

※費用の明示がないものは無料

健康ガイド

※申込開始日の明示がないものは10月10日(火)朝9時から受付

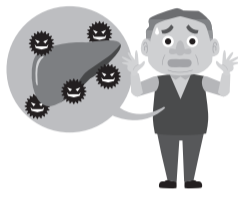
うつ病・躁うつ病本人教室

▶**とき**=10月23日(月)・11月27日(月)・12月11日(月)・来年1月22日(月)、4日制、14時～16時▶**ところ**=板橋区保健所▶**内容**=講義「うつ病・躁うつ病の正しい知識や向き合い方」など▶**講師**=NPO法人MDA-Japan代表 山口律子▶**対象**=区内在住・在勤・在学中で、うつ病・躁うつ病と診断されている方▶**定員**=20人(申込順)▶**申込・問**=電話で、予防対策課管理・精神難病係☎3579-2329



B型・C型肝炎ウイルス検査

▶**とき**=11月2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



健やかな髪と頭皮の整え方講座

▶**とき**=11月2日(木)10時～12時▶**ところ**=板橋区保健所▶**内容**=講義▶**講師**=日本毛髪科学協会研究センター特命研究員 山内力▶**対象**=区内在住・在勤・在学の女性▶**定員**=30人(申込順)▶**申込・問**=電話で、女性健康支援センター☎3579-2306

膠原病の方の交流会

▶**とき**=11月2日(木)13時30分～15時30分▶**ところ**=板橋健康福祉センター▶**内容**=A療養上の体験の情報交換Bストレッチなど▶**講師**=B運動指導員▶**対象**=区内在住・在勤で、膠原病を患っている方とその家族▶**定員**=15人(申込順)▶**持物**=フェイスタオル▶**申込・問**=電話で、予防対策課・精神難病係☎3579-2329

はじめての歯みがきひろば

▶**とき**=11月8日(水)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9月～5年1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**=板橋健康福祉センター☎3579-2333



公共機関だより

感震ブレーカーを配布しています

地震を感知すると電気を自動的に止める感震ブレーカーは、出火防止対策に効果的です。区内の木造住宅密集地域の木造住宅にお住まいの方を対象に、コンセントタイプの感震ブレーカーを配布します。配布対象・申込方法など詳しくは、東京都出火防止対策促進事業特設ホームページをご覧ください。

▶**問**=同事業コールセンター☎0120-888-289(月曜～土曜、9時～18時)

子ども1人に月額5000円を支給します

▶**対象**=4月～来年3月に都内在住で、平成17年4月2日～令和6年3月1日に生まれた方▶**申請期限**=12月15日(金)※申請方法など詳しくは、東京都福祉局ホームページをご覧ください。▶**問**=東京都018サポート給付金コールセンター☎0570-082-018(9時～18時)

板橋区・豊島区・
北区・練馬区

4区合同糖尿病予防デー

▶**とき**=11月4日(土)13時～17時30分▶**ところ**=グリーンホール1階ホール▶**内容**=糖尿病に関する健康相談・血糖値測定など

講義

▶**とき**=11月4日(土)14時～15時40分▶**ところ**=グリーンホール2階ホール▶**定員**=200人(申込

順)▶**内容**=講義「板橋区の糖尿病への取組」など▶**講師**=板橋区医師会理事 野村和至ほか※申込方法など詳しくは、板橋区医師会ホームページをご覧ください。

[いずれも]

▶**問**=国保年金課国保特定健診係☎3579-2328

グリーンホール会議室兼用 保育室の優先予約(来年6月分)

▶**予約の条件**=501・502・701・702・703会議室のうち、いずれか2部屋を会議室・保育室として同時利用すること▶**抽選**=10月20日(金)朝9時から、男女社会参画課(区役所6階)※抽選後、空きがある場合は10月24日(火)まで受付。▶**問**=男女社会参画課男女平等推進係☎3579-2486

芸術をあなたに

●**チケットのお求め**…電話または区立文化会館チケット販売窓口(☎3579-5666、9時～20時)
●**公演内容のお問い合わせ**…電話で、(公財)板橋区文化・国際交流財団(☎3579-3130、平日9時～17時)

前売開始

板橋名人寄席(10月26日(木)前売開始。10月26日(木)の区立文化会館チケット販売窓口での発売なし)

▶**とき**=来年1月27日(土)14時▶**ところ**=区立文化会館大ホール▶**出演**=落語家 春風亭昇太ほか▶**料金**=1階席3500円・2階席2500円(全席指定)※未就学児入場不可

好評発売中

劇団四季ファミリーミュージカル
「エルコスの祈り」(11月7日(火)前売開始)

▶**とき**=12月26日(火)17時▶**ところ**=区立文化会館大ホール▶**料金**=1階席一般6000円・小学生以下4000円、2階席一般4000円・小学生以下3000円(全席指定)※3歳以上の方は座席必要

鑑賞無料

ロビーコンサート

▶**とき**=10月17日(火)12時20分～12時50分▶**ところ**=成増アクトホール前※当日、直接会場へ。▶**出演**=デキシージャズ▶**曲目**=星条旗よ永遠なれ など

グリーンライフ



オギ

イネ科ススキ属の多年草。湿地や河原などに群生します。ススキに似た姿ですが株立ちにはならず、地下に這う根茎から一本ずつ茎を立てて広がります。

草丈は2mほどで、秋にほうき状の花穂をつけます。ススキの穂に見られる細長い釘状の突起(芒)はなく、小穂の元には光沢のある白く長い毛があります。

ふさふさとした銀白色の穂が風にそよぎ、夕陽に輝く晩秋の様子が美しいです。古くから和歌にも詠まれています。

問合 赤塚植物園☎3975-9127
(月曜、第1・3・5火曜事務室休み)

※植物に関する相談を受け付けています。

オンラインによる
手続きを
ご活用ください



アプリで「広報いたばし」を配信しています

スマートフォン・タブレットなどから利用できる次のアプリで、「広報いたばし」を配信しています。ぜひ、ご活用ください。

行政情報アプリ 「マチイロ」

アプリを開いて、読みたい号をダウンロードするだけで、広報紙を読むことができます。また、読者登録をすると発行日に通知が届きます。

多言語対応アプリ 「カタログポケット」

10言語に対応した自動翻訳や音声読み上げなどの機能を利用できます。また、マイコンテンツに追加すると発行日に通知が届きます。

Shufoo! 電子チラシサービス 「Shufoo!(シュフー)」

広報紙のほか、地域の店舗チラシも見ることができ、お買い得情報などを確認できます。また、お気に入り登録をすると発行日に通知が届きます。

※通信料がかかります。
※詳しくは、区ホームページをご覧ください。



問合 広聴広報課広報係☎3579-2022