

## 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



## 福 社

## 介護者こころの相談

▶とき=1月14日(水)、10時から・11時から、各1回制▶内容=臨床心理士による介護の悩み相談▶対象=区内在住で、65歳以上の家族を介護している方▶定員=各回1人(申込順)▶ところ・申込・問=12月22日(月)朝9時から、電話で、おとしより保健福祉センター特別援護係☎5970-1115

## 認知症講演会

▶とき=1月30日(金)14時～16時▶ところ=成増アクトホール▶内容=講義「認知症に備えるための栄養と社会参加」▶講師=(地独)東京都健康長寿医療センター研究所管理栄養士 本川佳子▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=100人(申込順)▶申込・問=12月22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

## 子どもを孤立させない居場所を考える

▶とき=1月17日(土)17時30分～20時30分▶内容=事例発表・ワークショップ▶定員=60人(先着順)※当日、直接会場へ。▶ところ・問=まなぼーと成増☎3975-9706(第3月曜休館)

## 苔玉作り体験

▶とき=1月18日(日)、10時～12時・13時30分～15時30分、各1回制▶講師=園芸研究家 玉木恭介▶対象=小学生以上(小学生は保護者同伴)▶定員=各回20人(抽選)▶費用=一般2000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)1400円▶持物=直径10cm程度の皿・持ち帰り用袋▶ところ・申込・問=1月5日(必着)まで、往復はがきで、赤塚植物園(〒175-0092赤塚5-17-14)☎3975-9127(月曜、第1・3・5火曜事務室休み)※申込記入例の項目と希望時間(午前・午後)を明記※同園ホームページからも申込可



## 新春七草がゆの集い

▶とき=1月7日(水)11時から▶ところ=城北野球場※当日、直接会場へ。▶内容=七草がゆの配付(先着1000人)、

羽根つき・こままわしコーナー、区内産農産物・園芸品の販売など▶問=赤塚支所都市農業係☎3938-5114



## 中山道板橋宿デジタルガイド「歩学」

スマートフォンで、板橋宿の歴史・文化にふれてみませんか。  
▶内容=板橋宿の文化財に関するデジタルガイド※体験方法など詳しくは、専用ホームページをご覧ください。※歩行中のスマートフォンの操作は、交通事故の原因や歩行者などの迷惑になりますので、ご注意ください。※スマートフォンの通信料がかかります。  
問=都市計画課調整・都市基盤DX係☎3579-2566



▲専用ホームページ

## みんなでつくる光のりょくち

高島平緑地の再整備に向けて、社会実験として参加型のイルミネーションを開催します。  
▶とき=12月21日(日)17時～20時▶ところ=高島平緑地(高島平9-1)▶内容=光の風船ウォーターコード・光の葉っぱ探し・キッチンカー出店※小学生以下は保護者同伴※定員など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問=みどりと公園課公園整備調整係☎3579-2289

## 熱帯環境植物館の催し

## ボルネオ生物部

▶とき=1月10日(土)14時～15時30分▶内容=講義「ボルネオに生息する動物」▶講師=東京農業大学教授 松林尚志ほか▶定員=30人(先着順)※当日、直接会場へ。

## 植物画教室

▶とき=1月27日(火)13時30分～15時30分▶内容=水彩画▶講師=植物画家 菅野結花▶対象=高校生以上▶定員=15人(抽選)▶費用=1000円  
▶申込=1月13日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、熱帯環境植物館(〒175-0082高島平8-29-2)☎5920-1132✉nettaikan@seibu-la.co.jp

## [いざれも]

※入館料が別途必要▶ところ・問=熱帯環境植物館☎5920-1131

## 健康イスヨガ教室

▶とき=1月13日～3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(申込順)▶費用=4200円▶持物=タオル▶申込・問=12月20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の催し

## 環境講座

▶とき=1月24日(土)14時～16時▶内容=チョコレート作り・試食※持ち帰り可▶講師=NPO法人APLA 福島智子▶対象=18歳以上の方▶定員=16人▶費用=1200円▶持物=持ち帰り用袋



## 親子アロマ講座

▶とき=1月25日(日)10時～11時30分▶内容=ラベンダー・ローズなどで入浴剤作り▶講師=アロマテラピーインストラクター 枝光弘味▶対象=4歳～未就学児とその保護者▶定員=8組▶費用=1組1000円▶持物=エプロン・タオル・持ち帰り用袋

## [いざれも]

※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選▶申込=1月9日(金)まで、エコポリスセンターホームページ▶ところ・問=同センター☎5970-5001(第3月曜休館)

## リサイクルプラザの催し

## 六代目正次郎・石塚祥二郎による刃物の研ぎ直し

▶とき=1月25日(日)9時45分～15時30分▶対象=区内在住・在勤・在学の方▶定員=50人※持物・費用など詳しくは、リサイクルプラザホームページをご覧ください。

## アップサイクルイベント

▶とき=1月25日(日)、10時10分～11時40分・13時～14時30分、各1回制▶内容=古着を使ったファブリックアート作り▶講師=パフォーマンスアーティスト 村田峰紀▶定員=各回20人▶持物=着なくなったTシャツ・ワイシャツ▶費用=500円

## [いざれも]

※申込順▶ところ・申込・問=12月20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

## 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



## MYSTERY NIGHT TOUR 稲川淳二の怪談ナイト番外編

▶とき=1月24日(土)14時▶ところ=区立文化会館大ホール▶料金=前売6000円・当日6500円(全席指定)※未就学児入場不可  
第130回ライブリーコンサート

## 「トランペットと7人のピアニストたち」

▶とき=2月6日(金)18時30分▶ところ=成増アクトホール▶出演=板橋区演奏家協会会員▶料金=一般3000円(全席自由)※当日500円増※100歳以上の方(持物…年齢がわかるもの)は当日100円※2歳以下で保護者の膝上鑑賞は無料

## 社会福祉協議会

## ご案内

## 親族後見人のつどい

▶とき=1月28日(水)14時～15時30分▶ところ=グリーンホール101会議室▶講師=権利擁護いたばしサポートセンター特別補佐 織田倉滋▶対象=親族の成年後見人・保佐人・補助人をしている方※被後見人または後見人などが区内在住・在勤の方※申立中・検討中の方も可▶定員=10人(申込順)▶申込・問=1月5日(月)朝9時から、電話で、権利擁護いたばしサポートセンター☎5943-7070※聴覚障がいがある方のみFAX(3964-0245)で申込可。申込記入例の項目と参加人数を明記。

## 社会福祉協議会への寄付(10月分)

▶和田美知子 1万円▶株ハイシステム 1万円▶藤ホーム地所(株)10万円▶里彩くるカエル俱乐部2000円▶ひまわり健康体操&氣功2000円▶蓮根本町はすのみ会2985円▶NPO法人環境と美化を考える会2000円▶森のサロン・あづさわ20 2万円▶杉田佳信20万円▶伊藤康治 5万円▶大工原辰実1万円▶問=福板橋区社会福祉協議会☎3964-0235

