

※費用の明示がないものは無料

凡例 …「オンラインのみ」または「オンラインを含むもの」

## 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

※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先

〒173-8501 板橋区役所(住所記入不要)  
〇〇〇課〇〇〇係(催しの担当)

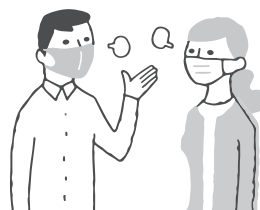
## 講座

## I (あい)サロン

参加者のみなさんで気軽におしゃべりします。  
仲間づくりの場としてもご利用ください。

▶とき=11月2日(火)14時～16時▶ところ=グリーンホール1階ホール

※当日、直接会場へ。  
▶テーマ=フレイル予防▶問=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486



## すぐに役立つ介護講座(基本編)

▶とき=11月9日(火)・10日(水)、2日制、13時～15時▶内容=寝返り・起き上がり、ベッド上での移動、車いすの介助方法など▶対象=区内在住で、家族を介護している、または介護する予定の方※ヘルパーなどの有資格者を除く。▶定員=8人(抽選)▶ところ・申込・問=11月1日(必着)まで、往復はがきで、おとしより保健福祉センター介護普及係(〒174-0063前野町4-16-1) ☎5970-1120※申込記入例の項目と職業を明記



## 文化財講座


▶とき=11月13日(土)、A13時30分からB14時から、各1回制▶内容=板橋地域の近代文化財の見学▶対象=区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴)▶定員=A・B各15人(抽選)▶費用=50円▶申込・問=11月2日(必着)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※申込記入例の項目と希望の回(AまたはB、どちらでもよい場合は優先順位)、保護者同伴の場合は保護者氏名を明記。

## 講演会「おとなの発達障がい」

▶とき=11月20日(土)～来年3月31日(木)※動画配信▶講師=(公財)神経研究所理事長 加藤進昌※申込方法など詳しくは、発達障がい者支援センターホームページをご覧ください。▶問=同センター ☎5964-5422(月曜・日曜・祝日休み)

## 社会福祉協議会 / ご案内

## 絵手紙講座

▶とき=11月25日(木)14時～16時▶ところ=グリーンホール601会議室▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=20人▶費用=200円▶申込=10月25日(月)朝9時から、電話・Eメールで、(福)板橋区社会福祉協議会  morimori@itabashishakyo.jp※申込記入例参照



## 子どもの居場所立ち上げ講座

▶とき=11月26日・来年1月28日・3月25日、各金曜、各1日制、14時～15時▶内容=講義「子ども食堂・学習支援・多世代交流などの開設準備」▶定員=各日10人▶ところ・申込=10月25日(月)朝9時から、電話で、(福)板橋区社会福祉協議会

【いずれも】

※申込順▶問=同協議会 ☎3964-0236

郵送などによる  
手続きをご活用ください

いつまでもいきいきとした生活を

## かくしゃく講座

## 書道・華道・茶道教室

▶施設・ときなど(8日制)=表1参照▶対象=区内在住で、60歳以上の方▶定員=各教室・施設10人(抽選)

▶費用・持物

●書道…6640円、書道用具一式・新聞紙・雑巾

●華道…1万2800円、生け花用はさみ・包み紙(新聞紙など)・雑巾・ごみ袋

●茶道…7600円、ふくさ・扇子・懐紙・布巾

▶申込・問=11月9日(必着)まで、往復はがき(各教室1人1施設)で、希望するふれあい館(表2参照)※申込記入例の項目と希望教室・施設名を明記



表1 かくしゃく講座

教室	施設	とき	流派名
書道	仲町ふれあい館	12月1日・15日・来年1月5日・19日・2月2日・16日・3月2日・16日、各水曜、10時～12時	—
	中台ふれあい館	12月14日・21日・来年1月11日・25日・2月8日・22日・3月8日・22日、各火曜、10時～12時(12月21日は13時30分～15時30分)	
	志村ふれあい館	12月6日・20日・来年1月10日・17日・2月7日・21日・3月7日・21日、各月曜、13時30分～15時30分	
	高島平ふれあい館	12月14日・28日・来年1月11日・25日・2月8日・22日・3月8日・22日、各火曜、13時30分～15時30分	
華道	仲町ふれあい館	12月1日・15日・来年1月5日・19日・2月2日・16日・3月2日・16日、各水曜、10時～12時	池坊
	中台ふれあい館	12月7日・21日・来年1月11日・18日・2月1日・15日・3月1日・15日、各火曜、10時～12時(1月11日は13時30分～15時30分)	
	志村ふれあい館	12月10日・24日・来年1月14日・28日・2月11日・25日・3月11日・25日、各金曜、13時30分～15時30分	池坊大清流
	高島平ふれあい館	12月1日・15日・来年1月5日・19日・2月2日・16日・3月2日・16日、各水曜、13時30分～15時30分	草月流
茶道	仲町ふれあい館	12月1日・15日・来年1月5日・19日・2月2日・16日・3月2日・16日、各水曜、10時～12時	表千家

※書道・華道は洋室で実施

表2 申込先

申込先	問
仲町ふれあい館	〒173-0022仲町20-5 ☎3958-0163(月曜休館)
中台ふれあい館	〒174-0064中台2-14-1 ☎3934-2940(月曜休館)
志村ふれあい館	〒174-0056志村3-32-6 ☎3960-5885(火曜休館)
高島平ふれあい館	〒175-0082高島平8-29-1 ☎3935-1775(月曜休館)

