

(7)

健康部(保健所)
 (代)☎3602-1222
 青戸4-15-14

青戸保健センター
 ☎3602-1284
 青戸4-15-14

金町保健センター
 ☎3607-4141
 金町4-18-19

新小岩保健センター
 ☎3696-3781
 西新小岩4-21-12

水元保健センター
 ☎3627-1911
 東水元1-7-3

認知症サポーター養成講座

認知症の方や家族が地域で安心して暮らせるよう、認知症を正しく理解します。
 1月17日(火)午後2時～3時30分 会小菅憩い交流館(小菅3-6-1) 対区内在住・在勤・在学の方20人 方
 12月8日(木)午前9時から電話で(先着順)。申高年齢者総合相談センター堀切☎(3697)7815 担高齢者支援課

シニアのためのiPad初心者講座 全4回

iPad(タブレットPC)に触れ、ITの楽しさ・面白さを体験します。
 iPadを持参する必要はありません。
 1月7日～28日(土)午後1時30分～3時30分 会シニアIT・活動情報サロン(立石6-38-11)シニア活動支援センター内 対区内在住55歳以上の方10人 費2千円
 方往復ハガキにiPad・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月19日(必着)まで(多数抽選)。申問☎125-0062 青戸5-33-1-103 NPO法人葛飾アクティブ・コム☎(5680)2964 担シニア活動支援センター

シニア活き活き教室 初心者写真撮影講座 全4回

1月13日～2月3日(金)午前10時～正午 会青戸中央憩い交流館(青戸6-16-12) 対区内在住55歳以上の

健康・介護予防

医療公開講座 足のケアは長寿の秘訣! 下肢静脈瘤と閉塞性動脈硬化症のお話

12月13日(火)午後2時～3時30分 会新小岩地区センター(新小岩2-17-1) 定100人 師吉田成彦氏(新葛飾病院院長) 方12月6日(火)午前9時から電話か窓口で(先着順)。申問新葛飾ロイヤルクリニック(堀切2-66-17) ☎(3697)8333 担地域保健課

かつしか健康教室 心臓病の予防法と心臓病は9割防げる

心臓病の予防法や健康寿命の延ばし方についてお話しします。
 12月17日(土)午後2～4時 会青戸地区センター(青戸5-20-6) 定80人 師小坂眞一氏(イムス葛飾ハートセンター)心臓血管外科統括部長) 他方12月7日(水)午前9時から電話かメール(かつしか健康教室)・住所・氏名・年齢・電話番号を記入(先着順)。申問イムス葛飾ハートセンター医療

医療情報セミナー もっと知ろう! 透析のこと

自宅でできる腹膜透析についてお話しします。
 12月18日(日)午前10時20分～11時50分 会江戸川区総合文化センター(江戸川区中央4-14-1) 定200人 師古賀祥嗣氏(江戸川病院泌尿器科主任部長) 他方12月7日(水)午前9時から電話かファクス(透析)・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を記入(先着順)。申問江戸川病院内地域連携室☎0120(518)120 FAX(3657)0758 担地域保健課

難病医療相談

神経難病専門医による医療相談です。
 12月15日(木)午後2～5時 対パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経難病の方や、神経難病の恐れがあり転倒しやすい方、手足の震えなどがある方5人 方12月8日(木)午前9時から電話で(先着順)。申問担保健予防課(青戸4-15-14健康プラザかつしか内) ☎(3602)1274

家族介護者教室 エンディングノートを書いてみよう

人生の最期を迎えるに当たって、ご自身の思いや希望をご家族に伝えるためのエンディングノートの書き

方学びます。
 12月21日(水)午後2時～3時30分 会南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) 対区内在住で、65歳以上の方か家族を介護している方30人 師羽場真美氏(ワーカーズ・コレクティブ生活クラブFPの会理事長) 方12月8日(木)午前9時から電話で(先着順)。申高年齢者総合相談センター堀切☎(3697)7815 担高齢者支援課

脳力トレーニング 脳トレ学園 全11回

簡単な計算や音読などの学習と、記憶力・判断力などを養うプログラムで、楽しみながら脳を活性化します。
 1月11日～3月29日(水)

回想法教室 全12回

懐かしい記憶をたどる回想法で、仲間づくりや脳の活性化を図ります。
 1月11日～3月29日(水)

シニア活き活き教室 健康グッズ初心者講座 全4回

どなたでも気軽に楽しめるグッズを体験します。
 1月12日～2月2日(木)午後1時30分～3時30分 対区内在住55歳以上の方20人 費2千円 方往復ハガキに「健康グッズ」・住所・氏名

生きがい支援講座 チェアストレッチ 全8回

椅子を使って無理なく全身運動を行います。
 1月13日～3月3日(金)午前10時～正午 対区内在住65歳以上の方40人 師小倉恵子氏(健康運動指導士) 費1800円 方往復ハガキに「チェア」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号

生きがい支援講座 踊って、笑って、脂肪トレ! 全8回

脳と体を運動させたダンスを楽しみます。
 1月16日～3月6日(月)午前10時～正午 対区内在住65歳以上の方40人 師中村真奈子氏(健康運動指導士) 費2千円 方往復ハガキに「踊って、笑って」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月21日(水)必着まで(多数抽選)。申問☎124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター

休日応急診療

中学生以下の方が受診する際は、保護者の同伴をお願いします。

◆医療機関などの案内

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303
 東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119または☎3212-2323
 本田消防署 ☎3694-0119/金町消防署 ☎3607-0119

◆平日夜間診療所(小児科)

平日夜間こどもクリニック(立石5-15-12立石休日応急診療所) ☎3694-9550
 (受付時間)月～金曜日 午後7時30分～9時45分

◆休日診療所(内科・小児科)

立石休日応急診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内) ☎3694-9550
 金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎3627-0022
 (受付時間)日曜日・祝日 午前10時～11時30分、午後1時～3時30分・5時～9時30分
 土曜日 午後5時～9時30分

◆休日当番医(診療時間)午前9時～午後5時

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
	南郷外科・整形外科医院	整	堀切3-17-13	3691-1613
	新小岩北口診療所	外、整、内、胃	西新小岩1-8-4	5670-2826
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町7-5-8-1F	5648-5715
12/11	小泉胃腸腸門クリニック	消内、外	金町6-4-3-102	3627-1300
	金町診療所	内	東金町1-15-5	3607-5124
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688
	金町整形外科	整、内	東金町2-24-3	3600-8097

◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時～午後4時

月日	医療機関名	所在地	電話番号
12/11	鈴木歯科医院	水元1-22-14	5699-1147
	八巻歯科医院	堀切2-34-3	3691-2272

◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時

月日	接骨院名	所在地	電話番号
12/11	岡島接骨院	南水元4-17-4	5660-0461
	吉田接骨院	新小岩2-8-4	3655-7476

◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分

月日	薬局名	所在地	電話番号
	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	サンワ薬局金町店	金町6-4-3	5660-8911
	薬局モリファーマシー	東金町1-15-6	3826-1881
12/11	薬局モリファーマシー東金町店	東金町7-4-3	5648-5320
	秋山薬局堀切三丁目店	堀切3-17-15	3693-8970
	ミツワ薬局	東金町2-30-6	3607-4797
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5	5670-9311

12月9日は「葛飾区交通安全日」です。年末に向け「交通事故と渋滞のない東京」をめざし、正しい交通ルールとマナーの実践を習慣づけましょう。

【担当課】 道路管理課 ☎5654-8386

凡例

日時 会会場 対対象 定員 内容 師講師 費用 持ち物
 保育 他その他 方申込方法 申申込先 問問い合わせ先 担担当課

電話番号の表記のない記事に関しては、はなしようぶコールへお問い合わせください。



区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込みは
はなしようぶコール ☎(6755)82222
 午前8時～午後8時 年中無休 FAX(6758)22223