

(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

### 都立葛飾野高校 文学歴史公開講座

全7回

「源平闘諍録」をはじめとする古文書の読み方などの講義の他、物語の舞台となった場所の見学も行う予定です。

日 左表の通り対区内在住・在勤の方60人(費)1500円(振込用紙と案内を後日郵送します。保険料・交通費・入館料などは後日徴収します) 方 封書に「文学歴史公開講座」・住所・氏名(フリガナ)・性別・年齢・電話番号を記入した用紙と、返信用封筒(長形3号・82円切手貼付・宛先記入)を同封し、5月6日(金)(必着まで)(多数抽選)。会申下125

061亀有1-7-1都立葛飾野高等学校公開講座事務局 ☎(3602)7131担 生涯学習課

人程度会担立石図書館(立石1-9-1) ☎(3696)4451

### ペーパークイリング 体験講座 全3回



細長い紙を巻いて、花などを作ります。

日 5月8日(日)22日(日)29日(日)午後1時30分～3時 対区内在住55歳以上の方15人(師島根郷子氏) ペーパークイリング認定講師(費)3800円 方 往復ハガキに「ペーパークイリング」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 生きがい支援講座 青春の歌・フォーク ソングを楽しもう

全8回

青春時代の歌を歌い、時代背景を思い出して脳の活性化を図ります。

日 5月12日～6月30日の(木)午前10時～正午 対区内在住65歳以上の方40人(師たいらいさお氏(歌手)(費)1800円) 方 往復ハガキに「フォークソング」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 健康・介護予防

#### 骨密度検診 5月分

腕にエックス線を照射し骨密度を測定します。

### 知的障害のある方へ パソコン講習会

全7回

キーボード操作や文字入力などを学びます。

日 5月11日(水)・25日(水)・6月8日(水)・22日(水)・7月6日(水)・20日(水)・8月3日(水) 午後5時～6時30分 対区内在住で知的障害のある18～69歳の方4人(方往復ハガキに「知的パソコン」・住所・氏名・生年月日・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(新規の方優先・多数抽選)。会申下124・006堀切3

### 立石図書館講演会 大相撲 戦後の名力士たち

戦後の大相撲の主な出来事を、ヒーロー研究家の立石一夫氏が語ります。

日 5月7日(土)午後2～4時。直接会場へ(先着順)。定30

### 凡例

日時 会場 対象 対象 申込方法 申込先 費用 持ち物 担当

るか、お問い合わせください。

検査希望の方は、各医療機関へ電話で予約してください。予約の際は必ず「肝炎ウイルスの無料検査希望」と申し出てください。

担当課 保健予防課 ☎(3602)1274

### 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 5月20日～7月22日の(金)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(ヤマハウエルネスプログラム指導者)(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、4月26日(火)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 筋力向上トレーニング

全30回

椅子を使って無理なく続けられるトレーニングです。

日 5月19日(木)午後2時30分

### もの忘れ相談会

最近物忘れがひどくなった方や、認知症の相談をしたい方などの悩みに専門医師が応じます。

日 5月18日(水)午後3～5時 対区内在住の方かその家族3人(師鈴木正行氏(認知症サポート医)(方)電話で4月22日(金)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。会申切堀切2・66・17 ☎(3697)7815担 高齢者支援課

### 肝炎ウイルス検査が無料で受けられます

区内在住の方(過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのある方を除く)を対象に、指定の医療機関(150カ所)で実施しています。実施医療機関は、区ホームページ(トップ)↓くらしのガイド↓健康・医療・衛生↓健康診査 をご覧にな

### まちかどエクササイズ

全8回

音楽に合わせて体操を行います。基礎体力をつくりま

日 5月10日～6月28日の(火)午前10時～11時30分 対区内在住65歳以上の方40人(師井田絵衣子氏(ヤマハウエルネスプログラム指導者)(費)1600円) 方 往復ハガキに「まちかどエクササイズ」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月26日(火)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 介護予防教室

認知症予防のために運動しよう!

認知症予防のための脳トレを取り入れた運動で、体と心の活性化をめざします。

日 5月18日～9月7日の(奇)数週(水)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」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 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16日～7月4日の(月)午前10時～正午 対区内在住65歳以上の方24人(師細井隆子氏(ヨガインストラクター)(費)3000円) 方 往復ハガキに「ヨギー」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

日 5月11日～12月14日の(水)午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方20人(師綿谷慎氏(テイナこみ柴又店施設長)(方)4月18日(月)午前9時から電話相談センター(亀有 ☎(6240)7630担 高齢者支援課

日 5月11日(火)午後2時～4時 会担立石図書館(立石1-9-1) ☎(3696)4451

日 5月14日、11月23日を除く 午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方30人(師綿谷慎氏(テイナこみ柴又店施設長)(方)4月18日(月)午前9時から電話相談センター(亀有 ☎(6240)7630担 高齢者支援課

### 生きがい支援講座 やさしいヨガ

全8回

ヨガを楽しみながら、健康な体をつくりま

日 5月16日～7月4日の(月)午前10時～正午 対区内在住65歳以上の方24人(師細井隆子氏(ヨガインストラクター)(費)3000円) 方 往復ハガキに「ヨギー」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月25日(月)(必着まで)(多数抽選)。会申下124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター

### 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。

◆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(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
4/17	黒木整形外科クリニック	整、リハ	細田 田4-37-16-1F	3672-9611
	間外科	整、外	亀有 有1-15-23	3604-8407
	矢作クリニック	内、小、婦	宿 宿2-2-14	3607-2516
	藤野クリニック	内、小	柴又 又3-12-18	3607-1636
	阿久津医院	内、肛	高砂 砂2-30-21	3659-1123
4/24	新小岩北口診療所	外、整、内、胃	西新小岩 1-8-4	5670-2826
	カンノ整形外科医院	整、リハ	亀有 有5-20-14	3605-5589
	金町診療所	内、小、消	東金町 1-15-5	3607-5124
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町 7-5-8-1F	5648-5715
	渡辺昭医院	内、胃、整、外、胃	新小岩 2-19-15	3651-6500
ゆりあファミリークリニック	内、整、外、胃	新小岩 1-18-6	5661-1505	
		内、皮	新小岩 有3-27-27	3601-3131

◆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
4/17	ゆなデンタルケア	亀有 有3-11-9	6662-4118
	なかい歯科医院	立石 石6-20-11	5698-8418
4/24	坪崎歯科医院	西亀有 有2-19-12	5680-0418
	大谷歯科医院	立石 石6-21-11	3691-9399

◆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
4/17	萩原整骨院	高砂 砂4-2-18-102	3673-9806
	サシ整骨院	高砂 切3-3-1	3697-9928
4/24	寺山整骨院	柴又 又5-10-29	3659-5807
	岩田整骨院	新小岩 1-56-12	3655-7291

◆休日の対応薬局(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
4/17	おおうら薬局第一支店	立石 石7-6-1	3694-0435
	おおうら薬局第二支店	西新小岩 1-8-5	5670-9311
	おおうら薬局第三支店	柴又 又1-29-8	5648-6861
4/24	おおうら薬局第一支店	立石 石7-6-1	3694-0435
	おおうら薬局第二支店	新小岩 2-30-1	3651-7162
	おおうら薬局第三支店	東金町 7-4-3	5648-5320

◆休日の対応薬局(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
4/17	おおうら薬局第一支店	立石 石7-6-1	3694-0435
	おおうら薬局第二支店	西新小岩 1-8-5	5670-9311
	おおうら薬局第三支店	柴又 又1-29-8	5648-6861
4/24	おおうら薬局第一支店	立石 石7-6-1	3694-0435
	おおうら薬局第二支店	新小岩 2-30-1	3651-7162
	おおうら薬局第三支店	東金町 7-4-3	5648-5320

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」のマークのあるものは、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、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。