

凡例
 日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物
 保育 他その他 方申込方法 申込先 問い合わせ先 担当課

東京の街で拾った江戸のこぼれ話
 9月27日(日)午後1時30分～3時
 区内在住55歳以上の方30人
 9月17日(木)午前10時から電話で(先着順)。
 申込先 NPO法人葛飾アクティブ・コム ☎(5680)2964
 会場 シニア活動支援センター(立石6・38・11)

わがまち楽習会 かつしかにまじり 子育て支援の種 全4回
 区内左表の通り立石6地区センター(立石4・23・17)定員50人
 他共催/OH!ファミリー方電話か往復ハガキ(わがまち子育て支援・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を記入)で、9月24日(木)必着まで(多数抽選)。
 申込先 葛飾区役所生涯学習課 ☎(5654)8512

日程	内容	講師
10/7(水)	子どもの時間を見つめる幸せ	齋藤真弓氏 (社会福祉法人清遊の家うらら保育園園長)
10/13(火)	子育てで知っておきたいこと～小児科医の視点から～	吉岡淑隆氏 (いなみ小児科医師)
10/17(土)	後輩パパ、ママのよき相談相手になるために	永瀬春美氏 (認定心理カウンセラー)
10/19(月)	地域を変えるアイデア探し ホームスタートの取り組みをとおして	麻生信也氏 (社会福祉法人共生会希望の家園長)

いずれも午前10時～11時45分

サツマイモ掘り
 サツマイモ掘りと、下町に伝わるサツマイモの食べ方を学びます。

10月11日(日)午前10時～午後2時
 千葉県流山市北の畑定員20人
 500円方往復ハガキに「サツマイモ」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月1日(木)必着まで多数抽選。
 申込先 〒125・0063 白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

歴史教養講座 航空斜め写真でみるかつしか
 区民大学単位認定講座。航空斜め写真から葛飾区の今と昔を読み解きます。
 10月17日(土)午後2～4時
 80人
 清水裕介氏(首都大学東京都市教養学部講師) 費2000円方往復ハガキに「歴史教養」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月3日(土)必着まで(多数抽選)。
 申込先 〒125・0063 白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

中途視覚障害者のための生活講座 全2回
 10月10日(火)午後1時～3時30分
 10月27日(火)午後1時～3時30分
 「利用できるサービス、便利グッズの紹介」
 11月10日(火)午後1～3時
 「単独歩行・介助歩行の方法」
 区内在住で、緑内障、糖尿病網膜症、網膜色素変性症などの病気で目が見えにくくなった方、見えなくなった方や、家族・支援者10人
 師長岡雄一氏(東京都視覚障害者生活支援センター所長) 方電話か往復ハガキ(中途視覚・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で、10月15日(木)必着まで(多数抽選)。
 申込先 〒125・0063 白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

文化財めぐり 亀有
 亀有地域の文化財などを散策します。
 10月17日(土)午前9時30分～正午
 集合/亀有公園、解散/亀有香取神社
 定員50人
 費1000円方往復ハガキに「文化財めぐり」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月5日(月)必着まで(多数抽選)。
 申込先 〒125・0063 白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

シニア健康楽々ウォーキング
 東池袋にある造幣局を見学し、神田川沿いの公園の緑を見ながら約5km歩きまわります。
 10月7日(水)午前9時～午後3時(荒天中止)。
 集合/JR西日暮里駅対面
 区内在住55歳以上の方40人
 500円方往復ハガキに「ウォーキング」、住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月28日(月)必着まで(多数抽選)。
 申込先 〒125・0032 水元4・6・15 水元憩い交流館 ☎(5660)3113
 シニア活動支援センター

身体障害のある方へ 初級パソコン講習会 全7回
 キーボード操作や文字入力を学びます。
 10月5日～11月30日(月)10月12日、11月23日を除く
 午前10時～11時30分
 区内在住で身体障害者手帳をお持ちの18～69歳の方4人
 1200円方往復ハガキに「身体パソコン」、住所・氏名・生年月日・電話番号を書いて、9月29日(火)必着まで(多数抽選)。
 新規申し込みの方優先。
 申込先 〒124・0066 堀切3・34・1 ウェルピアかつしか内地域活動支援センター

シニア情報生活アドバイザー養成講座 全8回
 主にシニア世代にIT機器の操作・活用方法を教えるアドバイザーの養成講座です。
 10月3日～11月21日(土)午後1時30分～4時30分
 区内在住おむね55歳以上で、地域でパソコンなどの指導ボランティア活動ができる方6人
 3万円方NPO法人ユニコムかつしかホームページ(<http://www.uck80.com>)で、9月25日(金)まで(多数抽選)。
 申込先 NPO法人ユニコムかつしか新柴又教室(鎌倉3・24・5) ☎(6905)8080
 シニア活動支援センター

健康・介護予防
 葛飾区基本健康診査
 平成28年3月31日現在、40歳以上(昭和51年3月31日生まれまで)で次のいずれかに該当する方
 ①生活保護を受給している方
 ②平成27年4月2日以降に葛飾区国民健康保険に加入した方
 ③平成27年4月2日以降に被用者保険(被扶養者の方)に限る。か国保組合に加入した方
 【健診期間】
 10月31日(土)まで
 【医療機関の休診日を除く(健診場所)】
 区内の指定医療機関
 約170カ所
 【内容】
 身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・胸部エックス線撮影他
 肺がん・大腸がん・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査を同時に受診できます(年齢要件や一部料金の負担あり)。
 詳しくは、受診票に同封の案内をご覧ください。
 【申込方法】
 ①に該当する方
 ハガキに「基本健康診査」
 住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、9月30日(水)消印有効まで。
 ②③に該当する方
 「基本健康診査」住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いた用紙と保険証のコピーを封書に入れて、9月30日(水)消印有効まで。
 受診票は、2週間ほどでお送りします。

健康診査
 20歳代・30歳代
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

健康診査
 40歳代・50歳代
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

区民のひろば
 区は内容に関与しません。催し物
 合気道無料体験教室 9月20日(日)9時30分～10時30分
 総合スポーツ第一武道場 加納(3693)7134
 ゆかた祭りの集い 9月27日(日)13時30分～16時
 四つ木地区 500円 ☎福田(3693)6798
 ベビーマッサージ&おむつなし育児 9月30日(水)10時～正午
 ばんつこの森(四つ木4・27・6・401) 800円 ☎大森(3602)8000
 大森公園 ☎(3602)4535
 いじゅくまつり 10月3日(土)10時～14時
 かがやけ第2共同作業所 ☎小室(3607)3180
 お茶亀まつり 10月4日(日)11時～15時
 白鳥福祉館 ☎高橋(3604)0034
 中ノ郷水彩画サークル展 10月5日(月)～9日(金)9時～16時
 (5日は13時～、9日は15時まで) 堀切地区 ☎柿崎(3693)3614
 ふれあいの集い(食事と演芸・おむね70歳以上) 10月17日(土)11時30分～水元憩い交流館 9月18日(金)10時から電話申し込み(先着60人) ☎伊藤(3607)4114
 英語(基礎) 月4回18時～(日時は応相談) 梅田宅(新宿4丁目) 1回800円
 梅田070(6512)3815
 英会話 月4回(木)13時～四つ木地区 ☎月5200円
 入会千円 ☎馬島(391)391
 中国語 月3回(土)9時30分～新小岩学び交流館 月4千円 入会2千円 ☎郷090(6003)2233
 カラオケ 月2回第1・3(土)14時～鎌倉憩い交流館 月2300円 ☎麻井(3657)9087
 カラオケレッスン 月2回第2・4(月)19時30分～東奥戸集い交流館 月3千円 入会千円 ☎鈴木(3692)3375
 フォークダンス (土)13時30分～四つ木地区 ☎1回500円 ☎佐藤(3601)4535
 社交ダンス(多少経験のある方) 月4回(火)19時10分～新小岩学び交流館 月4千円 ☎千葉(3697)2237
 ストレッチ体操 月4回(金)19時～総合スポーツセンターホール 月2千円 ☎中村(5876)4151
 健康体操(女性・年配の方) 月4回(水)10時30分～(木)11時～スタジオM.N.C (東四)木4・32・3 月2千円 入会2千円 ☎山090(8689)5498
 書道 月1回第1日(日)13時～第2若松ビル(東金町3・33・1) 月2千円 ☎柳瀬090(8894)7005
 絵手紙 月2回(木)9時20分～シンフォニーヒルズ別館 月2300円 入会千円 ☎小林(3695)5268
 短歌 月1回第2(火)14時～第2若松ビル(東金町3・33・1) 月1500円
 ◆今尾090(1506)0391

健康診査
 60歳代・70歳代
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

健康診査
 70歳代以上
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

健康診査
 80歳代以上
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

健康診査
 90歳代以上
 【申し込み・担当課】
 〒125・002 青戸4・15・14 健康プラザかつしか内健康づくり課 ☎(3602)1268

このマークのあるものは、パソコン・携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります)。場合抽選します。ハガキファックスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。