

高齢者見守り調査にご協力ください

高齢者の孤立を防ぎ、福祉・介護などのサービスが必要な方を区・関係機関へ円滑につなぐため、年1回調査を行っています。民生委員が対象世帯を訪問し、近況・困りごとなどの簡単な聞き取りを行います。

▶期間=4月~9月▶対象=区内在住で、昭和25年4月1日以前に生まれた方※介護サービスを利用している方などは、見守り調査対象外となる場合があります。

「ひとり暮らし高齢者見守り対象者名簿」登録者募集

▶対象=区内在住の70歳以上で、一人暮らしの方▶名簿登録事項=本人の氏名・住所・生年月日・電話番号、緊急連絡先の氏名・続柄・住所・電話番号※登録を希望する場合は、お問い合わせください。登録内容の変更・辞退を希望する場合は、お住まいの地域を担当する民生委員にご連絡ください。



問 合 おとしより保健福祉センター地域ケア推進係 ☎5970-1114

介護予防につなげよう！

65歳からの元気力測定会

▶とき・ところ(各1日制)=表2参照▶内容=元気力(生活機能)チェック、身体・体力・口腔機能測定、結果説明など▶対象=区内在住の65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方▶定員=各日30人(初めての方を優先し抽選)

▶申込

- はがき・FAX…4月9日(必着)まで、おとしより保健福祉センター介護予防係(〒174-0063前野町4-16-1) ☎5392-2060※申込記入例(8面)の項目と生年月日、希望日・会場を明記。
- 直接…4月9日(水)まで、お近くのおとしより相談センター(区ホームページ参照)※申込者全員に、4月下旬に通知を送付。
- ▶問=おとしより保健福祉センター介護予防係 ☎5970-1117

表2 65歳からの元気力測定会

| とき | ところ |
|----------|-----------|
| 5月8日(木) | 仲町地域センター |
| 5月12日(月) | 高島平区民館 |
| 5月14日(水) | 小豆沢体育館 |
| 5月15日(木) | 成増アクトホール |
| 5月20日(火) | 常盤台地域センター |

※9時30分~11時45分

健康ガイド

※申込開始日の明示がないものは月曜朝9時から受付

乳がん体験者いたばしオアシスの会

▶とき=4月22日(火)13時30分~15時30分▶ところ=板橋区保健所▶内容=体験・療養上の悩みなどの語り合い▶対象=区内在住・在勤で、乳がんを体験した、またはこれから治療を始める女性▶定員=20人(申込順)▶申込・問=電話で、女性健康支援センター ☎3579-2306

うつ病・双極性障がい家族教室

▶とき=4月21日(月)・5月19日(月)・6月30日(月)・7月28日(月)、4日制、14時~16時▶ところ=志村健康福祉センター▶内容=講義「うつ病・双極性障がい回復のための最新知識、家族の対応法、再発予防など」▶講師=うつ・気分障害協会代表 山口律子▶対象=区内在住・在勤・在学中で、うつ病・双極性障がいを治療中の家族がいる方▶定員=20人(申込順)▶申込・問=3月24日(月)朝9時から、電話で、健康推進課こちらといのちの係 ☎3579-2329

尿もれ予防体操教室

▶とき=4月17日(木)10時~11時30分▶ところ=板橋区保健所▶内容=講義・実技▶講師=保健師▶対象=区内在住・在勤の女性▶定員=20人(申込順)▶持物=ハンドタオル▶申込・問=電話で、女性健康支援センター ☎3579-2306

胃・肺がん検診

▶とき・ところ・定員=表1参照▶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・高血圧の方などは、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)…3月22日(土)から、健康推進課成人健診係※申込記入例(8面)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…3月24日(月)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1 胃・肺がん検診

| とき | ところ | 定員 |
|-------------------------------|--------------|------|
| 5月13日(火)・20日(火)・27日(火) | 板橋区医師会病院 | 45人 |
| 5月10日(土)・15日(木)・22日(木)・30日(金) | グリーンホール1階ホール | 各60人 |
| 5月12日(月) | 志村健康福祉センター | |
| 5月25日(日) | 板橋区役所 | 120人 |
| 5月28日(水) | 下赤塚地域センター | 35人 |

※申込順

タウン情報

各種団体の催しなどのお知らせ

ふらっとサロン参加者募集

▶とき=第1・3火曜(祝日を除く)、10時~13時▶ところ=ふらっとルーム(氷川町1-13-1F)▶内容=ボードゲーム、アイロンビーズづくりなど※事前に電話連絡が必要▶問=板橋区役所前診療所 ☎5375-9031

大東文化大学オープンカレッジ春期講座

▶とき=5月~7月▶内容=教養・芸術・健康など※費用・申込方法など詳しくは、大東文化大学ホームページをご覧ください。▶問=同大学 ☎5399-7399(平日9時~17時、土曜は12時まで)

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

もめないための“円満立ち退き”を専門家が解説 古くなったアパート・貸家の問題解決セミナー

参加無料・予約制

4/11(金)、12(土) 大山駅「グリーンホール」で開催

相続対策や土地活用の一つとして多く選ばれている賃貸住宅。子世代へ引き継ぐ予定のある人、親からの相続を予定している人も多いのではないのでしょうか。しかし、賃貸住宅は入居者とのトラブルや、建て替えに伴う立ち退き交渉、老朽化による倒壊の危険性などさまざまな問題もつきもの。アパート所有者なら知っておきたい対策を学びませんか。

セミナーでは専門家が事例をもとに、賃貸住宅に関するトラブルの解決方法や、思わぬ落とし穴などをわかりやすく解説してくれます。セミナー終了後は個別相談ができるので、希望の方は事前に予約を。

▶開催日時
4/11(金)、12(土)9:30~10:30(受付開始9:15)
セミナー終了後の個別相談会 ~11:45(要予約)

▶講師 デイライトコンサルティング株式会社

▶会場 板橋区立グリーンホール5階 503会議室
東武東上線大山駅北口から徒歩約5分(板橋区栄町36-1)

▶参加費 無料



※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。
主催:旭化成ホームズ

●セミナーの申し込み フジサンケイ企画セミナー事務局

☎ 0120-505-470

受付時間 10:00~17:00(年中無休)

11日申込ページ <https://ansapo.jp/semi/3014>

12日申込ページ <https://ansapo.jp/semi/3015>




※個人情報はセミナーの運営や今後の案内に利用します。