

TOBU de あそびシリーズ

～ちびっこタウンをつかってあそぼう～

開催時間中いつでも参加可能

3月24日(土)・25日(日) 24日…正午～午後4時、25日…午前11時～午後4時
東武百貨店池袋本店 8階屋上スカイデッキ広場
※雨天時は2階5番地 特設会場

◇子どもたちが自分で考えた小さなまち「ちびっこタウン」をつくり、その中で自由に遊び、働くイベント◇幼児、小学生とその家族◇車工作のみ500円(税)当日直接会場へ。
☎地域支援グループ☎3981-2187



混雑時期に伴う総合窓口課 平日の受付(発券)時間変更

◇対象期間…3月12日(月)～4月9日(月)
◇平日受付時間…午前8時30分～午後4時※午後4時までに発券機で番号札をお取りください。
3月中旬～5月中旬は総合窓口課窓口は大変混雑します。転入届や転居届などの手続きは東・西区民事務所でも扱っています。
☎住民記録グループ☎3981-4782

税・国保・年金

4月から税務課と国民健康保険課の日曜窓口が第2日曜日に変わります

これまで毎月第3日曜日を「日曜窓口」として開設していましたが、国などのシステムメンテナンスの都合により、4月から「日曜窓口」を第2日曜日に変更します
◇開設時間…午前9時から午後5時まで
◇場所…区役所本庁舎3階
◇受付業務…①税務課/住民税・軽自動車税の納付、納付相談業務※住民税の申告は取り扱っていません。
②国民健康保険課/資格取得・喪失・変更・保険証再交付、納付書再発行、納付相談など※給付業務など一部取扱いできない業務があります。
☎①税務課整理第一・第二グループ☎4566-2362、②国民健康保険課資格・保険料グループ☎4566-2377、整理収納グループ、特別整理グループ☎3981-1294、1295

区外に転出される方へ

特別区民税・都民税(住民税)は、1月1日現在の居住地で課税されるため、課税された年の途中で区外に転出する場合や国外に出国する場合は、区に1年度分の特別区民税・都民税を納付する必要があります。出国などで国内に住所を持たなくなる方は納税管理人を届け出る義務があります。転出時に未納の住民税があり、納付が困難な場合は、早めに相談してください。
☎税務課整理第一・第二グループ☎4566-2362

軽自動車・バイクなどの廃車手続きを忘れずにしてください

軽自動車税は4月1日現在登録のある方に課税されます。廃棄、譲渡、

盗難にあったなどで廃車手続きをしていない方は、3月31日までに廃車手続きをしてください。
◇届出先…①豊島区ナンバーの原動機付自転車(125cc以下)・ミニカー・小型特殊自動車/区税務課☎4566-2352、②軽二輪車(125cc超の二輪車)・二輪の小型自動車(250cc超の二輪車)/練馬自動車検査登録事務所☎050-5540-2032、③四輪の軽自動車(660cc以下)/軽自動車検査協会東京主管事務所練馬支所☎050-3816-3101
☎税務課軽自動車税担当☎4566-2352

後期高齢者医療

75歳の誕生日から後期高齢者医療制度に替わります

それまで加入していた勤務先の保険や国民健康保険から自動的に切り替わります。
◇対象者…①75歳以上の方(誕生日から)、②65歳以上の一定の障害がある方で、申請に基づき広域連合の認定を受けた方(認定を受けた日から※国民健康保険の方は、後期高齢者医療制度との選択が可能)
◇保険証…75歳の誕生日までに簡易書留で郵送
◇保険料…被保険者が均等に負担する均等割額と、所得に応じて負担する所得割額の合計額(個人単位)
◇納付方法…①原則、特別徴収(年金天引き)です。(口座振替のみ変更可能)ただし、年金受給額が18万円未満の方や介護保険料との合算額が天引きの対象となる年金の2分の1を超える方は、普通徴収となります。また、特別徴収の対象となる方でも、年度途中にほかの区市町村から転入した方や年度途中に75歳に到達した方は、一定期間は特別徴収ができません。②普通徴収…納付書または口座振替※国民健康保険料で口座振替

を利用していた方は、新たに口座振替の申込みが必要です。
◇納付相談…期限内納付が難しい場合は、納付相談を行なっています。
☎後期高齢者医療グループ☎3981-1332、納付相談…整理収納グループ☎3981-1459

福祉

金婚・ダイヤモンド婚を迎えるご夫婦へ

◇対象者…平成29年4月1日から引き続き区内に住所があり、下記の①②のいずれかに該当する夫婦。①金婚(50年目)…昭和42年4月1日～昭和43年3月31日に婚姻届を提出した

夫婦、②ダイヤモンド婚(60年目)…昭和32年4月1日～昭和33年3月31日に婚姻届を提出した夫婦。昨年度の対象者(金婚は昭和41年4月1日～昭和42年3月31日、ダイヤモンド婚は昭和31年4月1日～昭和32年3月31日に婚姻届を提出)で、まだ申請していない方も受け付けています。申請時、夫婦のいずれかが亡くなっている場合は対象になりません。注意してください
◇祝品(郵送)…区内共通商品券1万円分※有効期限あり☎3月30日までに、6か月以内に発行された戸籍謄本(全部事項証明書)を高齢者福祉課へ持参。
☎高齢者事業グループ☎4566-2432

4月から国民健康保険制度が変わります ～運営に都道府県が加わります～

☎制度改革グループ☎3981-1923

国民健康保険(国保)は、日本の国民皆保険(※)の基盤となるしくみです。国民皆保険を将来にわたって堅持するために、4月から都道府県も域内の区市町村とともに国保の運営を担うことになりました。また、国からの財政支援も拡充されます。

- 都道府県が財政運営の責任主体になります…都道府県が安定的な財政運営などにおいて中心的な役割を担います。区市町村は引き続き、資格管理、保険給付、保険料率の決定、賦課・徴収、保健事業などの住民に身近な事業を運営します。
- 同一都道府県内の住所異動の時にも高額療養費の該当回数引き継がれます…同じ世帯で、過去12か月以内に4回以上の高額療養費の支給を受ける場合、4回目以降は限度額が低くなります。4月以降、住所異動前と同じ世帯であることが認められるときは、都内の他区市町村に住所異動した場合でも高額療養費の該当回数引き継がれ、経済的な負担が軽減されます。
- 制度が変わることにより特別な手続きは必要ありません…国保に加入されている方が、4月から制度が変わることにより特別な手続きをしていただく必要はありません。また、現在お持ちの保険証は有効期限まで使用できます。各種届出先・保険料の納付先はこれまで通り区市町村です。(※)国民皆保険とは原則としてすべての国民が何らかの公的医療保険に加入する制度です。

くらし等 🏠

豊島区民交通傷害保険 加入受付期限が近づいています

「平成30年度豊島区民交通傷害保険」の加入受付は、3月30日(金)までです。受付期間を過ぎると加入できませんので、加入を希望する方は、期日までに申し込んでください。◇**受付場所**…①区内金融機関(銀行・ゆうちょ銀行・郵便局・信用金庫・信用組合)、②区役所本庁舎6階東13 区民交通傷害保険窓口(区民活動推進課)◇**引受保険会社**…損害保険ジャパン日本興亜㈱

☎区民活動推進課管理グループ☎4566-2311(平成29年10月24日作成)

箕輪町の畑を貸します！

長野県箕輪町では、町内の畑約50㎡を貸し出します。初めての方でも安心の野菜の育て方講習会あり。詳細は問い合わせてください。◇**期間**…4月1日～平成31年3月31日◇**区画**…16区画◇**金額**…年間4,000円

☎箕輪町産業振興課☎0265-79-3111

環境・清掃 🌿

カラス被害を防ぐために

3～6月はカラスの繁殖期です。親鷄は卵やヒナを守るため、威嚇行動をします。被害を防ぐため、以下の点にご協力をお願いします。◇**ごみ出し方の工夫**…餌となる生ごみは紙で包んで出すなど、カラスに見られないようにする。ごみ出しの時間を守る。◇**巣を作らせない**…庭木の枝が三つ又にならないようにせん定する。巢材となるハンガーなどを屋外に放置しない。◇**繁殖期の行動に注意**…カラスが大声で鳴く、木にくちばしをこすりつける、小枝を落とすなどの威嚇行動をしたら、巣の周囲から離れる。帽子をかぶる、傘をさすなどにより、攻撃を予防する。

●区のお取組み

①人に被害がおよぶ場合の巣やヒナ

の撤去…カラスが人を襲うなど緊急を要する場合、②ごみ集積所への防鳥ネット無料貸出し…貸出場所／豊島清掃事務所、環境政策課、東・西区民事務所

☎①公害対策グループ☎3981-2405、②豊島清掃事務所☎3984-9681

健康 🏥

「骨太教室(骨粗しょう症予防教室)」(全2日)

①4月16日(月)…午後1時30分から、午後2時から、午後2時30分から(各1時間程度)、②4月20日(金)…午後2時～3時30分 長崎健康相談所◇①骨密度測定と栄養士による食事の話、②保健師による日常生活の話、運動指導員による骨を丈夫にする運動◇医師に運動の制限をされていない65歳未満で両日参加できる方。幼児以下の子どもがいる方優先◇30名(①は各回10名)🗨2か月～2歳児。6名(20日のみ)。📞電話で当相談所☎3957-1191へ※先着順。

子育て・教育 🎒

新小学1年生の方へ「子ども医療証」を送付します

現在「乳幼児医療証」をお持ちで4月に小学校に入学する方へ、4月1日から有効の「子ども医療証」を送付します。3月15日頃に発送予定です。◇**新たに申請が必要な方**…中学校3年修了前の児童で、医療証をお持ちでない方。必要書類などは問い合わせてください。医療費助成の開始は、原則として医療証交付の申請日(郵送の場合は到着日)からです。転入日または誕生日の翌日から2か月以内に申請した場合は、転入日または誕生日までさかのぼって助成します。☎児童給付グループ☎3981-1417

傍聴できます 🗣

第3回豊島区多文化共生推進基本方針策定検討委員会

3月16日(金) 午後2時から 区役

所本庁舎9階第3委員会室📠当日直接会場へ。

📠多文化共生推進グループ☎3981-1782

第1回子どもの権利委員会

3月29日(木) 午前10時から 区役所本庁舎9階第1委員会室◇10名📠当日開始10分前までに直接会場へ※先着順。

📠子ども課管理グループ☎4566-2471

第2回男女共同参画推進会議

3月29日(木) 午後6時30分から としま産業振興プラザ(IKE・Biz)3階エボック10研修室2📠当日開始10分前までに直接会場へ。

📠男女平等推進センター庶務・計画調整グループ☎5952-9501

イベント 🎪

歩く国際協力「Walk in Her Shoes 2018」キャンペーン

3月8日(木)～5月31日(木)◇ウォーキングを通して国際協力できるイベント。4つの参加方法があり、好きな時間・場所で始められます。詳細は(公財)ケア・インターナショナルジャパンのホームページ📠http://www.careintjp.org/membership/campaign/02.html 参照◇600名◇3,000円(参加方法により異なる)📠ファクスで当法人🗨5950-1375へ。

☎当法人マーケティング部キャンペーン担当☎5950-1335

東京音楽大学J館ロビーコンサート「たたいて！はずんで！魔法のマリンバ」

3月12日(月) 正午～午後0時30分(午前11時45分開場) 当大学J館ロビー(南池袋3-4-5)◇曲目…ハチャトゥリアン「剣の舞」、リムスキー＝コルサコフ「熊蜂の飛行」ほか。出演…吉永優香ほか📠当日直接会場へ。

☎当大学演奏課☎3982-2496

第55回豊島区高齢者クラブ連合会「芸能まつり」

3月19日(月) 午前10時開演(午前

9時30分開場) 南大塚ホール◇舞踊、民謡、コーラス、フラダンスなどの発表📠当日直接会場へ。

📠当会☎5950-2511(火・木曜日のみ)、高齢者福祉課☎4566-2429

介護予防センター多世代交流事業～アロマを使ったハンドクリーム作り～

3月20日(火) 午前10時～11時30分 高田介護予防センター◇アロマを使った刺激が少なく、乳児から高齢者まで使えるハンドクリーム作り。作ったクリームは持ち帰り可。優しい香りにつつまれながら、リラクセスした時間を過ごしませんか。講師…薬剤師／高原 千美美氏◇65歳以上の区民の方が乳幼児と保護者(保育なし)◇20名◇300円

📞電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

池袋警察署交通安全のつどい

3月25日(日) 午後1～3時(午後0時30分開場) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇春の全国交通安全運動(4月6～15日)の一環として開催。式典、トークショー、ミニコンサート、交通安全教室。ゲスト…有森也実さん、キャンパスクイーン◇200名程度📠当日先着順受付※開場時間前に入口に並びことは不可。

📠池袋警察署交通安全総務係☎3986-0110(代表)

池袋図書館 よんでみよう！やってみよう！かがくのほん！

3月31日(土) 午後2時30分～3時30分 池袋第三区民集会所◇絵本をヒントに、身近なかかがくを体験◇小学生以上の児童◇20名📠当日先着順受付。

📠当館☎3985-7981

第38回赤鳥寄席

4月7日(土) 午後2時～4時30分(開始30分前受付開始) 赤鳥庵(目白庭園内)◇100名◇1,200円📠往復はがきかファクスかEメール(3面記入例参照。参加人数、ファクス番

号も記入)で「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園、🗨5996-4886、📠info-mejiro-garden@seibu-la.co.jp」へ。直接窓口申込みも可。電話申込み不可※先着順。

📠当庭園管理事務所☎5996-4810

千川上水散歩道を巡る

4月15日(日) 午前10時～正午予定(午前9時50分集合) 西武池袋線東長崎駅改札付近集合。東京メトロ有楽町線千川駅付近解散※小雨決行◇区内ボランティアガイド「としま案内人長崎町」による、八重桜を愛しながら千川上水を巡るまち歩き◇20名◇300円📠往復はがき(右下部記入例参照。複数参加の場合は参加人数と参加者全員の氏名も記入)で「〒171-0044 千早2-35-12 千早地域文化創造館内」**「としま案内人長崎町」**へ※先着順。

📠当会 豊田☎090-8315-3137

美術へのいざない 特別展「人体―神秘への挑戦―」

4月19日(木) 午後6時30分開演 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇国立科学博物館での同展のみどころを紹介する講演会。同展の招待券進呈(1名1枚)◇250名📠往復はがきで3月30日(必着)までに「〒171-0022 南池袋2-34-5 藤和第2ビル」としま未来文化財団「美術へのいざない係」へ※応募者多数の場合は抽選。

📠当財団まちの魅力づくりセクション☎3981-4732

講演・講習 🗣

交通安全講習会(兼運転者講習会)

3月22日(木) 午後6～7時 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇春の全国交通安全運動に先立ち、警察官の講話とDVDの上映を通して、交通事故防止の注意点を学ぶ📠当日直接会場へ。

☎交通安全グループ☎3981-4856

みらい館大明

●こどもモノづくり学校シリーズ「池袋子ども映画プロジェクト」(全

4回)…3月17日(土)・21日(祝)・25日(日)・31日(土) 午前10時～午後4時◇子どもたちがプロの指導のもとで、台本づくりから撮影まで行なう短期集中型映画製作ワークショップ◇小学生(子どものみの参加可)◇15名◇1,000円

●**としま食文化研究会「究極のお茶漬けをみんなで作ろう！」**…3月25日(日) ①午前10時30分～午後1時30分、②午後3～6時◇川根手もみ茶保存会直伝の川根揉切流「手もみ緑茶作り」&お茶漬けに合う贅沢ご飯の競演。講師…川根揉切流氏、みなとむすぶ GOHAN PROJECT 新米部長/おむすび君◇各20名◇各3,500円📠いずれも電話かEメールで「当館☎3986-7186、📠miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

スポーツ 🏊

ラジオ体操講習会

3月27日(火) 午後1時30分～3時 区民ひろば南大塚◇ラジオ体操第一・第二、みんなの体操の講習◇上履き持参📠当日直接会場へ。

📠豊島区ラジオ体操連盟 中谷☎3946-0772

区民歩こう会

「東京の凸凹を楽しく歩こう」

4月1日(日) 午前9時50分 JR山手線原宿駅神宮橋出口前広場集合◇原宿から表参道・青山・六本木へ(約6km)◇300円📠当日集合場所受付。

📠豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

超初心者水泳教室(全4回)

4月3～24日 火曜日 午前10時～正午 雑司が谷体育館◇区内在住、在学中で水泳が苦手な18歳以上の方◇20名(最少遂行人数5名)◇4,000円📠はがきで3月30日(必着)までに「〒112-0012 文京区大塚6-24-15-502 豊島区水泳連盟事務局 佐藤」へ※応募者多数の場合は抽選。

📠当連盟事務局 佐藤☎3943-6397

区民フナ釣り大会

4月15日(日) 午前5時30分 旧豊島公会堂前集合、千葉県香取市周辺◇マブナ、ヘラブナの生魚の総重量で競う(竿などの制限あり)◇区内在住、在勤の方とその家族◇100名◇5,500円(女性・高校生以下3,500円)◇竿(4.5m前後)、仕掛け、えさ、弁当、水筒、雨具など持参(貸竿あり)。

📞電話で4月4日までに豊島区釣友連合会事務局 今成☎090-3229-1079へ※先着順。

職員採用 🏢

資格など詳細は区ホームページが各課窓口で募集要項などを確認してください。

水曜トライアルスクール講師(臨時職員)

◇検定試験(英語・漢字)合格を目指す中学生への学習指導◇任期…5月1日以降の6か月以内(1回限り更新可)📠履歴書(写真貼付)、資格を証明するもの(教員免許状または検定試験合格証書)の写し、自己申告カード(区ホームページからダウンロード可)を3月30日(必着)までに指導課へ郵送か本人が直接持参。

📠当課庶務・事業グループ☎3981-1145

社会福祉協議会 🗣

運転協力会員募集説明会！～福祉車両試乗会～

3月23日(金) 午前10時～正午 区役所東池袋分庁舎◇車いすやストレッチャーのまま乗り込める、リフト付自動車の運行を行なうハンディキャブ運行事業の説明と試乗体験◇自動車運転免許があり、21～65歳程度までの健康な方。経験不問。福祉車両に興味関心のある方、今後利用を希望する方、福祉関係者などの支援者も参加可。

📞電話で地域福祉推進課ハンディキャブ☎5396-4954へ。

官公署だより

●豊島都税事務所 「自動車の移転・廃車手続きはお済みですか？」

自動車税は4月1日現在、自動車検査証(車検証)に記載されている所有者(割賦販売の場合は使用者)に課税されます。3月30日(金)までに、譲渡の場合は移転登録、廃車の場合は抹消登録を済ませてください。

📠東京都自動車税コールセンター☎3525-4066

●東京都水道局 「東京水道あんしん診断の実施」

◇**対象**…都営水道給水区域の大規模使用者などを除く水道使用者約750万件◇**期間**…平成32年3月31日まで◇**内容**…訪問日を記載した通知を配布後、各戸を訪問。簡易漏水・簡易水質調査、アンケート調査などを実施(無料)。診断員は制服・ネームプレートを着用。浄水器などの器具の販売や金銭の請求、家屋の中に入ることはありません。

📠東京水道あんしん診断相談室(23区)☎5638-7555

●東京第一～第六検察審査会 「検察審査員に選ばれましたら、ご協力をお願いいたします」

選挙権を有する20歳以上の国民の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員が、検察官が犯罪を犯した疑いがある者を裁判にかけなかったことのよしあしを審査する制度です。任期は6か月で、審査は検察官の不起訴処分が国民の常識に合致しているか否かを判断していただきますので、法律的な専門知識は不要です。

📠東京第一検察審査会事務局☎3581-2877

はがきなどの記入例 📧

①事業またはイベント名	※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。
②〒住所	※申込み方法は各記事参照。
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	

生活に困ったときは相談してください

生活が困難になった時の最後のよりどころとして、生活保護制度があります※相談内容については、守秘義務により堅く守られます。

●**こんなときに受けられます**…収入が無いかあっても少なく、生活に事欠くような状態に陥った場合、その困窮の程度に応じて、最低限度の生活を保障します。

●**保護費の額**…「最低生活費」と保護を受けようとする方(世帯)の「収入」を比べ、「収入」が下回る場合はその不足分を支給します(右図参照)。ただし、資産・能力など全ての活用が要件であり、民法上の扶養義務者の扶養は、生活保護に優先します※「収入」=世帯のすべての収入(給料、手当、賞与、内職収入、営業収入、仕送り、年金、保険金、臨時収入など)。なお、働いて得た収入は一定の控除額が認められます。

●**相談機関**
①**生活福祉課(区役所東池袋分庁舎)**…担当地区／駒込、巣鴨、西巣鴨、北大塚、南大塚、上池袋、東池袋、南池袋、池袋1・2丁目、池袋本町、雑司が谷、高田、住まいのない方、②**西部生活福祉課**…担当地区／西池袋、目白、

第6回旧第十中学校跡地活用等基本計画検討委員会 3月22日(木) 午後6時から 区役所本庁舎8階807・808会議室📠当日直接会場へ。📠施設計画グループ☎3981-4594

長崎、高松、池袋3・4丁目、南長崎、千早、千川、要町、③**民生委員**…地域の方々の実情を把握し、一人暮らしの高齢者や生活が困難な家庭などの相談に応じます。また関係機関と連携し、生活を支援します、④**くらし・しごと相談支援センター**…専門の支援員が自立に向けた支援をします(生活保護受給者を除く)。

📠①生活福祉課相談グループ☎3981-1842、②西部生活福祉課相談グループ☎5917-5762、③民生・児童委員グループ☎3981-1722、④くらし・しごと相談支援センター☎4566-2454

最低生活費と収入の比較

- 保護が受けられる場合**
収入が最低生活費を下回るため、その不足分のみ保護費が支給されます。
- 保護が受けられない場合**
収入が最低生活費を上回るため、保護が受けられません。

最低生活費	収入	保護費
-------	----	-----

最低生活費	収入
-------	----

知っていますか？ 高次脳機能障害者のための支援やサービス

高次脳機能障害とは、病気や事故などさまざまな原因により脳がキズついたことで現れる非進行性の症状です。主な症状に「注意障害」「記憶障害」「遂行機能障害」「行動と感情の障害」「失語症」などがあります。脳のキズが原因で生じた身体機能障害に比べ回復に時間がかかることや、入院生活では気づかれにくく退院後の社会生活の中で病前との変化に気づかれることも少なくありません。

平成20年1月に東京都が実施した高次脳機能障害者実態調査では、都内の高次脳機能障害者数は約49,000人と推計され、中でも最も多い症状は「行動と感情の障害」で次に「記憶障害」「注意障害」「失語症」が多いという結果が報告されています。

高次脳機能障害は何年もかけてゆるやかに変化していくことが多い後遺症です。また、リハビリテーションをし回復してから社会復帰と考えがちですが、高次脳機能障害者にとっては社会参加しながら本人の状態に適したことを行なっていくことがリハビリテーションになるとも言われています。

お詫びと訂正 「広報としま」3月1日号(情報版)2面「未来戦略推進プラン2018」(案)をまとめました」の記事のなかで、閲覧期間と意見応募期間に誤りがありました。正しくは「3月30日まで」です。お詫びと訂正します。

医療機関での治療やリハビリテーションを終了後、在宅生活や地域生活を行なう際に障害者手帳を所持することで地域の福祉サービスを利用することができます。病気や事故の初診日から6か月経過し、障害状況が手帳の対象と認めらると障害者手帳の申請ができます。手足のまひや失語症がある方は身体障害者手帳、高次脳機能障害により日常生活や社会生活に支障のある方は精神保健福祉手帳、18歳未満で発症・受傷し知的能力の低下がある方は愛の手帳の申請ができます。手帳を取得すると手帳の等級により手当や医療費助成、税の軽減、交通機関の割引、居宅介護や生活介護、機能訓練や生活訓練、就労支援、障害者雇用率の対象となるなどのメリットがあります。さらに病気や事故の初診日から1年6か月経過すると、障害の状況や保険料の納付期間によって障害年金の申請が可能となります。また、交通事故や労災事故が原因の場合は、約2年経過した後遺症認定されると年金や一時金、慰謝料などの申請が可能となります。それぞれ相談窓口が異なりますので、知りたい方はお気軽にご相談ください。

☎心身障害者福祉センター☎3953-2811

📠未来戦略推進グループ☎4566-2518



子育て応援とうきょうパスポート アプリ配信がスタートしました!

東京都では、中学生以下の子どもや妊娠中の方がいる世帯に対して、企業や店舗などが商品の割引や粉ミルクのお湯の提供など、様々なサービスを善意で提供する「子育て応援とうきょうパスポート事業」を実施しています。

2月から配信スタートした「子育て応援とうきょうパスポートアプリ」では、2,000店を超える協賛店のほか、赤ちゃん・ふらっと事業登録施設や小児救急医療機関、自転車の一時駐輪場など、外出に役立つ様々な場所の検

索ができます。ぜひご利用ください。申運
営サイト <http://kosodate.pass.metro.tokyo.jp/>か「Google Playストア」
「App Store」からダウンロード可。右
記2次元コードから読み取りも可。詳細
は当サイト参照。



☎東京都福祉保健局少子社会対策部計画課 ☎5320-4115



4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ヶ月児)〔予約制〕	5・19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〕	12・26日(木) 午前9時~10時	10・24日(火) 午前9時~10時
	母親学級〔予約制〕	13・20・27日(金) 午後0時40分~3時30分	
	パパ・ママ準備教室〔予約制〕	14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) ※対象…平成30年度20~40歳未満の男性	13日(金) 午前8時50分~9時	
	女性の骨太健診〔予約制〕 ※対象…平成30年度20~40歳未満の女性	4日(水) ①午前8時50分~9時 ②午前9時30分~9時40分	
	健康(保健・栄養)相談〔予約制〕	13日(金) 午後1時15分~2時30分	18日(水) 午後1時30分~3時
	食事(栄養)相談〔予約制〕		12日(木) 午前9時30分~11時
	女性の専門相談〔予約制〕	4日(水) 午後1時15分~2時30分	
	HIV(エイズ)検査〔予約制〕 ※結果は検査の1週間後	9日(月) 午後1時30分~2時30分	
	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	13日(金) 午前10時~10時30分	
こころの健康	こころの相談〔予約制〕	19日(木) 午後2~4時	5日(木) 午後2~4時
	家族相談〔予約制〕	10日(火) 午後2~4時	
その他	随時相談	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	
	飼い犬・飼い猫のしつけ相談〔予約制〕	26日(木) 午後1時30分~4時 ☎庶務・動物管理グループ☎3987-4175	

4月 母子健康相談

4日(水) 池袋保健所 ☎池袋保健所☎3987-4174	午後1時30分~2時	18日(水) 区民ひろば要 23日(月) 長崎健康相談所 ☎長崎健康相談所☎3957-1191	午前10時~10時30分 午後1時30分~2時30分
---------------------------------	------------	---	-------------------------------

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

◆4月プログラム 新年度応援!
ヨガのワンコインレッスン①ナイト
トリラックスヨガ~睡眠前に気持ち
よく体をストレッチ~…火曜日
午後7時30分~8時45分、②健康
ヨガ~初心者でも安心のヨガレ
ッスン~…土曜日 午前9時20分~
10時35分、午前10時45分~正午◇
各レッスン3名◇初回500円、2
回目以降1,300円。月払い申込み
あり※先着順。

◆春のイベント 運動あそび広場
…4月2日(月) 午前9時30分~午
後4時◇幼児と保護者、小中学生
※詳細は問い合わせてください。

雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆4~6月コース型教室 月曜日
(全9回)①朝の健康体操…午前9
時45分~10時45分◇9,720円、②
姿勢良くなれば体操…午前11時15分
~午後0時15分◇9,720円、月曜
日(全10回)③はじめて水泳…午後
1時15分~2時45分◇16,200円、
④ストレッチ…午後2時25分~3
時10分◇6,480円、⑤ボディバラ
ンス…午後6時30分~7時30分◇
8,640円、⑥はじめて水泳…午後
7時~8時30分◇16,200円、木曜
日(全2回)⑦ZUMBA GOLD45
・ストレッチ15…午後0時30分~
1時30分◇12,960円、⑧幼児水泳
教室(年中~年長)…午後3時40分

~4時30分◇12,960円、金曜日
(全12回)⑨リズムエクササイズ…
午後0時20分~1時20分◇12,960
円、⑩幼児水泳教室(年中~年長)
…午後3時40分~4時30分◇
12,960円

池袋スポーツセンター ☎5974-7262

◆4月開始(3か月教室)のご案内
●産後のママ対象…骨盤調整ピラ
ティス、ママヨガ、●幼児対象…
遊び教室・水遊び教室、水泳教室、
ダンス教室、体操教室、●小学生
対象…初心者~初級者水泳教室、
中級者水泳教室、平泳ぎ特訓教室、
ダンス教室、体操教室、●シニア
(65歳以上)対象…シニア体操、シ
ニア体操プラス、●50歳以上対象
…健康づくり、●16歳以上対象…
アクアビクス、水中トレーニング、
水中歩行プラス、水泳教室(泳力
別多種、リズム&スイム、ヨガ、
椅子ヨガ、足つぼウォーキング、
新日本舞踊エクササイズ、ピラテ
ィス、太極拳(24・48式)、シェイ
プアップ☎往復はがきで3月20日
(必着)までに「〒170-0012 上池
袋2-5-1 池袋スポーツセン
ター」へ。直接窓口申込みも可。
詳細は問い合わせてください。



広報としま有料広告

平成30年度発行の広報紙に掲載する広告を募集します。

◇発行部数…98,000部程度◇サイズ・料金…「1号
広告(縦93mm・横46mm)1回50,000円」~「5号広告
(縦93mm・横240mm)1回250,000円」※掲載は2色刷
り◇掲載号…毎月情報版1・11号(1月は11・21日
号。紙面の都合により変更の場合あり)

☎①申込み書、②商号登記簿謄本(履歴事項全部証
明書)の写し、③掲載する広告(案)の出力見本を広
報グループへ郵送か持参。①はファクスかEメール
で「広報グループ☎3981-
1375、☎A0010509@city.t
oshima.lg.jp」へ請求して
ください。空き状況などの
詳細は区ホームページ参照。
☎当グループ☎4566-2532



広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

庭木1本からお手入れOK!



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名様は
1,000円

株式会社ガーデンエクスプレス
☎03-5933-2811
東京北支店 練馬区土支田3-19-12
営業時間 9:00~17:00(年中無休)

はじめませんか キレイと健康!



1日たった30分
女性専用運動施設
春の入会キャンペーン
スタート!!

お問い合わせはこちら
アルペンクイックフィットネス
巣鴨地蔵通り
☎03-3576-8330
巣鴨4-24-2 ヒロセビル2階
巣鴨郵便局となり

~依頼者様と心はひとつ~



駒込駅前
みどり法律事務所
◀開所のご挨拶▶

第一東京弁護士会所属
弁護士
吉本 雄一
・離婚・相続
・交通事故
・債務整理
・労働問題
・企業法務 他

★JR山手線 駒込駅南口 徒歩1分
★東京メトロ南北線
駒込駅3番出口 徒歩1分
〒170-0003
東京都豊島区駒込1-35-3
駒込タウンブリーズ704号室
TEL03-6912-2670(要予約)
《平日・土日・祝日、夜間も対応可能》
この広告を見て御予約された方
★初回相談料無料(2時間)★