

紙面上では市外局番03の表記を省略しています。

# 健康食育糖尿病フェア

11月17日(日) 午前10時～午後3時

## 健康プラザかつしか (青戸4-15-14)

【交通】 青砥駅から徒歩15分  
 京成バス/テクノプラザかつしか下車  
 徒歩3分  
 都営バス/亀有新道入口下車徒歩5分  
 車でのご来場はご遠慮ください。

健康づくり推進員、葛飾区食育推進ネットワーク、葛飾区糖尿病対策推進会議などの活動を紹介し、皆さんの健康づくりを応援します。お子さんが楽しめるコーナーもありますので、ぜひご来場ください。  
**【担当課】 保健所健康推進課**  
 ☎3602-1268

### 健康づくり推進員と一緒に体験

かつしかはつらつ体操・ストレッチ・気功・練功・ヨガの体験、アロマのお話など

### 糖尿病予防を学ぼう

葛飾区医師会・葛飾区歯科医師会・葛飾区薬剤師会のコーナー、糖尿病予防のための健康チェック、糖尿病に関する展示など

### ミニ講演会

医師、歯科医師、管理栄養士による糖尿病に関する講演  
 フルート演奏、エプロンシアター「朝ごはんを食べよう!」・はみがきシアター「くまのクーたん」など

### まだまだあります

障害者福祉施設によるパンや焼き菓子などの販売、親子カフェや子育てひろばも営業します。

### たのしく食育体験

企業、NPO法人、保育園、小・中学校、東京聖栄大学などによる食育体験クイズ・ゲーム、食育活動のパネル展示など

### 葛飾元気野菜を使ったマドレーヌ教室

【開催時間】  
 ①午前10時30分～正午  
 ②正午～午後1時30分  
 ③午後1時30分～3時  
 直接会場へ。当日整理券を配布します。  
 【整理券配布時間】  
 ①・②午前10時～10時20分  
 ③午後1時～1時20分  
 【対象】  
 小学生以下のお子さん 各回24人  
 【費用】 各回200円

## まだ間に合う 糖尿病にならないためにできること 全2回

血糖値が高めの方へ、食事の話や調理実演、運動の実技を交えて学びます。  
**【日時】** 11月29日(金)・12月4日(水)  
 いずれも午前9時30分～11時30分  
**【会場】**  
 健康プラザかつしか  
 (青戸4-15-14)  
**【対象】**  
 区内在住・在勤の方30人  
**【講師】**  
 林進氏(東京慈恵会医科大学附属

柏病院栄養部課長)・大野久美子氏(葛飾区フリー活動栄養士会)・福岡美恵子氏(体操指導員)  
**【申込方法】**  
 往復ハガキに「糖尿病」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月15日(金)(必着)まで(多数抽選)。電子申請可。  
**【申し込み・担当課】**  
 〒124-0025西新小岩4-21-12  
 新小岩保健センター ☎3696-3781

## 子育て・子ども

葛飾吹奏楽団ジュニアバンドの団員を募集します

楽器初心者の方も入団できます。貸し出し用の楽器もあります。11月16日(土)午後3時から入団説明会を行います(保護者同伴)。  
**【練習日時】**  
 毎週土曜日午後1～6時  
**【練習・説明会場】**  
 総合教育センター  
 (鎌倉2-12-1)  
**【対象】** 区内在住の小学3年生～中学3年生  
**【費用(月額)】**  
 2千円(その他経費あり)

### 休日パパ・ママ学級

12月22日(日)午前9時～11時30分  
 12月26日(木)午前9時～11時30分  
 12月29日(日)午前9時～11時30分  
 12月30日(月)午前9時～11時30分  
 12月31日(火)午前9時～11時30分  
 12月31日(火)午後1時30分～4時  
**【対象】** 区内在住の小学4・5・6年生  
**【費用】** 一人300円  
**【申込方法】** 往復ハガキに「パパ・ママ学級」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月25日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
**【担当課】** 子育て支援課 ☎5654-8572

### 親子たごぶくり教室

和だこを手作りします。祖父母との参加も歓迎です。  
**【日時】** 11月30日(土)午前10時～正午  
**【会場】** 堀切地区センター(堀切3-8-5)  
**【対象】** 対5歳～小学6年生(未就学児は保護者同伴) 80人  
**【費用】** 一人300円  
**【申込方法】** 往復ハガキに「親子たごぶくり教室」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月25日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
**【担当課】** 子育て支援課 ☎5654-8572

### 子ども食育クッキング

12月7日(土)午前10時～午後0時30分  
**【会場】** 亀有学芸交流館(お花茶屋3-5-6)  
**【対象】** 区内在住・在学の方20人  
**【費用】** 一人500円  
**【申込方法】** 往復ハガキに「子ども食育クッキング」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月25日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
**【担当課】** 子育て支援課 ☎5654-8572

### 子ども食育クッキング

12月7日(土)午前10時～午後0時30分  
**【会場】** 亀有学芸交流館(お花茶屋3-5-6)  
**【対象】** 区内在住・在学の方20人  
**【費用】** 一人500円  
**【申込方法】** 往復ハガキに「子ども食育クッキング」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月25日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
**【担当課】** 子育て支援課 ☎5654-8572

## 地域の方で子どもを犯罪から守りましょう 11月は「子どもを犯罪から守る月間」です

区では、子どもに対する不法行為や不審者などの目撃通報を受け、「葛飾区安全・安心情報メール」を配信しています。子どもに対する不審者の情報は24年度年間41件に対し、25年度は既に43件(10月21日現在)となっています。子どもの健やかな成長のために、地域の見守りは不可欠です。地域の方を合わせて子どもを犯罪から守りましょう。【担当課】 防災課 ☎5654-8572

### 地域 地域の中での見守り・パトロール

自治町会、PTA、青少年育成地区委員会、民生委員・児童委員などが、見守りや青色防犯パトロール車で巡回を行っています。1人で遊んでいたり、川などの危険な場所で遊んだりしている子どもを見掛けたら、大人が一声掛けて注意しましょう。

### 民間の事業者も地域安全パトロール

区内を自動車や自転車で行く業務のある事業者などと「安全・安心まちづくりに関する協定」を結び、業務の中でのパトロールなどをお願いしています。

### 防犯活動への支援があります

▷地域安全活動助成金  
 自治町会、PTAなどが行う安全パトロール、安全マップ作りなどの活動に対し、経費の2分の1を補助します(限度額あり)。  
 ▷街頭防犯カメラ等防犯設備整備助成  
 自治町会、商店会などが街頭防犯カメラなどを整備する場合、経費の一部を補助します(限度額あり)。  
 ▷地域の安全・安心推進リーダーの育成  
 犯罪や事故の発生を防ぐ活動のリーダーを育成する講習会を実施しています。

### 家庭 家で防犯会議

子ども自身が危険を回避する能力を身に付けられるよう、防犯ブザーの使い方、不審者に声を掛けられた場合の対処方法など、家族で日頃から防犯のための話し合いをしましょう。

### 守ろう! 5つの約束

「イカのおすし」  
**「イカ」**…知らない人については「いかない」  
**「の」**…知らない人の車には「のらない」  
**「お」**…何かあったら「お」お声を出す  
**「す」**…「す」ぐ逃げる  
**「し」**…何かあったら必ず「し」らせる

### 葛飾区安全・安心情報メールをご利用ください

区内で発生した犯罪・不審者情報、防犯・防災情報などをメールで配信しています。  
 区ホームページ(トップ)→オンラインサービス→メール配信サービス→葛飾区安全・安心情報メールから登録できます。

子どもを犯罪から守るまちづくり活動取組団体報告会  
 区民大学単位認定講座  
 PTAや地域の大人が、今年度取り組んだ活動内容を報告します。  
**【日時】** 12月7日(土)午後2時～4時30分  
**【会場】** 亀有地区センター(亀有3-26-1イトーヨーカドー駅前店7階) **【定員】** 100人  
**【講師】** 中村政氏(千葉大学名誉教授) **【費用】** 往復ハガキに「報告会」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、11月28日(木)(必着)まで(多数抽選)。  
**【担当課】** 〒124-8555葛飾区役所生涯学習課

凡例  
 日日時 会会場 対象 申込方法 申込先 費用 持ち物  
 備考  
 □ 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。