

あらかわ

情報の森

費用の記載がない事業は無料です。原則、全〇回は全日程の参加が必要です

①事業・イベント名

②〒住所※

③氏名(ふりがな)

④電話番号

⑤以降にその他の必要事項(各記事に明示)

はがき・ファクス・電子メール等の記入事項

●往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入

●電子メールは、件名に事業・イベント名を入力

●指定がない限り、申し込みは1人(1組)1枚

●宛先は、各記事の申し込み先へ

※区内在勤・在学の方は、②で勤務先(住所)・学校名を記入してください

お知らせ

ゆいの森あらかわが休館

日10月5日(月)～9日(金)

内特別整理

問ゆいの森あらかわ

☎(3891)4349

サンパール荒川が休館

日11月17日(火)

内設備点検

問サンパール荒川

☎(3806)6531

南千住駅前・汐入ふれあい館が休館

日・所▶12月6日(日)…南千住駅前ふれあい館

▶12月13日(日)…汐入ふれあい館

内設備点検等

問▶南千住駅前ふれあい館

☎(3803)0571

▶汐入ふれあい館

☎(3806)9928

暮らし

司法書士・弁護士による終活相談

◆司法書士による終活相談

日10月6日(火)・21日(水)

時午後2時～4時

人各2人

◆弁護士による終活相談

日10月9日(金)

時午後1時～5時

人4人

※申込順

所荒川区社会福祉協議会

締各開催日の前日

申電話・ファクス・電子メールで、4面上段を参照し①～④の記入事項を、あんしんサポートあらかわ(荒川区社会福祉協議会内)

☎(3802)3396

FAX(3891)5290

✉koukensoudan@arakawa-shakyo.or.jp

司法書士による相続・遺言・空き家問題無料相談会

日10月5日(月)

時午後6時30分～8時30分

所サンパール荒川4階第2集会室

締10月2日(金)

申電話で、東京司法書士会北・荒川支部・本間

☎090(8175)1175

※(土)・(日)・祝等を除く、午前10時～午後5時

子育て・教育

乳幼児・子ども・高校生等医療証を更新

淡いオレンジ色の乳幼児・子ども・高校生等医療証(乳・⑦・⑧医療証)は、9月30日(水)で有効期間が終了し、10月1日(木)から淡い緑色の医療証に更新します。新しい医療証は、9月30日(水)までに送付します。届かない場合は、お問い合わせください。

問子育て支援課子育て給付係

☎(3802)3893

都立産技高専オープンカレッジ

◆自己PRに役立つ理系中学生のための自分発見講座

日11月7日(土)

対中学3年生

人10人

¥3800円

締10月19日(月)

◆多様性のある社会を支える工学技術の未来

日12月20日(日)

対18歳以上の方

人20人

¥1200円

締12月3日(木)

※抽選

時午前10時～正午

所東京都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス

申はがき・下記ホームページで、4面上段を参照し①～④の記入事項と⑤年齢(学生の場合は学校名・学年も)⑥電子メールアドレスを、

〒116-8523荒川区南千住8-17-1東京都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス

☎(3801)0145

HPhttps://www.metro-cit.ac.jp

多摩の森自然体験ツアー檜原村

日10月31日(出)

時午前7時30分～午後6時

集合・解散J R東京駅付近

所都民の森(東京都西多摩郡檜原村)

対区内在住・在学の小学生と保護者

※1グループ3人まで

人8人(抽選)

※ほかの7区で各8人募集

内山道ハイキング、スギ・ヒノキ等を使ったリース作り

¥2500円(1人。昼食付き)

申9月29日(火)～10月13日(火)に電話・下記ホームページで、株式会社日本旅行(「令和8年度多摩の森自然体験ツアー」デスク)

☎080(7017)7664

※(土)・(日)・祝等を除く、午前9時45分～午後5時45分

HPhttps://tamanomori-tour.com/

高齢者

リズムアップ体操

日10月16日(金)

時午後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35人(申込順)

内指先を使った脳トレ等

時タオル

申来所・電話・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

☎(3802)1666

✉ara-online@foryou.or.jp

噛んで飲みこんで一生おいしく!

日10月20日・27日(火)(全2回)

時午後2時～4時

所尾久ふれあい館4階レクホール

対区内在住・在勤で、おおむね65歳以上の方

人30人(申込順)

内健康を支える食生活、口腔ケア、フレイル予防

時飲み物、室内履き

申9月24日(木)から来所・電話で、区役所2階高齢者福祉課介護予防事業係

☎(3802)4164

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10月31日(出)で、サービスの継続を希望する方

申8月末に送付した申請書を持参・郵送で、できるだけ9月中に〒116-8501(住所不要)荒川区役所2階介護保険課介護認定係

☎内線2433

認知症介護者交流サロン

日10月3日(出)

時午後1時～3時

所荒川山吹ふれあい館2階会議室

申電話・ファクスで、4面上段を参照し①・③・④の記入事項を、銀の杖(荒川区認知症の人を支える家族の会)・江口

☎・FAX(3800)3346

障がいのある方

荒川区手をつなぐ親の会70周年記念講演会

日10月10日(出)

時午前10時～午後0時30分

所サンパール荒川5階第7集会室

人100人(申込順)

内講演、キャラバン隊による疑似体験型ワークショップ

講一般社団法人全国手をつなぐ育成会連合会常務理事・又村あい氏

申9月21日(祝)～30日(火)に電子メールで、4面上段を参照し①・③・④の記入事項と⑤所属名⑥参加人数(③は参加者全員分、⑤は所属している方のみ)を、荒川区手をつなぐ親の会

✉arakawa.oyanokai@gmail.com

9月24日～30日は

結核・呼吸器感染症予防週間

非結核性抗酸菌症啓発週間

この期間中は感染症から自身と大切な人を守るため呼吸器疾患について知り、予防を心がけましょう。

相談・問合せ 保健予防課感染症予防係 ☎(3802)4243

結核

令和の日本にも結核はあります

患者のせき・くしゃみに含まれる結核菌を吸い込むことで感染する病気です。初期症状はせき・たん、微熱等で特徴的な症状がないため、発見が遅れることがあります。

早期発見

胸部エックス線検査で発病の有無を調べることができます。年に1回、胸部エックス線検査を受けましょう。せき等の症状が2週間以上続くときには、早めに医療機関を受診しましょう。

呼吸器感染症

正しく知ろう、呼吸器感染症のコト

インフルエンザや新型コロナウイルス等、呼吸器感染症の多くは、せき・くしゃみに含まれる病原体を吸い込むことで感染する病気です。

予防

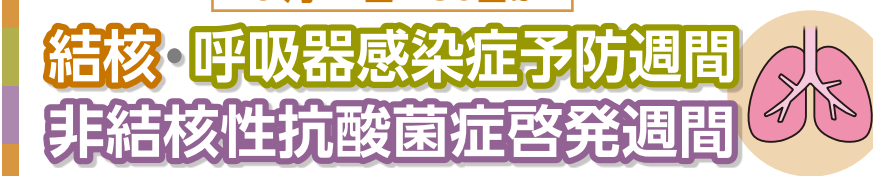
手洗い・換気等が感染予防の基本です。帰宅時や食事前は、流水とせっけんて手を洗い、手の清潔を保ちましょう。せき・くしゃみをするときは、ティッシュやマスク等で口と鼻を覆いましょう。

非結核性抗酸菌症(NTM症) 長引くせきにNTM症という視点を

非結核性抗酸菌(NTM)は、結核菌・らい菌を除いた約200種類ある抗酸菌の総称で、土・水等身近な環境中に広く存在する菌です。肺への感染が最も多く、高齢者を中心に患者数は増加傾向にあります。長引くせき・たん、疲れやすさ、発熱、体重減少等の症状が現れることがあります。

重症化予防

気になる症状があるときには、早めに医療機関を受診しましょう。



この期間中は感染症から自身と大切な人を守るため呼吸器疾患について知り、予防を心がけましょう。

相談・問合せ 保健予防課感染症予防係 ☎(3802)4243

結核

令和の日本にも結核はあります

患者のせき・くしゃみに含まれる結核菌を吸い込むことで感染する病気です。初期症状はせき・たん、微熱等で特徴的な症状がないため、発見が遅れることがあります。

早期発見

胸部エックス線検査で発病の有無を調べることができます。年に1回、胸部エックス線検査を受けましょう。せき等の症状が2週間以上続くときには、早めに医療機関を受診しましょう。

呼吸器感染症

正しく知ろう、呼吸器感染症のコト

インフルエンザや新型コロナウイルス等、呼吸器感染症の多くは、せき・くしゃみに含まれる病原体を吸い込むことで感染する病気です。

予防

手洗い・換気等が感染予防の基本です。帰宅時や食事前は、流水とせっけんて手を洗い、手の清潔を保ちましょう。せき・くしゃみをするときは、ティッシュやマスク等で口と鼻を覆いましょう。

非結核性抗酸菌症(NTM症) 長引くせきにNTM症という視点を

非結核性抗酸菌(NTM)は、結核菌・らい菌を除いた約200種類ある抗酸菌の総称で、土・水等身近な環境中に広く存在する菌です。肺への感染が最も多く、高齢者を中心に患者数は増加傾向にあります。長引くせき・たん、疲れやすさ、発熱、体重減少等の症状が現れることがあります。

重症化予防

気になる症状があるときには、早めに医療機関を受診しましょう。