

通知カードの受け取りはお早めに！

通知カードの窓口交付は、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。
 豊島区マイナンバーコールセンター ☎3981 - 1122



TOSHIMA CITY

国際アート・カルチャー都市 としま

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(代表)
 ホームページ <http://www.city.toshima.lg.jp/>
 令和2年(2020年)1月11日発行(毎月1・11・21日発行)

第31回ふくし健康まつり

1月26日(日) 午前10時～午後3時
 としま区民センター、中池袋公園

◇ふくし関連…模擬店、バザー、体験、行政相談、パフォーマンスなど。健康関連…測定体験、講演会、聴力測定・相談、口腔衛生コーナーなど。当日直接会場へ。
 障害福祉課管理・政策推進グループ ☎3981 - 1766



パブリックコメント

【ご意見募集中】

豊島区景観計画の一部変更(原案)

原案についてパブリックコメント(意見公募手続)制度に基づき、区民の皆さんのご意見をお聴きします。
 ●閲覧できます…原案の全文は2月10日まで都市計画課、行政情報コーナー、区民事務所、図書館、区民ひろば、区ホームページで閲覧できます。
 ●ご意見をお寄せください…便せんなどに①ご意見②〒・住所③氏名または団体名(代表者名・担当者名)を記入し、郵送かファクスかEメールで2月10日(必着)までに「都市計画課都市計画グループ ☎3980 - 5135、EM A0022603@city.toshima.lg.jp」へ。直接当グループ窓口へ持参も可※個別に直接回答はしません。
 問当グループ ☎4566 - 2633

税・国保・年金

特別区民税・都民税の延滞金利率について

法律に基づき、令和2年1月1日からの延滞金の利率が決定しました。
 問税務課整理第一・第二グループ ☎4566 - 2362

	令和元年(平成31年)	令和2年
納期限 1か月以内	2.60%	2.60%
納期限 1か月経過後	8.90%	8.90%

事業主の方へ 給与支払報告書の提出期限は1月31日です

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(令和元(平成31)年中の退職者は退職時現在)給与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※インターネットから給与支払報告書の提出ができるeLTAXの利用が便利です。詳細はeLTAX

ホームページ参照。

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)。

問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・都民税の納付は安心・便利な口座振替で！

口座振替は納付忘れの心配がなく、金融機関などで納める手間が省けます。
 問①口座振替依頼書による申込み…口座振替依頼書を電話かEメールで「税務課収納グループ ☎4566 - 2359、EM A0013705@city.toshima.lg.jp」へ請求してください(区ホームページからダウンロードも可)。
 ②キャッシュカードによる申込み…振替を希望する口座のキャッシュカード持参で当課へ(取扱金融機関に限りあり)。各期の申込期限を必ず確認してください。詳細は問い合わせください。

福祉

認知症映画会 ドキュメンタリー映画「ぼけますから、よろしくお願いします。」(字幕付き)

2月14日(金) 午後3～5時(午後2時30分受付開始) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇認知症とともによりよく生きることを考えてみませんか◇100名
 問電話で1月14～31日の間に介護予防・認知症対策グループ ☎4566 - 2433へ※先着順。

子育て・教育

区立小学校連合同工展

1月17日(金)～20日(月) 午前9時～午後6時(20日は正午まで) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇児童の作品展示 当日直接会場へ。
 問指導課庶務・事業グループ ☎3981 - 1145

親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんが来た！(全4回)

1月28日、2月4・18・25日 火

曜日 午後1時30分～3時30分 東部子ども家庭支援センター◇生後2～4か月の第一子の赤ちゃんとお母さんのための講座で、赤ちゃんとの関わりを学び、子育て仲間を作りましょう◇区内在住で9～11月生まれの赤ちゃん(第一子)と母親◇12組
 申1月11日午前10時から電話で当センター ☎5980 - 5275へ。直接窓口申込みも可※先着順。

ファミリー・サポート・センター事業「利用会員登録会」

①2月13日(木)、②25日(火) 午前10時から ①区役所本庁舎5階510会議室、②区役所本庁舎5階507会議室◇当事業の利用を希望する方◇各回20名※予約制◇保護者の写真2枚(縦2.5×横2cm)、子どもの写真1枚(縦5×横5cm)持参(ともに正面向きのもの)※詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。
 申電話で各回前日までに子育て支援課ファミリー・サポート・センター事務局 ☎3981 - 2146へ※先着順。

出前講座「子どもの身の回りのヒヤリ・ハット」

2月20日(木) 午前11時～正午 区民ひろば朋有◇ボタン電池や薬の誤飲事故など、乳幼児をとりまく危険について学ぶ◇乳幼児と保護者 当日直接会場へ。
 問消費生活グループ ☎4566 - 2416

くらし等

令和元年台風第15号・第19号による被災住宅補修工事補助のお知らせ

台風により屋根などに被災した区内の貸家を除く住宅で、罹災証明書が交付され、令和2年2月末までに工事完了報告をした住宅の補修工事費用の一部を期間限定で補助します。詳細は問い合わせください。
 問紛争調整グループ ☎3981 - 1391

池袋駅周辺・主要街路沿道エリア地区計画の見直し案について

◇対象地域…東池袋一丁目、南池袋一丁目、南池袋二丁目、西池袋一丁目、西池袋二丁目、西池袋三丁目、西池袋五丁目、池袋一丁目、池袋二丁目、上池袋二丁目◇内容…池袋駅周辺・主要街路沿道エリア地区計画の見直しなど◇説明会…第1回/1月29日(水) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)、第2回/1月31日(金) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階) いずれも午後7時から 事前に電話で要相談◇縦覧期間…1月28日(火)～2月10日(月)◇縦覧場所

…都市計画課窓口か区ホームページ◇意見書の提出…郵送かファクスかEメールで2月10日(消印有効)までに「都市計画グループ ☎3980 - 5135、EM A0022603@city.toshima.lg.jp」へ。直接当グループ窓口へ持参も可。
 問当グループ ☎4566 - 2632

第4回空き家セミナー

1月25日(土) 午前10時～正午 区役所本庁舎5階510会議室◇セミナー「空き家を活かせ！～眠った資源を有効活用～」講師…東京司法書士会豊島支部/山崎 晃氏。終了後、個別相談あり(要予約)。
 申電話かファクスかEメールで「住宅課施策推進グループ ☎3981 - 2655、FAX 3980 - 5136、EM A0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

環境・清掃

豊島清掃工場個人見学会

1月18日(土) 午前10時～11時30分 当工場(上池袋2-5-1)※車での来場不可◇50名
 申電話で当工場 ☎3910 - 5300へ※先着順。

「豊島の森」環境講座参加者募集

2月2日(日) 午前10時～午後1時 豊島の森(区役所本庁舎10階)、雑司ヶ谷霊園◇冬芽と野鳥の観察◇区内在住、在学の小学1～6年生(小学3年生以下は要保護者同伴)◇30名
 申電話かファクスかEメール(4面記入例参照。続柄(小学生は学年)も記入)で1月21日までに「環境政策課事業グループ ☎3981 - 2771、FAX 3980 - 5134、EM 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23日に抽選結果を発送。



新「教育長」を任命しました

令和元年第4回豊島区議会定例会で議会の同意を得て、1月5日付で教育長に金子智雄氏を任命しました。
 ◇教育長…金子智雄(かねこともお)(昭和35年6月7日生)◇任期…3年間(令和5年1月4日まで)
 問庶務課庶務グループ ☎3981 - 1141



環境・清掃

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9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、在学の個人またはグループ※営業目的は不可◇20店舗(1店舗面積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 植原☎5951-1508(午後1～5時)

健康

インフルエンザに注意しましょう

インフルエンザの流行が本格化しています。インフルエンザは通常の風邪とちがひ、高熱や関節痛などの全身症状が強く出るのが特徴で肺炎や脳炎を引き起こすこともあります。一般的な予防方法は①予防接種、②こまめな手洗い、③咳エチケットとマスクの着用、④適度な室内加湿・換気、⑤早めの受診・休養・栄養・水分補給です。これらを心がけ、インフルエンザにかからず、広げず、楽しく冬を乗り切りましょう。

🏠感染症グループ☎3987-4182

+ (プラス) 講座～フレイルチェックを受けた方に～

1月30日(木) 午後1時30分～3時30分 としま区民センター◇積極的にフレイル予防に取り組んでいくために、「運動」「栄養」「口腔」の専門家からポイントを聞く◇フレイルチェックを受けた方※フレイルチェック希望者は区ホームページ参照お問い合わせください📄当日直接会場へ。
🏠介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434

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31日(金) 午後3～7時 池袋保健所◇体内の筋肉量や脂肪量を部位別に測定◇160名、②**食育講座 街の巨匠に学ぶ「中国料理の極意を学ぼう」**…2月5日(木) 午後7時～8時30分 WACCA池袋5階もうひとつのdaidokoro(東池袋1-8-1)◇実演、試食あり。講師…(公社)日本中国料理協会(池袋副都心支部)の先生方※街の巨匠シリーズ年2回のうち1名1回参加可◇40名
📄①は当日先着順受付、②は電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

「食彩いきいきサロン」で栄養バランスの取れたご飯を食べてませんか? (全4回)

①2月6～27日 木曜日 午前11時30分～午後0時30分 女子栄養大学「松柏軒」(駒込3丁目)◇栄養士によるミニ栄養講座あり◇30名、②2月4日～3月3日(2月11日を除く) 火曜日 午前11時～午後1時 食堂「ルボントラバユ」(東池袋1丁目)◇簡単体操や歌などのレクリエーションあり◇20名
いずれも◇区内在住の65歳以上の方◇1,800円📄はがき(4面記入例参照。希望会場も記入)で1月20日(必着)までに介護予防・認知症対策グループへ※応募者多数の場合は抽選(両会場への重複申込み不可)。
🏠当グループ☎4566-2434

豊島区在宅医療区民公開講座

2月15日(土) 午後2～4時 ホテルメトロポリタン池袋2階曙(西池袋1-6-1)◇一般講演「在宅で療養生活を送るには」講師…土屋淳郎氏。特別講演「人生会議と平穩死」講師…長尾和宏氏◇250名
📄電話かファクスで2月7日までに「豊島区医師会☎3986-2321、📠3984-5921」へ※先着順。

メタボリックシンドローム予防教室～あの日のお腹にかえりたい～

2月18日(火) 午後1時30分～4時 長崎健康相談所◇生活習慣と食事の講義、運動実技、体成分測定(体重、骨格筋量、体脂肪量、基礎代謝量)◇区内在住、在勤、在学で医師に運動を制限されていない方(65歳未満の方優先)◇25名
📄電話かファクスで「保健指導グループ☎3957-1191、📠3958-2188」へ※先着順。

募集

チャレンジ就業者

◇**対象**…区内在住で愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方で一般就労を希望する方※応募資格要件など詳細は問い合わせてください◇**職務内容**…事務補助(文書記録、資料の折り、丁合、封入など)、清掃作業、庁舎内のパン販売補助など◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日◇**報酬**…月額100,800円程度※通勤手当相当あり◇**人数**…1名◇**勤務場所**…障害福祉課◇**時間**…月16日、午前8時30分～午後5時15分のうち6時間📄所定の申込書、履歴書、支援調査票を1月31日までに当課窓口まで本人が持参。
🏠施設・就労支援グループ☎3985-8330

介護相談員

特別養護老人ホームに入所している利用者からお話を伺い相談に応じたり、事業所との橋渡しを行う◇**対象**…区内在住で平日の昼間に活動で

きる方◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日(更新可)◇**謝礼**…1回3,000円(月3回程度)※詳細は問い合わせてください📄履歴書(写真貼付)、作文(400字程度の応募動機)を1月24日までに介護保険課相談グループ窓口へ直接本人が持参(土・日曜日、祝日を除く)し2月10日に面接※郵送不可。
🏠当グループ☎3981-1318

イベント

図書館で「かるた大会」

中央…1月19日(日) 午後2時から、**駒込**…2月8日(土) 午後2時30分から、**巢鴨**…1月15日(木) 午後3時30分から、**上池袋**…1月26日(土) 午後1時30分から、**池袋**…1月25日(土) 午後2時30分から、**目白**…1月18日(土) 午後3時から、**千早**…1月19日(日) 午後3時30分から◇**児童**📄当日直接会場へ。駒込のみ1月18日から直接窓口へ。電話かファクスで「駒込☎3940-5751、📠3940-6330」も可※先着順。
🏠各館 中央☎3983-7861、駒込☎3940-5751、巢鴨☎3910-3608、上池袋☎3940-1779、池袋☎3985-7981、目白☎3950-7121、千早☎3955-8361

2020としまセンタースクエア 美術展

1月21日(火)～24日(金) 午前9時30分～午後5時(24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

千早図書館 講演会 韓国の琴「伽耶琴(カヤグム)に出会う」

1月26日(日) 午後2～4時◇伽耶琴の歴史や特徴の紹介と演奏。講師…金美仙氏、金幸子氏◇40名📄当日先着順受付。
🏠当館☎3955-8361

エポック10シネマ 「アラヤシキの住人たち」

2月6日(木) 午前10時～正午、午後2～4時 男女平等推進センター◇生きづらさを抱える人もそうでない人も、それぞれの能力を尊重しあう暮らしを描いたドキュメンタリー映画◇各回30名📄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、📠A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

美術へのいざない

2月11日(火) 午後1時30分開演 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇日本書紀成立1300年 特別展「雲と大和」のみどころを紹介◇250名📄往復はがきで1月24日(必着)までに「〒170-0013 東池袋1

-20-10 としま区民センター4階 としま未来文化財団 美術へのいざない係」へ。申込みフォーム📄http://www.toshima-mirai.or.jp/から申込みも可※応募者多数の場合は抽選。
🏠当財団活動支援グループ☎3981-4732

第16回子どもたちと芸術家の出会う街 アートで話そう!

2月11日(火) 午後3時～4時45分 東京芸術劇場◇新日本フィルハーモニー交響楽団によるオーケストラコンサート。指揮…原田 慶太郎、ダンス…三輪 亜希子、曲目…チャイコフスキー「くるみ割り人形」より「花のワルツ」ほか◇4歳以上入場可◇1,795名◇おとな…S席4,000円、A席3,000円、B席2,000円、子ども(4歳～高校生)…S席2,000円、A席1,500円、B席1,000円(全席指定)
📄電話で新日本フィル・チケットボックス☎5610-3815へ。ホームページ📄https://www.njp.or.jp/kogei2020から申込みも可※先着順。

落語イベント 「南大塚ホールで落語ぞんまい」

3月14日(土) 午後2～4時 南大塚ホール◇若手落語家の口演やトークショー。出演…桂宮治、入船亭小辰、春風亭一花ほか◇200名📄往復はがきで「〒170-0005 南大塚2-36-1 南大塚地域文化創造館」へ。ホームページ📄https://www.toshima-mirai.or.jp/tabid216.html?pdid1=2134から申込みも可。1名1通※応募者多数の場合は抽選。
🏠当館☎3946-4301

講演・講習

あそそうなんだ倶楽部 「令和の正月・小石川七福神を巡るウォーキング」

1月25日(土) 午後1～4時 東京メトロ丸の内線茗荷谷駅1番出口前集合、東京メトロ丸の内線後楽園駅付近解散◇深光寺～徳雲寺～極楽水一宗慶寺～真珠院～福聚院～源寛寺～東京ドーム(約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22日までに「当倶楽部 西川☎・📠3959-3064、📠esjcr2525@yahoo.co.jp」へ※先着順。

ゲノム編集食品を知りたい! ～安全なの? 遺伝子組換えとの違いは? 表示は?～

1月27日(月) 午後1時30分～3時30分 としま区民センター◇ゲノム編集食品について、知っておくべき基礎的情報を学ぶ◇区内在住、在勤、在学の方か、消費者団体関係者◇50名◇300円📄2歳以上。3名。600円。1月20日までに要予約。先着順。
📄電話かファクスかEメールで「消費生活グループ☎4566-2416、📠5992-7024、📠A0014308@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

第2回分譲マンション管理セミナー

2月1日(土) 午後1時30分～4時 区役所本庁舎5階507～510会議室◇講演「風水害からマンションを守る～台風・大雨の前に自分たちでできること～」と、個別相談会◇マンション管理組合役員、区分所有者◇60名(個別相談会は4組)
📄電話かファクスかEメールで1月29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。

ちかこイベントクラブ 「アルミ缶コンロ製作体験」

2月6日(木) 午後6時30分～8時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇防災アイテムとして使えるアルミ缶コンロを製作し、非常時用保存食「アルファ化米」を試食。楽しみながら、防災に対する意識を高める◇15名◇200円📄ファクスで協働推進グループ📠3981-1213へ。区ホームページから申込みも可※先着順。
🏠当グループ☎4566-2314

池袋第三小学校 PTA 家庭教育講座「アンガーマネジメント」

2月8日(土) 午後2～4時◇「怒り」を再確認し、自分の「怒り」を振り返りながら、感情表現について考えるワークショップ。講師…アンガーマネジメントファシリテーター/田部 知江子氏◇小学生の保護者◇30名◇室内履き、筆記用具持参。
📄電話かファクスかEメールで1月24日までに「庶務課庶務グループ☎3981-1141、📠3980-5163、📠A0024004@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

みらい館大明パソコン講座
「仕事に役立てよう土曜エクセル2日間講座」

2月8・15日 土曜日 午前10時～午後5時◇入力ポイントやきれいな表作成、簡単な計算式の方法、印刷のポイント、グラフ作成など。エクセル2013使用。講師…パソコンインストラクター/石井 由香里氏◇パソコン経験者◇8名◇6,000円
📄電話かEメールで「当館☎3986-7186、📠miraikan.taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口で申込みも可※先着順。

講演会「トキワ荘の漫画たちと今の漫画界の真実」

2月9日(日) 午後3～4時(午後2時30分開場) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇トキワ荘の漫画家たちと交流のあった小説家/長崎尚志氏のお話◇300名📄当日先着順受付。
🏠有野上書店☎3953-4831

出前寄席「1人より2人! お金の判断は!」

2月13日(木) 午後1時30分～2時10分 区民ひろば清和第一◇落語で

様々な悪質商法の手口と、1人で判断せず相談して助かった事例を紹介📄当日直接会場へ。
🏠消費生活グループ☎4566-2416

子どもの読書に関する講習会 「発想を広げるおはなし工作会」

2月13日(木) 午後2～4時(午後1時45分開場) あうるすぽっと◇4歳～小学校低学年対象のおはなし会のできる工作の講習会。講師…八木 紘一郎氏◇区内の教育・福祉施設などでおはなし会の活動をしている方、区内在住、在勤、在学でおはなし会のできる工作に興味のある方◇80名
📄1月15日から電話かファクスかEメールで「中央図書館児童サービスグループ☎3983-7861、📠3983-9904、📠A0027900@city.toshima.lg.jp」へ。直接窓口申込みも可(午前10時～午後6時)※先着順。

消費生活講座「シニアのためのインターネットトラブル対策」

2月14日(金) 午後1時30分～午後3時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇アクティブシニアにおすすめ。インターネット初心者も上級者も最新のトラブル事例を知って、トラブルを回避する上手な使い方を学ぶ◇区内在住、在勤、在学の方◇50名📄はがきかファクスで消費生活グループ📠5992-7024へ※先着順。
🏠当グループ☎4566-2416

豊島区認知症支援講座 ～認知症とお金の話～

2月17日(月) 午後2～4時 南大塚地域文化創造館◇認知症でお金の管理ができなくなった場合、自分や家族のためにどんなことが備えられるかを学ぶ。講師…司法書士/織田 倉 滋氏◇区内在住、在勤の方◇50名
📄電話かファクスで「東部高齢者総合相談センター☎5319-8703、📠5319-8726」へ※先着順。

飾り巻き寿司体験教室

2月22日(土) ①午前10時30分～午後0時30分、②午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇ひな祭りの食卓をお雛様の飾り寿司で華やかに。講師…真貝 美和子氏◇20歳以上◇各回12名◇1,500円◇エプロン、三角巾、手拭タオル持参。
📄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。

「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座(全5回)

3月10～24日 火曜日 午前10時～午後3時30分※10日は午後1時～4時30分 千早地域文化創造館◇外国人へのおもてなしの心と道案内程度の簡単な英会話を学ぶ。初回はおもてなし講座、2回目以降は語学講座。詳細は区ホームページ参照◇全回参加できる都内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く)で、英語入門から初級程度の語学力の方◇36

名📄6か月以上未就学児📄往復はがき(4面記入例参照。氏名のローマ字表記、性別、職業、保育希望の場合は子どもの年齢、人数も記入)で1月27日(必着)までに文化観光課「外国人おもてなし語学ボランティア育成講座係」へ※応募者多数の場合は抽選。
🏠観光交流グループ☎3981-1316

スポーツ

親子ふれあい体操教室(全5回)

1月17日～2月14日 金曜日 くまコース(3～4歳)…午前9時35分～10時20分、うさぎコース(2～3歳)…午前10時25分～11時5分、ひよこコース(10か月～2歳)…午前11時10分～11時50分 豊島体育館◇1回参加可。詳細は問い合わせてください◇10か月～4歳児と保護者※区内在住、在勤の方優先◇各50組◇1回500円◇上履き、飲み物、タオル持参📄チラシ裏面の申込書(区ホームページからダウンロードも可)をファクスかEメールで「(特非)地域総合型椎の美スポーツクラブ📠3972-1876、📠shiinomi.oyako@gmail.com」へ※先着順。
🏠当クラブ 有里☎080-2597-4650

区民歩こう会「鎌倉名社寺巡り」

2月2日(日) 午前9時50分 J R鎌倉駅東口改札前広場集合(鶴岡八幡宮側)◇鶴岡八幡宮から銭洗い弁天、鎌倉大仏、長谷寺まで(約10km)◇300円📄当日集合場所です受付。
🏠豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

第73回都民体育大会豊島区予選会

※申込み・詳細は直接各競技担当へ。
●**アーチェリー**…2月2日(日)/第2次予選会、3月1日(日)/第3次予選会 西巢鴨体育场📄当日午前9時までに直接会場へ🏠アーチェリー協会 富田☎3269-2930(ライオン堂洋品店内)へ、●**剣道**…3月8日(日) 豊島体育館📄2月6日までに剣道連盟

豊島区民社会福祉協議会からのお知らせ

サポートとしま講演会 成年後見制度(活用編) ～相続が変わる!?正しい知識であんしんを～

2月20日(木) 午後2～4時 としま区民センター

◇知らないと損をしてしまうかもしれない相続のルールについて弁護士から正しい知識を得ませんか? また、あんしんな老後を送るための一つの選択肢として、成年後見制度についても分かりやすく説明します。講師…弁護士/古屋 有実子氏◇70名
📄電話かファクスかEメールで「サポートとしま☎3981-2940、📠3981-2946、📠siensitu@a.toshima.ne.jp」へ※先着順。

成年後見制度に関するご相談は、「サポートとしま」へご連絡ください

小野塚☎3942-2865へ。
※ほかの種目は今後掲載予定。

ポルダリング初心者講習会

2月8日(土) こども向け…①午後1時から、②午後2時から、③午後3時から、おとな向け…④午後4時から(各回講習50分) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇これからポルダリングを始める方に最適な講習会。ルールやマナー、安全に関する注意点や基礎を学ぶ◇①～③小学2年生～15歳(親子参加可)、④16歳以上◇各回10名◇1名1回500円◇運動のできる服装、上履き持参。
📄電話で各回前日までに当館☎3980-3131(午前10時～午後8時)へ。直接窓口申込みも可※先着順。

ポールウォーキング(初級)～都電沿線を歩こう～

2月9日(日)※雨天時は2月16日(日) 午前9時15分都営三田線西巣鴨駅集合、JR駒込駅解散◇飛鳥山公園を經由したウォーキング。ポール貸出しあり◇区内在住、在勤の方◇40名◇100円📄往復はがきで1月24日(必着)までに「〒171-0043 要町3-47-8 豊島体育館内(特非)豊島区体育協会」へ※先着順。
🏠豊島区スポーツ推進委員協議会 小野☎090-3344-2175

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。

国民年金相談員(会計年度任用職員)

国民年金の窓口・電話業務、内部事務、パソコン作業など◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日📄所定の申込書(写真添付)、自己申告書(高齢者医療年金課で配布。区ホームページからダウンロードも可)を1月17～31日(必着)の間に郵送で当課へ。
🏠国民年金グループ☎3981-1954

第187回豊島区都市計画審議会

1月14日(火) 午前10時から 区役所本庁舎9階第1委員会室📄傍聴希望の方は当日直接会場へ。

🏠都市計画グループ☎4566-2632

令和元年度豊島区防災会議

1月24日(金) 午後2時から 区役所本庁舎5階507～510会議室📄傍聴希望の方は当日直接会場へ。

🏠防災計画グループ☎4566-2578

社会福祉協議会

「ひきこもり」の理解と支援

- ① 1月23日(木) 区民ひろば清和第一
 - ② 2月4日(火) 区民ひろば千早
- いずれも午後2～4時◇「ひきこもり」について分かりやすくお話。講師…NPO 法人楽の会リーラ事務局長/市川乙充氏※①②は同内容◇区

内在住、在勤、在学の方◇各回50名
☎電話かファクスで各開催日2日前までに「地域相談支援課 ☎3981-4392、FAX5950-1239」へ※先着順。

高齢者元気あとし事業 参加者登録説明会

2月5日(水) 午後2～3時 区役所東池袋分庁舎◇高齢者が指定の介護保険施設で、お茶だしなどのボランティア活動を行うことにより、自

身の介護予防と支え合う地域社会をめざす。貯めたスタンプに応じて換金可(上限年間5,000円)◇60歳以上の健康な区民、豊島区介護予防サポーター養成講座受講修了者◇20名◇健康保険証・運転免許証など、住所と年齢が確認できるものを持参
☎電話で豊島ボランティアセンター ☎3984-9375へ※先着順。

ス(車庫交換など30分程度で終了する簡易作業)、③ハンディキャブ(リフト付自動車の運行)の概要説明。希望者は説明会終了後、会員登録可◇健康で福祉に関心のある方や空いた時間を使って活動してみたい方など。経験や資格は不問。
☎地域福祉推進課リボンサービス ☎3981-9250へ。

在宅福祉サービス協力会員説明会

2月12日(水) 午後2時～3時30分 区役所東池袋分庁舎◇高齢や障がいなどにより、日常生活で困っている方をお手伝いする協力会員(有償ボランティア)を募集。①リボンサービス(外出時の付添いや買い物といった家事)、②困りごと援助サービ

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 電話番号
 - ⑥ 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。



人口と世帯
令和元年12月1日現在
※()は前月比

	人口総数	うち外国人	世帯数
	290,409 (+90)	29,842 (-16)	180,828 (-34)
男	145,701		
女	144,708		

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(1歳～1歳3か月児)[予約制]	6・20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]	13・27日(木) 午前9～10時	4・25日(火) 午前9時～10時
	母親学級[予約制]	1日(土) 午前9時～正午	
	パパ・ママ準備教室[予約制]	2日(日) ①午前9時～11時45分 ②午後0時30分～3時15分	
おとなの健康	生活習慣病予防健診(男性)[予約制] ※対象…令和元年度(2019年度)20～40歳未満の男性	14日(金) 午前8時50分～9時	
	女性の骨太健診[予約制] ※対象…令和元年度(2019年度)20歳～40歳未満の女性	5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]	14日(金) 午後1時～2時30分	19日(水) 午後1時15分～3時
	食事(栄養)相談[予約制]		13日(木) 午前9時30分～11時
	女性の専門相談[予約制]	5日(水) 午後1時5分～2時45分	
	HIV(エイズ)検査[予約制] ※結果は検査の1週間後	3日(月) 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	14日(金) 午前10時～10時30分	
	こころの相談[予約制]	20日(木) 午後2～4時	
	家族相談[予約制]	4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	
	飼主のいない猫の不妊去勢手術費助成事前講習会	12日(水) 午前10時～10時30分 27日(木) 午後3時30分～4時 対象…飼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)。 ☎生活衛生グループ ☎3987-4175	

2月 母子健康相談

18日(火) 区民ひろば南大塚 午前10時～10時30分 ☎池袋保健所 ☎3987-4174	19日(水) 区民ひろば要 午前10時～10時30分 ☎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

◆2月開催プログラム(体育室)
①ストレッチヨガ…火曜日 午後3時15分～4時30分◇16歳以上の方、②キッズジャズダンス…火曜日 午後6～7時◇小学生
いずれも◇15名◇3,000円※②は1回参加1,300円☎直接当館窓口へ。

雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆2～3月コース型教室 月曜日(全6回)①アクアビクス…午前10時10分～11時10分◇6,600円、月曜日(全7回)②バドミントン教室～初級～…午後1時40分～3時◇9,240円、③ストレッチ…午後2時25分～3時10分◇6,160円、水曜日(全8回)④ヨガ(パワー系)…午前11時～正午◇10,560円、木曜日(全8回)⑤脂肪スッカリ…午後1時40分～2時40分◇7,040円、⑥キッズダンス(年長～小学6年生)…午後4時15分～5時15分◇10,560円、⑦大人バレエ(入門)…午後6時30分～7時30分◇12,320円、土曜日(全9回)⑧ピラティスベーシック…午後1時45分～2時45分◇11,880円◆建国記念の日特別イベント「プール無料開放」
2月11日(祝) 午前10時～午後8時20分◇事前予約不要

池袋スポーツセンター ☎5974-7262

◆2月11日(祝)祝日プログラム
●スタジオ ①気功、②かんたんステップ、③シェイプ30、④かんたんストレッチ、⑤美尻エクササイズ、⑥シアターダンス、⑦椅子ヨガ、⑧宝塚ミュージカルダンス、⑨イシュタヨガ、⑩ZUMBA※時間は問い合わせてください。

●プール ①水中歩行…午前10時20分から
いずれも◇16歳以上(高校生含む)◇100～200円(施設使用料別途)◇1時間前より整理券配布※先着順。

南長崎スポーツセンター ☎5988-9270

◆水球体験教室開催 2月16日(日) 午後1～4時◇講師…元水球日本代表/保田賢也氏。「プールの中は泳ぐだけじゃない!!」「ボールを使ってパスやシュートをしてみよう」◇小学生(クロール25m泳げる方)◇30名☎1月14日から直接当館窓口へ。

巣鴨体育館 ☎3918-7101

◆フリーパス会員受付中!
有料レッスンも無料で参加可◇区内在住の高校生以上の方◇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

地元税理士による
[相続]
無料相談会
in 板橋区

1月17日(金)・18日(土)
9:15～19:00
※最終受付18:00

いたばし文化会館[第4会議室]

東京都板橋区大山東町51-1
●東武東上線「大山」駅 北口から徒歩約3分
●都営三田線「板橋区役所」駅A3出口から徒歩約7分
●ご予約の方を優先させていただきますが、当日参加もお待ちしております。
相続専門税理士として
相続400件以上の解決実績!!
税理士法人 ASAC総合事務所
住所:豊島区池袋3-11-1 シノキ第一ビル2階
電話:03-6909-2271 メール:info@asac.co.jp
URL:http://www.asac.co.jp/
ご予約・ご相談フリーダイヤル
0120-60-60-85
[電話受付時間 平日 9:00～19:00]

板橋区の介護付有料老人ホーム
コンシェル徳丸

1月23日(木)・24日(金) 要予約

全国50カ所が高齢者住宅を運営する「リエイ」の介護付有料老人ホーム「コンシェル徳丸」が2019年5月、板橋区にオープン。施設の雰囲気や設備をじっくり見学できる毎回好評の「リラクゼーション体験付き無料特別見学会」を開催。見学会では、直接現地へ集合か、東武東上線「成増駅」が都営三田線「高島平駅」に集合して送迎車で現地へ。施設の説明、その後、共有スペースの見学やリラクゼーションを体験します。終了後は介護や施設についての個別相談もできます(要予約)。この機会に気軽に参加を。

リラクゼーション体験付き
無料特別見学会

◇見学会開催日2020年1月23日(木)・24日(金)13:30～15:00(受付開始13:15から)◇定員各日10人(要予約・先着順)◇会場コンシェル徳丸(板橋区徳丸7-17-1)※個別相談会、リラクゼーション体験(ヘッド・ハンド・フットケアから選択)は予約制※送迎希望の場合は東武東上線「成増駅」改札前か都営三田線「高島平駅」東口改札前に13時集合☎見学会事務局(フジサンケイ企画) ☎0120-505-470受付時間/10時～17時(年中無休)



弁護士による
無料相談会

- ◆ 相続・離婚についての実績多数 ◆
- 1/15(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
【アクセス】
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。
- 2/12(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
【アクセス】
豊島区長崎1-9-2 金剛院/椎名町駅北口 徒歩30秒
*お問合せ・ご予約は、下記までお願い致します。
【しなまち みとら ☎03-6908-3988】
- 1/22(水) 18:00～20:00 (予約不要)
■開催場所
喫茶店チャミー
【アクセス】
練馬区接台1-29-20/新接台駅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
弁護士 辻山 尚志 (東京弁護士会所属)
弁護士 五十嵐 里絵 (東京弁護士会所属)
豊島区西池袋1-7-10 ビルト9ビル6階
TEL 03-6912-8801
(営業時間:平日 9:30～20:00)