

#### 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、通知書に記載の期限 内に電話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。

問豊島区マイナンバーコールセンター☎3981 - 1122

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)3月11日発行〈毎月1・11・21日発行〉



TOSHIMA CITY

国際アート・カルチャー都市 としま

# 公園ニュース

### ●南池袋公園に新しいトイレが完成 (南池袋 2 - 21 - 1) 3月14日生) トイレの壁に本棚を設置して絵本を 置き、新たな賑わいを生み出します。

●池本だんだん公園オープン (池袋本町 2 - 37) 3 月14日(土)



最大 2 mの高低差を活かした大階段や大すべり台、芝段々が敷地中央に 並びます。備蓄倉庫、マンホールトイレを設置し、防災利用施設として も活用します。

●雑司が谷公園オープン

(雑司が谷 2 - 12 - 1 および 2 - 11 - 8 高田小学校跡地) 3月28日(土) フィットネスひろば、こどもひろばなどを設け、様々な年代の方が利用 できます。災害時一時避難場所として、防火水槽と備蓄倉庫を備えた地 上・地下2階建ての拠点施設もあります。

間緑化推進グループ☎3981 - 4940

# パブリックコメント 🔇

#### 【結果の公表】

#### 池袋駅コア・ゾーン ガイドライン2020

本ガイドラインは、地域の将来像 を盛り込んだ都市機能更新などの考 え方を示すものです。策定にあたり、 パブリックコメント(意見公募手続) 制度に基づき、区民の皆さんからご 意見をお聴きしました。

●閲覧できます…本ガイドラインと いただいたご意見および区の考え方 は4月8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。

間都市基盤グループ☎4566 - 2636



### 税•国保•年金

#### 【国民健康保険の手続きについて】 一定期間、電話・郵送手続きを 拡大します

新型コロナウイルス感染拡大を防 ぐため。詳細は区ホームページ参照 か問い合わせてください◇**期間…** 3 月31日まで◇対象…①転出・社会保 険加入による国保資格喪失手続き、 ②社会保険離脱による国保加入手続 き(社会保険資格喪失証明書のある 方のみ)、③転入による国保加入手 続き(前住所地から引き続き国保に 加入する方のみ)、④保険証の再発 行・差替え(紛失・更新・簡易書留 郵便の保管期間経過により区に返戻 された保険証など)、⑤確定申告用 の保険料納付金額の確認、⑥保険料 の納付相談(来庁不要となる場合が あるため、要電話連絡)、⑦限度額 適用認定証。

**間**①~⑤資格・保険料グループ☎4566 - 2377、⑥整理収納グループ☎3981 - 1294、特別整理グループ☎3981 -1295、⑦給付グループ☎3981 - 1296

## 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

今まで加入していた健康保険から 自動的に切り替わるため、加入手続 きは不要です。

◇対象…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 ※国民健康保険等の方は、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…特別徴収(年金天引き) と普通徴収(納付書、口座振替)があ ります。特別徴収は年金天引きの対 象となる年金額が18万円以上で介護 保険料との合算額が対象となる年金 の2分の1以下の方が対象です。年 度途中にほかの区市町村から転入し た方や75歳に到達した方は、一定期 間は普通徴収になります※国民健康 保険料で口座振替を利用していた方 も、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、納付相談を行っています。 **間**後期高齢者医療グループ☎3981 - 1 1332、納付相談…整理収納グループ **2**3981 - 1459



#### 「としま・おたっしゃカード」 更新のご案内

現在使用中のカードは、銭湯で自 動更新でき、4月以降も引き続き利 用できます。ポイントは繰り越しが できません。3月31日で令和元年度 の未使用ポイントは失効します。期 限までにお使いください**()更新方法**  … ① 4月1日以降、利用するときに 銭湯にカードと自己負担金100円を 持参、②銭湯にカードの提示と100 円を支払う、③令和2年度のポイン トが付与され、その日の入浴1回分 が差し引かれる※カードの更新のみ は不可。必ず銭湯を利用するときに 持参してください。1年度超利用が ないと銭湯での更新ができません。 更新できない場合は問い合わせてく ださい。

**固**高齢者事業グループ☎4566 - 2432

# 子育て・教育

#### 令和元年度私立幼稚園園児保護者 補助金・施設等利用給付について

私立幼稚園・認定こども園(教育 標準時間認定) に通園している方へ 補助金を交付します。令和元年度の 補助金の交付には、申請期限内の申 請が必要です。詳細は区ホームペー ジ参照か問い合わせてください◇**申 請期限…**入園時補助金、施設等利用 費・園児保護者負担軽減補助金、就 園奨励費補助金/3月31日、認可外 保育施設等の利用料、実費徴収に係 る補足給付/4月17日

間私立幼稚園グループ☎4566 - 2481

#### ファミリー・サポート・センター 事業「利用会員登録会」

4月10日金、20日(月) 午前10時か ら 区役所本庁舎 5階509・510会議 室◇当事業の利用を希望する方◇各 回40名※予約制◇保護者の写真2枚 (縦2.5×横 2 cm)、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てください。

**甲**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。

# 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 などすべ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。

最 低 費 生 活 収 費 入

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。

#### ●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・4丁目、雑司が谷、高 田、池袋本町、西池袋1・3丁目、目白1・2丁目、住まいのない方、②西 **部生活福祉課**…担当地区/西池袋2・4・5丁目、目白3~5丁目、長崎、 高松、池袋3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)。

間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福祉総務課民生・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

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月中旬発送予定です。届 かない方は問い合わせてください。 ◇新たに申請が必要な方…義務教育 修了前の児童で医療証を持っていな い方※必要書類などは事前に問い合 わせのうえ申請してください。医療 費助成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。 転入日または出生日の翌日から2か 月以内に申請した場合は、転入日ま たは出生日までさかのぼって助成し ます。

間児童給付グループ☎3981 - 1417

# 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

「令和2年度豊島区民交通傷害保 険」の加入受付は、3月31日火まで 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 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 日本興亜株式会社(損害保険ジャパ ン日本興亜株式会社は関係当局の認 可等を前提として、4月1日に商号 を変更し、「損害保険ジャパン株式 会社」になります。)

間区民活動推進課管理グループ☎ 4566 - 2311 (承認日:令和元年11月

### 南長崎第二区民集会室および 区民ひろばさくら第一の集会室 (夜間)の貸出を再開します

区民ひろばさくら第一の大規模改 修工事終了に伴い、6月より貸出を 再開します。

◇抽選申込み受付…4月1日別から **◇抽選日**… 5 月 1 日金

◇空き枠申込み受付…5月1日金か

間地域区民ひろば課管理グループ☎ 3981 - 1479

#### 「山中湖秀山荘」 春の行楽シーズン到来 池袋から無料送迎バスを運行

富士山を一望できるお箸で食べら れる創作和洋膳の温泉宿。

- 池袋から当施設まで… 4 月21・22 日、5月12・13・19・20・26・27、 6月2・3・9・10・16・17日 午 後 1 時 東京芸術劇場前出発
- 当施設から池袋まで… 4 月22・23 日、5月13·14·20·21·27·28日、 6月3・4・10・11・17・18日 午 前9時30分出発
- 申宿泊予約時に要連絡 **問**当施設**☎**0555 - 62 - 5481



豊島区役所 ☎3981-1111(代表) 〒171-8422 豊島区南池袋2-45-1

#### 「2020としまエコライフフェア」 出展者募集

7月18日生) としまセンタースク エア(区役所本庁舎1階)◇環境への 意識を高め、より環境に配慮した暮 らしを広げるための情報発信や交流 を行う、事業者・グループ・サーク ルなどの団体を募集。詳細は募集要 項(環境政策課で配付。区ホームペ ージからダウンロードも可)参照申 所定の申込書(募集要項に添付)と必 要書類を郵送かファクスで4月10日 (必着)までに当課事業グループ**M** 3980 - 5134へ。直接窓口持参も可。 **問**当グループ☎3981 - 2771

# イベント

#### 豊島みどりの会 「自然教室(自然観察会)」

3月31日(火) 午前10時池袋駅西口 メトロポリタンプラザ地下1階エス カレータ横集合、午後1時頃現地解 散※雨天中止◇片倉城跡公園(八王 子市片倉町2475番)で専門家のガイ ドつきでカタクリなど春の植物観察 ◇20名◇300円(別途交通費)

中電話かファクスで3月21日までに 「当会☆・3982 - 5569」へ※先着順。

### 東京音楽大学卒業演奏会

4月10日金 午後7時開演 浜離 宮朝日ホール(中央区築地5-3-

2朝日新聞東京本社・新館2階)◇ 令和元年度卒業の成績優秀者による 独唱、独奏町当大学チケットサイト t/から申込み※全席指定。

問当大学演奏会窓□☎6379 - 3788 (平日午前10時~午後5時)

#### エポック10アンコールシネマ

4月23日休) ①午前10時~正午、 ②午後2~4時 男女平等推進セン ター◇令和元年度の上映作品のうち、 特に満足度の高かった2作品を再上 映。①[もうろうをいきる]、②[マ ダム・フローレンス!夢見るふたりし ◇各回30名保6か月以上未就学児。 定員あり。要予約。

**申**電話かファクスか E メールで 「当 センター☎5952 - 9501、₩5391 -1015、**M**A0029117@city.toshima.l g.jp」へ※先着順。

# 講演・講習

#### みらい館大明

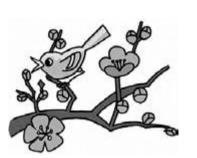
①エクセル応用データベース機能… 4月11日仕) 午後1~5時◇データ の並び替え、抽出、ピボットテーブ ル活用など。講師…パソコンインス トラクター/石井 由香里氏◇エク セル経験者◇8名◇3,000円、②こ れだけは覚えたいワード2日間…4 月16日休) 午前10時~午後5時、23 円休) 午後1~5時◇チラシ作成と 文書に写真や表の挿入など。ワード 2013使用。講師…パソコンインスト ラクター/石井 由香里氏◇パソコ

問児童給付グループ☎3981 - 1417

ン経験者◇8名◇5,500円、③ワンコ インイングリッシュ外国人おもてな **し**… 4 ∼ 6 月の第 2 ・第 4 木曜日 午後7時15分~8時45分<う道に迷っ ている、電車の乗り換えなど、外国 人観光客サポートの部分に絞った英 会話。途中参加可◇15名◇1回目 1,000円、2回目以降500円、④「日 本語サークルコンニチハ!」ボラン **ティア募集…**毎月第1~3火曜日 午後7時~8時30分令会話を中心に、 外国籍の方が日本語を習得するお手

**申**電話か E メールで 「当館☎3986 · 7186. Mmiraikan\_taimei@yahoo. co.jpJへ※先着順。①②は直接窓口 申込みも可。③は当日開始15分前か ら受付。

伝い◇5名



# スポーツ

#### 区民歩こう会「東京の公園を散策」

4月5日(日) 午前9時50分集合 JR中央線荻窪駅西□駅前広場◇荻 窪駅から西永福駅まで(約 7 km) ◇ 300円 単当日集合場所で受付。

問豊島歩こう会 吉越☎3986 - 8620

#### 超初心者水泳教室(全4回)

4月7~28日 火曜日 午前10時 ~正午 雑司が谷体育館◇区内在住、 在勤、在学で水泳が苦手な18歳以上 の方◇20名◇4,000円 申往復はがき で3月21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。 問当連盟事務局 佐藤 🕿 3943 6397

# 5 00 mg

#### ボルダリング初心者無料講習会

4月18日仕) 子ども向け…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分入替10分 とし ま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇これ からボ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)、④ 16歳以上◇各回10名◇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へ(午前10時~午後8時)。直 接窓口申込みも可※先着順。

#### 区民フナ釣り大会

4月19日(日) 午前5時30分 東京 建物 Brillia HALL 前集合 茨城県 稲敷市周辺◇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。

甲電話で4月8日までに豊島区釣友 連合会事務局 今成☎090 - 3229 -1079へ※先着順。

#### 東京2020大会 豊島区独自ボランティア募集

区では、東京2020大会に向けて① 聖火リレーサポーター、②ライブサ イト安全・安心ボランティアを募集 します。

◇募集期間…① 3月11日/3/~4月10 日金② 3 月11日(水)~ 6 月26日金)◇**応** 募資格…①平成14年4月1日以前に 生まれた方、②区内在住、在勤、在 学または区内で活動する団体に所属 している方、③日本語による簡単な 会話ができる方

※申込方法など詳細は 区ホームページ(右記 2次元コードからも可) 参照か問い合わせてく

ださい。



間①聖火リレーサポーター…オリン ピック・パラリンピック連携推進グ ループ☎4566 - 2767、②ライブサイ ト安全・安心ボランティア…防災危 機管理課管理グループ☎3981 - 2100



▲ライブサイト会場/池袋西□公園

#### 第8回豊島区民生涯水泳大会 兼第74回都民体育大会予選会

5月24日(日) 午前10時開始 南長 崎スポーツセンター◇種目…個人/ 自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフラ イ、個人メドレー。リレー/リレー、 メドレーリレー、混合リレー※年齢 区分あり◇区内在住、在勤、在学、 在クラブの小学生以上の方◇350名 ◇個人種目…1種目600円、リレー 種目… 1 種目2,000円※小・中学生 はそれぞれ半額、別途保険料100円 町所定の用紙(学習・スポーツ課で 配布。豊島区水泳連盟ホームページ ₱http://toshimasuiren.web.fc2. com/index.html からダウンロー ドも可)を5月9・10日午前10時~ 午後2時の間に健康プラザとしま1 階ホールへ持参。参加費は持参か所 定の用紙で払込み。詳細は当連盟ホ ームページ参照か問い合わせてくだ さい※先着順。

間当連盟 佐藤☎3943 - 6397



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。

# 子どもに関する手当および医療費助成のご案内

手当・助成を受けるためには申請が必要です。申請の方法および必要な書類な ど詳細は事前に問い合わせてください。

### 1. 子どもに関する手当のご案内

支給対象月は原則、申請した月の翌月分からとなります。各手当の支給月額や 所得制限額は、下表を参照してください。

#### ●児童手当・特例給付

児童手当は家庭等における生活の安定と児童の健全育成を目的とした給付です。 支給対象月は原則、申請月の翌月分からです。子どもが生まれた方、転入した 方は新たに申請してください。また、これまで受給していた方が海外転出した 場合は、配偶者の方が新たに申請してください※公務員の方は勤務先から支給 されますので、勤務先で申請してください。

◇対象…中学校修了前までの児童を養育している区内に住所がある父母などで、 家庭での生計中心者となっている方。

◇手当月額…3歳未満15,000円、3歳以上小学校修了前/第2子まで10,000円、

#### 手当別月額・対象年齢など

			額変更見込み
養	児童育成	手当	児童育成手当

区分	児童扶養手当※	特別児童扶養 手当※	児童育成手当 (育成)	児童育成手当 (障害)
手当月額	・児童1人目の場合 全部支給 42,910円 一部支給 10,120~42,900円 ・児童2人目の場合 全部支給 10,140円加算 一部支給 5,070~10,130円加算 ・児童3人目から1人につき 全部支給 6,080円加算 一部支給 3,040~6,070円加算	1級 52, 200円 2級 34, 770円	13, 500円	15, 500円
対象年齢	18歳の年度末まで(児童に中程度以   上の障害がある場合は20歳未満)	20歳未満	18歳の年度末 まで	20歳未満
所得制限額	あり(各手当によって所得制限額、	控除額が異なる	ため問い合わせ	せてください)
支給月	1・3・5・7・9・11月	4 · 8 · 11月	2 · 6	・10月
支給方法	□座振込(受給者名義)※一部取扱いできない金融機関があります。			

第3子以降15,000円、中学生10,000円、所得制限額以上の方/児童1名につき 一律5,000円。支給月は2・6・10月。

#### ●児童扶養手当

◇対象…次の①~⑧のいずれかの状態にある、18歳に達した日以降の最初の3 月31日までの児童(中程度以上の障害がある場合は20歳未満)を養育している父 または母もしくは養育者。①父母が離婚、②父または母が死亡、③父または母 に重度の障害がある、④父または母の生死が不明、⑤父または母に1年以上遺 棄されている、⑥父または母が裁判所からの DV 保護命令を受けている、⑦ 父または母が法令により1年以上拘禁されている、⑧婚姻によらないで生まれ、 父または母に扶養されていない。

※受給者または対象児童、もしくはその両方が公的年金を受給している場合は、 手当の支給額が一部または全部停止となります。

◇対象にならない場合…/▽▽事実上婚姻関係と同様の状態にある(父母の障害を 理由とする場合を除く)、(イ)児童が児童福祉施設などに入所している、(ウ)国内 に住所がない※平成15年4月1日以前に①~⑧の支給要件に該当した方は申請 できない場合があります。

#### ●児童育成手当(育成手当)

は問い合わせてください。

◇対象…児童扶養手当に準ずる。公的年金を受給している方も対象。

◇対象にならない場合…/♂事実上婚姻関係と同様の状態にある(父母の障害を 理由とする場合を除く)、(イ)児童が児童福祉施設などに入所している。

#### 10辛工业配得400克丰

九里十二川诗则收敛仪			
扶養人数	扶養人数     児童手当		
0人	6, 300, 000円		
1人	6, 680, 000円		
2人	2人 7,060,000円		
3人以上	一人増すごとに、380,000円加算		
※受給者の平成30年中の所得を基にしています。			

※上記所得制限額表には、社会保険料控除一律

80,000円を加算しています。控除額について

◇対象…次の①~③のいずれかの 行性筋萎縮症。

# ●児童育成手当(障害手当)

状態にある20歳未満の児童を養育 している方。①「身体障害者手帳」 1~2級程度、②「愛の手帳」1~ 3度程度、③脳性まひ、または進

◇対象にならない場合…児童が児 童福祉施設などに入所している。

#### ●特別児童扶養手当

◇対象…次の①②のいずれかの状態にある20歳未満の児童を養育している方。 ①身体障害者手帳1~3級程度(下肢障害4級の一部も該当)、②愛の手帳1~ 3度程度。

※長期安静を要する症状または精神の障害により日常生活に著しい制限を受け る児童も該当する場合があります。

◇対象にならない場合…⑦児童が児童福祉施設などに入所している、④国内に 住所がない、
(ウ)児童がその障害を理由とする公的年金を受給している。

### 2. 医療費助成制度のご案内

# ●子ども医療費助成(乳子医療証)

子どもの入院と通院にかかる保険適用内の医療費を助成します(乳幼児は、入 院時の食事療養標準負担額も助成されます)。対象となる児童の保護者で、ま だ「劉母医療証」の交付を受けていない方は、至急交付申請をしてください。 ◇対象…保護者とともに区内に住所がある中学校修了前までの児童。また、児 童が国民健康保険または社会保険などの健康保険に加入していることが必要で

す。 ◇対象にならない場合…⑦生活保護を受けている世帯(医療券を使う場合)、(イ) 児童福祉施設に措置により入所している児童、炒小規模住居型児童養育事業を 行う者に委託されている児童、口里親に委託されている児童

#### ●ひとり親家庭等医療費助成(剱医療証)

ひとり親家庭の方および児童(乳母医療証受給者を除く)の入院と通院にかかる 保険適用内の医療費の自己負担額の一部または全部を助成します(入院時の食 事療養標準負担額または生活療養標準負担額は除く)。課税されている方がい る場合は1割を自己負担、全員が非課税の場合は自己負担なしとなります。

◇対象…児童育成手当(育成手当)に準じ、健康保険に加入の方※所得制限額は 児童扶養手当に準じます。

◇対象にならない場合…児童扶養手当および子どもの医療費助成に準じます。 いずれも詳細は事前に問い合わせてください。

# 東京2020大会期間中の交通混雑緩和に ご協力をお願いします

東京2020大会期間中は、世界中・日本中から延べ1,000万人以上の人々 が東京を訪れ、競技前後の時間帯に鉄道や道路の混雑が予想されます。 大会期間中の交通混雑に備え、今から計画的な準備をお願いします。 ※詳細は2020TDM 推進プロジェクトホームページⅢhttps://2020tdm.t

●混雑緩和のためのご協力を特にお願いしたい期間

7月20日(月)~8月10日(祝) 8月25日火~9月6日田

●ご協力をお願いしたいこと

生活用品の買い置き、大会期間を外した宅 配(早めのお中元など)、時差出勤、テレワ ーク、計画的な休暇の取得、混雑するルー



#### ●大会期間中の交通対策

ト・時間の回避。

大会期間中は以下のような交通対策が実施されます。 ご理解とご協力をお願いします。

● 大会関係車両専用レーンや会場周辺の進入禁止エリアなどの設置

● 高速道路における交通量の調整(交通状況に応じた入口閉鎖などの実施)

### ●首都高速道路の料金施策

期間中は夜間の料金割引および日中時間帯の料金上乗せが実施されます。

	時間帯	料金	対象
夜間割引	午前0~4時	5 割引	ETC 搭載車
料金上乗せ	午前6時~午後10時	1,000円上乗せ	マイカー等※
※「障がい者手帳の保有者が運転・同乗する車両」および「福祉関係車両」は ETC 搭載車に限			

り料金上乗せの対象外となります(5月22日までに東京都への申請が必要です) ※詳細は東京都オリンピック・パラリンピック準備局**W**https://www.2020games.metro.

間オリンピック・パラリンピック準備局輸送課☎5320 - 7732 大会期間中の交通対策について…東京2020組織委員会☎0570 - 09 - 2020 首都高速道路の料金施策について…都市整備局街路計画課☎5388 - 3390

tokyo.lg.jp/taikaijyunbi/torikumi/yusou/2020shutokosoku/index.html

豊島区行政情報公開・ 個人情報保護審議会

3月26日休 午後2時から 区役所本庁舎9階第1委員会室町傍聴希望の方は当日直接会場へ。

間行政情報グループ☎3981 - 4404

3月30日(1) 午前10時から 区役所本庁舎5階507会議室車傍聴希望の方は当日直接会場へ。 第8回池袋駅周辺地域再生委員会

### 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口を開設しています

#### 1帰国者・接触者電話相談センター(受診相談)

下記に該当する方は相談してください。必要に 応じて医療機関をご案内します。

①風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く。 ※上記に当てはまらない場合は、かかりつけ医な ②強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。 どに相談してください。 なお、以下のような方は、この状態が2日程度 続く場合には、相談してください。

● 高齢者

● 糖尿病、心不全、呼吸器疾患(慢性閉塞性肺疾

患など)の基礎疾患がある、透析を受けている 免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている

・場所国者・接触者電話相談センター☎3987 - 4179(平 日/午前9時~午後5時)、☎5320-4592(平日/午 後 5 時~翌日午前 9 時、土・日曜日、祝日/終日)

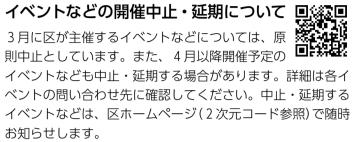
#### 2一般相談

感染の予防や心配がある時などは相談してくだ さい。

間区相談窓□☎3987 - 4179(平日/午前9時~午 後5時)

東京都相談窓□☎0570 - 550571(平日/午前9時 ~午後9時)※日本語、英語、中国語、韓国語対応。

○申込みは、前日までに各施設へ



#### 施設休館およびサービスの一部休止について

◆新規教室案内

3月15日まで一部の施設の休館およびサービスの利用を休止しています。今後 の状況により期間の延長や対象施設を拡大する場合があります。詳細は区ホー ムページ(2次元コード参照)か、各施設へ問い合わせて下さい。



# 4 保健所力レンダー

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。

ı						
		事業名	池袋保健所 ☎3987 - 4172~ 4	長崎健康相談所 ☎3957 - 1191		
		1歳児歯科健診・総合相談 対象〈1歳~1歳3か月児〉(予約制)	9·23日休 午前9時~9時30分			
	子ども	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〕	16・30日休 午前9~10時	14・28日(火) 午前 9~10時		
	子どもの健康	母親学級〔予約制〕	11日仕) 午前 9 時~正午			
	康	パパ・ママ準備教室[予約制]	12日日 ①午前9時~11時45分 ②午後0時30分~3時15分			
		生活習慣病予防健診(男性)[予約制] ※対象…令和2年度20~40歳未満の男性	10日金 午前 8 時50分~ 9 時			
	お	女性の骨太健診[予約制] ※対象…令和 2 年度20~40歳未満の女性	8 日(x) ①午前 8 時50分~ 9 時 ②午前 9 時30分~ 9 時40分			
	おとなの健康	健康(保健・栄養)相談(予約制]	10日金 午後 1 時~ 2 時30分	15日(水) 午後 1 時15分~ 3 時		
	健康	食事(栄養)相談(予約制)		9日休 午前9時30分~11時		
		H I V (エイズ) 検査 [予約制] ※結果は検査の 1 週間後	13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	10日金 午前10時~10時30分			
の健康	のこ	こころの相談(予約制)	23日休) 午後2~4時	8日(水) 午後2~4時		
	健える	家族相談[予約制]	14日(火) 午後2~4時			
		随時相談	思春期・不妊症・更年期・ ど、健康に関する相談を受り 平日 午前9時~正午、午行	ナています。		
	_	ぜん息相談(呼吸器全般)	電話相談は随時 面接相談( <b>固</b> 公害保健グループ☎3987			
	その他	飼い主のいない猫の不妊去勢手術費助成 事前講習会	13日月 午後3時30分~4時30日休 午前10時~10時30分対象…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)。 ■生活衛生グループ☎3987-4175			

#### 4月 母子健康相談

21日(火) 区民ひろば南大塚 午前10時~10時30分 問池袋保健所☎3987 - 4174

15日(水) 区民ひろば要 午前10時~10時30分 20日间 長崎健康相談所 午後 1 時30分~ 2 時30分 問長崎健康相談所☎3957 - 1191

# 豊島体育館

体育施設 へ行こう

#### **☎**3973 - 1701

①リセットヨガ、②リフレッシュ **ヨガ…**4月4~25日 土曜日 ① 午前9時30分~10時35分、②午前 10時45分~11時50分 いずれも◇ 16歳以上の方◇15名◇4,000円(1 回参加1,300円) ◇運動できる服装、 ③英語リトミック教室… 4月5・ 19・26日 日曜日 午前10~11時 ◇満4~6歳◇8名◇3,000円◇ 動きやすい服装、上履き持参。

申いずれも直接当館窓口へ。

|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アクアビクス…午前10 時10分~11時10分◇8,910円、**月** 曜日(全10回)②バドミントン教室 **~初級~…**午後 1 時40分~ 3 時◇ 12,100円、水曜日(全13回)③ヨガ (パワー系)…午前11時~正午◇ 15,730円、**木曜日(全12回)**④脂肪 スッキリ…午後 1 時40分~ 2 時40 分◇9, 240円、⑤**幼児水泳教室…** 午後 3 時40分~ 4 時30分◇14,520 円、木曜日(全13回)⑥ヨガ&スト レッチ…午後 1 時45分~ 2 時45分 ◇15,730円、②キッズバレエ(年 **長~小学6年生)** ····午後5~6時 ◇22,880円、金曜日(全12回)⑧キ ッズダンス (年長~小学 6 年生)… 午後 4 時15分~ 5 時15分<14,520 円、金曜日(全13回) ⑨大人バレエ

(入門)…午後6時30分~7時30分 ◇18,590円、土曜日(全12回)⑩ピ ラティスベーシック…午後 1 時45 分~2時45分◇14,520円

○詳細は直接施設へ問い合わせてください

#### |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**…骨盤矯正ピラ ティス、ママボディメイキング、
- ●幼児対象…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、中級 者、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、**●16歳以上対 象…**アクアビクス、水中歩行プラ ス、水中トレーニング、ジェンヌ ヨガ、かんたん椅子ヨガ、宝塚ミ ュージカルダンス、ピラティス、 太極拳(24式・48式)、シェイプア ップ、健康づくり、水泳教室(泳 力別多種、リズム&スイム) 🖽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。

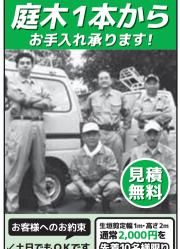
#### 巣鴨体育館 **23**3918 - 7101

#### ◆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令3,500円 (毎月1日から月末まで。月の途中 からでも月末まで) 田印鑑、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**(内容は各広告主に問い合わせてください) **-**

- 広告



/土日でもOKです 先着10名様限り /トイレはお借りしません /お茶はご遠慮します 110000 円 株式会社ガーデンエクスプレフ ☎03-5933-281

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)

### 豊 島 区 で 過 ご す 充 実 の セ カンドライフを 応 援 しま す!事業拡大につき会員大募集中! ←公園清掃

(区内各所)



←雑司ヶ谷公園管理 周辺公園の清掃

会員が様々なお仕事で**活躍中!** 豊島区で1,646名の方が入会されています (令和2年2月末日現在)

まずは**センターへお電話ください!** 

豊島区 シルバー

(区内各所)

検索

★シルバー人材センターに入会すると、**元気になる!** 仲間ができる! センターの就業を通じて**ハリのある毎日** を過ごしませんか?

★シルバー人材センターは、人生100年時代、高齢者が 元気に"生きがい"をもって社会参加、地域貢献ができるよう に高齢者にふさわしいお仕事の機会を提供している公益 社団法人です。

#### 入会説明会(TEL申込み)

- ●3月19日(木)9時30分~
- ●3月21日(土)9時30分~
- ●4月17日(金)9時30分~

#### 入会の要件 ●区内在住でおおむね60歳以上の

- 健康で働く意欲のある方 ● センターの理念(自主自立・共働・
- 共助)に賛同いただける方

#### 公益社団法人 豊島区シルバー人材センター 03-3982-9533

平日9時~17時 〒170-0013 豊島区東池袋2-55-6

#### センターの仕事の例

公園清掃、屋内外清掃 きれいな街づくり事業、植木 家事援助、自転車整理、 施設管理、児童通学案内など