



モンゴル国 文化・教育交流協定 締結30周年

区とモンゴル国文部省(現：文化省、教育科学省)は、文化・教育交流協定締結から今年で30周年を迎えます。
交流の経緯や記念イベントを紹介します。



問 合 文化・国際交流課文化・国際交流係 ☎ 3579-2018

モンゴル国とは

ロシア・中国に囲まれた内陸国。面積は156万4100km²で、日本の約4倍の広さです。人口は、日本の約34分の1(約359万人、2025年時点)で、世界で最も人口密度が低いとされています。大草原のイメージがありますが、首都ウランバートルにはビルが立ち並び、全人口の約半数が住んでいます。

ウランバートル

▲詳しくはこちらから

モンゴル国との交流

1992年に、紙不足で困っていたモンゴル国へノート・鉛筆などを贈ったことをきっかけに、交流が始まりました。
1996年に、文化・教育交流協定を締結し、馬頭琴コンサート・公式相互訪問などで交流を続けています。

馬頭琴コンサート

30周年記念イベント

開催案内

▶とき=10月13日(火)~23日(金)の平日、9時~17時
▶ところ=イベントスクエア(区役所1階)

内 容

●文化などを紹介するパネル・モンゴルの絵本・ゲル(移動式住居)の展示
●五感で楽しむモンゴル体験
●モンゴルに関するクイズ など

期間中のイベント

モンゴル文化紹介講座

▶内容・とき(各1日制)
●モンゴルのお話の読み聞かせ…10月13日(火)・19日(月)、10時~11時
●モンゴル国の文化・言葉など…10月15日(木)11時~12時・16日(金)15時~16時・21日(水)15時~16時
▶対象=区内在住・在勤・在学の方 ▶定員=各回20人(抽選) ▶申込・問=10月7日(水)まで、Eメールで、(公財)板橋区文化・国際交流財団 ☎ 3579-2015 itabashi-ci-kokusai@itabashi-ci.org ※申込記入例(8面)の項目と希望日を明記。※同財団ホームページからも申込可

ゲル

詳しくはこちらから▶

区政功労者を表彰します

永年にわたり、区政の伸長発展に多大な貢献をされ、10月1日(木)に区政功労者として表彰される8人の方を紹介します。
受賞者の氏名・主な経歴は、次のとおりです(五十音順)。
▶問=総務課総務係 ☎ 3579-2052

会田幸夫さん
元板橋区農業委員会会長職務代理、八丁目在住

遠藤栄子さん
元民生委員・児童委員、元連根舟連根二丁目在住

大室隆史さん
上板橋サンライต์マンション自治会長、板橋区町会連合会副会長、上板橋二丁目在住

菊地裕之さん
元板橋区代表・常勤監査委員、元市美原町在住

山家正道さん
板橋区町会連合会副会長、中丸陸町会長、中台一丁目在住

曽根田寛さん
元民生委員・児童委員、元前野地野町四丁目在住

中島明子さん
元板橋区住宅対策審議会副会長、元板橋区居住支援協議会会長、中野区松が丘二丁目在住

山口満津夫さん
元志村消防団副団長、元志村消防団部分団長、中台二丁目在住

10月はいたばしパパ月間

男性の家事・育児で 家族を笑顔に！

区では、男性の家事・育児を支援するため、パネル展示・セミナーなどを行います。この機会に、職場・家庭での過ごし方を考えてみませんか。

問 合 男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

男性の家事・育児を支援します

厚生労働省の調査(令和7年)では、男性の育児休業取得率が過去最高の50.9%となりましたが、女性の取得率88.3%と比べると大きな差があり、引き続き社会全体で男性の家事・育児を推進していくことが必要です。

区では、子育てに関する実践的な知識などを区ホームページで紹介しています。また、職場や家庭でのコミュニケーション、性別による固定観念やアンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)などに関する情報発信を行い、男性の家事・育児を支援しています。

いたばしパパ月間展

パネル展

▶ところ・とき

- イベントスクエア(区役所1階)…9月28日(月)～10月2日(金)、8時30分～17時(最終日は15時まで)
- イオン板橋ショッピングセンター(徳丸2-6-1)…10月10日(土)～12日(祝)、8時～22時

関連イベント

育児カードゲーム「カジークジー」体験会

▶とき＝10月4日(日)10時～11時30分 ▶ところ＝高島平児童館 ▶定員＝10組(抽選) ▶申込＝9月30日(水)17時まで、電子申請(区ホームページ参照)

アルバムカフェ「家族写真でミニアルバム作り」

▶とき＝10月12日(祝)、10時30分～12時・13時30分～15時、各1回制 ▶ところ＝イオン板橋ショッピングセンター ▶定員＝各回8組(抽選) ▶申込＝10月5日(月)17時まで、電子申請(区ホームページ参照)



セミナー

▶コース・とき・講師

A オンラインセミナー「パパの家庭参画とスマートな働き方」…10月14日(水)19時～21時、(株)ファミリーエ代表取締役社長 徳倉康之※オンライン会議システム「Zoom」を使用

B 夫婦で備えるパパの産前産後セミナー…10月23日(金)・30日(金)、2日制、19時～20時30分、札幌市立大学非常勤講師 渡辺大地※ところ：グリーンホール601会議室※生後4か月～未就学児の保育あり(定員10人、申込順)※保育を希望する場合は、10月7日(水)までにお申し込みください。

※講義

▶定員＝A30人 B30組(いずれも申込順) ▶申込＝電子申請(区ホームページ参照)

いたばしパパを応援します

いたばしパパとは？

区内在住・在勤・在学の父親またはこれから父親になる方のことです。

おすすめ簡単レシピ

健康福祉センターの管理栄養士が考案したレシピを紹介しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

いたばしパパBOOK

育児の基礎知識や、育児休業を取得した男性の体験談などを紹介しています。



※このほかの取組も区ホームページで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。



お知らせ

いたばしPay最大20%ポイント還元 キャンペーン

対象店舗でいたばしPayのコインで支払うと、支払額の最大20%をポイント還元します。※対象店舗など詳しくは、いたばしPay公式ホームページをご覧ください。※予算上限額に達し次第、締め切る場合があります。

▶期間＝10月1日(木)～31日(土) ▶ポイント付与上限＝1人1万ポイント ▶ポイント付与時期＝11月中旬 ▶問＝利用者向けコールセンター ☎050-3032-3842(平日、10時～17時)



産業融資の一部の利子補給割合を 1割引き上げます

▶申請期間＝10月1日(木)から ▶対象＝区内の中小企業者・小規模事業者※融資条件・申請方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ▶問＝産業振興課産業支援係 ☎3579-2172

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＝10月6日(火)14時～16時 ▶ところ＝グリーンホール504会議室※当日、直接会場へ。 ▶内容＝もしバナゲーム™で最期を考えよう ▶問＝男女社会参画課男女平等推進係 ☎3579-2486

夕焼けチャイムの放送時刻を 変更します

10月から、夕焼けチャイムの放送時刻を16時30分に変更します。

子どもを守ろう合同パトロールを実施します

夕焼けチャイムの放送時刻変更に伴い、小・中学校の各PTA、板橋・志村・高島平の各警察署および関係機関・団体と協働で、合同パトロールを実施します。また、青色防犯パトロールカーによる啓発放送を実施します。

▶とき＝10月1日(木)～20日(火)

[いずれも]

▶問＝地域教育力推進課青少年係 ☎3579-2488

国民健康・栄養調査に ご協力ください

本調査は、国の健康増進施策の基礎資料を得るために行います。10月上旬から、調査員(区が発行した調査員証を携帯)が対象世帯を訪問し、調査票の配付・回収を行いますので、ご協力をお願いします。

▶対象＝指定区域内から無作為に抽出した世帯 ▶問＝健康推進課栄養推進係 ☎3579-2308

統計調査員登録者募集

▶内容＝事業所・世帯への調査票の配布・回収・点検など(1調査30～120件程度) ▶報酬＝1調査につき3～6万円程度※調査内容により変動 ※対象など詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ▶問＝総務課統計係 ☎3579-2057

里親説明会

▶とき＝10月23日(金)13時30分～15時30分 ▶ところ＝前野地域センター ▶対象＝区内在住の世帯 ▶定員＝8組(申込順) ▶申込・問＝電話・電子申請(区ホームページ参照)で、子ども家庭総合支援センター援助課里親係 ☎5944-2374



公共機関だより

「東京アプリ生活応援事業」申込サポート講座

東京アプリの普及促進と都民生活を応援するため、来年4月1日(木)までにお申し込みいただいた方を対象に東京ポイント1万1000ポイントを付与する「東京アプリ生活応援事業」の申込サポート講座を行います。

▶とき

- 11月18日(水)…11時30分・14時・15時30分
- 11月19日(木)…10時・11時30分・14時・15時30分
- 11月20日(金)…10時・11時30分・14時

※各1回制、各回50分

▶ところ＝情報処理センター7階 ▶定員＝各回28人(申込順)※持物など詳しくは、都ホームページをご覧ください。 ▶申込・問＝10月1日(木)朝9時から、電話で、東京アプリ専用コールセンター ☎6901-7979(9時～19時)



令和9年度 奨学資金貸付申し込みを受け付けます

来年4月に高等学校などに進学予定で、要件を満たす方に、奨学資金の貸付を行います。※事前に電話予約が必要



板橋区奨学資金

▶内容＝表参照▶受付期間＝10月1日(木)～23日(金)▶対象＝区内在住の中学3年生▶申込・問＝保護者同伴で、直接、地域福祉連携課福祉資金係(区役所8階⑩窓口)☎3579-2353

東京都母子及び父子福祉資金

▶内容＝表参照▶受付期間＝随時▶申込・問＝直接、お近くの福祉課
●板橋福祉課☎3579-2322
●赤塚福祉課☎3938-5126
●志村福祉課☎3968-2331

表		奨学資金			
		板橋区奨学資金		東京都母子及び父子福祉資金	
主な借受資格要件		● 区内に1年以上引き続き居住している ● 経済的理由で修学が困難 ● 連帯保証人が2人必要		● ひとり親家庭で、19歳以下のお子さんを扶養している ● 都内に居住している ● 原則、連帯保証人が1人必要	
貸付の対象となる学校 (進学先)		高等学校・高等専門学校・専修学校(高等課程)			
貸付金額 (限度額)	入学準備金	国公立	8万円	16万円	
		私立	20万円	42万円	
	毎月の学費 (月額)	国公立	1万7000円	自宅通学	2万7000円
				自宅外通学	3万4500円
		私立	2万9000円	自宅通学	4万5000円
				自宅外通学	5万2500円
返済方法		卒業後、据置期間1年経過の後、15年以内の年賦・半年賦・月賦のいずれか		卒業後、据置期間6か月経過の後、20年以内の年賦・半年賦・月賦のいずれか	

※貸付金額は、改定する場合あり。各資金の重複申請不可。
※板橋区奨学資金の入学準備金は、申請者の父母が病気・事故などで死亡している場合または重度の後遺障がある場合、2万円加算。
※東京都母子及び父子福祉資金は、大学・短期大学・専修学校(専門課程・一般課程)も対象。

10月は3R推進月間 環境に配慮した取組を考えて行動しよう

区では、SDGs(持続可能な開発目標)を見据え、資源を大切にし、ごみを減らす活動を推進しています。日頃から環境にやさしい身近な取組を意識して、実践していきましょう。

Reduce (リデュース)
ごみの量を減らしましょう



Reuse (リユース)
繰り返し使いましょう



Recycle (リサイクル)
資源として活かしましょう



問 合 資源循環推進課資源循環協働係☎3579-2258

「かたつむりのおやくそく」を実践しよう

区では、3Rの考え方を発展・拡大させた「かたつむりのおやくそく」を合言葉に、板橋かたつむり運動を推進しています。

かたつむりのおやくそく



紙類は正しく出しましょう

- 新聞、雑誌・雑紙、段ボールに分け、種類別にひもで十字に縛る
- 段ボールは、たたんで出す
- コーティング紙、汚れ・においがついた紙は可燃ごみに出す
- 集積所の資源持ち去り・放火を防ぐため、収集日当日の朝8時までに出す

衣類・雑貨・家具をリサイクルしよう

リサイクルプラザでは、家庭で不用になった衣類・雑貨・家具を回収し、安い価格で販売しています。回収条件など詳しくは、同プラザホームページをご覧ください。
▶問＝同プラザ☎3558-5374

拠点回収を利用しよう

廃食用油、古布・古着・毛布、使用済小型家電の回収場所を、公共施設などに設けています。
※詳しくは、区ホームページをご覧ください。
▶問＝資源循環推進課清掃事業係☎3579-2218



▲詳しくはこちらから

ハブラシリサイクル

使用済み歯ブラシを回収し、プラスチック再生品にリサイクルする活動を行っています。
▶回収ボックス設置場所＝各児童館・区立各図書館(一部図書館を除く)・一部の区内商店街など※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

ごみ・リサイクルで迷ったら…

板橋区LINE公式アカウント・Instagramで、ごみ・リサイクルに関する情報を確認できます。※主な機能など詳しくは、区ホームページをご覧ください。



▲LINE公式アカウント



▲Instagram

いたばしみんなの食べきりチャレンジ運動を行います

区内の食品ロスを減らすため、参加協力店(飲食店・小売店など)で、食べきりの呼びかけやハーフサイズメニューの提供などを行います。



施設のイベント

教育科学館

ほしぞら宇宙生解説「宇宙のものさし」
▶とき＝10月8日(木)～11月29日(日)、15時30分～16時20分▶対象＝小学5年生以上▶定員＝190人(先着順)※当日、直接会場へ。▶費用＝一般350円・高校生以下120円※65歳以上の方(持物…年齢がわかるもの)・障がいがある方(持物…各種手帳)は割引あり

星を見る会
▶とき＝10月17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)▶申込＝10月9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)※申込記入例(8面)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

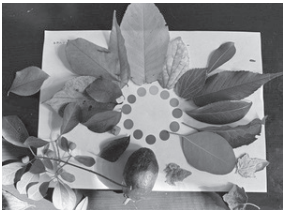
【いずれも】
▶ところ・間＝教育科学館 ☎3559-6561<月曜休館。ただし10月12日(祝)・11月23日(祝)は開館し10月13日(火)・11月24日(火)休館>

エコポリスセンター

環境フォーラム
▶とき＝10月25日(日)13時30分～16時▶ところ＝エコポリスセンター▶内容＝講義「生物多様性とグリーンインフラ」、各団体による報告・意見交換▶講師＝千葉大学教授 木下剛▶対象＝18歳以上の方▶定員＝60人

自然のグラデーション作り
▶とき＝10月25日(日)10時～11時30分※雨天時は10時～11時▶ところ＝赤塚植物園▶内容＝季節の樹木・木の実などの観察、ワークショップ▶講師＝樹木医 岩谷美苗▶対象＝4歳～未就学児とその保護者▶定員＝7組

【いずれも】
※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選▶申込＝10月13日(火)まで、エコポリスセンターホームページ▶間＝同センター ☎5970-5001<第3月曜休館>

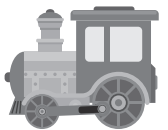


リサイクルプラザ

おもちゃなおし隊相談会
▶とき＝10月3日(土)10時～12時30分※1組30分▶内容＝動かなくなったおもちゃの修理相談▶定員＝6組▶持物＝修理したいおもちゃ※2個まで▶申込＝9月26日(土)朝9時から、リサイクルプラザホームページ

楽しく食べて健康に
▶とき＝10月29日(木)10時～12時▶内容＝講演「シニア期の食事のコツ」・食品ロス削減活動の紹介▶講師＝キューピー(株)社員▶定員＝30人▶申込＝9月26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】
※申込順▶対象＝区内在住・在勤・在学の方▶ところ・間＝同プラザ ☎3558-5374



熱帯環境植物館

ボルネオの森・人・音楽
▶とき＝10月10日(土)14時～15時▶内容＝講演「ボルネオの自然と暮らし」▶講師＝(公社)日本マレーシア協会専務理事 新井卓治▶定員＝30人(先着順)※当日、直接会場へ。

押し花アート教室
▶とき＝10月21日(水)14時30分～17時▶内容＝押し花の額作り▶講師＝ふしぎな花倶楽部 忌部和子▶対象＝小学生以上(中学生以下は保護者同伴)▶定員＝20人(抽選)▶費用＝2600円▶申込＝10月7日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで、熱帯環境植物館(〒175-0082高島平8-29-2) ☎5920-1132 ☒nettaikan@seibu-la.co.jp※申込記入例(8面)参照

【いずれも】
※入館料が別途必要▶ところ・間＝熱帯環境植物館 ☎5920-1131<月曜休館。ただし10月12日(祝)は開館し13日(火)休館>

朝市〈産業振興課〉

蓮根朝市
▶とき＝9月27日(日)朝6時30分から▶ところ＝蓮根中央商店会(都営三田線「蓮根」下車)▶目玉商品＝食パン

区民スポーツ大会

申込方法など詳しくは、区・区スポーツ協会ホームページにある競技要項をご覧ください。

種目	とき・ところ	定員・費用	申込期間・間
卓球(個人) 小・中学生	●12月13日(日) ●植村記念加賀スポーツセンター	●200人(申込順) ●300円	●10月26日(月)～11月9日(月) ●連盟・八木 ☎3956-9121

問合 スポーツ振興課管理係 ☎3579-2651

10月の映画会

□の数字は映画製作年(西暦)の下2桁 ㊦…アニメ ㊧…子ども向け ㊨…字幕

図書館名	内容・とき
中央 ☎6281-0291	世界名作アニメ シンデレラ(㊦・㊧)…18日(日)14時
赤塚 ☎3939-5281	へんないきもの(㊦)…11日(日)14時、酔拳(㊦・㊧)…25日(日)14時
蓮根 ☎3965-7351	山下清物語 裸の大將放浪記(㊦)…10日(土)10時、なかよしおばけ おばけの地下室たんけん(㊦・㊧)…10日(土)14時 ※会場は蓮根図書館となりの蓮根集会所
氷川 ☎3961-9981	そして誰もいなくなった(㊦・㊧)…10日(土)14時、なかよしおばけ おばけ遊園地に行く(㊦・㊧)…24日(土)14時
高島平 ☎3939-6565	地下鉄子ども探検隊(㊦)…3日(土)14時、クラシック名作映画シリーズ 紳士は金髪がお好き(㊦・㊧)…17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・月末日休館(ただし10月12日(祝)・31日(土)は開館し13日(火)休館)。そのほかの図書館は第3月曜・月末日休館(ただし10月31日(土)は開館)。
※高島平図書館は10月5日(月)～12日(祝)休館

成増 アートギャラリー
展示案内 ☎3977-6061

はなみずき水彩画展
▶とき＝10月6日(火)～12日(祝)、10時～16時30分(初日は13時から、最終日は15時まで)▶内容＝水彩画30点

アペレス会展
▶とき＝10月6日(火)～12日(祝)、10時～17時(初日は13時から、最終日は16時まで)▶内容＝油彩画40点

板退教作品展
▶とき＝10月14日(水)～18日(日)、11時～18時(最終日は15時まで)▶内容＝区内小・中学校退職教職員作品100点

新生会油絵展
▶とき＝10月21日(水)～25日(日)、10時～17時(初日は13時から、最終日は16時まで)▶内容＝油絵36点

粘土アート展
▶とき＝10月22日(木)～25日(日)、10時～16時(初日は13時から、最終日は15時まで)▶内容＝粘土作品60点

換鷲同人会書展
▶とき＝10月23日(金)～25日(日)、10時～17時(初日は14時から、最終日は16時30分まで)▶内容＝書作品50点

グループWAKO作品展
▶とき＝10月27日(火)～11月2日(月)、10時～17時(初日は13時から、最終日は16時まで)▶内容＝絵画・書作品・写真50点

「夢」十人十彩作品展
▶とき＝11月1日(日)10時～16時▶内容＝小物・衣類・アクセサリ200点・販売

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)

前売開始

板橋名人寄席(10月26日)月前売開始。10月26日(月)の区立文化会館チケット販売窓口での発売なし)

▶とき＝来年1月30日(土)14時▶ところ＝区立文化会館大ホール▶出演＝落語家 ヨネスケほか▶料金＝1階席3800円・2階席2800円(いずれも全席指定)※未就学児入場不可

ヨネスケ

鑑賞無料

ロビーコンサート
▶とき＝10月16日(金)12時20分～12時50分▶ところ＝成増アクトホール前▶出演＝デキシーキャスル▶曲目＝ワシントン広場の夜は更けて など▶定員＝150人(先着順)※当日、直接会場へ。

区立中学校演劇発表会
▶とき＝11月7日(土)9時～16時40分▶ところ＝区立文化会館小ホール▶出演＝区内中学校演劇部生徒▶定員＝200人(先着順)※当日、直接会場へ。

社会福祉協議会

ご案内

10月から「赤い羽根共同募金運動」がはじまります

赤い羽根共同募金は、一人ひとりの「たすけあい精神」に基づく社会福祉増進のための運動です。今年もあたたかいお心を寄せてくださいますようお願いします。

板橋こどもシアター

▶とき＝10月6日(火)、10時から・13時30分から、各1回制※各回1時間30分▶ところ＝区立文化会館大ホール▶内容＝人形劇▶対象＝区内在住の未就学児とその保護者▶定員＝各回150人(申込順)▶申込＝(有)板橋区社会福祉協議会ホームページ

【いずれも】
▶間＝(有)板橋区社会福祉協議会 ☎3964-0235

シニアのスマートフォン個別相談会

▶**ところ・とき**=表1 参照※当日、直接会場へ。▶**対象**=区内在住で、スマートフォンの使用に疑問や不安のある60歳以上の方▶**持物**=スマートフォン※ふれあい館の利用登録が必要(本人確認書類を持参)

▶**問**

- 相談会について…生涯活躍推進課 シニア地域づくり係 ☎3579-2376
- ふれあい館の利用登録について…参加を希望するふれあい館

表1 シニアのスマートフォン個別相談会

ところ	と き
仲町ふれあい館 ☎3958-0163	10月1日(木)・3日(土)・6日(火)・8日(木)・10日(土)・13日(火)・15日(木)・17日(土)・20日(火)・22日(木)・24日(土)・27日(火)・29日(木)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
中台ふれあい館 ☎3934-2940	10月2日(金)・3日(土)・7日(水)・9日(金)・10日(土)・14日(水)・16日(金)・17日(土)・21日(水)・23日(金)・24日(土)・28日(水)・30日(金)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
徳丸ふれあい館 ☎3934-8627	10月2日(金)・3日(土)・5日(月)・9日(金)・10日(土)・12日(祝)・16日(金)・17日(土)・19日(月)・23日(金)・24日(土)・26日(月)・30日(金)・31日(土)、10時～12時・13時～15時
志村ふれあい館 ☎3960-5885	10月2日(金)・5日(月)・7日(水)・9日(金)・12日(祝)・14日(水)・16日(金)・19日(月)・21日(水)・23日(金)・26日(月)・28日(水)・30日(金)、10時～12時・13時～15時
高島平ふれあい館 ☎3935-1775	10月1日(木)・6日(火)・7日(水)・8日(木)・13日(火)・14日(水)・15日(木)・20日(火)・21日(水)・22日(木)・27日(火)・28日(水)・29日(木)、10時～12時・13時～15時

※受付は10時～11時30分・13時～14時30分※1人20分程度

かくしゃく講座 書道・華道・茶道教室

▶**施設・ときなど(8日制)**=表2 参照▶**対象**=区内在住で、60歳以上の方

▶**費用・持物**

- 書道…7200円、書道用具一式・新聞紙・雑巾
- 華道…1万7200円、生け花用はさみ・包み紙(新聞紙など)・雑巾・ごみ袋
- 茶道…1万700円、ふくさ・扇子・懐紙・布巾

▶**申込・問**=10月31日(消印有効)まで、往復はがき(各教室1人1施設)で、希望するふれあい館(表3 参照)

※申込記入例(8面)の項目と希望教室・施設名(徳丸ふれあい館の茶道はAまたはB)を明記



表2 かくしゃく講座

教 室	施 設	と き	定 員	流派名	
書道	仲町ふれあい館	12月2日・16日、1月6日・20日、2月3日・17日、3月3日・17日、各水曜、9時30分～11時30分	各20人	—	
	中台ふれあい館	12月8日・22日、1月12日・26日、2月9日・23日、3月9日・23日、各火曜、9時30分～11時30分			
	徳丸ふれあい館	12月3日・17日、1月7日・21日、2月4日・18日、3月4日・18日、各木曜、13時30分～15時30分			
	志村ふれあい館	12月7日・21日、1月4日・18日、2月1日・15日、3月1日・15日、各月曜、13時30分～15時30分			
	高島平ふれあい館	12月8日・22日、1月12日・26日、2月9日・23日、3月9日・23日、各火曜、13時30分～15時30分			
華道	仲町ふれあい館	12月2日・16日、1月13日・20日、2月3日・17日、3月3日・17日、各水曜、9時30分～11時30分		各20人	池坊
	中台ふれあい館	12月1日・15日、1月5日・19日、2月2日・16日、3月2日・16日、各火曜、10時～12時			草月流
	徳丸ふれあい館	12月3日・17日、1月14日・21日、2月4日・18日、3月4日・18日、各木曜、10時～12時			池坊
	志村ふれあい館	12月11日・25日、1月8日・22日、2月12日・26日、3月12日・26日、各金曜、13時30分～15時30分			
	高島平ふれあい館	12月2日・16日、1月13日・20日、2月3日・17日、3月3日・17日、各水曜、13時30分～15時30分			草月流
茶道	仲町ふれあい館	12月2日・16日、1月6日・20日、2月3日・17日、3月3日・17日、各水曜、9時30分～11時30分	15人	表千家	
	徳丸ふれあい館 ^A	12月7日・21日、1月11日・18日、2月1日・15日、3月1日・15日、各月曜、14時30分～16時30分	各10人		
	徳丸ふれあい館 ^B	12月10日・24日、1月14日・28日、2月11日・25日、3月11日・25日、各木曜、14時30分～16時30分			

※抽選※書道・華道は洋室で実施

表3 申込先

申込先	問
仲町ふれあい館	〒173-0022仲町20-5 ☎3958-0163(月曜休館)
中台ふれあい館	〒174-0064中台2-14-1 ☎3934-2940(月曜休館)
徳丸ふれあい館	〒175-0083徳丸2-12-12 ☎3934-8627(火曜休館)
志村ふれあい館	〒174-0056志村3-32-6 ☎3960-5885(火曜休館)
高島平ふれあい館	〒175-0082高島平8-29-1 ☎3935-1775(月曜休館)



いたばし区民文芸

7月・8月分

歌壇 宇田川寛之 選

▼天 二十二歳(にじゅうに)の写真のままでのパスポート出国審査をつつがなく過ぐ 梨本卓也

▼地 病む夫を見舞いてもどる道すがら月煌煌とわが名呼ぶなり 和田ふみ代

▼人 焼けるより焦げるが相応し猛暑陽(もうしよび)に剥き出しの腕照りつけられて 宮野恵基

▼評 天賞、十年用のパスポートであり、作者は三十代か。写真の容貌からいくぶん変わったに違いない。旅をするたびに青春期を思い出す。地賞、見舞いから帰ると既に夜になっていた。輝く月に名前を呼びかけられたかのような。人賞、身体が「焦げる」ほどの暑さ。率直な表現が力強い。

俳壇 中村和弘 選

▼天 フェラーリを追い越すポルシェ雲の峰 米田達仁

▼地 夏の朝クロワッサンに湯気の立つ 鰐石忍

▼人 タの秋玄米少し加え炊く 和田ふみ代

▼評 天賞、ポルシェが今まさにフェラーリを追い越す瞬間。カールレースの夏の明るく熱い戦い。地賞、夏の朝の食卓。クロワッサンから湯気。それだけであるが、ささやかな幸せ。人賞、夕方は暑さも弱まり秋の気配。玄米を少しだけ加えての炊飯。身近な季節感。

川柳 尾藤川柳 選

▼天 セルフレジ神様だったのは昔 松島竜

▼地 のほほんと生きて卒寿は自然体

▼人 コロケと笑顔そろってソース待つ 和田ふみ代

▼評 天賞、現代社会の合理性や便利さの進歩は速い。セルフレジもA-の目で神の域だが、それに着いていけぬ世代にとっては、神も一時の幻。地賞、まさに人生の自然体。これが幸せというものか。人賞、いかにも温かな食卓の風景。原句には「笑顔」とあったが、「が」は不要。無駄な助詞で中八にすることはない。ソースは、人生の味付けでもありそう。十七音に人間が捉えられている句が良い。

いづれも

▼申込・問 10月1日(必着まで、はがきに部門(短歌・俳句・川柳の別)、作品(1人各部門1作品で未発表のもの)と必要事項(申込記入例8面参照を明記のうえ、(公財)板橋区文化・国際交流財団(〒173-0014大山東町51-1) ☎3579-13130 ※文字は楷書で丁寧に。漢字にはふりがなも明記。※入選した作品の他誌への投稿はご遠慮ください。

10月は乳がん月間

あなたと大切な人を守るために

区では、月間に合わせ、乳がんに関する啓発などを行います。
この機会に乳がんへの理解を深めましょう。



乳がんは女性に一番多いがんです

乳がんは、乳腺にできるがんで、女性患者は年々増えており、日本人女性の8人に1人が乳がんを患うと言われています。罹患率は、30代から増加し、40代後半～50代前半にピークを迎えますが、最近では、閉経後に患う方も増えています。また、20代で患う方もいるため、若い時から関心を持つことが大切です。

ブレスト・アウェアネスを意識しましょう

ブレスト・アウェアネスとは、「乳房を意識する生活習慣」のことです。日頃から自分の乳房の状態を知っておくことで、乳房の変化に気づきやすくなります。

4つのポイント

- 1 入浴・シャワー時、着替えの時などちょっとした機会に乳房を見る・触るなどして自分の乳房を知りましょう
- 2 しこり・くぼみ・ひきつれ・乳頭からの分泌物など、普段の乳房と変化がないか確認しましょう
- 3 しこり・ひきつれなどの変化に気づいた場合は、すぐに乳腺外科を受診しましょう
- 4 40歳になったら、2年に1回乳がん検診(マンモグラフィ)を受けましょう



▲申込方法など詳しくはこちら

アピアランスケア支援事業

がん・良性腫瘍で治療を受けていて補正具(ウィッグ・胸部補正具など)を購入・レンタルした方へ、費用の一部を助成しています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。女性健康支援センターにお問い合わせください。

乳がん月間イベント

乳がん検診・検査の最新情報セミナー

▶とき＝10月28日(水)10時～12時 ▶ところ＝グリーンホール1階ホール ▶内容＝講義※参加者に「いたPay健幸ポイント」100ポイントをプレゼント ▶講師＝東京都立豊島病院乳腺外科医長 小倉薫 ▶対象＝区内在住・在勤・在学の女性 ▶定員＝70人(申込順) ▶申込・問＝9月28日(月)朝9時から、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

パネル展

▶とき＝10月5日(月)～9日(金)、9時～17時(最終日は16時まで) ▶ところ＝プロモーションコーナー(区役所1階)

乳がんに関するアンケート

▶期間＝10月1日(木)～30日(金)※回答者に「いたPay健幸ポイント」300ポイントまたは参加賞をプレゼント。アンケートの回答方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問 合

女性健康支援センター ☎3579-2306

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

10月は臓器移植普及推進月間・造血幹細胞移植普及推進月間

臓器移植は、臓器の機能障がいに対する根治療法で、骨髄移植やさい帯血移植などの造血幹細胞移植は、白血病などの血液難病に対する治療法です。いずれも、提供者の理解・協力が不可欠です。臓器提供意思表示カードによる意思表示や、骨髄バンク・さい帯血バンクへのドナー登録に、ご協力をお願いします。

▶問

- (公社)日本臓器移植ネットワーク ☎0120-78-1069
- (公財)日本骨髄バンク ☎5280-1789
- 日本赤十字社関東甲信越さい帯血バンク ☎5534-7546
- 板橋区地域保健課地域保健係 ☎3579-2821

はじめての歯みがきひろば

▶とき＝10月29日(木)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8月～12月生まれ

のお子さんとその保護者 ▶定員＝16組(申込順) ▶持物＝おやこ健康手帳(母子健康手帳)、バスタオル ▶申込＝電子申請(区ホームページ参照) ▶ところ・問＝赤塚健康福祉センター ☎3979-0511

講演「子どもの食べる・話す・呼吸するを育てるために」

▶とき＝11月1日(日)10時～11時30分 ▶ところ＝グリーンホール2階ホール ▶講師＝千葉歯科医院歯科医師 浜野美幸 ▶対象＝区内在住・在勤・在学の方 ▶定員＝100人(申込順) ▶申込＝電子申請(区ホームページ参照) ▶問＝健康推進課健康づくり・女性保健係 ☎3579-2727

胃・肺がん検診

▶とき・ところ・定員＝表参照 ▶検診受付時間＝受診券で指定した時間

▶内容

- 胃がん検診…胃部X線(バリウム)検査※妊娠中の方・胃の手術経験がある方などは受診不可※誤嚥の可能性のある方、血圧の高い方などは、問診の結果、受診できない場合あり。
- 肺がん検診…胸部X線検査※要件に該当する方は、かくたん検査あり。※妊娠中の方は受診不可

▶対象＝区内在住で、来年3月31日時点で40歳以上の方

▶申込

- はがき・電子申請(区ホームページ参照)…9月26日(土)から、健康推進課成人健診係※申込記入例(8面)の項目と希望検診名、生年月日、性別、希望日・会場を明記。受診希望日の15日前までにご投函ください。
- 直接・電話…9月28日(月)朝8時30分から、健康推進課健(検)診申込窓口(区役所3階②窓口) ☎3579-2319

※手話通訳あり。希望する場合は、手話通訳希望と明記し、受診希望日の21日前までにお申し込みください。

▶問＝同窓口 ☎3579-2319

表 胃・肺がん検診

と き	と ころ	定 員
11月5日(木)・13日(金)・18日(水)・27日(金)	グリーンホール1階ホール	各60人
11月9日(月)	赤塚健康福祉センター	55人
11月10日(火)・17日(火)・24日(火)	板橋区医師会病院	各45人
11月15日(日)	板橋区役所	120人
11月20日(金)	志村健康福祉センター	60人

※申込順

広告コーナー

広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。掲載のお問い合わせは広聴広報課広報係 ☎3579-2022

不動産売却・土地活用・老朽貸家対策のノウハウとは？専門家に学ぶ「土地活用まるわかり個別相談会」開催

10月12日(月・祝)参加無料・要予約
板橋区立文化会館で開催

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。不動産の悩みは多くの方が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。

そこで地元板橋区の「アート住宅流通」「旭化成ホームズ」では10月12日(月・祝)に「土地活用

まるわかり個別相談会」を板橋区立文化会館で開催します。

相談会では、損をしないための不動産売却の進め方のポイントや注意点、遊休地・貸駐車場などの有効活用、実家などの空き家対策の選択肢、老朽化した貸家やアパート、自宅の建て替えの手順などについて相談できます。都合の良い時間に予約して、土地活用のプロのアドバイスを受けてみては。

▶とき＝10月12日(月・祝)9時30分～17時※

希望の時間を伝えてください ▶ところ＝板橋区立文化会館3階第3会議室(板橋区大山東町51-1) ▶定員＝各回先着1組 ▶費用＝無料 ▶予約・申込＝相談会事務局(わかば企画内) ☎0120-661-339まで(受付時間10時～17時)※個人情報情報は受け付けと会場の案内に利用



WEBの申込は
コチラから



健康相談・健診などのご案内

10月

	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
A 専門医による精神保健相談・ひきこもり医師相談(各1日制)	7日・21日 14時～16時15分	2日 13時30分～15時 19日 9時15分～11時15分	8日・26日 14時～16時	6日・19日 13時30分～15時45分	9日・23日 14時～16時15分
B 4歳児・5歳児健康診査(各1回制)	1日・13日 12時45分～13時5分 13時30分～13時50分	13日・26日 12時50分～13時30分	1日・15日 12時45分～14時	7日・28日 12時50分～14時10分	22日 12時45分～13時30分
C 離乳食講習会(各1回制)	14日 10時～11時 14時～15時	15日 10時～11時 14時～15時	9日 10時～11時 14時～15時	8日 10時～11時 14時～15時	23日 10時～11時 14時～15時
D 育児相談(各1日制)	1日・13日 9時15分～9時50分	8日 9時15分～10時	7日・21日 9時30分～10時 (計測のみは10時30分まで)	2日・14日 9時15分～10時 (計測のみは10時30分まで)	7日・21日 9時15分～10時
E 出張育児相談	――	27日 9時40分～10時 小茂根一丁目集会所	28日 9時40分～10時 しらさぎ児童館	30日 9時30分～10時 舟渡ホール	――
F 乳幼児歯科健診(各1日制)	14日・28日 13時30分～14時30分	21日 13時30分～14時30分	16日 13時30分～14時30分	15日 13時30分～14時30分	27日 13時30分～14時30分
G お母さんの休み時間	23日10時～11時30分	20日10時～11時30分	13日10時～11時30分	9日10時～11時30分	19日10時～11時30分
H ママ・パパのためのこころの相談室	19日10時～14時	20日13時30分～15時30分	――	27日13時30分～16時30分	26日9時～12時
I 婦人科専門相談	21日9時～11時30分※相談時間は1人30分▶ところ＝板橋区保健所▶申込＝女性健康支援センター☎3579-2306				
J ひきこもり家族教室	5日・19日、各1日制、10時～11時45分▶ところ＝志村健康福祉センター▶申込＝担当地域(区ホームページ参照)の健康福祉センター・ひきこもり相談窓口☎6909-6218▶問＝地域保健課ところといのちの係☎3579-2329				
K お酒の悩み相談会	22日10時～11時30分▶ところ＝赤塚健康福祉センター▶申込＝担当地域(区ホームページ参照)の健康福祉センター				

※D以外は予約が必要(定員あり、申込順)。A・B・E・G～Kは月曜朝9時から受付。C・Fは電子申請(区ホームページ参照)で随時受付。
※Bは歯科健診を含む。幼稚園児・保育園児を除く。

10月の
休日医科診療
(主に内科・小児科)

診療時間 9時～20時(最終受付は19時30分まで)

※医療機関は変更になる場合あり。事前に医療機関へ電話連絡のうえ、受診してください。
※発熱で受診する場合は、事前に医療機関へ電話相談のうえ、指示を仰いでください。
※受診時は、保険証・各種医療証などをお持ちください。
※最新の情報など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▲詳しくはこちらから

- 4日
- よりふじ医院
…大谷口北町27-4(☎3956-1255)
 - 西尾医院…常盤台3-26-15(☎3960-4970)
 - 藤田医院…泉町23-8(☎3960-2822)
 - 清水クリニック
…坂下2-28-7(☎3966-5314)
 - 近藤クリニック
…高島平5-42-8(☎3939-9063)
 - 赤塚新町クリニック
…赤塚新町2-5-16-1F(☎6915-6617)
- 11日
- 堀井医院…双葉町40-13(☎3961-2610)
 - そう内科クリニック
…小茂根1-21-4(☎3973-0711)
 - 有賀小児科・内科クリニック
…南常盤台2-3-3(☎3973-6151)
 - 篠遠医院…蓮沼町20-14(☎3966-4901)

- 新河岸クリニック
…新河岸1-3-2-101(☎5921-1805)
- 杉内医院…成増3-17-16(☎3930-2331)
- 12日
- 大山東方クリニック
…大山東町60-9(☎3964-1830)
 - エール訪問診療クリニック
…中板橋21-16-201(☎6765-5016)
 - 田丸小児科内科医院
…大山町41-3(☎3956-2836)
 - 大久保医院…常盤台4-10-5(☎6906-6811)
 - 天木診療所…清水町47-7(☎3961-3913)
 - ねづクリニック
…東坂下2-3-6-101(☎5914-0236)
- 18日
- 香川内科小児科医院
…氷川町25-1(☎3961-9050)
 - 萩原医院…中板橋21-2(☎3961-8380)
 - たにもとクリニック
…向原3-10-15-102(☎3530-8327)
 - ときわ台はしもと小児科アレルギー科
…常盤台1-2-3-3F(☎6454-5415)
 - 佐藤クリニック
…高島平6-1-1(☎5997-9828)
 - 宮下内科医院
…徳丸6-45-6-103(☎5922-3350)
- 25日
- 木村内科クリニック
…板橋4-6-1(☎3964-1955)
 - はちすクリニック
…上板橋2-31-13-2F(☎5922-5055)

●えがおこどもクリニック
…前野町3-31-3(☎5994-7250)

●高島平診療所堀口内科小児科
…高島平4-30-6(☎3975-4114)

●平山医院
…中台1-46-3(☎090-5823-6275)

休日調剤薬局のご案内

▶開局時間＝9時～20時※開局する薬局など詳しくは、(一社)板橋区薬剤師会ホームページをご覧になるか、各医療機関にお問い合わせください(区委託分は1休日につき3薬局)。

●24時間電話医療機関案内「ひまわり」☎5272-0303
※外国語による相談窓口☎5285-8181(9時～20時)

●東京消防庁救急相談センター☎＃7119または☎3212-2323

●板橋区平日夜間応急こどもクリニック(小児科)
日本大学医学部附属板橋病院内(☎3972-8111※診療日の診療時間内※こどもクリニック受診希望の旨をお伝えください)…平日(年末年始を除く)、19時～22時(受付は21時45分まで)

●歯科衛生センター…常盤台3-3-3(☎3966-9393)

●休日歯科応急診療(急に歯が痛くなった方の診療)…日曜・祝日・休日・年末年始、9時～17時(電話予約9時～16時)

●心身障がい児(者)歯科診療…土曜、13時～17時(予約制)

●歯科衛生相談…月曜～土曜(祝日・休日・年末年始を除く)、13時～17時(電話または、事前連絡のうえ来所)

●通院困難な方への訪問歯科診療…土曜、13時～17時(予約制)

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)
〇〇〇課〇〇〇係

講座

楽しく学ぶ根ノ上遺跡

▶とき＝10月25日(日)14時～16時▶内容＝講演「発掘現場のこぼれ話」▶講師＝遺跡発掘漫画家 今井しょうこ▶対象＝小学5年生以上▶定員＝30人(申込順)▶ところ・申込・間＝9月27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)

認知症サポーターステップアップ講座

▶とき＝10月27日(火)10時～15時▶ところ＝グリーンホール1階ホール▶内容＝講義「認知症の方とのコミュニケーションの基本」など▶講師＝(地独)東京都健康長寿医療センター公認心理師 扇澤史子ほか▶対象＝区内在住・在勤・在学で、認知症サポーター養成講座を受講したことがあり、地域のリーダーとして活動を希望する方▶定員＝30人(申込順)▶申込・間＝9月28日(月)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、生涯活躍推進課認知症施策推進係 ☎3579-2399

インターネット時代の妖怪学

▶とき＝11月1日(日)14時～15時30分▶内容＝講義▶講師＝大東文化大学助教 廣田龍平▶対象＝中学生以上▶定員＝30人(申込順)▶ところ・申込・間＝9月27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)

スマホ相互学習講座

▶とき＝11月10日(火)10時～12時・26日(木)14時～16時、各1日制▶内容＝スマートフォンの基本操作▶講師＝ICTサポートボランティア▶対象＝区内在住・在勤・在学のスマートフォン初心者▶定員＝各日10人(抽選)▶持物＝スマートフォン▶ところ・申込・間＝10月9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)※申込記入例の項目と希望日を明記

ママ・パパの子育てスキルプログラム

▶とき＝11月19日(木)10時～12時▶内容＝講義「スマートフォン・ゲームが子どもに与える影響と付き合い方」・グループワーク▶講師＝公認心理師▶対象＝区内在住で、3歳～小学3年生の保護者▶定員＝20人(申込順)※生後5か月～未就学児の保育あり(定員5人、申込順)▶ところ・申込・間＝9月28日(月)9時30分から、電話で、子ども発達支援センター ☎5917-0905(第1・3・5土曜、日曜・祝日休み)

講演「図書館で見つける未来の仕事」

▶とき＝10月25日(日)14時～15時30分▶内容＝図書館司書・声優の仕事紹介など▶講師＝声優 坂倉花ほか▶対象＝小学5年生～25歳の方▶定員＝50人(抽選)▶申込＝10月11日(日)まで、電子申請(区立図書館ホームページ参照)▶ところ・間＝中央図書館 ☎6281-0291(第2月曜・月末日休館。ただし10月12日(祝)は開館し13日(火)休館)

認知症の方を介護する 家族のための講座

▶とき＝A10月30日(金)B11月6日(金)、2日制、14時～16時▶ところ＝Aグリーンホール1階ホールBグリーンホール601会議室▶内容＝講義「尊厳と共感を持って関わるコミュニケーション法」▶講師＝(福)新生寿会グループホーム東五反田リーダー 正垣幸一郎▶対象＝区内在住・在勤・在学で、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＝9月28日(月)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、生涯活躍推進課認知症施策推進係 ☎3579-2399

体験・観賞

秋季植木市

▶とき＝10月2日(金)～4日(日)、9時～17時▶ところ＝高島平緑地噴水広場(高島平2-34)※雨天中止の場合あり▶内容＝秋の草花・観葉植物・盆栽などの販売▶間＝赤塚支所都市農業係 ☎3938-5114

ハケ岳荘整備隊

▶とき＝11月28日(土)・29日(日)(1泊2日)※28日(土)13時にハケ岳荘集合・29日(日)12時に解散予定▶内容＝落ち葉集め・林道の整備・野外炊事▶対象＝小・中学生とその保護者▶定員＝20人(抽選)※申込者が10人以下の場合は中止▶費用＝15歳以上5700円・6～14歳3900円▶ところ・申込・間＝10月11日(必着)まで、はがきで、ハケ岳荘(〒399-0200長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1322) ☎0266-66-2323※申込記入例参照※同荘ホームページからも申込可※当選者には、10月18日(日)までに、電話で連絡。

ユニバーサルスポーツ体験会

▶とき＝10月11日(日)10時～15時▶ところ＝上板橋体育館※当日、直接会場へ。▶内容＝車いすラグビー・ユニバーサル野球・デフ卓球体験など※障がいがある方は、駐車場の事前予約あり。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶間＝スポーツ振興課事業推進係 ☎3579-2652

区民文化祭「区民手打ちそば 体験講座」参加者募集

▶とき＝10月24日(土)・11月21日(土)、10時・11時15分・13時・14時15分、各1回制※各回1時間▶ところ＝志村コミュニティホール▶対象＝区内在住・在勤・在学の小学生以上(小学生は保護者同伴)▶定員＝各回10人(申込順)▶費用＝1000円▶持物＝バンダナ・エプロン・タオル※5人前持ち帰り可▶申込＝9月26日(土)朝9時から、次のいずれか●Eメール…江戸流手打ちそば二・八の会 岡 ☎edoryu28.kai@gmail.com●はがき…板橋区文化団体連合会事務局(〒173-8501)※申込記入例の項目と希望日時(第2希望まで)、左包丁と踏み台希望の有無を明記。▶間＝板橋区文化団体連合会事務局(板橋区文化・国際交流課内) ☎3579-3321



Let's tryプロジェクト公演

▶とき＝10月25日(日)14時▶ところ＝区立文化会館小ホール▶定員＝100人(申込順)※未就学児入場不可▶申込＝10月1日(木)から、FAXで、劇団銅鑼 ☎3937-1103※申込記入例参照※(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▶間＝同劇団 ☎3937-1101(平日、10～18時)、同財団 ☎3579-3130

英語でハロウィンを楽しもう

▶とき＝10月31日(土)14時30分～15時30分▶内容＝ゲーム・歌・ダンスなど▶講師＝ママネーナの学校講師▶対象＝区内在住・在学で、小学生以下のお子さんとその保護者▶定員＝15組(申込順)▶費用＝1組500円▶ところ・申込・間＝9月26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

地区運動会・スポーツ大会

▶とき・ところ＝表参照※競技種目など詳しくは、お問い合わせください。▶間＝各地区の地域センター(区ホームページ参照)、地域振興課地域振興係 ☎3579-2163



表 地区運動会・スポーツ大会実施会場一覧

地区	行事名	とき	ところ
板橋	板橋地区区民大運動会	10月11日(日)9時～13時15分	金沢小
熊野	熊野地区親睦スポーツ大会	10月4日(日)9時～16時	板橋二中
仲宿	仲宿地区区民大運動会	10月11日(日)10時～14時30分	板橋三中
仲町	仲町地区区民大運動会	10月12日(祝)10時～13時30分	板橋二中
大谷口	大谷口地区区民大運動会	10月12日(祝)9時30分～12時	上板橋二中
常盤台	常盤台地区スポーツフェア	10月4日(日)9時30分～13時	上板橋体育館
清水	清水スポーツフェア	10月11日(日)9時～12時	志村一小
志村坂上	志村坂上地区スポーツ大会	10月11日(日)9時30分～12時30分	小豆沢体育館
蓮根	蓮根地区区民運動会	10月12日(祝)10時～13時	城北公園野球場
舟渡	舟渡地区大運動会	10月11日(日)10時～15時	舟渡小
前野	前野歩け歩けスタンプラリー	10月11日(日)8時30分～13時	前野全域
桜川	桜川地区大運動会	10月4日(日)9時～13時	桜川小
下赤塚	下赤塚地区ウォークラリー	10月12日(祝)9時～13時	下赤塚小
成増	成増地区ウォークラリー大会	11月7日(土)9時～13時	三園小
徳丸	徳丸地区スポレク大会	11月8日(日)9時～15時	赤塚一中

※雨天時は中止する場合あり。ただし、熊野・清水・舟渡地区は体育館で規模を縮小して実施します。

世帯数・人口(前月比)			うち外国人	
世帯	344,528	(-415)	43,291	
人口	587,459	(-350)	21,039	
男	286,634	(-242)	22,252	
女	300,825	(-108)		

年齢別人口	年齢・人口		構成比
	14歳以下	56,468	
	15～64歳	399,366	
	65歳以上	131,625	

※割合を表す数値の単位未満は、四捨五入しています。