

(5)

## 施設からのお知らせ

### 中央図書館

全蔵書の点検・整理のため、次の期間休館します。

【休館期間】

9月4日(月)～7日(木)

【所在地】 金町6-2-1

【担当課】 中央図書館 ☎3607-9201

### 青戸地区図書館

青戸地区センターの改修工事に伴い、次の期間休館します。

【休館期間】

9月2日(土)～10月6日(金)

【所在地】 青戸5-20-6

休館中の資料の予約受け付けや予約資料の受け取り、資料の返却については次のとおりです。

▶予約受け付け 8月25日(金)～10月5日(木)は、青戸地区図書館を受取館とした新規の予約受け付けはできません。

▶予約資料の受け取り 休館中は原則立石図書館を受取館となります。立石図書館以外で受け取るには、事前にご自身で受取館の変更を行うか、青戸地区図書館までご連絡ください。

▶資料の返却 青戸地区図書館ブックポストおよび青砥駅図書返却ポストでの返却が可能です。

詳しくは葛飾区立図書館ホームページ(<https://www.lib.city.katsushika.lg.jp/>)をご覧ください。

【問い合わせ】

青戸地区図書館 ☎3838-1273

(休館中は中央図書館 ☎3607-9201)

【担当課】 中央図書館

### 立石地区センター

改修工事のため、次の期間休館します。

【休館期間】

10月1日(日)～12月28日(木)

平成30年1月4日(木)からの利用については、お問い合わせください。なお、休館中も他のコミュニティ施設などの受付業務は随時行います。

【所在地】

立石4-23-17

【担当課】

地域振興課 ☎5654-8216

### テクノプラザかつしか

改修工事のため、一時休止していたテクノプラザかつしかの施設貸し出しを、9月1日(金)から再開します。

開館時間も9月1日(金)から平常どおりに戻ります。

【開館時間】

午前8時30分～午後9時30分

【貸し出し受付時間】

午前9時～午後6時

【その他】

カフェ&レストランみずもは9月11日(月)から営業します。

詳しくはテクノプラザかつしかホームページ(<http://techno-plaza.jp/>)をご覧ください。

【所在地・問い合わせ】

テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)

☎3838-5557

【担当課】 産業経済課

“手助けが  
必要な人”と



“手助け  
したい人”を

## 結び付けるヘルプカード

【担当課】 障害福祉課 ☎5654-8262

ヘルプカードは、障害のある方が困ったときに手助けしてほしい内容などが書いてあるカードです。

知的障害のある方や聴覚・内部障害のある方など、一見、障害があると分からない方も手助けを必要としている場合があります。

カードを持っていて、困っている人を見つけたら、声を掛けてみましょう。みなさんのちょっとした手助けが安心につながります。



### 障害のある方へ

#### ヘルプカードを配布しています

【対象】

身体・知的・精神障害のある方、難病患者の方など(障害者手帳の有無は問いません)

【配布場所】

▷障害福祉課(区役所2階201番)

▷障害者施設課

(堀切3-34-1 ウェルピアかつしか内)

▷保健予防課

(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)

▷金町保健センター(金町4-18-19)

▷新小岩保健センター(西新小岩4-21-12)

▷水元保健センター(東水元1-7-3)

窓口に来ることが困難な重度の障害のある方は、障害福祉課(☎5654-8262・FAX5698-1531)へご連絡ください。

東京聖栄大学と協働で推進中!

## 区民を元気にする「かつしかの元気食堂」

区では、区民の健康的な食生活を応援するため、栄養バランスの良いメニューを選べたり、塩分を控える注文ができたりするなど、健康的な食事を提供する飲食店を「かつしかの元気食堂」として認定しています。

【試食会および栄養相談コースの申し込み・担当課】

〒125-0062青戸4-15-14健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎3602-1268

### 新作「元気ができるメニュー」試食会に参加しよう!

東京聖栄大学の学生が開発し、審査会を経て厳選された新作メニュー2種を試食できます。参加者には、かつしかの元気食堂ヘルシーレシピカードや野菜リーフレットなどを差し上げます。

新作メニューは認定店で提供する他、一部アレンジして認定店のメニューとして活用されます。また、一部の新作メニューはかつしかの元気食堂ヘルシーレシピカードとして、フードフェスタなどのイベントで来場者に配布します。

【日時】 9月23日(土・祝) 正午～午後1時30分

【会場】 東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)

【対象】 区内在住・在勤の方20人

【費用】 500円

【申込方法】 往復ハガキに「試食会希望」、代表者の住所と電話番号、参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢・希望する試食メニュー(AまたはB)を書いて、8月30日(水)(必着)まで(多数抽選。1枚で2人まで申し込み可)。電子申請可。

-----**ご注意ください!**-----

- ▶当日のメニュー変更、追加はできません。
- ▶小さいお子さん用の椅子の用意はありません。
- ▶申込者以外の入室はできません。
- ▶駐車場はありません。

### 新作メニュー

いずれの写真もイメージです。



鯖の味噌煮  
葛飾彩り御膳  
ロールレタスとトマトを使ったデザートランチ

### 「元気ができるメニュー」を週替わりで提供します!

区役所食堂(立石5-13-1)やカフェ&レストランみずも(青戸7-2-1テクノプラザかつしか内)などの「かつしかの元気食堂」では、新作メニューを9月25日(月)以降、週替わりでお楽しみいただけます。

### 「かつしかの元気食堂」認定店

77店舗(平成29年8月1日現在)



登録店舗情報は区ホームページ(トップ→暮らしのガイド→健康・医療・衛生→かつしかの元気食堂→「かつしかの元気食堂」を紹介します)からご覧いただけます。

◀シンボルマークが目印です

前回の参加者平均  
4.5kgの減量成功!

### 「元気食堂でウエイトコントロール」 栄養相談コース(全5回)参加者募集

ダイエットがうまくいかない方、健康のために体重を減らしたい方など、1人ではどうしてもウエイトコントロールが難しいという方に、「かつしかの元気食堂」を利用し、最新の測定器を使いながら東京聖栄大学教員(管理栄養士)が個別にアドバイスします。

【サポート期間】 9月～平成30年1月の5カ月間

【日時・会場】 下表のとおり

【対象】 区内在住のBMI値※が25以上で、食事や運動制限がない方10人

※BMI値(体格指数) = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

【費用】 第1回は500円、第2～4回は各550円

【申込方法】 往復ハガキに「ウエイトコントロール」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号・BMI値・応募動機・第1回で希望する試食メニュー(左記のAまたはB)を書いて、8月30日(水)(消印有効)まで(多数選考)。電子申請可。

	日時	会場
第1回	9月23日(土・祝) 正午～午後3時30分	東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)
第2回	10月25日(水)	区役所食堂 (立石5-13-1)
第3回	11月22日(水)	
第4回	12月20日(水)	
第5回	平成30年1月20日(土)	午前10時～正午 東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)

第1回は新作「元気ができるメニュー」試食会にも参加します(左記参照)。第2～4回は区役所食堂で「元気ができるメニュー」を食べ、アンケートに答えていただきます。