



年末年始の資源・ごみの収集日を確認しましょう！



年末年始は、大掃除などにより家庭ごみの量が増え、ごみ処理施設が混み合います。
計画的なごみ出しにご協力をお願いします。

年末年始の資源・ごみの収集日

地域	12月の収集最終日			来年1月の収集開始日
	可燃	不燃	資源	
小豆沢、稲荷台、清水町、蓮沼町、本町、中台、西台一・二丁目、若木三丁目	31日(土)	28日(水)	26日(月)	5日(木) 11日(水) 9日(祝)
西台三・四丁目、若木一・二丁目	31日(土)	16日(金)	26日(月)	5日(木) 6日(金) 9日(祝)
前野町	31日(土)	23日(金)	26日(月)	5日(木) 13日(金) 9日(祝)
大谷口、大谷口上町、大谷口北町、大山西町、向原	30日(金)	15日(木)	27日(火)	4日(水) 5日(木) 10日(火)
赤塚三丁目、成増二・三丁目	30日(金)	22日(木)	27日(火)	4日(水) 12日(木) 10日(火)
赤塚四・五・八丁目、成増四・五丁目	30日(金)	17日(土)	27日(火)	4日(水) 7日(土) 10日(火)
小茂根、桜川、東山町	30日(金)	24日(土)	27日(火)	4日(水) 14日(土) 10日(火)
坂下、蓮根、東坂下、舟渡、徳丸五～八丁目	31日(土)	16日(金)	28日(水)	5日(木) 6日(金) 4日(水)
相生町、志村、徳丸一～四丁目	31日(土)	23日(金)	28日(水)	5日(木) 13日(金) 4日(水)
泉町、大原町、上板橋三丁目、常盤台、富士見町、南常盤台、宮本町、大門、三園一丁目、四葉	30日(金)	17日(土)	29日(木)	4日(水) 7日(土) 5日(木)
上板橋一・二丁目、東新町、新河岸、高島平六～九丁目、三園二丁目	30日(金)	24日(土)	29日(木)	4日(水) 14日(土) 5日(木)
板橋、中板橋、氷川町、双葉町、大和町、高島平二～五丁目	31日(土)	21日(水)	30日(金)	5日(木) 4日(水) 6日(金)
加賀、仲宿、高島平一丁目	31日(土)	28日(水)	30日(金)	5日(木) 11日(水) 6日(金)
仲町、弥生町、赤塚一・二・六・七丁目、赤塚新町	30日(金)	15日(木)	24日(土)	4日(水) 5日(木) 7日(土)
大山町、大山金井町、大山東町、熊野町、幸町、栄町、中丸町、南町、成増一丁目	30日(金)	22日(木)	24日(土)	4日(水) 12日(木) 7日(土)

来年1月1日(祝)～3日(火)の収集はお休みします

※収集日当日の朝(8時まで)にお出しください。
※大型コンテナ方式・貯留式の大規模集合住宅は、別途ちらしなどでお知らせします。
※集積所の看板にお知らせを貼り出しますので、ご確認ください。
※資源・ごみの収集日は、区ホームページ・板橋区統合アプリ「ITA-Port」からもご覧になれます。

粗大ごみ収集、家電・パソコン回収

区分・品目	収集日・申込
粗大ごみ(家具・寝具・自転車などの大型ごみ)	粗大ごみ受付センター☎5296-7000(月曜～土曜8時～19時、12月29日(休)～来年1月3日(火)を除く)※粗大ごみ収集・区指定場所への持込は、年末は12月30日(金)まで、年始は来年1月4日(水)からです。
家電(エアコン・テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機)	家電リサイクル受付センター☎0570-087200(月曜～金曜9時～17時、12月29日(休)～来年1月3日(火)を除く)※商品を購入した販売店または買い替えをする販売店で引き取りができない場合に、お申し込みください。
パソコン	宅配便による無料回収(リネットジャパンリサイクル㈱)☎0570-085-800または各メーカーへの申込※対象機器など詳しくは、区ホームページをご覧ください。法人・個人事業者などの事業系パソコンは、(一社)パソコン3R推進協会☎5282-7685にお問い合わせください。

粗大ごみの申込

年末年始は粗大ごみの申込が増加し、電話がつながりにくい状況が予想されるため、24時間受付のインターネット申込にご協力をお願いします。※詳しくは、区ホームページをご覧ください。



マスクなどの捨て方

感染拡大防止のため、使用済みマスク・ティッシュなどを捨てる場合は、次の点に注意し、可燃ごみとしてお出しください。

- ごみ袋の破裂を防ぐため、容量に余裕を持たせて入れる
- ごみ袋は二重にし、しっかりしばって封をする
- ごみ捨て後は手を洗う



問合

- 資源循環推進課清掃事業係☎3579-2218
- 板橋東清掃事務所☎3969-3721
- 板橋西清掃事務所☎3936-7441

12月～来年1月は政治家の寄附禁止PR強化月間

議員・知事・区長など、現職の政治家や立候補予定者(以下「公職の候補者など」)が、選挙区内の人・団体にお金・物品を贈ることは、法律で禁止されています。

また、有権者が、公職の候補者などに寄附を勧誘・要求することも禁止されていますので、区民のみなさんもお気をください。※公職の候補者などを飲食を伴う集会・催しに招待する場

合は、招待状に会費を明示するか、会費は受け取らない旨を明示するようにお願いします。なお、金額を明示していない場合の支払い(包み金など)は、寄附になりますのでご注意ください。

- ▶寄附の禁止にあたる行為の例
- 開店祝い・落成式の花輪
 - お歳暮や入学・卒業祝い

- 病気見舞いの金品
- 葬式の供花・花輪
- 忘年会・新年会・地域行事などへの包み金・差し入れ
- 町内会の集会・催しへの寸志・差し入れ
- 代理が出席する場合の結婚祝い・葬式の香典
- 本人が出席しない行事に会費を出す・すぐに退席する行事に一般と同じ会費を出す



※新型コロナウイルス感染症の影響で、記事の内容が中止・変更になる場合があります。

各種証明書の手数料をキャッシュレス決済でお支払いできます

▶ところ＝戸籍住民課(区役所1階戸籍住民課交付・会計窓口)※利用可能な決済方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問＝戸籍住民課管理係☎3579-2201

区制施行
90周年記念
ロゴマーク



いたばし未来パレット

来年4月1日からのあいキッズの 利用登録・申請を受け付けます

区立小学校で実施している放課後対策事業「あいキッズ」の利用登録・申請を受け付けます。
▶対象=区内在住・在学中、来年4月1日(土)からあいキッズの利用を希望する児童▶利用区分など=表1参照▶申請書の配布場所=地域教育推進課(区役所6階⑩窓口)・各あいキッズ・各保育園・各幼稚園・区ホームページ▶申込=12月5日(月)~来年1月13日(金)(日曜・祝日・年

末年始を除く)の9時30分~18時に、必要書類を保護者が直接、在籍校(就学予定校)のあいキッズ※郵送・代理人不可※「さんさんタイム一般」の利用登録は、各あいキッズにお問い合わせください。▶問=各あいキッズ(区ホームページ参照)、地域教育推進課あいキッズ係☎3579-2637



表1 あいキッズ利用区分など

区分	さんさんタイム一般	さんさんタイムオレンジ	きらきらタイム
対象	新小学1~6年生	新小学1・2年生	新小学1~6年生
利用時間・利用料	●放課後~17時…無料 ●学校休業日の8時30分~17時…無料 ※10月~2月は16時30分まで		●17時~18時…月額2700円 ●17時~19時…月額3900円 ●学校休業日の8時~8時30分…無料 ●10月~2月の16時30分~17時…無料 ●土曜8時~18時(19時まで延長可)…月額700円
出欠・帰宅時間の管理	なし※1年生(1学期)は帰宅時間の管理あり	あり	あり※帰宅時間の管理は1・2年生のみ。

※「きらきらタイム」の利用申請をした場合は、「さんさんタイム一般」の利用登録不要。

お知らせ

りんご湯を行います

▶とき=11月20日(日)▶ところ=区内各浴場※詳しくは、板橋区浴場組合ホームページをご覧ください。▶費用=入浴料▶問=産業振興課商業振興係☎3579-2171



地域密着型サービスの整備・運営を行う事業者募集

▶募集サービス=小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護▶募集数=各1事業者▶選定=プロポーザル方式▶募集要項の配布場所=区ホームページ▶申込・問=12月23日(金)まで、必要書類を直接、介護保険課施設整備・事業者指定係(区役所2階⑭窓口)☎3579-2253

仕事・企業

脱炭素基礎セミナー

▶とき=12月14日(水)15時~16時30分▶ところ=ロジエビルNo.3(板橋1-48-11)▶内容=講義「脱炭素の基本・事業所でできる取組事例」▶講師=(株)エネルギーソリューションジャパン代表取締役 田崎剛史▶定員=5人※オンライン30人(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。▶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

女性再就職サポートプログラム・個別説明会

▶とき=来年1月17日(火)~20日(金)・23日(月)、5日制、10時~16時▶内容=パソコン実習・交流会など▶定員=20人(申込順)※1歳~未就学児の保育あり(定員8人、申込順)

個別説明会

▶とき=来年1月5日(木)・6日(金)、9時30分~17時30分※相談時間は1人30分

【いずれも】

▶ところ=企業活性化センター▶対象=54歳以下で、これから働きたいと考えている女性※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=東京しごとセンター☎5211-2855(平日9時~20時、土曜は17時まで)、板橋区産業振興課産業支援係☎3579-2172

いたばし福祉のしごと相談・面接会

▶とき=12月10日(土)、10時30分~12時・13時~14時30分・15時~16時30分、各1回制▶ところ=ハイライフプラザ▶内容=区内を中心とした福祉施設・保育園の求人情報の提供、就職相談・面接会※求人概要は、11月25日(金)から、(有)板橋区社会福祉協議会ホームページでご覧いただけます。※面接を希望する場合は、履歴書(写真貼付、面接希望数分)・雇用保険受給資格者証(受給中の方)をお持ちください。▶定員=各回40人(申込順)▶申込=11月25日(金)朝9時から、電話で、同協議会▶問=同協議会☎5943-1300、板橋区長寿社会推進課シニア活動支援係☎3579-2376

福祉

介護予防スペースはすのみ教室

▶とき=来年1月11日~3月22日(来年2月22日を除く)の毎週水曜、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~16時、20人
※抽選
▶ところ=介護予防スペースはすのみ教室(高島六小内)▶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=11月25日(消印有効)まで、はがき(1人1コース)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

高齢者の暮らしを拡げる「10の筋トレ」体験講座

▶とき=12月6日(火)14時~15時30分▶ところ=常盤台地域センター▶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▶講師=竹川病院理学療法士 呉屋颯志▶対象=区内在住の方▶定員=40人※オンライン15人(いずれも申込順)▶申込・問=11月21日(月)朝9時から、電話(オンラインの場合はEメール)で、おとしより保健福祉センター介護普及係☎5970-1120ki-oto-kaigo@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(4面)参照

認知症講演会

▶とき=12月22日(木)14時~15時30分▶ところ=グリーンホール1階ホール▶内容=講演「認知症への理解と備え」▶講師=板橋区役所前診療所医師 鈴木陽一▶対象=区内在住・在勤の方▶定員=50人(申込順)▶申込・問=11月21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☎5970-1121

認知症の方を介護する家族のための交流会

▶とき・ところなど(各1日制)=表2参照▶内容=交流・情報交換▶対象=認知症の方を介護している家族※定員など詳しくは、お問い合わせください。▶申込・問=電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係☎5970-1121

表2 認知症の方を介護する家族のための交流会

とき	ところ	会名称
A 12月1日(木)・ 来年1月12日(木)	ウェルネススペース板橋 (板橋3-26-4)	板橋地区
B 12月7日(水)・ 来年1月11日(水)	成増アクトホール	きずな
C 12月9日(金)・ 来年1月13日(金)	高島平区民館	桜の会
D 12月13日(火)・ 来年1月10日(火)	志村坂上地域センター	志村地区
E 12月14日(水)・ 来年1月11日(水)	おとしより保健福祉センター	男性家族交流会
F 12月15日(木)・ 来年1月19日(木)	きたのホール	やすらぎ
G 12月21日(水)・ 来年1月18日(水)	おとしより保健福祉センター	ひだまり

※13時30分~15時30分(◎は14時~16時)

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=11月25日(金)~27日(日)※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=11月28日(月)※施設点検のため▶問=男女平等推進センター☎3579-2790

感染防止にご協力をお願いします

発熱・呼吸器症状などがある場合

板橋区新型コロナ健康相談窓口☎4216-3852(平日、9時~17時)

東京都発熱相談センター☎6258-5780・☎5320-4592(いずれも24時間)

東京都発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル
☎5320-4327・☎5320-5971・☎5320-7030(いずれも24時間)

※新型コロナウイルス感染症の影響で、記事の内容が中止・変更になる場合があります

※費用の明示がないものは無料

正しい知識で糖尿病予防

問 合

各健康福祉センター(健康ガイド参照)

日本では、生活習慣・社会環境の変化に伴い、糖尿病の患者数が急速に増加しています。令和3年度の板橋区国民健康保険特定健診結果では、糖尿病を患っている・糖尿病の疑いがある方は、約4人に1人います。

糖尿病は、発症すると完治できませんが、合併症の多くは予防できます。

正しい知識を身につけ、糖尿病を予防しましょう。

糖尿病とは

血糖をコントロールするインスリンというホルモンの分泌量・働きが低下し、血液中のブドウ糖の高濃度状態が慢性的に続く病気です。糖尿病の発症には、肥満・運動不足・ストレスなどの生活習慣が関与するとされています。

深刻な合併症

糖尿病の初期には自覚症状がありませんが、高血糖状態を放置していると、全身の血管が損傷を受け、糖尿病網膜症・糖尿病神経障害・糖尿病腎症など重篤な合併症を引き起こします。また、合併症の進行により、失明したり透析治療が必要になったりすることがあります。※このほか、動脈硬化の進行により、脳梗塞・心筋梗塞などを発症し、生命の危険が生じる恐れがあります。

糖尿病を予防するポイント

生活習慣を見直し、糖尿病を予防しましょう。
●適正体重を知り、体重を管理する※BMI(肥満判定の国際基準=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))の標準は、18.5~25.0未満。

長(m))の標準は、18.5~25.0未満。

- 甘いもの・脂っこいものとりすぎに注意し、野菜をしっかりと食べ、バランスの良い食事を心がける
- お酒はほどほどに、週2日は休肝日にする
- 毎日の生活でプラス10分歩く
- ストレスをためないようにし、休息・睡眠をしっかりとる
- 定期的に健診を受けて、血糖値を把握する



区民健康なんでも相談

各健康福祉センターの保健師・管理栄養士が、健診結果の見方や食事・生活習慣の改善方法などの相談に応じています。気軽にご相談ください。

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

- 板橋健康福祉センター ☎3579-2333
- 上板橋健康福祉センター ☎3937-1041
- 赤塚健康福祉センター ☎3979-0511
- 志村健康福祉センター ☎3969-3836
- 高島平健康福祉センター ☎3938-8621
- 女性健康支援センター ☎3579-2306

区民結核健診

▶とき=12月16日(金)9時30分~10時30分▶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=電話で、感染症対策課感染症相談指導係☎3579-2321

医師によるもの忘れ相談

▶とき・ところなど=表1参照▶対象=区内在住の65歳以上で、もの忘れで医療機関にかかっていない方※家族(区内在住も含む)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1 医師によるもの忘れ相談

とき	ところ・申込電話
12月2日(金)	大谷口おとしより相談センター☎5964-5620
12月8日(木)	ウェルネススペース板橋(板橋3-26-4)※申込は板橋おとしより相談センター☎5248-2892
12月12日(月)	高島平おとしより相談センター☎5922-5661
12月16日(金)	中台おとしより相談センター☎3933-8875

※13時20分から・14時から、各1回制。

離乳食から幼児食へのすすめ方

▶とき=12月20日(火)、A10時~10時45分B14時~14時45分▶内容=講義・料理展示▶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・B各8人(申込順)▶ところ・申込・問=電話で、志村健康福祉センター



社会福祉協議会 ご案内

社会福祉協議会への寄付(9月6日~10月5日)
▶金井町友の会2484円▶伊藤康治5万円▶NPO法人ゆずり葉1900円▶大工原辰実1万円▶問=(福)板橋区社会福祉協議会☎3964-0235

いたばし総合ボランティアセンター ご案内

いたばしつながるカレッジ
▶とき=12月9日(金)・来年1月13日(金)・2月10日(金)・3月11日(土)、4日制、18時30分~20時(来年3月11日(土)は13時30分~15時30分)▶内容=講義「大都市における外国人支援の取組」など▶講師=(一財)東京都つながり創生財団課長 梅田弘美ほか▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=20人(申込順)▶ところ・申込・問=11月19日(土)朝9時から、電話・Eメールで、いたばし総合ボランティアセンター☎5944-4601 info@ita-vc.or.jp(月曜・日曜事務所休み)※申込記入例(4面)参照

朝市(産業振興課)

板橋朝市

▶とき=11月20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)▶催し=餅つき

公共機関だより

個人事業税の支払いはお済みですか

11月30日(水)は、個人事業税第2期分の支払期限です。クレジットカード・スマートフォン決済アプリなどのキャッシュレス納付をご利用ください。新型コロナウイルス感染症の影響などで支払いが困難な方は、お問い合わせください。
▶問=板橋都税事務所☎3963-2111

タウン情報 各種団体の催しなどのお知らせ

最期まで自宅で安心して暮らすセミナー

▶とき・ところ(各1日制)=表2参照▶内容=講義「高齢期のお金・生きがい・健康など」▶講師=ライフデザイン・社会保障研究会代表 徳田五十六▶対象=50歳以上の方▶定員=各日20人(申込順)▶申込・問=11月19日(土)10時から、電話で、同会☎070-5598-2882

表2 最期まで自宅で安心して暮らすセミナー

とき	ところ
A12月6日(火)・13日(火)	高島平区民館
B12月8日(木)・15日(木)	グリーンホール
C12月9日(金)・16日(金)	成増アクトホール

A10時~12時 B13時~15時30分

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

「生前贈与・遺産分割対策の無料個別相談会」開催

12月3日(土) 参加無料・要予約
ハイライフプラザいたばしで開催

自分の資産はできるだけ多く、子どもや孫などに残したいもの。もらう人が喜んでくれる顔を見るのはうれしいですね。通常、お金や株・不動産など、価値のあるものを生前に贈与する時は、亡くなった後に払う相続税よりも、多くの税金がかかる贈与税が課せられます。また、相続税の税務調査の際に間違った贈与をしている場合、贈与税の無申告や過

少申告の指摘を受けることも想定されます。そこで「相続東京相談センター」では、12月3日(土)に、個々の悩みや不安を解決するための無料相談会をハイライフプラザいたばしで開催します。相談会では、相続税軽減効果のある暦年贈与や生命保険の非課税枠などの、上手な有効活用方法やメリット・注意点などについて、経験豊富なファイナンシャルプランナーなどがわかりやすくアドバイスします。この機会に気軽に参加を。

▶とき=12月3日(土)9時30分~17時※希望の時

間を伝えてください▶ところ=ハイライフプラザいたばし1階会議室(板橋区板橋1-55-6・地図参照)▶相談員=相続東京相談センター木場正樹さんほか▶定員=各回2組▶費用=無料▶予約・申込=相談会事務局(わかば企画内)☎0120-661-339まで(受付時間午前10時~午後5時)※個人情報を受け付けに利用します



12月3日～9日は障がい者週間

障がいがある方・ない方がお互いに尊重し合う社会の実現に取り組んでいます。この機会に、会場・オンラインで理解を深めてみませんか。

障がい者週間記念行事

ともに生き活きふれあい広場

- ▶**とき**=12月3日(土)10時～16時 ▶**ところ**=グリーンホール
- ▶**内容**
 - 自主製品(お菓子・日用品・雑貨など)の販売
 - スタンプラリー※達成者に記念品をプレゼント
 - 障がい者団体の活動紹介・手工芸作品などの展示

- 都立特別支援学校児童・生徒の作品展示
- 口筆アート展示
- ユニバーサルデザインパネル展
- ダンス交流会(10時～11時)
- ポッチャ・ハンドアーチェリー体験(11時～15時)
- ふくしかみしばい(11時30分～12時30分)
- みんなのふれあいコンサート(13時～16時)



問 合

障がいサービス課福祉係
☎3579-2362 ㊟3579-2364

障害者差別解消法セミナー

より暮らしやすい社会へ

▶**とき**=12月1日(木)～23日(金) ▶**内容**=講演「障害者差別解消法でインクルーシブな社会(共生社会)へ」※区公式YouTubeチャンネル「チャンネルいたばし」で配信 ▶**講師**=認定NPO法人DPI日本会議事務局長 佐藤聡※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 合

障がい政策課自立支援係
☎3579-2089 ㊟3579-4159

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

緑のガイドツアー

▶**とき**=11月29日(火)※9時30分に上板橋体育館集合・12時に緑ヶ丘第二公園(桜川2-18-6)解散予定※雨天時は30日(水)に順延 ▶**内容**=小茂根地域の緑・紅葉の観察 ▶**定員**=20人(抽選) ▶**費用**=100円 ▶**申込・間**=11月24日(木)まで、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、みどり公園課みどり推進係☎3579-2533

冬鳥観察会

▶**とき**=12月4日(日)※10時20分にリサイクルプラザ集合・12時20分に解散 ▶**内容**=荒川生物生態園に飛来する冬の野鳥の観察※雨天時は講義 ▶**講師**=いたばし野鳥クラブ 栗林菊夫 ▶**対象**=小学3年生以上(小学3年生は保護者同伴) ▶**定員**=15人(申込順) ▶**持物**=双眼鏡・野鳥図鑑(いずれもお持ちの方) ▶**申込・間**=11月19日(土)朝9時から、電話で、同プラザ☎3558-5374 ※同プラザホームページからも申込可



ジョウビタキ

小さな音楽会

▶**とき**=12月3日(土)14時～15時 ▶**内容**=マラカス作り、フルート奏者・尾島由歌里さんとの演奏 ▶**対象**=親子 ▶**定員**=20組(申込順) ▶**費用**=2人1組1000円(1人増えるごとに500円増) ▶**ところ・申込・間**=11月19日(土)10時から、電話で、郷土芸能伝承館☎5398-4711(第3月曜休館)



教育科学館の催し

①**一般向け投影「惑星の王者 木星」**
▶**とき**=12月1日(木)～来年1月31日(火)(12月3日(土)・10日(土)・24日(土)・25日(日)・来年1月14日(土)・17日(火)を除く)、15時30分～16時20分 ▶**対象**=小学5年生以上

②**プラネタリウムdeおはなし会**
▶**とき**=12月24日(土)・25日(日)、10時～10時40分 ▶**対象**=2歳以上の方(未就学児は保護者同伴)

③**特別投影「クリスマスの星空」**
▶**とき**=12月24日(土)・25日(日)、15時30分～16時20分 ▶**対象**=小学5年生以上

【①～③いずれも】

▶**定員**=各回120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

④**星を見る会**
▶**とき**=12月3日(土)18時から ▶**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(小学生は保護者同伴) ▶**定員**=50人(抽選) ▶**申込**=11月22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)※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

【④～⑥いずれも】

▶**ところ・間**=同館☎3559-6561(月曜休館)



地域交流会ミニコンサート

▶**とき**=12月3日(土)11時～12時 ▶**内容**=音楽ボランティア団体「Commodo」によるクラシック演奏 ▶**対象**=区内在住・在勤・在学の方(未就学児は保護者同伴) ▶**定員**=30人(申込順) ▶**ところ・申込・間**=11月21日(月)朝9時から、電話・FAXで、障がい者福祉センター☎3550-3401 ㊟3550-3410(日曜休館) ※申込記入例参照

清水地域活動見本市

▶**とき**=12月4日(日)11時～16時 ▶**内容**=SDGs(持続可能な開発目標)に関する小・中学生の発表・コンサート、地域活動団体の展示など ▶**ところ・間**=まなぼーと大原☎3969-0401(第3月曜休館)

シニア

スマートフォン体験会

▶**とき・ところ**
●12月1日(木)…板橋地域センター
●12月8日(木)…大谷口地域センター
●12月15日(木)…成増地域センター
※10時～13時・14時～17時、各1回制。
▶**内容**=講義「スマートフォンの使い方」※スマートフォンの無料貸出あり ▶**対象**=都内在住で、60歳以上の方 ▶**定員**=各回30人(抽選) ▶**申込**=各実施日の7日前まで、電話で、スマートフォン普及啓発事業事務局☎6845-7883(平日、9時～17時) ▶**間**=IT推進課DX戦略係☎3579-2043

初めてのスマートフォン安全教室

▶**とき**=12月15日(木)10時～12時 ▶**内容**=講義「基本的な操作・不当請求の対処方法など」 ▶**講師**=㈱ラネット認定講師 ▶**対象**=区内在住・在勤の60歳以上で、スマートフォンをお持ちの方 ▶**定員**=20人(申込順) ▶**持物**=スマートフォン ▶**ところ・申込・間**=11月21日(月)朝9時から、電話で、消費者センター☎3579-2266

