

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
- ▶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=2月28日(消印有効)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(4面)の項目と希望教室・施設名(茶道の徳丸ふれあい館はAまたはB)を明記



表1 かくしゃく講座

教室	施設	とき	定員	流派名	
書道	仲町ふれあい館	4月5日・19日・5月3日・17日・6月7日・21日・7月5日・19日、各水曜、9時30分～11時30分	各20人	—	
	中台ふれあい館	4月11日・25日・5月9日・23日・6月13日・27日・7月11日・25日、各火曜、9時30分～11時30分			
	徳丸ふれあい館	4月6日・20日・5月4日・18日・6月1日・15日・7月6日・20日、各木曜、13時30分～15時30分			
	志村ふれあい館	4月3日・17日・5月8日・22日・6月5日・19日・7月3日・17日、各月曜、13時30分～15時30分			
	高島平ふれあい館	4月11日・25日・5月9日・23日・6月13日・27日・7月11日・25日、各火曜、13時30分～15時30分			
華道	仲町ふれあい館	4月5日・19日・5月3日・17日・6月7日・21日・7月5日・19日、各水曜、9時30分～11時30分		草月流	
	中台ふれあい館	4月4日・18日・5月2日・16日・6月6日・20日・7月4日・18日、各火曜、10時～12時			
	徳丸ふれあい館	4月6日・20日・5月4日・18日・6月1日・15日・7月6日・20日、各木曜、10時～12時			
	志村ふれあい館	4月14日・28日・5月12日・26日・6月9日・23日・7月14日・28日、各金曜、13時30分～15時30分			
	高島平ふれあい館	4月5日・19日・5月3日・17日・6月7日・21日・7月5日・19日、各水曜、13時30分～15時30分			
茶道	仲町ふれあい館	4月5日・19日・5月3日・17日・6月7日・21日・7月5日・19日、各水曜、9時30分～11時30分		各15人	裏千家
	徳丸ふれあい館A	4月3日・17日・5月1日・15日・6月5日・19日・7月3日・17日、各月曜、9時30分～11時30分			
	徳丸ふれあい館B	4月13日・27日・5月11日・25日・6月8日・22日・7月13日・27日、各木曜、13時30分～15時30分			大日本茶道学会

※書道・華道は洋室で実施※抽選

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)
徳丸ふれあい館	〒175-0083徳丸2-12-12 ☎3934-8627(火曜休館)
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)



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

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、もの忘れで医療機関にかかっていない方※家族(区外在住も含む)も相談可▶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
2月2日(木)	ウェルネススペース板橋(板橋3-26-4)※申込は仲宿おとしより相談センター☎5944-4611
2月6日(月)	高島平地域センター※申込は三園おとしより相談センター☎3939-1101
2月13日(月)	徳丸おとしより相談センター☎5921-1060
2月17日(金)	清水おとしより相談センター☎3558-6500
2月24日(金)	桜川おとしより相談センター☎3959-7485

※13時20分から・14時から、各1回制。

尿もれ予防体操教室

▶とき=2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=保健師▶対象=区内在住・在勤の女性▶定員=20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

乳がん体験者いたばしオアシスの会

▶とき=2月28日(火)13時30分～15時30分▶ところ=板橋区保健所▶内容=体験・療養上の悩みなどの語り合い▶対象=区内在住・在勤で、乳がんを体験した、またはこれから治療を始める女性▶定員=20人(申込順)▶申込・問=電話で、女性健康支援センター☎3579-2306

胃・肺がん検診

▶とき・ところ=表4参照▶検診受付時間=受診券で指定した時間▶内容●胃がん検診…胃部X線(バリウム)検査※妊娠中の方・胃の手術経験がある方などは受診不可※誤嚥の可能性のある方などは、問診の結果、受診できない場合あり。

- 肺がん検診…胸部X線検査※要件に該当する方は、かくたん検査あり。※妊娠中の方は受診不可
 - ▶対象=区内在住で、昭和58年3月31日以前に生まれた方▶定員=各日50人(申込順)
 - ▶申込●はがき・電子申請(区ホームページ参照)…1月21日(土)から、健康推進課成人健診係※申込記入例(4面)の項目と希望検診名、生年月日、性別、希望日・会場を明記。受診希望日の15日前までにご投函ください。
 - 直接・電話…1月23日(月)朝8時30分から、健康推進課健(検)診申込窓口(区役所3階②窓口)☎3579-2319
- ※手話通訳あり。希望する場合は、手話通訳希望と明記し、受診希望日の21日前までにお申し込みください。
- ▶問=健康推進課成人健診係☎3579-2312

表4 胃・肺がん検診

とき	ところ
3月2日(木)	上板橋体育館
3月3日(金)	赤塚健康福祉センター
3月7日(火)・10日(金)・14日(火)	板橋区医師会病院
3月8日(水)・13日(月)	グリーンホール1階ホール

※3月10日(金)の板橋区医師会病院は肺がん検診のみ。

いたばし区民文芸

11月・12月分

- 歌壇 宇田川寛之選
- ▼天 生きるとは？思春期の頃迷いけりふたたび迷う老いたる今を 久保親二
- ▼地 おれよりも先に逝くなとしみじみと言ひ合ふ(と)となりたる二人 和田ふみ緒
- ▼人 歳取れば健康ほどの贅沢が他に有るとはとも思えず 北川孝規
- ▼評 天賞、明確な答えの出ない問い、思春期の頃に繰り返す問い、年老いてから改めて自らに問いかける。地賞、長年連れ添った夫婦か。夫から妻への率直な思いの一首。「しみじみ」とが効果的。人賞、若い頃には気に留めなかった健康、年老いてそれが贅沢なことに気付く。
- 俳壇 中村和弘選
- ▼天 起き伏しの枕のくぼみ木の葉髪 和田ふみ緒
- ▼地 蒲団干す妹律の赤襪 米田達仁
- ▼人 喪服の児鍋焼餛飩噛みしめる 吉田敦
- ▼評 天賞、生活は起き伏しの繰り返し。いつの間にかできた枕の窪に木の葉髪、人生の哀感。地賞、子規の妹・律、赤い襪をかけ蒲団を干す。病床の兄を助け、生涯を尽したことで知られる。人賞、身内の葬儀、食事も充分とれなかった。温かい鍋焼餛飩を噛み締める。児には児の悲。
- 川柳 尾藤川柳選
- ▼天 重箱を洗って孫を待つ師走 野村みどり
- ▼地 雑草の冬枯れの中居丈高 山之内富士代
- ▼人 草の根の執着心に仁義欠き 浅賀清
- ▼評 天賞、正月休みへ御節の重を洗う風景に心の重箱の隅まで洗っている心理が重なる。地賞、雑草が目映るが、そこに重なるのは作者自身。人賞、執着は何事にも因果をもたらす。下五「欠く仁義」とすれば、報告調から描写体になって句に広がり生まれそう。安直な字余りの句が多かった。まずリズム。次には、人生が垣間見られる内容に…
- いづれも
- ▼申込・問 2月1日(必着)まで、はがきに部門(短歌・俳句・川柳の別)、作品(1人各部門1作品で未発表のもの)と必要事項申込記入例4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区立文化会館内)☎3579-13130※文字は楷書で丁寧。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。