

◆女性のための再就職3daysセミナー

対 全回参加できる再就職を希望する女性
日 ①10月12日(水) ②13日(木) ③14日(金) 計3回 午前9時30分～11時30分
内 ①身だしなみメイクアップ実践講座
 ②ビジネスマナー講座 ③知って差がつく!採用される!!再就職のポイント **師** ①日本ビジュアル支援協会認定講師 坂井ナオミ氏 ②マナー講師 西本電子氏 ③ハローワーク王子就職支援ナビゲーター 小林智宏氏 **定** 40名(申込順)
申 9月13日(火)午前9時から電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で申込 ※保育[1歳以上の未就学児。定員あり(申込順)]希望の方は10月2日(日)までにお子さんの氏名・年齢、性別をご連絡ください。
問場先 男女共同参画センター「スペースゆう」(北とぴあ5階)(月曜、祝日休館)
☎ (3913)0161 **FAX** (3913)0081
EM danjo-c@city.kita.lg.jp

◆第36回分譲マンション管理セミナー「マンション標準管理規約改正のポイント」

対 区内分譲マンション管理組合役員、区分所有者 **日** 10月8日(土) 午後1時30分～4時 **場** 北とぴあ7階第2研修室
内師 第1部…「～ここが変わった～マンション標準管理規約改正について」マンション管理センター管理情報部次長 原昇氏
 第2部…「マンションの情報管理の必要性(マンションみらいネットの活用法)」同センター企画部参与 菅野康男氏
定 100名(申込順)
申 電話または申込書[住宅課(区役所第一庁舎7階3番)にあります]に記入して郵送

たはファクスで、9月30日(金)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要)住宅課住宅計画係
☎ (3908)9201 **FAX** (3908)2244

催し

◆北区平和バスツアー

防空壕跡や平和祈念像(北とぴあ前)をはじめ、当時の面影を残す区内の戦跡や平和に関する史跡をマイクロバスで巡り、解説を交えて散策します。
対 区内在住、在勤、在学で北区平和バスツアーに参加したことがない方 **日** 10月21日(金) 午前9時～正午(雨天決行) **定** 15名(抽選) **申** 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・電話番号も記入)で、10月6日(木)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 **☎** (3908)8623

◆洋紙発祥の地「北区産業遺産めぐりスタンプラリー」

区では、平成19年に5つの製紙関連施設が「近代化産業遺産群」として経済産業省に認定されました。これらの優れた価値や魅力を多くの方々に知っていただくため、スタンプラリーを実施します。なお、抽選で各施設提供の素敵な賞品が当たります。
日 9月16日(金)～11月18日(金) ※各施設で開館日・時間が異なります。東書文庫、国立印刷局東京工場の見学には予約が必要です。
場 渋沢史料館(西ケ原2-16-1)、紙の博物館(王子1-1-3)、東書文庫(栄町48-23)、お札と切手の博物館(王子1-6-1)、

国立印刷局滝野川工場(現東京工場)(西ケ原2-3-15) **[参加方法]** 専用台紙[対象施設、産業振興課(北とぴあ11階)にあります。北区観光ホームページからもダウンロードできます]にスタンプを2つ以上集め、対象施設または北区産業振興課に設置してある応募箱に投函または産業振興課に郵送
問先 〒114-8503(住所不要)産業振興課産業振興係 **☎** (5390)1234

◆自然とあそぼう!まつり

遊びながら自然の不思議を学びます。身近な生きものについても紹介します。
日 10月2日(日) 午前10時～正午
申 当日、直接会場へ
問場 自然ふれあい情報館(十条仲原4-2-1清水坂公園内)[月曜休館(祝日のときは翌日)] **☎** (3908)0804

◆北区100円市

日 9月17日(土) 午前11時～午後6時
 ※商店街により異なる場合があります。
場 下表のとおり
問 北区商店街連合会 **☎** (5390)1200 産業振興課商工係 **☎** (5390)1235

商店街名	所在地
御代の台仲通り商店街	滝野川6丁目付近
霜降銀座栄会	西ケ原1丁目付近
十条銀座商店街振興組合	十条仲原1丁目・上十条2丁目付近
豊島中央通り商店街振興組合	北区豊島3・4・7丁目付近



◆北区青少年団体連合会「第96回歩こう会(1日コース)」

共催 北区教育委員会 川崎の「日本民家園」と「岡本太郎美術館」をたずねる歩こう会
日 10月23日(日) 午前8時北とぴあ前集合(雨天中止) **[コース]** 北とぴあ→JR王子駅→田端→新宿→向ヶ丘遊園駅→日本民家園→岡本太郎美術館→昼食(弁当持参)青少年科学館見学→向ヶ丘遊園→新宿→田端→王子→北とぴあ前解散 **定** 100名(申込順) **費** 大人1,800円、小・中学生500円(交通費、入場料、保険料) **申** 9月15日(木)から電話申込 ※不在の際は留守番電話に「歩こう会」希望、氏名、電話番号を入れてください。折り返し電話します。
問先 北区青少年団体連合会 田中 **☎** (3908)4126

◆第39回住宅デー

後援 国土交通省・東京都・北区ほか
 住宅無料相談、包丁とぎ、木工教室、ゲーム、模擬店などのイベントを区内9カ所で開催

シルバー人材センターお役立ち研修!～実質的な家事のノウハウ～

対 区内在住で60歳以上の方 **日** 内定 下表のとおり **場** 赤羽エコー広場館会議室(赤羽1-1-38) ※第3回のみ赤羽文化センター料理室(赤羽西1-6-1-301)
申 往復はがき(記入例参照。希望回も記入)で、各開催日の10日前(必着)まで
問先 〒115-0045 赤羽1-1-38 北区シルバー人材センター **☎** (3908)8400

	日程	タイトル	内容	定員(抽選)
第1回	10月4日(火)	整理収納の基本とは?	楽に片付けて、シンプルな暮らしを!	60名
第2回	10月17日(月)	選びやすくすっきり!衣類の整理収納	効率的なしまい方とは ※長袖シャツとズボンを持参	40名
第3回	10月21日(金)	切れ味の良い包丁で美味しい料理を!	初級者向け、包丁の研ぎ方を学ぶ! ※包丁2本以上を持参	20名
第4回	11月2日(水)	エコでやさしい掃除の仕方・セミプロ的な掃除の仕方-1	一般的な清掃の基本(洗剤と用具の説明)・水廻りの清掃(厨房・浴室・洗面所・トイレなど)	60名
第5回	11月18日(金)	セミプロ的な掃除の仕方-2	換気扇の清掃(厨房・浴室・トイレなど) ※実技あり	40名
第6回	11月28日(月)	セミプロ的な掃除の仕方-3	窓ガラスと網戸の清掃 ※実技あり	40名

[時間] 午後1時30分～3時30分(第3回のみ午後2時～4時)

障害者福祉センター趣味の講座

対 区内在住の15歳以上で障害者手帳(身体障害者手帳・愛の手帳・精神保健福祉手帳)をお持ちの方または難病の方で継続して受講可能な中軽度の障害のある方
 ※付き添い者を希望の方はご相談ください。 **日** 内定 下表のとおり ※休講日など、詳しくは受講決定後にお知らせします。 **費** 教材費の一部は各自負担
申 往復はがきまたはファクス(記入例参照。第2希望まで可。ファクスの方はファクス番号も記入)で、9月28日(水)(必着)まで
問場先 〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係(土・日曜、祝日を除く) **☎** (3905)7121 **FAX** (3905)7116

講座名	日程	内容	講師	定員(抽選)
太極拳	10月18日～平成29年2月7日 原則第1・3火曜 計7回 午後1時30分～3時	からだをゆっくり動かし「氣」と血液の循環を促します。	竹内悦子氏	15名
書道	10月11日～3月14日 原則第2・4火曜 計10回 午後1時30分～3時30分	墨の香りと静かな時間の中、書を初歩から学びます。	清水まゆみ氏	10名
健康麻雀	11月4日～3月3日 原則第1・3金曜 計8回 午後1時30分～3時30分	ルールを学び、マージャンを通して他の受講生との交流を図ります。	千田和良氏	10名

北区さんかく大学「結婚の理想と現実～イマドキの結婚事情～」

今なぜ「結婚が減っているのか」「結婚のハードルが高くなっているのか」などについてさまざまな視点から学び、これからの展望を考えます。
対 原則全回参加できる方 **日** 内定 下表のとおり **定** 40名(申込順)
申 9月13日(火)午前9時から電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で申込 ※保育[1歳以上の未就学児。定員あり(申込順)]希望の方は9月27日(火)までにお子さんの氏名・年齢、性別をご連絡ください。
問場先 男女共同参画センター「スペースゆう」(北とぴあ5階)
☎ (3913)0161 **FAX** (3913)0081 **EM** danjo-c@city.kita.lg.jp

	日程(計5回)	内容	講師
第1回	10月8日(土)	結婚と「女の幸せ」の現在～夫婦間の溝はなぜ埋まらない?～	國學院大学経済学部教授 水無田気流氏
第2回	10月15日(土)	男性学の視点からみた恋愛と結婚	武蔵大学社会学部助教 田中俊之氏
第3回	10月22日(土)	専業主婦の揺らぎとゆくえ	跡見学園女子大学観光コミュニティ学部准教授 石崎裕子氏
第4回	10月29日(土)	婚活時代から見える結婚事情～お見合いの現場から～	NPO法人全国地域結婚支援センター代表 板本洋子氏
第5回	11月5日(土)	まとめの会～意見交換～	北区男女共同参画センターアドバイザー 笹川あゆみ氏

[時間] 午後2時～4時



子育てするなら北区が一番

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです

B型肝炎ワクチンの予防接種が10月1日より定期予防接種になります

平成28年4月1日以降に生まれた生後1歳に至るまで(1歳の誕生日の前日まで)の方

※母子感染予防のために抗HBs人免疫グロブリンと併用してB型肝炎ワクチンの接種を受ける場合は健康保険が適用されるため、定期接種の対象外となります。

平成28年4月1日から7月31日生まれの方には、9月中旬にご案内と予診票を送付します。

8月1日生まれ以降の方には生後2カ月に至る前に発送します。

【接種回数】3回 ※過去にB型肝炎ワクチンを接種している方は、上記接種回数から過去に接種した回数を差し引いた回数が、定期予防接種の接種回数となります。

【接種方法】予診票と母子健康手帳をお持ちになり、協力医療機関(予診票に同封した一覧表を参照)及び22区の協力医療機関で受

けてください。
[接種費用]無料
※詳しくは、お問い合わせください。
健康推進課健康係 ☎(3908)9016
王子健康支援センター ☎(3919)7588
赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

新しい乳幼児医療証・子ども医療証を発行します

現在の医療証の有効期限は9月30日(金)です。10月1日(土)から有効の新しい医療証は9月末に郵送します。

10月1日以降に医療機関で受診するときは、必ず新しい医療証を医療機関に提示してください。

古い医療証は、子ども未来課に返送するか、区民事務所または地域振興室に返却してください。

お子さんの加入している健康保険に変更があった場合は、お子さんの健康保険証のコピーを添付し、保険変更届を子ども未来課に提出してください。

子ども未来課子育て給付係(区役所第一庁舎2階17番) ☎(3908)9096

スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室「初心者フラダンス教室」

対区内在住、在勤で18歳以上の方 日10月20日～12月8日 毎週木曜 計8回

①午後6時30分～7時40分 ②午後7時50分～9時 場滝野川体育館プレイルーム(西ケ原2-1-6) 師斎藤富美江氏 定各30名(抽選) 費6,600円(傷害保険料を含む)

申往復はがき(記入例参照。①②の希望順位、性別も記入)またはホームページで、9月25日(日)(必着)まで ※携帯電話からは不可

問先〒114-0024 西ケ原2-1-6滝野川体育館内 北区体育協会 ☎(3940)1848

HPhttp://www.kita-city-taikyo.or.jp

◆浮間舟渡ダブルステニス親睦会

対テニス初心者から上級者の方 日10月19日(水) 午前9時～午後1時

場浮間舟渡テニスコート(浮間4-27-1) 内ショット練習、ダブルスのゲーム

師NPO法人日本スポーツ振興連盟 三五氏 定16名(申込順) 費2,500円

申9月12日(月)午前10時から電話申込 問先赤羽スポーツの森公園競技場 ☎(5948)9281

◆北区民選手権テニス 秋季ミックスダブルス大会

後援 北区体育協会 対区内在住、在勤(学生は除く)の方 日10月2日(日) 午前9時～午後5時

※予備日10月23日(日) 場桐ヶ丘体育館

桐ヶ丘体育館Ⅲ期教室

対日定費 下表のとおり 申往復はがき(記入例参照)で、9月20日(火)(必着)まで ※当日、定員に空きがある場合は当日参加可。詳しくはお問い合わせください。

問場先〒115-0053 赤羽台3-17-57 桐ヶ丘体育館 ☎(3908)2316

Table with 6 columns: No., Title, Target, Schedule, Time, Fee. Includes activities like Tai Chi, Yoga, Tennis, etc.

離乳食講習会 ～みんなで食育・楽しく食育～

対区内在住で乳児(3～4カ月)健診後から生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし)

日10月12日(水) 午後1時30分～3時 内離乳食の始め方とすすめ方のポイント(お話と試食) 定20名(申込順)

申9月14日(水)午前9時から電話申込 問場先健康推進課滝野川健康支援センター(西ケ原1-19-12) ☎(3915)0184

おいでよワクワク体験ひろばへ滝野川文化センター子どもひろば

楽しいゲームやものづくりなど、たくさんのプログラムがみんなを待っています。

対幼児～中学生 ※年齢により体験できるプログラムが異なります。各プログラムで配布する整理券は参加するお子さん本人にのみ配布します。

日9月25日(日) 午前10時～午後3時 ※プログラムにより時間が異なります。

内【作品づくり】えんぴつ画、バルーンアート、絵てがみ、陶芸教室、フラワーセラピー、ストロー飾りのカゴ、ステンシ

テニスコート(赤羽台3-17-57) 費3,000円 【種目】一般レベルA(中・上級)・B(初級)、ベテラン45歳以上(昭和46年12月31日以前生まれの方)・55歳以上(昭和36年12月31日以前生まれの方)。

ただし、4ペア以下の場合是一般のグループとなります) 【公開抽選】9月24日(土) 午後4時～5時 桐ヶ丘体育館地下会議室

申往復はがき(記入例参照。所属クラブ、希望種目(ベテランの方は生年月日)も記入)で、9月18日(日)(当日消印有効)まで

問先〒114-0003 北区豊島7-16-2 齊木 - ☎080(5410)9065

講座・講演会

◆中央公園文化センター講座

①区民講座「暮らしに役立つ やさしいパソコン活用術(Windows10使用)」

対区内在住、在勤、在学のパソコン初心者で全回参加でき、ローマ字入力とマウス操作ができる方

日10月13日～11月24日(11月3日を除く) 毎週木曜 計6回 午後2時～4時

内WordやExcelを使って、はがき(年賀状)やラベルシール作りなど 師地域のパソコンボランティア 定12名(抽選) 費1,000円程度(教材費) 申往復はがき(記入例参照)で、9月28日(水)(必着)まで

②特別講座「歌声喫茶～懐かしの歌を歌おう(第34回)～秋の歌～」

対区内在住、在勤、在学の方 日10月22日(土) 午後2時～4時30分

内テーマは「秋の歌」です。「もみじ」「赤とんぼ」「小さな木の実」などを合唱します。

師山本祥二氏、峰崎松根氏、戸澤千夏氏 定100名(抽選) 費820円(飲物付)

申往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の住所・氏名・年齢、性別も記入)で、10月7日(金)(必着)まで

=以下、①②共通= 問場先〒114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター(月曜、祝日休館) ☎(3907)5661

◆災害時に備えて～災害時個別支援計画作成を中心に～

対在宅人工呼吸器使用者・家族及び関係者 ※酸素療法器は人工呼吸器ではありません。

日10月13日(木) 午後6時30分～7

ルプリント、フラワーデザイン [実演・体験]ミニカーリング「カーレット」、ワクワク地球クイズ、スタンプラリー、ぐ～ぱ～しょうぎ、南京玉すだれ、けん玉体験、ころころリング、生き残りゲーム「復活碁」、点字を打ってみよう! 日当日、直接会場へ 問場滝野川文化センター(西ケ原1-23-3)(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230 FAX(5394)1231

卒乳準備講座

後援 北区 対区内在住で卒乳を考えている母親(子ども同伴可) 日10月24日(月) 午前10時～11時30分(9時30分受付開始) 場北とぴあ9階第1和室「せきれい」 内母乳育児の卒業に向けて、時期と方法など 定48名(抽選) 費500円 申往復はがき(記入例参照。お子さんの生年月日、聞きたいことも記入)で、10月8日(土)(必着)まで

問東京都助産師会北地区分会 村上 ☎090(6504)4047

先〒114-0021 岸町1-6-19-401 助産院SANBAさんば「卒乳準備講座」係

時15分 場北とぴあ7階第1研修室

内災害時の備えについて、平常時からの準備など 師東京都医学総合研究所難病医療専門員 前川あゆみ氏、橋本英子氏

定50名(申込順) 申9月12日(月)午前9時から電話申込

問先障害福祉課王子障害相談係 ☎(3908)1358

赤羽障害相談係 ☎(3903)4161

◆健康づくりグループ講座「初めてのジャズダンス」

対区内在住、在勤で20歳以上の方 日10月7日～21日 毎週金曜 計3回 午後7時15分～8時15分 場中央公園文化センター第一視聴覚室(十条台1-2-1)

師ダンスイングリッド 定10名(抽選) 費500円

申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、9月21日(水)(必着)まで

問先〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068 FAX(3905)6500

◆北経営塾「銀行はあなたの会社のココを見る!公開セミナー」

後援 北区 あなたの会社が金融機関から評価される方法や銀行取引の基本から経営に役立つ会計などを幅広くお伝えします。「金融機関からの融資は必要ない」と思っている方も決算書や利益に対する理解が深まります。また、毎回、「お役立ち税務情報」として節税、税務情報などについてもお伝えします。

対区内の経営者および幹部社員 日内9月27日(火)…どんな金融機関とお付き合いすればいいのか、決算書のツボ、税務情報

10月25日(火)…金融機関との取引を円滑にするには、利益を生み出す会計知識、税務情報

11月29日(火)…今後の融資と会社がすべきこと、決算書の新たな評価指標、税務情報

いずれも午後6時30分～8時30分 場北とぴあ8階807会議室 師ウィズ代表 橋本秀明氏 定20名程度(申込順)

費1回1名につき2,500円 ※全回参加6,000円 申各開催日の前日までに電話またはファクス(記入例参照。希望日、会社名、Eメールアドレスも記入)で申込

問先東京中小企業家同友会 ☎(3261)7201 FAX(3261)7202

記号の見方

対象

日

日時

会場

内容

講師

定員

費用

費用(記載のない場合は無料です)

申

申込方法

問

問い合わせ

先

申込先

HP

ホームページ

EM

メール

長生きするなら 北區が一番



高齢者インフルエンザ予防接種

区内在住で次の①②のいずれかに該当する方 ①昭和26年12月31日以前生まれで、接種日現在65歳以上の方 ②60歳から64歳で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重度の障害がある方 ※①の方には9月下旬に高齢者インフルエンザ予防接種予診票をお送りします。また、今年の11月、12月で65歳を迎える方には誕生日の前月末にお送りします。②の方は予診票を請求してください。なお、予防接種を受ける際には必ず予診票をお持ちください。

【接種期間】10月1日(土)～平成29年1月31日(火) 【接種回数】期間内1回

【接種方法】23区内の協力医療機関での接種：予診票及び健康保険証または後期高齢者医療被保険者証を持参し、医療機関で接種を受けてください。 ※協力医療機関には予防接種実施医療機関のポスターが掲示してあります。費用は北区内での接種と同額です。

23区外での接種：詳しくは、お問い合わせください。 費2千500円(接種を受ける医療機関でお支払いください) ※72歳以上の方(昭和20年3月31日以前に生まれた方)または接種対象者で生活保護などを受けている方は、自己負担金が免除されます。

健康推進課コールセンター (3908) 9034 (3908) 9016

北區高齢者いきいきサポーター登録説明会

ボランティア活動で地域を元気にしよう。

区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

介護予防で元気はつらつサロン

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

健康増進センターへるあKITA

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

シルバー人材センター

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

消費生活センター

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

健康情報

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分

対 区内在住で60歳以上の方 ①9月19日(祝) 午前10時～午後0時30分 ②9月22日(祝) 午後1時～2時30分

対 区内在住で65歳以上の方 ①10月4日(火) 午後2時～4時 ②19日(水) 午前10時～11時30分 ③29日(土) 午前10時～11時30分