スマートフォンアプリ「カタログポケット」で電子書籍版広報かつしかを、多言語で読んだり聞いたりすることができます。

凡例

日日時　会会場　対対象　定定員　内内容　師講師　費費用　持持ち物
保保育　他その他　方申込方法　申申込先　問問い合わせ先　担担当課

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○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になるか、お問い合わせください。

催し・講座などの開催について

新型コロナウイルス感染防止対策をとって実施します。来場の際はマスクの着用をお願いします。
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。
なお、状況により中止や延期とする場合があります。

講座・講演会

パートタイム労働者の人材確保と定着化のポイント

雇用関係をより良くするマネジメントを学びます。
日2月9日(火)午後1時30分～3時30分対中小企業の経営者、労務・人事担当者など20人方1月18日(月)午前9時から電話で(先着順)。会申担男女平等推進センター(立石5-27-1)☎03(5698)2211

事業承継セミナー 事業・資産承継と対応事例

日2月8日(月)午後3時～4時30分会勤労福祉会館(立石3-12-1)対中小企業の経営者・後継者30人方1月18日(月)午前9時から電話かファクス(「事業承継セミナー」・会社名・所在地・電話番号・業種・従業員数・参加者の氏名を記入)で(先着順)。申担産業経済課☎03(3838)5556 FAX03(3838)5551

事業者向けセミナー ウィズコロナ時代の人材確保・定着　助成金の活用方法

セミナー終了後、希望者には個別相談を行います。
日2月17日(水)午後6～8時会テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)対区内事業者、労務担当者15人方1月18日(月)午前9時から電話かファクス(「事業者向けセミナー・相談会」・会社名・所在地・電話番号・業種・従業員数・参加者の氏名・相談希望の有無を記入)で(先着順)。申担産業経済課☎03(3838)5556 FAX03(3838)5551

司法書士が教える相続の知識　全2回

区民大学単位認定講座。
希望者には個別相談を行います。
日2月13日(土)・3月6日(土)午後2時～4時30分会新小岩地区センター(新小岩2-17-1)対区内在住・在勤・在学の方36人方ハガキかファクスに「司法書士講座」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号(ファクス番号)を書いて、2月4日(木)(必着)まで(多数抽選)。申担〒124-8555葛飾区役所生涯学習課FAX03(5698)1541☎03(5654)8475

就職氷河期世代のための就職支援セミナー

日2月24日(水)午後2～4時会テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)対おおむね35～44歳の方15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1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☎03(5680)8765担産業経済課

家族介護者教室 在宅介護の限界 自宅か施設か悩んだら

終末期の在宅介護や施設入所した事例、利用できる制度やサービスを学びます。
日2月16日(火)午後2～3時会高齢者総合相談センター東四つ木(東四つ木2-27-1)対区内在住で家族を介護している方15人方1月18日(月)午前9時から電話で(先着順)。申高齢者総合相談センター立石☎03(6657)6140担高齢者支援課

認知症サポーター スキルアップ講座

認知症の中等度から重度の対応方法を学びます。
日2月6日(土)午後2～4時対認知症サポーター養成講座を受講した方21人他オンライン会議システム「Zoom(ズーム)」での参加も可能です。方1月18日(月)午前9時から電話で(先着順)。会申高齢者総合相談センター堀切(堀切2-66-17葛飾ロイヤルケアセンター内)☎03(3697)7815担高齢者支援課

ドイツ流の食卓術に学ぶ、共働き家庭にゆとりをもたらすヒント

区民大学単位認定講座。
日2月13日(土)午後2～4時定20人保1歳以上就学前のお子さん5人方往復ハガキに「ドイツ流の食卓術に学ぶ」・参加者全員の住所・氏名・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、1月27日(水)(必着)まで(多数抽選)。会申担〒124-0012立石5-27-1ウィメンズパル内男女平等推進センター☎03(5698)2211

健康・介護予防

骨密度検診　2月分

腕にエックス線を照射し骨密度を測定した後に、カルシウム量のチェックをします。希望する方には栄養指導(5分程度)を行います。
日2月18日(木)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歳以上の方30人費1120円方1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☎03(3602)1268

すくすく歯育て

～フッ化物を利用して、むし歯予防～

むし歯は、いきなり歯に穴が開く病気ではありません。フッ化物を正しく理解して上手に利用することで、むし歯の発生を防ぐことができます。　【担当課】　健康づくり課　☎03-3602-1268

「フッ化物」の3効果

①歯質を強くする
酸に溶けにくい硬い歯になります。
②むし歯菌の働きを弱める
むし歯菌がつくる酸の量を抑えます。
③歯を修復する
歯から溶け出したカルシウムやリンの再石灰化を促します。

「フッ化物」を使ったケアを自宅と歯科医院で続けよう

フッ化物入り歯みがき剤を毎日使う
☞「フッ化物は口に長くとどめる」が効果的！
●すすぎは、少ない水で1回
●寝る前に使用
※歯みがき剤は水で口をすすぎ、吐き出せるようになったら使いましょう。

高濃度フッ化物を定期的に塗布する
☞「歯質が弱い生えたての歯」が効果的！
●奥歯が生えた頃(1歳半)から

区では「2歳児と母のすくすく歯育て歯科健診」でフッ化物を塗布できます。

歯や口に関するご相談は、健康づくり課へお問い合わせください。

博物館講演会

味噌(みそ)作り

昔ながらの味噌の作り方をお話しします。参加者には自宅で作れる味噌の材料（生大豆・糀(こうじ)・塩）を差し上げます。
日2月14日(日)午後2～4時定15人費2,500円方往復ハガキに「味噌作り」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、2月2日(火)(必着)まで(多数抽選)。

糀(こうじ)を学ぶ

日本酒の原料となる糀や、調味料の塩糀を紹介します。参加者には糀を差し上げます。
日2月21日(日)午後2～4時定15人費500円方往復ハガキに「糀を学ぶ」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、2月9日(火)(必着)まで(多数抽選)。

いずれも
会申担〒125-0063白鳥3-25-1郷土と天文の博物館　☎03-3838-1101

ご利用ください 妊娠・子育て支援アプリ

【担当課】　情報システム課　☎03-5654-8130

主な機能

電子母子手帳
お子さんの身長・体重などの記録や予防接種のスケジュール管理ができます。

各種お知らせ
妊娠中や出産後のお子さんの成長に合わせた申請・手続き、予防接種時期、講座や催し物などのお知らせが届きます。

施設マップ情報
保育園や保健センター、おむつ替えや授乳ができる場所などの施設が地図と連動して表示されます。

右のQRコードから「ココシル」をインストールし、葛飾区総合アプリ内で利用できます。