



**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



**お知らせ**

**特別養護老人ホーム・短期入所生活介護(ショートステイ)の開設に伴い、入所者を募集します**

【名称・所在地】  
 (仮称)ケアホーム葛飾  
 (小菅1・35・10)

【開設予定日】  
 4月1日(水)

**特別養護老人ホーム**

【対象】

要介護3以上で、常時介護が必要な方や認知症などにより居室での自立した生活を送ることが困難な方120人(全個室)

要介護1・2の方は、認知症で日常生活に支障を来す症状が頻繁にみられるなど、一定の要件に該当する場合のみ申し込みできます。

【申込方法】

所定の申込書を2月6日(木)から持参か郵送で。

【申込書配布場所】

区内特別養護老人ホーム、介護保険課(区役所2階201番)、高齢者総合相談センター  
 区ホームページからも取り出せます。

既に、他の特別養護老人ホームに申し込みしている方には追加申込書を送付します。

**短期入所生活介護(ショートステイ)**

【対象】

要支援・要介護の認定を受け、一時的に施設での介護が必要な方18人

【申込方法】

4月1日(水)から申し込みを受け付けます。ケアプランに基づき、ケアマネジャーまたは利用者・家族が申し込みをしてください。

**いづれも**

【申し込み・問い合わせ】

〒124-0001小菅1・35・10(仮称)ケアホーム葛飾開設準備室  
 ☎(36602)5900  
 (月)金曜日/午前9時～午後5時

【担当課】 介護保険課

**催し**

**フラの祭典**

シニアのフラダンスグループが、日頃の活動の成果を発表します。

日2月23日(日)・祝午後1時30分～4時  
 亀有地区センター(亀有3・26・1リリオ館7階) 対区内在住の方100

人方2月7日(金)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・COM ☎(5680)2964  
 担シニア 活動支援センター

**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240円で利用できる「くろぎ入浴事業」のPRイベントです。70歳未満の方もお越しください。

日2月16日(日)午後1～2時。直接会場へ(先着順)。  
 会草津湯(小菅1・17・3)。駐車場あり

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**

**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の悩みに応じます。

日3月5日(木)午後2～4時  
 柴又地区センター(柴又1・38・2) 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  
 師遠藤啓一郎氏(認知症連携医) 方2月14日(金)午後5時までに電話で(多数の場合、相談内容により決定)。  
 申高齢者総合相談センター 高砂 ☎(5888)8600 担高齢者支援課

**シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 3月分**

日会内下表のとおり 対区内在住55歳以上の方 方往復ハガキに希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、2月21日(金)(必着)まで(多数抽選)。  
 担シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用 (教材費込み)	定員 (人)	時間・会場・申し込み
A	アンドロイドスマホ1日体験講座(スマホで何ができる?紹介と体験)	3/2(月)	500円	各4	【時間】午前9時30分～11時30分 【会場・申し込み】〒124-0012立石6-38-11 シニア活動支援センター内 シニアIT・活動情報サロン ☎3692-3180
B	iPhone・iPad1日体験講座(スマホで何ができる?紹介と体験)	3/3(火)	500円		
C*	パソコンで楽しむ趣味の写真(撮影・整理・保存・画像調整) 全2回	3/9・16(月)	2,000円	各1	【時間】午前10時～正午 ★は午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館 ☎5660-3113
D	ここが知りたいマンツーマン1日講座 スマホやパソコンのここを教える	3/23(月)、30(月)	2,000円		
E	iPhone・iPadタブレット入門 操作の基本～便利機能 全4回	3/3～24(火)	4,000円	各4	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒133-0051江戸川区北小岩6-2-6 NPO法人ユニコムかつしか ☎6657-9333
F	アンドロイドスマホ・タブレット(初心者でも安心)(持ち込みのみ) 全4回	3/4～25(水)	4,000円		
G	iPhone・iPadで簡単に楽しめる趣味のビデオ 撮影から映像編集 全2回	3/5・12(木)	2,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
H	スマホ・タブレットLINE講座 ますます便利になった機能満載 全2回	3/19・26(木)	2,000円		
あ*	ここが知りたいマンツーマン1日講座 パソコンの分からないところを学ぼう	3/3(火)、10(火)	2,000円	各1	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
い	iPhone・iPadで簡単に楽しめる趣味のビデオ 撮影から映像編集 全2回	3/17・24(火)	2,000円		
う	ここが知りたいマンツーマン1日講座 アンドロイドスマホ・タブレット(持ち込みのみ)	3/4(水)、11(水)	2,000円	各4	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館 ☎5660-3113
え	アンドロイドスマホ・タブレット 便利機能アプリ活用術(再受講歓迎)(持ち込みのみ) 全2回	3/18・25(水)	2,000円		
お	スマホでできる英会話入門 翻訳・アプリ・音声・LINEの活用 全2回	3/5・12(木)	2,000円	各3	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
か	iPhone・iPad活用講座 カレンダー・連絡先・メモの活用 全2回	3/19・26(木)	2,000円		
き*	パソコンで楽しむ趣味の写真(撮影・整理・保存・画像調整) 全2回	3/6・13(金)	2,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
く★	スマホ・タブレットのLINE講座 ますます便利になった機能満載 全2回	3/6・13(金)	2,000円		
301	初めてのパソコン 全4回	3/6～27(金)	4,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
302*	デジカメ、スマホ(アンドロイド)の写真をパソコンへ取込・整理・印刷(持ち込みのみ) 全2回	3/19・26(木)	2,000円		
303*	初心者のためのワード入門(案内状・表・ハガキ作成) 全4回	3/3～24(火)	4,500円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
304*	初心者のためのエクセル入門(表計算・グラフ作成・データ操作) 全4回	3/7～28(土)	4,500円		
305	サクッと操作!アンドロイドスマホ(写真・音楽・地図)(持ち込みのみ) 全2回	3/16・23(月)	2,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
306	サクッと操作!アンドロイドスマホ(LINE使いこなし)(持ち込みのみ) 全2回	3/5・12(木)	2,000円		
1*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・集計表などの作成、画像処理他) 全4回	3/2～23(月)	4,000円	各3	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
2*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・集計表などの作成、画像処理他) 全4回	3/3～24(火)	4,000円		
3*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・集計表などの作成、画像処理他) 全4回	3/4～25(水)	4,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
4*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・集計表などの作成、画像処理他) 全4回	3/5～26(木)	4,000円		
5	パソコン入門講座(文字入力・文書作成の基礎など) 全2回	3/6・13(金)	2,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
6	タブレット(アンドロイド)と新携帯電話の入門講座(操作概要と高齢者にお勧めの通話とSMSだけの電話機紹介)	3/27(金)	1,000円		
7	タブレット端末入門(iPad概要・基本操作)	3/31(火)	1,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830

使用ソフト/ウィンドウズ10 ※のコースはローマ字入力できる方が対象です。

**はつらつクラブ 参加者募集**

区歌に合わせて体を動かす「かつしかはつらつ体操」などを行います。



**しっかりコース**

レクダンスやフォークダンスなどを行います。  
 日4月3日(金)から月1回(金)午前10時～11時30分  
 会新小岩北地区センター(東新小岩6-21-1) 定30人程度

**ゆったりコース**

ストレッチやタオル体操などを行います。  
 日4月17日(金)から月1回(金)午前10時～11時30分  
 会新小岩北集い交流館(東新小岩5-16-2) 定20人程度

**いづれも**

詳しい日程はお問い合わせください。  
 対区内在住で、90分程度立って運動できる方  
 師 淵井恵子氏(健康づくり推進員) 方 往復ハガキに「はつらつ」・希望コース・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、2月17日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
 申 担 〒124-0025西新小岩4-21-12新小岩保健センター ☎3696-3781

**栄養講習会**

**病院栄養士に学ぶ しっかり食べて健康長寿**

区民大学単位認定講座。健康長寿のための食事のポイントを学びます。  
 日3月3日(火)午後1時30分～3時(受付:午後1時から)。  
 会健康プラザかつしか3階(青戸4-15-14) 対区内在住・在勤の方50人  
 師 吉田久子氏(東京慈恵会医科大学葛飾医療センター管理栄養士) 担 水元保健センター ☎3627-1911

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。