

凡例 …「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

家庭菜園でCO₂を削減しよう

「食」による地産地消で ゼロカーボンいたばし2050アクション事業

二酸化炭素(CO₂)の排出は、地球温暖化の主な原因とされており、貨物自動車などによる食品輸送時にもCO₂が排出されています。

区では、参加者にプランター・土のセットを配付し、家庭菜園による地産地消で食品の輸送距離を減らすことで、CO₂排出量削減を図ります。ぜひ、ご協力ください。※参加者は、栽培



▲詳しくはこちらから

レポートの提出が必要。

▶対象＝区内在住の方 ▶定員＝200人(申込順)

▶申請期限＝7月31日(水)※申請方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問 合

環境政策課脱炭素社会推進係
☎3579-2622

区民結核健診

▶とき＝7月11日(木)15時～16時 ▶ところ＝板橋区保健所 ▶内容＝胸部X線検査※診断書の発行不可 ▶対象＝区内在住の16歳以上で、同検査を受ける機会がない方 ▶定員＝20人(申込順) ▶申込・問＝電話・FAXで、予防対策課感染症対策係 ☎3579-2321 ☎3579-1337 ※申込記入例(4面)参照

公共機関だより

6月は浸水対策強化月間

下水道が整備された地域でも、集中豪雨・台風などにより浸水被害が発生しています。各家庭での浸水被害への備えをお願いします。※浸水対策など詳しくは、東京都下水道局ホームページをご覧ください。

▶問＝同局西部第二下水道事務所お客様サービス課 ☎3969-2374



福 祉

介護予防スペース事業さくらテラス

▶とき＝7月18日～9月26日(8月15日を除く)の毎週木曜、10日制

▶コース・時間・定員

●体操・介護予防指導…10時～12時、20人

●腰痛・膝痛・転倒予防…13時～14時、10人

●ヨガ…14時30分～16時30分、20人

※抽選

▶ところ＝地域交流スペースさくらテラス(向原3-7-8) ▶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＝6月7日(消印有効)まで、はがき(1人1コース)・電子申請(区ホームページ参照)で、長寿社会推進課シニア活動支援係 ☎3579-2376 ※申込記入例(4面)参照

仲間と始める「10の筋トレ」説明会

▶とき＝7月7日(日)9時30分～10時45分 ▶ところ＝(医)明芳会イムス板橋リハビリテーション病院(小豆沢3-11-1) ▶内容＝介護予防に効果がある筋力トレーニングの説明・体験など ▶講師＝同病院理学療法士 真庭弘樹 ▶対象＝区内在住で、説明会以降の毎週日曜に同場所で行う10の筋トレに参加したい方 ▶定員＝12人(申込順) ▶申込・問＝6月3日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター介護普及係 ☎5970-1120



休みます

地域センター・ホール

▶施設・とき

●ロータスホール…6月1日(土)～7月31日(水)

※窓口業務は通常どおり行います。

●向原ホール…6月17日(月)
●大谷口地域センター…6月10日(月)17時～21時
●清水地域センター…6月17日(月)

※定期清掃などのため

▶問＝地域振興課庶務係 ☎3579-2161

区立文化会館・グリーンホール受付窓口

▶施設・とき

●区立文化会館…6月26日(水)・27日(木)(27日は17時～20時)

●グリーンホール…6月24日(月)17時～20時

※施設点検のため

▶問＝区立文化会館 ☎3579-2222

西台図書館

▶とき＝7月8日(月)～13日(土)※資料点検・整備のため ▶問＝西台図書館 ☎5399-1191(第3月曜・月末日休館)

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



両親学級

▶ところ・とき(各1回制)

A板橋健康福祉センター…7月7日(日)、10時～11時30分・13時30分～15時

B赤塚健康福祉センター…7月20日(土)、10時～11時30分・13時30分～15時

Cオンライン…7月28日(日)13時30分～15時

▶内容＝妊娠中の過ごし方・沐浴指導など ▶対象＝開催日時時点で、A・B妊娠24週～36週 C妊娠24週～38週の初産の方とそのパートナー ▶定員＝A各回16組 B各回20組 C80組(いずれも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)メディカル・ナビゲーター ☎6427-4802(平日、9時～17時)、板橋健康福祉センター ☎3579-2333

グリーンライフ



アジサイ(紫陽花)

アジサイ科アジサイ属の落葉低木の一つ。原種は日本に生ずるガクアジサイです。鎖国時代にヨーロッパに渡り、やがてハイドラング(西洋アジサイ)として逆輸入されました。現在では、北アメリカ原産種なども栽培されています。

江戸時代に長崎のオランダ商館員として来日した医師・博物学者であるシーボルトは、アジサイを好み、ハイドラング・オタクサという名前をつけて世界に広めました。この名前は、シーボルトが愛した女性・お滝さんからつけたといわれ、アジサイは長崎市の花となっています。

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。

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

アクセス良好

板橋区赤塚の永代供養墓



永代供養塔
博愛の絆
HAKUAI NO KIZUNA

永代供養料
(一壺位様) **19万円**
(税込み)
春彼岸後、合祀埋葬いたします。
ご希望により柩保管延長する事ができます。

管理料のご負担なし

お手入れ・管理不要

宗旨・宗派不問

閑静な丘陵に佇む自然豊かな環境

資料請求・見学お申込・
その他お問い合わせは

クリプタ板橋セントソフィア

〒175-0092 東京都板橋区赤塚5-12-23 【受付時間】9:00～17:00(月曜休園)

TEL **03-6904-3400**

クリプタ板橋



【クリプタ板橋セントソフィア概要】 ●所在地／東京都板橋区赤塚5-12-23 ●宗旨宗派不問／完全自由霊園 ●許可番号／19-板保生環第44号 ●付帯設備／管理事務所・休憩室2箇所・別館礼拝施設・礼拝室2箇所・会食堂・トイレ2箇所・水場6箇所・大型駐車場 ●経営主体／林泉寺 ●清掃管理／有限会社セントソフィア

庭木1本から承ります!



お客様へのお約束
土日でもOKです
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します

生垣の剪定 長さ1m
通常2,200円を 高さ2m
以上は別途
1,100円
から
ガーデニングサービス
東京北支店 練馬区土田3-19-12 ☎9:00～17:00
03-5933-2811
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

住宅デー6月9日(日)

午前10時から午後3時

(受付終了は会場によって異なります)

○無料住宅相談・耐震相談

○包丁とき

(1本目無料・2本目から有料) など

東京土建一般労働組合板橋支部

板橋区双葉町36-6

☎ 03-3963-5325



広告

福祉葬

火葬式

一日葬

家族葬

孝行舎

(株) 孝行舎

24時間
365日受付

☎

0120-81-5548