

6月4日～10日は歯と口の健康週間

手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで

問合せ 健康推進課健康づくり係 ☎3579-2727

歯と口は私たちが健康に生きていく力を支えます。食後の歯みがき・定期的な歯科健診を習慣化し、歯の健康寿命を延ばしましょう。

区の実情を紹介します

いたばしよい歯動画

お子さんのお口のケア・歯みがき方法などを紹介しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



歯と口の健康週間展

▶とき=5月30日(火)～6月2日(金)、9時～16時 ▶ところ=イベントスクエア(区役所1階) ▶内容=歯と口の健康に関する展示・映像上映

歯ブラシ回収

毎日使用する歯ブラシは、長く使用していると汚れを落とす力が弱まることがあります。むし歯や歯周病を予防するために、月に1回を目安に歯ブラシを交換することをおすすめします。

区では、使用済み歯ブラシを回収し、プラスチック再生品にリサイクルする活動を行っています。回収ボックス設置場所など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶問=資源循環推進課資源環境協働係 ☎3579-2258



はじめての歯みがきひろば

▶とき=6月30日(金)10時20分～11時30分 ▶内容=子どもの歯みがき相談・保護者の歯科相談 ▶対象=区内在住で、令和4年4月～8月生まれのお子さんとその保護者 ▶定員=16組(申込順) ▶持物=母子健康手帳 ▶ところ・申込・問=電話で、板橋健康福祉センター ☎3579-2333



休みます

コンビニエンスストアでの各種証明書交付サービス

▶とき=6月4日(日)・7日(水) ※設備点検のため ※休止する証明書の種類など詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ▶問=戸籍住民課証明係 ☎3579-2210

地域センター・ホール

▶施設・とき ●中台地域センター…6月5日(月)17時～21時30分 ●舟渡ホール…6月6日(火)

※定期清掃のため ▶問=地域振興課庶務係 ☎3579-2161

中央図書館・いたばしポロニャ絵本館

▶とき=6月26日(月)～30日(金) ※資料点検・整備のため ▶問=中央図書館 ☎6281-0291(第2月曜・月末日休館)

両親学級

▶ところ・とき(各1回制) Aオンライン…7月16日(日)13時30分～15時 B赤塚健康福祉センター…7月22日(土)、10時～11時30分・13時30分～15時 ▶内容=妊娠中の過ごし方・沐浴指導など ▶対象=各開催日時時点で、妊娠24～36週の初産の方とそのパートナー ▶定員=A80組 B各回14組(いずれも妊娠週数が多い方を優先し抽選) ※申込方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ▶問=(株)ポピズプロフェッショナル ☎3447-5826(平日、9時～17時)、板橋健康福祉センター



胃・肺がん検診

▶とき・ところ=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59年3月31日以前に生まれた方 ▶定員=各日50人(申込順)

▶申込 ●はがき・電子申請(区ホームページ参照)…5月27日(土)から、健康推進課成人健診係 ※申込記入例(3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…5月29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2 胃・肺がん検診

Table with 2 columns: とき (Date) and ところ (Location). Rows include dates from 7月4日 to 7月6日 and locations like 板橋区医師会病院, グリーンホール1階ホール, 志村健康福祉センター.

※7月14日(金)・8月25日(金)の板橋区医師会病院は肺がん検診のみ。

女性のためのがん検診

5月29日(月)に、対象者へ子宮頸がん検診または乳がん検診のクーポン券をお送りします。詳しくは、同封のお知らせをご覧ください。

▶対象=区内在住で、4月2日～来年4月1日に次の年齢になる女性

- 子宮頸がん検診…21歳 ●乳がん検診…41歳

※4月21日以降に転入した対象者は、お問い合わせください。

▶問=健康推進課健(検)診申込窓口 ☎3579-2319

子宮がん体験者いたばしひまわりの会

▶とき=6月27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、子宮がんを体験した、またはこれから治療を始める女性 ▶定員=10人(申込順) ▶申込・問=電話で、女性健康支援センター

B型・C型肝炎ウイルス検査

▶とき=6月29日(木)9時～9時30分 ▶ところ=板橋区保健所 ▶内容=問診・採血 ▶対象=区内在住で、15歳以上の方 ※過去に肝炎ウイルス検査を受けた方・治療中の方を除く。 ▶定員=10人(申込順) ▶申込・問=電話で、感染症対策課感染症相談指導係 ☎3579-2321

離乳食から幼児食へのすすめ方

▶とき=7月4日(火)、A10時～11時 B14時～15時 ▶内容=講義・料理展示・試食 ▶対象=区内在住で、開催日時時点でA1歳～1歳6か月 B生後9～11か月のお子さんの保護者 ※対象月齢のお子さんの同伴可 ▶定員=A B各10人(申込順) ▶ところ・申込・問=電話で、板橋健康福祉センター



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

- 板橋健康福祉センター ☎3579-2333 上板橋健康福祉センター ☎3937-1041 赤塚健康福祉センター ☎3979-0511 志村健康福祉センター ☎3969-3836 高島平健康福祉センター ☎3938-8621 女性健康支援センター ☎3579-2306

医師によるもの忘れ相談

▶とき・ところなど=表1参照 ▶対象=区内在住の65歳以上で、もの忘れで医療機関にかかっている方 ※家族(区外在住を含む)も相談可 ▶定員=各回1人(申込順) ▶申込・問=電話で、希望会場を担当するおとしより相談センター



表1 医師によるもの忘れ相談

Table with 2 columns: とき (Date) and ところ・申込電話 (Location/Phone). Rows include dates from 6月5日 to 6月26日 and various consultation centers.

※13時20分から・14時から、各1回制。

成増 アートギャラリー 展示案内 ☎3977-6061

はらださち遺作展

▶とき=6月12日(月)～18日(日)、10時～17時(初日は13時から、最終日は16時まで) ▶内容=版画作品50点

日曜水彩会水彩画展

▶とき=6月20日(火)～26日(月)、10時～17時(初日は13時から、最終日は15時30分まで) ▶内容=水彩画45点