

(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

リンパの流れを良くする
体操で免疫力を高めます。
日9月2日、23日の(土)午前
10時30分、正午、対区内在住
55歳以上の方15人、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、8
月17日(木)必着まで(多数
抽選)。会申☎125・003水元
4・6・15水元憩い交流館
☎(5660)3113担
ニア活動支援センター

初心者リンパ体操教室
全4回

お腹周りが気になる方に
おすすめの調理の工夫を学
ぶ。調理実演を見て学ぶ
日9月6日(水)午前10時～11
時30分、24人
運動で学ぶ
日9月14日(木)午後2時～3
時30分、25人
調理実習で学ぶ
日9月29日(金)午前10時～午
後0時30分、16人、費400
円

お腹周りが気になる方に
おすすめの調理の工夫を学
ぶ。調理実演を見て学ぶ
日9月6日(水)午前10時～11
時30分、24人
運動で学ぶ
日9月14日(木)午後2時～3
時30分、25人
調理実習で学ぶ
日9月29日(金)午前10時～午
後0時30分、16人、費400
円

お腹周りが気になる方に
おすすめの調理の工夫を学
ぶ。調理実演を見て学ぶ
日9月6日(水)午前10時～11
時30分、24人
運動で学ぶ
日9月14日(木)午後2時～3
時30分、25人
調理実習で学ぶ
日9月29日(金)午前10時～午
後0時30分、16人、費400
円



かなまちトリオ体操
の会 全6回

健美操

多種の呼吸法、経絡、姿
勢を整え、気血の流れを良
くする体操です。
日9月4日、12月18日の第
1・3月(9月18日を除く。
11月20日と12月4日は翌週
の月曜日)午前10時～正午。
直接会場へ(先着順)。いず
れも同じ内容です。対区内
在住65歳以上の方各日30人
費300円、会担シニア活動
支援センター(立石6・38
1) ☎(5698)620

お腹周りが気になる方に
おすすめの調理の工夫を学
ぶ。調理実演を見て学ぶ
日9月6日(水)午前10時～11
時30分、24人
運動で学ぶ
日9月14日(木)午後2時～3
時30分、25人
調理実習で学ぶ
日9月29日(金)午前10時～午
後0時30分、16人、費400
円

栄養講習会
さよならメタボッ
コリ

お腹周りが気になる方に
おすすめの調理の工夫を学
ぶ。調理実演を見て学ぶ
日9月6日(水)午前10時～11
時30分、24人
運動で学ぶ
日9月14日(木)午後2時～3
時30分、25人
調理実習で学ぶ
日9月29日(金)午前10時～午
後0時30分、16人、費400
円

いづれも

健康プラザかつしか(青
戸4・15・14) 対区内在住
・在勤の方、往復ハガキに
「メタボッコリ」・希望コ
ス名(複数可)・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、8月21日(必
着)まで(多数抽選)。申
担☎125・003東水元1・7・3
水元保健センター

関係機関のお知らせ

民ホール(新宿区西新宿
2・8・1) 各日250
人、9月16日(土)、平成30
年1月14日(日) 東京都庁
第一本庁舎5階大会議場
(新宿区西新宿2・8・
1) 各日500人。いず
れも午後2時～4時15分。
【対象】都内在住・在勤・
在学の方【内容】被災経験
者・被災地支援経験者に
学ぶ、風水害・土砂災害
への対策など、1日2テ
ーマの講義。申込方法な
ど、詳しくは東京都防災
ホームページ(<http://www.bousai.metro.tokyo.jp/tonaigumi/>)をご覧ください。【問い合わせ】東京
防炎学習セミナー事務局
☎(3212)3166

小学生からできる各種
ワークショップ(材料費
負担有り)と実演を多数
ご用意しています。
【日時】8月22日(火)・23日
(水)午前10時～午後5時。
直接会場へ。【会場】東京
都立産業貿易センター台
東館4階(台東区花川戸
2・6・5)【問い合わせ
せ】(公財)東京都中小企
業振興公社 ☎(5680)
4631
【日時・会場・定員】▽8
月20日(日)、10月22日(日) 東
京都議会議事堂1階都

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・8/15(火) 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
8/6	吉崎医院	内、小	金町2-9-14	3607-3870
	小宅産婦人科医院	産婦	西水元1-29-17	3609-0415
	大山クリニック	内、消、循、小	堀切1-41-9	3692-1314
	亀有みんなのクリニック	内、小	亀有2-4-8	5650-2821
	四ツ木診療所	内	東四ツ木4-45-16	3694-1661
	黒木整形外科内科クリニック	整、内、外、放、リハ	細田3-29-15	3672-9611
8/11	佐久間医院	耳鼻咽	東新小岩1-7-10	3694-3811
	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	3602-0357
	いしかわクリニック	内、胃、外	西新小岩4-37-3	3691-3715
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688
	南郷外科・整形外科医院	整	堀切3-17-13	3691-1613
8/13	水元耳鼻咽喉科・外科クリニック	耳鼻咽、外	南水元1-25-1	3608-1202
	立石中央クリニック	内、消内、乳外、肛外、小	立石7-3-4	5672-2225
	金町眼科医院	眼	東金町1-45-7-2F	3609-9394
	友田内視鏡クリニック	内、消内	東金町1-22-7-301	3826-5075
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	5698-3688
	高山整形外科病院	整	金町3-4-5	3607-3260

◆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
8/6	運野歯科医院	亀有2-1-1	3690-8340
	久保木歯科医院	お花茶屋1-18-17	3690-8011
8/11	千葉歯科クリニック	南水元4-22-3	3826-1748
	真野歯科医院	小菅3-14-17	3604-7878
8/13	中田歯科医院	西水元2-14-18	5660-1584
	大原歯科医院	宝町1-1-25	5698-2177

◆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
8/6	鍼灸整骨院 橋高	高砂8-21-5	3627-8611
	はね整骨院	東新小岩6-10-15	3696-3134
8/11	鎌倉接骨院	鎌倉4-10-3	5694-1071
	円城寺整骨院	東金町2-31-1	3607-2369
8/13	渡辺接骨院	堀切7-24-6	3601-7768
	長谷部整骨院	宝町1-25-11	3693-2965

◆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
8/6	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	へいわ橋薬局	東四ツ木4-45-10	5698-0502
8/11	秋山薬局堀切三丁目店	堀切3-17-15	3693-8970
	くるみ薬局	西亀有2-24-11	5680-9180
	エース薬局	西新小岩4-37-14	3694-0939
	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	3603-0301
8/13	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435

凡例

日時 会場 対象 定員 内容
保育 その他 方申込方法 申込先 師講師 費用 持ち物
担担当課

お問い合わせ先

担担当課

電話番号の表記のない記事に関しては、はなしょうぶコールへお問い合わせください。



区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込みは
はなしょうぶコール ☎(6758)2222
午前8時～午後8時 年中無休 FAX (6758)2223

はなしょうぶコール ☎(6758)2222

熱中症を予防するために、喉が渇く前でも小まめに水分を取りましょう。

【担当課】 青戸保健センター ☎3602-1284