紙面上では市外局番03の表記を省略しています。

障害のある方へ パソコン講習会

身体障害者初級パソコン講習会　全7回

キーボード操作や文字入力を学びます。

日4月11日～5月23日の(月)午前10時～11時30分対区内在住で身体障害者手帳をお持ちの18～69歳の方4人費1200円方往復ハガキに「身体パソコン」・住所・氏名・生年月日・電話番号を書いて、3月24日(木)(必着)まで（新規申し込みの方優先・多数抽選）。

視覚障害者パソコン講習会　全7回

音声ソフト、文字拡大ソフトなどの使い方を学びます。

日4月13日～6月1日の(水)（5月4日を除く）午前10時～11時30分対区内在住で視覚障害のある18～69歳の方4人方電話か往復ハガキ（「視覚パソコン」・住所・氏名・生年月日・電話番号を記入）で、3月24日(木)(必着)まで（新規申し込みの方優先・多数抽選）。

いずれも

会申担〒124・0006堀切3-34-1ウェルピアかつしか内地域活動支援センター☎(5698)1336

シニアのための再就職支援セミナー

再就職やボランティア・地域貢献活動など、シニアの多様な働き方や社会との関わり方について共に考えます。

日3月23日(水)午後1時30分～4時会シニア活動支援センター（立石6-38-11）対おおむね55歳以上で仕事を探している方50人程度師霧島誠氏（キャリアカウンセラー）方電話で3月18日(金)午後5時まで。申ワークスかつしか☎(3692)3181担高齢者支援課

シニアが案内するまち歩きツアー 満開の桜を楽しむ「四季の道」と堀切・四つ木界隈の散策

日4月1日(金)午後1～4時（小雨決行）。集合／堀切菖蒲園駅、解散／四ツ木駅定60人費500円他企画・運営／葛飾のまち歩きを創る会方往復ハガキに「まち歩き」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、3月22日(火)(必着)まで（1通2人まで連記可。多数抽選）。申〒124・0013東立石4-25-6我妻敬担高齢者支援課

健康・介護予防

区民公開講座 糖尿病と遺伝

東京慈恵会医科大学葛飾医療センターの医師がお話しします。

日3月21日(月・振休)午後2時～3時30分。直接会場へ（先着順）。会金町地区センター（東金町1-22-1）定100人程度内師▽糖尿病アップデート／横田太持氏（糖尿病・代謝・内分泌内科診療部長）▽糖尿病と「いでん」／根本昌実氏（総合内科診療部長）担健康づくり課☎(3602)1268

はつらつクラブ

区歌に合わせて体を動かす「はつらつ体操」などを、健康づくり推進員と一緒に行います。

①新小岩北地区センター会場（東新小岩6-21-1）

日4月8日(金)から月1回(金)午前10時～11時30分

②新小岩北集い交流館会場（東新小岩5-16-2）

日4月15日(金)から毎月第3(金)午前10時～11時30分

いずれも

対区内在住で90分程度運動のできる方30人師渕井恵子氏（健康づくり推進員）方往復ハガキに「はつらつ」・①か②・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、3月18日(金)(必着)まで（多数抽選）。申担〒124・0025西新小岩4-21-12新小岩保健センター

シニアのための健康麻雀（マージャン）教室 初心者コース　全8回

マージャンを楽しみながら、健康・生きがい・仲間づくりをめざします。

日4月10日～5月29日の(日)午後1時30分～4時30分対区内在住55歳以上の方24人費5千円方往復ハガキに「健康麻雀初心者教室」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、3月24日(木)(必着)まで（多数抽選）。会申問〒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担シニア活動支援センター

かなまちトリオ体操の会　全6回

ストレッチ体操など、健康づくりに役立つ体操を学びます。

日4月8日(金)、5月13日(金)、6月3日(金)、7月8日(金)、8月5日(金)、9月23日(金)いずれも午前10～11時対区内在住の方20人（病気治療中の方は主治医の許可が必要）方往復ハガキに「体操の会」・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を書いて、3月17日(木)(必着)まで（多数抽選）。会申担〒125・0042金町4-18-19金町保健センター

難病医療相談

神経難病専門医による医療相談です。

日3月14日(月)午後2～5時対パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経難病の方や、神経難病の恐れがあり転倒しやすい方、手足の震えなどがある方5人方3月7日(月)午前9時から電話で（先着順）。会申担保健予防課（青戸4-15-14健康プラザかつしか内）☎(3602)1274

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・携帯電話からの申請ができます（一部、携帯電話からは申請できないものがあります）。

「全○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。

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
3/6	協立整形	整、内	白鳥3-13-13	3602-5261
	梶原医院	内、小	宝町2-23-3	3691-1025
	吉崎医院	内、小	金町2-9-14	3607-3870
	あんざいクリニック	内、消、循、皮	新小岩4-8-7	5662-1399
	小宅産婦人科医院	産婦	西水元1-29-17	3609-0415
	亀有みんなのクリニック	内、小	亀有2-4-8	5650-2821
3/13	田原整形外科医院	整、リハ	東金町3-27-9	3608-6721
	甲田医院	内、小	鎌倉2-11-9	3658-0947
	ゆりあファミリークリニック	内、皮	亀有3-27-27	3601-3131
	立石中央クリニック	内、消内、循内、乳外、肛外、小	立石7-3-4	5672-2225
	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

◆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
3/6	会田歯科医院	鎌倉3-44-9	3672-0648
	熊倉歯科	立石3-30-7	3697-5238
3/13	清水歯科医院	鎌倉3-54-11	3658-0606
	江橋歯科医院	奥戸2-30-1	3697-5247

◆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
3/6	鍼灸整骨院	高砂8-21-5	3627-8611
	登山整骨院	立石8-4-13	3691-1355
3/13	岡島接骨院	南水元4-17-4	5660-0461
	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
3/6	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	ベル薬局	宝町1-1-7	5698-1021
	しらとり薬局	白鳥3-12-1	3604-8267
3/13	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
	くるみ薬局	西亀有2-24-11	5680-9180

身体障害のある方へ 福祉館デイサービス

【担当課】　障害福祉課

身体障害者手帳をお持ちで、自分で会場まで来られる区内在住18歳以上の方が対象です。

白鳥福祉館

【実施時期】　4月～平成29年3月
【定員】　各コース5人
【内容】　下表の通り
【申込方法】　3月7日(月)～11日(金)に電話か窓口、またはファクス（希望コース・住所・氏名・年齢・電話番号を記入）で（複数コース申し込み可。多数抽選）。
【会場・申し込み】　白鳥福祉館（白鳥4-8-1）　☎3604-0034　FAX3604-0320

コース	日時	
写経	指定の(月)	午後1時30分～3時30分
健康麻雀（マージャン）	指定の(火)	午後1時30分～3時30分
書道	指定の(水)	午前9時15分～11時15分
ボイストレーニング		午後1時30分～3時30分
フラワーアレンジメント	指定の(木)	午前9時30分～11時30分
木彫		午後1時30分～3時30分
煎茶	指定の(金)	午後1時30分～3時30分
ビーズステッチ		

高砂福祉館

【実施時期】　5月～平成29年3月
【定員】　各コース10人
【内容】　下表の通り
【申込方法】　往復ハガキに希望コース（第3希望まで）・住所・氏名・電話番号を書いて、3月18日(金)(必着)まで（多数抽選）。
【会場・申し込み】　〒125-0054高砂5-10-1高砂福祉館　☎5699-6221

コース	日時	
陶芸A	第1・3月曜日	午後1時30分～3時30分
陶芸B	第2・4金曜日	
初級パソコン	第1・3火曜日	午後1時30分～3時30分
歌唱	第2・4火曜日	午前10時～正午
ボウリング（青戸ボウルで行います）	第2水曜日	午前10時～正午
楽しい麻雀	第1・3水曜日	午前10時～正午
はがき絵	第4水曜日	午後1時30分～3時30分
茶道（裏千家）	第1・3木曜日	午前10時～正午
初級書道		
スポーツ・レクリエーション	第2・4金曜日	午後1時30分～3時30分
つまみ細工（小さな布をつまんで折りたたみ、花などの形を作ります）	不定期（年4回実施予定）	第1回は4月27日(水)午後1時30分～3時30分に実施します。第2回以降については別途お知らせします。

いずれも

駐車場はありません。申し込み少数のコースは中止の場合あり。
【費用】　1回100円（生活保護受給世帯は免除）
材料費・テキスト代などは別途必要です。