

協働のまち 葛飾

地域の皆さん・事業者・区が「地域をより住みやすく、より良いまちにしよう」と考えて協力する『協働』の取り組みが区内に広がっています。

【担当課】 政策企画課協働推進担当
☎03 - 5654 - 8177



絵本の世界を体験

かつしか子ども劇場

「子どもたちが生の舞台上に触れたり、仲間と触れ合う遊びを体験したりすることで、創造性や自主性を養うことを大切にしています」そう語ってくれたのは、かつしか子ども劇場理事長の大竹京子さんです。

かつしか子ども劇場は、子どもが文化的な生活や芸術に参加する権利を持っていることを認める「子どもの権利条約31条」の精神に基づき、子どもと大人がともに育

ち合える地域を作っていくと、昭和63年に発足しました。現在、約50人の会員が、立石にある劇場事務所内などで活動しています。年に5～6回のプロによる演劇や人形劇、コンサート鑑賞会その他、大人も子どもも参加できる遊びの場として絵本の世界を体験したり、本格科学実験教室や区内の商店街と協力して忍者修行などを行ったりしています。また、毎週火曜日は3歳以下のお子さんがい

る親子を対象に、わらべうたを歌ったり、ゆったりおしゃべりしながら親子で同士の交流ができる憩いの場を提供しています。

「活動をしていると、さまざまな地域や世代の方とも交流できます。また、イベントには企画・運営者も参加して一緒に楽しんでいます。みんなの笑い声や『楽しかった』『次はいつやるの』などの声を聴くと、活動をしていてよかったと思います。これからもたく

さんの方に活動に参加していただき、テレビや本では得ることができない、本物の体験をしてほしいです。まずは一度、かつしか子ども劇場へ遊びに来てください」と語ってくれました。

活動に興味がある方は、かつしか子ども劇場(katusika.kogeki@gmail.com)までお問い合わせください。

かつしかを伝え隊

区ホームページやフェイスブック、ツイッターで発信している区の出来事の一部を紹介します。

【担当課】 広報課
☎03 - 5654 - 8115

キャベツ発祥の地 細田で地元産キャベツを使ったメニューを提供



3月に細田地域の飲食店で、地元で収穫されたキャベツを使用したメニューが期間限定で提供され、地元の方で賑わいました。ロールキャベツのメニューを提供した「古民家 café 庄右工門」の大西さんは「地域が元気になるように頑張っていきたい」と話していました。

奥戸青空ソフトボールクラブの選手が表敬訪問



奥戸青空ソフトボールクラブの辻選手と梅野選手が、オーストラリア親善交流派遣団の日本代表に選出され、3月15日に区長を表敬訪問しました。国際親善大会は中止になりましたが、4月2日・3日に香川県高松市で開催された代替大会に出場しました。

寅さん記念館・山田洋次ミュージアムリニューアルオープン



4月9日、寅さん記念館と山田洋次ミュージアムがリニューアルオープンしました。4月8日には山田洋次監督、俳優の倍賞千恵子さん、画家の藪野健さんを招いた記念式典が行われました。

区内で春の訪れ



スマートフォンアプリ「カタログポケット」では、紙面に掲載しきれなかった写真を見るができます。
立石さくら通り
新小岩公園
青戸公園(夜桜)

区公式ツイッター
区公式フェイスブック

ツイートランキング
(3月16日～4月15日)

1位 南葛SCのホーム開幕戦イベント

2位 地震に伴う区内巡回の結果、停電などの被害はなし
3位 モンテッチ公園拡張部完成記念式典

おうちで作ろう

元気食堂メニュー

【担当課】 健康づくり課 ☎03 - 3602 - 1268

春キャベツの浅漬け

この時期、安くて手に入りやすい、春キャベツやにんじんを使って、簡単に作れます。市販品に比べて塩分控えめです。



ポイント

栄養バランスを整えるためには主食・主菜・副菜を組み合わせることが大切です。この1品で、1日に必要な野菜の5分の1がとれるので、不足しがちな副菜を手軽に補うことができます。

【材料】 2人分

キャベツ…大きめの葉 2枚
にんじん…1/4本
塩昆布…ひとつまみ
唐辛子…お好みで

【作り方】

- 1 キャベツは一口大に切り、にんじんは千切りにする。
- 2 ①と塩昆布と唐辛子をビニール袋に入れ、もんでから30分程度冷蔵庫で寝かす。
- 3 味がしみ込んだら盛り付ける。

【栄養成分表示】 エネルギー 29kcal たんぱく質 1.1g
1人分 脂質 0.1g 炭水化物 3.8g 食塩相当量 0.9g

【献立作成】 東京聖栄大学

イネ科花粉症にご用心

【担当課】 地域保健課

スギやヒノキの花粉のピークが過ぎる5月になっても、目のかゆみや鼻水などのアレルギー症状が出る場合「イネ科植物」が原因の花粉症の可能性あります。

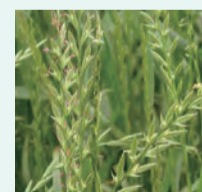
イネ科植物のハルガヤやネズミホソムギは、道端や河川敷、堤防などの身近な草地で生い茂っています。イネ科花粉の飛散時期は、5～10月ごろであり、このうち最も多く花粉が飛ぶのは5月中旬～6月です。

イネ科花粉症の症状はスギやヒノキの花粉と同じで、目のかゆみやくしゃみ、鼻水や頭痛、体の倦怠感などです。症状がある方は、早めに医療機関を受診しましょう。



◀ハルガヤ

枝が短いため花が穂状に見えるのが特徴です。早いものでは3月中旬に開花します。



◀ネズミホソムギ

河川敷や堤防、公園などで多く見られ、5～7月にかけて開花します。

イネ科花粉症を予防するには

- イネ科植物の花粉はスギのように遠くまで飛びません。草むらに入ったり近づいたりせず、花粉にさらされる機会を減らしましょう。
- 目・鼻・口からの花粉の侵入を防ぐため、外出時はマスクを着用し、帰宅後は手洗いやうがい、洗顔をしましょう。

【問い合わせ】 お近くの保健センターへ(11面上欄参照)