

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

**自然学習講座
 工作で素敵な標本をつくらう**

水元公園内で集めた素材で標本を作ります。

日 11月12日(土)午後1～3時
 (雨天決行)定員30人(小学3年生以下は保護者同伴) 師 手島まゆみ氏(あそびの種・アートの芽) 方 10月18日(火)午前9時から電話で(先着順) 会 申水元かわせみの里(水元公園8・3) ☎(3627) 5201 担公園課

**東京文化財ウィーク
 企画事業
 東京下町の古代史を紐解く**

立石の地名の起こりとなつた東京都史跡「立石」から、東京下町の古代史をひもときます。

日 11月13日(日)午後2～4時
 集合/青砥駅改札口定員30人
 費 200円(方)往復ハガキに「古代史」と立石、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月27日(木)(必着)まで(多数抽選)。
 申 担 下 125・003白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

**歩いて探る歴史舞台
 江戸前島・日比谷入江**

江戸の地理や地形などの原風景を体感し、人間の営みと自然環境との関わりを学びます。

日 11月23日(水)祝午後1時30分～4時。集合/皇居大手門会 千代田区界限定30人 費 200円(方)往復ハガキに「歴史舞台」、参加者全員

の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、11月1日(火)(必着)まで(多数抽選)。
 申 担 下 125・003白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

**講演会
 今、身近なあなたにできること
 高齢者とその家族の孤立を防ぐ**

認知症や高齢者虐待、セルフネグレクトなど、高齢者に関する社会問題について学びます。

日 11月8日(火)午後2時15分～4時30分 会 男女平等推進センター(立石5・27・1ウイメンズパル内) 対 区内在住・在勤・在学の方60人 師 川村孝俊氏(公社)あい権利擁護支援ネット社会福祉士) 方 10月17日(月)午前9時から電話で(先着順) 申 担 高 齢 者 支 援 課 ☎(5654) 8257

**バルーンアートボラ
 ンティア養成講座
 全5回**

バルーンアートの基本を学び、保育園や児童館で子どもたちと一緒に楽しむボランティアです。

区内の児童館でボランティア体験も行います。

日 会 内 講 義 / 11月15日(火)・22日(火)・29日(火)、12月13日(火)午後1時30分～3時30分。男女平等推進センター(立石5・27・1ウイメンズパル内) 方 ボランティア体験/12月6日(火)午後3～4時。西亀有児童館(西亀有4・24・1)・新柴又児童館(柴又5・33・8)(予定)

対 区内在住・在勤のおおむね60歳以上の方20人 師 松岡晶子氏(葛飾バルーンクラブ) 費 3500円(方)往復ハガキに「バルーン」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、10月31日(月)(必着)まで(多数抽選)。
 申 担 下 124・855葛飾区役所高齢者支援課

**紙芝居を見て演じて
 楽しもう!**

紙芝居を見て演じ方の工夫を学び、実際に演じます(見学のみの参加も可)。

日 11月12日(土)午後1時30分～4時 定 30人 方 往復ハガキに「紙芝居」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、11月4日(金)(必着)まで(多数抽選)。
 会 申 担 下 125・003白鳥3・25・1 郷土と天文の博物館

**女性のための再就職
 支援セミナー
 クラウドソーシング
 就活・起業のための
 実践準備**

再就職への近道となるモデルを示します。

日 11月18日(金)午前10時～正午 対 女性の方30人 師 高橋聖佳氏(株)クラウドワークス社長室 保 1歳以上就学前のお子さん10人 方 往復ハガキに「再就職」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、保育希望の方はお子さんの名前(フリガナ)と年月齢を書いて、10月25日(火)(消印有効)まで(多数抽選)。
 会 申 担 下 124・002立石5・27

**シニアのための
 再就職支援セミナー**

再就職に必要な応募書類の作成や面接のコツなどを学びます。

日 11月16日(水)午後2時～4時30分 会 シニア活動支援センター(立石6・38・11) 対 おおむね55歳以上の方50人 師 須田万里子氏(2級キャリアコンサルタント) 技 能 士) 方 10月17日(月)午前9時から電話か窓口で(先着順) 申 問 ワークスかつしか(シニア活動支援センター)内 ☎(3692) 3181 担 高 齢 者 支 援 課

**認知症サポーター
 スキルアップ講座
 ライフステージと
 認知症**

「この方を知る」という観点から、認知症への理解を深めます。

日 11月11日(金)午後2～4時 会 金町地区センター(東金町1・22・1) 対 認知症サポーター養成講座を受講した方か、認知症に関心のある方30人 師 福島富和氏(医療法人社団明正会認知症ケア研究所) 方 10月21日(金)午前9時から電話で(先着順) 申 高 齢 者 総 合 相 談 セ ン ター 新 宿 ☎(3826) 8726 担 高 齢 者 支 援 課

**シニアが案内する
 まち歩きツアー
 地元住民が語る立石
 路地裏今昔**

日 11月12日(土)午後1～4時 (小雨決行) 集合/立石諏訪神社(立石8・2・6)、

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。

解散/かわばた公園(東立石2・9・1) 定 60人 費 500円 他 企画・運営/葛飾のまち歩きを創る会 方 往復ハガキに「まち歩き」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月4日(金)(必着)まで(1枚2人まで) 連 記 可。多 数 抽 選。申 下 124・003東立石4・25・6 我 妻 敬 苑 担 高 齢 者 支 援 課

**シニア活き活き教室
 初心者写真講座
 全4回**

日 11月8日～29日(火)午前10時～正午 会 堀切地区センター(堀切3・8・5) 対 区内在住55歳以上の方15人 費 2千円(方)往復ハガキに「写真講座」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、10月26日(水)(必着)まで(多数抽選)。
 申 問 下 125・002青戸5・33・1・10 3 N P O 法 人 葛 飾 ア ク ティ ブ・C O M ☎(5680) 2964 担 シニア活動支援センター

**シニア活き活き教室
 健康グッズ初心者講座
 全4回**

日 11月10日～12月1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(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、10月26日(水)(必着)まで(多数抽選)。
 申 問 下 125・002青戸5・33・1・10 3 N P O 法 人 葛 飾 ア ク ティ ブ・C O M ☎(5680) 2964 担 シニア活動支援センター

**区民の
 ひろば**

区は内容に参与しません。

(参加申し込みは要問い合わせ) かつしかシンフォニーホール別館 千円(参加費実費) 飯田090(6007)0631
 シンフォニックペーパーアート他作展 11月3日(木)～4日(金)10時～14時、かつしかシンフォニーホール別館 ☎(3656) 6452
 フラワーアレンジメント 月2回(金)10時45分、森岡宅(立石5丁目) 月5000円(材料費別) 森岡090(4719)5764
 パソコン(初心者) 月4回(月)金9時45分、新小岩学び交流館 月2300円(通信費別) 岩出070(6407)1127
 楽しい朗読 第4(木)14時、立石地区 月1回2千円(年会費500円別) 入会千円 佐野080(3025) 8466
 シニア脳トレクッキング 第2・4(木)18時30分、ウイメンズパル 月1回千円 三上090(8599) 1087
 着付をしてみませんか 月2回(木)19時、ウイメンズパル 月1回千円 入会2500円 中村(3601)0763
 着物リフォーム 第1(水)・第2(火)13時、かつしかエコライフプラザ(立石図書館併設) 月1回1500円 入会千円 松本(3603) 3997
 紙芝居ボランティア 月1回(木)13時30分、柴又憩い交流館 ☎戸内080(4114) 6682

能の謡曲「高砂」を楽しむ 11月27日(木)15～16時(要予約) 高砂地区 ☎三宮(5464) 8841
 終活セミナー 揉めない相続 10月28日(金)13時15分～15時 亀有地区 ☎堀井(6905) 9199
 借地借家法律セミナー 10月28日(金)10～15時 葛飾借地借家人組合事務所(金町1・20・9) ☎山本(3608) 2251
 みんなで遊ぼうかつしか 10月29日(土)白鳥児童館 月4回(水)19時30分、高砂福祉館 ☎河島090(1265) 1701
 ストレッチ体操 第1・2・3(木)10時30分、水元学び交流館 月2千円 入会500円 太田(5660) 2818
 子供向けの空手教室 月4回(土)16時、住吉小学校 ☎鈴木070(1516) 0387
 和紙ざり絵(初心者歓迎) 第1・3(月)14時、立石地区 月3500円(教材費込み) 川島080(6673) 3074
 趣味を楽しむ 詩吟 月2回(水)13時、亀有地区 月1500円 鳥山090(5179) 0559
 フラワーアレンジメント 月4回(金)10時～14時、かつしかシンフォニーホール別館 ☎(3656) 6452
 フラワーアレンジメント 月2回(月)金10時45分、森岡宅(立石5丁目) 月5000円(材料費別) 森岡090(4719) 5764
 パソコン(初心者) 月4回(月)金9時45分、新小岩学び交流館 月2300円(通信費別) 岩出070(6407) 1127
 楽しい朗読 第4(木)14時、立石地区 月1回2千円(年会費500円別) 入会千円 佐野080(3025) 8466
 シニア脳トレクッキング 第2・4(木)18時30分、ウイメンズパル 月1回千円 三上090(8599) 1087
 着付をしてみませんか 月2回(木)19時、ウイメンズパル 月1回千円 入会2500円 中村(3601) 0763
 着物リフォーム 第1(水)・第2(火)13時、かつしかエコライフプラザ(立石図書館併設) 月1回1500円 入会千円 松本(3603) 3997
 紙芝居ボランティア 月1回(木)13時30分、柴又憩い交流館 ☎戸内080(4114) 6682