



お知らせ

**65歳以上の元気な方へ
介護支援サポーターを
募集します**

介護支援サポーター

特別養護老人ホームなどの
介護保険施設で、話し相手や
掃除など施設に応じた手伝い
(サポーター活動)を行い、活
動時間に応じてポイントを受
け取ります(1時間100ポ
イント)。

ポイントは年度末に交付金
と交換できます(100ポイ
ント100円、年間最大5千
円)。

ご希望の方は、制度説明会
と基礎研修会への参加が必要
です。

制度説明会・基礎研修会

【日時】 6月12日(火)
午後1時30分～4時

【会場】

高砂地区センター
(高砂3-1-39)

【対象】

区内在住65歳以上で、介護保険
サービスを利用していない方
40人

【持ち物】 介護保険証

【申込方法】

5月7日(月)午前9時から、

凡例

【日時】 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物
【備考】 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。ハガキファッ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。

講座・講演会

いきいき元気フェスタ

医療や介護、健康づくりに
ついて楽しく学びます。

【日時】 5月20日(日)午前10時～午後
3時。直接会場へ。【会場】 葛飾口
イタルケアセンター・新葛飾口
イタルクリニック(堀切2
・66・17) 【内健康測定会、医
療や介護に関する講座、舞台
発表、オレシジカフェ、キッ
ズコーナー、鍼灸体験、防災
体験、抽選会、会津特産物販
売など】 【高齢者総合相談セン
ター】 堀切(3697) 781
5 担 高齢者支援課

認知症予防ナウ

認知症の予防や、早期発見
・早期治療の重要性などに
ついてお話しします。

【日時】 5月20日(日)午前10時10分～
11時40分 【会場】 葛飾口イタルケ
アセンター・新葛飾口イタルケ
ア活動支援センター

【日時】 5月23日(水)午後2時～3時
30分 【会場】 柴又地区センター(柴
又1・38・2) 【対象】 区内在住65
歳以上の方30人 【講師】 小林潤一郎
氏・小口政博氏(鍼灸師) 【方】 5
月8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 堀切(3697)
7815 担 高齢者支援課

介護予防教室

家庭にあるつまようじとペ
ットボトルを使って、ツボ療
法の紹介と体験を行います。

東洋医学の知恵「ツボ 刺激」で健康づくり

【日時】 5月23日(水)午後2時～3時
30分 【会場】 柴又地区センター(柴
又1・38・2) 【対象】 区内在住65
歳以上の方30人 【講師】 小林潤一郎
氏・小口政博氏(鍼灸師) 【方】 5
月8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 高砂(5889) 8
600 担 高齢者支援課

友遊クラブ

全10回

記憶力や判断力を養うプ
ログラムをグループで行い、脳
の活性化を図ります。

【日時】 6月6日～10月17日の第1
・3(水)午前10時～11時15分 【会
場】 高砂地区センター(高砂3・
1・39) 【対象】 区内在住おむね
65歳以上の方25人 【方】 往復ハガ
キに「友遊高砂コース」・住所
・氏名(フリガナ)・年齢・電
話番号を書いて、5月24日(木)
(必着)まで(多数抽選)。【申】 担
〒124-0012立石6-38-11シニア
活動支援センター

シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 6月分

【日会内】下表のとおり【対】区内在住55歳以上の方【方】往復ハガキに希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、各申し込み先に5月24日(木)(必着)まで(多数抽選)。
シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用 (教材費込み)	定員 (人)	時間・会場・申し込み
A	やさしく学べる 初めてのパソコン	全2回	2,000円	各4	【時間】午前9時30分～11時30分 (Cのみ午後1時30分～3時30分) 【会場・申し込み】 〒124-0012立石6-38-11 シニア活動支援センター内 シニアIT・活動情報サロン ☎3692-3180
B*	パソコンでインターネットを楽しもう	全2回	2,000円		
C*	やさしく学べる 初めてのワード	全4回	4,500円		
D*	趣味の写真を楽しむ (パソコンでできる画像調整・整理)	全4回	4,000円		
E	やさしく学べるiPad & iPhone入門	全4回	4,000円		
F	スマホ・タブレット(やさしく学べるアンドロイド入門)(持ち込みのみ)	全4回	4,000円		
あ	やさしく学べる 初めてのパソコン	全2回	2,000円	各4	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】 〒125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館 ☎5660-3113
い	こんなに楽しめるiPad 役立つ旅行編 (音声入力・翻訳・乗換案内・ナビの活用)	全2回	2,000円		
う	スマホ・タブレット(やさしく学べるアンドロイド入門)(持ち込みのみ)	全4回	4,000円		
え	やさしく学べるiPad & iPhone入門	全2回	2,000円		
お*	趣味の写真を楽しむ (パソコンでできる画像調整・整理)	全2回	2,000円		
か*	ワードで楽しいオリジナルチラシを作ろう	全2回	2,500円		
301	初めてのパソコン	全4回	4,000円	各3	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場】 たつみ憩い交流館 (西新小岩2-1-4) 【申し込み】 〒124-0012立石3-30-18 NPO法人ユニコムかつしか ☎6905-8080
302*	フォトアプリでデジカメ写真の取り込み・編集	全2回	2,000円		
303*	ワードで案内状・感謝状・はがき作成	全4回	4,500円		
304*	エクセルで健康・家計・名簿管理をしよう	全4回	4,500円		
305	スマホ(アンドロイド)で電話・メール・ネット検索(持ち込みのみ)	全回	2,000円		
306	スマホ(アンドロイド)で写真撮影・地図利用他(持ち込みのみ)	全2回	2,000円		
307	スマホ(アンドロイド)でLINEを楽しもう他(持ち込みのみ)	全2回	2,000円		
1	パソコン入門講座 (文字入力・文書作成の基礎など)	全2回	2,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】 〒124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館 【問い合わせ】 NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830 講習修了後に、無料個別指導受講可。
2	パソコン入門講座 (文字入力・文書作成の基礎など)	全2回	2,000円		
3*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・ 集計表などの作成、画像処理他)	全4回	4,000円		
4*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・ 集計表などの作成、画像処理他)	全4回	4,000円		
5	タブレット端末入門(概要・基本操作)	全1回	1,000円	各2	
6	タブレット端末入門(概要・基本操作)	全1回	1,000円		

使用ソフト/Windows8.1またはWindows10使用

※のコースはローマ字入力ができる方を対象としています。

医療講座

もう悩まない!

～女性の尿漏れの原因と対策～

【日時】 5月16日(水)午後2～3時 【会場】 新小岩地区セ
ンター(新小岩2-17-1) 【定員】 100人 【講師】 野田
泰照氏(イムス東京葛飾総合病院泌尿器科
医師) 【方】 5月7日(月)午前9時から電話で(先
着順)。【申】 イムス東京葛飾総合病院地域医
療連携室 ☎5670-9901 担 地域保健課

大人の塗り絵講座 全8回

水彩色鉛筆を使用し、色を重ねて作品を仕
上げます。

【日時】 6月25日～8月20日の(月)(7月16日を除く)
午前10時～11時30分 【対象】 区内在住65歳以上の方
20人(過去に受講した方を除く) 【講師】 須貝光一郎
氏(サクラクレパス公認講師) 【費】 7,500円 【方】
往復ハガキに「大人の塗り絵」・住所・氏名
(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、5月
31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