

## くらし等

### マイナンバーカード 取得促進キャンペーン

東・西区民事務所…9月30日(金)まで、**区役所本庁舎3階304会議室**…令和5年3月31日(金)まで いずれも平日午前9時～午後4時30分(年末年始除く)◇マイナンバーカード交付申請書の記入サポート、申請用写真の撮影(無料)、参加した方には、IKEBUS 1日乗車券(引換券)とキョウ荘グッズをプレゼント※数量限定。内容は予告なく変更になる場合あり

◇**持ち物**…ID付申請書または通知カードなどマイナンバーがわかるもの(いずれも持ってない方はID付申請書を別窓口でお渡しします。要本人確認書類持参)。**豊島区**マイナンバーコールセンター☎3981-1122(午前9時～午後5時※祝日・年末年始を除く)



## 健康

### メタボリックシンドローム予防教室～自分の体を好きになる～

9月6日(火) 午後1時30分～4時 長崎健康相談所◇体組成測定(体重・筋肉量・体脂肪量・基礎代謝量)・メタボリックシンドロームの予防や食事の話、メニューの紹介・運動実技。講師…ヘルスケアトレーナー◇渡辺妙子氏◇区内在住、在勤、在学で医師に運動の制限をされていない方(65歳未満の方優先)◇10名

🏠8月3日から電話かファクスで「長崎健康相談所☎3957-1191、📠3958-2188」へ※先着順。  
としま健康長寿2022  
11月12日(土) 午後2～4時 帝京平成大学沖永記念ホール(東池袋2-51-4)◇健康長寿のお手本となる方を表彰◇令和3年12月末時点で80歳以上で歯が20本以上ある方🏠8月31日までに豊島区歯科医師会会員の歯科医院で無料検診を受診のうえ申込み。  
🏠当区歯科医師会☎3946-7696、地域保健課管理グループ☎3987-4203

## 令和4年度学校参観週間一覧

学習に取り組む子どもたちの様子をぜひご覧ください◇上履き持参。マスク着用🏠当日直接会場へ。受付で記名※新型コロナウイルスの感染状況により実施期間、公開時間は変更する場合があります。詳細は各校に問い合わせてください。  
🏠指導課庶務・事業グループ☎3981-1145

幼稚園			
幼稚園名	実施期間	公開時間	備考(時間は各学校にご確認ください。)
西葉鴨 ☎3915-8131	9月21日(水)・22日(木)	午前9時20分～11時20分	運動会/10月22日(土)、展覧会/12月7日(火)
池袋 ☎3986-8233	9月27日(火)・28日(水)	🏠午前9時20分～11時、(水)午前9時20分～10時20分	運動会/10月15日(土)、展覧会/12月3日(土)
南長崎 ☎3950-2861	9月15日(水)・16日(木)	午前9時20分～11時	運動会/10月8日(土)、展覧会/12月3日(土)

小学校				
学校名	実施期間	公開時間	備考(時間は各学校にご確認ください。)	道徳授業地区公開講座
仰高小 ☎3918-2325	9月7日(水)～10日(土)	(水)午前8時25分～11時55分、(木)午前8時40分～午後0時10分、(土)午前8時40分～11時20分	土曜授業/9月10日、12月3日、運動会/10月15日(土)、学習発表会/11月11日(金)・12日(土)	9月10日(土)
駒込小 ☎3918-5691	9月10日(土)～15日(水)※11日(日)除く	午前9時35分～午後0時15分 ※(土)午前8時45分～11時25分	土曜授業/9月10日、10月8日、11月5日、12月3日、音楽会/11月25日(金)・26日(土)、駒桜マラソン/2月18日(土)	9月10日(土)
巢鴨小 ☎3946-9551	9月6日(火)～9日(金)	午前8時35分～午後0時5分 ※(水)午前8時35分～午後0時15分	土曜授業/9月10日、11月5日、運動会(短距離走・団体競技)/10月8日(土)、音楽会/11月26日(土)、展覧会/1月21日(土)	9月10日(土)
清和小 ☎3918-2605	9月10日(土)～14日(水)※11日(日)除く	(土)午前8時35分～正午、(月)～(水)午前8時45分～午後0時15分、(水)午前8時35分～午後0時5分	土曜授業/9月10日、11月12日、12月3日、学習発表会/10月21日(金)・22日(土)	9月10日(土)
西葉鴨小 ☎3918-6345	9月10日(土)～16日(金)※11日(日)除く	午前9時35分～11時25分 ※(土)午前9時20分～10時55分	土曜授業/9月10日、11月12日、運動会/10月1日(土)、音楽会/12月2日(金)・3日(土)	1月21日(土)
豊成小 ☎3918-2315	9月27日(火)～30日(金)	午前8時30分～午後0時15分	土曜授業/9月17日、10月15日、11月5日、HOUSE展/1月27日(金)・28日(土)	10月15日(土)
朋有小 ☎3987-6275	9月5日(月)～10日(土)	午前8時35分～午後0時5分	土曜授業/9月10日、10月15日、11月5日、12月17日、音楽会/12月1日(水)～3日(金)、朋有フェスティバル/1月27日(金)・28日(土)	9月10日(土)
朝日小 ☎3918-2339	9月10日(土)～15日(水)※11日(日)除く	午前8時45分～午後0時15分	土曜授業/9月10日、11月5日、学習発表会/10月7日(金)・8日(土)	9月10日(土)
池袋第一小 ☎3982-0171	9月14日(水)～20日(火)※17日(土)～19日(祝)除く	午前8時45分～11時25分	土曜授業/11月12日、新校舎落成式/9月17日(土)※保護者はオンライン参観、地域への公開はなし、学芸会/10月28日(金)・29日(土)	1月21日(土)
池袋本町小 ☎3986-7166	9月5日(月)～9日(金)	午前9時40分～午後0時20分	土曜授業/9月10日、11月5日、運動会/10月14日(金)・15日(土)、学習発表会/12月2日(金)・3日(土)	1学期実施済
池袋第三小 ☎3984-8501	9月7日(火)～9日(木)	午前10時40分～11時25分、午後1時30分～2時15分 ※(水)午前10時30分～11時15分、午後1時10分～1時55分	土曜授業/9月10日、10月15日、11月5日、12月3日	9月10日(土)
池袋小 ☎3986-2858	9月8日(水)～10日(土)	午前8時35分～午後0時5分 ※(土)午前8時30分～午後0時10分	土曜授業/9月10日、10月15日、11月5日、学習発表会/11月25日(金)・26日(土)	9月10日(土)
南池袋小 ☎3987-6278	9月6日(火)～10日(土)	(火)午前9時40分～午後0時25分、(水)～(金)午前9時20分～午後0時5分、(土)午前8時30分～11時15分(月)午前10時40分～午後2時10分、(水)午前10時30分～午後2時、(水)午前10時30分～午後1時50分、(土)午前8時35分～11時	土曜授業/9月10日、11月5日、12月3日、研究発表会/10月28日(金)	1学期実施済
高南小 ☎3987-6266	9月10日(土)～14日(水)※11日(日)除く	午前8時45分～午後0時15分	土曜授業/9月10日、10月1日、11月12日、運動会/10月22日(土)、展覧会/1月27日(金)・28日(土)、音楽会/2月24日(金)・25日(土)	9月10日(土)
目白小 ☎3987-4801	9月12日(月)～16日(金)	午前8時45分～午後0時15分	土曜授業/9月3日、11月12日、運動会/10月8日(土)、学習発表会/12月2日(金)・3日(土)、研究発表会/1月24日(火)	9月3日(土)
長崎小 ☎3956-8146	9月13日(火)～17日(土)	午前9時35分～午後0時15分 ※(土)午前9時20分～11時50分	土曜授業/9月17日、11月12日、12月3日、運動会/10月8日(土)、学習発表会/1月27日(金)・28日(土)	11月12日(土)
妻小 ☎3956-8151	9月20日(火)～22日(木)	午前8時40分～午後0時10分	土曜授業/9月17日、11月5日、12月10日、学習発表会(展覧会形式)/11月25日(金)・26日(土)	9月17日(土)
椎名町小 ☎3953-6461	9月16日(金)～22日(水)※18日(日)・19日(祝)除く	午前9時35分～午後0時15分 ※(土)午前9時35分～11時25分	土曜授業/9月17日、10月15日、12月10日、学習発表会/11月4日(金)・5日(土)	1月21日(土)
富士見台小 ☎3953-6472	9月14日(水)～20日(火)※17日(土)～19日(祝)除く	午前9時35分～午後0時15分	土曜授業/11月5日、12月3日、運動会/10月15日(土)、学習発表会/11月25日(金)・26日(土)	1月21日(土)
千早小 ☎3956-8154	9月10日(土)～14日(水)※11日(日)除く	午前8時45分～午後0時15分 ※(土)午前8時25分～11時45分	土曜授業/9月10日、10月29日、11月12日、運動会/10月15日(土)、音楽会/12月2日(金)・3日(土)	10月29日(土)
高松小 ☎3956-8157	9月7日(火)～10日(土)	午前9時35分～午後0時15分 ※(土)午前8時45分～11時25分 ※分散公開を予定	土曜授業/9月10日、12月10日、運動会/10月15日(土)、学習発表会/11月11日(金)・12日(土)	1月28日(土)
さくら小 ☎3956-8164	9月14日(水)～20日(火)※18日(日)・19日(祝)除く	午前8時50分～9時35分 ※(水)・(金)は時間が異なります	土曜授業/9月17日、10月8日、11月12日、周年行事/12月10日(土)、運動会/10月29日(土)、学習発表会/2月17日(金)・18日(土)	11月12日(土)

## 小学校入学相談会

◇**窓口相談(要予約)**…9月8日(水)・9日(木) 午前10時～午後7時、9月10日(土) 午前10時～午後4時 区役所本庁舎7階  
◇**内容**…①入学の手続き・特別支援就学相談について、②放課後事業・学童クラブについて🏠電話かファクスで①は「学事グループ☎3981-1174、📠3981-3049」、②は「児童支援グループ☎3981-1058、📠3980-5163」へ。電話相談は随時受付。詳細は区ホームページ参照お問い合わせください。  
🏠学事グループ☎3981-1174

## イベント

### ちかこイベントクラブ 「～素材を切って貼って!～カラージュ療法を体験してみよう!」

8月18日(水) 午後6時30分～7時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇カラージュ療法を体験できる心理師によるセミナー。可能であれば切り抜いても良い雑誌や写真を持参◇小学生以上。親子での参加も可◇10名◇1人500円🏠8月3日から区ホームページで申込み※先着順。  
🏠協働推進グループ☎4566-2314

### 出前寄席「悪い輩に気を付けて!」

8月25日(水) 午後1時30分～2時10分 区民ひろば高南第一◇あなたの財産を狙う消費者トラブルの手口と対策を真打落語家から楽しく学ぶ◇30名🏠8月4日(区外の方は8月5日)から電話で当ひろば☎3988-8601へ※先着順。  
🏠消費生活グループ☎4566-2416

### めじろアートナイト 月下の「薩摩琵琶」～仲秋の名月を愛する音～

9月10日(土) 午後6時～7時30分(午後5時30分受付開始) 赤鳥庵(目白庭園)◇薩摩琵琶奏者の第一人者が、仲秋の名月に一夜限りの演奏と文化芸術活動の体験談を披露。講師…友吉鶴心氏◇中学生以上◇50名

### 🏠 高齢者マシントレーニングの参加者を募集します!

9月6～20日 火曜日 午後2時15分～3時45分 池袋スポーツセンター◇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する。最終日にフレイルチェックを実施◇区内在住の65歳以上の方◇15名◇600円🏠電話で8月15日までに介護予防・認知症対策グループへ※応募者多数の場合、新規優先で抽選。締め切り後、2週間以内に案内を発送(シニアウォーキング教室との重複申込み不可)。  
🏠当グループ☎4566-2434

## 世界アルツハイマー月間普及・啓発イベント

9月21日は世界アルツハイマーデーです。2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると推計されています。認知症の方が認知症とともによりよく生きていく環境を作っていくことが必要です。様々な活動で認知症を自分のこととして考えてみませんか。

イベント名	内容	日時	場所	定員	申込み※先着順。
アルツハイマー月間認知症講演会(知ってチャレンジ100)	いきいき100歳「安心して認知症になれるまちと予防」。講師…東京慈恵会医科大学精神医学講座主任教授/柴田雅弘氏	9月7日(水) 午前10時～11時30分	としま区民センター	100名	8月3日から電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ。
V R認知症体験講座	認知症の方の世界をV R(バーチャルリアリティ)で体験することで、誤解や偏見をなくし、認知症の方の気持ちに寄り添う	9月15日(水) ①午後1時～2時30分 ②午後3時15分～4時45分	としま区民センター	各回30名	8月3日～9月2日の間に電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ。
認知症サポーター養成講座	認知症を正しく理解して、認知症の方や家族を温かく見守り、支援する応援者を養成	9月5日(月) 午後2時～3時30分	としま産業振興プラザ(IKE・Biz)	30名	8月3日から電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ。
認知症支援講座① 「もしも」区民講座、認知症サポーター養成講座	認知症を知る絵本のような冊子「もしも」を読みながら、認知症について学ぶ。ほか、認知症サポーター養成講座	9月10日(土) 午後2～4時	豊島清掃事務所	40名	8月3日から電話でいけよんの郷高齢者総合相談センター☎3986-0917へ。
認知症支援講座② 「認知症の人への関わり方を知る」	認知症の方への適切な関わり方を専門医から学ぶ。質疑応答あり。講師…くじら在宅クリニック院長/鯨井一正氏	9月16日(金) 午後2時～3時30分	雑司が谷地域文化創造館	30名	8月3日から電話でふくろうの杜高齢者総合相談センター☎5958-1208へ。
認知症ってなに? ～知る読む話す～	認知症と介護に関するミニ講座と認知症に関する本のブックトーク。区内の介護情報や図書館の情報、質疑応答あり。	9月4日(日) 午前10時～正午	池袋第三区民集会室	30名	当日直接会場へ。
中央図書館特別展示	認知症の方の著書本や絵本など認知症関連の本を展示	8月27日(土)～9月22日(水)	中央図書館		当日直接会場へ。

## 講演・講習

### あそうなんだ倶楽部講演会 「現代俳句の鑑賞法」(オンライン)

8月20日(土) 午前10時10分～11時40分◇プロの視点から俳句の魅力に触れる。講師…俳句誌「陸」編集長/大石雄鬼氏◇10名🏠Eメールで8月3～15日の間に「当倶楽部 辻🏠yu.kit05xyz@gmail.com」へ※先着順。  
🏠生涯学習グループ☎4566-2762

### 「地域活動をはじめよう!」セミナー参加者募集

8月26日(金) 午後6時30分～8時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)※オンライン視聴も可◇実際に地域活動を始めた方から話を聞く入門講座◇区内の地域活動に参加したい方、新たに地域活動を始めたい方◇30名🏠2次元コードで申込み※先着順。  
🏠協働推進グループ☎4566-2314

### 発達障害講座(第1回) 「子どもの発達障害～発達特性の理解とサポート」

9月8日(水) 午前10時～11時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇講師…帝京平成大学大学院臨床心理学研究科講師/江口 聡氏◇区内在住、在勤、在学の方※子ども同席不可◇30名  
🏠電話かファクスで8月3日午前10時～31日までに「発達障害者相談グ

ループ☎4566-2445、📠3981-4303)へ※先着順。

### みらい館大明「9月スマホ講座(入門編)」(全3回)

9月8～22日 木曜日 午後1時30分～4時◇基本操作から学ぶ初心者向けの講座(基本操作、設定、電話帳、写真、地図、インターネットなど)。個別質問時間あり。講師…パソコンインストラクター/塩野悦子氏◇文字入力ができる方◇10名◇5,500円◇スマートフォン持参  
🏠8月3日から電話かEメールで「当館☎3986-7186、📠miraikan\_t.amei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

### Ane ママグループ TOMATO 「子育て中の今こそ知っておきたい、お金の勉強会」

9月16日(金) 午前10時～11時30分 男女平等推進センター※オンラインになる場合あり◇将来のための資産形成など、お金に関する基礎知識を学ぶ。講師…ファイナンシャルプランナー/岸 秀明氏◇妊娠中(24～35週)の方から小学生までの子どもの保護者◇20名◇500円🏠6か月以上未就学児。要予約。1名500円🏠Eメール(4面記入例参照。保育希望の方は子どもの氏名と月齢も記入)で8月3日～9月6日の間にAne ママグループ TOMATO🏠anemama.tomato@gmail.comへ※先着順。  
🏠生涯学習グループ☎4566-2762

### 豊島区立芸術文化劇場 (東京建物 Brillia HALL)の改修について

劇場の舞台への視認性を高めるために、1階席、2・3階バルコニー席の座席改修を行います。改修時期は、8月下旬と12月下旬を予定しています。詳細は、としま未来文化財団ホームページを参照してください。  
🏠文化施設管理グループ☎3981-1193