



# 引き続き新型コロナウイルスにご注意ください

新型コロナウイルス感染症は、主に集団感染で拡大します。  
引き続き、感染リスクが高い行動を避け、感染拡大防止にご協力をお願いします。

## 感染リスクが高まる「5つの場面」

### 飲食を伴う懇親会など

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍り、大きな声になりやすい
- 敷居などで区切られている狭い空間に、大人数で長時間滞在すると、感染リスクが高まる
- 回し飲み・箸などの共用が感染リスクを高める



### 大人数・長時間の飲食

- 長時間におよぶ飲食・接待を伴う飲食・深夜のはしご酒は、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる
- 5人以上の飲食は、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる



### マスクなしでの会話

- マスクをせず近距離で会話をすることで、飛沫感染のリス

- クが高まる
- カラオケなどでの感染事例が確認されている
- 車・バスで移動する際の車中でも注意が必要

### 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる
- 寮の部屋・トイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が確認されている



### 居場所の切り替わり

- 仕事の休憩時間など、居場所が切り替わると、気の緩み・環境の変化により、感染リスクが高まることもある
- 休憩室・喫煙所・更衣室での感染が疑われる事例が確認されている



## 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

### 飲食店を利用する方

- 換気が適切にされている・「感染防止徹底宣言」ステッカーが掲示されている飲食店を利用する
- 正面・真横は避け、斜め向かいに座る
- 少人数・短時間で、普段一緒にいる人と飲食する
- 会話をするときは、マスクを着用する
- 箸・コップの使い回しはしない
- 体調に不安がある場合は、利用しない

### 飲食店を経営する方

- 感染防止対策のガイドラインを遵守する
- 飲食店を利用する方に、感染リスクを下げる利用方法を案内する
- 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)のダウンロードを働きかける

アプリについて詳しくはこちらから▶



## 寒冷な場面での感染防止のポイント

### 基本的な感染防止対策の実施

- マスクの着用を徹底する
- 人と人の距離を確保する
- 3密(密閉・密集・密接)を避ける

は、窓を開けて換気する(窓を少し開け、室温18℃以上を目安)



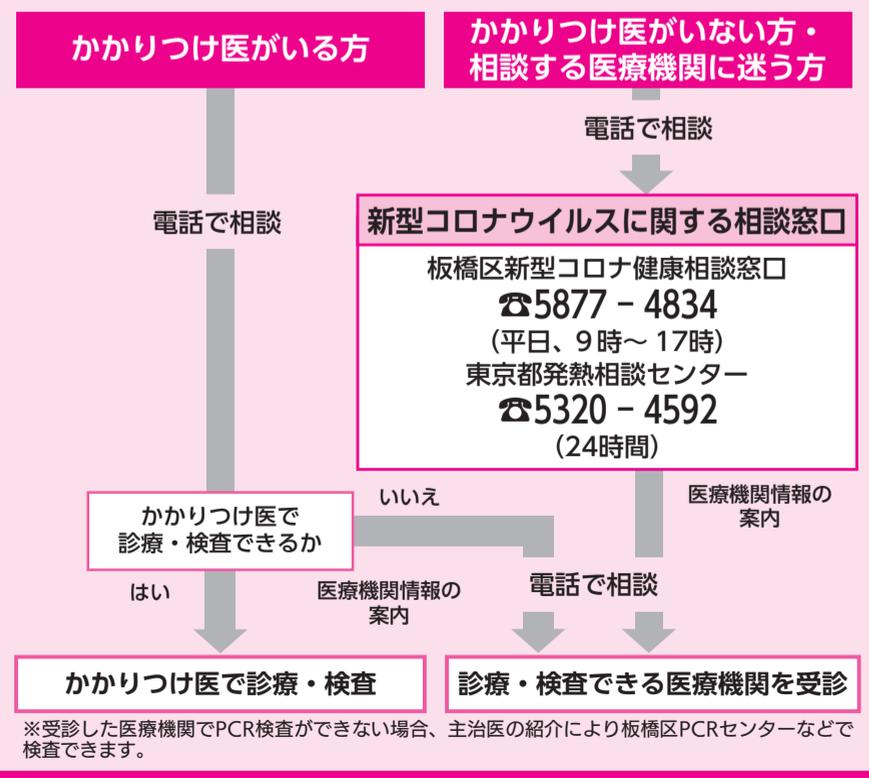
### 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を行う。機械換気ができない場合

### 適度な保湿

- 湿度は40%以上を目安に、換気をしながら加湿する
- こまめに拭き掃除をする

## 発熱・呼吸器症状などがある場合の受診方法



## 正しいマスクの着用方法



## 正しい手の洗い方



**お知らせ**

**ひとり親世帯  
臨時特別給付金の  
申請はお済みですか**

申請がお済みでない方は、期限までに申請をお願いします。申請方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。  
 ▷申請期限=2月26日(必着)▷問=子ども政策課臨時給付金係 ☎3579-2744

**医療従事者届を  
ご提出ください**

医療従事者は、2年ごとに医師法などの規定事項の届出が必要です。12月31日時点の状況を記入し、1月15日(金)までにご提出ください。  
 ▷対象・提出先  
 ①医師・歯科医師・薬剤師…住所または就業地の保健所  
 ②業務に従事している保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士…就業地の保健所  
 ▷届出票の配布場所=生活衛生課(板橋区保健所7階)または①厚生労働省ホームページ②東京都福祉保健局ホームページ※区外の各保健所でも配布▷問=生活衛生課医務・薬事グループ ☎3579-2124

**福祉**

**認知症の方を介護する  
家族のための講座**

▷とき=1月19日(火)・22日(金)、2日制、14時~16時▷ところ=グリーンホール1階ホールなど▷内容=講義「家族でできる口腔ケア・家族で支援する食事」▷講師=(地独)東京都健康長寿医療センター研究所歯科医師 枝広あや子ほか▷対象=区内在住・在勤で、認知症の方を介護している家族または介護に関わる方▷定員=20人(申込順)▷申込・問=12月14日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福

祉センター認知症施策推進係 ☎5970-1121

**傍聴**

**【男女平等参画審議会】**  
 ▷とき=12月22日(火)10時から▷ところ=人材育成センター(区役所2階)▷内容=行動計画(素案)の審議など▷定員=5人(先着順)※当日、9時30分から会場受付▷問=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

**休みます**

**【コンビニエンスストアでの  
各種証明書交付サービス】**  
 ▷とき=12月19日(土)※設備点検のため▷問=戸籍住民課証明係 ☎3579-2210  
**【志村コミュニティホール】**  
 ▷とき=12月21日(月)※設備点検のため▷問=地域振興課庶務係 ☎3579-2161  
**【区立文化会館・  
グリーンホール受付窓口】**  
 ▷施設・とき  
 ●区立文化会館…12月21日(月)・22日(火)  
 ●グリーンホール…12月28日(月)※17時~20時※施設点検のため▷問=区立文化会館 ☎3579-2222

**健康ガイド**  
 ※申込開始日の明示のないものはいたばし健康プラン 月曜朝9時から受け付けます。

**離乳食から幼児食への  
すすめ方**

▷とき=1月29日(金)、①10時30分~11時30分②14時~15時▷内容=講義・調理実演▷対象=区内在住で、開催日現在、①1歳~1歳6か月②生後9か月~11か月のお子さんの保護者※いずれも対象月齢のお子さんの同伴可▷定員=①②各6人(申込順)▷ところ・申込・問=電話で、赤塚健康福祉センター ☎3979-0511



**会計年度任用職員を募集します**

**①学力向上専門員②日本語適応指導員(中国語)**

▷募集人数=①15人程度②1人▷勤務期間=4月から1年間▷選考=書類・論文・面接※賃金など詳しくは、募集要項などをご覧ください。▷募集要項などの配布場所=指導室(区役所6階①窓口)・区ホームページ▷申込・問=①1月7日②8日(いずれも必着)まで、必要書類を①直接または郵送②郵送で、指導室学習支援係(〒173-8501) ☎3579-2615

**「広報いたばし」の広告を追加募集しています**

「広報いたばし」は、第1~第4土曜日に約16万2000部発行しています。ぜひ、ご活用ください。※広告版下は広告主が作成。募集号・掲載料など詳しくは、区ホームページをご覧ください。  
 ▷申込書の配布場所=広聴広報課(区役所4階③窓口)・区ホームページ▷申込・問=掲載希望号の申込締切日(必着)まで、申込書・広告原稿案を直接または郵送で、広聴広報課広報グループ(〒173-8501) ☎3579-2022

**アプリで「広報いたばし」  
を配信しています**

スマートフォンなどから利用できる次のアプリで、「広報いたばし」を配信しています。ぜひ、ご利用ください。

**行政情報アプリ「マチイロ」**  
 アプリを開いて、読みたい号をダウンロードするだけで、広報紙を読むことができます。また、読者登録をすると発行日に通知が届きます。※通信料がかかります。

**多言語対応アプリ「カタログポケット」**  
 多言語自動翻訳・音声読み上げなどの機能が利用できます。また、マイコンテンツに追加すると発行日に通知が届きます。※通信料がかかります。

**ダウンロードはこちらから**

マチイロ		カタログポケット	
Android用	iPhone用	Android用	iPhone用

**問合 広聴広報課広報グループ ☎3579-2022**

◆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グループ ☎3579-2022

**板橋区の介護付有料老人ホーム  
コンシェル徳丸**

**12月27日(日)  
個別見学会を開催**

核家族化や高齢化が進む日本では、今後ますます需要が見込まれる高齢者住宅。老後の過ごし方や住まいの選択肢が幅広くになっている今、自分や親が安心感のある暮らしができる住まいを探すために、早めの対策を考える必要があると言えます。  
 全国50拠点93事業所で介護事業を

展開する「リエイ」が運営する板橋区徳丸の自然豊かな住環境が魅力の介護付有料老人ホーム「コンシェル徳丸」では、12月27日(日)に施設の雰囲気や設備を個別に見学できる送迎付きの見学会を開催します。  
 同社の介護サービスシリーズの中で、最も上質な「住環境」と「サポート」で自分らしい生活を送ることができる「ハイグレード・サービスレジデンス」のひとつである同施設。元気なうちから介護が必要になっても、上質で快適な日常を送るために「人」を想う3

つの視点である「ゆとり・やすらぎ・おもてなし」を提供してくれます。  
 個別に見学できるこの機会に気軽に参加を。参加ができない人のために資料請求も受け付けています。  
**●開催日時**  
 ▶12月27日(日)①10:30~②13:00~③14:30~※希望の時間を伝えて申し込みを  
**●集合場所**  
 ▶①都営三田線「高島平」駅 ②東武東上線「成増」駅 ③都営大江戸線「光が丘」駅④現地集合※無料駐車場有り

**●見学会会場**  
 ▶コンシェル徳丸 板橋区徳丸7-17-1 都営三田線「高島平」駅徒歩約17分  
**●見学会の申し込み・資料請求**  
 ▶見学会事務局(フジサンケイ企画内)  
 ☎0120-505-470 受付時間/10:00~17:00 (年中無休)

広告募集 この枠に広告を掲載できます。詳しくは、区ホームページまたは広聴広報課広報グループ(☎3579-2022)へ。

※費用の明示がないものは無料

### エベレスト登頂50周年記念展

## 写真で振り返る日本人のエベレスト

本展では、日本人のエベレスト登頂50周年を記念して、女性初登頂や無酸素登頂、超過密登山、最近の環境問題などをカラー写真(約40点)で紹介しします。  
▷とき=12月12日(土)~1月11日(祝)、10時~18時



世界最高峰「エベレスト」(撮影者:大森弘一郎)

#### ところ・問合せ

植村冒険館 ☎3969-7421  
(月曜休館。ただし1月11日(祝)は開館し12日(火)休館)

### 申込記入例

- ①催し名・コース
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話・FAX番号

往復はがきの場合は返信用にも住所・氏名を記入してください

※原則①~⑤を全て記入  
※区内在勤・在学の場合は⑥勤務先(所在地)・学校名を記入  
※記事内に指定がある場合は⑦その他記載事項を記入  
※原則1人1枚

申込先に所在地がない場合の宛て先  
〒173-8501 板橋区役所(住所記入不要)  
●●●課●●●係(催しの担当)

### 講座

#### 女性再就職支援セミナー・個別相談会

▷とき=1月18日(月)  
▷時間・内容  
①10時~12時...講義「これからの私の育て方」  
②12時15分~13時45分...個別相談会(希望者のみ)※相談時間は1人30分  
▷ところ=グリーンホール601会議室▷講師=キャリアコンサルタント 錦戸かおり▷対象=これから働きたいと考えている女性▷定員=①25人②12人(いずれも申込順)※①1歳~未就学児の保育あり(定員10人、申込順)②お子さんの同伴可▷申込=12月14日(月)朝9時から、電話で、東京しごとセンター ☎5211-2855※同センターホームページからも申込可▷問=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

#### 相続・遺言の基礎と信託の仕組み

▷とき=1月21日(木)10時~12時  
▷内容=講義▷講師=(一社)信託協会参事 竹石誠▷対象=区内在住・在勤・在学の方▷定員=20人(申込順)※1人で遊べる未就学児の保育あり(定員2人、申込順)▷ところ・申込・問=12月14日(月)朝9時から、電話で、消費者センター ☎3579-2266

#### 切り替えが難しいお子さんの対応

▷とき=1月28日(木)10時~11時30分▷内容=講義▷講師=公認心理師▷対象=区内在住で、お子さんの切り替えに困っている2歳~未就学児の保護者▷定員=15人(申込順)※生後5か月~未就学児の保育あり(定員4人、申込順)▷ところ・申込・問=12月14日(月)9時30分から、電話で、子ども発達支援センター ☎5917-0905

#### 手話講習会(入門コース)

▷とき=令和3年4月6日~4年2月15日(5月4日・8月17日・11月23日・12月28日・1月4日を除く)の毎週火曜・4月3日(土)・8月21日(土)・2月19日(土)、44日制、9時45分~11時45分▷ところ=ハイライフプラザなど▷対象=区内在住・在勤・在学の高校生以上(今年度に中学校卒業見込の方を含む)で、通訳養成コース修了後に区登録手話通訳者の選考試験を受験できる方▷定員=14人(抽選)※テキスト代が必要▷申込・問=1月12日(必着)まで、往復はがきで、障がいサービス課福祉係 ☎3579-2362※申込記入例の項目と生年月日を明記

### 体験・観賞

#### 大山駅周辺地区 まちづくりパネル展

▷とき=12月24日(木)・25日(金)、9時~17時▷ところ=イベントスクエア(区役所1階)▷問=拠点整備課大山まちづくり第一グループ ☎3579-2449

#### 冬鳥観察会

▷とき=1月10日(日)10時~12時※雨天時は17日(日)に延期▷ところ=都立光が丘公園▷講師=認



モズ ノスリ

## 説経浄瑠璃鑑賞会

### 語りもの芸能を鑑賞しませんか

▷とき=1月23日(土)13時30分から▷ところ=成増アクトホール▷演目・出演  
●小栗判官一代記...三代目若松若太夫(都指定無形文化財「芸能」保持者)  
●葛の葉...三代目若松若太夫・坂東富起子(日本舞踊)ほか  
▷定員=200人(抽選)▷申込・問=12月25日(消印有効)まで、往復はがき・電子申請(区ホー

ムページ参照)で、生涯学習課文化財係 ☎3579-2636※申込記入例参照



三代目若松若太夫 坂東富起子

定NPO法人生態工房 増永望美ほか▷対象=18歳以上の方▷定員=30人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▷持物=双眼鏡(お持ちの方)▷申込=12月26日(土)まで、エコポリスセンターホームページ▷問=同センター ☎5970-5001<第3月曜休館>

### 施設のイベント

#### 教育科学館

●一般向け投影「はやぶさ2」  
▷とき=1月4日(月)~31日(日)(16日(土)・19日(火)を除く)、15時30分~16時20分▷対象=小学5年生以上の方  
●特別投影「ふらり星空散歩」  
▷とき=1月16日(土)15時30分~16時10分▷対象=小学生以上の方  
《いずれも》  
▷定員=各日47人(申込順)▷費用=一般350円・高校生以下120円※65歳以上の方(持物...年齢がわかるもの)・障がいがある方(持物...各種手帳)は割引あり  
▷ところ・申込・問=12月12日(土)朝9時から、電話で、教育科学館 ☎3559-6561<月曜休館。ただし12月28日(月)・1月4日(月)は開館し1月5日(火)休館>

#### 区立文化会館・グリーンホールの利用受付

▷申込期間=12月16日(水)~20日(日)※区立文化会館大ホールは令和4年1月分、それ以外は3年7月分。※申込方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

#### 問合せ 区立文化会館 ☎3579-2222

施設名	利用できない日
区立文化会館	
大ホール	1/1~3・15・16・27・29... 全日
小ホール	7/29... 全日
大会議室	7/10... 午後・夜間、7/20・21・29... 全日
グリーンホール	
1階ホール	7/1・15... 午後、7/26... 全日
2階ホール	7/26... 全日
601会議室	7/17... 午後・夜間、7/26... 全日

#### グリーンホール会議室兼用 保育室の優先予約(8月分)

▷予約の条件=501会議室と502会議室を同時利用し、501会議室を保育室として利用すること▷抽選=12月21日(月)朝9時から、男女社会参画課(板橋区保健所5階)※抽選後、空きがある場合は12月23日(水)まで受付。  
▷問=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

#### シルバー人材センター ご案内

●シニアのためのエアロビクス  
▷とき=2月4日~3月11日(2月11日を除く)の毎週木曜、5日制、10時~11時▷ところ=グリーンホール601会議室▷対象=区内在住で、60歳以上の方▷定員=35人(抽選)▷費用=1000円▷申込・問=12月23日(消印有効)まで、往復はがきで、(公社)板橋区シルバー人材センター(〒173-0004板橋2-65-6) ☎3964-0871※申込記入例の項目と過去の参加回数を明記



### 公共機関だより

●東京都最低賃金のお知らせ  
同賃金は、時間額1013円で、都内で働く全ての労働者に適用されます。  
▷問=東京労働局賃金課 ☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865(フリーダイヤル)  
●千代田区立神田一橋中学校通信教育課程の生徒募集  
▷対象=都内在住・在勤で、昭和21年3月31日以前に尋常小学校または国民学校初等科を修了しており、新制中学校を卒業していない方▷選考日=2月7日(日)▷申込・問=12月14日~1月29日(消印有効)に、願書を直接または郵送で、千代田区立神田一橋中学校(〒101-0003千代田区一ツ橋2-6-14) ☎3265-5961  
●東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会の傍聴者募集  
▷とき=12月24日(木)15時から▷ところ=東京区政会館202・203会議室(千代田区飯田橋3-5-1)▷内容=清掃工場の整備工事請負契約の締結など▷定員=15人(先着順)※当日、14時から会場受付。▷問=東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局 ☎5210-9729

1月12日(火)  
から

# 区の税金・保険料を スマートフォンアプリで お支払いできます

区の税金・保険料を、24時間365日いつでもどこでも簡単に支払うことができます。

問  
合

- 特別区民税・都民税(普通徴収分)、軽自動車税(種別割)について…納税課庶務・収納グループ☎3579 - 2133
- 国民健康保険料について…国保年金課国保収納グループ☎3579 - 2409
- 介護保険料について…介護保険課資格保険料係☎3579 - 2359
- 後期高齢者医療保険料について…後期高齢医療制度課管理収納グループ☎3579 - 2327

## 対 象

- 特別区民税・都民税(普通徴収分)
- 軽自動車税(種別割)
- 国民健康保険料
- 介護保険料
- 後期高齢者医療保険料

## お支払い方法(次のいずれか)

### クレジットカード

請求書支払いアプリ「モバイルレジ」のインストールとクレジットカード情報の入力が必要です。※支払い金額に応じて決済手数料が発生

#### ●利用可能なクレジットカード

- VISA ●Mastercard ●JCB
- AMERICAN EXPRESS ●Diners Club

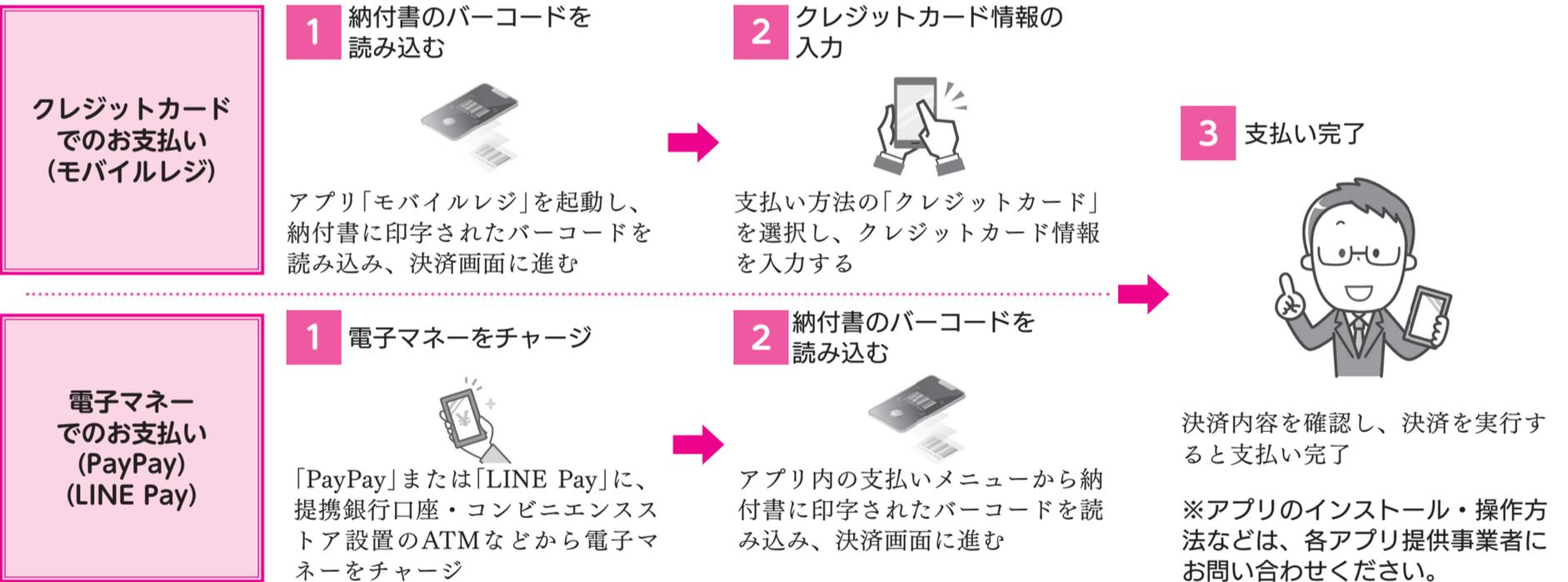
### 電子マネー

キャッシュレス決済アプリ「PayPay」「LINE Pay」「LINE(支払い)」「LINE Pay(支払い)」のいずれかのインストールが必要です。※事前にアプリへの電子マネーチャージが必要



アプリは無料ですが、通信料がかかります。

## 利用方法



## 注意事項

### ●支払い手続き

納付書1枚ごとに支払い手続きが必要です。納付書1枚あたりの金額が30万円を超えるバーコード印字がない納付書、汚れ・破損によりバーコードが読み取れない納付書は利用できません。納付期限を過ぎた納付書の利用可否は、上記の問い合わせ先にご確認ください。領収証書は発行されませんので、二重払いとにならないようご注意ください。

### ●領収証書が必要な場合

クレジットカード・電子マネーでのお支払いでは、領収証書が発行されないため、区役所・各区民事務所・金融機関・コンビニエンスストアでお支払いください。

### ●すぐに納税証明書の発行が必要な場合

領収証書の確認が必要となるため、区役所・各区民事務所でお支払いください。

## 詳しくはこちらから

モバイルレジ



LINE Pay



PayPay



区ホームページ

