

### 12月1日は 世界エイズデー HIV・性感染症の検査

気になる方は受けてみましょう

HIV(エイズ)感染者・患者数は毎年増加していますが、治療の進歩により、早期に感染を発見すれば発症を防ぎ、普段と同じ生活を長く続けることができますようになってきました。

【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859へ。

#### ★HIV・性感染症検査

HIV検査は、感染の有無を確認できる抗体ができるまでに6〜8週間かかるため、感染の機会から60日以上たつてから受けてもらう方がよい。

#### ★外国人専用相談電話

英語・スペイン語・ポルトガル語は毎週木曜日午後1時〜5時  
タイ語はHIV検査日のみ午後1時〜5時



### 人と猫との調和のとれた まちづくりセミナー

「猫問題 餌やり禁止と解決しない」をテーマに、ボランティア・自治体職員等による講演、トークセッションを行います。

【日時】11月28日(土)午後1時45分〜4時30分  
【会場】申込み当日直接、戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)へ。先着80名。

### 地域ねこ対策パネル展

【日時】11月30日(月)〜12月7日(月)開催  
【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)へ。

### 女性のための 体験型健康セミナー

骨盤調整エクササイズ  
【日時】12月11日(金)午後6時〜8時  
【会場】四谷保健センター(三栄町25)

【対象】区内在住・在勤・在学の女性、25名(妊娠中・産後3か月の方は参加できません)  
【内容】姿勢改善や尿もれの緩和などに効果的なストレッチと骨盤底筋群を鍛えるエクササイズ

### 専門医による呼吸器健康相談

【日時】12月15日(火)午後1時15分〜3時  
【会場】新宿都税事務所(西新宿7-5-8)

## 11月22日 第4日曜日の区役所本庁舎窓口開設

【開設場所】区役所本庁舎1階(国民健康保険・区税証明は1階に臨時窓口を設置) ※本庁舎1階の出入口をご利用ください。

### 取り扱い事務

必要書類や本人確認書類(代理人の場合は委任状と代理人の本人確認書類)等がないと、届出や証明書等の交付ができない場合があります。

【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601へ。

は特別永住者証明書(在留カード等へ切り替える前の方は外国人登録証明書が必要)、住民票の写し、住民票記載事項証明書の交付(請求できるのは本人か同一世帯の家族のみ。広域交付住民票の写しは発行できません)、不在住証明書(不在住証明書の交付(印鑑登録申請書の提出、印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証(カード)が必要)、自動交付機の利用登録申請、住民基本台帳カードの申請交付(電子証明書は発行できません)、特別永住者に関する申請等)、通知カードの再交付申請

### 11月22日は 国民健康保険料の 休日相談も実施します

指定期限を過ぎても納付がない場合は、差し押さえなどの滞りなく納付を行います。

滞納している方には、督促状や催告書をお送りしています。必ず指定期限までに納めてください。期限を過ぎて納付も連絡もない場合は、差し押さえ等の滞り処分を行います。

### 区民のひろば

費用・申込み・問合せ  
掲載行事は区の主催ではありません。  
【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064・☎(5272)5500へ。

老人保健施設の仕事の紹介と相談会。当日直接、会場へ。東京都老人保健施設協会事務局・芹川 ☎(5366)2641  
◆アンサンブル・チェテリ演奏会 11月28日(土)午後7時から、牛込算笥区民ホールで。曲目はドボルザーク「弦楽セレナーデ」ほか。

4時30分、四谷保健センターで。入会金3,000円・月3,000円。真影会・小川 ☎0423(38)0072  
◆スペイン語 毎週金曜日午前10時〜11時30分・11時30分〜午後1時、早稲田奉仕園(西早稲田2)で。中級程度。ネイティブの講師が指導。¥2,300円(90分)。