



健康ダーツ初心者講座 全4回



日 2月1日～3月1日の(水) (2月15日を除く) 午後2～4時
会 シニア活動支援センター (立石6-38-11) 対 区内在住のおおむね65歳以上の方15人 費 1,500円 方 往復ハガキに「ダーツ初心者講座」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、1月16日(月) (必着) まで(多数抽選)。申 問 〒125-0062 青戸5-33-1-103NPO 法人葛飾アクティブ。COM ☎03-5680-2964 担 地域包括ケア担当課

墨彩画初心者講座 全3回

日 2月1日～15日の(水) 午前10時～正午 会 青戸高架下集い交流館 (立石6-38-13先) 対 区内在住のおおむね65歳以上の方10人 費 1,500円 方 往復ハガキに「墨彩画」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、1月16日(月) (必着) まで(多数抽選)。申 問 〒125-0062 青戸5-33-1-103NPO 法人葛飾アクティブ。COM ☎03-5680-2964 担 地域包括ケア担当課

直接会場へ (先着順)

ふれあい銭湯事業 銭湯でいきいき自分ケア



介護予防につながる脳トレや体操などを行います。
日 会 下表のとおり 対 区内在住のおおむね65歳以上の方各銭湯10～15人程度 担 地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202

| 銭湯名 | 日時 |
|---------------------------|----------------------|
| 喜久の湯 (東立石2-21-16) | 1/10(火)午後1時30分～2時30分 |
| アクアガーデン栄湯 (東四つ木3-45-7) | 1/12(木)午後2時30分～3時30分 |
| 富士の湯 (亀有2-5-7) | 1/17(火)午後1時30分～2時30分 |
| さつき湯 (東堀切3-27-9) | 1/18(水)午後2～3時 |
| 栄湯 (高砂8-15-12) | 1/19(木)午後2時30分～3時30分 |
| 富の湯 (立石2-19-6) | 1/20(金)午後1時30分～2時30分 |
| アクアドルフィンランド (立石7-16-3) | 1/25(水)午後1時40分～2時40分 |
| 寿湯 (東四つ木4-19-14) | 1/26(木)午後1時30分～2時30分 |
| 末広湯 (宝町1-2-30) | 1/27(金)午後2時45分～3時45分 |



直接会場へ うんどう教室



公園に設置した専用の運動器具を使用して、「つまずき」や「ふらつき」を予防するための運動を行います。専門の指導員がお手伝いしますので、初心者の方でも楽しめます。
日 会 下表のとおり 対 区内在住のおおむね65歳以上で、自力で会場まで来られる方 担 地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202

| 会場 | 日時 |
|---------------------------|----------------------------------|
| 東金町四丁目平成公園 (東金町4-35-1) | 1/10(火)・17(火) 午前10時30分～11時30分 |
| 青戸平和公園 (青戸4-23-1) | 1/10(火)・17(火) 午後2～3時 |
| 高砂北公園 (高砂4-3-1) | 1/11(水)・25(水) 午前10時30分～11時30分 |
| お花茶屋公園 (お花茶屋1-22-1) | 1/11(水)・25(水) 午前10時30分～11時30分 |
| 間栗公園 (西新小岩2-1-4) | 1/11(水)・25(水) 午後2～3時 |

いずれも雨天中止

がん検診の申し込みは、 はなしょうぶコールへ

☎ 03-6758-2222

(午前8時～午後8時/年中無休)



【申込方法】 はなしょうぶコールへ電話、またはハガキに希望検診名(複数申込可)・②・③は会場と検診日(第2希望まで)も・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・年齢・電話番号を書いて、各申込期限まで。

【申込期限】

▶①・④・⑤ 12月31日(土) (消印有効)

▶②・③ 希望検診月の前月15日(必着) (多数抽選)

【ハガキ申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸4-15-14 健康プラザかつしか内健康づくり課



▲区ホームページ

胃がん検診は、①か②のどちらか一方を選択して受診できます。

胃がん・大腸がん検診

①胃がん検診(胃内視鏡検査)

【対象】 区内在住で、令和5年3月31日時点で50歳以上の方

※次のいずれかに該当する方は受診できません。

- ▶令和3年度に区の胃がん検診(胃内視鏡検査)を受診した方
- ▶消化性潰瘍などの胃疾患で受療中の方(ピロリ菌除菌中の方も含む)
- ▶胃全摘術後の方 ▶入院中の方 ▶妊娠中の方
- ▶他の検診などの結果、精密検査で内視鏡による検査を行う予定の方
- ▶内視鏡検査に耐えられない、または実施に危険が伴うと医師が判断した方

【内容・費用】 問診・胃内視鏡検査(胃カメラ) / 1,000円

【受診期限】 2月28日(火) (休診日を除く)

【実施場所】 区内実施医療機関

②胃がん検診(エックス線検査)

【対象】 区内在住で、令和5年3月31日時点で50歳以上の方

※次のいずれかに該当する方は受診できません。

- ▶令和3年度に区の胃がん検診(胃内視鏡検査)を受診した方
- ▶胃の手術を受けた方 ▶妊娠中の方

【内容・費用】 胃のレントゲン撮影(バリウムを使用) / 1,000円

③大腸がん検診

【対象】 区内在住で、令和5年3月31日時点で40歳以上の方

※令和4年度に区の特健診・長寿健診などで、同時に大腸がん検診を受診した方は受診できません。

【内容・費用】 便潜血反応検査 / 500円



②・③いずれも

| 会場 | 検診日 | 定員 |
|-------------------------------|-----------------|------------|
| 保健所 (青戸4-15-14 健康プラザかつしか内) | 2/21(火)、3/24(金) | 各日 100人 |
| 金町保健センター (金町4-18-19) | 2/16(木)、3/17(金) | |
| ウェルピアかつしか (堀切3-34-1) | 2/15(水) | 各日 50人 |
| 南綾瀬地区センター (堀切7-8-22) | 3/14(火) | |

【受付時間】 午前9時～10時30分

乳がん・子宮頸がん検診

④乳がん検診

視触診とマンモグラフィ検査をセットで受診する必要があります。

【対象】 区内在住で、令和5年3月31日時点で40歳以上の女性で、令和3年度に区の乳がん検診を受診していない方

【内容・費用】 視触診、マンモグラフィ検査 / 無料

【受診期限】

▶視触診 / 1月31日(火) (休診日を除く)

▶マンモグラフィ検査 / 3月15日(水) (休診日を除く)

⑤子宮頸がん検診

【対象】 区内在住で、令和5年3月31日時点で20歳以上の女性で、令和3年度に区の子宮頸がん検診を受診していない方

【内容・費用】 視診、内診、細胞診 / 無料

【受診期限】 2月28日(火) (休診日を除く)

④・⑤いずれも

【実施場所】 区内実施医療機関(マンモグラフィ検査は、保健所・保健センター(11面上覧参照)も含む)

凡例

日 日時
保 保育
他 会場
そ 会場
の 他
他 対象
方 対象
申 定
込 定
方 員
法 方
法 申
申 込
込 込
先 先
問 師
問 講
合 師
合 問
わ 問
せ 合
先 わ
先 せ
先 先
担 担
担 持
当 持
課 当
課 物

このマークのあるものは、パソコン・スマートフォンからは申請できません。詳しくは区ホームページをご覧ください。



「全〇回」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ください。お問い合わせください。