



(7)

保健所 青戸保健センター 金町保健センター 小菅保健センター 新小岩保健センター 高砂保健センター 水元保健センター

マンガ史講座 手塚治虫、スターシステムの魅力 全2回
区民大学単位認定講座
手塚マンガの魅力を探ります。
5月18日(土)・25日(土)午後2～4時 会郷土と天文の博物館(白鳥3・25・1) 定90人 師伊藤剛氏(東京工芸大学准教授) 費400円 方往復ハガキに「マンガ史」・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、5月9日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 124-8555 葛飾区役所生涯学習課

シニア向け パソコンってこんなに面白い
記号 コース 日程 費用(教材費込み) 定員
A 1日無料体験(パソコンの面白さを体験) 5/8(水) 無料 6人
B パソコン初歩1(基本操作と文字入力) 5/10・17(金) 2,000円 3人
C パソコン初歩2(インターネット) 5/24・31(金) 2,000円 3人

シニアライフアップ講座 ツボ押し健康法 全4回
ツボ押しによる首、肩、腰、膝の痛みを取る方法やストレッチの上手な付き合方を学びます。
5月8日(水)・29日(水)午前10時～正午 対区内在住55歳以上の方30人 師青樹和夫氏(健康開発研究所所長) 費1,200円 方往復ハガキに「ツボ押し」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

シニアライフアップ講座 デイバート 全6回
デイバート(議論)方法を学び、説明力・対話力の向上を図ります。
5月20日(水)・6月24日(月)午後2～4時 対区内在住55歳以上の方30人 師松澤利行氏(八潮中央総合病院職員) 費2,000円 方往復ハガキに「デイバート」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月30日(火)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

シニア活き活き教室 太極拳 全8回
気軽にできる「太極拳」を楽しみます。
5月13日(水)・7月1日(月)午前10時～正午 会新宿1・5・6 対区内在住55歳以上の方15人 交流館新宿1・5・6
申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

健康・介護予防 脳トレ学園 全15回
簡単な計算や音読などの学習と記憶力・判断力などを養うプログラムを組み合わせて行い、楽しみながら学びます。
4月26日(土)・7月19日(金)・5月3日は除く 午前10～11時 対区内在住18歳以上の方各日60人 費1,120円 方電話で。 申担 保健所健康推進課(青戸4・15内) 6758-2268

骨密度検査(5月分)
腕のエックス線写真から骨密度を測定します。
5月7日(火)午後1時30分～3時30分、5月23日(木)午前9～11時 対区内在住18歳以上の方各日60人 費1,120円 方電話で。 申担 保健所健康推進課(青戸4・15内) 6758-2268

イブ・COMホームページ(http://www.katushika-cive.com)から往復ハガキに「太極拳」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 125-002 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

に希望コース記号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

ダンスを楽しみながら、脳を刺激します。
5月15日(水)・7月3日(水)午後2～4時 対区内在住55歳以上の方40人 師中村真奈子氏(健康運動指導士) 費2,000円 方往復ハガキに「ダンス」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

脳を活性化します。
▽Bコース 5月14日(木)・20日(火)午後2時～3時30分
▽Cコース 5月16日(土)・22日(木)午前10時～11時30分 対区内在住55歳以上の方各20人 費1,050円 程度 方往復ハガキに「脳トレ学園」・希望コース(いずれか一つ)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(木)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

椅子に座って行う簡単な運動を学びます。
4月26日(土)・7月19日(金) 午前10～11時 対区内在住18歳以上の方各日60人 費1,120円 方電話で。 申担 保健所健康推進課(青戸4・15内) 6758-2268

5月13日(水)・6月17日(月)午前10時～正午 対区内在住55歳以上の方20人 師中島信一氏(プロモデラー) 費5,400円 持カッター・カッターマット・プラモデル用ニッパー 方往復ハガキに「大人のプラモデル」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月30日(火)必着まで(多数抽選)。 申担 124-0012 立石6・38・11 シニア活動支援センター

介護予防教室 たのしく運動 全12回
椅子に座って行う簡単な運動を学びます。
4月26日(土)・7月19日(金) 午前10～11時 対区内在住18歳以上の方各日60人 費1,120円 方電話で。 申担 保健所健康推進課(青戸4・15内) 6758-2268

11時(5月10日・24日、6月7日・21日)は午後2～3時 会高砂地区センター(高砂3・1・39) 対区内在住65歳以上の方20人 師市川奈津美氏(スポーツインストラクター) 方4月18日(木)午前9時から電話で(先着順)。 申担 高齢者総合相談センター(柴又5876) 9531 担 高齢者支援課

凡例

- 日時 会会場 対対象 定定員 内内容 師講師 費費用 持持ち物
保育 他その他 方方申込方法 申申込先 問問問い合わせ先 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場合があります)。

「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。

休日応急診療

◆医療機関などの案内
東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303
東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119または☎3212-2323
本田消防署 ☎3694-0119/金町消防署 ☎3607-0119
◆平日夜間診療所(小児科)
平日夜間子どもクリニック(立石5-15-12立石休日応急診療所) ☎3694-9550
(受付時間)月～金曜日 午後7時30分～9時45分
◆休日診療所(内科・小児科)
立石休日応急診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内) ☎3694-9550
金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎3627-0022
(受付時間)日曜日・祝日 午前10時～11時30分、午後1時～3時30分・5時～9時30分 土曜日 午後5時～9時30分
◆休日当番医(診療時間)午前9時～午後5時
表: 月日 医療機関名 診療科目 所在地 電話番号
表: 月日 医療機関名 所在地 電話番号
◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時
表: 月日 接骨院名 所在地 電話番号
◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分
表: 月日 薬局名 所在地 電話番号