

※費用の明示がないものは無料

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

体験・観賞

アート・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
▶問=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・問=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・問=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(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・問=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・問=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・問=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

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・問=2月6日(消印有効)まで、往復はがきで、まなぱーと大原(〒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・問=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。▶問=(公財)板橋区文化・国際交流財団☎3579-3130

講 座

I (あい)サロン

参加者のみなさんが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▶問=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・問=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)

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・問=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「筋トレの効果を高めるコツ」・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・問=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・問=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

紫音・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=A40人B50人(いずれも申込順)▶申込・問=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・問=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

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

年齢別 人	年齢・人口		構成比
	14歳以下	56,864	
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。