

3月は自殺対策強化月間

気づいていますか？ こころのSOS



問 合 健康推進課こころといのちの係 ☎ 3579-2329

都・区、関係機関・団体などでは、この月間に合わせ、相談・講演会などを行います。この機会にご利用ください。

相談・案内

うつ相談

本人・家族を対象に、精神科医・保健師による相談を行います(予約制)。
▶ **ところ・申込・問** = 電話で、担当地区(区ホームページ参照)の健康福祉センター(3面健康ガイド参照)

街頭キャンペーン

相談窓口案内などの啓発物を配布します。
▶ **とき** = 3月6日(金)15時～16時 ▶ **ところ** = 東武東上線「成増」周辺

板橋こころと生活の相談窓口

様々な悩みの相談先をまとめた案内を作成しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



特別電話相談・LINE相談

悩み・不安の相談などにご利用ください(表参照)。

表 特別電話相談・LINE相談

相談先	と き
フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090	3月1日(日)～7日(土)、20時～翌朝2時30分 (2日(月)は22時30分から、3日(火)は17時から)
有終支援いのちの山彦電話(傾聴電話) ☎3842-5311	3月1日～31日の火曜・水曜・金曜・土曜・日曜・祝日、12時～20時(15日(日)・22日(日)・29日(日)を除く)
自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556	3月1日(日)～31日(火)、16時～21時 (10日(火)～16日(月)は朝8時～翌朝8時)
東京都自殺相談ダイヤル 「こころといのちのほっとライン」 ☎0570-087478	3月27日(金)～31日(火)(24時間)
自死遺族傾聴電話 ☎3796-5453	3月3日(火)～7日(土)、11時～17時
自死遺族相談ダイヤル ☎3261-4350	3月9日(月)～11日(水)、12時～17時
多重債務110番 ☎3235-1155	3月2日(月)・3日(火)、9時～17時
相談ほっとLINE@東京 ※上記アカウント名で検索・登録	15時～22時30分
とうきょう自死遺族総合支援窓口 ☎5357-1536	平日14時～18時・日曜13時～17時(3月20日(祝)を除く)

講演会

いのちを支えるこころの応急処置 ゲートキーパーになろう

▶ **とき** = 3月12日(木)13時15分～16時15分 ▶ **ところ** = グリーンホール2階ホール ▶ **内容** = 講義「悩みを打ち明けられた時の対応方法など」 ▶ **講師** = 東京薬科大学客員教授 齋藤百枝美 ▶ **対象** = 区内在住・在勤・在学の方 ▶ **定員** = 50人(申込順) ▶ **申込** = 2月12日(木)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、健康推進課こころといのちの係

こころといのちの講演会(オンライン)

▶ **とき** = 3月14日(土)10時30分～12時 ▶ **内容** = 講演「市販薬の過剰摂取・自傷行為を行う若者の心理と寄り添い方」 ▶ **講師** = 精神科医 松本俊彦 ▶ **対象** = 都内在住・在勤・在学の方 ※申込方法など詳しくは、東京都保健医療局ホームページをご覧ください。

大切な人を支える「ゲートキーパー」をご存じですか

ゲートキーパーとは、悩みを抱えている人に気づき、声をかけ、話を聴き、支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格は不要で、だれでもゲートキーパーになることができます。



ゲートキーパーの役割

気づき・声かけ

眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど、身近な人の様子がいつもと違う場合、もしかしたら悩みを抱えているかもしれません。勇気を出して声をかけてみましょう。

- 「眠れている？」
- 「どうしたの？ なんだかつらそうだけど…」
- 「悩んでいるなら、よかったら聞かせて」

傾聴

相談者の気持ちを尊重し、話を聴きましょう。

- 話せる環境をつくり、心配していることを伝える
- 悩みを真剣な態度で受け止め、相談者の感情を否定せずに最後まで聞く
- 話を聞いたら、「話してくれてありがとう」「大変だったね」「よくやってきたね」というねぎらいの気持ちを言葉にして伝える

つなぎ

相談窓口相談するよう促しましょう。

- 相談窓口を紹介する際は、相談者に丁寧に情報提供をする
- 相談窓口で確実につながるように、相談者の了承を得たうえで相談先に直接連絡を取り、相談場所・日時を具体的に設定し、相談者に伝える
- 一緒に相談窓口に出向くことが難しい場合は、地図やパンフレットを渡す、相談窓口への交通手段の情報を提供するなどの支援を行う

見守り

相談窓口へ連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう。

出張ゲートキーパー研修をご利用ください

区では、ゲートキーパーを増やすため、講師が出張して研修を行っています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



2月8日(日)は
衆議院議員選挙・最高裁判所裁判官
国民審査の投票日です

投票時間は7時～20時です。大切な一票を活かすため、忘れずに投票しましょう。

▶ **問** = 板橋区選挙管理委員会事務局 ☎ 3579-2681



▲詳しくはこちらから



物価高対応 子育て応援手当を支給します

物価高の影響を強く受けている子育て世帯を支援し、子どもの健やかな成長を応援するため、0歳～高校3年生年代の子どもを養育する方に、子育て応援手当を支給します。

▶対象＝次のいずれかの要件を満たす方

①令和7年9月分の児童手当を板橋区から受給した

②令和7年9月1日～8年3月31日に出生した児童の児童手当を板橋区から受給した

③令和7年9月30日現在、板橋区に住民登録がある公務員で、7年9月分の児童手当を勤務先から受給した

④令和7年9月1日～8年3月31日に出生した児童の児童手当を勤務先から受給し、受給時点で板橋区に住民登録がある公務員

▶支給額＝児童1人につき2万円※①②申請不要③④申請必要。申請方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。



▲詳しくは
こちらから

問 合 子育て支援課子どもの手当医療係 ☎3579-2374



お知らせ

東洋大学附属図書館(白山図書館)の 図書を閲覧できます

▶とき＝2月13日(金)～3月31日(火)※休館日などを除く▶ところ＝東洋大学附属図書館(文京区白山5-28-20)▶対象＝区内在住の18歳以上(学生を除く)で、板橋区立図書館の利用登録をしている方▶申込＝3月30日(月)まで、板橋区立図書館利用カード・住所が確認できるものをお持ちのうえ、直接、板橋区立各図書館▶問＝中央図書館 ☎6281-0291(第2月曜・月末日休館。ただし2月28日(土)は開館し3月2日(月)休館)

文旦湯を行います

▶とき＝2月15日(日)▶ところ＝区内各浴場※詳しくは、板橋区浴場組合ホームページをご覧ください。▶費用＝入浴料▶問＝産業振興課商業振興係 ☎3579-2171



募集

「板橋区役所本庁舎北館施設整備方針」策定支援業務委託事業者

▶期間＝4月から1年間▶選定＝プロポーザル方式※必要書類など詳しくは、募集要項をご覧ください。▶募集要項の配布場所＝2月17日(火)まで、区ホームページ▶申込・問＝2月17日(必着)まで、必要書類を直接または郵送で、契約管財課庁舎管理係(区役所7階⑬窓口、〒173-8501) ☎3579-2082

生ごみ減量プログラム業務委託事業者

▶期間＝契約締結日～来年3月▶選定＝プロポーザル方式※必要書類・申込方法など詳しくは、募集要項をご覧ください。▶募集要項の配布場所＝2月20日(金)まで、資源循環推進課(区役所7階⑪窓口)・区ホームページ▶問＝資源循環推進課資源循環協働係 ☎3579-2258

青少年問題協議会公募委員

▶募集人数＝1人▶任期＝3月から2年間▶対象＝区内在住・在勤・在学の19～39歳で、平日夜間に行う会議(年4回程度)に出席できる方▶選考＝作文▶申込・問＝2月17日(必着)まで、作文「子どもの視点に立ち、子どもの意見を反映した施策を実現するために大切なこと」(800字程度)と別紙に申込記入例(4面)の項目、職業、区のほかの会議での委員歴などを明記のうえ、直接または郵送・Eメールで、地域教育力推進課青少年係(区役所6階⑯窓口) ☎3579-2488 ☐j-seisho@city.itabashi.tokyo.jp

いたばし男女平等フォーラム運営メンバー・情報誌編集委員

①いたばし男女平等フォーラム運営メンバー

▶募集人数＝一般・男女平等推進センター登録団体の方、各5人▶活動日＝4月～12月▶内容＝11月28日(土)開催予定の同フォーラムの内容検討・準備・運営

②センターだより「スクエア・I(あい)」編集委員

▶募集人数＝5人▶活動日＝5月～11月▶内容＝男女平等参画情報誌の企画・取材・文章作成など

――【①②いずれも】――

※10時～12時、月1回程度。※生後4か月～未就学児の保育あり(定員4人、申込順)▶ところ＝グリーンホール▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶選考＝書類▶申込・問＝3月31日(必着)まで、郵送・Eメール・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(〒173-0014大山東町32-15) ☎3579-2486 ☐j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(4面)の項目と応募動機、取り上げたいテーマ(①のみ)、過去の参加歴、②で登録団体の方は団体名を明記。保育を希望する場合は、お子さんの氏名(ふりがな)・何歳何か月を明記。

経済センサス活動調査調査員

▶期間＝5月～6月▶内容＝事業所への調査票の配布・回収・点検など(70～140事業所程度)▶報酬＝70事業所につき6万円程度※調査内容により変動※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＝総務課統計係 ☎3579-2057

志村坂上地区桜まつり フリーマーケット出店者

▶とき＝3月22日(日)10時～14時30分※雨天中止▶ところ＝小豆沢野球場▶対象＝区内在住・在勤・在学の18歳以上の方※プロの方を除く。飲食物の販売不可。▶募集数＝80店舗(抽選)▶出店スペース＝3m×3m▶費用＝1500円▶申込・問＝2月27日(消印有効)まで、往復はがきで、志村坂上地域センター(〒174-0051小豆沢2-19-15) ☎3969-7577※申込記入例(4面)参照

日本語 スピーチ 大会

▶とき＝2月21日(土)14時～17時▶ところ＝グリーンホール2階ホール▶内容＝外国籍の方による日本・自国の文化などをテーマにしたスピーチなど▶定員＝200人(先着順)※当日、直接会場へ。▶問＝(公財)板橋区文化・国際交流財団(グリーンホール内) ☎3579-2015



日本語学習の成果を
ご覧ください

富士見さくらの小径まつり フリーマーケット出店者

▶とき＝3月15日(日)10時～14時▶対象＝区内在住・在勤・在学の方※プロの方を除く。飲食物の販売不可。▶募集数＝20店舗(抽選)▶出店スペース＝1.8m×1.8m▶費用＝1000円▶ところ・申込・問＝2月24日(必着)まで、往復はがき・FAX・Eメールで、富士見地域センター(〒174-0062富士見町3-1) ☎3962-9281 ☐5248-7095 ☐fujimis@city.itabashi.tokyo.jp※申込記入例(4面)の項目とEメールアドレス、出店内容を明記。

板橋地区桜まつり フリーマーケット出店者

▶とき＝3月22日(日)11時15分～14時45分※雨天中止▶ところ＝板橋五中校庭※駐車場はありません。▶対象＝区内在住・在勤・在学の方※プロの方を除く。飲食物の販売不可。▶募集数＝40店舗(抽選)▶出店スペース＝2m×2m▶費用＝1000円▶申込・問＝3月7日(消印有効)まで、往復はがきで、板橋地域センター(〒173-0004板橋3-14-15) ☎3963-5049※申込記入例(4面)参照



傍聴

児童福祉審議会

▶とき＝2月24日(火)13時30分～15時▶ところ＝災害対策室(区役所4階)▶内容＝各部会の活動報告など▶定員＝5人(申込順)※生後4か月～未就学児の保育あり(定員2人、申込順)▶申込・問＝2月9日(月)朝9時から、直接または電話で、子ども政策課児童養護推進係(区役所3階⑫窓口) ☎3579-2216※保育を希望する場合は、2月12日(木)15時までに申し込みください。



休みます

コンビニエンスストアでの 各種証明書交付サービス

▶とき＝2月13日(金)・21日(土)～23日(祝)※設備点検のため※休止する証明書の種類など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問＝戸籍住民課証明係 ☎3579-2210

男女平等推進センター

▶とき＝2月16日(月)※施設点検のため▶問＝男女平等推進センター ☎3579-2790

地域センター

▶施設・とき

●清水地域センター…2月16日(月)

●仲町地域センター…2月22日(日)

※定期清掃などのため

▶問＝地域振興課庶務係 ☎3579-2161

区立文化会館・グリーンホール受付窓口

▶施設・とき

●区立文化会館…2月25日(水)・26日(木)


●グリーンホール…2月16日(月)

※17時～20時※施設点検のため

▶問＝区立文化会館 ☎3579-2222

赤塚図書館

▶とき＝3月3日(火)～8日(日)※資料点検・整備のため▶問＝赤塚図書館 ☎3939-5281(第3月曜・月末日休館)

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

膠原病の方の交流会

▶**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、膠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

板橋区・ポ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、フルートと弦楽による至高の音楽をお届けします。ポ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**＝ジョルジョ・ザニョーニ(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)

【いずれも】

※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**＝板橋産連会館(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

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(土)は開館し3月2日(月)休館)。
※赤塚図書館は3月3日(火)～8日(日)休館。
※氷川図書館は3月2日(月)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	—	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	—	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
出張はすねとしゃかん 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	—	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	—	—	中央図書館 ☎6281-0291

「イベントカレンダー」で区のイベント情報を確認できます。詳しくは、区ホームページをご覧ください

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③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)
〇〇〇課〇〇〇係

体験・観賞

区立福祉園作品展

▶とき＝2月16日(月)～19日(木)、10時～16時(最終日は15時まで)▶ところ＝イベントスクエア(区役所1階)▶内容＝福祉園利用者の作品展示・自主生産品の販売▶問＝障がい政策課施設係 ☎3579-2363 ☎3579-4159

友好都市・中国北京市石景山区写真展

▶とき＝2月16日(月)～20日(金)、9時～17時▶ところ＝プロモーションコーナー(区役所1階)▶内容＝石景山区の街並み・風景▶問＝(公財)板橋区文化・国際交流財団(グリーンホール内) ☎3579-2015



植物観察会

▶とき＝2月21日(土)、10時30分～11時30分・13時30分～14時30分、各1回制※雨天中止▶定員＝各回20人(抽選)▶ところ・申込・問＝2月15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の回(午前・午後)を明記。※同園ホームページからも申込可

リサイクルプラザの催し

アートシャツ作品展

▶とき＝2月28日(土)まで、9時～17時▶内容＝リサイクルプラザ20周年まつりで開催したワークショップの作品

裂き織りぞうり講座

▶とき＝2月28日(土)10時20分～14時▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶定員＝10人(申込順)▶費用＝200円▶持物＝木綿または綿混紡の布(薄い布は幅8cm・厚い布は幅5cm、長さ1.5m)20枚・昼食▶申込＝2月7日(土)朝9時から、電話で、リサイクルプラザ※同プラザホームページからも申込可

【いずれも】

▶ところ・問＝同プラザ ☎3558-5374

竹紙で活版ポストカード作り

▶とき＝3月8日(日)10時～11時30分▶内容＝竹紙・廃油が原料のインク・好きな柄の版を使った活版印刷体験▶講師＝ぬのきじや 山本和泉▶対象＝18歳以上の方▶定員＝9人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選)▶費用＝500円▶申込＝2月24日(火)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)

東洋大学スポーツ体験教室

▶とき＝3月1日(日)13時～16時▶ところ＝東洋大学総合スポーツセンター(清水町92-1)▶内容＝**A**卓球**B**ボクシング**C**柔道の体験▶講師＝同大学運動部員▶対象＝区内在住・在学の**A****B**小学～高校生(小学生は保護者同伴)**C**柔道経験がある中学生▶定員＝**A**50人**B****C**20人(いずれも抽選)▶申込＝2月18日(水)まで、専用ホームページ



▲詳しくはこちらから

問 合

東洋大学TOYOスポーツセンター事務室 ☎3945-7170
板橋区スポーツ振興課事業推進係 ☎3579-2652

古民家年中行事ヒナまつり

郷土資料館の古民家に、段飾りや幕末・明治期の内裏雛など、館蔵品のひな人形を飾ります。

▶とき＝2月14日(土)～4月5日(日)、9時30分～17時(入館は16時30分まで)▶ところ・問＝郷土資料館 ☎5998-0081(月曜休館。ただし2月23日(祝)は開館し24日(火)休館)



みんなでかんじる緑地

高島平緑地の再整備に向けて、社会実験としてイベントを開催します。

▶とき＝2月21日(土)10時～15時▶ところ＝高島平緑地(高島平9-1)▶内容＝自然観察オリエンテーリング、グループトーク「健康・自然文化」、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＝みどり公園課公園整備調整係 ☎3579-2289

史跡散歩(板橋地区)

▶とき＝3月14日(土)9時45分～12時※荒天中止▶内容＝板橋宿・遍照寺・縁切榎などの散策▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶定員＝30人(抽選)▶費用＝50円▶申込＝2月24日(消印有効)まで、往復はがきで、板橋史談会(〒173-0015栄町24-12-203井上方)※申込記入例参照▶問＝同会 ☎090-9326-4586(9時～18時)、板橋区生涯学習課文化財係 ☎3579-2636

星を見る会

▶とき＝2月21日(土)18時～19時30分▶内容＝星空解説(プラネタリウム)・観望会(板橋区平和公園、晴天時のみ)▶対象＝小学生以上(小学生は保護者同伴)▶定員＝80人(抽選)▶ところ・申込・問＝2月13日(必着)まで、往復はがき(1申込5人まで)で、教育科学館(〒174-0071常盤台4-14-1) ☎3559-6561(月曜休館。ただし3月9日(月)まで休館し電話のみ受付)※申込記入例の項目と参加人数を明記※同館ホームページからも申込可

リボンレイ体験教室

▶とき＝3月9日(月)、13時～14時30分・15時～16時30分、各1回制▶内容＝リボンレイでストラップ作り▶講師＝リボンレイ講師 上原寿恵▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶定員＝各回5人(申込順)▶費用＝1000円▶ところ・申込・問＝2月7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

つながる
ひろがる

絵本のまち板橋 vol.9



板橋区では、「絵本」をキーワードに様々な事業を展開しています。この連載では、「絵本のまち板橋」に関わるみなさんをご紹介します。

絵本専門士

近藤真紀さん



PROFILE

現役の学校司書として働きながら、「いたばしの絵本専門士まっちゃん」としておはなし会・絵本ワークショップ・読み聞かせ講座などの活動を行う。読み聞かせ活動歴24年。

絵本と読み聞かせ

絵本で子どもやおとなの心を豊かに

絵本の楽しさや良いところを多くの人に知ってもらいたいと思い、絵本に関する高度な知識・技能・感性を備えた「絵本専門士」として活動を始めました。現在は、板橋区を中心に首都圏で絵本の読み聞かせやワークショップなどを行っています。

去年は、板橋区最大の絵本イベント「絵本のまちひろば2025」のステージで、多くの方が絵本に出会うきっかけになるようにとの思いを込めて、読み聞かせを行いました。

絵本は、おとなも子ども・赤ちゃんも関係なく、みんなで楽しむことができます。これからも絵本専門士の活動を通して、みなさんに絵本の魅力を伝えていきたいと思っています。ぜひ、一緒に絵本を楽しみましょう。



読み聞かせの様子

問 合

絵本のまち板橋について…
政策企画課ブランド・SDGs係 ☎3579-2515



広報

いたばし

広報
番組

魅力発信！いたばしナビ

2月のテーマ
「高島平のまちづくり・都市再生」



▶視聴方法＝YouTube区公式チャンネル(区ホームページ参照)、J:COMチャンネル(毎日12時・20時)※区政資料室(☎3579-2020)でDVDの貸出を行っています。▶問＝広聴広報課報道係 ☎3579-2025