

区の施設や手続について、24時間、ファクス・音声で案内しています。
☎ 03-3986-9811

No.1123
(毎月5・15・25日発行)

平成11年
(1999年)

12/15

発行：東京都豊島区 編集：企画部広報課
〒170-8422 豊島区東池袋1-18-1 ☎3981-1111
ホームページ(試行) http://www.toshima.ne.jp/~city/



年始年末

暮らしのガイド

施設等の開設状況 □詳細…総務係☎3981-4451

施設名	年末(まで)	年始(から)	
区役所、出張所	12月28日(火)	1月4日(火)	
出張所会議室(第四、第七、第九、第十、第十一)			
区民集会室	西巣鴨、上池袋第二、東池袋第一、東池袋第二、池袋第一、池袋本町第一、高田第一、南長崎第一、南長崎第二、要町第二、高松、池袋第三、目白第一	12月27日(月)	1月5日(水)
	巣鴨第一・三、北大塚、東池袋第三・四、西池袋第一・二、池袋本町第二、目白第二、高田第二、長崎第一・三~五、南長崎第三、要町第一、千川、巣鴨第二、上池袋第一、南池袋、池袋第二、雑司が谷、上池袋コミュニティセンター	12月28日(火)	1月4日(火)
暮らしの関係施設	生活産業プラザ		
	図書館コーナー(生活産業プラザ内)	12月25日(土)	1月6日(木)
	南池袋斎場	12月31日(金)	1月3日(月)
	勤労福祉会館	12月28日(火)	1月4日(火)
	北部地区リサイクルルーム		1月8日(土)
	西部地区リサイクルルーム	12月26日(日)	
	大型リサイクルひろば		1月6日(木)
	エポック10(男女平等推進センター)	12月27日(月)	1月5日(水)
	自転車保管所	12月28日(火)	1月4日(火)
	自転車駐車場	12月31日(金)	
高齢者福祉施設	高齢者福祉センター ことぶきの家	12月27日(月)	1月5日(水)
	高齢者在宅サービスセンター 池袋授産場	12月28日(火)	1月4日(火)
心身障害者福祉施設	心身障害者福祉センター 福祉作業所 生活実習所	12月27日(月)	1月5日(水)
目白厚生会館	保健福祉センター(中央、東部、西部) 在宅介護支援センター		
	池袋・長崎保健所、長崎保健所講堂	12月28日(火)	1月4日(火)
児童館、区立保育園			
図書館等	図書館 要町図書貸出センター 南長崎図書貸出センター	12月25日(土)	1月8日(土)
文化施設	豊島公会堂 豊島区民センター 南大塚ホール	年内休館 12月28日(火)	1月4日(火)
教育センター		12月27日(月)	1月5日(水)
社会教育施設	社会教育会館、青年館 郷土資料館 雑司が谷旧宣教師館	12月28日(火) 12月26日(日)	1月4日(火) 1月5日(水)

施設名	年末(まで)	年始(から)	
体育施設	体育館、ゲートボール場(豊島プール)、総合体育場、西巣鴨体育場、三芳グラウンド、池袋スポーツセンター	12月28日(火)	1月4日(火)
	西池袋温水プール		1月5日(水)
	荒川野球場		3月1日(水)
目白庭園			
池袋の森、目白の森			
土木事務所	公園管理事務所 道路工事事務所 放置自転車対策事務所		1月4日(火)
まちづくりセンター(東池袋、染井、上池袋第一・第二)		12月26日(日)	1月5日(水)
勤労者福祉サービスセンター		12月28日(火)	1月4日(火)

2000年問題相談窓口…2面、年末年始の休日診療所…6面

ごみ収集日

集積所に「お知らせ」を掲示します。なお、12月23日の天皇誕生日と、1月10日の成人の日には収集作業を実施しません。

可燃ごみ(紙くず・台所のごみなど)・不燃ごみ(金属・プラスチック・セトものなど)
 <年末> 12月30日(木)まで曜日ごみ収集
 <年始> 1月4日(火)から曜日ごみ収集

粗大ごみ
粗大ごみ受付センターへ直接申込み ☎5296・7000
 <年末> 12月28日(火)まで受け付けます。
 <年始> 1月4日(火)から受け付けます。

持込みごみ
 <年末> 清掃工場・埋立処分場

動物の死体処理
 <年末> 12月30日(木)の午前中まで受け付けます。
 <年始> 1月4日(火)から受け付けます。

豊島リサイクルセンター
 <年末> 申込みは12月21日(火)の午前中まで受け付けます。
 <年始> 1月4日(火)から新しい展示品に替わります
 問い合わせは当センターへ ☎910・1031

※お願い 可燃ごみ、不燃ごみの年内最後の収集が終わった後は、集積所の近くの方々が大変迷惑をしますので、年始の収集日までには、ごみは絶対に出さないでください。
 ◇詳細：豊島清掃事務所 ☎3984・9681

3

考えよう みんなの医療費
国民健康保険9月分の医療費を
お知らせします

皆さんが医療機関にかかった
とき、医療費総額の約3割を自
分で支払いますが、残りの医療
費は、区から支払われています。
そのため、医療費総額がどれ程
なのか分かりにくくなっています。

そこで、医療費が全体ではど
れ程支払われているかを理解
いただき、併せて、健康の大切
さを考えるきっかけになるよう
加入者の方が9月中旬に診療を受
けた医療費の額を世帯主あてに
送付します。

通知書は12月下旬に発送する
予定です。この通知書は、受け
取るだけで手続の必要はありま
せん。なお、老人保健法対象者
および3千円以下の医療費につ
いては含まれていません。

◇お知らせする内容：①氏名
②種類(入院・通院・歯科・薬
局・接骨の別)③医療機関等の
名称④受診した日数(薬局の場
合は薬を受けた回数)⑤医療費
の額(皆さんが医療機関に支払
った額(薬剤一部負担金を含む)
と区(保険者)が支払った分を
合計した額)⑥食事療養費(入院
時の食事にかかる経費の総額)
◇詳細：保険給付係☎3981-1297

出産育児一時金・葬祭費の
支給のご案内

赤ちゃんが生まれたとき

国民健康保険に加入している
方(婚姻の有無は問わず)が出
産したときは、出生児一人につ
き出産育児一時金35万円が支給
されます(平成10年3月31日以
前に出産された方は30万円)。
妊娠4か月(85日)以上であ
れば、死産・流産でも支給され
ます。

※社会保険を離脱し、国民健康
保険に加入してから6か月以内
の場合、支給されないことが
あります。

学童クラブ一覧

Table with 4 columns: 学童クラブ名, 所在地, 電話番号, 最寄りの小学校名. Lists various children's clubs and their details.

子育て・教育

平成12年4月
学童クラブ入会のご案内

◇対象：区内在住、在学の小学
1・3年生で、放課後帰宅して

も保護者の就労、疾病などで適
切な保護を受けられない児童。

◇申請に必要な物：①保険証②
母子手帳③印鑑④預金口座の分
かる物(郵便局は除く)※死産
・流産の場合は、医師の証明が
必要です。

加入者が亡くなったとき
国民健康保険に加入している
方が亡くなったときは、葬祭を
行った方に対し、葬祭費7万円
が支給されます(平成10年3月
31日以前死亡の方は6万円)。

◇申請に必要な物：①保険証②
印鑑③葬儀代金と記入されてい
る領収書④預金口座の分かる物
(郵便局は除く)

◇詳細：保険給付係☎3981-1297

私立高等学校等入学・修学資金
貸付制度のご案内

◇申込資格：次のいずれにも該
当する方①生活保護世帯、また
は区民税が非課税世帯の方②私
立高等学校・私立高等専門学校
・私立専修学校高等課程のいず
れかの学校へ入学する方③豊島
区に1年以上お住まいの方④入
学資金の調達が困難な方など◇

貸付限度額：80万円以内(入学
時に学校に納める入学金等の費
用に限りません)。納付後の貸付
けはできませんので受験前にお
早めにご相談ください。

◇申込資格：次のいずれにも該
当する方①豊島区に1年以上住
んでいる方②経済的理由により
修学が困難な方③私立高等学校
等へ在学している方④修学資金
の調達が困難な方

◇返還期間：どちらの資金も高
校卒業後1年を経過した日の翌
日から起算して4年以内◇貸付
利率：無利子◇連帯保証人が必
要です。

◇詳細：生活福祉係☎3981-1826

リサイクル

「大型リサイクルひろば」を
ご利用ください
家庭で不用となった家具など
の大型品を展示、あっせんして
有効活用を図っています。

◇受付時間：毎日午前10時～午
後5時(第3日曜日・毎月25日
月末の整理期間を除く)

◇購入の申込：「ひろば」受付
に所定の用紙があります(申込
点数に制限あり)。

◇申込できる方：営利目的以外
の方であれば、どなたでも可
◇購入者の決定：毎月25日 土
日・祝日の場合は別に定める日
申込多数の場合は抽選。購入決
定者には郵便でお知らせします。

※引き取りの運搬手段のない方
には業者を紹介いたします。
◇詳細：当ひろば☎3987-0874、リサイクル事業課☎3981-1602

まちづくり

東池袋四丁目地区
再開発地区計画の一部を
変更しました

「風俗営業等の規制及び業務
の適性化に関する法律」の改正
に伴い変更しました。都市計画
法の規定に基づき、この変更の
図書を縦覧しています。

◇縦覧場所：再開発課、東京都
都市計画局総務部相談情報課
◇詳細：再開発課事業係☎3981-2613

下水道幹線の都市計画変更図書が
縦覧できます

東京都では、下水道幹線の都
市計画変更手続を行いますので
この関係図書を縦覧しています。
なお、豊島区内の全下水道幹線
が対象となります。

区立自転車駐車場の
定期利用者の改選を行います

自転車駐車場の利用機会の均
等を図ることを目的に、利用者
改選のための募集を行います。
◇対象：①現在、対象駐車場
を利用されている方②今後、平
成12年3月31日まで対象駐車
場および利用料金：下表のとおり
(一定の条件により、減額・
免除できる場合があります)◇
利用期間：平成12年4月1日～
平成13年3月31日◇申込み資格
：どなたでも(改選対象の方も
含む)※団体・法人は不可◇申
込み：対象駐車場(要町駅北、
千川駅西は除く)にある申請用
紙に必要事項を記入し、返信先
を明記した官製はがきを添えて
1月31日までに駐車場へ※原動
機付自転車(50cc以下)の募集
は、駒込駅北、要町駅北、千川
駅北のみです。各駐車場に対し
利用者1人1通1台まで◇利用
者の決定：自転車等駐車場条例
並びに同施行規則に基づき行
います。

くらし等

◇縦覧期間：12月28日まで
◇縦覧場所：詳細：東京都相談
情報課(第二本庁舎21階)☎5321-1111(代表)、都
市計画課(分庁舎B館2階)☎3981-2398

定期利用料金(平成11年12月15日現在)

Table with columns: 自転車駐車場名, 所在地, 定期利用料金(1カ月), 利用時間. Shows rates for different stations and times.

*1の自転車駐車場は、自転車の定期利用については余裕がありますので、今回、改めての募集は行いません。定期利用料金(1カ月)は、一般2,000円、学生1,000円です。

大工さんを紹介しませう

街づくり公社では、区内在住
で住宅等の修理、改築などを考
えているが大工さんが見つから
ないという方に、区内の建築組
合を通じて施工業者を紹介して
います。建築組合から指定を受
けた職人さんたちがお伺いして
工事の相談、見積り、契約、施
行を責任をもって行います。

家の修繕、改装・増築、門
塀、屋根、物置、植栽など何で
もご相談ください。
その他、各組合で運営してい
る豊島区住宅相談連絡会による
住まいの増改築相談も毎月第1
・3木曜日の午前10時～午後3
時まで、区民センター12階で行
っていますのでご利用ください。
◇詳細：当公社事業推進課☎992-3329

② 危機的状況にある区財政

● 財政危機の原因はどこにあったのでしょうか

歳入(収入)の急激な減少と低迷

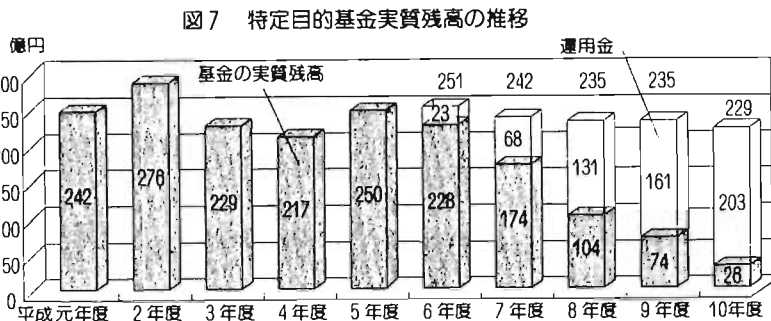
歳入のうち、大きな割合を占める特別

区税と特別区交付金が6年度に急激に落ち込み、その後も低迷が続いています。

継続した基金への依存

歳入が落ち込んだ6年度以降だけでなく、税収が好調だった時期にも基金を取

入に充てていたため、歳出(支出)の規模が膨らんだ状態となってしまいました(図7)。



縮減できなかった歳出

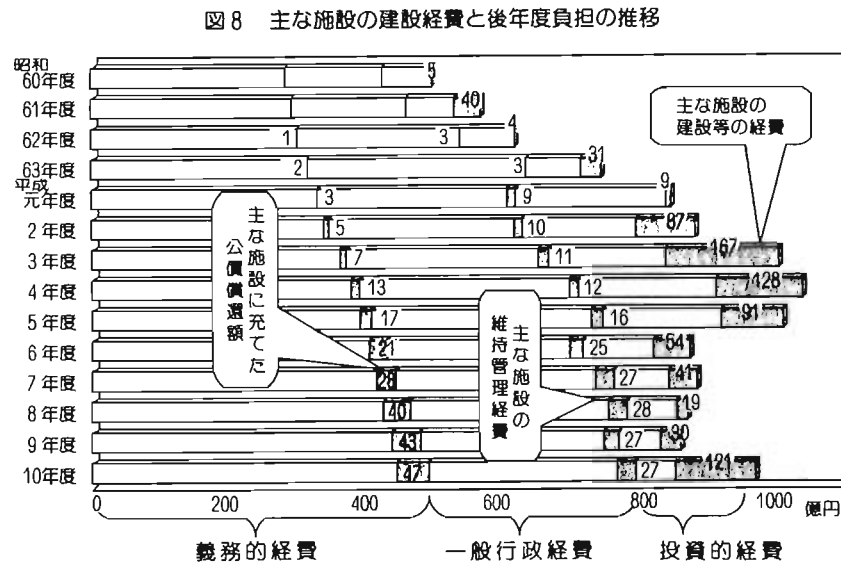
歳入に陰りが見えた時期以降も、新た

な事業や事業のレベルアップを行ってきました。

施設建設の後年度の負担

施設の建設に充てた借入金の返済(公債費)や維持に充てる経費の負担が増え、

その割合が高くなっています。10年度では、その合計が74億円となっています(図8)。

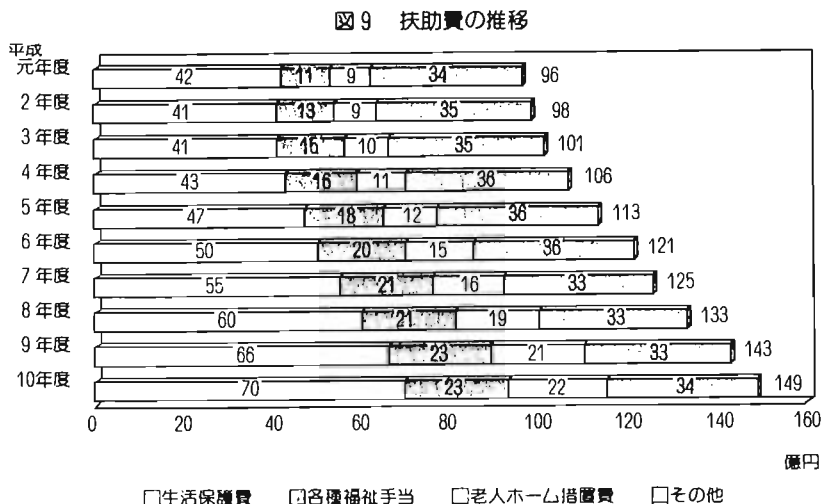


※「主な施設」とは、昭和60年度から平成10年度までの間に建設した施設のうちの19の施設。

増え続ける扶助費

福祉施策での給付費用などが、対象者

の増加などによって年々増加を続け、10年度は元年度に比べ約1.5倍となっています(図9)。



③ これからの区財政

● 制度や社会状況の変化など、課題が山積しています

税財政制度等の転換

清掃事業の区への移管など「都区制度改革」によって区の財政自主権が拡充されます。また、地方分権を契機とするため、国から地方への税源移譲が必要となっています。さらに、介護保険や税制改正によって、区財政に大きな影響が及ぶことが見込まれます。

70億円を超える財源不足が見込まれています。また、東京都が発表した「財政再建推進プラン」による波及も懸念されます。

さらに、清掃事業の区への移管などを行う「都区制度改革」に伴う、区と東京都の財政調整の協議が難航しており、結果によっては区財政へ大きな影響が及びます。

そのため、支出の削減と収入の確保に取組み、また、将来の課題に対応できる健全な財政とするため、継続して「行財政改革」を進める必要があります。

将来の展望

緩やかな回復と想定される今後の経済情勢では、歳入の大幅な伸びは見込めません。また、人口が少子高齢化の傾向を強め、財政の構造も変化を迫られています。

さらに、公債費(借入金の償還)は14年度にピークになり、それ以降減少しますが、学校を中心とした施設改修の急増や、退職者の増加による職員人件費の増加に対応していかなければなりません。

12年度予算の課題

現段階では、歳入の減少などにより、



「豊島区バランスシート」から

平成10年度末現在、区が保有する資産は2,622億円、負債が776億円で、差引きの正味財産は1,846億円となりました。

正味財産が1,846億円と一見良好な財政状態なのかと思われがちですが、そうではありません。この資金の大半は、既に資産を購入するために使われてしまっています。実際に手元にある資金は、現金および預金の23億円と基金の48億円を合わせた71億円だけです。これは、10年度歳出総額の7%にしか過ぎないものです。

物が2,491億円となり、全体の95%を占めています。また、負債では、特別区債が456億円で全体の59%を占めています。

一方、正味財産に対する固定資産の割合を示す「固定比率」は、137%とやや高め、固定資産形成の一部が借金に依存していることを示しています。

今後、バランスシートによる財政分析を充実させるため、資産の評価方法や、作成基準の統一化、分かり易い指標づくりなどの課題に取り組むとともに、行政コスト分析や行政評価に活用できるよう工夫を重ねていきます。

資産は、道路や公共施設などの土地建

豊島区バランスシート(平成10年度末現在)

単位: 百万円

資産の部		負債の部	
1. 流動資産		1. 流動負債	
(1) 現金および預金	2,332	(1) 1年以内返済予定の特別区債	3,260
(2) 財政調整基金	2,169	(2) 地域振興券預り金	782
(3) 未収入金	4,177	流動負債計	4,042
(4) 貸倒引当金	△493		
流動資産計	8,185	II. 固定負債	
II. 固定資産		(1) 特別区債	42,346
1. 有形固定資産		(2) 長期未払金	2,347
(1) 総務	8,487	(3) 退職給付引当金	28,859
(2) 福祉	60,606	固定負債計	73,553
(3) 衛生	6,280	負債合計	77,595
(4) 労働	903		
(5) 商工	14,877	正味財産の部	
(6) 土木	83,165	I. 正味財産	
(7) 消防	1,799	(1) 一般財源等	164,866
(8) 教育	72,914	(2) 国・都支出金	18,006
(9) その他	38	(3) 分担金・負担金・寄付金	1,723
有形固定資産計	249,074	正味財産合計	184,596
2. 投資その他の資産			
(1) 出資金	978		
(2) 貸付金	1,043		
(3) 特定目的の基金	2,637		
(4) 事業負担金	355		
(5) 貸倒引当金	△82		
投資その他の資産計	4,932		
固定資産計	254,006		
資産合計	262,192	負債・正味財産合計	262,192

【注記事項】 1. 将来負担する可能性のある債務負担行為 物件の購入等うち特定財源による補助 23,663
 ▲2,361
 2. 有形固定資産の減価償却累計額 55,400
 3. 特別区債から控除した財政調整措置による交付予定額
 1年以内返済予定分 1,730
 1年超返済予定分 18,327

財政危機の克服と再生に向けて

「豊島区財政白書」・「豊島区バランスシート」を作成しました

厳しい財政状況と直面する課題についてご理解をいただくため「財政白書」と「バランスシート」を作成しましたので、その概要をお知らせします。

財政白書では、経済の長期低迷などにより危機的な状況に陥っている区財政の現状と推移、また、財政危機の原因を分析し、さらに今後の区財政運営の方向に影響を及ぼす事項などを整理しています。

また、バランスシートは、他の自治体に先駆け、これまでの決算では把握できなかった資産額を負債と併せて一覧にし、区の財政状況を企業会計的な手法によって分析しています。

白書とバランスシートは、区役所分庁舎A館1階行政情報公開コーナー、各図書館でご覧いただけます。また、区のホームページにも掲載しています。

ホームページアドレス <http://www.toshima.ne.jp/~city/>
 ●詳細…財政課☎3981-4205

グラフ内の計数については、表示単位未満を四捨五入し、端数処理をしていないため、合計と一致しない場合があります。

「豊島区財政白書」から

① 区財政の推移と現状

●事実上の赤字が継続し、積立金も底をついています

区の平成10年度決算は、14億円の黒字でしたが、これは、基金から「運用」することによって歳入を増やしたため、

年度内の収入だけでは赤字になってしまっています。このような状態は、平成6年度以降5年間継続してきています(表1)。

表1 一般会計決算の推移

区分	元年度	2年度	3年度	4年度	5年度	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度
歳入総額 A	914	949	1,074	1,110	1,081	923	935	923	916	1,035
歳出総額 B	877	911	1,038	1,076	1,050	913	925	914	903	1,012
形式収支 C=A-B	37	37	36	34	31	10	9	9	13	23
翌年度繰越し財源 D	0	0	1	0	0	0	0	0	0	9
実質収支 E=C-D	36	37	35	34	31	10	9	9	13	14
特別な財源対策 F	-	-	-	-	-	23	45	63	30	42
事実上の収支 G=E-F	36	37	35	34	31	△13	△36	△54	△17	△28

単位：億円

歳入(収入)

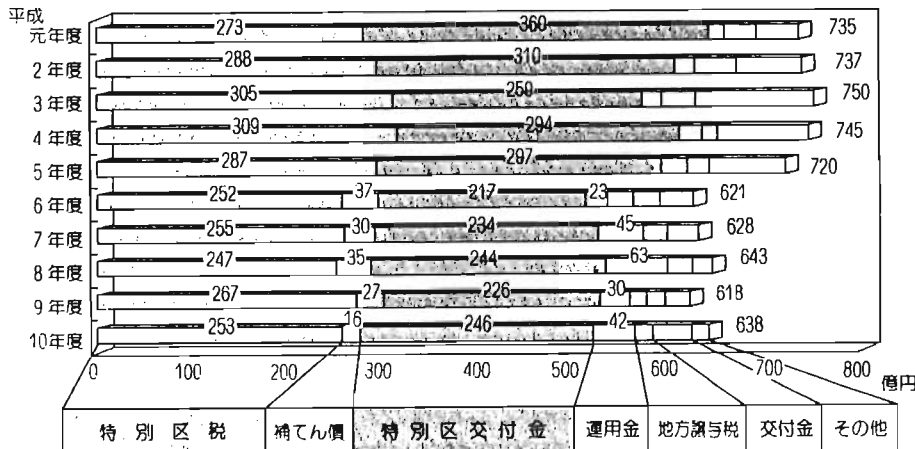
歳入のうち、特別区税は増加を続けてきましたが、平成5年度に減収となり、それ以降、低迷を続けています。また、特別区交付金も平成6年度に大きく落ち込み、伸び悩んでいます。

ピーク時と10年度を比べると、特別区

税は56億円、特別区交付金は114億円と大きく減少しています(図1)。

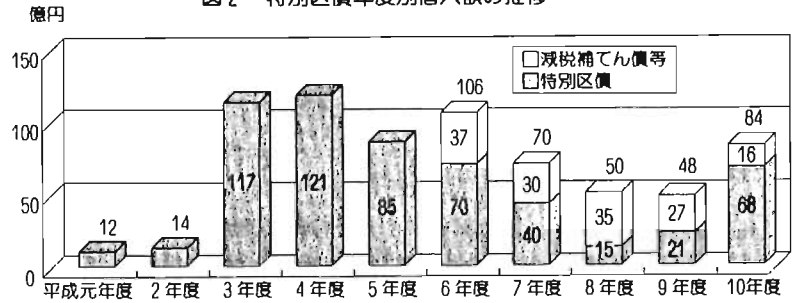
施設の建設などに充てる特別区債(借入金)は、大型施設の建設のため10年度に大きく伸びていますが、ここ数年は減少しています(図2)。また、減税などによる減収を補う借入れが増えてきており、借入れ残高は657億円となっています。

図1 歳入(一般財源)の推移



※「特別区税」は、特別区民税、軽自動車税、特別区たばこ税の総称。
 ※「特別区交付金」は、都と区および区相互の財源の調整を行うための交付金。

図2 特別区債年度別借入額の推移



歳出(支出)

昭和63年度から平成4年度までは、著しい伸びとなっていますが、5年度以降は減少傾向となっています(図3)。

歳出を「性質別」に区分すると、「義務的経費」が一貫して増加しています。「投資的経費」は3年度にピークを迎えてから大きく減少しましたが、10年度は

大型施設の建設のために増加しています。

借入金の返済に相当する公債費は年々増加し、10年度は元年度の3.1倍となっています(図4)。また、積立金はピーク時には354億円でしたが、10年度末には47億円に減少しています。11年度予算にも組み入れたため、その残額は19億円となっています。

図3 決算額の推移(性質別)

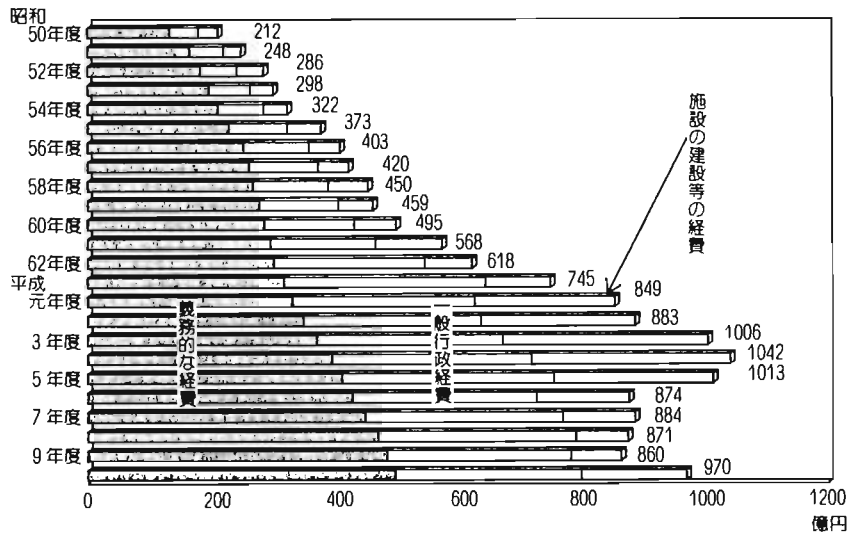
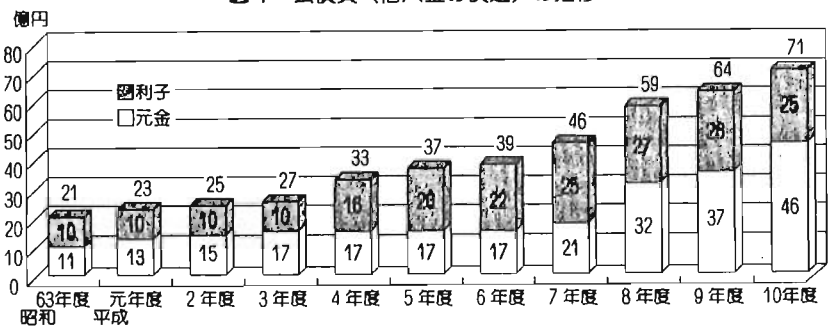


図4 公債費(借入金の償還)の推移



財政指標(財政状況の物差し)

臨時的でなく、毎年、経常的に見込まれる収入が、決して支出される経費にどの程度充てられるかを見る「経常収支比

率」は、93.4%となり、財政の硬直化が進んでいることを示しています(図5)。また、借入金の返済の割合を示す「公債費比率」は、12.9%と、いずれも過去最悪の数値となっています(図6)。

図5 経常収支比率の推移

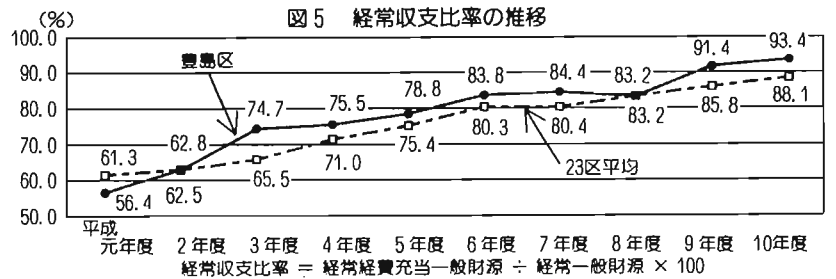
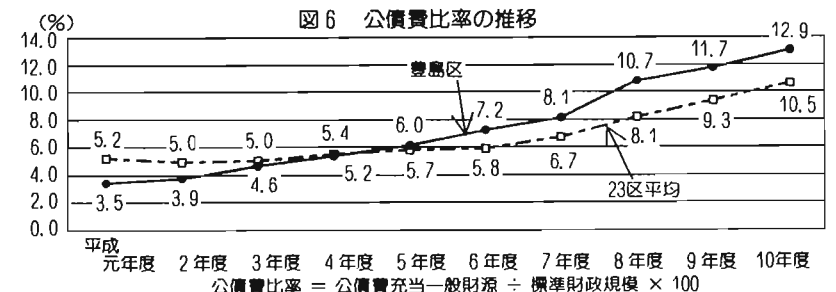


図6 公債費比率の推移



健康 Health

費用の記載がない事業は無料です

年末年始(12月29日～1月5日)の休日診療

健康保険証を忘れずに持参してください。忘れると、全額自己負担となります。※必ず事前に電話をしてください。

<内科・小児科>

◇池袋休日診療所(池袋保健所6階)

午前9時～午後9時30分 ☎3982-0198

◇巣鴨休日診療所(衛生部分庁舎内)

午前9時～午後5時 ☎3949-6561

◇長崎休日診療所(第6出張所3階)

午前9時～午後5時 ☎3959-3385

<歯科>(要予約)

◇池袋歯科休日応急診療所(池袋保健所6階あせりあ歯科診療所内)

午前9時～午後4時 ☎5985-5577

◇長崎歯科休日応急診療所(第6出張所3階)

午前9時～午後4時 ☎5966-1589

<医療情報など>

◇東京都保健医療情報センター

24時間医療機関の案内「ひまわり」 ☎

5272-0303、「ひまわり」 ☎5272-0505(日曜・祝日・年末

年始の利用時間は、午前9時～午後4時

45分)

◇外国語での医療情報サービス

☎5285-8181

英語、中国語、ハングル、タイ語、ス

ペイン語による医療情報サービスは、平

日のみ、午前9時～午後8時まで受付。

◇東京消防庁救急情報テレホンサー

ビス ☎3212-2323(短縮ダイヤル#7119)

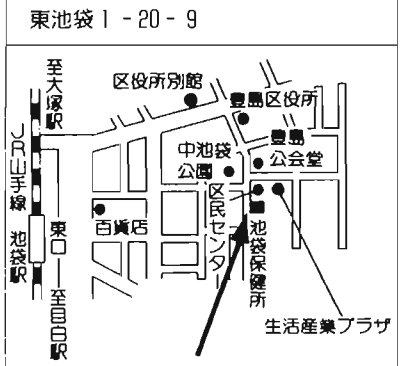
◇詳細…衛生部管理課庶務係 ☎3987-42

03

池袋休日診療所

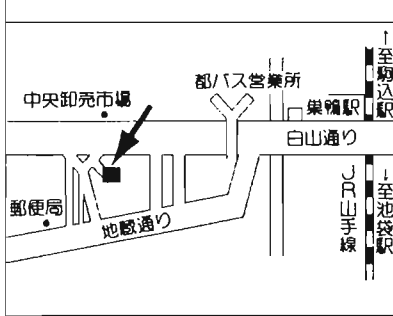
池袋歯科休日応急診療所

東池袋1-20-9



巣鴨休日診療所

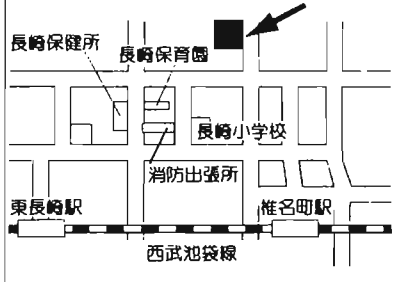
巣鴨4-22-17



長崎休日診療所

長崎歯科休日応急診療所

長崎2-27-18



年末年始の食品衛生

年末・年始は、短期間に多くの食品が流通し、食品の管理や取り扱いが不衛生になりがちです。保健所では、食品の安全を確保するため、区内の飲食店や食品の販売店などに対して、巡回指導を行っています。

なお、食中毒は冬場でも多く発生しています。家庭でも次のことに注意してください。

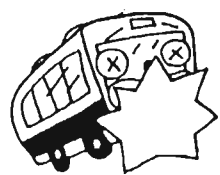
①食品は放置せず、冷蔵庫に入れましょう。

②かきを生食する時は、「生食用」のものを消費期限内に食べましょう。

③年末に品質の低下しやすい食品の買い置きはやめましょう。

◇詳細…池袋保健所食品衛生 ☎3987-4177、長崎保健所食品衛生 ☎3957-1191

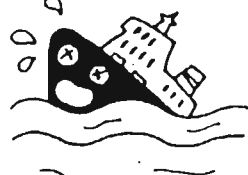
対象となる交通事故(人身事故)



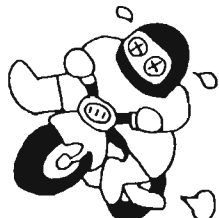
電車やバスでの事故



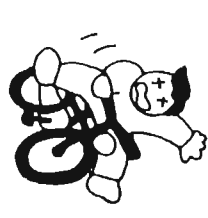
自動車やトラックでの事故



船舶での事故



オートバイでの事故



自転車での事故



飛行機での事故

わが家の健康

不眠

快適に眠ることができない状態を広い意味で、不眠と言います。不眠には大きく3種類の型があります。①就眠困難：なかなか眠りに就けない。②中途覚醒、浅眠多夢：眠りに就いても途中何度も目を覚まして、持続した睡眠をとることができない。あるいは、夢ばかり見てぐっすり眠った気がしない。③早朝覚醒：いったん眠ったのに、とんでもない早い時刻に目が覚めてしまって、再度眠ることができない。もちろん、一人の人が同時に2種類、3種類の不眠に陥っている場合もありますが、もっともよく見られる不眠は①就眠困難タイプの不眠です。このタイプの不眠は様々な要因で起きてきます。高温多湿の熱帯夜では誰でも寝苦しいものです。深夜の道路工事の騒音も眠りに就くことを妨げます。また、夕食後にカフェインのたっぷり入ったコーヒーや紅茶を飲むと寝つきは悪くなります。こういった原因で起こる不眠は、寝室の防音、寝具やエアコンディションを工夫する、夕食後興奮するような物質を口にしないなど、ちょっとした配慮で快適に眠ることができます。

就眠困難の原因として一番多いのは、心理的原因です。「明日は、朝から大事な行事がある。ぐっすり眠っておかなければ」と思えば思うほど、眠れなくなってしまった経験は、多くの方が体験されているのではないのでしょうか。

「眠ろう」という努力は、「眠れないのではないのか」という不安を生み出します。何もしないから眠れるのに、眠るための努力をして、さらに不安がつきまるといえば、眠れる筈がありません。結局、眠ろうとする気持ちがかえって眠れなくしてしまうのです。眠れなくても、命に別状はないのだと開き直ってしまうことが大事です。それでも寝つけない方と、②③の不眠の方は専門医に相談することをお奨めします。一人で、悶々と悶々とした努力を続けると、泥沼にハマってしまいます。

(豊島区医師会提供)

交通災害共済見舞金の制度

- ◇加入できる方：東京23区に住所のある方のうち、いずれか1コース選択
- ◇見舞金：コース別に、交通事故等によって入院または通院した期間に応じて1万円～60万円が支給されます
- ◇共済期間：掛金を納付された翌日から翌年の同月の末日まで
- ◇対象となる事故：自動車、バイク、自転車等の人身交通事故
- ◇加入手続：加入申込書に掛金を添えて、①区内の銀行、郵便局、信用金庫、信用組合、農協などの金融機関②区役所の交通災害共済窓口へ
- ◇詳細：当共済窓口内線3927

交通災害共済見舞金等級表

等級	交通災害の程度	共済見舞金額(万円)		
		500円コース	1,000円コース	2,000円コース
1	死亡または重傷障害(労災1級相当の障害)	150	350	600
2	180日以上継続入院治療を要した傷害	30	50	100
3	90日以上継続入院治療を要した傷害	20	30	50
4	60日以上継続入院治療を要した傷害	14	20	30
5	治療期間180日以上かつ治療実日数が90日以上	8	12	18
6	治療期間90日以上かつ治療実日数が45日以上	6	9	14
7	治療期間30日以上かつ治療実日数が15日以上	4	6	10
8	治療期間15日以上かつ治療実日数が7日以上	2	3	5
9	治療期間15日未満または治療実日数7日未満	1	2	3
交通遺児見舞金(交通遺児1人につき)		10	20	50

- ①共済掛金
年額2,000円、1,000円、500円の3種類のコースからいずれか一つのコースを選択。
- ②見舞金
最高600万円、交通遺児見舞金最高50万円

わたしの

豊島紀行

<183>

徳川 春子

父は、福井藩の松平慶永(号 春嶽)の末っ子として生まれましたが、5歳の時に祖父が亡くなりました。祖母は、女手ひとつでだらしない育てたと言われぬようにと厳しくしつけたそうです。

父は、小さいときに教えないで、大きくなれば自然に行儀よくなるだろうという考えはうそだ、大きくなつてから厳しくすればかえって反発するようになるよと言っていました。ですから、学校の勉強などはできなくても平気で、言葉の使い方や行儀のことにはたいへん厳

しく、父が祖母に教えられた通り私たちにもしつけました。女中に用がある時にも、何々をして頂戴と言って頼まなければいけないと言っていました。自動車も子どもが学校へ行くためのものではないからと、都電で通学させていました。

平生の生活は、武士の家です。家令さんから女中まで大勢の使用人がおり、贅沢と思われているようですが、食事は一汁二菜と漬物でした。玩具や人形なども、平生のときに買ってもらうことは、ほとんどありませんでした。一

つだけ、ぬいぐるみの熊は寝るときも離さなかったのを見ています。クリスマスの前にサンタクロースへ手紙を書いて、夜中に玩具が届いていくことも思い出です。

学校に上がったころからは、注意されることもなくなり、子どもたちに優しい父でした。早くから映画を見連れていたり、明治の末ころから自分で車を運転していました。坂の方までドライブしたり、夏休みには鎌倉や軽井沢の別荘に連れていってくれました。父の思い出はたくさんあり過ぎて書ききれない程です。この位でおしまいにしておきます。



昭和4年 日光で姉妹と一緒に (写真左が筆者)

来年は、紀元二千年という素敵な年になります。皆様方も良い年をお迎えくださいませ。筆者紹介 とくがわ はるこ 尾張徳川家第19代当主徳川義親氏の次女。目白在住

クリーン選挙

ルールを守ってきれいな選挙

あいさつ状の禁止

公職の候補者または候補者になろうとする者(現に公職にある者を含む)が選挙区内にある者に対し、年賀状、寒中見舞状、暑中見舞状その他これらに類するあいさつ状を出すことは、選挙の有無や時期を問わず、禁止されています。ただし、答礼のための自筆によるものは除かれます。自筆とは候補者等本人の肉筆をいうもので、複写等によって複製したものの、署名のみ自筆するもの、または他人に代筆させたものは、自筆によるものとは認められません。

次のあいさつ状は禁止されている一例です。

- 印刷した時候のあいさつ状に候補

- 者等が住所と氏名を自筆したもの。●ワープロによる時候のあいさつ状。●年賀電報、電子郵便による年賀のためのあいさつ状。●「喪中につき年賀の挨拶を失礼します」等の欠礼のはがき。

なお、祝電や弔電は禁止されているあいさつ状に含まれません。

◇詳細…選挙管理委員会事務局 ☎3981-4464



官公署だより

●豊島税務署

消費税(個人事業者)に関する届出

①平成10年の課税売上金額が3000万円以下で、平成12年中に事業用資産を購入する予定のある方が、仕入税額控除を受けるため課税事業者となる事を選択する場合は、「課税事業者選択届出書」を提出してください。なお、その選択は2年以上の継続が必要です。

②平成10年の課税売上金額が2億円以下の方で、平成12年分より簡易課税制度を選択する場合は、「簡易課税制度選択届出書」を提出してください。

①②とも届出期限は12月31日です。平成11年分所得税の確定申告期間は平成12年2月16日～3月15日です

納税者の皆さん自身が、適正な申告書を作成する「自書作成」にご協力ください。なお、還付申告は平成12年1月4日から受け付けます。

◇詳細…当署個人課税第1部門 ☎3984-2171 内線513

●日本赤十字社/家庭介護教室

①K1コース 1月15・16・22・23日

②K2コース 1月18・19・25・26日

①②とも午前10時～午後4時 当社東京支部◇満15歳以上の方◇25名(応募多数の場合は抽選)◇申込み・詳細…往復はがき(8面はがき記入例参照。生年月日、希望するコース名も記入)開催日の

●『ママ&ベビーのエアロビクス』

毎週金曜日 午前10時30分～11時30分 駒込社会教育会館◇産後6週間以降の方◇月額3,000円◇連絡先…町田 ☎3940-6094

●『池袋健康ヨーガの会』

月3回水曜日 午後7時～8時 池袋第二区民集会所◇なたでも◇月額2,000円◇連絡先…加藤 ☎3971-8044

●軟式野球『ライプタイト』

月2回日曜日 午前9時～午後1時または午後1時～5時 三芳ランド、総

6日前(必着)までに「〒169-8540 新宿区大久保1-2-15 日本赤十字社 東京都支部救護課家庭看護係」へ ☎5273-6746

●年末年始の窓口案内

豊島都税事務所

年末は12月28日まで、年始は1月4日から業務を行います。12月29日～1月3日に申告等を提出する場合は、都税事務所に備え付けの「申告書受箱」をご利用ください。

◇詳細…当事務所 ☎3981-1211

豊島税務署

年末は12月28日まで、年始は1月4日から業務を行います。

申告書の提出および納付期限が12月31日の場合は、その期限を1月4日とします。また、12月29日～1月3日に申告等を提出する場合は、郵送で「〒171-8521 西池袋3-33-22 豊島税務署」へ、または当署正門右側「時間外収受箱」をご利用ください。申告書の「控」の返送を希望する方は、返信用封筒に切手を貼り提出してください。

◇詳細…当署総務課 ☎3984-2171

内線203

※おわびと訂正

12月5日号3面「官公署だより」欄「東京法務局/年末に登記申請をする方へ」の記事中、「②不動産の売買等による所有権移転や抵当権設定などの登記」の年内処理努力目標日は12月15日の誤りでした◇詳細…当局 ☎3214-6231

合体育場◇社会人男性◇月額3,000円◇連絡先…金子 ☎3983-5858



ふれあいガイド Circle

この欄は、区民の皆さんが自主的に活動しているサークルを紹介しています(毎月15日号)。区の事業ではありませんので、詳細は連絡先の方へお問い合わせください。

●短歌『すすかけ短歌会』

毎月第1日曜日 午後1時30分～4時30分 南大塚社会教育会館◇なたでも◇月額1,500円◇連絡先…佐藤 ☎3984-0862

●パステル画『千早パステル会』

毎月第1水曜日 午前10時～正午 千早社会教育会館◇なたでも◇入会金1,000円、月額1,500円◇連絡先…細川 ☎3959-8907

●押し花『なでしこ会』

毎月第2・4木曜日 午後2時～4時 青年館◇なたでも◇入会金1,000円、1回1,000円(材料費別途)◇連絡先…林 ☎3983-2061

●『革芸ひまわり会』

毎月第2・4金曜日 午前10時～正午 雑司が谷社会教育会館◇なたでも◇入会金1,000円、月額3,000円◇連絡先…小倉 ☎3941-9267

●中国語会話『水曜会』

月3回水曜日 午後7時～8時30分 駒込ことぶきの家◇なたでも◇入会金300円、1回500円◇連絡先…植村 ☎3918-9334

●『中国語会話サークル月曜会』

月3回月曜日 午後7時～8時30分 池袋ことぶきの家◇なたでも◇入会金300円、1回500円(教材費別途)◇連絡先…今村 ☎5395-1757

●カラオケ『さくら友の会』

毎月第2・4土曜日 午前10時30分～正午 南大塚社会教育会館◇なたでも◇入会金1,000円、月額2,150円(教材費込)◇連絡先…喜多村 ☎3910-4474

●カラオケ『歌謡教室さとう』

月3回木曜日 午後1時30分～3時30分 要町第一区民集会所、月3回金曜日 午後7時30分～9時30分 長崎第4区民集会所◇入会金1,000円、月額3,000円(運営費200円含む)◇連絡先…向山 ☎3955-1398(午後6時以降)

●社交ダンス『M・Tサークル』

毎週月曜日 午後4時～5時 青年館◇女性・中級者◇入会金1,000円、月額4,000円◇連絡先…寺門 ☎3986-6068

イベント情報 Event

費用の記載がない事業は無料です

日帰りバスツアー

いちご狩りと日本平ロープウェイ

平成12年1月8日(出) 午前7時豊島公会堂前出発→いちご狩り(静岡県久能山)→さかなセンター→日本平(昼食、ロープウェイ往復)→池袋駅東口 午後7時30分解散予定◇区内在住、在勤の方とその同居家族◇おとな(中学生以上)7,000円、子ども(4歳~小学生)6,500円◇40名(先着順)◇申込み…往復はがき(はがき記入例参照。参加者全員について各必要事項を記入。また学生の方は学年、在勤の方は勤務先、所在地、電話番号を記入)で、24日(必着)までに「〒170-0013 東池袋1-20-15 生活産業プラザ内 勤労者福祉サービスセンター」へ。

※対象外の方への参加者変更は不可※車内禁煙

◇詳細…当センター☎3980-3133

講演・講習

小学生外国語教室

ゲームや歌を通して外国の文化や言葉を学び、国際感覚を身につけましょう。

平成12年1月12日~3月1日(毎週水曜日、全8回) 午後3時30分~5時 区民センター◇講師…外国人講師ほか◇区内在住・在学の3・4年生◇30名(電話で先着順)

◇申込み・詳細…社会教育係☎3981-1189

小中学校公開講座

ブレイクダンス教室(基礎)

平成12年1月8・15・22日(全3回) いずれも土曜日 午後2時~4時 西果鴨小学校◇講師…当校教諭◇区内在住、在勤で中学生以上の方◇20名(応募者多数の場合は抽選)◇申込み…往復はがき(はがき記入例参照)で22日(必着)までに「生涯学習課学校開放係」(あて先上部欄外参照)へ

◇詳細…当係☎3981-1335

図書館

上池袋図書館 さくらんぼえいがかい

12月22日(水) 午後3時から 当館地下ホール◇「クリスマスキャロル」(29分)「青い鳥」(12分)◇60名(先着順)

◇詳細…当館☎3940-1779

めじろこどもシアター

12月22日(水) 午後3時~3時35分 目白第一区民集会所(当館地下)◇「サンタの妖精の森~第一章ひっこし」◇60名(先着順)

◇詳細…目白図書館☎3950-7121

池袋図書館 たんぽぽえいがかい

12月25日(出) 午後2時から 当館ワークルーム◇「3丁目物語・冬 クリスマスイブのなぞ」「かさこ地ぞう」(約40分)◇幼児・小学生

◇詳細…当館☎3985-7981

中央図書館 映画会

平成12年1月14日(金) 午後1時30分から 視聴覚ホール◇「ビルマの堅琴」(100分)◇50名(先着順)

◇詳細…当館事業係☎3983-7861

スポーツ

第47回区民駅伝大会

平成12年1月23日(日)(雨天決行) 午前9時 皇居桜田門集合◇コース…皇居周回コース(5km)◇種目・編成人数①一般男子(高校・大学生含む)②壮年男子③男女混合/選手5名、監督1名、補欠1名(1人5km)④一般女子⑤中学男子⑥中学女子/選手6名、監督1名、補欠1名(1人2.5km)◇区内在住、在勤、在学の中学生以上(学連登録者を除く)の方◇一般・壮年・混合2,500円、中学生2,000円(保険料含む)◇監督会議…平成12年1月13日(休) 上池袋コミュニティセンター(健康プラザとしま)7階会議室、午後6時30分から※参加者はあらかじめ健康診断を受けてください。また中学生は保護者の承諾書が必要◇申込み…専用申込用紙で1月13日までに費用を添えてスポーツ振興担当課窓口へ◇詳細…豊島区陸上競技協会 池亀☎3917-7736、当課☎3981-1334



第2回西池袋温水プール水泳教室

- ①水中歩行教室(体力別クラス編成) 午前9時30分~11時15分
- ②水中腰痛体操教室(症状別クラス編成) 午前11時45分~午後1時30分
- ①②とも◇3,500円◇50名
- ③女性水泳教室 午後2時~3時45分◇3,500円◇60名
- ④小学生水泳教室 午後4時30分~6時15分◇1,400円◇60名
- ⑤区民水泳教室 午後6時45分~8時30分◇3,500円◇60名

③~⑤は泳力別クラス編成 [共通] <>18歳以上の区内在住、在勤の方(②のみ区内在住、在学の小学生)◇開催日…平成12年2月3日~3月16日(毎週木曜日、全7回)◇申込み…往復

はがき(はがき記入例参照。在勤の方は勤務先、所在地、電話番号を記入)で、12月25日(消印有効)までに「〒171-0021 西池袋4-7-5 西池袋温水プール」へ※応募者多数の場合は抽選。同一教室に2通以上の申込みは無効。受講時は水着、水泳帽を持参

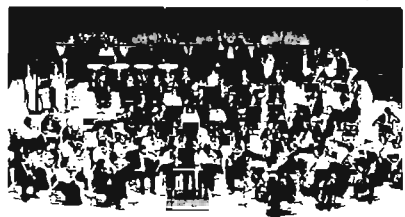
◇詳細…当プール☎3981-6468

コミュニティ振興公社

◆申込み・詳細…としまコミュニティチケットセンターへ☎3590-5321(土・日・祝日を除く) ※次の公演は当公社の文化事業のため特別料金になっています※未就学児童は入場できません(一部除く) ※チケットの郵送もできます(一部除く)

豊島区管弦楽団第49回定期演奏会

12月19日(日) 午後2時開演(30分前開場) 学習院創立百周年記念会館正堂(目白駅徒歩5分)◇指揮/山岡重信◇ベートーヴェン/序曲「コリオラン」、チャイコフスキー/舞踊音楽「くるみ割り人形」(ハイライト)、ドヴォルジャーク/交響曲第9番「新世界」より◇800円(全席自由)※3歳以下のお子さんの入場不可。



都民名曲サロン

バリ発…国際音楽列車の旅

平成12年1月19日(水) 午後7時開演(30分前開場) 東京芸術劇場大ホール◇指揮/バスカル・ヴェロ、クラリネット/万行千秋、新星日本交響楽団◇オネゲル/機関車パシフィック231、ドビュシー/クラリネットと管弦楽のための第1ラプソディ、ビゼー/「アルルの女」第2組曲、ラヴェル/ボレロほか◇S席3,500円、A席3,000円、B席2,500円、C席2,000円、D席1,000円(全席指定)◇チケットぴあでも販売(D席を除く)。

としま区民名作鑑賞会

①ミュージカル「MIRACLE」 平成12年2月2日(水)・4日(金) 午後7時、3日(木)・5日(土) 午後2時・7時、6日(日) 午後2時開演 東京芸術劇場中ホール◇原作/辻仁成◇出演/鶴見辰吾 駒田はじめ、井上一馬ほか◇区民特別料金S席3,000円(一般料金5,500円)



②スイセイ・ミュージカル

「夢のタイムリミット」 平成12年2月9日(水)・10日(木) 午後6時30分、11日(金) 午後1時30分、13日(日) 午後1時、12日(土) 午後1時30分・6時30分開演 東京芸術劇場中ホール◇出演/中村晃子、おりも政夫ほか◇区民特別料金S席3,600円(一般料金5,000円)

③ふるさときゃらばん

「噂のファミリー」億圓の花婿 平成12年2月15日(火)・16日(水) 午後7時、17日(木) 午後6時30分開演 東京芸術劇場中ホール◇区民特別料金S席3,700円(一般料金4,300円)

④ふるさときゃらばん「瓶ヶ森の河童」

平成12年2月18日(金) 午後7時、19日(土) 午後3時、21日(日) 午後6時30分開演◇区民特別料金S席2,400円(一般料金3,000円)

⑤山彦の会ミュージカル

「山彦ものがたり」 平成12年2月23日(水)・24日(木)・25日(金) 午後6時30分、26日(土) 午後2時・6時30分、27日(日) 午後1時30分開演 東京芸術劇場中ホール◇脚本・演出/有吉佐和子◇区民特別料金S席3,000円(一般料金4,000円)、ただし高齢者(65歳以上)・障害者・中学生以下1,800円(一般料金2,500円)

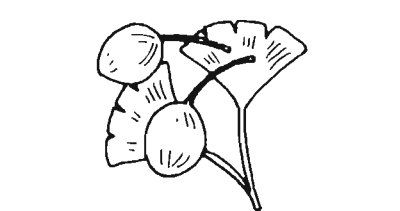
新星日曜メンバーによるトーク&コンサート よくばりクラシック名曲選

パート4~静と動の響きの世界 3月15日(水) 午後7時開演(30分前開場) 区民センター文化ホール◇出演/石田泰尚、藤村政芳、成田寛、村井将、加藤正幸、万行千秋、大澤昌生、磯部保彦、坂橋矢波◇ピアノ/タンゴのための4人、モンティ/チャルダッシュ、ベートーヴェン/七重奏曲変ホ長調Op.20ほか◇2,000円(全席指定)※12月16日(日)9時から発売

第12回池袋演劇祭 参加劇団募集

平成12年9月1日(金)~30日(土)◇条件…①演劇祭期間中に区内の劇場・ホール等で公演する劇団(初日・千秋楽のどちらかが期間にかかっていれば可)②審査員その他合計12名分の招待券を用意できること◇募集締切…平成12年4月14日(金) ただし、区民センター文化ホール・豊島公会堂、南大塚ホールでの公演を希望する場合は2月25日(金)まで、それぞれ必着(郵送・ファクスどちらでも可)◇申込書の配布…平成12年1月4日から(郵送可)◇詳細…豊島区舞台芸術振興会☎3985-0960

中池袋公園(豊島公会堂前)を休園します 12月20日~平成12年3月31日まで、改修工事のため休園します。◇詳細…公園緑地課☎3981-4939



はがき記入例

①事業またはイベント名
②〒住所
③氏名(ふりがな)
④年齢
⑤性別
⑥電話番号

※往復はがき利用の場合、返信に〒住所、氏名を記入してください。

「はがきの裏」



いきいき広場 毎週水曜日(第5週・祝日は休み) 勤労福祉会館◇卓球/午後1時~2時30分、社交ダンス/午後2時30分~4時◇自由参加◇詳細…当館☎3980-0088

60歳以上の区民の方へ

「はがき」

西池袋「ことぶきの家」