



【主催】 葛飾区フードフェスタ実行委員会 【担当課】 商工振興課

今年のかつしかフードフェスタは、直接お店に行って商品を購入する形式で実施します (チケットの販売は行いません)。期間中は、各店舗のイチオシメニューをお得に楽しめます (サービス内容は店舗によって異なります)。

開催期間 11月1日(月)～30日(火)

参加店舗 区内飲食店 約**180**店舗

イチオシメニューや店舗の所在地、営業時間など、詳しくはパンフレットまたは公式ホームページをご覧ください。

【パンフレット配布場所】

テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)、区民ホール(区役所2階)、区民事務所、区民サービスコーナー、地区センター、駅スタンド、参加店舗など



イベント終了後も、パンフレットを持ってお店に行こう

「かつしかフードフェスタ2021」では、イベントの参加者にイベント終了後も各店舗やその地域を「再訪問」していただけるように「Re-visit」をテーマにしています。

パンフレットを持って、イベント終了後に参加店舗に行くと、お得なサービスを受けられますので、イベントで見つけたお気に入りのお店に、ぜひ「Re-visit」してみてください。

歴代PR大使のオリジナルグッズが抽選で当たるスタンプラリーの実施

応募期間 11月1日(月)～12月10日(金)(必着)

応募方法 パンフレットに添付の応募用紙にスタンプを4つ集めて、かつしかフードフェスタ2021運営事務局まで郵送で。

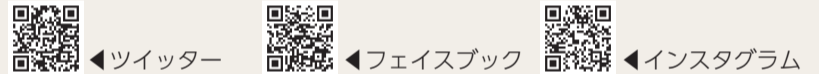
(賞品例)



詳しくはこちらから

公式ホームページ <https://katsushika-food.jp>

公式ツイッター・フェイスブック・インスタグラム



問い合わせ

かつしかフードフェスタ2021運営事務局 ☎03-3541-1711

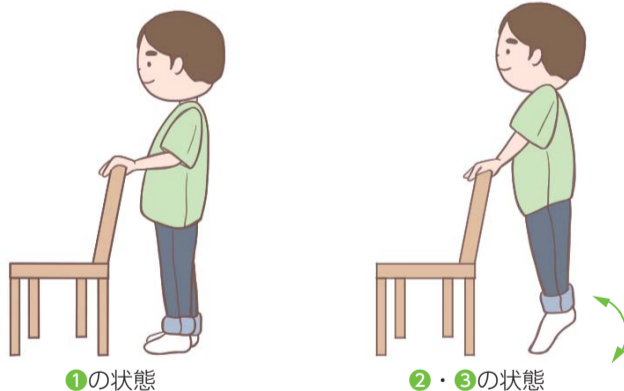
自宅でできる 筋トレ講座

生活の中に取り入れて、運動不足解消や介護予防に役立てましょう。今回は、足首の筋肉を強くする筋トレを紹介します。

【担当課】 地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202

- ① 転ばないように椅子につかまって、背筋をしっかりと伸ばしましょう。
- ② 1、2、3、4 でつま先立ちになります。
- ③ 5、6、7、8 で元に戻ります。

伸び上がると不安定になるのでうまくバランスをとります。



ポイント

- 1 正しい姿勢を保つ
- 2 呼吸は止めない
- 3 痛みがでるようなやりすぎはしない

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

新小岩さくら保育園第1・第2

～小規模認可保育園～

定員 0歳児6名 1歳児7名 2歳児6名
(職員3名) (職員2名) (職員2名)

特色

- ◎少人数で一人一人のお子様に丁寧な保育を提供します
- ◎英語・モンテッソーリ教育・体操等、様々な経験ができる環境です
- ◎園に自転車・ベビーカーを置いていけるので、そのまま新小岩駅から通勤可能です



入園募集開始 R3、11月頃

詳しくは葛飾区入園相談係まで

TEL:03-3695-1111(区代表)

TEL:03-5654-8278(子育て支援窓口)

入園に際して、見学必須となっております。見学は随時行っておりますので、お気軽にご連絡ください。

見学連絡先

新小岩さくら保育園第1 03-5879-2350
新小岩さくら保育園第2 03-3697-5310