

(3)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、紙面に掲載している催しなどを中止や延期とする場合があります。
来場の際はマスクの着用や手指の消毒にご協力をお願いします。発熱や咳などの症状がある場合は、参加をお控えください。

お知らせ

高齢者に関する調査
にご協力ください

区内の高齢者とその家族の生活状況や介護サービスの利用状況などを調査し、今後の高齢者施策の充実に役立てます。

調査結果を他の目的に利用することはありません。

【内容・対象】

無作為に選ばれた区内在住65歳以上の次の方

①介護予防・日常生活圏域二
②在宅介護実態調査

介護保険の認定を受けていない方と要支援認定を受けている方 2500人

【調査方法】

対象の方へ7月上旬に調査票を送付します。記入の上、同封の返信用封筒で返送してください。

【調査期間】

7月上旬～7月31日(金)

【担当課】

①について 高齢者支援課

②について 介護保険課

☎03(5654)8256

☎03(5654)8246



催し

銭湯で葛飾フィルハーモニー管弦楽団のメンバーによるコンサートを聴きませんか



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。

7月19日(日)午後1～2時。直接会場へ(先着順)。会費400円(宝町2・11・8)。

富士の湯(宝町2・11・8)。駐車場はありません。区内在住の方20人程度(高年齢者支援課)☎03(5654)8259

思い出の歌の演奏会

懐かしい思い出の音楽を聴いたり、歌ったりします。

7月23日(木)祝午後1時30分～3時(区内在住のおおむね60歳以上の方40人他演奏/音楽ボランティア)「ドルフ」方

☎03(5654)8246

講座・講演会

55歳以上の方のための
就職応援セミナー

ビジネスセミナー講座や面接対策などを行います。

8月5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16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。

7日(火)午前10時から電話で(先着順)。申し込みと発見プラザかつしか☎03(3601)8605 担産業経済課

筋力向上トレーニング
四つ木オープンコース

自分の体力に合わせたスロートレーニングで日常生活に必要な筋力を向上させます。

7月20日～12月21日(月)8月10日、9月21日、11月23日を除く。午前10時～11時30分。直接会場へ(先着順)。会費400円(宝町1・1・22) 区内在住のおおむね65歳以上で、会場まで自分で来られる方各回20人(担シニア活動支援センター)☎03(569)6201

7月8日(水)午前10時から電話で(先着順)。NPO法人葛飾アクティブ・COM ☎03(5680)2964 会担シニア活動支援センター(立石6・38・11)

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 申込み先 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。

ふれあい銭湯事業

～銭湯でいきいき自分ケア～

直接会場へ(先着順)

区内の銭湯で介護予防につながる簡単な体操やレクリエーション、筋トレ、脳トレなどを行います。

銭湯ごとに内容が異なります。詳しくはシニア活動支援センターへお問い合わせください。

【日時・会場】 下表のとおり

【対象】 区内在住65歳以上で、付き添いなしで会場へ来られる方 各銭湯10～15人程度

【持ち物】 飲み物

【担当課】

シニア活動支援センター ☎03-5698-6201

銭湯(会場)	実施日時	電話番号
栄湯(高砂8-15-12)	7/16、8/20、9/17の(木)午後2時30分～3時30分	03-3607-1427
富士の湯(亀有2-5-7)	7/21、8/18、9/15の(火)午後1時30分～2時30分	03-3602-3797
さつき湯(東堀切3-27-9)	7/15、8/19、9/16の(水)午後2～3時	03-3602-1447
末広湯(宝町1-2-30)	7/24、8/28、9/25の(金)午後2時45分～3時45分	03-3693-3310
第四富士の湯(宝町2-11-8)	7/28、8/25、9/22の(火)午後1時30分～2時30分	03-3697-1925
アクアドルフィンランド(立石7-16-3)	7/22、8/26、9/23の(水)午後1時40分～2時40分	03-3693-2641
アクアガーデン栄湯(東四つ木3-45-7)	7/9、8/13、9/10の(木)午後2時30分～3時30分	03-3692-5206
寿湯(東四つ木4-19-14)	7/23、8/27、9/24の(木)午後1時30分～2時30分	03-3697-4497
千代の湯(東新小岩5-17-6)	7/15、8/19、9/16の(水)午後1時30分～2時30分	03-3697-5787

利用を再開します

全12回

運動習慣推進プラチナ・フィットネス

65歳以上の方がお得な料金で、区内9カ所のフィットネスクラブから希望するクラブを選んでご利用いただけます。

【対象】 区内在住65歳以上で、要支援・要介護の認定を受けていない方
※この事業の利用は、年度内1人1回限りです。

次の方は対象となりません

- ▶ 医師から運動を禁止されている方
- ▶ 現在フィットネスクラブの会員の方 など

【費用】 6,000円(全12回分) ※初回一括払い

【申込方法】

往復ハガキ 希望のフィットネスクラブ(下表の中から1クラブ)・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、郵送(連名・重複申し込みは不可)。

窓口申込

- ▶ 高齢者支援課 ▶ 高齢者総合相談センター(4面参照)

【申し込み・担当課】

〒124-8555葛飾区役所高齢者支援課(区役所2階201番) ☎03-5654-8598

フィットネスクラブ名	所在地 電話番号	フィットネスクラブ名	所在地 電話番号
KSC wellness フィットネスクラブ金町	東金町1-1-1 03-3600-3812	ティップネス 新小岩店	西新小岩1-2-1 03-5654-3531
スポーツクラブ ルネサンス青砥24	青戸6-2-1 03-5629-3923	東急スポーツ オアシス金町 24Plus	金町6-9-5 03-5876-0109
セントラル ウェルネスクラブ24 京成小岩	鎌倉4-2-1タナベビル 03-5612-5071	メガロス葛飾店	四つ木2-23-10 03-5654-0700
セントラル フィットネスクラブ青砥	立石6-39-8 03-3838-0781	セントラル フィットネスクラブ亀有	亀有3-26-1 リリオ館8階 03-5680-0303
ダンロップ スポーツクラブ綾瀬店	小菅4-10-3 03-3690-7997	*フィットネスクラブにより、曜日・時間などで運動メニューが異なります。営業時間や定休日など、詳しくはフィットネスクラブにお問い合わせください。	

