健康部（保健所）	青戸保健センター	金町保健センター	新小岩保健センター	水元保健センター
(代)☎3602－1222	☎3602－1284	☎3607－4141	☎3696－3781	☎3627－1911
青戸4－15－14	青戸4－15－14	金町4－18－19	西新小岩4－21－12	東水元1－7－3

認知症サポーター養成講座

認知症の方やご家族が、地域で安心して一緒に暮らせるよう、認知症を正しく理解します。

日1月18日(月)午後2時～3時30分 会南綾瀬地区センター（堀切7－8－22） 対区内在住・在勤・在学の方20人 方12月18日(金)午前9時から電話で（先着順）。 申高齢者総合相談センター堀切☎（3697）7815 担高齢者支援課

上小松図書館講演会 終活 知っておきたい人生の終わり方

エンディングノートを通して人生をよりよく終えるための心構えを学びます。

日1月30日(土)午後2～4時 対中学生以上の方40人 師二村祐輔氏（日本葬祭アカデミー教務研究室代表） 方12月17日(木)午前9時から電話か窓口で（先着順）。 会申担上小松図書館（東新小岩3－12－1）☎（3696）7901

短期集中！女性対象の再就職応援プログラム 全6回

就職活動などに役立つセミナー（5日間）後、合同面接会で区内・近隣企業の面接を受けられます。

日内▽1月21日(木)～27日(水)（土・日曜日を除く）午前10時～午後3時30分／就職支援セミナー▽1月28日(木)午前10時～午後3時30分／合同就職面接会 会テクノプラザかつしか（青戸7－2－1）・かつしかシンフォニーヒルズ（立石6－33－1） 対区内在住の女性15人 方12月16日(水)午前10時から電話で（先着順）。 申しごと発見プラザかつしか☎（3601）8605 担産業経済課

すぐに役立つ就活サポートセミナー

「働く」に焦点を当て、充実したライフプランを描くヒントを学びます。

日1月27日(水)午前10時～正午 対就職活動中の方20人 他雇用保険受給中の方には求職活動の実績となる証明書を発行します。 方12月17日(木)午前10時から電話で（先着順）。 申しごと発見プラザかつしか☎（5680）8765 会担産業経済課（青戸7－2－1テクノプラザかつしか内）

シニア版ポニースクール 全3回

ポニー（小型の馬）に乗って楽しみながら全身の筋肉を鍛えます。

日1月12日(火)・2月8日(月)・3月7日(月)午前10時～正午（天候により日程変更の場合あり） 会ポニースクールかつしか（水元1－19） 対区内在住65歳以上で介護認定を受けておらず、乗馬による体調の悪化（腰痛・膝痛）の恐れがない方20人 方往復ハガキに「ポニースクール」・住所・氏名（フリガナ）・生年月日・電話番号・ポニースクール参加経験の有無を書いて、12月24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

生きがい支援講座 終活エンディングノート 全2回 💻

自分らしい人生の終わり方を考えるために、エンディングノートの書き方を学びます。

日1月26日(火)・2月2日(火)午前10時～正午 対区内在住55歳以上の方45人 師阿部俊一氏（健康生きがいづくりアドバイザー） 費400円 方往復ハガキに「終活」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、1月12日(火)（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

生きがい支援講座 川柳の楽しさ面白さ入門 全5回 💻

日々の暮らしの中で感じたことを川柳で表現します。

日1月26日～2月23日の(火)午前10時～正午 対区内在住55歳以上の方25人 師藤井敬三氏（ユーモア川柳作家） 費1800円 方往復ハガキに「川柳」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、1月12日(火)（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

生きがい支援講座 オカリナを奏でよう 全5回 💻

オカリナ演奏を基礎から学びます。

日1月14日(木)・28日(木)、2月25日(木)、3月10日(木)・24日(木)午後2～4時 対区内在住55歳以上の方24人 師新井亜希子氏（オカリナ奏者） 費1800円 持オカリナ（アルトC管） 方往復ハガキに「オカリナ」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、12月24日(木)（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

健康・介護予防

骨密度検診 1月分

腕にエックス線を照射して骨密度を測定します。

日1月21日(木)午後1時30分～3時30分 対区内在住18歳以上の方60人 費1120円 方電話で（先着順）。 会申担健康づくり課（青戸4－15－14健康プラザかつしか内）☎（3602）1268

HIV即日検査・性感染症検査

無料・匿名の検査です。HIV検査は、感染の機会から3カ月以上経過していないと正しい検査結果が出ないことがあります。

日1月8日(金)午前9～10時。直接会場へ（先着順）。 定40人 内血液検査および尿検査（尿検査は、最後に尿をして1時間以上経ってから採尿します） 他HIV即日検査の結果は、検査当日にお伝えします。性感染症（クラミジア・梅毒）の検査結果とHIV検査結果が判定保留の場合は、1月22日(金)午前9～10時に保健予防課でお伝えします。 会担保健予防課（青戸4－15－14健康プラザかつしか内）☎（3602）1238

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が応じます。

堀切会場

日1月20日(水)午後3～5時 師鈴木正行氏（認知症サポート医） 会申高齢者総合相談センター堀切（堀切2－66－17）☎（3697）7815

新宿会場

日1月27日(水)午後2～4時 会介護老人保健施設花の木（新宿2－16－4） 師矢作隆氏（認知症サポート医） 申高齢者総合相談センター新宿☎（3826）8726

いずれも

対認知症の心配がある区内在住の方かその家族3人 方12月18日(金)午前9時から電話で（先着順）。 担高齢者支援課

介護予防教室 運動と体のケア

理学療法士から、運動の仕方や体のケアを学びます。

日1月16日(土)午後2時～3時30分 会青戸地区センター（青戸5－20－6） 対区内在住65歳以上の方30人 師辻貴行氏（理学療法士） 方12月22日(火)午前9時から電話で（先着順）。 申高齢者総合相談センター青戸☎（5629）5719 担高齢者支援課

休日応急診療

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）

平日夜間こどもクリニック（立石5-15-12立石休日応急診療所）　☎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）

立石休日応急診療所（立石5-15-12葛飾区医師会館内）　☎3694-9550
金町休日応急診療所（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
12/20	南郷外科・整形外科医院	整	堀切3-17-13	3691-1613
	間外科医院	整、外	亀有1-15-23	3604-8407
	野﨑内科医院	内、小	鎌倉2-2-7	3673-7171
	矢作クリニック	内、小、産婦	新宿2-2-14	3607-2516
	遠藤医院	内、小	柴又3-12-18	3607-1636
	阿久津医院	内、肛	高砂2-30-21	3659-1123
	甲田医院	内、小	鎌倉2-11-9	3658-0947
12/23	おその整形外科	整、リウ、リハ	お花茶屋1-12-5	3690-8288
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町7-5-8-1F	5648-5715
	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	ゆりあファミリークリニック	内、皮	亀有3-27-27	3601-3131
	いしかわクリニック	内、胃、外	西新小岩4-37-3	3691-3715
	伊東医院	内、小	立石2-27-4	3691-2693
	第二片根診療所	内、小、皮、放	立石8-39-11	3697-0311

◆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
12/20	マコト歯科医院	東水元2-4-1	3607-6207
	総武歯科医院	新小岩1-42-2-2F	3653-9201
12/23	柴又歯科	柴又1-48-4	3607-8244
	石田歯科医院	新小岩2-4-7	3654-8241

◆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
12/20	髙木整骨院	亀有2-20-11	3602-4505
	湯田接骨院	堀切2-13-16	3695-1465
12/23	綾南接骨院	小菅2-23-19	3602-2280
	こばやし接骨院	鎌倉3-11-10	6657-9973

◆休日対応薬局（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
12/20	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	かまくら薬局	鎌倉2-10-4	5694-1560
	ハーブ薬局	柴又1-29-8	5648-6861
12/23	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	3603-0301
	ミツワ薬局柴又店	柴又1-5-14	3627-3486
	吉田薬局	お花茶屋1-27-4	3602-5306
	薬局モリファーマシー東金町店	東金町7-4-3	5648-5320
	エース薬局	西新小岩4-37-14	3694-0939

平成27年度乳がん・子宮がん検診の申し込みは、12月31日(木)までです。対象となる方は、お早めに申し込みください。
【申し込み】 はなしょうぶコール　☎6758－2222　【担当課】 健康づくり課

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・携帯電話からは申請できないものがあります（一部、携帯電話から電子申請で申し込みができます）。

「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。