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。

かつしか区民大学

区民が語る

第6期区民運営委員会企画講座

元プロボクサー吉野弘幸が語る「くじけない心と集中力」&ボクシング体験

強い男をめざした幼少期や、心が折れそうになった時を乗り越えた覚悟や集中力についての講演の後、本格的なジムで迫力あるボクシングの実演と体験を行います。

日時 6月29日㈯午前11時～午後1時

会場 シニア活動支援センター(立石6 - 38 - 11)
H's STYLE BOXING GYM(青戸6 - 1 - 13)

【定員】 30人
【費用】 200円
【講師】 吉野弘幸氏(元OPBF東洋太平洋ウェルター級チャンピオン、元日本ウェルター級・スーパーウェルター級チャンピオン)
【申込方法】 電話かファクス(「ボクシング」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号(ファクス番号)・申し込み理由を記入)で、6月20日㈭(必着)まで(多数抽選)。電子申請可。

吉野弘幸氏

笑ってなんかいられない人のための落語講座

葛飾区在住の社会人落語家が、働き盛りの区民に向けて、落語のいろはと落語4席をお届けします。

日時 7月6日㈯午後2時～4時30分

会場 亀有地区センター
(亀有3 - 26 - 1リリオ館7階)

【定員】 100人
【講師】 参遊亭小遊氏・二松亭牛志楼氏(社会人落語家)他
【申込方法】 電話かファクス(「落語講座」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号(ファクス番号)を記入)で、6月20日㈭(必着)まで(多数抽選)。電子申請可。

参遊亭小遊氏

二松亭牛志楼氏

【申し込み・担当課】 生涯学習課 ☎5654 - 8475 FAX5698 - 1541

動いて!学んで!延ばそう健康寿命!

区では、健康づくりを実践するきっかけづくりや医師による講演など、健康寿命を延ばすさまざまな取り組みを行っています。
【担当課】 地域保健課 ☎3602 - 1231

楽しく健康に!体を動かそう

かつしか健康チャレンジ 参加者募集

活動量計や専用アプリを使い、歩数の計測などでポイントを集め、一定のポイントがたまれば抽選で景品と交換できます。ポイント付与期間など、詳しくは区ホームページをご覧いただくか、地域保健課へお問い合わせください。

●活動量計で参加される方

説明会(下記のいずれか)への参加が必要です。参加する際は、本人確認ができる物(運転免許証、各種健康保険証、パスポート、住民票の写しなど)をお持ちください。
会場で活動量計を配布します。

活動量計のイメージ

※活動量計は事業終了後も返却することなく、継続して使用できます。
【対象】 区内在住・在勤・在学の方200人
【説明会日時】
6月29日㈯、7月27日㈯、8月24日㈯、9月28日㈯
午後1時30分～3時30分。いずれも同じ内容です。
【説明会会場】
健康プラザかつしか(青戸4 - 15 - 14)
【申込方法】
5月27日㈪午前8時から電話で(先着順)。
【申し込み】
はなしょうぶコール ☎6758 - 2222

●アプリで参加される方

【申込開始日】 5月27日㈪
【対象】 区内在住・在勤・在学の方800人(先着順)

ステップ1
右のQRコードをスマートフォンで読み込んで、区ホームページへアクセスします。

ステップ2
区ホームページに記載された手順に従い、専用アプリをダウンロードします。

ステップ3
区ホームページに掲載しているマニュアルに従って登録作業を行い、登録完了のメールが届けばアプリで参加できます。

かつしか健幸(けんこう)マイレージ 応募しよう!

健康診査やがん検診などを受診したり、自分が立てた運動や食事などの目標に取り組んだりすることで、マイルをためます。
30マイルためて応募すると、抽選で体組成計などの健康グッズが当たります。応募方法など、詳しくは区ホームページまたはリーフレットをご覧ください。
【リーフレット配布場所】 健康プラザかつしか(青戸4 - 15 - 14)、保健センター(11面上欄参照)、区民事務所、地区センター、奥戸総合スポーツセンター体育館(奥戸7 - 17 - 1)・温水プール館(高砂1 - 2 - 1)、水元総合スポーツセンター体育館(水元1 - 23 - 1)、高齢者支援課(区役所2階201番)、区政情報コーナー(区役所3階304番)、広報課(区役所2階211番)、シニア活動支援センター(立石6 - 38 - 11)
区ホームページからも取り出せます。
【対象】 区内在住・在勤・在学の方
【実施期間】 12月31日㈫まで
【応募締切日】 令和2年1月31日㈮

◀リーフレット

健康について学ぼう、相談しよう

在宅療養に関する区民向けセミナー

脳卒中や看取りの他、健康寿命に関わるフレイル(※)をテーマに、医師による実例を交えた講演やフレイル予防の実技トレーニングを行っています。

9月にフレイル予防講座をかめありリリオホール(亀有3 - 26 - 1リリオ館8・9階)で行います。申込方法など、詳しくは後日広報かつしかなどでお知らせします。
※健康な状態から要介護状態へ移行しながら衰弱していく状態を意味する言葉

健康コンビニまちかど+(プラス)

区内大型商業施設や区の施設、地域のイベントなどで、保健師や管理栄養士、臨床検査技師が健康相談や健康づくりへのアドバイスをします。

セブン - イレブン葛飾西水元1丁目店駐車場会場(西水元1 - 29 - 14)
日 5月29日㈬午前10時～正午。直接会場へ(荒天中止)。持 相談内容に応じて、健診結果や母子手帳など他 相談者に粗品を進呈します(先着70人)。担 健康づくり課☎3602 - 1268