



東京都・板橋区合同総合防災訓練

とき 9月1日(日)9時～13時

ところ 都立城北中央公園など

「防災の日」である9月1日に、大規模な防災訓練を実施します。参加・見学して、普段の備えやいざというときの行動につなげましょう。

問合せ 防災危機管理課危機管理係 ☎ 3579-2154



防災を知って、みんなで備えよう！

令和5年度東京都・東村山市合同総合防災訓練の様子(画像提供：東京都)

概要

大規模災害に備え、発災時の手順確認・関係機関の連携強化・地域防災力向上のため、板橋区・東京都・消防・警察・自衛隊・医師会・歯科医師会・地域団体などが参加する実践的な訓練を行います。

実施内容

▶実施内容・時間・会場など=表参照※詳しくは、区ホームページをご覧ください。

表 主な実施内容

実施内容	時間	会場	参加・見学
医療救護活動訓練	9時～12時	桜川小	一部見学可
自助・共助訓練	9時～13時	都立城北中央公園野球場	参加可
展示・体験訓練		都立城北中央公園野球場・上板橋体育館	
救出救助訓練	11時～11時45分	都立城北中央公園陸上競技場	見学可

※当日、直接会場へ。



▲詳しくはこちらから

いたばし防災+ (プラス) フェア

楽しみながら学べる防災イベントを行います。

▶とき=9月1日(日)10時～14時

▶ところ=上板橋体育館 ▶内容

=宇宙なんちゃらこてつくんステージショー、元競泳日本代表・岩崎恭子さんトークショー、キッチンカー出店など※事前予約制の催しあり。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問=地域防災支援課地域支援係 ☎ 3579-2152



岩崎恭子



宇宙なんちゃらこてつくん
©Space Academy/ちよっくら月まで委員会2



マル障(心身障害者医療費助成制度) 受給者証更新のお知らせ

受給者証をお持ちで、資格要件(表参照)を満たす方には、8月下旬に新しい受給者証をお送りします。ただし、更新手続きに書類提出が必要な方には、別途ご案内します。9月以降、健康保険証と一緒に、病院などの窓口へご提出ください。現在の受給者証は、9月以降に破棄してください。※受給者証をお持ちでない方で、資格要件を満たす場合は、お問い合わせください。※生活保護を受給している・施設に入所している方などは、対象外の場合あり。

表 マル障受給者証の資格要件

障がいの程度	身体障害者手帳1級・2級・内部障害3級、愛の手帳1度・2度、精神障害者保健福祉手帳1級※原則、65歳以降に手帳を取得した方を除く。
所得の制限	令和5年中の本人所得で判定 ※本人が19歳以下の場合は、加入している健康保険の被保険者の所得で判定。 扶養親族などの数・基準額 0人…360万4000円、1人…398万4000円、2人…436万4000円 ※扶養親族などの人数が3人以上の場合、1人増えるごとに、38万円を基準額に加算。
健康保険	国民健康保険・社会保険・後期高齢者医療制度(住民税が課税されている方を除く)

問合 障がいサービス課障がい相談係 ☎3579-2362 ☒3579-2364

国民年金

付加年金をご存じですか

第1号被保険者や64歳以下の任意加入被保険者は、付加年金に加入することで、将来受け取る年金額を上乗せすることができます。

付加年金
付加年金に加入すると、毎月の保険料に付加保険料(400円)が加わります。この付加保険料を支払った月数に200円をかけた金額が、年間支給額に上乗せされます。手続きをした月からの加入になりますので、希望する場合は早めの加入をお勧めします。※付加年金の支払期限は、毎月の保険料と同じ。※老齢年金受給者・国民年金基金加入者・第3号被保険者・国民年金保険料の納付を免除されている方は加入不可
▶ **申込** = 直接、国保年金課国民年金係(区役所2階㊟窓口)または各区民事務所 ▶ **問** = 国保年金課国民年金係 ☎3579-2431

任意加入できます

厚生年金保険や共済組合などに加入しておらず、次のいずれかに該当する方は、国民年金に任意加入することができます。

海外に居住している方
日本国籍の方であれば、65歳までの間、任意加入できます。この場合、保険料支払いの協力者(国内の親族など)が必要です。※協力者がいない場合は、板橋年金事務所でのみ加入手続き可。※一時帰国などで国内に住所設定した場合は、転入した区市町村で強制加入(第1号被保険者)の手続きが必要。再出国する場合は、任意加入の再手続きが必要。
▶ **申込** = 直接、国保年金課国民年金係または各区民事務所

60歳以上の方

60歳の時点で受給資格がない方や、受給資格があっても老齢基礎年金の増額を希望する方は、加入手続きをした月から65歳到達月の前月まで、任意加入できます。※満額受給できる方などを除く。

▶ **申込** = 直接、国保年金課国民年金係

【いずれも】

▶ **持物** = 本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)、年金手帳または基礎年金番号通知書※別世帯の代理人は委任状・代理人の本人確認書類が必要。※支払方法は原則、口座振替。※64歳以下で任意加入中の方は、付加保険料を納付可。※昭和40年4月1日以前に生ま

れ、65歳の時点で受給資格が得られない方は、70歳到達月の前月までの間で、受給資格が得られるまで任意加入可。※保険料の支払状況などにより、受給資格が得られない場合あり。
▶ **問** = 板橋区国保年金課国民年金係(区役所2階㊟窓口) ☎3579-2431、板橋年金事務所 ☎3962-1481

お知らせ

証明書のオンライン請求をご利用ください

住民票や戸籍証明書を、オンラインで請求できます。ぜひ、ご利用ください。
▶ **対象** = 署名用電子証明書を搭載したマイナンバーカードをお持ちの方 ▶ **費用** = 郵送による証明書発行手数料と同額(送料が別途必要)※支払方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶ **問** = 戸籍住民課証明係 ☎3579-2223

樹木の適正管理にご協力ください

家庭・事業所などの敷地内から道路に伸びている樹木は、歩行者・自転車・自動車などの通行の妨げとなり、交通事故につながる可能性があります。樹木の剪定・伐採などにご協力をお願いします。
▶ **問** = 南部土木サービスセンター工事調整係 ☎3579-2508、北部土木サービスセンター工事調整係 ☎5398-7333

いたばしPay最大20%ポイント還元キャンペーン

いたばしPay加盟店でいたばしPayのコインで支払うと、支払額の最大20%をポイント還元します。※利用方法など詳しくは、いたばしPay公式ホームページをご覧ください。
▶ **期間** = 8月1日(木)~31日(土) ▶ **還元率** = 中小個店20%・大型店5% ▶ **ポイント付与上限** = 1人1万ポイント ▶ **ポイント付与時期** = 9月中旬 ▶ **問** = 利用者向けコールセンター ☎050-3032-3842(平日、10時~17時)



児童扶養手当などの現況届をご提出ください

㊦児童扶養手当
▶ **送付時期** = 8月上旬 ▶ **提出期間・方法** = 8月30日(必着)まで、直接または郵送※ひとり親家庭等医療証をお持ちの方は、この届出で同医療証の現況届を提出したものとみなします。

㊦特別児童扶養手当

▶ **送付時期** = 8月中旬 ▶ **提出期間・方法** = 9月5日(必着)まで、直接または郵送

【A・Bいずれも】

※提出がない場合、**A**11月分**B**8月分以降の支給決定ができません。▶ **提出先・問** = 子育て支援課子どもの手当医療係(区役所1階㊟窓口、〒173-8501) ☎3579-2477または赤塚支所住民サービス係(〒175-0092赤塚6-38-1) ☎3938-5113

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** = 8月5日(月)~9月19日(木)※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** = 9月18日(水)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。ただし8月12日(休)・31日(土)は開館し8月13日(火)・9月2日(月)休館)



ファミリーサポート援助会員説明会

▶ **とき** = 9月13日(金)10時~12時30分 ▶ **ところ** = 大谷口北町集会所(大谷口北町87-1) ▶ **内容** = お子さんの預かりや送迎を行う有償ボランティア ▶ **対象** = 区内在住の20~69歳の方※会員登録には別途講習会の受講が必要な場合あり ▶ **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** = 7月29日(月)朝9時から、電話で、子ども家庭総合支援センター子育てサポート ☎5944-2381(平日、9時~17時)



休みます

地域センター・ホール
▶ **施設・とき**
● **中台地域センター**…8月1日(木)17時~21時30分
● **高島平区民館ホール**…8月1日(木)~9月30日(月)
※施設清掃などのため
▶ **問** = 地域振興課庶務係 ☎3579-2161

\\ 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聴広報課広報係へ ☎3579-2022

ヨガ「みずき会」 40歳以上で初心者の女性歓迎 月4回土曜 15時～16時45分 常盤台地域センター 月額3000円 ☎太田080-5052-4734

ヨガ「白百合会」 女性歓迎 月4回水曜 10時～11時30分 下赤塚駅前集会所(赤塚1-7-2) 月額3500円 ☎横田090-2331-4455

社交ダンス「ロイヤル60Sクラブ」 60歳以上の初心者～中級者歓迎 毎週土曜 10時30分～12時 七軒家集会所(上板橋2-38-3) 月額2000円 ☎青山080-3247-1890

ダンス「西台アットホームスクエアーズ」 毎週水曜 10時～12時 西台三丁目集会所(西台3-14-12)など 月額700円 ☎本村6906-4051

フラサークル「カハラオ・プナ」 初級者の女性対象 第1～3金曜 14時～15時30分 ハロープラザ(大山町49-1)など 入会金1000円・月額4000円 ☎林090-2146-6583

中国智能気功・8式太極拳 初心者歓迎 月3回月曜 14時～16時 志村坂上地域センター 月額3000円 ☎市川3965-1452

太極拳「氣分壮快」 初心者～中級者対象 月4回金曜 13時30分～15時30分 高島平一丁目集会所(高島平1-7-1) 月額3000円 ☎渡辺080-3083-7642

スポーツ吹矢撫子 無料体験あり 10歳以上の初心者対象 第1・3日曜 13時～15時 下板橋駅前集会所(板橋2-3-1) 1回500円 ☎鈴木090-4450-6682

ジュニア卓球教室 小・中学生の初心者～中級者対象 月3～4回土曜 13時～16時 小豆沢体育館など 入会金3000円・月額2000円 ☎高澤090-2169-9627

カラオケ「秋桜会」 60歳以上の女性歓迎 月4回水曜 13時～16時 志村城山公園内集会所(志村2-17-1) 入会金1000円・月額1500円 ☎鈴木3934-4400

三味線サークル七三会 月3回火曜 14時40分～18時30分 区立文化会館 月額4500円 ☎後藤3962-8605

板橋区詩人連盟「樹の会」 18歳以上の初級者～上級者対象 第3日曜 14時～16時30分 区立文化会館 年額5000円 ☎網野070-5468-6783

鷗座俳句会 初心者歓迎 第1水曜・第3水曜・第3土曜 13時～16時 区立文化会館 1回1000円 ☎松田3968-0153

川柳「高島平川柳会」 初心者～中級者歓迎 第2・第4木曜 13時～15時 高島平温水プール 月額500円 ☎外澤090-4611-9503

楽しい中国語クラブ 初心者～中級者歓迎 月4回土曜 13時30分～14時50分(中級)・15時～16時20分(初級) まなぼーと成増 月額5000円 ☎星野090-5213-8801(19時以降)

文学と歴史の会 初級者対象 第2月曜(源氏物語コース)・第2木曜(戦国史コース)・第3水曜(平家物語コース) 10時～12時 グリーンカレッジホール 月額1000円 ☎織茂090-1855-3891

着付け「結の会」 初心者・初級者の女性対象 第2・第4水曜 13時30分～17時 徳丸地域センター 月額1000円 ☎池田080-1358-0520(19時～21時)

演芸披露「ボランティアメロン一座」 65歳以上歓迎 月3回金曜 13時～17時 舟渡地域センター 1回100円 ☎後藤090-4627-0627

オンラインによる
手続きを
ご活用ください



令和5年度

保健福祉オンブズマン制度の運営状況

保健福祉オンブズマン制度とは、区民が区・民間などの保健福祉サービスを利用して苦情が生じたときに、申立をして解決を図っていく制度です。弁護士・大学教授などの4人の保健福祉オンブズマンが、公正・中立な立場で関係事業者の調査を行います。また、必要な場合には是正措置を求め、利用者の権利・利益を守り、サービスの一層の充実を図ります。

苦情・相談などの受付件数(136件)

- 高齢者福祉…9件
- 介護保険…18件
- 保健衛生…7件

- 障がい者福祉…35件
- 生活保護…40件
- 児童福祉…18件
- その他…9件

苦情申立件数・概要と処理結果

保健福祉オンブズマンと直接面談し、苦情申立を受理した件数は6件でした。その概要と処理結果は「令和5年度保健福祉オンブズマン報告書」でご覧になれます。

▶ **報告書の閲覧場所** = 区政資料室(区役所1階⑦窓口)・各区民事務所・区立各図書館・区ホームページ※区政資料室で購入可

問 合 保健福祉オンブズマン事務局 ☎3579-2890

シニアのスマートフォン個別相談会

▶ **ところ・とき** = 表 参照※当日、直接会場へ。▶ **対象** = 区内在住で、スマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の方▶ **持物** = スマートフォン(当日貸出あり)※ふれあい館の利用登録が必要(本人確認書類を持参)

▶ 問

- **相談会について**…スマートフォン相談会事務局 ☎6906-5733(火曜～金曜、9時～17時)、板橋区長寿社会推進課計画調整係 ☎3579-2371
- **ふれあい館の利用登録について**…参加を希望するふれあい館

表 シニアのスマートフォン個別相談会

ところ	とき
仲町ふれあい館 ☎3958-0163	8月1日(休)・3日(土)・6日(火)・8日(木)・10日(土)・13日(火)・15日(木)・17日(土)・20日(火)・22日(木)・24日(土)・27日(火)・29日(木)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
中台ふれあい館 ☎3934-2940	8月2日(金)・3日(土)・7日(火)・9日(木)・10日(土)・14日(火)・16日(木)・17日(土)・21日(火)・23日(木)・24日(土)・28日(火)・30日(木)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
徳丸ふれあい館 ☎3934-8627	8月2日(金)・3日(土)・5日(月)・9日(金)・10日(土)・12日(月)・16日(金)・17日(土)・19日(月)・23日(金)・24日(土)・26日(月)・30日(金)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
志村ふれあい館 ☎3960-5885	8月2日(金)・5日(月)・7日(水)・9日(金)・12日(月)・14日(水)・16日(金)・19日(月)・21日(水)・23日(金)・26日(月)・28日(水)・30日(金)、10時～12時・13時～15時
高島平ふれあい館 ☎3935-1775	8月1日(休)・6日(火)・7日(水)・8日(木)・13日(火)・14日(水)・15日(木)・20日(火)・21日(水)・22日(木)・27日(火)・28日(水)・29日(木)、10時～12時・13時～15時

※1人20分程度



8月の映画会

□の数字は映画製作年(西暦)の下2桁 ㊦…アニメ ㊧…子ども向け ㊨…字幕

図書館名	内容・とき	図書館名	内容・とき
中央 ☎6281-0291	独裁者(㊦・㊧)…4日(日)14時	東板橋 ☎3579-2666	世界の名作童話④(㊦・㊧)…3日(土)14時、映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ(㊦・㊧)…17日(土)14時
赤塚 ☎3939-5281	ダンボ(㊦・㊧)…11日(祝)14時、パイプ(㊦)…25日(日)14時	小茂根 ☎3554-8801	板橋のむかしばなし(㊦・㊧)…10日(土)11時、愛と哀しみのボレロ(㊦・㊧)…24日(土)13時
蓮根 ☎3965-7351	そして父になる(㊦)…10日(土)10時、げんきげんきノントン おばけむらめいろ(㊦・㊧)…10日(土)14時 ※会場は蓮根図書館となりの蓮根集会所	西台 ☎5399-1191	映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ(㊦・㊧)…10日(土)14時、蟹工船(㊦)…24日(土)14時
氷川 ☎3961-9981	夏の嵐(㊦・㊧)…10日(土)14時、なかよしおばけおばけパーティ(㊦・㊧)…24日(土)14時	志村 ☎5994-3021	レオ・レオニ 5つの名作集(㊦・㊧)…3日(土)14時、海の恵みと日本人シリーズ アジ・サバ(㊦)…17日(土)14時
高島平 ☎3939-6565	映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ(㊦・㊧)…3日(土)14時、小さな世界はワンダーランドvol.1(㊦)…17日(土)14時	成増 ☎3977-6078	げんきげんきノントン がんばるもん(㊦・㊧)…3日(土)11時、マダム・イン・ニューヨーク(㊦・㊧)…17日(土)14時

※定員あり(先着順)。当日、直接会場へ。
※上映内容が変更になる場合あり。詳しくは、各図書館にお問い合わせください。
※中央図書館は第2月曜・月末日休館。そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館(ただし8月12日(休)は開館し13日(火)休館)。

8月は道路ふれあい月間

渡ります 元気な命が 歩いています

(令和6年度「道路ふれあい月間」代表標語)

国は、道路の役割・重要性への関心を高めるため、8月10日を「道の日」とし、8月を「道路ふれあい月間」に定めています。

道路は、私たちの共有財産であり、通行・水道管の埋設など、様々な用途に使用されています。この機会に、身近な道路の役割・重要性を再認識し、道路上に物を置かない、道路を汚したり壊したりしないなど、だれもが安全に使用できるようご協力をお願いします。

問合せ 土木計画・交通安全課調整係 ☎3579-2520

8月は食品衛生月間 食中毒を防ぎましょう

高温多湿となる夏季は、特に細菌性の食中毒に注意が必要です。食品の取扱に気を付けて、食中毒を防ぎましょう。

食中毒予防の3原則

細菌をつけない

生の肉・魚・野菜には、細菌が付着していることがあり、手指・調理器具を介してほかの食品を汚染します。調理前後にしっかりと手を洗いましょう。また、調理器具はよく洗浄し、熱湯・塩素系漂白剤などで消毒しましょう。

細菌を増やさない

細菌の増殖を防ぐため、生の肉・魚、要冷蔵品は短時間でも放置せず、早めに冷蔵庫に入れましょう。また、扉の開閉による冷蔵庫内の温度上昇に注意し、早めに食べきりましょう。

細菌をやっつける

細菌は熱に弱いので、食品は十分に加熱してから食べましょう。食べ残してから時間が経ったもの、消費期限を過ぎたものは、細菌が増えている可能性があります。もったいなくても食べないようにしましょう。

問合せ 生活衛生課食品衛生第三係 ☎3579-2336

「○○Payで返金します」にご注意ください

消費者センターでは、専門の相談員が消費生活に関する相談に応じています。

相談事例

通販サイトでアクセサリを購入し、代金を振り込んだが、業者から「在庫がないので○○Payで返金します」と連絡があった。指示されたとおりにスマートフォンで○○Payの操作をしたら、返金してもらわずに送金してしまった。

対処法

「○○Payで返金します」と言われたら、詐欺を疑いましょう。また、相手の指示に従ってスマートフォンなどを操作しないようにしましょう。



問合せ 消費者センター ☎3962-3511 (相談専用、平日9時~16時30分)

講座

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**=8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**=地球の未来を考えるSDGs※工作あり▶**問**=男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

こどもアトリエ

▶**とき**=8月10日(土)、10時~12時・14時~16時、各1回制▶**内容**=紙で花と花瓶作り▶**講師**=イラストレーター チャン・ヨンス▶**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▶**ところ・申込・問**=7月27日(土)朝9時から、電話で、区立美術館 ☎3979-3251(月曜休館)



かなざわ講座

▶**とき**=9月6日(金)14時~15時30分▶**ところ**=グリーンカレッジホール▶**内容**=講義「渋沢栄一と金沢の関わり」▶**講師**=金沢ふるさと偉人館元副館長 増山仁▶**対象**=区内在住・在勤・在学の方▶**定員**=70人(抽選)▶**申込・問**=8月23日(必着)まで、往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、生涯学習課文化財係 ☎3579-2636※申込記入例(8面)参照

フレイルチェック測定会

▶**とき・ところ**=表参照▶**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**=8月16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 ☎3579-4153※申込記入例(8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
A 9月12日(木)	前野ホール
B 9月27日(金)	富士見地域センター
C 10月16日(水)	高島平区民館
D 10月28日(月)	成増アクトホール

※A~D 14時~16時

いたばし区民文芸

5月・6月分

歌壇 宇田川寛之 選

▼**天** 木漏れ日を浴びて遊びし遠き日の母の呼ぶ声今に忘れず 久保親二
▼**地** 四月馬鹿ふざけあひたき人もなく花もて妻の墓参りせり 朝田めいき
▼**人** 八十路過ぎ共々援け合ひながら介護申請先送りせり 宮野恵基

▼**評** 天賞、幼少の頃の記憶。いつも母が自分を呼んでくれた。その声を懐かしく思い出す。地賞、エイプリルフールだからこそ、ふざけあいたい妻がいらない。その寂しさ。人賞、夫婦ともに八十歳を過ぎ助け合ってきた。介護申請を先送りすることで己を奮い立たせている。

俳壇 中村和弘 選

▼**天** 青空やえいと田植機のり入れる 須賀美代子
▼**地** 咲き誇る牡丹に雨の容赦なし 石橋富美子
▼**人** 兄を追う弟の補助輪風光る 久保親二

▼**評** 天賞、田植機を田にのり入れる瞬間の決意、気分が「えいと」の表現に結実、青空が肩を押してくれているようにも。地賞、自然はときに無情、雨が激しく牡丹をうつ。雨の中の牡丹がさらに美しい。人賞、弟の自転車はまだ補助輪付き、足の速い自転車を必死で追う。そんな兄弟の姿に眩しい春の風。

川柳 尾藤川柳 選

▼**天** 入院の友へラインの応援歌 山之内富士代
▼**地** 人は皆他人と知った拉致悲劇 朝田めいき
▼**人** 眺めるも登るもマナー富士の山 廣上松四郎

▼**評** 天賞、あたたかな一句。便利になったSNSツールでの交流は、隔たりを越え、時間を越え、体調も越えて繋がります。地賞、盛り上がったいた拉致被害者奪還運動も時間ばかりが経過。孤独を感じる瞬間も。人賞、日本人にとってスピリチュアルな存在。「心」をそこに置いてこそ眺めても実際に登っても「マナー」は「心」に通ずという事。

いづれも

▼**申込・問** 8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8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) ☎3579-13130 ※文字は楷書で丁寧に。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。

区民文化祭参加者募集

10月・11月に開催する区民文化祭は、区民のみなさんが日頃の練習の成果を発表する場です。ぜひ、ご参加ください。

阿波おどり大会

板橋区民まつりの阿波おどり大会に、個人で参加する方を募集します。

▶費用=500円※はっぴの無料貸出あり▶申込=9月30日(消印有効)まで、はがき(1申込4人まで)で、板橋区文化団体連合会事務局※申込記入例(8面)の項目とはっぴ貸出希望の有無を明記。複数で申し込む場合は、②~⑤は代表者分を記入し、はっぴの数を明記。

開催日

▶とき=10月19日(土)▶ところ=グリーンホール前道路



珠算競技大会

▶部門=①ジュニア(小学4年生以下・日商検定5級程度)②小学生(日商検定3級程度)③中学生以上(日商検定2級程度)④一般(日商検定5級程度)▶競技種目=団体・個人(制限時間各6分)、種目別▶対象=区内在住・在勤・在学の方、区内または板橋珠算教育連盟加入の珠算教室に通っている方▶費用=1000円▶資料請求=9月20日(金)まで、FAXで、同連盟・早川☎3966-8847※申込記入例(8面)の項目と部門(①~④)を明記▶申込締切=9月30日(消印有効)

開催日

▶とき=11月17日(日)▶ところ=成増アクトホール



問合

板橋区文化団体連合会事務局(板橋区文化・国際交流課内) ☎3579-3321

募集

あいキッズを運営する事業者

▶期間=来年4月から1年間▶実施場所=志村六小・舟渡小・新河岸小・北前野小・板橋七小・中根橋小・桜川小▶選定=プロポーザル方式▶募集要項の配布場所=7月31日(水)から、区ホームページ▶申込・問=9月9日(月)まで、必要書類を直接、地域教育力推進課あいキッズ係(区役所6階⑩窓口)☎3579-2637※申込予定の事業者は、説明会・施設見学会にご参加ください。申込方法など詳しくは、募集要項をご覧ください。

育児休業代替任期付職員

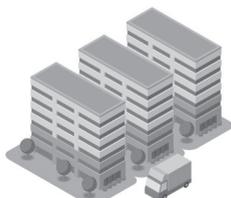
▶募集人数=事務(20人程度)・保育士(若干名)※受験資格など詳しくは、採用選考案内をご覧ください。▶採用選考案内の配布場所=人事課(区役所4階②窓口)・各地域センター・各区民事務所・区立各図書館・区ホームページなど▶申込=8月15日(木)17時まで、電子申請(区ホームページ参照)▶問=人事課人事係☎3579-2070

都営住宅入居者

▶募集内容
Aポイント方式…ひとり親世帯向け・高齢者世帯向けなど
B抽選方式…単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア住宅

※対象・募集戸数など詳しくは、募集案内をご覧ください。

▶募集案内の配布場所=8月1日(木)~9日(金)に、住宅政策課(区役所5階④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・東京都住宅供給公社ホームページ※夜間・土曜・日曜は、区役所の夜間受付で配布。▶申込=8月16日(必着)まで、必要書類を郵送で、A同公社都営住宅募集センターB渋谷郵便局※いずれも同公社ホームページからも申込可▶問=同公社都営住宅募集センター☎0570-010-810(申込期間中)・☎3498-8894(申込期間以外)、板橋区住宅政策課住宅運営係☎3579-2187



一緒に働きませんか

特別区職員I類採用試験(秋試験)

▶区分・採用予定数
●土木造園(土木)…28人程度
●建築…48人程度
▶第1次試験日=9月8日(日)※受験資格など詳しくは、採用試験案内をご覧ください。▶採用試験案内の配布場所=特別区人事委員会ホームページ▶申込=8月6日(火)17時まで、

同委員会ホームページ※特別区職員I類採用試験春試験(4月21日第1次試験実施)に申し込んだ方(春試験の最終合格者を除く)でも、秋試験に申し込むことができます。



問合

同委員会事務局任用課☎5210-9787、板橋区人事課人事係☎3579-2070

東京ヴェルディ バレーボール教室

▶とき=8月23日(金)A10時~12時B13時~15時▶ところ=小豆沢体育館▶講師=東京ヴェルディバレーボールチーム選手ほか▶対象=区内在住・在学のA小学生B中学生▶定員=A各50人(申込順)B各50人(申込順)▶費用=500円▶申込=7月27日(土)から、東京ヴェルディホームページ▶問=(一社)東京ヴェルディクラブ☎5577-6235、板橋区スポーツ振興課事業推進係☎3579-2652



▲東京ヴェルディホームページ

区民スポーツ大会

申込方法など詳しくは、区・区体育協会ホームページにある競技要項をご覧ください。

種目	とき・ところ	定員・費用	申込期間・問
弓道 A少年(近的)B一般(近的)C一般(点数的)※いずれも団体・個人	●A8月31日(土) ●B9月29日(日) ●C10月12日(土) ●和弓場	●A30人B50人(いずれも申込順) ●1人A300円B500円	●A8月5日(月)~19日(月)B8月26日(月)~9月13日(金)C9月9日(月)~27日(金) ●連盟・香月☎090-9809-2090
家庭婦人卓球 A団体戦(5シングルス)B個人戦(ダブルス)	●A9月26日(木) ●B10月22日(火) ●上板橋体育館	●A40チームB70組(いずれも申込順) ●A1チーム2000円B1組1000円	●8月17日(土)~31日(土) ●スポーツ振興課

問合 スポーツ振興課管理係☎3579-2651

高齢者・障がいがある方を対象に送付サービスを行っています。詳しくは、広聴広報課広報係(☎3579-2022)へお問い合わせください

※費用の明示がないものは無料

凡例 [人]…「オンラインのみ」または「オンラインを含むもの」

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

思春期女子のからだところの変化

▶とき=8月29日(木)14時~15時▶内容=講義※オンライン会議システム「Zoom」を使用▶講師=助産師 牧野好恵▶対象=区内在住・在勤・在学の女性▶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=女性健康支援センター☎3579-2306

離乳食から幼児食へのすすめ方

▶とき=9月6日(金)、A10時~11時B14時~15時▶内容=講義・料理展示・試食▶対象=区内在住で、開催日時時点でA1歳~1歳6か月B生後9~11か月のお子さんの保護者※対象月齢のお子さんの同伴可▶定員=A各10人(申込順)▶ところ・申込・問=電話で、志村健康福祉センター☎3969-3836

胃・肺がん検診

▶とき・ところ・定員=表参照▶検診受付時間=受診券で指定した時間

●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、受診できない場合があります。

●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60年3月31日以前に生まれた方

▶申込 ●はがき・電子申請(区ホームページ参照)…7月27日(土)から、健康推進課成人健診係※申込記入例(8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…7月29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㊹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 胃・肺がん検診

とき	ところ	定員
9月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	板橋区医師会病院	45人
9月8日(日)・18日(水)	グリーンホール1階ホール	60人
9月11日(水)	赤塚健康福祉センター	55人
9月29日(日)	板橋区役所	120人
9月30日(月)	志村健康福祉センター	60人

※申込順

芸術をあなたに

- チケットのお求め…電話または区立文化会館チケット販売窓口(☎3579-5666、9時~20時)
- 公演内容のお問い合わせ…電話で、(公財)板橋区文化・国際交流財団(☎3579-3130、平日9時~17時)

好評発売中

板橋映画上映会「おやまレトロシネマ」

▶とき=8月30日(金)、10時30分・14時30分・18時30分、各1回制※18時30分の回は、音楽家による演奏あり。▶ところ=区立文化会館小ホール▶内容=スタンド・パイ・ミー▶出演=アルボル(ギター&フルート)▶料金=1000円(全席自由)※未就学児入場不可

第46回童謡祭

▶とき=9月7日(土)14時30分▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=合唱団所属の児童など▶料金=一般2000円・小学生1000円(全席自由)

爆生!!お笑いin板橋

▶とき=9月15日(日)、11時30分・15時、各1回制▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=ナイツほか※変更の場合あり▶料金=前売4500円・当日5000円(全席指定)※2歳以下は入場不可

鑑賞無料

ふれあいステージ

▶とき=8月3日(土)・4日(日)、10時▶ところ=区立文化会館大ホール▶出演=区内文化活動団体▶内容=フラダンス・ジャズダンスなど

ロビーコンサート

▶とき=8月20日(火)12時20分~12時50分▶ところ=区立文化会館小ホール▶出演=トライトーン(アカペラコーラス)▶定員=300人(先着順)※当日、直接会場へ。

タウン情報 各種団体の催しなどのお知らせ

縁日ごっこ多世代交流

▶とき=8月24日(土)13時15分~15時30分▶ところ=富士見地域センター▶定員=120人(申込順)▶申込・問=電話・Eメールで、あじさいの集い富士見☎090-5490-3510📧koike504taeko@kem.biglobe.ne.jp

吹奏楽団オデッセイ第18回定期演奏会

▶とき=9月16日(祝)13時から▶ところ=区立文化会館大ホール※当日、直接会場へ。▶問=吹奏楽団オデッセイ・島田☎090-6818-5517

公共機関だより

新築の東京ゼロエミ住宅の不動産取得税を減免します

対象など詳しくは、東京都主税局ホームページをご覧ください。

▶問=板橋都税事務所☎3963-2131

自筆証書遺言書保管制度をご存じですか

自分で書いた遺言書を法務局に預けられる制度です。詳しくは、法務省ホームページをご覧ください。

▶問=東京法務局板橋出張所☎3964-5385

ハロートレーニング(公的職業訓練)制度をご利用ください

職業訓練校に通うことなどにより再就職をめざす制度です。対象など詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。

▶問=ハロートレーニングコーナー☎5911-8609(部門コード45#)

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

国税局OB税理士が実体験を交えてわかりやすく解説「相続税の更正の請求&税務調査対策セミナー」開催

8月10日(土)成増で開催
参加無料・要予約

「税務調査なんて、一部の資産家だけの話で、自分には関係ないだろう」と思っていませんか? 相続税を申告した約2割が税務調査に選ばれており、そのうちの約8割が追徴課税になっているそう。そこで「ファジー・アド・オフィス」では、8月10日(土)に「相続税の更正の請求&税務調査対策セミナー」を同社が運営する総合住宅展示場

「ハウジングステージ成増」で開催します。セミナーでは、国税局OB税理士・つるかめ相続税理士事務所の税理士・平岡良太さん(写真)が、相続税の財産評価を踏まえた税務調査の実態をレクチャー。また、払い過ぎた税金を還付してもらうための更正の請求も紹介。この機会に気軽に参加を。

▶とき=8月10日(土)【午前の部】10:00~12:00(9:45受付開始)【午



後の部】13:30~15:30(13:15受付開始)※希望の部を伝えてください▶ところ=ハウジングステージ成増インフォメーションセンター(板橋区成増2-27・地図参照)▶定員=各部先着10人▶費用=無料▶予約・申込=セミナー事務局(わかば企画内)☎0120-661-339(受付時間10:00~17:00)※個人情報は受付と会場案内に利用



WEBの申込はコチラから



健康相談・健診などのご案内



Table with 5 columns: Location (板橋, 上板橋, 赤塚, 志村, 高島平) and various health services (精神保健福祉相談, ひきこもり医師相談, etc.) with dates and times.

※(★)以外は予約が必要(定員あり、申込順)。月曜朝9時から受付。
※4歳児・5歳児健康診査は歯科健診を含む。幼稚園児・保育園児を除く。

8月の 休日医科診療 (主に内科・小児科) with illustration of a doctor and patient.

診療時間 9時～20時(最終受付は19時30分まで)
※医療機関は変更になる場合あり。事前に医療機関へ電話連絡のうえ、受診してください。

全休日

- 板橋区医師会病院 ...高島平3-12-6 (☎3975-8151)

4日

- 萩原医院...中板橋21-2 (☎3961-8380)
●よりふじ医院 ...大谷口北町27-4 (☎3956-1255)
●岩淵診療所...本町17-1 (☎3961-2413)
●高島平診療所堀口内科小児科 ...高島平4-30-6 (☎3975-4114)
●赤塚新町クリニック ...赤塚新町2-5-16-1 F (☎6915-6617)

11日

- 岩田医院...板橋4-57-4 (☎3961-1092)

- 今村医院 ...大山東町58-20-101(☎3964-8805)
●有賀小児クリニック ...南常盤台2-3-3(☎3973-6151)
●藤田医院...泉町23-8(☎3960-2822)
●杉内医院...成増3-17-16(☎3930-2331)
12日
●堀井医院...双葉町40-13(☎3961-2610)
●ときわ台はしもと小児科アレルギー科 ...常盤台1-2-3-3 F(☎6454-5415)
●篠遠医院...蓮沼町20-14(☎3966-4901)
●佐藤クリニック ...高島平6-1-1(☎5997-9828)
18日
●仁木医院...板橋3-5-3(☎3961-5931)
●そう内科クリニック ...小茂根1-21-4(☎3973-0711)
●えがおこどもクリニック ...前野町3-31-3(☎5994-7250)
●清水クリニック ...坂下2-28-7(☎3966-5314)
●郡医院...高島平3-8-6(☎3975-3438)
25日
●木村内科クリニック ...板橋4-6-1(☎3964-1955)
●北角診療所...常盤台3-3-1(☎3960-3617)
●天木診療所...清水町47-7(☎3961-3913)
●赤星医院...蓮根1-23-8(☎3966-6082)
●田島クリニック ...成増5-18-4(☎5383-6622)

休日調剤薬局のご案内
▶開局時間=9時～20時※開局する薬局など詳しくは、(一社)板橋区薬剤師会ホームページをご覧ください。
QR code

- 24時間電話医療機関案内「ひまわり」☎5272-0303
※外国語による相談窓口☎5285-8181(9時～20時)
●東京消防庁救急相談センター☎#7119または☎3212-2323
●板橋区平日夜間応急こどもクリニック(小児科)
日本大学医学部附属板橋病院内(☎3972-8111)※診療日の診療時間内※こどもクリニック受診希望の旨をお伝えください...平日(年末年始を除く)、19時～22時(受付は21時45分まで)
●歯科衛生センター...常盤台3-3-3(☎3966-9393)
●休日歯科応急診療(急に歯が痛くなった方の診療)...日曜・祝日・休日・年末年始、9時～17時(電話予約9時～16時)
●心身障がい児(者)歯科診療...土曜、13時～17時(予約制)
●歯科衛生相談...月曜～土曜(祝日・休日・年末年始を除く)、13時～17時(電話または、事前連絡のうえ来所)
●通院困難な方への訪問歯科診療...土曜、13時～17時(予約制)

※費用の明示がないものは無料

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

体験・観賞

教育科学館の催し

A プラネタリウム スター・ウィーク関連企画
「夏の星座を見つけよう」

▶とき=8月1日(木)～7日(水)、15時30分～16時15分 ▶対象=小学生以上

B 一般向け投影「月を大解剖」

▶とき=8月8日(木)～9月29日(日)、15時30分～16時20分 ▶対象=小学5年生以上

[A・Bいずれも]

▶定員=各日190人(先着順)※当日、直接会場へ。▶費用=一般350円・高校生以下120円※65歳以上の方(持物…年齢がわかるもの)・障がいがある方(持物…各種手帳)は割引あり

C 土星のお話と土星ストラップ作り

▶とき=8月10日(土)～29日(木)、9時45分～10時5分・11時～11時20分、各1回制 ▶対象=4歳～中学生(小学3年生以下は保護者同伴) ▶定員=各回15人(申込順) ▶費用=500円 ▶申込=8月3日(土)朝9時から、教育科学館ホームページ

D イプシロンロケット工作

▶とき=8月10日(土)～9月1日(日)、13時～15時(8月18日(日)を除く)※当日、直接会場へ。※材料がなくなり次第終了 ▶費用=300円

[A～Dいずれも]

▶ところ・間=教育科学館 ☎3559-6561(月曜休館。ただし8月12日(休)・9月16日(祝)・23日(休)は開館し9月17日(火)・24日(火)休館)

リサイクルプラザの催し

A 容器のSDGs

▶とき=8月24日(土)10時20分～12時20分 ▶内容=講義「身近な容器のリサイクル」・クイズ ▶講師=東洋製罐グループホールディングス(株)社員 ▶対象=小学生とその保護者 ▶定員=15組(申込順)

パネル展

▶とき=8月1日(木)～31日(土)(8月3日(土)・4日(日)を除く)、9時～17時

B 無視できない虫の話

▶とき=8月25日(日)10時20分～12時20分 ▶内容=講義「台所・ごみ集積所などに発生する虫の特徴・防除方法」・虫よけ線香づくり ▶講師=アース製薬(株)社員 ▶定員=30人(申込順)



[A・Bいずれも]

▶ところ・申込・間=7月27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

平和絵画・原爆展

▶ところ・とき

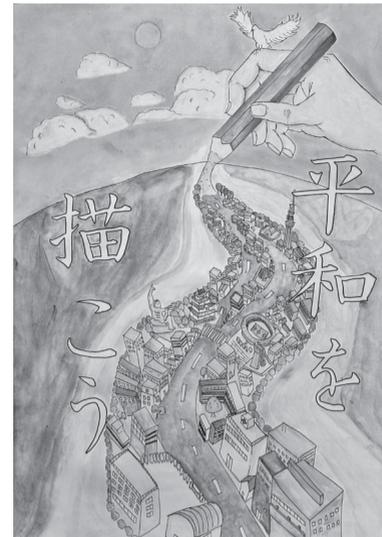
●イベントスクエア(区役所1階)…8月9日(金)～15日(木)の平日、9時～17時

●赤塚支所1階ギャラリー…8月17日(土)～26日(月)、9時～21時

▶内容=「平和と戦争」をテーマに区内小・中学生が描いた絵画・ポスター、戦争当時の写真・資料など ▶間=板橋区平和都市宣言記念事業実行委員会事務局(板橋区総務課内) ☎3579-2052



中台小4年 川島瑞稀さん



志村三中9年 岩間悠太さん

初心者向けジャズ・ヒップホップダンス講座

▶とき=8月28日(水)～30日(金)、3日制、14時30分～16時30分 ▶対象=小学6年生～39歳の方 ▶定員=20人(申込順) ▶費用=90円 ▶ところ・申込・間=7月27日(土)13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)

親子de満喫キャンプin八ヶ岳

▶とき=9月21日(土)・22日(祝)(1泊2日)※13時に八ヶ岳荘集合・22日(祝)12時に解散予定 ▶内容=ドラム缶ピザ作り・クラフト体験・テント泊など ▶対象=小・中学生とその保護者 ▶定員=8組(抽選) ▶費用=一般9000円、小・中学生8100円 ▶申込・間=8月10日(必着)まで、はがきで、同荘(〒399-0200長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1322) ☎0266-66-2323 ※申込記入例の項目と参加者全員の氏名・年齢を明記 ※同荘ホームページからも申込可 ※当選者には、8月16日(金)までに、電話で連絡。

社会福祉協議会 ご案内

サポートぬくもり協会の会員募集説明会

地域住民による支え合い活動(1時間あたり700円からの謝礼あり)で、家事や外出の付き添いなどを行う協会の会員を募集します。

▶とき=8月28日(水)14時～15時30分 ▶ところ=大谷口地域センター※当日に会員登録をする場合は必要な持ち物あり。詳しくは、お問い合わせください。▶申込・間=7月29日(月)朝9時から、電話で、サポートぬくもり ☎3964-1185

朝市(産業振興課)

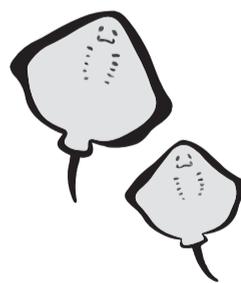
蓮根朝市

▶とき=7月28日(日)朝6時30分から ▶ところ=蓮根中央商店会(都営三田線「蓮根」下車) ▶目玉商品=海苔

推しエイMAPパネル展

開催案内

▶とき=8月1日(木)～9月1日(日)、10時～18時(入館は17時30分まで) ▶入館料=一般260円、65歳以上の方130円※小・中学生無料



展示内容

日本全国推しエイMAP

大きな日本地図に全国の水族館の推しエイのパネルを展示します。

顔出しパネル

大きなエイの口から顔を出して記念写真を撮影できます。

みんなの推しエイフォトコンテスト

コンテストの入選作品を紹介します。

ところ・間

熱帯環境植物館 ☎5920-1131
(月曜休館。ただし8月12日(休)は開館)

世帯数・人口(前月比)		うち外国人
世帯	332,922 (+287)	
人口	577,183 (+118)	35,011
男	282,246 (+43)	17,101
女	294,937 (+75)	17,910

年齢別人口	年齢・人口		構成比
	14歳以下	57,633	10.0%
	15～64歳	387,933	67.2%
65歳以上	131,617	22.8%	

※割合を表す数値の単位未満は、四捨五入しています。