

9月
自殺対策強化月間

気づいたら、声をかけてみませんか。

都・区では、この月間に合わせ、相談・研修を行います。この機会にご相談ください。

相談・案内

うつ相談

本人・家族を対象に、精神科医・保健師による相談を行います(予約制)。

▶**ところ・申込・問**=電話で、担当地区(区ホームページ参照)の健康福祉センター(健康ガイド参照)

特別電話相談・LINE相談

悩み・不安の相談などにご利用ください(表1参照)。

街頭キャンペーン

相談窓口案内など啓発物を配布します。

▶**とき**=9月10日(水)16時～17時▶**ところ**=東武東上線「大山駅」周辺

板橋こころと生活の相談窓口

様々な悩みに応じた相談先をまとめた案内を作成しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



▲相談窓口など詳しくはこちら

研修

出張ゲートキーパー研修

▶**対象期間**=来年3月31日(火)まで、9時～21時(年末年始を除く)※1団体2～3時間
※会場の確保・設営は各団体で行ってください。▶**内容**=講義「悩んでいる方への対応方法」など※無料で講師を派遣します。▶**対象**=当日5人以上参加可能な団体(区内在住・在勤・在学の方を含む)▶**申込・問**=電話で、健康推進課こころといのちの係

問 合

健康推進課こころといのちの係 ☎3579-2329

表1 特別電話相談・LINE相談

相談先	と き
フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090	9月5日(金)まで、20時～翌朝2時30分 (8月25日(月)・9月1日(月)は22時30分から、8月26日(火)・9月2日(火)は17時から)
有終支援いのちの山彦電話(傾聴電話) ☎3842-5311	9月1日～30日の火曜・水曜・金曜・土曜・日曜、12時～20時(9月21日(日)・23日(祝)・28日(日)を除く)
自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556	9月1日(月)～30日(火)、16時～21時 (9月10日(水)～16日(火)は朝8時～翌朝8時)
東京都自殺相談ダイヤル「こころといのちのほっとライン」 ☎0570-087-478	9月19日(金)～23日(祝)(24時間)
自死遺族相談ダイヤル ☎3261-4350	9月8日(月)～10日(水)、12時～18時
自死遺族傾聴電話 ☎3796-5453	9月2日(火)～6日(土)、11時～17時
多重債務110番 ☎3235-1155	9月1日(月)・2日(火)、9時～17時
相談ほっとLINE@東京 ※上記アカウント名で検索・登録	15時～22時30分
とうきょう自死遺族総合支援窓口 ☎5357-1536	平日14時～18時(8月31日(日)までは15時～19時)、日曜13時～17時

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

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※誤嚥の可能性があり、血圧の高い方などは、問診の結果、受診できない場合があります。
- 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、来年3月31日時点で40歳以上の方

申込

●**はがき・電子申請**(区ホームページ参照)…8月23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**…8月25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

と き	と ころ	定 員
10月1日(水)・6日(月)・10日(金)・30日(木)	グリーンホール1階ホール	60人
10月7日～28日の毎週火曜	板橋区医師会病院	45人
10月15日(水)	上板橋体育館	35人
10月19日(日)	高島平地域センター	60人

※申込順

社会福祉協議会

ご案内

社会福祉協議会への寄付(6月)

▶建設ユニオン練馬支部第七地区2800円▶和田美知子1万円▶伊藤康治5万円▶境井敬昌5000円▶宮島邦夫10万円▶金井町友の会3033円▶NPO法人環境と美化を考える会1000円▶板橋区更生保護女性会2万円▶蓮根五月会4902円▶大工原辰実1万円▶この街で歌う会3591円▶里彩くるカエル倶楽部2000円▶**問**=板橋区社会福祉協議会 ☎3964-0235

サポートぬくもり協力会員募集説明会

地域住民による支え合い活動(1時間あたり700円からの謝礼あり)で、家事や外出の付き添いなどを行う協力会員を募集します。

▶**とき**=9月30日(火)14時～15時30分▶**ところ**=ハイレブプラザ※当日に会員登録をする場合は必要な持ち物あり。詳しくは、お問い合わせください。▶**申込・問**=8月25日(月)朝9時から、電話で、サポートぬくもり ☎3964-1185

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広報係 ☎3579-2022

不動産売却・土地活用・老朽貸家対策のノウハウとは？
専門家に学ぶ「土地活用まるわかり個別相談会」開催

9月7日(日)参加無料・要予約
板橋区立文化会館で開催

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。不動産の悩みは多くの人が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。

そこで地元板橋区の「アート住宅流通」「旭化成ホームズ」では9月7日(日)に「土地活用まる

わかり個別相談会」を板橋区立文化会館で開催します。

相談会では、損をしないための不動産売却の進め方のポイントや注意点、遊休地・貸駐車場などの有効活用、実家などの空き家対策の選択肢、老朽化した貸家やアパート、自宅の建て替えの手順などについて相談できます。都合の良い時間に予約して、土地活用のプロのアドバイスを受けてみては。

▶**とき**=9月7日(日)9時30分～17時※希望

の時間を伝えてください▶**ところ**=板橋区立文化会館3階第2会議室(板橋区大山東町51-1)▶**定員**=各回先着1組▶**費用**=無料▶**予約・申込**=相談会事務局(わかば企画内) ☎0120-661-339まで(受付時間10時～17時)※個人情報は受け付けと会場の案内に利用



WEBの申込は
コチラから



広告

お困りごとは 便利屋! お助け本舗 板橋大山店 ☎0120-267-365

