

◆主な内容◆

- 区民の声を紹介します …… 2面
- まち通信「蚕を見て知って」 …… 3面
- 図書館おはなし会に参加しませんか 4面
- 区の花精神保健福祉活動 …… 5面
- ウエルカム赤ちゃん …… 6面

発行:豊島区 編集:政策経営部広報課 〒170-8422 豊島区東池袋1-18-1 ☎3981-1111 ホームページ <http://www.city.toshima.lg.jp/>

## 時代を変える 図書館サミット

図書館サミットでは、書物や図書館を取り巻く様々な課題を解決するために、図書館や社会は何ができるのかを皆さんと一緒に考えます。

また、図書館に関する作文も募集します。応募をお待ちしています。

問中央図書館 図書館サミット事務局(〒170-8442 東池袋4-5-2 ライズアリーナビル5階)  
 ☎3983-7861

☎<http://www.library.toshima.tokyo.jp/>

11/12 水  
13 木

### 図書館サミットとは

- 「図書館」をキーワードとして
- ①読書離れ、活字離れの解消
  - ②文字・活字文化の発展、ITの高度利用
  - ③本をつくり送り出す人々との協働
  - ④地域の課題解決と文化創造
- のために、より広範な共感と連帯を生み出すことを目的として実施します。

### サミットの成果は

サミットで交わされた様々な意見を集約し、「マニフェスト」を掲げます。また、サミット開催の様子や発言内容がわかる「報告書」を作成し、全国の公立図書館に寄贈します。



▲自由学園明日館

会場 あうるすぽっと  
 (東池袋4-5-2ライズアリーナビル2階)  
 自由学園明日館  
 (西池袋2-31-3)

### 開催内容(予定)

- 【第1部】  
 11月12日(水) 午後1～5時  
 あうるすぽっと
- 基調講演「学問と情報」  
 国立国会図書館長/長尾 真氏
  - スピーチ「書物と文化」  
 財団法人文字・活字文化推進機構会長/福原義春氏

- シンポジウム「図書館は新しい時代をつくれるか」  
 ◇司会…印刷博物館館長/榊山紘一  
 ◇パネリスト…  
 東京大学大学院情報学環教授/西垣 通  
 東京大学先端科学技術センター教授/御厨 貴  
 世田谷文学館長/菅野昭正  
 作家/澤地久枝



▲長尾真氏



▲福原義春氏



▲あうるすぽっと

- 【第2部】  
 11月13日(木) 午前10時～午後3時  
 自由学園明日館
- 分科会
  - 第1分科会 「図書館の新しい役割」  
 ◇パネリスト…  
 多摩大学教授/公文俊平  
 明治学院大学名誉教授/清水 徹  
 山梨県立文学館館長/近藤信行  
 作家/森まゆみ

- 第2分科会 「本をつくり送り出す人々と図書館」  
 ◇パネリスト…米子市(株)今井書店会長/永井伸和  
 群馬県立土屋文明館館長/岡田芳保  
 日本書籍出版協会図書館部門委員会副委員長/持寿寿夫
- 第3分科会 「図書館と地域社会とのつながり」  
 ◇パネリスト…調布市立図書館アカデミー愛とびあ代表/金澤 敬  
 女子栄養大学図書館 図書館事務部長/小川禮子  
 豊島区図書館専門研究員/伊藤榮洪

- 全体討議
- 講演…作家・日本ペンクラブ会長/阿刀田 高
- マニフェスト発表

### 図書館サミット申込み

- ◇定員…150名※無料。先着順。  
 (1)往復はがき(8面下部記入例参照。参加したい内容の番号も明記※右記参照。複数申込み可)で、10月31日(必着)までに当事務局へ。
- ①【第1部】講演会など
  - ②【第2部】分科会※第1・第2・第3分科会のうち1つを選択
  - ③【第2部】全体討議など
- (2)電子申請でも受付※アドレス上部(図書館ホームページ)参照

### 図書館サミット開催記念作文募集

- ◇応募資格…小学生以上の方
- ◇テーマ・字数…  
 【小学生の部】「あったらいいなこんな図書館」/800字程度  
 【中学生の部】「夢の図書館」/1,600字程度  
 【高校生以上の部】「図書館に期待すること」/2,000字程度
- ◇応募方法…400字詰め原稿用紙に作文を記述。応募部門・住所・氏名・年齢・電話番号・学校名・学年(または職業)を欄外に記入し、当事務局へ郵送してください。応募者全員に記念品

を進呈します。  
 ※日本語で書かれた作文で未発表のものに限ります。作品は返却しません。  
 ◇応募締切…10月31日(必着)

- 優秀作品の表彰  
 各部門別に、最優秀賞1点・優秀賞1点・佳作3点を選定する予定です。図書館サミット会場で受賞者名と最優秀作品を紹介し、後日、表彰式を行い表彰状と副賞を贈呈します。  
 ※詳細は、図書館ホームページまたは電話で問い合わせください。

- ◆主催 図書館サミット実行委員会/豊島区
- ◆共催 財団法人 文字・活字文化推進機構/印刷博物館/立教大学図書館/学習院大学図書館/大正大学附属図書館/女子栄養大学図書館/東京音楽大学付属図書館/帝京平成大学メディアライブラリーセンター/豊島区印刷関連産業団体協議会/豊島区立中央図書館
- ◆後援 国立国会図書館/社団法人 日本図書館協会/東京都教育委員会/豊島区教育委員会
- ◆協賛 株式会社 読売新聞東京本社/株式会社 文藝春秋/株式会社 講談社/株式会社 婦人之友社 株式会社 ジュンク堂書店/株式会社 日立プラントテクノロジー 日本書店商業組合連合会/東京都書店商業組合/東京都古書籍商業協同組合 都内各区分館(千代田区/中央区/港区/新宿区/文京区/台東区/墨田区/江東区/品川区/目黒区/大田区/世田谷区/渋谷区/中野区/杉並区/北区/荒川区/板橋区/練馬区/足立区/葛飾区/江戸川区)
- ◆協力 自由学園明日館/あうるすぽっと(豊島区立舞台芸術交流センター)

# 区民の声



区では、広く区民の皆さんのご意見・ご要望などをお聴きし、その「声」を反映した区政運営に努めています。平成20年度4月以降に寄せられたご意見と、区への回答の一部を紹介いたします。

●私の住む街の民生委員は誰なのか知りません。一人暮らしの高齢者にとっては不安がいっぱいで、気軽に相談し話し合える民生委員が近くにいれば心強いと思います。

●民生委員は厚生労働大臣から委嘱を受け、誰もが地域で安心して暮らせるように様々な相談や支援を行なっています。民生委員には守秘義務があり、相談内容や個人の秘密が他に漏れることはありませんので、お気軽にご相談ください。ご連絡いただければ、お近くの民生委員をご紹介します。☎民生児童委員グループ☎3981-1722

●リサイクルされた古紙・ペットボトルは区で回収したあと、どのようなのですか。区民から集めたものかどうなっているのか、気になります。

●区の資源回収で回収された紙類は、圧縮・梱包をしたうえで国内の製紙工

場に運搬され、新聞紙や段ボールなどの再生紙の原料として利用されています。ペットボトルは破碎、洗浄等のフレーク処理を行なったうえで、国内の原料メーカーで繊維製品やシート製品などの原料として利用されています。

紙類、ペットボトルともに、受け入れ先から証明書を徴し、確実に再商品化されている事を確認しています。

※区政へのご意見、ご要望は次の方法でお寄せください。

- ①広聴はがき…庁舎、図書館などの区の施設に常備(切手不要)②広聴メール…区ホームページ(アドレス1面上部参照)の「区政へのご意見」から専用フォームを利用③電話☎3981-1172④ファクス☎3981-1375、⑤手紙…広報広聴グループへ(あて先上部欄外参照)☎広報広聴グループ☎3981-1172

●活動内容：当日のPR活動、会場案内などの運営、介助や保育などの応援など

●事前説明会：11月19日(水)午後6時～7時30分 区役所本庁舎地下

●事前に電話で、社会福祉協議会☎3981-2930へ。

## ボランティアを募集します

●日時など：12月7日(日)午前10時～午後3時 区民センター、生活産業プラザ、中池袋公園ほか

●内容：北京パラリンピック出場選手などによる講演会と映画会ほか、ミュージックフェスティバル、バザー、模擬店、自主製作製品販売、ストリートパフォーマンス、事業活動紹介コーナーなど

●障害者福祉課☎3981-1291

介護保険施設(地域密着型介護老人福祉施設含む)とシヨートステイ利用者の居住費(滞在費)と食費については、所得や居住の環境などに応じて負担限度額を設け、利用者の負担を軽減しています(下表のとおり)。

◇対象：平成20年度、世帯全員が住民税非課税の方

◇申請手続き：申請書・被保

# 介護保険施設入所者とシヨートステイ利用者の居住費(滞在費)と食費減額制度を知っていますか

介護者証と印鑑を持参して「介護保険課給付グループ」窓口で申請(申請書の郵送も可)。認定後「介護保険負担限度額認定証」を交付します。

※平成20年1月2日以降に豊島区に転入された方は、世帯全員の非課税証明書が必要になる場合があります。事前に問い合わせてください。

☎担当グループ☎3981-1387

対象者の区分	負担限度額(施設の種別を問わず共通)		
	居住費および滞在費(日額)	食費(日額)	
世帯全員が住民税非課税	①被保険者本人が老齢福祉年金を受けている方および生活保護受給の方など	0円	300円
	②被保険者本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円以下の方など	320円	390円
	③上記以外の方など	320円	650円

※上表の居住費および滞在費は多居室(相部屋)の場合です。個室に入所する場合は、施設の種別によって別途負担限度額が定められています。

## 福祉



### 第20回 ふくしまつり

◇日時など：12月7日(日)午前10時～午後3時 区民センター、生活産業プラザ、中池袋公園ほか

◇内容：北京パラリンピック出場選手などによる講演会と映画会ほか、ミュージックフェスティバル、バザー、模擬店、自主製作製品販売、ストリートパフォーマンス、事業活動紹介コーナーなど

◇障害者福祉課☎3981-1291

## 毎週水曜日 午後7時まで 区民課夜間窓口を開設

ご利用の際は、本人確認書類(住基カード・運転免許証・パスポート(旅券)など)を持参してください。

◇開設場所…本庁舎1階

◇取扱業務(詳しくは問い合わせください)

戸籍証明係☎3981-4766 ①戸籍謄・抄本などの交付②改製原・除籍の謄・抄本の交付③戸籍の附票の交付④不在籍証明書の交付

住民記録係☎3981-4782 ①転入・転居・転出などの届出②住民票の写しの交付(第三者請求は不可)③印鑑登録④印鑑登録証明書の交付⑤自動交付機用カードの交付

外国人登録係☎3981-4783 ①外国人登録証明書の交付②登録原票記載事項証明書の交付③在留期間延長の届出④印鑑登録証明書の交付⑤自動交付機用カードの交付

## 養育家庭(ほっとファミリー)体験発表会

東京都では、さまざまな理由で親と一緒に暮らすことのできない子どもたちを、一定期間家庭に迎えて家族と一緒に暮らし「養育家庭制度」を推進しています。

体験発表会を機会に「家族」について一緒に考えてみませんか?

◇日時など：11月6日(木)午後2～4時 区民センター

区民でピアニストの方による「瞳」のテーマソング演奏や、詩の朗読も予定されています。地域で子育てや福祉、教育に関心のある方の参加をお待ちしています。

☎東部子ども家庭支援センター☎5980-5275

## 高齢者配食サービス業務委託のプロポーザル参加募集

平成21年度高齢者配食サービス業務委託のプロポーザル参加の募集を行います。

※委託概要、資格要件、申込み方法、申込み期間などは、区ホームページ(アドレス1

## 区内6大学のパンフレットスタンドを設置しました

### 最新情報を提供します

区役所本庁舎1階・分庁舎B館1階・中央図書館に、連携・協働に関する包括協定を締結した、区内6大学(学習院大学・女子栄養大学・大正大学・帝京平成大学・東京音楽大学・立教大学※五十音順)の、パンフレットスタンドを設置しました。

大学案内、各種講座の案内など多彩なパンフレットを用意しています。

☎企画調整グループ☎3981-4201



▲本庁舎1階

面上部を参照するか、問い合わせてください。

☎地域包括サポート係☎3981-20006

☎心身障害者福祉センター事業スポーツ体験講座

●都身障スポーツセンターの協力で、軽めのスポーツを行います。同センターの利用についても説明します。日頃体を動かす機会がない方も、楽しく体を動かしてみませんか。

◇日時など：11月5・12・19日 水曜日 午後1時15分～3時(送迎は要相談) 心身障害者福祉センター

◇対象：身障手帳をお持ちで70歳程度までの、医師から運動を制限されていない方※都身障スポーツセンターを日頃利用していない方。

◇定員：10名※応募者多数の場合抽選。

☎10月27日までに、電話またはファクスで当福祉センターへ(窓口受付も可)☎3981-2811、☎3981-953・9441

●掲載広告募集！

区民サービス用封筒に広告を掲載しませんか

区民課などの窓口を利用された方にお渡しする封筒の掲載広告を募集します。

☎10月31日までに区民課管理係へ。応募方法など詳しくは、区ホームページ(アドレス1面上部)を参照するか、問い合わせください。

☎担当係☎3981-4709



### 子育て・教育



#### 子育てのお手伝いをしませんか?

子育ての手助けが必要な方と手助けができる方が会員になり、地域の中で子育てをする有償のボランティア活動を実施しています。

区内在住20歳以上の心身ともに健康な方で、左記の養成講座を受講し援助会員として活動できる方を募集します。

- ◆基本報酬：1時間800円
- ◆定員：30名
- ◆養成講座(全6回)
  - ◇日時など：11月5日(木) 午前、7日(金) 午後、11日(火) 午後、13日(木) 午前・午後、17日(月) 午前

※講義内容など詳細は問い合わせてください。

☎電話で10月31日までにファミリー・サポート・センター事務局 ☎3981-2146へ。

### 環境・清掃



#### さわやかな街づくり推進団体等を推薦してください

区は、「空き缶等の投げ捨て防止に関する条例」(ポイ捨て防止条例)を定め、さわやかな街づくりを目指しています。この条例の趣旨を踏まえ、自主的、継続的に清掃などの環境美化活動を行なっている団体と個人を表彰します。

◇対象：次の①②のすべてに該当する団体と個人。

①1年以上継続して月2回以上

上、駅前広場・公園・商店街に在在の方、または目白小学校に通学する児童の保護者で、平日の夜間に出席できる方

◇日程：平成20年11月～21年12月頃まで、毎月1回程度開催し、その後竣工(平成25年度)まで、数か月に1回開催。

◇募集人数：若干名

◇募集期間：10月31日まで(応募は10月31日まで)

◇募集方法：FAX、Eメール(8面下部記入例参照)で応募(400字以内)を記入の上、10月31日(必着)までに「学校運営課学校施設係」へ先着順に提出してください。

◇対象：次の①②のすべてに該当する方。

①区内在住または在勤②夫婦世帯(婚姻の届出あり)又は二親等内の親族があること③自ら居住するための住宅を必要としており④世帯の月額所得が20万円以上60万円以下⑤住民税を完納している

※今回の募集から資格要件が緩和されました。

◇住宅課窓口で直接申込み。募集要項(申請書は当係窓口配布(区ホームページからもダウンロード可※アドレス1面上部参照))

◇住宅管理係 ☎3981-2637

### まちづくり



目白小の建替え等を考える会(仮称)委員募集

目白小学校の建替え構想案を協議するための委員を募集します。

## MACHI PRESS

### まち通信

#### 人間と長くつきあってきた生き物「蚕」を見て知って!

区民ひろば椎名町・椎名町小学校「色々な生き物とふれあいを!」

先月12日、区民ひろば椎名町(南長崎4丁目)で椎名町小学校の3年生43名が蚕を観察しました。

椎名町小学校の児童たちは、1学期の授業でモンシロチョウの幼虫を育てたそうです。今回は蝶の幼虫に代わって蚕。蚕を見るのが初めての児童もいて、「わ～気持ち悪い!」とちょっとビクビクしながらの対面でした。

蚕の飼育主は、南長崎在住の浜野和雄さん。子どもたちやおとなに色々な生き物を見てもらおうと、区民ひろばの入口近くに「いきものコーナー」を作り、蚕のほか鈴虫やコオロギなどを展示しています。今回の約500匹の蚕は8月19日にふ化させたもの。実は椎名町小学校の農園や、周辺にも蚕が食べる桑の木が多くあるそうです。

浜野さんは、「蚕は5000年も前から人間に飼われられてきたので、近くに桑の葉を与えてあげないと食べられない」など蚕の特性をわかりやすく説明しました。

「みんな!静かにして桑を食べる音を聞いてみて」の浜野さんの声に、児童たちは顔を近づけて、「むしゃむしゃ音がする!」「思ったよりも早いスピードで食べているね!」と驚きの表情を見せました。

蚕たちを楽しげに観察する生徒たち。最初は怖がっていた児童からも「かわいい」との声も聞こえてきました。



▲少しビクビクしながら蚕との初対面

◇対象：目白小学校通学区域に在住の方、または目白小学校に通学する児童の保護者で、平日の夜間に出席できる方

◇日程：平成20年11月～21年12月頃まで、毎月1回程度開催し、その後竣工(平成25年度)まで、数か月に1回開催。

◇募集人数：若干名

◇募集期間：10月31日まで(応募は10月31日まで)

◇募集方法：FAX、Eメール(8面下部記入例参照)で応募(400字以内)を記入の上、10月31日(必着)までに「学校運営課学校施設係」へ先着順に提出してください。

◇対象：次の①②のすべてに該当する方。

①区内在住または在勤②夫婦世帯(婚姻の届出あり)又は二親等内の親族があること③自ら居住するための住宅を必要としており④世帯の月額所得が20万円以上60万円以下⑤住民税を完納している

※今回の募集から資格要件が緩和されました。

◇住宅課窓口で直接申込み。募集要項(申請書は当係窓口配布(区ホームページからもダウンロード可※アドレス1面上部参照))

◇住宅管理係 ☎3981-2637

◇区民相談グループ ☎3981-4164

◇区民住宅(ツシエ)あき家入居者の先着順募集

区民住宅は良質な民間賃貸住宅を区が借上げ、中堅所得ファミリー世帯を対象に提供している住宅です。入居者の収入に応じて家賃の減額が受けられます(所得制限あり)。※仲介手数料・更新料不要。

◇受付：10月22日(水)～11月7日(金) 午前8時30分～午後5時(初日のみ午後2時から)※先着順。受付時間前に来た方の申込み順位は抽選。

◇募集住宅：駒込2戸・駒込第二1戸・東池袋3戸・東池袋第二2戸・北大塚2戸・南大塚1戸・東池袋第二1戸・南池袋1戸・西池袋第三2戸・南長崎1戸・長崎1戸(全17戸)

◇対象：次の①②③のすべてに該当する方。

①区内在住または在勤②夫婦世帯(婚姻の届出あり)又は二親等内の親族があること③自ら居住するための住宅を必要としており④世帯の月額所得が20万円以上60万円以下⑤住民税を完納している

※今回の募集から資格要件が緩和されました。

◇住宅課窓口で直接申込み。募集要項(申請書は当係窓口配布(区ホームページからもダウンロード可※アドレス1面上部参照))

◇住宅管理係 ☎3981-2637

◇区民相談グループ ☎3981-4164

◇区民住宅(ツシエ)あき家入居者の先着順募集

区民住宅は良質な民間賃貸住宅を区が借上げ、中堅所得ファミリー世帯を対象に提供している住宅です。入居者の収入に応じて家賃の減額が受けられます(所得制限あり)。※仲介手数料・更新料不要。

◇受付：10月22日(水)～11月7日(金) 午前8時30分～午後5時(初日のみ午後2時から)※先着順。受付時間前に来た方の申込み順位は抽選。

◇募集住宅：駒込2戸・駒込第二1戸・東池袋3戸・東池袋第二2戸・北大塚2戸・南大塚1戸・東池袋第二1戸・南池袋1戸・西池袋第三2戸・南長崎1戸・長崎1戸(全17戸)

◇対象：次の①②③のすべてに該当する方。

①区内在住または在勤②夫婦世帯(婚姻の届出あり)又は二親等内の親族があること③自ら居住するための住宅を必要としており④世帯の月額所得が20万円以上60万円以下⑤住民税を完納している

※今回の募集から資格要件が緩和されました。

◇住宅課窓口で直接申込み。募集要項(申請書は当係窓口配布(区ホームページからもダウンロード可※アドレス1面上部参照))

◇住宅管理係 ☎3981-2637

◇区民相談グループ ☎3981-4164

◇区民住宅(ツシエ)あき家入居者の先着順募集

区民住宅は良質な民間賃貸住宅を区が借上げ、中堅所得ファミリー世帯を対象に提供している住宅です。入居者の収入に応じて家賃の減額が受けられます(所得制限あり)。※仲介手数料・更新料不要。

上(特に60歳代)の健康な方。◇年度会費千円、印鑑、証明写真顔写真1枚を当センターに持参して、希望の職種を伝えてください※技能専門職は経験者に限りません。

◇対象：次の①②③のすべてに該当する方。

①区内在住または在勤②夫婦世帯(婚姻の届出あり)又は二親等内の親族があること③自ら居住するための住宅を必要としており④世帯の月額所得が20万円以上60万円以下⑤住民税を完納している

※今回の募集から資格要件が緩和されました。

◇住宅課窓口で直接申込み。募集要項(申請書は当係窓口配布(区ホームページからもダウンロード可※アドレス1面上部参照))

◇住宅管理係 ☎3981-2637

◇区民相談グループ ☎3981-4164

◇区民住宅(ツシエ)あき家入居者の先着順募集

区民住宅は良質な民間賃貸住宅を区が借上げ、中堅所得ファミリー世帯を対象に提供している住宅です。入居者の収入に応じて家賃の減額が受けられます(所得制限あり)。※仲介手数料・更新料不要。



### 傍聴できます

「リサイクル・清掃審議会(第9回)」

10月21日(火) 午後3時から区民センター◇当日直接会場へ。

◇計画調整係 ☎3981-1320

「地域保健福祉計画策定委員会(第6回)」

10月24日(金) 午後6時から区民センター

◇電話、FAXで管理調整課計画グループ ☎3981-1365、FAX3981-1404へ。

住宅対策審議会(第31回)

10月27日(月) 午後2時から区役所本庁舎

◇電話で10月24日までに住宅施策推進担当 ☎3981-2655へ※先着順。

第3回文化拠点整備計画策定委員会

旧平和小学校跡地に建設予定の複合施設における文化拠点のあり方などの検討。

◇10月27日(月) 午後7～9時生活産業プラザ

◇当日正午までに電話で文化政策調整担当 ☎3981-1656へ。

# 池袋モンパルナスの集い

## ～小熊秀雄「長長忌(じゃんじゃんき)」

長長忌とは、「池袋モンパルナス」の名付け親である小熊秀雄をしのび、小熊秀雄の業績を後世に伝え残すことを目的として、毎年1回、小熊秀雄や池袋モンパルナスについての講演を行う催しです。

なお、「長長忌」の名は、小熊秀雄の長編詩『長長秋夜(じゃんじゃんちゅうや)』より引用され、有志によって命名されました。

10月25日(土) 午後2時～4時30分  
勤労福祉会館◇講演…第1部「小熊秀雄とモンパルナス」詩人/長谷川龍生氏、第2部「小熊秀雄とデッサン画のあいだ、長谷川利行と詩のあいだ」美術史家/尾崎真人氏◇120名◇一般1,000円、学生500円(資料代)☎小熊秀雄協会☎3900-8511、池袋モンパルナスの会☎3971-6965

☎文化デザイン課庶務グループ☎3981-1476



# 地域研究ゼミナール(全5回)

## 池袋モンパルナス前史

### ～白樺派と生命の芸術

12月14日、平成21年1月11日、2月8日、3月8・22日 日曜日 午後2～4時 あうるすぽっと会議室  
ほか◇図書館の資料を活用し学びながら、自分の研究テーマを探す◇講師…図書館専門研究員/尾崎真人氏◇30名◇500円(資料代など)※交通費は各自負担☎往復はがき(8面下部記入例参照)で、11月14日(消印有効)までに「〒170-8442 東池袋4-5-2 ライズアリーナビル5階 中央図書館企画調整グループ」へ。

※一人1通。電子申請も可。区ホームページ(アドレス1面上部)参照。応募者多数の場合は抽選。  
☎当グループ☎3983-7861



尾崎真人氏

# 図書館おはなし会に参加しませんか？

## 10月27日は 文字・活字文化の日

平成17年7月に「文字・活字文化振興法」が策定されました。それに伴い、毎年10月27日を“文字・活字文化の日”と定め、文字・活字文化についての関心と理解を国民に広く深めるため、様々な取り組みが行なわれます。区内各図書館でも、子どもたちに向け多彩な催しを行います。



上池袋  
図書館

### さくらんぼおはなしかい

10月22日(木) 午後3時から 地下ホール  
◇ビッグブックの読み聞かせ、パネルシアターなど  
☎当館☎3940-1779

池袋  
図書館

### おはなしたんぽぽ

10月18日(土) 午後2時から ワークルーム  
◇ビッグブックや絵本の読み聞かせなど  
☎当館☎3985-7981

千早  
図書館

### ほんどこおはなしかい

10月22日(木) 午後3時30分から 視聴覚室  
◇絵本の読み聞かせ  
☎当館☎3955-8361

駒込  
図書館

### おはなしのはこ

10月25日(土) 午後3時から 児童室  
◇ビッグブックの読み聞かせ、紙芝居など  
☎当館☎3940-5751

巣鴨  
図書館

### ほんのじかん

10月22日(木) 午後3時から 地下会議室  
◇パネルシアターなど  
☎当館☎3910-3608



目白  
図書館

### ムッシュ・めじろと日本語をたのしもう!

10月25日(土)～11月27日(木) 児童室・特集コーナー◇ことばあそび、詩などの本を展示。ムッシュ・めじろが紹介します。  
☎当館☎3950-7121

きれいになって再オープンしました。

中央  
図書館

### おはなし会スペシャル

10月26日(日) 午後2時から 児童コーナー  
◇絵本の読み聞かせ、パネルシアター、ストーリーテリングなど  
☎当館☎3983-7861



☎は[問い合わせ先]、☎は[申込み先]、HPは[ホームページ]、EMは[Eメール]、FAXは[ファクス]、☎は[フリーダイヤル]です。\*費用の記載がない事業は無料です。

# 豊島区精神保健福祉活動

問池袋保健所健康推進課  
☎3987-4174  
長崎健康相談所  
☎3957-1191

## 自殺予防

大切な命を失わないために、  
今私のまわりの5つの誤解

近年自殺者数は、年間3万人以上という高い水準にあります。自殺は精神的な悩みや不調を抱えて、長い間迷った末の、追い込まれた死であることが少なくありません。

自殺の背景には不況による失業率の増加、多重債務など経済的な要因も大きく影響しています。一方、自殺する人の8～9割ほどに、うつ病、アルコール依存症などをはじめとするこころの病が関係していると言われています。こころの病は適切な治療によって回復するものです。

自殺について一般に広く信じられていることは、事実とはかなり異なっています。まず、それらの誤解について説明します。

1 「『死ぬ・死ぬ』という人は、本当は自殺しない」という誤解

自殺した人の8～9割は、実際に行動におよぶ前に何らかのサインを他人に送ったり、自殺するという意思をはっきりと言葉に出したりして周囲に伝えているのです。「救いを求める叫び」をきちんと受けとめられていなかったことが問題なのです。

2 「自殺の危険度が高い人は死ぬ覚悟が確固としている」という誤解

自殺の前にまったく平静な人などほとんどいません。むしろ、自殺の危険の高い人は「生」と「死」の間で心が激しく動揺しているのが普通です。絶望しきって死んでしまいたいという気持ちばかりではなく、生きたいという気持ちも同時に強いということです。

私たちが本人の「生きたい」、「助けてほしい」という気持ちをどこまで汲み取れるかが自殺を止める鍵となります。

3 「未遂に終わった人は死ぬつもりなどなかった」という誤解

自殺の危険の高い人でも、その心の中には「死にたい」という気持ちと「助けて欲しい」という気持ちの2つの相反する気持ちが揺れ動いているのであり、それが自殺行動にも反映されているのです。

自殺におよび、未遂となった人は、その後も同様の行動を繰り返し、結局は自殺によって生命を落としてしまう率が一般よりも高いという事実を忘れてはなりません。

4 「自殺について話をすることは危険だ」という誤解

自殺したいという絶望的な気持ちを打ち明けると、打ち明けられる人の間に信頼関係が成り立っており、救いを求める叫びを真剣に取り上げようとするならば、自殺について率直に語り合うほうがむしろ自殺の危険を減らすことになります。

また、自殺について言葉で表現する機会を与えられることで、絶望感に圧倒されていた気持ちに対して、ある程度距離を置いて冷静に見ることが可能になります。

5 「自殺は突然起き、予測は不可能である」という誤解

自殺が突然のように見える場合でも、実は自殺に至るまでには長い苦悩の道程があるのが普通です。一見最近の事件が原因のようで、それは引き金になっただけに過ぎないことが多いのです。一般に、自殺の動機は深刻で長期にわたる場合が多いのです。

(東京都中部総合精神保健福祉センターホームページから引用改変)

## こころの病



こころの不調を引き起こす、こころの病のいくつかを紹介します。

●気分障害(躁うつ病・うつ病・躁病)

うつ状態のときは、気分が沈み、周囲への興味がなくなり、不眠、食欲が低下し、疲れやすく、気力が落ちて悲観的な考えに囚われてしまいます。また、食欲がない、胃腸の調子が悪いなどの身体症状もあります。

躁状態では気分爽快になり、あまり意味のないことをしゃべり続けたり、落ち着きなく動き回ったりします。気が大きくなって、不必要に浪費することもあります。

躁状態とうつ状態を繰り返したり、うつ状態だけが現れたりする場合があります。躁状態だけが現れる例は少ないようです。

●不安障害(神経症)

普通ならなんでもない状況や場所などに対して、過剰に不安や恐怖を感じてしま

ます。不安を招く場面では、動悸・呼吸困難・めまい・発汗などの症状を起こすこともあります。

外出できない、乗り物に乗れない、何度も手を洗う、体に病気があるのではないかとひどく不安になるなど、いろいろな症状があります。日常生活に支障をきたしますが、何とかこなすこともできるようです。

●統合失調症

100人に1人の割合で発症する、比較的身近な病気です。発症すると次のような症状が現れます。

・妄想…事実ではないのに被害を受けていると思ったり、理屈に合わない考えを確信し修正できなくなります。

・幻覚…存在していないものが見えたり、自分を悪く言っている声や、指図するような声が聞こえたりします。

・思考の障害…考える力や集中力が低下

し、会話にまとまりがなくなります。独り言を言うこともあります。

・意欲や感情面…何もする気が出ず、感動することがなくなり、周囲に無関心になります。

個人差がありますが、適切に治療することで少しずつ回復に向かいます。

●嗜癪(しへき)・さまざまな依存症

ある習慣から抜け出せなくなり、やめようとするにつらくなります。本人だけの努力で何とかなる問題ではなく、治療の必要な病気です。

アルコールや薬物への依存、買い物・ギャンブル・異性への依存、過食・拒食などの摂食障害、ドメスティックバイオレンス、虐待、いろいろな自傷行為なども、嗜癪(しへき)と言います。

依存している本人は苦しんでいる一方で、問題を否認していることが多いです。

## 保健所・健康相談所の取り組み

こころの病について、保健所・健康相談所にご相談ください。ご家族の相談もお受けします(連絡先は右上部)。

●精神保健福祉相談…毎月1回、精神科医師による相談を受け付けます。(長崎健康相談所は隔月)

●家族問題相談…池袋保健所で、毎月1回、精神保健福祉士による相談を受け付けます。

●保健所デイケア…池袋保健所で、週1回、精神障害の方を対象にした生活訓練を行なっています。

●各種講演会…こころの健康について知識を深めたり、考えたりするメンタルヘルス講座、こころの病のある方と共に、地域でどのように生活していくかを考える精神保健福祉セミナー、嗜癪に関する講演会などを適宜実施しています。

## 日中活動に伴う関係機関の取り組み

保健所が支援する精神保健福祉活動に、家族会の活動があります。こころの病をお持ちの方がいるご家族が、他人には言えない悩みを語りあい、助けあうとともに、精神障害についての正しい知識や接し方、福祉制度についての学習会などを行なっています。

また、精神保健福祉ボランティアの活動の支援も行なっています。

●こころの病のある方へ  
こころの病のある方が、医療を継続しながら障害を克服して地域で生活を営むためには、それを支える様々な支援の輪が必要です。

現在、区内には、公的・私的な支援の輪が広がりつつあり、様々な活動を行なっています。

詳しくは直接各施設にお問い合わせください。

### 共同作業所…社会適応等通所訓練施設

施設名	所在地
ハートランド ひだまり	北大塚3-34-7 ☎3949-2963
サンハウス	千川2-37-6山口ビル1F ☎3972-2375

地域活動支援センター…創作的活動または生産活動の機会の提供、社会との交流などを行う事業所。

I型(相談支援型)

地域生活支援センター こかげ	北大塚3-34-7 ☎3949-1990
----------------	-------------------------

III型(作業所型)

地域活動支援センター そよかぜ	長崎3-15-5 ☎3959-4508
フレンド	自由4-13-3大和ビル1F ☎3952-3933
このはの家	南長崎5-18-7-102 ☎6850-3019
ハートランドのみり	北大塚3-21-1 ☎3949-1920
染井クリエイト	駒込7-16-19 ☎5394-6533
あとりえ ゆうかり	千早2-29-6 ☎3554-8284

就労移行支援…就労を希望する65歳未満の者に就労に必要な知識及び技術の習得等を行う事業所。

オフィスあおぞら	長崎3-6-18 ☎3972-8380
豊志会 ジョブトレーニング事業所	北大塚3-34-7 ☎3915-9063

就労継続支援(A型)…雇用契約を結び、生産活動などを提供する事業所。

豊志会 フードサービス事業部	北大塚3-34-7 ☎3915-9052
自立支援センター まめの樹	西池袋5-26-16CHIBAビル501 ☎3973-8711

就労継続支援(B型)…雇用契約を結ばず、生産活動などを提供する事業所。

ポシェットとドンマイ	南長崎6-34-13 ☎3950-5518
あおぞら作業所	長崎3-6-18 ☎3959-5147
豊志会 ジョブトレーニング事業所	北大塚3-34-7 ☎3915-9002
共同作業所オーク	西池袋1-2-6トクマルビル801 ☎5992-8287

生活介護…常に介護を必要とする人に、日中活動の中で、排せつ、食事の介護等を行うとともに、創作的活動や生産活動の機会の提供を行う事業所。

ポシェットとドンマイ	南長崎6-34-13 ☎3950-5518
------------	--------------------------

園施設支援グループ☎3981-1786

☎は[問い合わせ先]、☎は[申込み先]、HPは[ホームページ]、EMは[Eメール]、FAXは[ファクス]、☎は[フリーダイヤル]です。※費用の記載がない事業は無料です。

### 11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るため、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		
子どもの健康	乳児健康診査 (1日目・BCG)	4・18日(火) 午後1~2時	11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)	6・20日(木) ①午後1時から②午後1時30分から	12日(木) ①午前9時15分から②午前10時から	
	1歳6か月児健康診査	7・21日(金) 午前9~10時	27日(木) 午前9~10時	
	3歳児健康診査	11・25日(火) 午後1~2時	20日(木) 午後1~2時	
	歯科衛生相談 (4歳未満児) (予約制)	6・13・20・27日(木) 午前9時~10時30分	11・18・25日(火) 午前9時~10時30分	
	母親学級 (予約制)	14・21・28日(金) 午後1時~3時30分		
	両親学級 (予約制)	23日(日) 午後0時20分~3時30分		
	ぜん息相談(呼吸器全般)	電話相談は随時 面接相談は要予約 ☎公営保健係☎3987-4220		
	おとなの健康	生活習慣病予防健診 (予約制) ※対象:30歳・35歳の方、 40歳以上の生活保護受給の方	5・12日(木) 午後1時~2時30分	
		健康(保健)相談 (予約制)	26日(木) 午後1時30分~3時	12日(木) 午後1時30分~3時
食事(栄養)相談 (予約制)		26日(木) 午後1時30分~3時	12・26日(木) 午後1時30分~3時 20日(木) 午前9時30分~11時	
HIV(エイズ)検査 (予約制) ※結果は検査の1週間後		10日(月) 午後1時~2時		
B型・C型肝炎ウイルス検査 (予約制) ※結果は検査の1週間後		10日(月) 午後2時30分~3時		
緊急肝炎ウイルス検査 (申込制)		区内の医療機関で実施しています※はがき・ファクスなどでの 申込みとなります ☎保健事業係☎3987-4660		
エイズ相談(性感染症含む)		平日 午前9時~正午、午後1~5時		
いのちの健康		デイクア(要事前相談)	毎週 水曜日	
		精神保健福祉相談 (予約制)	6日(木) 午後2~4時	
		障害者の家族相談 (予約制)	17日(月) 午後1時30分~3時30分	
その他	随時相談	思春期・不妊症・更年期・難病・感染症など、健康に関する相談を受けています。		
	飼い犬・飼い猫のしつけ相談	<池袋保健所> 27日(木) 午後1~4時 ☎生活衛生係☎3987-4175		

◎11月の骨太健診(25歳の女性対象・該当者には通知済)…19日(火) 午後1時30分~1時45分※予約受付中。  
◎12月の生活習慣病予防健診(池袋保健所)…3・10日(木) 午後1時~2時30分※予約は11月4日から。

#### 出張育児相談

5日(火) 区民ひろば西巣鴨第二	17日(月) 長崎健康相談所
11日(火) 区民ひろば西池袋	午後1時30分~2時30分
18日(火) 区民ひろば高南第二	26日(木) 要町第一児童館
25日(火) 池袋保健所	午前10時~10時30分
※いずれの会場も午前10時~10時30分	
7日(金) 東部子ども家庭支援センター	
午後1時30分~2時	
☎池袋保健所☎3987-4174	☎長崎健康相談所☎3957-1191

## ウエルカム赤ちゃん

### ~はじめての子育てを応援します

お友達をつくったり、赤ちゃんと触れ合ったりしませんか? 区の子育て支援サービスの案内や、絵本のプレゼントもあります。

◇対象…区内在住で、第一子を妊娠されている方とその家族

☎電話で各支援センターへ

●東部子ども家庭支援センター  
☎5980-5275 (北大塚3-12-12)  
11月12日、12月17日、2月18日、  
3月18日 水曜日 午後1時30分~  
2時30分

●西部子ども家庭支援センター  
☎5966-3131 (千早4-6-14)  
11月10日、12月15日、2月16日、  
3月16日 月曜日 午前10~11時

## 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 通年実施  
◇区内在住の30歳以上の方(昭和54年3月31日以前に生まれた方)◇胃がん検診…豊島健康診査センターで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、自宅ですべての検体受付医療機関へ提出◇無料。

②肺がん検診 4月から平成21年1月まで実施(申込みは11月28日まで) 豊島健康診査センター◇区内在住の40歳

以上の方(昭和44年3月31日以前に生まれた方)◇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、検診機関へ支払ってください。生活保護受給中の方は免除(生活保護受給証明書を検診時に持参)はがき、ファクス(8面下部記入例参照。希望の検診名と生年月日も記入)で、「地域保健課」(あて先上部欄外参照)へ。電子申請、直接当課窓口申込みも可。いずれも複数申込み可※受付後、胃がん・肺がん

## 官公署だより

### ●豊島税務署

年末調整関係の用紙の事前配布

10月30日(木) 午前10時~午後4時  
◇支給人員50名以上の方や早めに必要な方には、当署で用紙(法定調書、給与支払報告書含む)を配布します。

☎当署☎3984-2171

### ●東京第一検察審査会

平成21年5月より改正検察審査会制度が施行されます

検察審査会は、検察官が事件を裁判にかけなかったこと(不起訴処分)について妥当かどうか審査する機関です。

検診は日時指定の受診券を送付します。  
☎保健事業係☎3987-4660、☎3987-4178

### ◆骨粗しょう症検診

対象の方に受診券を送付しました。受診券が届いていない方、紛失された方は連絡してください◇実施期間…11月29日(土)まで◇対象…区内在住の40・45・50・55・60・65・70歳の女性の方(平成21年3月31日までに上記年齢に達する方)◇豊島健康診査センターで骨密度を測定。その後、所定の医療機関で結果の説明・相談を受けることができます。

☎保健事業係☎3987-4660

### ◆飼い主のいない猫の不妊去勢手術費用を一部助成します(第4回申請)

◇対象…区内の飼い主のいない猫(判定制度あり)◇申込条件…①~④すべてに該当する方。①20歳以上の区民②助成決定後自分で猫を捕獲し協力動物病院まで持ち込める③手術後、元の場所に戻ることができる④手術費と助成額との差額を支払える※申込多数の場合は抽選◇手術期間…12月上旬~平成21年1月31日◇助成額…オス2,000円、メス4,000円※決定前と1月31日以降の手術には、助成できません☎11月20日までに生活衛生係へ。  
☎当係☎3987-4175

### ◆筋力アップ教室らくらくコース

①11月5日~1月28日 水曜日 午後2時~3時30分 要町第一区民集会所  
②11月7日~1月30日 金曜日 午後2時~3時30分 豊島清掃事務所  
①②とも全12回(年末年始除く)◇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う◇要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の区内在住で、医師から運動を止められていない方◇20名◇3,600円☎往復はがき(8面下部記入例参照。希望会場も明記)で、10月28日(必着)までに「高齢者福祉課介護予防係」(あて先上部欄外参照)へ※応募者多数の場合は抽選。  
☎当係☎3981-1564

### ◆高齢者マシントレーニング

11月6日~2月2日 月・木曜日(全24回。祝日の場合は翌日。年末年始は休み) 午後1時15分~2時45分 東電さわやかケアポートとしま(北大塚1-12-15)◇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基づく運動◇要支援・要介護認定を受けていない65歳以上で体力の衰えが気になる方で、医師から運動を止められ

11人の審査員で構成され任期は6か月です。審査員は選挙人名簿からくじで選ばれます。この制度をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

☎当会事務局☎3581-2856、最高裁判所☎http://www.courts.go.jp/

### ●池袋公共職業安定所

10月は労働保険適用促進月間  
~一人でも雇ったら必ず入るもの  
それは「労働保険」

労働保険とは雇用保険と労災保険の総称で、労働者を雇う事業主に加入が義務付けられています。

☎雇用保険…当所雇用保険適用課適用係☎3988-6662、労災保険…池袋労働基準監督署労災課☎3971-1259

ていない方◇15名◇7,200円☎往復はがき(8面下部記入例参照。希望会場も明記)で、10月29日(必着)までに「高齢者福祉課介護予防係」(あて先上部欄外参照)へ※応募者多数の場合は抽選。  
☎当係☎3981-1564

### ◆お父さんの育児学級

11月8日(土) 午後1時30分~3時30分 東部子ども家庭支援センター◇夫の役割、父親の役割を考える。親子での遊び方の紹介もあり※母子手帳を持参◇4か月~11か月の子どもを持つ父親とその家族◇12組※先着順。  
☎当センター☎5980-5275

### ◆第2回メタボリックシンドローム予防教室~あの日のお腹にかえりたい

11月8・15日 土曜日 午後1時30分~3時30分 池袋保健所◇体成分測定(体重・骨格筋・体脂肪・基礎代謝量)、血管年齢測定、メタボリックシンドロームと予防の話(生活・食事)、運動実技など◇講師…健康運動指導士/鈴木京子氏◇区内在住で医師に運動の制限をされていない65歳未満の方優先◇25名※先着順。

☎池袋保健所保健指導係☎3987-4174

### ◆介護予防まるごと講座(全6回)

11月14日~12月19日 金曜日 午後2時~3時30分 山吹の里(高田3-37-17)◇介護予防に効果のある運動や栄養バランス、口の中の手入れ、認知症予防などを総合的に学ぶ◇区内在住、65歳以上の方◇20名◇1,800円☎往復はがき(8面下部記入例参照)で、11月4日(必着)までに「高齢者福祉課介護予防係」(あて先上部欄外参照)へ※先着順。  
☎当係☎3981-1564

### ◆国民健康保険加入者の方へ

#### 「第3回健康づくり教室」

12月5日~平成21年1月30日 金曜日(1月2日は除く。全8回) 午前11時~午後1時 池袋スポーツセンター◇生活習慣病予防のために、簡単なストレッチやエアロビクスなどの運動を行う◇豊島区の国民健康保険加入者で、保険料に未納のない40歳以上の方(8回すべてに参加できる方)◇40名◇500円☎はがき(8面下部記入例参照。国民健康保険証の記号番号、生年月日も記入)で、10月29日(必着)までに「国民健康保険課管理係」(あて先上部欄外参照)へ。直接窓口・電子申請も可※応募者多数の場合は抽選(今年度初めて参加する方を優先)。  
☎当係☎3981-1923

# イベント情報

費用の記載がない事業は無料です

## 見て！感じて！ 環境とリサイクルに関する ポスター作品展示

10月15日(水)～22日(水) 区役所本庁舎  
1階ロビー◇区内小・中学生の想いが  
つまった力作を展示。足をとめてゆっ  
くりとご覧ください。

環境事業係☎3981-2771

## 金曜いていのコンサート 「昼休みのひととき 吹奏楽」

10月17日(金) 午後0時10分～0時50  
分 南池袋公園(南池袋2-21-1)※  
雨天中止◇演奏…陸上自衛隊第一音楽  
隊◇主催/同実行委員会※来場者の方  
に抽選でプレゼントあり。

南池袋パーク商店街☎3971-5345、  
商店街振興係☎5992-7017

## 紅葉に彩る植樹の集い

10月25日(土) 午前9時 西武秩父駅  
前集合◇「ちちぶ森と水の応援団」事業  
のボランティアとして参加(山で作業  
ができる服装・靴で参加)◇小学生以  
上(小学生は保護者同伴)◇30名◇交通  
費など各自負担☎電話またはファクス  
(8面下部記入例参照)で10月22日まで  
に「秩父市役所 林業振興課☎0494-  
22-2369、☎0494-22-2309」へ。

消費生活センター☎5992-7015

## 子育てフェスティバル

10月25日(土) 正午～午後3時30分  
区民センター◇保育士による人形劇、  
手作りおもちゃとあそびコーナー、木  
のおもちゃコーナー、給食レシピなど  
◇主催/豊島区公立保育園研究会◇当  
日直接会場へ。

高松第二保育園☎3955-8421

## 都民のための野菜天国・果物王国・ 花華楽園まつり2008

10月26日(日) 午前10時～午後1時30  
分 豊島市場(JR・都営三田線巣鴨駅  
から徒歩10分)◇野菜・果物・花の即  
売、フリーマーケットなど◇主催…東  
京都青果小売商団体協議会、東京都  
園芸青果商業協同組合豊島支所  
☎3918-7371、商工政策係☎5992-7089

## 木に名前をつけちゃおう大作戦

10月26日(日) 午後2時から 上り屋  
敷公園集合※雨天の場合11月2日(日)◇  
樹木観察と樹名板付け◇講師…東京農  
工大学名誉教授/相場芳憲氏※本事業  
は団体と区の協働事業です。

豊島みどりの会 和田☎3957-7401、  
公園管理担当係☎3981-0534

## 目白庭園「第6回赤鳥寄席」

11月3日(水) 午後2～4時 赤鳥庵  
(目白庭園内)◇出演…桂平治氏◇50名  
(未就学児はご遠慮ください)◇500円  
往復はがきまたはファクス(8面下  
部記入例参照)で10月28日(必着)まで  
に「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園」へ。  
目白庭園で直接申込可。電話申込み  
不可※先着順。

目白庭園☎5996-4810、☎5996-4886

## みらい館大明

①恒例！サタデーチャングフィーバー  
2008 11月8日(土) 午後1～2時/池  
袋西口公園、午後1～6時/みらい館  
大明◇韓国音楽・食べ物など満載の  
お祭り。今回、池袋西口公園でもチャ  
ング(韓国伝統太鼓)を演奏。

②ダンスセラピー からだの声を聞いて  
みませんか？(全8回) 11月7～28  
日、12月5～26日 金曜日 午前10時  
30分～正午◇10名◇4,000円※要予約。  
先着順。

③仏画教室 入門編(全6回) 11月2  
・16日、12月7・21日、1月11・18日  
日曜日 午前10時～正午◇15名(初め  
ての方、絵画を習ったことがない方も  
可)◇9,000円(道具レンタル代500円  
別)※要予約。先着順。

みらい館大明☎3986-7186

## おとだま～想いをうたにのせて

11月15日(土) 午後5～7時 自由学  
園明日館講堂◇6人の若手女性作曲家  
によるコンサート◇2,000円◇主催/  
日本女性作曲家連盟◇当日直接会場  
へ。

当連盟 上田☎047-348-3328、文  
化デザイン課☎3981-1476

## 姉妹都市秩父市で「旅立ちの丘コ ンサート」

11月29日(土) 午後1時から 秩父ミ  
ューズパーク音楽堂(埼玉県秩父郡小  
鹿野町長留2523)◇埼玉県秩父市が姉  
妹都市などの音楽団体を招き、市内の  
音楽団体との交流音楽会を開催◇出演  
団体…豊島区吹奏楽団、荒川区民フィ  
ルハーモニー合唱団、紅富士太鼓(山  
梨市)、秩父混声合唱団、秩父ウインド  
オーケストラ、秩父第一中学校コー  
ラス部◇整理券が必要。文化デザイン課  
で配付。詳しくは実行委員会に問い合  
わせてください。

秩父芸術祭実行委員会(秩父市市長  
室ふるさと創造課)☎0494-22-2823、  
文化デザイン課☎3981-1476

## 講演・講習



### 講演会シリーズ

◆より良い介護保険サービスのために  
第2回 「一度、基本に立ち戻ってみ  
ませんか？～解決困難な問題の壁に当  
たった時の視点の交換」

10月28日(火) 午後2～4時 区民セ  
ンター文化ホール◇講師…マルシモケ  
アプランサービス介護支援専門員/元  
松敏彦氏◇区内に事業所のある介護保  
険サービス事業の従業者、および聴講  
を希望する区民の方◇200名  
☎電話で「介護保険課事業者指定担当  
☎3981-1840」へ。

### ◆家庭教育講座

①西巣鴨中学校「茶道に学ぶ」 11月1  
日(土) 午後1時30分～2時30分 当校  
会議室◇茶道を通じて日本の伝統文化  
について考える◇講師…表千家/江島  
宗文氏◇親子20組※先着順。

②千早小学校「音あそび」 11月15日(土)  
午後1～3時 当校体育館◇歌や音  
に合わせて親子で心と体のコミュニケ  
ーションをとる◇講師…音あそび教室  
代表/佐々木菜穂子氏◇親子50組※先  
着順。

③南池袋小学校「親子で楽しむ Eng-  
lish! ～エリックと歌おう」 11月22  
日(土) 午後2時から 当校体育館◇異  
文化に慣れ親しみ、楽しく親子で歌っ  
て踊る◇講師…エリック・ジェイコブ  
セン氏◇親子50組※先着順。

④～⑥いずれも☎事前に電話または  
ファクス(8面下部記入例参照)で生涯  
学習グループへ。

担当グループ☎3981-1189、☎3981-  
3069

◆講演「子ども達の教育と地域の力」  
11月1日(土) 午前10時～正午 南池  
袋小学校体育館◇講師…豊島区教育長  
◇主催/南池袋小学校PTA◇共催/  
南池袋小学校開放運営委員会  
☎地域・学校連携係☎3981-1335

◆雑司が谷地域文化創造館文化講演  
会「母 柳原白蓮を語る」

11月1日(土) 午後1時30分 当館◇  
明治・大正・昭和を生きた歌人「柳原  
白蓮(宮崎輝子)」についてご息女が語  
る◇講師…宮崎露彦氏◇60名◇500円  
☎事前にファクス(8面下部記入例参  
照)で当館へ※先着順。

当館☎3590-1253、☎3950-1452

◆豊島区医師会区民公開講座 区共  
催事業「中高年者の生活習慣病」

11月1日(土) 午後1時30分～4時  
区民センター6階 文化ホール

①「メタボリックシンドロームってな  
に？」◇講師…東京慈恵会医科大学准  
教授/横田邦信氏

②「中高年者のための運動療法は？」◇  
講師…順天堂大学スポーツ健康科学部  
教授/櫻庭景植氏

◇区内在住・在勤の方◇200名※先着  
順。☎事前に電話またはファクス(8  
面下部記入例参照)で「豊島区医師会☎  
3986-2321、☎3984-5921」へ。

☎地域保健課管理係☎3987-4203

◆エボック10 子育て講座 共催事業  
「思春期の子どもの世界V～精神科医  
の臨床からみえること」

11月11日(火) 午前10時～正午 立教  
大学池袋キャンパス太刀川記念館3階  
ホール◇精神科医として子どもと家族  
を長年見続けてきた経験から、思春期  
の子どもがすこやかな育ちについて一  
緒に考える◇講師…東京芸芸大学教育  
学部教授/田村 毅氏◇100名◇共催/  
立教大学校友会レディスクラブ、豊  
島区◇保育あり(要予約。9か月以上  
の未就学児。先着10名)☎11月7日ま  
でに電話・ファクス・Eメール(8面  
下部記入例参照)で男女平等推進セン  
ターへ※先着順。電子申請可。

担当センター☎5952-9501、☎5391-  
1015、☎A0029117@city.toshima.lg.jp

◆心身障害者福祉センター  
「障害者パソコン講習会」

①デジカメコース(全3回) 11月12～  
26日 水曜日 午後1時20分～3時20  
分◇デジカメの基本操作とパソコンへ  
の取り込みなど◇初心者向け※デジカ  
メ不要。

②Vista コース(全3回) 12月10～24  
日 水曜日 午後1時20分～3時20分  
◇Vistaの基本操作◇Vista対応の  
パソコンを持参できる初心者の方

③④いずれも◇区内在住、在勤で18  
歳～64歳までの身障手帳または愛の手  
帳をお持ちの方◇5名(介助の必要な  
方は要事前相談)◇500円(テキスト代)  
☎①は10月31日、②は11月28日まで  
に電話またはファクス(8面下部記入例  
参照)で当センターへ。窓口申込み可  
※応募者多数の場合は抽選。

担当センター☎3953-2811、☎3953-  
9441

◆消費生活講座 「手作り食品講座  
～お米を見直そう」

11月14日(金) 午前10時～午後1時  
生活産業プラザ◇講師…東京第一友の  
会食研究グループ◇区内在住・在勤の  
方◇24名◇保育あり(要予約。1歳半  
以上の未就学児)◇500円(材料費)

☎電話またはファクス(8面下部記入  
例参照)で、10月30日までに「消費生活  
センター☎5992-7015、☎5992-7024」  
へ※応募多数の場合は抽選。



### ◆生涯学習オープンスクール開講

●子どもたちの英会話教室～英語マジ  
ックワールド 11月15日(土) 午後1時  
～2時30分 日本外国語専門学校◇①  
幼稚園児(年中・年長児対象)②小学生  
(1・2年生対象)◇各30名◇500円  
☎当校☎3365-6141

●Excel入門/簡単な表とグラフ作  
成～Ver.2007 11月12日(水) 午後6  
時30分～9時 大原情報ビジネス専門  
学校◇初心者◇30名◇3,000円  
☎当校☎5952-0080

●葬祭業界体験セミナー 11月15日(土)  
午後1時～3時30分 駿台トラベル  
&ホテル専門学校◇大学生・短大生・  
社会人・フリーター◇30名◇無料  
☎当校☎3946-1211

☎生涯学習グループ☎3981-1189

### ◆都立駒込病院市民公開講座

#### 「大腸がん」

11月15日(土) 午後2～4時 都立駒  
込病院 別館1階講堂◇大腸がんの予  
防、早期発見・治療法について地域  
の方を対象にした公開講座◇講師…当  
院医師◇150名☎11月10日までに電話・  
はがき・ファクス・Eメール(8面下  
部記入例参照)で「駒込病院がん拠点事  
務局 〒113-8677 文京区本駒込3-  
18-22☎3823-2101、☎3823-5433、  
☎koukaikouza@cick.jp」へ※先着順。

☎保健事業係☎3987-4660

## スポーツ



### ◆第36回

#### 障害者「スポーツのつどい」

10月26日(日) 午前10時～午後2時30  
分 池袋中学校◇毎年恒例「スポーツ  
のつどい」。日ごろスポーツに親しむ機  
会の少ない障害者の皆さんが楽しんで  
いただけるゲームを中心にスポーツ競  
技を行う◇ビーチボール送り・パン食  
い競走・デカパン競走・玉入れ合戦・  
借物競走・大漁引きレース・みんな  
でおどろう・フルーツじゃんけん、池袋  
中学校吹奏楽部による演奏、和太鼓と  
よさこい(榎本クリニックメンバー)◇  
区内在住、在勤の障害をお持ちの方と  
その家族◇当日直接会場へ。

☎障害者福祉課☎3981-1291、☎3981-  
4303

# 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

## ◆第56回区民駅伝大会

12月14日(日) 午前10時発走 皇居・桜田門(地下鉄有楽町線桜田門駅下車) 周回コース(一人1周約5km、女子の部・中学生の部は半周)◇一般男子、女子の部(高校生・大学生を含む)ノ壮年男子の部(40歳以上)ノ男女混成の部ノ中学生男子、女子の部◇競技者1チーム5人。一般女子の部と中学生の部は6人◇区内在住・在勤・在学の方◇1チーム2,500円(中学生の部2,000円) 国所定の申込用紙(学習・スポーツ課で配布。区ホームページからダウンロード可※アドレス1面上部参照)を11月28日までに、直接当課窓口へ※参加費は所定の申込用紙で郵便局へ払込み。

●監督者会議 12月4日(木) 午後6時30分から 生活産業プラザ グループ活動室  
☎スポーツ振興グループ☎3981-1334

## 体育施設からのお知らせ

### ◆雑司が谷体育館

10月体験会 受付中!  
【体育室】●幼児エアロビクス(1~3歳未満) 月曜日 午前11時~11時45分◇子どもの運動能力を育てる。お母さんと一緒だから安心

●フラメンコ 水曜日 午後3時10分~4時10分◇入門コースとして気軽に参加できる料金で登場

●ベリーダンス with ZUMBA 金曜日 午後0時15分~1時15分◇ラテンのリズムでノリノリ! 楽しく脂肪を燃焼する  
◇各1,000円◇1人1回限り  
国事前に電話の上、当日利用料を添えて3階受付まで※各5名以上で実施。

【プール個人公開】①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分③午後4~6時④午後6時30分~8時30分◇最終月曜日休館、火曜日は個人公開なし、木曜日は②のみ◇利用料…大人600円、小中学生300円◇2時間入替え制  
☎当館☎3590-1252



## 区民ひろば

### ◆清和

①指圧講習会(全4回) 10月16、30日 11月13、27日 木曜日 午前10時~11時30分◇体のツボを知って自分で指圧◇講師…近江俊夫氏◇20名※要予約。

②サタデーライブ ザ・演芸 10月18日(土) 午後1時から◇落語と大道芸◇出演…演多亭◇300円(蒸しケーキ、紅茶付)◇80名※事前予約可。  
☎当館☎5974-5464

### ◆長崎

●ひろばタイム 「歌とアンサンブルコンサート」 10月19日(日) 午後3~4時◇歌とピアノ・フルート・バイオリン演奏。サプライズあり◇出演…一音会ミュージックスクール◇当日直接会場へ。

●ひろば講座2種  
11月~平成21年1月の①は第1・3水曜日、②は第2・4水曜日  
①音楽(リズム)講座◇音を楽しみながらピアノ・打楽器でリズム体験◇テキスト代実費  
②知って得するパソコン講座◇パソコンの実用とコミュニケーション手段を学ぶ◇ノートパソコン本人持参◇テキスト代実費  
①②とも◇講師…一音会ミュージックスクール◇各10~20名国10月16日から電話または直接当ひろば窓口へ※先着順。  
☎当ひろば☎3554-4411

### ◆南大塚

●ヒップホップにチャレンジ2~7歳までビートを感じよう! 10月20日(月) 午後3時から 当ひろば2階◇講師…ダンサー/KOUTA

●乳幼児期からの生活習慣病予防 10月25日(土) 午前11時から◇講師…西東京糖尿病療養指導士ノ三友誠子氏

●ハッピーハロウィン! ①10月18日(土) 午後3時から◇かぼちゃのカービング~かぼちゃに細工◇講師…石川初氏②10月31日(金) 午前11時と午後3時から◇ハロウィンパーティ

●栄養講座 「秋の味覚を楽しんで風邪に負けない体づくり」 10月31日(金) 午後1時30分から◇60歳以上の方優先◇講師…池袋保健所栄養士国10月14日から電話または直接当ひろば窓口へ。  
☎当ひろば☎5976-4399

### ◆上池袋

①歴史の談話室「平安時代の中後期における文化の動向」 10月20日(月) 午後1時30分~2時30分◇第6回「文華秀麗集」日本霊異記から文学界の動向を知る◇講師…歴史研究家ノ菅野二郎氏◇50円(資料代)◇当日直接会場へ。

②歯科講座「身体を守る健口作り」 10月27日(月) 午後1時30分~3時◇講師…池袋保健所歯科衛生士◇当日直接会場へ。  
☎当ひろば☎3576-6916

### ◆千早

①健康講座~骨密度測定 10月21日(火) 午後1時30分から◇30名(64歳以下の方優先)国事前に電話で当ひろばへ。

②健康教室~運動、生活指導 10月31日(金) 午後1時30分から◇当日直接会場へ。  
☎当ひろば☎3959-2281

## 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。  
HP <http://www.toshima-mirai.jp/>

### 10月22日チケット発売

※は友の会割引あり  
◆東京室内管弦楽団  
平成21年1月23日(金) 午後7時開演 東京芸術劇場大ホール◇ゲスト…島田歌穂◇指揮…橋 直貴◇曲目…パイレーツ・オブ・カリビアン、「レ・ミゼラブル」よりオン・マイ・オウンほか  
◇料金…S席4,000円、A席3,500円、B席2,500円、C席1,500円(C席のみ学割あり)

島田歌穂



### ◆祝30回としま寄席

09 \*笑門来福、演芸会\*  
平成21年1月17日(土) 午後2時開演 豊島公会堂◇出演…柳家小さん、柳家花緑、柳家三三、柳家初花、ニューマリオネット、毒蝮三太夫◇全席指定S席4,000円、A席3,000円

### チケット発売中

※は友の会割引あり  
◆第8回懐かしの映画上映会&トークショー「日本橋」(1956年度芸術祭参加作品・111分)  
12月1日(月) 午後1時30分開演 豊島公会堂◇出演…淡島千景、山本富士子ほか◇料金…全席自由1000円◇トークショー出演者…淡島千景、石濱 朗ほか

### ◆豊島区吹奏楽団定期演奏会

11月2日(日) 午後2時開演 東京芸術劇場大ホール◇指揮ノ西村 友◇全席自由800円

### 60歳以上の区在住・在勤の方を豊島区吹奏楽団公演にご招待!

国往復はがき(下部記入例参照。豊島区吹奏楽団第33回定期演奏会と明記)で、10月20日(必着)までに「〒170-0013 東池袋1-20-10 (株)としま未来文化財団」へ。

### ◆N.Yハーレム・シンガーズクリスマスコンサート

12月16日(火) 午後7時開演 豊島公会堂◇全席指定3,500円◇曲目…ジョイフル・ジョイフル、アメイジング・グレイス、ジングルベルほか

## 社会福祉協議会

### ◆ボランティア活動入門講座

10月29日(水) 午後7~9時 豊島ボランティアセンター活動室◇活動の種類や選び方・ボランティア保険、諸情報の紹介など◇10名※先着順  
☎当センター☎3984-9375

### ◆区立西巢鴨幼稚園 臨時指導員

◇平成20年11月1日現在、幼稚園教諭普通免許がある健康な方◇担任教諭の補助業務◇月92時間以内勤務◇時給1,030円(交通費含む)◇選考…書類、面接(10月下旬)国履歴書(写真貼付)と免許状(写し)を、10月23日までに教育総務課学事係窓口(区役所分庁舎3階)へ本人が持参。  
☎当係☎3981-0950

◆栄養士(アルバイト)  
◇平成20年11月現在、栄養士資格を有する方◇給食調理(10食程度)と保護者に対する栄養指導など◇西部子ども家庭支援センター◇月15日以内(月~木曜日、午前9時~午後3時)◇時給1,400円(交通費支給なし)◇平成20年11月採用◇1名  
☎西部子ども家庭支援センター☎5966-3131

## はがき・ファクス記入例

- 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
- 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。



▲四季の里近くの土津(はにっ)神社

### 予約受付

## 紅葉の季節 素敵な旅に でかけませんか

●区内在住、在勤、在学の方ノ利用日の6か月前から  
●区外の方ノ利用日の3か月前から

### 宿泊施設ご利用案内 どなたでもご利用になれます

猪苗代四季の里予約センター 山中湖秀山荘予約センター  
☎ 0120-178-467 ☎ 0120-543-406

受付時間…午前9時~午後8時(年中無休)※インターネット予約も可。  
HP <http://www.shiki-no-sato.com/> HP <http://www.syuuzanso.com/>

☎文化観光課☎3981-4623