

# 料理を科学しよう! 「こどもお料理団」

## 「もつたいたい」をなくそう大作戦

食材を食べる前に腐らせてしまったり、食べきれずに捨ててしまったりする「食品ロス」が問題になっていきます。簡単な実験を交え、食品をおいしく上手に保存するワザをお伝えします。

11月10日(水)  
男女共同参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

科学の力で「もつたいたい」を無くし、楽しく料理を作りましょう。

11月27日(土) 午前10時～午後0時半  
男女共同参画推進センター3階調理実習室(扇橋3-22-2パルシテイ江東内)  
小学4、6年生16人(抽選) 500円  
NPO法人市民科学研究室



# 女性のための起業入門講座 ビジネスプランを具体化し、 起業への道筋を立てましょう

起業を検討している、または起業に向けて動き始めている方向けの講座です。

3年以内に起業を検討中の女性16人(全3回参加できる方を優先し抽選)  
無料  
渡邊奈月(中小企業診断士、マーケティング・プランナー)  
保 幼児(1歳6か月～就学前)10人程度(無料・申込時要予約)  
11月10日(水)  
男女共同参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

全3回の講座を通じて、経営資源「人・物・お金」や、事業計画の立て方など、起業に向けて必要な基礎知識を学びます。同じ想いを持った仲間と、共に学び、夢を実現するための一歩を踏み出しましょう。

12月12日、19日、26日(日曜全3回) 午後2時～4時半  
男女共同参画推進センター3階第1・2研修室(扇橋3-22-2パルシテイ江東内)

東陽町スクウェアビル8階) 55歳以上で働く意欲のある方30人(申込順) 無料 [持ち物] 筆記用具 師 平田純子(CFP®、1級ファイナンシャル・プランニング技能士)ほか  
10/25(月)から予約専用ダイヤルへ電話 ☎5256-6200(平日9:00～17:00) 東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335、FAX5211-3002

### 弁護士による Zoom無料法律相談会

11/12(金) 18:30～20:50 場 豊洲文化センター第2研修室(豊洲2-2-18豊洲シビックセンター8階) 9人程度(申込順) 無料 内 相続、離婚、借金、賃貸借・売買など  
11/2(火) 10:00から電話で東京弁護士会友会全期会(光伸法律事務所石井城正(東京弁護士会所属)) ☎5363-5371、FAX5363-5374 e ishii@koshin-law.jp

全7回) ※10月から開催している講座への途中参加となります [小学5・6年生] 19:00～20:00 [中学生] 20:00～21:00 場 都立東高等学校(東砂7-19-24) 小学5・6年生5人、中学生5人(申込順) 無料(傷害保険加入希望者は800円) 10/25(月)からメールまたはファクスに①講座名②住所③参加者氏名・保護者氏名④年齢⑤電話番号(自宅)・保護者の携帯番号⑥保護者メールアドレス⑦学校名・学年⑧ラグビー経験年数・所属スクール⑨傷害保険加入希望の有無を記入し、都立東高等学校へ ☎3644-7176、FAX3615-7463 e Yuu\_Motomura@member.metro.tokyo.jp

### その他

#### シニア生涯ワーキングセミナー

年金などの各種制度の基本知識を学び、シニア世代の「働き方」について考えます 11/24(水) 13:30～16:15(受付13:00～) 場 日比谷記念ホールセミナールーム(南砂2-1-12)



## 保健

### HIV・梅毒抗原抗体検査・相談(11月分)

時 下表のとおり 費 無料 内 匿名で実施できます 申 当日直接会場へ 場 城東保健相談所(大島3-1-3) 問 保健所保健予防課感染症対策係 ☎3647-5879、FAX3647-7068

日程	受付時間
検査日 11/8(月) 11/22(月)	9:00～10:00
結果日 11/22(月) 12/6(月)	10:00～10:30

### 「がんの夜間相談窓口」(11月分)

「がんの疑いがある」「診断を受けた」「治療を始めた」など、患者や家族の方の不安や疑問に思うことを相談できます 11/5(金) 18:00～20:00 場 マギーズ東京(豊洲6-4-18) 費 無料 申 当日、マギーズ東京へ電話連絡のうえ会場へ ☎3520-9913 問 保健所健康推進課がん対策・地域医



療連携係 ☎3647-5889、FAX3615-7171

## 休館・休止

ご不便をおかけします

### 塩浜福祉会館・塩浜児童館

10/30(土)を休館。塩浜福祉プラザの受水槽工事のため 問 塩浜福祉会館 ☎3647-3901、FAX3647-1941

### 中川船番所資料館

11/9(火)を休館。展示替えのため ※11/8(月)は定期休館日 問 中川船番所資料館(大島9-1-15) ☎3636-9091、FAX3636-9094

### 東砂スポーツセンター

10/31(日)終日、トレーニング室の一般公開を中止。衆議院議員選挙に伴う投票所開設のため ☎5606-3171、FAX5606-3176

## 官公署

### 小5から中学生までのラグビー講座(初心者から経験者まで)

11/1～12/20の月曜(12/6を除く)

11月の健康相談等		城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	委託実施	備考
区分	対象者	対象住所	下欄※1をご参照ください	塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海・海の森にお住まいの方	下欄※2をご参照ください	妊婦健康診断 妊婦健康診断 6か月児健康診断 9か月児健康診断 1歳6か月児健康診断 1歳6か月児健康診断 1歳6か月児健康診断	○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。
一般精神保健相談	一般区民	5(金)・25(木) 13:30～15:30	10(水)9:30～11:30 26(金)13:30～15:30	1(月) 13:30～15:30	12(金) 13:30～15:45	妊婦	新生児・産婦訪問指導
思春期精神保健相談		5(金) 14:00～15:30	17(水) 9:30～11:30	8(月) 14:00～15:30	17(水) 9:30～11:45	令和3年2月生	産婦
子育て相談		4(木)・26(金) 13:30～15:00	19(金) 13:30～15:30	26(金) 13:30～15:30	5(金) 13:30～16:30	令和2年5月生	産婦
高齢者精神保健相談		19(金) 13:30～15:30	今回の予定はありません	偶数月に実施	26(金) 13:30～15:45		
アルコール相談	一般区民	随時行っています。まずは各保健相談所にご相談ください。					
難病療養相談	一般区民	8(月) 13:30～15:30	25(木) 13:30～15:30	18(木) 13:30～15:00	今回の予定はありません		保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。
栄養相談		8(月)・22(月) 9:00～15:30	1(月)・15(月) 9:00～15:30	11(木)・24(水) 9:00～15:30	12(金)・24(水) 9:00～15:30		郵送されたそれぞれの健康診断受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診断を受けてください。
4か月児健康診断	(個別通知制)	9(火)・17(水)・30(火)	11(木)・18(木)・24(水)	9(火)・17(水)・30(火)	8(月)・16(火)		
育児学級	9～10か月児の保護者	17(水) 9:30～11:00	19(金) 10:00～11:30	11(木) 9:30～10:45	9(火) 9:30～11:30		
	1歳6か月～2歳未満児の保護者	24(水) 9:30～11:00	26(金) 10:00～11:30	24(水) 9:30～10:45	16(火) 9:30～11:00		
3歳児健康診断	(個別通知制)	2(火)・10(水)・16(火)・24(水)	10(水)・17(水)・25(木)	10(水)・16(火)・24(水)	9(火)・15(月)・30(火)		
1歳児・2歳児歯科相談	(個別通知制)	対象者には個別に郵送でご案内します					