としま
文化フォーラム
2006年度(第1期)としま未来へ
文化の風薫る
まちをめざして

「としま文化フォーラム」では、毎回各分野の第一線で活躍する文化人を講師に招いて、講演会を開催しています。「文化の担い手」となる皆さんのが参加をお待ちしています。

- 開催日時・講師など…下表のとおり
- 会場…東京芸術劇場 5階大会議室

塾長…東京芸術劇場館長／小田島雄志
副塾長…豊島区長／高野之夫
顧問…東京都写真美術館館長／福原義春

<開催日時・講師など>

開催日	時間	講師
第1回 5月24日(水)		小田島雄志氏 (東京芸術劇場館長)
第2回 6月7日(水)	午後6時30分 ～8時30分 (午後6時開場)	天野祐吉氏 (コラムニスト・童話作家)
第3回 6月21日(水)		石井好子氏 (歌手)
第4回 7月5日(水)		河合隼雄氏 (文化庁長官)
第5回 7月19日(水)		長友啓典氏 (アートディレクター)

EM
700
3981-3069
toshima.tokyo.jp

① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
① 〒住所
② 氏名
③ 電話番号
④ 年齢
⑤ 学校名を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。※
ファックス Eメールも可。
◆主催…としま文化フォーラム
実行委員会(豊島区・財としま文化芸術財団・東京芸術劇場)

◇対象…どなたでも可。
◇定員…120人
◇受講料…1万円、学生の方は7千円(全5回分)※第1回受講日に会場で納入。

◇申込み…往復はがきに「としま文化フォーラム2006年度第1期受講希望」と明記の上、

載を記入の上、「〒170-8422 東池袋1の1 文化芸術係」へ。

75歳からの介護予防大作戦!

75歳が見えてきたらそろ
そろ「介護予防」を始め
てみましょう。

基本的に介護予防が必要と判定された方が参加可能な事業

(介護保険の認定を受けていない方)

高齢者マシントレーニング

高齢者用トレーニングマシンを使用して個別プログラムにもとづく運動を行います。マシンに座って行うため、転倒などの危険性が少なく、トレーニングによって筋力、筋持久力、柔軟性が高まり、日常生活の活動範囲が広がります。

会場	日程・時間
池袋スポーツセンター (上池袋2-5-1 健康プラザとしま10階)	5月9日から 毎週火・木曜日 午後2時15分～3時45分 1月9日から 毎週火・木曜日 午後2時15分～3時45分
(株)デサント 東京オフィス (目白1-4-8)	8月19日から 毎週水・土曜日 午前10時～11時30分
(株)ピーウォッシュ (長崎5-1-23)	10月4日から 毎週水・土曜日 午前9時～10時30分

◇期間など…約3か月 週2回

◇費用…7,200円 (3か月分)

■各地域包括支援センターへ

認知症予防グループ活動

旅行などの余暇活動と運動を行うグループ活動を通じて、認知症予防をめざしています。

会場	日程・時間
池袋本町ことぶきの家	6月6日から 毎週火曜日 午後1時30分～3時
巣鴨分庁舎	6月15日から 毎週木曜日 午後1時30分～3時
長崎ことぶきの家	9月1日から 每週金曜日 午後1時30分～3時
山吹の里 (高田3-37-17)	9月7日から 毎週木曜日 午後1時30分～3時

◇期間など…約6か月 週1回

◇費用…7,200円 (6か月分)

※その他、食材費や旅行代など実費が必要です。

■介護予防担当係 ☎3981-1564

脳イキイキ教室

簡単な読み書き計算をすることで、脳を活性化し認知症（痴ほう）の予防をめざします。

会場	日程・時間
菊かおる園 (西巣鴨2-30-19)	6月2日から 毎週金曜日の午前中
アトリエ村 (長崎4-23-1)	9月14日から 毎週木曜日の午前中

◇期間など…約6か月 週1回 毎回30分程度

◇費用…1,575円 (1か月／教材費)

※その他、お茶代など実費が必要です。

■介護予防担当係 ☎3981-1564

若さを保つすこやか栄養教室

若さを保つ栄養の取り方を学び、だれでもできる簡単料理をみんなで作ります。

会場	日程・時間
生活産業プラザ	6月6日から 毎週火曜日 午前10時～11時30分
巣鴨分庁舎	8月22日から 毎週火曜日 午後1時30分～3時
千早地域文化創造館	10月10日から 毎週火曜日 午前10時～11時30分
山吹の里 (高田3-37-17)	1月9日から 毎週火曜日 午前10時30分～正午

◇期間など…約3か月 週1回

◇費用…3,600円 (3か月分) ※その他、食材費など実費が必要です。

■介護予防担当係 ☎3981-1564

介護予防まるごと講座

介護予防に必要な運動や栄養改善、お口の中のケアなどについて、まるごと知ることができる講座です。

会場	日程・時間
山吹の里 (高田3-37-17)	5月12日から 毎週金曜日 午後1時30分～3時
ゆたか苑 (長崎3-26-4)	6月2日から 毎週金曜日 午後1時30分～3時
巣鴨分庁舎	8月1日から 毎週火曜日 午前10時～11時30分
さわやかケアポートとしま (北大塚1-12-15)	10月5日から 毎週木曜日 午後2時30分～4時
区民ひろば朝日	11月17日から 毎週金曜日 午後1時30分～3時
区民ひろば南池袋 (旧高齢者福祉センター)	1月10日から 毎週水曜日 午前10時～11時30分

◇期間など…約2か月 週1回

◇費用…2,400円 (2か月分)

■各地域包括支援センターへ

筋力アップ教室(らくらくコース)

簡単な用具を使い、足腰の筋力アップを目指して、転倒予防体操を行います。

会場	日程・時間
アトリエ村(長崎4-23-1)	5月15日から 毎週月曜日 午後2時～3時30分
生活産業プラザ	6月14日から 毎週水曜日 午前10時～11時30分
長崎健康相談所	9月6日から 毎週水曜日 午前9時30分～11時
菊かおる園 (西巣鴨2-30-19)	10月2日から 毎週月曜日 午後2時～3時30分
区民ひろば巣鴨 (旧南大塚ことぶきの家)	12月5日から 毎週火曜日 午後1時30分～3時
区民ひろば高南第一 (旧高田ことぶきの家)	12月18日から 毎週月曜日 午後1時30分～3時

◇期間など…約3か月 週1回

◇費用…3,600円 (3か月分)

■各地域包括支援センターへ

筋力アップ教室(はつらつコース)

毎日を元気に過ごせるように、筋力や身体機能の向上を目指し、自宅でも継続してできる運動習慣を身につけます。

会場	日程・時間
区民ひろばさくら第一 (旧南長崎第二ことぶきの家)	4月24日から 毎週月曜日 午前10時～11時30分
長崎ことぶきの家	4月25日から 毎週火曜日 午前10時～11時30分
巣鴨ことぶきの家	4月27日から 毎週木曜日 午前10時～11時30分
東池袋ことぶきの家	4月28日から 毎週金曜日 午前10時～11時30分
区民ひろば高松 (旧高松児童館)	4月28日から 毎週金曜日 午後1時30分～3時
池袋本町ことぶきの家	9月11日から 毎週月曜日 午前10時～11時30分
区民ひろば西巣鴨 (旧西巣鴨ことぶきの家)	9月27日から 毎週水曜日 午後1時30分～3時
駒込ことぶきの家	9月29日から 毎週金曜日 午前10時～11時30分
区民ひろば富士見台 (旧南長崎第一ことぶきの家)	9月29日から 毎週金曜日 午後1時30分～3時
上池袋ことぶきの家	10月3日から 毎週火曜日 午前10時～11時30分
要町ことぶきの家	10月3日から 毎週火曜日 午後1時30分～3時
池袋ことぶきの家	10月5日から 每週木曜日 午前10時～11時30分

◇期間など…約6か月 週1回

◇費用…7,200円 (6か月分)

■介護予防担当係 ☎3981-1564

介護が必要となる前の、介護予防事業（地域支援事業）のご案内です。

いつまでも、生き生きと自分らしく暮らしたいという願いは、だれもが考えることです。しかし介護状態にならない健康寿命を延ばすためには、単に病気の予防だけでなく、日常生活を支える体（筋力）と脳（知力）の老化を予防することが必要なのです。これを「介護予防」と言います。豊島区では、地域で介護予防をすすめにくために様々な事業を行っています。

問 介護予防担当係 ☎3981-1564

いつまでもイキイキ生活

疾病（生活習慣病）の予防
ガンや心臓、脳血管などの疾患も予防することが大切です。

老化の予防も必要です！

- ◆つまずいて転びやすくなっていますか？
- ◆物忘れがひどくなっていますか？

高齢期を迎えた
これだけでは介護予防と言えません！

虚弱

転倒

低栄養

軽認知症

介護予防のしくみ が変わります

介護保険料が改正され、介護予防を重視したサービス体系になりました。

●要介護1～5の方

介護保険の介護サービス（従来の介護給付）を利用いただけます。

●要支援1・2の方

介護保険の介護予防サービス（新予防給付）を利用いただけます。

●非該当の方

介護保険の対象ではありませんが、「要支援・要介護状態になる危険性が高いと判定される方」は介護予防事業の対象者となります。

要介護認定

介護を必要とする度合が認定されます

要介護5
要介護4
要介護3
要介護2
要介護1
要支援2
要支援1

非該当

としま・おたっしゃ
相談などで簡単に心
身の状況を把握しま
す

判 定

●今すぐ介護予防が必要ではないと判定されたが、なにか始めたいという方

参加していただける、いろいろな事業（行政、民間問わず）の情報をお伝えします。

●介護予防が必要と判定された方

地域包括支援センターの職員がお宅に訪問し相談のうえ、自立を支える「おたっしゃプラン」を作ります。

まずは、 自分の身体の状態を確かめましょう

方法その1 「としま・おたっしゃ相談」 を受けましょう。

簡単な体力測定と質問により、老化のサイン（転びやすい・物忘れなど）を早期に発見します。その結果により、老化による体力の低下を改善したり予防したりする、あなたにピッタリの介護予防事業を紹介します。

方法その2 「高齢者基本健康診査」 を受けましょう。

「高齢者基本健康診査」の中にも、18年度から、介護予防が必要かどうかの判定をする項目が入ります。生活習慣病予防のためにも、介護予防のためにも、是非受診しましょう。

方法その3

「地域包括支援センター」 へご相談ください。

18年4月に新たに開設された「地域包括支援センター」では、介護予防などに関するご相談もお受けします。

名 称	担 当 区 域	電 話・所 在 地
中央保健福祉センター	北大塚3丁目、上池袋1～4丁目、東池袋1～5丁目	☎3981-1965 東池袋1-39-2
ふくろうの杜地域包括支援センター	南池袋1～4丁目、雑司ヶ谷1～3丁目、高田1～3丁目、自白1・2丁目	☎5958-1208 南池袋3-7-8
豊島区医師会地域包括支援センター	池袋3丁目、西池袋1～5丁目、自白3～5丁目	☎3986-3993 池袋3-30-8 (8月移転予定)
いけよんの郷地域包括支援センター	池袋本町1～4丁目、池袋1・2・4丁目	☎3986-0917 池袋4-25-10
東部保健福祉センター	巣鴨1・2丁目、駒込1～7丁目、南大塚1～3丁目	☎3946-2511 南大塚2-36-2
菊かおる園地域包括支援センター	巣鴨3～5丁目、西巣鴨1～4丁目、北大塚1・2丁目	☎3576-2245 西巣鴨2-30-19
西部保健福祉センター	長崎1丁目、千早1～4丁目、要町1～3丁目、千川1・2丁目、高松1～3丁目	☎3974-5531 要町1-5-1
アトリエ村地域包括支援センター	南長崎1～6丁目、長崎2～6丁目	☎5965-3415 長崎4-23-1

65歳以上の方へ

(平成18年度)の申請受付が始まりました

生活に困窮し、保険料の納付が困難な方で次の①～⑥のすべてに該当すると思われる方は、当係に必要書類などを確認のうえ、申請してください。

なお、対象所得段階の変更、収入・預貯金についての要件の見直し・緩和を行っています。

※前年度に申請した方で、今年度も該当する方は改めて申請が必要です。

①平成18年度住民税が世帯全員非課税となる予定で、保険料所得段階が第1段階（生活保護受給者を除く）、第3段階に該当する見込みの方

※税の申告が済んでない方は、先に申告を済ませてください。

②平成17年中の世帯の収入、現在の世帯の預貯金などが別表の基準額以下である

③ご本人および世帯員が現に居住している自宅以外の不動産を持つていない

※同一住所、同一敷地内に三親等以内の親族が住んでいる場合や電気、ガス、水道料金などを負担しあっている場合は、同一の世帯とみなします。また、介護保険施設に入所している場合は、入所前の世帯でみます。

④住民税課税者と生計が同一でない。

⑤住民税課税者の扶養となつてない。

⑥保険料に未納がない

※但し未納がある場合は計画的に納付を行うことができる方

◇減額内容：第1段階（生活保

護受給者を除く）の方は、第1段階の半額、第3段階の方は、第2段階の保険料額に減額

◇申請：各月分の納期限の7日前までに保険料賦課係へ。

ご注意ください

昨年度までの旧第2段階は、所得段階の見直しにより、平成18年度より（新）第2段階と（新）第3段階に細分化されました。税の申告の結果、ことから特例減額の対象となりません。

なお、平成18年度の（新）所得段階の詳細は、4月5日号の広報とともに掲載しています。

（新）第2段階に該当する方は、保険料額が（新）第1段階の保険料と同額まで軽減となることから特例減額の対象となりません。

昨年度、区立の全小学校五年生に英語活動を導入し、その全ての授業に外国语指導助手（英語を母語とする外国人）を派遣しました。今年度からは、英語活動を小学校の三年生から導入することとし、小学校三年生は、年間25時間、五年生は、年間20時間、五年生は、年間25時間、外国语指導助手を派遣します。

国際化が進展する今、子どもたちに日本人としての自觉や主体的に生きていくための必要な資質や能力を育成することが求められています。特に、将来的社会で活躍する子どもたちには、これまで以上に様々な人々とあたたかい人間関係をはぐくみ、互いに尊重しあって生きていく能力や態度を身に付けることが必要です。そのためには、自分の考え方を相手に伝え、相手

の回りの世話や育児などのお手伝いをします。

◇対象：区内在住で出産前後の女性。および1歳までの乳児を養育している家庭で、ほかに家族などの介助者がいない方。

◇利用者負担金：1時間900円（減免制度あり）

☎ 5980-5275
【問】東部子ども家庭支援センター

◇利用日など：年末年始を除く毎日午前8時～午後7時の時間帯で、1回2時間以上4時間以内（1時間単位）

※1回の妊娠につき30時間（多胎児出産の場合は60時間）まで利用できます。

◇開催日など：5月18日(木)午後2時から

※前日までに申込みが必要です。

◇管理調整課計画推進担当係

☎ 3981-1356

◇会場：区民ひろば富士見台（旧南長崎第一ことぶきの家）

◇事前の申込みは不要です。当

日、直接会場へお越しください。

◇日時：4月27日(木)午後7時～8時30分

【問】地域区民ひろば推進担当係

☎ 3981-1479

◇登録した団体を対象に利用を受け付けます。

◇地域区民ひろば推進担当係

☎ 3981-1479

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇新しい申込み先電話番号：

☎ 5396-9363

※祝日の利用ができるようにな

りました。

◇障害者施設支援係

☎ 3981-4623

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇新しい申込み先電話番号：

☎ 5396-9363

※祝日の利用ができるようにな

りました。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

◇費用：1企業（個人事業主）につき3千円

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇実施日：毎週土曜日午後1時30分～3時

【問】立教大学池袋キャンパス5号館※相談の回答は、翌週の土曜日になります。

◇相談予約受付：月～土曜日午後0時20分～午後1時

【問】立教大学学生法律相談室

☎ 3985-2914～

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇融資係

☎ 3999-27013

ホーム（さくらんぼ内）の利用申込みは、福祉ホーム（さくらんぼの指定管理者「社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会」が受け付けをします。

◇面談回数：3回程度

健康

費用の記載がない事業は無料です

◆がん検診を実施しています

～受診は同一年度内に1回のみです。

①胃がん検診・大腸がん検診

◇通年で実施しています◇対象…区内在住の30歳以上の方（昭和52年3月31日以前に生まれた方）◇検査内容…胃がん検診（豊島健康診査センター）／胃部エックス線撮影、大腸がん検診／便潜血反応検査※採便容器を送付しますので、自宅で採便後、指定の検体受付医療機関へ提出してください。

②肺がん検診

◇4月～1月に実施しています（申込みは11月30日まで）◇対象…区内在住の40歳以上の方（昭和42年3月31日以前に生まれた方）◇場所…豊島健康診査センター◇検査内容…問診、胸部エックス線撮影、胸部CT検査、かくたん検査※かくたん検査は、50歳以上で一定の条件に該当する方のみ◇1,000円※受診時にお支払いください。生活保護受給中の方は免除されます（生活保護受給証明書を受診時に持参）

◆複数の検診の申込みができます。はがき（8面はがき記入例参照。生年月日も記入）で「地域保健課」（あて先上部欄外参照）へ※ファクス、直接当課窓口、電子申請（豊島区ホームページ）も可。受付後に胃がん検診・肺がん検診は日時指定の受診券を送付します。

問保健事業係 ☎3987-4660、☎3987-4178
◆呼吸器健康講座

「自律訓練法で心と体をリラックス」

4月25日(火) 午後2～4時 池袋保健所◇講義と実技◇講師…日大板橋病院心療内科／松野俊夫氏◇30名※要予約

問公害保健係 ☎3987-4220

◆これからママになる方へ

「簡単メニューを作って食べよう」

4月26日(水) 午前10時～正午 長崎健診相談所◇妊婦の方8名※要予約。先着順◇材料費実費（300円程度）◇持物…エプロン・三角巾・手ふき。

問当所 ☎3957-1191

◆食育サポート in 長崎

「いっしょに手作りしませんか」

5月12日(金) 午後1時30分～3時 長崎健康相談所◇餃子を作つて食べよう◇幼児と保護者◇8組要予約。先着順◇250円

問当所 ☎3957-1191

◆骨密度測定とミニ教室

5月22日(月) 午前9時30分～11時30分の内1時間程度 長崎健康相談所◇骨密度測定、骨に関する運動、栄養の知識を学ぶ◇区内在住で20歳以上の方◇25名※要予約。先着順◇節目健康診査該当年齢の方と以前に当所で測定を受けた方はご遠慮ください。

問当所 ☎3957-1191

◆離乳食講習会

5月23日(火) 午後1時30分～3時 長崎健康相談所◇口の機能の発達と離乳食の進め方◇3～15か月の赤ちゃんと保護者◇20組※要予約。先着順。

問当所 ☎3957-1191



◆平成18年度「豊島区食品衛生監視指導計画」を策定しました

本紙などでお知らせした計画（案）について、皆さんから寄せられたご意見を参考にし策定しました。

計画の全文は、池袋保健所生活衛生課、区ホームページ（アドレス1面上部参照）で閲覧できます。また、お寄せいただいたご意見およびご意見に対する区の考え方は、区ホームページに掲載しています。

問生活衛生課 ☎3987-4177



行楽シーズンです

お弁当の食中毒などに注意しましょう

家族旅行や子どもの遠足など楽しい行事の季節です。持参するお弁当の食中毒を防ぐため、次のことについて注意しましょう。

◎手をよく洗いましょう

調理前にはよく手を洗いましょう。特に用便後の手洗いは十分に行いましょう。また、生肉、魚、卵を取り扱った後も手を洗うようにしましょう。さらに、おにぎりをつくるときは、ラップなどを使ってにぎり、直接手を触れないように心掛けましょう。

◎食品を十分に加熱しましょう

おかずは十分に加熱し、よく冷ましてから容器に詰めるようにしましょう。残り物の利用や、作り置きはやめましょう。

◎涼しいところに保管しましょう

直射日光のあたる車の窓際や、熱いトランクの中などに置かないように気をつけましょう。

◎有毒植物の誤食に気をつけましょう

アウトドアで見つけた山菜を、素人判断で調理して食べることは大変危険です。

問生活衛生課 ☎3987-4177

…各申込み期間中（土・日曜日を除く）に、豊島区住宅課、区民事務所、東部・西部保健福祉センター、当公社池袋窓口センター（池袋2-14-4 池袋西口スカイビル2階）※5月上旬の募集期間は4月21日以降に下記でご案内します。
問当公社募集センター ☎3498-8894、HP <http://www.to-kousya.or.jp>、豊島区住宅相談係 ☎3981-2683、区ホームページ
◇募集案内・申込書の配布（豊島区内）

官公署だより

●東京都住宅供給公社

都営住宅入居者募集年間予定

5月上旬・11月上旬／家族向・単身者向・定期使用住宅（若年ファミリー向、多子世帯向）・若年ファミリー向
8月上旬・2月上旬／家族向（ポイント式）、単身者向・シルバーピア
◇募集案内・申込書の配布（豊島区内）

5月 保健所カレンダー

予約制等の事業は随時受け付けていますため、定員に達していることがありますのでご了承ください。

事業名	池袋保健所 ☎3987-4172-4	長崎健康相談所 ☎3957-1191
乳児健康診査 <1日目・BCG>	9・23日(火) 午後1～2時	16日(火) 午後1時30分～2時30分
乳児健康診査 <2日目・歯科、栄養指導等>	11・25日(木) ①午後1時、②午後1時30分	17日(木) 午前9時30分～10時30分
1歳6ヶ月児健康診査	12日(金) 午前9～10時	25日(木) 午前9～10時
3歳児健康診査	16・30日(火) 午後1～2時	11日(火) 午後1～2時
歯科衛生相談 <4歳未満児>（予約制）	11・18・25日(木) 午前9時～10時30分	16・23日(火) 午前9時～10時30分
母親学級（予約制）	12・19・26日(木) 午後1時～3時30分	
父親学級（両親学級） (予約制)	13日(土) 午後0時30分～3時30分	
お父さんの育児学級 (予約制)	13日(土) 午後1時30分～3時30分	
小児ぜん息相談	26日(金) 午前10～11時	豊島保健係 ☎3987-4220
住民健診受診日（予約制） ※対象…31歳～59歳	10・24日(火) 午後1時～2時30分	
住民健診結果	17・31日(火) 午後1時15分～2時30分	
食事（栄養）相談（予約制）	17・31日(火) 午後1時30分～3時	17日(火) 午後1時30分～3時
機能訓練 「星にねかいを」		
エイズ相談		午前9時～正午、午後1～5時
エイズ検査（予約制） ※結果は検査の一週間後	8・22日(月) 午後1～2時	
ティケア（要事前相談）		毎週 水・金曜日
精神保健福祉相談 (予約制)	11日(木) 午後2時～3時30分	
嗜癖ミーティング（要事前相談）	11日(木) 午後1時30分～3時	
嗜癖の家族相談（予約制）	15日(月) 午後1時30分～3時30分	
ひきこもり家族の会 (要事前相談)	18日(木) 午後2時～3時30分	
中央保健福祉センター 高齢者こころの相談（予約制）		25日(木) 午後1時30分～3時30分 豊島保健福祉センター ☎3981-1986
飼い犬・飼い猫のしつけ相談	25日(木) 午後2～5時	豊島保健所 25日(木) 午後2～5時 豊島生活衛生係 ☎3987-4175

次の池袋保健所、長崎健康相談所および区民ひろば、児童館で実施しています。

10日(火) 嵐鶴第一児童館、16日(火) 西池袋児童館、23日(火) 区民ひろば高南第二（旧高田児童館）、30日(火) 池袋保健所
各会場とも午前10時～10時30分
12日(木) 東部こども家庭支援センター 午後1時30分～2時
問池袋保健所 ☎3987-4174
10日(火) 要町第一児童館 午前10時～11時
11日(火) 区民ひろば高松 午前10時～10時30分
22日(木) 長崎健康相談所 午後1時30分～2時30分
問長崎健康相談所 ☎3957-1191

6月の住民健診…6月7・21日(火) 午後1時～2時30分※対象…31歳～59歳。予約は5月1日(月)から。

連休中の休日診療のご案内
～健康保険証を忘れずに～

受診の際は、健康保険証をお持ちください。忘れると全額自己負担になります。
※巣鶴休日診療所は休止しています。問地域保健課管理係 ☎3987-4203

診療所名	所在地・電話	受付時間
内科・小児科 池袋休日診療所	東池袋1-20-9 池袋保健所6階 ☎3982-0198	日曜日・祝日 午前9時～午後9時30分 土曜日 午後5時～午後9時30分
長崎休日診療所	長崎2-27-18 ☎3959-3385	日曜日・祝日 午前9時～午後4時30分
歯科 池袋歯科休日応急診療所 ※要電話予約	東池袋1-20-9 池袋保健所6階 あぜりあ歯科診療所内 ☎5985-5577	日曜日・祝日 午前9時～午後4時30分
医療機関案内	問い合わせ先	受付時間
24時間医療機関案内サービス 「ひまわり」	☎5272-0303	
インターネットによる 医療機関情報の提供	アドレス（パソコン用） http://www.himawari.metro.tokyo.jp/ アドレス（携帯電話用） http://www.himawari.metro.tokyo.jp/kt/	24時間
聴覚障害者の方など専用ファクシミリ案内	☎5285-8080	
外国語での医療情報サービス (英語、中国語、ハングル、タイ語、スペイン語に対応)	☎5285-8181	毎日 午前9時～午後8時
東京消防庁災害救急 情報センター電話サービス	☎3212-2323	
豊島消防署	☎3985-0119	
池袋消防署	☎3988-0119	24時間

イベント情報

費用の記載がない
事業は無料です

スポーツ

◆豊島区民グラウンドゴルフ大会

5月14日(日) 午後1~5時 三芳グランド※雨天の場合 5月21日(日)△区内在住、在勤、在学の方とその家族(小学5年生以上)※運動できる服装・運動靴で参加。用具の貸し出しあり。当日参加も可△600円△主催/レクリエーション協会、後援/豊島区

■5月12日までに、グラウンドゴルフ協会 中村☎3918-1014、スポーツ振興係☎3981-1334

◆区民やまべ釣大会

5月21日(日) 午前6時豊島公会堂前出发 神奈川県狩川周辺△区内在住、在勤、在学の方とその家族(小・中学生は保護者同伴)△100名△5,500円(女性・高校生以下3,500円)※バス代、保険料ほか。釣り道具・弁当・雨具などは各自持参△主催/レクリエーション協会、後援/豊島区

■5月11日までに、同協会 桑原☎3945-1211、スポーツ振興係☎3981-1334

◆健康ボウリング教室

5月22日~6月26日 月曜日(全6回) 午後1~4時 ブランズウイックスポーツガーデンほか△講義・実技講習△区内在住、在勤の方△48名△5,000円△主催/豊島区ボウリング連盟、後援/豊島区 ■電話で当連盟 渡辺☎3988-7221(ブランズウイックスポーツガーデン内)へ※先着順。

問スポーツ振興係☎3981-1334

豊島体育館・総合体育場・西巣鴨体育場・荒川野球場のご案内

4月から指定管理者による運営に変わります。今後、新しい事業を実施していきます。

問スポーツ振興係☎3981-1334

●豊島体育館/スタジオ・トレーニングルームの設置。ニュースポーツ教室の実施など△指定管理者…豊島区体育協会グループ

問当館☎3973-1701

●総合体育場・西巣鴨体育場・荒川野球場/テニス教室の充実。各種イベント・フィットネス教室・講座の実施など△指定管理者…日本テニス事業協会共同企業体

◆総合体育場・西巣鴨体育場・三芳グランドの申込み抽選会場変更のお知らせ

4月から、施設利用の申込み抽選会場が「みらい館大明体育館」(旧大明小学校)に変更になりました。
問総合体育場☎3971-0094、三芳グランド☎049-259-9397

◆総合体育場 5月4日イベント

●無料テニス教室

①キッズ/午前11時~正午、②一般/午後1時~2時30分、③ジュニア/午後3時~4時15分、④U-21/午後5時~6時30分△中学生以上21歳以下△28名。

●無料フィットネス・体験教室

①親子アドベンチャーフィットネス/午前9時30分~10時30分△40名、②アンチエイジング・バランスアップ/午前11時~正午△50名、③アウトドア教室災害時に使えるロープワーク/午後2時~3時30分△30分、④ビギナーズピラティス/午後4~5時△50名

いずれも△当日直接会場へ※先着順。

問総合体育場☎3971-0094

総合体育場 テニス教室

①キッズテニス教室/木曜日コース…5月11日~6月1日(全4回) 午後3~4時△5,600円、金曜日コース…5月12~26日(全3回) 午後3~4時△4~6歳児△7名△4,200円

②ジュニアテニス教室/木曜日コース…5月11日~6月1日(全4回) 午後4時10分~5時25分△7,000円、金曜日コース…5月12~26日(全3回) 午後4時10分~5時25分△小学生△7名△5,250円
③U-21テニス教室/木曜日コース…5月11日~6月1日(全4回) 午後5時40分~7時10分、金曜日コース…5月12日~6月2日(全4回) 午後5時40分~7時10分△中学生~21歳以下△7名△8,400円

④一般テニス教室/木曜日コース…5月11日~6月1日(全4回) 午前11時~午後0時30分、午後1時~午後2時30分△8,400円、金曜日コース…5月12~26日(全3回) 午後1時~午後2時30分△中学生以上△7名△6,300円

⑤一般テニス教室/木曜日コース…5月11日~6月1日(全4回) 午後7時20分~午後8時50分、金曜日コース…5月12日~6月2日(全4回) 午後7時20分~8時50分△中学生以上△7名△8,820円

⑥O-55テニス教室/5月12~26日 金曜日(全3回) 午前11時~午後0時30分△55歳以上△7名△1回2,100円

⑦ワンディレディーストーナメント/5月22日 午前9時~午後5時△リーグ戦総当り後、順位トーナメント△女性△1ペア5,250円△16ペア

総合体育場 フィットネス教室

①介護予防体操指導者育成講座/5月8日~8月7日 月曜日(全10回) 午後2時~3時30分△介護に従事する方△20名△31,500円

②アンチエイジング体操/5月9日~6月27日 火曜日(全8回) 午前9時45分~10時45分△30名△5,880円

③親子のびのびストレッチ/5月9日~6月27日 火曜日(全8回) 午前11時~正午△0~3才児とその親△25組△8,400円

④アンチエイジング・バランスアップ/5月10日~6月28日 水曜日(全8回) 午後7時30分~8時30分△30名△5,880円

⑤ビギナーズピラティス/5月11日~6月29日 木曜日(全8回) 午後1時30分~2時30分△30名△5,880円

⑥介護予防体操ボランティア育成講座/5月11日~7月13日 木曜日(全10回) 午後3時~4時30分△20名△21,000円

⑦はじめてYOGA/5月12日~6月30日 金曜日(全8回) 午前9時45分~10時45分△30名△5,880円

⑧親子アドベンチャーフィットネス/5月12日~6月30日 金曜日(全8回) 午前11時~正午△0~3才児とその親△25組△8,400円

西巣鴨体育場 フィットネス教室

①正しくて効果的なダイエット講座/5月8日~8月7日 月曜日(全10回) 午後7時~8時30分△20名△16,800円

②アウトドア教室 アドベンチャーフィットネス/5月13日~7月15日 土曜日(全10回) 午前10時30分~正午△25組△10,500円

③アウトドア教室「災害時に使えるロープワーク」/5月13日~7月15日 土曜日(全10回) 午後1時30分~3時△20名△12,600円

④生活習慣病予防講座/5月14日~7月16日 日曜日(全10回) 午前10時30分~正午△20名△16,800円

⑤栄養学講座/5月14日~7月16日 日曜日(全10回) 午後1時~2時30分△20名△16,800円

いずれも往復はがき(8面はがき記入例参照。希望の講座名を記入)で、4月27日(必着)までに、「〒170-0013 東池袋4-41-30 総合体育場」へ※はがき持参で窓口申込み可。先着順。電話での申込みは不可。

袋4-41-30 総合体育場」へ※はがき持参で窓口申込み可。先着順。電話での申込みは不可。

問総合体育場☎3971-0094

◆雑司が谷体育馆 スポーツ教室

①ボディコンバット教室(入門)/月曜日コース…5月1日~6月19日(全7回) 午後1時25分~2時25分△20名△6,250円、金曜日コース…5月5日~6月30日(全9回) 午前9時45分~10時45分△20名△3,040円

②ボディコンバット教室/火曜日コース…5月2日~6月27日(全8回) 午後7時45分~8時45分△20名△7,140円、水曜日コース…5月3日~6月21日(全8回) 午前9時45分~10時45分△10名△7,140円、土曜日コース…5月6日~6月24日(全8回) 午後1時25分~2時25分△7,140円

③ボディヒーリング教室/火曜日コース…5月2日~6月27日(全8回) 午後6時30分~7時30分△30名△7,140円、水曜日コース…5月3日~6月28日(全9回) 午後2時45分~3時45分△30名△8,040円

④ヨガ教室/月曜日コース…5月1日~6月19日(全7回) 午後0時10分~1時10分、午後3時55分~4時55分△30名、水曜日コース…5月3日~6月28日(全8回) 午前11時~正午△5名、金曜日コース…5月5日~6月30日(全9回) 午前11時~正午△30名、土曜日コース…5月6日~6月24日(全8回) 午後0時10分~1時10分△30名

△月曜日コース7,720円、水・土曜日コース8,820円、金曜日コース9,930円

⑤シェイプアップ教室 5月1日~6月19日 月曜日(全7回) 午後2時40分~3時40分△20名△7,720円

⑥ラテンエアロ教室/5月3日~6月28日 水曜日(全9回) 午後4時~5時△20名△9,930円

⑦脂肪バイバイ教室/月曜日コース…5月1日~6月19日(全6回) 午後1時40分~2時40分、水曜日コース…5月3日~6月28日(全8回) 午後1時40分~2時40分 金曜日コース…5月5日~6月30日(全8回) 午前10時10分~11時10分各コース10名△月曜日コース4,100円、水・金曜日コース5,460円

その他、ウォーキングアクア教室、大人水泳教室、子ども水泳教室も実施しています。詳細はお問い合わせ下さい。

※参加人数が少ない場合、中止することがあります。

問当館☎3590-1252

広告

広告

豊島区民・在勤者みなさまの安心の宿
山中湖秀山荘
民営化1周年記念プラン!!
なんと! 平日1泊朝食付き お1人様
¥4,000-

4月1日~7月19日まで!
土曜日及び指定日は 4,600円となります
A. スタンダードコース 1,500円
B. 人気のグルメコース 2,500円
C. グルメコース(例) そば打ち体験&実食
5月の土曜日
6日(土)~14日(日)
料金: 1,500円 (参加料)

△食事は選択となります △1室2名様以上のご利用となります
A. スタンダードコース 1,500円
B. 人気のグルメコース 2,500円
C. グルメコース(例) そば打ち体験&実食
5月の土曜日
6日(土)~14日(日)
料金: 1,500円 (参加料)

豊元駅から田舎
日帰りバスツアー
初夏を先取り♪

**ミズバショウの群生と
川治温泉・佐野アウトレット**
4月30日(日)出発 隆行定期

ご旅行代金
おとな
お一人様
¥7,500

上三依水生植物園→川治温泉
→匠堂本舗日光おかき工房→
→佐野プレミアム・アウトレット

お問い合わせ
お申込みは

株式会社 旅工房

国土交通大臣登録旅行業 第1683号 (社)日本旅行業協会 正会員
〒171-0021 東京都豊島区西池袋5-14-8 東海池袋ビル6F

TEL:03-5960-1651 (直通)
FAX:03-3986-1837
メール:hojin@tabikobo.com

消費生活の身近な問題を 勉強する区民グループに 講師を派遣します

消費生活に関する身近な問題を勉強している区民グループの学習会に講師を派遣します。

さらに深く勉強して、その成果を地域に広げていませんか。

△対象…講員の半数以上が区内在住、在勤の5名以上のグループ。

△募集グループ数…2グループ。

△費用…無料

※派遣を受けたグループは、当センターに登録をし、区民講師となって出前講座などで活動していただきます。

△電話・ファクスで「消費生活センター」へ※後日応募用企画書と申込書を郵送します。応募者多数の場合は企画書で選考します。

問消費生活センター☎5992-7015、Fax 5992-7024

ルールを守ってきれいな選挙
クリーン選挙

選挙人名簿

選挙権を有していても、これを実際に行使(投票)するためには「選挙人名簿」に登録されていなければなりません。

この名簿登録の制度は、あらかじめ選挙権の有無を調査して登録することで、投票の円滑化、かつ二重投票の防止を図るためのものです。

また一度有効に登録されると、その登録は永久に有効であり、死亡、日本国籍の喪失、あるいは、他の区市町村への住所移転のため、選挙人名簿から抹消される場合を除き、そのまま登録される永久選挙人名簿制度です。

選挙人名簿への登録

名簿への登録は、毎年、3・6・9・12月に行われる定時登録と、選挙のつど行われる選挙時登録があります。

定時登録では、各登録月の1日を

基準日として、登録される資格を有する方を2日に登録します。選挙時登録は、選挙のつど基準日と登録日を定めて行います。

登録要件

選挙人名簿に登録されるには、当該区市町村に住所を有する満20歳以上の日本国民で、その方の住民票が作成された日(通常は転入の届出をした日)から、引き続き登録の基準日まで3か月以上当該区市町村の住民基本台帳に記録されなければなりません。なお、年齢については、定時登録では基準日現在で、選挙時登録では選挙期日現在で定められます。

登録の抹消

次の事項に該当する方は、直ちに選挙人名簿から抹消されます。

- ①死亡、または日本国籍を喪失したとき。
- ②他の区市町村へ転出した方が、転出日から4か月を経過したとき。
- ③登録される際に登録されるべき者でなかったとき(誤載者であったとき)。

問選挙管理委員会事務局

☎3981-4464

による東京手描き友禅・東京藤工芸・東京彫金・江戸べっ甲・東京銀器・江戸提灯・江戸凧の展示と実演△主催/豊島区伝統工芸保存会・豊島区・財伝統的工芸品産業振興協会

問観光振興係☎5992-7018

池袋西口公園ステージライブ

4月27日(木) 正午~午後1時 池袋西口公園野外ステージ※雨天中止△お昼のひと時を音楽でおくつろぎください△演奏/警視庁音楽隊△主催/豊島区・池袋西口商店街連合会

問文化芸術係☎3981-1270

リサイクルフリーマーケット

△開催日…4月29日(土) 午前11時~午後2時 区民センター※買い物袋持参。駐車場なし。

問やってみようフリマの会!! 小嶋☎3954-5756(夜間のみ)、エコライフ啓発係☎3981-1602

フラワーフェスティバル

4月29日(土) 正午~午後6時 サンシャイン通り全域、三越特設会場ほか△オープニングセレモニー、梅后流江戸芸かっぽれ踊り練り歩きパレード、ミュージックライブ、ゲーム大会、各商店による物品販売やアトラクションの開催、豊島消防署による救助演技、スタンブラー、先着1000名に花鉢プレゼントほか△主催/同実行委員会(地元商店街、豊島区)

問当事務局☎5907-0036、商店街振興係☎5992-7017

日本語教室(中級コース)

5月9日~7月11日 火曜日(全10回)
午後2時40分~4時10分 学習院大学西2号館204・205教室△文法コースと会話コースに分かれ、学生との交流を通じて生活に役立つ基礎的な日本語を学ぶ△講師…学習院大学日本語教育専攻学生△日常会話程度の日本語が話せる区内在住、在勤、在学の外国籍の方△文法10名、会話10名△500円

問はがき(8面はがき記入例参照)、国籍、日本での滞在期間、文法または会話コースの希望も記入で、5月8日(必着)までに「学習・スポーツ課生涯学習係」(あて先上部欄外参照)へ。※応募多数の場合は抽選。

問当係☎3981-1734

◆心身障害者福祉センター「障害者パソコン講習会」

①パソコン入門(昼コース)

5月17日~6月21日 水曜日(全6回)
午後1時20分~3時20分△ウインドウズ、ワード、エクセル、メールの基本操作

②パワーポイント入門(夜コース)

5月9日(火)、6月13日(火)、7月11日(火)
(全3回) 午後6時30分~8時30分△パソコンの基本操作ができる方

①とも△対象…区内在住、在勤で障害のある方△各5名

問5月2日までに電話またはファックスで「心身障害者福祉センター」へ。

問当センター☎3953-2811、FAX3953-9441

氏、露木実郎氏、早川順司氏△対象…初心者(初級者も含む)、団碁に触れてみたい方、覚えたい方△300円(テキスト代)△協力/団碁サークル「月曜会」

申区民ひろば西巣鶴(旧西巣鶴ことぶきの家)☎3918-4197

雑司が谷図書館「映画会」

5月14日(日) 午後2時から 千登世橋教育文化センター△「たけくらべ」(1955年・モノクロ)、原作/樋口一葉、監督/五所平之助、出演/美空ひばり・岸恵子ほか△100名△当日直接会場へ※先着順。

問当館☎3590-1254

新緑の琴平兵陵から芝桜咲く羊山公園へ

5月14日(日) 午前7時40分西武池袋線池袋駅1階改札口集合※雨天中止△コース…影森駅→大渕寺→護国観音→岩井堂→長者屋敷跡→羊山公園(昼食)→西武秩父駅△区内在住、在勤の方△50名△300円(保険料ほか)△交通費は各自負担△主催/豊島区体育指導委員協議会、後援/豊島区△往復はがき(8面はがき記入例参照)で、4月28日までに「学習・スポーツ課生涯学習係」(あて先上部欄外参照)へ※応募者多数の場合は抽選。

問スポーツ振興係☎3981-1334

講演・講習

◆シニアパソコン講習会

5月10日~6月28日 水曜日(全8回)
午前10時~正午 障害者就労支援センター(池袋本町1-6-12)△区内在住の60歳以上の方(全回出席できる方)△12名△105円(テキスト代)△往復はがき(8面はがき記入例参照)で、4月28日(必着)までに、「〒170-0013 東池袋1-39-2 高齢者福祉課いきがい係」へ。※応募多数の場合は抽選。

問当係☎3981-1734

◆心身障害者福祉センター「障害者パソコン講習会」

①パソコン入門(昼コース)

5月17日~6月21日 水曜日(全6回)
午後1時20分~3時20分△ウインドウズ、ワード、エクセル、メールの基本操作

②パワーポイント入門(夜コース)

5月9日(火)、6月13日(火)、7月11日(火)
(全3回) 午後6時30分~8時30分△パソコンの基本操作ができる方

①とも△対象…区内在住、在勤で障害のある方△各5名

問5月2日までに電話またはファックスで「心身障害者福祉センター」へ。

問当センター☎3953-2811、FAX3953-9441

広告

新築そっくりさん

新築の半分の費用と工期

引越し不要 耐震補強 定価制

4月29日(土) その建て替えた!!

4月30日(日) 豊島区西巣鶴で完成現場見学会

築40年の家が建て替えずに新築同様に生まれ変わりました。耐震補強を施し、玄関を広げ、ゆったりしたLDKを実現。水回り設備や外観も一新しています。

会場/豊島区西巣鶴3丁目(庚申塚駅徒歩5分)
時間/10:00~16:00
当日連絡先/080(9954)4779

問い合わせ
資料請求

住友不動産

ハウジング事業本部
新築そっくりさん東京第二支店

0120-093-709

借地(売買、建替等)セミナー&実務者による個別相談会



定員(50名様)になり次第締め切らせて頂きますのでお申からずご容赦願います。

日時/平成18年5月12日(金)

- セミナー/18:30より
- 相談会/19:30より

場所/豊島区民センター(コア・いけぶくろ)第3会議室

主催/相続支援ネットグループ(有)アシスト・ワン

TEL:0422-72-8655 FAX:0422-72-8656
E-mail:assist.l.hiroshisa@poppy.ocn.ne.jp
URL: http://www.appoggio.jp

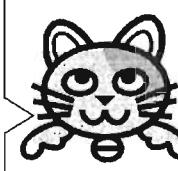
補聴器専門店

安心サービス

★点検★騒音測定★クリーニング

★他社の修理も受付★訪問相談承ります

何でもご相談下さい。
お困りの方、お手持ちの補聴器で
お問い合わせ下さい。



みらいついいさ

電話 0120-335-113

営業時間 AM9:00~PM6:00 (日・祝休)

JR大塚駅南口 天祖神社前

東京都豊島区南大塚 3-50-4 KY1F

CFT 聞こえの相談室 大塚店

http://www.est365.co.jp/kikoe/

SHICHIDA CHILD ACADEMY
七田チャイルドアカデミー 池袋教室

新規オープン!!
体験レッスン実施中!

お申し込み受け付け

TEL.03-5958-2522

幼児コース 0才~3才

園児コース 4才~6才

ジュニアコース 小1~小3

駄教コース ご相談下さい

*席に限りがございます、お申込みはお早めに!

七田チャイルドアカデミー池袋教室

豊島区西池袋3-29-9 福利ビル3階

池袋駅C3出口徒歩0分立教通り沿い

イベント情報

7面から続く
費用の記載がない事業は無料です

◆産学公協働講座

「としま公開ビジネス講座」

①5月19日(金)個人情報と中小企業の対応◇講師…(株)アズジェント代表取締役社長／杉本隆洋氏

②6月16日(金)新会社法と中小企業◇講師…弁護士／山口 宏氏

③7月13日(木)中小企業のブランドマーケティング◇講師…立教大学教授／梁瀬允紀氏

いずれも午後6時30分～8時 立教大学◇対象…区内で営業している企業経営者。区内にお住まいの企業経営者ほか△各50名
巢鴨信用金庫業務部ビジネスサービスデスク 0120-88-5631へ
(月～金曜日の午前9時～午後5時※土・日曜日、祝日を除く。先着順) ◇主催／巢鴨信用金庫・立教大学・豊島区
商工政策係 5992-7089

◆千早図書館

「千早子どもの本朗読講座」

6～10月の毎週第1・3木曜日(全8回)
午前10時～正午※8月は休講。9月は第2・3木曜日に実施◇講師…朗読文化研究所朗読指導員／花形幸枝氏△区内在住、在勤で毎回出席できる方△20名
往復はがき(はがき記入例参照。この講座の受講経験の有無も記入)で、4月30日(必着)までに「テ171-0044 千早2-44-2 千早図書館」へ※応募者多数の場合は抽選。

問当館 3955-8361

◆2級ヘルパー養成研修 受講生募集
講義・演習／6月1日～6月30日 平日
午前9時～午後5時 実習／7月3日～7月31日 平日／昼間5日間
いずれも△特養ホーム風かおる里ほか△20名△71,700円(受講料、テキスト代)
△主催／豊島区社会福祉事業団△申込み

安全・安心



◇いよいよ大型連休、空き巣に注意を
昨年、区内の空き巣などの侵入窃盗は503件でした。この内62%が空き巣狙いで。これから連休で留守にすることも多く、泥棒にとってこんなに仕事のしやすい時期はありません。注意しましょう。
△空き巣で多いのはガラス破りと無錫り
侵入手段はガラス破りが最も多く、次いで無錫まりです。

ガラス破りでは、泥棒はクレセント錠付近のガラスを割って、錠を解錠して侵入します。補助錠の設置、ワンドア・ツーロックも効果的です。

△防犯をしっかり習慣に、近所と協力を

●施錠は確実に

ゴミ出しや買物など、短時間でも施錠をするようにしてください。特に浴室やトイレの窓なども注意しましょう。また、

△所定の用紙(事業団で配布)を5月12日までに「テ171-0022 南池袋2-46-13 豊島区社会福祉事業団」へ ※応募多数の場合は選考。

△当事業団 5960-1920、高齢者福祉課管理係 3981-1749

◆勤労福祉社会館 個人公開

①卓球／毎月第2・4火曜日 午後6～9時△初心者～上級者までレベル別指導
②シェイプアップ体操／毎月第2・4水曜日 午後6時45分～8時15分△エアロビクスを取り入れた健康体操
③健康体操太極拳／毎月第2・4土曜日 午後2時30分～4時△基本を学びながら健康づくり
④ランニングコース／毎日 午前9時～正午、午後1～5時、午後5時30分～9時△1周約60メートルの周回コース

いずれも公開日に直接当館へ△利用料金…①～③400円、④250円
問当館 3980-3131

社会福祉協議会

◆リボンサービス協力会員募集説明会

4月27日(木) 午前10時～正午 生活産業プラザ△リボンサービス(会員制有料在宅福祉サービス)の仕組み、会員登録△在宅サービス課 3981-9250

◆バリアフリー情報誌「IKUZO」編集ボランティア募集

「IKUZO」は、障害者や高齢者をはじめ、誰もが安心して気軽に利用できるお店や施設などを紹介する情報誌です。
△活動…毎月第3金曜日 午後7時から(初回は5月19日) 豊島ボランティアセンター△企画・取材・編集ほか△年間を通じて活動できる方△10名程度
問当センター 3984-9375

合鍵を郵便ポストや植木鉢の下に置かないようにしてください。

●足場になるものは片づける

脚立やポリバケツは、泥棒が侵入するための足場となります。庭に足場になるようなものがないか点検をしてください。

●留守と悟られない工夫を

長期間留守にする時は、泥棒に悟られないよう新聞や牛乳の配達をとめてもらうようにしたり、近所に預かってもらうなどしてください。また、カーテンも全部閉めきらないうことも効果的です。

●泥棒が嫌うのは「地域の目」

普段見かけない人が同じ場所を行ったり来たりしていたり、家の様子を窺つたりしているのを見かけたら、「ここにちは」と声をかけてください。また、外出の際には隣近所に一声かけるなど、ご近所との協力で被害を防ぎましょう。
問当センター 3981-1433

みらいへ としま未来文化財団

チケット購入・友の会入会申込みは△3590-5321
としまみらいチケットセンターへ。
http://www.toshima-mirai.jp

チケット好評発売中!!

◎ソンコマージュ ～フルクローレ・コンサート

6月10日(土) 午後2時開演 区民センター文化ホール△一般2,200円
全席指定(友の会割引あり)

◎お笑いライブ in IKEBUKURO PartⅢ

6月17日(土) 午後6時開演 豊島公会堂△タカアンドトシ、千鳥、カリカほか△S席2,300円※全席指定

◎フレッシュ名曲コンサート ～東京交響楽団演奏会～

6月30日(金) 午後7時開演 東京芸術劇場大ホール△S席4,000円、A席3,500円、B席3,000円、C席2,000円 全席指定(友の会割引あり)

◎寺内タケシとブルージーンズ

7月29日(土) 午後3時開演 豊島公会堂△S席5,000円、S席4,500円、A席3,500円※全席指定(友の会割引あり)

◎豊島区吹奏楽団

スプリングコンサート2006

5月3日(祝) 午後1時30分開演 学院創立百周年記念会館正堂△1,000円※全席自由

○豊島区管弦楽団

第62回定期演奏会

6月4日(日) 午後2時開演 東京芸術劇場大ホール△800円 全席自由

◆60歳以上の方をご招待します

△招待する公演…①「豊島区吹奏楽団スプリングコンサート2006」、②「豊島区管弦楽団第62回定期演奏会」
△対象…区内在住、在勤の60歳以上の方△各50組(1組2名まで)

△往復はがき(はがき記入例参照。必ず希望の公演名を記入)で、「テ170-0013 東池袋1-20-10 としま未来文化財団プランセクション」へ

※締切…吹奏は4月24日、管弦は5月25日(必着)。応募者多数の場合は抽選。

○かるがも茶席

白庭園で毎月第1木曜日に開催しています※5月は5月11日に実施。8・10・12・1月は休み△時間…①午前11時30分から、②午後1時30分から、③午後2時30分から△各500円

問担当デスク△3590-7118



募集

◆特別区立幼稚園教員採用候補者

昭和47年4月2日以降に生まれた方で幼稚園教諭普通免許状がある方。平成19年4月1日までに取得見込みの方△勤務地…東京23区の区立幼稚園△第1次選考…筆記(7月9日)△所定の書類を5月10日・5月11日に下記へ直接持参。または5月8日(消印有効)までに郵送△選考案内(申込書)…東京23区の教育委員会事務局、および下記で配布。

問特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当△5210-9751、HP http://www.tokyo23city.or.jp/

◆特別区立幼稚園妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者(登録者)

昭和21年4月2日以降に生まれた方で幼稚園教諭普通免許状があり国公私立幼稚園の正規任用教員(特別区の区立幼稚園臨時任用教員は含むが非常勤講師は含まない)として、1年以上の経験がある方△勤務場所…東京23区の区立幼稚園△選考…書類・面接△所定の書類を6月

1日・6月2日に本人が下記へ直接持参※募集案内…東京23区の教育委員会事務局、および下記で配布。

問特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当△5210-9751、HP http://www.tokyo23city.or.jp/

◆区民ひろばサポーター (有償ボランティア)

△子育てサポーター／子育て支援、世代間交流に理解と熱意がある方

△いきいきサポーター／高齢者福祉、世代間交流に理解と熱意のある方

△いずれも△対象…60歳以下の方△従事施設…各区民ひろば△活動形態…月12日程度。午前8時30分～午後5時15分、または午前9時30分～午後6時15分△謝礼…日額7,200円△選考…面接など

△事前に連絡のうえ、履歴書(写真貼付)を「地域区民ひろば課」へ持参。

問地域区民ひろば推進担当△3981-1479

◆消費生活相談員(非常勤職員)

採用日現在55歳未満で、消費生活相談員または消費生活アドバイザーの資格がある方△消費生活相談、ヤミ金・サラ金特別相談ほか情報収集、助言、啓発など△月16日程度、午前9時30分～午後4時30分勤務△日額15,600円△平成18年6月1日採用(予定)△1名△選考…筆記、面接△所定の申込書と履歴書を4月26日(必着)までに「消費生活センター」へ郵送、または持参※募集案内・申込書は当センターで配布。

問消費生活センター△5992-7015

はがき記入例

【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

⑦その他必要事項

※往復はがきを利用する場合、返信に〒住所、氏名を記入してください。

「こちら豊島区役所です!」としまテレビで放送中

毎日4回(午前7時45分、午後0時45分、5時45分、10時45分)各15分放送

◆5月の主な番組◆

知ってる?としま きて・みて・やって／みらい館大明
区長のはい!お答えします／池袋西口公園古本まつり
行政トピックス／自治の推進に関する基本条例
※区ホームページ(アドレス1面上部欄外参照)からもご覧いただけます。
※放送した番組のビデオテープを貸し出しています。
問報道係 3981-4122

人口と世帯 平成18年4月1日現在 ()は前月比

人口総数	住民基本台帳による人口	外国人登録人口	世帯数(住民基本台帳)
253,843 (+1,701) 男127,471 女126,372	238,762 (+1,886)	15,081 (-185)	137,241 (+1,307)

宿泊施設ご利用案内 どなたでもご利用になれます

空はまもなく皐月です

◆ご予約の受付◆

- 区民(区内在住、在勤、在学の方)／両施設とも、利用日の6か月前から。
- 一般(区外の方)／猪苗代四季の里…利用日の3か月前から。

猪苗代四季の里予約センター

0120-178-467

受付時間…午前9時～午後8時
(年中無休)

山中湖秀山荘予約センター