

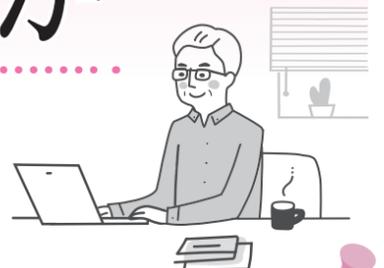


9月20日は敬老の日

新たな生きがいを見つけてみませんか



生きがいを見つけて豊かな生活を送ることは、
健康な暮らしにつながります。
区の支援事業などを紹介しますので、ぜひご活用ください。



充実した生活を支援します

●老人クラブ

教養・健康増進・社会奉仕などの活動を行っています。入会を希望する場合は、お問い合わせください。

▶対象=区内在住で、おおむね60歳以上の方▶問=板橋区老人クラブ連合会☎3963-5334



●シニア世代

福祉施設ボランティア

老人ホーム・福祉園・保育園などで活動する登録ボランティアを募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

▶対象=区内在住・在勤で、おおむね50歳以上の方▶問=長寿社会推進課シニア活動支援係☎3579-2376

新たな学びの場を提供します (板橋グリーンカレッジ)

シニア世代の多様化・高度化する学習意欲への対応や、地域活動の推進を目的に、2年制の高齢者大学を開校しています。大学教授などの専門家から、様々な分野を学べます。詳しく

は、お問い合わせください。

▶対象=区内在住・在勤で、60歳以上の方▶問=長寿社会推進課シニア事業係☎3579-2376



敬老祝品をお届けします

民生委員が敬老祝品をお届けします。

▶対象=令和3年9月15日時点、区内在住で、4月2日~来

年4月1日に88歳、95歳、101歳以上になる方▶問=長寿社会推進課シニア事業係☎3579-2376

働く意欲を応援します

●WORK'S高島平

(高島平ふれあい館内)

仕事探しを支援する相談窓口です。

▶開館日=火曜・金曜(祝日・年末年始を除く)、10時~16時

▶対象=区内在住で、おおむね55歳以上の方▶問=WORK'S高島平☎3935-1811

●(公社)板橋区シルバー人材センター

民間企業・一般家庭・官公庁などから依頼された仕事を行う登録会員を募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

▶対象=区内在住で、おおむね60歳以上の方▶問=(公社)板橋区シルバー人材センター☎3964-0871

●アクティブシニア就業支援センター

仕事探しの相談や紹介状の発行などを行う職業紹介所です。

▶開館日=平日(年末年始を除く)、9時~17時

▶対象=おおむね55歳以上の方▶問=アクティブシニア就業支援センター☎5943-1300



敬老入浴券を発行します

区内浴場などの入浴券(25回分)を発行しています。※1回100円の自己負担が必要

▶利用期間=4月~来年3月▶

対象=区内在住で、70歳以上の方▶申請書の配布場所=長寿社会推進課(区役所2階⑩窓口)・各地域センター・各区民事務所・各いこいの家・各健康福祉セ

ンター・おとしより保健福祉センター・各福祉事務所・区内各浴場・露天風呂ゆの花(北区浮間4-6-10)▶申込・問=申請書を、郵送の場合は来年3月18日(必着)・直接の場合は31日(木)まで、長寿社会推進課シニア事業係(〒173-8501)☎3579-2376※申込は期間内1回のみ。

緊急事態宣言が発出されています

不要不急の外出自粛、混雑している場所・時間を避けた行動など、引き続き感染防止を徹底しましょう。

新型コロナウイルスワクチン相談窓口

板橋区新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎0120-985-252(9時~18時)

発熱・呼吸器症状などがある場合

板橋区新型コロナウイルス健康相談窓口

☎4216-3852(平日、9時~17時)

東京都発熱相談センター☎5320-4592(24時間)

9月は板橋区健康月間・食生活改善普及運動月間 はじめよう つづけよう こころとからだの健康づくり

生活習慣の改善

生涯にわたって健康な生活を送るためには、適切な食生活・運動などが大切です。改善点(右表参照)を参考に、自分の生活習慣を振り返ってみませんか。

健康づくり・食育フェア

▶**とき** = 9月13日(月)~17日(金)、9時~17時(最終日は15時まで) ▶**ところ** = イベントスクエア・プロモーションコーナー(区役所1階) ▶**内容** = 野菜をテーマにしたパネル展示など※15日(水)・16日(木)に、カフェダイニングNAKAJUKU(区役所1階)で、野菜たっぷりメニューの販売あり(各日とも11時から、売り切れ次第終了)。



健康福祉センターの支援

各健康福祉センターでは、保健師・歯科衛生士・管理栄養士などが区民の健康づくりを支援しています。

◎区民健康なんでも相談

本人・家族の生活習慣病や健康に関する相談に応じています。※女性特有の症状に関する相談は、女性健康支援センター(☎3579-2306)をご利用ください。

◎健康づくりのお手伝い

町会・PTA・グループなどの健康に関する相談に応じています。

◎健康情報の提供

ポスター展示・リーフレット配布などを行っています。



《生活習慣の改善点》

区分	内容
食生活	●朝食を毎日食べる ●今より1皿、野菜料理を増やす ●定期的に体重を量る
運動	●運動習慣をつける ●「歩く」からはじめる(成人期の1日の目標歩数は男性9000歩・女性8500歩)
休養・こころ	●十分な睡眠をとる ●こころの健康に関心をもつ ●相談できる人・場所をもつ
飲酒・喫煙	●飲酒の適量を知る ●週に1回、休肝日を2日連続で設ける ●禁煙・受動喫煙防止に取り組む
歯・口	●よくかんで食べる ●食後は歯を磨く ●半年に一度は歯科健診を受ける
健康管理	●健診・検診を受ける ●予防接種を受ける ●かかりつけの医院・歯科医院・薬局をもつ

問合せ

- 生活習慣の改善について…健康推進課健康づくり係☎3579-2302
- 健康づくり・食育フェアについて…健康推進課栄養推進係☎3579-2308
- 健康福祉センターの支援について…各健康福祉センター(3面「健康ガイド」参照)

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)

お知らせ

就学奨励制度をご利用ください

次の対象者に、学用品費・給食費などの一部を援助します。

▶**対象** = 区内在住で、区立小・中学校の特別支援学級に在籍または通級しているお子さんがいる方※都立特別支援学校の通学者は対象外※所得に応じて支給項目を決定※希望する場合は、通学校(通級の場合は在籍校)にお申し込みください。※通常学級の在籍者、区外の小・中学校の特別支援学級に在籍または通級している方で、援助を希望する場合は、お問い合わせください。▶**問** = 学務課学事係☎3579-2611

高齢者紙おむつ等の支給方法が変わります

10月から、区指定品ではなく、カタログの希望商品を支給します。9月1日に、受給者へカタログをお送りしましたので、30日(木)までにご注文ください。

▶**問** = 長寿社会推進課高齢者相談係☎3579-2464

災害対策用備蓄食料を販売します

区の備蓄食料のうち、賞味期限が1年未満のものを販売します。

▶**受渡日** = 10月4日(月)~6日(水)、9時~11時・14時~16時 ▶**受渡場所** = 防災センター(区役所4階) ▶**品目・重量など** = 下表参照 ▶**対象** = 区内在住・在勤の方 ▶**販売数** = 各100箱・缶(抽選) ▶**申込・問** = 9月11日(消印有効)まで、往復はがきで、防災危機管理課計画推進係☎3579-2159※申込記入例の項目と希望日・時間(午前・午後)、品目(A~D)、複数可)、数量(いずれも2つまで)を明記。

※当日、直接会場へ。※定員など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

《備蓄食料の品目・重量など》

品目	重量	賞味期限	費用
個食アルファ A 化米(五目ごはん)	約6kg	来年6月	2000円
B 副食(肉じゃが)	約8kg	来年8月	各1000円
C 副食(筑前煮)	約6kg	来年2月	
D クラッカー	約5kg	来年3月	500円

※A~C 1箱50食分(個別包装) D 1缶35食分

「大山町ピッコロ・スクエア周辺地区」都市計画原案の縦覧・意見書の提出

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

▶**内容** = A市街地再開発事業、高度利用地区、高度地区、防火・準防火地域 B地区計画 ▶**対象区域** = 大山町・大山金井町の各地内 ▶**面積** = A約1.3ha B約17.3ha ▶**縦覧期間** = 9月13日(月)~27日(月) ▶**縦覧場所・意見書の提出先** = 10月4日(必着)まで、直接または郵送で、まちづくり調整課大山まちづくり第一係(区役所5階⑬窓口、〒173-8501)

●9月16日(木)18時~19時30分…区立文化会館小ホール

●9月19日(日)10時~11時30分…グリーンホール1階ホール

※当日、直接会場へ。※定員など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

《いずれも》

▶**問** = まちづくり調整課大山まちづくり第一係☎3579-2449

乳幼児・子ども医療証をお送りします

同医療証をお持ちの方へ、9月下旬に新しい医療証をお送りします。10月以降は、新しい医療証をご提示ください。なお、お子さんが加入している健康保険などに変更がある場合は、届出が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

▶**問** = 子ども政策課子どもの手当医療係☎3579-2374

区民と区長との懇談会(板橋地区)の参加者募集

▶**とき** = 11月17日(水)14時~15時 ▶**ところ** = 板橋地域センター ▶**内容** = 地域の課題・区政に関する意見交換 ▶**対象** = 板橋地域センター担当地域(板橋一丁目・三丁目・四丁目、板橋二丁目1~17・22~53・56~69番、加賀一丁目、加賀二丁目1~5・12~18番、大山東町

17・19・21~25・28・30~55番)に在住の方 ▶**募集人数** = A発言者…3人(書類選考) B傍聴者…5人(申込順) ▶**申込・問** = A 9月24日(必着)まで直接または郵送・Eメールで、B 9月6日(月)朝9時から電話で、広聴広報課広聴係(区役所4階⑳窓口)☎3579-2024✉kkouho@city.itabashi.tokyo.jp ※Aは当日発言したい内容1件(800字以内)と、別紙に申込記入例の項目を明記。

社会福祉協議会



◎シニアのための就職相談・面接会

▶**とき** = 9月27日(月)13時30分~16時 ▶**ところ** = ハイライフプラザ ▶**内容** = ミニセミナー、企業説明会、相談・面接会※求人概要は、9月17日(金)から、はつらつシニアいたばし(情報処理センター6階)・はつらつシニアいたばし分室(高島平ふれあい館内)・(福)板橋区社会福祉協議会ホームページでご覧になれます。

▶**対象** = 50歳以上の求職者 ▶**定員** = 40人(申込順) ▶**持物** = 履歴書(写真貼付、面接希望数分)・雇用保険受給資格者証(受給中の方) ▶**申込・問** = 9月6日(月)朝9時から、電話で、はつらつシニアいたばし☎5943-1300

※本事業により、9月27日(月)12時~17時は、窓口業務を休止します。

区民意識意向調査にご協力ください

本調査は、区民のみなさんの住み心地や、区の施策に対する意識・意向などを広く把握するために行います。9月9日(木)に、対象者へ調査票をお送りしますので、ご協力をお願いします。

▶**対象** = 住民基本台帳から無作為に抽出した満18歳以上の区民3000人 ▶**問** = 政策企画課総合調整係☎3579-2011

凡例 ☒…「オンラインのみ」または「オンラインを含むもの」

※費用の明示がないものは無料

仕事・企業

女性のための フリーランス・起業家・ 経営者交流会

▶**とき** = 9月28日(火)13時～15時30分 ▶**テーマ** = コロナで変わったこと・変わらなかったこと ※オンライン会議システム「Zoom」を使用 ▶**対象** = 次のいずれかの要件を満たす女性
●フリーランス
●起業家(起業予定を含む)
●会社経営者(個人事業主を含む)
●弁護士・税理士などの士業
●コンサルタント
▶**定員** = 50人(申込順) ▶**費用** = 1000円 ※申込方法など詳しくは、企業活性化センターホームページをご覧ください。 ▶**問** = 同センター ☎5914-3145

就職面接会

▶**とき** = 9月28日(火)13時～17時 ▶**ところ** = としま区民センター(豊島区東池袋1-20-10) ▶**内容** = 板橋・豊島区の企業面接会(10社程度) ※求人概要は、9月7日(火)から、ハローワーク池袋ホームページでご覧になれます。 ▶**定員** = 各社8人(申込順) ▶**持物** = 面接企業数分の履歴書(写真貼付)・職務経歴書・ハローワーク紹介状 ▶**申込** = 9月7日(火)朝8時30分から、直接または電話で、ハローワーク池袋 ※2社まで申込可 ▶**問** = ハローワーク池袋 ☎5911-8609(部門コード41#)、板橋区産業振興課産業支援係 ☎3579-2172

ITパスポート講座

▶**とき** = 10月13日～12月22日(11月3日を除く)の毎週水曜、10日制、18時45分～20時45分 ▶**ところ** = ハイライフプラザ ▶**内容** = 講義・模擬試験 ▶**講師** = (株)東京リーガルマインド専任講師 ▶**対象** = 区内在住・在勤・在学の方 ▶**定員** = 30人(抽選) ▶**費用** = 1万5000円 ※ハイライフいたばし会員1万3000円 ▶**申込・問** = 9月29日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、(公財)板橋区産業振興公社(〒173-0004板橋1-55-16) ☎5375-8102 ☎5375-8104 highlife@itabashi-kohsha.com ※申込記入例(2面)の項目とハイライフいたばし会員の方は会員番号を明記



講座

家庭教育学級

▶**とき** = 9月4日(土)から ▶**内容** = 講義「子どもの心が育つ心がけ・笑顔が増える関わりなど」 ※区公式YouTubeチャンネル「チャンネルいたばし」で配信 ▶**講師** = (一社)日本親子コーチング協会理事 黒木教子 ▶**問** = 地域教育力推進課青少年係 ☎3579-2488

親プログラム

▶**とき** = 10月4日～18日の毎週月曜、3日制、13時30分～15時30分 ▶**ところ** = グリーンホール502会議室 ▶**内容** = 講義「自分のところが傷ついたときの対処法」など ▶**講師** = NPO法人レジリエンス代表 西山さつき ▶**対象** = 区内在住・在勤で、子育て中の方 ▶**定員** = 20人(申込順) ※生後4か月以上のお子さんの保育あり(定員8人、申込順) ▶**申込・問** = 9月6日(月)朝9時から、電話で、子ども家庭支援センター ☎3579-2656

高齢者の暮らしを拓げる 「10の筋トレ」体験講座

▶**とき** = 10月6日(水)10時～11時30分 ▶**ところ** = グリーンホール2階ホール ▶**内容** = 介護予防に効果がある筋力トレーニングの説明・体験 ▶**講師** = 東武練馬中央病院理学療法士 大塚優希 ▶**対象** = 区内在住で、地域の方と筋力トレーニングを始めてみたい個人・グループ ▶**定員** = 40人(申込順) ▶**申込・問** = 9月6日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター介護普及係 ☎5970-1120

休みます

◎舟渡ホール

▶**とき** = 9月15日(水) ※施設清掃のため ▶**問** = 地域振興課庶務係 ☎3579-2161

公共機関だより

◎建設業退職金共済制度を ご存じですか

(独)勤労者退職金共済機構が、共済証紙(掛金)に応じて労働者に退職金を支払う制度です。建設業を営む全ての事業主が加入できます。手続き方法など詳しくは、同機構ホームページをご覧ください。
▶**問** = 同機構建設業退職金共済事業本部東京都支部 ☎3551-5242

9月9日は救急の日、9月5日～11日は救急医療週間

みなさんの大切な命を守るために

◎救急車の適正利用にご協力ください

急な病気・けがで、救急車が必要か迷う場合は、24時間体制で医師・看護師などが対応する東京消防庁救急相談センター「#7119」(プッシュ回線・携帯電話以外の場合は☎3212-2323)にお問い合わせください。

◎東京版救急受診ガイド

東京消防庁ホームページでも、病気・けがの緊急性などを確認できます。

◎AEDを設置しています

区施設244か所に、AED(自動体外式除細動器)を設置しています。また、交番・消防署・駅などにも設置されており、一部を除いて休日・夜間でも使用できます。 ※設置場所など詳しくは、区ホームページをご覧ください。



問合

- A・Cについて…板橋区健康推進課健康づくり係 ☎3579-2302
- Bについて…板橋消防署 ☎3964-0119、志村消防署 ☎5398-0119

健康ガイド

※申込開始日の明示がないものは月曜朝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

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	10月13日(水)・20日(水)
上板橋	11月12日(金)・19日(金)
赤塚	10月18日(月)・25日(月)
志村	10月12日(火)・19日(火) 11月9日(火)・16日(火)
高島平	11月1日(月)・8日(月)

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



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	10月22日(金)・11月26日(金)
上板橋	10月21日(木)・11月25日(木)
赤塚	10月14日(木)・11月11日(木)
志村	10月8日(金)・11月12日(金)
高島平	10月19日(火)・11月16日(火)

※10時～11時

タウン情報

各種団体の催しなどのお知らせ

- ◎アーチェリー初心者教室
▶**とき** = 11月7日～28日の毎週日曜、4日制、10時～12時 ▶**ところ** = 区立洋弓場 ▶**講師** = 板橋区アーチェリー協会指導員 ▶**対象** = 区内在住の中学生以上 ▶**定員** = 24人(抽選) ▶**費用** = 2500円 ▶**申込・問** = 9月30日(必着)まで、往復はがきで、同協会事務局(〒174-0055泉町27-12渡邊方) ☎3558-7695 ※申込記入例(2面)参照
- ◎全国民俗芸能大会
▶**とき** = 11月27日(土)13時～17時 ▶**ところ** = 日本青年館ホール(新宿区霞ヶ丘町4-1) ▶**定員** = 600人(申込順) ▶**申込・問** = 往復はがきで、(一財)日本青年館(〒160-0013新宿区霞ヶ丘町4-1) ☎6452-9012 ※申込記入例(2面)参照 ※同館ホームページからも申込可

「広報いたばし」に広告を掲載しませんか

「広報いたばし」は、第1～4土曜に約15万8000部発行しています。ぜひ、ご活用ください。 ※募集号・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** = 広聴広報課広報係 ☎3579-2022



郵送などによる手続きを ご活用ください



秋の図書館行事

※申込方法の明示がないものは、当日、直接会場へ。
 ※中央図書館は第2月曜・月末日休館。そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館(ただし9月20日(祝)は開館し21日(火)休館)。

行事	とき	内容	対象	定員	ところ・申込・問
本の帯付きオススメ本	9月16日(木)~29日(水)	オリジナル帯(図書館員コメント)が付いたおすすめ本の展示	-	-	成増図書館 ☎3977-6078
幸せをよぶ整理収納基本講座	9月23日(祝)14時~15時	講義	中学生以上	12人	9月4日(土)朝9時から、直接または電話で、西台図書館 ☎5399-1191
おうちでたのしみ読み聞かせ	9月26日(日)14時~15時30分	(公財)東京子ども図書館・鈴木晴子による講義	18歳以上の方	20人	9月5日(日)朝9時から、直接または電話で、小茂根図書館 ☎3554-8801
おとな向け絵本朗読会		絵本の読み聞かせ	中学生以上	15人	9月4日(土)朝9時から、直接または電話で、東板橋図書館 ☎3579-2666
手話で話そう	10月3日(日)14時~15時	初心者向け手話体験	小学生	12人	9月5日(日)朝9時から、直接または電話で、志村図書館 ☎5994-3021 ※ところ: 志村コミュニティホール
絵本づくりワークショップ	10月3日~17日の毎週日曜、3日制、14時~16時	オリジナル絵本作り		16人	9月4日(土)朝9時から、直接または電話で、氷川図書館 ☎3961-9981
あきのえいごおはなし会	10月9日(土)14時~14時40分	英語絵本の読み聞かせ	3~8歳のお子さんとその保護者	8組	9月25日(土)朝9時から、直接または電話で、東板橋図書館 ☎3579-2666
美術史講座「栄光のベネチアルネッサンス」	10月16日(土)13時~15時	ベルギー王立美術館公認解説者・森耕治による講義	高校生以上	30人	9月16日(土)朝9時から、直接または電話で、氷川図書館 ☎3961-9981
秋のおはなし会	10月30日(土)10時30分~11時15分	絵本の読み聞かせ・かざぐるま工作	小学生以下のお子さんとその保護者	15組	中央図書館 ☎6281-0291

体験・観賞

秋の自然体験DAY

▶とき=10月24日(日)※荒天時は31日(日)に延期▶ところ=赤塚植物園

●A生き物観察会▶時間=10時~11時・13時~14時、各1回制▶内容=昆虫・水中生物の観察▶定員=各回10人

●Bクラフト体験▶時間=11時30分~12時30分・14時30分~15時30分、各1回制▶内容=自然の材料を使った工作▶定員=各回15人▶費用=200円

●Cちocoと収穫体験▶時間=14時30分~16時▶内容=オクラ・ナス・落花生などの収穫▶定員=20人▶費用=200円

※抽選▶申込・問=9月24日(金)まで、電話・Eメールで、みどり公園課みどり推進係 ☎3579-2533 d-midori@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(2面)の項目と参加内容(A~C、複数可)を明記。●A●Bは希望の回(午前・午後)を明記。



野菜の収穫を体験しませんか

区民文化祭「区民囲碁大会」参加者募集

▶とき=11月21日(日)12時30分~13時(受付)▶ところ=グリーンホール1階ホール▶競技方法=出場者の段・級の自己申告に基づき、8人で1クラスを編成し、各クラス内でのハンデ戦(1級差1目、2敗失格)※持ち時間は1人25分(対局時計使用、時間切れ負け)※日本棋院・中小野田九段の指導者あり▶費用=1000円※参加賞あり▶申込・問=11月18日(必着)まで、はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団(〒173-0014大山東町51-1) ☎3579-3130※申込記入例(2面)の項目と段・級を明記

チャリティコンサート 音楽の絵本

▶とき=12月25日(土)14時~15時50分▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=ズーラシアンプラスほか▶曲目=赤鼻のトナカイ、ジングルベル、ザ・クリスマスソングなど▶費用=1500円(全席指定)※2歳以下で保護者の膝上鑑賞は無料※収益金の一部を災害復興支援の義援金として寄付▶申込=9月18日(土)から、直接または電話で、



区立文化会館 ☎3579-5666(9時~20時)※初日は電話のみ受付(15時まで)※大野屋文具店(大谷口北町72-5)・チケットぴあ(Pコード185-895)・区立文化会館ホームページでも購入可。詳しくは、お問い合わせください。▶問=(公社)板橋法人会 ☎3964-1413、板橋区子ども政策課育成係 ☎3579-2475

施設のイベント

まなぼーと大原

●日本語・英語でアメリカの中高生とオンラインおしゃべり▶とき(各4日制)

●A9月11日(土)13時~14時・18日(土)7時30分~8時30分・10月17日(日)10時~12時・23日(土)7時30分~8時30分

●B10月31日(日)・11月7日(日)・13日(土)・20日(土)、10時~12時(1・2日目)・8時30分~9時30分(3・4日目)

▶対象=区内在住・在学の中学・高校生▶定員=●A●B各10人▶申込開始日=●A9月4日(土)●B11日(土)いずれも13時30分

●大原サークル公開教室「社交ダンス」

▶とき=10月5日~26日の毎週火曜、4日制、18時30分~20時30分▶対象=区内在住・在勤・在学の社交ダンス初心者・初級者▶定員=20人▶費用=40円▶申込開始日=9月6日(月)朝9時

《いずれも》

※申込順▶ところ・申込・問=各申込開始日から、直接または電話で、まなぼーと大原 ☎3969-0401(第3月曜休館)

教育科学館

●A科学教室「ホタテの解剖」

▶とき=9月23日(祝)10時~12時▶

ところ=教育

科学館▶対象

=小学4年生

以上▶定員

=12人▶費用

=1000円



●B親子化石発掘体験教室

▶とき=9月26日(日)10時~15時30分※雨天時は10月3日(日)に延期▶

ところ=秩父鉄道「武川」近くの荒川周辺▶対象=小・中学生(小学生は子ども1

人につき保護者1人同伴)

▶定員=20組

▶費用=1人

700円



《●A●Bいずれも》

※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選▶申込=9月9日(必着)

まで、往復はがき・Eメールで、

教育科学館 itakk@itbs-sem.jp

※申込記入例(2面)参照。●Bで保護者同伴の場合は保護者氏名を明記。

●いたばし自由研究作品展

作品募集

▶対象=区内在住・在学の小・中学生、区内の中学校の団体(科学

クラブなど)▶応募用紙の配布場

所=教育科学館・同館ホームページ▶申込=9月10日~30日(必着)

に、応募用紙・作品を直接または

郵送で、同館

《●A~●Cいずれも》

▶問=同館(〒174-0071常盤台4

-14-1) ☎3559-6561(月曜休館。ただし9月20日(祝)は開館し21日(火)休館)

▶視聴方法=チャンネルいたばし(区ホームページ参照)、

J:COMチャンネル(毎日12時・

20時)※区政資料室(☎3579-

2020)でDVDの貸出を行っています。▶問=ブランド戦略担当

課 ☎3579-2025

▶視聴方法=チャンネルいたばし(区ホームページ参照)、

J:COMチャンネル(毎日12時・

20時)※区政資料室(☎3579-

2020)でDVDの貸出を行っています。▶問=ブランド戦略担当

課 ☎3579-2025

▶視聴方法=チャンネルいたばし(区ホームページ参照)、

J:COMチャンネル(毎日12時・

20時)※区政資料室(☎3579-

2020)でDVDの貸出を行っています。▶問=ブランド戦略担当

課 ☎3579-2025



▶視聴方法=チャンネルいたばし(区ホームページ参照)、J:COMチャンネル(毎日12時・20時)※区政資料室(☎3579-2020)でDVDの貸出を行っています。▶問=ブランド戦略担当課 ☎3579-2025