

第1回定期会を開催します。

◇会 期…2月18日(金)～3月23日(木)

◇一般質問…2月22日(火)・23日(水)

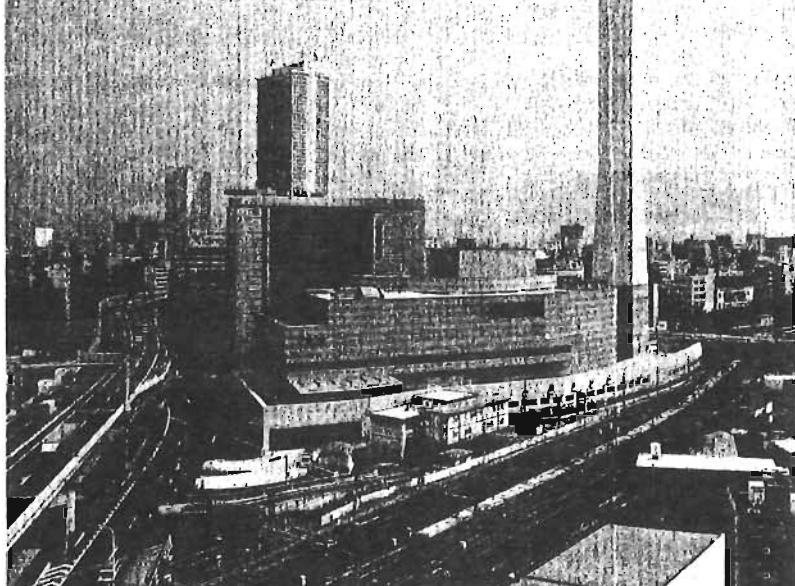
◇詳 細…区議会事務局 3981-1451

## 4月1日から東京23区の 新制度がスタート

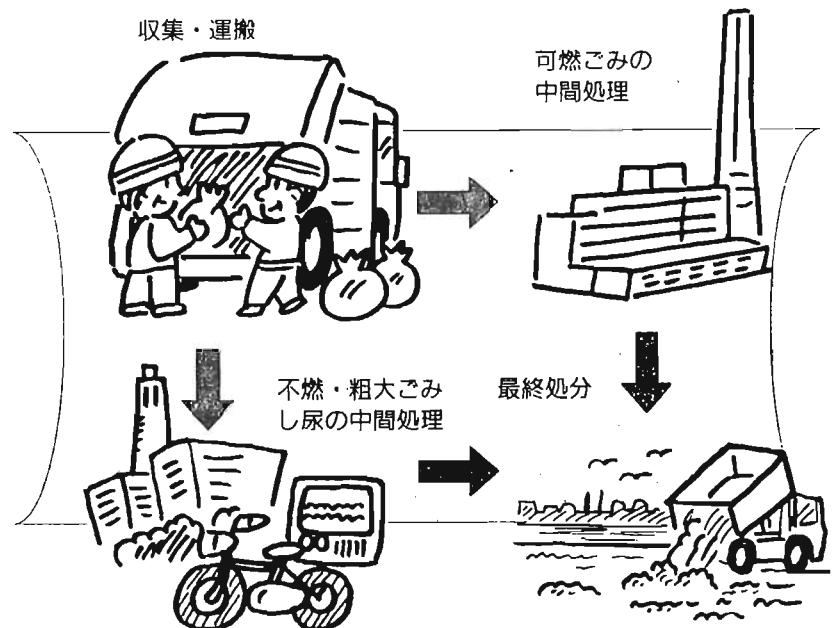
**清掃事業など区民の皆さんに身近な  
仕事が都から区に移ります**

平成10年4月に地方自治法が改正され、いよいよ本年4月1日から都区制度改革による東京23区の新制度がスタートします。

清掃事業の移管については、3月に広報特集号を予定しています。  
◆詳細…企画課☎3981-4202、清掃移管担当課☎3981-1629



## 移管後の清掃事業の流れ



**都から区に仕事が移ります**

## 移植後の清掃事業の 運営形態

これまで都が実施してきた収集・運搬形態を継承し、可燃ごみ、不燃ごみ、資源物、粗大ごみの4つに区分し、種類別・地区別の作業計画に基づき実施します。

・可燃ごみの中間処理

可燃ごみは、全量を清掃工場で焼却処理します。本区には平成11年7月に本格稼動した豊島清掃工場があり、区内から排出される可燃ごみはここで焼却処理分します。清掃工場の管理運営は、平成17年度末まで「東京十三区清掃一部事務組合」が行います。

・不燃・粗大ごみ、し尿の中間処理

不燃・粗大ごみ、し尿の中間処理は、「東京十三区清掃一部事務組合」が管理運営する燃ごみ処理センター、粗大ごみ破碎処理施設、し尿の下水道等流施設で共同処理します。

# 東京二十三区清掃 一部事務組合

252条の2の規定に基づき、各区の自主性、自律性を尊重しながら事務の管理執行および各区の調整を行うために設置する共同執務組織です。清掃協議会は一般廃棄物処理業の許可等の事務を共同して管理執行するとともに、一般廃棄物処理計画の策定等について連絡調整を図ります。

都区制度改革とは

## 清掃事業の移管

• 最終処分

は、都が設置・管理する新潟面  
処分場（現在使用中の中央防波  
堤外側埋立処分場を含む）を使  
用し、埋立処分します。

◇任期：4月1日から1年間◇  
募集人員：20名◇謝礼：年間4千円程度（参加実績に応じて支払います）◇活動内容：主にアンケートへの回答・モニター通信の提出（随時）が中心。その他モニター連絡会議（施設見学会含む）への出席（2回の予定）。



区政モニターも新たに募集します。  
困難な方を対象とした（夜間）  
募集中です。

電子メールでも受け付けています。  
【Eメール】メールアドレス  
kohoka@toshimane.jp  
※会議などの時、2歳以上（1月1日現在）の幼児を保育します。ただし、昼間の区政モニタに限ります。

で他の消費者へ提起する情報紙で行予定)。

近な生活の中から	一般区民の編集員	「ひまわり」は	このたびその「
区	駒込・巣鴨・西岸	駒込・巣鴨・西岸	りましたので、次
南大塚・上池袋	南大塚・上池袋	南大塚・上池袋	区別説明会を開催
2月23日(水)	駒込	2月23日(水)	駒込
2月27日(日)	南大塚	2月27日(日)	南大塚
館	池袋本町・上池袋	池袋本町・上池袋	駒込・巣鴨・西岸
2月22日(火)	池袋	2月22日(火)	駒込・巣鴨・西岸
集会室(北部リサ		集会室(北部リサ	りましたので、次
2月26日(土)	池袋	2月26日(土)	区別説明会を開催
東池袋・池袋・南		東池袋・池袋・南	駒込・巣鴨・西岸

高田・北大塚・	室（池袋図書館内）
高田・目白・西池袋2丁目地	2月22日(火) 日自第一区民集
会館室（日自図書館内）	2月26日(土) 雑司が谷社会教
・南長崎地区	会館
千川つづじ苑内)	2月23日(水) 千川区民集会室
千早社会教育会	2月27日(日) 千早社会教育会
※時間はいずれも午後7時から	◆詳細：地域計画係☎3988
（クルーム内）	・2397
第一小学校	本町第三区民
2丁目地	2丁目地区
社会教育会館	社会教育会館
・目白地区	・目白地区
北大塚・	北大塚・
雑司が谷・南池袋3丁目地	ができます。
ができます。が	おり、地
費者である	のとおり、地
が、自らの身	めきました。
のりマを決め	が、
心構理出も記入	ます。
（ア）まことはア	（ア）

消費者たより「ひまわり」の  
編集員を募集します

#### 区内の国知の埋蔵文化財発掘地一覧

遺跡名		範囲
1	氷川神社裏貝塚	池袋本町二丁目(25~32、36~38番全部)(17番一部) 池袋本町三丁目(2、3、11~16番全部)(8~10、19、20番一部)
2	池袋東貝塚	池袋本町三丁目(7、21、22番全部)(28番一部) 池袋本町四丁目(18、19、33~36、40、41番全部)(31、37番一部)
3	学習院周辺遺跡	自由一丁目(5~7番全部)(39番一部)、 自由二丁目(1、2、6、7、10、11番全部)(3、5、8、9番一部)
4	自由三丁目遺跡	自由二丁目(26~31番全部)、自由三丁目(17、18番全部)、 西池袋二丁目(1、2番全部)(3番一部)
5	染井遺跡	駒込一丁目(30、33~35、38、39、42~44番全部)、 駒込二丁目(1~5、17番全部)(6番一部)、駒込三丁目(1~13、15、16番全部)、 駒込四・五丁目全部、駒込六丁目(1~6番全部)(7~11番一部)、 駒込七丁目(2~4番全部)(1番一部)、巣鴨二丁目(7、8番全部)、 巣鴨四丁目(25番全部)、(22番一部)、巣鴨五丁目(1~11番全部)
6	巣鴨遺跡	巣鴨一丁目(1~16番全部)、巣鴨二丁目(1~6、9~17番全部)、 巣鴨三丁目(14~39番全部)、 巣鴨四丁目(14~26、28、29、32~37番全部)、(9、11、13番一部)
7	北大塚遺跡	北大塚一丁目(20~26番全部)、(11~13番一部)
8	駒込一丁目遺跡	駒込一丁目(1~12番全部)、(40、41番一部)
9	駒込古墳	駒込一丁目(9番全部)
10	長崎神社周辺遺跡	長崎一丁目(6~18番全部)、(2~4、26~28番一部)、 西池袋四丁目(40、41番全部)
11	高松遺跡	高松二丁目(26~31、45、49、50、52~56番全部)(57番一部)、 高松三丁目(2~4、6番全部)(5、7番一部)
12	雑司が谷遺跡	雑司が谷三丁目(1~9、15~19番全部)(21、22番一部)
13	東池袋遺跡	東池袋一丁目(24、25番全部)、東池袋四丁目(4~12番全部、24番一部)
14	旧感應寺境内遺跡	自由三丁目(6~11、23~28番全部)、自由四丁目(1~4、17~19番全部)、 西池袋二丁目(6番全部)
15	椎名町遺跡	南長崎三丁目(11番全部)(6~10、14番一部)、南長崎四丁目(17、24番全部) (10、12、16、23、27~29番一部)、南長崎五丁目(10、11番一部)
16	千早遺跡	千早四丁目(6~8番全部)(5、9番一部)

都市計画マスター・プラン(案)  
地区別説明会を開催します

埋蔵文化財包蔵地での開発は  
届出が必要です

倅の方法等についてお知らせします。



現在、区内には16か所の埋文化財包蔵地（＝遺跡）があります。それらの遺跡は、今私たちが生活しているこの場所で、昔の人々がどのように暮らしていたかを伝える歴史の証拠品と言えます。埋文化財は、私たちの住む地域の歴史を知る上での貴重な手掛かりです。これを保護し後世に伝えていくことは、今を生きる私たちの責任ではないでしょうか。

口伝伝承、学問的な調査・研究により、文化財の所在が判明している上をいいます。こうした蔵地内で開発をする際は、「埋蔵文化財挖掘」を提出し、事前に調査を行うことが文化財保護法で義務づけられています。

埋蔵文化財包蔵地おびその周辺での土木・建築工事等を計画される方は、早めに文化財に相談してください。

跡の有無、概要、発掘

・既に印鑑登録している方  
①区民カードと同じ②現在お持ちの印鑑登録証

顔写真付きの証明書（免許証  
パスポート、障害者手帳等）、健  
康保険証、年金手帳のいずれか  
印鑑登録証明書と民カード

し、税証明書)  
以上の区民の方 ◇必要書類 ◇対象  
区民カード 満15歳

：①区民カード（住民票の写し  
税証明書専用）※日本人の方の  
み②印鑑登録証兼区民カード  
(印鑑登録証明書、住民票の写

時。特別受付口 2月16日(木)  
24日(木) 午前8時30分~午後7時。  
時。19日(火)、20日(水) 午前8時30分~午後5時。カードの種類

2月1日から行っています。

「印鑑登録証明書」や「住民票の写し」の自動交付機を、4月1日から利用できます。この自動交付機用カードの申請受付を

**自動交付機用カード  
発行の申請受付を  
しています**



※引き落とし後に「一塙振替収納期限の日（6月末日）

③介護保険制度 ◇20名

くなったり、年金額が少なくなることもあります。

2千567m<sup>2</sup>（分割不可） ◇地目：宅地 ◇参考価格：入札価格の日安として参考価格を公表します

センターに電話で依頼してください。仕事の内容・条件等はださい。役員が対応します。受注してお

②「括納付：振替」は第1期の納期限の日（6月末日）  
※引き落とし後に「口座振替収納済のお知らせ」を送付します  
申込み

①申込み先：預（貯）金口座のある郵便局、金融機関等の窓口  
②必要なもの：通帳に使用している印鑑 平成11年度特別区民税・都民税（普通徴収分）の領收書（お持ちの方）  
③申込期限：各納期限の前月15日（郵便局、金融機関等の窓口が休みの場合はその前日）  
※口座振替（新規・変更・取消）依頼書は区役所・出張所・郵便局、金融機関等の窓口にあります。預（貯）金の種類、口座番号、口座名義人は正確に記入してください。  
※名義人の同意があれば、ご本人以外の方の口座でも引き落としができます。  
※申込み後の内容変更・口座振替の取消、郵便局・金融機関等の変更は、改めて該当の郵便局・金融機関等で手続をしてください。  
※口座振替依頼書の預金種目欄に、納税準備という項目があります。これは、納税のみを目的とした納税準備預金のことです。各種の制約がありますが普通預金よりも利率が高くなっています。詳しくは金融機関へお問い合わせください。

◆詳細：収納管理係 口 3981  
・ 0269

■ 福祉 東池袋豊寿園 家族介護者教室 2月 高齢者在宅サービスセンター ①高齢者向け調理実習 2月23日(水) 午後1時30分～ 3時30分 講師：料理研究家／高橋敏江氏／12名

③介護保険制度	◇20名
2月23日(水)	午後6時～8時
◇申込み・詳細：当園へ☎33971・0520	
山吹の里	
①痴ほう性高齢者の援助方法	
2月26日(土)	午後1時30分～
2時30分	
②家庭内での事故	
2月26日(土)	午後2時30分～
3時30分	
◇申込み・詳細：当施設へ☎3981・5067	
風かおる里／高齢に伴う筋力低下の予防	
2月26日(土)	午後2時～3時
30分◇25名	
◇申込み・詳細：当施設へ☎5982・11021	
長崎第一豊寿園／桜草の会／高齢者の介護実技シリーズ⑪	
「コミュニケーションの技法」	
2月26日(土)	午後6時～8時
◇20名	
◇申込み・詳細：当園へ☎354・4422	
アトリエ村／介護保険制度	
2月26日(土)	午後1時～2時
30分◇30名	
◇申込み・詳細：当施設へ☎5965・3404	

■くらし等 ■子育て・教育 ■

くなったり、年金額が少なくなことがあります。  
なお、保険料の支払いは「口座振替」(毎月15日引落し)を利用すると納め忘れがなく安心で便利です。手続は簡単です。年金手帳と預(貯)金通帳、印鑑(通帳使用のもの)を持参のうえ、金融機関、郵便局、または、国民年金課へお申込みください。

◇詳細・保険料係☎3981・1961

■高田・雜司谷・田出小学校  
統合推進協議会(第4回)を開催します

2月21日(月)午後6時30分から  
教育センター  
※傍聴できます。

◆詳細:学校適正配置推進主査  
☎3981・1371

●受付口時:2月17日(木)、3月  
16日(木)午前10時~午後3時  
場所:南大塚社会教育会館受付  
前、日吉厚生会館(第五出張所)  
入囗、池袋第三区民集会室(池  
袋図書館)

パックは開いてきれいに洗い乾いてからお持ちください。一枚でも受け付けます。

◇詳細:リサイクル・清掃計画  
係☎3981・1601

一般競争入札で  
区有地を売却します  
(実施予告)

2千567m<sup>2</sup>（分割不可） ◇地目： 宅地 ◇参考価格：入札価格の日安として参考価格を公表します。 詳細は2月末から配布予定の案内書をご覧ください ◇売買代金支払い方法：一括払い ◇転売禁止等：この土地は3年間、所有権の移転および風俗営業等への使用が禁止されます ◇入札保証金：入札時に入札金額の100分の3以上の保証金を納付する必要があります。 ※区民以外の方も参加できます ◇中込み・詳細：用地係へ ☎ 3981・4591 就業会員募集 シルバーハウスセンター

◆詳細：シルバー人材センター（第二出張所2階）☎3982-9533

センターに電話で依頼してください。仕事の内容・条件等は職員が対応します。受注した仕事は会員に提供し、責任をもって行います。

区では、自転車駐車場が整備されている地域で、自転車等（50cc以下の原動機付自転車を含む）の放置により、通行の障害や災害等の緊急活動・避難行動に支障が生じかねない場所を自転車等の放置禁止区域として指定しています。

放置禁止区域内では、定期的に放置自転車等の撤去活動を行っています。

①指導員が、自転車等に警告マークを取り付けます。

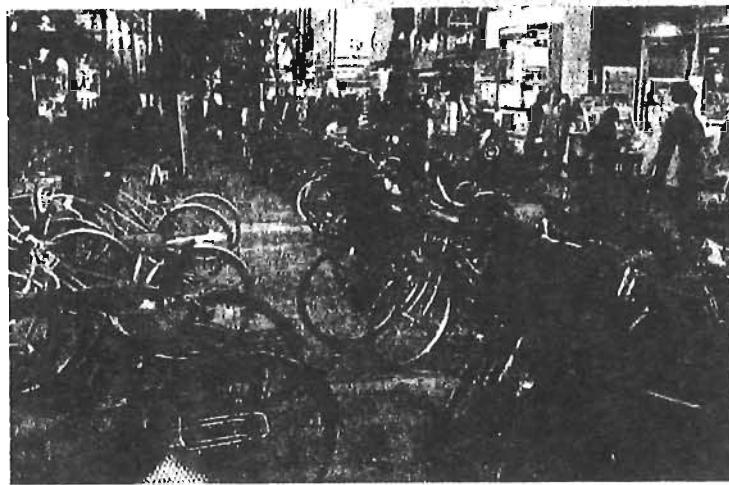
②一定時間（現在は概ね1時間程度）を経過しても、警告ステッカーを撤去し、トラックで保管所へ搬送します。

撤去の際に、自転車等がチエ

1・4847  
○詳細：自転車対策係 ☎3988

放置自転車等は撤去します

## 放置自転車の撤去活動を行っています



# 自転車置き去り 知らんぷり 困ります！

あなたの自転車等が撤去されたかな？

放置禁止区域内に置いた自転車等が、気がついたら無くなっていた場合には、次の手順で引き取りをお願いします。

①区内の各放置禁止区域内で撤去された自転車等は、それぞれ決まった自転車保管所へ搬送・保管されます（下記の放置禁止区域内の撤去自転車保管所参照）。

②心当たりの保管所へ、電話で自分の自転車等があるかどうかを確認してください。

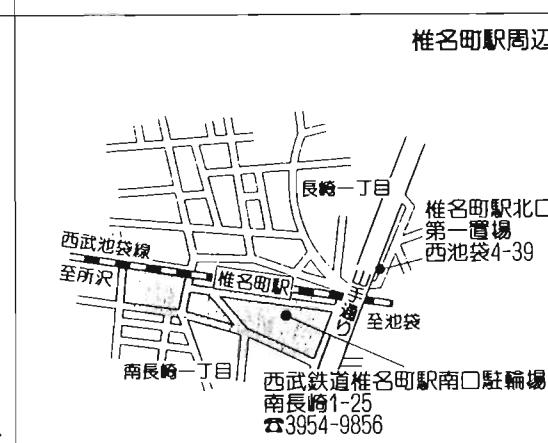
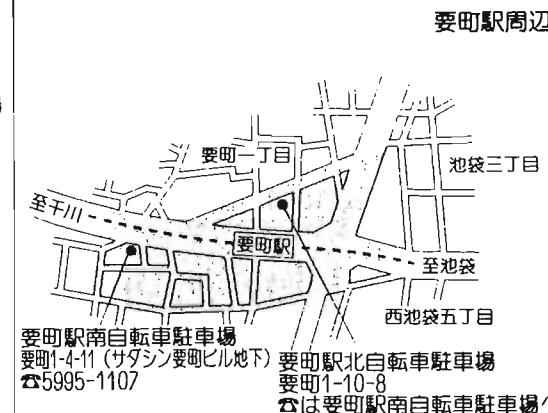
確認の際には、自転車は防犯登録番号、原動機付自転車はナンバーが分かれば確認が取りやすくになります。

直接保管所へ行かれても結構です。保管所に自転車があることの確認が取れた場合は、次の物を用意して引き取りに行ってください。

・撤去保管手数料（1台）  
自転車 原動機付自転車 2千円  
・身分を証明できるもの  
・白軒車等のかぎ

④もし保管所に自転車等がない場合は、盗難の可能性もありますので、なるべく早く盗難届を出すことをお勧めします。

### 現在の放置禁止区域等



### 放置禁止区域内の撤去自転車保管所

放置禁止区域	保管所名 称 等
池袋駅西口周辺	北池袋保管所 池袋本町 4 - 50 ☎3590 - 0544
駒込駅周辺	北池袋保管所で 2 週間保管後 上池袋保管所へ移送
駒込駅・落合南長崎駅周辺	上池袋保管所 上池袋 4 - 29 ☎3916 - 4306
要町駅・東長崎駅周辺	池袋三丁目保管所 池袋 3 - 58 ☎5951 - 2661
千川駅周辺	南長崎保管所 南長崎 5 - 3 ☎3953 - 3532
椎名町駅周辺	富士見橋下保管所 池袋本町 1 - 1 ☎3980 - 5849
落合南長崎駅周辺	池袋駅西自転車駐車場内保管所 西池袋 3 - 20 - 1 ☎3590 - 3837

現在の道幅が4m、または建築基準法の定める幅に満たない道路等に接する敷地、および道幅がそれぞれ6m未満の道路が120度未満で交わるかど敷地の場合、道路後退（セットバック）（注①）、かど敷地のすみ切り整備を行います（注②）。

## 事業の内容

この事業は、狭い道筋に接する敷地に建物を建築（増改築等の改修も含む）する場合、建築主等に承諾をいただき、建築基準法で定める線までの後退用地、すみ切り用地を整備するもので、事業を推進するため助成金制度を設けています。

**拡幅整備の対象**

現在の道幅が4m、または建築基準法の定める幅に満たない道路等に接する敷地、および道幅がそれぞれ6m未満の道路が120度未満で交わるかど敷地の場合、道路後退（セツバック）（注①）、かど敷地のすみ切り整備を行います（注②）。

助成金制度

付の意志がない限り、所有権を  
移転することはありません。

表1

## 事前協議による土地の整備方法等

公道 (特別区道)	後退用地は整備承諾により区が整備を行い、無償使用承諾により特別区道に区域編入を行います。維持管理は区で行います。
私道	後退用地は整備承諾により区が整備を行い、維持管理は権利者に行っていただきます。

## 狭い道路拡幅整備事業

私たちの身近にある生活道路は、住みやすい環境を守るうえで重要な役割をもっています。特に、災害時には、その役割は一層重要なものとなります。

しかし、豊島区には道幅4mに満たない（狭あい）道路がたくさんあり、救急・消防活動や交通、日照や通風など住みやすい環境をつくるうえで大きな障害となっています。

そこで、区ではそのような状況の解消を目指し、昭和63年から「狭あい道路拡幅整備事業」を進めています。区民の皆さんのが協力により、これまでに豊島区全体の狭あい道路の約16%が拡幅整備されました。身近にある生活道路は、地域の共通財産です。「みんなの生活空間をきむく」まちづくりを進めるため、区民の皆さんのが理解と協力をお願いします。

◆詳細…事前協議・助成金については推進係☎39981・0673  
70、拡幅整備工事については整備係☎39981・0673

対象となる敷地に建物を建築する場合、本事業について区で行う工事内容、拡幅整備した部分の土地の維持管理（注③）に関する協議が必要があります。建築計画がある場合、建築確認の3日前までに手続を行ってください。

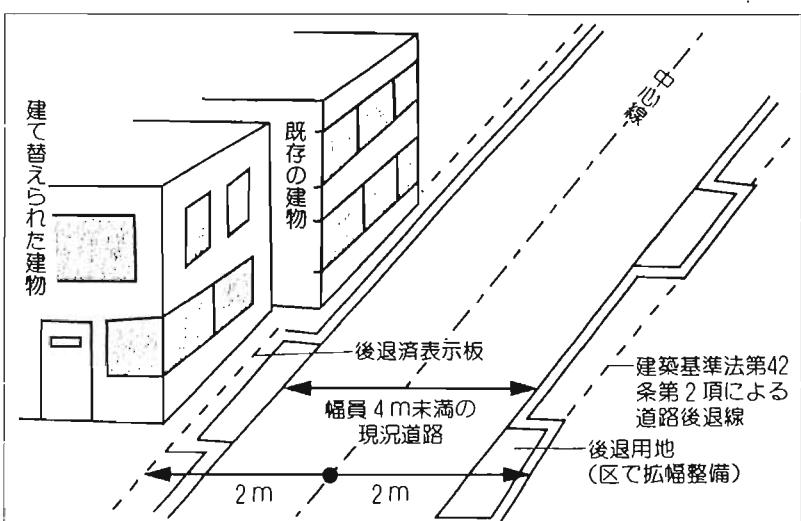
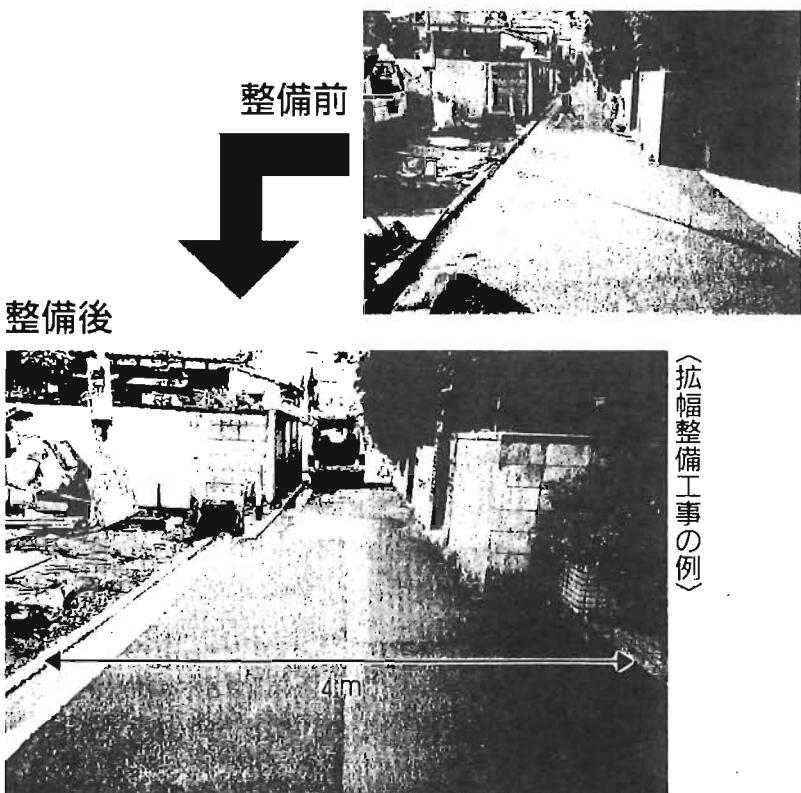
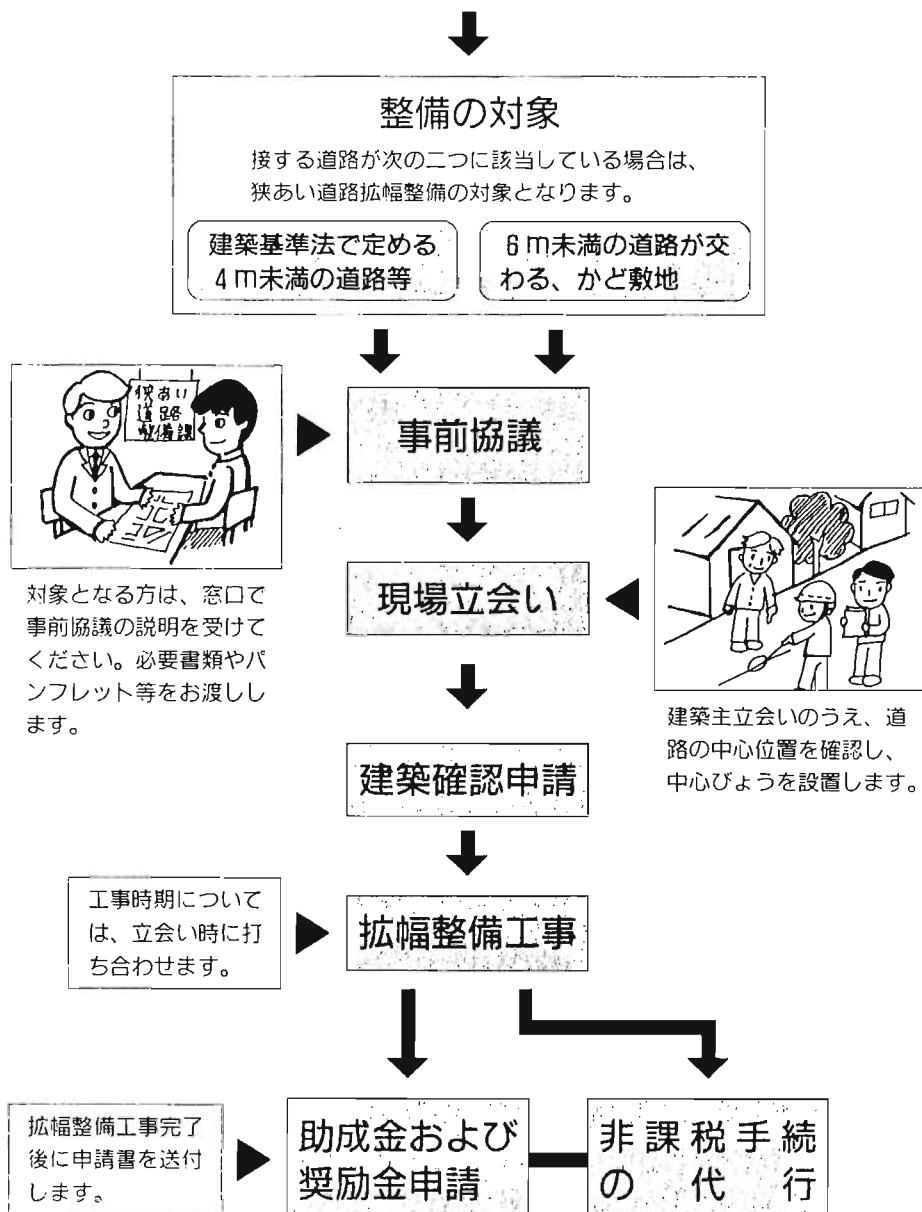
そこで、区ではそのような状況の解消を図り、昭和63年から「狭あい道路拡幅整備事業」を進めています。区民の皆さんのご協力により、これまでに豊島区全体の狭あい道路の約16%が拡幅整備されました。身近にある生活道路は、地域の共通財産です。「ゆとりある生活空間をめざす」あわいくらを進めるため、区民の皆さんのご理解ご協力をお願いします。

◆ 詳細…事前協議・助成金については推進係☎33981・4970、拡幅整備工事については整備係☎33981・0673

# ゆとりある生活空間を きずくまちづくり

## 狭い道路拡幅整備の流れ

建物を建てたい(増改築・塀の改修も含む)



# 健 康

Health

費用の記載がない事業は  
無料です

## 健康教室「こころと体のリフレッシュ」

①2月23日㈬ 健診結果の読み方と生活習慣病の話、歯周病は生活習慣病

②3月2日㈭ 運動って何、スマートに歩くストレッチ他（実技）◆講師…スマイルフィットネスセンター所長／小林真理子氏

③3月8日㈫ 自分の生活を振り返ってみよう（食事のバランスチェックほか）

①③は午後1時30分～3時30分 ②は午後1時15分～3時30分 池袋保健所◇60歳以下で3日間出席できる方。1年内に健康診断を受けた方◇20名 ◇申込み・詳細…当保健所成人担当保健婦へ☎3987-4174

## ことぶきの家 出張健康教室

①2月23日㈬ 午後2時～3時30分 駒込ことぶきの家◇転倒、寝たきり痴ほう予防◇高齢者および家族の方◇当日直接会場へ◇詳細…池袋保健所成人担当保健婦へ☎3987-4174

②2月25日㈮ 午後1時30分～3時 西池袋ことぶきの家◇栄養と料理◇高齢者および家族の方◇当日直接会場へ

◇詳細…池袋保健所栄養士☎3987-4361

## 呼吸器健康相談

2月24日㈭ 午前10時～11時30分 池袋保健所◇日常生活の注意と腹式呼吸の実技指導※希望者には血中酸素濃度や気管の狭さく状態の測定有り◆講師…元池袋保健所長／御簾納孝次郎氏◇呼吸器疾患をおもちの方◇20名◇申込み・詳細…公害保健係へ☎3987-4220

## 第5回長崎こころまつり

病気や障害をおもちの方が安心して暮らせるまちと一緒に考えます。

3月2日㈭ 午前10時～午後3時 長崎保健所◇講堂 午前の部／長崎地区の福祉団体等の活動報告、大正琴の演奏、人形狂言等。午後の部／手作り劇「こんなまちに住みたい」、フリューゲルと歌おう◇1階フロア 参加団体の皆さんのおづくり作品等の販売。軽食コーナー

## 官公署だより

## ●豊島税務署

所得税の確定申告と納税は3月15日までです

・申告書は自分で書きましょう

税務署では、確定申告書をご自分で正しく作成していただく「自書作成」を推進しています。記載方法のアドバイスも行っていますので、ご協力ください。

・申告書、納付書についてのお願い

用紙は税務署が送付したものを使い、折り曲げたり汚さないように注意して黒のボールペンで丁寧に書いてください。

なお添付書類は、申告書3枚目の提出用（乙）に添付してください。

◇詳細…当署☎3984-2171

## ●豊島都税事務所

2月は、固定資産税・都市計画税第4期分の納期です（23区内）

昨年6月に送付した納付書により、お近くの金融機関、郵便局または都税事務所で、2月29日までにお納めください。この税金は、便利な口座振替納税制度が

※販売は午前11時30分から◆主催…長崎こころまつり実行委員会◆詳細…当保健所健康推進課☎3957-1191

## 犬のしつけ教室

2月23日㈬ 午前10時～正午 長崎保健所講堂※車でのご来場や犬を連れての参加はご遠慮ください。

◆詳細…当保健所☎3957-1191

## 新米ママの育児学級

3月3日㈮ 午前10時30分～11時30分 長崎保健所◇リラックス子育て。親子で遊ぼう◆講師…子育てカウンセラー／山本勝美氏◇1歳児と保護者25組（先着順）◆申込み・詳細…長崎保健所健康推進課☎3957-1191

## アディクション（嗜癖）問題を考える

アルコール依存、薬物依存、摂食障害、ギャンブル依存、ショッピング依存などをアディクション（嗜癖）と言い、夫婦間暴力、子供の虐待、閉じこもり、家庭内暴力、いじめ等の問題とも深い関係があると言われています。

わたしたちの身近なところで起こっているこれらの問題について考えてみませんか。

3月6日㈪ 午後1時30分～3時30分 ◆講師…白峰クリニック医療ソーシャルワーカー／市川烈氏◆詳細…池袋保健所健康推進課☎3987-4174

## 新入学のお子さんの予防接種は

## お済みですか

小学生になると、BCGを始め、いろいろな予防接種が予定されています。今までの予防接種の接種期限は、いずれも90か月（7歳半）未満です。未接種のお子さんは、入学前に済ませましょう。

予防接種を受けるには、予診票が必要です。お持ちでない方は、管轄の保健所へご連絡ください。

◆詳細…池袋保健所健康推進課☎3987-4173、長崎保健所健康推進課☎3957-1191

91

## エイズ知ろう館

## みんなでエイズを語り合おう

エイズはひそかに確実に増えています。当館では、エイズ感染を防ぐために、正しい知識と理解を深めることができます。

◆資料…関係図書・ビデオ（貸出し可）、来館者の手づくり作品、文化祭等の発表資料、ボランティア団体機関誌ほか◆利用時間…月～金曜日。午前9時～午後5時

## エイズ検査と相談

保健所で匿名の検査・相談ができます。◆詳細…池袋保健所☎3987-4172、長崎保健所☎3957-1191

## 子ども事故予防センター

## チャイルドシートを展示しています

家庭内で起こる子どもの事故予防についてのパネルや事故予防用品等を展示しています。チャイルドシートも展示しています。

◆チャイルドシートは長崎保健所でも展示しています。

◆利用時間等…月～金曜日。午前9時～午後5時 池袋保健所2階

◆詳細…池袋保健所☎3987-4173

## わが家の健康

### いびきと 睡眠時無呼吸症候群

口の中を覗いてみましょう。肥満気味の人多いのですが、のどのスペースが狭く、のどを動かしても口蓋垂（のどびこ）がうまく上に挙がらない人がいます。また、舌や扁桃腺が邪魔になって、のどのつきあたりが見えにくい人がいます。このような人はいびきが強いことが多く、中には、いびきの最中にしばらく息が止まってしまうことがあります。睡眠の間に何度もこうした無呼吸を繰り返す、これが睡眠時無呼吸症候群と呼ばれる病気です。

息は10秒以上止まったままで、苦しくなって一過性の覚醒状態になります。なんとか息ができるようになります。まわりで聴いていると、とても苦しougですが、当の本人はあまり自覚症状は無く、時々寝苦しい時があるとか、睡眠がやや浅いといったこと

しか感じていないこともあります。睡眠中に無呼吸を繰り返すため低酸素状態になりますから、高血圧や狭心症、心筋梗塞など様々な障害を引き起こす可能性があります。さらに、睡眠不足で昼間に異常な眠気に襲われることがあり、交通事故の確率が数倍高いという統計データもあるほどです。

対策は、まず減量をはかることです。仰向けに寝ているといびきは強くなるので、横向きに寝る工夫も必要です。その上で、のどを広げる手術を行ったり、鼻から空気を送り込む装置を使用したり、色々な治療法が試みられていますが、最も簡単で安全な方法は、特殊なマウスピースを作って、寝ている間に舌が落ち込まないようにする方法です。

病気の診断や治療法の選択は耳鼻科や内科の医師が行っています。マウスピースは、支える歯の状態やあごへの負担を考慮する必要があります。歯科や口腔外科で作ります。医科と歯科が協力して治療にあたっている病気の一つでもあります。

（豊島区医師会提供）



## 特別地方消費税は3月31日で廃止します

ただし、一人1回あたりの飲食料金が7,500円を超える場合、および宿泊料金が15,000円を超える場合には、消費税・地方消費税（5%）が引き続き課税されます。

また飲食店、ホテル等を経営されている方は、帳簿は5年間、売上伝票等の書類は2年間の保存義務がありますので、ご注意ください。

◆詳細…当所☎3981-1211

## ●東京都立山吹高等学校

## 平成12年度前期生涯学習講座募集

◆受講期間…平日講座／4月下旬～1年間、土・日講座／4月下旬～半年間◆募集講座…パソコン・ワープロ・簿記・水泳・テニス等（全46講座）◆受講費用…1講座1,380～6,000円（教科書代、教材費等別途）◆定員…各講座20名程度※応募者多数の場合は抽選◆募集要項配布期間・募集期間…2月25日～3月7日 午後8時（必着）

◆申込み・詳細…当校☎5261-9771、テレホンサービス☎5261-9774

## ●財団法人東京都地域福祉財団 東京いきいきらいふ推進センター 初心者向け講演会＆バステル画体験教室

2月26日㈯ 午後1時30分～4時 当センター（飯田橋セントラルプラザ6階）◆講師…画家／伊藤朝彦氏◆これから何かを始めてみたい中高年の方、絵に興味のある方◆無料◆定員…100名（先着順）

◆申込み・詳細…電話またはファックスで当センターへ（月曜・祝日は休館）☎3235-1167、㈹3235-6238

## ●日本赤十字社／家庭介護教室

①M1コース 3月7・8・9・10日 ②M2コース 3月23・24・30・31日 ③④とも午前10時～午後4時 日本赤十字社東京都支部◆満15歳以上の方◆25名

※応募者多数の場合は抽選

◆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）で開催日の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

7

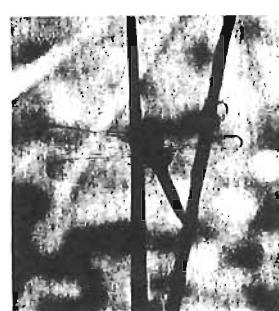
豊島区役所 ☎3981-1111 Ⓛ170-8422 豊島区東池袋1-18-1

私が小学生だったころの豊島区は、もう都市化してはいたが、自然は随分残っていた。昆虫は豊富で、男の子たちはその捕獲に夢中になつた。夏の私たちの楽しみはセミとりであり、トンボとりであった。今でもミンミンとアブラ岬はたくさんいるが、カナカナ、つくづくぼうし、ニイニイ蝶はまず聴くことができない。ミンミンだけは昔より増えた気がするが、統計的な根拠がないので何とも言えないと。當時はセミとりは、細い竹

つける。粘着力は強力で絶対

か。背中にベタッと蟬に近づけ、細い竹である。これをそっと鳴いているのは、ギンチャンオツである。ギンチャンオツである。

この記事は、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。



(自由学園学園長)

## わたしの 豊島紀行

&lt;185&gt;

羽仁  
翫  
②

竿の先につけた鳥もちで取るのが一番普通であった。鳥も

対策は、捕虫網で捕まえる

ことであったが、これは柄が短かく、竿を過ぎ足さなくてはならない面倒があった。

鳥もちではトンボも大いに

とつた。当時は、私の家のあ

たりには、今もいるムギワラ

トンボやシオカラトンボに加えて、ギンヤンマやオニヤン

マがごまんといしたものであ

る。またキラキラ光る玉虫やカ

ミキリ虫、そしてジグゼ

ので、私たちには目を輝かし

てこれを追つたものである。

これまで珍らしかった。

ドブが無くなり、空地の水

たまりや池が無くなり、蚊も

いなくなつた代りに、ギンモ

チヤンもオニヤンマもいなく

なつてしまつた。

(自由学園学園長)

## イベント情報 Event

費用の記載がない事項は無料です

### 暮らしを見つめるグループ 調査研究発表会

2月24日(木) 午前10時～午後4時30分 生活産業プラザ多目的ホール  
①菜の花／「食」～有機から循環型社会へ  
②としま・あんふあんて／産んだ人から産む人へ  
③A・T・G／中学生のくらし  
④元気な豊島の会／地域で福祉活動を続けているグループ一覧表づくり  
⑤詳細…消費生活係☎5992-7015

### 酒田園域観光と物産展

2月26日㈯・27日㈰ 午前10時～午後7時(27日は午後6時まで) サンシャインシティ地下1階噴水広場  
都市「山形県遊佐町」を含む酒田園域1市6町の特産品・名産品の即売および観光PR  
⑥詳細…観光主査☎5992-7016

### 第5回豊島子どもフォーラム

2月27日㈰ 午後4時45分～4時30分 エポック100地域の子育てトーク  
⑦300円(保育有り)(希望者は要予約)  
先着20名) 500円(申込み…つくしんほ  
保育園☎3949-7323) 詳細…子育て支援  
課管理係☎3981-2109

### 家庭教育推進員学習発表会 「家族～それぞれの役割」

3月10日(金) 午前9時30分～11時30分  
区民センター○家庭教育に関するテーマについて学習し、PTAや地域に活かすことを目的として活動している方々が発表します※保育有り(2歳以上就学前)  
2月29日までに電話予約  
⑧詳細…社会教育係☎3981-1189

### ひとり親家族の親子日帰りバス旅行

3月26日(日) 午前7時45分～午後5時30分 横浜動物園ズーラシア  
区内在住のひとり親家庭の母と子(高校生まで可)、おとな・高校生 1人1,000円、3歳～中学生 1人500円(傷害保険付、入園料・昼食は会で負担) ⑨70名※申込多数の場合は抽選(主催…豊島区・ゆたか会(豊島区母子福祉会) 申込み…往復はがき(8面はがき記入例参照) 参加者全員について記入) で、2月29日(必着)までに「子育て支援課児童給付係 気付 ゆたか会」へ※3月4日抽選、結果発送  
⑩詳細…当係☎3981-1437

## ふれあいガイド Circle

この欄は、区民の皆さんの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。

①掲載対象…区内在住・在勤の方が主催し、原則として区内の公的施設を利用して行う自主サークル活動△掲載できないもの…②営利目的のもの③売名行為に類するもの④政治、宗教に関するもの⑤特定個人を中傷するもの⑥原則として、会費が1回あたり1,500円、月額5,000円を超えるもの△掲載申込方法…所定の申込用紙に記入のうえ、サークルの会員名簿を添付して(社会教育関係団体登録済の団体は、名簿の代りに登録番号を明記)、広報課へ△掲載時期…申込順。掲載月の指定はできません。掲載は年1回。一度掲載されたと次回は1年後以降になります。

### ●ペン習字「万年青会」

毎月第1・3木曜日 午前10時～正午 青年館△どなたでも△入会金1,000円、月額3,000円(誌代・雑費含む)△連絡先…池田☎3973-6690

### ●「池袋詩吟同好会」

毎月第1～3水曜日 午後1時～3時30分 青年館△どなたでも△月額2,000円△連絡先…江口☎3973-5771

### ●「豊島詩吟同好会」

毎月第1～3木曜日 午後1時～5時 青年館△どなたでも△月額2,000円△連絡先…角田☎3918-6600

### ●水彩・油彩・鉛筆画「城北美術会」

月4回金曜日 午後6時30分～8時30分 南大塚社会教育会館△どなたでも△入会金1,000円、月額2,300円△連絡先…木崎☎3918-5666

### ●話し方「エンジョイHHD」

毎月第2・4土曜日 午後2時～4時 勤労青少年センター△どなたでも△月額2,000円△連絡先…高野☎3983-2266(午後7時以降)

### ●ヨガ「リフレッシュの会」

毎月第2・3水曜日 午後3時～4時 区民センター△どなたでも△月額1,000円△連絡先…小山田☎3988-3356

### ●水泳「スイートピー」

毎週月曜日 午後1時30分～3時30分 雑司が谷温水プール△どなたでも△入会金1,000円、1回1,000円および事務費月額500円△連絡先…長嶺☎3984-8018

## ニュースファイル



### 公開講演会

#### 「北京会議から女性2000年会議へ」が開催されました

1月22日㈯午後1時30分から、エポック10で、前総理府男女共同参画室長の名取はにわ氏を講師に招いて開催されました。

名取氏は北京会議や男女共同参画社会基本法成立までの長い道のりとエピソード、そして今年6月ニューヨーク国連本部で開催される女性2000年会議への展望を語りました。

会議には都内だけでなく他県からも、男性を含む70名が訪れました。

## イベント情報 Event

(7面から続く)

ためになるシリーズ「知っていますか? 遺伝子組み換え作物」

3月31日(金)(日曜日を除く)まで 午前10時~午後5時 生活産業プラザ図書  
・情報コーナー  
△詳細…当プラザ☎5992-7020

**男女平等推進センター「エポック10」開館記念事業(エポック10まつり)の実行委員を募集します**

6月17・18日(予定)に開催する事業の実行委員を募集します。平成4年6月に男女共同参画社会実現のための活動の拠点としてエポック10が開館したことを記念し、年1回区民の方と共に実行委員会に全回出席できる方△実行委員会日程…2月26日、5月27日までの毎月第2・4土曜日(各回とも午前)△若干名  
△申込み…申込書(当施設で配付)を2月22日までに窓口へ※結果は2月25日に連絡します。

△詳細…エポック10☎5954-1015

## 講演・講習

### 街づくり大学公開講座

3月18日(土)午後1時15分から 区民センター文化ホール①基調講演△講師…(財)ハウジングアンドコミュニティ財団プログラムオフィサー／吉野裕之氏②シンボジウム「みんながいきいきくらせる街～新しい街づくりに向けて」△司会…都市計画コンサルタント／吉川仁氏③パネラー…都市計画コンサルタント／菊野健一郎氏、立教地区協議会／餅田卓敏氏、染井地区お庭クラブ運営委員会／ハ木佐枝子氏、街づくり大学卒業生／梁瀬健二郎氏△申込み・詳細…3月15日までに街づくり公社へ☎3981-1672、☎5992-6099、Eメールmimizku@t.toshima.ne.jp  
※街づくりに対する声もお寄せください。当日紹介します。

### マンション管理セミナー

①2月29日(火)△「分譲マンションにかかる法律入門」△講師…弁護士／篠原みち子氏②3月1日(水)△「長期修繕計画と修繕積立金」△講師…有建物診断センター代表／沢田博一氏③3月7日(火)△「快適なマンションライフのために」～管理組合・管理委託等～△講師…集合住宅管理組合センター事務局長／有馬百江氏いずれも午後1時30分～4時 生活産業プラザ△管理組合役員、オーナー・居住者等の方△80名△共催…豊島区・(財)豊島区街づくり公社※各テーマに関する質問事項は各開催日の10日前までに窓口でお寄せください。

△申込み・詳細…当公社事業推進課へ☎5992-3329、☎5992-6099

## 図書館

### 中央図書館 こどもえいがかい

2月19日(土)午後2時から 視聴覚ホール△「森のはずれ～シャックリの冒険」(24分)、「ムーミン～ゆめ・ゆめ・ゆめ」(25分)△約70名  
△詳細…サービス係☎3983-7861

### 目白図書館 映画会

2月19日(土)午後1時30分から△「わが愛の譜～滝廉太郎物語」(123分)  
△60名△詳細…当館☎3950-7121

### 目白図書館 こどもシアター

2月23日(水)午後3時から 目白第一区民集会室(当館地下)△「雪渡り」△60名(先着順)  
△詳細…当館☎3950-7121

### 巣鴨図書館 すがも子ども映画会

2月23日(水)午後3時から△「ムーミン～落ちてきた星の子」(25分)、「うかれバイオリン」(20分)△100名△詳細…当館☎3910-3608

### 雑司が谷図書館 こどもムービー

2月26日(土)午後2時から 千登世橋教育文化センター多目的ホール△「だるまちゃんとうさぎちゃん」(15分)、「よっちゃんの不思議なクレヨン」(22分)△100名(先着順)△詳細…当館☎3590-1254

## スポーツ

### 雑司が谷体育館スポーツ教室

①バドミントン教室  
4月5日～5月24日 毎週水曜日(全7回)午後6時30分～8時30分△2,100円△40名

### ②月曜エアロビクス教室

4月3日～5月22日 每週月曜日(全7回)午後7時～8時30分△2,100円△35名  
③火曜エアロビクス教室

4月4日～5月16日 每週火曜日(全7回)午後7時～8時30分△2,100円△35名

### ④健康体操教室

4月4日～5月16日 每週火曜日(全7回)午前10時～11時30分△2,100円△35名

### ⑤火曜水泳教室

4月4日～5月16日 每週火曜日(全7回)午前10時～正午△3,500円△60名

### ⑥木曜水泳教室

4月6日～5月25日 每週木曜日(全7回)午後6時30分～8時30分△3,500円△60名

### ⑦金曜水泳教室

4月7日～5月26日 每週金曜日(全7回)午前10時～正午△3,500円△60名

### ⑧小学生水泳教室

4月5日～5月24日 每週水曜日(全7回)午後4時～6時△1,400円△60名

△①～⑦18才以上の区内在住・在勤の方(⑧は区内在住・在学の小学生)△申込

…往復はがき(はがき記入例参照。在勤の方は勤務先と所在地も記入)で3月3日(消印有効)までに「〒171-0032

雑司が谷3-1-7 千登世橋教育文化セ

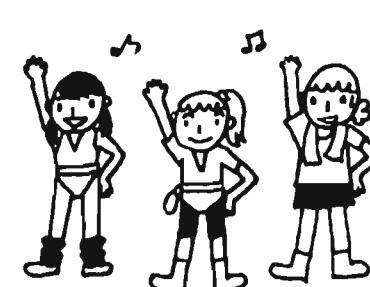
ンター雑司が谷体育館」へ※応募多数の

場合は抽選。同一教室に一人2通以上の

申込みは無効。

※病気、疾患または体調に不安のある方はお申し出ください。

△詳細…当館☎3590-1254



## コミュニティ振興公社

### △申込み・詳細…としまコミュニティケットセンターへ☎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)

### 新星日響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 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△ピアソラ/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)

### 第12回池袋演劇祭 参加劇団募集

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るれば可)②審査員その他合計12名分の招待券を用意できること△賞

金…大賞(300,000円/1本)、優秀賞(150,000円/2本)、豊島区長賞(50,000円/1本)、審査会特別賞(50,000円/1本)、特別賞△募集締切…4月14日、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日まで、それぞれ必着(郵送・ファックスどちらでも可)  
△資料の請求・詳細…豊島区舞台芸術振興会☎3985-0960

## 社会福祉協議会

### ひろげよう地域の輪

### リボンサービス

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らしていくように地域で支え合う、有料の会員制在宅福祉サービスです。

### サービスの内容

・家事援助、外出介助、簡単な介護、話し相手、留守番など。

・緊急対応(会員でなくても対応します)

### 利用会員

△対象…区内在住で日常生活にお困りの高齢の方、障害をおもちの方、ひとり親家庭の方、妊婦の方など

△会費…年額1,000円

△サービス時間と利用料…①平日の午前9時～午後5時 1時間700円②早朝、夜間、日曜日、祝日、年末年始、1時間875円

△支払…本人の郵便貯金口座から自動引き落とし。

### 協力会員

△対象…18歳以上で在宅福祉に理解のある方

△会費…無料

△サービス提供時間と謝礼金…①平日の午前9時～午後5時 1時間700円②早朝、夜間、日曜日、祝日、年末年始 1時間875円

△謝礼金の受取…本人の郵便貯金口座へ振り込み。

△時間預託制度…謝礼金を受け取る代わりに、協力した時間を蓄えておき、将来本人や家族がサービスを受けるときに利用できます。

△保険…活動中の事故等によるけがや物品等の破損に備えて「在宅サービス保障

保険」に加入。保険料は、社会福祉協議会が負担。

△研修制度…活動を始める前に入門と実技の研修を行います。

### 賛助会員

△対象…この事業の趣旨に賛同し、経済的に援助してくださる方

△会費…年額1口1,000円

### 協力会員募集説明会

2月23日(水)午後2時～4時 千早社会教育会館

△申込み・詳細…在宅福祉サービス係へ☎3981-9250

### 平成11年度赤い羽根共同募金運動

ご協力ありがとうございました

△募金総額/12,394,433円(内訳 地区

募金/12,387,000円、一般募金/7,433円)

募金は、東京都共同募金会を通じて、①区内の高齢者施設・障害者作業所等の整備事業②区内の無認可保育園の遊具等整備事業③区内各町会の地域における福祉活動推進④社会福祉協議会の地域福祉推進事業にそれぞれ配分され、有効に利用されます。

△詳細…社会福祉協議会☎3981-2930

## 募 集

### 保育所調理員(非常勤)

△本年4月1日現在、20歳以上50歳未満で次のいずれかに該当する方①調理師または栄養士の資格を有する②調理師法第3条第1項第2号に規定する施設または営業で1年以上調理の業務に従事した△職務内容…保育所での調理業務△雇用期間…4月1日～平成13年3月31日(更新制度有り)△月21日勤務1日6～7時間(ただし、1ヶ月の勤務時間は128時間)△月額208,300円(社会保険料、交通費を含む)△若干名△選考…2月24日(面接)△申込み…2月16～21日(土・日曜を除く)履歴書(写真貼付)と資格を確認できる書類(写し可)を、児童女性部管理課へ必ず本人が持参(郵送不可)。

☎3981-2019

### 短時間保育ヘルパー(非常勤)

△本年4月1日現在、20歳以上50歳未満の方で保育士(保母)の資格を有する方△職務内容…保育所での乳幼児保育△雇用期間…4月1日～平成13年3月31日(更新制度有り)△月13日(原則として午後4時～8時までの4時間)△報酬…月額89,400円(交通費を含む)△若干名△選考…2月25日午前(面接)△申込み…2月16～21日(土・日曜を除く)履歴書(写真貼付)と資格を確認できる書類(写し可)を、児童女性部管理課へ必ず本人が持参(郵送不可)。

## 休 館

### 西部地区リサイクルルーム

移転のため、28日から休館します。4月以降、西部区民事務所(旧平和小)2階で再開する予定です。

△詳細…リサイクル事業課事業係☎3981-1602

はがき記入例	
返信 往復 はがき 利用 名の 場合 記入	はがきの裏
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	