

# 環境

## ごみのない きれいなまちをめざそう

自宅前の清掃など、自分たち  
でできる美化活動を都合のよい  
日に行いましょう。また、活動  
時は次のことを徹底し、感染症  
に注意しましょう。

- マスク・手袋などを着用し、  
ごみに直接触れない
- ごみ袋はしっかりしばって封  
をする
- ごみを捨てた後は、石けん・  
流水でよく手を洗う

▷問=資源循環推進課資源循環  
協働係 ☎3579-2258

## 緑のガイドツアー

▷とき=11月12日(木)※10時に赤  
塚支所集合・12時30分赤塚植物  
園解散予定※雨天時は13日(金)に  
順延▷内容=城址・社寺の緑の  
観察▷定員=15人(申込順)▷費  
用=100円▷申込・問=10月26  
日(月)朝9時から、電話で、みど  
りと公園緑化推進グループ ☎  
3579-2533

## 区内のいきものを 見つけよう

▷とき=11月28日(土)10時~11時  
30分▷ところ=都立浮間公園▷  
内容=水鳥などの観察▷定員=  
20人(区内在住・在勤・在学の方  
を優先し抽選)※小学3年生  
以下は保護者同伴▷持物=双眼  
鏡・飲み物・帽子▷申込・問=  
11月6日(消印有効)まで、往復  
はがき・Eメール(いずれも1  
通2人まで)で、環境政策課自然  
環境保全係 ☎3579-2593  
s-ikimono@city.itabashi.tokyo.  
jp※申込記入例(4面)の項目と



ユリカモメ コサギ キンクロハジロ

参加者全員の氏名・年齢を明記

## 成増 アートギャラリー 展示案内 ☎3977-6061

★絵画・絵手紙あじ彩の会展 ▷と  
き=11月3日(祝)~9日(月)、10時~17  
時(初日は13時から、最終日は15時  
まで)▷内容=絵画・絵手紙50点

★グループWAKO作品展 ▷とき  
=11月3日(祝)~9日(月)、10時~17時  
(初日は13時から、最終日は16時ま  
で)▷内容=絵画・書作品・写真な  
ど50点

★水彩画三人展 ▷とき=11月25日  
(水)~30日(月)、10時~17時30分(最終  
日は16時まで)▷内容=水彩画50点

## 社会福祉協議会 案内

### ●ぬくもりサービス協力会員募集説 明会

地域住民による支えあいのサー  
ビス(1時間あたり700円からの謝礼あ  
り)で、家事・外出の付き添いなど  
を行う協力会員を募集します。

▷とき=11月13日(金)14時~15時30分  
▷ところ=情報処理センター7階※  
当日に会員登録をする場合は、必要  
な持ち物があります。詳しくは、お  
問い合わせください。▷申込・問=  
10月26日(月)朝9時から、電話で、ぬ  
くもりサービス ☎3964-1185

### ●50歳からの就職相談・面接会

▷とき=11月16日(月)13時~16時30分  
▷ところ=グリーンホール1階ホー  
ル▷内容=ミニセミナー、企業説  
明、個別相談・面接会※出展企業な  
ど詳しくは、板橋区社会福祉協議会  
ホームページをご覧ください。▷対  
象=50歳以上の求職者▷定員=20人  
(申込順)▷持物=雇用保険受給資格  
証(受給中の方)▷申込・問=10月26  
日(月)朝9時から、電話で、はつらつ  
シニアいたばし ☎5943-1300

### ●成年後見制度とその職務

▷とき=12月1日(火)14時30分~16時  
▷ところ=グリーンホール2階ホー  
ル▷内容=講演「成年後見人の実  
務」※手話通訳あり▷講師=東京弁  
護士会 土肥尚子▷対象=区内在住  
・在勤の方▷定員=70人(申込順)▷  
申込・問=10月26日(月)朝9時から、  
電話で、権利擁護いたばしサポート  
センター ☎5943-7070※聴覚障がい  
がある方のみFAX(3964-0245)で申  
込可。申込記入例(4面)の項目と参  
加人数を明記。

# 平和絵画・原爆展

次世代を担う小・中学生のみ  
なさんが「平和と戦争」をテーマ  
に描いた絵画・ポスターや、戦  
争当時の写真・資料などを展示  
します。

▷ところ・とき

●イベントスクエア(区役所1  
階)…10月26日(月)~30日(金)、

9時~17時

●赤塚支所1階ギャラリー…11  
月4日(水)~11日(水)、9時~21  
時

▷問=板橋区平和都市宣言記念  
事業実行委員会事務局(板橋区  
総務課内) ☎3579-2052



向原小6年 篠永まりさん



板橋二中3年 田上舞さん

## タウン情報

各種団体の催しなどのお知らせ

### ●いたばし協働・市民フォーラム

▷とき=11月14日(土)14時~16時30分  
▷ところ=区立文化会館大会議室▷  
内容=シンポジウム「コロナの世に  
自治体としてできること」▷講師=  
埼玉県新座市長 並木傑ほか▷定員  
=100人(申込順)▷費用=300円※大  
学生以下無料▷申込・問=往復はが  
き・Eメールで、板橋フォーラム実  
行委員会(〒173-0001本町24-1い  
たばし総合ボランティアセンター  
M4) ☎5926-5388 itabashi-for  
um@live.jp※申込記入例(4面)参照

## サークル だより

※活動日時・場所などは変更にな  
る場合があります。現在の活動状  
況など詳しくは、各サークルにお  
問い合わせください。

掲載のお問い合わせは  
広報課広報グループへ  
☎3579-2022

●古文書学習「ソフィアの会」第  
1月曜 14時~16時15分 まなぼー  
と成増 年額2000円 ☎井上3936-  
2990

●社交ダンス「エラダンスサー  
クル」20歳以上の中級者歓迎 月3  
回木曜 19時~20時30分 蓮根地域  
センターなど 入会金2000円・月額  
4500円 ☎中川090-3218-3433

●楽しくフラダンス 初心者・初級  
者の女性歓迎 第1・2・4月曜  
10時~11時30分 まなぼーと成増  
月額4000円 ☎脇田6322-4779

●にりん草スイミングクラブ 16歳  
以上の方対象 月3回火曜 12時30  
分~14時30分 高島平温水プール  
入会金500円・月額3000円 ☎大島  
3966-2883

●社交ダンス「プランタン・ダンス  
サークル」20歳以上の初心者歓迎  
月4回火曜 18時30分~20時30分  
まなぼーと大原 月額3000円 ☎橋  
本3967-0624

●健康体操「スマイル3B体操」40  
歳以上の初心者・初級者歓迎 月3  
回火曜 10時20分~11時30分 高島  
平九丁目集会所(高島平9-3-1)  
入会金1000円・月額2500円 ☎白戸  
3966-0950

●将棋同好会「歩」毎週土曜・日曜  
土曜13時~16時30分・日曜13時~21  
時 土曜まなぼーと成増・日曜ま  
なぼーと大原 入会金1000円 月額  
1200円※小・中学生1000円(初月無  
料) ☎太宰090-2676-8173

# ダイバーシティフェア2020

外見・性別・年齢・国籍・障  
がいなどの多様性(ダイバーシ  
ティ)を理解し、受け入れると  
いう考え方を学んでみませんか。

## パネル展

▷とき=11月19日(木)~27日(金)の  
平日、9時~17時(最終日は16  
時まで)▷ところ=イベントス  
クエア(区役所1階)

## LGBT(性的少数者)セミナー

▷とき=11月26日(木)19時~21時

▷ところ=人材育成センター  
(区役所2階)▷内容=講義「あ  
なたの隣のLGBT」※区公式  
YouTubeチャンネル「チャン  
ネルいたばし」で配信▷講師=(株)  
JobRainbow代表 星賢人▷定  
員=30人(申込順)▷申込=10月  
26日(月)朝9時から、電話・Eメ  
ールで、男女社会参画課男女平  
等推進係 ☎j-danjo@city.itaba  
shi.tokyo.jp※申込記入例(4面)  
参照

## 問合

男女社会参画課男女平等推進係  
☎3579-2486

## グリーン ライフ

問合 赤塚植物園 ☎3975-9127  
(月曜、第1・3・5火曜事務室休み)  
※赤塚植物園では、みどりの相談を受け付けています。

### ●カキ

カキノキ科カキノキ属の落葉  
高木。日本では、古くから西日  
本を中心に栽培されており、学  
名にも同じ「kaki」の名が使われ  
ています。今年5月に開園した  
赤塚植物園農業園には、甘柿の  
次郎柿を植えました。

柿はもともと渋柿が多く、柿  
渋の成分(タンニン)は塗料・革  
なめしに利用され、防虫・防腐  
・防水の効果があります。さら  
に近年の研究では、柿渋に強力



な抗ウイルス作用が発見されて  
います。

柿渋は水溶性です。そのまま  
食べると、タンニンが唾液に溶  
けることで「渋み」を感じます。  
そのため、アルコール・炭酸ガ  
スなどで不溶性にする「渋抜き」  
をします。渋抜きをした柿の糖  
度は約17度と、一般的なブドウ  
・マスクメロンより高くなりま  
す。ぜひ、お試しください。