※費用の明示がないものは無料

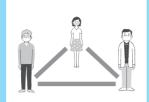
# 感染防止にご協力をお願いします

新型コロナウイルス感染症の拡大防止には、みなさんの徹 底した対策が不可欠です。

引き続き感染対策を徹底しましょう。

手洗い・ マスク着用の徹底

身体的距離の確保



3密(密閉・密集・ 密接)の回避



#### 発熱・呼吸器症状などがある場合

板橋区新型コロナ健康相談窓口

☎4216-3852(平日、9時~17時)

東京都発熱相談センター

☎5320-4592(24時間)

### 新型コロナウイルスワクチン相談窓口

板橋区新型コロナワクチンコールセンター

☎0120-985-252(9時~18時)

#### 申込記入例



往復はがきの場合は

住所・氏名を記入

返信用にも

- 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◆●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②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) ○○○課○○○係(催しの担当)

#### 講

### 防災スマホ教室

▶とき・ところ= 表 参照▶内容=講義「初歩 的な操作・災害時の情報収集方法」▶対象=区 内在住の方▶定員=各回20人(抽選)▶申込・問 =12月27日(必着)まで、電話・はがき・FAX・ Eメールで、地域防災支援課地域支援係☎3579  $-2152 \times 3963 - 0150 \times \text{kk-chishien@city.}$ itabashi.tokyo.jp※申込記入例の項目と希望 日時(第3希望まで)を明記。スマートフォンを お持ちの場合は、種類(iPhoneまたはAndroid) 携帯電話事業者名を明記。

#### 表 防災スマホ教室

| が大人へい教主            |              |  |
|--------------------|--------------|--|
| とき                 | ところ          |  |
| 1月20日休・2月14日月・24日休 | 災害対策室(区役所4階) |  |
| 1月27日休)            | 蓮根地域センター     |  |
| 2月3日休              | 高島平区民館       |  |
| 2月10日休             | 常盤台地域センター    |  |

※10時~12時·14時~16時、各1回制。

#### 水彩画教室

▶とき=1月5日~3月のうち8日間、各水曜、 13時~15時▶講師=水彩画家 圡山久利▶対象 =区内在住・在勤で、50歳以上の初心者▶定員

=15人(申込順) ▶費用=5000円 ▶ところ・申込 ・間=12月4日(1)朝9時から、直接または電話 で、グリーンカレッジホール(志村3-32-6) **☎**3960 − 7701

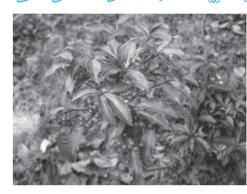
#### 区民防災大学応急手当普及員講習

▶とき=2月11日祝~13日田、3日制、9時~ 17時 ▶ところ=災害対策室(区役所4階) ▶対象 =区内在住の18歳以上で、区が実施する応急手 当講習などの指導補助に参加できる方※最終日 に「応急手当普及員認定証」取得の試験あり**定** 員=15人(抽選) ▶申込・問=12月27日(必着)ま で、はがき・FAX・Eメールで、地域防災支援 課地域支援係☎3579-2152圆3963-0150圖kkchishien@city.itabashi.tokyo.jp%申込記入 例の項目と生年月日、性別、過去に受講した救 命技能認定資格試験名、受講動機を明記。

#### いたばし総合 ボランティアセンタ・

#### 書き損じはがきの寄付を募集します

書き損じ・未使用はがきがありましたら、いた ばし総合ボランティアセンターにお持ちくださ い。いただいたはがきは、福祉事業に活用します。 ▶問=同センター☎5944-4601〈月曜事務局休み〉



サクラソウ科ヤブコウジ属の常緑小低 木。しわしわの葉と地面近くで実る小さな 赤い実が特徴です。たわわに実をつける姿 をお金が貯まる様子に例えて、マンリョウ (万両)と名付けられました。名前がめでた いため、センリョウ(千両)などとともに正 月の縁起物とされています。

冬の雪の日に、マンリョウの葉の緑色・ 実の赤色がとても映えます。

問合 赤塚植物園☎3975-9127 〈月曜、第1・3・5火曜事務室休み〉



※植物に関する相談を受け付けています。

## ・いたばし子育て広場。

#### テーマ 乳児家庭全戸訪問事業

生まれたばかりの赤ちゃんとの生活は、喜び ・期待だけでなく、気がかりなことも多くなり ます。発育状況の確認や育児の疑問・困りごと

の相談などを目的に、健康福 祉センターの保健師・助産師 が、赤ちゃんが生まれた全て の家庭を訪問しています。健 康診査・予防接種・子育て支 💜 援サービスなども案内します ので、ぜひ、ご相談ください。



**問合**健康推進課母子保健係☎3579-2313

#### 長岡徳恵さん

自宅に来た保健師さんに、赤ちゃ んの健康相談ができました。親身に 舌を聞いてもらえて良かったです。



#### イヤイヤ期は順調な成長の証

2歳前後から始まるイヤイヤ期は、第1次 反抗期とも呼ばれ、自我の芽生えにより自己 主張が強くなる時期です。自分の主張が認め られることで、安心・満足感につながるた め、子どもの主張を尊重し、一度受け入れて あげることが大切です。イヤイヤ期にお困り の場合は、一緒に対応策を考えますので、気 軽にご相談ください。

#### 子どもなんでも相談

☎0120-925-610(24時間)

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



魅力発信!いたばしナビ

12月のテーマ 「2022板橋Cityマラソン ONLINE



**▶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