



3月は自殺対策強化月間

その悩み、

話してみませんか



都・区、関係機関・団体などでは、この月間に合わせ、相談・講演会などを行います。この機会にご利用ください。

問合せ 健康推進課 ころといのちの係 ☎3579-2329

相談・案内

特別電話相談・LINE相談

悩み・不安の相談などにご利用ください(表参照)。

街頭キャンペーン

相談窓口案内などの啓発物を配布します。

▶とき=3月7日(金)8時30分~9時30分▶ところ=東武東上線「上板橋」周辺

板橋ころといのちの相談窓口

様々な悩みの相談先をまとめた案内を作成しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



表 特別電話相談・LINE相談

相談先	とき
フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090	3月1日(土)~7日(金)、20時~翌朝2時30分 (3日(月)は22時30分から、4日(火)は17時から)
有終支援いのちの山彦電話(傾聴電話) ☎3842-5311	3月1日~31日の火曜・水曜・金曜・土曜・日曜・祝日、12時~20時(3月23日(日)を除く)
自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556	3月1日(土)~31日(月)、16時~21時 (3月10日(月)~16日(日)は朝8時~翌朝8時)
東京都自殺相談ダイヤル 「ころといのちのほっとライン」 ☎0570-087478	3月27日(木)~31日(月)(24時間)
自死遺族相談ダイヤル ☎3261-4350	3月10日(月)~12日(水)、12時~17時
自死遺族傾聴電話 ☎3796-5453	3月4日(火)~8日(土)、11時~17時
多重債務110番☎3235-1155	3月3日(月)・4日(火)、9時~17時
相談ほっとLINE@東京 ※上記アカウント名で検索・登録	15時~22時30分
とうきょう自死遺族総合支援窓口 ☎5357-1536	平日15時~19時・日曜13時~17時(3月20日(祝)を除く)

講演会

①いのちを支えるこころの応急処置 ゲートキーパーになろう

▶とき=3月3日(月)13時15分~16時15分▶ところ=グリーンホール2階ホール▶講師=東京薬科大学客員教授 齋藤百枝美▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=50人(申込順)▶申込=2月10日(月)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課ころといのちの係

②ころといのちの講演会(オンライン)

▶とき=3月15日(土)10時30分~11時45分▶内容=講演「妊娠・出産とメンタルヘルス」▶講師=(公社)日本産婦人科医会常務理事 相良洋子▶対象=都内在住・在勤・在学の方※申込方法など詳しくは、東京都保健医療局ホームページをご覧ください。

大切な人の命を守る「ゲートキーパー」をご存じですか

ゲートキーパーとは、悩みを抱えている人に気づき、声をかけ、話を聴き、支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格は不要で、だれでもゲートキーパーになることができます。

ゲートキーパーの役割

気づき・声かけ

眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど、身近な人の様子がいつもと違う場合、もしかしたら悩みを抱えているかもしれません。勇気を出して声をかけてみましょう。

- 「眠れている？」
- 「どうしたの？なにかつらそうだけど…」
- 「悩んでいるなら、よかったら聞かせて」



傾聴

相談者の気持ちを尊重し、話を聴きましょう。

- 話せる環境をつくり、心配していることを伝える
- 悩みを真剣な態度で受け止め、相談者の感情を否定せずに最後まで聞く
- 話を聞いたら、「話してくれてありがとう」「大変だったね」「よくやってきたね」というねぎらいの気持ちを言葉にして伝える



つなぎ

相談窓口相談するよう促しましょう。

- 相談窓口を紹介する際は、相談者に丁寧に情報提供をする
- 相談窓口で確実につながるように、相談者の了承を得たうえで相談先に直接連絡を取り、相談場所・日時を具体的に設定し、相談者に伝える
- 一緒に相談窓口に向かうことが難しい場合は、地図やパンフレットを渡したり、相談窓口への交通手段の情報提供をするなどの支援を行う



見守り

相談窓口へ連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう。

出張ゲートキーパー研修をご利用ください

区では、ゲートキーパーを増やすため、講師が出張して研修を行っています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



「障がい者福祉のしおり」に 広告を掲載しませんか

▶掲載位置・規格＝指定ページの全面(縦24cm×横17cm)・2分の1(縦12cm×横17cm)・4分の1(縦12cm×横8cm)※全4ページ分(予定)※掲載料など詳しくは、お問い合わせください。▶発行部数＝1万2000部▶発行時期＝9月▶選定＝内容を審査のうえ区内事業者・公共性がある事業者を優先し抽選※広告版下は広告主が作成。

掲載基準など詳しくは、お問い合わせください。▶申込書の配布場所＝障がい政策課(区役所3階⑭窓口)・区ホームページ▶申込・問＝3月19日(必着)まで、申込書・広告原稿案を直接または郵送・Eメールで、障がい政策課計画推進係(〒173-8501)☎3579-2361☒3579-4159☒f-keikaku@city.itabashi.tokyo.jp

お知らせ

Jアラート(全国瞬時警報システム)の情報伝達放送テストを行います

大規模災害などの緊急情報を瞬時に伝達する手段を整備するため、防災行政無線などで全国一斉情報伝達放送テストを行います。

▶とき＝2月12日(水)11時

▶放送内容

- 「これはJアラートのテストです」3回
- 「こちらは防災板橋です」1回

▶情報伝達手段＝防災行政無線、J:COM緊急地震速報端末(当サービス加入の家庭のみ)▶問＝防災危機管理課危機管理係☎3579-2154

東洋大学附属図書館(白山図書館)の図書をご覧ください

▶とき＝2月14日(金)～3月31日(月)※休館日などを除く▶ところ＝東洋大学附属図書館(文京区白山5-28-20)▶対象＝区内在住の18歳以上(学生を除く)で、板橋区立図書館の利用登録をしている方▶申込＝3月30日(日)まで、板橋区立図書館利用カード・住所が確認できるものをお持ちのうえ、直接、板橋区立各図書館▶問＝中央図書館☎6281-0291(第2月曜・月末日休館)

熱帯環境植物館のガイドボランティア募集説明会

▶とき＝3月2日(日)13時30分～16時▶対象＝高校生以上▶定員＝10人(抽選)※入館料が別途必要※応募要件など詳しくは、同館ホームページをご覧ください。▶ところ・申込・問＝2月18日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、熱帯環境植物館(〒175-0082高島平8-29-2)☎5920-1131☒5920-1132☒nettaikan@seibu-la.co.jp(月曜休館。ただし2月24日(休)は開館し25日(火)休館)※申込記入例(4面)参照

建築物耐震相談会

▶とき＝3月3日(月)10時～16時▶ところ＝イベントスクエア(区役所1階)▶内容＝A建築士による住まいの耐震相談、耐震診断・耐震補強・解体工事などの助成制度の相談※相談時間は1組40分B起震車体験(Bは13時30分～15時30分)▶持物＝A設計図(お持ちの方)▶申込・問＝A2月10日(月)朝9時から、電話で、建築安全課建築耐震係☎3579-2554※当日、予約なしでの相談も可。



板橋四丁目集会所を開設します

▶開設日＝3月6日(木)▶ところ＝板橋スカイプラザ2階(板橋4-6-1)▶部屋＝洋室(61㎡・30人)▶利用時間＝9時～21時30分※利用料金・申込方法など詳しくは、板橋地域センター(☎3963-5049)にお問い合わせください。▶問＝地域振興課庶務係☎3579-2161

募集

桜まつりフリーマーケット出店者

▶とき＝3月23日(日)11時15分～14時45分※雨天中止▶ところ＝板橋五中校庭※駐車場はありません。▶対象＝区内在住・在勤・在学の方※プ口の方を除く。飲食物の販売不可。▶募集数＝40店舗(抽選)▶出店スペース＝2m×2m▶費用＝1000円▶申込・問＝3月7日(消印有効)まで、往復はがきで、板橋地域センター(〒173-0004板橋3-14-15)☎3963-5049※申込記入例(4面)参照



いたばし男女平等フォーラム運営メンバー・情報誌編集委員

Aいたばし男女平等フォーラム運営メンバー▶募集人数＝一般・男女平等推進センター登録団体の方、各5人▶活動日＝4月～12月▶内容＝11月29日(土)開催予定の同フォーラムの内容検討・準備・運営▶選考＝書類

Bセンターだより「スクエア・I(あい)」

編集委員▶募集人数＝5人(初めての方を優先し抽選)▶活動日＝5月～11月▶内容＝男女平等参画情報誌の企画・取材・文章作成など

[A/Bいずれも]

※10時～12時、月1回程度。※生後4か月～未就学児の保育あり(定員4人)▶ところ＝グリーンホール▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶申込・問＝3月31日(必着)まで、電子申請(区ホームページ参照)で、男女社会参画課男女平等推進係☎3579-2486☒j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(4面)の項目と応募動機、取り上げたいテーマ、過去の参加歴、Aで登録団体の方は団体名を明記。保育を希望する場合は、お子さんの氏名(ふりがな)・何歳何か月を明記。

公共交通会議公募委員

▶募集人数＝1人▶任期＝5月から2年間▶対象＝区内在住・在勤・在学で、日常的に区内の公共交通機関を利用し、平日昼間に区役所で行う会議(年2回程度)に出席できる方※区内の公共交通機関の事業者・関係者などを除く。▶選考＝作文・書類▶申込・問＝2月28日(必着)まで、作文「少子高齢化を踏まえた都市部での持続可能な公共交通」(400～1200字)と、別紙に申込記入例(4面)の項目、職業、応募動機、区のほかの会議での委員歴を明記のうえ、直接または郵送・Eメールで、都市計画課交通企画都市基盤係(〒173-8501、区役所5階⑮窓口)☎3579-2548☒t-koutsu@city.itabashi.tokyo.jp



特定区営住宅入居者

▶募集内容・戸数

- 単身者向け…7戸
- 家族向け(2人以上)…2戸

※詳しくは、募集案内をご覧ください。

▶募集案内などの配布場所＝2月25日(火)～3月6日(木)に、住宅政策課(区役所5階⑭窓口)・庁舎案内(区役所1階)・赤塚支所・各地域センター・各区民事務所・各福祉課・区ホームページ※夜間・土曜・日曜は、区役所の夜間受付で配布。▶申込＝3月10日(必着)まで、申込書を郵送・電子申請(区ホームページ参照)で、住宅政策課住宅運営係(〒173-8501)▶問＝(株)東急コミュニティ(区役所内)☎5943-5006、板橋区住宅政策課住宅運営係☎3579-2187

男女平等参画区民協働企画講座の企画運営団体

▶募集数＝3団体

▶対象＝次のいずれかの要件を満たす公益法人・NPO法人または区内在住・在勤・在学の5人以上で構成する団体※営利、政治・宗教活動のみを目的とする団体を除く。

- 男女平等推進センターに登録している
- 区内で男女平等参画に関する活動・事業を行っている

▶内容＝育児・教育・労働などの男女平等参画の推進に関する講座の企画・運営▶選考＝書類

▶応募書類の配布場所＝男女社会参画課(保健所5階)・区ホームページ▶申込・問＝4月7日(必着)まで、必要書類を直接または郵送・Eメールで、男女社会参画課男女平等推進係(〒173-0014大山東町32-15)☎3579-2486☒j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp

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

がいぼんぼし 外反母趾と正しい歩き方講座

▶とき＝3月7日(金)10時～12時▶ところ＝板橋区保健所▶内容＝講義・実技▶講師＝ときわ台ときわ通りクリニック理学療法士 重岡千夏▶対象＝区内在住・在勤・在学の女性▶定員＝30人(申込順)▶申込・問＝電話・電子申請(区ホームページ参照)で、女性健康支援センター☎3579-2306

尿もれ予防体操教室

▶とき＝3月10日(月)14時～15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

はじめての歯みがきひろば

▶とき＝3月11日(火)10時20分～11時30分▶内容＝子どもの歯みがき相談・保護者の歯科相談▶対象＝区内在住で、令和6年1月～5月生まれのお子さんとその保護者▶定員＝16組(申込順)▶持物＝母子健康手帳・バスタオル▶ところ・申込・問＝電子申請(区ホームページ参照)で、赤塚健康福祉センター☎3979-0511

区民結核健診

▶とき＝3月13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



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

講座

スポーツセミナー

▶とき=2月21日(金)18時30分~20時▶ところ=区立文化会館大会議室▶内容=講義「女性アスリートを支えるグッドコーチング」など▶講師=和洋女子大学准教授 上村明▶定員=120人(先着順)※当日、直接会場へ。▶問=スポーツ振興課管理係☎3579-2651

いたばしI(あい)カレッジ 女性版(後期)

▶とき・ところ(3日制)
●3月7日(金)…グリーンホール1階ホール
●3月14日(金)…グリーンホール703会議室
●3月21日(金)…グリーンホール601会議室
※14時~15時30分
▶内容=講義「セルフコーチング」▶講師=関係性コーチ 平田香苗▶対象=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5人、申込順)▶申込・問=2月10日(月)朝9時から、電子申請(区ホームページ参照)で、男女社会参画課男女平等推進係☎3579-2486※保育を希望する場合は、お子さんの氏名(ふりがな)・何歳何か月を明記のうえ、2月21日(金)までにお申し込みください。

男女平等参画セミナー

▶とき=3月8日(土)10時~12時▶内容=講義「母親の生きづらさを乗り越えるには」※オンライン会議システム「Zoom」を使用▶講師=津田塾大学准教授 北村文▶定員=30人(申込順)▶申込・問=2月8日(土)朝9時から、電子申請(区ホームページ参照)で、男女社会参画課男女平等推進係☎3579-2486

空き家対策セミナー・相談会

▶とき=3月9日(日)
▶時間・内容・講師
A10時~11時…講義「自宅を空き家にしないための終活」ミライエ(株) 吉羽健太
B11時~17時…相談会
▶ところ=ケアタウン成増(成増4-14-18)▶定員=A20人B7組(いずれも申込順)※申込方法など詳しくは、ミライエ(株)ホームページをご覧ください。▶問=ミライエ(株)☎6773-9058(祝日を除く毎日、10時~19時)、板橋区建築安全課老朽建築物対策係☎3579-2574

親にとっての不登校・親の会を通して見えたもの

▶とき=3月9日(日)14時~16時▶内容=不登校の子どもを持つ保護者の体験談・話し合い▶対象=不登校のお子さんの保護者▶定員=20人(申込順)▶ところ・申込・問=2月8日(土)朝9時から、直接または電話で、まなぼーと成増☎3975-9706<第3月曜休館>

環境セミナー

▶とき=2月27日(木)14時~17時▶ところ=板橋産連会館(仲宿54-10)※オンライン参加可▶内容=講義「事業場に関わる環境関連法」▶講師=(株)オオスミ専任講師▶定員=50人※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。▶問=同連合会☎3962-0131、板橋区環境政策課スマートシティ・環境政策係☎3579-2591



パパとママの離婚講座

▶とき=3月7日(金)10時~12時▶内容=講義「離婚問題を円満に解決するための基礎知識」※オンライン会議システム「Zoom」を使用▶講師=家族のためのADRセンター代表理事 小泉道子ほか▶対象=区内在住・在勤で、離婚を考えている保護者またはひとり親家庭の方▶定員=20人(申込順)※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=いたばしひとり親家庭相談窓口☎6909-6205、生活支援課ひとり親支援担当係☎3579-2234

子どもプログラミング教室

▶とき=3月8日(土)、10時~12時・14時~16時、各1回制▶ところ=板橋産連会館(仲宿54-10)▶内容=ブロックでプログラム体験▶対象=区内在住・在学の小学4~6年生▶定員=各回15人(抽選)▶費用=500円※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。▶問=同連合会☎3962-0131、板橋区産業振興課工業振興係☎3579-2193

ボランティア・市民活動フォーラム

▶とき=3月1日(土)14時~16時30分▶ところ=仲宿地域センター▶内容=講演「高次脳機能障がい家族会の精神的ケア」・ディスカッションなど▶講師=目白大学教授 會田玉美ほか▶定員=50人(申込順)▶申込・問=2月8日(土)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、まなぼーと成増☎3975-9706<第3月曜休館>

当事者意見から考える 発達障がい支援

▶とき=3月1日(土)~8月31日(日)▶内容=講義▶講師=よこはま発達グループCEO 内山登紀夫※動画配信。申込方法など詳しくは、発達障がい者支援センターホームページをご覧ください。▶問=同センター☎5964-5422<月曜・日曜・祝日休み>

休みます

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=2月12日(水)※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

男女平等推進センター

▶とき=2月17日(月)※施設点検のため▶問=男女平等推進センター☎3579-2790

赤塚図書館

▶とき=3月3日(月)~8日(土)※資料点検・整備のため▶問=赤塚図書館☎3939-5281<第3月曜・月末日休館>

アプリで「広報いたばし」を配信しています

スマートフォン・タブレットなどから利用できる次のアプリで、「広報いたばし」を配信しています。ぜひ、ご活用ください。

行政情報アプリ「マチイロ」

アプリを開いて、読みたい号をダウンロードするだけで、広報紙を読むことができます。また、読者登録をすると発行日に通知が届きます。

多言語対応アプリ「カタログポケット」

10言語に対応した自動翻訳や音声読み上げなどの機能を利用できます。また、マイコンテンツに追加すると発行日に通知が届きます。

電子チラシサービス「Shufoo!(シュフー)」

広報紙のほか、地域の店舗チラシも見ることができ、お買い得情報などを確認できます。また、お気に入り登録をすると発行日に通知が届きます。

※通信料がかかります。
※詳しくは、区ホームページをご覧ください。



問合 広聴広報課広報係☎3579-2022

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

公益財団法人

青葉園

ふるさとのお墓をお引越しませんか？
お墓のお引越しのご相談を承ります

「墓地」購入は ☎048-623-2111

所在地:〒331-0052 さいたま市西区三橋 5-1505
墓地経営許可:埼玉県・32指令公衛収第1043号 / 宗旨・宗派・宗教不問

新板橋駅 徒歩6分
板橋駅 徒歩11分
の好立地!

管理費0円
跡継ぎ不要
ペット共葬

樹木葬は
家族への思いやり

資料請求は無料です。お問合せもお気軽にどうぞ。

03-6903-4088 9時~17時 NPO法人 大樹の輪
サニープレイス福壽園 (ふくじゅえん)

東京都北区滝野川5-58-7 許可取得日/平成20年4月10日 許可番号/19北健生環き第3号
戸部等の関係する方にお知らせいたします

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③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)
 ○○○課○○○係

体験・観賞

植物観察会

▶とき=2月15日(土)10時30分～11時30分※当日、直接会場へ。※雨天中止▶ところ・間=赤塚植物園 ☎3975-9127(月曜、第1・3・5火曜事務室休み)



パネル展「板橋のおすすめスポット」

▶とき=2月17日(月)～20日(木)、9時30分～16時30分(初日は13時から、最終日は16時まで)▶ところ=イベントスクエア(区役所1階)▶内容=観光ボランティアガイド「もてなしたい」が紹介する区内の穴場▶間=くらしと観光課観光振興係 ☎3579-2251

こどもアトリエ

▶とき=2月23日(祝)、10時～12時・14時～16時、各1回制▶内容=ワークショップ「触って楽しむ絵を作ろう」▶講師=デザイナー 山本茂康▶対象=3歳～小学生とその保護者▶定員=各回12組(申込順)▶費用=1組1200円▶持物=アイマスクまたは目隠しになる大きさのハンカチ▶ところ・申込・間=2月8日(土)朝9時から、電話で、区立美術館 ☎3979-3251(月曜休館)

まゆ玉でうさぎのおひなさまを作ろう

▶とき=2月24日(休)13時～14時▶対象=区内在住・在勤・在学の方(小学2年生以下は保護者同伴)▶定員=10人(申込順)▶費用=750円▶ところ・申込・間=2月8日(土)10時から、電話で、郷土芸能伝承館 ☎5398-4711(第3月曜休館)



古民家年中行事 ヒナまつり

郷土資料館の古民家に、幕末・明治期の内裏雛や戦前の段飾りなど、館蔵品のひな人形を飾ります。
 ▶とき=2月15日(土)～3月30日(日)、9時30分～17時(入館は16時30分まで)



ところ・間合

郷土資料館 ☎5998-0081(月曜休館。ただし2月24日(休)は開館し25日(火)休館)

デジタル一眼カメラ教室

▶とき=3月5日(水)10時30分～16時▶講師=自然写真家 中田達男▶対象=高校生以上▶定員=10人(抽選)▶費用=1000円※入館料が別途必要▶持物=デジタル一眼カメラ・昼食▶ところ・申込・間=2月21日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、熱帯環境植物館(〒175-0082 高島平8-29-2) ☎5920-1131 ☎5920-1132 ☎nettaikan@seibu-la.co.jp(月曜休館。ただし2月24日(休)は開館し25日(火)休館)※申込記入例参照

星を見る会

▶とき=3月8日(土)19時～20時30分▶内容=星空解説(プラネタリウム)・観望会(板橋区平和公園、晴天時のみ)▶対象=小学生以上(小学生以下は保護者同伴)▶定員=80人(抽選)▶ところ・申込・間=2月26日(必着)まで、往復はがき(1申込5人まで)で、教育科学館(〒174-0071 常盤台4-14-1) ☎3559-6561(月曜休館。ただし2月24日(休)は開館し25日(火)休館)※申込記入例の項目と参加人数を明記※同館ホームページからも申込可



コスメアップサイクルワークショップ

▶とき=3月9日(日)10時20分～12時20分▶内容=廃棄化粧品を活用した絵具でオリジナルキーホルダー・フレグランスフラワー作り▶講師=(株)モーニング代表取締役 田中寿典▶対象=区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴)▶定員=30人(申込順)▶費用=800円▶持物=使わない粉末状の化粧品・アロマオイル・香水(いずれもお持ちの方)▶ところ・申込・間=2月8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

地域交流マンドリンコンサート

▶とき=3月9日(日)14時～15時30分▶出演=東京家政大学マンドリンクラブ▶曲=Part of your worldなど▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=150人(申込順)▶費用=500円▶ところ・申込・間=2月8日(土)朝9時から、直接または電話で、グリーンカレッジホール ☎3960-7701

グリーンホール会議室兼用 保育室の優先予約(10月分)

▶予約条件=501・502・701・702・703会議室のうち、いずれか2部屋を会議室・保育室として同時利用すること▶抽選=2月20日(木)朝9時から、男女社会参画課(板橋区保健所5階)※抽選後、空きがある場合は2月25日(火)まで受付。▶間=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

社会福祉協議会 / ご案内

助け合い・支え合いの地域づくりセミナー

▶とき=3月4日(火)14時～16時▶ところ=区立文化会館大ホール※当日、直接会場へ。▶内容=講演、清水地域・志村坂上地域の支え合い会議の実践報告▶講師=日本社会事業大学教授 菱沼幹男▶間=(福)板橋区社会福祉協議会 ☎3964-0236

サークルだより

※活動日時・場所などは変更になる場合あり。詳しくは、各サークルにお問い合わせください。掲載のお問い合わせは 広報課 ☎3579-2022

板橋グラウンド・ゴルフクラブ 60歳以上の初心者歓迎 月4回木曜 9時～12時 赤塚体育館少年運動場 年額3000円 ☎石原3935-5037

健康体操「成増火曜会」 月4回火曜 14時30分～16時 まなぼーと成増 月額3000円※年会費3000円が別途必要 ☎木下3938-8870

健康体操「ライム」 70歳以上で初級者の女性歓迎 月2・3回土曜 9時45分～11時 エコポリスセンター 月額1500円 ☎久留090-1838-8319

健康体操「スマイル3B体操」 初心者歓迎 月3回火曜 10時30分～12時 高島平九丁目集会所(高島平9-3-1) 入会金1000円・月額2500円 ☎白戸3966-0950

城北俳句会 第3日曜 13時～17時 舟渡ホール 月額1000円 ☎村田090-9817-4931

囲碁「板橋碁友会」 毎週水曜・日曜 水曜13時～16時30分・日曜10時～16時30分 まなぼーと大原 入会金500円・月額500円 ☎吉村5970-0335

読書サークル 第2土曜 13時～15時 企業活性化センター 1回200円 ☎増田080-5530-5132

友好都市・中国北京市石景山区写真展



▶とき=2月10日(月)～21日(金)の平日、9時～17時▶ところ=プロモーションコーナー(区役所1階)▶内容=石景山区の街並み・風景



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

