健康部(保健所)	青戸保健センター	金町保健センター	新小岩保健センター	水元保健センター
(代)☎3602 - 1222	☎3602 - 1284	☎3607 - 4141	☎3696 - 3781	☎3627 - 1911
青戸4 - 15 - 14	青戸4 - 15 - 14	金町4 - 18 - 19	西新小岩4 - 21 - 12	東水元1 - 7 - 3

創業塾　経営の基本的な知識と事業計画の作り方　全5回

将来の起業を形にするための講義とグループワークを行います。

日内左表のとおり会立石図書館(立石1 - 9 - 1)対創業をめざす方または創業から間もない方20人他協力／(一社)東京都中小企業診断士協会城東支部方4月7日(金)午前9時から電話または窓口で(先着順)。申担産業経済課(青戸7 - 2 - 1テクノプラザかつしか内)☎(3838)5554

日程	内容
5/13(土)	経営の基礎知識、経営者マインド
5/20(土)	売れる仕組みづくり／人材育成
6/3(土)	効果的な販売促進／Web活用
6/10(土)	財務会計の基礎／資金調達
6/17(土)	事業計画の発表

いずれも午前9時30分～午後0時30分。

健美(けんび)操(そう)リーダー養成講座　全15回

多種の呼吸法で心と体を整える健美操を学びます。講座修了後はボランティア活動を行います。

4月17日(月)午後2時からシニア活動支援センターで説明会を行います。直接会場へお越しください。

日5月15日～8月28日の(月)(7月17日を除く)午後2～4時対区内在住で、講座修了後にシニア活動支援センターにて継続的なボランティア活動が可能な方30人師生駒啓子氏(日本健美操協会理事長)費4千円程度方往復ハガキに「健美操リーダー」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(火)(必着)まで(多数抽選)。会申担〒124・0012立石6 - 38 - 11シニア活動支援センター

脳力(のうりょく)トレーニングリーダー養成講座　全15回

記憶力、理解力、判断力などを高める脳力トレーニングの支援方法を学びます。講座修了後はボランティア活動を行います。

4月18日(火)午前10時からシニア活動支援センターで説明会を行います。直接会場へお越しください。

日5月23日～8月29日の(火)午前10時～正午対区内在住おおむね55歳以上の方で、講座修了後に地域での介護予防のボランティア活動ができる方30人師山崎律子氏(株)余暇問題研究所代表)費2千円程度方往復ハガキに「脳トレリーダー養成講座」・応募動機・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、5月1日(月)(必着)まで(選考あり)。会申担〒124・0012立石6 - 38 - 11シニア活動支援センター

田植え体験

江戸川流域の田んぼで田植えを楽しみます。

日5月3日(水・祝)午前9時～午後2時会千葉県流山市新川耕地の田んぼ(現地集合・解散)対小学生以上の方20人(小学生は保護者同伴)費1人500円方往復ハガキに「田植え」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、4月25日(火)(必着)まで(多数抽選)。申担〒125・0063白鳥3 - 25 - 1郷土と天文の博物館

健康・介護予防

かつしか健康教室　血管病予防の運動療法

血管病を予防し、健康寿命(健康上の問題がなく日常生活を送れる期間)を延ばすため、自身で行う運動療法についてお話しします。

日4月22日(土)午後2時～3時30分会金町地区センター(東金町1 - 22 - 1)定50人方4月7日(金)午前9時から電話かメール(「かつしか健康教室」・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で(先着順)。申問イムス葛飾ハートセンター医療連携室☎(3694)8146✉renkei.heart@ims.gr.jp担地域保健課

脳力トレーニング友遊クラブ　全10回

グループで記憶力や判断力を養うプログラムを行い、脳を活性化させます。

日5月1日～9月4日の奇数週(月)(7月17日を除く)午前10時～11時15分対区内在住65歳以上の方20人方往復ハガキに「友遊クラブ(月)」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月18日(火)(必着)まで(多数抽選)。会申担〒124・0012立石6 - 38 - 11シニア活動支援センター

スポーツボイスフィットネス講座　全8回

筋力トレーニングとボイストレーニングを組み合わせたプログラムで、声帯や腹筋を鍛えます。

日4月26日～6月21日の(水)(5月3日を除く)午前10時～11時30分対区内在住65歳以上の方30人(過去に当講座を受講した方を除く)師安場友紀氏(スタジオインストラクター)費2200円方往復ハガキに「スポーツボイス」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月14日(金)(必着)まで(多数抽選)。会申担〒124・0012立石6 - 38 - 11シニア活動支援センター

4月1日(土)開始　都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト

【担当課】　清掃事務所　☎3693 - 6113

東京2020オリンピック・パラリンピック大会のメダルを小型家電からリサイクルした金属で製作する組織委員会のプロジェクトです。
家庭で不要となった小型家電の回収にご協力ください。

【対象品目】　携帯電話、携帯型音楽プレーヤー、携帯型ゲーム機、デジタルカメラ、ポータブルカーナビ、ビデオカメラ、電卓、電子辞書、ACアダプターなどのコード類

【回収ボックス設置場所】
回収できる時間は各施設の開館時間内です。
▷清掃事務所(立石5 - 13 - 1)
▷南綾瀬地区センター(堀切7 - 8 - 22)
▷イトーヨーカドー金町店(東金町1 - 10 - 8)
▷イトーヨーカドーアリオ亀有店(亀有3 - 49 - 3)
▷イトーヨーカドー高砂店(高砂3 - 12 - 5)
▷西友新小岩店(新小岩1 - 29 - 1)

【注意事項】
▷個人情報は必ず消去してください。
▷回収ボックス投入口(30㎝×15㎝)に入らない製品は回収できません。
▷一辺が30㎝を超える製品は粗大ごみです。

休日応急診療

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

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
4/9	亀有病院	整	亀有3 - 36 - 3	3601 - 0186
	金町診療所	内	東金町1 - 15 - 5	3607 - 5124
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4 - 3 - 3	5698 - 3688
	金町眼科医院	眼	東金町1 - 45 - 7 - 2F	3609 - 9394
	亀有みんなのクリニック	内、小	亀有2 - 4 - 8	5650 - 2821
	金町整形外科	整、内	東金町2 - 24 - 3	3600 - 8097

◆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
4/9	川本歯科	柴又6 - 14 - 1	3658 - 2591
	佐伯歯科医院	青戸5 - 14 - 5	3604 - 8875

◆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
4/9	岡島接骨院	南水元4 - 17 - 4	5660 - 0461
	湯田接骨院	堀切2 - 13 - 16	3695 - 1465

◆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
4/9	おおうら薬局第一支店	立石7 - 6 - 1	3694 - 0435
	薬局モリファーマシー	東金町1 - 15 - 6	3826 - 1881
	ミツワ薬局	東金町2 - 30 - 6	3607 - 4797
	ユタカ薬局ゆうろーど店	亀有3 - 36 - 3	5650 - 6177

本紙1面に掲載

登場人物が画面から飛び出る！新たなARアプリケーションで動画を見よう

スマートフォンやタブレット端末から、ARアプリケーション(COCOAR2)を起動し、左のマークがある写真にカメラをかざすと、動画が流れます。

COCOAR2は、従来使用していたARアプリケーション(COCOAR)とは別のアプリです。COCOARからご覧になれる動画は、今後も配信する予定です。

ARアプリケーションのCOCOAR2は無料でインストール・利用できます(インターネット通信料は、利用者の負担となります)。

手順

① アプリケーションをインストールする
Android端末は「GooglePlay」、iOS端末は「AppStore」から「COCOAR2」を検索し、インストールします。

② COCOAR2を起動する
COCOAR2を起動すると、カメラモードに切り替わります(初回使用時は説明画面が表示され、右下にある完了ボタンをタップするとカメラモードに切り替わります)。

③ マークがある写真にカメラをかざす
画面の枠内に写真が収まるようにカメラをかざし、読み取ります。

④ 動画が流れる
読み取りが完了すると動画が流れます(読み取りが完了すれば、写真にカメラをかざしていなくても動画は流れます)。

【担当課】　広報課　☎5654 - 8116

毎月10日は「ノーテレビ・ノーゲームデー」です。
テレビやゲーム・インターネットを休み、家族で会話や触れ合いの時間をつくりましょう。　【担当課】　地域教育課　☎5654 - 8589

凡例
日日時　会会場　対対象　定定員　内内容　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

電話番号の表記のない記事に関してははなしょうぶコールへお問い合わせください。

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
はなしょうぶコール☎(6758)2222
午前8時～午後8時　年中無休　FAX(6758)2223