

いたばしウォーキング大会 参加者募集

▶**とき**=11月3日(祝朝9時から順次開始(受付は9時~10時30分※時間指定))▶**ところ**=小豆沢野球場※徒歩または公共交通機関をご利用ください。▶**コース**=
 参照▶**定員**=1200人(申込順)▶**費用**=小学生以上500円▶**持物**=雨具など▶**申込**=10月7日(必着)まで、直接または往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、スポーツ振興課事業推進係(区役所8階14窓口)※申込記入例の項目と小学生は学年を明記。複数(1申込5人まで)で申し込む場合は全員分明記。

コース・催し案内

スタート地点

- 参加者全員にゼッケン配付・協賛企業による商品提供
- フードドライブ※食品・食材に条件あり。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

Aコース(4.1km)

- 日テレ・東京ヴェルディベレーザによる体験
- NPO法人志村スポーツクラブ・プリムラによる体験 など

Bコース(8.6km)

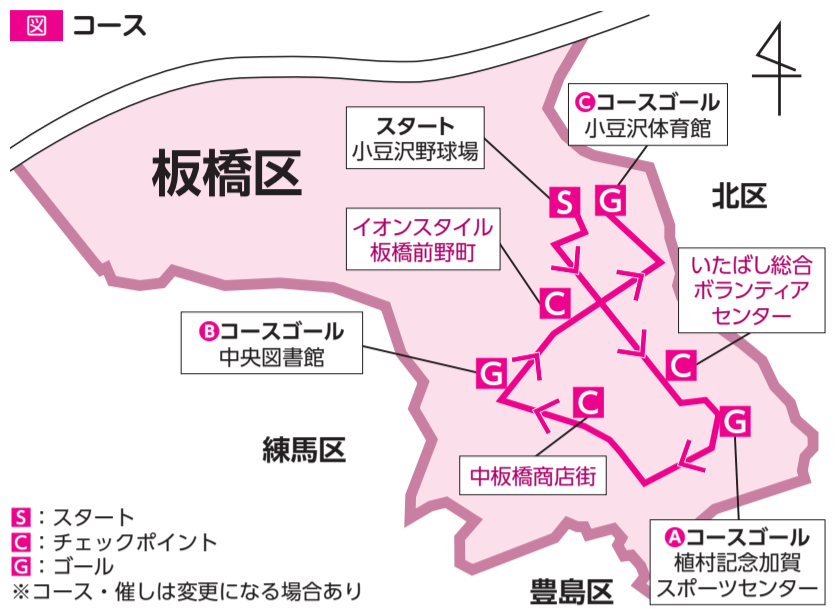
- 商店街によるおもてなし
- 山芳製菓(株)による商品提供
- (公社)東京都理学療法士協会板橋区支部による相談・測定 など

Cコース(12.0km)

- イオンスタイル板橋前野町による商品提供 など



コース



S: スタート
 C: チェックポイント
 G: ゴール
 ※コース・催しは変更になる場合あり

問合せ
 スポーツ振興課事業推進係 ☎3579-2652

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

講座

脳力アップ教室

▶**ところ・とき**(8日制)

- A **おとしより保健福祉センター**…9月22日~11月24日(10月20日・11月3日を除く)の毎週木曜
- B **高島平地域センター**…10月4日~12月13日(10月25日・11月1日・29日を除く)の毎週火曜
- C **志村坂上地域センター**…10月7日~11月25日の毎週金曜

※10時~11時45分

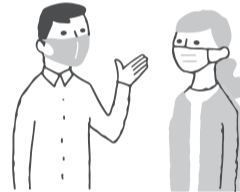
▶**内容**=A・B脳機能を鍛える運動・グループワーク C脳機能の向上や安全運転につながる運動・グループワーク▶**対象**=区内在住の65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方(C日頃から自動車を運転している方)▶**定員**=A~C各20人(申込順)▶**費用**=500円▶**申込・問**=8月29日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎5970-1121



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**=9月6日(火)14時~16時▶**ところ**=グリーンホール504会議室※当日、直接会場へ。▶**テーマ**=終活▶**問**=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486



だれもが安心できる共生社会づくり

▶**とき**=9月11日(日)14時~17時▶**内容**=講義「ライフステージごとの地域共生」など▶**講師**=NPO法人エコ・コミュニケーションセンター代表 森良ほか▶**定員**=50人(申込順)▶**ところ**・**申込・問**=8月27日(土)朝9時から、直接または電話で、まなぼーと大原 ☎3969-0401(第3月曜休館)

心理学講座

▶**とき**=9月17日(土)14時~16時▶**内容**=ワークショップ「アートセラピーで自分の魅力探し」▶**講師**=コミュニケーションラボ代表 杉野珠理▶**対象**=中学生~39歳の方▶**定員**=20人(先着順)※当日、直接会場へ。▶**ところ**・**問**=まなぼーと成増 ☎3975-9706(第3月曜休館)

ITパスポート講座

▶**とき**=10月12日~12月21日(11月23日を除く)の毎週水曜、10日制、19時~21時15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22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※申込記入例参照。ハイライフいたばし会員は会員番号を明記。

体験・観賞

自然と人が奏でるハーモニー

▶**とき**=9月25日(日)10時~11時30分▶**内容**=講義「弦楽器の製作」・演奏▶**講師**=弦楽器工房アルモニア店主 江畑正一ほか▶**対象**=小学生以上▶**定員**=50人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▶**ところ**・**申込**・**問**=9月5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。ただし9月19日(祝)は開館し20日(火)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**=10月1日(土)9時30分~12時※雨天時は2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・在学中、小学生以下のお子さんとその保護者(2人1組)▶**定員**=10組(抽選)▶**費用**=1組840円▶**申込**・**問**=9月13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(〒174-0062富士見町3-1) ☎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



親子で農業体験

▶**とき**=10月30日(日)・11月20日(日)・来年1月28日(土)、3日制、10時~12時(最終日は13時30分~15時15分)※荒天時は11月3日(祝)・23日(祝)・来年1月29日(日)に延期▶**ところ**=赤塚植物園▶**内容**=さつまいもの収穫・ほうれん草の育成・工作など▶**対象**=小学生以下のお子さんとその保護者(2人1組)▶**定員**=10組(抽選)▶**申込**=9月7日(水)まで、電子申請(区ホームページ参照)▶**問**=みどりと公園課みどり推進係 ☎3579-2533

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)		うち外国人
世帯	320,711 (+218)	
人口	569,053 (+77)	27,563
男	278,427 (+58)	13,210
女	290,626 (+19)	14,353

年齢別人口	年齢・人口		構成比	
	14歳以下	59,592		10.5%
	15~64歳	377,589		66.3%
65歳以上	131,872	23.2%		

※割合を表す数値の単位未満は、四捨五入しています。