師 吉井秀徳(順天堂高齢者医療センター糖尿病・内分泌科医師)、城東南部保健相談所管理栄養士 申 1/16(水)9:00から電話またはファクスに①氏名②年齢③住所④電話番号を記入し、城東南部保健相談所へ ☎5606-5001、FAX5606-5006

休館・休止 ご不便をおかけします

東大島図書館 1/22(火)・23(水)を休館。図書の特整理のため 問 東大島図書館 3681-4646、FAX3681-4810

官公署

税理士による無料申告相談 申告書を作成して提出できます 時 場 下表のとおり ※混雑状況等により、午前中に受付を終了する場合があります

Table with 3 columns: 開催日・開催会場(江東西税務署管内), 時間. Lists tax consultation sessions on 2/7, 2/12, 2/6, and 2/20.

※ご来場の際には公共交通機関をご利用ください。 [平成30年分所得税等の申告書作成会場を東京国税局に開設] 時 2/18(月)~3/15(金)(土・日曜を除く。ただし、2/24(日)・3/3(日)は開設) [受付時間] 8:30~16:00 [相談時間] 9:15~ 場 東京国税局1階(中央区築地5-3-1) ※江東西・江東東税務署内に申告書作成会場はありません 問 江東西税務署 ☎3633-6211、江東東税務署 ☎3685-6311

その他

江東病院 江東健康フォーラム 時 1/26(土)13:30~(開場13:15~) 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 慢性閉塞性肺疾患(COPD)について 師 巴山紀子(呼吸器内科医師) 申 当日直接会場へ 問 江東病院医療連携室 ☎3685-2253、FAX3685-2766

公証人による無料相談会 時 1/24(木)13:00~16:00 場 区役所2階区民ホール 人 6人(申込順) ※予約状況により当日受付可 費 無料 内 「老後の安心設計」のための、任意後見契約や遺言書の作成、離婚に伴う養育費や財産分与等の給付契約、その他金銭・不動産の貸借等の契約全般 申 1/17(木)9:00から日本橋公証役場(中央区日本橋兜町1-10)に電話または窓口で ☎3666-3089、FAX3666-3573

公開講座 「育てにくい子の理解と対応」 時 2/2(土)10:00~12:00 場 総合区民センター第5会議室(大島4-5-1) 人 どなたでも60人(申込順) 費 500円(参加費) 内 脳科学から見た発達障害・幸せになる親子コミュニケーション 師 石澤かずこ(臨床心理士) [後援] 江東区、江東区教育委員

員会 申 1/15(火)からメールまたはファクスに①氏名②住所③電話番号④ファクス番号を記入し、こうとう親子センター事務局へ ☎・FAX3632-1717 問 info@kotooyako.com

アンサンブル新東名 大人のための朗読コンサート 時 2/3(日)14:00開演(13:30開場) 場 ティアラこうとう小ホール(住吉2-28-36) 人 140人(申込順) 費 2,500円(前売り)、3,000円(当日) 内 チェロ・コントラバス4本と打楽器による低音アンサンブル 申 1/15(火)からファクス、メールに①名前(ふりがな)②住所③電話番号④チケット枚数を記入しコンコード音楽企画(中村)へ ※ホームページ(HP https://shintomei.stores.jp/)からも申込可 ☎090-1111-3387、FAX5875-4650 問 shintomei.cq@dc4.so-net.ne.jp [区民無料招待] 人 区内在住の方5人(抽選) ※ファクス、メールに上記①~④および「招待希望」と記入し1/26(土)までに申込(当選者には1/29(火)までに連絡)

認知症カフェ開催 アス・ギャラリーカフェ 時 1/17(木)14:00~16:00 場 アス・フォトギャラリー(東陽1-15-4) 費 無料 内 アメリカ南西部の大自然のスライドショー、利用者の交流、専門職による相談等 申 当日直接会場へ 問 山口 ☎090-1600-2362

講座・催しものつづき

江東区マンション交流会

時 2/2(土) 13:00~16:30 場 カメリアプラザ(亀戸2-19-1) 入 100人(申込順) 費 1,000円※会員は500円
内 [第1部] 講演会「マンションと4K・8Kテレビについて~社会環境の変化に合わせたマンションのグレードアップ~」(師 小出由久(第1級陸上無線技術士)) [第2部] 分科会①管理運営②大規模修繕 [主催] 江東・マンションふぉーらむ21 編 1/25(金)※定員になりしだい終了 申 1/15(火)から電話、窓口またはファクスにマンション名・住所・氏名・電話番号・参加希望の分科会番号(①または②)・解決したい問題等を記入し、住宅課住宅指導係(区役所5階1番)へ ☎3647-9473、FAX3647-9268

深川東京モダン館 秋保×深川交流、おきがる講座、コドモアソビ

1. 仙台・秋保×深川

時 1/18(金) 16:00~19:00、1/19(土) 10:00~19:00、1/20(日) 10:00~16:00 費 入場無料 内 仙台・秋保温泉郷の魅力を味わう交流イベント。秋保ワイナリー・深川ワイナリー・フジマル醸造所の飲み比べ(各100円)他 申 当日直接会場へ

2. おきがる講座

コーヒーやお茶を飲みながら区の歴史を学ぶ講座です 時 1/25(金) 13:00~14:30、15:00~16:30 入 各回30人(申込順) 費 500円(ドリンク代込) 内 明治150年江東人物伝⑨赤松則良と近代造船業 申 1/16(水)から電話で深川東京モダン館

3. コドモアソビ

時 1/26(土) 14:00~16:00 費 無料 内 おりがみ、ペーゴマ。こどもたちあつまれ 申 当日直接会場へ ※いずれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎5639-1776、FAX5620-1632 申 <http://www.fukagawatokyo.com/>

古石場文化センター

こども映画祭

「ドラえもんのスネ夫」や「妖怪ウォッチのウィスパー」の声でおなじみの声優・関智一さん(江東区出身)のトークショーなど、「映画」を楽しむおまつりです 時 2/24(日) 場 古石場文化センター(古石場2-13-2) 内 「映画かいつゾロリ うちゅうの勇者たち」上映会とトークショー、アフレコ体験など※詳細は各文化センターにあるパンフレットをご覧ください 申

上映会&トークショーは1/16(水) 10:00から古石場文化センターに電話または窓口で(チケットは要事前引取)。他は当日直接会場へ※一部事前申込が必要な場合があります ☎5620-0224、FAX5620-0258

社会貢献を目指す60歳以上の女性のためのいきいき美容教室

時 3/6(水) 14:00~16:00 場 高齢者総合福祉センター3階第1研修室(東陽6-2-17) 入 区内在住の60歳以上の女性30人(抽選、結果は当選者のみ連絡) 費 無料 内 参加者自身で化粧を楽しむレクリエーションやADL(日常生活動作)の維持・向上につながる化粧療法を目的としたセミナー 師 (株)資生堂化粧療法講演講師 編 1/31(木)必着 申 はがきに①美容教室②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、〒135-0016東陽6-2-17シルバー人材センターへ ☎3649-3533、FAX3615-0950

芭蕉記念館 冬季文学講習会

「江戸庶民と古川柳」

時 2/16~3/9の土曜(全4回) 10:20~12:00 場 芭蕉記念館1階会議室(常盤1-6-3) 入 38人(抽選) 費 3,000円(教材費含む) 師 中村正明(國學院大學文学部日本文学科准教授) 編 1/24(木)必着 申 電話、窓口またはファクスに①講座名②氏名・フリガナ③郵便番号・住所④電話・ファクス番号⑤生まれ年(西暦)・性別を記入し、芭蕉記念館へ※ホームページ(<https://www.kcf.or.jp/basho/>)からも申込できます ☎3631-1448、FAX3634-0986

江戸庶民の年中行事再現

「初午飾り」

時 1/18(金)~2/11(月・祝) 9:30~17:00(最終入館は16:30) 費 大人400円、小・中学生50円(観覧料)※中学生以下は保護者同伴 申 当日直接会場へ 場 深川江戸資料館(白河1-3-28) ☎3630-8625、FAX3820-4379

少年少女サッカー教室

時 2/10(日) ①10:00~12:00(小学2年生) ②13:30~15:30(小学3年生) 場 新砂運動場(新砂3-9-1) 入 区内在住の小学生各回250人(抽選) 費 無料 [主管] 江東区サッカー連盟 [指導協力] FC東京 編 1/25(金)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦学校名⑧学年⑨保護者氏名⑩参加希望の番号を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ ☎3649-1701、FAX3649-3123

健康センター

リハビリ通所者募集

時 4月~9月の月曜(または日曜)・木曜9:30~11:30 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 次のすべてに該当する方10人程度○脳血管障害等により身体機能の低下している方○医療機関でリハビリを終了し、医師から通所のリハビリを勧められている方(要診断書)○自力で通所および運動できる方 費 無料 内 ストレッチ・自転車等による機能回復訓練 [通所者の決定] 書類選考および健康チェックで決定 編 1/23(水) 申 1/16(水)から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

健康センター

メディカルチェック

時 2/2(土)・9(土)・16(土)・18(月)・23(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 各日12人(申込順) 費 7,000円(3か月以内の血液検査結果をお持ちの方は5,000円) 内 血圧測定、血液検査(14項目)、安静時および運動負荷心電図検査、問診等 申 1/16(水)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

健康センター健康講演会

「笑い健康講座」

「笑い」はがん予防にもつながると言われています。落語家の術をお楽しみください 時 2/11(月・祝) 14:00~16:00 場 健康センター4階会議室(東陽2-1-1) 入 80人(申込順) 費 無料 師 柳家喬の字(落語家、社会福祉士) 申 1/16(水)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

保健

呼吸体操教室

時 1/24(木) 14:00~16:00(受付13:30~) 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 区内在住で、気管支ぜん息・肺気腫・慢性気管支炎と診断されている成人の方50人(先着順)※動きやすい服装でお越しください 費 無料 内 歌と呼吸法による呼吸筋トレーニング 師 三宅聖子(ミュージックasパレット代表理事・音楽療法士) 申 当日直接会場へ 場 保健所健康推進課公害保健係 ☎3647-9564、FAX3615-7171

食育応援講座「こどもに伝えたい!和食のきほんのき」

時 1/30(水) 13:30~15:30 場 深川保健相談所調理実習室 入 区内在住の3~6歳の未就学児と保護者16組(抽選) 費 無料 内 講義、調理実演、実習 [持ち物] エプロン、三角きん(バンダナでも可)、ハンドタオル 編 1/21(月)消印有効 申 往復はがきに①講座名②氏名(お子さんと保護者)③お子さんの年齢④郵便番号・住所⑤電話番号を記入し、〒135-0021白河3-4-3-301深川保健相談所栄養士へ ☎3641-1181、FAX3641-5557

食と健康づくり教室

「知りたい!今どきの痛風治療」

時 2/7(木) 13:00~15:30 場 深川保健相談所多目的室・調理実習室(白河3-4-3-301) 入 区内在住で尿酸値が高い方、痛風に関心がある方またその家族30人(申込順) 費 無料 内 医師による講義、栄養士による調理実演(試食あり)※実習はありません [持ち物] 筆記用具 師 柳澤明子(柳沢ファミリークリニック院長)、深川保健相談所管理栄養士 申 1/16(水)9:00から深川保健相談所に電話または窓口で ☎3641-1181、FAX3641-5557

30代のための健診

(生活習慣病予防健診2月分)

時 場 下表のとおり 入 健診日現在30歳~39歳の区民の方各会場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 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 編 1/21(月)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窓口で(重複申し込み不可)※電子申請もできます 申 <http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/index.html> 内 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	2/12(火) 9:00~	3/1(金) 13:10~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	2/6(水) 13:10~	2/19(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	2/1(金) 12:45~	2/15(金) 13:30~

※城東南部保健相談所は平成31年3月に実施予定



一年生になったら

「読む」喜び

絵本の読み聞かせが大好きなわが子。このまま大好きでいてほしいけど、スーパーの入口でママの買い物を持っている小学生は、みんなスマホやゲームで遊んでいる。あんなってほしくないけど。



どうしてこどもは絵本の読み聞かせが好きなのでしょう。絵本の読み聞かせが好きなから、「物語がおもしろいから」、「親の声を聞くと安心するから」。

のひざの上に乗って本を読むことは、こどもの心を満たしていきます。一対一の個別の関わり合いは、自分だけがえのない大切な存在であることとを、こどもに伝えることとなります。ぜひ、こどもと一緒に絵本コーナーがある書店や図書館に足を運んでみてください。そこにはさまざまなメッセージを持った魅力的な本が置いてあります。こどもたちはいついつい手に取って見ているはずなんです。そして、「読んで」とお願いしてきたら、ぜひ一緒に読んであげてください。

「一緒に読む」こと
家庭でも保育園でも、大人

このように読み聞かせの喜びは、単に読んでもらえる喜びだけではなく、大好きな親と一緒に読む喜びなのです。ぜひ、小学校に入る前、まだ自分では読めない時期の「一緒に読む」喜びを大切にしてください。

庶務課社会教育担当

凡例 時日時 場所 集 人 対象・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 締締切日 申 申込 問問合先 HP ホームページ Eメール

お知らせ

23区合同職員採用説明会

時 3/16(土) 10:00~16:00 場 明治大学和泉キャンパス(杉並区永福1-9-1) 特別区職員採用試験を受験希望の方7,000人程度※詳細はホームページをご覧ください 2/18(月) 特別区人事委員会事務局のホームページで※郵送不可 特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎ 5210-9787、FAX5210-9708 HP http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm

小1支援員(臨時職員)募集

[雇用期間] 原則として4月から学校の夏休みの前日 [勤務場所] 区立小学校・義務教育学校 20人程度 [賃金] 時給1,020円 小学校1年生の学級における生活習慣の定着のための支援※採用の可否は、学校長による面接のうえ決定※勤務時間・曜日

等は勤務校により異なります 申 [小1支援員の応募]と記入のうえ、履歴書を〒135-8383区役所学校支援課学校支援係(6階3番)へ郵送または持参 ☎ 3647-9307、FAX3647-9053※履歴書は返却しません※勤務地等を考慮し面接対象者にのみ連絡します **青少年育成指導員(非常勤)募集** [雇用期間] 4月~平成32年3月(月15日勤務、更新あり) [勤務条件] 1日7時間45分(原則8:30~17:15)、土・日曜、祝日勤務あり、夜間の変則勤務あり [勤務場所] 江東区役所 [報酬] 月額220,200円、通勤手当(上限あり) 教員、社会教育主事等の資格を有する方、社会教育等に関係する職の実務経験を有する方等若干名(選考) 青少年指導者講習会等の企画・立案・運営、青少年課が実施する事業に関する事 [選考方法] 1次選考:課題式記述、書類審査、2次選考:口述試験※詳細は区ホームページまたは青少年課地域連携係(4階24

番)で配付する募集要項を参照 1/31(木)必着 申 応募書類を、〒135-8383区役所青少年課地域連携係に郵送または持参 ☎ 3647-9629、FAX 3647-8474

点字版資源回収・ごみ収集日一覧の送付希望者募集

視覚障害者の方で希望される方に平成31年度版資源回収・ごみ収集日一覧の点字版を送付します。発送は3月下旬の予定です。申し込まれた方には来年度以降も継続して送付します 1/31(木) 申 電話またはファクスに郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入し、清掃事務所へ ☎ 3644-6216、FAX3699-9520

後期高齢者医療保険料の納付書を発送

後期高齢者医療保険料の1月期~3月期分の納付書を、1月中旬に送付します。なお、口座振替を登録している方や特別徴収(年金からのお支払い)に該当している方には送付しません。保険料の納付期限は各月末日です。納め忘れのないようお願いいたします 医療保険課資格賦課係 ☎ 3647-8520、FAX3647-8443

区税徴収嘱託員は休日・夜間も訪問

区税徴収嘱託員は、納付期限の過ぎた住民税の収納と納期内の自主納付を推奨するため、平日に加え土・日曜や祝日、夜間も戸別訪問を行っています。嘱託員は、名札着用のほか「江東区区税徴収嘱託員証」を常に携帯しています。不審に思われた際は、身分証明書の提示をお求めください。なお、納付から収納を確認できるまで2週間程かかるため行き違いで訪問することがあります 納税課収納推進係 ☎ 3647-2063、FAX 3647-8646

認知症家族介護者教室・交流会

認知症についての講話と、家族介護者の交流会を行います。ぜひご参加ください 時 場 下表のとおり 20人(申込順) 費 無料(飲食費実費) 申 1/17(木)から電話で各長寿サポートセンター

日時	施設名(会場)	内容	申込・問合先
2/2(土) 10:00~11:30	亀戸高齢者在宅サービスセンター(亀戸4-21-13)	認知症になっても住み慣れた地域で生活できるよう、認知症に対応した介護保険サービスについてお話しします。	亀戸北長寿サポートセンター ☎5626-0671 FAX5626-0133
2/16(土) 14:00~15:30	特別養護老人ホームあそか園(住吉1-17-11)	認知症介護の効果的な接し方やお世話の方法をわかりやすく説明します。	住吉長寿サポートセンター ☎3635-0646 FAX3632-3617
2/27(水) 14:00~15:30	東京城東病院2階会議室(亀戸9-13-1)	【認知症予防~睡眠編~】眠ることで脳のメンテナンスを行い、認知症予防につながります。どのような睡眠がよいか学びましょう。	亀戸東長寿サポートセンター ☎5875-3451 FAX5875-3452

高齢者家族介護教室(無料・申込順・1/15(火)から各施設に電話・受付時間 月~金曜 9:00~17:00)

介護に役立つ知識や技術を学ぶことができます 区内在住・在勤でご家族の介護を行っている方20人 費 無料

日時	施設名(会場)	内容
2/9(土) 14:00~15:30	らん花園高齢者在宅サービスセンター(塩浜2-7-2) ☎5617-6060、FAX5617-6050	【遺品整理について】遺品整理は心の整理。整理コーディネーターが遺品整理、生前整理、福祉整理などについてわかりやすく解説します。
2/16(土) 13:30~15:00	コスモス高齢者在宅サービスセンター(大島9-6-16) ☎5836-1555、FAX3638-3585	【楽しく転倒予防】作業療法士が、日常生活での転倒予防に関するポイントや体操をお教えます。
2/16(土) 14:00~15:30	東陽高齢者在宅サービスセンター(東陽6-2-17) ☎5606-8861、FAX5606-8863	【おむつの正しい選び方と使用方法】排泄トラブルや皮膚疾患の解消を目的とした講義を行います。おむつの種類や使用方法について学んでみましょう。
2/20(水) 13:30~15:00	深川愛の園高齢者在宅サービスセンター(冬木16-7) ☎3641-1962、FAX3641-1964	【高齢者を狙う悪質商法の手口と対処法】最新手口への対処法、見守りポイント、被害発生時の対応などを講義します。次々に新しい手口が出てくる悪質商法による高齢者の消費生活トラブルを防ぎましょう。
2/22(金) 13:30~15:00	北砂ホーム高齢者在宅サービスセンター(北砂6-20-30) ☎5606-1731、FAX5683-2440	【ハンドマッサージの効果】介護福祉士がハンドマッサージについて実技を交えて講義をします。精神的負担軽減等にも効果的なハンドマッサージを学んでみませんか。
2/23(土) 14:00~15:30	あそか園高齢者在宅サービスセンター(住吉1-17-11) ☎3632-3615、FAX3632-3617	【口腔ケアを気にしよう】気にされている家族が少ないと言われる口腔ケア。歯科医師、歯科衛生士が口腔ケアの知識や方法をお伝えします。

講座・催しもの

小学校特別支援学級連合展覧会

時 1/18(金)~22(火) 9:00~16:30 (最終日は12:45まで) ※1/21(月)は休館日 場 江東区文化センター2階展示ロビー(東陽4-11-3) 費 無料 区内小学校特別支援学級・特別支援学校に在籍する児童の楽しく力のかもった絵画や立体作品などを多数展示します。ぜひご来場のうえご鑑賞ください 申 当日直接会場へ 問 学校支援課特別支援教育係 ☎ 3647-9175、FAX3647-9053

天文講演会「地球と月の秘密 ~星くずからの誕生~」

時 2/10(日) 15:10~16:50 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) 小学4年生以上の方70人(申込順) ※小学生は保護者同伴、幼児の同伴不可 費 無料 小久保英一郎(国立天文台理論研究部教授、天文シミュレーションプロジェクト長) 1/16(水) 9:00からえこっくる江東に電話または窓口で ☎ 3644-7130、FAX3644-7135 HP https://www.ekokkuru-ko.jp/

児童会館 どうぶつしょうぎ教室・七宝教室

1. どうぶつしょうぎ教室 時 1/30(水) 14:00~14:40 区内在住の4歳以上の幼児親子20組(抽選、結果は当選者の方にのみ1/23(水)連絡) 藤田麻衣子(どうぶつしょうぎを育てる会) 2. 七宝教室「銀箔を使ったキーホルダー作り」 時 2/2(土) 14:00~15:30 区内在住の小・中学生12人(抽選、結果は当選者の方にのみ1/24(木)連絡) 瑞穂つくし ※いずれも 場 児童会館(住吉1-9-8) 費 無料 1/22(火) 申 児童会館に電話または窓口で ☎ 3633-6911、FAX3633-6936

社協カフェ「みんなの居場所」

時 場 下表のとおり 該当地区にお住まいの方 費 無料 ①社協カフェ(10:00~13:00) ②福祉・ボランティア相談(10:00~12:00) ③イベント「笑って競ってみんな生き生き!カルタde脳トレ」(10:30~11:30) 申 当日直接会場へ 問 江東区社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎ 3640-1200、FAX5683-1570

日程	場所	地区
1/16(水) 議室(大島4-5-1)	総合区民センター7階第2・3会議室	城東北部
1/23(水) 住吉地区集会所1階洋室(住吉1-8-12)	住吉地区集会所1階洋室	深川北部

城東ふれあいセンター ~ちはやふる 百人一首の魅力~

時 2/1(金)・8(金) 10:00~11:30(全2回) 場 城東ふれあいセンター会議室(北砂4-20-12) 区内在住の60歳以上の方36人(申込順) 費 無料 1/16(水)から城東ふれあいセンターに電話または窓口(未登録の方は保険証持参)で ☎ 3640-8651、FAX 3699-6744

備蓄食品 de クッキング

栄養士おすすめの 備蓄食品アレンジ法

非常時にも役立つ調理グッズを紹介

「カセットコンロ・ボンベ」 お湯を沸かししたり、生鮮食品に熱を通したりできるため、非常時であっても食事の幅が広がります。予備のボンベを少し多めに備蓄しておくこと安心です(火の扱いには十分に注意しましょう)。

「ポリ袋」 食品を調味したり、混ぜたり、手袋代わりに使用したりと色々な用途で役に立ちます。鍋とカセットコンロがあれば、お米を炊くことも可能です。

「キッチンばさみ」 まな板を使わずに食品を切ることが出来ます。

「ラップ」 お皿に敷くと洗いの物を減らすことが出来ます。

災害発生直後は、電気・ガス・水道がすべて使えなくなることも想定されます。そのため、調理や加熱を行わずに食べられるアルファ米や乾パン、缶詰、レトルト食品等を備蓄しておきましょう。

実践!備蓄食品を活用した簡単・美味しいレシピ

今回は、ポリ袋で手軽に作る副菜をご紹介します。副菜は、野菜・海藻・きのこ・芋類を使ったおかずで、ビタミン・ミネラル・食物繊維の供給源となります。災害時は、新鮮な野菜が不足し、これらの栄養素が摂りづらくなります。副菜になるレトルトパック、乾物、缶詰の他に人参、玉ねぎ、じゃがいもなど、長期保存可能な野菜や芋類を、普段から少し多めに買い置きしましょう。調味料も一つ余分に買いおくと安心です。

いんげん豆のポテサラ風 E: 113kcal 塩: 0.4g

材料(4人分)
 白いんげん豆の水煮.....1パック(230g)
 ツナ(レトルト).....1パック(60g)
 黒オリーブ(スライス).....1パック(25g)
 オリーブオイル.....小さじ1
 レモン汁(またはお酢).....小さじ1
 こしょう.....少々

作り方
 ①ポリ袋に汁をきった豆を入れて潰し、残りの材料と調味料をすべて加え、よくもんで混ぜる。
 ※パンやクラッカーにのせて食べてもおいしいです。

「簡単レシピ集配布先」
 こうとう情報ステーション(区役所2階)、防災課(区役所隣防災センター4階)、保健所、各保健相談所、豊洲特別出張所・各出張所、各図書館、健康づくり応援店
 ※区ホームページからもダウンロード可
 防災課災害対策係
 ☎ (3647)9587
 FAX (3647)8440

東京2020大会まであと500日! 3/16(土) SPORTS&SUPPORTS トーク&ライブ



▲田中雅美さん



▲畠山愛理さん



▲鈴華ゆう子さん(和楽器バンド)

3/12(火)~4/13(土)は、東京2020オリンピック・パラリンピック開催期間の500日前にあたり、区では東京2020大会の気運醸成イベントとして、トークショー&ライブステージを実施します。第一部は、田中雅美さん・畠山愛理さんを迎えたトークショー。第二部は、鈴華ゆう子さん(和楽器バンド)によるスペシャルステージが行われます。入場料無料です。皆さんのご応募をお待ちしております **時** 3/16(土) 16:00開演(15:30開場) **場** ティアラこうとう大ホール(住吉2-28-36) **入** 区内在住の方1,000人(抽選。結果は2月下旬に全員に通知予定) **費** 無料※全席指定 **内** 【第一部】競泳シドニーオリンピック銅メダリストの田中雅美さん、新体操ロンドン・リオオリンピック日本代表の畠山愛理さんを迎えたトークショー【第二部】鈴華ゆう子さん(和楽器バンド)を迎えた歌とトーク等のスペシャルステージ **締** 1/31(木)※消印有効 **申** メールまたは往復はがき(応募人数は4人まで、重複応募無効)に①参加者全員の氏名、年齢②代表者の住所③代表者の電話番号を記入し、〒135-8383区役所スポーツライブ事務局へ郵送※車椅子席の確保が必要な方は、申込時にその旨ご記入ください※ホームページ(**HP** <https://www.city.koto.lg.jp/038101/sposupentry.html>)からも申込可 **e** koto@sposup.tokyo **問** スポーツライブ事務局コールセンター☎3989-7175(月~金曜の10:00~17:00※祝日を除く) **▲二次元コード**



保育園就職フェア in Koto 2/2(土) 就職に役立つセミナー、就職相談会など



▲「おしごと相談室」でプロのキャリアアドバイザーにも相談できます
保育の仕事に関心のある方や、保育園に就職を考えている方を対象に、セミナーや、区内の保育施設運営事業者との相談会を実施します(服装自由・履歴書不要)。本フェアを通して就職が決まった方には、就職祝いとして区内共通商品券を贈呈します。また、当日は潜在保育士向けに開催する「保育園就職応援セミナー」の参加申込みも受け付けます **時** 2/2(土)①12:00~12:30、14:00~14:30②12:30~16:00 **場** ティアラこうとう地下1階①中会議室②大会議室(住吉2-28-36) **入** 保育士、看護師、栄養士等、保育園で働きたい方。未経験の方、資格の無い方も大歓迎 **費** 無料 **内** ①就職支援セミナー(保育の分野で活躍する講師、こうとう若者・女性しごとセンターによる講演)②就職相談会(区内の私立保育園(認可、認証等)34法人が参加)、相談コーナー(区内保育施設の現役保育士による相談ほか) **保** 未就学児(無料、当日申込順) **申** 当日直接会場へ※2/1(金)までに事前申込の方には粗品プレゼント。江東区保育園就職フェア運営事務局に電話で申込☎6805-0195※特設ホームページ(**HP** <http://www.koto-hoiku.com/>)からも申込可 **問** 保育課保育支援係☎3647-9084、FAX3647-8447

中央防波堤埋立処分場や 1/29(火) 清掃工場をバスで巡る見学会 資源・ごみへの知識を深めるリサイクル講座



▲新江東清掃工場と中央防波堤埋立処分場
環境施設見学で、ごみの行方や資源・ごみに関する基本的な知識を学ぶ講座です。
時 1月29日(火) 午前9時~午後4時 **場** 区役所前(区内在住の方40人(申込順))
※以前参加された方はご遠慮ください **費** 無料(昼食は各自) **見学会** 先中央防波堤埋立処分場(午前)、新江東清掃工場(午後)
締 1月18日(金) ※定員になりしだい終了
申 1月16日(水) 午前8時から電話、窓口またはファクスに①講座名②住所③氏名④電話番号を記入し、清掃リサイクル課(区役所隣防災センター1階4番)へ
FA (5617)5737 **☎** (3647)9181

未来をつくる若者・オブ・ザ・イヤー 江東ジュニアリーダーズクラブが内閣府から表彰



▲賞状を掲げる会長の南川さん ▲ジュニアリーダー講習会宿泊研修にて
「未来をつくる若者・オブ・ザ・イヤー」とは、地域や社会の輝く未来に向けて行った社会貢献活動に顕著な功績のあった子ども・若者(個人または団体)を顕彰し、子ども・若者の健やかな成長に資することを目的としています。11/21に表彰式が行われ、このたび、江東ジュニアリーダーズクラブが表彰されました。ジュニアリーダーとは、子ども会や地域の活動などで、子どもたちの良きお兄さん・お姉さんとして活躍する年少指導者のことで、大人と子どもを結ぶパイプ役を担っています。活動には、小学5年生から受講できる講習会を修了し、認定されることが必要です。現在、約150人が江東ジュニアリーダーズクラブに所属しています。この受賞を励みに、さらなる飛躍が期待されます **問** 青少年課地域連携係☎3647-9629、FAX3647-8474

CITY IN THE GREEN 入賞作品決定 オンラインフォトコンテスト

CITY IN THE GREEN (CIG) を推進するため、地域のシンボルや誇りとなる緑の写真を募集しました。今回は「CITY IN THE GREEN (緑の中の都市)」をテーマとし、90点の緑あふれる作品の応募があり、審査会でCIGの普及に貢献する作品が入賞となりました。
[CIG大賞]「作品名:春の色彩」(撮影場所:越中島、東京海洋大学) 撮影者:鈴木信行さん※このほかの入賞作品は、区ホームページでご覧になれます **問** 管理課CIG推進係☎3647-2079、FAX3647-8454



がんばる 小・中学生 コーナー 関東中学校柔道大会 男子50kg級 3位 村上 颯くん(区内在住・3年)

5歳のころ、友人の柔道見学と一緒に付いて行き、競技を始めた村上くん、見事関東大会で3位となりました。「関東の強豪が集まっていたので、1試合1試合がハードで勝ち進むのがとても大変でした。最後一瞬、気を抜いてしまい、ポイントを取られてしまったところがまだ甘いと思いました」と大会の感想を話してくれました。柔道は見た目と違い、一つ一つの技が奥深く難しいが、綺麗に相手を投げた時の気持ちよさが魅力と話す村上くん。綺麗な一本を取る柔道をする阿部一二三選手が憧れで、今後の目標は「全国大会で優勝して、オリンピックに出場することです。」
▲大会後、賞状を持つ村上くん



凡例
時日時
場所
集
対象
定員
費用
内容
講師
保
一時保育
締
締切日
申
申込
問
問合先
HP
ホームページ
E
Eメール