



## 福祉

## 仲間と始める「10の筋トレ」説明会

▶とき=2月19日(木)10時~11時45分▶ところ=区営仲宿住宅(仲宿52-10)▶内容=介護予防に効果がある筋力トレーニングの説明・体験など▶講師=東京都立豊島病院理学療法士 菊池謙一▶対象=区内在住で、説明会以降の毎週木曜に同場所で行う10の筋トレに参加したい方▶定員=20人(申込順)▶申込・問=1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介護普及係☎5970-1120

## 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1 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1 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 2月4日(水)・3月4日(水)	成増アクトホール	きずな
B 2月5日(木)・3月5日(木)	グリーンホール503会議室	こもれび
C 2月10日(火)・3月10日(火)	志村坂上地域センター	志村地区
D 2月13日(金)・3月13日(金)	高島平区民館	桜の会
E 3月14日(土)	あたごの杜高島平地域交流スペース(高島平5-31-8)	みんなの杜
F 2月19日(木)・3月19日(木)	きたのホール	やすらぎ
G 2月21日(土)・3月21日(土)	高島平ココからステーション(高島平2-32-2-105)	ココから話そう会
H 2月25日(水)・3月25日(水)	中丸集会所(中丸町27-11)	フレンドリー

※A F 13時30分~15時30分 B C 13時30分~15時 D E 14時~16時 G H 14時30分~15時30分 H 14時~15時30分

## 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=2月17日(火)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・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

## 2月の映画会

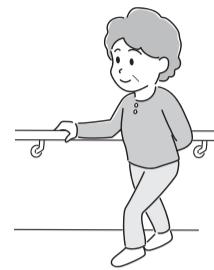
図書館名	内容・とき
赤塚 ☎3939-5281	バンビ(団・団)…8日(日)14時、チャーリーとチョコレート工場(団)…22日(日)14時
蓮根 ☎3965-7351	みすゞ(団)…14日(土)10時、タンタンの冒險旅行ビーカー教授事件(団・団)…14日(土)14時
高島平 ☎3939-6565	世界の童話①ピーターパンほか2話(団・団)…7日(土)14時、君に届け(団)…21日(土)14時
東板橋 ☎3579-2666	トムとジェリー⑨(団・団)…7日(土)14時、蟹工船(団)…21日(土)14時

※定員あり(先着順)。当日、直接会場へ。

※上映内容が変更になる場合あり。詳しくは、各図書館にお問い合わせください。  
※中央図書館は第2月曜日・月末日休館。そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館。  
※氷川図書館は3月2日㈪まで休館。

## 自立支援などを目的とした住宅設備改修費用の一部を助成します

▶対象=区内在住の65歳以上で、おとしより相談センターで介護予防が必要と認められた方または要支援・要介護認定を受けている方▶助成内容=手すりの取付、段差の解消、浴槽・洗面台の取替など※事前に申請が必要※条件・限度額など詳しくは、お問い合わせください。▶申込=直接、担当のケアマネジャー(介護支援専門員)または担当地域(区ホームページ参照)のおとしより相談センター

▲詳しくは  
こちらから

## 問合

おとしより保健福祉センター介護普及係☎5970-1120

## 離乳食から幼児食へのすすめ方

▶とき=2月26日(木)、10時~11時・14時~15時、各1回制▶内容=講義・料理展示・試食▶対象=区内在住で、開催日時点で生後9か月~1歳6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=各回10人(申込順)▶ところ・申込・問=電子申請(区ホームページ参照)で、志村健康福祉センター☎3969-3836



## 医師によるもの忘れ相談

▶とき・ところなど(各1回制)=表2 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2 医師によるもの忘れ相談

とき	ところ・申込電話
2月6日金	清水おとしより相談センター☎3558-6500
2月9日月	徳丸おとしより相談センター☎5921-1060
2月17日火	仲町地域センター※申込は仲町おとしより相談センター☎5917-5201
2月18日水	高島平地域センター※申込は三園おとしより相談センター☎3939-1101
2月27日金	桜川おとしより相談センター☎3959-7485

※13時10分から・13時50分から

## 朝市(産業振興課)

## 板橋朝市

▶とき=1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)※雨天中止の場合あり▶催し=餅つき

## 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

## 板橋映画上映会「おおやまレトロシネマ」

▶とき=2月27日(金)、10時30分・14時30分・18時30分、各1回制※18時30分の回は音楽家による演奏あり▶ところ=区立文化会館小ホール▶内容=自転車泥棒▶出演=小坂理江(ハープ)▶料金=1000円(全席自由)※未就学児入場不可

## 当日販売

## アクトワンコインコンサート

▶とき=2月12日(木)12時20分~13時20分(11時30分開場)▶ところ=成増アクトホール▶出演=ペペル&モコ▶内容=コンドルは飛んでいくなど▶定員=400人(先着順)※当日、直接開場へ。▶料金=500円



## 社会福祉協議会

## ご案内

## 社会福祉協議会への寄付(11月)

▶国分グループ本社(株)10万円▶NPO法人環境と美化を考える会2000円▶矢嶋君子5万円▶(株)ハイシステム1万円▶和田美知子1万円▶渡邊梅子2万円▶ガールスカウト東京都第71団1万円▶中丸中央通り商店街5万円▶岩本一雄1万円▶金井町友の会6321円▶(株)むさし商事&つねむね5万円▶いたばし鍼灸マッサージ推進機構1万円▶手づくりの会しあわせ5000円▶リサイクルバザー実行委員会3000円▶蓮根東寿会4万3272円▶大工原辰実1万円▶明るい社会をつくる板橋区民の会14万2590円▶里彩くるカエル倶楽部2000円▶ねっとわーく菅美枝6000円▶問=(福)板橋区社会福祉協議会☎3964-0235