

(5)

## パルフェスタイベント

男女平等推進センターで活動している区民の皆さんが企画・運営するお祭りです。

**【日程】** 3月7日(土)  
**【会場】** ウィメンズパル  
 (立石5 - 27 - 1)

**【担当課】** 人権推進課 ☎5698 - 2211



**◆おはなし会「ちょっと変わった絵本もあるよ」** **直接会場へ**

絵本の読み聞かせや紙芝居、わらべ歌遊びなどを行います。参加者には「ちょっと変わった絵本ガイド」を差し上げます。

**【時間】** 午前10時30分～11時10分

直接会場へ(先着順)。

**【定員】** 30人程度



**◆映画「人生、いろどり」上映会** **事前申し込み**

**【時間】** ①午前10時30分～午後0時30分 ②午後1～3時

**【定員】** 各回50人

**【保育】** 1歳以上就学前のお子さん10人(②のみ)

**【申込方法】** 2月10日(月)午前8時から電話かファクス(「映画上映会」・希望時間(①か②)・住所・氏名・年齢・電話番号(ファクス番号)・保育希望の場合はお子さんの名前と年月齢を記入)で(先着順)。

**【申し込み】** はなしょうぶコール ☎6758 - 2222 FAX6758 - 2223

**◆男女共同参画講演会** **事前申し込み**

**オール1の落ちこぼれ、教師から主夫になる**

**～性別では決まらない役割分担～**

「こうあるべき」という社会通念を何度も打ち破り、人生を切り開いてきた講師が、主夫となるまでの人生と考え方をお話します。

**【時間】** 午後3時30分～5時30分

**【定員】** 200人

**【保育】** 1歳以上就学前のお子さん15人

**【その他】** 手話通訳、磁気ループ(難聴者の聞こえを支援する設備)あり。

**【申込方法】** 2月7日(金)午前8時から電話かファクス(「3月7日宮本さん講演会」・住所・氏名・年齢・電話番号(ファクス番号)・保育希望の場合はお子さんの名前と年月齢を記入)で(先着順)。

**【申し込み】** はなしょうぶコール ☎6758 - 2222 FAX6758 - 2223



**【講師】**  
 宮本延春氏  
 (元高校教師)

## 道路のこまட்டたを スマートフォンアプリで投稿 **「My City Report」 試行開始!**

道路がへこんでいる、カーブミラーが傾いているなど、道路の困りごとをスマートフォンアプリから手軽に投稿できます。

投稿された情報を基に現地確認します。

※緊急の場合は、道路保全事務所へ電話で通報してください。

**【担当課】**  
 道路保全事務所  
 ☎5654 - 9590



**【試行期間】**  
**2月5日(水)～令和4年3月31日(木)**

※期間内に試行を終了する場合があります。

### 利用方法

**①インストール**

右のQRコードから「My City Report」をインストールしてください。



**②新規登録(ログイン)**

アプリを立ち上げ、マイページから新規登録(ログイン)をしてください。

**③投稿**

アプリから地図上に位置を設定し、道路状況の写真と簡単なコメントを添えて投稿してください。

## 直接会場へ **美容まつり・区民結婚式**

「結婚式を挙げたかったけれど、できなかった」そんな二人を応援するため、美容まつりで行う結婚式に参列しませんか。



来場者へ温泉ペア宿泊券などの景品が当たる大抽選会や、フリーマーケットも開催します!

**日時**  
**2月18日(火)午前10時～午後4時**

**会場**  
**テクノプラザかつしか(青戸7 - 2 - 1)**

**【内容】**  
 ▶午前10時から 美容まつり・フリーマーケット  
 ▶午前10時～午後0時30分 抽選券配布  
 ▶午後1～2時 大抽選会  
 ▶午後2～4時 区民結婚式

**【主催】**  
 東京都美容生活衛生同業組合葛飾支部・葛飾北支部

**【問い合わせ】**  
 東京都美容生活衛生同業組合葛飾北支部(田中)

☎090 - 3133 - 4295

**【担当課】** 商工振興課

## かつしかの元気食堂 **おうちで作ろう!** **元気食堂メニュー**

**【担当課】** 健康づくり課 ☎3602-1268



### ホウレン草とマイタケのお浸し

寒い時期においしくなるホウレン草のメニューです。ホウレン草は1年を通じて収穫できる野菜ですが、冬の冷気に当たることで甘みが増します。

**ポイント**

ホウレン草に多く含まれるビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。ビタミンAはサラダ油を加えると吸収されやすくなります。

**【材料】 2人分**

- ホウレン草……………1袋
- マイタケ……………1/2株
- サラダ油……………小さじ1/2
- コーン……………大さじ1
- ▶炒りごま……………小さじ2
- ▶塩……………少々
- ▶砂糖……………小さじ1強
- ▶しょうゆ……………小さじ2/3

**【作り方】**

- ① ホウレン草を熱湯でゆでて水にとる。冷めたら水気を切り、3cm程度に切っておく。
- ② 小房にほぐしたマイタケをサラダ油で炒め、冷ましておく。
- ③ ①・②とコーンをAと和える。

**【栄養成分表示(1人分)】**

エネルギー54kcal たんぱく質2.5g 脂質2.5g 炭水化物7.3g 食塩相当量0.6g

献立作成：東京聖栄大学