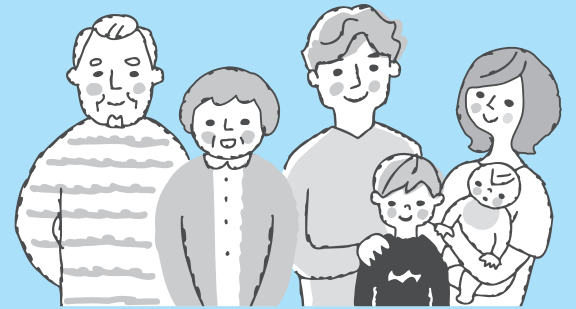




5月31日は世界禁煙デー・5月31日～6月6日は禁煙週間

# 自分と周りの人のために 禁煙しましょう



たばこには、ニコチン・タール・一酸化炭素などの有害物質が多く含まれています。喫煙による健康への影響を知り、禁煙に取り組みましょう。

問 合 健康推進課健康づくり係 ☎ 3579-2727

## 喫煙による健康被害

喫煙は、肺がん・心筋梗塞・脳梗塞などに深く関係しており、喫煙者は、非喫煙者と比較すると、余命が10年程度短くなると言われています。また、妊婦の喫煙は、流産・早産・死産、低体重児、先天異常などの危険性を高めます。

### 受動喫煙を避けましょう

喫煙者が直接吸い込む主流煙よりも、たばこの先から立ち上る副流煙の方が、有害成分を多く含んでいます。そのため、非喫煙者でも、受動喫煙により肺がん・脳卒中などの病気にかかる危険性が高くなります。

### たばこ病とも呼ばれる病気[COPD]

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、主に長期間の喫煙が原因とされる肺の病気で、新型コロナウイルス感染症が重症化しやすい基礎疾患の一つです。最初は、せき・たん・息切れなどの症状ですが、次第に呼吸障害が進行し、酸素吸入が必要になります。チェックリスト(表参照)でいくつかの症状が当てはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

### 表 チェックリスト

<input type="checkbox"/> 1日に何度もせきが出る 	<input type="checkbox"/> 息切れしやすい 	<input type="checkbox"/> 呼吸をするとゼイゼイ・ヒューヒューと音がする 
<input type="checkbox"/> 長期間喫煙している・していた 	<input type="checkbox"/> 黄色・粘り気のあるたんが出る 	<input type="checkbox"/> 40歳以上である 

出典：東京都福祉保健局「COPD慢性閉塞性肺疾患」

## 加熱式たばこは安全ではありません

加熱式たばこの喫煙・受動喫煙による健康被害が、どの程度あるかはまだ明らかではありません。また、加熱式たばこにもニコチン・タールが含まれているため、紙巻きたばこから変更しても禁煙にはなりません。

## 禁煙の効果

禁煙すると、体はたばこのダメージから回復しようと機能し始め、味覚・嗅覚・循環機能が改善します。禁煙を続けると、肺がんなどの病気のリスクが低下します。禁煙は、何歳から始めても遅すぎることはありませんので、禁煙に挑戦しましょう。

### 禁煙相談をご利用ください

各健康福祉センター(6面「健康ガイド」参照)では、禁煙のアドバイス・禁煙外来の紹介などを行っています。ぜひ、ご利用ください。

## 改正健康増進法・東京都受動喫煙防止条例のポイント

- 幼稚園・学校・病院などの第一種施設では、屋内・施設内が禁煙
  - 飲食店・ホテル・オフィスなどの第二種施設では、屋内が原則禁煙
  - 喫煙場所を設置している施設では、その場所以外の喫煙禁止
  - 飲食店では、店内の喫煙規制の状況を店頭に表示
  - 喫煙を目的とするシガーバー・スナック・公衆喫煙所などは喫煙可
  - 19歳以下の方は、喫煙エリアへの立ち入り禁止
- ※同法・条例の規制外の場所(屋外・私有地)でも、喫煙する際には、周囲の方への配慮をお願いします。

### 吸いたくないよバッジを配布しています

▶ 配布場所 = 板橋区受動喫煙防止相談窓口(区役所3階②窓口)



問 合 板橋区受動喫煙防止相談窓口  
☎ 3579-2707(平日、8時30分～17時)

# 新型コロナワクチンの4回目接種を行います

- ▶ 接種開始日 = 3回目接種から5か月後
  - ▶ 対象 = 次のいずれかの要件を満たす方
  - A 60歳以上
  - B 基礎疾患などがある18～59歳で、医師に重症化のリスクが高いと認められた
- ※年齢は接種日時点

- ※ A 接種券を順次お送りします。
- ※ B 接種を希望する方は、申請が必要です。詳しくは、お問い合わせください。
- ※ 接種を希望する場合は、予約が必要です。
- ※ 最新情報は、区ホームページをご覧ください。



問 合 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)

※ 5月19日時点の情報に基づき作成しています。

## 区の情報をSNSで配信しています

区の情報をTwitter・Facebook・Instagramなどで配信しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

区制施行  
90周年記念  
ロゴマーク



いたばし未来バレット

### ふるさと納税型クラウドファンディング

## ウクライナから避難した方への支援への寄付を募集しています

区では、ウクライナから避難した方が安心して暮らせるよう、支援を行っています。いただいた寄付は、生活一時金の支給・音声通訳機の貸与などに活用します。※この寄付は、ふるさと納税の対象となります。返礼品はありませんが、ご協力をお願いします。

- ▶ **申込方法**
- ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」
- 経営改革推進課(区役所4階③窓口)



#### 問合せ

- **ウクライナから避難した方への支援について**…文化・国際交流課文化・国際交流係 ☎3579-2018
- **寄付の申込・支払いについて**…経営改革推進課評価係 ☎3579-2060



## 子育て

### 児童手当の制度が変わります

所得上限額以上の方は  
手当を受給できなくなります

令和4年6月分(令和4年10月支給分)から、令和3年中の所得が所得上限額(表参照)以上の方は、受給資格が消滅し、手当を受給できなくなります。※所得が所得上限額未満になった方は、新たに申請が必要。※所得が所得限度額以上所得上限額未満の方には、特例給付(子ども1人につき月額5000円)を支給します。

現況届の提出が不要になります

令和4年度から、現況届の提出が不要になります。※一部の方は提出が必要です。6月に、対象者へ現況届をお送りします。

【いずれも】

※詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶ **問** = 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2477

#### 表 児童手当の所得限度額・所得上限額

扶養親族などの数	所得限度額	所得上限額
0人	622万円	858万円
1人	660万円	896万円
2人	698万円	934万円
3人	736万円	972万円
4人	774万円	1010万円
5人	812万円	1048万円

### 児童育成手当の現況届をご提出ください

手当を受給している方は、6月上旬にお送りする現況届に必要事項を記入のうえ、ご提出ください。

▶ **提出先・問** = 6月30日(必着)まで、直接または郵送で、次のいずれか

- 子育て支援課子どもの手当医療係(区役所1階⑥窓口、〒173-8501) ☎3579-2477
- 赤塚支所住民サービス係(〒175-0092赤塚6-38-1) ☎3938-5113



## 休みます

#### 集会所・ホール

##### ▶ 施設・とき

- **大和集会所**…6月~7月
- **向原ホール**…6月6日(月)・13日(月)

※施設工事などのため

▶ **問** = 地域振興課庶務係 ☎3579-2161

#### コンビニエンスストアでの各種証明書交付サービス

▶ **とき** = 6月5日(日)・8日(水)・19日(日)※設備点検のため※休止する証明書の種類など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶ **問** = 戸籍住民課証明係 ☎3579-2210



## お知らせ

### 市街地再開発事業区域内の土地の有償譲渡は届出が必要です

「大山町ピッコロ・スクエア周辺地区」市街地再開発事業の区域内で、土地を有償譲渡する場合は、届出が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

▶ **対象区域** = 大山町23~25番・45~51番の各一部 ▶ **問** = まちづくり調整課大山まちづくり第一係 ☎3579-2449

### SDGs・ESG経営を支援します

▶ **期間** = 7月から ▶ **内容** = 中小企業診断士によるSDGs(持続可能な開発目標)・ESG(環境・社会・企業統治)経営計画の作成支援 ▶ **対象** = 区内に本社または事業所がある中小企業 ※申込予定者は、説明会にご参加ください。

#### 説明会

▶ **とき** = 6月22日(水)14時~16時 ▶ **ところ** = 企業活性化センター ▶ **定員** = 30人(申込順) ▶ **申込** = 5月30日(月)朝9時から、電話で、産業振興課産業支援係

【いずれも】

▶ **問** = 産業振興課産業支援係 ☎3579-2172

### 雨水タンク購入費用を助成します

雨水を植物への水やり・打ち水などに有効利用できる雨水タンクの購入費用を助成します。※事前に申請が必要。詳しくは、お問い合わせください。



▶ **助成金額** = 購入費用の2分の1(上限2万2000円) ▶ **問** = 環境政策課自然環境保全係 ☎3579-2593

### ブロック塀などの撤去・新設費用を助成します

- ▶ **対象** = 次の全ての要件を満たす塀
- 区内のコンクリートブロック造・万年塀・大谷石積など
- 道路に面している
- 高さが1.2m以上である
- 区が危険性があると確認した

#### ▶ 助成金額

▶ **A撤去**…1㎡につき3万円(上限30万円、角地は45万円)

▶ **B新設**…1㎡につき2万円(上限30万円) ※ **A**を受けたものに限る。※木塀加算あり

▶ **助成期間** = 来年3月まで ※ 工事契約前に申請が必要。詳しくは、お問い合わせください。▶ **問** = 建築安全課建築耐震係 ☎3579-2554

### 6月6日~12日は がけ・よう壁の相談週間

梅雨・台風の季節は、長雨・集中豪雨による地盤のゆるみ、がけ崩れ・よう壁(がけ崩れを防ぐためにコンクリートなどで造られた壁状のもの)の倒壊が心配されます。特に、切り立っている・地肌が露出したりしているがけや、大谷石・コンクリートブロック・万年塀などのよう壁は、注意が必要です。

がけ・よう壁が崩れると、人的・物的被害につながる場合があります。日頃から認識を高め、安全対策を講じましょう。※安全対策工事助成・専門家派遣制度など詳しくは、お問い合わせください。

▶ **問** = 建築指導課構造審査係 ☎3579-2579

### 教科書展示会

▶ **とき** = 6月13日(月)~30日(木)の平日、9時~17時 ▶ **ところ** = 教育支援センター内教科書センター(区役所6階) ▶ **内容** = 小・中学校で使用する教科書 ▶ **問** = 指導室学習支援係 ☎3579-2615

### 区民と区長との懇談会(前野地区)の参加者募集

▶ **とき** = 9月8日(木)14時~15時 ▶ **ところ** = 前野ホール ▶ **内容** = 地域の課題・区政に関する意見交換 ▶ **対象** = 前野地域センター担当地域(前野町)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** 6月17日(必着)まで直接または郵送・Eメールで、**B** 5月30日(月)朝9時から電話で、広聴広報課広聴係(区役所4階②窓口) ☎3579-2024 [kkouho@city.itabashi.tokyo.jp](mailto:kkouho@city.itabashi.tokyo.jp) ※ **A**は当日発言したい内容1件(800文字以内)と、別紙に申込記入例(5面)の項目を明記。

## いたばし good balance 会社賞 2022

### ワーク・ライフ・バランス推進企業を募集します

仕事・生活の調和の推進や、多様な人材活用に取り組む中小企業などを表彰します。※書類審査・会社訪問を経て、審査会で決定。

#### ▶ 表彰企業のメリット

- 「広報いたばし」・区ホームページ・情報誌などで、表彰企業・取組事例を紹介します
- 区産業融資の利子補給割合を加算します
- 区ホームページのバナー広告に無料で3か月間掲載できます

#### ▶ 対象 = 次の全ての要件を満たす企業

- 区内に本社または主たる事業所がある
- 常時雇用する従業員が300人以下である
- 労働関係法令などを遵守している
- 事業の業態が公序良俗に反していない

#### ▶ 応募書類の配布場所 = 区ホームページ ▶ 申込 = 8月5日(金)まで、必要書類をEメールで、男女社会参画課男女平等推進係 [j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp](mailto:j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp)

#### 問合せ

男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

# 6月は環境月間 地球にやさしい生活を 始めてみませんか

## 実践しよう エコアクション9

環境にやさしい9つの取組を「エコアクション9」として普及・啓発しています。ぜひ、家庭で取り組んでみましょう。

- 1 冷暖房は適切に使う
- 2 テレビを見ていないときは消そう
- 3 照明はこまめに消し、買替時にはLEDランプを選ぶ
- 4 冷蔵庫の温度は適切に設定し、開けている時間を短くしよう
- 5 調理の火力をこまめに調節しよう
- 6 シャワーのお湯はこまめに止めよう
- 7 お風呂はできるだけ間をあけずに入浴しよう
- 8 できるだけ公共交通機関・自転車・徒歩で移動し、車を運転するときは燃費の良い運転を心がけよう
- 9 マイボトル・エコバッグを使おう

## 暮らしにエコ活動を取り入れよう

### 区制施行90周年記念展示

#### 「環境の歩みとこれから」

▶とき=6月6日(月)~9日(木)、9時~17時 ▶ところ=イベントスクエア(区役所1階) ▶内容=区の環境施策

#### 7月16日~9月4日は

#### 打ち水重点啓発期間

打ち水は路面を冷やし、気温の上昇を抑えます。朝夕の涼しい時間帯に、風通しのよいところで行いましょう。路面だけでなく、屋上・ベランダなどでも効果があります。できる限り二次利用水(お風呂の残り湯・雨水・エアコン室外機の排水など)で打ち水をしましょう。

## エコライフフェア夏

▶とき=6月3日(金)~26日(日)、9時~17時(最終日は15時まで) ▶内容=地球温暖化防止・SDGs(持続可能な開発目標)に関する展示 ※展示内容は、6月にエコポリスセンターホームページでもご覧になります。 ※26日(日)、10時~11時・14時~15時に体験コーナーあり。 ▶ところ・間=同センター ☎5970-5001(第3月曜休館)



問 合

環境政策課環境教育係 ☎3579-2233

## 芸術をあなたに

●公演内容のお問い合わせ…電話で、(公財)板橋区文化・国際交流財団(☎3579-3130、平日9時~17時)

### 前売開始

#### 板橋区混声合唱団第43回定期演奏会 (6月8日水前売開始)

▶とき=7月9日(土)14時30分 ▶ところ=練馬文化センター(練馬区練馬1-17-37) ▶出演=高井優希(指揮)ほか ▶曲目=どこかで朝が など ▶料金=1000円(全席指定) ※3歳以上の方は座席必要

### 好評発売中

#### 板橋区吹奏楽団第36回定期演奏会

▶とき=7月3日(日)15時30分 ▶ところ=和光市民文化センター(和光市広沢1-5) ▶出演=大橋晃一(指揮)ほか ▶料金=1500円(全席自由) ※3歳以上の方は座席必要

### 鑑賞無料

#### ロビーコンサート

▶とき=7月20日(水)12時20分~12時50分 ▶ところ=グリーンホール1階ホール ▶出演=山田陽一郎(ギター)ほか ▶曲目=コーヒールンバなど ▶定員=120人(先着順) ※当日、直接会場へ。

## 区民体育大会

申込方法など詳しくは、区・区体育協会ホームページにある競技要項をご覧ください。

種 目	とき・ところ	定員・費用	申込期間・問
<b>水泳</b> ●自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ(50m・100m) ※小学生・壮年は50mのみ ●個人メドレー(200m)	●9月4日(日) ●小豆沢体育館	●計270人(申込順) ●1種目につき一般・壮年1000円、小・中学生500円	●7月4日(月)~8日(金) ●連盟 ☎070-1356-3413

問 合 スポーツ振興課管理係 ☎3579-2651

## 6月の映画会

□の数字は映画製作年(西暦)の下2桁 ㊦…アニメ ㊧…子ども向け ㊨…字幕

図書館名	内容・とき	図書館名	内容・とき
中央 ☎6281-0291	はたらく細胞㉓(㊦・㊧)…12日(日)14時	東板橋 ☎3579-2666	ちいさなきいりかさ(㊦・㊧)…4日(土)14時、宇宙戦争(㊦・㊧)…18日(土)14時
赤塚 ☎3939-5281	がんばれスイミー(㊦・㊧)…12日(日)14時、トゥルーマン・ショー(㊦)…26日(日)14時	小茂根 ☎3554-8801	たろうのおでかけ(㊦・㊧)…11日(土)11時、おくりびと(㊦)…25日(土)14時
蓮根 ☎3965-7351	若草物語(㊦・㊧)…11日(土)10時、トムとジェリー③(㊦・㊧)…11日(土)14時 ※会場は蓮根図書館となりの蓮根集会所	西台 ☎5399-1191	④トムとジェリー④(㊦・㊧)…11日(土)14時 ㊦雨に唄えば(㊦・㊧)…25日(土)14時 ※㊦定員あり(申込順):6月18日(土)朝9時から、直接または電話で、西台図書館
氷川 ☎3961-9981	ねこ島日記(㊦・㊧)…11日(土)14時、ふるさと再生日本の昔ばなし 織姫と彦星ほか1話(㊦・㊧)…25日(土)14時	成増 ☎3977-6078	なかよしおぼけ おぼけ遊園地に行く(㊦・㊧)…4日(土)11時、日本の森シリーズ②(㊦)…18日(土)14時
高島平 ☎3939-6565	にじいろのさかな ゆうじょう編(㊦・㊧)…4日(土)14時、雨に唄えば(㊦・㊧)…18日(土)14時		

※定員あり(先着順)。当日、直接会場へ。  
※上映内容が変更になる場合あり。詳しくは、各図書館にお問い合わせください。  
※中央図書館は第2月曜・月末日、そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館。  
※中央図書館は6月21日(火)~24日(金)休館、高島平図書館は6月6日(月)~11日(土)休館。

## いたばし区民文芸

### 3月・4月分

#### 歌壇 宇田川寛之 選

▼天 三十五の父を知らない父も又傘寿を越えた  
▼地 洗顔を済ませば不意に手が遊ぶ春の眼鏡は  
▼人 身だしなみ忘れ患う夫訪えば「化粧をせよ」とささやくように 和田ふみ緒

▼評 天賞、二句切れの一首。若くして亡くなった父。そして以後も生き続け傘寿を越えたという作者の感慨。地賞、洗顔で外した眼鏡が見当たらない。「かくれんぼ」で表現したところに注目した。人賞、入院する作者に対する夫のささやき。むしろ励ましと受け取ったのだろう。

俳壇 中村和弘 選

▼天 衰えし髪膚にきびし春の雪 金井順子  
▼地 水銀灯あまたの木の芽照らしけり 鰐石忍  
▼人 甘海老のはらご青し雛の膳 宮下けい子

▼評 天賞、髪、皮膚の衰えに春の雪でさえ身に沁みる。高齢者のひそかな嘆き、悲しみ。地賞、数多の木の芽のひとつひとつに水銀灯の光があたる。水銀灯が人の目に木々の芽吹きを見せているかのよう。人賞、雛の膳、海老のはらごの青さが際立つ。写実的なしっかりとした句。

川柳 尾藤川柳 選

▼天 プーチンの侵攻を泣くヴァイオリン 朝田明己

▼地 権力者家にも似た一人一人あり 宮村国治

▼人 会いたくてオセロにかわる恋心 坂井傑

▼評 天賞、時事川柳。ヴァイオリンは悲しみの音色。地賞、時事からの述懐。わが家のプーチンが見える。人賞、コロナ下の恋心か。人間心理を見詰めた瞬間が描かれ見事。投句数も句の質も際立って向上している。競争率が高まった。せっかく内容がよいのに形式で取り難い句もあった。リズムも大切。

いづれも

▼申込・問 6月3日(必着)まで、はがきに部門(短歌・俳句・川柳の別)、作品(1人1部門1作品で未発表のもの)と必要事項(申込記入例5面参照を明記のうえ、(公財)板橋区文化・国際交流財団(〒173-0014 大山東町51-1) ☎3579-3130 ※文字は楷書で丁寧に。漢字にはふりがなも明記。※入選作品の他誌への投稿はご遠慮ください。※令和3年度の入選作品集(A4判)を1冊100円で販売。希望する場合は、直接、同財団。

# 区民文化祭参加者募集

10月・11月に開催する区民文化祭は、区民のみなさんが日頃の練習の成果を発表する場です。ぜひ、ご参加ください。

問 合

(公財)板橋区文化・国際交流財団  
(〒173-0014大山東町51-1)  
☎3579-3130 ☒3579-2276

## 日本民謡のつどい

## ▶部門

▶A個人…一般発表唄※出演時間は出入りを含めて2分15秒以内

▶B団体…▶a一般発表唄▶b一般発表器楽※いずれも出演時間は出入りを含めて3分30秒以内

## ▶C幼児、小・中学生唄

※複数部門の参加可

▶対象=区内在住・在勤・在学の方※A・B中学生以下を除く。▶費用=A1000円▶B1団体3000円▶申込=6月22日(消印有効)まで、往復はがきで、板橋区民謡連盟・原田直将(〒175-0082高島平2-28-1-509)※申込記入例(5面)の項目と部門(A~C、Bはa・bの別も)を明記。団体の場合は代表者分を記入し、参加人数を明記。

## 開催日

▶とき=10月9日(日)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 日本趣味のつどい

▶内容=日本の古典芸能※出演時間は10分以内▶費用=1舞台3000円と出演者1人につき1000円▶申込=7月13日(消印有効)まで、はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)の項目と演目(ふりがな)、出演人数を明記。▶問=板橋区日本趣味のつどい・若柳☎049-246-3783

## 開催日

▶とき=10月9日(日)▶ところ=区立文化会館小ホール

## 日本舞踊のつどい

▶内容=A日本舞踊(新舞踊・民踊を除く)▶B舞踊小曲▶C出演時間は10分以内▶対象=区内在住・在勤・在学の方※大道具・かつら・衣装代などの実費が必要▶申込・問=6月30日(消印有効)まで、はがきで、板橋区日本舞踊連盟・藤間龍三(〒175-0082高島平9-28-14-301)☎3935-2517※申込記入例(5面)参照

## 開催日

▶とき=11月3日(祝)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 合唱のつどい

▶内容=1グループ6分以内の合唱※伴奏はピアノなどの楽器による生演奏に限る。※指揮者・高橋基之の講評あり▶対象=区内の合唱団体▶費用=1団体5000円▶資料請求=7月19日(消印有効)まで、はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)参照▶申込締切=7月30日(必着)

## 開催日

▶とき=11月6日(日)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 謡曲と仕舞のつどい

▶対象=区内在住・在勤・在学の方※流儀不問▶費用=1000円▶申込・問=7月31日(日)まで、電話で、板橋区謡曲連盟・田辺☎090-1253-9907

## 開催日

▶とき=11月13日(日)▶ところ=区立文化会館第1・2和室

## 書道展

## ▶A区民書道展

▶部門=1部…一般・大学生、2部…高校生、3部…中学生、4部…小学生▶対象=区内在住・在勤・在学で、アマチュアの方▶費用=1部・2部…2500円、3部・4部…800円

## 開催日

▶とき=10月13日(木)~16日(日)

## ▶B書家作品展

▶対象=区内在住・在勤で、書家・書道教育者など※アマチュアの方を除く。※未発表のものに限る。▶費用=3000円

## 開催日

▶とき=11月2日(水)~6日(日)

## ▶[A・Bいずれも]

▶ところ=区立美術館※出品者が搬入・搬出▶資料請求=8月5日(消印有効)まで、はがきで、板橋区文化団体連合会事務局(〒173-0015栄町36-1)※申込記入例(5面)の項目と作品の種類(AまたはB)、Aは部門を明記。▶申込締切=9月2日(必着)

## 区民美術展

▶部門=洋画・日本画・水墨画など▶対象=区内在住・在勤・在学で、18歳以上の方▶費用=1000円▶募集要領などの配布場所=6月1日(水)~9月22日(木)に、文化・国際交流課(区役所8階③窓口)、各地域センター、各区分事務所、区立文化会館、区立美術館、グリーンカレッジホール、各まなぼと※郵送を希望する場合は、8月31日(消印有効)まで、はがきで、板橋区文化団体連合会事務局(〒173-0015栄町36-1)※申込記入例(5面)参照▶申込締切=9月22日(消印有効)▶問=板橋区美術家連盟・藤咲☎3935-1060

## 開催日

▶とき=10月26日(水)~30日(日)▶ところ=区立美術館※出品者が搬入・搬出※美術家作品展は10月19日(水)~23日(日)に開催

## いけ花展(出瓶募集)

▶対象=区内在住・在勤・在学の方※団体申込不可▶定員=20人(抽選)▶費用=2000円▶申込=6月17日(消印有効)まで、往復はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)の項目と流派、雅号を明記。



## 開催日

▶とき=11月5日(土)・6日(日)▶ところ=区立文化会館大会議室

## バレエ&ダンス秋の祭典

出演を希望する方は、オーディションにご参加ください。

## オーディション

▶とき=7月3日(日)14時から▶ところ=区立文化会館リハーサル室▶部門=Aクラシックバレエ▶Bジャズダンス▶Cコンテンポラリー▶対象=中学生以上で、Aトウシューズでの舞台経験がある方▶B・Cダンス経験が3年以上ある方▶審査=実技・集団面接▶資料請求=6月19日(消印有効)まで、はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)参照※合格した場合は、参加費(2万5000円)・実費(衣装代など)が必要。▶申込締切=6月26日(消印有効)

## 開催日

▶とき=10月30日(日)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 秋の歌謡まつり

▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=20人(抽選)※コンクール部門のみ参加可▶費用=4000円▶申込・問=7月31日(消印有効)まで、往復はがきで、板橋区歌謡連盟事務局(〒175-0094成増3-1-7-101成増アーバンライフ)☎5383-0078※申込記入例(5面)の項目と曲名を明記



## 開催日

▶とき=11月20日(日)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 青少年音楽のつどい

▶内容=合唱・合奏・和太鼓など※出演時間は15分以内▶対象=区内在住・在学で、小学~高校生を主体とする団体・社会人団体▶費用=1人200円▶申込=8月31日(消印有効)まで、はがきで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)の項目と団体名、発表内容を明記。



## 開催日

▶とき=11月27日(日)▶ところ=区立文化会館大ホール

## 演劇のつどい

▶練習日=6月から約20回▶ところ=区立文化会館リハーサル室など▶演目=11ぴきのねこ▶対象=区内在住・在勤・在学または区内団体に所属している中学生以上▶申込=6月21日(火)まで、電話・FAXで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)参照

## 公演日

▶とき=11月12日(土)・13日(日)▶ところ=区立文化会館小ホール

## 春の演劇教室(区民文化祭関連事業)

▶とき=6月12日(日)14時~17時30分▶ところ=区立文化会館リハーサル室▶内容=演技・ダンスの実習など▶対象=区内在住・在勤・在学の中学生以上▶定員=15人(申込順)▶持物=室内用運動靴▶申込=5月30日(月)朝9時から、電話・FAXで、(公財)板橋区文化・国際交流財団※申込記入例(5面)の項目と17歳以下の方は保護者氏名を明記

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

熱帯環境  
植物館  
企画展

# お魚幼稚園

本展では、成長すると模様・色が変わる魚の幼魚などを紹介します。

## 開催案内

▶とき=6月26日(日)まで、10時~18時(入館は17時30分まで)▶入館料=一般260円、小・中学生および65歳以上の方130円※土曜・日曜は小・中学生無料

## 展示内容

### コショウダイの仲間

縞・水玉などの模様を持つヒレグロコショウダイ・ダイダイコショウダイなどの幼魚を紹介します。

### ベラの仲間

成長すると白色・オレンジ色から緑色に変わるイロブダイ・ツユベラなどの幼魚を紹介します。

### スズメダイの仲間

黄色・黒色の縞模様を持つヒレナガスズメダイの幼魚を紹介します。

### ヤッコの仲間

黒色・青色の輪っか模様や、波のような模様を持つイナズマヤッコ・サザナミヤッコなどの幼魚を紹介します。

### 岸壁幼魚採集家の作品

岸壁幼魚採集家・鈴木香里武さんが採集した幼魚の写真・映像を紹介します。

※生き物の状態などにより、変更になる場合あり。



ヒレグロコショウダイ幼魚 イロブダイ幼魚 ツユベラ幼魚 ヒレナガスズメダイ幼魚 イナズマヤッコ幼魚 サザナミヤッコ幼魚 ミナミハコフグ幼魚

ところ・問合せ 熱帯環境植物館 ☎5920-1131(月曜休館)

## 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の宛名面にも郵便番号・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

### 申込先に住所がない場合の宛先

〒173-8501 板橋区役所(住所記入不要) 〇〇〇課〇〇〇係

## 体験・観賞

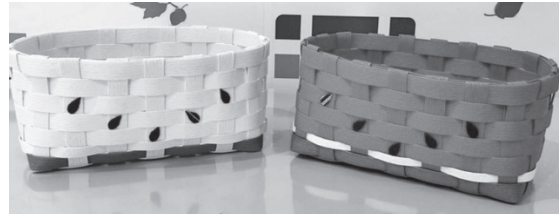
### エコポリスセンターの催し

#### リサイクルワークショップ

▶とき=6月16日(木)・30日(木)、2日制、12時30分~15時30分▶内容=刺し子のテーブルセンタークロス作り▶定員=10人▶費用=2500円▶持物=チャコペーパー・裁縫道具

#### クラフトひもで小物入れ作り

▶とき=6月21日(火)10時~12時▶定員=15人▶費用=1000円▶持物=洗濯ばさみ10個



### 【いずれも】

※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選▶ところ・申込・問=6月6日(必着)まで、往復はがきで、エコポリスセンター(〒174-0063前野町4-6-1) ☎5970-5001(第3月曜休館)※申込記入例参照※同センターホームページからも申込可

### 親子deつりホリデー

▶とき=6月18日(土)9時30分~12時※雨天時は19日(日)に順延▶ところ=氷川つり堀公園(氷川町21-15)▶内容=魚つり・メダカすくい※つり道具・餌の無料貸出あり▶対象=区内在住・在勤・在学で、小学生以下のお子さんとその保護者(2人1組)▶定員=20組(抽選)▶費用=1組840円▶申込・問=6月6日(必着)まで、往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、南部土木サービスセンター地域連携係 ☎3579-2532※申込記入例の項目とお子さんの氏名(ふりがな)・年齢を明記

### 紙リサイクル教室

▶とき=6月18日(土)10時20分~12時▶内容=手すきはがき作り▶講師=(公財)古紙再生促進センター職員▶対象=小学生または小学生とその保護者(小学3年生以下は保護者同伴)▶定員=15組(申込順)▶ところ・申込・問=5月28日(土)朝9時から、電話で、リサイクルプラザ ☎3558-5374※同プラザホームページからも申込可

## アドベンチャー講座

▶とき=7月23日(土)~26日(火)(3泊4日)※12時にアルピコ交通「榎池高原」集合・26日(火)19時に区役所解散予定▶宿泊=白馬大池山荘(長野県北安曇郡小谷村)など※男女別相部屋▶内容=白馬岳・杓子岳・鍵ヶ岳の登山※歩行時間は初日約4時間、2・3日目各約6時間、4日目約5時間▶講師=登山家 節田重節ほか▶対象=登山靴・雨具・ザックなどをお持ちで、2泊以上の登山経験があり、年数回の山歩きをしている方▶定員=24人(抽選)※申込者が17人以下の場合中止▶費用=8万9300円※申込方法など詳しくは、植村冒険館ホームページをご覧ください。▶問=同館 ☎6912-4703(月曜休館)※本事業は、民間旅行会社への委託事業です。



## 公共機関だより

### 6月5日~11日は危険物安全週間

危険物は、身近なものにも含まれています。正しい使い方・保管方法などを製品のラベルで確認しましょう。

▶危険物の例=ガソリン・灯油・カセットボンベなど▶問=板橋消防署 ☎3964-0119、志村消防署 ☎5398-0119

### 志村消防団消防操法大会

消防団の日頃の練習成果を、ぜひ、ご覧ください。▶とき=6月12日(日)9時~12時30分▶ところ=東京都中央卸売市場板橋市場▶問=志村消防署 ☎5398-0119

### 水道・下水道料金の支払猶予の受付期間を延長します

▶受付期間=9月30日(金)まで※対象など詳しくは、お問い合わせください。▶問=水道局お客さまセンター ☎5326-1101(平日、8時30分~20時)

## 講座

### レファレンス講座

▶とき=6月12日(日)14時~15時▶内容=講義「覚え違いタイトル集」※オンライン会議システム「Zoom」を使用▶講師=福井県立図書館 宮川陽子▶定員=15人※オンライン30人(いずれも申込順)▶ところ・申込・問=5月28日(土)朝9時から、直接または電話(オンラインの方は小茂根図書館ホームページ)で、小茂根図書館 ☎3554-8801(第3月曜・月末日休館)

### 働く女性のためのパートナーシップ講座

▶とき=7月3日~17日の毎週日曜、3日制、10時~11時30分▶ところ=グリーンホール601会議室▶内容=講義「心理学による家庭内の関係改善」▶講師=コミュニケーションラボ代表 杉野珠理▶対象=区内在住・在勤・在学の女性▶定員=30人(申込順)※生後4か月~未就学児の保育あり(定員16人、申込順)▶申込=5月30日(月)から、電子申請(区ホームページ参照)▶問=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486



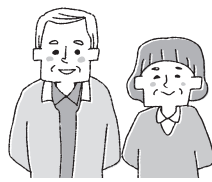
# 高齢者見守り調査にご協力ください

高齢者の孤立を防ぎ、福祉・介護などのサービスが必要な方を区・関係機関へ円滑につなぐため、年1回調査を行っています。民生委員が対象世帯を訪問し、近況・困りごとなどの簡単な聞き取りを行います。

▶期間=6月~10月▶対象=区内在住で、昭和22年4月1日以前に生まれた一人暮らしの方・高齢者のみの世帯

### [ひとりぐらし高齢者見守り対象者名簿]登録者募集

▶対象=区内在住の70歳以上で、一人暮らしの方▶名簿登録事項=本人の氏名・住所・生年月日・電話番号、緊急連絡先の氏名・続柄・住所・電話番号※登録を希望する場合は、お問い合わせください。登録内容の変更・辞退を希望する場合は、地域の民生委員にご連絡ください。



問合

おとしより保健福祉センター地域ケア推進係 ☎5970-1114

# 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

- 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

## 離乳食から幼児食へのすすめ方

▶とき=7月1日(金)、A10時~10時45分 B14時~14時45分▶内容=講義・料理展示▶対象=区内在住で、開催日現在、A1歳~1歳6か月 B生後9~11か月のお子さんの保護者※対象月齢のお子さんの同伴可▶定員=A B各9人(申込順)▶ところ・申込・問=電話で、赤塚健康福祉センター

## 両親学級

▶とき・ところ  
●7月23日(土)・・・板橋健康福祉センター  
●7月31日(日)・・・赤塚健康福祉センター  
※10時~11時30分・13時30分~15時、各1回制。  
▶内容=妊娠中の過ごし方・沐浴指導など▶対象=各開催日時時点で、妊娠24~36週の初産の方とそのパートナー▶定員=各回12組(妊娠週数が多い方を優先し抽選)※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=(株)ポピンスプロフェッショナル ☎3447-5826(平日、9時~17時)、板橋健康福祉センター

# 成増 アートギャラリー 展示案内 ☎3977-6061

- 日曜水彩会水彩画展**  
▶とき=6月1日(水)~5日(日)、10時~18時(初日は12時から、最終日は16時まで)▶内容=風景画45点
- ハガキ絵パレットの会作品展**  
▶とき=6月3日(金)~5日(日)、12時~18時▶内容=はがき絵200点
- ひまわり展**  
▶とき=6月14日(火)~19日(日)、10時~18時(初日は14時から、最終日は16時まで)▶内容=油彩・水彩画など200点

# 社会福祉協議会 ご案内

**講演会「任意後見制度と法定後見制度」**  
▶とき=6月29日(水)14時15分~16時▶ところ=グリーンホール2階ホール▶講師=東京弁護士会 土肥尚子※手話通訳あり▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=70人(申込順)▶申込・問=5月30日(月)朝9時から、電話で、権利擁護いたばしサポートセンター ☎5943-7070※聴覚障がいがある方のみFAX(3964-0245)で申込可。申込記入例(5面)の項目と参加人数を明記。

# 事業者から購入した犬・猫は マイクロチップの登録が必要です



動物愛護管理法が改正され、6月から、ペットショップ・ブリーダーなどの事業者が販売する犬・猫には、マイクロチップの装着が義務付けられました。犬・猫を購入した場合は、30日以内に、日本獣医師会に飼い主情報の登録・変更をお願いします。

## 犬の登録・変更の手続きが不要になります

犬のマイクロチップの登録・変更がお済みの方は、区への鑑札交付・住所変更などの手続き(狂犬病予防注射済票交付を除く)が不要になります。



[いずれも]

※詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問合

生活衛生課管理係 ☎3579-2332

# 蚊を減らして快適な夏を

蚊に刺されると、かゆみが生じるだけでなく、感染症の媒介などの危険性があります。国内の感染症としては日本脳炎が知られていますが、近年はデング熱の感染事例があります。

蚊による被害を防ぐためには、蚊を発生させない・刺されないことが大切です。

## 蚊の発生を防ぐために

- 蚊が育つ場所(水たまり)をなくす
- バケツ・ビニールごみなどに水がたまらないよう清掃する
- 雨水ますは、こまめに点検・清掃して水の流れをよくする



## 蚊に刺されないために

- 蚊が隠れやすい草むらなどは、定期的に草刈りをする
  - 野外では繁み(しげ)を避け、肌の露出を少なくし、必要に応じて虫よけ剤を使用する
- ※駆除剤は環境に影響を与えるため、適正に使用しましょう。

問合

生活衛生課建築物衛生係 ☎3579-2335

## 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広報係 ☎3579-2022

もし家族が認知症を発症したらどうなる？

# 認知症と財産管理セミナー

高齢者の約4人に1人は認知症または軽度認知障害と言われている昨今。もし、自分が認知症になったらどうしたらいいのでしょうか。症状、費用、財産管理、発症したご家族のこと、または対策など、認知症について詳しくお話をいたします。

お気軽にご参加ください

日程

要予約  
**6/4 (土)**

時間 14~16時(13:30開場)

会場 成増アクトホール3F(洋室)  
※成増駅北口徒歩1分



先着40名

個別相談あり(先着順)

参加費無料

参加特典プレゼント付

地域に強い相続アドバイザー・老人ホームが、有益な情報をお伝えします

第一部 認知症セミナー  
講師 株式会社リエイ 岡本 武士さん

第二部 財産管理セミナー  
講師 プラス事務所グループ プラスらいふサポート 代表理事 長谷川 耕太さん

●申し込み・資料請求:ケアガイドエール ☎0800-080-1800 受付時間/9:00~17:30(月~金) ※当日会場では感染対策の徹底を行っております。ご参加の際にはマスクの着用、会場での手指の消毒にご協力をお願いいたします。

健康相談・健診などのご案内

6月

Table with 6 columns: Activity, Hachioji Health Center, Utsunomiya Health Center, Akatsuka Health Center, Shimamura Health Center, Takahira Health Center. Rows include: 精神保健福祉相談, 4歳児・5歳児健康診査, 2か月児・3か月児の母と子の会, 離乳食講習会, 育児相談, 出張育児相談, 女性歯科健診, 乳幼児歯科健診, 婦人科専門相談, ひきこもり家族教室, ひきこもり相談, お酒の悩み相談会.

※定員あり(申込順)。月曜朝9時から受付。
※4歳児・5歳児健康診査は歯科健診を含む。幼稚園児・保育園児を除く。
※2か月児・3か月児の母と子の会は、令和4年3月・4月生まれのお子さんとその母親が対象(持物…母子健康手帳・バスタオル)。
※女性歯科健診は、妊娠中の方・出産後1年以内の方が対象。

6月の 休日医科診療 (主に内科・小児科)



診療時間 9時～20時(最終受付は19時30分まで)
※医療機関は変更になる場合あり。事前に医療機関へ電話連絡のうえ、受診してください。
※発熱で受診する場合は、事前に医療機関へ電話相談のうえ、指示を仰いでください。
※受診時は、健康保険証・各種医療証をお持ちください。

全休日

- 板橋区医師会病院
…高島平3-12-6(☎3975-8151)

5日

- 岩淵診療所…本町17-1(☎3961-2413)
●よりふじ医院
…大谷口北町27-4(☎3956-1255)
●えがおこどもクリニック
…前野町3-31-3(☎5994-7250)
●渡辺産婦人科医院
…高島平2-3-14(☎5399-3008)
●はちすクリニック
…上板橋1-26-13(☎5922-5055)

12日

- 岩田医院…板橋4-57-4(☎3961-1092)
●そう内科クリニック
…小茂根1-21-4(☎3973-0711)
●平山医院
…中台1-46-3(☎090-5823-6275)
●佐藤クリニック
…高島平6-1-1(☎5997-9828)
●赤塚新町クリニック
…赤塚新町2-5-16-1F(☎6915-6617)

19日

- 木村内科クリニック
…板橋4-6-1(☎3964-1955)
●渡邊医院
…常盤台1-29-11(☎3960-7885)
●篠遠医院…蓮沼町20-14(☎3966-4901)
●高島平診療所堀口内科小児科
…高島平4-30-6(☎3975-4114)
●多比良医院
…成増4-13-2(☎3975-8139)

26日

- 弘瀬医院…板橋2-5-1(☎3961-8407)
●ときわ台はしもと小児科アレルギー科
…常盤台1-2-3-3F(☎6454-5415)
●藤田医院…泉町23-8(☎3960-2822)
●蓮根メディカルクリニック
…蓮根2-10-1(☎3966-0341)
●田島クリニック
…成増5-18-4(☎5383-6622)

休日調剤薬局のご案内

▶開局時間=9時～20時※開局する薬局など詳しくは、(一社)板橋区薬剤師会ホームページをご覧ください。各医療機関にお問い合わせください(区委託分は1休日につき3薬局)。



- 24時間電話医療機関案内「ひまわり」☎5272-0303
※外国語による相談窓口☎5285-8181(9時～20時)
●東京消防庁救急相談センター☎#7119または☎3212-2323
●板橋区平日夜間応急こどもクリニック(小児科)
日本大学医学部附属板橋病院内(☎3972-8111)※診療日の診療時間内※こどもクリニック受診希望の旨をお伝えください…平日(年末年始を除く)、19時～22時(最終受付は21時45分まで)
●歯科衛生センター…常盤台3-3-3(☎3966-9393)
●休日歯科応急診療(急に歯が痛くなった方の診療)…日曜・祝日・休日・年末年始、9時～17時(電話予約9時～16時)
●心身障がい児(者)歯科診療…土曜、13時～17時(予約制)
●歯科衛生相談…月曜～土曜(祝日・休日・年末年始を除く)、13時～17時(電話または、事前連絡のうえ来所)
●通院困難な方への訪問歯科診療…土曜、13時～17時(予約制)

# 感染防止にご協力をお願いします

## 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・☎6258-5780  
(いずれも24時間)

東京都発熱相談センター  
医療機関案内専用ダイヤル  
☎6630-3710(24時間)

# 新型コロナウイルス感染症に関する 各種相談・支援案内

対象・支援内容など詳しくは、お問い合わせください。

## 区民向け

内容	問	
総合相談	国民年金保険料の免除・納付猶予	国保年金課国民年金係 ☎3579-2431
	国民健康保険料の納付相談	国保年金課国保収納係 ☎3579-2409
	後期高齢者医療保険料の減免・納付相談	後期高齢医療制度課管理収納係 ☎3579-2327
	生活相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>●板橋福祉事務所 ☎3579-2322</li> <li>●赤塚福祉事務所 ☎3938-5126</li> <li>●志村福祉事務所 ☎3968-2331</li> </ul>
返済猶予	板橋区福祉資金の返済猶予	生活支援課福祉資金係 ☎3579-2353
給付・助成金	国民健康保険傷病手当金	国保年金課国保給付係 ☎3579-2404
	新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金	生活支援課自立支援金給付担当係 ☎6905-7501
	住居確保給付金	いたばし生活仕事サポートセンター ☎6912-4591(平日、9時～19時)
	雇用調整助成金	雇用調整助成金コールセンター ☎0120-603-999(9時～21時)
	高等教育の修学支援新制度	奨学金相談センター ☎0570-666-301・☎6743-6100(いずれも平日、9時～20時)

## 区内中小企業向け

種類	内容	問	
経営相談	中小企業などの特別相談窓口	中小企業診断士が経営に関する相談に応じます。 ※事前に電話予約が必要※相談時間は1回45分	産業振興課経済対策係 ☎3579-2172(平日、9時～17時)
	企業活性化センター経営改善・ コロナ対策チーム	対応方針のアドバイス・資金繰り表の作成支援・経営 相談を行います。※事前に電話予約が必要	板橋区経営改善チーム事務局 ☎5914-3145(9時～17時)
	専門家派遣	助成金の申請支援、IT導入・労務などの経営全般の相 談に、専門家を派遣します。※年度内3回まで。	(公財)板橋区産業振興公社経営支援グループ ☎3579-2175(平日、9時～17時)
	簡易型BCP策定支援	風水害・感染症流行などのリスクに備え、簡単な取組 によるBCP(事業継続計画)策定を支援します。	
融資	経営安定化特別融資	売上減少などで業況悪化している、または悪化が見込 まれ資金繰りが必要となる事業者を対象に、融資のあ っせんと利子補給・信用保証料補助を行います。	産業振興課経済対策係 ☎3579-2172(平日、9時～17時)
助成金	ビジネス環境適応事業助成金	テレワーク環境の整備経費、生産性向上のためのデジ タルツールの導入費などの一部を助成します。	(公財)板橋区産業振興公社事業第1グループ ☎3579-2192(平日、9時～17時)
	営業活動促進事業助成金	自社製品・サービスを紹介する動画・ホームページ・ チラシなどの製作経費の一部を助成します。	(公財)板橋区産業振興公社事業第2グループ ☎3579-2191(平日、9時～17時)

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

世帯数・人口(前月比)		うち	年齢別 人口	年齢・人口		構成比
世帯	人口	外国人		14歳以下	15～64歳	65歳以上
319,311(+1429)	568,106(+1015)	26,270	59,746	376,493	131,867	10.5%
		12,482				66.3%
		13,788				23.2%

※割合を表す数値の単位未満は、四捨五入しています。