

(6面からの続き)

荏谷・羽田

〒144-0033 東荏谷1-21-15
☎3743-4161 FAX3742-3116

□から始める健康講座 HP

誤えん性肺炎予防の話と軽い体操
☎65歳以上の方
📅10月21日(金)、午後2時30分～4時
🏠大森中老人いこいの家
📍当日会場へ

妊娠、授乳期の食事と離乳食 HP

食事の話と離乳食実習
☎妊娠中の方
📅11月1日(火)、午後1時30分～3時45分
🕒先着20名
📞10月3日から電話で

乳幼児救急蘇生法講習会

☎乳幼児の保護者(お子さん同伴可)
📅11月16日(水)、午前10時～11時30分
🏠萩中集会所 🕒先着30名 📞電話で

シニア世代の食生活講座 HP

安い材料で栄養価が高い食事の工夫
☎65歳以上の方
📅11月16日(水)、午前10時～正午
🕒先着25名
📞10月3日から電話で

ハッピーママ ～お子さんの困った行動への対応を学ぶ～ (2日制) HP

☎1歳3か月～おおむね2歳のお子さん
がいる母親
📅11月18日、12月2日。午前10時～
11時30分
🕒先着15名
📞10月3日から電話で。保育(未就学
児先着15名)

攻める!美活! ～美力アップは健康から～ (2日制) HP

☎40代までの方
📅11月30日、12月7日。午前9時～正午
🕒先着25名
📞10月3日から電話で。保育(未就学
児先着20名)

ママのクッキングスクールHP

食事の話と調理実習
☎未就学児の母親
📅11月22日(火)、午前10時～正午
費500円 🕒先着20名
📞10月3日から電話で。保育(1歳以上の未就
学児先着20名)



健康便り

検診はお済みですか HP

☎①39歳以下基本健康診査=区内在住の
18～39歳の方②眼科(緑内障等)検診=区
内在住の45・50・55・60・65歳の方
※平成28年度の誕生日における年齢
●受診期限 12月31日
費①1,400円②500円
📞実施医療機関へ直接申し込み
🏠健康づくり課成人保健担当
☎5744-1265 FAX5744-1523

B型肝炎定期予防接種 HP

☎平成28年4月1日以降に生まれた方
📞対象の方へ9月下旬に郵送した予診票
を10月1日以降指定医療機関へ持参
🏠感染症対策課感染症対策担当
☎5744-1263 FAX5744-1524

周産期医療講演会 お母さんの中の小さな宇宙 HP

📅10月22日(土)、午後2時～3時30分
●講師 産婦人科教授 中田雅彦
🏠区役所本庁舎2階 🕒先着100名
📞当日会場へ。保育(1歳6か月以上の
未就学児先着20名) 希望は、10月3～
14日に問合先へ電話
🏠健康医療政策課地域医療政策担当
☎5744-1264 FAX5744-1523

尿もれ予防教室 講義と運動実習(2日制) HP

☎次のすべてに該当する区内在住の方
①要介護認定を受けていない②医師など
に運動を制限されていない③2日とも参
加できる
📅10月13日、11月10日。午前10時～
11時30分
🏠入新井集会所 🕒先着30名
📞問合先へ電話予約
🏠大森地域福祉課高齢者地域支援担当
☎5764-0658 FAX5764-0659

認知症予防 室内ウォーク(3日制) HP

☎次のすべてに該当する区内在住の方
①65歳以上②自分で会場まで通える
③医師などに運動を制限されていない
📅10月17日、11月21日、12月19日。
午後2時～3時
🏠大田文化の森 🕒先着60名
📞問合先へ電話予約(上履き、飲み物持
参)
🏠高齢福祉課総合事業担当
☎5744-1624 FAX5744-1522

薬事無料相談

10月17～23日の「薬と健康の週間」
に合わせて実施します。大田区薬剤師会
か蒲田薬剤師会に加盟の薬局へご相談を。
🏠健康医療政策課地域医療政策担当
☎5744-1264 FAX5744-1523

みる・きく・まなぶ

区民のひろば

◆サロンスタイルでおもてなしにふ
さわしいケーキ、デザートを学ぶ会
10月7日(金)午後1時から、大森駅近
くの会場で。先着6名。電話で☎柴崎
☎3775-0560
◆ママも子どもも笑顔になれるコー
チング
幼児～小学校低学年の子の保護者。
子ども同伴不可。10月11・25日、
11月8・22日、12月6日、午前10時
～11時30分、こらば大森で。10月
5日までに電話で☎6,000円(5回)
先着15名☎福井☎080-6785-
5677
◆太極拳文化の森
「楊名時健康太極拳」
10月11・18・25日、午後7時～8時
30分、入新井第二小学校で。先着20
名、当日会場へ☎3753-4017 國分
◆60代～英会話が初めての方の為の
無料体験会
10月12・26日午後1時～2時、エセ
ナおおたで。先着各12名。電話で☎
古橋☎070-3816-2697
◆アクアピクス無料体験
10月13・20・27日、午後6時～7時
30分、東調布公園プールで。電話で
☎宮本☎090-4961-5607
◆不動産無料相談会
不動産コンサルタントなどが相談を
受けます。10月13日(木)午前10時30
分～午後4時、区役所本庁舎1階で。
先着60名。当日会場へ☎6805-
1934 東京都不動産コンサルティ
ング協会
◆中高年の初級英会話講習会
10月13日(木)①午後3時30分～4時
30分②午後6時～7時、消費者生活
センターで。抽選で各5名。電話で
☎1,000円(1回) ☎中島☎090-
3576-3281
◆はじめての詩吟体験会
10月15日(土)午前9時～正午、大田区
民プラザで。電話で☎土屋☎3729-
0377
◆都内23区一斉無料法律相談会
10月15日(土)午前10時～午後1時、区

役所本庁舎2階と蒲田法律相談セン
ターで。先着36名。10月14日午前
10時～午後4時に電話で☎東京弁護
士会申込専用電話☎3504-9250
◆ストレッチ&簡単ダンス体験会
10月16・30日、午後2時～3時、萩
中集会所で。先着各10名。電話で☎
500円(1回) ☎藤田☎090-3905-
5991
◆司法書士による日曜無料法律相談会
登記、相続、遺言、借地借家、債務
整理、成年後見など。10月16日(日)午
後1時30分～4時30分、消費者生活
センターで。☎10月3～6日午前10
時～午後3時に申込専用電話☎3737-
8810へ。問い合わせは東京司法書
士会大田支部☎6424-9177
◆分譲マンション居住者による維持
管理などの情報交換会
10月16日、12月18日、2月19日、
午後1時30分から、大田区民セン
ターで。当日会場へ☎500円(1
回) ☎3753-3842 峯
◆マンション管理無料セミナー
10月16日(日)午後1時30分～3時30
分、消費者生活センターで。先着20
名。電話かファックスで☎東京都マ
ンション管理士会大田支部☎6319-
0806 FAX3762-1162
◆行政書士による無料相談会
相続、遺言、成年後見、会社設立、
許認可申請、外国人の在留・帰化な
ど。10月17日(月)午前10時～午後4
時、区役所本庁舎2階で。当日会場へ
☎3734-0491 東京都行政書士会大
田支部
◆明朗麻雀初心者教室
①10月15日～11月26日の土曜②
10月17日～11月28日の月曜、大
田文化の森で。③10月28日～11月
30日の水・金曜、大森東地域セン
ターで。午後1時～5時。はがき(〒住
所、氏名、電話番号)で☎3,000円☎
〒143-0011 大森本町1-8-12-
E505 大田区明朗麻雀協議会・梅谷☎
3768-7713
◆はじめてのパソコン

パソコン(Windows7、8.1、10)
持参。10月17・31日、11月7・14
日、午前10時～正午、洗足池図書館
で。先着10名。往復はがき(〒住
所、氏名、電話番号、パソコン
(Windows)の番号)で。10月10
日消印有効 費4,000円(4回、テキ
スト代別) ☎〒145-0072 田園調布
本町7-8 奈良☎3721-7435
◆50歳からの脳トレ英会話体験会
10月17・31日、午後1時～1時45
分、消費者生活センターで。先着各
5名。電話で☎500円(1回) ☎伊東
☎080-1520-8481
◆太極拳全般無料体験
10月18日(火)午前10時～正午、矢
口区民センターで。当日会場へ☎
3750-1090 松尾
◆秋のフラワーアレンジメント体験会
10月18日(火)午後2時から、消費者生
活センターで。先着10名。電話で☎
2,500円☎谷田川☎080-1176-
1781
◆ドレミ教室カラオケ発表会
10月24日(月)午後0時30分～4時、
大田区民プラザで。当日会場へ☎
3752-1715 八代
◆初めてフラ体験教室
10月25日(火)午前10時～11時、大鳥
居駅近くの会場で。電話で☎山田☎
090-2566-1253
◆フラワーアレンジメント体験教室
「秋の豪華アレンジ」
10月27・28日、午後2時30分～
4時、洗足池図書館で。電話で☎
2,500円(1回) ☎竹内☎090-
6004-2505
◆クラウン少女合唱団定期演奏会
10月29日(土)午後5時開演、大田区民
プラザで。当日会場へ☎2,000円、
小学生以下1,000円☎080-1226-
9270 クラウン少女合唱団
◆イキイキダンスうんどう甲子園
3世代交流と健康維持増進を目指す
新形式のダンス競技会 10月29日(土)
午前9時30分～午後4時40分、池上
会館で。電話で☎3,000円☎中井☎

区民のひろば凡例 ☎=参加費など ☎=申込先か問合先
※費用の記載がないものは原則無料

●掲載申し込み=催し名、サークル名、日時、場所、講師名、費用、問合
先の氏名・〒住所・電話番号を明記し、〒144-8621 大田区役所広聴広報
課「区民のひろば」係へ
●締切=掲載月2か月前の15日必着
●開催日や申込締切日が1～9日までのものは開催前月の1日号、10日以降の
ものは開催月1日号に掲載します。●掲載できないもの①営利目的や売名目
的、講師が主催する教室と認められるもの②政治・宗教関係③同一の人物か
団体で、前回の掲載から6か月経過していない催しなど。●掲載の催しは区
の主催ではありません。ご自身の責任で参加してください。紙面の都合です
べてを掲載できない場合があります。
3773-7191
◆彩風会水彩展
10月29日～11月2日、午前10時～
午後5時(29日は午後1時から。2
日は午後4時まで)、大田区民プラザ
で。当日会場へ☎3751-1273 塚越
◆佐伯栄養専門学校食育祭
10月30日(日)午前10時～午後3時、
佐伯栄養専門学校で。当日会場へ☎
5711-7088 佐伯栄養専門学校
◆まごめ共同保育所バザーまつり
10月30日(日)午前10時～午後4時、
立正学園中学高校で。当日会場へ☎
3771-1969 会澤
◆年金・生前贈与・遺言書セミナー
& 税理士・社労士・行政書士無料相
談会
10月30日(日)午後1時～5時、萩中
集会所で。電話で☎滑川☎080-
5025-8539
◆新しい一歩・タブレット!
「これからの楽しむ暮らし」へ
タブレット貸出可(4回1,200円)。
11月2・9・23・30日①午前10時～
正午②午後2時～4時、micsおおた
で。先着各10名。10月18日までに
電話で☎4,000円(4回、テキスト代
別) ☎中島☎090-9380-4371
◆デジカメ入門講座(4日制)
11月10・17・24日、12月1日、午
前9時30分～11時30分、消費者生活
センターで。先着20名。往復はがき
(講座名、氏名、〒住所、年齢、電
話番号)で。10月31日必着☎2,000
円(4回) ☎〒146-0095 多摩川1
-34-2 高尾☎3759-1552
◆大田区華道茶道文化協会
「秋の茶会」
11月13日(日)午前10時～午後3時、池
上梅園。先着300名。10月31日ま
でに電話で☎3,500円☎岡☎090-
8032-9163
◆区民グラウンド・ゴルフ親睦交流
大会
区内在住・在勤、区内クラブ。11
月24日(日)午前9時30分～午後3時、
平和島公園野球場で。個人=往復は
がき(〒住所、氏名、年齢、電話番号)
で。団体=電話で。10月20日
必着☎500円☎〒146-0081 仲池
上1-1-22-2-304 松本☎5748-
0326
◆第10回次世代につなぐ大田区民・
東御市民童謡唱歌交流広場
休養村とうぶに1泊、長野県東御市
民と童謡・唱歌を歌い交流。
①事前練習と説明会=11月16・24
日、午後6時30分～9時、エセナお
おたで②交流会=11月26・27日、
休養村とうぶで。先着40名。往復
はがきかファクシミリ(〒住所、氏
名、電話、年齢、性別)で。11月9
日必着☎23,000円(説明会、1泊4
食、バス代など) ☎〒143-0016
大森北1-26-10-203 北岡☎FAX
3768-5048