

通知カードの受取りはお早めに！
 通知カードが区に戻った日から6か月経過後の月末で、順次通知カードの交付を終了します。
 受け取っていない方は早めに総合窓口課へお越しください(4月30日までに区に戻った通知カードの窓口交付は、10月末に終了しました)。
 豊島区マイナンバーコールセンター ☎3981-1122
 (毎月1・11・21日発行)
 発行:豊島区 編集:政策経営部広報課
 〒171-8422 豊島区南池袋2-45-1 ☎3981-1111
 ホームページ <http://www.city.toshima.lg.jp/>

子育てフェスティバル ～親子で楽しむ～

12月2日(金)
 午前10時30分～午後0時30分
 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)
 ◇ピエロによるバルーンアート、フルート・ギターの演奏と歌、保育士による手遊び、大型ペーパーサートなど、親子で楽しめるイベントが盛りだくさんです。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。
 当日直接会場へ。
 豊島池袋第一保育園 ☎3987-4621



▲クラウンTogaさんのパントマイムやバルーンアートもお楽しみに！

る(独)国立病院機構久里浜医療センター院長/樋口 進氏が解説(1歳児以上、10名。要予約)。
 当日直接会場へ※保育希望は電話で11月14～30日の間に東部子ども家庭支援センター ☎5980-5275か直接当センター窓口へ。応募者多数の場合は抽選。

パパの応援講座

12月10日(土) 午前10時～正午 東部子ども家庭支援センター◇子どもとの遊び方の紹介やお父さん同士の交流会。講師…順天堂大学非常勤講師/小田俊一氏◇1歳2か月～2歳の子どもと父親とその家族◇15組◇スマイルカード持参。
 11月15日10時から電話で当センター ☎5980-5275か直接当センター窓口へ※先着順。

家庭教育学級小学校高学年コース「女の子の育て方」

12月12日(月) 午前9時30分～11時15分 生活産業プラザ◇男の子と女の子で子育ては違う？その疑問の解決方法について。講師…明治大学文学部教授/諸富祥彦氏◇100名
 電話かファクスかEメールで12月2日までに「生涯学習グループ ☎4566-2762、FAX3981-1577、E:MA0014606@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

家庭教育講座

①「親と子のための童謡コンサート」(南長崎幼稚園)…11月21日(月) 午前9時30分～11時◇作曲家兼ピアニスト/荒井佑仁氏ほかによるレクチャーコンサート◇未就学児と保護者◇10組◇上履き持参。
 ②「親子で楽しむ風邪の季節のアロマセラピー」(仰光小学校)…12月10

日(土) 午前10時～正午◇アロマサロンドリーズアロマセラピー講師/稲葉亜矢子氏から風邪予防などのアロマレシピーを学ぶ◇小学生と保護者◇12組◇800円◇上履き、ハンドタオル持参。
 電話かファクスかEメールで①は11月18日、②は11月25日までに「庶務課庶務グループ ☎3981-1141、FAX3980-5163、E:MA0024004@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

健康



呼吸器疾患に負けないために！ ピラティスで身体のコアを鍛えよう

12月14日(水) 午後2～4時 池袋保健所◇講師…SPRINGS PILATES STUDIO 代表/濱口 由美子氏◇呼吸器疾患をお持ちの方とその家族(ぜん息で治療中の方優先)◇15名
 電話で公害保健グループ ☎3987-4220へ※先着順。

環境・清掃



冬の節電に役立つ省エネ啓発機器を貸出します

①「省エネナビ」…分電盤につなぎ、家庭全体の消費電力や電気代を測定・表示する機器※貸出要件あり。
 ②「ワットアワーメーター」…コンセントに接続し家電製品をつないで消費電力などを測定・表示する電力計。
 ◇貸出し期間…①3か月、②1か月
 ◇対象…区内在住の個人、区内の団体・事業所。自身で設置・取り外しができる方※貸出し時に身分証提示。
 電話で環境事業グループ ☎3981-2771へ※要予約。

税・国保・年金



納税キャンペーンを実施します

11月14日(月) 午後2時から(1時間程度) 池袋東武ホープセンター内◇「税を考える週間」のキャンペーンで豊島都税事務所、豊島税務署、豊島納税貯蓄組合連合会、区が納税を呼びかけます 当日直接会場へ。
 豊島都税事務所 ☎3981-1211、区税務課 ☎4566-2351

子育て・教育



子育てファミリー世帯への家賃助成制度

区内の民間賃貸住宅(区民住宅ソシエを含む)に転居(転入)した場合

に、一定の要件を満たす子育てファミリー世帯に対し、転居(転入)後の家賃と基準家賃との差額の一部を一定期間助成します。

住宅課相談グループ ☎3981-2683

ママと赤ちゃんに優しい卒乳講座

12月5日(月) 午前10時～11時30分 池袋保健所◇母乳の卒業時期、準備、方法などについて。講師…助産師/高橋千砂氏◇区内在住で卒乳を考えている方◇25名

電話で健康推進課 ☎3987-4174へ※先着順。

児童虐待防止区民講演会「インターネットに依存する子ども達」

12月8日(木) 午後3時～4時30分 生活産業プラザ◇ネット依存する子どもたちの現状と治療、予防について、ネット依存治療の第一人者であ

介護保険事業の実施状況(平成27年度実績)

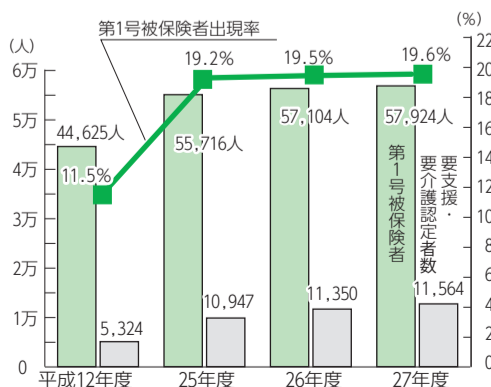
介護が必要になっても、住み慣れた地域でできる限り自立した生活を送ることができるよう、高齢者の介護を社会全体で支えるしくみとして、平成12年から介護保険制度が導入されました。実施状況について、詳しくは区ホームページをご覧ください。

介護保険課管理グループ ☎3981-1942

①第1号被保険者数および要支援・要介護認定者数の推移

平成12年度末と比べて、平成27年度末の第1号被保険者数は、約30%増加し、要支援・要介護認定者数は約2.2倍に増加しています。

また出現率(第1号被保険者数に占める要支援・要介護認定者の割合)も約1.7倍となりました。



②保険給付費の推移

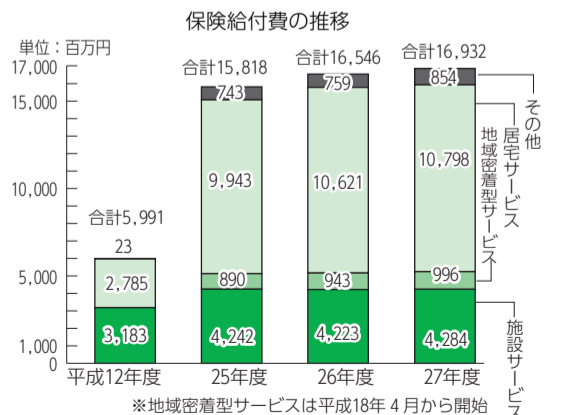
平成27年度の保険給付費は約169億3千万円であり、平成12年度の約2.8倍増となりました。高齢化が進展する中、保険給付費は今後も増加していくと見込まれます。

③相談・苦情の状況

高齢者総合相談センターや介護保険課窓口では、サービスを利用する本人やその家族などからの相談・苦情を受け付けています。平成27年度は介護保険課に463件の相談・苦情が寄せられました。

●介護保険サービスを利用するには…区内8か所の高齢者総合相談センターまたは介護保険課窓口で要介護認定の申請をしてください。

当課認定審査グループ ☎3981-1368



※地域密着型サービスは平成18年4月から開始

スポーツ



年間水泳教室

●**巣鴨体育館**…月曜日/午前10時から、水曜日/午前10時から、午後0時30分から、午後7時から、金曜日/午後1時30分から、●**雑司が谷体育館**…火曜日/午前10時から、正午から、木曜日/午前10時から、午後6時30分から、●**南長崎スポーツセンター**…水曜日/午前9時15分からいずれも◇各2時間◇初心者から上級者まで各コースあり。詳しくは問い合わせてください◇区内在住、在勤、在学の18歳以上の方◇コース

により30~50名◇月4回4,000円※無料体験あり。随時入会受付。
☎電話で豊島区水泳連盟事務局 佐藤☎3943-6397へ。

区民歩こう会「練馬区の名社寺と石神井公園散策」

12月4日(日) 午前9時50分 西武池袋線練馬高野台駅前広場集合◇石神井川周辺と石神井公園、カワセミの三宝寺池、江戸御府内88霊場巡り(約6km)◇300円☎当日集合場所で受付。

☎豊島歩こう会 吉越☎3986-8620



職員採用



資格など詳細は区ホームページか各課窓口で募集要項などを確認してください。

南池袋斎場管理員(非常勤職員)

◇任期…平成29年4月1日~平成30年3月末日(更新あり、65歳以上は不可)☎所定の申込書(写真貼付。区民活動推進課で配布。区ホームページからダウンロードも可)を11月30日までに当課管理グループへ提出(簡易書留での郵送可)。
☎当グループ☎4566-2311

社会福祉協議会



リボンサービス協力会員募集

●説明会…11月28日(月) 午後2~3時、●入門研修…12月16日(金) 午後

2時~4時30分 区役所東池袋分庁舎4階◇高齢や障がいなどでお困りの利用会員に掃除や外出の付き添いなどができる方を募集。
☎電話でリボンサービス☎3981-9250へ。



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。

12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	1歳児歯科健診・総合相談 対象(1歳~1歳3か月児) [予約制]	1・15日(木) 午前9時~9時30分	
	こども歯科健診 対象(2歳・2歳6か月・3歳6か月~4歳児) [予約制]	8・22日(木) 午前9~10時	6・20日(火) 午前9~10時
	母親学級 [予約制]	2・9・16日(金) 午後0時40分~3時30分	
	パパ・ママ準備教室 [予約制]	3日(土) 午前9時20分~11時30分	
おとなの健康	生活習慣病予防健診(男性) [予約制] ※対象…平成28年度20~40歳未満の男性	5日(月) 午前8時50分~9時	
	女性の骨太健診 [予約制] ※対象…平成28年度20~40歳未満の女性	7日(水) ①午前8時50分~9時 ②午前9時50分~10時	
	健康(保健・栄養)相談 [予約制]	5日(月) 午後1時15分~2時30分	21日(水) 午後1時30分~3時
	食事(栄養)相談 [予約制]		8日(木) 午前9時30分~11時
	女性の専門相談 [予約制]	7日(水) 午後1時15分~2時30分	
	HIV(エイズ)即日検査 [予約制] ※結果は2時30分から	10日(土) 午後1時30分~2時30分	
こころの健康	B型・C型肝炎ウイルス検査 [予約制] ※結果は約1か月後に郵送	5日(月) 午前10時~10時30分	
	こころの相談 [予約制]	15日(木) 午後2~4時	21日(水) 午後2~4時
	家族相談 [予約制]	6日(火) 午後2~4時	
その他	思春期・不妊症・更年期・難病・エイズ・感染症など、健康に関する相談を受けています。 平日 午前9時~正午、午後1~5時		
	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 ☎公害保健グループ☎3987-4220	
	飼犬・飼猫のしつけ相談 [予約制]	22日(木)午後1時30分~4時 ☎生活衛生係☎3987-4175	

12月 母子健康相談

2日(金) 区民ひろば清和第二 午後1時30分~2時	21日(水) 区民ひろば要 午前10時~10時30分
7日(水) 池袋保健所 午後1時30分~2時	26日(月) 長崎健康相談所 午後1時30分~2時30分
☎池袋保健所☎3987-4174	☎長崎健康相談所☎3957-1191

体育施設へ行こう

○申込みは、前日までに各施設へ
○詳細は直接施設へ問い合わせてください

豊島体育館 ☎3973-1701

◆秋のワンコイン体験教室 ①健康気功教室~肩こり・腰痛克服~…火曜日 午前11時~午後0時15分、②初めてのベリータンダンス~腰周り痩せ~…月曜日 午前11時~正午、③のびのび体操…水曜日 午前9時30分~10時30分
いずれも◇各3名◇500円(初回の方1回限り)

雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆12月コース型教室 月曜日(全3回)①オイズ…午前11時~正午◇4,536円、②ピラティス…午後0時20分~1時20分◇3,570円、水曜日(全4回)③ヨガ…午前11時~正午、④バドミントン教室…午後1時40分~3時、⑤フラメンコ…午後3時10分~4時10分、⑥ストレッチ&ワークアウト…午後7時30分~8時30分◇③~⑥4,760円、木曜日(全4回)⑦リズム&リラックス…午後0時30分~1時30分、⑧ヨガ&ストレッチ…午後1時45分~2時45分◇⑦⑧4,760円、⑨キッズバレエ…午後5~6時◇

年長~小学校6年生◇6,920円、金曜日(全4回)⑩ヘルスケア体操…午後2時45分~3時30分◇3,030円、⑪キッズダンス…午後4時15分~5時15分◇年長~小学校6年生◇4,760円、⑫大人バレエ(初級)…午後6時30分~7時30分◇5,620円、土曜日(全4回)⑬ピラティス・ベーシック…午後1時45分~2時45分◇4,760円

池袋スポーツセンター ☎5974-7262

◆パーソナルレッスン(有料) ①トレーニング(16歳以上)…個々の目的に応じた効果的なトレーニングメニューの作成と運動指導、②ストレッチ(16歳以上)…個々の目的に合わせ、専門のトレーナーがストレッチ、③スイミング(小学生以上)…水慣れ、泳ぎの導入・修正、タイムを縮めるなど、個々の目的に応じたレッスン、④体操(幼児~小学生)…縄跳び、逆上がり、ボール運動、マット運動など、習得したいことに応じて指導。
※詳細は問い合わせてください。

広告

広告(内容は各広告主に合わせてください)

広告

55歳以上の英会話生徒募集

毎回の講座で、「一話完結のテキスト」を用いて、プロジェクターからスクリーンへ映して授業を展開します。(黒板、ホワイトボードは使いません)

【月謝】8,000円【週1×4回受講】

【場所】池袋図書館前、御嶽神社となり

【その他の募集】中学生・高校生英語特訓コース・TOEIC受験特訓等、熱心に指導いたします。何でもご相談下さい。

英語アシスト

☎080-1090-6334
✉sesukigara@yahoo.co.jp
豊島区池袋3-45-1
ドミールST101

お見合い・結婚活動 入会契約まで相談無料

☎03-6912-6118

秘密厳守(事前予約)

営業時間 11:00~19:00 木曜定休

詳しくはホームページまたはメールかお電話で
PC・スマートフォン・タブレット用バーコード▶

全仲連 池袋 検索

CMS認証の結婚相談所
全国仲人連合会 池袋
東京都豊島区南池袋3-18-34
池袋シティハイツ303号

介護付有料老人ホーム **グレースメイト 目白**

東京都指定特定施設入居者生活介護(一般型)

24時間看護師常駐

グレースメイトを体感しよう!!

ホーム見学随時受付中

☎0120-154-777

受付時間 9:00~18:00(土・日・祝日のお電話も承ります)

資料請求だけでも大歓迎お気軽にお問い合わせください!

【グレースメイト目白 施設概要】●開設/平成22年5月1日●所在地/〒171-0052東京都豊島区南長崎1-19-12●土地・建物の権利関係/土地・事業主非所有・建物所有(平成22年契約)●職員/介護付有料老人ホーム一般型指定特定施設入居者生活介護●介護保険/東京都指定特定施設入居者生活介護●指定介護付有料老人ホーム●利用料の支払方法/選択方式●入居時要件/入居時要支援介護●職員体制/介護士3名以上(夜間20時~翌7時)最少時の職員数/介護職員4名、看護職員1名●敷地面積/1311.09㎡●建物概要/建物面積/5633.51㎡、延床面積/2010.42㎡、鉄骨コンクリート造地下1階地上10階●居室数/個室(20.28㎡~22.44㎡)65室、2人部屋(30.03㎡~30.77㎡)7室 定員79名●共用施設/設備/相談室、事務室、健康管理室、クラブ室、理美容室、2F庭園、吸烟室、特別浴室、食堂(1F)、機能訓練コーナー、ロビーラウンジ、食育多目的室(10F)、スカイラウンジ、展望風呂、スタッフルーム、ラウンジ・ゲーム室、読書室、音響室、緊急コール設備、スプリンクラー、エレベーター2基(1階内スリッパ専用)●送迎業務/常勤2名・非常勤2名、作業療法士・常勤1名、言語聴覚士・非常勤1名(平成28年10月1日現在)●ホーム見学当日の入居募集は行いません●広告有効期限/平成28年12月31日

運営 株式会社 オールライフメイト 株式会社オールライフメイトは株式会社カーメイト(ジャスタック上場)のグループ企業です。

庭木1本からお手入れOK!

見積無料

お客様へのお約束

- ・土日でもOKです
- ・トイレはお借りしません
- ・お茶はご遠慮します

生垣剪定幅1m
※高さ2m
通常2,000円を
先着10名様迄
1,000円

株式会社ガーデンエクスプレス

☎03-5933-2811

年中無休
東京北支店 練馬区土支田3-19-12