

(7)

健康部(保健所)
 (代)☎3602-1222
 青戸4-15-14

青戸保健センター
 ☎3602-1284
 青戸4-15-14

金町保健センター
 ☎3607-4141
 金町4-18-19

新小岩保健センター
 ☎3696-3781
 西新小岩4-21-12

水元保健センター
 ☎3627-1911
 東水元1-7-3

合唱講習会
 日2月9日(土)午後1時30分～4時30分
 高砂地区センター(高砂3-1-39) 対区内
 在任・在勤・在学の方または区内で活動する合唱サークルに所属している方70人(内土の歌より「死の灰」)
 「地上の祈り」大地讃頌(師田中安茂氏(全日本音楽教育研究会理事) 費2600円(楽譜とCDをお持ちの方は500円)。事前に楽譜とCDの送付を希望する方は送料(360円)が別途必要。
 方往復ハガキまたはファクスに「合唱講習会・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・合唱のパート・楽譜とCDをお持ちの方と事前に送付を希望する方はその旨を書いて、1月15日(火)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎(5698)6201

シニア活き活き教室
 シニアのためのiPhone・iPad
 初心者講座 全4回
 日1月12日～2月2日(土) 午前9時45分～11時45分
 細田集い交流館(細田4-23-5) 対区内在住55歳以上の方10人 費2千円(各自分のiPhone/iPadは貸し出し可) 方往復ハガキに「iPhone・iPad」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月25日(火)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎125-0062 青戸5-33-1
 1-103 NPO法人葛飾アクティブ・COM「シニア活き活き教室」係 ☎(5680)2964 対シニア活動支援センター

凡例

日時 会場 対象 定員 内容 費用 持ち物
 保育 他 方申込方法 申 申 担
 電話番号の表記のない記事に関しては、はなしようぶコールへお問い合わせください。

健康・介護予防 脳力トレーニング
 簡単な計算や音読などの学習や、記憶力・判断力などを養うプログラムで脳を活性化させます。
 日1月16日～3月20日(水) 午後2時～3時30分 対区内在住おむね65歳以上の方20人 費1080円 方往復ハガキに「脳トレ学園」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月25日(火)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター ☎(5698)6201

脳力トレーニング 全10回
 最近物忘れがひどくなった方や、認知症について相談したい方などの悩みに専門医が応じます。
 日1月19日(土)午前10時～正午 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(師青井東氏(認知症サポート医) 方電話で12月21日(金)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。
 申 ☎高年齢者総合相談センター水元(水元1-26-20) ☎(3826)2419 高年齢者支援課

レクササイズ 全8回
 音楽に合わせて体を動かし、脳の活性化を図ります。
 日1月15日～3月5日(火) 午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方30人(師山崎律子氏(株余暇問題研究所代表取締役) 費3200円 方往復ハガキに「レクササイズ」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月26日(水)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター ☎(5698)6201

男の看方、女の見方 「介護する息子たち」から見える家族のあり方
 区民大学単位認定講座。男性による親の介護についてみんなで考えます。
 日2月1日(金)午後6時30分～8時30分 中央図書館(金町6-2-1) 定30人(師平山亮氏(東京都健康長寿医療センター研究所研究員) 方往復ハガキに「介護講座」住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、1月24日(木)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎124-0012 立石5-27-1 ウイメンズバル内男女平等推進センター ☎(569)2211

30年4月以降に骨密度検査を受診していない方60人(費1200円) 方12月17日(月)午前8時30分から電話で(先着順) 申 健康づくり課 ☎(3602)1268
生きがい支援講座 楽しく！ダンス de 脳トレ 全8回
 体を使った脳トレとダンスで、楽しみながら記憶力向上をめざします。
 日1月16日～3月6日(水) 午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方40人(師中村真奈子氏(健康運動指導士) 費2千円 方往復ハガキに「ダンスde脳トレ」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月25日(火)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター ☎(5698)6201

骨密度検査・栄養指導 1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1月10日(木)午前9～11時、午後1～3時 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

音楽de脳トレ 全8回
 音楽を効果的に活用し、楽しみながら衰えない脳づくりをめざします。
 日1月18日～3月22日(金) (2月8日、3月8日を除く) 午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方40人(師黒田要氏(ヤマハポピュラーミュージックピアノ科講師) 費1800円 方往復ハガキに「音楽de脳トレ」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、12月26日(水)必着まで(多数抽選)。
 申 ☎124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター ☎(5698)6201

関係機関のお知らせ
 葛飾清掃工場個人見学会(日時)1月19日(土)午後1時30分～3時(定員50人(申込方法)電話で1月17日(木)午後3時まで(先着順)。(会場)申し込み)葛飾清掃工場(水元1-20-1) ☎(5660)5396

栄養講習会 しっかり食べて健康長寿
 区民大学単位認定講座。健康的に生活できる期間(健康寿命)を延ばすための食生活のポイントを学びます。
 日1月25日(金)午前10時～11時30分 健康プラザかつしか(青戸4-15-14) 対区内在住・在勤の方50人 方12月18日(火)午前9時から電話で(先着順) 申 新小岩保健センター ☎(3696)3781

食品等の放射性物質検査の結果
 11月の検査結果は下表のとおりです。詳しい検査結果は、区ホームページ、区政情報コーナー(区役所3階304番)、区民事務所でご覧になれます。

品名	採取・購入場所	自家消費・流通品	放射性セシウム検出
玄米	群馬県	自家消費	無

 【担当課】消費生活センター ☎5698-2316

休日急診診療
 中学生以下の方が受診する際は、保護者の同伴をお願いします。車で来診される場合は、診療所の駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。
◆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)
 平日夜間こどもクリニック(立石5-15-12立石休日急診診療所) ☎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)
 立石休日急診診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内) ☎3694-9550
 金町休日急診診療所(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(受付時間)午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
12/16	新葛飾ロイヤルクリニック	内	堀切2-66-17	3697-8333
	遠藤医院	内、小	柴又3-12-18	3607-1636
	矢作クリニック	内、小、婦	新宿2-2-14	3607-2516
	新小岩北口診療所	外、整、内、胃	西新小岩1-8-4	5670-2826
	間外科医院	整、外	亀有1-15-23	3604-8407
12/23	おその整形外科	整、リウ、リハ	お花茶屋1-12-5	3690-8288
	渡辺昭医院	内、胃	新小岩2-19-15	3651-6500
	ヴィナシス金町内科クリニック	内、胃	金町6-2-1-2F	5876-9416
	立石中央クリニック	内、消内、乳外、肛外、小	立石7-3-4	5672-2225
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688
12/24	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	3602-0357
	ひきふね整形外科クリニック	整、リハ	四つ木5-11-10	5698-7030
	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	3602-0357
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688

◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時～午後4時

月日	医療機関名	所在地	電話番号
12/16	東新小岩歯科医院	東新小岩5-14-29	3695-5554
	大久保歯科医院	柴又1-9-15	3627-3405
12/23	小じま歯科医院	東新小岩5-21-10	3696-1761
	柳原歯科医院	高砂5-18-7	3609-5385
12/24	橋本歯科医院	東新小岩6-9-23	5670-8148
	とがわ歯科医院	高砂3-23-3-101	3671-4483

◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時

月日	接骨院名	所在地	電話番号
12/16	鍼灸整骨院 橋	高砂8-21-5	3627-8611
	ふじもり鍼灸整骨院	南水元2-18-21	3607-8623
12/23	とやま整骨院	奥戸2-29-10	3693-8182
	新井鍼灸整骨院	東金町7-27-8	3627-0848
12/24	登山整骨院	立石8-4-13	3691-1355
	多田整骨院	白鳥4-15-9-106	6427-8929

◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分

月日	薬局名	所在地	電話番号
12/16	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	吉田薬局	お花茶屋1-27-4	3602-5306
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5	5670-9311
12/23	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	おくるみ薬局	西亀有2-24-11	5680-9180
	吉田薬局	新小岩2-30-1	3651-7162
12/24	なの花薬局金町店	東新小岩6-28-8	3691-6501
	秋山薬局第三支店	金町6-2-1-2F	3609-8301
	くるとみ薬局	小菅2-20-13	3603-0301

区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込み
はなしようぶコール ☎(6755)82222
 午前8時～午後8時 年中無休 FAX ☎(6755)22223