

6月23~29日は男女共同参画週間です

問合せ 男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階) TEL (5246) 5816

あなたは個性と能力を十分に発揮できていますか

男女共同参画社会とは、家庭・地域・職場・学校などで、男女が互いにその人権を尊重しつつ喜びも責任も分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮できる社会です。そこで「男女共同参画社会基本法」の公布・施行日の6月23日から1週間を「男女共同参画週間」とし、男女共同参画社会基本法の目的や基本理念について、理解を深めることを目指しています。

● 男女共同参画週間パネル展 ●

男女共同参画週間にあわせて、下記の間隔にパネル展を開催します。
 ▷期間 6月23日(水)~29日(火)
 ▷場所 生涯学習センター1階アトリウム

台東区男女平等推進基本条例

区では、誰もが自分らしく生きる男女平等社会の実現を目指して、平成27年1月に「台東区男女平等推進基本条例」を施行しました。この条例は、区民・事業者の皆さんとともに、より暮らしやすく、働きやすい台東区の実現に向けた基本的な事項を定めています。
 ※詳しくは、区HPをご覧ください。

男女平等推進団体登録制度

男女平等社会の実現を目指し活動する団体への支援を目的に、男女平等推進団体の登録制度があります。登録すると、企画室の優先予約や使用料減額、団体ロッカーの使用など特典を受けます。

男女平等推進プラザ 『はばたき21』

生涯学習センター4階にある、男女平等を推進するための区の拠点施設です。区民の学習・研修の場として、講座の実施や男女平等に関する図書提供、相談事業の実施のほか、男女平等を進める活動をしている個人や団体の活動・交流支援などを行っています。

● はばたき21相談室

相談の種類	こころと生きかたなんでも相談(要予約)	女性弁護士による法律相談(要予約)
内容	女性カウンセラーによる、自分の生き方や身近な人間関係・パートナーからの暴力・性的指向および性自認などに関する相談	女性弁護士による、離婚や親権・相続などの法律相談
相談日時(1回50分以内)	火・土曜日午前10時~午後4時 水・木曜日午後5時~9時 ※火・土曜日は託児(1歳以上の未就学児)あり	第2水曜日午後1時~4時 第3木曜日午前10時~午後1時 第4火曜日午後4時~7時
相談方法	面接(女性のみ)、電話(どなたでも)	面接(女性のみ)
申込み問合せ	男女平等推進プラザ TEL (5246) 5819 ※日曜日、第1・3・5月曜日(祝日の場合は翌日)を除く午前9時~午後5時 ※法律相談の予約は、相談日の属する月の1日から受付	

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、相談方法については調整させていただきます。また、相談予約時間帯等も変更になっていきますので、詳しくは予約時にお問合せください。

6月は食育月間!

問合せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9440

ライフスタイルの変化などで、「朝食の欠食」、「不規則な食事」、「栄養バランスの偏り」など食生活が乱れることにより、生活習慣病につながる肥満の増加や高齢者の低栄養など、食に関するさまざまな課題が出てきます。食育月間を機に食に関心を持ち、日頃の食生活を見直してみませんか。



基本の食生活チェックポイント

1日3食 食べていますか?



おやつ(間食)を食べるときは時間を決めずにダラダラ食べていませんか?

【おすすめのおやつ】



おやつは時間と量を決めて食べましょう。

主食・主菜・副菜はそろっていますか?

主食 ごはん、パン、めんなど	主菜 肉、魚、卵、大豆製品のおかず	副菜 野菜のおかず
--------------------------	-----------------------------	---------------------

1皿で 主食・主菜・副菜がそろったメニューも

区の食育ページもぜひご覧ください!

区の食育に関する取り組みや栄養成分表示の見方、食育応援ブックなど、さまざまな食育情報が掲載されています。詳しくは、区HPをご覧ください。

玄関先や店先を花や緑で飾りましょう (プランター設置費用助成)

玄関先や店先に花や緑を植えたプランターを置く場合、かかった経費に対して助成をします。



▷助成対象 自らの敷地内で、道路に面した場所に設置するプランター、花苗等購入経費
 ▷条件 新たに設置するプランター等の面積が0.25平方メートル以上(新聞紙1面以上の広さ)になること
 ※プランターの大きさ、植える植物等条件があります。材料購入前に必ず下記へお問合せください。
 ※予算がなくなり次第終了。
 ▷問合せ 環境課 TEL (5246) 1323

川柳

台東川柳人連盟

あした咲く朝顔夕べ子と数え
 朝夕に老いを気遣う子のメール
 下町の人情味には嘘がない
 ほどほどの欲で波風立てず生き
 穏やかにまた穏やかに陽が沈む
 胸の中鬼を眠らす雨やどり
 悪役がドラマの佳境作り出す
 ヘッドホンひとり佳境の電車内
 似顔絵のママに真赤な靴はかす
 今夜だけゴジラになってキスをする
 芝岡勘右衛門

伊藤睦子
 生沼泰子
 木村功
 仲渥子
 杉山昌善
 迫好子
 小山しげ幸
 吉木昆
 本間多美子

足踏まれ美人の詫びに笑み返す
 思いきり大きい欠伸して身軽る
 気に入らぬことはのろのろ自己主張
 改良種手のひらにのるプチ西瓜
 大相撲かんたんに勝つ猫だまし
 広辞苑手に重すぎる卒寿日々
 粗大ゴミ威張れるときは我が家だけ
 息抜きにゲーム始める大掃除
 カプセルへ期待が走る流れ星
 見て見ると筋トレしはげむ孫の腕

長谷川哲夫
 小杉美智子
 菊地ミネ
 保坂三蔵
 国井愛子
 飯塚澄子
 厚田啓子
 岡野恵子
 笠井真理子
 赤井慶子

▽問合せ 台東川柳人連盟
 内田博柳 TEL (5827) 2139

台東区公式LINEで情報を発信しています!

区の取り組みやイベント等の区政情報や危機管理などの情報を発信しています。台東区公式LINEのメッセージを受信するためには、登録が必要です。右記登録コードを読み取り、ご登録ください。

希望する情報のメッセージを受信できます

※すべてのメッセージを受信する場合も、必ず受信設定をお願いします。