

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 申込方法 申込先 問い合わせ先 担当課

健康大学公開講座

区民大学単位認定講座。
 区内左表のとおり。直接会場へ(先着順)。健康プラザかつしか(青戸4・15・14)定各日100人程度
 健康づくり課 ☎(3602)1268

日程	内容・講師
11/25(月)	笑い与健康 【講師】 平井幸雄(三遊亭圓塾)氏(NPO法人「シニア大楽」講師)
12/4(水)	知って得する時間栄養学のはなし ～最適な食事のタイミングでさらに健康に!～ 【講師】 篠田粧子氏(首都大学東京大学院人間健康科学研究科教授)
12/9(月)	発酵食品はなぜ体によいのか? 【講師】 前橋健二氏(東京農業大学応用生物科学部醸造科学科教授)

いずれも午後1時30分～3時30分(25日は午後1時15分から)。

NPO専門講座
学んでみよう!働き方改革の現状と今後

ボランティア団体やNPOにおける労務の基礎知識や働き方改革の概要、相談事例について学びます。
 日12月7日(土)午後1時30分～3時30分 亀有地区センター1(亀有3・26・1リリオ才館7階) 対区内在住・在勤・在学の方、またはNPO活動や地域貢献活動を行っている方30人程度 師家村啓三氏(社会保険労務士) 電話かつしか・メール

(住所・氏名(フリガナ)・電話番号(ファックス番号)を記入)で、12月4日(水)午後5時まで多数抽選。
 日12月11日(水)午前10時～正午 会テックプラザかつしか(青戸7・2・1) 対55歳以上の方20人 他雇用保険受給中の方には、求職活動の実績となる証明書を発行します。
 方11月18日(月)午前10時から電話で(先着順)。 申しごと発見プラザかつしか ☎(5680)8765 担産業経済課

55歳からの再就職応援セミナー

日12月11日(水)午前10時～正午 会テックプラザかつしか(青戸7・2・1) 対55歳以上の方20人 他雇用保険受給中の方には、求職活動の実績となる証明書を発行します。
 方11月18日(月)午前10時から電話で(先着順)。 申しごと発見プラザかつしか ☎(5680)8765 担産業経済課

子どもを犯罪から守るまじわり活動 取組団体報告会

区民大学単位認定講座。PTAや地域の大人たちが、子どもを犯罪から守るために取り組んだ活動内容を報告します。取組団体のポスター展示も行います。
 日12月14日(土)午後2時～4時 会新小岩北地区センター(東新小岩6・21・1) 定100人 師中村政氏(千葉大学名誉教授) 他共催/子どもを犯罪から守るまじわり活動推進会 方往復ハガキかファックスに 報告 ☎・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号(ファックス番号)を書いて、12月4日(水)必着 まで多数抽選。 申担 ☎124・855 葛飾区役所生涯学

習課 FAX(5698)1541 ☎(5654)8475
 まちかど勉強会
 西水元地域講演会
 ハートフルコミュニケーション
 ケーシヨン(こころを結ぶ聴きかた・伝えかた)

小学2年生までのお子さんは「わくわく元気体操・バルーンアート」の体験もできます。
 日11月30日(土)午後2時～4時 直接会場へ(先着順)。 会水元総合スポーツセンター(水元1・23・1) 定150人 程度 師平松容見子氏(NPO法人ハートフルコミュニケーション) ション 副理事長 保2歳以上就学前のお子さん20人 担西水元地区センター ☎(3607)2161

健康・介護予防
 難病医療相談
 神経難病専門医による医療相談です。
 日11月28日(木)午後2時～4時30分 会健康プラザかつしか(青戸4・15・14) 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、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11月11日(月)午前9時から電話で(先着順)。 申担保健予防課 ☎(3602)1274

家族介護者教室
 自宅での体調管理をサポートする訪問看護について学びます。
 日12月20日(金)午後2時～3時30分 会高齢者総合相談センター 東四つ木(東四つ木

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。)

日12月9日(月)午後1時30分～3時 会奥戸くつろぎの郷(奥戸3・25・1) 定30人 師高田幸氏(トリーツ訪問看護ステーション) 新小岩所長 方11月18日(月)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奥戸 ☎(5670)5212 担高齢者支援課

骨密度検診・栄養指導
 12月分
 腕にエックス線を照射し骨密度を測定した後に、管理栄養士が栄養指導を行います(1時間30分程度)。
 日12月3日(火)午前9～11時 午後1～3時 会健康プラザかつしか(青戸4・15・14) 対区内在住18歳以上で、平成31年4月以降に骨密度検診を受診していない方60人 費1120円 方11月18日(月)午前8時30分から電話で(先着順)。 申担健康づくり課 ☎(3602)1268

認知症サポータースキルアップ講座
 認知症当事者への理解を深め、事例を交えながら対応方法を学びます。
 日12月7日(土)午後2時～3時30分 定30人 会申高齢者総合相談センター堀切(堀切2・66・17) ☎(3697)7815

四つ木会場
 認知症の方への支援方法として成年後見制度を学びます。
 日12月20日(金)午後2時～3時30分 会高齢者総合相談センター 東四つ木(東四つ木

高次脳機能障害や失語症のある方またはご家族の方のための相談会
 日常生活での困りごとについて、職員が相談に応じます。
 日12月11日(水)午後1～4時 対高次脳機能障害や失語症のある方、その家族5人 方11月18日(月)午前9時から電話で(先着順)。 会申担地域活動支援センター(堀切3・34・1ウエルピアかつしか) ☎(5698)1336

介護予防教室
 いつまでも健康
 栄養のお話 & 介護予防体操
 日11月28日(木)午後2時～3時30分 会お花茶屋地区センター(お花茶屋2・1・12) 対区内在住65歳以上の方30人 師大村真緒氏(管理栄養士) 方11月18日(月)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

健康寿命を伸ばす体操
 自分の血管を守る運動
 ができていますか
 日11月30日(土)午後2～3時 会堀切地区センター(堀切3・8・5) 定60人 師藤畑涼帆氏(イムス葛飾ハートセンター) 理学療法士 方11月16日(土)午前9時から電話かメール(健康寿命・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で(先着順)。 申問 イムス葛飾ハートセンター 医療連携室 ☎(3694)8146 担keiheart@ims.jp 担地域保健課

心の健康講演会
 カサンドラ症候群を
 考える
 強いこだわりや被害妄想などの傾向がある方の家族が抱える問題、カサンドラ症候群について学びます。
 日11月23日(土)祝午後2～4時。 直接会場へ(先着順)。 会かつしかシンフォニーヒルズ別館(立石6・331) 定50人 師原島陽一氏(産業カウンセラー) 費千円 問NPO法人心のつばめ会事務局(竹内) ☎080(3481)7943 担保健予防課

もの忘れ相談会
 最近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。
 日12月10日(火)午後3時30分

5時30分 対区内在住の認知症の心配がある方、またはその家族3人 師大山高令氏(認知症連携医) 方電話か窓口で11月22日(金)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定。 会申高年齢者総合相談センター堀切(堀切2・66・17) ☎(3697)7815 担高齢者支援課

広告 内容については広告主にお問い合わせください。



埼玉・千葉方面がつながる MIRAI WAY
小松川JCT 開通!
 (②埼玉方面 ↔ ⑦千葉方面)
2019.12.1(日) 17:00
 開通に伴い小松川出口(下り)の通行止があります

詳しくはホームページで 首都高 小松川JCT 検索

ひと・まち・くらしをネットワーク 首都高速道路株式会社

10月の振り込め詐欺被害は11件、約1,290万円です。留守番電話で被害を防ぎましょう。犯人は自分の声が録音されることを嫌います。
 【問い合わせ】 亀有警察署 ☎3607-0110 葛飾警察署 ☎3695-0110 【担当課】 生活安全課