

# 健康診査などの実施期間を延長します

区民一般健康診査・板橋区国民健康保険特定健康診査・後期高齢者医療健康診査、大腸がん・肝炎ウイルス・前立腺がん・胃がんリスク検診の実施期間を11月30日(火)まで延長します。※お持ちの受診券を使用可



## 問合せ

- 受診券の再交付について…健康推進課健(検)診申込窓口 ☎3579-2319
- 区民一般健康診査・各種検診について…健康推進課成人健診係 ☎3579-2312
- 板橋区国民健康保険特定健康診査・後期高齢者医療健康診査について…健康推進課国保特定健診係 ☎3579-2328

### 申込記入例

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

- 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

※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)

## 体験・観賞

### リサイクルプラザの催し

● **パネル展「川のごみを考える」**  
▶ とき = 7月3日(土)～29日(木)、9時～17時 ▶ 内容 = 川ごみの現状・対策など

● **はじめてのバードカービング体験講座**  
▶ とき = 7月17日(土)・18日(日)、2日制、10時20分～12時10分 ▶ 内容 = 木彫りの野鳥模型作り ▶ 講師 = 日本バードカービング協会理事 佐野りか ▶ 対象 = 18歳以上の方 ▶ 定員 = 10人(申込順) ▶ 費用 = 1000円 ▶ 申込 = 6月26日(土)朝9時から、電話で、リサイクルプラザ※同プラザホームページからも申込可  
《いずれも》  
▶ ところ・問 = リサイクルプラザ ☎3558-5374

### 親子でチャレンジ 生ごみ変身大作戦

▶ とき = 7月11日(日)13時30分～15時30分 ▶ ところ = 富士見地域センター ▶ 内容 = 牛乳パックでたい肥づくり※植物の苗を差し上げます。 ▶ 講師 = NPO法人生ごみリサイクル全国ネットワーク板橋代表 蓮沼浩子 ▶ 対象 = 区内在住・在学の小学生とその保護者 ▶ 定員 = 15組(申込順) ▶ 持物 = 軍手・手拭き・一握り分の野菜くず・持ち帰り用袋 ▶ 申込・問 = 6月28日(月)朝9時から、電話で、資源循環推進課資源循環協働係 ☎3579-2258



生ごみからたい肥を作ってみよう

## 傍聴

● **福祉有償運送運営協議会**  
▶ とき = 7月12日(月)10時から ▶ ところ = 第三委員会室(区役所11階) ▶ 内容 = 区内で活動する福祉有償運送団体の登録申請の審議 ▶ 定員 = 10人(申込順) ▶ 申込・問 = 6月28日(月)朝9時から、直接または電話・FAX・Eメールで、障がいサービス課福

社係(区役所2階⑫窓口) ☎3579-2362 ☎3579-2364 of-fukushi@city.itabashi.tokyo.jp ※申込記入例参照

### 健康ガイド

※申込開始日の明示のないものは月曜朝9時から受け付けます。

板橋健康福祉センター ☎3579-2333  
上板橋健康福祉センター ☎3937-1041  
赤塚健康福祉センター ☎3979-0511  
志村健康福祉センター ☎3969-3836  
高島平健康福祉センター ☎3938-8621  
女性健康支援センター ☎3579-2306

### 夏休み親子食育教室

▶ ところ・ときなど = 下表参照  
▶ 内容 = トマトのクイズ・観察・ビスケット作り(乳・小麦使用) ▶ 定員 = 各回4組(申込順) ▶ 費用 = 1組500円 ▶ 持物 = エプロン・三角巾・手拭き・持ち帰り用袋 ▶ 申込・問 = 電話で、希望する健康福祉センター※複数のセンターへの申込不可

《夏休み親子食育教室》

ところ	とき	対象
板橋	8月4日(水)	区内在住で、5・6歳の未就学児とその保護者(2人1組)
上板橋	7月30日(金)	
赤塚	7月27日(火)	区内在住の小学生とその保護者(2人1組)
志村	7月29日(木)	

※10時～11時30分・14時～15時30分、各1回制。

### お母さんの休み時間

▶ ところ・とき(各1日制) = 下表参照 ▶ 内容 = 子育ての不安・悩みの語り合い ▶ 対象 = 区内在住で、子育て中の母親※定員あり。生後4か月～未就学児の保育あり(いずれも申込順)。 ▶ 申込・問 = 電話で、希望する健康福祉センター※複数のセンターへの申込不可

《お母さんの休み時間》

ところ	とき
板橋	8月27日(金)・9月24日(金)
上板橋	8月26日(木)・9月29日(水)
赤塚	8月19日(木)・9月21日(火)
志村	8月6日(金)・9月10日(金)
高島平	8月24日(火)・9月14日(火)

※10時～11時

### 母親学級

▶ ところ・とき(各2日制) = 下表参照 ▶ 内容 = 赤ちゃんのお世話の仕方・妊産婦のための栄養・母と子のお口の健康など ▶ 対象 = 各開催日現在、おおむね妊娠20週以降の初産の方※定員あり(申込順)※持ち物など詳しくは、お問い合わせください。 ▶ 申込・問 = 電話で、希望する健康福祉センター※複数のセンターへの申込不可

《母親学級》

ところ	とき
板橋	9月8日(水)・15日(水)
上板橋	9月3日(金)・10日(金)
赤塚	8月23日(月)・30日(月)
志村	8月17日(火)・24日(火)
高島平	9月6日(月)・13日(月)

※13時30分～14時30分または15時～16時。両日とも同時での参加が必要。

### いたばし 総合ボランティアセンター ご案内

● **いたばし夏ボラ2021**  
▶ とき = 7月11日(日)～9月5日(日) ▶ 内容 = 区内の高齢者施設・障がい者(児)施設・児童福祉施設などでのボランティア活動、市民活動団体などによるプログラムへの参加 ▶ 対象 = 小学生以上で、事前説明動画を視聴した方※費用・申込方法など詳しくは、いたばし総合ボランティアセンターホームページをご覧ください。 ▶ 問 = 同センター ☎5944-4601(月曜事務局休み。ただし8月9日(日)は開局し10日(火)休み)

◆ 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 ☎3579-2022

## お部屋探しはUR賃貸住宅

# お部屋探しキャンペーン

9/30(木)まで

“一部団地”にて、1ヶ月フリーレント・ギフトカードプレゼント実施中!  
※キャンペーン内容・対象団地等、詳しくはUR賃貸ショップ高島平にお問い合わせください。

UR賃貸ショップ高島平 営業時間/10:00～17:00(定休日:水) ※最新の空室情報はこちら  
TEL 03-3550-4311 ※同行案内受付15:00まで 都営三田線「高島平」駅東口 徒歩2分

※掲載の営業時間は5月26日現在のものです。営業時間等に変更となる場合がございますので、ご来店の際は店舗へお電話等により予め営業状況をご確認いただきますようお願い申し上げます。

礼金 ナシ	仲介手数料 ナシ
更新料 ナシ	保証人 ナシ

UR UR賃貸住宅

## 庭木1本からお手入れOK!

見積無料

お客様へのお約束: 生垣剪定(幅1m高さ2m) ※土日でもOKです 通常2,200円が 先着1,100円 ※トイレはお借りしません 10名様まで先着1,100円 ※お茶はご遠慮します

(株)ガーデンエクスプレス 東京北支店  
営業時間 9:00～17:00 練馬区土支田3-19-12  
☎03-5933-2811