

女性のための「ココロと体の健康セミナー」

5/28(日)

自律神経から心身のバランスを整える

ストレスや生理など、女性特有の心と体の「波」による不調をそのままにしていますか。自律神経を整えることで自分の心と体のバランスを調整し、毎日イキイキと暮らすヒントを学びましょう。

時 5月28日(日) 午前10時～正午

場 男女共同参画推進センター 3階第1・2研修室 女性30人(抽選) 費 無料 師 澤田忍

ふれあいサービス協力会員募集

家事・介護、産前産後やちよっととした困りごとのお手伝い

ふれあいサービスは、高齢の方や障害のある方、産前産後の世帯など援助が必要な方を対象に、家事や介護のお手伝いをしてくれる協力会員(有償ボランティア)を募集しています。現在、サービスのご利用を希望される方が増えています。ぜひ協力会員としてご登録いただき、

○活動内容および謝礼金
○家事援助サービス(食事の支度・洗濯・掃除・買物代行など) 1時間700円または840円
○介護サービス(車いす・外出等の介助、乳幼児介助など)

津田沼心理カウンセリング RENEW心理セラピスト・看護師

幼児(1歳6か月)〜就学前 10人程度(無料・申込時要予約)

時 5月10日(水) 必着

申 電話、窓口またはファクス、はがきに①講座名②氏名・ふりがな③生まれ年④郵便番号・住所⑤電話番号⑥ファクス番号⑦1時間840円または1,050円

○ちよこっとサービス(電池や電球の交換・体調不良時の買物代行等) 1回500円(30分以内)

「登録説明会」時 5月17日(水) 午後1時半〜4時 場 高齢者総合福祉センター(東陽6-1-2)

男女共同参画活動団体の方は団体名⑧保育希望の有無(希望の場合は⑨お子さんの氏名・ふりがな⑩生年月日⑪性別⑫さくらんぼ保育室利用経験の有無)を記入し、〒135-0011扇橋3-22-1(パルシティ江東内) 男女共同参画推進センターへ※区ホームページからも申込できます。

☎(5683)0341 FAX(5683)0340

男女共同参画推進センター

いつ働く? どう働く? お仕事復帰プラン講座

結婚や出産を機に仕事を辞めたけれど、仕事に復帰したいと思っている方必見! 再就職にあたり、自分や家族のライフプランの作成やワークを通して、自分に合った再就職のタイミングや働き方を考えます。

時 5月30日(火) 午前10時～正午 場 男女共同参画推進センター 13階第1・2研修室 主 20代から40代の女性30人(抽選) 費 無料 師 桑田真理子(キャリアカウンセラー) 保 幼児(1歳6か月)〜就学前 10人程度(無料・申込時要予約)

時 5月14日(日) 必着

申 電話、窓口またはファクス、はがきに①講座名②氏名・ふりがな③生まれ年④郵便番号・住所⑤電話番号⑥ファクス番号⑦男女共同参画活動団体の方は団体名⑧保育希望の有無(希望の場合は⑨お子さんの氏名・ふりがな⑩生年月日⑪性別⑫さくらんぼ保育室利用経験の有無)を記入し、〒135-0011扇橋3-22-1(パルシティ江東内) 男女共同参画推進センターへ※区ホームページからも申込できます。

☎(5683)0341 FAX(5683)0340

シェン先生のおもてなし英会話

レッスン「訳せない日本語①」

Hi everyone! 国際交流員のシェンです。新年度もよろしくお願ひします。さて、私も今使ったこの「よろしくお願ひします」ですが、直訳がない日本語として有名です。では、なんと伝えたいのでしょうか。

- 初対面の人と会ったとき: Nice to meet you (ナイス・トゥ・ミート・ユウ)
- 仕事などでお客様、取引相手、同僚等と交わす最初の挨拶: I look forward to working with you (アイ・ルック・フォーワー・トゥ・ウアーキン・ウィズ・ユウ)
- 物事を頼むとき: Thank you in advance (センキュー・イン・アドヴァンス)

[Look forward to]には「楽しみにしています」という意味があります。そして困ったときは「Thank you」だけでもさまざまなシチュエーションをカバーできます。メールの最後に添える「よろしくお願ひします」も「Thank you」で代用できます

○オリンピック・パラリンピック開催準備課 ☎3647-5513、FAX3699-8771



凡例 時日時 場所 集集合 人対象・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 縮縮切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール

| 5月の健康相談等 | | 対象住所 | 対象者 | 対象者には個別に郵送でご案内します | 備考 |
|----------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 一般精神保健相談 | 12(金)・25(木) 13:30~15:30 | 10(水)・26(金) 13:30~15:30 | 2(火) 14:00~16:00 | 12(金) 13:30~15:30 | ○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診断受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診断を受けてください。 |
| 思春期精神保健相談 | 11(木)・23(火) 14:00~15:30 | 10(水) 14:00~15:30 | 17(水) 14:00~16:00 | 23(火) 9:30~11:00 | |
| 子育て相談 | 19(金) 13:30~15:30 | 19(金) 13:30~15:30 | 26(金) 13:30~15:30 | 26(金) 13:30~15:30 | |
| 酒害相談 | 12(金)・19(金) 13:30~15:30 | 9(火)・31(水) 14:00~16:00 | 10(水)・17(水) 14:00~16:00 | 19(金) 14:00~16:00 | |
| 高齢者精神保健相談 | 今回の予定はありません | 今回の予定はありません | 偶数月に実施 | 19(金) 13:30~15:30 | |
| 難病療養相談 | 8(月) 13:30~15:00 | 25(木) 13:30~15:30 | 11(木) 13:30~15:00 | 偶数月に実施 | |
| 栄養相談 | 8(月)・22(月) 9:00~15:30 | 8(月)・22(月) 9:00~15:30 | 11(木)・24(水) 9:00~15:30 | 16(火)・19(金) 9:00~15:30 | |
| 両親学級(平日版) | 12(金)・19(金)・26(金) 13:30~16:00 | 12(金)・19(金)・26(金) 13:30~16:00 | 12(金)・19(金)・26(金) 13:30~16:00 | 10(水)・17(水)・24(水) 13:30~16:00 | |
| 両親学級(休日版) 往復はがきで申込 下欄※3を参照 | 6/10(土)13:30~16:30 平成29年9~10月 出産予定の方 | 6/17(土)9:00~12:00 平成29年9~10月 出産予定の方 | 今回新たな募集はありません | 6/3(土)13:15~16:00 平成29年8~10月 出産予定の方 | |
| 4か月児健康診査 | (個別通知制) 2(火)・9(火)・17(水)・23(火) | 11(木)・18(木)・24(水) | 9(火)・17(水)・23(火) | 8(月)・23(火) | |
| 育児学級 | 9~10か月児の保護者 | 17(水)9:30 | 10(水)9:30~11:30 | 11(木)9:30 | |
| | 1歳6か月~2歳児の保護者 | 24(水)9:30 | 17(水)9:30~11:30 | 24(水)9:30 | |
| 3歳児健康診査 | 満3歳になったお子さん (個別通知制) | 10(水)・16(火)・24(水) | 10(水)・17(水)・25(木) | 10(水)・16(火)・24(水) | |
| 1歳児・2歳児歯科相談 | 平成27・28年4月生まれ | | | 9(火)・22(月) | |

●食の安全については、食の安全係 ☎3647-5812 ●シックハウスについては、シックハウス相談窓口 ☎3647-5862 ●上記以外の医療については、医療相談窓口 ☎3647-5870へご相談ください。

江東区コミュニティ活動支援サイト <http://kotocommu.net/> [携帯電話から] <http://genki365.net/gnkk22/>

地域で活動する団体のイベント・活動情報などが集まるポータルサイトです。情報収集・発信の場としてご利用下さい。

※右記の二次元コードからも入れます 問 区民協働推進担当 ☎3647-8570 (FAX3647-8441)

