

健康・介護予防

葛飾区基本健康診査

【対象】平成29年3月31日現在、40歳以上(昭和52年3月31日生まれまで)で次のいずれかに該当する方
 ①生活保護を受給している方または中国残留邦人等支援給付を受けている方
 ②平成28年4月2日以降に葛飾区国民健康保険に加入した方
 ③平成28年4月2日以降に被用者保険(被扶養者の方に限る)か国保組合に加入した方

20歳代・30歳代健康診査

【対象】区内在住で平成29年3月31日現在、20～39歳の方(昭和52年4月1日～平成9年3月31日生まれ)
 平成28年度に母親健診を受診した方や、勤務先などで同じ内容の健康診査を受診した方または受診予定の方は受けられません。

【実施場所】区内の指定医療機関(約170カ所)
 【内容】身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・胸部エックス線撮影他
 肺がん・大腸がん・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査を同時に受診できます(年齢要件や一部料金の負担あり)。

【申込方法】
 ①に該当する方
 ハガキに「基本健康診査」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、9月30日(金)消印有効まで。
 ②・③に該当する方
 「基本健康診査」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて用紙と保険証の写しを同封し、9月30日(金)消印有効まで。
 ④に該当する方
 ハガキに「20歳代・30歳代健康診査」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、9月30日(金)消印有効まで。電子申請可。受診票は申し込み後、2週間ほどで送付します。
 【申し込み・担当課】〒125-0062 青戸4-15-14 健康課

まちかど健康相談

9・10月開催
 区内大型商業施設や区の施設などの身近な場所で、定期的に保健師などの専門職員が健康相談や健康づくりへのアドバイスをします。

【日時・内容】
 9月14日(水)・23日(金) 健康づくりを始めましょう
 10月12日(水)・28日(金) 健診結果の見方とワンポイントアドバイス
 いずれも午前11時～午後1時。直接会場へ。

高次脳機能障害ととも歩むために

高次脳機能障害における脳の仕組みや症状、支援のポイントを学びます。
 9月30日(金)午後6時30分～8時30分 対区内在住・在勤の方80人 師高田耕太郎氏(いずみ記念病院リハビリテーション科医師) 方電話かファクス(9月30日講演会・住所・氏名・電話番号を記入)で、9月20日(火)必着まで(多数抽選)。
 会場 会申地 活動支援センター(堀切3-34-1ウエルピアかつしか内) ☎(5698)1337 FAX(5698)1337

医療情報セミナー

がん医療の本当の事 教えます
 9月17日(土)午後2～4時 会かつしかシンフォニービルズ(立石6-33-1) 定150人 師後藤宏顕氏(江戸川病院腫瘍血液内科医長) 方9月7日(水)午前9時から電話かファクス(がん医療)・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を記入(先着順)。
 甲問 江戸川病院地域連携室 ☎0120(518)120 FAX(3657)075
 乙問 地域保健課
 9月10日(土)午後2時～3時30分。直接会場へ(先着順) 午後1時から整理券配布。定150人 師 藤田 かつしか内 ☎(5698)1337 FAX(5698)1337

区民公開講座

糖尿病と歯

9月19日(月)・祝午後2時～3時30分。直接会場へ(先着順)。
 会場 会申地 シンフォニービルズ(立石6-33-1) 定100人 程度 師 横田太持氏(東京慈恵会医科大学葛飾医療センター糖尿病・代謝・内分泌内科診療部長) 師 塚本裕介氏(塚本歯科医院院長) 担健康づくり課 ☎(3602)1268

かつしか健康教室

くすりを知らう
 薬剤師が薬の飲み方やジエネリック医薬品についてお話しします。
 9月24日(土)午後2～3時 会南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) 定60人 師 川名絢子氏(イムス葛飾ハートセンター薬剤師) 方9月7日(水)午前9時から電話かメール(かつしか健康教室)・住所・氏名・年齢・電話番号を記入(先着順)。
 甲問 イムス葛飾ハートセンター医療連携室 ☎(369)4(814)6 kenkeiheart@ins.gr.jp 担地域保健課

講演会
 高次脳機能障害ととも歩むために
 高次脳機能障害における脳の仕組みや症状、支援のポイントを学びます。
 9月30日(金)午後6時30分～8時30分 対区内在住・在勤の方80人 師高田耕太郎氏(いずみ記念病院リハビリテーション科医師) 方電話かファクス(9月30日講演会・住所・氏名・電話番号を記入)で、9月20日(火)必着まで(多数抽選)。
 会場 会申地 活動支援センター(堀切3-34-1ウエルピアかつしか内) ☎(5698)1337 FAX(5698)1337

暮らしを彩るパソコン教室 10月分

【日】内下表の通り 対区内在住・在勤・在学の方 定各コース8人(たつみ憩い交流館・新柴又教室は6人) 持新柴又教室の方はノートパソコン 方電話、ハガキかファクス(希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号を記入)で、9月20日(火)必着まで(多数抽選・申し込み少数のコースは中止の場合あり)。
 甲問 〒124-0012立石3-30-18NPO法人ユニコムかつしか「暮らしを彩るパソコン教室」係 ☎6905-8080 FAX6657-6185 担生涯学習課

コース	会場	番号	内容	曜日	時間	費用				
初めてのパソコン全4回	新宿図書センター(新宿3-7-1)	01	10/7・14(金) 午前・午後	21	毎週(水)午前	41	毎週(月)午前(10/31を除く)	81	毎週(火)午前	4,600円
初めてのiPad全4回		02	10/6・13(木) 午前・午後	22	10/18・25(火) 午前・午後				4,600円	
インターネット入門全4回 ※		04	10/18・25(火) 午前・午後	24	毎週(金)午前	44	毎週(木)午前	84	毎週(金)午前	5,400円
ワード入門全4回 ※		05	毎週(水)午後		45	毎週(火)午前	85	毎週(木)午前	5,400円	
		06	毎週(日)午前(10/30を除く)	26	毎週(土)午前(10/29を除く)	46	毎週(日)午前(10/30を除く)	86	毎週(土)午前(10/29を除く)	5,400円
ワード活用全2回 ※		07	10/4(火) 午前・午後	27	10/4(火) 午前・午後	47	10/7・14(金) 午前	87	10/6・13(木) 午後	3,400円
エクセル入門全4回 ※		08	毎週(水)午前	28	毎週(水)午後	48	毎週(水)午前	88	毎週(水)午前	5,400円
		09	毎週(土)午前(10/29を除く)	29	毎週(土)午後(10/29を除く)	49	毎週(土)午前(10/29を除く)	89	毎週(土)午前(10/29を除く)	5,400円

午前/午後10時～正午(新宿図書センターのみ午前10時15分～午後0時15分)、午後 午後1時30分～3時30分 使用ソフト/ウィンドウズ10、オフィスは2016年版
 ※のコースはローマ字入力ができる方が対象です。
 上表コース以外のリクエスト講座も開催します。詳しくは暮らしを彩るパソコン教室ホームページ(<http://uc-k.net/kpc/>)をご覧ください。

シニアのためのゆっくり・じっくりパソコン教室 10月分

【日】内下表の通り 対区内在住55歳以上の方 特Bコースの方はスマホまたはタブレット 方往復ハガキに希望番号(1会場につき1コース)・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9月23日(金)必着まで(多数抽選)。
 担シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用	定員	時間・会場・申し込み
A	後期高齢者(75歳以上)のパソコン入門(電源オンから文字入力)	全2回	10/3・10(月) 2,000円	各4	【時間】午前9時30分～11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 【問い合わせ】水元憩い交流館 ☎5660-3113
B	スマホ・タブレット(アンドロイド)入門(持ち込みのみ)	全2回	10/17・24(月) 2,000円	各3	
C	パソコンでインターネットを楽しむ(地図・写真・動画・YouTubeなど)	全2回	10/4・11(火) 2,000円		
D	エクセルで住所録を楽しもう(年賀状に役立てよう)	全2回	10/18・25(火) 2,500円		
E	ワード入門(写真・イラストを入れて楽しもう)	全4回	10/5～26(水) 4,500円		
F	iPadってこんなに楽しい(iPad入門)音楽写真YouTube 脳トレゲーム	全2回	10/6・13(木) 2,000円		
G	パソコンで写真を楽しむ(写真の取り込み・画像調整)	全2回	10/20・27(木) 2,000円		
H	話題の「LINE」を楽しんでみませんか(iPad入門)	全2回	10/3・10(月) 2,000円	各2	【時間】午後1時30分～3時30分 ※会場・申し込みは上記と同様
301	初めてのパソコン	全4回	10/7～28(金) 4,000円	各2	【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 講習終了後に、無料個別指導受講可能。
302	初めてのウィンドウズ10	全2回	10/3・10(月) 2,000円		
303	デジカメ写真の取り込み・編集	全2回	10/17・24(月) 2,000円		
304	ワードで案内状・感謝状・はがき作成	全4回	10/1～22(土) 4,500円		
305	エクセルで健康・家計・名簿管理をしよう	全4回	10/4～25(火) 4,500円	各2	【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 講習終了後に、無料個別指導受講可能。
306	趣味探究!(個人指導で趣味を広げる)	全4回	10/6～27(木) 7,500円		
1	応用講座(インターネット・メール、文書・住所録・集計表作成、デジカメ画像編集など)	全4回	10/4～25(火) 4,000円 10/6～27(木) 4,000円	各2	【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 講習終了後に、無料個別指導受講可能。
2	入門・基礎講座(パソコンの仕組み、電源オン・オフ、マウス操作、文字入力、はがき作成など)	全2回	10/5・12(水) 2,000円 10/7・14(金) 2,000円		

使用ソフト/ウィンドウズ8.1または10 ※のコースはローマ字入力ができる方が対象です。

毎月10日は「ノーテレビ・ノーゲームデー」です。
 テレビやゲームを休み、家族で会話や触れ合いの時間をつくりましょう。【担当課】地域教育課 ☎5654-8589

凡例 日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物
 保育 他その他 方申込方法 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。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。)