

# 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

●民謡民舞今フェス2023  
▷日時 7月17日(祝)午後2時開演  
▷場所 浅草公会堂  
▷入場券 指定席S 5,000円、指定席A 4,000円

区内在住か在勤(学)の方を抽選で10組20人ご招待

▷申込方法 往復はがき(1組1枚)に住所・氏名・電話番号、在勤(学)の方は勤務先(学校)名を記入し下記問合せ先へ

▷申込締切日 7月12日(水)(必着)  
▷問合せ 〒140-0004 品川区南品川6-8-20(公財)日本民謡協会「民謡民舞今フェス2023」係  
TEL (3471) 8888

●納涼!盆踊り大会  
▷日時 7月25日(火)~28日(金) 午後7時~9時  
▷場所 御徒町公園(雨天中止)  
▷問合せ 御徒町二丁目町会 小出  
TEL 090(3961)5516

●第3回座・鳥蔵柳浅~下町の匠たちと熱く語ろう!!交流会~  
▷日時 7月30日(日)午後3時~6時  
▷場所 須賀神社社務所(台東区浅草橋2-29-16)  
▷定員 30人(先着順)  
▷費用 2,000円(当日受付の場合は2,500円)

※詳しくは、鳥蔵柳浅HPをご覧ください。  
▷申込み・問合せ 鳥蔵柳浅 重岡  
TEL 080(6746)2636

●マジックと音楽と絵本のおやこコンサート  
▷日時 8月6日(日)午後2時~3時15分  
▷対象 5歳以上の子供と保護者  
▷定員 80人(先着順)  
▷場所・申込み・問合せ 浅草寺福祉会館(台東区浅草2-31-8)  
TEL (3844) 5225

●社会教育センター・社会教育館指定管理者主催「オンライン講座 大切な家族を守ろう!私のまちのペット防災」  
▷日時 8月26日(出)午後2時~4時

▷対象 区内在住の16歳以上のペット(犬や猫)を飼っている方  
▷定員 50人(先着順)  
▷講師 台東保健所生活衛生課職員、台東区危機・災害対策課職員  
▷申込方法 社会教育センター・社会教育館HPから申込み  
▷申込期間 7月5日(水)~8月18日(金)  
▷問合せ 千束社会教育館  
TEL (3874) 5450

## 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)

▷講座名・日時  
①書類作成セミナー・7月19日(水)午後2時~3時30分  
②面接対策セミナー・7月26日(水)午後2時~3時30分  
③シニア就職支援セミナー(65歳以上の方対象)・7月12日(水)午後2時~3時15分  
▷場所・申込み・問合せ ハローワーク上野 ①② TEL (3847) 8609 41# ③ TEL (3847) 8609 42#

●税の無料相談(予約優先)  
相続税に関する無料相談を行います。  
※他の税目についても相談できます。  
▷日時 毎月第3火曜日午前10時~正午(1人30分まで)  
▷場所・申込み・問合せ 東京税理士会上野支部  
TEL (3831) 8851

●たいとう朝日創業塾  
▷日時(全4回) 9月7日・21日、10月5日・19日の木曜日午後6時30分~8時30分  
▷場所 朝日信用金庫西町ビル6階(台東区東上野1-2-1)  
▷対象 これから創業される方、創業5年以内の方  
▷定員 30人(先着順)  
▷申込方法 朝日信用金庫等で配布しているご案内チラシの申込フォーム(WEB)か朝日信用金庫HPから申込み  
▷問合せ 朝日信用金庫お客さまサポート部 TEL (3862) 0668

# 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!~

## ブロッコリーどこ食べる?

ブロッコリーは、カロテンやビタミンCなどを豊富に含みます。一般的につぼみを食べるイメージですが、茎も食べることができます。薄切りにして炒めたり、ゆでたりして使いましょう。  
選ぶときのポイントは、切り口が新鮮で全体が変色しておらず、乾燥していないものがおすすめです。

### ブロッコリーのツナソース

【1人分】エネルギー68kcal 食塩相当量0.5g

材料(2人分)	作り方
<ul style="list-style-type: none"> <li>ブロッコリー 80g</li> <li>トマト 1/3個</li> <li>ツナ缶(油漬け) 1/2缶</li> <li>酢 大さじ1/2</li> <li>砂糖 小さじ1/4</li> <li>しょうゆ 小さじ1/3</li> <li>塩、こしょう 少々</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>ブロッコリーは小房に分け、熱湯でゆでる。柔らかくなったら、ざるにあけて冷ます。</li> <li>トマトは1センチ角に切る。</li> <li>ボウルに油を切ったツナ、トマト、調味料を入れてあえる。</li> <li>①のブロッコリーを皿に盛って、③のソースをかける。</li> </ol>

▷問合せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9440

●6年4月から不動産を相続した場合の登記申請が義務化されます  
今のうちから、相続した土地・建物の相続登記に備えましょう。詳しくは、東京法務局HPをご覧くださいか、下記問合せ先へ  
▷問合せ 司法書士会相続登記相談センター TEL 0120(13)7832

●東京都産業労働局 女性向けデジタル・ビジネススキル習得訓練(託児付き)  
▷日時 9月4日(月)~22日(金)午前10時~午後3時  
▷場所 東京文具共和会館(台東区柳橋1-2-10)  
▷対象 事務職への再就職を目指す女性  
▷定員 10人(選考あり)  
▷申込方法 女性向けデジタル・ビジネススキル習得訓練HPから申込み  
▷申込締切日 8月15日(火)(必着)  
▷申込み・問合せ 女性向けデジタル・ビジネススキル習得訓練運営事務局  
TEL (3230) 2445

●海上保安官募集  
▷種目 ①海上保安大学校 ②海上保安学校  
▷受験資格 ①高校を卒業してから2年を経過していない者および6年3月までに高校を卒業する見込みの者 ②高校を卒業してから12年を経過していない者および6年3月までに高校を卒業する見込みの者  
▷受付期間 ①8月24日(水)~9月4日(月) ②7月18日(火)~27日(水)  
▷1次試験 ①10月28日(土)・29日(日) ②9月24日(日)  
※詳しくは、海上保安庁HPをご覧ください。  
▷問合せ 東京海上保安部管理課  
TEL (5564) 1118

●東京都018サポート事業  
「子育てのしやすい東京」を実現するため、都内に在住する18歳以下の子供に対し、東京都が1人当たり月額5,000円を支給します。申請開始時期は9月頃の予定です。  
詳しくは、東京都HPをご覧ください。  
▷問合せ 東京都018サポート給付コールセンター  
TEL (5321) 1111

# 短歌

## 台東区短歌連盟

看板に熊に注意とあるを見て  
山道登る気力の失せる 守本順子

しっかりとコンクリートの割れ目から  
生える十葉母想い出す 遠藤美樹子

梅雨晴れに夏布団干すべランダに  
朝顔咲けり藍の色こく 鈴木秀子

マスク取り暑々乗り越えゆきたくも  
様々隠せし我七十代 小林峰子

梅雨空にアガパンサスはすと立ち  
紫まとう麗人のごと 帆足久子

よへの雨風のおおりに梅の実を  
庭の草葉の露と落しめ 山崎貞子

アラームかけ地球の裏の仲間入り  
一喜憂足踏み鳴らし 島田トキ子

亡き夫の種より育つ鉢の枇杷  
初生り淡きランプのように 折笠しげ

花火消えなお消え残る朱の色  
三月十日の空に連なる 織田淑枝

轟きに歓声あげてこの時を  
人びと待ちし隅田の花火 田部井せい子

いまさらと悩みし内装倦怠に  
過ぎ来しわれに活よみがえる 田村直子

▽問合せ 台東区短歌連盟  
田村直子 TEL (3874) 1065