

(7)

健康部(保健所)  
 (代)☎3602-1222  
 青戸4-15-14

青戸保健センター  
 ☎3602-1284  
 青戸4-15-14

金町保健センター  
 ☎3607-4141  
 金町4-18-19

新小岩保健センター  
 ☎3696-3781  
 西新小岩4-21-12

水元保健センター  
 ☎3627-1911  
 東水元1-7-3

リンパの循環を促す体操を学びます。  
 日10月7日(土)午前10時～正午 会新宿憩い交流館(新宿1-5-6) 対区内在住55歳以上の方15人(師眞分正恵氏(体調改善インストラクター) 費1500円)  
 方往復ハガキに「リンパ体操」・住所氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月27日(水)必着まで(多数抽選)。申間〒125-0062 青戸5-33-1・103 NPO法人葛飾アクティブ・CO ☎(5680)2964 担シニア活動支援センター

**シニア活き活き教室**  
**リンパ体操初心者講座**  
 全4回

筋力トレーニングとボイスストレーニングを組み合わせたプログラムで、声帯や腹筋を鍛えます。  
 日10月11日(土)午前10時～11時30分 対区内在住65歳以上の方30人(過去に当講座を受講した方を除く) 師安場友紀氏(スタジオインストラクター) 費2200円 方往復ハガキに「スポーツボイス」・住所氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月25日(月)必着まで(多数抽選)。申間〒124-0025 西新小岩4-21-12 新小岩保健センター

つまずいたり、ふらついたりすることを予防するための運動を行います。  
 日10月3日(火)から毎月第1(火)午後2時30分～4時。初回はオープニングセレモニーを行います(11月第1(火)以降は午後2～3時)。直接会場へ。会青戸平和公園(青戸4-23-1)。雨天の場合シニア活動支援センター(立石6-38-11)。対区内在住おむね65歳以上の方(公財)体力づくり指導協会指導員他持運動靴、飲み物 担シニア活動支援センター ☎(5698)6201

がんを予防する食事の工夫を、調理実演を見て学びます。  
 日10月12日(木)午前10時～11時30分 会健康プラザかつしか(青戸4-15-14) 対区内在住・在勤の方24人 方往復ハガキに「がん予防」・住所(在勤の方は勤務先住所)・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月25日(月)必着まで(多数抽選)。申間〒124-0025 西新小岩4-21-12 新小岩保健センター



うんどう教室

簡単な計算や音読などの学習、記憶力・判断力を養うプログラムなどで脳を活性化します。  
 日10月11日(土)～12月20日(水)午後2時～3時30分 対区内在住65歳以上の方20人 費1080円 方往復ハガキに「脳トレ学園」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月28日(木)必着まで(多数抽選)。申間〒124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター

**脳トレ学園**  
 全11回

記憶力や判断力を養うプログラムをグループで行い、脳の活性化を促します。  
 日10月16日(月)～10月16日(日) 平成30年2月19日の奇数週(1月1日を除く) 水曜コース/10月18日(水) 平成30年2月21日の奇数週(1月3日を除く)。いずれも午前10時～11時15分。各コースとも同じ内容です。対区内在住65歳以上の方各コース20人 方往復ハガキに「友遊クラブ」・希望コース(いずれか一つ)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月28日(木)必着まで(多数抽選)。申間〒124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター

懐かしい記憶をたどる回想法を高校生と楽しみます。  
 日10月16日(月)～30日(月)午後1時30分～3時 会葛飾総合高等学校(南水元4-21-1) 対区内在住65歳以上の方10人程度 方往復ハガキに「総合」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月28日(木)必着まで(多数抽選)。申間〒124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター

第6回東京拘置所矯正展  
 【日時】9月30日(土)午前9時30分～午後3時(内容:bands(ダンスボーカルユニット)によるテーパーカット、ちびっこ刑務官制服試着・撮影、刑務所作業製品販売、各種バザー、性格検査体験など) 会場・問い合わせ 東京拘置所(小菅1-35-1) ☎(3690)6681

公証週間 無料電話相談  
 10月1日(日)～7日(土)  
 【内容】遺言・任意後見など公正証書の作成(電話相談) 日本公証人連合会 電話相談 ☎(3502)8239 【受付時間】午前9時30分～正午・午後1時～4時30分(問い合わせ) 葛飾公証役場 ☎(6662)9631(土・日曜日を除く)

関係機関のお知らせ  
 第6回東京拘置所矯正展  
 【日時】9月30日(土)午前9時30分～午後3時(内容:bands(ダンスボーカルユニット)によるテーパーカット、ちびっこ刑務官制服試着・撮影、刑務所作業製品販売、各種バザー、性格検査体験など) 会場・問い合わせ 東京拘置所(小菅1-35-1) ☎(3690)6681

健康カラオケ歌まつり  
 日11月18日(土)午前11時～午後3時30分 対区内在住55歳以上の方50人 費千円(昼食付き) 持カラオケテープ、譜面 方往復ハガキに「カラオケ」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・希望曲名を書いて、10月16日(月)必着まで(多数抽選)。申間〒125-0032 水元4-6-15 水元憩い交流館 ☎(56

友遊クラブ  
 全10回

栄養講習会  
 がん予防の食事

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  
 担担当課 電話番号の表記のない記事に  
 はなしようぶコールへお問い合わせください。

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。  
 車で来診される場合は、診療所の駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。

- ◆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(受付時間)午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
9/17	矢作クリニック	内、小、婦	新宿2-2-14	3607-2516
	遠藤医院	内、小	柴又3-12-18	3607-1636
	間外科医院	整、外	亀有1-15-23	3604-8407
	小宅産婦人科医院	産婦	西水元1-29-17	3609-0415
	まるやま耳鼻咽喉科クリニック	耳鼻咽	青戸5-20-12-2F	3838-3387
9/18	佐藤整形外科医院	整、リウ、内	東金町1-26-5	3627-8686
	やたクリニック	内、外、胃	新小岩1-18-6	5661-1505
	加藤医院	内、皮	金町3-20-5	3607-1238
	佐久間医院	耳鼻咽	東新小岩1-7-10	3694-3811
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688
9/23	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	たしろ整形外科	整、リハ	東金町2-4-18	5660-7611
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	3602-0357
	東立病院	内	立石6-38-13	3693-1515
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町7-5-8-1F	5648-5715
9/24	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	佐久間医院	耳鼻咽	東新小岩1-7-10	3694-3811
	ひきふね整形外科クリニック	整、リハ	四つ木5-11-10	5698-7030
	渡辺昭医院	内、胃	新小岩2-19-15	3651-6500
	いしかわクリニック	内、胃、外	西新小岩4-37-3	3691-3715

◆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
9/17	水元歯科医院	水元4-19-12	3600-1989
	山田歯科医院	西新小岩4-27-11	3691-1845
9/18	平野歯科医院	水元5-16-6	3608-7037
	日高歯科クリニック	東新小岩3-2-6	3692-1184
9/23	大川歯科医院	南水元1-25-1	3600-5118
	勝俣歯科医院	西新小岩5-17-24	3691-7283
9/24	足立歯科医院	南水元2-27-16	5660-4618
	たちばな歯科医院	西新小岩5-30-16	5670-6244

◆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
9/17	萩原整骨院	高砂4-2-18-102	3673-9806
	坂内接骨院	西水元1-23-18	3607-3710
9/18	土屋整骨院	亀有4-31-18	3603-3229
	有馬接骨院	東四つ木2-8-12-111	3696-8186
9/23	萩原整骨院	立石1-16-3	3691-6171
	おぐら整骨院	新小岩1-40-11	3674-8533
9/24	こやの整骨院	堀切4-16-13	5654-9827
	北原接骨院	西新小岩4-2-5	3692-8129

◆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
9/17	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	ハブ薬局	柴又1-29-8	5648-6861
9/18	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	3603-0301
	内田薬局	東金町1-15-4	3607-7722
9/23	ポプラ調剤薬局	金町3-20-6	3600-2338
	薬局モリファーマシー東金町店	東金町7-4-3	5648-5320
9/24	くるみ薬局	西亀有2-24-11	5680-9180
	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
9/24	なの花薬局金町店	金町6-2-1-2F	3609-8301
	吉田薬局	新小岩2-30-1	3651-7162
9/24	ベル薬局宝町店	宝町1-1-7	5698-1021
	エース薬局	西新小岩4-37-14	3694-0939
9/24	しらとり薬局	白鳥3-12-1	3604-8267
	くるみ薬局	西亀有2-24-11	5680-9180

持ち込み食品等の放射性物質検査を行っています(要予約)。詳しくは区ホームページをご覧ください。  
 【申し込み・担当課】消費生活センター(立石5-27-1ウィメンズパル内) ☎5698-2316

区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込み  
 ねんしゅセンター ☎(6755)82222  
 午前8時～午後8時 年中無休 FAX ☎(6755)22223