

※費用の明示がないものは無料

福祉

フレイルチェック測定会

▶**とき** = 6月23日(金)13時30分～16時 ▶**ところ** = 向原ホール ▶**内容** = 講義「フレイル予防」・フレイルチェック・体力測定 ▶**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※過去に参加した方を除く。 ▶**定員** = 20人(抽選) ▶**申込・問** = 5月26日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、長寿社会推進課シニア活動支援係 ☎3579-2376 ☒ki-senior@city.itabashi.tokyo.jp ※申込記入例(4面)の項目と生年月日を明記

知的障がい者相談員によるミニ講座・相談会

▶**とき** = 6月9日(金)
▶**時間・内容・講師**
▶**A**10時～10時30分…講義「親から見た障がい者が働くということ」グループホームもりのいえ施設長 山崎憲司
▶**B**10時30分～12時…相談会※相談時間は1人30分程度
▶**ところ** = グリーンホール503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** = **A**10人 **B**3人(いずれも申込順) ▶**申込・問** = 5月8日(月)朝9時から、電話・FAXで、障がいサービス課福祉係 ☎3579-2362 ☒3579-2364 ※申込記入例(4面)の項目と **B** は希望時間、相談内容を明記。※相談会以外でも相談は随時受付

休みます

中台地域センター

▶**とき** = 5月13日(土)※定期清掃のため ▶**問** = 地域振興課庶務係 ☎3579-2161

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** = 5月17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

区立文化会館・グリーンホール受付窓口

▶**施設・とき**
●区立文化会館…5月25日(木)
●グリーンホール…5月29日(月)・30日(火)
※17時～20時※施設点検のため
▶**問** = 区立文化会館 ☎3579-2222

男女平等推進センター

▶**とき** = 5月29日(月)・30日(火)※施設点検のため
▶**問** = 男女平等推進センター ☎3579-2790

清水図書館

▶**とき** = 6月5日(月)～10日(土)※資料点検・整備などのため ▶**問** = 清水図書館 ☎3965-9701(第3日曜・月末日休館)

傍聴

地域自立支援協議会

▶**とき** = 5月19日(金)10時から ▶**ところ** = 大会議室A(区役所9階) ▶**内容** = 運営方針の協議など ▶**定員** = 10人(申込順) ▶**申込・問** = 5月8日(月)朝9時から、直接または電話・FAX・Eメールで、障がい政策課自立支援係(区役所3階④窓口) ☎3579-2089 ☒3579-4159 ☒f-jiritsu@city.itabashi.tokyo.jp ※申込記入例(4面)参照

行政評価委員会

▶**とき** = 5月26日(金)10時～12時 ▶**ところ** = 第二委員会室(区役所11階) ▶**内容** = 公開ヒアリング・視察の決定 ▶**定員** = 10人(申込順) ▶**申込・問** = 5月8日(月)朝9時から、電話・Eメールで、経営改革推進課評価係 ☎3579-2060 ☒sk-sgyokai@city.itabashi.tokyo.jp ※申込記入例(4面)参照

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

区民結核健診

▶**とき** = 5月24日(水)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** = 電話で、感染症対策課感染症相談指導係 ☎3579-2321



膠原病の方の交流会

▶**とき** = 6月7日(水)13時30分～15時30分 ▶**ところ** = 板橋健康福祉センター ▶**内容** = **A**療養上の体験の情報交換 **B**タオル体操など ▶**講師** = **B**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** = 電話で、予防対策課管理・精神難病係 ☎3579-2329

尿もれ予防体操教室

▶**とき** = 6月8日(木)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

区民体育大会

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
ネオホッケー 男子・女子・シニア・小学生の部	●5月21日(日)9時～15時 ●小豆沢体育館	●計100人(申込順) ●1人200円	●5月6日(土)～14日(日) ●協会・平田 ☎5995-3093

問合 スポーツ振興課管理係 ☎3579-2651

がん患者のためのリンパ浮腫セミナー

▶**とき** = 6月5日(月)14時～16時 ▶**ところ** = グリーンホール504会議室 ▶**内容** = 講義 ▶**講師** = 亀田総合病院リンパ浮腫センター長 林明辰 ▶**対象** = 区内在住・在勤・在学中で、がんを治療中またはこれから治療を始める女性 ▶**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



離乳食から幼児食へのすすめ方

▶**とき** = 6月20日(火)、**A**10時～11時 **B**14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 **A**1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10人(申込順) ▶**ところ・申込・問** = 電話で、上板橋健康福祉センター ☎3937-1041



グリーンホール会議室兼用保育室の優先予約(来年1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** = 5月22日(月)朝9時から、男女社会参画課(区役所6階)※抽選後、空きがある場合は5月24日(水)まで受付。 ▶**問** = 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

ぬくもりサービス協力会員募集説明会

地域住民による支え合いのサービス(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** = 5月23日(火)14時～15時30分 ▶**ところ** = グリーンホール ※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・問** = 5月8日(月)朝9時から、電話で、ぬくもりサービス ☎3964-1185

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 ☎3579-2022

不動産売却・土地活用・空き家対策のノウハウとは？ 専門家に学ぶ「土地活用まるわかり個別相談会」開催

5月20日(土)板橋区立グリーンホール
28日(日)ハイライフプラザいたばし
参加無料・要予約

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。不動産の悩みは多くの方が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。そこで「旭化成ホームズ」では5月20日(土)・

28日(日)に「土地活用まるわかり個別相談会」を開催します。

相談会では、損をしないための不動産売却の進め方のポイントや注意点、遊休地・貸駐車場などの有効活用、実家などの空き家対策の選択肢、老朽化した貸家やアパート、自宅の建て替えの手順などについて相談できます。都合の良い時間に予約して、土地活用のプロのアドバイスを受けてみては。

▶**とき** = 5月20日(土)・28日(日)10時～17時

▶**ところ** = 【20日】板橋区立グリーンホール7階701会議室(板橋区栄町36-1) 【28日】ハイライフプラザいたばし1階会議室(板橋区板橋1-55-16) ▶**定員** = 各回先着1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10時～17時) ※個人情報は受け付けに利用



WEBの申込はコチラから

