

紙面上では市外局番03の表記を省略しています。

(3)



お知らせ

65歳以上の方へ
インフルエンザ予防
接種を受けましょう

区が費用の一部を1人1回補助します。区内の実施医療機関で接種できます。

【接種期間】 10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

【対象】 区内在住で次のいずれかに該当する方

▽昭和29年12月31日以前に生まれ、接種当日65歳以上の方
▽12月31日現在、60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能などの障害(身体障害者手帳1級相当)がある方
【費用(自己負担金)】 2500円

生活保護を受けている方や中国残留邦人などの支援給付を受けている方には、自己負担金が免除される接種票を送付します。

【申込方法】

①平成28～30年度に区の接種票で接種を受けた方、および新たに65歳になる方(昭和29年生まれの方)

9月下旬に接種票を送付するので、申し込みは必要ありません。

令和2年1月15日(水)(必着)

②①以外の方

までに次のいずれかの方法でお申し込みください。

▽申込専用電話 ☎(5625)3796

月～金曜日/午前8時30分～午後5時(祝日、年末年始を除く)

▽郵送

ハガキに「インフルエンザ予防接種」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて郵送。

公害医療手帳をお持ちの方

9月下旬から案内を送付します。

【ハガキ申し込み・担当課】〒125-0062青戸4-15-14健康プラザかつしか内保健予防課 ☎(3602)1238

催し

銭湯で演歌を聴きませんか

70歳以上の方が区内の銭湯を1回230円(10月1日(火)からは240円)で利用できる「くつろぎ入浴事業」のPRイベントです。70歳未満の方もお越しください。

10月13日(日)午後1～2時。直接会場へ(先着順)。会富士

の湯(亀有2・5・7)。駐車場はありません。対区内在住の方20人程度内出演/エンカペラG(男性アカペラグループ)担高齢者支援課 ☎(5654)8259

講座・講演会

シニア活き活き教室
ハガキ絵初心者講座 全4回

墨と水彩絵の具を使って、ハガキ絵を描きます。

日10月18日～11月8日の(金)午後1時30分～3時30分(会費)青戸高架下集い交流館(立石6・38・13先) 対区内在住55歳以上の方15人費2千円(方)往復ハ

ガキに「ハガキ絵」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、10月7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・COM ☎(5680)2964

担シニア活動支援センター

シニア活き活き教室
空き缶のプルタブで編み方教室 全2回

バッグなどの小物の編み方を学びます。

日10月21日(月)・28日(月)午後1時30分～3時30分(会費)北集い交流館(亀有5・14・18) 対区内在住55歳以上の方10人費千円(方)往復ハガキに「プルタブ」・住所・氏名(フリガナ)

・年齢・電話番号を書いて、10月9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・COM ☎(5680)2964 担シニア活動支援センター

再就職支援セミナー

労働事情や再就職の具体的な事例を学びます。

日10月29日(火)午後1時30分～4時(会費)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)菊地克幸氏(1級キャリアコンサルタント) 方9月30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

物忘れがひどくなった方や、認知症の相談をしたい方などの悩みに専門医が応じます。

健康・介護予防

もの忘れ相談会

日10月24日(木)午前10時～11時30分(対)区内在住で認知症の心配がある方、またはその家族3人(師)和泉紀彦氏(認知症サポート医) 方電話で10月4日(金)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。会(申)高齢者総合相談センター(東四つ木(東四)つ木2・27・1) ☎(5698)2204 担高齢者支援課

高齢者クラブの仲間と地域活動をしてみませんか

区内各地域には、おおむね60歳以上の区民30人以上で構成される高齢者クラブがあります。各クラブは、地域の実情や会員の要望などに合わせて活動をしています。地域で活動をしたい、同年代の方と交流をしてみたいと考えている方は、高齢者クラブにご加入ください。【担当課】 高齢者支援課

主な活動

社会奉仕活動

友愛活動

一人暮らしや寝たきりの高齢者を訪問しての安否確認の声掛け、傾聴活動、簡単な家事援助など

地域福祉活動

福祉施設への定期訪問、地域の道路や公園などの清掃、花壇づくり、保育園・小学校などを訪問しての交流・伝承活動など

生きがい活動

カラオケ、輪踊り、史跡・施設見学会、地域史の学習、合唱、健康麻雀、パソコン教室、絵手紙など

健康づくり活動

ウォーキング、輪投げ、グラウンドゴルフ、ペタンク、ストレッチ体操、健康体操、脳トレ、健康をテーマとした学習会など

友愛活動でみんな仲良く生き生きと

葛飾区高齢者クラブ連合会 大久保輝行会長



現在、区内ではおよそ150クラブ、約1万人の会員が、自身の健康のための文化・スポーツ活動や学習活動の他、高齢者が地域で孤立しないネットワークづくりに取り組んでいます。また、区内の高齢者クラブをまとめている葛飾区高齢者クラブ連合会では、各クラブとの連絡調整、クラブ指導者の育成、会員の健康・安全・生きがいにつながる各種事業を行っています。

退職後や子育てを終えて何か活動したいという方はお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ】 葛飾区高齢者クラブ連合会 ☎5671-3088

10月1日(火)から銭湯入浴料金の改定(460円から470円)に伴い、くつろぎ入浴証の利用料が230円から240円に変更になります。

【担当課】 高齢者支援課 ☎5654-8259

凡例

日日時 会場 対象 定員 内容 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

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)。

「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合抽選します。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。