

凡例 [人]…「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

福祉

いたばし福祉のしごと相談・面接会

▶**とき**=12月11日(土)、13時~14時30分・15時~16時30分・17時~18時30分、各1回制▶**ところ**=ハイライフプラザ▶**内容**=区内を中心とした福祉施設・保育園の求人情報の提供、就職相談・面接会※求人概要は、11月27日(土)から、(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。※面接を希望する場合は、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)をお持ちください。▶**定員**=各回30人(申込順)▶**申込**=11月22日(月)朝9時から、電話で、同協議会▶**問**=同協議会☎5943-1300、板橋区長寿社会推進課シニア活動支援係☎3579-2376

介護予防スペースはすのみ教室

▶**とき**=来年1月12日~3月23日(2月23日を除く)の毎週水曜、10日制

コース・時間・定員

- 体操・介護予防指導**…10時~12時、20人
- 柔道整復師による腰痛・膝痛・転倒予防指導**…13時~14時、10人
- ヨガ**…14時~16時、20人

※抽選

▶**ところ**=介護予防スペースはすのみ教室(高島六小内)▶**対象**=区内在住の65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方▶**費用**=各コース2400円▶**持物**=室内用運動靴▶**申込・問**=11月26日(消印有効)まで、はがき(1人1コース)で、長寿社会推進課シニア事業係☎3579-2372※申込記入例(4面)参照

認知症の方を介護する家族のための交流会

▶**とき・ところなど(各1日制)**=表2参照▶**内容**=交流・情報交換▶**対象**=認知症の方を介護し

表2 認知症の方を介護する家族のための交流会

とき	ところ	会名称
A12月2日(休)・来年1月13日(休)	グリーンホール503会議室	板橋地区
B12月8日(休)・来年1月12日(休)	おとしより保健福祉センター	男性家族交流会
C12月8日(休)・来年1月12日(休)	成増アクトホール	さずな
D12月10日(金)・来年1月14日(金)	高島平区民館	桜の会
E12月14日(火)・来年1月11日(火)	志村坂上地域センター	志村地区
F12月16日(休)・来年1月20日(休)	きたのホール	やすらぎ
G来年1月19日(休)	おとしより保健福祉センター	ひだまり

※13時30分~15時30分(Bは14時~16時)

来年4月1日からのあいキッズの利用登録・申請を受け付けます

区立小学校で実施している放課後対策事業「あいキッズ」の利用登録・申請を受け付けます。

▶**対象**=区内在住・在学中、来年4月1日(金)からあいキッズの利用を希望する児童▶**利用区分など**=表1参照▶**申請書の配布場所**=地域教育推進課(区役所6階⑩窓口)・各あいキッズ・各保育園・各幼稚園・区ホームページ▶**申込**=

12月6日(月)~来年1月14日(金)(日曜・祝日・年末年始を除く)の9時30分~18時に、必要書類を保護者が直接、在籍校(就学予定校)のあいキッズ※郵送・代理人不可▶**問**=各あいキッズ(区ホームページ参照)、地域教育推進課あいキッズ係☎3579-2637



表1 あいキッズ利用区分など

区分対象	さんさんタイム一般	さんさんタイムオレンジ	きらきらタイム
対象	新小学1~6年生	新小学1・2年生	新小学1~6年生
利用時間・利用料	●放課後~17時…無料 ●学校休業日の8時30分~17時…無料 ※10月~2月は16時30分まで		●17時~18時…月額2700円 ●17時~19時…月額3900円 ●学校休業日の8時~8時30分…無料 ●10月~2月の16時30分~17時…無料 ●土曜8時~18時(19時まで延長可)…日額700円
出欠・帰宅時間の管理	なし※1年生(1学期)は帰宅時間の管理あり		あり

※「きらきらタイム」の利用登録をした場合は、「さんさんタイム一般」の利用申請不要。

ている家族※定員など詳しくは、お問い合わせください。▶**申込・問**=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

高齢者の暮らしを拓げる「10の筋トレ」体験講座

▶**とき**=12月14日(火)10時~11時30分▶**ところ**=成増アクトホール▶**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**=竹川病院理学療法士 堀口正嵩▶**対象**=区内在住の方▶**定員**=40人※オンライン15人(いずれも申込順)▶**申込・問**=11月22日(月)朝9時から、電話(オンラインの場合はEメール)で、おとしより保健福祉センター介護普及係☎5970-1120 ☒ki-oto-kaigo@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(4面)参照

健康ガイド

※申込開始日の明示がないものは月曜朝9時から受付

尿もれ予防体操教室

▶**とき**=12月17日(金)10時~11時30分▶**ところ**=板橋区保健所▶**内容**=講義・実技▶**講師**=センター保健師▶**対象**=区内在住・在勤の女性▶**定員**=10人(申込順)▶**持物**=ハンドタオル▶**申込・問**=電話で、女性健康支援センター☎3579-2306

医師によるもの忘れ相談

▶**とき・ところなど**=表3参照▶**対象**=区内在住の65歳以上で、もの忘れが気になる方・その家族※もの忘れで医療機関にかかっていない方▶**定員**=各回1人(申込順)▶**申込・問**=電話で、希望会場を担当するおとしより相談センター

表3 医師によるもの忘れ相談

とき	ところ・申込電話
12月3日(金)	大谷口おとしより相談センター☎5964-5620
12月9日(休)	区役所(2階⑩窓口)※申込は板橋おとしより相談センター☎5248-2892
12月13日(月)	高島平おとしより相談センター☎5922-5661
12月17日(金)	中台おとしより相談センター☎3933-8875

※13時20分から・14時から、各1回制。

12月3日~9日は障がい者週間

お互いに支え合う社会をめざして

区では、障がいがある方・ない方がお互いに尊重し合い、ともに支えながら暮らすことができる地域共生社会の実現に取り組んでいます。この機会に、ともに支え合う社会を考えてみませんか。

手話の普及

手話は、手・指の動き、顔の表情などを使って表現する言語です。区では、手話や手話を使う方への理解を深めるため、手話言語条例に基づき、関係団体と研修・展示会などを実施し、手話の普及に努めています。

障がい者理解促進事業

障がいがある方が地域に出向き、福祉体験学習・区民交流などを実施し、相互理解を深めています。

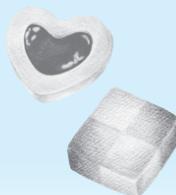
問合

障がいサービス課福祉係☎3579-2362

スマイルマーケット

障がいがある方の就労訓練・社会参加を促進するため、区内の障がい者施設利用者が作ったお菓子・雑貨・野菜などを日替わりで販売しています。

▶**ところ**=プロモーションコーナー(区役所1階)・赤塚支所・中央図書館・高島平駅ナカ(高島平8-2-1)※出店団体など詳しくは、区ホームページをご覧ください。



障がい者スポーツの普及

障がいの有無に関わらず、スポーツを楽しみながら交流を図り、相互理解を深めるため、障がい者スポーツ大会、障がい者レクリエーション・スポーツ教室、障がい児・者水泳教室などを実施しています。



障がい者福祉センター

障がいがある方・介護者を対象とした訓練・相談、地域の方を対象としたセミナー・交流会などを行っています。

▶**問**=障がい者福祉センター☎3550-3401 ☒3550-3410(日曜休み)

障がい者虐待防止センター

障がいがある方の権利・尊厳を守るため、虐待の通報・相談を受け付け、虐待の解消・防止に努めています。

▶**問**=障がい者虐待防止センター☎・☒3550-3406(日曜休み)

新型コロナウイルス感染症の影響で、記事の内容が中止・変更になる場合があります。詳しくは、区ホームページをご覧ください

広告

マンション・ビル・戸建住宅リフォーム
雨漏れ補修 防水 外壁塗装 内装 大規模修繕まで

お家に関するお悩み
まずは、ご相談ください

☎0120-46-4152
(代表)03-6905-1181

株式会社 **ワカラベ**
板橋区板橋3-24-9 都知事建設業許可(特-29)第110631号