

マイナンバーカードの受取りはお早めに!

申請後、交付通知書が届いた方は、通知書記載の期限内に電話かインターネットで受取日時を予約し、本人が所定の窓口で受け取ってください※申請から2か月経っても交付通知書が届かない方は問い合わせてください。  
豊島区マイナンバーコールセンター ☎3981-1122



TOSHIMA CITY  
2019年  
「東アジア文化都市」  
国内都市

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/>  
平成31年(2019年)1月11日発行(毎月1・11・21日発行)

## 沈黙は破れるのか ～封じられる女たちのムーヴメント～

2月9日(土) 午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz) 6階多目的ホール  
◇女性の権利に関わる社会運動の変遷をジェンダー視点で考える講座。手話通訳付き◇100名限6か月以上未就学児。要予約。先着順。  
☎電話かファクスかEメールで「男女平等推進センター☎5952-9501、FAX5391-1015、EメールA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。



▲講師…横浜国立大学大学院教授/江原 由美子氏

## 税・国保・年金

事業主の方へ 給与支払報告書の提出期限は1月31日(木)です

①給与支払報告書(総括表・個人別明細書)…提出先/1月1日現在(平成30年中の退職者は退職時現在)給与と受給者が居住する区市町村※個人別明細書にはマイナンバーを必ず記入してください。個人住民税の特別徴収を徹底しています。「普通徴収を認める基準」に該当し、普通徴収を希望する場合は、摘要欄に該当する符号(普Aなど)を記入してください。  
②法定調書…提出先/税務署(署番号、整理番号を記載し、法定調書合計表を添付)。

☎①課税調整グループ☎4566-2353、課税第一グループ☎4566-2354、課税第二グループ☎4566-2355、②豊島税務署☎3984-2171(代表)

特別区民税・都民税の延滞金利率について

法律に基づき、平成31年1月1日からの延滞金の利率が決定しました。☎税務課整理第一・第二グループ☎4566-2362

	平成30年	平成31年
納期限後1か月以内	2.6%	2.6%
納期限後1か月経過後	8.9%	8.9%

## 後期高齢者医療

後期高齢者医療被保険者の方へ医療費等通知書を発送します

ご自身の健康と医療に対する認識を深めていただくために、広域連合から下記対象の方に医療機関などの受診歴をお知らせします。受診内容などを確認してください◇**発送予定**…1月下旬◇**対象**…平成29年7月～平成30年8月の14か月間に、①医療費の総額(自己負担分+保険者負担分)が5万円を超える月がある方、②柔道整復、はり・きゅう、あんま

・マッサージ、治療用器具などのいずれかの施術や支給がある方※該当者のみにお送りします。

☎後期高齢者医療グループ☎3981-1332、東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター☎0570-086-519

後期高齢者医療保険料の納付書(1～3月)を1月中旬に発送します

◇**対象**…普通徴収の方(口座振替の方を除く)◇**納付方法**…毎月末日(末日が土・日曜日、祝日の場合は翌営業日)までに、金融機関、コンビニエンスストア、区役所、東・西区民事務所の窓口でお支払いください。期限内の納付が困難な場合は、早めに相談してください。詳細は問い合わせてください。

☎保険料など…後期高齢者医療グループ☎3981-1937、納付相談…整理収納グループ☎3981-1459

## 子育て・教育

入学通知書は届きましたか?

4月に区立小・中学校に入学する方へ「入学通知書」を送付しました。届いていない方や紛失した方は問い合わせてください。指定校への入学が確定した方は「入学確認票」を速やかに学校へ提出してください(期日指定あり)。また、国・都・私立などの小・中学校に入学する方は、その学校の入学承諾書など(学校により名称が異なる)を学事グループへ提出してください※郵送可。  
☎当グループ☎3981-1174

外国人学校に通学する児童・生徒の保護者補助金

◇**対象**…①～③すべてに該当する方  
①児童・生徒および保護者が豊島区の住民基本台帳に記載されている、  
②児童・生徒が学校教育法に規定する小・中学校に相当する外国人学校に通学している、  
③保護者が日本国籍を有しない◇**補助額**…月額6,000円◇**交付時期**…3月末※後期分(10～3月)☎申請書(学校で配布)を指

定日までに各校へ提出。詳細は申請書と同時に配布するご案内を参照。  
☎子育て支援課私立幼稚園グループ☎4566-2481

## くらし等

証明書発行機が稼働開始しました

区役所本庁舎3階、東・西区民事務所で視覚障害者の方も利用できる音声案内機能付きの証明書発行機が稼働しました。マイナンバーカードを使って住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明書が取得できます◇**稼働日**…平日/午前8時30分～午後5時、土・日曜日(区役所本庁舎のみ)/午前9時～午後5時※豊島区に住民登録されている方のみ利用可。音声案内機能は税証明書発行の対応不可。  
☎証明グループ☎3981-4766

地域文化創造館

利用団体登録更新を受け付けます

団体登録の期限は3月31日で終了します。引き続き登録を希望する団体は更新手続きが必要です☎所定の申請書(千早多目的ホールを除く各地域文化創造館、学習・スポーツ課生涯学習振興グループ窓口で配布。区ホームページからダウンロードも可)を2月20日までに各館または当グループ窓口へ直接持参。  
☎当グループ☎4566-2762

## まちづくり

大塚駅北口第三自転車駐車場の利用料金の改定について(見込み)

平成31年度の募集より、大塚駅北口第三自転車駐車場(北大塚2-4先、8先)の利用料金を下表のとおり改定する見込みです。詳細は問い合わせください。  
☎駐輪場管理グループ☎3981-4847

自転車のみ			
改定前(3月31日まで)		改定後(4月1日から)	
区内居住者		区内居住者	
一般	学生	一般	学生
2,500	1,250	1,250	650
区外居住者		区外居住者	
一般	学生	一般	学生
3,000	1,500	1,500	750

池袋駅周辺・主要街路沿道エリア地区計画の見直しなどに関する説明会

1月15日(火)、16日(水) 午後7時から としま産業振興プラザ(IKE・Biz) 6階多目的ホール(16日はとしまセンタースクエア(区役所本庁舎1階))※両日同内容☎当日直接会場へ。  
☎都市計画グループ☎4566-2632

第4回空き家と住まいの勉強会

1月26日(土) 午前10時～正午 区役所本庁舎5階507～510会議室◇第1部…セミナー「どうなる?どうする?私たちの空き家」。講師…NPO法人日本地主家主協会理事長/手塚康弘氏、第2部…個別相談会◇第1部…50名、第2部…4組  
☎電話かEメールで(第2部は1月22日までに)「マンショングループ☎3981-1385、EメールA0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

## 健康

としま健康チャレンジ! 対象事業

①「インボディ測定会に参加しよう!」…1月20日(日) 午前10時～午後4時 池袋保健所◇200名、②「真向法でストレッチ2」…2月9日(土) 午前10時～11時30分 上池袋コミュニティセンター◇40名、③「街の巨匠に学ぶ[中国料理の極意を学ぼう]」…2月14日(木) 午後7時～8時30分 WACCA池袋5階もうひとつの dai dokoro(東池袋1-8-1)◇実演・試食あり。講師…日本中国料理協会池袋副都心支部※街の巨匠シリーズ年3回のうち1名1回参加可◇40名、④「新型栄養失調とは?～栄養不足にご注意!～」…2月17日(日) 午前10時～正午 上池袋コミュニティセンター◇講師…女子栄養大学生涯学習講師/東 千恵子氏。講演終了後、薬と栄養の相談会あり◇80名、⑤「笑い与健康と東アジア～春風亭昇吉の健康落語」…2月18日(月) 午後2時～3時30分 南大塚ホール◇出演…春風亭昇吉ほか◇250名、⑥「和食のこころ」…2月26日(火) 午後2時～3時30分 ホテルメトロポリタン2階「曙」◇「東アジア文化都市2019豊島」を記念した講話。講師…ホテルメトロポリタン日本料理料理長/富澤貞身氏◇130名  
☎①は当日先着順受付。②～⑥は電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

豊島区在宅医療区民公開講座「在宅医療と家での看取り」

2月2日(土) 午後2～4時 豊島区医師会館(西池袋3-22-16)◇基調講演…「在宅で療養生活を送るには」。特別公演…「家での看取り」、講師…終活ジャーナリスト/金子稚子氏◇100名  
☎電話かファクスで1月25日までに「豊島区医師会☎3986-2321、FAX3984-5921」へ※先着順。

## 健康

### 骨太教室(骨粗しょう症予防教室)

①2月18日(月) 午後1時30分から、2時から、2時30分から(各回1時間程度)、②22日(金) 午後2時～3時30分 長崎健康相談所◇①骨密度測定と骨粗しょう症予防の食事の話、②日常生活の話、運動指導員による骨を丈夫にする運動◇65歳未満の両日参加できる方で医師に運動の制限をされていない方※幼児以下の子どもがいる方優先◇①各回10名、②30名🗨2か月～2歳児。6名※22日のみ。先着順。  
📞電話で当相談所☎3957-1191へ※先着順。

## 環境・清掃

### 「豊島の森」環境講座冬の自然観察

2月3日(日) 午前10時～午後1時 豊島の森(区役所本庁舎10階)ほか◇冬芽と野鳥の観察◇区内在住、在学の小学3～6年生(小学3年生は要保護者同伴)◇30名  
📞電話かファクスかEメール(3面記入例参照。続柄(小学生は学年)も記入)で1月22日までに「環境政策課事業グループ☎3981-2771、📠3980-5134、📧A0029180@city.toshima.lg.jp」へ。電子申請(区ホームページか右記2次元コード参照)も可※応募者多数の場合は抽選。1月25日に抽選結果を発送。

### リサイクルフリーマーケット 出店者募集(えんがわ市)

2月10日(日) 午前10時30分～午後2時 池袋第二公園※駐車場なし。雨天中止◇区内在住、在勤、在学の個人かグループ※営業目的は不可◇20店舗(1店舗2m×2m)◇1,000円📞ファクスかEメールで「みんなのえんがわ池袋事務局🗨5951-1508、📧engawa@toshima-npo.org」へ。1名(1グループ)1通のみ※先着順。  
📍当事務局 橘原☎5951-1508(午後1～5時)

## 募集

### 介護相談員

◇対象…区内在住で40歳以上65歳未満の方◇任期…4月1日～平成32年3月31日(更新可)◇謝礼…1回3,000円(月3回程度)※詳細は区ホームページ参照か問い合わせください📞履歴書(写真貼付)、作文(400字程度の応募動機)を1月25日までに当課窓口へ直接本人が持参※土・日曜日、祝日を除く。郵送不可。  
📍当課相談グループ☎3981-1318

### 第7回子どもの権利委員会

1月18日(金) 午前10時～正午 区役所本庁舎5階庁議室📞傍聴希望の方は当日開始10分前までに直接会場へ※先着順。  
📍子ども若者課管理グループ☎4566-2471

## 傍聴できます

### 豊島区福祉有償運送運営協議会

1月25日(金) 午後2時から 区役所本庁舎8階804会議室  
📞電話かファクスで前日午後5時までに「障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766、📠3981-4303」へ。

### 第6回豊島区環境審議会

1月28日(月) 午後2時から 区役所本庁舎5階509・510会議室  
📞電話で1月25日(金)午後5時までに環境計画グループ☎3981-1597へ。

## イベント

### 児童生徒作品展覧会

●区立小学校連合同工展覧会…1月18日(金)～21日(月) 午前9時～午後6時(21日は正午まで)◇工芸作品を展示。  
●区立中学校連合作品展覧会…1月26日(土)～28日(月) 午前9時30分～午後6時(28日は正午まで)◇書写・美術・技術家庭の作品の展示。  
いずれもとしまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)📞当日直接会場へ。  
📍指導課庶務・事業グループ☎3981-1145

### 豊島区×ISP FFパートナーシップ協定事業 サクラヌbiz ISPチャレンジ出店

1月18日(金)～21日(月) 午前10時～午後7時 池袋ショッピングパーク(ISP)南館◇サクラヌbiz応援プロジェクト(女性のための起業支援)から巣立った女性起業家がパン・お菓子・ライフスタイルに関するグッズなどを販売📞当日直接会場へ。  
📍商工グループ☎4566-2742

### 池袋図書館 バリアフリー映画会「博士の愛した数式」

1月20日(日) 午後1時30分～3時30分 池袋第三区民集会所◇音声ガイドと日本語字幕つき。小泉堯史作品。視覚的に障害のある方も楽しめる上映会◇25名  
📞1月11日午前10時から電話かファクスで「当館☎3985-7981、📠3985-7486」へ。当館窓口申込みも可※先着順。

### 冬のぼんぼこ祭2019～踊って、食べて、一緒に楽しもう！～

1月20日(日) ①午後1時30分～4時30分、②午後2時30分～3時30分 ①池袋本町小学校(総合受付)、②池袋本町公園プレーパーク、池袋本町公園◇東京五輪音頭を踊ったり、いろいろな体験&ゲームをして遊ぶ。無料で先着500名においしいおやつを提供📞当日直接会場へ。  
📍東京都社会福祉協議会東京ボランティア・市民活動センター☎3235-1171

### 2019としまセンタースクエア美術展

1月22日(火)～25日(金) 午前9時30分～午後5時まで(25日は午後0時

30分まで) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇豊島区美術家協会会員による美術展。水彩・油彩・日本画・彫刻・版画・染色画などを展示📞当日直接会場へ。  
📍当協会 山田☎3916-8457

### 南長崎シェアキッチン オープニングウィークイベント

1月22日(火) 午前11時 コマワリキッチン(南長崎2-3-3)◇「トキワ荘のあつまち」南長崎から始まる、新たな食の発信キッチンがオープン。飲食に関わる創業を志している方を支援します。1月22～28日は人気店舗が特別出店。詳細は📞https://komawarikitche.jp/参照📞当日直接会場へ。  
📍㈱ジェクトワン地域コミュニティ事業部 石井☎6427-9830(平日午前10時～午後6時)

### 大人向け 中央図書館ナイトガイドツアー

1月26日(土) 午後6時15分～7時30分 当館◇普段は入ることが出来ない閉架書庫内の見学などを体験◇15名(図書館の利用登録者)  
📞電話で1月20日までに当館サービス調整グループ☎3983-7861(午前10時～午後6時)へ。直接当館窓口で申込みも可※応募者多数の場合は抽選。  
📍当園管理事務所☎5996-4810

### 第3回再生可能エネルギー講座 小学生向け「目に見えないけど力持ち! 太陽光のヒミツ」

### 目白図書館

①バリアフリー映画会「武士の家計簿」…1月27日(日) 午後2～4時(午後1時30分開場)◇音声ガイドと日本語字幕つき。視覚的に障害のある方も楽しめる上映会◇30名  
②俳句入門講座「俳句を楽しもう」(全3回)…2月14～28日 木曜日 午前10時～正午◇専門家による俳句の基礎や技法の講義と句会を行なう◇俳句初心者◇15名  
いずれも目白第一区民集会所  
📞①は当日先着順受付。②は電話で目白図書館☎3950-7121へ。直接窓口申込みも可※先着順。

### としま女性防災講座～「東京くらし防災」で学ぼう! 基本のそなえ

2月2日(土) 午後1時30分～3時30分 男女平等推進センター◇被災の実態を知り、災害発生直後の対応や家庭の備えなど役立つ基礎知識を学ぶ◇30名◇300円🗨6か月以上～未就学児。定員あり。要予約  
📞電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、📠5391-1015、📧A002917@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

### 駒込図書館 絵本作家/かさいまりさんトークショー

2月3日(日) 午後2時～3時30分 駒込地域文化創造館◇心のゆれを表現した絵本で幅広い世代が支持する絵本作家/かさいまりさんによる、絵本の制作背景や想いについての講話と読み語り◇小学生以上◇25名  
📞1月12日から電話で当館☎3940-5751へ。直接窓口申込みも可※先着順。

### エポック10シネマ「ラビング～愛という名前のふたり～」

2月7日(木) 午前10時～正午、午後2～4時 男女平等推進センター◇人種が異なる人々同士の結婚が禁止されていた時代に結ばれた夫婦のドキュメンタリー◇各回30名🗨6か月以上未就学児。要予約。先着順。  
📞電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、📠5391-1015、📧A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

### 日本庭園を眺めながら親子ヨガ

2月13日(水) 午前10～11時 赤鳥庵(目白庭園内)◇出産や子育てでゆがんだ骨盤を元に戻し、リフレッシュ。ベビーマッサージで親子の絆を深め、成長に応じた心と体の発達を促す◇生後2ヶ月～2歳の子どもと母親◇10組◇1,800円📞往復はがきかファクスかEメール(3面記入例参照。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@s-eibu-la.co.jp」へ。直接窓口申込みも可。電話申込み不可※先着順。  
📍当園管理事務所☎5996-4810

### 第3回再生可能エネルギー講座 小学生向け「目に見えないけど力持ち! 太陽光のヒミツ」

2月17日(日) 午前10時～正午 区役所本庁舎◇光を使った実験で太陽光エネルギーについて学んでみよう! ◇区内在住の小学3～6年生(小学3年生は要保護者同伴)◇24名  
📞電話かファクスかEメール(3面記入例参照。学年、保護者参加の場合は氏名と続柄も記入。申込み時に記入した同伴者のみ当日参加可)で1月31日(火)午後5時までに「環境計画グループ☎3981-1597、📠3980-5134、📧A0029180@city.toshima.lg.jp」へ※応募多数の場合は抽選。結果は2月4日(月)に発送予定。

### egg レストランシェフによる料理教室 vol.3

2月23日(土) ①午前11時～午後1時30分、②午後3時～5時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇eggの濃厚な卵を使ったキッシュ教室を今年も開催◇12歳以上◇各回12名◇2,800円◇エプロン持参。  
📞1月12日午前10時(区民以外の方は19日午前10時)から電話で当館☎3980-3131(午前10時～午後8時)へ。直接窓口申込みも可※先着順。

### 東武東上線沿線サミット 臨時電車を運行します

3月9日(土) 午前10時～午後1時 当線池袋駅南口改札付近集合、寄居駅終着◇当サミット加盟自治体(豊島区、川越市、東松山市、寄居町)間をつなぐ貸切臨時電車を運行。ゆるキャラや観光大使なども同乗し、旅を盛り上げる◇80名程度※1組2名まで📞往復はがき(3面記入例参照。参加者全員の氏名、人数も記入)

で1月31日までに「〒355-8601 埼玉県東松山市松葉町1-1-58 東武東上線沿線サミット臨時電車係」へ※応募者多数の場合は抽選。  
📍当事務局☎0493-21-1427

## 講演・講習

### 介護予防講座

①しなやか生活のための女性の尿失禁対策講座(全3回)…1月23日、2月20日、3月20日 水曜日 午後1時30分～3時30分 帝京平成大学池袋キャンパス(東池袋2-51-4)◇高齢者女性に多い尿失禁の基本を学び、自分に合った対処方法を実践◇20名  
②若返りレクリエーション～皆で歌って体操して若返ろう～(全3回)…1月30日、2月20日、3月20日 水曜日 午前11時～正午 高田介護予防センター◇音楽の力で気軽に楽しく、心身ともに健康になろう◇20名  
いずれも◇区内在住の65歳以上で全回参加できる方。初回の方優先。  
📞電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

### 生きる基礎力を育てよう! ～親業から学ぶ～

1月24日(木) 午前10時～正午 男女平等推進センター◇子どもに新しい時代を生き抜く力が育つよう親にできることを考える講義とワークショップ◇子どもの保護者◇38名  
📞電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、📠5391-1015、📧A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

### ああそうなんだ倶楽部 「平成の初春を寿ぐ皇居周遊・都心ウォーキング」

1月26日(土) 午後1～4時 東京メトロ有楽町線桜田門駅3番出口前集合、東京メトロ東西線九段下駅付近解散◇皇居東御苑、近代美術館工芸館、千鳥ヶ淵、靖国神社など(約5.4km)。講師…当倶楽部メンバー◇30名◇500円  
📞電話かファクスかEメールで1月24日までに「当倶楽部 西川☎・📠3959-3064、📧esjcr2525@yahoo.co.jp」へ※先着順。

### 第27回障害者サポート講座

1月27日(日) 午後1時30分～3時 区民ひろばさくら第一◇各障害者の特性、当事者の話、声のかけ方、手助け方法、手話ソングなど。体験談を交えて学ぶ📞当日直接会場へ。  
📍障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766

### すくすく子育てセミナー

1月29日、3月19日、5月14日、7月9日 火曜日 講義…午前10時30分～正午、交流会…午後0時30分～3時 男女平等推進センター◇子育ての悩みやストレスを解消し、より良い子育てについての学ぶ◇妊娠中の方、学童期までの子どもの保護者◇15名程度◇300円🗨6か月以上未就学児。要予約。先着順📞Eメールで家庭倫理の会📧katei.rinri.toshima@gmail.comへ※先着順。  
📍当会 石合☎090-8037-1178

### 分譲マンション管理セミナー

2月2日(土) 午前10時～午後0時30分 区役所本庁舎5階507～510会議室◇講演「管理会社とどう付き合うか～管理組合が主体となるために～」、交流会◇マンション管理組合役員、区分所有者◇60名  
📞電話かファクスかEメールで1月28日までに「マンショングループ☎3981-1385、📠3980-5136、📧A0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

### 出前寄席 「詐欺の電話にやもう出んわ」

2月2日(土) 午後1時30分～2時10分 区民ひろばさくら第一◇あなたの財産を狙う詐欺の手口と対策を古典落語風に紹介📞当日直接会場へ。  
📍消費生活グループ☎4566-2416

### 認知症講座～がんばらない介護～

2月6日(水) 午前10時～正午 上池袋コミュニティセンター◇認知症になっても住み慣れた地域で暮らしていくため、当事者と介護者間の関係の築き方を考える。講師…池袋大久保医院院長/山根明子氏◇区内在住、在勤、在学の方◇60名  
📞電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ※先着順。

### ミニセミナー 「子育て中のエクササイズ」

2月2日(土) 午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇子育て中の方など向けのセルフトレーニングの方法を紹介。講師…NPO法人あおぞらスクール/竹内由佳氏◇20名📞ファクスで協働推進グループ☎4566-2435

### 消費生活講座 「終活とエンディングノート」

2月15日(金) 午後2時～3時30分 南大塚地域文化創造館◇老い支度も大切。自分を見つめ、今をよりよく生きるために、終活を始めようませんか◇区内在住、在勤、在学の方◇

け方法、手話ソングなど。体験談を交えて学ぶ📞当日直接会場へ。  
📍障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766

### すくすく子育てセミナー

1月29日、3月19日、5月14日、7月9日 火曜日 講義…午前10時30分～正午、交流会…午後0時30分～3時 男女平等推進センター◇子育ての悩みやストレスを解消し、より良い子育てについての学ぶ◇妊娠中の方、学童期までの子どもの保護者◇15名程度◇300円🗨6か月以上未就学児。要予約。先着順📞Eメールで家庭倫理の会📧katei.rinri.toshima@gmail.comへ※先着順。  
📍当会 石合☎090-8037-1178

### 分譲マンション管理セミナー

2月2日(土) 午前10時～午後0時30分 区役所本庁舎5階507～510会議室◇講演「管理会社とどう付き合うか～管理組合が主体となるために～」、交流会◇マンション管理組合役員、区分所有者◇60名  
📞電話かファクスかEメールで1月28日までに「マンショングループ☎3981-1385、📠3980-5136、📧A0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

### 出前寄席 「詐欺の電話にやもう出んわ」

2月2日(土) 午後1時30分～2時10分 区民ひろばさくら第一◇あなたの財産を狙う詐欺の手口と対策を古典落語風に紹介📞当日直接会場へ。  
📍消費生活グループ☎4566-2416

### 認知症講座～がんばらない介護～

2月6日(水) 午前10時～正午 上池袋コミュニティセンター◇認知症になっても住み慣れた地域で暮らしていくため、当事者と介護者間の関係の築き方を考える。講師…池袋大久保医院院長/山根明子氏◇区内在住、在勤、在学の方◇60名  
📞電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ※先着順。

### ミニセミナー 「子育て中のエクササイズ」

2月2日(土) 午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇子育て中の方など向けのセルフトレーニングの方法を紹介。講師…NPO法人あおぞらスクール/竹内由佳氏◇20名📞ファクスで協働推進グループ☎4566-2435

### 消費生活講座 「終活とエンディングノート」

2月15日(金) 午後2時～3時30分 南大塚地域文化創造館◇老い支度も大切。自分を見つめ、今をよりよく生きるために、終活を始めようませんか◇区内在住、在勤、在学の方◇

### 消費生活講座 「終活とエンディングノート」

### 職員採用



資格など詳細は区ホームページ各課窓口で募集要項などを確認してください。

#### 南長崎幼稚園指導員(非常勤職員)

①幼稚園指導員(特別支援)…特別な教育的支援を要する園児の指導など、②幼稚園指導員(預かり保育)…

預かり保育指導に関することなど◇  
任期…4月1日～平成32年3月31日  
履歴書(写真貼付)、資格書(写し)、自己申告書、作文を1月25日(必着)までに学務課学事グループ窓口へ郵送か本人が持参※募集要項、自己申告書、作文原稿用紙は当課で配布。区ホームページからダウンロードも可。  
担当グループ☎3981-1174

#### 住宅確保相談員(非常勤職員)

住宅の確保にかかる相談など◇  
任期…4月1日～平成32年3月31日  
履歴書(写真貼付)と小論文を1月25日(必着)までに住宅課へ郵送か持参。  
担当課相談グループ☎3981-2683

#### 区民ひろば臨時職員(登録制)

子育て支援、高齢者福祉に熱意を有する方。面接後に決定◇最長6か月(更新あり)用所定の履歴書(地域区民ひろば課で配布。区ホームページからダウンロードも可)を当課窓口へ直接本人が持参。  
担当課管理グループ☎3981-1479

### 社会福祉協議会

#### 高齢者元気あとし事業 参加者説明会

2月1日(金) 午前10時30分～11時30分 区役所東池袋分庁舎◇指定の介護保険施設で、ボランティア活動を行ない、自身の介護予防と支え合う地域社会をめざす。活動に応じて換金可(上限年間5,000円)◇60歳以上の健康な区民または区介護予防サポーター◇20名◇健康保険証など住所と年齢が確認できるものを持参。  
☎電話で豊島ボランティアセンター☎3984-9375へ※先着順。

### 人口と世帯

平成30年12月1日現在 ※( )は前月比

人口総数	うち外国人数	世帯数
289,719 (-136)	30,330 (-54)	180,139 (-214)
男 145,492		
女 144,227		

### 2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 対象く1歳～1歳3か月児(予約制)	7・21日(休) 午前9時～9時30分
	子ども歯科健診 対象く2歳・2歳6か月・3歳6か月～4歳児(予約制)	14・28日(休) 午前9時～10時
	母親学級(予約制)	8・15・22日(金) 午後0時40分～3時30分
おとなの健康	パパ・ママ準備教室(予約制)	9日(土) ①午前9時20分～11時30分 ②午後1時20分～4時
	生活習慣病予防健診(男性)(予約制) ※対象…平成30年度20～40歳未満の男性	8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	6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)	8日(金) 午後1時15分～2時30分
	食事(栄養)相談(予約制)	20日(水) 午後1時30分～3時
	女性の専門相談(予約制)	14日(水) 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	8日(金) 午後1時30分～2時30分
このころの健康	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	8日(金) 午前10時～10時30分
	こころの相談(予約制)	21日(水) 午後2～4時
その他	家族相談(予約制)	7日(水) 午後2～4時
	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 担当保健グループ☎3987-4220
	飼い主のいない猫の不妊去勢手術費助成事前講習会 場所…池袋保健所3階講堂 対象…飼い主のいない猫の管理をされている区民(助成には要件があります。)	7日(水) 午前10時～10時30分 20日(水) 午前10時～10時30分 担当生活衛生グループ☎3987-4175
飼い犬・飼い猫のしつけ相談(予約制)	28日(水) 午後1時30分～4時 担当生活衛生グループ☎3987-4175	

### 体育施設へ行こう

○申込みは、前日までに各施設へ  
○詳細は直接施設へお問い合わせください

#### 豊島体育館 ☎3973-1701

◆新年ワンコインキャンペーン 1～2月◇1教室15名※先着順◇500円  
①ストレッチヨガ…火曜日 午後3時15分～4時30分、②ナイトリラックスヨガ…火曜日 午後7時30分～8時45分  
◆新年イベント お正月スポーツ広場&交通講習会…1月13日(日) 午前9時30分～午後4時◇卓球、キンボール、ボッチャなど◇子ども300円、おとな500円

#### 雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆カワイ体操教室「無料体験会」 2月5日(火) 午後3時20分～4時20分(年中～小学1年生)、4時30分～5時30分(小学2～6年生)◇各15名※1月15日から申込み可。  
◆2～3月コース型教室 月曜日(全5回)①朝の健康体操…午前9時45分～10時45分◇5,670円、②姿勢良くなれば体操…午前11時15分～午後0時15分◇5,670円、③バドミントン教室(初級)…午後1時40分～3時◇5,670円、月曜日(全6回)④やさしい整体ヨガ…午前9時40分～10時40分◇6,810円、⑤幼児水泳教室(年中～年長)…午後2時55分～3時45分◇6,810円、⑥子ども水泳教室(年長～中学3

年生)…午後3時45分～5時◇10,050円、金曜日(全9回)⑦水中運動教室…午後1時30分～2時15分◇6,320円

#### 池袋スポーツセンター ☎5974-7262

#### ◆2月11日(月)祝日プログラム

●スタジオ ①はじめてエアロ…午前9時45分から、②シェイプ30…午前11時から、③ポールストレッチ…午前11時45分から、④かんたんエクササイズ…午後0時30分から、⑤はじめてピラティス…午後1時30分から、⑥ヨガ…午後2時30分から、⑦ZUMBA…午後4時から、⑧FATBURN EXTREME…午後7時から、⑨ストレッチ…午後7時45分から

●プール ①かんたんアクアビクス…午前11時から ②…午前11時から ③…午前11時から ④…午前11時から ⑤…午前11時から ⑥…午前11時から ⑦…午前11時から ⑧…午前11時から ⑨…午前11時から ⑩…午前11時から ⑪…午前11時から ⑫…午前11時から ⑬…午前11時から ⑭…午前11時から ⑮…午前11時から ⑯…午前11時から ⑰…午前11時から ⑱…午前11時から ⑲…午前11時から ⑳…午前11時から ㉑…午前11時から ㉒…午前11時から ㉓…午前11時から ㉔…午前11時から ㉕…午前11時から ㉖…午前11時から ㉗…午前11時から ㉘…午前11時から ㉙…午前11時から ㉚…午前11時から ㉛…午前11時から ㉜…午前11時から ㉝…午前11時から ㉞…午前11時から ㉟…午前11時から ㊱…午前11時から ㊲…午前11時から ㊳…午前11時から ㊴…午前11時から ㊵…午前11時から ㊶…午前11時から ㊷…午前11時から ㊸…午前11時から ㊹…午前11時から ㊺…午前11時から ㊻…午前11時から ㊼…午前11時から ㊽…午前11時から ㊾…午前11時から ㊿…午前11時から

#### ●フリーパス会員受付中 有料レッスンも無料で参加可◇高校生以上◇区内在住の方3,500円(毎月1日から月末まで。月の途中からでも同様)◇印鑑、本人確認用証明書、写真(スナップ写真可)を持参し、直接当館窓口へ。

### 広告

### 広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

### 広告

**弁護士による 無料相談会**

◆相続・離婚についての実績多数◆

1/16(水) 13:00～17:00 (予約不要)  
開催場所: IKE・Biz としま産業振興プラザ第1会議室  
【豊島区西池袋2-37-4/池袋駅南口 徒歩7分】  
\*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。

2/13(水) 17:00～19:00 (事前予約制)  
開催場所: 金剛院 赤門テラス なゆた  
【豊島区長崎1-9-2 金剛院/椎名町駅北口 徒歩30分】  
\*お問合せ・ご予約は、下記までお願い致します。  
【いしなまち みとら ☎03-6908-3988】

1/23(水) 18:00～20:00 (予約不要)  
開催場所: 喫茶店チャミー  
【練馬区桜台1-29-20/新桜台駅1出口 徒歩1分】  
\*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。

辻山・五十嵐法律事務所  
東京弁護士会所属  
弁護士 辻山尚志  
弁護士 五十嵐里絵  
豊島区西池袋1-7-10 ビルドT9ビル6階  
TEL 03-6912-8801  
(営業時間: 平日9:30～20:00)

東京都指定特定施設入居者生活介護(一般型)

**介護付有料老人ホーム グレースメイト 目白**

一人ひとりにまごころをこめて

自分のできる“喜び”をサポート。

作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)による充実のリハビリ体制

個別リハビリ 集団リハビリ グループリハビリ 自主トレーニング

※1:作業療法士 常勤1名、言語聴覚士 非常勤1名(平成30年12月1日現在)

安心の看護・医療体制

看護スタッフ 24時間常駐

医療機関 365日連携

※2:看護スタッフ/常勤5名、非常勤4名(平成30年12月1日現在)

※3:医療機関

無料ホーム見学募集中!!

昼食を試食いただけます (ご予約制) 3日前までにご予約ください

☎0120-996-981 受付時間 9:00～18:00 土・日・祝日も承ります

詳しい内容や資料請求はホームページへ [グレースメイト](#) 検索

【グレースメイト目白 施設概要】●開設/平成22年5月1日●土地・建物権利関係/土地・事業主体非所有 建物:借家(平成22年契約(30年契約))●類型/介護付有料老人ホーム(一般型)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・指定介護予防特定施設入居者生活介護●居住の権利関係/利用権方式●入居者の状況に合わせ、より充実した介護サービスを提供することを目的として、入居者様または身寄り受入者等と協議の上、介護居間での移動をすることがあります。それに伴い、居室の利用権も移行されます。転居の際に、構造もしくは仕様の変更、1名あたりの居室面積が変わることがありますが、入居金(前払金)及び月利用料の変更はございません。●医療機関への入居による治療が必要な場合、ご相談の上、退去していただくことがあります。●利用料の支払方法/選択方式●入居時費用/入居時費用 要介護●職員体制/要介護者2名に対し常勤換算1名以上の直接当番職員。夜間(20時～翌7時)最小時の職員数/介護職員4名、看護職員1名 ●敷地面積/1311.09㎡ ●建物面積/563.34㎡、延床面積 3910.42㎡、鉄筋コンクリート造地下1階地下1階地下10階 ●居室数/個室(20.23㎡～22.44㎡)65室、2人部屋(30.03㎡～30.77㎡)7室、定員79名 ●E3:医療法人社団 藤井会 井口クリニック(診療科目)内科・神経内科 提携内容1週2回の定期的な訪問診療、医療法人社団に委託、としま総合病院(診療科目)内科・循環器科内科(提携内容1)緊急時の入院及び治療の受け入れ、救急法人 愛育会 大平ビル外科(診療科目)口腔ケア・歯周病治療・虫歯治療・義歯作製及び調整(協力内容)訪問診療による口腔指導、診療および治療(平成30年12月1日現在) ●運営株式会社オールライフメイト 〒171-0014東京都豊島区池袋2-53-5 KDX 池袋ウエストビル7F(株式会社カメイト(ジャックアップ)のグループ企業です。)

JR大塚駅から徒歩4分

女性・シングル・ご夫婦だけの世帯

入院のサポート 入院の保証 緊急の連絡先に

ひとりをつなぐ

ご入院時に必要な保証人、連絡先となつて、最期までの安心を得られるようにご家族に代わって必要な支援を行う法人です。(詳細は事務局までお問い合わせください。)

一般社団法人 フェリチエ 結う

<https://felice-you.or.jp>

TEL 03-3981-2271(平日10～18時)  
FAX 03-3981-2272  
メール info@felice-you.or.jp

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-4-12 高原ビル3F  
一般社団法人 フェリチエ 結う 事務局