

福祉

認知症の方を介護する
家族のための交流会

▶とき・ところなど(各1日制)=表1参照▶内容=交流・情報交換▶対象=認知症の方を介護している家族※定員など詳しくは、お問い合わせください。▶申込・問=電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎5970-1121



表1 認知症の方を介護する家族のための交流会

とき	ところ	会名称
A 12月4日(水)・ 来年1月8日(水)	成増三丁目集会所(成増3-34-21)	きずな
B 12月5日(木)・ 来年1月9日(木)	グリーンホール503会議室	こもれび
C 12月10日(火)・ 来年1月14日(火)	志村坂上地域センター	志村地区
D 12月13日(金)・ 来年1月10日(金)	高島平区民館	桜の会
E 12月19日(木)・ 来年1月16日(木)	きたのホール	やすらぎ
F 12月27日(金)・ 来年1月24日(金)	グリーンホール503会議室	男性家族会

※A・D・E 13時30分～15時30分 B・C・F 13時30分～15時

介護予防スペース事業はすのみ教室

▶とき=来年1月8日～3月12日の毎週水曜、10日制
▶コース・時間・定員
●体操・介護予防指導…10時～12時、20人
●腰痛・膝痛・転倒予防…13時～14時、10人
●ヨガ…14時～16時、20人
※抽選
▶ところ=介護予防スペースはすのみ教室(高島六小内)▶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▶費用=各コース2400円▶持物=室内用運動靴▶申込・問=11月22日(消印有効)まで、はがき(1人1コース)・電子申請(区ホームページ参照)で、長寿社会推進課シニア活動支援係 ☎3579-2376※申込記入例(8面)参照

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

医師によるもの忘れ相談

▶とき・ところなど=表2参照▶対象=区内在住で、もの忘れで医療機関にかかっていない方※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2 医師によるもの忘れ相談

とき	ところ・申込電話
12月3日(火)	大谷口おとしより相談センター ☎5964-5620
12月12日(木)	高島平地域センター※申込は高島平おとしより相談センター ☎5922-5661
12月20日(金)	中台三丁目集会所(中台3-27-4)※申込は中台おとしより相談センター ☎3933-8875
12月24日(火)	仲町地域センター※申込は仲町おとしより相談センター ☎5917-5201

※13時10分から・13時50分から、各1回制。

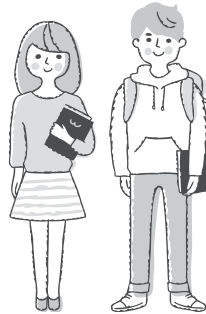
11月16日～12月15日は

東京都エイズ予防月間

正しい理解と行動を

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の主な感染経路は、性行為・血液・母子感染です。都内で感染者が急増している梅毒などの性感染症にかかっている場合も、HIVに感染しやすくなります。HIV感染後に、適切な治療を開始しないと免疫機能が低下し、様々な病気・感染症を引き起こしてエイズ(後天性免疫不全症候群)を発症します。

年代別でみると、HIV感染者は20・30代、エイズ患者は40・50代に多くなっています。HIVは、感染しても自覚症状がほとんどないため、検査を受けて感染の有無を確認しましょう。早期発見・治療によりエイズの発症を抑えることができます。



問 合

予防対策課感染症対策係 ☎3579-2321

HIV抗体検査

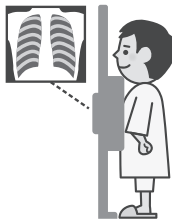
▶とき=月1回木曜、9時～10時※月間中は11月21日に実施▶ところ=板橋区保健所▶内容=HIV抗体検査※結果は1週間後※希望者には、クラミジア・梅毒の検査も実施。▶申込=電話・電子申請(区ホームページ参照)で、予防対策課感染症対策係※相談は随時受付※匿名で申込可

東京都新宿区東口検査・相談室

▶とき=平日15時～20時、土曜・日曜13時～17時▶内容=HIV抗体検査・梅毒検査※希望者には、クラミジア・淋病の検査も実施(月間中のみ)。▶ところ・申込・問=電話で、東京都新宿東口検査・相談室(新宿区歌舞伎町2-46-3 SIL新宿ビル2階) ☎050-3801-5309※聴覚障がいまたは言語障がいがある方はFAX(5388-1432)での申込可※携帯電話サイトからも申込可※匿名で申込可

区民結核健診

▶とき=12月20日(金)9時30分～10時30分▶ところ=板橋区保健所▶内容=胸部X線検査※診断書の発行不可▶対象=区内在住の16歳以上で、同検査を受ける機会がない方▶定員=20人(申込順)▶申込・問=電話・FAXで、予防対策課感染症対策係 ☎3579-2321 ☎3579-1337※申込記入例(8面)参照



いたばし総合ボランティアセンター ご案内

いたばしつながるカレッジ

▶とき=12月7日(土)14時～16時▶内容=講義「人と動物がともに幸せに暮らすためにできること」▶講師=(一社)ワンウェルフェア代表理事 渡辺和弘▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=20人(申込順)▶ところ・申込・問=電話・Eメールで、いたばし総合ボランティアセンター ☎5944-4601 ☐info@ita-vc.or.jp<月曜・日曜事務局休み>※申込記入例(8面)参照

成増 アートギャラリー 展示案内 ☎3977-6061

みどり写真クラブ写真展

▶とき=12月2日(月)～5日(木)10時～16時(初日は13時から、最終日は15時まで)▶内容=写真40点



ラフスタジオ絵画教室作品展

▶とき=12月14日(土)・15日(日)、11時～17時▶内容=水彩画など30点

オンラインによる
手続きを
ご活用ください



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)

好評発売中

フレッシュ名曲コンサート「板橋第九演奏会」

▶とき=12月14日(土)14時30分▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=東京フィルハーモニー交響楽団▶料金=3000円(全席指定)※未就学児入場不可

板橋映画上映会「おおやまレトロシネマ」

▶とき=12月20日(金)、10時30分・14時30分・18時30分、各1回制※18時30分の回は音楽家による演奏あり▶ところ=区立文化会館小ホール▶内容=戦場のメリークリスマス▶出演=鈴木禎久(ギター)ほか▶料金=1000円(全席自由)※未就学児入場不可

劇団四季ファミリーミュージカル

「ふたりのロケット」

▶とき=12月26日(木)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)※2歳以下で保護者の膝上鑑賞は無料

板橋区演奏家協会ファミリー音楽会

「星を追いかけて」

▶とき=来年1月19日(日)14時▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=板橋区演奏家協会会員ほか▶曲目=きらきら星変奏曲など▶料金=小学生以上1000円(当日2000円)・3歳～未就学児500円(当日800円)※100歳以上の方(持物…年齢がわかるもの)は当日100円※2歳以下で保護者の膝上鑑賞は無料

前売開始

第123回板橋落語会

(12月23日(月)前売開始)

▶とき=来年2月21日(金)18時▶ところ=文化会館小ホール▶出演=区内在住の落語家・講師▶料金=1500円(全席自由)※未就学児入場不可

当日販売

アクトワンコインコンサート

▶とき=12月4日(水)12時20分(11時30分開場)▶ところ=成増アクトホール▶出演=ペペル&モコ▶曲目=ある恋の物語など▶定員=470人(先着順)※当日、直接会場へ。▶料金=500円