

各ひろばの「敬老の集い」一覧

※各イベントの内容は各ひろばの都合により、変更になる場合もあります。開催時間など、詳しくは直接各ひろばへ問い合わせてください。

会 場(区民ひろば)	日 時	内 容
富士見台 (南長崎 1 - 6 - 1) ☎3950 - 6871	9月7日(水) 午前10時～午後3時	①高齢者交通安全教室(目白警察交通安全課)②プラチナインタビュー③歌と合奏(富士見台小学校2年生)④落語(三遊亭窓輝氏)
朋有 (東池袋 2 - 38 - 10) ☎3971 - 0781	9月7日(水) 午後1時～2時	①お祝いセレモニー(東池袋第一保育園児からの歌、ダンスなどのプレゼント)②軽食会(朋有汁と赤飯)③落語(春風亭昇吉氏)
清和第一 (巣鴨 3 - 15 - 20) ☎5974 - 5464	9月8日(木) 午前11時～午後2時30分	①アコーディオン演奏(つるみあつこ氏、ヤングハートすがも)②合唱(合唱団しじゅうから)③友情・応援出演(巣鴨第一保育園、清和第二親子グループ、手話コーラス)④会食(清和うどん)
高松 (高松 2 - 25 - 9) ☎3973 - 0032	9月9日(金) 午前10時～午後2時	①笑顔のプレゼント(子育てひろば)②元気をプレゼント(高松第一保育園5歳児)③おめでとうございます！いつまでもお元気で。(高松小学校3年生)④落語(春風亭傳枝師匠)⑤軽食会
池袋本町◎ (池袋本町 1 - 7 - 3) ☎3986 - 0041	9月10日(土) 午後1時～3時	①爆笑DVD上映会②お楽しみ劇場 ※プレゼントあり(先着120名様)。 ◎会場…豊島清掃事務所内会議室
椎名町 (南長崎 4 - 12 - 7) ☎3950 - 3042	9月12日(月) 午前11時～午後5時	①作品展示(サークル作品、主催事業作品) ②介護保険講座(区介護保険課)
	9月13日(火) 午前9時～午後3時45分	①ヨガ体験(入栄昭子氏)②フラダンス体験(小山とも子氏) ③アコーディオン演奏とみんなで歌いましょう(鶴見篤子氏) ④「結」によるパフォーマンス(鈴木香津恵氏ほか4名) ⑤サークル発表(ひろば乳幼児)⑥作品展示
長崎 (長崎 2 - 27 - 18) ☎3554 - 4411	9月13日(火) 午後1時30分～3時30分	①合唱コンサート(城西大学附属中学・高等学校グリー部) ②気功パフォーマンス(気功パフォーマー／相沢香氏) ③民謡ショー(民謡歌手／小沢千月氏)
朝日 (巣鴨 5 - 33 - 21) ☎5974 - 0566	9月13日(火) 午前11時～午後3時30分	①1部…出張講座「皆で学ぼう介護保険」(区介護保険課) ②2部…今日も元気 明日も元気！！(中山順子氏) ③ハニーアイスパーティー④みんなで歌いましょう(酒井香理氏ほか)
西巣鴨第一 (西巣鴨 2 - 35 - 3) ☎3918 - 4197	9月15日(木) 午後1時30分～3時30分	①長寿の方へのお祝いセレモニー ②お祝いの言葉と合唱(西巣鴨幼稚園) ③大正琴の合奏(琴さくら草)④ミニコンサート(東京音楽大学学生)
南大塚 (南大塚 2 - 36 - 1) ☎5976 - 4399	9月14日(水) 午後1時30分～3時30分	①ゴスペル(F 2 S)②マジック(パパマジカル) ③小唄と三味線 (錦乃まい太郎) ④アンパンマン体操ほか(子育てひろば)⑤お楽しみ抽選会
さくら第一 (南長崎 6 - 20 - 15) ☎3950 - 8676	9月14日(水) 午後1時30分～3時	①月島歌劇団ガールズ(山田亜寿香氏他3名) ②お楽しみ抽選会③お祝い赤飯・お茶④お祝い品
上池袋 (上池袋 3 - 13 - 5) ☎3576 - 6916	9月14日(水) 午前10時～午後3時	①交流お祝い会第1部(池袋第一保育園、ぶくぶくタイム利用者) ②交流お祝い会第2部「歌とダンスのショー」(染谷妃波氏) ③昼食提供④体のバランス、他の測定⑤ちょこっとゲーム
千早 (要町 3 - 7 - 10) ☎3959 - 2281	9月15日(木) 午後1時30分～3時30分	①アロハ～！(フラダンス カトレア) ②落語(三遊亭円窓師匠、三遊亭窓輝師匠)
駒込 (駒込 2 - 2 - 4) ☎3917 - 9873	9月15日(木) 午前9時～午後5時	①東京音大オープニングコンサート(東京音楽大学学生、駒込第三保育園年長組)②区民ひろば駒込 サークル作品発表(サークル各団体)
	9月16日(金) 午前9時～午後5時	①区民ひろば駒込 サークル舞台発表(サークル各団体) ②区民ひろば駒込 サークル作品発表(サークル各団体)
	9月17日(土) 午前9時～午後1時	①マリンバ演奏(大澤千紘氏ほか) ②区民ひろば駒込 サークル作品発表(サークル各団体)
池袋 (池袋 2 - 24 - 17) ☎3982 - 9658	9月16日(金) 午後1時30分～3時30分	①津軽三味線演奏(義鷹会)②漫才(ユニバース) ③おどりほか(立教大学「アヒル会」) ※先着100名様。お土産あり。
南池袋 (南池袋 3 - 5 - 12) ☎3984 - 5896	9月16日(金) 午前10時30分～午後3時30分	①長寿記念撮影会※事前申込み制(大久保ゆきみ氏、額賀史子氏) ②健康チェックコーナー③作品展示(個人・サークル作品) ④喫茶(先着50名様。費用100円)
	9月17日(土) 午前10時30分～午後3時30分	①落語(学習院大学落語研究会)②ジャズコンサート(ロニーハーシュ氏) ③健康チェックコーナー④作品展示(個人、サークル作品) ⑤サークル舞台発表⑥お土産配布
高南第一 (高田 2 - 11 - 2) ☎3988 - 8601	9月17日(土) 午前10時30分～午後3時	①介護保険講座(区介護保険課)②長寿のお祝い ③フルートの生演奏(須藤英二氏)④来館者へのお土産
西池袋 (西池袋 2 - 37 - 4) ☎3980 - 0088	9月22日(木) 午後1時30分～3時	①相撲甚句(大江戸相撲甚句会7名) ②ピアノ&独唱(鈴木美和子氏【ピアノ】、秋元美鈴【ソプラノ歌手】、足立佳之【テノール歌手】)③よさこい踊り【池袋笑來會9名】

敬老の集い

届けたい「地域からのありがとう」

9月15日は老人の日です。また、15日から1週間は老人週間とされています。この期間に前後して、各区民ひろばでは様々な催し物を実施します。

長年にわたって社会に貢献してこられた高齢者の方々に敬意、長寿のお祝いをしましょう！そして様々な世代同士の交流のため、ぜひ区民ひろばにお越しください。



祝品を贈呈します

- ①**最高齢者・新100歳の方へ**…最高齢者と、年度内に100歳の誕生日を迎える方に、区長または社会福祉協議会が訪問し、祝品を贈呈◇新100歳対象者…明治44年4月1日～45年3月31日生まれの方
 - ②**101歳以上の方へ**…社会福祉協議会が訪問し、祝品を贈呈◇対象者…明治44年3月31日以前に生まれた方
 - ③**米寿・喜寿の方へ**… 年度内に米寿(88歳)・喜寿(77歳)の誕生日を迎える方に、祝品を贈呈(郵送)◇米寿対象者…大正12年4月1日～13年3月31日生まれの方◇喜寿対象者…昭和9年4月1日～10年3月31日生まれの方
 - ④**金婚・ダイヤモンド婚のご夫婦へ**…年度内に金婚(50年目)・ダイヤモンド婚(60年目)を迎える夫婦に祝品を贈呈(郵送)※詳しくは、3面をご覧ください。
- 図高齢者福祉課管理係☎3981 - 1749、社会福祉協議会地域福祉課☎3981 - 2930

係 8 6 図
☎ 7 9 豊
3 6、島
9 2、区
8 4、あ
7 2、ぜ
・ 5、り
4 区
2 地
0 域
3 保
健
課
管
理



▲三浦 雄一郎氏

健康
へ知ってチャレンジ対象事業

80歳になっても20本以上自分の歯を保とう

こしま健康長寿2011開催

生涯を通じて歯の健康づくりを目指す「こしま健康長寿2011」の、表彰者の申請を受け付けています。

◇表彰対象：10月末現在、80歳以上で20本以上自分の歯を持つ区民の方

◇申請：豊島区歯科医師会会員の歯科医院で検診(無料)し、同時に申込み◇申請期限：10月6日

◇表彰式、記念講演ほか：12月3日(土)午後2時 豊島公会堂◇講演：三浦 雄一郎氏◇共催：豊島区歯科医師会、豊島区※詳しくは「広報としま11月15日号」に掲載予定

サービス区分	主なサービスの内容
(1)身体介護	食事をしたり、飲み物を飲んだり、薬を飲むことの介助
	着替えなどの介助
	トイレやポータブルトイレの利用やおむつ交換などの排泄つ行為の介助
	入浴や洗身・洗髪、全身を拭く介助
	体の向きを変えたり、車イスへの乗り移り・移動の介助
(2)生活援助 ※生活援助を利用できるのは次の場合です。 ①利用者がひとり暮らしの場合 ②利用者の家族などが障害や疾病などの場合 ③利用者の家族などが障害や疾病などでも、同様のやむを得ない事情により家事が困難な場合	調理や配膳、後片付けなど
	部屋やトイレの清掃、ゴミ出しなど
	洗濯や洗濯した衣類の整理や入れ替え、ボタン付けや繕いなどの補修
	生活必需品の買物や、病院などへ薬を受け取りに行くなどの援助
	シーツや布団カバーの交換、布団の上げ下ろし
(3)通院などのための乗車、降車介助 ※要支援1・2の方は利用できません。また、運賃はすべて自己負担となります。	届け出をした訪問介護事業所のホームヘルパーが、通院などのため、利用者に対して自ら運転する車への乗車や降車の介助を行なうとともに、併せて乗車前や降車後の屋内外において移動などの介助を行ないます。なお、病院内での介助は原則できません。

◎次のような場合、介護保険サービスとして利用することはできません。

(1)商品の販売や農作業などの生業の援助的な行為	
(2)利用者本人への援助ではなく、家族のために行なう行為や家族が行なうことが適当と判断される行為	●利用者以外の方に係わる調理、洗濯、買物 ●主として利用者が利用する居室など以外の清掃 ●来客の応接(お茶、食事の手配など) ●自家用車の洗車や清掃
(3)ホームヘルパーが行なわなくても日常生活に支障がない行為	●草むしり、花木の水やり ●犬の散歩などのペットの世話
(4)日常的に行なわれる家事の範囲をこえる行為	●家具・電気器具などの移動、修繕、模様替え ●大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスかけ ●室内外の家屋の修理・ペンキ塗り ●植木のせん定などの園芸 ●正月・節句などのために特別に手間をかけて行なう料理
(5)リハビリや医療行為	リハビリテーションや医療行為は、ホームヘルパーに頼むことはできません。
(6)金銭管理や契約行為	本人に代わって金銭を引き出したり、A T Mの操作はできません。また、契約書に記入するなどの行為もホームヘルパーに頼むことはできません。

※介護保険サービスが利用できなくても、電球・蛍光灯の交換、軽易な家具の移動など(ただし、継続性のないもの)は「困りごと援助サービス」の利用もできます。対象は65歳以上のひとり暮らしの方、高齢者世帯、障害者の方などで、30分500円(9月30日までは1回300円)です。詳しくは、「豊島区社会福祉協議会在宅サービス課☎3981-3166」へお問い合わせください。

訪問介護は、介護認定の結果、要介護(要支援)となった方が受けられるサービスです。訪問介護員(ホームヘルパー)が訪問して、食事や排泄・入浴などの介助や、掃除・洗濯、食事の準備や調理を行なうサービスで、(1)身体介護、(2)生活援助、(3)通院などのための乗車、降車介助の3つに区分されます。

サービスの内容、家族の状況によっては利用できないものもあります。介護保険サービスを正しくご利用ください。

☎ 3981・1387
図 介護保険給付グループ

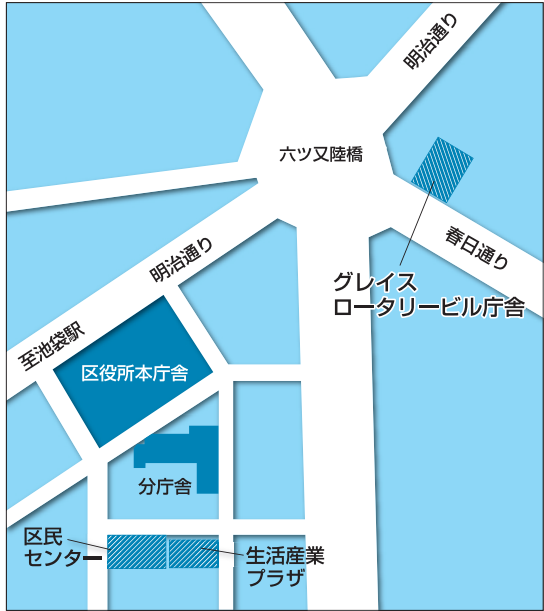


訪問介護の正しい利用を
お願いします

区役所分庁舎の 事務室を順次移転しています

新庁舎が整備されるまでの間、下記の事務室を仮移転します。
※これにより、分庁舎の事務室移転はすべて終了します。

図施設計画課☎3981-4594



9月移転部署 ※直通電話番号の変更はありません。

移転部署	移転先	移転日
文化デザイン課、文化観光課、学習・スポーツ課	グレイスロータリービル庁舎9階(東池袋2-60-3)	9月12日(月)から
環境課	区民センター3階(東池袋1-20-10)	
情報管理課	生活産業プラザ7階(東池袋1-20-15)	9月20日(火)から
行政情報コーナー	生活産業プラザ6階(東池袋1-20-15)	

広告

広告

広告

お葬式勉強会開催

お話:家族葬・事前の準備
平成23年9月18日(日)
午後2時〜3時

豊島公会堂
コア・いけぶくろ(豊島区民センター)
入場無料
席は10席位、予約は電話で

株式会社 公営社 目白店
フリーダイヤル 0120-556-847
東京都豊島区目白2-16-20
TEL03-3590-5690 FAX03-3590-5691

遺言・相続 110番

無料
電話
相談会

日 時
平成23年 9月28日(水)
午前10時〜午後3時
電話
03-3597-4560(特設電話)
運 営
第一東京弁護士会 遺言センター
問い合わせ先 第一東京弁護士会 遺言センター
03-3595-1154

看護職員24時間常駐の安心サービス体制

介護付有料老人ホーム グレースメイト目白

(社団法人全国有料老人ホーム協会正会員)

個室・2人部屋とも残りわずかになりました！

昼食付見学会 参加者募集中

9月 23日(金) 13:00
24日(土) 15:00
25日(日)

ホームでご入居者様に提供している実際のお食事をお召し上がりいただけます。ご入居を検討されている方、ぜひ、この機会にご家族皆様でお気軽にご参加ください。

見学希望日の3日前までにご予約をお願いします。

お申込みは 受付/9:00〜18:00/土日祝日もOK
0120-996-981 http://www.gracemate.jp

株式会社 オールライフメイト
(本部)〒170-0013 豊島区東池袋3-4-3池袋イースト14階

明日をよりよく
生きる∞チカラ

としまコミュニティ大学 6大学踏破をめざそう！

区内6大学の講座に参加して、全大学のスタンプを集めた方に、賞状と記念品をお贈りします
(平成24年3月まで)。

豊島コミュニティ大学グループ☎5992 - 7079

コミュニケーション

◆東京音楽大学

「原語で歌う名曲講座」

10月8日(土) 午後4時30分～6時30分 東京音楽大学(南池袋3・4・5)◇人気オペラ歌手に教わる参加型の歌唱講座◇曲名…「歌の翼に」「ます」◇講師…東京音楽大学教授／横山恵子氏◇100名※先着順◇1,000円(マナビトコースの方は700円)

☎ファクスかEメール(8面記入例参照)で「コミュニティ大学グループ ☎(9月11日まで)5992 - 7051、☎(9月12日から)3981 - 1577、☎A0014606@city.toshima.lg.jp」へ。

ライフデザイン

◆学習院生涯学習センター秋期特別講座「世界音楽としての琵琶楽…」

10月14日(金) 午後3～5時 学習院生涯学習センター(目白1・3・19)◇講師…青山学院大学名誉教授／ジョージ・W・ギッシュ氏、前田流平家琵琶詞曲相伝者／後藤光樹氏◇80名◇1,500円

☎電話で学習院生涯学習センター☎5992 - 1040(平日午前10時～午後5時、土曜日午前10時～午後0時30分)へ※先着順。生涯学習センターのホームページ☎http://open.gakushuin.ac.jp/からも申込み可。

健康科学

◆女子栄養大学

①「四群点数法一年代別 気をつけたい食事」

10月6日(木) 午後1時～2時30分 女子栄養大学駒込キャンパス(駒込3・24・3)◇年代別にみるバランスのよい食生活について、学長が講義◇講師…女子栄養大学学長／香川芳子氏◇80名◇1,000円

②実践講座1「四群点数法一成長期・受験期の子どもの食」(全2回)

10月15日(土) 午後1～3時、10月22日(土) 午前10時～正午◇子どものカラダの健全な発達について、講義と調理実習で学ぶ◇講師…女子栄養大学教授／岩間範子氏、准教授／豊満 美峰子氏◇40名◇2,000円 ☎電話かファクスで①は10月3日まで、②は10月12日までに「女子栄養大学広報部☎3915 - 3668、☎3915 - 3635」へ※先着順。



香川芳子氏

◆豊島区後援事業《豊島くみんアカデミー講座》仏の教えを広く学ぼう＜パートⅢ＞(全6回)

◇としまコミュニティ大学講座から誕生したグループが開催する講義と対話の講座

①「仏陀とは？—その生涯を知る」…9月17日(土)

②「仏陀の教えパートⅠ—仏陀の思想の概要を学ぼう」…10月15日(土)

③「仏陀の教えパートⅡ—初期経典を読んでみよう」…11月19日(土)

④「大正大学の学生の声明公演を楽しむ—大正大学の年末恒例の行事に参加」…12月17日(土)

⑤「仏教美術入門パートⅠ—仏像、仏画鑑賞のいろはとは？」…平成24年1月21日(土)

⑥「仏教美術入門パートⅡ—仏像の歴史から学ぶ、その祈り」…平成24年2月18日(土)

いずれも◇午後4時30分～6時30分※④のみ午後3時～6時30分 大正大学東横キャンパス1号館4階141教室(西巣鴨3・20・1)◇講師…大正大学教授／塩入法道氏ほか◇40名◇2,000円

☎電話かファクスで「豊島くみんアカデミー広報担当 三橋☎ ☎3971 - 1514」へ※先着順。

もっと身近に!! 成年後見

●全国一斉無料成年後見相談会開催

①講演会…10月1日(土) 午後1時30分～2時20分、②個別相談会…10月1日(土) 午後2時30分～4時30分(1人1時間) 生活産業プラザ8階多目的ホール◇成年後見制度講演会と成年後見制度・相続・遺言についての個別相談会◇講師…司法書士／三橋健二氏、相談員…司法書士☎①は当日直接会場へ、②は事前に電話で「サポートとしま☎3981 - 2940」へ。

●成年後見制度をご利用ください

こんなことでお困りの方は、「サポートとしま」へご相談ください。
・認知症の母が、必要もないのに、何度も高価な物を買わされている。
・老後の金銭管理や生活のことを誰に任せるか、自分で決めておきたい。
・銀行から、後見人をつくってくださと言われてたけど、後見人をつけるにはどうしたらいいかわからない。
☎サポートとしま☎3981 - 2940

●サポートとしまでは成年後見制度の利用支援をしています

・制度の利用相談

法定後見制度や任意後見制度の利用について相談に応じ、制度の概要や具体的な手続き方法について説明します。希望により、制度の利用支援を行なう専門家団体を紹介します。

・申立書類の配布…手続きに必要な書類などを配布しています。

・成年後見人等の支援…推進機関として成年後見人等のための講座や座談会、制度の利用推進に関する講演会の開催、後見業務に関する相談に応じます。

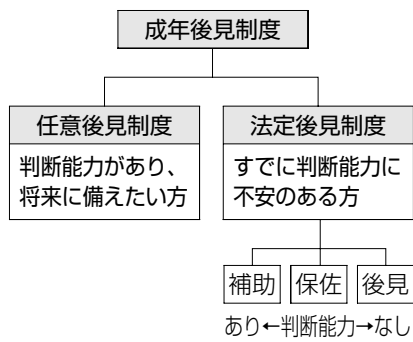
・法定後見申立費用助成…経済的理由などにより、法定後見制度の利用が困難な方を対象に、申立費用を助成します※詳しくは問い合わせください。
・法人後見…一定要件を満たしている方を対象に、豊島区社会福祉協議会が後見人になる「法人後見」を受任します。

●成年後見制度とは…

認知症や知的・精神障害などにより、判断能力が不十分な人の預貯金の管理(財産管理)や日常生活での様々な契約(身上監護)などを支援していく制度。

法定後見制度(すでに判断能力が不十分の方が対象)と任意後見制度(まだ判断能力のある方が対象)があります。

成年後見人などは、本人を保護・援助するために、介護・福祉サービスなど本人の生活や健康管理に必要なサービスの契約や費用の支払いを行ない、さらにそのサービスが適切に実行されているかを確認します。また、訪問販売で高額の商品を買わされたなど、悪質商法にひっかかってしまった場合、その行為を取り消すことができます。



区民のみなさんとともに 「地域福祉活動計画」をつくります～

福祉でまちづくりは、
区民一人ひとりが
主役です

豊島区社会福祉協議会地域福祉課☎3981 - 2930、☎5954 - 7105

■優しさと強さが響きあう

福祉でまちづくりフォーラム

一人ひとりの想いをカタチに！

安心して暮らせるまちって どんなまち？

10月1日(土) 午後2時～午後4時30分(開場は午後1時30分) 大正大学礼拝堂(西巣鴨3・20・1)

【電車でお越しの方】 ・地下鉄三田線西巣鴨駅下車徒歩2分 ・都営荒川線庚申塚駅下車 徒歩7分 ・埼京線板橋駅下車 徒歩10分	【バスでお越しの方】 池袋駅東口より、都営バス ・バロコ前①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ ⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ ⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ ⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿
---	---

◆第1部…

記念講演「私たちが創ろう 次代に誇れる福祉社会を！」



◇講師…NHK福祉ネットワークキャスター／町永俊雄氏プロフィール

1947年東京都生まれ。1971年早稲田大学政経学部卒業後、NHK入社。NHKスペシャルなどで、医療、福祉、教育などのテーマを担当。現在は、「福祉ネットワーク」キャスター。

◆第2部…

座談会「無縁社会、大震災～近隣との絆を考えてみませんか」
◇地区懇談会から見てきた、地域の方による福祉でまちづくりに関する実践活動発表◇司会…早稲田大学人間科学学術院教授／田中英樹氏、コメンテーター…町永俊雄氏
◇発表…

●中島留美子氏「地域でのびのび育つ子どもたち」
●柳澤幸彦氏「現代にもある銭湯でのふれあい」
●斉藤康彦氏「70坪の畑から始まった語り部」
●大正大学教授／石川到寛氏「大正さろんのふしぎ」
◇主催…豊島区社会福祉協議会・豊島区
◇当日直接会場へ。

●地区懇談会実施結果報告

「区地域福祉活動計画」の策定にあたり、区民の方、福祉施設や福祉サービス提供事業者などが地域の生活課題を共有し地域力を高めよう第一歩として「地区懇談会」を開催しました。

5月7日～7月2日 土曜日 午前10時～正午◇実施地区…区内高齢者総合相談センターエリア8地区◇参加者…293名◇テーマ…区内各地区のつよみ(魅力・誇りに



思うこと、よわみ(課題・問題点)、将来(好機・機会)、不安(心配ごと・不足しているもの・補うには)など

●地区懇談会で寄せられた意見の一部

現在	つよみ	・地藏通り商店街はメリットが大きい。 ・緊急時に備えて、「あんしんカード」は好評。 ・交通の便が良い。 ・静かで伝統文化が継承されている。
	よわみ	・オートロック式マンションが増え、交流の障害となっている。 ・少子化により近所で子どもの声が聞こえない。 ・商店街がさびれてきている。
将来	好機	・大震災から、町会を敬遠していた人たちの意識が変わった。 ・「あんしんカード」は見守りのきっかけになっている。 ・全世帯へ配布してほしい。 ・商店街活性化のため町おこしを考えている。 ・30代40代の男性が行事の運営に協力している。
	不安	・地区の小学校へ通学する子どもが減少している。 ・個人情報保護法の壁により、支え合いが難しい。 ・震災時、携帯電話が通信不能になること。

フェスティバル/トーキョー 11 開催記念特別企画

維新派「風景画—東京・池袋」をめぐる— 「都市と風景」を語る

10月9日(日) 午後7時～8時30分 池袋コミュニティ・カレッジ(西武池袋本店別館8階)◇西武池袋本店4階まつりの広場で野外公演を開催する松本雄吉氏とゲストが、作品を語る◇当カレッジ会員…1,575円、一般…2,100円◇主催／当カレッジ☎当カレッジホームページ☎http://www.7cn.co.jp/7cn/culture/cc/から申込み。
☎当カレッジ☎5949 - 5481、区文化デザイン課☎3981 - 1476



(c)Clippin JAM



気づいてください!

体と心の 限界サイン

内閣府の調査では、57.5%の人が「日頃ストレスを感じる」と回答しています。配偶者の死や自分のけが・病気など、辛いことや不幸なことだけではなく、結婚や優れた業績をあげるなど、人にとって幸せと思えるような出来事など本人の生活に変化をもたらす事象は、ストレスの原因になると考えられています。
この機会に、心について考えてみませんか。

豊島池袋保健所健康推進課☎3987 - 4174

●知ってチャレンジ! 対象事業 第2回精神保健福祉セミナー

「あなたのライフイベントで起こりうるストレス～ストレス対処法からちょっと深い話まで」

9月30日(金) 午後1時30分～3時30分 池袋保健所◇避けて通れないようなストレスを、どう受け止めて乗り越えていけばいいのか考える◇講師…陽だまりクリニック院長／遠藤 佐保子氏◇30名☎電話で池袋保健所健康推進課☎3987 - 4174へ※先着順。

●精神保健福祉相談のご案内

保健所では区民の方の様々な精神保健福祉に関わる相談を行なっています。

・こころの相談…毎月1回、精神科医師による相談(長崎健康相談所は隔月)

・家族のための家族問題相談…毎月1回、精神保健福祉士による相談(池袋保健所のみ) ☎池袋保健所健康推進課☎3987 - 4174、長崎健康相談所☎3957 - 1191

●9月は東京都自殺対策強化月間「自殺防止! 東京キャンペーン」電話による特別相談を行ないます。

①東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン…9月5日(月)～9日(金) 24時間 ☎0570 - 087 - 478

②多重債務110番…9月5日(月)・6日(火) 午前9時～午後4時 東京都消費生活総合センター☎3235 - 1155

③東京都ろうどう110番…9月7日(水)・8日(木) 午前9時30分～午後5時 東京都労働相談情報センター☎0570 - 00 - 6110

④自死遺族のための電話相談…9月5日(月)～7日(水) 午前10時～午後10時 全国自死遺族総合支援センター☎5988 - 7778

⑤自死遺族のための電話相談…9月8日(木)～11日(日) 午前10時～午後10時 グリーフケア・サポートプラザ☎3796 - 5453

⑥自殺予防いのちの電話…9月10日(土) 午前8時～翌朝8時 ☎0120 - 738 - 556

⑦48時間特別相談…9月10日(土)・11日(日) 午前6時～翌朝6時 東京自殺防止センター☎5286 - 9090

※いずれも詳しくは、東京都保健福祉局ホームページ☎http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/参照。

出来事	ストレス値	出来事	ストレス値
配偶者の死	100	親友の死	37
離婚	73	職場の配置転換	36
夫婦の別居	65	夫婦げんか	35
近親者の死	63	1万ドル以上の借金	31
ケガ・病気	53	仕事上の責任の変化	29
結婚	50	目立った個人的成功	28
失業	47	配偶者の就職・退職	26
夫婦の和解	45	上司とのトラブル	23
退職	45	引越	20
家族の病気	44	1万ドル以下の借金	17
妊娠	40	睡眠習慣の変化	16
家計状況の変化	38	軽微な法律違反	11

日常生活のストレス評価
(Holmes, T.H., The Social Readjustment Rating Scale, 1967.から抜粋)

※結婚生活の適応に要した負担を50、配偶者の死を100とした場合に、それぞれの項目ストレスを数値化したもの。1年以上にわたって200～300点が負荷された場合、その翌年に半数以上の人が健康障害を起こしやすいことを指摘した。

健康

費用の記載がない事業は無料です

◆「知ってチャレンジ対象事業」 今年もやります！

「よしもと健康お笑いライブ」 (がん検診受診勧奨イベント)



9月10日(土) 午後1時30分～4時
池袋サンシャインシティ地下噴水広場
◇中央舞台…よしもとネタ祭り、がん
検診体験紙芝居、座ってできるハーブ
ヨーガ、行列の出来る女芸人だらけの
健康相談所◇ブース…乳がん自己触診
体験、肺年齢チェック、母への手紙、
イケメン相談室、占い、健康クイズ、
似顔絵、乳がん情報提供など◇出演…
まちゃまちゃ、Bコース、佐久間一行、
チーモンチョーチュウ、ものいい、タ
カダコーポレーション(大貫)、おしど
り、いずみ屋デッサン、豊島区医師会
医師ほか◇当日直接会場へ※ブース参
加者にはお土産あり。

☎保健事業係☎3987 - 4660

◆「川崎病」第30回総会記念講演会と 相談会「川崎病と向き合うために… 全国キャラバン in 東京」

9月18日(日) 午後1時30分～4時30
分 勤労福祉会館◇講演、シンポジウ
ム、相談会◇講演…日本医科大学付属
病院小児科医／小川俊一氏◇100名◇
保育室あり◇主催／川崎病の子供をも
つ親の会◇後援／豊島区、豊島区教育
委員会、豊島区医師会、東京都、東京
都教育委員会、東京都医師会、厚生労
働省、(社)日本小児科学会、NPO日
本小児循環器学会、日本川崎病学会、
(財)日本心臓財団、NPO日本川崎病
研究センター◇当日直接会場へ。
☎川崎病の子供をもつ親の会 浅井☎
0467 - 55 - 5257、区健康推進課☎3987
- 4172

◆第3回健康講座(成人ぜん息) ～ぜん息との上手なつきあい方 ここがポイント！



9月26日(月) 午後2～4時 池袋保
健所◇ぜん息治療の最前線や日常管理
の仕方などを学ぶ◇講師…帝京大学附

属池袋クリニック院長／鈴木直仁氏◇
区内在住のぜん息などの呼吸器疾患で
お悩みの方やその家族◇30名※要予約。
☎電話で公害保健係☎3987 - 4220へ※
先着順。

◆離乳食講習会

9月29日(木) 午後1時30分～3時
池袋保健所◇口の発達とむし歯予防、
食べ方の発達に合わせた調理のポイント
と調理実演など(保護者のみ試食あり)
◇離乳食(中期食)を食べている7
か月以降の赤ちゃんと保護者◇30組◇
初期は乳児健診にて実施。

☎電話で「当保健所健康推進課栄養係
☎3987 - 4361」へ※先着順。

◆骨粗しょう症検診を実施中～対象 者に順次ご案内を送付しています

◇実施期間…11月30日まで◇対象…区
内在住の40歳・45歳・50歳・55歳・60
歳・65歳・70歳の女性の方(平成24年
3月31日現在で上記年齢になる方)◇
場所・検診内容など…豊島健康診査セ
ンターにて骨密度測定後、指定の医療
機関にて最終判定と結果説明◇この検
診は5年に1度です。

☎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7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全て
に該当する方。①20歳以上の区民(身
分を証明できる書類・印鑑を持参)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
所に戻せる④手術費と助成額との差額
を負担できる◇手術期間…10月中旬～
11月下旬◇助成額…オス2,000円、メ
ス4,000円※助成決定前の手術は助成
不可☎9月20日までに原則として本人
が直接「生活衛生係」窓口へ※申込み多
数の場合は抽選。「捕獲器」の貸出相談
は「人と動物の共生推進協議会(猫部会
事務局) ☎3985 - 1902」へ。

☎当係☎3987 - 4175

イベント情報

費用の記載がない事業は無料です

不動産街頭無料相談会

9月10日(土) 午前10時～午後4時
東武百貨店池袋店中央館地下1階◇主
催／(社)全日本不動産協会東京都本部
豊島文京支部◇当日直接会場へ。
☎当支部☎5940 - 8151、区住宅課住宅
相談グループ☎3981 - 2683

第2回「障害者サポート」講座

9月20日(火) 午後2～4時 区民ひ
ろば池袋◇障害者に対する声かけ、手
助け方法の学習、障害体験などで理解
を深める◇共催／セーフコミュニティ
推進協議会障害者の安全対策委員会、
区民ひろば池袋運営協議会、社会福祉
協議会◇当日直接会場へ。
☎障害者福祉課管理グループ☎3981 -
1766

ヤング応援就職面接会(合同企業 面接会)

①in板橋…9月16日(金) ハイライフ
ラザいたばし(板橋区板橋1 - 55 - 16)

夏期の節電のため、施設の
開設日・時間が異なる場合があります。
事前にご確認下さい。

②in練馬…10月5日(水) 石神井公園区
民交流センター(練馬区石神井町2 -
14 - 1)

③in豊島…11月16日(水) 区民センター
いすれも◇午後0時30分～3時30分
◇39歳以下の方を採用予定の企業によ
る面接会◇履歴書(写真添付)、職務経
歴書を複数枚持参。雇用保険受給中
の方は受給資格証も持参◇企業名は①9
月上旬②9月下旬③11月上旬にハロー
ワークホームページ☎https://www.
hellowork.go.jp/で公開◇共催／板橋
区、練馬区、産業連合会、東京商工会
議所、ハローワーク、労働基準監督署
◇当日直接会場へ。

☎商工係☎5992 - 7089

第158回庁舎ロビーコンサート 「懐かしのポップスをクラシックで」

9月21日(木) 午後0時15分～45分
区役所本庁舎ロビー◇出演…東京音楽
大学学生◇当日直接会場へ。

☎文化芸術グループ☎3981 - 1270

官公署だより

●東京都福祉保健局

9月20～26日は動物愛護週間

「動物愛護ふれあいフェスティバル～ 備えよう！いつも一緒にいたいから」

①9月17日(土) 午前11時～午後4時
上野恩賜公園不忍池周辺、野外ステー
ジ、上野動物園◇愛犬のしつけ方教室、
聴導犬実演、震災に関するパネル展示
◇当日直接会場へ、②9月23日(祝) 午
後1時～午後4時30分 東京国立博物
館平成館講堂◇動物愛護シンポジウム
「備えよう！いつも一緒にいたいから
～人と動物の防災を考える～」講演◇
390名☎電話で9月22日正午までに

ふれあいガイド

区の事業ではありません。詳しくは連絡
先へ問い合わせてください。留守番電話
の場合もあります。ご了承ください。

●キーボード演奏「南大塚キーボー ドの会」

毎月第1・3水曜日 午
前10時～11時30分 区民ひろば南大塚
◇月額2,500円☎吉野☎3946 - 8700

●混声合唱「たのしいコーラス」 毎
月第2・4水曜日 午前10時～11時30
分 区民ひろば南大塚◇3か月4,000
円☎金井☎3942 - 1375

●ストレッチと筋トレ「3 B健康体操」

毎週水曜日 午前10時～11時30分
南大塚地域文化創造館※10月から巣鴨

「(公社)日本動物福祉協会 ☎5740 -
8856」へ。

☎当局健康安全部環境衛生課☎5320 -
4412

●東京労働局

東日本大震災による被災地域の企業 に勤務していた方へ

「未払賃金立替払制度のお知らせ」

企業が倒産したため、賃金が支払わ
れないままに退職した労働者に対して、
未払賃金総額の8割を限度に国が事業
主に代わって支払(立替払)をする制度
があります※退職後6か月以内に認定
申請が必要。詳しくは、当局監督課ま
たは最寄りの労働基準監督署へ、問い
合わせてください。

☎当課☎3512 - 1612

この欄は、区民の皆さんが自主的に
活動しているサークルの紹介です。
区ホームページ(アドレス1面上部
参照)からもご覧になれます。

第3区民集会所など◇成人女性◇月額
3,000円☎松沢☎080 - 1703 - 6738

●生け花「ひいらぎ会」 毎月第4火
曜日 午前10時～正午 区民ひろば清
和第一◇月額2,000円(花代含む)
☎茂呂田☎3971 - 5090

●ストレッチ「ママビクス」 毎週月
曜日 午前10時15分～11時15分 区民
ひろば富士見台◇1回700円※回数券
あり☎白根☎3565 - 4734

●フォークダンス「みち」 毎月第1
・2・3火曜日 午前10時～11時15分
区民ひろば南大塚◇2か月1,400円
☎井川☎3941 - 6324

「いのちの森を育てる」 ～育樹講演会と育樹活動～

9月23日(祝) 午後2～4時 豊島清掃事務所(池袋本町1 - 7 - 3)◇東日
本大震災被災地の状況も踏まえ、森づくりの大切さと「いのちの森」を守り育
てることについての講義と作業。講演会后、豊島清掃事務所に植樹した1,030
本の苗木の生育状況を確認し、必要に応じ樹木の生長を阻害する、つる植物
などを取り除く作業を行なう◇講師…横浜国立大学名誉教授／宮脇 昭氏◇
120名

☎電話かファクスかEメール(8面記入例参照)で「環境まちづくり係☎3981
- 1598、☎3981 - 6207、☎A0029180@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

「グリーンとしま」再生プロジェクトは、 カーボン・オフセットを実施しています

オール東京62市区町村共同事業  みどり東京・温暖化防止プロジェクト

本事業の詳細は、「みどり東京・温暖化防止プロジェクト」ホームページに掲載します。☎http://all62.jp/



ご提供ください

「私が育てた緑のカーテン」情報

10月30日(日)に開催予定の「緑のカー
テン東京フォーラム in 池袋」で紹介
するため、緑のカーテンの情報を
集めています。

区内で育てている方は、「としま
緑のカーテンまっぷ」の制作にぜひ、
ご協力ください。

◇緑のカーテンに関する情報提供の
内容…①～⑤の中からいくつでも可
・書式問わず①緑のカーテンの外観
・室内写真(データによる提供)②育

成のコツ③育成における悩み④緑の
体感(カーテンを育てた感想)⑤私の
アイデア(カーテン川柳やゴーヤレ
シピなど)

◇提供方法…情報提供の内容・氏名
(またはペンネーム)・住所・連絡先
を記入し、10月2日までに郵送かフ
ァクスかEメールで「環境政策課事
業推進係(あて先上部欄外参照)」へ。
☎当係☎3981 - 2771、☎3981 - 6207、
☎A0029180@city.toshima.lg.jp

イベント情報

6面から続く
費用の記載がない事業は無料です

リサイクルフリーマーケット 出店者募集

①9月25日(日) 午前11時～午後2時
中池袋公園(東池袋1-16-1)※駐車場なし。雨天中止◇募集数…40店舗(1店舗面積1.8m×1.8m)◇主催…シャインフリマ、②10月9日(日) 午前11時～午後2時 池袋第二公園(池袋図書館横)※駐車場なし。雨天中止◇募集数…20店舗(1店舗面積2m×2m)◇主催／としまNPO推進協議会

①②とも◇区内在住、在勤、在学の個人またはグループ※営業目的は不可◇出店費用1,000円☎①は往復はがき(8面記入例参照)で、9月12日(必着)までに「〒171-0022 南池袋 3-6-2 吉倉」へ※一人(1グループ)1通のみ。応募者多数の場合は抽選、②はファクスかEメール(8面記入例参照)で、「みんなのえんがわ池袋事務局 ☎6659-6776、✉engawa@toshima-npo.org」へ※一人(1グループ)1通のみ※先着順。

☎①…当会 吉倉 ☎3982-8559、②…当会 根岸 ☎6659-6777(午後1～5時)、区リサイクル推進係 ☎3981-1629

パパと遊ぼう！

10月2日(日) 午後2～4時 勤労福祉会館◇工作や体を使った遊びをする◇講師…としまファザーズ・ネットワーク代表理事／鮫島一彦氏◇小学生以下の子どもと保護者◇50名◇共催／豊島区学童保育連絡協議会、男女平等推進センター

☎電話かファクスかEメール(8面記入例参照)で「男女平等推進センター ☎5952-9501、☎5391-1015、✉A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※直接当センター窓口申込み可。先着順。

「東日本大震災チャリティー・第13回全国三橋美智也歌唱(カラオケ)大会」へ無料でご招待

10月23日(日) 午前10時30分～午後6時30分(午前10時開場) 豊島公会堂◇三橋氏の楽曲で競うカラオケ全国大会◇30名☎はがき(8面記入例参照)で「〒030-0943 青森市幸畑2-1-6 みちや会 工藤 隆」へ※先着順。
☎当会本部 ☎017-738-5637、区文化デザイン課 ☎3981-1476

講演・講習

◆中小企業向け連続講座「エコアクション21認証取得支援セミナー」

9月13日、10月11日、11月8日、12月13日、平成24年2月7日、3月6日 火曜日 午後2～5時(全6回) 生活産業プラザ◇環境マネジメントシステム「エコアクション21(EA21)」の取得を目指す全体講義と個別相談◇中小企業経営者・従業員の方◇30社(1社につき2名まで)◇EA21を新規取得する区内中小企業に対し、取得に要する審査・認証登録費用の一部助成あり。
☎電話で環境政策課事業推進係 ☎3981-2771へ※先着順。

◆NPO法人設立準備セミナー(全3回)

9月14・21・28日 水曜日 午後6

時30分～8時50分(28日は午後6時から) みらい館大明◇20名◇4,000円◇主催／としまNPO推進協議会、区民活動センター運営協議会、豊島区☎Eメールかファクス(8面記入例参照)で、9月12日までに「自治協働推進担当課 ☎A0029142@city.toshima.lg.jp、☎3981-1213」へ※先着順。
☎当課 ☎3981-1674

◆郷土資料館「さんどよ創作教室」

9月17日(土) 午前10時、午後2時(各回60分程度)◇切り紙とカードづくり◇小学生以上の方◇当日直接会場へ。
☎当館 ☎3980-2351

◆駒込地域文化創造館

駒込歴史探訪⑩「昭和からの駒込・染井のうつりかわり」

9月22日(木) 午後7時から◇昭和初期からの変ぼうを語る◇案内役…豊島区話道会顧問／安島里子氏◇後援／染井よしの桜の里駒込協議会

☎電話で当館 ☎3940-2400へ※直接当館窓口申込み可。

◆消費生活講座「老人ホームの選び方とチェックポイント」

9月26日(月) 午後6～8時 生活産業プラザ8階多目的ホール◇自分に合った老人ホームの選び方、契約時の注意点を学ぶ◇講師…有料老人ホーム・シニア住宅情報館館長／中村 寿美子氏◇区内在住、在勤の方◇60名
☎電話かファクスで、9月15日までに「消費生活センター ☎5992-7015、☎5992-7024」へ※先着順。

◆淑徳大学公開講座

①三遊亭圓窓師匠の落語のなかの江戸…9月26日、10月24日、11月14日 月曜日 午後6時30分～8時◇講師…落語家／三遊亭圓窓師匠◇30名◇10,000円(1回3,500円)、②MEMORO「記憶の銀行」を知っていますか？「聴くということ」「語るということ」…10月4日・18日 火曜日 午後3時～4時30分◇講師…特定非営利法人 MEMORO「記憶の銀行」日本代表／冨田直子氏◇50名◇各日2,000円、③英語の名言(全5回)…10月6日～11月10日(11月3日を除く) 木曜日 午後6時45分～8時15分◇講師…淑徳大学国際コミュニケーション学部教員／赤崎美砂氏、マイケル・エドワーズ氏、大熊信治氏、出浦敬吾氏、星野英樹氏◇50名◇10,000円、④大震災、本当に頼りになるのはだれ…10月8日(土) 午後1時30分～4時20分◇講師…コミュニティ政策学部教員／石川 久氏、鏡 諭氏、矢尾板 俊平氏、富士見市総合政策部主査／中島雄一氏◇100名◇1,000円
①～④いずれも◇淑徳大学池袋サテライト・キャンパス☎電話かファクスかEメールで「淑徳大学エクステンションセンター ☎5979-7061、☎3988-7470、✉ext@ccb.shukutoku.ac.jp」へ。
☎生涯学習グループ ☎3981-1189

◆木内先生出張講座

「コラーゲでリラックスしましょう」
9月27日(火) 午後2～3時 区民ひろば富士見台◇講師…臨床心理士／木内 喜久江氏◇10組※保育付き
☎9月5日午前10時から電話で西部子ども家庭支援センター ☎5966-3131へ※先着順。直接当センター申込み可。

◆子ども邦楽合奏団^{おとわかい}「音輪会」4期生募集～豊島区にひびけ日本の音

9月からの毎月第2・3・4土曜日 午後1時30分～3時30分 南大塚地域文化創造館など◇小・中学生の方◇月額3,000円☎電話かファクスで音輪会 ☎070-5551-0529、☎3565-4630へ。
☎としま未来文化財団タウンデザインセクション ☎3981-4732

◆家庭教育講座

①椎名町小学校「ほめない子育てで子どもは伸びる？」…10月1日(土) 午後1～4時 当校椎の木ホール◇子どもや人を伸ばす「ほめない育て方」、「認める」言葉のかけ方を学ぶ◇講師…岸事務所代表／岸 英光氏◇30名◇室内履き持参、②池袋小学校「世界で1つだけのマイ箸作り」…10月1日(土) 午前10時～正午 当校家庭科室◇折れた野球のバットを素材に自分の手の大きさに合った箸づくりを体験し、正しい箸の使い方や箸の文化を学ぶ◇講師…箸和文化研究会◇10名※子どものみの参加不可。子どもは3歳以上から参加可◇筆記用具、普段使用している箸、あれば絵付け用具(水性マーカー)、室内履き持参◇600円(材料費)、③駒込小学校「聞いていますか？子どもの気持ち 伝えてありますか？親の思い」…10月17日(月) 午前10時～正午 当校図書室◇本音を聞き出す効果的な聞き方や、頭ごなしにならずに親の気持ちを伝える話し方などを学ぶ◇講師…親業インストラクター／高橋直美氏◇10名◇筆記用具、室内履き持参、④さくら小学校 子どもが伸びる「子どものほめ方、叱り方」…10月18日(火) 午前10時～11時30分 当校◇子どもを伸ばすための叱り方やほめ方を学ぶ◇講師…臨床心理士／天羽和子氏◇50名◇筆記用具、室内履き持参。

☎①～④いずれも、電話かファクスかEメール(8面記入例参照)で①は9月12日、②は9月16日、③は9月22日、④は9月30日までに「生涯学習グループ ☎3981-1189、☎3981-1577、✉A0014606@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

◆生活セミナー「大切なものを引き継ぐために～遺言の書き方」

10月1日(土) 午後2時～3時30分 金剛院(長崎1-9-2)◇自分の意思を伝える有効な書き方を学ぶ。個別相談も受付◇講師…行政書士／中野 千津香氏◇25名☎電話かEメールで、「NPO法人ライフデザイン ☎5926-8451、✉mitora@life-design.or.jp」へ※先着順。

☎消費生活センター ☎5992-7015

◆シニアパソコン入門講座(全8回)

10月5日～11月30日 水曜日※祝日を除く 午前10時～正午 障害者就労支援センター◇区内在住の60歳以上でパソコンに初めて挑戦する方(全回出席可能な方)※以前に受講した方は不可◇12名◇1,000円(教材費)☎往復はがき(8面記入例参照)で9月21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

◆徳川林政史研究所公開講座

古文書講座「江戸時代の古文書を読むー享保の改革ー」(全4回)

10月6日～27日 木曜日 午後6時30分～8時30分 勤労福祉会館◇①

「江戸の環境整備に尽力した将軍吉宗」…徳川林政史研究所所長／竹内 誠氏、②「御側御用取次の新設とその役割」…同研究所副所長／深井雅海氏、③「徳川宗春の登場と将軍吉宗」…同研究所研究員／白根孝胤氏、④「松下専助～知られざる吉宗の懐刀」…同研究所主任研究員／太田尚宏氏◇4回すべて出席できる方◇80名◇主催／徳川林政史研究所、豊島区教育委員会☎往復はがき(8面記入例参照)で、9月16日(必着)までに「教育総務課文化財係(あて先上部欄外参照)」へ※一人1通のみ。応募者多数の場合は抽選。

☎当係 ☎3981-1190

◆ノーバディーズ・パーフェクト～完璧な親なんていない みんなで探そう自分らしい子育て(全6回)

10月7日～11月11日 金曜日 午前9時30分～11時30分 西部子ども家庭支援センター◇0～2歳の一人目の子どもを育てている保護者で全回出席できる方◇10名※保育付き

☎9月5～20日の間に

電話で当センター ☎

5966-3131へ※申込み

多数の場合は抽選。当

選者には9月26日以降

に電話連絡あり。

◆創業者支援講座

10月12日～11月16日 水曜日 午後6時30分～8時30分 生活産業プラザ(全6回)◇起業・創業に役立つ基礎知識(マーケティング、簿記概論、経営計画ほか)を学ぶ◇区内在住、在勤、在学の方、豊島区内で創業を志す方、副業を考えている方◇講師…中小企業診断士・税理士など専門家◇24名☎ファクスかEメール(8面記入例参照。Eメールアドレス、創業予定の方は希望の業種も記入)で10月5日までに、「商工係 ☎5992-7088、✉A0029099@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

☎当係 ☎5992-7089

◆中央図書館 特別講演会

「戦国を生きた女たち～浅井三姉妹を中心に」

11月3日(祝) 午後2時～3時30分 区民センター文化ホール◇NHK大河ドラマ「江～姫たちの戦国～」の時代考証を担当する小和田氏の講演◇講師…静岡大学名誉教授／小和田 哲男氏◇200名

☎電話かファクスかEメール(8面記入例参照)で、10月14日までに「企画調整グループ ☎3983-7861、☎3983-9904、✉A0027900@city.toshima.lg.jp」へ※応募者多数の場合抽選。

◆みらい館大明(池袋3-30-8)

9月パソコン講座 ①初めてのパソコン…9月12日(月) 午後1～5時◇電源の入れ方から文字入力◇初心者向け◇3,000円、②ワード2007入門…9月14日(水) 午前10時～午後5時◇4,500円、③土曜エクセル入門…9月17日(土) 午前9時30分～午後4時30分◇4,500円、④エクセル2007入門…9月21日(水) 午前10時～午後5時◇4,500円、⑤ワード2007で地図作成…9月22日(木) 午後1～5時◇3,000円◇②～⑤は文字入力、マウス操作ができる方向け◇ウィンドウズ Vista 使用。
☎当館 ☎3986-7186

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

◆生涯学習オープンスクール開講

●大原情報ビジネス専門学校

①高校生対象「ITパスポート講習会～本試験出題予想会」…9月24日(土) 午前10時～午後4時、②ITパスポート試験直前予想会…9月24日(土) 午後2～4時、③ホームヘルパー資格のとり方、活かし方…9月25日(日) 午後1～2時◇①は高校生のみ、②③は大学生・短大生・社会人・フリーター◇①②各30名、③20名☎当校 ☎5952 - 0080、FAX5952 - 0649

●駿台トラベル&ホテル専門学校

「これだけは知っておきたい、葬祭早分かり」…9月24日(土) 午後1時～2時30分◇生前に準備しておくこと、エンディングノートの書き方◇社会人◇30名◇500円☎当校 ☎3946 - 1211、FAX3946 - 2230

☎生涯学習グループ ☎3981 - 1189

スポーツ

◆第64回豊島区民体育大会

すべて◇区内在住・在勤の方

●アーチェリー…10月2日(日) 西巣鴨体育場◇当日会場受付※午前9時30分まで☎アーチェリー協会 関根 ☎3916 - 5258。●ゲートボール…10月4日(火) 総合体育場☎9月15日までに、ゲートボール協会 杉山 ☎3981 - 7404へ。●ダンススポーツ…10月10日(祝) 雑司が谷体育館☎9月30日までに、ダンススポーツ協会 福田 ☎3910 - 7988へ。●柔道…10月16日(日) 雑司が谷体育館☎9月30日正午までに、柔道会 西村 ☎3917 - 7580へ。●弓道…10月23日(日) 総合体育場◇当日会場受付※午前9時30分まで☎弓道連盟 古矢 ☎047 - 449 - 8081。●ボウリング…10月23日(日) 午後1時から スポルト池袋◇当日会場受付※午後1時まで☎ボウリング連盟 木村 ☎3988 - 7221。●空手道…10月23日(日) 雑司が谷体育館☎9月22日までに、空手道連盟 園田 ☎04 - 2962 - 0643へ。●バドミントン…11月13日(日) 豊島体育館☎10月26日までに、バドミントン協会 千葉 ☎5395 - 7227へ。●キンボール…11月27日(日) 巣鴨体育館☎11月10日までに、キンボール連盟 菊池 ☎3917 - 8431へ。●合気道…11月27日(日) 池袋スポーツセンター☎11月15日までに、合気道連盟 猪谷 ☎3917 - 2129へ。●サッカー…10月16日(日) から 三芳グラウンド☎9月14日までに、サッカー協会 曾根田 ☎3957 - 3835へ。☎スポーツ振興グループ ☎3981 - 1334

◆シニアのためのグラウンド・ゴルフ教室
9月22日(木) 午前11時30分～午後2時、30日(金) 午後1時30分～4時 総合体育場◇区内在住、在勤の方◇各30名(両日参加可)◇1回100円(保険料な

ど含む)※運動できる服装で参加。運動靴・筆記用具持参(用具の貸し出しあり)◇主催／豊島区体育指導委員協議会☎電話かファクス(下部記入例参照)で9月16日までに「体育指導委員 木津 ☎・FAX3983 - 4075」へ。☎スポーツ振興グループ ☎3981 - 1334

◆初心者硬式テニス教室

10月9日～平成24年3月25日 第2・4・5日曜・祝日 午前8～10時 旧第十中学校◇指導…豊島区スポーツボランティアリーダー四季◇区内在住、在勤で小学校5年生以上の方◇30名◇6,000円☎往復はがき(下部記入例参照)で、9月15日(必着)までに「〒171-0044 千早4-10-7 伊東久男」へ※応募者多数の場合抽選。

☎スポーツボランティアリーダー四季 伊東 ☎3958 - 3024、区スポーツ振興グループ ☎3981 - 1334

◆ターゲットバードゴルフ講習会

10月14日～12月2日 金曜日(11月18日を除く) 午後1～3時 心身障害者福祉センター(全7回)◇区内在住、在勤の方で、愛の手帳か身体障害者手帳か精神保健福祉手帳をお持ちの方◇ボランティアも募集中。

☎電話かファクスで10月14日までに「当センター ☎3953 - 2811、FAX3953 - 9441」へ※直接窓口申込み可。

◆第39回障害者「スポーツのつどい」送迎バス乗車申込み受付

10月16日(日) 午前10時～午後3時 池袋中学校※イベント詳細は広報として10月5日号でお知らせ◇障害で来場が困難な方。介助者は原則1名◇東コース…駒込駅前北口→巣鴨駅前→新庚申塚バス停→文京高校前→大塚駅前→新大塚駅前→鬼子母神バス停→学習院裏→千登世橋中学校前→千登世橋バス停→池袋駅前→六ツ又ロータリー→上池袋2丁目→池袋中学校◇西コース…目白心障センター→旧長崎中学校前→アトリエ村前→千早郵便局前→長崎6丁目郵便局前→千川バス停→要町駅バス停→旧ハタポーリング前→豊島清掃事務所前→池袋中学校☎電話で9月20日までに障害者福祉課へ。乗車時間・場所は後日個別に通知。

☎当課管理グループ ☎3981 - 1766、FAX3981 - 4303

◆区民小ブナ釣り大会

10月16日(日) 午前6時 豊島公会堂前出発 埼玉県越谷市周辺◇区内在住、在勤、在学の方とその家族◇100名◇5,000円※女性・高校生以下は3,000円(バス代、保険など)◇釣り道具(貸し出し用あり)、弁当、雨具など各自持参◇主催／レクリエーション協会☎電話で10月6日までに「当協会 佐橋 ☎3916 - 3647」へ。☎スポーツ振興グループ ☎3981 - 1334

◆区民社交ダンスの集い

10月16日(日) 午後1時30分開場 勤労福祉会館◇区内在住、在勤の方◇50名◇1,500円◇主催／レクリエーション協会☎往復はがき(下部記入例参照)で、9月30日(必着)までに「〒171-0014 豊島区池袋3-23-7 原」へ※先着順。

☎当協会 原 ☎3984 - 0023、区スポーツ振興グループ ☎3981 - 1334

区民ひろば

◆区民ひろば南大塚

「チャリティー キッズ英語」

9月9日(金) ①…午後2時～2時40分◇0歳～1歳半の子どもとその保護者、②…午後3時～3時40分◇1歳半～2歳半の子どもとその保護者

①②とも◇英語で遊ぶ◇各回先着35組※当日「東日本大震災の募金」あり。

☎事前に電話 ☎3946 - 7665か直接当ひろば2階へ。

◆区民ひろば駒込

「小断・落語にトライ!」(全4回)

9月10・24日、10月8・22日 土曜日 午後1時30分～2時30分◇講師…社会人落語家／三遊亭圓塾、三遊亭王笑、ほか3名

☎9月5日から電話 ☎3917 - 9873か直接当ひろばへ※先着順。

◆区民ひろば長崎「交通安全研修」

①子育てママさん交通安全研修…9月16日(金) 午前11時30分～正午

②高齢者交通安全研修…9月16日(金) 午後1時30分～2時30分

①②とも◇当ひろば2階集会室◇講師…目白警察署◇当日直接当ひろばへ。☎当ひろば ☎3554 - 4411

◆区民ひろば清和第一

①「ハーモニカコンサート」 9月16日(金) 午後1時30分から◇ハーモニカによる演歌と叙情歌を楽しむ◇出演…佐藤 昭氏と目白ハーモニーメイツ◇当日直接当ひろばへ、②手作り工房「ミニトートバッグ」 9月27日(火) 午後1時から◇講師…宮西克子氏◇20名◇400円(材料費)☎代金を添えて事前に当ひろばへ※先着順。☎当ひろば ☎5974 - 5464

◆区民ひろば高松

「親子でエクササイズ体験会」

9月20日(火) 午前10時30分～11時20分◇講師…渡辺 奈々子氏◇0～3歳児とその保護者◇20組※先着順。☎電話 ☎3973 - 7420か当ひろばへ。

◆区民ひろば清和第二

「第2回みんなで楽しもう折り紙の世界」

9月24日(土) 午前10時～11時30分◇立体カーネーションと震災の復興を祈って「つなぎ折り鶴」を折る◇講師…サンシャイン夏休み子ども折り紙教室講師／島津智恵氏◇30名◇主催／当ひろば運営協議会

☎電話 ☎5961 - 5756か直接当ひろばへ。

◆区民ひろば西巣鴨第一

「認知症サポーター養成講座」

9月21日(水) 午後1時30分～3時◇認知症について正しく理解を深める◇30名◇主催／当ひろば運営協議会

☎9月20日までに電話 ☎3918 - 4197か直接当ひろばへ※先着順。

◆区民ひろば椎名町

「フラワーソープ」

9月26日(月) 午前10時～正午◇ペーパーフラワーと石けんでインテリアをつくる◇20名◇100円(材料費)☎費用を添えて直接当ひろばへ。

☎当ひろば ☎3950 - 3042

◆区民ひろば池袋

「ルースィーダットン(ストレッチ)」

10月3日～12月5日 月曜日※11月7日を除く 午前10時30分～11時30分(全8回)◇20名

☎9月8日から電話 ☎3982 - 9658か直接当ひろばへ※先着順。

社会福祉協議会

◆リボンサービス説明会

9月20日(火) 午後1時30分～午後3時30分 区民ひろば長崎◇ビデオ上映、リボンサービスのしくみなど※リボンサービスは、地域の協力会員が、高齢者などの利用会員に家事援助などの支援を行なうサービス☎電話で在宅サービス課リボンサービス ☎3981 - 9250へ。☎当課 ☎3981 - 9250、区民ひろば長崎 ☎3554 - 4411

◆高齢者元気あとし事業参加者説明会

9月27日(火) 午前10～11時 ボランティアセンター活動室◇高齢者が指定された介護保険施設で、お茶だしなどの一定の活動を行なうことでスタンプを貯める。換金もできます◇65歳以上の健康な区民の方◇20名※先着順◇介護保険証・運転免許証など、住所と年齢が確認できるものを持参。

☎電話で当センター ☎3984 - 9375へ。

◆「在宅介護者交流ツアー」

10月27日(木)◇房総方面への日帰りバス旅行◇家庭内で同居の要介護度3・4・5の高齢者などの介護をしている方(1家族1名)◇都内で40名◇4,000円※これまでに同ツアー参加経験者は別に実費負担あり◇主催／財団法人東京都弘済会☎所定の申込書(地域福祉課で配布)に、介護保険被保険者証の写しを添えて、9月12日までに直接当課窓口へ※応募者多数の場合は抽選。☎地域福祉課 ☎3984 - 9375

休館

◆南大塚地域文化創造館・南大塚ホール

◇南大塚地域文化創造館…10月3日～平成24年5月末(予定)、南大塚ホール…10月3日～平成24年8月末(予定)◇大規模改修工事のため

☎学習・スポーツ課生涯学習グループ ☎3981 - 1189

はがきなどの記入例

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。
※申込み方法は各記事参照。

「広報としま」9月25日号は、全世帯へ個別配布します

通常は新聞折り込みで配布していますが、新聞未購読世帯が増えているため、9月25日号は全世帯へ個別配布します。配布は、区が委託した配布員(区発行の身分証明書携帯)が5日間で行ないます。

◇配布期間…9月22日～26日(土・日・祝日含む)

※9月25日号は全世帯へ個別配布するため、新聞折り込みはありません。また、10月5日号からは通常通り新聞折り込みでの配布となります。

◆広報紙配送サービスをご利用ください

新聞を購読していない世帯で、ご希望の方に、広報紙を配送しています。

☎電話かファクスかEメールで「広報課編集グループ ☎3981 - 4154、FAX3981 - 1375、EメールA0010509@city.toshima.lg.jp」へ。