

## 知ってほしい脳の病気 「高次脳機能障害」

脳血管障害や頭部外傷が原因で、今までできていた日常生活がうまく過げなくなる障害の1つに、高次脳機能障害があります。

代表的な症状には、**記憶障害、注意障害、遂行機能障害、社会的行動障害、失語症**などがあります。

高次脳機能障害は見た目では気づきにくく、入院している間はあまり問題にならないこともあります。そのため、当事者は周囲からの理解を得ることが難しく孤立している場合があります。

### 高次脳機能障害相談

気になることがあれば、気軽に相談してください。

☎心身障害者福祉センター☎03-3953-2811、FAX03-3953-9441、  
E:MA0015702@city.toshima.lg.jp

## 3月 健康カレンダー

詳細は各問い合わせ先に確認してください。

	事業名	健康推進課(池袋保健所内) ☎03-3987-4173~4	長崎健康相談所 ☎03-3957-1191
妊婦の健康	母親学級〔予約制〕	8日(土) 受付/午前9時~9時30分、開催/午前9時30分~正午	5・12・19日(水) 受付/午後1時10分~1時30分 開催/午後1時30分~3時30分
	パパママ準備教室〔予約制〕	8日(土) 受付/午後0時30分~1時、開催/午後1時~3時15分 9日(日) ①受付/午前9時~9時30分、開催/午前9時30分~11時45分、②受付/午後0時30分~1時、開催/午後1時~3時15分	
おとなの健康	こども歯科健診〔予約制〕 ※対象…2~4歳児	13日(木) 受付/午前9~10時	4・18日(火) 受付/午前9~10時
	生活習慣病予防健診(男性)〔予約制〕 ※対象…令和6年度20~39歳の男性	14日(金) 受付/午前8時50分~9時	
	女性の骨太健診〔予約制〕 ※対象…令和6年度20~39歳の女性	5日(水) 受付/①午前8時50分~9時、②午前9時30分~9時40分	
	健康(保健・栄養)相談〔予約制〕	14日(金) 受付/午後1~2時	19日(水) 受付/午後1時15分~2時45分 13日(木) 受付/午前9時30分~11時
	食事(栄養)相談〔予約制〕		
	女性のための健康相談〔予約制〕	5日(水) 受付/午後1時~2時25分	
のこころの健康	こころの相談〔予約制〕	26日(水) 受付/午後2~4時	
	家族相談〔予約制〕	24日(月) 受付/午後2~4時	
感染症	保健相談	思春期・不妊症・更年期・難病・エイズ・感染症など、健康に関する相談 平日 午前8時30分~正午、午後1~5時	
	HIV(エイズ)検査〔予約制〕 ※結果は検査の1週間後	10日(月) 受付/午後1時30分~2時30分	☎電話で予約専用☎03-3987-4244へ。
	B型・C型肝炎ウイルス検査〔予約制〕 ※結果は約1か月後に郵送	14日(金) 受付/午前10時~10時30分	☎感染症保健指導グループ☎03-3987-4182
	ぜん息・COPD相談〔予約制〕	電話相談は随時受付、面接相談は要予約。	☎公害保健グループ☎03-3987-4220

### 3月 乳幼児健康相談(出張育児相談)〔予約制〕

21日(金) 区民ひろば 駒込 午後1時30分~3時	19日(水) 区民ひろば 要 午前10時~11時30分
25日(火) 区民ひろば 西池袋 午前10時~11時15分	24日(月) 長崎健康相談所 午後1時30分~3時30分
☎健康推進課☎03-3987-4174	☎長崎健康相談所☎03-3957-1191

## 広告

## 広告(内容は各広告主に合わせてください)

## 広告

### 骨董品の買取いたします



### あなたの家の古い物が映画を創る

2022年映画「銀魚が笑う」モスクワ映画祭正式出品  
2025新作製作開始

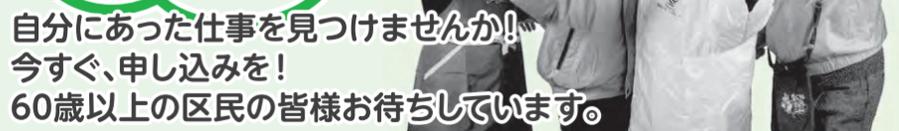
鑑定 → 買取 → 芸術

創造する骨董屋さん  
**大江戸美術**  
0120-69-3306  
豊島区目白2-8-2 担当: 榎本  
全国出張鑑定無料

## 会員募集!今年度最後のチャンス!

今年度の会費(2,000円)が無料になるのは2月・3月の入会者だけです!

自分にあった仕事を見つけませんか!今すぐ、申し込みを! 60歳以上の区民の皆様お待ちしております。



施設管理や児童通学案内以外にモデルやキッズパークで機関車運転等楽しい仕事が盛りだくさん! 著名人による講演会や体力測定会などイベントに無料で参加できます!

公益社団法人 豊島区シルバー人材センター

03-3982-9533 豊島区東池袋二丁目55番6号

平日 午前9時~午後5時

WEB入会もできます! 詳しくはこちら!

豊島区シルバー

検索



## シリーズ 第2回 おしえてマイナちゃん!

シリーズ 第2回



マイナ保険証のメリットを紹介します!(全3回)

### メリット2 手続き不要で、お財布に優しい!!

#### Q1 お財布に優しいってどういうこと?

病院や薬局などの医療機関窓口での支払いが高額になりそうなときは、「限度額適用認定証」があれば自己負担限度額に抑えることができます。  
※自己負担限度額…年齢や前年度の所得に応じて、窓口で支払う金額の上限が決められています。国民健康保険以外の健康保険に加入している場合は、該当の健康保険の担当部署に問い合わせてください。

#### 窓口での支払い額

#### 自己負担限度額



#### Q2 「限度額適用認定証」を手に入れるためには?

マイナ保険証があれば「限度額適用認定証」の発行手続きは不要です。

医療機関の窓口にある顔認証付きカードリーダーにマイナ保険証を置いて、画面に従って操作してください。

窓口での自己負担限度額を超える支払いが免除されます。

※今までのように事前に申請して「限度額適用認定証」の準備をする必要はありません。

便利なマイナ保険証をぜひご利用ください。

※マイナンバーカードをマイナ保険証として利用する場合は登録が必要です。

詳細はこちら▼



### 次回は「自分の健康づくりに役立つ!」



☎国民健康保険課給付グループ☎03-3981-1296

## 体育施設へ行こう

○詳細は各施設に問い合わせてください

### 豊島体育館 ☎03-3973-1701

◆レギュラー教室…ジュニア少林寺拳法体験教室/午後4時~5時30分  
◇年中~小学3年生◇動きやすい服装、飲み物、タオル

### 池袋スポーツセンター☎03-5974-7262

◆各種教室(都度参加教室のご案内)

65歳以上の方対象…①シニア体操(月・火・金)、②シニア体操プラス、

16歳以上の方対象…①ジェンヌヨガ、②かんたん椅子ヨガ、③フラダンス

初心者、④K-POPダンス、⑤ピラティス、⑥太極拳、⑦シェイプアップ、⑧ヨガ、⑨健康づくり(火~金)、

産後のママ対象…骨盤調整ピラティ

ス、プール…①水泳多種、②アクアサーキット、③水中トレーニング、

幼児・小学生対象…①水泳、②体操、③ダンス※当日受付◇700~1,800円

※別途施設利用料が必要な場合あり。

☎当日直接会場へ。

### 巣鴨体育館 ☎03-3918-7101

◆各種スクール新規会員募集!

令和7年度第1クール(4~6月)

◇区内在住の方◇印鑑、子どもの医療証、1クール分の会費。

☎3月2日午後5時30分~7時30分の間に当館窓口へ※抽選制のクラス

は午後4時30分~4時45分の間に当館窓口へ。