

凡例 「オンラインのみ」または「オンラインを含むもの」

※費用の明示がないものは無料

♥ 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

女性のための排泄ケアセミナー

▶とき=3月4日(水)13時30分~15時 ▶ところ=グリーンホール1階ホール ▶内容=講義「女性に多い尿もれ・泌尿器疾患の基礎知識」▶講師=要町駅前クリニック院長 堀祐太郎 ▶対象=区内在住・在勤・在学の女性 ▶定員=50人(申込順) ▶申込・問=電話・電子申請(区ホームページ参照)で、女性健康支援センター

うがんびょう 膜原病の方の交流会

▶とき=3月4日(水)13時30分~15時30分 ▶ところ=板橋区保健所 ▶内容=A療養上の体験の情報交換Bタオル体操など ▶講師=B運動指導員 ▶対象=区内在住・在勤で、膜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・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課地域保健係 3579-2821

区民結核健診

▶とき=3月5日(木)15時~16時 ▶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

はじめての歯みがきひろば

▶とき=3月6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7年1月~5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・バスタオル ▶ところ・申込・問=電子申請(区ホームページ参照)で、上板橋健康福祉センター

B型・C型肝炎ウイルス検査

▶とき=3月12日(木)9時~9時30分 ▶ところ=板橋区保健所 ▶内容=問診・採血 ▶対象=区内在住で、15歳以上の方※過去に肝炎ウイルス検査を受けた方・治療中の方・区民健診で同検査対象の方を除く。 ▶定員=10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

春の図書館行事

※申込方法の明示がないものは、当日、直接会場へ。

※中央図書館は第2月曜・月末日休館、そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館(ただし2月28日㈯は開館し3月2日㈪休館)。

※赤塚図書館は3月3日㈫~8日㈰休館。

※氷川図書館は3月2日㈪まで休館。

行事	とき	内容	対象	定員	ところ・申込・問
てづくりかがくきょうしつ	2月21日(土) 14時~16時	輪ゴムを使った工作	小学生以上	10人(申込順)	2月7日(土)朝9時から、直接または電話で、赤塚図書館 3939-5281
熱帯環境植物館講座	2月22日(日) 14時~15時	熱帯環境植物館副館長・樋口薫による講義「タネのかたち」		30人(申込順)	2月8日(日)朝9時から、直接または電話で、小茂根図書館 3554-8801
脳トレレッスン	2月28日(土) 10時30分~12時	おとな向け塗り絵講座	18歳以上	18人(申込順)	直接または電話で、蓮根図書館 3965-7351
ひなまつりおはなし会	3月1日(日) 11時~11時30分	ひなまつりのお話や手遊び、絵本の読み聞かせ	小学生以下のお子さんと その保護者	一	成増図書館 3977-6078
にしだい寄席	3月8日(日) 14時~15時30分	七代目古今亭志ん橋による落語会	中学生以上	35人(申込順)	2月14日(土)朝9時から、直接または電話で、西台図書館 5399-1191
影絵劇場	3月15日(日) 14時~15時5分	影絵劇団・かしの樹による影絵劇	一	50人(申込順)	2月9日(月)朝9時から、直接または電話で、蓮根図書館 3965-7351 ※ところ: 蓮根集会所
出張はすねとよかん パン ダたいむ	3月21日(土) 11時~11時40分	絵本の読み聞かせ・簡単な工作	小学生以下	15人(先着順)	蓮根図書館 3965-7351 ※ところ: 舟渡ホール
都立北園高校演劇部公演「劇と おはなしの会」	3月22日(日) 14時~15時	都立北園高校演劇部による劇・絵本と紙芝居の読み 聞かせなど	一	30人(申込順)	3月9日(月)朝9時から、直接または電話で、氷川図書館 3961-9981
本好きの推薦状	3月23日(月)~30日(月)	利用者のおすすめ本の展示			一

板橋区・ボローニャ市友好都市交流協定締結 20周年記念コンサート「旅する音楽」

イタリアの名手たちを迎える、フルートと弦楽による至高の音楽をお届けします。ボローニャから広がる音楽の旅をお楽しみください。

▶とき=3月1日(日)14時から ▶ところ=区立文化会館大ホール ▶出演=ジョルジオ・ザニヨーニ(フルート)ほか ▶曲目=イタリアオペラ プロムナード・リベルタンゴなど ▶費用

=3000円(全席指定)※未就学児入場不可 ▶申込=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)※(公財)板橋区文化・国際交流財団ホームページからも申込可

▲詳しくは
こちらから

問合

同財団 3579-3130

講 座

(一社)板橋産業連合会の講座

生成AI活用講座

▶とき=2月19日(木)・20日(金)、2日制、18時~21時 ▶内容=講義「ChatGPTの使い方」▶講師=(株)インソース社員 ▶対象=区内在住・在勤の会社員で、Windows・Excelの基本操作ができる方 ▶定員=10人(抽選) ▶費用=1000円

環境法令基礎セミナー

▶とき=2月24日(火)14時~17時 ▶内容=講義「経営者・担当者向けに事業所で必要とされる環境関連法令の解説」▶講師=(株)オオスミ社員 ▶対象=区内在住・在勤の会社員 ▶定員=40人(申込順)

カスタマーハラスメント対策セミナー

▶とき=3月9日(月)14時~17時 ▶内容=講義「カスタマーハラスメントに対する社内ルールの整備など」▶講師=(株)インソース社員 ▶対象=区内在住・在勤の会社員 ▶定員=20人(申込順)

[いざれも]

※申込方法など詳しくは、(一社)板橋産業連合会ホームページをご覧ください。▶ところ=板橋産業連合会(仲宿54-10) ▶問=同連合会 3962-0131、板橋区産業振興課工業振興係 3579-2193

男女平等参画セミナー

▶とき=3月7日(土)10時~12時 ▶内容=講義「ケア労働のしんどさとジェンダー」※オンライン会議システム「Zoom」を使用 ▶講師=実践女子大学教授 山根純佳 ▶対象=区内在住・在勤・在学の方 ▶定員=30人(申込順) ▶申込・問=2月7日(土)朝9時から、電子申請(区ホームページ参照)で、男女社会参画課男女平等推進係 3579-2486

スポーツセミナー

▶とき=2月20日(金)18時30分~20時 ▶ところ=区立文化会館大会議室 ▶内容=講義「日常で活かせるスポーツメンタル」▶講師=精神科医木村好珠 ▶定員=120人(先着順)※当日、直接会場へ。▶問=スポーツ振興課管理係 3579-2651

パパとママの離婚講座

▶とき=3月18日(水)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・在勤のひとり親の方または離婚前後の保護者 ▶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

グリーンホール会議室兼用 保育室の優先予約(10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=2月20日(金)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2月25日(水)まで受付。▶問=男女社会参画課男女平等推進係 3579-2486

社会福祉協議会

ご案内

「福祉の森サロン」出張立ち上げ説明会・ なんでも相談会

▶とき=2月19日(木)10時30分~12時 ▶ところ=仲蓮根会館(蓮根2-21-10) ▶定員=10人(申込順) ▶申込・問=2月9日(月)朝9時から、電話で、福板橋区社会福祉協議会 3964-0236