

情報コーナー(6頁からのつづき)

映画芸術劇場

10月18日(木)
午後6時30分～8時45分(予定)
銀座プロッサム(中央会館)ホール
区内在住・在勤者
[上映作品]
・「50/50フィフティ・フィフティ」(アメリカ映画)
・「うつわに託す一大西勲の髹漆一」(ドキュメンタリー作品)
定200名(申込多数の場合は抽選)
費無料
9月28日(必着)までに往復はがき(1組2名招待)に②～⑤(7頁記入例参照)を記入して申込む。
〒104-8077
中央区銀座5-1-7数寄屋橋ビル6階
都民劇場「映画芸術劇場中央区係」
☎(3289)4621

その他

不動産街頭無料相談会

土地建物の取引、賃貸借契約、リフォーム、相続、税金などについて、不動産に関する弁護士など専門家が無料で相談に応じます。
10月2日(火)
午前10時～午後4時
場日本橋プラザ敷地内
[主催](社)全日本不動産協会東京都本部
全日本不動産協会中央支部
☎(5159)7331

祝日の「ごみ収集」

9月17日(祝)「敬老の日」・22日(祝)「秋分の日」は、平常どおり、燃やすごみ・燃やさないごみ、資源およびプラスチック製容器包装の収集を行います。
中央清掃事務所作業係
☎(3562)1521

帰宅チャイムは10月から午後4時30分に放送します

子どもたちに帰宅時刻を守る習慣を身につけてもらうため、防災行政無線を使用し、区内全域で帰宅チャイム(ウェストミンスターの鐘)を放送しています。
10月からの帰宅チャイムは30分繰り上げて、午後4時30分に放送します。
青少年の健全育成に、地域の皆さんのより一層のご理解とご協力をお願いします。
文化・生涯学習課青少年係
☎(3546)5304

「区政を話し合う会」参加者募集

「中央区はこんなまちになってほしい」「中央区のここを良くしてほしい」といった、区民の皆さんが日頃考えていることはありませんか。当日は各種団体の方も出席し、区長および区幹部職員のほか、区内官公署がご意見を伺います。
当日の会議は事前にいただいた質問に対し、区幹部職員などがお答え

する方法で行われます。
区政に関心のある方は、ご応募ください。
11月5日(月)
午後2時～4時
場区役所8階大会議室
20歳以上の区内在住者(区政モニターおよび区政モニター経験者、以前に「区政を話し合う会」に参加したことがある方は除く。)
定3名(地域・性別などにより選考)
用10月5日(金)までに電話で申込む。
問広報課広聴係
☎(3546)5222

中小企業の展示会への出展費用の補助をします(下期分)

区内の中小企業が販路拡大のために国内で開催される展示会などへ出展する場合に、出展に係る経費の2分の1を区が補助します。
[補助対象経費]
・会場使用料(小間料)
・展示装飾に要する経費
・出品物の運搬に係る経費
10月1日(月)から平成25年3月31日(日)までに開催される展示会が対象となりますが、終了後の申請はできません。
[補助金額]
対象経費の総額の2分の1、限度額15万円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
[補助予定件数]
10件
[必要書類]
申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、会社概要、出展する展示会などの概要が分かるもの
10月1日(月)から平成25年3月31日(日)までに開催される展示会が対象となりますが、終了後の申請はできません。
[補助金額]
対象経費の総額の2分の1、限度額15万円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
[補助予定件数]
10件
[必要書類]
申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、会社概要、出展する展示会などの概要が分かるもの
10月1日(月)から平成25年3月31日(日)までに開催される展示会が対象となりますが、終了後の申請はできません。
[補助金額]
対象経費の総額の2分の1、限度額15万円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
[補助予定件数]
10件
[必要書類]
申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、会社概要、出展する展示会などの概要が分かるもの
10月1日(月)から平成25年3月31日(日)までに開催される展示会が対象となりますが、終了後の申請はできません。
[補助金額]
対象経費の総額の2分の1、限度額15万円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
[補助予定件数]
10件
[必要書類]
申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、会社概要、出展する展示会などの概要が分かるもの

区議会本会議ラジオ放送

平成24年第三回定例会は9月21日(金)から10月19日(金)までの会期29日間で開かれる予定です。
中央区議会では、コミュニティFM放送「中央エフエム・ラジオシティ」で、本定例会の一般質問を生中継します。ぜひお聴きください。
[番組名]
中央区議会中継
[放送日時(予定)]
9月24日(月)・25日(火)
午後2時～6時
[周波数]
FM84.0MHz
問議会局調査係
☎(3546)5559

都市計画(案)の公告・縦覧のお知らせ

常盤橋地区関連
大手町を中心とする常盤橋地区に関する内容です。
①東京都市計画地区計画大手町・丸

の内・有楽町地区地区計画の変更(案)
②東京都市計画高度地区の変更(案)
③東京都市計画土地区画整理事業大手町土地区画整理事業の変更(案)
④東京都市計画道路幹線街路補助線街路第158号線の変更(案)
⑤東京都市計画公園千代田第2・2・12号常盤橋公園の変更(案)
湊二丁目東地区関連
湊二丁目東土地区画整理事業地区に関する内容です。
⑥東京都市計画地区計画京橋地区地区計画の変更(案)
◎これらの案について、縦覧期間中に意見書を提出できます。

共通

[縦覧期間・意見書の提出期間]
9月19日(水)～10月3日(水)(閉庁日を除く)
午前9時～午後5時
[縦覧場所・意見書の提出先]
①、②は区役所5階都市計画課
③～⑤は区役所7階環境政策課
⑥は区役所5階地域整備課
問・①、②について
都市計画課都市計画係
☎(3546)5468
・③～⑤について
環境政策課計画調整係
☎(3546)5420
・⑥について
地域整備課まちづくり推進主査
☎(3546)5447

事業主の皆さんへ平成25年4月1日(月)から障害者の法定雇用率が引き上げになります

全ての事業主の皆さんには、一定の割合以上で障害者を雇用するよう、法律で義務付けられています。その割合は、民間企業、公的機関ごとに法定雇用率として定められていますが、平成25年4月1日(月)から別表のとおり引き上げられます。
事業主の皆さんには、ご注意ください。
別表

Table with 3 columns: 分類, 引き上げ前, 引き上げ後. Rows include 民間企業, 国、地方公共団体など, 都道府県などの教育委員会.

問ハローワーク飯田橋雇用指導部門
☎(3812)8781

社会福祉協議会ハンディキャブ運転ボランティア募集

社会福祉協議会では、ハンディキャブの利用希望者が運転者を確保できない場合に運転に協力できる、「運転ボランティア」を募集しています。
[活動日時] 利用者の希望する日時(年末年始および車両整備日を除く午前9時から午後5時の間)
[活動場所] 利用者の希望する場所(主に中央区内・近隣の病院)
[ハンディキャブとは] 車いすに座ったまま乗降ができるリフト・スロープ付き自動車で、普通自動車運転免許で運転できるオートマチック車です。登録の際に、リフト操作などの説明(1時間程度)を行います。自動車保険に加入していますので、安心して活動できます。

◎保険の関係上、運転ボランティアは、21歳以上70歳未満の方とさせていただきます。
◎申込方法など、詳しくはお問合せください。
問中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター
☎(3206)0560
FAX(3206)0601
Evc@shakyo-chuo-city.jp

「すてっぷ中央」出前講座のご案内

中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」では、成年後見制度に関する出前講座を実施しています。
[成年後見制度とは]
認知症や知的障害などにより判断能力が不十分な方の不安を解消し、権利と財産を守る制度で、「法定後見制度」と「任意後見制度」から成り立っています。
[こんな時、ご活用ください]
・講座を開催するので、成年後見制度の話をしてほしい。
・町会や高齢者クラブなどの集まりで成年後見制度について説明してほしい。
・職場内で成年後見制度について勉強したい。
◎日時や場所、内容については事前に打ち合わせが必要になりますので、お早めにお問合せください。費用は無料です。
[成年後見制度についてのご相談]
「すてっぷ中央」では、成年後見制度の利用に関するご相談などに随時対応しています。お気軽にお問合せください。
問中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」
☎(3206)0567

あたたかい善意 ありがとうございます

社会福祉協議会への寄付

平成24年7月分寄付合計
374,653円(敬称略・順不同)
[一般寄付金]
株式会社ハッピー・パスポート…10,000円、佃二丁目鈴木猛夫…2,145円、林義信…12,129円、原田英子…3,000円、常山雅子…10,000円、石川邦雄…5,000円、日本橋モラロジー事務所…20,000円、安川肇一…10,000円、月島四之部西町会…127,179円、葉本光明…10,000円、保田清…5,000円、月島四之部東町会大震災火災横死追悼之塔…61,880円、金亀糸業株式会社社員一同…20,000円、有限会社三谷葬儀社…10,000円、三谷和美…5,000円、匿名(4件)…48,320円(内訳 5,103円、8,217円、30,000円、5,000円)



社会福祉協議会 イメージキャラクター「ニジノコ」

[ボランティア基金]
石川邦雄…5,000円、京橋朝海幼稚園PTA…10,000円
問中央区社会福祉協議会管理部
☎(3206)0506

情報コーナー (7頁からのつづき)

消費生活講座

プロが教える クリーニングの基礎知識! ~快適な衣替えのススメ~

10月は衣替えの季節です。この時期には、クリーニングに衣類を出す機会が多くなります。クリーニングを利用する時に知っておきたいポイントやご家庭でできる簡単な染み抜き方法を体験します。

男女共同参画セミナー

「仕事と家庭の両立支援! 働く女性と労働法セミナー」

働く女性が知っておきたい母性健康管理措置や母性保護規定と、出産・育児・介護の場面で使える社会保険制度について学びます。

東京都労働相談情報センターと共催で実施します。

[日時など]別表のとおり

場区役所8階大会議室

対労働者、その他関心のある方

別表

Table with 4 columns: Date, Time, Content, Speaker. Includes dates 10/18 and 10/19.

催し物

女性センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク

水曜日の夜にお話を伺いながら皆さんでおしゃべり(ディスカッション)するイブニングトークを開催します。

今年のテーマは「災害への備えと復興-私たちに何ができるか」です。皆さんのご参加をお待ちしています。

日10月3日(水)

午後6時30分~8時

場女性センター「ブーケ21」

[テーマ]震災救援活動を通じて育まれた絆~人間力が問われる災害支援の現状~

[ゲスト]brave action代表 渡部美穂 Grace City Relief アビ・ラウザー

費無料

申電話またはファクスに①~④(7頁記入例参照)を記入して申込む(電子申請も可)。

問女性センター「ブーケ21」内 総務課女性施策推進係

☎(5543)0651

FAX(5543)0652

月島第二児童公園

フリーマーケットの開催

ご家庭で不用になった雑貨や日用品の再利用(リユース)を促進するため、フリーマーケットを開催します。皆さんのご来場をお待ちしています。

日9月29日(土)

午前10時~午後3時

◎雨天の場合は翌日の30日(日)に順

日10月17日(水)

午後2時~4時

場女性センター3階研修室1・2

対区内在住・在勤・在学者

[講師]東京都クリーニング生活衛生同業組合経営技術部長 宮下英男

定30名(先着順)

申9月11日(火)から電話で申込む(電子申請も可)。

◎2歳6カ月以上の未就学児の保育を希望する方は、10月5日(金)までに申込んでください。

問中央区消費生活センター

☎(3546)5332

定各回80名(先着順)

費無料

申それぞれ前日までに電話またはファクスに①~⑤(7頁記入例参照)⑥希望受講日を記入して、または「TOKYOはたらくネット」ホームページから申込む。

問女性センター「ブーケ21」内

総務課女性施策推進係

☎(5543)0651

FAX(5543)0652

HP TOKYOはたらくネット

http://www.hataraku.metro.tokyo.jp

延します。ただし、30日(日)が雨天の場合は中止にします。

場月島第二児童公園(勝どき1-9-8)

[出店舗数]

約100店舗

[注意事項]

・出店者の募集は終了しています。

・車での来場はご遠慮ください。

問水とみどりの課環境活動係

☎(3546)9595

「清掃・リサイクル施設見学会」参加者募集

私たちが出しているごみや資源はどこへ行き、どのように処理されているのでしょうか。今回は、リユースできないピンをリサイクルしている施設や、食品廃棄物のリサイクルを行っている施設、ごみを焼却した際に出た灰や不燃物などの最終埋立処分場を貸切バスでご案内します。

日10月23日(火)

午前8時50分~午後5時

[集合場所]区役所正面玄関前

[見学場所]㈱アルフォ(大田区)~J

Wガラスリサイクル(株)(江東区)~

中央防波堤埋立処分場(江東区)

◎見学先の都合により、見学場所が変更になる場合があります。

対18歳以上の区内在住・在勤・在学者

定40名(申込多数の場合は抽選)

費無料

◎昼食は各自、持参してください。

申10月5日(必着)までに往復はがきに①~⑤(7頁記入例参照)を記入して申込む(電子申請も可)。

問水とみどりの課環境活動係

☎(3546)9592

タイムドーム明石 プラネタリウム秋の一般投影

9月15日(土)~12月9日(日)

親子向け番組

[ハローキティ

みんなあつまれ星空パラダイス!]

星空パラダイスを目指すキティちゃんとその仲間たちが、星空や星座の世界の面白さだけでなく、友情やお互いを思いやることの大切さも皆さんに伝えてくれます。大人も子どももみんなで楽しめるワクワクドキドキ、ハートフルな世界へお招きします。

・火~金曜日 午後3時

・土・日曜日、祝日 午前11時30分

一般番組

[エキスポローラーズ2

~マウナケアの探検者達~]

ハワイの人々にとって聖なる山、マウナケア山。そこには世界各国の巨大望遠鏡が設置されています。番組ではマウナケアに集う天文学者たちが、どのような研究をし、成果をあげているのかを紹介します。

・火~金曜日 午後4時30分

・土・日曜日、祝日 午後2時30分

エンターテインメント番組

[宮沢賢治 銀河鉄道の夜]

ビジュアル化は困難といわれた、宮沢賢治作「銀河鉄道の夜」の幻想世界を徹底考察し、鮮明に再現。これまで目にしたことのない感動の風景に包まれて、本当の銀河鉄道に乗っているかのような、夢の時間を体験してください。

・火~金曜日 午後6時

・土・日曜日、祝日 午後4時

共通

費プラネタリウム観覧料として300円(未就学児、区内中学生以下は無料)

◎詳しくはお問合せください。

◎各番組(約30分)の投影前に、星座解説「秋の星空」(約15分)を投影します。なお、エンターテインメント番組のみタイムドーム明石製作の「ぶらり中央区めぐり~空から、川から、まちかどから~(京橋地域編)」(約9分)も併せて投影します。

9月~12月の休館日以外でプラネタリウムの投影がない日

・9月11日(火)~14日(金)

・10月28日(日)

・11月4日(日)

・12月11日(火)~14日(金)、24日(休)

貸切利用や番組の据付調整などにより、プラネタリウムの投影はお休みします。

◎詳しくはお問合せください。

問郷土天文館「タイムドーム明石」

☎(3546)5537

第4日曜日は プラネタリウムへ行こう! ~9月30日(日)は中秋の名月~

日9月23日(日)

午後1時~2時(開始5分前には要入場)

場タイムドーム明石プラネタリウムホール

内日本では、中秋の名月にお供えをしてお月見をする習わしがありま

す。中秋の名月とは何か、また、お月見の風習のいろいろについてご紹介いたします。

定86名(先着順)

費無料

◎直接会場へお越しください。

◎入場整理券(1人1枚)を当日正午から受付で配布します。

問郷土天文館「タイムドーム明石」

☎(3546)5537

秋の文化財めぐり

「竹久夢二」永遠の女といわれる笠井彦乃は日本橋の紙問屋の娘で、夢二が開いた呉服町の絵草子店「港屋」で出会い、絵の指導を請う内に交際するようになりました。

日本橋を中心とした二人のゆかりの地をめぐります。

日・1回目 10月6日(土)

・2回目 10月13日(土)

午前10時~午後3時

[集合場所]郷土天文館「タイムドーム明石」

[講師]町田市民文学館学芸員

谷口朋子

定各回20名(申込多数の場合は抽選)

費無料

申9月25日(必着)までに往復はがき(1人1枚限り)に①「秋の文化財めぐり参加希望」と明記し、②希望の回③住所④氏名・ふりがな⑤年齢⑥電話番号⑦在勤者は勤務先名・所在地・電話番号を記入して申込む(電子申請も可)。

◎昼食は各自ご用意ください。

申〒104-0044

中央区明石町12-1

郷土天文館「タイムドーム明石」

☎(3546)5537

第41回中央区児童・生徒 発明くふう展

発明くふう展

区の児童・生徒による、創意工夫に富んだ作品を展示します。

日9月19日(水)~24日(月)

午前9時30分~午後4時30分(入館は午後4時まで)

場教育センター5階多目的ホール

[入選作品]特別優秀賞・優秀賞・努力賞の各賞入選作品は「第56回東京都児童生徒発明くふう展」に推薦します。

中央区ロボットコンテスト

教育センター特別課外授業「ロボットを創ろう」に参加する中学生が製作したロボットによる、対戦形式の競技会を開催します。コンテストはどなたでも観覧でき、ロボット操作体験もできます。

日9月22日(祝)

・ロボットコンテスト

午後1時30分~4時

・ロボット操作体験

午後1時~4時

場教育センター5階視聴覚ホール

◎そのほか、国際知的財産保護フォーラムによる、学習パネル展示などもあります(22日(祝)のみ本物と模倣品の比較展示あり)。

問指導室事業係

☎3546(6757)

凡例 日日時 会場場 対対象 内内容 定定員 定定員 費費用 申申込方法 問問合せ(申込先) 先 先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 費用 申込方法 問合せ(申込)先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

# 情報コーナー

遊ぶ 知る 学ぶ

## 施設

### 女性センターの臨時休館

9月17日(祝)は、施設維持管理のため休館します。  
問女性センター「ブーケ21」内 総務課女性施策推進係  
☎(5543)0651

### 自動交付機・公共施設予約システムの休止

サーバメンテナンスに伴い、住民票の写し・印鑑登録証明書を発行する自動交付機と公共施設予約システム(集会施設などの予約)を次の期間休止しますのでご了承ください。

- 休止日時**
- [自動交付機] 9月17日(祝)終日休止
- [公共施設予約システム] 9月17日(祝) 午前8時30分～正午(区役所、日本橋・月島区民センターに設置してある利用者端末は終日休止)
- 問・自動交付機について 区民生活課総合窓口係 ☎(3546)5320
- ・公共施設予約システムについて 各施設にお問合せください。

## 保健・医療・福祉

### 10月は乳幼児医療証(乳医療証)・子ども医療証(子医療証)の更新月です

現在、中学校3年生までの年齢に該当している方に交付している④・⑤医療証(淡いオレンジ色)の有効期限は9月30日(日)です。  
9月末に10月1日(月)から使える新しい医療証(若草色)をお送りします。  
◎10月に入っても新しい医療証が届かない場合は、お問合せください。  
問子育て支援課子育て支援係 ☎(3546)5350

## 講座

### こころの講習会 「アサーションを学ぶ ～自分も相手もさわやかになる コミュニケーションのために～」

アサーションとは自己尊重のコミュニケーションのことです。何となく苦手な人がいる、自分の気持ちをうまく相手に伝えられないなどはありませんか。人づきあいが楽になる方法を学びましょう。  
日9月27日(木) 午後2時～4時  
場月島保健センター多目的室  
対区内在住・在勤者  
[講師] 東京大学理学部学生支援室相談員 藤原祥子  
定30名(先着順)  
費無料

## 記入例(はがき・ファクス)

往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入  
1人1枚限り

- ①講座名など
- ②氏名・ふりがな
- ③〒・住所\*
- ④電話番号
- ⑤年齢
- その他必要事項

※在勤の方は会社名・所在地・電話番号、在学の方は学校名・所在地・電話番号も記入  
◎固に〒・住所が記載されていない場合の宛先は 〒104-8404 築地1-1-1 申込先へ  
◎「電子申請も可」と記載されているものは区のホームページの電子申請から申込みも可能

申9月12日(水)から電話で申込む(電子申請も可)。  
問月島保健センター健康係 ☎(5560)0765

### プレママクッキング

日10月10日(水) 午後1時30分～4時  
場中央区保健所2階階会議室  
対区内在住の妊婦  
内・「これだけは知っておきたい! 妊娠中の食生活の基礎知識」(講話) ・妊娠中に意識する栄養素がとれる簡単バランス料理(実習と試食)  
定15名(先着順)  
費無料  
申9月11日(火)から電話で申込む(電子申請も可)。  
◎エプロン、三角巾、タオルをご持参ください。  
問中央区保健所健康推進課(栄養担当) ☎(3541)4260



### 区民事業協力スタッフ企画 男女共同参画講座 いざというときに備えて ～女性のための防災力アップ講座～

東日本大震災直後から被災地で女性支援活動を行っている五十嵐ゆかりさんから、いつ来るかわからない災害に備えて、女性の視点からの防災対策や避難所での過ごし方や心構えについて学び、あなたの防災力をアップさせませんか。  
日10月13日(土) 午後2時～4時  
場女性センター「ブーケ21」  
対区内在住・在勤・在学者および関心のある方  
[講師] 聖路加看護大学助教 五十嵐ゆかり  
定40名(申込多数の場合、区内在住・在勤・在学者を優先します)  
費無料  
[託児] 生後3カ月以上の未就学児をお預かりします。10月3日(水)までにご連絡ください(定員あり)。

申9月11日(火)から10月12日(金)までに電話またはファクスに①～⑤(7頁記入例参照)⑥託児希望の方はお父さんの氏名・年齢を記入して申込む(電子申請も可)。  
問女性センター「ブーケ21」内 総務課女性施策推進係 ☎(5543)0651 FAX(5543)0652

### シニア健康料理教室 「健康コース」の受講者募集

日11月6日～20日の毎週火曜日 計3回 午前10時30分～午後1時  
場築地社会教育会館料理教室  
対50歳以上の区内在住者  
内健康に気を配った和・洋・中のおいしい料理(肉じゃが、かぶのクリーム煮、豆腐入りヘルシーハン

バーグなどの予定)を作ります。  
[講師] 女子栄養大学生涯学習講師、栄養士 井田晴子

定30名(申込多数の場合は抽選)  
費1,800円(材料費として)  
申10月5日(必着)までに往復はがきまたはEメールに①～⑤(7頁記入例参照)を記入して申込む。  
◎抽選となった場合は初参加の方を優先します。  
問〒104-0032 中央区八丁堀4-1-5 中央区社会福祉協議会管理部 ☎(3206)0506  
eshomuka@shakyo-chuo-city.jp

### 犬のしつけ方教室

日10月6日(土) 午前10時～11時30分  
場浜町公園わんわん広場  
対区内在住で犬を飼っている方(犬の登録および狂犬病の予防注射済票の交付手続を済ませていること)または犬を飼う予定のある方  
内基本的な犬のしつけ方  
[講師] ペットドッグトレーナー 白井京音

### ヘルスアップ教室 ～1ヵ月でマスターする健康習慣～

日・内別表のとおり  
場日本橋保健センター4階講堂  
対20歳から64歳までの区内在住者で全日程参加でき、初めて参加する

日 時	内容・講師
10月4日(木)	・運動「基礎代謝を上げるらくらくヨガ」 ・講話「1キロずつ確実にダイエット」 スタジオ食代表、管理栄養士 牧野直子 ・試食「500kcal以下の満足メニュー」
11日(木)	午後1時30分～4時 ・運動「眠っている筋肉を目覚めさせる! インナーマッスルトレーニング」 ・骨密度測定 ・講話「毎日5皿の副菜習慣でベスト体重に」 ・試食「美味しい小鉢料理」
18日(木)	・運動「骨量アップの運動」健康運動実践指導者 日永保美 ・講話「骨密度測定の結果返却」と「骨量アップの食習慣」 ・試食「カルシウムたっぷり料理」
25日(木)	・運動「お腹周り集中エクササイズ」 ・講話「間食との付き合い方」 ・試食「ヘルシーおやつバイキング」

◎毎回、体重・体脂肪・筋肉量・血圧の測定をします。



## 離乳食講習会

日 時	9月26日(水)	9月27日(木)	9月28日(金)
会 場	中央区保健所 2階 栄養室	日本橋保健センター 5階 料理講習室	月島保健センター 栄養室
対 象	9～11カ月ごろの乳児の保護者	7～8カ月ごろの乳児の保護者	5～6カ月ごろの乳児の保護者
内 容	3回食の進め方	2回食の進め方	1回食の進め方
定 員	各20名(先着順)		
費 用	無 料		
申込方法	9月12日(水)から電話で申込む。		
申込(問合せ)先	中央区保健所 健康推進課(栄養担当) ☎(3541)4260	日本橋保健センター 健康係 ☎(3661)5071	月島保健センター 健康係 ☎(5560)0765

(7) テレビ広報番組「こんにちは 中央区です」(15分番組)は、東京ベイネットワークのケーブルテレビ9チャンネル(デジアナ変換)または111チャンネル(デジタル)(毎日AM10:00・PM0:00・PM8:00)、東京ケーブルネットワークのケーブルテレビ5チャンネル(デジアナ変換)または111チャンネル(デジタル)(毎日AM9:30・PM0:00・PM7:30)で放送しています。