

### 申込記入例

- ① 催し名・コース
- ② 郵便番号・住所
- ③ 氏名(ふりがな)
- ④ 年齢
- ⑤ 電話・FAX番号

往復はがきの場合は返信用の宛名面にも郵便番号・住所・氏名を記入

- ※原則①～⑤を全て記入
- ※区内在勤・在学の場合は③勤務先(所在地)・学校名を記入
- ※記事内に指定がある場合は⑦その他記載事項を記入
- ※原則1人1枚

#### 申込先に住所がない場合の宛先

〒173-8501 板橋区役所(住所記入不要)  
〇〇〇課〇〇〇係

## 講座

### 医療的ケアセミナー

▶**とき**＝3月3日(月)～24日(月) ▶**内容**＝講義「医療的ケア児等コーディネーターの取組」※動画配信 ▶**講師**＝東京都北区医療的ケア児コーディネーター 藤井圭子 ▶**対象**＝医療的ケア支援従事者・これから医療的ケア事業への従事を考えている方・区内医療的ケア児コーディネーター ▶**申込**＝2月22日(土)～3月18日(火)に(編)東京援護協会ホームページ ▶**問**＝障がい者福祉センター ☎6906-5721 ☎3550-3410(日曜休み)

### 1 (あい)サロン

参加者のみなさんで気軽におしゃべりします。仲間づくりの場としてもご利用ください。  
▶**とき**＝3月4日(火)14時～16時 ▶**ところ**＝グリーンホール504会議室※当日、直接会場へ。  
▶**テーマ**＝介護する覚悟・される覚悟 ▶**問**＝男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

### (一社)板橋産業連合会の講座

#### ノーコード基本講座

▶**とき**＝3月17日(月)・18日(火)、2日制、18時～21時 ▶**内容**＝キントーンの使用法 ▶**対象**＝区内在住・在勤の会社員で、Windows・Excelの基本操作ができる方 ▶**定員**＝15人(抽選) ▶**申込**＝3月7日(金)まで、(一社)板橋産業連合会ホームページ

#### コミュニケーション実践セミナー

▶**とき**＝3月19日(水)14時～17時 ▶**対象**＝区内在住・在勤の会社員 ▶**定員**＝40人(申込順) ▶**申込**＝2月22日(土)から、(一社)板橋産業連合会ホームページ

#### 【いずれも】

▶**ところ**＝板橋産連会館(仲宿54-10) ▶**講師**＝(株)インソース専任講師 ▶**問**＝同連合会 ☎3962-0131、板橋区産業振興課工業振興係 ☎3579-2193

# 3月1日～8日は女性の健康週間 女性の健康を応援します

女性は、生涯を通じてホルモンバランスが大きく変動するため、自分の体と向き合って上手につきあうことが大切です。また、各年代で心配な病気・健康管理方法が変化します。区では、女性の健康を応援する様々な事業を行っています(表1参照)。

表1 事業案内

事業名	内容
保健師による女性の健康相談	女性の健康に関する相談
婦人科医による専門相談(予約制)	月経・婦人科系の病気・更年期・妊娠・避妊・不妊などの相談
女性健康セミナー	女性の健康に関する講座・動画配信
尿もれ予防体操教室	骨盤底筋体操教室の開催
体験者の会	乳がん体験者の会・子宮がん体験者の会・甲状腺の病気を体験した方の会

問合 女性健康支援センター ☎3579-2306

### 読み聞かせ講座

▶**とき**＝3月20日(祝)14時～16時 ▶**内容**＝絵本の読み聞かせのコツ・絵本の選び方など ▶**講師**＝絵本専門士 山本美恵子 ▶**定員**＝30人(申込順) ▶**ところ・申込・問**＝3月2日(日)朝9時から、直接または電話で、小茂根図書館 ☎3554-8801(第3月曜・月末日休館)

### 津々浦々を旅する史跡

▶**とき**＝4月12日(土)10時～12時 ▶**ところ**＝郷土資料館 ▶**内容**＝講義「国史跡「陸軍板橋火薬製造所跡」と日本・世界との歴史」 ▶**定員**＝40人(抽選) ▶**申込・問**＝3月31日(消印有効)まで、往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、生涯学習課文化財係 ☎3579-2636 ※申込記入例参照

## 健康ガイド

※申込開始日の明示がないものは火曜朝9時から受付

### 胃・肺がん検診

▶**とき・ところ・定員**＝表2参照 ▶**検診受付時間**＝受診券で指定した時間  
▶**内容**  
●**胃がん検診**…胃部X線(バリウム)検査※妊娠中の方・胃の手術経験がある方などは受診不可※誤嚥の可能性のある方などは、問診の結果、受診できない場合あり。  
●**肺がん検診**…胸部X線検査※要件に該当する方は、かくたん検査あり。※妊娠中の方は受診不可  
▶**対象**＝区内在住で、昭和61年3月31日以前に生まれた方

### 申込

- はがき・電子申請**(区ホームページ参照)…2月22日(土)から、健康推進課成人健診係※申込記入例の項目と希望検診名、生年月日、性別、希望日・会場を明記。受診希望日の15日前までにご投函ください。
- 直接・電話**…2月25日(火)朝8時30分から、健康推進課健(検)診申込窓口(区役所3階②窓口) ☎3579-2319

※手話通訳あり。希望する場合は、手話通訳希望と明記し、受診希望日の21日前までにお申し込みください。

▶**問**＝健康推進課成人健診係 ☎3579-2312

表2 胃・肺がん検診

とき	ところ	定員
4月1日(火)・5日(出)・8日(火)・11日(金)・15日(火)・22日(火)	板橋区医師会病院	45人
4月19日(出)・24日(木)・30日(水)	グリーンホール1階ホール	各60人
4月20日(日)	高島平地域センター	

※申込順※4月11日(金)の板橋区医師会病院は肺がん検診のみ

## タウン情報

### ジュニア陸上競技教室

▶**とき**＝3月9日(日)13時～16時 ▶**ところ**＝新河岸陸上競技場 ▶**内容**＝オリンピックによる走り方指導 ▶**講師**＝アテネオリンピック代表 伊藤友広 ▶**対象**＝区内在住の小学3年～中学生 ▶**定員**＝100人(申込順) ※申込方法など詳しくは、板橋区陸上競技協会ホームページをご覧ください。 ▶**問**＝同協会・山口 ☎090-3510-5987

### 広告コーナー

広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。掲載のお問い合わせは広聴広報課 ☎3579-2022

## あなたの大切な不動産 買わせてください!

Please let me buy real estate

Estate  
**土地**

House  
**戸建**

Apartment  
**マンション**

このようなお悩み、ありませんか?

- 相続した不動産を売却したい
- 空家を所有している
- 資金が必要になり売却したい
- 売却を近所に知られたくない
- 住宅ローンが残っているが売却したい など……

どんな状況(傾き・老朽化)でもお気軽にご相談ください!

おかげさまで  
創業30年の実績

30

Years Anniversary

JYUEI TOSHI SERVICE

株式会社 住栄都市サービス

宅地建物取引業免許:東京都知事(7)第73679号、(公社)全日本不動産協会、(公社)不動産保証協会建設業許可番号:東京都知事許可(般-2)第151741号

お問合せは  
TEL:03-5989-0790

営業時間 9:30～18:30 定休日 毎週 火曜日・水曜日  
〒160-0023 東京都新宿区西新宿6-15-1 セントラルパークタワー ラトウール新宿507号室

当社ホームページはこちらからご覧ください