初 軍手・ な あらかわっ

30人(申しび

環境

内課

の裂

たはな

余り (ハ

ト 1 時

O

日時 9月13日(土)午前10時~午後3時(荒天中止)

内容 自転車キッズ検定体験会、補助輪なし自転車練

\* 自転車の台数に限りがあるため、お待ち頂く場合が

**問合せ** 荒川自然公園管理事務所 ☎·FAX (3803) 4042

対象 区内在住・在学の小学生の保護者及び区内在住

荒川区教育委員会・荒川区PTA連合会

▷午前10時~11時…日暮里·舎人ライナー足立小台駅 東□·昆虫採集をしよう(採集用具、飲み物、虫よけ)

▷午後2時~4時…あらかわエコセンター・昆虫の絵

対象 区内在住・在勤で、なるべく午前・午後共参加

講師(イラストレーター・自然観察家・石森愛彦氏)

**日時** 9月28日(日)午後1時~3時30分(雨天中止)

**主催・申込み・問合せ** With・舘山 ☎・FAX (3895) 7346

電子メールアドレス web.arakawa@gmail.com

~ どうぼつの回つくる (無類)

を描こう(採集した昆虫等、ペン・色鉛筆、ルー

筆 30

問合せ

璟

着物の

を差し上げます。とを学ぶ講座です。

参加者

対 30 象

月 20 日

活動を

定 期 員 日

29 日

月

**子ふれあい入浴** 9月20日 (土) 9月20日 (土) 八浴券に記載× 下の公衆浴場 区内在住の小学

る 27

問合せ

と 入浴~荒川銭湯 子育て支援課 なりま

親子の

ピス浴~荒

り 制 発 発 子 を

ぶれあい 産業振興課 元川区

**7** 

入大根も)

河島水再生セ

**持ち物** せ

~幅に裂く)

10分

视

端切

織り機の体験(無料)

o、裏地も) 着物1枚

)、裁縫用具

者、コ

者向け省で

世齊

22 日

の月曜日

自転車をたのしもう(無数)

習法、自転車の選び方・点検講座

日時 9月20日 (土) 午後2時30分~4時

申込み・問合せ 教育総務課 ☎内線3311

直接会場へお越し下さい。

\*開場は、午後2時

無料

期日 9月27日(土)

費用

会場 サンパール荒川大ホール

・在勤・在学の方、900人

時間・集合場所・内容(持ち物)

出来る方、20人(申し込み順)

申込み・問合せ 環境課 ☎内線482

まちなかハートキッズランド

\*小学生以下は、保護者同伴で

締切り 9月22日(月)

会場 あらかわ遊園

対象 親子50組(申し込み順)

後援 荒川区教育委員会

講師 歌手・杉山裕太郎氏

早期から健康づくりに ことで、足腰の衰え、意 ることが出来るよう、シ ることが出来るよう、シ

健康づく

り

組んで

介護予防を

養

たった、ウオーキ に区内おすすい方でも、安全で が方でも、安全で

グ 13 消 マコー カ

配料で

・問合せ

で配布

食等を提供します。足腰の筋力と口管 利用方 ンスの整 期間は約 の整った昼

護になり

指導の

出張して健康 、健師、栄養 の団体の集

づく

や仕

ービスによっては白報キットの支給▽A 食見守りサービス▽ 食見守りサービス▽ 食見守りが利用出来 でよる見守り活動▽A

れずみワ

加して、

の でするための体操です。 だ川ころばん体操は、 でするための体操です。

各地域包括支援セン

防・尿失禁・認知症

さ経のあ おおむ おおむ が無

に進めている。通して、

習みま

せも

高年者クラブ高年者クラブが活動を上 内で81クラブが活動を上 内で81クラブが活動を上 が活動し 7

ます。更新希望の方は、必要書類等を 用意し、9月30日までに手続きをして 本荒川区高年者クラブ連合会の輪投げ大 0 連 す 会の様子

5

FAX 🅿 高

[0, 0]

6 5 シ

能力を生かせる 働く意欲のも **公** 学 🕿 が一人

\* 期 全 10 日

金日 (金) (水

\*\*)·17日(金)

(東尾久7―9 (東尾久7―9 (東尾久7―9 (東尾久7―9 (東尾久7―9

キャンパ

筋骨元

(無料)

29 日

介護保険施設等でボランティア活動を

行うと現金に交換出来るポイントが貯

説明会を開催しますので、ぜひ、ご

日時 9月17日 (水)、10月14日 (火)

日時 9月6日(土)午後2時~4時 ムーブ町屋 4 階会議室B

主催・申込み・問合せ 介護者安心サ

●男性介護者サロンM (無料)

ポート[結]・田中 ☎090(2416)8599

家族を介護中の男性介護者が、情報

**日時** 9月12日(金)午後1時30分~

会場・申込み・問合せ 社会福祉協議会

jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

東京都シルバーパス

更新手続きを

9月30日(火)が有効期限のシルバ

ーパスをお持ちの方は、8月下旬に東

京バス協会から更新申込書が送付され

\*費用、受付日時等詳細は、同封の「ご

▷東京バス協会シルバーパス専用

\*区役所では取り扱っていません

案内」と「更新申込書」でご確認下

\*土・日曜日、祝日を除く午前9時~ 000

☎(3802)3338 FAX(3802)3831

\*前日までに申し込んで下さい

対象 区内在住の65歳以上の方

申込み・問合せ 介護保険課

介護中の方

交換と交流を行います。

電子メールアドレス

下さい。

さい

午後5時

問合せ

会場 区役所 3 階304会議室

まる制度です。

参加下さい。

対象

後援 荒川区

午前10時~正午 \*各回共、内容は同じ ひざ痛予防教室(無料)

\*強い痛みがある ・強い痛みがある ・ないことがある。

があります、

教防室の

の

オ体操程度の強度の運50人(先着順)

せらば、

おげんきランチ

の様子

▼昼食の一例

記入し、9月5日(金)までに 荒川老人福祉センターへ持参

利用者のカラオケ・民謡等の芸 能披露)を観覧希望の方は、直 接会場へお越し下さい 会場・申込み・問合せ 〒116-000

2荒川区荒川1-34-6荒川老 人福祉センター☎ (3802) 1666 FAX (3802) 1683

完	
JII	
高齢者	
みま	
もり	
ステー	
ショ	
J 青藤ゴイみ こくり シラーミ	川高齢皆みまものステーシ

# お 気軽に ご相談下

●おとしよりなんでも 高齢者に関する相談 を行っています。を行っています。役所2階)公内役所2階)

に関する相談 ☎内線267 □ 本内線267 □ 本内線267 □ 本内線267 □ 本内線267 □ で関する相談

精神科医師が相談に応じます ●認知症やうつ病に関する相談 役所2階) ☆内線2674

相談・問合せ 高齢者福祉課( ・地域包括支援センター ・保健師・看護師、社会福祉-保健師・看護師、社会福祉-保健師・看護師、社会福祉-は会話を援専門員が、介護予 をはいる。 は会話を表しています が、介護学社会福祉 います に関す

も

る「高齢者みないは、地域ぐる

本(3805) 5702 (38

9月15日は

百歳を超えた方(大正3年1月1日までに生まれた方)と、26年1月2日~大正4年1月1日に生まれた方)へ、長寿者敬老祝金を贈呈します。希望する方には、区贈呈します。希望する方には、区のでは、1000円の (大正3年1月1日に生まれた方) へ、長寿者敬老祝金をおいて、1000円の (大正3年1月1日までに生まれた方)。 ご長寿を お祝いします 

(木) < 10月17日 (金) に区役 (木) < 10月17日 (金) に区 (本) < 10月17日 (金) に区役 (大) < 10月17日 (金) に区役 (大) < 10月17日 (金) に区役 (大) < 10月17日 (税) < 10月17日 (社) < 10月17日 (金) に区役 (本) (4月17日 (金) に区役 (4月17日 (金) に区 (4月17日

す。今号では、その内容の一部さまざまな事業を実施していまきと暮らすことが出来るよう、を紹介しまないまで、健康で生き生み慣れた地域で、健康で生き生みでは、高齢者の誰もが、住

**ロ** 高齢者福祉 でお渡ししまか が対象です

### 高齢者福祉週間の催し 荒川老人福祉センター

内容・日時等 下表のとおり 前から

▷高齢者福祉課 ☎内線2667

方、または荒川老人福祉センタ 一利用証をお持ちの方

費用 無料

日	時間	定 員 (申し込み順)
(月)	午前9時30分~11時30分、 午後1時15分~4時	各40人
(火)	午後1時~3時	100人
(水)	午後1時15分~3時	
(木)	午後1時~4時	各30人
(土)	午後1時15分~3時	
(祝)	午前10時~午後3時30分	100人

**5** (5308) 6950

\*受け付けは、各開始時間の15分

対象 区内在住の満60歳以上の

申込み方法 荒川老人福祉センタ 一またはひろば館・ふれあい館 等にある申込用紙に必要事項を 期E

9月9日

9月10日

9月11日

9月12日

9月13日

9月15日

らかわ子育 Soodate/ind ンロード出 内容 お楽しみ 9月8日 大マージャン会

身体測定とゲームで

体と頭の運動会

歌声喫茶

囲碁大会

将棋大会

演遊会

オセロ大会

境境に

ğ

問合せ

環境

商工

余

糸

連合会流所荒川

干後1時~

日時 9月22日 (月) 午後1時~ 2時30分 2時30分 定員 35人 (申し込み順) 主催 東京都公衆浴場業生活衛生 同業組合荒川支部 後援 荒川区 後援 荒川区 の場(西尾久4-13-2) ☎(3893)1695

ロン

振興課

4 6 久 7 9 4 7 5 |

内容 映像絵本、紙粘土、壁画、アートワークショップ等

問合せ

産業 🅿

## あら坊

## 区役所の代表番号公(3802)3111 区民の声FAX(3802)6262