



内山信二さんが区内を巡る情報バラエティ! 区公式YouTubeチャンネル(右記QR)でご覧になれます。



# かつしかの元気食堂 推進事業

【担当課】健康づくり課 ☎03-3602-1268

「かつしかの元気食堂」は栄養バランスの良いメニューが注文できるなど、健康的な食事やサービスを提供する地域の飲食店です。令和4年9月末現在、77店舗の認定店があります。

## 東京聖栄大学の学生考案メニューを期間限定販売します

営業時間など、詳しくは区ホームページをご覧ください。ただか、各店舗にお問い合わせください。



提供店舗	所在地	電話番号
1 葛飾区役所内食堂	立石5-13-1	03-3693-5674
2 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	03-5680-8616
3 カフェ ファリーヌ Café Farine (一部テイクアウト可)	新宿1-1-15	03-3607-3180
4 オステリア OSTERIA 新小岩 (テイクアウトのみ)	新小岩1-51-1	03-5678-8038
5 ミコン フィンランド Mikon Finland ショップ&カフェ Shop & Café にこわ新小岩店	西新小岩4-33-2 にこわ新小岩内	03-3696-0080
6 古代の湯	奥戸4-2-1	03-5654-2611



鶏の照り焼き丼 1 11/25(金)600円 2 10/25(火)、11/29(火)、1/31(火)680円(テイクアウトは550円)



鮭としらすの和風ビビンバ丼 1 10/28(金)、1/27(金)600円 2 10/25(火)~12/30(金)600円



あんかけ海鮮中華丼 1 1/13(金)600円 2 10/31(月)まで990円 3 10/31(月)まで990円



鯖の彩り丼 1 11/11(金)600円



和風酢豚丼 1 12/9(金)600円 2 11/16(火)900円 3 11/15(火)、1/17(火)680円(テイクアウトは550円)



バターチキンカレー 1 12/23(金)600円 2 11/22(火)、1/24(火)680円 3 常時販売390円



ラタトゥイユカレー 1 11/8(火)、12/13(火)680円(テイクアウトは550円) 2 常時販売500円



スープカレー 1 11/9(火)900円



ピリ辛焼きそば 1 11/1(火)、12/6(火)680円

※写真はイメージです。価格は変更になる場合があります。

## 東京聖栄大学の学生による販売会

【日程】11月19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日)  
【会場】イトーヨーカドーアリオ亀有店 (亀有3-49-3)  
購入者にはカレンダー、レシピなどを差し上げます(無くなり次第終了)。



ごろっとチキンと野菜の欲張りスープカレー 753円(税込)



長いも入り彩り野菜の恵みドリア 645円(税込) 写真はイメージです。

### イトーヨーカドーでも販売!

【取扱店舗】区内4店舗(アリオ亀有店、亀有駅前店、四つ木店、高砂店)  
【販売期間】11月15日(火)~27日(日)

## 「令和5年かつしかの元気食堂 元気ができるメニューカレンダー」を配布します

東京聖栄大学の学生が考案したメニューのレシピや写真を月替わりで掲載しています(1人1部まで。無くなり次第終了)。  
区ホームページからもご覧になれます。

【配布開始日】11月1日(火)  
【配布場所】健康プラザかつしか(青戸4-15-14)、保健センター(11面上欄参照)



## オンライン講座

### かつしかの元気と健康は食生活から

- がん予防に大切な生活習慣と食事!ワンポイントアドバイス
- 食べ方を工夫しよう!「減塩のすすめ」

いずれも、区公式YouTubeチャンネルで視聴できます。視聴後、アンケートに回答した方に、抽選でプレゼントを差し上げます。



▲詳細・視聴はこちら

## かつしかの元気食堂推進協議会

令和4年度第1回では、オンライン講座やメニュー開発をはじめとした東京聖栄大学との協働事業や認定店のPRなどについて検討しました。協議の内容を区ホームページで公開していますので、ご意見をお寄せください。



▲詳細はこちら

## 図書館からひろがる!ひろげる!!

# 中央図書館・友の会ウイーク

葛飾図書館友の会とボランティアグループによるイベント週間です。

【会場・担当課】中央図書館(金町6-2-1) ☎03-3607-9201

### 特別講演会

昭和の葛飾の思い出 懐かしい、商店街・映画館・夜店などの魅力を語る

葛飾で生まれ育ったヒーロー研究家の立石一夫氏が、少年時代を楽しく過ごした昭和30年代を中心として、思い出に残る商店街、映画館、夜店、遊びなどをお話しします(手話通訳あり)。

【日時】11月23日(水)午後2~4時 直接会場へ(先着順)。

【定員】80人

### ●友の会ウイーク特別展示

【期間】11月5日(土)~23日(水) 葛飾図書館友の会の活動内容やこれまでに開催したイベントを紹介しします。

### ●葛飾図書館友の会川柳大会 川柳募集

川柳は友の会ウイーク特別展示期間中に展示します。応募用紙は各図書館(地区図書館を除く)で配布する他、葛飾図書館友の会ホームページからも取り出せます。

【テーマ】図書館や本に関すること

### 【応募方法】

11月10日(木)までに応募用紙を持参かメール(川柳(2句まで)・ペンネーム・年齢を記入)で。

【応募先】各図書館(地区図書館を除く)

✉katsutosyotomo@gmail.com

### ●DVDコンサート「不滅の恋/ベートーヴェン」上映

【日時】11月12日(土)午後2時~4時10分

### ●ザ・シルクによるマジックショー

【日時】11月13日(日)午後2~4時

### ●子ども映画会「ムーミン谷とウィンターワンダーランド」

【日時】11月19日(土)午後2時~3時30分

### ●映像文学館「寺山修司&谷川俊太郎 ビデオ・レター」上映他

【日時】11月20日(日)午後2~4時

### いずれも

直接会場へ(先着順)。

【定員】各80人

その他、おはなし会、わらべうたの会、紙芝居などの開催を予定しています。詳しくは、葛飾図書館友の会ホームページをご覧ください。

