



民生委員・児童委員が親身になって話を伺います

5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員に ご相談ください

民生委員・児童委員は、援助を必要とする方の様々な相談に応じ、区・関係機関への橋渡しを行っています。
また、高齢者・子どもの見守り活動のほか、CAP'S(児童館)の事業などに協力しています。

問 合 生活支援課庶務係 ☎ 3579-2352

民生委員・児童委員ってどんな人？

民生委員は、地域から推薦され、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。ただし、給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。また、民生委員は児童福祉法に定める児童委員を兼ねており、その中には子どもに関する問題を専門に対応する主任児童委員もいます。

区では現在、496人の民生委員・児童委員(うち主任児童委員34人)と、民生委員・児童委員の活動に協力する3人の協力員が活躍しています。



こんなときはご相談ください



相談したい場合はどうしたらいいの？

民生委員・児童委員には、それぞれの担当区域があります。お住まいの地域の民生委員・児童委員がわからない場合は、お問い合わせください。

相談の秘密は守られます

民生委員・児童委員には、秘密を守る義務があるため、相談内容が漏れる心配はありません。一人で悩まず、ご相談ください。

民生委員・児童委員PRイベント

▶とき= 5月27日(月)10時~16時 ▶ところ= イベントスクエア(区役所1階) ▶内容= 民生委員・児童委員の活動を紹介するパネル展など

笑顔いっぱい！CAP'S(児童館)でつながるストーリー こどもわくわくフェスタ2024

絵本の世界を楽しめる乳幼児向けイベントを開催します。

開催案内

▶とき= 5月25日(土)10時~15時30分・26日(日)10時~15時 ▶ところ= 板橋区平和公園・常盤台地域センター・中央図書館※荒天時は、常盤台地域センター・中央図書館で内容を一部変更して実施。



平和公園(屋外会場)

ゲームコーナー

絵本の世界観を体感しながら、親子で楽しめます。また、写真撮影もできます。

工作コーナー

絵本の世界にちなんだ、親子で簡単に作れる楽しい工作を行います。

わくわくミニステージ

職員・協力団体によるプログラムやパレードなどで、会場内を盛り上げます。

大型遊具コーナー

空気で膨らませる大型遊具で、遊ぶことができます。

協力団体コーナー

協賛・協力団体による催し・展示を行います。

常盤台地域センター(屋内会場)

赤ちゃんコーナー

絵本をテーマに、0歳の親子を対象としたプログラムを行います。自由に遊べるコーナーもあります。

中央図書館(屋内会場)

CAP'SのPRコーナー・お店やさんごっこ・絵本の展示コーナー・絵本よるこび原画展・絵本の世界で遊ぶコーナーなどで、絵本の世界観を楽しめます。

問 合 子育て支援課子育てサービス係 ☎ 3579-2475



区内中小企業を支援します

生産性向上に資する設備投資助成事業助成金

生産性向上を目的とした設備導入に係る経費の一部を助成します。
▶助成金額=費用のA 2分の1またはB 3分の2(上限A500万円B666万円)▶申請期限=11月29日(金)※予算上限額に達し次第終了



ベンチャー企業・起業家支援賃料補助金

新しい技術・ビジネスモデルにより成長をめざすベンチャー企業や創業間もない事業者に、賃料の一部を補助します。
▶補助金額=費用の2分の1(上限20万円)▶申請期間=5月13日(月)~6月17日(月)



いずれも

※対象・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

産業振興課工業振興係 ☎3579-2193

国民年金

第3号被保険者の手続きはお済みですか

第3号被保険者とは、第2号被保険者(厚生年金加入者など)に扶養されている配偶者です。

①第3号被保険者の届出

第3号被保険者となるためには、扶養家族の認定を受けたいので、第2号被保険者の勤務先への届出が必要です。扶養認定の条件など詳しくは、勤務先にご確認ください。

②第1号被保険者への変更手続き

▶対象=国内在住の20~59歳で、次のいずれかの要件を満たす第3号被保険者

- 配偶者(第2号被保険者)が退職したまたは65歳になった(配偶者に受給資格がない場合を除く)
- 配偶者の扶養から外れた(本人が厚生年金に加入した場合を除く)

▶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、配偶者の退職日または扶養から外れた日がわかる書類(資格喪失証明書・退職票など)※別世帯の代理人は委任状・代理人の本人確認書類が必要▶申請=直接、国保年金課国民年金係(区役所2階②窓口)または各区民事務所

③離婚時の年金分割制度があります

離婚時、婚姻期間中の厚生年金加入記録を分割して、それぞれの年金受給額に反映させる制度があります。離婚後2年以内に手続きが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

▶問=A B板橋区国保年金課国民年金係 ☎3579-2431 C板橋年金事務所 ☎3962-1481

お知らせ

公園刈り込みボランティア募集

▶とき・ところ(各1日制)

- A 5月28日(火)・緑ヶ丘第三公園(桜川3-9-1)
- B 5月30日(木)・板橋区平和公園
- C 6月4日(火)・茂呂山公園(小茂根5-2-17)
- D 6月6日(木)・赤塚新町公園(赤塚新町3-35-1)
- E 6月11日(火)・成増北第一公園(成増5-19-1)
- F 6月13日(木)・高島平緑地(高島平9-1)

※9時30分~11時30分※雨天時は翌日に順延

▶内容=低木の刈り込み▶対象=区内在住・在勤・在学中、18歳以上の方▶持物=軍手※刈り込みばさみなどの無料貸出あり※長袖・長ズボンでお越しください。▶申込・問=5月24日(金)まで、電話で、A~C南部土木サービスセンター

地域連携係 ☎3579-2532 D~F北部土木サービスセンター地域連携係 ☎5398-1259



区立高齢者住宅・区営住宅などの入居者募集

▶募集内容・戸数

- 区立高齢者住宅(けやき苑)・・・65歳以上の単身者向け1戸・2人世帯向け2戸
- 区営住宅・・・家族向け(一般)5戸
- 改良住宅・・・2人以上向け1戸
- 都営住宅(板橋区地元割当)・・・1・2人向け2戸、2人以上向け2戸、3人以上向け1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=5月22日(水)~30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=6月4日(必着)まで、申込書を郵送で、住宅政策課住宅運営係☎5月22日(水)~31日(金)の消印が必要▶問=板橋区住宅政策課住宅運営係 ☎3579-2187、(株)東急コミュニティー(区役所内) ☎5943-5006

ファミリーサポート援助会員養成研修

▶とき=6月24日(月)10時~16時▶ところ=子ども家庭総合支援センター▶内容=事業説明、講義「子どもの発達・事故防止」▶対象=区内在住の20~69歳の方▶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=5月13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)

雨水タンク購入費用を助成します

雨水を植物への水やり・災害時の雑用水などに有効利用できる雨水タンクの購入費用を助成します。※事前に申請が必要。詳しくは、お問い合わせください。

▶助成金額=購入費用の2分の1(上限2万2000円)▶問=環境政策課自然環境保全係 ☎3579-2593



行政相談をご利用ください

国の仕事などに関する苦情・要望などがある場合に、総務大臣から委嘱された行政相談委員が相談に応じます。

出張相談

▶とき=5月23日(木)13時~16時▶ところ=イベントスクエア(区役所1階)※当日、直接会場へ。

行政相談

▶とき=第2・4水曜(祝日を除く)、13時~16時(予約制)▶ところ・申込=相談希望日の1週間前の朝9時から、電話で、区民相談室(情報処理センター4階)

【いずれも】

▶問=区民相談室 ☎3579-2288

就学に心配があるお子さんの相談

- ▶期間=6月3日(月)~10月31日(木)
- ▶対象=次のいずれかの要件を満たす方
- 来年4月に就学予定で、心身に障がいがある、またはその心配がある
- 来年4月から区立中学校の特別支援学級または都立特別支援学校の中学部への入学を希望する
- 来年4月から区立小・中学校に入学予定で、医療的ケアの必要がある
- 就学猶予または免除を受けていて、来年4月から就学を希望する
- ▶ところ・申込・問=6月3日(月)朝9時から、電話で、教育支援センター教育相談係(区役所6階) ☎3579-2198※期間以外も相談は随時受付

住居表示の実態調査

住居表示台帳に記載された住居番号・建物名を確認するため、調査員(区が発行した腕章・業務委託証を携帯)が対象地区に伺います。

なお、街区表示板(紺色のプレート)の有無・破損状態なども調査し、無いもの・壊れたものは後日貼り付けます。

▶期間=5月中旬~8月下旬▶対象地域=仲宿・大山東町・大山西町・中台・若木・清水町※対象地域以外でも、街区表示板の破損などがありましたら、ご連絡ください。▶問=戸籍住民課住居台帳係 ☎3579-2207



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=5月15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=5月27日(月)・28日(火)※施設点検のため▶問=男女平等推進センター ☎3579-2790

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30日(木)
- グリーンホール・・・5月27日(月)・28日(火)※17時~20時※施設点検のため
- ▶問=区立文化会館 ☎3579-2222

オンラインによる手続きをご活用ください



※費用の明示がないものは無料

町会・自治会に加入しませんか

区民のみなさんが自主的に組織・運営する団体で、区内には約200の町会・自治会があります。安心・安全なまちをめざして、地域の課題解決に取り組んでいます。

町会・自治会の活動

地域の防犯・美化活動、防災訓練・まつりなどの実施、子ども・障がいがある方・高齢者の見守り活動など

加入するメリット

町会・自治会に加入することで、次のようなメリットがあります。

- 地域住民同士の交流が増え、災害時などに備えた助け合いの環境ができる
- 地域住民で話し合い、より良いまちづくりにつなげることができる
- 子ども会・まつりなど、家族で楽しめる催しに参加できる

加入方法

町会・自治会への加入を希望する場合は、板橋区町会連合会ホームページをご覧ください。



【いずれも】

▶ 問 = 地域振興課地域振興係 ☎3579-2163、担当地域(区ホームページ参照)の各地域センター



女性のための自律神経の整え方セミナー

▶ とき = 6月4日(火)10時~12時 ▶ ところ = 板橋区保健所 ▶ 内容 = 講義・実技 ▶ 講師 = 公認心理師 義本伸子 ▶ 対象 = 区内在住・在勤の女性 ▶ 定員 = 30人(申込順) ▶ 申込・問 = 電話で、女性健康支援センター

膠原病の方の交流会

▶ とき = 6月5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 = ④療養上の体験の情報交換 ⑤タオル体操など ▶ 講師 = ⑥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、健康推進課地域保健係 ☎3579-2821

はじめての歯みがきひろば

▶ とき = 6月7日(金)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4月~8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、板橋健康福祉センター



尿もれ予防体操教室

▶ とき = 6月11日(火)14時~15時30分 ▶ ところ = 高島平区民館 ▶ 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

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20日(月)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5月22日(水)まで受付。 ▶ 問 = 男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486



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

離乳食から幼児食へのすすめ方

▶ とき = 6月25日(火)、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10人(申込順) ▶ ところ・申込・問 = 電話で、志村健康福祉センター



福祉

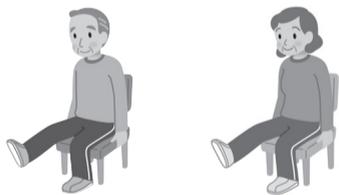
フレイルチェック測定会

▶ 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 = 5月24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(4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 6月10日(月)	下赤塚地域センター
B 6月20日(水)	志村コミュニティホール
C 6月26日(火)	きたのホール
D 7月18日(水)	清水地域センター
E 7月30日(火)	仲町地域センター

※A B C 14時~16時 D E 10時~12時



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



耳が遠くなったと感じる方の 集音器

- <高い品質>
- 16チャンネルノイズ低減
- 人の声は60dB、これは最大125dB
- 1回の充電で12時間使えます。

低価格

両耳で ¥12,000円(税込) すぐ使えます。調整してお渡し。2週間以内返品可能。



オフラインでも誰でも使える 最新AI通訳機

- 楽々通訳機 スタートーク エリート
- <3大特長>
- 年間費用は無料
- オフラインでも使える
- この機能で最安値
- 自信あり、ポケットと比べてください!

22,000円(税込)

輸入・販売元: ジーエム株式会社 〒175-0082 東京都板橋区高島平8-14-9-103 電話: 050-3852-5350



広告募集

この枠に広告を掲載できます。詳しくは、区ホームページまたは広聴広報課広報係(☎3579-2022)へ。



夏の八ヶ岳荘の一般利用受付が始まります



▶**夏季期間**=7月20日(土)~8月25日(日)▶**対象**=区内在住・在勤・在学の方が代表の団体(29人以下)▶**定員**=一般棟67人(22室)・キャンピングリゾート3テント・テントサイト9サイト※いずれも抽選

▶**利用料金**

- 一般棟(1泊)…一般2000円・子ども1000円
- キャンピングリゾート(1泊)…一般2500円・子ども1250円
- テントサイト(1泊)…一般400円・子ども200円

※障がいがある方は上記料金の半額・介護者は1人まで無料、4~14歳は子ども料金、3歳以下は無料。※ランタンの無料貸出あり※宿泊者は、体育館・研修施設などを無料で利

用可(利用不可日あり)。※食事料金など詳しくは、八ヶ岳荘ホームページをご覧ください。

▶**申込**=5月31日(必着)まで、往復はがき(1団体1枚)で八ヶ岳荘(〒399-0200長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1322)※申込記入例の項目と部屋数(和室・洋室・和洋室の希望も)またはキャンピングリゾート・テントサイトの利用の旨、希望日、宿泊日数(3泊以内・第3希望まで)、利用予定人数を明記。



キャンピングリゾート

抽選後の夏期期間中の空き室

▶**申込**=7月1日(月)朝9時から、電話で、八ヶ岳荘※2日(火)以降は同荘ホームページからも申込可



ところ・問合せ

八ヶ岳荘 ☎0266-66-2323

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)
 ○○○課○○係

講座

パパとママの離婚講座

▶**とき**=6月11日(火)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

認知症講演会

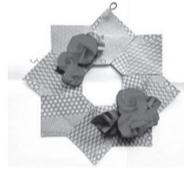
▶**とき**=6月12日(水)14時~15時30分▶**ところ**=グリーンホール2階ホール▶**内容**=講義「認知症の基礎知識」▶**講師**=山倉医院長 徳永誠▶**対象**=区内在住・在勤の方▶**定員**=50人(申込順)▶**申込・問**=5月13日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎5970-1121



体験・観賞

ねじって作るバラの折り紙

▶**とき**=5月25日(土)13時~15時▶**ところ**=旧粕谷家住宅(徳丸7-11-1)▶**講師**=折り紙専門家 荒川千恵子▶**対象**=区内在住・在勤・在学の方または郷土芸能伝承館利用団体の方(小学3年生以上)▶**定員**=20人(申込順)▶**費用**=1500円▶**申込・問**=5月11日(土)10時から、電話で、郷土芸能伝承館 ☎5398-4711(第3月曜休館)



グリーンカレッジホールの催し

生き生き講座
 ▶**とき**=5月31日(金)15時~16時30分▶**内容**=講座「元気に長生き、心臓リハビリ」・健康体操▶**講師**=板橋リハビリテーション病院診療部長 遠藤宗幹▶**定員**=50人▶**費用**=200円

4コマ漫画描き方講座
 ▶**とき**=6月12日(水)~8月のうち6日間、9時30分~11時30分▶**講師**=似顔絵講師 わがたみふく▶**定員**=15人▶**費用**=2400円▶**持物**=サインペン

【いずれも】

※申込順▶**対象**=区内在住・在勤の方▶**ところ・申込・問**=5月11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

高島平ハーフマラソン

▶**とき**=10月6日(日)※荒天中止▶**ところ**=高島平5km周回コース

▶**種目・制限時間・費用**

- ハーフマラソン(男女)…100分、6600円
- 10km(男女)…55分、4950円
- 5km(高校生・一般男女)…35分、3300円

▶**定員**=計1600人(申込順)▶**パンフレットの配布場所**=スポーツ振興課(区役所8階14窓口)・各地域センター・区立各体育館▶**申込**=5月15日(水)から、RUNNETホームページ※申込条件など詳しくは、(公財)板橋区スポーツ協会ホームページをご覧ください。▶**問**=板橋区スポーツ振興課管理係 ☎3579-2651、(公財)板橋区スポーツ協会事務局 ☎5915-5568(土曜・日曜・祝日・第2月曜休み)

食生活で免疫力アップ

▶**とき**=5月26日(日)14時~15時30分▶**内容**=講義「感染症に負けない体づくり」▶**講師**=女子栄養大学准教授 林芙美▶**対象**=中学生以上▶**定員**=30人(申込順)▶**ところ・申込・問**=5月12日(日)朝9時から、直接または電話で、小茂根図書館 ☎3554-8801(第3月曜・月末日休館)

リサイクルプラザの催し

パネル展「あらかわの春みつけた」
 ▶**とき**=5月31日(金)まで、9時~17時▶**内容**=荒川河川敷で撮影した春の風景写真

金継ぎ講座
 ▶**とき**=6月2日(日)10時20分~12時20分▶**講師**=書道家 狐塚仁宏▶**対象**=区内在住・在勤・在学の方▶**定員**=10人(抽選)▶**費用**=1000円▶**持物**=3つ程度に割れた食器・欠けた食器各1個、エプロン▶**申込**=5月22日(必着)まで、往復はがきで、リサイクルプラザ(〒174-0041舟渡4-16-6)※申込記入例参照※同プラザホームページからも申込可



【いずれも】

▶**ところ・問**=リサイクルプラザ ☎3558-5374

公共機関だより

5月は自動車税(種別割)の納期です

自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の自動車検査証(車検証)に登録されている所有者(割賦販売の場合は使用者)に課税されます。令和6年度の自動車税(種別割)納税通知書は、5月1日に発送しました。5月31日(金)までにお支払いください。

自動車税(種別割)の障害者減免の申請を受け付けています

▶**対象**=身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳などをお持ちの方※要件あり▶**申請期限**=5月31日(金)※減免額など詳しくは、お問い合わせください。

【いずれも】

▶**問**=東京都自動車税コールセンター ☎3525-4066(平日、9時~17時)

