

# ふれあい館の催し



- 申込開始日の指定がない申込順・抽選の事業は、4月1日(月)午前9時から、来館・電話で各館へ申し込んでください
- 費用の記載がない事業は無料です

## 町屋ふれあい館

☎(3800)2011

### ◆町屋倶楽部

☎4月2日・16日の(火) 時午後2時～3時 対50歳以上の方 人各15人(申込順) 内脳トレ、簡単な体操、輪投げ、ゲーム

### ◆メンズヨガ

☎4月28日(日) 時午後1時～2時 対18歳以上の男性(高校生は不可) 人15人(申込順)

## 荒木田ふれあい館

☎(3800)1981

### ◆ソーシャルダンス

☎4月14日(日) 時午後1時～3時 対65歳以上の方 人50人(申込順) 内フリーダンス 持ヒールカバー、手袋

### ◆介護者教室

☎4月27日(土) 時午後1時30分～3時 対中学生以上の方 人20人(申込順) 内車いすの移動・移乗介助

## 東日暮里ふれあい館

☎(3807)6383

### ◆選べるビーズアクセサリー講習会(初心者向け)

☎4月12日、5月10日、6月14日の(金)(全3回) 時午前10時30分～正午 対18歳以上の方(高校生は不可) 人6人(申込順) 料1500円

### ◆成人向け手芸講習会「華手まり」

☎4月17日(水) 時午前10時～午後3時 対18歳以上の方(高校生は不可) 人10人(申込順) 持裁縫道具、昼食 料700円 締4月9日(火)

### ◆えいごであそぼ「親子リトミック」

☎4月18日・25日、5月16日・30日、6月20日・27日の(木)(全6回) 時午前10時30分～11時15分 対1歳6か月以上の未就学児と保護者 人15人(申込順)

# 荒川区若者相談「わかっか」

学校や職場、家族、友達のこと等、どんな悩みでも社会福祉士等の専門員が話を伺います。

4月から受付時間を変更します

受付時間 (月)～(金) 午前～午後8時 ※祝等を除く

対象 区内在住で、おおむね15～39歳の方 ※相談無料。匿名でも可

相談方法 電話・電子メールで、相談内容を、荒川区若者相談「わかっか」 ☎0120(101)911

☐wakka@ml.city.arakawa.tokyo.jp

問合せ 児童青少年課青少年育成係 ☎内線3833

LINEでも相談できます

荒川区LINE公式アカウント(右の二次元コード)のメニュー画面で「子ども・若者相談」を選択してください。



## 児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく)

虐待を受けていると思われる子どもに関する相談を24時間・年中無休で受け付けます

## あらかわキッズ・マザーズコール24

☎0120(536)883

妊娠や育児に関する相談を24時間・年中無休で受け付けます



小児科の平日準夜間・休日診療

## 荒川区医師会こどもクリニック



- ▶(月)～(金) 午後7時～午後10時 ※受け付けは、午後6時30分～午後9時30分
- ▶(土) 午後5時～午後9時 ※受け付けは、午後4時45分～午後8時30分
- ▶(日)・(祝) 午前10時～午後1時、午後2時～午後9時 ※受け付けは、午前9時45分～午後8時30分

場所・問合せ 荒川区医師会館1階(西日暮里6-5-3) ☎(3893)1599

対象 15歳未満の救急患者(急な発熱等)

## 休日の医療機関

※健康保険証・公費負担の医療証を持参してください ※小児科は、荒川区医師会こどもクリニック(上記)でも診療しています ※当番の医療機関は変更になる場合があります

必ず電話して受診してください

【休日診療】 診療時間 ▶昼…午前10時～午後1時、午後2時～午後5時 ▶夜…午後5時～午後9時 ※夜間の受け付けは、午後8時30分まで 診療科目 ▶内=内科 ▶小=小児科 ▶外=外科 ▶婦=婦人科 ▶整=整形外科 ▶泌=泌尿器科 ▶皮=皮膚科

期日	昼	夜	科目	医療機関名	所在地	電話
4月6日(土)	○	○	内	町屋マークスタークリニック	荒川7-46-1	(6807)7415
	○	○	内	西にっぽり内科消化器クリニック	西日暮里5-11-8	(3805)8181
4月7日(日)	○	○	泌・皮	町屋にしかわ泌尿器科皮膚科	町屋3-9-12	(6458)2337
	○	○	整	西尾久リウマチ整形外科	西尾久8-27-6	(6807)7740
	○	○	内	東京日暮里たんのハートクリニック	東日暮里5-50-18	(3806)1810
	○	○	内・外	みかわしまタワークリニック	東日暮里6-1-1	(3806)1133

【休日診療(耳鼻咽喉科)】 診療時間 午前9時～午後5時

期日	医療機関名	所在地	電話
4月7日(日)	まちや耳鼻咽喉科クリニック	町屋3-9-12	(3800)1133

【休日調剤薬局】 開局時間 ▶昼…午前10時～午後5時 ※◆は午前9時～午後5時 ▶夜…午後5時～午後9時

期日	昼	夜	薬局名	所在地	電話
4月6日(土)	○	○	マークスター薬局	荒川7-46-1	(3895)1750
	○	○	あすか薬局西日暮里店	西日暮里5-11-8	(6806)5530
4月7日(日)	◆	○	アイセイ薬局町屋店	町屋3-9-12	(3895)6900
	○	○	西尾久あおい薬局	西尾久8-25-4	(5901)9818
	○	○	みつばち薬局	東日暮里6-1-1	(5604)9315
	○	○	ミキ薬局日暮里店	西日暮里2-20-1	(5850)3903

【休日歯科診療】 診療時間 午前9時～午後4時(電話受け付け)

期日	医療機関名	所在地	電話
4月7日(日)	三浦歯科	南千住6-48-20	(3807)7274

問合せ ●荒川区医師会 ☎(3893)2331  
 ●荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601  
 ●荒川区薬剤師会 ☎(3819)0550  
 ●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ☎(5272)0303  
 ●東京消防庁救急相談センター<24時間> (救急車を呼ぶか迷ったときの相談もできます) ☎#7119

日曜日柔道整復施術 施術時間 午前9時～午後7時

期日	施術所名	所在地	電話
4月7日(日)	浅川接骨院	西日暮里3-17-11	(3822)4970

# はっらっ脳力アップ教室

運動や脳トレ、創作活動等を通して頭と身体を鍛え、仲間とともに健康づくりを行う教室です。

- 期間 5月～10月(全18回) ※週1回程度
- 対象 区内在住で、要支援・要介護の認定を受けていない、おおむね65歳以上の方
- 費用 無料 ※創作活動時のみ300円
- 締切り 4月22日(月) ※1人1会場に限る
- 申込み 来所・電話・荒川区ホームページで、区役所2階高齢者福祉課介護予防事業係 ☎(3802)4034

会場	曜日	初回日	時間	定員(抽選)
夕やけこやけふれあい館	(金)	5月17日(金)	午前9時45分～11時45分	各14人
南千住駅前ふれあい館	(火)	5月21日(火)		
尾久ふれあい館	(水)	5月22日(水)	午後1時～3時	20人
荒木田ふれあい館	(木)	5月23日(木)		
峡田ふれあい館		5月30日(木)	午前9時45分～11時45分	10人

## 4月 CATV マイチャンネルあらかわ

## 番組案内

地デジ11ch

(番組内容は変更になる場合があります)

番組	1日月～7日(日)	8日月～14日(日)	15日月～21日(日)	22日月～28日(日)	29日祝・30日(火)
▶ <b>こんにちは荒川区</b> (午前9時、正午、午後6時・9時から各57分) ▶ウィークリーニュース ▶区からのお知らせ ▶休日の医療機関 ▶荒川こころぽん体操 特…特集 対…荒川区行政ナビ 手…手話付き放送	1日月～7日(日)	8日月～14日(日)	15日月～21日(日)	22日月～28日(日)	29日祝・30日(火)
▶ <b>あらかわ情報スクエア</b> (午後4時・7時から各57分) ▶区からのお知らせ ▶映像ピックアップ	1日月～7日(日)	8日月～14日(日)	15日月～21日(日)	22日月～28日(日)	29日祝・30日(火)
その他の番組	▶ <b>あらまるNEXT</b> (区内情報番組) 放送時間 毎日午前6時・8時30分、午後1時30分から ▶ <b>あらぶんちょ!</b> (荒川区・文京区・千代田区内の地域情報番組) 放送時間 毎日午前11時、午後2時・5時から				

ケーブルテレビの申込み・問合せ  
 ▶東京ケーブルネットワーク荒川サービスステーション ☎0800(123)2600  
 ▶荒川ケーブルテレビ ☎(3894)3888

日(期) 時間 所(場) 場(所) 対(対) 対(象) 人(定) 員 内(容) 講(講) 講(師) 持(持) 持(物) 費(費) 用 締(締) 締(め) 切(り) 申(申) 申(込) 込(手) 申(込) 込(先) 問(問) 問(い) 問(合) 合(せ) 先 電(電) 子(子) メール(メール) ア(アド) ド(ド) レ(レ) ス HP(HP) ホーム(ホーム) ペ(ペ) ー(ー) ジ(ジ) ア(アド) ド(ド) レ(レ) ス