

講演・講習



高齢者のための スマートフォン入門講座

①6月23日(木)、8月4日(木) 午後1時～2時30分、②7月4日(月) 午後1時～2時30分 ①高田介護予防センター、②東池袋フレイル対策センター◇基本操作や、コミュニケーションをとるための方法を学び、フレイル予防や認知症予防につなげる◇60歳以上の都民◇各10名
■6月3日から各開催日の1週間前までに電話で東京都スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎5348-2735 (平日午前9時～午後5時)へ※応募者多数の場合は抽選。

出張 認知症カフェ

6月24日(金) 午前10時～11時30分 としまみどりの防災公園(IKE・SUN PARK) イートグッドプレイス◇認知症に関するちょっと気になることの相談や予防の情報発信の場。好きな切り抜きを選び、今日の自分を表現するカラーセラピー。子ども向けワークショップもあり。誰でも参加可◇20名◇ワークショップ(お菓子代含む)300円
■6月3日から電話で介護予防・認知症対策グループ ☎4566-2433へ※先着順。

起業に役立つセミナー「資金調達の基本と事業計画の作り方」

7月26日(火) 午後2～4時 オンライン◇講師…税理士/湊 義和氏◇起業を考えている方、創業して間もない方◇30名
■6月3日から電話で東京商工会議所豊島支部 ☎5951-1100へ※先着順。

大塚ろう学校学校公開講座

8月23日(火)・25日(木) 午前10時～午後0時30分 当校(巣鴨4-20-8)

◇初心者向け手話講座◇10名**■**6月10～16日の間に申込み。詳細は当校ホームページ <http://www.otsuka-sd.metro.tokyo.jp/>参照。
■当校 ☎3918-3347

スポーツ



第92回 夏季グラウンド・ゴルフ大会

6月25日(土)※予備日7月10日(日) 午後3時から 総合体育場◇区内在住、在勤の方◇800円◇運動できる服装・靴で参加(用具の貸出あり)。
■電話で6月3～11日の間に豊島区グラウンド・ゴルフ協会 寺田 ☎3953-5613へ。

区民白ギス釣大会

7月10日(日)※雨天決行 午前7時集合 東京メトロ東西線浦安駅下車、船宿「吉野屋」集合◇白ギスの総重量(竿などの制限あり)で競う◇区内在住、在勤の方とその家族◇52名◇10,000円◇竿、仕掛け、クーラー、弁当、水筒、雨具など持参。
■電話で6月29日までに豊島区釣友連合会事務局 今成 ☎090-3229-1079へ※先着順。

第15回ジュニアゴルフ教室

7月17日(日) ①午前10時30分～正午、②午後1時30分～3時 スポーツワークショップピーウォッシュ(長崎5-1-23)◇プロコーチ/佐々木 孝則氏◇区内在住、在学の小学生～高校生※②は経験者のみ◇各16名◇1,000円◇ゴルフクラブ、手袋、運動靴、動きやすい服装。
■電話で6月3～30日の間に豊島区ゴルフ協会事務局 松澤 ☎3957-6543 (株)ピーウォッシュ内)へ※先着順。

キッズ講習無料体験会

①キッズダンス…7月5日(火) 午後4時～4時45分②かけっこ教室…7

月2・16日 土曜日 午後2時30分～3時15分◇講師/①高田朝美氏②高田 卓氏◇①小学1～6年生②小学1～3年生(1・2年生は付添要)いずれも、としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇各回15名◇運動のできる服装、室内用運動靴
■持参**■**6月3日から2次元コードで申込み※先着順。
■当館 ☎3980-3131



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。

介護予防による地域づくり推進員 (会計年度任用職員)

地域包括支援センター職員などへの介護予防・自立支援に関する技術的支援ほか◇**応募資格**…令和4年8月1日現在、理学療法士および作業

療法士法に定める免許を取得した理学療法士または作業療法士◇**任期**…8月1日～令和5年3月31日(更新あり)**■**所定の申込書(高齢者福祉課で配布。区ホームページからダウンロードも可)と資格を証明する書類、課題作文、面接調書を6月23日(必着)までに当課窓口へ持参か簡易書留で郵送。
■当課管理グループ ☎4566-2429

お詫びと訂正

5月21日号情報版4面「ヒアリングフレイルチェックについて」の記事の中で、会場名に誤りがございました。正しくは、以下の通りです。

| 日程 | 会場 |
|----------|-------------|
| 6月13日(月) | 区民ひろば 朋有 |
| 7月13日(水) | 区民ひろば 西巣鴨第一 |

集客プロモーションパートナー都市 長野市 / 7年に一度の盛儀“善光寺御開帳”

6月29日(水)まで◇絶対秘仏である御本尊の御身代わり「前立本尊」を本堂に迎えて行う「善光寺前立本尊御開帳」が開催中。
■当市観光振興課 ☎026-224-8316



※期間中は善光寺周辺や道路が渋滞します。交通情報専用サイトを活用してください。
■当市交通政策課 ☎026-224-5012



健 第1期分の元気向上プログラムの参加者を募集!

◇区内在住の65歳以上の方。

①**高齢者マシントレーニング**…筋力・筋持久力・柔軟性を高める効果を持つマシンを体験することで運動の楽しさを知り、日常生活の中で運動を継続するきっかけとします。

| 会場 | 実施日 | 曜日 | 時間 | 費用 | 定員 |
|--------------------|----------|----|---------------|------|-----|
| 池袋スポーツセンター(上池袋2丁目) | 7月12～26日 | 火 | 午後2時15分～3時45分 | 600円 | 15名 |

②**筋力アップ教室**…椅子に座った状態を基本に、簡単な用具を使用して足腰の筋力アップに効果のある体操の体験講座です。

| 会場 | 実施日 | 曜日 | 時間 | 費用 | 定員 |
|--------------------|---------|----|------------|------|-----|
| 池袋スポーツセンター(上池袋2丁目) | 7月8～22日 | 金 | 午後2時～3時30分 | 600円 | 25名 |

いずれも最終日はフレイルチェック。

■電話で6月15日までに介護予防・認知症対策グループ ☎4566-2434へ※応募者多数の場合は抽選。6月29日までに案内を発送(重複申込み不可)。



人口と世帯

令和4年5月1日現在
 ※()は前月比

| | 人口総数 | うち外国人数 | 世帯数 |
|---|---------------------|--------------------|---------------------|
| | 285,368 (+1,773) | 25,440 (+1,497) | 178,615 (+1,799) |
| 男 | 143,005 | | |
| 女 | 142,363 | | |

広告

広告 (内容は各広告主に問い合わせてください)

広告

お葬式勉強会

介護利用を考える

2022年6月18日(土)
 午後2時～3時
 状況により開催中止もあります

としま区民センター 会議室502
 東京都豊島区東池袋1-20-10
 入場無料
 席は10名様位、予約は電話で

ソア遺言バンク(株)公営社
 ☎0120-556-847

積水ハウスグループのサービス付き高齢者向け住宅

グランドマスト大塚駅前

JR山手線「大塚」駅 徒歩4分の好立地
 都電荒川線も利用できます

ご夫婦でも住める 広いお部屋 (お部屋により異なります)

手作りの温かい食事サービス (有料・選択制)

生活支援スタッフが日中常駐 (夜間は警備会社対応)

入居一時金 礼金 更新料 不要 (敷金・仲介手数料は必要)

浴室・キッチン・床暖房完備 ※共益費・サービス費込
1R 175,500円から

内覧会日以外の日程でも随時見学受付中

ご予約お問合せ資料請求
積水ハウス不動産東京株式会社 ☎0120-815-823
 国土交通大臣(12)第2250号(公財)日本賃貸住宅管理協会 東京都渋谷区代々木2-1-1新宿マインズタワー 受付時間/9:00～18:00 定休日/土日祝日

予約制 個別内覧会

6月13日(月)

①10:30～ ②13:00～ ③15:00～
 ※お申込み締切 前日の18:00まで

食堂ではバランスのとれたお食事をお召し上がりいただけます。(予約制)
 ※朝食540円・夕食880円(税込)

「グランドマスト大塚駅前」東京都豊島区北大塚1-13-10

■類型/サービス付き高齢者向け住宅(登録番号16021) ■所在地/東京都豊島区北大塚1-13-10 ■交通/JR山手線大塚駅徒歩4分・都電荒川線大塚駅前徒歩4分・都営三田線巣鴨駅徒歩10分 ■総戸数/78戸 ■募集戸数/34戸 ■入居時費用/敷金:資料の1ヶ月分、仲介手数料:資料の1.7ヶ月分(税込) ■月額費用/121,000円～309,000円、共益費:21,500円、生活支援サービス費:33,000円・2人入居49,500円(税込) ■専有面積/25.84㎡(1R)～63.03㎡(2LDK) ■契約形態/普通賃貸借契約 ■取引形態/仲介 ■設計・施工/積水ハウス株式会社 ■仲介/株式会社イイチ ■家主/積水ハウス不動産東京株式会社 ■広告有効期限:2022年6月末