

## 申込記入例

- ❶ 催し名・コース
- ❷ 郵便番号・住所
- ❸ 氏名(ふりがな)
- ❹ 年齢
- ❺ 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❶～❺を全て記入  
※区内在勤・在学の場合は❹勤務先(所在地)・  
学校名を記入  
※記事内に指定がある場合は❷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

### アール・ブリュット2025巡回展

▶**とき**＝1月31日(土)～2月9日(月)、11時～18時  
▶**ところ**＝成増アートギャラリー▶**内容**＝身近な素材から独創的な作品を生み出す作家の作品  
▶**間**＝東京都渋谷公園通りギャラリー☎5422-3151、板橋区文化・国際交流課文化・国際交流係☎3579-2018

### まゆ玉でうさぎのおひなさまを作ろう

▶**とき**＝2月14日(土)10時30分～11時30分▶**対象**＝区内在住・在勤・在学の小学生以上▶**定員**＝8人(申込順)▶**費用**＝750円▶**ところ・申込・間**＝1月24日(土)10時から、電話で、郷土芸能伝承館☎5398-4711(第3月曜休館)

### 季節の変わり目ハーブティーを作ろう

▶**とき**＝2月14日(土)10時30分～12時▶**講師**＝はなうた茶房 小杉淳子▶**対象**＝区内在住・在勤の方▶**定員**＝20人(申込順)▶**費用**＝500円▶**ところ・申込・間**＝1月26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(日曜休み)

### こどもアトリエ

▶**とき**＝2月15日(日)、10時～12時・14時～16時、各1回制▶**内容**＝ローラーやスタンプを使って花の絵作り▶**講師**＝絵本作家 うめだよしの▶**対象**＝3歳～小学生とその保護者▶**定員**＝各回12組(申込順)▶**費用**＝1組1200円▶**ところ・申込・間**＝1月24日(土)朝9時から、電話で、区立美術館☎3979-3251(月曜休館)

### リユースおもちゃ交換会

▶**とき**＝2月22日(日)、10時30分～11時30分・13時～14時、各1回制▶**定員**＝各回30組(抽選)▶**持物**＝おもちゃポイントカード・持ち帰り用袋※申込方法など詳しくは、リサイクルプラザホームページをご覧ください。▶**ところ・間**＝同プラザ☎3558-5374

### 春を感じる旭山桜のミニ盆栽作り

▶**とき**＝3月1日(日)10時～12時▶**講師**＝みどり屋和草 大島恵▶**対象**＝18歳以上の方▶**定員**＝16人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▶**費用**＝4400円▶**持物**＝花ばさみ・エプロン・持ち帰り用袋▶**ところ・申込・間**＝2月9日(必着)まで、往復はがきで、エコポリスセンター(〒174-0063前野町4-6-1)☎5970-5001(第3月曜休館)※申込記入例参照※同センターホームページからも申込可

## もっと知ろう がんの正しい知識

▶**とき**＝3月15日(日)13時30分～16時▶**ところ**＝帝京大学▶**内容**＝講演「肺がん治療・がんと口腔」▶**講師**＝帝京大学医学部外科学講座教授 坂尾幸則ほか▶**定員**＝350人(申込順)▶**申込**＝1月26日(月)朝9時から、はがき・電子申請(区ホームページ参照)で、帝京大学医学部附属病院医療連携室(〒173-8606加賀2-11-1)または日本大学医学部附属板橋病院がん相談支援センター(〒173-8610

大谷口上町30-1)※申込記入例参照

### 問

- 帝京大学医学部附属病院医療連携室☎3964-9830(平日、9時～17時)
- 日本大学医学部附属板橋病院がん相談支援センター☎0570-01-8111(平日、9時～16時)
- 板橋区健康推進課健康づくり・女性保健係☎3579-2727

### 認知症の方を介護する家族のための講座

▶**とき**＝2月26日(木)14時～16時▶**ところ**＝グリーンホール601会議室▶**内容**＝講義「認知症家族への対応と心得」▶**講師**＝小豆沢病院医師 石川徹▶**対象**＝区内在住・在勤で、認知症の方を介護している家族または介護に関わる方▶**定員**＝30人(申込順)▶**申込・間**＝1月26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

### 10の筋トレ合同大会

▶**とき**＝3月2日(月)14時～16時▶**ところ**＝区立文化会館小ホール▶**内容**＝講演「筋トレの効果をもめるコツ」・10の筋トレの実演▶**講師**＝東京都立大学教授 浅川康吉ほか▶**対象**＝区内在住・在勤の方▶**定員**＝200人(申込順)▶**申込・間**＝1月26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

### ポジティブ終活講座

▶**とき**＝3月7日(土)14時～15時20分▶**内容**＝講演「法律・医療・思い出の品の整理の仕方など」▶**講師**＝縁ディングノートプランナー 田島由衣香▶**定員**＝30人(申込順)▶**ところ・申込・間**＝1月25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。ただし1月31日(土)・2月28日(土)は開館し2月2日(月)・3月2日(月)休館)

## 成増 アートギャラリー

展示案内 ☎3977-6061

### 心かよう世代交流ひこばえ絵画展

▶**とき**＝2月21日(土)11時～18時・22日(日)9時～17時30分▶**内容**＝絵画など550点

### 紫色・ここ展(小個展)

▶**とき**＝2月25日(水)～3月1日(日)、10時～18時▶**内容**＝きりえ作品20点・ハンドメイド作品20点

## 社会福祉協議会 ご案内

### 子どもの居場所(子ども食堂)出張立上げ説明会

#### ▶とき・ところ

Ⓐ2月6日(金)14時～15時30分…志村コミュニティホール

Ⓑ2月25日(水)18時30分～20時…大谷口地域センター

▶**定員**＝Ⓐ40人Ⓑ50人(いずれも申込順)▶**申込・間**＝電話で、子どもの食・居場所支援事業事務局☎3964-0236

### 講演会「任意後見制度と法定後見制度」

▶**とき**＝3月5日(木)13時30分～16時10分▶**ところ**＝グリーンホール2階ホール▶**講師**＝東京弁護士会 土肥尚子※手話通訳あり▶**対象**＝区内在住・在勤の方▶**定員**＝150人(申込順)▶**申込・間**＝2月2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。氏名・FAX番号を明記。※手話通訳を希望する場合はその旨を明記

### 大原サークル公開教室

#### 楽しく作る陶芸

▶**とき**＝3月1日(日)・2日(月)、各1日制、10時～13時▶**対象**＝区内在住・在勤・在学で、18歳以上の方▶**定員**＝各日10人(抽選)▶**費用**＝1500円▶**持物**＝エプロン▶**ところ・申込・間**＝2月6日(消印有効)まで、往復はがきで、まなぼーと大原(〒174-0061大原町5-18)☎3969-0401(第3月曜休館)※申込記入例参照※締切後空きがある場合は、2月17日(火)13時から、直接または電話で受付(申込順)。

### 星空と宇宙の旅

▶**とき**＝3月14日(土)・15日(日)(1泊2日)※朝7時30分に教育科学館集合・15日(日)16時に解散予定※往復貸切バス利用▶**宿泊**＝八ヶ岳荘▶**内容**＝天体望遠鏡作り・星空観察・国立野辺山天文台の見学▶**対象**＝小学生とその保護者▶**定員**＝10組(抽選)※申込者が7組以下の場合は中止▶**費用**＝一般3万8000円・小学生3万5600円▶**申込・間**＝2月8日(必着)まで、はがきで、同荘(〒399-0200長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1322)☎0266-66-2323※申込記入例の項目と参加者全員の氏名・年齢を明記※同荘ホームページからも申込可※当選者には、2月12日(木)までに、電話・Eメールで連絡。

### ぽかぽか・えほんとおうたのひろばスペシャルコンサート

▶**とき**＝3月20日(祝)13時30分から▶**出演**＝うたのおねえさん 池羽由ほか▶**曲目**＝おもちゃのチャチャチャなど▶**費用**＝一般1500円・小学生以下1000円(全席指定)※2歳以下で保護者の膝上鑑賞は無料▶**申込**＝直接または電話で、区立文化会館☎3579-5666(9時～20時)※チケットぴあ(Pコード658-952)・同館ホームページでも購入可。詳しくは、お問い合わせください。▶**間**＝(公財)板橋区文化・国際交流財団☎3579-3130



## 講座

### I (あい)サロン

参加者のみなさんで気軽におしゃべりします。仲間づくりの場としてもご利用ください。

▶**とき**＝2月3日(火)10時～12時▶**ところ**＝グリーンホール504会議室※当日、直接会場へ。

▶**テーマ**＝背骨を整えて心・体を健康に▶**間**＝男女社会参画課男女平等推進係☎3579-2486

### ファミリーサポート援助会員養成研修

▶**とき**＝3月9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・間**＝1月26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)

世帯数・人口(前月比)		うち外国人
世帯	人口	
340,146 (－412)	583,528 (－441)	41,160
285,119 (－250)	298,409 (－191)	20,186
		20,974

年齢別人口	年齢・人口		構成比
	14歳以下	56,864	9.7%
	15～64歳	395,155	67.8%
	65歳以上	131,509	22.5%

※割合を表す数値の単位未満は、四捨五入しています。