

新たな文化・芸術の発信拠点を整備します

新中央図書館・東池袋交流施設 平成19年度オープン

開放的な閲覧スペース



ライズアリーナビル
(完成予想図)



区では、来年度に東池袋四丁目地区の再開発ビル（ライズアリーナビル）内の4・5階に蔵書収容規模約25万冊の「新中央図書館」、2・3階に301人の観客を収容できる劇場を中心とする文化施設「東池袋交流施設」を開設します。
新中央図書館 ☎3983・7861
文化施設計画担当 ☎3981・1147

平成19年7月
オープン
魅力あふれる

新中央図書館

現在東池袋五丁目にある中央図書館と点字図書館は、ライズアリーナビルの4・5階に移転します。

面積は約3千㎡、蔵書収容冊数は約25万冊で、規模は現在の中央図書館の約1.2倍です。
中央部に吹抜けを設け、4階はビジネス支援にも対応できる「レファレンスコーナー」、一般書・雑誌のほか、「児童コーナー」と中高生向けの「ヤングアダルトコーナー」があります。5階はCD・DVDなどの「視聴覚資料コーナー」と、文化芸術の図書を充実した「文化空間」とする予定です。

・IT化への対応
・ICタグの取り付け
オープン時には新規購入本も合わせて約20万冊の資料にICタグを取り付けます。自動貸出機で貸出手続きができますし、不正な持ち出しを防止します。

・パソコンの充実
利用者向けのパソコンを10台設置し、インターネットで図書館が契約する有料データベースへのアクセスが可能となります。利用者の方が自分のパソコンでインターネットの情報と図書館資料を活用した調査研究などができる席も設置します。

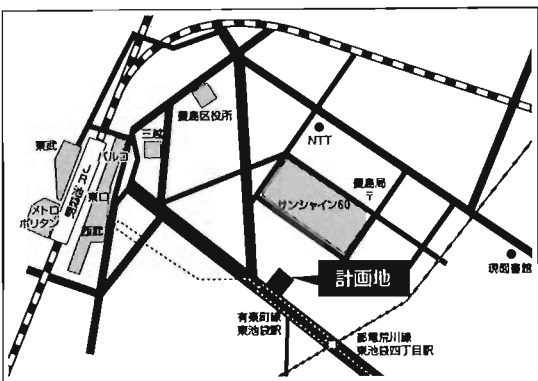
文化空間の創造

文化情報発信の場となるよう、東池袋交流施設と連携して演劇の情報や資料を揃えます。また、豊島区ゆかりのトキワ荘関係の漫画や池袋モンパルナスの資料落語の本とCDを充実させ、多様な文化に触れ合える空間を創ります。

開館時間を拡大

新中央図書館は、サンシャイン60に近く、地下鉄の駅に直結する交通の便がよいのも特徴のひとつです。仕事帰りや買い物の後にご利用いただけるよう、平日の開館時間を拡大します。

	現在	変更後
平日	午前9時～午後7時	午前10時～午後10時
土・日・祝日	午前9時～午後5時	午前10時～午後6時



●舞台芸術交流センター あうるすぽっとの計画概要を区ホームページで見ることができます。

☎ <http://www.city.toshima.tokyo.jp/seisaku/plan/2005/higashiike4keikaku.pdf>



舞台芸術を通して交流を可能に

図書館行政政策 顧問に粕谷一希氏



南池袋在住の文化人、粕谷一希氏（評論家）が平成18年1月、図書館行政政策顧問に就任され、図書館における文化政策発信の方策などについて、適切な助言をしていただいています。

千登世橋教育文化センター内の雑司が谷図書館は、中央図書館が移設され近くなること、また、一部に地下鉄13号線雑司が谷駅の出入口が設置されるため、新中央図書館に統合します。

オープン準備期間

現在の中央図書館は平成19年3月末に閉館します。4月から7月上旬にかけて、図書館の移転や開設準備、システム変更の作業のため、休館する予定です。ご利用の皆さまには大変ご不便をおかけいたします。

平成19年9月
オープン
東池袋交流施設の名称が
舞台芸術交流センター あうるすぽっと
に決まりました

ライズアリーナビル2・3階の東池袋交流施設では、演劇を中心とした舞台芸術の創造・発信と文化・芸術の担い手の育成に取組みます。

このたび、この施設の名称を舞台芸術交流センターに、愛称をあうるすぽっとに決定しました。新中央図書館とともに誰もが気軽に文化・芸術に親しむことが出来る場として、新たなまちの魅力とにぎわいを生み出す拠点施設です。舞台芸術交流センター あうるすぽっとの開館記念公演などの企画については、10月下旬頃にお知らせする予定です。

愛称募集に多数のご応募ありがとうございました！

5月1日～6月5日に実施した、この施設の愛称募集に、全国16都道府県から309件のご応募がありました（区民の皆さんからは78件）。年齢も16歳から84歳と多岐にわたっています。これらの候補作品を一次選考

で絞り込み、その後小田嶋雄志芸術顧問等により、佳作6件を選定し、それらの合作で愛称を決定しました。

舞台芸術交流センター
舞台芸術を通じた区民相互の交流の場として、まちのにぎわいと地域の活性化を図る本施設の目的から命名したものです。

あうるすぽっと
泉（ふくろう）「OWL」は知恵の象徴の鳥であり、また、江戸時代に雑司が谷の鬼子母神界隈で生産された郷土玩具「すずきみずく」などもあり、豊島区に古くから縁のある鳥です。そして、「OWL」あうるという音は「逢う（皆が逢える、集える）」とも聞こえます。また、定員301人の劇場は、シアターを名乗るには小規模であり、むしろ舞台と客席の距離が近く、役者の息づかいや表情の変化などの細々としたところまで、全ての観客が一体感をもって感じることが出来る場所として「SPOT」場所・地点」と名づけました。

自動交付機の再構築整備計画を策定しました

閩区民課管理係 ☎3981・4709

「住民票の写し」などの証明書は区内の自動交付機で交付しています。しかし、設置場所により利用状況に大きな差があり、必ずしも利用しやすいところに設置されていないなどの問題を抱えています。

これらの課題の改善と円滑な運用を図るため、パブリックコメントによるご意見を踏まえて検討を行い、再構築整備計画を策定しました。

この計画は自動交付機の利用効率を向上させ、区民の皆さまに安定したサービスを提供することを目的としています。

【計画の期間】平成18年7月から平成24年6月までの6年間。

【新たに導入する自動交付機の配置など】現在稼働している自動交付機のリース終了にともない、新機

【計画の推進に向けて】

自動交付機導入前に発行された印鑑登録証を自動交付機が利用できる区民カードに切替えを進めて、利用者の拡大を図ります。

また、この計画は、新庁舎整備や区のIT活用の方針との整合性などを図るため、平成21年度に見直しを行なう予定です。

計画の全文とパブリックコメントに基づく皆さんの意見に対する区の基本的な考え方を取りまとめたものは図書館、行政情報コーナー、区民事務所、広報課、区民課、区ホームページ(アドレス上部欄外参照)で閲覧できます。

設置場所	台数
区役所本庁舎1階・地下1階	3
西部区民事務所	1
東部区民事務所	1
東横信用金庫本店	1
目白駅周辺地区(当分の間、雄司が谷地域文化創造館)	1
池袋駅西口地区(当分の間、勤労福祉会館)	1
東京信用金庫東長崎支店	1
合 計	9

「補助173号線周辺地区」地区計画の一部変更原案を縦覧します

「都市計画道路補助173号線」の整備に伴い、平成17年1月に決定した内容の一部を変更する「地区計画原案」を縦覧し、意見を募集します。変更決定は平成19年3月の予定です。

【変更内容】変更区域(池袋三丁目40番42番、補助173号線の道路境界から20mの範囲)に容積率300%を超える建物を建てる場合に必要、区の「認定手続(手数料2万8千円)を不要にする。

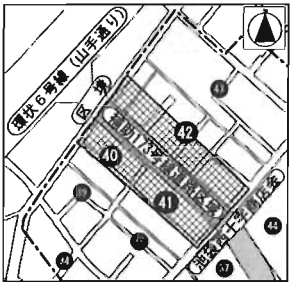
【変更理由】地区計画決定時に

は、173号線道路事業による空地が確保されておらず、300%を超える計画建物の安全性などを判断するため「認定」手続が必要でした。道路事業の進捗にともない、空地も確保され安全性が向上したため、この手続を要しないとして判断しました。

【縦覧期間/場所】8月3日までの開庁時間/都市計画課

【意見書を募集します】変更内容についての意見を募集します。

【提出方法】8月10日(必着)ま



---は地区計画区域 〇は地区計画変更区域

「行政情報公開・個人情報保護審議会委員」を募集します

閩行政情報係 ☎3981・4404

◇対象：4月1日現在、区内に1年以上在住の満20歳以上の方(現在または過去に公務員だった方を除く)。

◇開催回数：年6回程度

◇定員：若干名

◇任期：平成20年7月20日まで

◇報酬：規定による

自転車の事故が増えています

守っていますか!? 自転車にもあります『ルールとマナー』

道路交通法上、自転車も「車両」です。交通ルールを守り、正しいマナーの実行で、安全で快適な地域社会を築いていきましょう。

◇自転車に乗るとき

- 二人乗りや、歩道での暴走などの危険・迷惑な走行は絶対にやめましょう。
- 通常は車道の左側端を、「自転車通行可」の標識がある歩道では車道寄りを通行しましょう。

また、通行する際は歩行者が優先です。ベルを鳴らさず、徐行や一時停止・降車するなど、思いやりのある運転をしましょう。

●「ワイロード」は自転車通行禁止です。必ず自転車から降り、手で押して通しましょう。

●夜間には、自分の存在を相手方に知らせるため、ライトを点灯しなければなりません。

●お子さんを自転車に乗せて出かけるときは、安全のためにヘル

地上デジタル放送に移行

今使っているアナログテレビは、そのまますべて平成23年7月まで見られます

アナログからデジタルへ 詐欺にご用心

平成23年7月に現在のアナログ放送は終了し、完全に地上デジタル放送に移行します。その後は①地上デジタルテレビチューナーを取り付ける②地上デジタル放送対応テレビの使用③デジタル対応のケーブルテレビでの視聴、のいずれかの措置が必要です。

閩総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター ☎0570・07・0101

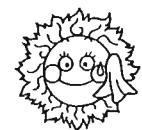
閩消費生活センター ☎3984・5515

光化学スモッグに 注意しましょう

夏は光化学スモッグが発生しやすい季節です。注意報発令中は、外出・屋外運動はできるだけ控えましょう。また、自動車の使用を自粛しましょう。

注意報が発令されると区施設でも垂れ幕・看板で注意を呼びかけています。

閩環境監視係 ☎3981・2771



広告

広告

広告

——新築の半分の費用と工期——

新築そっくりさん

引越し不要 耐震補強 定価制

7月22日(土) その建て替え待った!!

7月23日(日) 豊島区西巣鴨で完成現場見学会

築40年の家が建て替えずに新築同様に生まれ変わりました。耐震補強を施し、玄関を広げ、ゆったりしたLDKを実現。水回り設備や外観も一新しています。

会場/豊島区西巣鴨3丁目(庚申塚駅徒歩5分)

時間/10:00~16:00

当日連絡先/090(9954)4779

お問い合わせ 資料請求

住友不動産

〒163-0230 東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル30F

新築そっくりさん東京東支店 ☎0120-093-709

器門 補専

安心サービス

- ★点検★聴力測定★クリーニング
- ★他社の修理も受付★訪問相談承ります

お手持ちの補聴器で、お困りの方、何でもご相談下さい。

電話 0120-335-113

営業時間 AM9:00~PM6:00(祝休)

JR大塚駅南口 天祖神社前

東京都豊島区南大塚 3-50-4 KY1F

CFT 関こえの相談室 大塚店

身体障害者福祉法取扱店

http://www.pets-co.net/kikoe/

都民の8人に1人が加入する 都民のための保障制度

取扱団体・東京都認可 東京都民共済生活協同組合(都民共済)

都民共済

ご加入者の皆様へ

今年の割戻金は 8月1日

にお戻しいたします。

(3月末日現在ご加入者へ割戻金口座にお戻しいたします。)

お問い合わせ・資料のご請求は

03-3980-0271(代)

■営業時間/9:00~17:00 ■定休日/土・日・祝日

福祉

「ケアハウス菊かおる園」のお知らせ

軽費老人ホーム「ケアハウス菊かおる園」(西巣鴨2の30の19)は4月から社会福祉法人豊島区社会福祉事業団に運営を移管しました。

入所相談・空き状況の問合せを、いつでも受け付けています。ケアハウス菊かおる園に直接連絡してください。

戦没者などの遺族の皆様へ
第八回特別弔慰金の支給手続を受け付けています

戦没者などの死亡当時のご遺族で、平成17年4月1日において公務扶助料や遺族年金などを受け取らない場合に、額面40万円、10年償還の記名国債が支給されます(支給要件あり)。

65歳以上の方へ
豊島区介護保険料特例減額(平成18年度)の申請はお済みですか

生活に困窮し、保険料の納付が困難な方で、次の①～⑥のすべてに該当する方は、当係に必要書類などを確認の上、申請してください。※前年度に該当した方も改めて申請が必要です。

入、現在の世帯の預貯金などが「表1」の基準額以下③本人および世帯員が現に居住している自宅以外の不動産を持つていない※同一住所・同一敷地内に三親等以内の親族が住んでいる場合や電気、ガス、水道料金等を負担し合っている場合は、同一の世帯とみなします。また、介護保険施設に入所している場合は、入所前の世帯で見ます④住民税課税者と生計が同一でない⑤住民税課税者の扶養になつていない⑥保険料に未納がない※ただし未納がある場合は計画的に納付することができるよう。

表1 介護保険料特例減額 基準額		
世帯人数	収入金額(世帯全員の合計)	預貯金額等(世帯全員の合計)
1人世帯	130万円以下	300万円以下
2人世帯	187万円以下	
3人世帯	222万円以下	
4人世帯	257万円以下	
5人世帯以上	1人増すごとに35万円を追加した額以下	

減額内容：第1段階(生活保護受給者を除く)の方は第1段階の半額、第3段階の方は第2段階の保険料額に減額

地域の社会福祉の向上に効果が期待でき、平成18年度中に実施する事業に対して助成金を交付します。

たは持参※ファクスも可◇選考：書類選考など※選考結果は応募者全員に通知

就学相談を実施しています
子どもの心身の発達に悩みの保護者に対する相談を随時行っています。

「青少年問題協議会委員」を募集します
青少年問題協議会は、青少年の指導、育成、保護および矯正に関する総合的な施策について調査審議するとともに、施策を適切に実施するため関係行政機関相互の連絡調整を図る区長の附属機関です。



「区民ひろば懇談会」を開催します
地域の課題について自由に意見交換ができる、区民ひろば懇談会にぜひご参加ください。

悪質キャッチセールス追放キャンペーン
街で突然声をかけられ、強引なセールスストークにのせられ、自分の意志がはっきりしないまま契約をしてしまったことはありませんか。

都営住宅入居者募集
募集内容：①ポイント方式(家族向け)②単身者向け・単身者用車いす使用者向け・シルバーピア住宅③事業再建者向け定期使用住宅

「区民ひろば懇談会」を開催します

悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集



「区民ひろば懇談会」を開催します

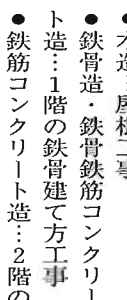
悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集

「区民ひろば懇談会」を開催します

悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集



「区民ひろば懇談会」を開催します

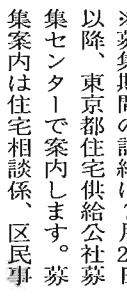
悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集

「区民ひろば懇談会」を開催します

悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集



「区民ひろば懇談会」を開催します

悪質キャッチセールス追放キャンペーン

都営住宅入居者募集

山中湖秀山荘
秋のおすすめ! ご予約はお早めに!!
¥4,000-
http://www.wanshinyado.com

全国伝統的工芸品センター
大切にしたい日本の手しごと、伝統的工芸品。
開館時間 午前11時～午後7時
入場無料
http://www.kougei.or.jp/

福井の伝統工芸士展
8/10(木)～8/22(火)
箱根寄木細工展
8/10(木)～9/5(火)
伝統工芸士と遊ぼう! X
8/24(木)～9/5(火)
あお展
東京手描友禅青年部

六法 法律事務所
池袋西口支部
弁護士 道本 幸伸
豊島区西池袋5-5-21
TEL 03-3590-7566

子ども家庭支援センターのご案内 地域の「子育て・子育て」を応援します！

区内の東西2か所にある「子ども家庭支援センター」は、全ての子どもとその家族が健康で楽しくイキイキと暮らしていけるように、子育て支援活動の核となることを目指した施設です。

事業内容は各種相談をはじめ、保育園・保健所と連携した事業、区民との協働による事業などを行っています。皆さんのご利用をお待ちしています。

関東子ども家庭支援センター
☎5980・5275、
FAX 3576・6240、西
部子ども家庭支援センター
☎5966・3131、FAX
5966・3137

発達相談（予約制）

育児の悩みについての相談や、発達などに関する各種相談、家庭問題などについての相談を受けています。また必要に応じて関係機関との紹介や連携なども行っています。

電話やEメールによる相談も受け付けています。お気軽にご利用ください。

※福祉、臨床心理士などが相談に応じます。

☎東部 kodomo_e@toshima.nip
西部 kodomo_w@toshima.nip

親子遊び広場事業

就学前の子どもと保護者が気軽に立ち寄り、遊びながら、情報交換や相談ができる場所です。土・日曜日にも利用できるように、父親や家族揃っての来館も多くなっています。年齢に応じた交



親子で簡単おやつ作り

一時保育事業

通院やPTA活動、育児疲れの解消が必要な時など、理由に関わらず、お子さんを時間単位でお預かりします（1時間500円）。気軽にご利用下さい。

●事前に予約が必要です。
◇対象：生後10か月～就学前

地域組織化活動

親子遊び広場で、ピアノや歌が得意なお母さんによるミニコンサートや、絵本の読み聞かせなど保護者の特技を活かした活動が好評です。保育に関することはもちろん、絵、パソコン、歌、楽器、手芸、園芸などあなたの持っている特技を活かせる場を提供します。

地域の子育てサークルや仲間づくりを支援するため、多目的室、ミーティングルームの無料貸し出しも行っていきます。

発達支援事業（西部子ども家庭支援センター）

発達支援事業「とむとむ」は、子ども達の健やかな発達を援助します。心身の発達に何らかの問題や障害、心配のあるお子さん、その家庭を対象に個別や集団での遊びを通じ発達に即した適切な援助を行います。また、家族が子育てに自信を持ち、安定した生活ができるよう支援します。

※専門的指導も行なっています。お気軽に相談してください。

グループ指導

少人数のグループに分かれて親子と職員と一緒に遊びながら、興味を広げるきっかけを作ります。（親子通所グループ、毎日通所グループ、幼稚園・保育園通所グループ）

個別指導

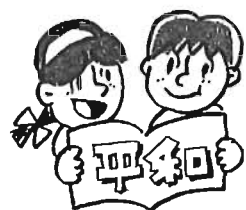
お子さんの発達に合わせて、日常生活をしていく上での具体的な方法を一緒に考えていきます。



ボランティアによる「広場で歌おう！」

区立図書館 平和について考えよう

夏休み中に「平和」をテーマとした
図書展示、映画会などを開催します。



◆中央図書館

平和について考えよう

7月29日(土)～8月24日(木)

◇児童書展示

問当館 ☎3983・7861

◆池袋図書館

平和について考えよう

7月22日(土)～8月24日(木)

◇児童書展示

問当館 ☎3985・7981

◆目黒図書館

平和について考えよう

7月29日(土)～8月24日(木)

◇児童書展示

問当館 ☎3950・7121

◆駒込図書館

なぜあんなに平和

7月29日(土)～8月24日(木)

◇一般書・児童書合同展示

問当館 ☎3940・5751

◆千早図書館

戦争を知ろう

7月29日(土)～8月24日(木)

◇児童書展示など

問当館 ☎3955・8361

◆巣鴨図書館

みんなで考える平和

7月29日(土)～8月24日(木)

◇一般書・児童書合同展示

問当館 ☎3910・3608

◆雑司が谷図書館

親子で考える平和

7月29日(土)～8月24日(木)

◇一般書・児童書合同展示

問当館 ☎3590・1254

◆上池袋図書館

平和について考えよう

7月29日(土)～8月24日(木)

◇一般書・児童書合同展示

問当館 ☎3940・1779



平和について
みんなで話し合ってみよう



としま健康づくり大学 9月開校

いつまでも若々しく！アンチエイジング！

受 講 生 募 集

いつまでも若々しく生活するためには、日頃の健康づくり、健康管理が大切です。

区では「健康推進プラン21」に基づき、壮年期の区民の主体的な健康にかかわる総合的な実践の場として、「としま健康づくり大学」（健康教室）を開校します。

☎健康づくり担当係 ☎3987・4243

健康づくり大学とは

壮年期の区民を対象に、講義と運動実技を組み合わせた総合的な学習の場を提供する健康づくり事業です。また、受講者の皆さんには修了後、地域の健康づくりのリーダー的役割を期待しています。



運動プログラム・ファイトアウト

〈学長紹介〉

財日本スポーツクラブ協会 名誉顧問
小野 喬氏

1931年生れ。21歳～33歳までの12年間体操選手として世界のトップで活躍。オリンピック4回、世界選手権3回出場、東京オリンピック日本選手団主将、選手団旗手、オリンピック選手宣誓。獲得したメダル21個（金7個含）



平成18年度の受講生を募集します

開校期間…平成18年9月2日(土)～平成19年2月17日(土)

◇対象…すべての講座が受講でき、医師に運動を制限されていない40歳～64歳の区民の方。※在勤の方も受講できます。

◇定員…50名

◇受講料…6,000円

☎往復はがき(はがき記入例参照)で8月4日(必着)までに「地域保健課健康づくり担当係」(あて先上部欄外参照)まで。※はがき持参で窓口受付も可。応募者多数の場合は抽選。

はがき記入例

【往復はがき】

①としま健康づくり大学 受講希望	50	□□□□□□
②〒住所		
③氏名(ふりがな)		
④生年月日		
⑤性別		
⑥電話番号		
⑦受講希望理由		

〈住所・氏名を記入してください〉

大学は次のプログラムで構成します

1 講義プログラム(全12回)

◇会場…上池袋コミュニティーセンター(健康プラザとしま7階)

◆公開講座は受講生以外の方にも一般公開いたします。

※各回の公開講座ごとに参加者を募集します。

「としま健康づくり大学」講義日程表

日時など	講座名・講師名
9月2日(土) 午前10時より	開校式、オリエンテーション・体力測定
公開講座 9月6日(木)	〈基調講演〉 スポーツと健康 ミミスイミングクラブ代表 元オリンピック選手/木原光知子氏
9月20日(木)	シェイプアップウォーキング デューク更家公認スタイリスト/築 カレン氏
公開講座 10月4日(木)	おいしく食べよう!和食と健康 女子栄養大学学長/香川芳子氏
10月18日(木)	古くて新しい養生法・気功 常津三敬病院名誉院長/常津良一氏
11月1日(木)	古武術をととした健康づくり 古武術研究家/甲野善紀氏
11月15日(木)	音のリラクゼーション 東京音楽大学講師/澤口遊雲子氏
11月29日(木)	脳力は鍛えれば伸びる 日本ブレインアップジム代表/椋木修三氏
公開講座 12月3日(日) 午後0時30分～4時 区民センター文化ホール	①歯の健康 東京都老人医療センター歯科口腔外科医長/平野浩彦氏 ②笑いの健康 落語家/春風亭小柳枝氏、東京大学4年/國枝明弘氏
12月20日(木)	鍼灸、東洋医学を今の生活に生かそう 豊島区鍼灸師会会長/一の瀬 宏氏
1月17日(木)	インド伝統医学アーユルヴェーダの若返り法 風の木クリニック院長/高橋和巳氏
1月31日(木)	薬と健康食品 医薬情報研究所(株)エス・アイ・シー医薬情報部門責任者/堀 美智子氏
2月7日(木)	いつまでも若々しく! アンチエイジング 東京女子医科大学附属青山自然医療研究所クリニック所長/川嶋 朗氏
2月17日(土) 午前10時より	閉校式

※記載のない講座は午後6時30分～8時30分 上池袋コミュニティーセンター(健康プラザとしま7階)
※講師は変更になる場合があります。

2 運動プログラム(全10回)

平成18年9月16日～19年1月27日

隔週土曜日 午後6～8時

◇会場…池袋スポーツセンター(健康プラザとしま9階)

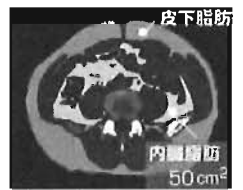
◇内容

- 体力測定(講座の前後に実施)
- 運動の基礎(ウォーキング、筋力運動、ストレッチング)
- 運動メニューづくりおよび実技プログラム…ダンベル、エアロビクス、アクアビクス(プールでの実施となります。水着、水泳帽が必要です)、ヨガ、ピラティス、ファイトアウトなど。
- 健康チェック

講座の前後に血液検査とファットスキャン(内臓脂肪量測定)を実施します。

講座前チェック…8月下旬

講座終了時チェック…2月上旬



〈ファットスキャンの画像〉

基調講演 公開講座

スポーツと健康

この講座は健康づくり大学の受講生以外にも一般公開いたします。どなたでも参加できます。

平成18年9月6日(木) 午後6時30分～8時30分 上池袋コミュニティーセンター(健康プラザとしま7階) ◇100名(受講生を含む)

☎電話で当係へ※先着順。

ミミスイミングクラブ代表

木原光知子氏



講師紹介

16歳で当時最年少選手としてオリンピックに出場。現在もマスターズスイマーとして記録に挑戦中。岡山県出身。

多彩な講師による公開講座 本学の受講生以外の方でも受講できます。

第2回 10月4日



おいしく食べよう!和食と健康
香川芳子氏

第3回 12月3日



①歯の健康
平野浩彦氏



②笑い健康
春風亭小柳枝氏

健康

費用の記載がない事業は無料です

◆区内在勤・在宅栄養士のための栄養技術講習会

7月31日(月) 午後2～5時 池袋保健所3階講堂◇音楽療法を取り入れた病気の予防・治療について◇講師…埼玉医科大学教授／相合久氏

☎当所健康推進課☎3987 - 4361

◆麻しん風しん予防接種費用を負担します

「平成18年4月1日付予防接種法施行令」の改正により麻しん・風しん予防接種の対象年齢が変わりました。
◇対象…区内在住でまだ接種を受けていない2歳以上、小学校就学2年前の子ども◇期間…平成18年4月1日～19年3月31日◇費用…公費負担(任意接種)◇実施方法…池袋保健所にて予診表を受け取り後、区内予防接種実施区医療機関で個別接種※期間内に個人で接種を済ませた方はお問合せください。

☎当所健康推進課☎3987 - 4173



◆介護予防教室

「いつまでも元気に歩き続けるためには」

7月30日(日) 午後2～4時 (株)デサント(目白1-4-8)◇転倒予防やひざ痛予防のために筋力をアップし、転びにくい体づくりの方法を学ぶ◇65歳以上の方◇30名※要予約

☎介護予防担当係☎3981 - 1564

◆高齢者マシントレーニング

8月19日～11月8日 水・土曜日(全24回) 午前10時～11時30分 (株)デサント(目白1-4-8)◇高齢者用トレーニングマシンを使用するの個別プログラムに基づく運動◇「としまおたっしゃ相談」などで運動機能の改善が必要と判定された65歳以上の方◇15名◇7,200円☎各地域包括支援センター

☎介護予防担当係☎3981 - 1564

◆若さを保つすこやか栄養教室

8月22日～11月7日 火曜日(全12回) 午後1時30分～3時 保健福祉部分庁舎(巣鴨4-22-17)◇若さを保つ栄養の取り方を学び、誰でもできる簡単料理を作ります。男性の方もご参加ください◇65歳以上で食事が不規則な方、栄養の取り方に偏りがある方など◇20名◇3,600円※先着順

☎介護予防担当係☎3981 - 1564

認知症予防講演会

各講座への参加説明会も含まれています。講演会とはなでも参加できますので、当日直接会場へ。
◇講座の参加受付もしますので、希望する方は官製はがき1枚を持参してください。講座受講対象…区内在住の65歳以上の方。

☎介護予防担当係☎3981 - 1564

①脳イキイキ教室講演会

「読み書き計算による認知症の予防と改善」
8月2日(火) 午後2～4時 長崎健康相談所◇簡単な音読と計算による認知症を予防する方法について◇講師…くもん学習療法センター／山根直寛氏

②認知症予防グループ活動講演会

パート1「今日からできる認知症予防」
7月27日(木) 午後2～4時 長崎ことぶきの家◇認知症についての話と、旅行、料理などグループ活動による認知症予防活動の説明◇講師…東京都老人総合研究所／釘宮由紀子氏

③認知症予防グループ活動講演会

パート2「もの忘れ予防の秘訣」
8月3日(木) 午後2～4時(午後1時30分開場) 特別養護老人ホーム山吹の里(高田3-37-17)◇旅行、料理などのグループ活動による認知症予防活動の説明◇講師…介護予防担当課長

◆こころの病がある方へ

こころの病がある方が、在宅で治療を受けながら障害を克服して、地域で生活するためには、それを支える支援

が必要です。現在、区内には、公的・私的に支援の輪が広がりつつあり、様々な活動を行っています。

☎直接各施設へ

共同作業所(社会適応等通所訓練施設)

施設名	所在地
染井クリエイト	駒込 7-16-19 ☎5394 - 6533
ハートランドひだまり	北大塚 3-28-10 ☎3949 - 1921
共同作業所オーク	西池袋 1-2-6 ☎5992 - 8287
フレンドシップ	目白 4-13-3 ☎3952 - 3933
グリーンベベ	目白 4-13-11 ☎5982 - 6381
あおぞら作業所	長崎 3-6-18 ☎3972 - 8380
オフィスあおぞら	長崎 3-15-5 ☎3959 - 4508
このはの家	長崎 4-20-8 ☎3972 - 8368
ゆうかりハウス	千早 1-28-9 ☎3554 - 8284
サンハウス	千川 2-37-6 ☎3972 - 2375

小規模通所授産施設

メンタルワークセンター ドンマイ	南長崎 6-34-13 ☎3950 - 5518
------------------	-----------------------------

通所授産施設(就労訓練通所施設)

マイファームみのり	北大塚 3-34-7 ☎3915 - 9051
-----------	----------------------------

地域生活支援センター

地域生活支援センター こかげ	北大塚 3-34-7 ☎3949 - 1990
----------------	----------------------------

保健所

池袋保健所	東池袋 1-20-9 ☎3987 - 4174
長崎健康相談所	長崎 3-6-24 ☎3957 - 1191

8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	乳児健康診査 〈1日目・BCG〉	1・22日(火) 午後1～2時	8日(火) 午後1時30分～2時30分
	乳児健康診査 〈2日目・歯科、栄養指導等〉	3・24日(木) 受付：午後1時～または1時30分～	9日(木) 午前9時30分～10時30分
	1歳6か月児健康診査	4日(金) 午前9～10時	31日(木) 午前9～10時
	3歳児健康診査	29日(火) 午後1～2時	24日(木) 午後1～2時
	歯科衛生相談 〈4歳未満児〉〔予約制〕	3・10・24・31日(木) 午前9時～10時30分	8・22日(火) 午前9時～10時30分
	母親学級〔予約制〕		
	父親学級(両親学級) 〔予約制〕		
	お父さんの育児学級〔予約制〕		
小児ぜん息相談	25日(金) 午前10～11時	図公害保健係☎3987・4220	
おとなの健康	住民健診受診日〔予約制〕 ※対象…31～59歳	2日(火) 午後1時～2時30分	
	住民健診結果	9日(火) 午後1時15分～2時30分	
	食事(栄養)相談〔予約制〕	9日(火) 午後1時30分～3時	23・30日(木) 午後1時30分～3時
	機能訓練「星にねがいを」		
	エイズ検査〔予約制〕 ※結果は検査の一週間後	7・21日(月) 午後1～2時	
	エイズ相談	午前9時～正午、午後1～5時	
デイクア〔要事前相談〕	毎週 水・金曜日		
こころの健康	精神保健福祉相談〔予約制〕	8日(火) 午前10時～正午	
	嗜癮ミーティング(要事前相談)	10日(木) 午後1時30分～3時	
	嗜癮の家族相談〔予約制〕	7日(月) 午前10時～正午	
	ひきこもり家族の会 〔要事前相談〕	17日(木) 午後2時～3時30分	
	〈中央保健福祉センター〉 高齢者こころの相談〔予約制〕	31日(木) 午後1時30分～3時30分 図中央保健福祉センター☎3981・1986	
	その他	飼い犬・飼い猫のしつけ相談 〈池袋保健所〉 24日(木) 午後2～5時 図生活衛生係 ☎3987・4175	

◎9月の住民健診…9月6・20日(木) 午後1時～2時30分 ※対象…31歳～59歳。予約は8月1日(火)から。

8月の母子健康相談はお休みです

休日診療の案内



※受診の際は、健康保険証を必ずお持ちください。 ☎地域保健課管理係☎3987 - 4203

内科・小児科	診療機関	所在地・電話番号	受付時間
休日診療所	池袋休日診療所	東池袋1-20-9 池袋保健所6階 ☎3982 - 0198	日曜・祝日 午前9時～午後9時30分 土曜日 午後5時～9時30分
	長崎休日診療所	長崎2-27-18 ☎3959 - 3385	日曜・祝日 午前9時～午後4時30分
歯科	池袋歯科休日応急診療所	東池袋1-20-9 池袋保健所6階あぜりあ 歯科診療所内 ☎5985 - 5577	日曜・祝日 午前9時～午後4時30分 ※要電話予約

●インターネットによる救急病院案内

※受診可能な救急病院を東京消防庁ホームページで案内しています。

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/>

シックハウス症候群と室内の空気環境

新築やリフォームした住宅などで、目やのど、鼻に刺激を感じる、めまいや頭痛、吐き気などの症状が起こるなど「シックハウス症候群」が問題になっています。おもな原因物質は、住宅の建材・壁紙の接着剤や塗料などから発散するホルムアルデヒドや揮発性有機化合物と考えられています。

・室内空気中の化学物質を減らす工夫をしましょう

近年の住宅は気密性が高く、室内に汚れた空気がたまりやすくなっています。また、室内には、建材・壁紙だけでなく、家具、防虫剤、芳香剤などの日用品からも、多種多様の化学物質が揮発しています。

・刺激臭の強い家具などはなるべく購入しない

・換気をして室内の化学物質をできる

だけ減らすなどの工夫をしましょう

・新鮮な外気の取り入れ方

風が流れるよう、複数の窓や給気口を毎日開放しましょう。また、換気扇を回す場合には、反対側の窓を開放するなど新鮮な外気が入りやすい工夫をしましょう。

・新築やリフォームした住宅に入居する際の注意点

建材や壁紙などの材質や施工方法、換気計画を施工者や販売者に確認しましょう。入居前には、十分な換気が必要です。また、新しい家具やカーテン、カーペットなどを入れた時も換気を心掛けましょう。

保健所では、室内空気環境に関わる相談以外に、室内空気環境測定(有料)の受付も行っています。

☎池袋保健所生活衛生課☎3987 - 4176

まち通信

MACHI PRESS

年齢なんか関係ないわ!
明るく元気に
「健康な肌づくり」美容教室開催

西池袋ことぶきの家で6月20日、お年寄りにもお化粧をして明るい毎日を過ごしてもらおうと、ボランティアで参加の化粧品会社美容部員の方を招いて美容教室が開催されました。最高年齢94歳を筆頭に70～80歳代の方が中心の25名の皆さんが参加され、素肌をきれいにさせるコツやワンポイントアドバイスを熱心に目と耳を向けていました。

講師の美容部員の方が「スキンケアとメイクアップで肌をきれいに見せると、10歳若く見えます」と話しながら、参加者モデルを相手にメイクを実演。モデルを務めた参加者は「若いころ



は戦争ばかりで、こんなふうになんかお化粧をしてもらうのは初めて。口紅や頬紅をつけてもらって若返りました」「とても楽しみにしていました。今日の日を忘れないわ」などと、とても嬉しそう。

その後の実習では、参加者一人ひとりに対して美容部員の方の手ほどきもあり、ほかの男性利用者が教室に興味深げにのぞきこむのを横目に、「まっすぐ帰るのはもったいないわねえ」など、互いに出来栄をほめあうなど、楽しいひと時を過ごしました。

イベント情報

費用の記載がない
事業は無料です

郷土資料館企画展「歩く・聞く・写す」

7月20日(木)～9月10日(日) 午前9時～午後4時30分※休館日は毎週月曜日と第3日曜日◇旧道・旧河川・浮世絵・古地図・言い伝えなどの展示から浮かび上がる現在の生活環境の変化。区民の方から提供の写真(大正～昭和40年代)も展示。

●展示談話会

7月22日(土)、8月19日(土) 午後2時～3時30分◇見学者と当館学芸員が対話をしながら展示を見学。※事前申込み不要。 問当館☎3980・2351

庁舎ロビーコンサート「声楽二重唱」

7月26日(水) 午後0時15分～45分 区役所本庁舎ロビー◇演奏/東京音楽大学学生 問文化芸術係☎3981・1270



口腔ケア教室

「お口の健康で、体も元気～よく噛み・よく食べ・よく話し」

7月28日(金) 1時30分～3時 区民ひろば巣鴨(旧南大塚ことぶきの家)◇歯周病、入れ歯の話などを取り入れながら、口腔ケアについて話します※当日直接会場へ。 問当館☎5976・4399

リサイクルフリーマーケット開催
出店者も募集しています

7月29日(土) 午前11時～午後2時 仰高小学校体育館※買い物袋・スリッパ持参。駐車場なし。
●出店希望の方は、下記へ問い合わせてください。
問東京マンション・コミュニティセンター 田島☎3590・5015、エコライフ啓発係☎3981・1602

安全・安心

間もなく夏休みを迎えます。各地で花火大会などのイベントや、旅行する機会も増えるなど、開放的な雰囲気にも身も心も軽くなりがちです。事故などに遭わず、夏休みを楽しみ過ごすために、次のことに注意しましょう。

①深夜の外出はしない

深夜の街中は危険で、様々な誘惑に溢れており、犯罪に巻き込まれる可能性が非常に高くなります。午後11時以降の青少年の外出は都条例で制限されています。保護者の方も、深夜の外出について注意を払うとともに、「なぜ夜遊びをしてはいけないか」を子どもに説明できるよう普段から信頼関係を築いてください。

②ドラッグには手を出さない

覚せい剤はもちろん、街中で簡単に手に入る脱法ドラッグなどには絶対に手を出してはいけません。「やせられる」「気持ちよくなる」などと、

夏休みの過ごし方

時には親しい友人から勧められるかもしれません。

しかし、ドラッグは一度でも手を出したらやめられなくなります。勇気をもって断りましょう。

③出会い系サイトの利用には十分な注意を払う

出会い系サイトの利用をきっかけとした連れ去り、暴行、傷害事件などが発生しています。夏休みには自由時間が増えると思いますが、このようなサイトを安易に利用することは避け、犯罪に巻き込まれないよう注意してください。

最近頻発している子どもを被害者とする悲惨な事件の防止には、地域ぐるみで子どもを守ることが必要です。「買い物で」「散歩で」に子どもの安全に目を光らせてください。

問危機管理担当課☎3981・1467

官公署だより

◆特別区人事委員会

①Ⅲ類・Ⅰ類技術職 受験希望者対象の個別説明・相談会

8月4日(金)～8月11日(金) 午前10時～午後4時※平日のみ 東京区政会館3階(千代田区飯田橋3-5-1)◇Ⅲ類、Ⅰ類技術職(土木造園・建築・機械・電気)受験希望者を対象とした、職員による個別説明・相談会◇当日直接会場へ。

②23区の資料展示会

7月31日(月)～8月11日(金) 午前9時～午後4時30分 東京区政会館3階(千代田区飯田橋3-5-1)◇各区PRポスター、写真などの展示※当日直接会場へ。 問当会事務局任用課採用係☎5210・9787

アトリエ村資料室ワークショップ
「友禅染めを知る～オリジナルハンカチを作って染め物を知ろう」(全2回)

8月20日・27日(日) 午後1～4時 西部区民事務所◇アトリエ村に住む友禅作家による友禅染めについての話と染めの工程の一部を体験、オリジナルハンカチを作成◇講師…東京友禅作家/椿 逸雄氏◇15名※応募者多数の場合抽選◇3,000円(材料費)

往復はがき(8面はがき記入例参照)で8月6日(必着)までに、「〒171-0044 千早2-39-3 西部区民事務所3階アトリエ村資料室」へ。※8月中、アトリエ村資料室は上記の日程以外は休室。 問当資料室☎3954・0719(土・日のみ)、文化芸術係☎3981・1270(平日)

絞り染めシルクスカーフづくり

8月22日(火) 午後1時30分～3時30分 区民ひろばさくら第一(旧南長崎第二ことぶきの家)◇小学3年以上◇20名◇600円(材料費)往復はがき(8面はがき記入例参照)で8月1日～10日までに直接当館窓口へ。 問当館☎3950・8676

第60回 南大塚ホール落語会

8月31日(木) 午後6時30分開演◇出演…開口一番/柳家小きち、落語/柳家さん弥、橋家圓十郎、橋家富蔵、柳亭左楽、漫才/ロケット団◇一般前売券900円、友の会会員800円、当日券1,000円※チケ

◆東京消防庁

「新米パバママ応急手当講習会」

8、10、12、2月の第2日曜日 午前11時～正午、午後2時30分～3時30分 池袋防災館◇誤飲に対する異物除去方法など◇各回5組※要予約 問池袋防災館☎3590・6565

◆東京都教育庁

中学校卒業程度の認定試験

11月6日(月) 東京都就学相談室(渋谷区笹塚1-26-9)◇対象…病気など、やむを得ない理由で義務教育を受けることを猶予・免除された方、または卒業できなかった方や外国籍の方で、平成19年3月31日までに満15歳以上になる方◇合格者には、高等学校への入学資格が与えられます。◇願書受付日時など…8月25日～9月12日(必着)までに文部科学省生涯学習政策局生涯学習推進課へ。 問当庁学務部義務教育心身障害教育課小中学校係☎5320・6752

ットは7月30日(日)から、としまみらいチケットセンター、各地域文化創造館、勤労福祉会館で発売。障害のある方には優先席あり。

問南大塚地域文化創造館☎3946・4301

講演・講習

◆「NHK日曜美術館30年展」記念文化講演会

8月19日(土) 午後7時開演 南大塚ホール◇講師…多摩美術大学教授/中村隆夫氏◇300名往復はがき(8面はがき記入例参照)で8月7日(必着)までに「〒170-0005 南大塚2-36-1 南大塚地域文化創造館」へ。はがき持参で当館窓口で申込みも可。※応募者多数の場合は抽選。参加者には当展覧会の入場券を1人1枚進呈。 問当館☎3946・4301

◆豊島区日中友好中国語教室

9月4日～平成19年2月19日 月曜日(全20回) 午後6時30分～8時 生活産業プラザ◇入門クラス◇入会金2,000円、受講料26,000円、テキスト代1,500円 往復はがき(8面はがき記入例参照)で8月25日(必着)までに「〒171-0051 長崎2-26-17 豊島区日中友好協会事務局 堀口」へ。 問当事務局 堀口☎3955・2685、観光事業係☎5992・7069

イベント情報

7面から続く
費用の記載がない事業は無料です

◆こども環境学習講座～見て・聞いて・体験して～みんなつながる地球の仲間「こどもエコ体験隊」隊員募集

- ①サンゴ礁に会いに行こう！～サンシャイン国際水族館を見学 9月16日(土) 午前10時から
- ②もったいないは地球を救う～フリーマーケット体験 10月14日(土) 午後2時から
- ③「たったひとつの地球」を学ぼう～五感を使ったネイチャーゲーム 11月11日(土) 午後2時から
- ④もっと知りたい水と水道の歴史～東京都水道歴史館を見学(親子参加) 12月9日(土) 午後1時30分から
- ⑤楽しい実験「排出ごみから電気を考えよう」～身近なものから電気を考える 1月13日(土) 午後2時から
- ◇会場は豊島清掃事務所ほか◇区内在住、在学の小学3～6年生で全日程参加できる方◇30名◇費用…傷害保険料、施設使用料、交通費など各自負担☎はがき・ファクス(はがき記入例参照。学校名・学年・保護者氏名も記入)で8月11日(必着)までに「環境課環境管理係」(あて先上部欄外参照)へ※応募者多数の場合は抽選。
- ☎当係 ☎3981・2690 ☎5950・0803

◆2級ヘルパー養成研修受講生募集

- 講義・演習(計100時間)／9月1日～10月15日 平日…午後6～9時、土・日・祝日…午前9時～午後5時
- 実習(計30時間)／10月16日～11月27日の期間で平日昼間を中心に5日間 特養ホームアトリエ村ほか◇20名◇71,700円(受講料、テキスト代)◇主催／豊島区社会福祉事業団☎所定の用紙(事業団へ請求)を8月10日(必着)までに「〒171-0022 南池袋2-46-13 豊島区社会福祉事業団」へ。
- ☎当事業団 ☎5960・1920、高齢者福祉課管理係 ☎3981・1749

オープンスクール開講

- 区と専修学校・各種学校との共催で、公開講座を開催します。申込みは直接電話で各学校へ。
- ☎生涯学習係 ☎3981・1189
- 葬祭セミナー 8月5日(土) 午後2時～4時30分◇学生・一般対象◇80名◇1,000円
- ☎駿台トラベル&ホテル専門学校 ☎3946・1211
- 英語マジックワールド ～子どもたちの英会話塾 ①8月18日(金)、②8月26日(土) いずれも午後1時～2時30分◇年中児、年長児、小学1・2年生対象◇30名◇1回500円
- ☎日本外国語専門学校 ☎3365・6141



スポーツ

◆第33回 区民グラウンドゴルフ大会

8月5日(土) 午後4～8時 総合体育場※雨天の場合は8月12日(土)◇区内在住・在勤・在学の方とその家族(小学5年生以上) ◇800円◇運動できる服装・運動靴※用具の貸出しあり。当日参加も可◇主催／レクリエーション協会、共催／豊島区

☎8月4日(金)までにグラウンドゴルフ協会 中村 ☎3918・1014、スポーツ振興係 ☎3981・1334

◆ラジオ体操講習会

8月8日(火) 午後7時から 巣鴨小学校体育館◇ラジオ体操第一、第二、みんなの体操および健康体操の指導◇どなたでも(小学校低学年は保護者同伴)※上履き持参◇当日直接会場へ◇主催／レクリエーション協会

☎スポーツ振興係 ☎3981・1334

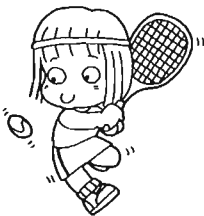
◆障害者スポーツ講習会「水泳教室」

8月9日(水)・16日(水) 午前9時30分～11時30分 西池袋温水プール◇区内在住で、身体障害者手帳、愛の手帳をお持ちの3歳以上の方とその介護者※医師から水泳を禁止されている方は不可◇50名※要予約、先着順☎電話で開催日の1週間前までに、「心身障害者福祉センター」へ。

☎当センター ☎3953・2811 ☎3953・9441

◆総合体育場 テニス教室

①キッズテニス教室(4～6歳) 木・金曜日(全8回)／午後3時20分から◇11,200円、土曜日(全6回)／午前10時20分から◇8,400円◇いずれも60分



②ジュニアテニス教室(小学生) 木・金曜日(全8回)／午後4時30分から◇14,000円、土曜日(全6回)／午前9時から◇10,500円◇いずれも75分

③U-21テニス教室(中学生～21歳以下) 木・金曜日(全8回)／午後5時50分から◇16,800円、土曜日(全4回)／午後5時50分から◇8,400円◇いずれも90分

④一般テニス教室(昼間・中学生以上) 木曜日(全8回)／午前11時から・午後1時から、金曜日(全8回)／午後1時から◇いずれも16,800円◇土曜日(全6回)／午前11時25分から◇12,600円◇いずれも90分

⑤一般テニス教室(夜間・中学生以上) 木・金曜日(全8回)／17,640円、土曜日(全4回)／8,820円◇いずれも午後7時25分～90分

としま未来文化財団

チケット購入・友の会入会申込みは☎3590・5321 としま未来文化財団チケットセンターへ。
http://www.toshima-mirai.jp

チケット好評発売中!! としま区民芸術祭

◎池袋演劇祭オープニング公演

「としま能の会」 9月1日(金) 午後6時30分開演 東京芸術劇場中ホール◇S席3,300円、A席2,800円。全席指定(友の会割引あり)

◎としま区日本舞踊家集団

「華麗なる彩り」 9月2日(土) 午前11時30分開演 東京芸術劇場中ホール◇一般3,000円 全席自由(友の会割引あり)◇「としま未来へ」を舞台で踊る区内小学生参加者募集◇練習日…8月20日(日)、下さらい…8月28日(月)☎7月31日(月)までに、電話で当財団 ☎3590・7118へ

◎区民参加によるアートステージ

落語VSオペラ「死神」 9月3日(日) 午後2時開演 東京芸術劇場中ホール◇脚本…今村昌平、作曲…池辺晋一郎、指揮…坂本和彦、落語…柳家小三治、ソプラノ…醍醐園佳 ほか◇S席3,500円、A席3,000円 全席指定(友の会割引あり)

①～⑥いずれも◇木曜日コース／8月3日～9月28日、金曜日コース／8月4日～9月29日、土曜日コース／8月5日～9月30日開催◇14名※先着順

◎O-55テニス教室(55歳以上)

8月4日～9月29日 金曜日(全8回) 午前11時から90分◇1回2,100円◇14名※先着順

☎いずれも往復はがき(はがき記入例参照。⑥の教室は希望日も記入)で7月27日(必着)までに「〒170-0013 東池袋4-41-30 総合体育場」へ。はがき持参で窓口申込み可。

☎当体育場 ☎3971・0094

◆雑司が谷体育館

8月教室2か月コースのご案内

①ボディヒーリング教室(全8回) 水曜日コース／午後2時45分から60分◇7,140円

②ボディコンバット教室(全8回) 金曜日コース／午前9時45分から、土曜日コース／午後1時25分から60分◇7,140円

③アクアビクス教室 月曜日コース(全6回)◇午前10時10分から◇4,470円、土曜日コース(全8回)◇午後1時40分から◇7,140円◇各回60分 ※各教室をその他曜日も実施しています。

また、大人気のヨガ教室・水泳教室なども実施しています。

☎当館 ☎3590・1252

◆第46回 区民陸上競技大会

10月1日(日)※雨天決行 午前9時競技開始 国立霞ヶ丘競技場(JR中央線千駄ヶ谷駅徒歩10分)◇区内在住・在勤・在学の方(小学1年生以上)◇競技種目／

◎「水ノ江友吏子のオペラの花道」

9月8日(金) 午後7時開演 東京芸術劇場小ホール1◇「ある晴れた日に」、「庭の千草」ほか◇一般3,500円 全席自由

◎「ブラボー！スイングジャズルネッサンス Part 5」

藤家虹二クインテット

9月9日(土) 午後6時開演 東京芸術劇場小ホール1◇一般5,500円 全席指定

◎「池袋 Jazz in Tokyo 2006」

9月10日(日) 午後1時・5時30分開演 東京芸術劇場小ホール1◇一般・昼3,500円、夜3,800円、通し6,300円 全席自由(友の会割引あり)

お知らせ

◆～都市の芸術祭「TOKYO 池袋国際アートフェスティバル2006」

国内外アーティストと住民の地域協働型イベント①7月29日(土)～8月7日(日) 旧高田小学校、勤労福祉会館ほか◇日本現代アートの作品展示②7月29日(土)・30日(日) 池袋西公園・東池袋中央公園◇英国アーティストによるライブイベント
HP http://www.artfes-ikebukuro.org

①トラック競技…50m・100m・200m・400m・800m・1,500m・3,000m・5,000m・リレーほか②フィールド競技…幅跳び・高跳・砲丸投げ・ソフトボール投げ※出場はリレーを除き1人2種目まで◇小・中学生300円、高校生以上500円、リレー1チーム1,000円☎9月8日(金)までに参加費を添えて直接「学習・スポーツ課」へ

☎スポーツ振興係 ☎3981・1334

けやき 高齢者の施設から

◆要町ことぶきの家

としま出前講座 「季節にあう食事」

7月28日(金) 午後2～3時◇高齢者の四季折々の健康について※試食あり。

☎当館 ☎3959・2281

募 集

◆国民健康保険料収納推進員(非常勤職員)

10月1日現在、20歳以上64歳以下で区内または近隣区に在住の方◇戸別訪問による国民健康保険料の収納、届出書受理など◇月15日勤務◇基本月額88,200円と能率給(合計支給上限額242,600円)◇10月1日～平成19年9月30日まで(更新あり)◇若干名◇選考…第1次(作文)／8月20日(日) 午前10時～正午、第2次(面接)／9月3日(日)☎所定の申込書を7月28日(必着)までに「国保年金課国保収納係」へ。郵送可。※申込書は当課、区民事務所で配布。区ホームページ(アドレス1面上部欄外参照)からもダウンロードできます。

☎国保収納係 ☎3981・1295

「こちら豊島区役所です!」 としまテレビで放送中

毎日4回(午前7時45分、午後0時45分、5時45分、10時45分)各15分放送

8月の主な番組
知ってる?としま きて・みて・やって／豊島みずく資料館 区長のはい! お答えします／「心も踊るクラシックバレエ」公演 行政トビックス／おたっしや給食事業
※区ホームページ(アドレス1面上部欄外参照)からもご覧いただけます。
※放送した番組のビデオテープを貸し出しています。
☎報道係 ☎3981・4122

人口と世帯 平成18年7月1日現在 ※()は前月比

人口総数	住民基本台帳による人口	外国人登録人口	世帯数(住民基本台帳)
255,017(+208)	239,995(+236)	15,022(-28)	138,358(+175)
男127,866			
女127,151			

宿泊施設ご利用案内 どなたでもご利用になれます

- ご予約の受付
●区内在住、在勤、在学の方／利用日の6か月前から
●区外の方／猪苗代四季の里…利用日の3か月前から
山中湖秀山荘…利用日の4か月前から

猪苗代四季の里予約センター

☎0120・178・467
受付時間…午前9時～午後8時(年中無休)
※インターネットからも予約できます。
☎http://www.shiki-no-sato.com

山中湖秀山荘予約センター

☎0120・844・891
受付時間…午前10時～午後6時(年末年始を除く年中無休)
※インターネットからも予約できます。
☎http://www.anshinyado.com

☎文化施設課 ☎3981・4623

はがき記入例

【はがきの裏】

- 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。