

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/>



11月6日(金)・7日(土)区民センター

午前10時～午後4時(7日は午後3時まで)

消費生活展は、区内消費者グループの発表の場です。自立した消費者になるための情報発信基地として、また日頃の消費生活を見直すきっかけとして開催します。

問 消費生活センター ☎5992-7015

■区民発ごみゼロ計画く豊島・健康と環境を守る会>…ごみから環境を考える活動紹介、体験コーナー「容器包装リサイクル法で分別」など。
■編むく手作りの会>…アクリル毛糸で編んだたわしを販売、手作りコーナー「ストラップを作りましょう」など。
■環境に優しいお買物をしよう！<パルシステム東京豊島委員会>…お買物ゲームをとおして環境について考えよう！
■消費税はじまって20年く新日本婦人の会豊島支部>…「ほんとに高齢者社会や福祉のため？」「外國の消費税は？」など消費税について考える。
■安全で快適な都市生活をめざしてく東京都下水道局>…下水道の仕組みや役割の展示、「少ない油で味上々！ダイエットレシピ」紹介など。

■プラスチック製品用容器包装の安全性についてく豊島区消費者団体連絡会>…プラスチック容器の安全性について考えよう「熱に強いか弱いか知っていますか？」
■食材王国みやぎく宮城ふるさとプラザ>…特産物の即売・体験コーナー、けん玉・コマなどの木地玩具あそび
■考えていますか？電気の安全く財團東電気保安協会>…電気の安全な使い方について、体験コーナー「延長コードを作ろう！」(限定数)
■できることから始めよう！地球温暖化防止対策くコーポとうきょう豊島区コーポ会>…我が家のエコ・省エネ大作戦の紹介など。
■シンプルライフで心豊かなくらし～手作りを生活にとり入れて～く東京第一友の会雑司が谷方面>…暮らしに温もりを与える様々な手作り作品の紹介。

くらしを！地球を！守るのはあなた

豊島区消費生活展



■「食」について考えようく農林水産省関東農政局東京農政事務所>…食糧自給率の向上、日本型食生活や食育の推進について、など。

■なにをどれだけ食べたらいいの？く女子栄養大学、女子栄養大学短期大学部、香川栄養専門学校>…四群点数法の紹介・学生による学習のまとめ

■クイズ・スタンプラー…各ブースの中で答えを見つけたらスタンプを！全部押したら景品と交換します。

■悪質商法にだまされないく豊島区消費生活センター>…悪質商法の手口などを紹介

◆関連講座／区民ひろば出張講座

「悪質商法にだまされない！」

●区民ひろば駒込…10月29日(木)

午前10時30分～11時30分

●区民ひろばさくら第一…11月12日(木)

午後0時45分～1時30分

●区民ひろば西池袋…11月17日(火)

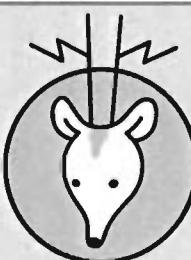
午後1時30分～2時30分

◇高齢者を狙った悪質商法の被害にあわないために消費生活相談員がビデオなどを使って分かりやすく説明
◇当日直接各区民ひろばへ。

平成23年7月24日までに

テレビは地上デジタル放送へ 移行します

総務省から地上デジタル放送受信のための支援のお知らせ
問 情報管理課 ☎3981-4214



2011年7月 完了 地デジ化

Analog broadcast will fully switch over to Digital broadcast by July 2011.
© 日本民間放送連盟 2009

住宅の共聴設備を地上デジタル放送対応に改修するなどへの助成

◇募集期限…平成22年1月15日まで

①②とも助成条件、申請方法など、詳しくは総務省受信者支援センター(デジサポ) ☎0570-093724(平日 午前9時～午後6時)※IP電話などでつながらない方は ☎5623-3121へ。または、受信者支援センターホームページ <http://www.digisuppo.jp/> を参照。

●地上デジタル放送に関する問い合わせ先

総務省地デジコールセンター ☎0570-07-0101(平日／午前9時～午後9時
※土・日・祝日／午後6時まで) IP電話などでつながらない方は ☎03-4334-1111へ

- 簡単な地デジチューナーの無償給付、アンテナ工事などの助成
- ◇対象…NHKと受信契約を結んでおり、受信料が全額免除の世帯で次の①～③のいずれかに該当する方。
 - ①生活保護などの公的扶助を受けていいる世帯
 - ②特別区民税が非課税となる障害者の世帯
 - ③社会福祉事業施設に入所している

- ※支援は現物給付で、ご自身で購入されたチューナー、アンテナ改修などの費用を清算することはできません。
- 問 総務省地デジチューナー支援センター ☎0570-033840、 ☎044-9668719、※IP電話などでつながらない方は、☎044-9695425へ。
- ◇NHKとの受信契約、受信料免除について…NHK視聴者コールセンター ☎0570-000588、☎044-8884340、※

- IP電話などでつながらない方は ☎044-8718441へ。
- 受信施設を改修する場合
 - ①「受信障害対策設備整備・ケーブルテレビ移行事業」地上デジタル放送対応受信共聴施設の新設、ケーブルテレビへの移行など受信障害対策施設整備への助成
 - ◇募集期限…平成21年12月28日まで
 - ②「共同住宅共聴施設改修」共同(集合)

●「広報としま」は、新聞折り込みで配布しています。そのほか区民事務所などの区施設、区内の駅、公衆浴場、ファミリーマート(区内全店)などに置いてあります。

3
9
8
1
·
1
1
7
6

● 保健給食係
は、希望校で受診となります。
※隣接校選択制を申請した方
れた学校で受診してください。
らせ(健康診断票)を10月30日
に発送する予定です。記載さ
れました。

就学時 健康診断を 実施します

平成22年4月に小学校へ入
学予定の児童(平成15年4月
2日～16年4月1日生まれ)
を対象に、就学時健康診断を
行います。対象者にはお知
らせ(健康診断票)を10月30日
に発送する予定です。記載さ
れました。

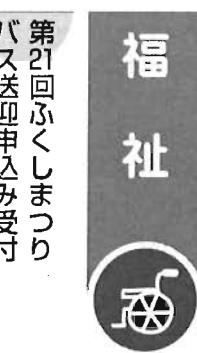
就学時健康診断実施日程表

健診日	小学校名	受付時間	電話番号
11月5日(木)	富士見台	午後1時10分～1時30分	3953-6472
	朋有	午後1時15分～1時45分	3987-6275
	目白	午後1時15分～1時30分	3987-4801
	豊成	午後1時30分～1時45分	3918-2315
	椎名町		3953-6461
	清和	午後1時45分～2時	3918-2605
11月9日(月)	池袋第一	午後1時45分～2時05分	3916-3435
11月10日(火)	池袋第二	午後1時45分～2時	3986-7176
11月11日(水)	長崎	午後2時15分～2時30分	3956-8146
11月12日(木)	千早	午後1時15分～1時30分	3956-8154
	要	午後1時30分～1時45分	3956-8151
11月13日(金)	高南	午後1時30分～1時50分	3987-6266
	巣鴨	午後1時45分～2時	3946-9551
	朝日		3918-2339
11月18日(水)	駒込	午後1時45分～2時	3918-5691
11月19日(木)	さくら	午後1時30分～1時45分	3956-8164
	文成	午後1時45分～2時	3986-7166
11月26日(木)	南池袋	午後1時～1時20分	3987-6278
	池袋第三	午後1時20分～1時50分	3984-8501
	仰高	午後1時25分～1時45分	3918-2325
	池袋	午後1時30分～1時45分	3986-2858
	高松		3956-8157
	西巣鴨	午後1時45分～2時	3918-6345

*受付時間は各校により異なります。

3
3
9
8
1
·
4
3
0
3

● 関当グループ
場所は個別にお知らせします。



第21回ふくしまつり
バス送迎申込み受付

◇日時など：12月6日(日)

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、周辺道路

◆送迎バス対象者：一般交通機関などでの来場が困難な方。
※介助者は原則1名まで。

◆電話またはファックス(8面
下部記入例参照)で、11月5日までに、「障害者福祉課管
理グループ」へ※乗車時間、

場所は個別にお知らせします。

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 護受給者など	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

注) 上表の居住費および滞在費は多床室(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。



千川二丁目自区有地活用に
関する住民説明会を開催

10月28日(水) 午後6時30分

から 千川区民集会室

◆当日直接会場へ。

●管理調整課施設整備グル
ープ ☎3981-1356

●「広報としま」に関するご意見、ご感想を広報課編集グループまでお寄せください。☎3981-4154、fax 3981-1375

こころの健康について考えよう

豊島区役所 健康推進課 ☎3987-4174、長崎健康相談所 ☎3957-1191

こころの病

こころの不調を引き起こす病

気分障害

(躁うつ病・うつ病・躁病)

うつ状態は、気分が沈み、周囲への興味がなくなり、不眠、気力が落ちて悲観的な考えに囚われてしまう病気です。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。気が大きくなっている、没有必要に浪費することもあります。

不安障害(神経症)

普通なら何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します。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があります。

外出できない、乗り物に乗れない、何度も手を洗う、体の病気があるのでないかとひどく不安になるといった

いずれも早めに医療機関を受診することが大切です。こころの病かな?と思っても、自分がどうしていいかわからない時は保健所・健康相談所へ相談してください。

こころの病のある方へ

いろいろな症状があります。

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、事実ではないのに被害を受けていたり、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。会話にまとまりがなくなり、周囲に無関心になります。

個人差がありますが、適切に治療をすることによって、少しずつ回復に向かいます。

嗜癖・さまざまな依存症

ある習慣から抜け出せなくなり、やめようと思うとつらくなります。本人だけの努力で何とかなる問題ではなく、アルコールや薬物への依存、過食・拒食、虐待などの嗜癖(しほき)は治療の必要な病気です。

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・健康相談所へご相談ください。ご家族の相談もお受けします。

- 精神保健福祉相談：毎月1回 池袋保健所◇精神科医師による相談です。(長崎健康相談所は隔月)

- 家族問題相談：毎月1回 池袋保健所◇精神保健福祉士による相談です。

- 保健所デイケア：週1回 池袋保健所◇精神障害の方向けの生活訓練です。

- 各種講演会：こころの健康について知識を深め、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講演会などを適宜実施しています。

- 家族会の支援など…こころの病をお持ちの方がいるご家族が、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。

- 精神保健福祉ボランティア活動なども支援しています。

また、精神保健福祉ボランティア活動なども支援しています。

悩み事の相談先情報の提供

メッセージカード(区内関係機関などで1万枚配布中)や、区ホームページ(アドレス1面上部参照)に、生活に関する各相談先を掲載しています。

ゲートキーパー指導者派遣

5名以上の団体の申し込みで、ゲートキーパー(自殺の危険を示すサインに気づき、生きる支援に協力しているだけの方)養成講座の区講師を派遣します。

豊島区役所 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 私のできること

近年、自殺者数は年間3万人以上です。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。

自殺には、失業率の増加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、こころの病が関係していると言われています。

自殺に対する誤解

①「死ぬ・死ぬ」という人は、本当は自殺しない」

ほとんどの人は、実際に自殺する前に、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ます。

②「自殺の危険度が高い人は死ぬ覚悟が確固としている」

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事が普通です。「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のです。

私たちが「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予防の鍵となります。

③「未遂に終わった人は死ぬつもりなどなかった」

自殺の危険の高い人でも、「死にたい」「助けて欲しい」という気持ちが揺れ動いており、それが自殺行動にも反映されています。

自殺未遂におよんだ人は、その後も同様の行動を繰り返して、結局は生命を落してしまう率が高いのです。

④「自殺について話をすることは危険だ」

「自殺したい」と打ち明ける人と打ち明けられる人の間に信頼関係が成り立っていて、真剣に対処しようとするならば、率直に語り合うほうが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ことで、ある程度冷静になることができます。

⑤「自殺は突然起き、予測は不可能である」

一見最近の事件が原因のように見えても、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普通です。

※ 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

申込
受付中

自殺実態白書から見えてきたこと 自死遺族体験談「家族を自殺で亡くして」

10月19日(月) 午後1~3時 生活産業プラザ

◇自殺実態とご遺族のお話◇講師…ライフレンク代表／清水康之氏、ご遺族◇区民と関係者など70名

申込10月19日午前10時までに、電話 ☎3987-4174かファックス ☎3987-4178 で池袋保健所健康推進課へ※先着順。



郷土資料館企画展

10/24(土)

正午オープン!

入場・参加
無料

帰ってきた!
トキワ荘のヒーローたち
漫畫にかけた
青春

10月24日(土)～12月6日(日)

今年4月、トキワ荘跡地に近い南長崎花咲公園に、記念碑「トキワ荘のヒーローたち」が設置されました。郷土資料館ではこれを記念し、手塚プロダクションとの共同企画による企画展を開催します。

1986年に開催した特別展「トキワ荘のヒーローたち」から23年ぶりに、ヒーローたちが帰ってきます。

トキワ荘に集い、大きな夢を描き、切磋琢磨しあった若きマンガ家たちの青春と、戦後のマンガ文化を、彼らの作品や当時の資料をもとに紹介します。

また第二会場では、トキワ荘ゆかりの地「椎名町」(現・南長崎)にスポットをあてた、パネル展を開催します。さらに、地元住民によって組織された実行委員会と協働で、多彩なイベントを実施します。ぜひ、ご来場ください。

*広報としま10月25日号でも内容をご紹介します。

問郷土資料館 ☎3980-2351

第一会場

郷土資料館

10月24日(土)～12月6日(日)
午前9時～午後4時30分

*10月24日(土)は正午から開館。
【休館日】月曜日(11月23日は開館)、
11月24日(火)

【おもな展示資料】

1986年の特別展に集まつたマンガ家たちと編集者による寄せ書きのふすま、トキワ荘時代の作品、写真、思い出の品、四畳半の部屋の再現展示など

■映画上映会「トキワ荘の青春」
(市川 準監督・1996年制作・110分)
11月21・28日 土曜日 午前10時～正午 勤労福祉会館6階△定員…各50名
申往復はがき(8面下部記入例参照。
映画上映会の希望日を記入。一人1通)
で、11月6日(必着)までに「〒171-0021
西池袋2-37-4 郡土資料館」へ
※応募多数の場合は抽選。

第二会場

区民ひろば富士見台

10月24日(土)～12月6日(日)
午前9時～午後5時

【休館日】11月1日(日)・15日(日)

【展示内容】
椎名町の歴史を地図や写真で紹介。
マンガ家たちが通つた商店など昭和30年代の生活・文化圏マップを再現。



記念碑「トキワ荘のヒーローたち」

トキワ荘のヒーローたちイベント実行委員会によるイベント

問文化観光課観光交流グループ ☎3981-1316

①オープニングイベント

記念碑「トキワ荘のヒーローたち」のある南長崎花咲公園などで、企画展開始にあわせて模擬店やイベントを開催。
◇10月24日(土)・25日(日) 午前11時～午後4時

②トキワ荘のヒーローたちスタンプラリー

当時の面影を感じながら、トキワ荘のあった街から郷土資料館へ。今回は特別にトキワ荘ゆかりのマンガ家たちの自画像をスタンプにしました。

◇10月24日(土)～12月6日(日)
※月曜日を除く 午前10時～午後4時
台紙配布場所…郷土資料館、区民ひろば富士見台、西武池袋線椎名町駅、目白通り二又商店会、南長崎二コニコ商店街ほか※期間中、各ラリーポイントに休日があります。詳しくは配布の台紙参照。

③赤塚不二夫が暮らした「紫雲荘」特別公開! [申込制]

紫雲荘の大家さんのお話をもとに、当時の様子を再現します。

◇10月25日(日)～12月6日(日)の間の土・日曜日・祝日 午前11時～午後4時△1回20分※5名入れ替え制のため、主催者より見学時間を指定△定員…各日75名。

④トキワ荘ゆかりの人々によるワークショップ [申込制]

座談会の後、トキワ荘があつた街を巡るワークショップ。赤塚不二夫が暮らした紫雲荘も見学します。

◇11月14日(土) 午前10時30分～午後0時30分 区民ひろば富士見台△定員…

30名△特別ゲスト…マンガ家／水野英子氏、元編集者／丸山 昭氏
※11月28日(土)も開催予定。詳細は決定次第、区ホームページ(アドレス1面上部参照)に掲載します。

•③④の申し込み方法…

申往復はがき(8面下部記入例参照。希望イベント名、希望日も記入。一つのイベントにつき一人1通)で、希望日の10日前(必着)までに「文化観光課観光交流グループ」(あて先上部欄外参照)へ※応募多数の場合は抽選。

トキワ荘のヒーローたちイベント実行委員会 (南長崎一丁目みどり会、南長崎二丁目町会、南長崎三丁目北部町会、南長崎三丁目南部町会、目白通り二又商店会、南長崎二コニコ商店街、豊島区)

10月8日現在

◇トキワ荘の情報は区ホームページでご覧になります。

HP <http://www.city.toshima.lg.jp/koho/013506.html>

◆マンガ古本まつり◆

10月24日(土)・25日(日) 南長崎花咲公園
午前10時～午後4時
園坪井書店 ☎090-4718-7206

◆池袋西口公園古本まつり◆

10月21日(火)～27日(火) 池袋西口公園
午前10時～午後8時※27日は午後5時まで。

園久保書店 ☎090-9322-1455

主催…池袋西口公園古本まつり実行委員会

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および個人を表彰します。

◇対象…次の①～②のすべてに該当する団体および個人。

①月2回以上で1年以上継続し、駅前広場、公園、商店街・町会(自治会)などの公共の場所で環境美化活動をしている

②前回の表彰から3年経過している

◇表彰式…12月開催予定

◇手続…所定の推薦書(環境美化係で配付)を10月30日までに当係へ持参。

※団体に所属している場合は、団体の代表者を経由してください。

問環境美化係 ☎3981-2690

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60回区民水泳大会
平成22年1月11日(祝) 午前10時開始
東京辰巳国際水泳場(地下鉄有楽町線
辰巳駅下車)△種目…自由形、平泳ぎ、
背泳ぎ、バタフライ、フリーリレー、
メドレーリレー(リレー以外は一人2
種目まで)△小学4年生以上の区内在
住、在勤、在学の方△小・中学生600
円、高校生800円、一般1,000円、リレ
ーは1チーム1種目 中学生1,200円、
高校生1,600円、一般2,000円△所定の
用紙(学習・スポーツ課で配布。区ホ
ームページでダウンロード可。アドレ
ス1面上部欄外参照)に記入し、11月
13~15日 午前10時~午後3時 健康
プラザ1階ホールで受付。参加費は持
参または所定の用紙で払込み△詳細は
豊島区水連ホームページhttp://
homepage2.nifty.com/toshima-
suirenenmei/参照。
問スポーツ振興グループ ☎3981-1334

体育施設からのお知らせ

◆豊島体育馆
●アンチエイジング(全5回)…10月22
日から 木曜日 午前9時45分△16歳
以上△10名△5,000円
●子ども体操教室(全3回)…11月7日
から 土曜日 ①午後2時30分から△
4~6歳(未就学)児△5,000円 ②午
後3時30分から△おむね小学1~3
年生△3,000円△①②とも10名
●太極拳(全6回)…11月20日から 金
曜日 ①午前9時30分△中級者②午前
11時15分△初心者△①②とも16歳以
上△各10名△6,000円△②のみ1回1,300
円で参加可
申直接当館 ☎3973-1701へ※先着順。
参加者が少ない場合は中止。
◆雑司が谷体育馆
11~12月フィットネス教室
幼児エアロビクス体操教室 月曜日
午前11時~11時45分△全7回△7,720
円△保護者と1~3歳未満の子どもが
一緒に参加できます△10組
整体ヨガ体操教室 月曜日 午前11時
~正午△全6回△6,620円△身体の歪
み、病状緩和に△25名
ボディヒーリング教室 ①月曜日 午
後6時30分~7時30分△全7回△
6,250円②金曜日 午後2時45分~3
時45分△全8回△7,140円△柔軟性や
足腰・体幹の筋力アップに△25名
いずれも、申電話で予約後、費用を
添えて当館3階受付へ※先着順。
問当館 ☎3590-1252

区民ひろば

◆区民ひろば富士見台
「カナリヤ会(コーラス)と一緒に歌
いましょう」

10月16・30日 金曜日 午後1時30
分~2時30分△童謡・唱歌など秋のう
た△講師…カナリヤ会/金野節子氏△
当日直接会場へ。
問当ひろば ☎3950-6871



◆区民ひろば高松
「文化祭~つなげよう文化」
作品展示…10月20日(火)~25日(日) 午
前9時~午後5時△書道、水彩画、パ
ッヂワーク、子どもたちの作品など
舞台発表…10月23日(金) 午前10時~午
後4時30分△ごろの自主グループ・
ひろばでの活動成果を発表△当日直接
会場へ。
問当ひろば ☎3973-0032

◆区民ひろばさくら第一
「秋の文化祭(作品展示)」
10月22日(木) 午前10時~午後4時△
絵手紙体験 22日 午後1時30分~3時、
23日(金) 午前10時~午後2時△編物教
室 23日 午前10時~正午△共催△当
ひろば運営協議会△当日直接会場へ。
問当ひろば ☎3950-8676

◆区民ひろば椎名町
①「携帯電話講習会」 10月27日(火) 午
前10時~11時30分△携帯電話取扱いの
基本△講師…NTTドコモインストラ
クター△電話が直接窓口へ※先着順。
②「ベビーマッサージ」 10月29日(木)
午前11時~11時45分△3~10か月の親
子△講師…細川 八重子氏△15組△バ
スタオル持参



③「アロマオイルを使って自分の身体
を守る健康エステ」 10月30日(金) 午
後1時~3時30分△1日の疲れを取り、
からだをゆるめる方法△講師…龜井き
よみ氏△10名△500円
申②は電話が直接、③は費用を添えて
直接窓口へ※②③とも先着順。
問当ひろば ☎3950-3042

◆区民ひろば西巣鴨第一
「にしづがも 友遊まつり」
11月1日(日) 午後1時30分~3時30
分 西巣鴨小学校体育馆△楽しいゲー
ムとおいしい食べ物△主催△当ひろば
運営協議会△当日直接会場へ。

問当ひろば ☎3918-4197
◆区民ひろば西池袋
「いきいきタイム~素肌ケアとメイ
クアップ」
11月6日(金) 午後1時30分~3時△
講師…ヤカルト美容部員△60歳以上の
方△30名△10月20日から、直接窓口へ
※先着順。
問当ひろば ☎3980-0088

◆区民ひろば南池袋
筋トレ・脳トレ体操(後期・全10回)
11月13日~平成22年3月26日(第2・
4金曜日) 午前10時30分~11時45分
△講師…豊島区体育指導委員△25名△
500円△電話が直接窓口へ※先着順。
※代金は前日までに、窓口へ。
問当ひろば ☎3984-5896

◆中山湖秀山莊 周遊案内事業「秋の紅葉祭りとダイヤモンド富士鑑賞」
11月9日(月)~11日(火) 午前7時50分 豊島公会堂前集合△秋の風物詩「ダイヤモ
ンド富士」の鑑賞、紅葉祭り、朝霧高原の富士花鳥園などを楽しむ△40名△31,810
円(往復バス代、宿泊、食事代7食分含む)
申往復はがき(右部記入例参照。参加者全員分の要件を記入。1通5名まで記入可)
で、10月24日(必着)までに「〒401-0502 山梨県南都留郡山中湖村平野2505 山中
湖秀山莊」へ※10月25日抽選後通知。参加者少數の場合は中止。
問当施設 ☎0555-62-5481

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28日発売 ※は友の会割引あり

◆東京室内管弦楽団
~溝口肇、秋川雅史とともに~
平成22年1月22日(金) 午後7時開演
東京芸術劇場大ホール△指揮…
橋 直貴、管弦樂…東京室内管弦樂
団、ゲスト…テノール/秋川雅史、
チェロ/溝口 肇△曲目…千の風にな
ってほか△料金…S席4,500円、
A席4,000円、B席3,000円、C席
2,000円



◆初笑い・2010 第31回としま寄席

平成22年1月17日(日) 午後2時開演
豊島公会堂△出演…古今亭志ん
丸、江戸家猫八(小猫改め)、あした
順子・ひろし、柳家花緑、柳家小さ
んほか△料金…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21回「民俗芸能 in としま」
10月17日(土) 午後2時開演 豊島

社会福祉協議会

◆ボランティア活動基礎講座

10月23日(金) 午後7~9時 豊島ボ
ランティアセンター活動室△車いす操
作や見えない体験、高齢者疑似体験な
ど、主に福祉分野のボランティア活動
に役立つ基礎知識を実践的に学ぶ△動
きやすい服装・運動靴△10名

申センター ☎3984-9375へ※先着順。

◆サポートとしま「後見人座談会」

11月18日(火) 午後6時30分~8時30
分 区民センター△成年後見人等とし
て普段は単独で活動している方々が、
お互いの経験や悩みを話し合い、情報
を交換する座談会△アドバイザー…弁
護士/森野嘉郎氏、社会福祉士/笠原
美和子氏△区内で活動している成年後
見人等(親族および第三者後見人等)△
20名※要予約。

申電話で、サポートとしま ☎3981-
2940へ※先着順。

募集

◆図書館奉仕員(非常勤職員)

△平成22年4月1日現在、次のいずれ
かに該当する方①司書、司書補、司書
教諭の資格がある②図書館勤務経験が
1年以上ある△図書館資料の収集・整
理および利用に関する事、読書相談
・読書の普及および他の図書館との相
互協力に関する事、ほか△月16日、
1日7時間45分(土・日曜日・祝日等

勤務、変則勤務あり)△月額(予定)

214,700円(交通費・社会保険料等含む)

△雇用期間…平成22年4月1日~23年
3月31日(更新あり)△募集人数…6名
程度△選考…1次△書類、2次(12月
14日)/面接、課題論文△所定の申込
書(各図書館または図書貸出コーナー
で配布)を、11月16日(必着)までに中
央図書館管理グループ(受付時間は午
前9時~午後5時)へ持参か、郵送で
「〒170-8442 東池袋4-5-2ライズア
リーナビル5階 中央図書館管理
グループ」へ。
問当グループ ☎3983-7861

◆国保アンケート調査員(臨時職員)

△高等学校卒業以上、外勤可でパソコ
ン(ワード・エクセル)の基本操作がで
きる方△アンケート調査票の配布・回
収、データ整理△月15~20日程度、7
時間勤務△時給1,200円(交通費込)△
雇用期間…12月1日~平成22年2月28
日△社保加入・採用日応相談△6名△
選考…書類・面接△履歴書(写真貼付)

を10月30日(必着)までに国民健康保
険課管理グループへ持参または郵送(あ
て先上部欄外参照)※提出書類は返却
不可。

問当グループ ☎3981-1923

休館

◆巣鴨体育馆

11月1日(日)~30日(月)△プールなど改
修工事のため。

問当館 ☎3918-7101

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。