

区民のひろば

この欄の掲載記事は、区が主催する事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。区HP上の「広報たいとう」にも掲載しますので、ご了承ください（了承いただけない場合は、掲載することができません）。
※掲載基準等、詳しくは下記へお問合せください。

▶問合せ 広報課
TEL (5246) 1021
FAX (5246) 1029

電子申請でもお申込み
できます。
(右記二次元コードより)

▲催しものなど ▲会員募集

催しものなど

●モノマチ 2023
「モノづくりのマチづくり」をテーマに工場見学や制作実演・ワークショップなどのイベントを開催します。

▶日時 5月26日(金)～28日(日)
▶場所 台東区南部地域一帯
▶問合せ 台東モノづくりのマチづくり協会
TEL 070-9014-2471

●基礎から学ぶ差し込み印刷
▶日時 6月3日(土)午前9時～午後3時
▶対象 都内在住(在勤)の方
▶定員 10人(抽選)
▶費用 500円

▶申込方法 往復はがきに件名・住所・氏名・年代・電話番号を書いて下記問合せ先へ(東京共同電子申請でも可)

▶申込締切日 5月23日(火)(消印有効)
▶場所・問合せ 〒111-0024 台東区今戸1-8-13 都立浅草高等学校
TEL (3874) 3182

●～祈りを込めて～ババちゃんたちは伝えます

▶日時 6月9日(金)午後6時開演
▶場所 生涯学習センターミレニアムホール
▶出演 海老名香葉子(話し)、高汐巴(歌)、林家三平(進行)ほか

▶費用 3,000円
▶問合せ ねざし事務所
TEL (3873) 0760

●社会教育センター・社会教育館指定管理者主催「たいとう再発見スタンプラリー～大震災から100年～我がまちの復興建築をめぐる」

▶日時 5月31日(水)午前10時～正午
▶場所 小島公園集合、東本願寺解散
▶対象 16歳以上の方
▶定員 20人(先着順)
▶講師 栢木まどか氏(東京理科大学工学部建築学科准教授)

▶費用 500円(保険料など)
▶申込開始日 5月5日(祝)
▶申込み・問合せ 社会教育センター
TEL (3842) 5352

●竹町地区健康推進委員主催『竹町地区ウォーキング』(予約不要)

▶日時 5月21日(日)午前8時45分集合
▶場所 竹町公園(集合)～給水公園～トヨタ緑地～靖国神社(解散)

※雨天時等の状況によっては中止
※飲み物持参、動きやすい服装、履きなれた靴でご参加ください。
▶問合せ 竹町地区健康推進委員リーダー 栗國 TEL (3836) 4846



たいとうやさいんふお

～プラス1皿で野菜の不足分70gを補おう!～

乾物の代表…切干大根!!

切干大根は、大根を細長く切り、天日で干して作ります。天日でよく乾燥させることで甘みと風味が加わります。また、食物繊維やカルシウムを多く含みます。煮物やあえ物だけでなく、みそ汁の具としても使えます。長期保存できる乾物のため、備蓄食材としてもいかがでしょうか。

切干大根のあえ物 【1人分】エネルギー33kcal 食塩相当量0.6g

材料(2人分)

- 切干大根(乾) 20g
- 水菜 30g
- 人参 30g
- しょうゆ 小さじ1と1/3
- 酢 小さじ2
- さとう 小さじ1/3
- ごま油 小さじ1弱

作り方

- ①切干大根は洗って、水につけて戻す。水気を切り、食べやすい長さに切る。
- ②水菜は3cm位、人参も3cm位のせん切りにする。
- ③①と②をゆでて、ざるにとり冷ます。
- ④ボウルに調味料をあわせ、水気を絞った③を加えてあえる。

▶問合せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9440

会員募集

●チェリー英会話(60、70代からの楽しい初心者英会話)
▶日時 毎週水曜日午後1時～2時
▶場所 生涯学習センターほか
▶会費 月額4,200円、入会金1,000円
▶問合せ 網野
TEL 080(6890)3728

官公署だより

●ハローワーク上野就職支援セミナー参加者募集(予約制)
・書類作成セミナー

5月10日(水)午後2時～3時30分
・面接対策セミナー
5月24日(水)午後2時～3時30分
▶場所・申込み・問合せ ハローワーク上野 TEL (3847) 8609 41#
●自衛官募集
▶種目 一般幹部候補生(陸・海・空※飛行要員除く)
▶受験資格 22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含む)、修士課程修了者等(見込含む)は28歳未満の者)
▶受付期間 6月15日(木)まで
▶1次試験 6月24日(日)
▶問合せ 自衛隊台東出張所
TEL (3831) 3555

YouTube台東区公式チャンネルをご覧ください

人権講座「犯罪被害者遺族からの提言」

◀第1部 「いのち」の大切さを伝える活動

◀第2部 犯罪被害者遺族としての私の体験

▶問合せ 人権・多様性推進課 TEL (5246) 1116

俳句

台東区俳句同好会

▶問合せ 台東区俳句同好会 諏訪員巨 TEL (3873) 2958

水温む子供等の声楽しげに 山脇美和子	水温む雑魚の寄り来る隅田川 諏訪員巨
長閑さや三味の音かすか迷い道 田近健治	春場所や小兵力士の技に酔ふ 箱守田鶴
詫びること忘るる日々や春彼岸 袴田恒子	山笑ふペッパーミルのヌートバー 菊地ミネ
シャンシャンを見送る一日春近し 松尾かつ子	飯の世を生きて八十路や目刺食む 石川昭子
病院出でほつと安堵の桜餅 横堀やす江	乗ってなくて花冷えの乳母車 西村俱子
水温む勝手仕事も浮かれ立つ 斎藤まさ子	杖ついて三本脚や山笑ふ 石川カヨ子
婆ちゃんの笑顔かわいや水温む 横田夢	春風を連れ来る都電三ノ輪橋 工藤真澄
網棚の野蒜の香ほる小風呂敷 永井サカエ	たんぽぽの夜は淋しや花を閉づ 加藤昭子
水温む川面背伸びし眺めをり 原静子	七輪にほどよく焼ける目刺かな 山本玲子
トンネルを抜けて甲斐路や桃の花 岩浪志津子	想ひでは陽炎のごと八十路かな 見月美知代