



9月は認知症月間

認知症の正しい知識を身に付けよう!



区では、この月間に合わせ、認知症に関する啓発・イベントなどを行います。
この機会に、認知症への理解を深めましょう。



問 合 おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎ 5970-1121

認知症とは

病気などが原因で脳の細胞が壊れたり、働きが悪くなることで、認知機能が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態です。

ご相談ください

認知症はだれでもなる可能性があります。もの忘れ・認知症が気になったら、ひとりで悩まず、担当地域(区ホームページ参照)のおとしより相談センター(地域包括支援センター)にご相談ください。

動画で学ぼう

認知症の基礎知識や家族のための情報を、わかりやすく伝える動画を配信しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



展示イベント

- ▶ **ところ・とき**
 - プロモーションコーナー(区役所1階)…9月2日(月)～6日(金)、9時～17時
 - 無印良品板橋南町22(南町22-14)…9月9日(月)～13日(金)、10時～20時
 - イオンスタイル板橋前野町(前野町4-21-22)…9月17日(火)～24日(火)、8時～23時
- ※初日は10時から、最終日は13時まで
▶ **内容** = 区の認知症事業紹介・いたばし認知症笑るたなど

図書館イベント

区立各図書館に、認知症に関する情報誌・書籍などを集めたコーナーを設けます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

講演会・講座

講演「認知症に備えるための社会参加」

▶ **とき** = 9月11日(水)14時～16時 ▶ **ところ** = 成増アクトホール ▶ **講師** = (地独)東京都健康長寿医療センター研究所研究員 鈴木宏幸 ▶ **対象** = 区内在住・在勤・在学の方 ▶ **定員** = 100人

認知症の方を介護する家族のための講座

▶ **とき** = 9月18日(水)14時～16時 ▶ **ところ** = グリーンホール601会議室 ▶ **内容** = 講義「認知症とともに生きる方への接し方」 ▶ **講師** = (地独)東京都健康長寿医療センター臨床心理士 扇澤史子 ▶ **対象** = 区内在住・在勤で、認知症の方を介護している家族または介護に関わる方 ▶ **定員** = 30人

— [いずれも] —

※申込順 ▶ **申込** = 8月19日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係

認知症サポーター養成講座

▶ **とき** = 9月21日(土)14時～15時30分 ▶ **ところ** = グリーンホール2階ホール
▶ **内容** = 講義「認知症の症状・支援方法、認知症の方と接するときの心構えなど」※受講者には、認知症サポーターカードをプレゼント。希望する事業者(介護保険事業者を除く)には、「高齢者あんしん協力店」ステッカーを配付し、区ホームページに事業者を掲載します。▶ **対象** = 区内在住・在勤・在学の方、区内事業者 ▶ **定員** = 100人(申込順) ▶ **申込** = 8月19日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係



区立美術館館蔵品展 もっと魅せます! 板橋の前衛絵画

シュルレアリスムと アブストラクト・アート

本展では、戦前から戦後にかけて、画家たちを魅了した日本におけるシュルレアリスム(超現実主義)とアブストラクト・アート(抽象絵画)を紹介します。

とき

8月22日(木)～9月23日(休)、9時30分～17時(入館は16時30分まで)

期間中の催し

講演「1930年代日本の前衛地図 抽象とシュルレアリスムへ」

▶ **とき** = 9月7日(土)14時～15時30分 ▶ **講師** = 国立アートリサーチセンター主任研究員 谷口英理 ▶ **定員** = 60人

ギャラリートーク

▶ **とき** = 8月24日(土)・9月14日(土)、14時～14時30分

— [いずれも] —

※先着順。当日、直接会場へ。



小牧源太郎「ラディオオラリア」



永井東三郎「作品」



寺田政明「夜(眠れる丘)」

ところ・問合

区立美術館 ☎ 3979-3251 (月曜休館。ただし9月16日(祝)・23日(休)は開館し17日(火)休館)

令和6年7月25日からの大雨災害義援金を受け付けています

▶ **とき** = 12月13日(金)までの平日、9時～17時 ▶ **募金箱設置場所** = 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 ▶ **問** = 総務課総務係 ☎ 3579-2052

国民年金

年金生活者支援給付金を支給しています

次の対象者に、年金に上乗せして給付金を支給しています。受給するには、請求手続きが必要です。※既に受給している方は請求不要

- ▶ **対象** = 次のいずれかの要件を満たす方
 - 老齢基礎年金を受給している65歳以上で、世帯全員が住民税非課税かつ令和5年中の年金収入額・その他所得額の合計が約88万円以下(年齢により基準額に相違あり)
 - 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給しており、令和5年中の所得額が472万1000円以下 ※扶養親族などの数により基準額に加算あり
 - ▶ **請求手続き**
 - **令和6年度から対象になる方**…9月上旬から順次お送りする請求はがきを郵送で、日本年金機構
 - **これから年金を受給する方**…年金の請求手続きと併せて、直接、板橋区年金事務所または板橋区国保年金課(区役所2階②窓口)
- ※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。
- ▶ **問** = 給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092・☎5539-2216、板橋区国保年金課国民年金係 ☎3579-2431

税金

特別区民税・都民税・森林環境税の支払いはお済みですか

9月2日(月)は、特別区民税・都民税・森林環境税第2期分(普通徴収分)の支払期限です。モバイルレジ・電子マネー(区ホームページ参照)、金融機関、コンビニエンスストア、納税課(区役所3階①窓口)、各区民事務所でお支払いください。口座振替の場合は、事前に残高をご確認ください。なお、支払いが困難な場合はご相談ください。※支払期限を過ぎた特別区民税・都民税・森林環境税、軽自動車税(種別割)がある場合は、金融機関・納税課・各区民事務

10月から児童手当制度を拡充します

制度改正に伴い、所得制限の撤廃・支給対象年齢の高校生年代までの延長・第3子以降の支給額の増額など、制度の一部が変更になります。新たに児童手当を受給できる方・支給額の増額が見込まれる方については、申請が必要となる場合があります。

- ▶ **対象** = 次のいずれかの要件を満たす方
 - **A** 高校生年代の児童を養育している
 - **B** 大学生年代を含めて児童が3人以上いる
 - **C** 所得制限により児童手当の受給資格がない
 - **D** 特例給付を受給している
 - **E** 現行制度で第3子以降の加算額の対象となっている

※**A**のうち児童手当を受給しており、高校生年代の児童の届出をしていない方または**B**は申請必要。
※**A**のうち児童手当を受給しており、高校生年代の児童の届出をしている方または**D**は申請不要。10月頃に増額通知をお送りします。
※制度改正の内容・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 子育て支援課子ども手当医療係 ☎3579-2744

所で早めにお支払いください。※コンビニエンスストアでお支払いの場合は、必ず領収証書・レシートの両方をお受け取りください。モバイルレジ・電子マネーでお支払いの場合は、領収証書は発行されません。

▶ **問** = 納税課庶務・収納係 ☎3579-2133

お知らせ

子ども読書活動推進計画検討委員募集

- ▶ **募集人数** = 2人 ▶ **任期** = 11月～令和8年3月
- ▶ **対象** = 区内在住の18歳以上で、15歳以下のお子さんがある方 ※平日に行う会議(年4回程度)に出席できる方 ▶ **選考** = 書類・作文 ▶ **応募申込書の配布場所** = 中央図書館・区ホームページ ▶ **申込・問** = 9月11日(必着)まで、応募用紙・作文「子どもの読書について思うこと」(800字程度)を直接または郵送・電子申請(区ホームページ参照)で、中央図書館(〒174-0071常盤台4-3-1) ☎6281-0291(第2月曜・月末日休館。ただし土曜・日曜・祝日の場合は開館し翌平日休館)

板橋区民まつりの協賛募集

「板橋区民まつりプログラム」に広告を掲載するほか、当日に会場で企業名・団体名などを放送します。

- ▶ **広告サイズ・協賛金額** = 3.3cm×4.6cm(白黒)…3万円、13.9cm×19.0cm(フルカラー)…10万円、28.0cm×19.0cm(フルカラー)…20万円 ※広告版下は広告主が作成 ※プログラムは、10月上旬から東武東上線「大山」・区内施設などで、10月19日(土)・20日(日)は会場で配布します。 ▶ **申込・問** = 8月28日(水)まで、直接、くらしと観光課事業推進係(情報処理センター6階) ☎3579-2251

建築相談会

- ▶ **とき** = 9月2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** 建築士による建築相談、耐震診断・耐震補強・解体工事などの助成制度の相談・受付 ※相談時間は1組30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** = **A** 8月19日(月)朝9時から、電話で、建築安全課建築耐震係 ※当日、予約なしでの相談も可。 ▶ **問** = 建築安全課建築耐震係 ☎3579-2554

外国人のための法律相談

- ▶ **とき** = 9月19日(木)・10月17日(木)、各1日制、13時30分～16時30分 ※相談時間は1人30分 ▶ **内容** = 電話・オンライン会議システム「Zoom」によるビザ・労働・離婚などの相談 ▶ **対象** = 外国籍の方 ▶ **申込** = 各実施日の7日前まで、(公財)板橋区文化・国際交流財団ホームページ ▶ **問** = 同財団(グリーンホール内) ☎3579-2015

災害対策用備蓄食料を販売します

区の備蓄食料のうち、賞味期限が1年以内のものを販売します。

- ▶ **受渡日** = 9月24日(火)・25日(水)、9時～12時・14時～17時 ▶ **受渡場所** = 災害対策室(区役所4階) ▶ **品目・重量など** = 表参照 ▶ **対象** = 区内在住・在勤の方 ▶ **申込・問** = 8月30日(消印有効)まで、往復はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、防災危機管理課計画推進係 ☎3579-2159 ※申込記入例(4面)の項目と希望日・時間(午前・午後)、品目(**A**～**E**、複数可)・数量(**A****B****E** 2つまで **C****D** 1つまで)を明記。

表 備蓄食料の品目・重量など

品目	重量	賞味期限	費用
A 個食アルファ化米(五目ごはん)	約6kg	来年6月	2000円
B 個食アルファ化米(梅がゆ)	約3kg		500円
C 副食(肉じゃが)	約7kg	来年7月	各1500円
D 副食(筑前煮)	約6kg	来年8月	
E クラッカー	約5kg	来年7月	500円

※抽選※**A**～**D** 1箱50食分(個別包装) **E** 1缶35食分

板橋区民まつり民踊パレード 参加者募集

10月20日(日)開催の「板橋区民まつり」の民踊パレードに向けて講習会を行います。民踊パレードへ参加を希望する方は、次のいずれかの講習会にご参加ください。

A 中央講習会

- ▶ **とき** = 9月7日(土)13時30分～15時30分 ▶ **ところ** = グリーンホール2階ホール

B 地域講習・練習会

- ▶ **ところ・とき**
 - **常盤台地域センター**…9月10日(火)・24日(火)・10月11日(金)、13時30分
 - **仲町地域センター**…9月13日(金)・25日(水)・10月11日(金)、13時30分
 - **ロータスホール**…9月13日(金)・29日(日)、18時30分
 - **グリーンホール601会議室**…10月11日(金)、18時30分
 - **小豆沢体育館**…10月16日(水)、13時30分

[A～Eいずれも]

- ▶ **費用** = 500円 ▶ **講師** = 板橋区民踊連盟担当講師 ▶ **曲目** = 一番はじめは・板橋音頭・金比羅船々・舞い上げITABASHIなど ※パレード当日は舞い上げITABASHIのみ参加可

C 実行委員会

- ▶ **とき・ところ・内容(各1日制)**
 - **8月28日(水)10時**…グリーンホール504会議室、説明会
 - **10月7日(月)18時**…グリーンホール601会議室、説明会
 - **10月29日(火)10時**…グリーンホール601会議室、反省会

[A～Gいずれも]

※当日、直接会場へ。 ▶ **問** = 板橋区民踊連盟・藤間 ☎090-6548-2039、板橋区くらしと観光課事業推進係 ☎3579-2251



傍聴

都市計画審議会

▶**とき** = 9月9日(月)14時から ▶**ところ** = 第一委員会室(区役所11階) ▶**内容** = 大山駅東地区地区計画の変更など ▶**定員** = 15人(先着順)※当日、13時~13時45分に都市計画課(区役所5階⑮窓口)で受付。▶**問** = 都市計画課調整・都市基盤DX係 ☎3579-2566

休みます

東板橋図書館

▶**とき** = 9月24日(火)~29日(日)※資料点検などのため ▶**問** = 東板橋図書館 ☎3579-2666(第3月曜・月末日休館)

体験・観賞

包丁研ぎ教室

▶**とき** = 9月3日(火)、10時~11時30分・13時~14時30分、各1回制 ▶**内容** = 講義・実技 ▶**講師** = 六代目正次郎 石塚祥二郎 ▶**定員** = 各回6人(申込順) ▶**ところ・申込・問** = 8月17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

成増サークル公開教室

朗読劇を楽しもう

▶**とき** = 9月10日(火)・10月8日(火)、各1日制、14時~16時 ▶**定員** = 各回20人

中国語会話

▶**とき** = 9月14日(土)・21日(土)、2日制、15時~16時20分 ▶**定員** = 10人

初心者向けフラダンス

▶**とき** = 9月18日(水)・25日(水)、2日制、10時~12時 ▶**定員** = 10人

【いずれも】

※申込順 ▶**ところ・申込・問** = 8月17日(土)13時から、電話で、まなぼーと成増 ☎3975-9706(第3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

おたふくかぜ任意予防接種(2回目)の助成を開始します

8月下旬に、対象者へ予診票をお送りします。接種を希望する場合は、費用の一部を区が助成しますので、区内協力医療機関で接種してください。※予診票が9月になっても届かない場合は、お問い合わせください。

▶**とき** = 9月1日(日)から ▶**対象** = 区内在住の小学校就学前1年間のお子さん ▶**助成金額** = 3000円 ▶**持物** = 予診票・健康保険証・母子健康手帳 ▶**問** = 予防対策課予防接種係 ☎3579-2318

医師によるもの忘れ相談

▶**とき・ところなど** = 表参照 ▶**対象** = 区内在住で、もの忘れで医療機関にかかっていない方 ※家族(区外在住を含む)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 医師によるもの忘れ相談

とき	ところ・申込電話
9月2日(月)	成増アクトホール※申込は三園おとしより相談センター ☎3939-1101
9月5日(木)	富士見おとしより相談センター ☎6905-6425
9月10日(火)	前野地域センター※申込は前野おとしより相談センター ☎5915-2636
9月18日(水)	蓮根おとしより相談センター ☎5970-9106
9月27日(金)	中台三丁目集会所(中台3-27-4)※申込は中台おとしより相談センター ☎3933-8875

※13時10分から・13時50分から、各1回制。

ポーロニャ・ブックフェア in いたばし 世界の絵本展

本展では、世界最大の児童書の見本市「ポーロニャ児童図書展」に出展後、区に寄贈された世界各国の絵本を紹介します。

とき 8月24日(土)~9月7日(土)、9時~20時(最終日は17時まで) **ところ** 中央図書館

展示内容

新着絵本コーナー

イタリア・ポーロニャから届いたばかりの絵本を紹介します。

2024年ポーロニャ・ラガッツィ賞コーナー

ブックデザインの優れた絵本に贈られる同賞の入賞作品を紹介します。

いたばし国際絵本翻訳大賞コーナー

令和5年度の受賞作品、これまでの課題絵本・出版された大賞受賞作を紹介します。

2024ポーロニャ入選4人展

ポーロニャ国際絵本原画展に入選した、小野寺美帆さん・西岡秀樹さん・松井あやかさん・矢部雅子さんの作品を紹介します。

関連イベント

わくわく外国語おはなしまつり

▶**とき** = 8月24日(土)~9月1日(日)・9月7日(土)、各1日制、14時~14時30分 ※当日、直接会場へ。

▶**内容** = 外国語絵本の読み聞かせ ▶**対象** = 小学生以下

翻訳体験ワークショップ

▶**とき** = 9月8日(日)15時~17時 ▶**内容** = 講演・ワークショップ ▶**講師** = 翻訳家 中井はるの ▶**定員** = 24人(申込順) ▶**申込** = 8月19日(月)朝9時から、電子申請(区ホームページ参照)



問合 **いたばしポーロニャ絵本館 ☎6281-0560**
(第2月曜・月末日休館。ただし8月31日(土)は開館し9月2日(月)休館)

成人歯科検診

▶**とき** = 9月1日(日)~12月28日(土) ▶**ところ** = 区内協力医療機関 ▶**内容** = 問診、歯・歯周組織などの検査 ▶**対象** = 区内在住で、4月~来年3月に40・45・50・55・60・65・70歳の誕生日を迎える方 ※対象者には、8月末に受診券をお送りします。 ※8月以降に転入した対象者は、申込が必要。直接または電話・はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課健(検)診申込窓口(区役所3階②窓口) ☎3579-2319(申込記入例4面の項目と生年月日を明記)。 ▶**費用** = 500円 ※A70歳の方 B生活保護・中国残留邦人などに対する支援給付を受給中の方 C住民税非課税世帯の方は無料。 B Cは事前に健康推進課へ申請が必要(受診後の申出による費用の返還は不可)。 ▶**問** = 健康推進課成人健診係 ☎3579-2312

喉頭がん検診

▶**とき** = 9月~11月 ▶**ところ** = 区内協力医療機関 ▶**内容** = 問診・間接喉頭鏡検査・ファイバースコープ検査 ▶**対象** = 区内在住で、昭和50年3月31日以前に生まれた方 ▶**費用** = 500円 ※生活保護・中国残留邦人などに対する支援給付を受給中の方は無料。事前に健康推進課へ申請が必要(受診後の申出による費用の返還は不可)。 ▶**申込・問** = 直接または電話・はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課健(検)診申込窓口(区役所3階②窓口) ☎3579-2319 ※申込記入例(4面)の項目と生年月日を明記 ※申込後、順次受診券をお送りします。

尿もれ予防体操教室

▶**とき** = 9月19日(木)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

はじめての歯みがきひろば

▶**とき** = 9月19日(木)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5年7月~11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 ▶**ところ・申込・問** = 電話で、志村健康福祉センター ☎3969-3836

リンパ浮腫セルフケア講座

▶**とき** = 9月20日(金)10時~12時 ▶**ところ** = 板橋区保健所 ▶**内容** = 講義・実技 ▶**講師** = リンパドレナージュセラピスト 田子明恵 ▶**対象** = 区内在住・在勤または区内医療機関に通院している女性 ▶**定員** = 30人(申込順) ▶**申込・問** = 電話で、女性健康支援センター ☎3579-2306

区民結核健診

▶**とき** = 9月26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

社会福祉協議会のご案内

社会福祉協議会への寄付

▶NPO法人ゆずり葉1500円 ▶里彩くるカエル倶楽部4000円 ▶NPO法人環境と美化を考える会2000円 ▶伊藤康治5万円 ▶乃ぐち松寿会7770円 ▶豊下捷子5000円 ▶和田美知子1万円 ▶助け合いの会(高島平二丁目団地)2万円 ▶大工原辰実1万円 ▶中板橋友愛クラブ5219円 ▶蓮根舟渡わかば会1万円 ▶蓮根本町はすのみ会2062円 ▶**問** = (福板橋区社会福祉協議会 ☎3964-0235

サポートぬくもり協力会員募集説明会

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力会員を募集します。

▶**とき** = 9月24日(火)14時~15時30分 ▶**ところ** = さーど・ぶれいす@まもりん坊ハウス(上板橋2-30-2) ※当日に会員登録をする場合は、必要な持物あり。詳しくは、お問い合わせください。 ▶**申込・問** = 8月19日(月)朝9時から、電話で、サポートぬくもり ☎3964-1185

いたばし子どもの食・居場所支援事業PRイベント

▶**とき** = 8月26日(月)~30日(金) ▶**ところ** = イベントスクエア(区役所1階) ▶**内容** ●展示...9時~17時(最終日は15時まで) ●ワークショップ・相談コーナー...10時~14時 ▶**問** = 子どもの食・居場所支援事業 ☎3964-0236

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

施設のイベント

グリーンカレッジホール

健康イスヨガ教室

▶とき=9月3日～11月のうち6日間、各火曜、14時～15時20分▶講師=介護予防指導士 伊藤典子▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=25人▶費用=500円

生き生き講座

▶とき=9月12日(木)14時～15時30分▶内容=講義「もっと知ろう、おなかのガンのこと」など▶講師=高島平中央総合病院消化器外科医 齋藤剛太ほか▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=50人▶費用=200円

チアダンス教室

▶とき=9月12日～11月のうち6日間、各木曜▶コース・時間
Aおとなクラス…14時～15時10分
Bキッズクラス…16時30分～17時20分▶講師=STYLEY代表 越田歩▶対象=区内在住・在勤の方(**B**は3歳～12歳)▶定員=**A****B**各10人▶費用=500円

フラ教室ステップアップコース

▶とき=9月20日～12月のうち8日間、各金曜、13時30分～15時▶講師=フラダンスインストラクター 片桐由美▶対象=区内在住・在勤の方で、フラダンス教室未加入の経験者▶定員=15人▶費用=500円



[いずれも]

※申込順▶ところ・申込・問=8月17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

エコポリスセンター

講演「四国一小さな町 徳島県上勝町から広がるゼロ・ウェイスト」

▶とき=9月8日(日)13時30分～15時※オンライン会議システムZoomを使用▶内容=講義「ごみ削減とリサイクル」▶講師=(株)BIG EYE COMPANY最高環境責任者 大塚桃奈▶対象=18歳以上の方▶定員=80人(抽選)▶申込=8月26日(月)まで、エコポリスセンターホームページ▶費用=1000円



大塚桃奈

リサイクルワークショップ

▶とき=9月29日(日)12時30分～15時30分▶内容=和布でブローチ作り▶定員=10人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▶費用=1000円

人生100年時代の法律講座

▶とき=10月3日(木)13時30分～16時50分▶ところ=大会議室(区役所9階)▶内容=講義「財産管理・遺言・家族信託など」▶講師=弁護士ほか▶定員=84人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▶費用=1000円※65歳以上の方・障害者手帳をお持ちの方500円▶申込・問=9月13日(消印有効)まで、往復はがきで、区民相談室(〒173-0004板橋2-65-6)☎3579-2288▶申込記入例参照。手話通訳を希望する場合はその旨を朱書。

円▶持物=裁縫道具▶申込=8月26日(必着)まで、往復はがきで、エコポリスセンター(〒174-0063前野町4-6-1)▶申込記入例参照▶同センターホームページからも申込可

[いずれも]

▶ところ・問=同センター☎5970-5001(第3月曜休館。ただし9月16日(祝)は開館し17日(火)休館)

講座

消費生活講座

▶とき=9月3日(火)10時～11時40分▶ところ=グリーンホール504会議室▶内容=講義「健康食品との付き合い方・賢い塩の使い方」▶講師=東京都消費者啓発員 横田久美▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=20人(申込順)▶申込・問=8月19日(月)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、消費者センター☎3579-2266

介護予防サポーター養成講座

▶とき・内容(7日制)=表参照※このほか、介護予防事業の見学・実習(10月11日(金)～30日(水)のうち1日)あり。▶対象=区内在住の方、区内で活動できる方▶定員=20人(抽選)▶ところ・申込・問=9月2日(必着)まで、はがき・FAXで、おとしより保健福祉センター介護予防係(〒174-0063前野町4-16-1)☎5970-1117☎5392-2060▶申込記入例の項目と生年月日を明記



表 介護予防サポーター養成講座

とき	内容
9月26日(木)	これからの介護予防・元氣おとせん! 体操
10月3日(木)	ボランティア活動の心構え・高齢者の口腔機能
10月10日(木)	10の筋トレ・高齢者の食生活
10月18日(金)	高齢者の運動(基礎編)
10月31日(木)	体力測定の方法・実習
11月7日(木)	今後の活動

※13時30分～16時

いたばしI(あい)カレッジ女性版(前期)

▶とき・ところ・内容(3日制)

- 9月17日(火)…グリーンホール1階ホール、ヨガ
- 9月24日(火)・10月1日(火)…グリーンホール504会議室、講義「アサーティブ・コミュニケーション」

※10時～11時30分

▶講師=公認心理師 花崎晶▶対象=区内在住・在勤・在学の女性▶定員=30人(申込順)※生徒4か月～未就学児の保育あり(定員10人、申込順)▶持物=ヨガマットまたはバスタオル▶申込・問=8月19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、8月30日(金)までにお申し込みください。

ひきこもり支援講演会・個別相談会

▶とき=9月23日(休)

▶時間・内容

- A**14時～16時…講演「8050問題と求められる居場所」・ひきこもり経験者による発表
- B**16時10分～17時10分…公認心理師などによる個別相談会※相談時間は1組1時間
- ▶ところ=グリーンホール601会議室▶講師=NPO法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会副理事長 池上正樹▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=**A**50人**B**6組(いずれも申込順)▶申込・問=8月17日(土)朝9時から、はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、生活支援課ひきこもり対策担当係☎3579-2387▶申込記入例の項目と希望の回(**A****B**いずれか、または両方)・参加人数を明記

朝市〈産業振興課〉

板橋朝市

▶とき=8月18日(日)朝6時30分から▶ところ=板橋宿不動通り商店街(都営三田線「板橋区役所前」下車)

いたばし×タベスケ

「いたばし×タベスケ」協力店募集

「タベスケ」とは、協力店が期限間近などで食品ロスになりそうな食品をオンラインで出品し、利用者が食品を安く購入できる地球環境にもやさしいフードシェアリングサービスです。

タベスケホームページやアプリから協力店の登録ができます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶対象=区内の食品を取り扱う小売店・飲食店など

問合 資源循環推進課資源循環協働係☎3579-2258

