

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

福祉

知的障がい者相談員による相談会

▶**とき** = 2月21日(金)10時~12時※相談時間は1人30分程度 ▶**ところ** = グリーンホール701会議室 ▶**対象** = 区内在住で、知的障がいがある方またはその家族 ▶**定員** = 3人(申込順) ▶**申込・問** = 2月3日(月)朝9時から、電話・FAXで、障がい政策課計画推進係 ☎3579-2361 〆3579-4159 ※申込記入例(4面)の項目と希望時間、相談内容を明記。※相談会以外でも相談は随時受付

フレイルチェック測定会

▶**とき・ところ** = **表** ▶**内容** = 講義「フレイル予防」・体力測定など ▶**対象** = 区内在住の50歳以上で、要介護認定を受けておらず、半年後に行う同測定会に参加できる方。※参加経験がある方は、前回の参加から半年以上経過した方。 ▶**定員** = 各日20人(抽選) ▶**申込・問** = 2月14日(必着)まで、はがき・FAX・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 〆3579-4153 ※申込記入例(4面)の項目と生年月日、希望日(第3希望まで)を明記。



表 フレイルチェック測定会

とき	ところ
2月28日(金)	高島平区民館
3月5日(火)	常盤台地域センター
3月11日(火)	板橋地域センター
3月17日(月)	下赤塚地域センター

※14時~16時

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

膠原病の方の交流会

▶**とき** = 3月4日(火)13時30分~15時30分 ▶**ところ** = 板橋区保健所 ▶**内容** = ①療養上の体験の情報交換 ②タオル体操など ▶**講師** = ③運動指導員 ▶**対象** = 区内在住・在勤で、膠原病を患っている方とその家族 ▶**定員** = 15人(申込順) ▶**持物** = フェイスタオル ▶**申込・問** = 電話・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課地域保健係 ☎3579-2821

飼い猫の去勢・不妊手術費助成制度を終了します

令和6年度をもって、同制度を終了します。最終受付は3月31日(月)です。なお、野良猫の去勢・不妊手術費助成事業については、継続します。手続きは板橋区保健所・各区民事務所・各健

康福祉センター(板橋を除く)で受け付けています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。※予算上限額に達し次第、最終受付日より前に受付が終了する場合があります。



問 合 生活衛生課管理係 ☎3579-2332

日本語スピーチ大会

▶**とき** = 2月22日(土)14時~17時 ▶**ところ** = グリーンホール2階ホール ▶**内容** = 外国籍の方による日本・自国の文化などをテーマにしたスピーチなど ▶**定員** = 200人(先着順)※当日、直接会場へ。



日本語学習の成果をご覧ください

問 合 (公財)板橋区文化・国際交流財団(グリーンホール内) ☎3579-2015

両親学級

▶**ところ・とき**
A 志村健康福祉センター… 3月15日(土)、10時~11時30分・13時30分~15時、各1回制
B オンライン… 3月30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** = 各開催日時点で、A 妊娠24週~36週 B 妊娠24週~38週の初産の方とそのパートナー ▶**定員** = A 各回20組 B 80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)ポピンズ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 ☎3579-2333

講座

講演会「みんなで考える防災」

▶**とき** = 2月15日(土)10時~12時※当日、直接会場へ。▶**ところ** = 区立文化会館大ホール ▶**内容** = 阪神・淡路大震災の震災経験など ▶**講師** = 震災語部(かたりべ) 米山正幸 ▶**問** = 地域防災支援課消防防災担当係 ☎3579-2158

(一社)板橋産業連合会の講座

生成AI活用講座

▶**とき** = 2月25日(火)14時~16時 ▶**内容** = 講義「ChatGPTの活用方法」▶**講師** = (株)マックスR 代表取締役 二宮雅規 ▶**対象** = 区内在住・在勤の会社員 ▶**定員** = 30人

子ども起業塾

▶**とき** = 3月15日(土)9時30分~18時 ▶**内容** = 会社経営のバーチャル体験 ▶**対象** = 区内在住・在学の小学4~6年生 ▶**定員** = 24人 ▶**費用** = 1000円

【いずれも】

※申込順※申込方法など詳しくは、(一社)板橋産業連合会ホームページをご覧ください。▶**ところ** = 板橋産連会館(仲宿54-10) ▶**問** = 同連合会 ☎3962-0131、板橋区産業振興課工業振興係 ☎3579-2193

10の筋トレ合同大会

▶**とき** = 2月28日(金)14時~16時 ▶**ところ** = 成増アクトホール ▶**内容** = 講演「介護予防・フレイル予防のための持病の管理」・10の筋トレの実演 ▶**講師** = (公社)板橋区医師会副会長 鈴木陽一ほか ▶**対象** = 区内在住・在勤の方 ▶**定員** = 200人(申込順) ▶**申込・問** = 2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

渋沢栄一公開講座

▶**とき** = 3月4日(火)14時~16時 ▶**ところ** = 板五米店(仲宿40-1) ▶**内容** = 講義「論語」▶**講師** = 平成国際大学新学部設置準備室学術顧問 山口諤司 ▶**定員** = 10人(抽選) ▶**申込・問** = 2月18日(必着)まで、往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、くらしと観光課観光振興係(〒173-0004板橋2-65-6) ☎3579-2251 ※申込記入例(4面)参照

ファミリーサポート援助会員養成研修

▶**とき** = 3月25日(火)10時~16時 ▶**ところ** = 子ども家庭総合支援センター ▶**内容** = 事業説明、講義「子どもの発達・事故防止」▶**対象** = 区内在住の20~69歳の方 ▶**定員** = 15人(申込順) ▶**持物** = 本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など) ▶**申込・問** = 2月3日(月)朝9時から、電話で、同センター子育てサポート ☎5944-2381(平日、9時~17時)

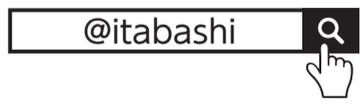


板橋区LINE公式アカウントをご活用ください

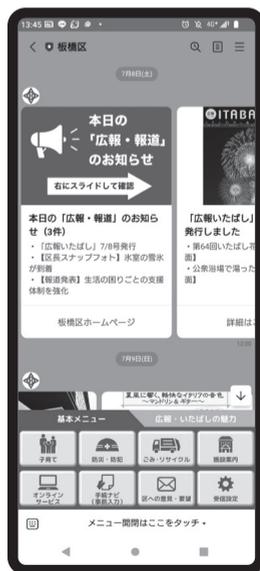
「板橋区LINE公式アカウント」では、防災、子育て、ごみ・リサイクルなどのくらしに関する情報や、イベント情報のほか、受け取りたい情報をカテゴリ別に選択することができます。

友だち追加方法

- ① 下記二次元コードから登録
- ② LINEアプリホーム画面のID検索から登録



※通信料がかかります。 ※そのほかの利用方法など、詳しくは区ホームページをご覧ください。



スマートフォン画面イメージ

問 合 ●情報配信について…広聴広報課報道係 ☎3579-2025 ●利用方法について…IT推進課DX推進係 ☎3579-2043