



**凡例**

日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物  
 保育 他その他 申込先 申込先 問合わせ先 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)。場合によっては「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、定員を超えた場合は抽選となります。詳しくは区ホームページをご覧ください。

**古傘からバッグカバー作り**

9月17日(木)午前10時30分～正午・午後1時～2時30分  
 会 かつしかエコーライフプラザ(立石1-9-1) 対 区内在住・在勤16歳以上の方  
 各回6人 費 400円 持 ナイロン製の傘 方 8月27日(木)午前9時から電話で(先着順)  
 申 担 リサイクル清掃課 ☎(5654)8273

**自然学習講座  
コウモリウォッチング**

コウモリを観察し、その生態について解説します。  
 9月26日(土)午後4～6時  
 (雨天決行) 定 30人 (小学3年生以下は保護者同伴) 師 大沢夕志氏・大沢啓子氏  
 (コウモリの会評議員) 方 8月27日(木)午前9時から電話で(先着順) 会 申 水元かわせみの里(水元公園8-3) ☎(3627)5201 担 公園課

**区民文化祭参加者募集  
俳句**

10月25日(日)午前10時～午後4時30分 会 亀有地区センター(亀有3-26-1) 師 才館7階 内 事前出句作品の選句、当日席題による出句・選句、大竹多可志氏(かびれ主宰)による講演 費 二句一組(ことば千円) 定 額 小為替 方 未発表の自作品 雑詠二句一組。何組でも可(住所・氏名(フリガナ)・電話番号を記入した便せん大の用紙と、参加費(定額小為替)を封筒に同封し、

**初心者体験講習会  
はじめての大正琴**

9月30日(水)必着まで。封筒に「俳句大会」と記入。申 問 124-0014 東四つ木3-22-16 坂本一喜 ☎(3697)0860 担 生涯学習課

**立石図書館**

9月24日(木)、10月8日(木) いずれも午後2時30分～4時 会 亀有学芸交流館(お花茶屋3-5-6) 定 各日10人 方 往復ハガキに「大正琴」・希望日(両日可)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、9月7日(月)必着まで(多数抽選) 申 担 〒124-8555 葛飾区役所生涯学習課

**鉄道史講座  
常磐線の歴史**

区民大学単位認定講座。常磐線の歴史を豊富な資料から学びます。  
 10月10日(土)午後2～4時 定 80人 師 三宅俊彦氏(鉄道史研究者) 費 2000円 方 往復ハガキに「鉄道史講座」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月30日(水)必着まで(多数抽選) 電子申請は9月30日(水)午後10時30分まで 会 申 担 125-0063 白鳥3-25-1 郷土と天文の博物館

**ビジネス相談会  
(10～12月分)**

中小企業診断士が起業・経営改善などの相談に応じます(1人1時間程度)。

**中央図書館**

10月17日(土)、11月21日(土) 12月19日(土) いずれも午後1時30分～5時30分 会 申 担 中央図書館(金町6-2-1) ☎(3607)9201

**立石図書館**

10月4日(日)、11月1日(日) 12月6日(日) いずれも午後1時30分～5時30分 会 申 担 立石図書館(立石1-9-1) ☎(3696)4451

**立石図書館ビジネス  
セミナー 洋食屋の  
事例から開業の成功  
ポイントを学ぶ**

9月27日(日)午後2～4時 定 30人 程度 師 木内清人氏(中小企業診断士) 方 8月28日(金)午前9時から電話か窓口で(先着順) 電子申請は9月20日(日)まで 会 申 担 立石図書館(立石1-9-1) ☎(3696)4451

**いきいきシアター!  
朗読会**

江國香織作「朱塗りの三段重」や、池波正太郎作「おつ母、すまねえ」の朗読を聴きます。また、参加者の方も朗読を体験します。  
 9月27日(日)午後2～4時 直接会場へ(先着順) 対 中学生以上の方 50人 程度 師 柴田純子氏(NPO日本朗読文化協会会員) 会 申 担 中央図書館(金町6-2-1) ☎(3607)9201

**食品衛生出張講習会**

食中毒や食品添加物などの不安や疑問について、ご希望の会場で食品衛生監視員が講習会を行います。  
 会場は、講習を受講するグループが区内で準備してください。会場の準備が難しい場合はご相談ください。  
 日 月 金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時の間でおおむね1時間 対 区内在住5人以上のグループ 方 電話で。申 担 生活衛生課 ☎(3602)1242

**花壇づくりポラテ  
イア養成講座  
全5回**

ガーデニングの基本を学び、新高砂保育園の花壇づくりを体験します。  
 10月2日～30日(金)午前10時～正午 会 申 担 四丁目アパート(高砂4-1-1) 都営住宅内・新高砂保育園(高砂4-1-49) 対 区内在住の方で、講座終了後も新高砂保育園の花壇で活動を継続できる方 20人 師 滋田修司氏(元都立農産高校園芸科教師) 費 2900円 方 往復ハガキに「花壇づくり」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月10日(木)必着まで(多数抽選) 申 担 124-8555 葛飾区役所高齢者支援課

**東金町会場**

9月12日(土)午前10時～11時30分 会 申 担 金町地区センター(東金町1-22-1) 申 担 高齢者総合相談センター(新宿 ☎(3826)8726)

**東四つ木会場**

9月18日(金)午後2時～3時30分 会 申 担 高齢者総合相談センター(東四つ木(東四つ木2-27-1) ☎(5698)2204

**認知症サポーター  
養成講座**

認知症の方や家族が地域で安心して暮らせるよう、認知症を正しく理解します。

**生きがい支援講座  
モバイル(従来型携  
帯電話)  
全4回**

電話のかけ方やメール送信など、携帯電話の機能を学びます。現在使用している携帯電話をお持ちください。  
 スマートフォンの講座ではありません。  
 9月24日～10月15日(木) 午後2～4時 対 区内在住55歳以上の方 20人 (過去に当講座を受講した方を除く) 師 橋詰信子氏(モバイルインストラクター) 費 8000円 方 往復ハガキに「モバイル」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月7日(月)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

**9月は東京都の自殺対策強化月間です  
気づいてください! 体と心の限界サイン**

自殺の背景には、健康や経済などいくつもの悩みが重なり、精神的に追い込まれることなどが挙げられます。一人で悩みを抱えず、周りの人や相談機関に相談しましょう。また、周囲の人が心の不調に気付いて、自殺を防ぐことも大切です。

【担当課】 保健予防課 ☎3602-1274

**こころの病気や健康については  
お近くの相談窓口へ**

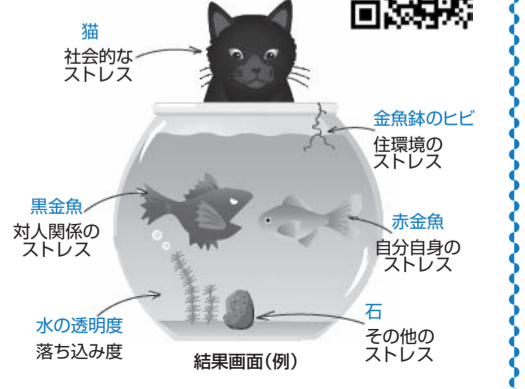
- 健康ホットラインかつしか(電話相談)**  
☎3602-1244
- こころと体の健康に関するあらゆる相談に応じます。  
 月～金曜日/午前8時30分～午後5時(水曜日は午後7時30分まで)
- 保健センター**  
月～金曜日 午前8時30分～午後5時
- ▷精神科医によるこころの相談(予約制)
  - ▷保健師による相談(随時)
- 地区担当の保健師が電話や面接で相談に応じます。
- 青戸保健センター ☎3602-1284 (青戸4-15-14健康プラザかつしか内)
  - 新小岩保健センター ☎3696-3781 (西新小岩4-21-12)
  - 金町保健センター ☎3607-4141 (金町4-18-19)
  - 水元保健センター ☎3627-1911 (東水元1-7-3)

**自殺防止!  
東京キャンペーン相談窓口**

- 東京都自殺相談ダイヤル  
～こころといのちのほっとライン～  
☎0570-087478  
年中無休/午後2時～翌日午前5時30分(9月7日(月)～11日(金)は24時間対応)  
自殺予防のちの電話  
☎0120-738-556  
9月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時  
54時間特別相談(東京自殺防止センター)  
☎0120-589-090  
9月5日(土)午前0時～7日(月)午前6時  
自死遺族のための電話相談(グリーンケア・サポートプラザ)  
☎3796-5453  
9月8日(火)～11日(金)午前10時～午後10時  
多重債務110番(東京都消費生活総合センター)  
☎3235-1155  
9月7日(月)～8日(火)午前9時～午後5時  
東京都ろうどう110番(東京都労働相談情報センター)  
☎0570-006110  
9月8日(火)～9日(水)午前9時～午後5時

**「こころの体温計」で  
ストレスチェック**

パソコンや携帯電話で、いつでも気軽にストレス度や落ち込み度をチェックできるシステムです。  
 区ホームページ(トップ→くらしのガイド→健康・医療・衛生→こころの健康)からご利用ください。  
 右記QRコードからもアクセスできます。



堀切菖蒲園内にある静観亭は、少人数から70人程度の会合・宴席などにご利用できます。

【利用方法】 利用月の3カ月前の1日午前9時から電話で。 【申し込み】 静観亭(堀切2-19-1堀切菖蒲園内) ☎3693-6636 【担当課】 公園課