11月19日は「国際男性デー」です

「国際男性デー」は、男性・男児の心身の健康と幸福に目を向け、ジェンダー平等を促すことを趣旨とする記念日です。世界各国で男性のジェンダー問題を考えるイベントなどが多く実施され、男性が直面する様々な社会問題に焦点を当て、理解を広げる機会とされています。男女平等推進センター(エポック10)では、男性対象の相談や講座のほか、男性学などの図書を貸出しています。 45426

●男性専門相談ダイヤル

仕事のこと、家庭内のこと、生き方のことなど、男性が持つ悩みについてカウンセラーが相談にのります(奇数月…女性カウンセラー、偶数月…男性カウンセラー)。

◆相談日　毎月第2火曜日 平日午後5時30分～8時30分

◆相談専用電話☎03-6842-0055

問当センター☎03-5952-9501

体育施設へ行こう

巣鴨体育館　☎03-3918-7101

子どもスクール無料体験受付中！ フットサル教室

日月曜日　①午後3時50分～4時40分、②午後4時50分～5時40分

対①小学1～3年生、②小学4～6年生　定各25名　持運動着、室内履き、タオル、飲み物

申窓口か電話で申込み※先着順。

区民ひろば

申がないイベントは当日直接各区民ひろばへ。

「ジモイク」をご利用ください

区民ひろば仰高、南大塚、清和、西巣鴨、西池袋、池袋、南池袋、千早で開催される子育てのイベント情報を掲載。予約もできます。

申2次元コードから登録。

問地域区民ひろば課事業グループ☎03-3981-1507

57849

千早　収穫祭

日11月21日㈯　午前10時30分～午後0時30分　内「劇団ぽけっと」の公演、森 菜々子コンサート。当ひろばで収穫された大根のお土産あり。定100名

申窓口か電話で当ひろば☎03-3959-2281(子育て世帯の方は☎03-3959-5861)へ※先着順。

朋有　朋有ひろばまつり

日11月21日㈯　午後1時30分～3時30分

内縁日やバルーンコーナー。

問当ひろば☎03-3971-0781

池袋　カラオケ交流会

日11月26日㈭　午後1時30分～4時

定出演者25名

申窓口で申込み※先着順。観覧は当日直接会場へ。

問当ひろば☎03-3982-9658

西池袋　西池ワイワイまつり

日11月29日㈰　午後0時30分～3時(午後0時15分～2時30分受付)

内ゲームや手作り教室、抹茶の試飲。

定250名※先着順。

問当ひろば☎03-3980-0088

椎名町　ひろばまつり

日11月29日㈰　午後1時30分～3時

内温かい豚汁をはじめ、手作りゲーム、物販、紙しばいなどを楽しむ。

問当ひろば☎03-3950-3042

上池袋　クリスマスコンサート

日12月3日㈭　午前10時30分～11時30分　内心地よい音楽でクリスマスを楽しむ。出演…ミュージシャン/シオン

問当ひろば☎03-3576-6916

清和第二　第18回　清和ひろばまつり

日12月5日㈯　午後1時～3時30分

内すがも児童合唱団、キッズチアチーム清和サンシャインによる発表、ゲームや出店、巣鴨第一保育園の園児の作品展示など。

問清和第一☎03-5974-5464

高南第二　パパと一緒

日12月6日㈰　午前10時30分～11時30分　内マットや鉄棒などを使った運動。講師…健康運動指導士/藤井芳子氏　対生後10か月以上の乳幼児と保護者※ママの参加可。定10組　持飲み物

申11月22日(区外11月29日)から窓口か電話で当ひろば☎03-3987-6600へ※先着順。

南池袋　フラワーアレンジメント

日①12月6日㈰、②12月27日㈰いずれも午後2時～3時30分

内①クリスマスリースづくり、②お正月のお花づくり。講師…フラワーデザイナー/水野エイジ氏　対小学4年生以上の方　定各28名　費2,500円

申①11月15日、②12月5日から費用持参のうえ窓口で申込み※先着順。

問当ひろば☎03-3984-5896

12月 健康カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 ●	2 ●	3 ●	4 ●	5
6	7 ◆●	8 ★●	9 ●	10 ★■●	11 ○■◆●	12 ○□
13	14 ●	15 ●	16 ★■●	17 ●	18 ★♥●	19
20	21 ★●	22 ●	23 ♥●	24 ●	25 ♥●	26 ○
27	28 ●	29	30	31		

○妊婦の健康　♥こころの健康
★こどもの健康　◆感染症
■おとなの健康　●そのほか
□メンテラボ土曜(12日のみ午前11時～午後4時)

申2次元コードか電話で各番号へ申込み。詳細は各問合せ先に確認してください。

健…健康推進課(豊島区保健所内)☎03-3987-4173～4

長…長崎健康相談所☎03-3957-1191

53013

わたしメンテラボ　12月の月間テーマ
“感染症予防”

性感染症(HIV、梅毒など)の予防、治療に関する講演会を開催します。

問感染症保健指導グループ☎03-3987-4182

○妊婦の健康

・母親学級〔予約制〕

健11日㈮　午後1時30分～4時

・パパママ準備教室〔予約制〕

健12日㈯　午後1時～3時15分

健26日㈯　①午前9時30分～11時45分　②午後1時～3時15分

※受付は各開催時間の15分前から

★こどもの健康

・離乳食講習会〔予約制〕

長8日㈫　受付／午後1時～1時10分

健10日㈬　受付／午後1時10分～1時30分

・乳幼児健康相談(出張育児相談)〔予約制〕

長区民ひろば要　16日㈬　受付／午前10～11時

健豊島区保健所 18日㈮　受付／午後1時45分～3時15分

長長崎健康相談所 21日㈪　受付／午後1時30分～3時

■おとなの健康

・U39健診(旧女性の骨太健診)〔予約制〕

対令和8年度　16～39歳の女性

健16日㈬　受付／①午前8時50分～9時　②午前9時30分～9時40分

・U39健診(旧男性の生活習慣病予防健診)〔予約制〕

対令和8年度　16～39歳の男性

健11日㈮　受付／午前8時50分～9時

・女性のための健康相談〔予約制〕※婦人科医相談あり

健16日㈬　受付／午後0時55分～2時10分

・食事(栄養)相談〔予約制〕

長10日㈫　受付／午前9時30分～11時

・健康(保健・栄養)相談〔予約制〕

健11日㈮　受付／午後1～2時※内科医相談あり

長16日㈬　受付／午後1時15分～2時45分

♥こころの健康

・こころの相談〔予約制〕

長18日㈫　受付／午後2～4時

健23日㈬　受付／午前9～11時

・家族相談〔予約制〕

健25日㈭　受付／午後2～4時

◆感染症

・HIV(エイズ)検査〔予約制〕

7日㈪　受付／午後1時30分～2時30分

申予約専用☎03-3987-4244

・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

11日㈮　受付／午前10時～10時30分

申予約専用☎03-3987-4244

・感染症に関する保健相談

問感染症保健指導グループ☎03-3987-4182

●そのほか

・保健相談

健長子育て、思春期、更年期、こころの健康、難病などに関する相談

平日午前8時30分～正午、午後1～5時

・ぜん息・COPD 相談〔予約制〕

電話相談は随時受付

9日㈬　受付／午後2時～3時30分

問公害保健グループ☎03-3987-4220