

### ペアレントメンターによる講演会

日 2月8日(出) 時 午前10時～11時30分 所 あらかわエコセンター2階環境実習室 対 区内在住で、未就学児の保護者等 人 30人(申込順) 内 発達障がいのあるお子さんを育てた保護者による経験談 申 12月21日(出)～2月7日(金)に電話・下記ホームページで、荒川たんぽぽセンター 電 (3891) 6824 網 https://logoform.jp/form/bUir/741943

### 高齢者

#### 軽スポーツ体験会

- ◆ボッチャ 日 1月14日(火) 内 講義・実技
- ◆カローリング 日 1月28日(火) 内 講義・実技
- ◆ペタンク 日・内 ▶ 2月4日(火)…講義・実技 ▶ 3月7日(金)…屋外実技
- ◆グラウンド・ゴルフ 日・内 ▶ 2月18日(火)…講義・実技 ▶ 3月21日(金)…屋外実技

時・所 ▶ 講義・実技…午後1時～2時30分(荒川山吹ふれあい館3階多目的室) ▶ 屋外実技…午後1時30分～3時30分(ペタンク…東尾久運動場小広場、グラウンド・ゴルフ…東尾久運動場多目的広場) 対 区内在住で、60歳以上の方 人 各20人(申込順) 申 電話で、NPO法人荒川区高年者クラブ連合会事務局 電 (3805) 5505 ※出・日・祝等を除く、午前10時～午後3時

#### 荒川老人福祉センターの講座

- ◆Zoom勉強会 日 1月22日(火) 時・所 ▶ 午前10時～11時…荒川老人福祉センター3階いこい室 ▶ 午後3時～4時…オンライン ※全2回 対 60歳以上で、Web会議ができる環境の方 人 5人 内 Zoomの設定・実践 締 1月15日(火) 申 電子メールで、4面上段を参照し①～④の記入事項と⑤年齢を、荒川老人福祉センター
- ◆初心者のためのタブレット講座 日 1月28日(火)、2月1日(出)(全2回) 時 ▶ 午前コース…午前10時～

11時30分 ▶ 午後コース…午後1時～2時30分 所 荒川老人福祉センター4階会議室 対 区内在住で、60歳以上の方 人 各コース16人 内 タブレットの基本的な使い方 ※タブレットは用意します 締 1月18日(出) 申 来所・電話で、荒川老人福祉センター

※抽選 固 荒川老人福祉センター 電 (3802) 1666 電 ara-online@foryou.or.jp

#### 認知症サポーター養成講座

日 1月25日(出) 時 午前10時～11時30分 所 尾久ふれあい館4階レクホール 対 区内在住・在勤・在学の方 人 30人(申込順) 申 12月21日(出)から電話で、西尾久地域包括支援センター 電 (3893) 3555

### 介護

#### 介護保険の更新申請を

対 介護保険被保険者証の認定の有効期間が1月31日(金)で、サービスの継続を希望する方 申 11月末に送付した申請書を郵送で、できるだけ12月中に〒116-8501(住所不要)荒川区役所介護保険課介護認定係 電 内線 2433

#### いきいきボランティアポイント制度説明会

区が指定する介護・子育て支援施設等でボランティア活動を行うと、現金に交換できるポイントがたまる制度の説明会です。 日 1月22日(火) 時 午後2時～3時 所 区役所3階305会議室 対 区内在住で、65歳以上の方 人 8人(申込順) 締 1月21日(火) 申 電話で、介護保険課介護給付係 電 (3802) 4952

### 産業・経営支援

#### イデタチ東京入居者を募集

ファッション関連産業特化型起業支援施設「イデタチ東京」の入居者を募集します。 所 ふらっとにつぼり5階 対 ファッション関連産業で、創業予定・創業5年未満の個人、設立5年未満の中

小企業者 内 個室オフィス 使用料(月額) 5万円 申請書の配布 下記ホームページ 締 1月31日(金) 申 郵送・電子メールで、申請書を、〒116-0014荒川区東日暮里6-17-6イデタチ事務局 電 apply@idetachi.com 網 https://idetachi.com/entry 固 経営支援課産業活性化係 電 内線 458

### モノづくりブランド ara!kawa 認定商品発表会 観覧者募集

日 1月29日(水) 時 午後2時～3時 所 ゆいの森あらかわゆいの森ホール 人 30人(申込順) 申 12月21日(出)から荒川区ホームページで、経営支援課経営支援係 電 (3802) 4808

### 仕事・人材募集

#### 就職応援面接会

日 1月15日(水) 時 午後1時30分～4時 所 東京芸術センター21階天空劇場(足立区千住1-4-1) 対 就職活動中の方 ※参加企業は、2週間程度前にハローワーク足立ホームページ(https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/adachi.html)に掲載 持 履歴書・職務経歴書等 申 電話で、ハローワーク足立事業所第二部門 電 (3870) 8617

#### 自立や就労に困難を抱える若者の家族のためのセミナー・個別相談会

日 1月18日(出) 時 午後2時～4時 所 ムーブ町屋3階わかもの就労サポートデスク・4階会議室 対 44歳以下のひきこもり状態等にある方の家族 人 10人(個別相談は2組) ※申込順 申 12月23日(月)～1月17日(金)に電話・荒川区ホームページで、わかもの就労サポートデスク 電 (3800) 6188

#### GATB・一般職業適性検査

日 1月20日(月)・24日(金) 時 午後2時～4時 所 ムーブ町屋4階会議室 対 44歳以下の方 人 各10人(申込順) 申 12月23日(月)～1月17日(金)に電話・荒川区ホームページで、わかもの就労サポートデスク 電 (3800) 6188

### スポーツ

#### 元旦ラジオ体操会

日 1月1日(祝) 時 午前6時から(雨天中止) 所 諏方神社(西日暮里3-4-8) 固 荒川区ラジオ体操会連盟・寺澤 電 (3819) 9585

### 講座

#### 産業技術高専リカレント講座

日・内 ▶ 1月9日～30日の(水)…医療技術者のためのAⅠ導入講座 ▶ 2月4日(火)・6日(水)・18日(火)・25日(火)…深層学習を利用した画像処理入門 ※全4回 時 午後6時～7時30分 所 都立産業技術高専荒川キャンパス(南千住8-17-1) 対 16歳以上の方 人 各16人(抽選) 電 ¥2500円 締 各開催日の2日前 申 下記ホームページで、都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス 電 (3801) 0145 網 https://www.metro-cit.ac.jp/major/ikorenkei.html

#### 布の絵本づくりボランティア養成講座

日 1月21日・28日、2月18日・25日の(火)(全4回) 時 午後2時～4時 所 ゆいの森あらかわ2階会議室 対 区内在住・在勤で、同講座を受講したことがない方 人 10人(申込順) 持 裁縫道具、鉛筆 申 12月21日(出)から来館・ゆいの森あらかわホームページで、ゆいの森あらかわ1階総合カウンター 電 (3891) 4349

#### 自転車安全利用講習会

小学生以下の参加者には、お菓子等を差し上げます。 日 1月18日(出)(雨天中止) 時 午前9時30分～11時 所 荒川自然公園交通園 ※開催中は交通園の一部施設が一般利用できません 対 区内在住・在勤・在学の方 人 10人(申込順) ※電動アシスト自転車の講習会も行っています。詳細は、お問い合わせください 申 電話で、生活安全課交通安全係 電 (3802) 3067

### 6面へ続く

| 1月の健康相談      |                             | 会 場                |                                        |
|--------------|-----------------------------|--------------------|----------------------------------------|
| なんでも健康相談     |                             | がん予防・健康づくりセンター     |                                        |
| 種 別          | 期 日                         | 受付時間               | 申込み・問合せ                                |
| 予 約 制        | 随時                          | 午前9時～午後5時          | 健康推進課<br>保健相談担当<br>電 内線 432            |
|              | 27日(月)                      | 午後1時45分～3時15分      |                                        |
|              | 10日(金)・20日(月)・23日(火)・31日(金) | 午後2時～4時15分         |                                        |
|              | アルコール・薬物依存症相談               | 15日(火)             | 午後1時30分～3時45分                          |
|              | ママのこころの相談                   | 9日・23日の(水)         | 午前9時30分～11時                            |
|              | 歯科相談(3歳未満児)～歯科健診とフッ化物塗布     | 10日・17日・24日の(金)    | 申 荒川区ホームページ<br>固 健康推進課歯科担当<br>電 内線 423 |
| アイズに関する相談・検査 | 栄養相談                        | 9日・16日・23日・30日の(木) | 健康推進課栄養担当<br>電 内線 423                  |
|              | 相談                          | 随時                 | 荒川区エイズ相談・検査専用電話<br>電 (3805) 9467       |
|              | 検査                          | 15日(火)(予約制)        | 午前10時～11時                              |

| ものわすれ相談(予約制)             |                                 |                |                                  |
|--------------------------|---------------------------------|----------------|----------------------------------|
| 対 象 物忘れが気になる、65歳以上の方や家族等 |                                 |                |                                  |
| 期 日                      | 相談時間                            | 会場             | 申込み                              |
| 16日(水)                   | ▶ 午後1時30分～2時10分<br>▶ 午後2時20分～3時 | 尾久ふれあい館        | 東尾久地域包括支援センター<br>電 (5855) 8513   |
| 20日(月)                   |                                 | 西日暮里地域包括支援センター | 電 (3807) 3828                    |
| 24日(金)                   |                                 | 南千住駅前ふれあい館     | 南千住西部地域包括支援センター<br>電 (5604) 5710 |

| 難病相談室(予約制)                                 |                                 |
|--------------------------------------------|---------------------------------|
| 会場・申込み 荒川区医師会館(西日暮里6-5-3)<br>電 (3893) 2331 |                                 |
| 日時                                         | 1月18日(出)午後1時30分～3時              |
| 対象                                         | 神経難病の方、その疑いのある方                 |
| 内容                                         | 専門医・保健師・相談員等による在宅療養上の医療・福祉・介護相談 |