

# 町会・自治会に加入しませんか

区民のみなさんが自主的に組織・運営する団体で、区内には約200の町会・自治会があります。安心・安全なまちをめざして、地域の課題解決に取り組んでいます。

## 町会・自治会の活動

地域の防犯・美化活動、防災訓練・まつりなどの実施、子ども・障がいがある方・高齢者の見守り活動など

## 加入するメリット

町会・自治会に加入することで、次のようなメリットがあります。  
●地域住民同士の交流が増え、災害時などに備えた助け合いの環境ができる

- 地域住民で話し合い、より良いまちづくりにつなげることができる
- 子ども会・まつりなど、家族で楽しめる催しに参加できる

## 加入方法

町会・自治会への加入を希望する場合は、板橋区町会連合会ホームページをご覧ください。



▲詳しくはこちらから

問 合

地域振興課地域振興係 ☎3579-2163、  
担当地域(区ホームページ参照)の各地域センター

## 公共機関だより

### 今夏の水道料金の基本料金が無償になります

物価高騰下の暑さ対策のため、今年の夏季4か月分の水道料金の基本料金が無償になります。※申請不要※対象など詳しくは、東京都水道局ホームページをご覧ください。

### 固定資産税・都市計画税の支払いはお済みですか

6月30日(火)は、固定資産税・都市計画税第1期分の支払期限です。金融機関・コンビニエンスストア・スマートフォン決済アプリなどでお支払いください。支払方法など詳しくは、東京都主税局ホームページをご覧ください。

▶問=板橋都税事務所 ☎3963-2111

## サークルだより

※活動日時・場所などは変更になる場合があります。詳しくは、各サークル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 ☎3579-2022

**英会話サークル「レモンティ」** 60歳以上の初心者歓迎 月3回月曜 15時~16時 区立文化会館 入会金1000円・月額4200円 ☎斉藤070-4797-1625

**コーラス「カンタービレ」** 初心者歓迎 月2回火曜 14時~16時 ロータスホール 月額2500円 ☎鈴木090-1767-3316

**コーラス「コーロ・ラン・RUN・蘭」** 初心者歓迎 月2回土曜 14時30分~16時30分 区立文化会館 月額2500円 ☎鈴木090-1767-3316

**コーラス「ドルチェ」** 初心者歓迎 月2回月曜 14時30分~16時30分 区立文化会館 月額2500円 ☎鈴木090-1767-3316

**中台健康麻雀「ひまわり」** 初心者歓迎 毎週火曜・水曜 13時~17時 中台二丁目集会所(中台2-43-20) 月額500円 ☎小川080-5442-3391

**太極拳「TFA板橋」** 無料体験あり 初心者~中級者歓迎 毎週木曜 13時30分~15時30分 きたのホール 月額3000円 ☎森3930-1767

**軟式野球「サンピース」** 30歳以上の方歓迎 月3~5回土曜・日曜・祝日 9時~17時の間で2時間程度 区内各野球場 月額2500円 ☎加藤090-2312-8805



## 傍聴

### 公契約の在り方検討委員会

▶とき=6月24日(水)10時から ▶ところ=災害対策本部室(区役所4階) ▶内容=公契約の在り方の検討など ▶定員=10人(先着順)※当日、直接会場へ。 ▶問=契約管財課契約係 ☎3579-2083

### 高齢者保健福祉・介護保険事業計画委員会

▶とき=6月29日(月)18時30分~20時30分 ▶ところ=教育支援センター(区役所6階) ▶内容=次期高齢者保健福祉・介護保険事業計画策定に向けた検討など ▶定員=5人(申込順) ▶申込・問=6月8日(月)朝9時から、電話・電子申請(区ホームページ参照)で、高齢政策課計画係 ☎3579-2388

### 地域自立支援協議会

▶とき=7月2日(木)10時から ▶ところ=災害対策室(区役所4階) ▶内容=定例会部の活動報告など ▶定員=10人(申込順) ▶申込・問=6月8日(月)朝9時から、直接または電話・FAX・Eメールで、障がい政策課計画推進係(区役所3階 ☎窓口) ☎3579-2361 ☎3579-4159 ☎fukushi@city.itabashi.tokyo.jp ※申込記入例(8面)参照



## 仲間と始める「10の筋トレ」説明会

▶とき=7月16日(木)14時~15時15分 ▶ところ=そんぽの家S板橋若木(若木3-3-1) ▶内容=介護予防に効果がある筋力トレーニングの説明・体験など ▶講師=上板橋病院理学療法士 間瀬玄盛 ▶対象=区内在住で、説明会以降の毎週木曜に同場所で行う10の筋トレに参加したい方 ▶定員=20人(申込順) ▶申込・問=6月8日(月)朝9時から、電話で、生涯活躍推進課フレイル・介護予防係 ☎3579-2293



## 認知症の方を介護する 家族のための講座

▶とき=7月16日(木)14時~16時 ▶ところ=グリーンホール601会議室 ▶内容=講義「家族で抱え込まない認知症介護」 ▶講師=(地独)東京都健康長寿医療センター医療ソーシャルワーカー 畠山啓 ▶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=6月8日(月)朝9時から、電話で、生涯活躍推進課認知症施策推進係 ☎3579-2399

## 福祉

### 交流サロン「なないろパレット」

▶とき=6月13日(土)10時~15時 ▶ところ=蓮根地域センター ▶内容=余暇活動・相談 ▶対象=区内在住・在勤で、障がいがある方 ▶定員=30人(申込順) ▶申込・問=6月8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

### 知的障がい者相談員による相談会

▶とき=6月26日(金)10時~12時※相談時間は1人30分程度 ▶ところ=グリーンホール504会議室※当日、直接会場へ。 ▶対象=区内在住で、知的障がいがある方またはその家族 ▶問=障がい政策課計画推進係 ☎3579-2361 ☎3579-4159 ※相談会以外でも相談は随時受付



## 板橋区LINE公式アカウントをご活用ください



「板橋区LINE公式アカウント」では、防災、子育て、ごみ・リサイクルなどのくらしや、イベント情報のほか、受け取りたい情報をカテゴリー別に選択することができます。

### 友だち追加方法

- ① 下記二次元コードから登録
- ② LINEアプリホーム画面のID検索から登録



※通信料がかかります。  
※そのほかの利用方法など、詳しくは区ホームページをご覧ください。



スマートフォン画面イメージ

問 合

- 情報配信について…広聴広報課報道係 ☎3579-2025
- 利用方法について…IT推進課DX推進係 ☎3579-2041