

# としま

令和4年 8/1 No.1983

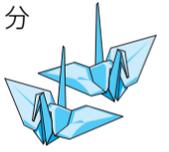
## 区制90周年記念事業

### 生演奏でとしまる体操 in 池袋西口公園グローバルリング参加者募集

9月13日(火) 午後1時30分～2時30分 池袋西口公園◇オーケストラが生演奏するクラシック音楽に合わせてとしまる体操を体験。演奏…立教大学交響楽団、演目…ドヴォルザーク/交響曲第9番「新世界より」第4楽章、チャイコフスキー/「くるみ割り人形」より行進曲など。骨密度測定器・血管年齢測定器などの各種測定ができるフレイルブースや、としまる体操チャレンジの記念品引換ブースも設置(午前11時～午後3時30分)。体操の様子は後日YouTubeとしまるチャンネルに掲載予定※小雨中止。詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。  
申8月3日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

### 戦没者の慰霊と世界の恒久平和への願いを込めて黙とうをささげましょう

- 広島に原爆が投下された日時…8月6日 午前8時15分
  - 長崎に原爆が投下された日時…8月9日 午前11時2分
  - 全国戦没者追悼式…8月15日(月) 正午
- ◇それぞれ1分間の黙とうのご協力をお願いします。  
固総務課総務グループ☎3981-4451



月分◇登録期間…1年間。応募資格など詳細は問い合わせください☎電話で8月12～26日の間に伊藤忠アーバンコミュニティ(株)若林☎3662-5710(平日午前10時～午後5時)へ。固住宅課施策推進グループ☎3981-2655

を発表する。Youtube(2次元コード)で視聴可。



固(公社)東京青年会議所豊島区委員会 田中☎080-4248-1890

### 第34回ふくし健康まつり+ 参加団体募集説明会

令和5年2月26日(日)に開催されるふくし健康まつり+の参加団体を募集し説明会を開催。  
8月24日(水) 午前10～11時 区役所本庁舎5階508・509会議室  
☎電話かファクスかEメールで8月17日までに「障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766、FAX3981-4303、固A0015600@city.toshima.lg.jp」へ。詳細は区ホームページ参照。

### ノーバディーズ・パーフェクト～完璧な親なんていない～(全6回)

9月6日～10月11日 火曜日 午前10時～正午 東部子ども家庭支援センター◇参加者同士で話をしながら子育てや自分自身について考える◇区内在住で2歳未満児をもつ母親。プログラム初参加で全回参加できる方◇10名(保5か月以上未就学児)。  
☎8月23日までに電話で当センター☎5980-5275へ。直接窓口申込みも可※応募者多数の場合は抽選。結果は8月30日までに全員に電話連絡。

### 児童扶養手当・特別児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成受給者の皆さんへ

現況届の案内を8月上旬に送付します。現況届の提出がないと手当・助成が受けられなくなります。必ず提出してください◇受付…郵送で8月31日(必着)までに児童給付グループへ(ただし8月6・28日の午前9時～午後5時は窓口提出可)。  
固現況届専用コールセンター☎4566-2477、子どもの手当については当グループ☎3981-1417

### 豊島区多様な集団活動利用支援事業を開始します

区の定める基準に適合した施設を利用する区内在住の満3歳～未就学児の保護者に、施設利用料の一部を給付します※施設等利用給付(無償化の給付)を受けている、受ける予定のある方は対象外。詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。  
固認可外保育施設グループ☎4566-2496



### SDGs アイデアコンテストに応募して「豊島区子ども未来国連会議」に参加しよう

「住み続けたい未来の豊島区」をテーマに、SDGsの視点で子どもたちからアイデアを募集しています。そしてアイデアを持ち寄り、9月23日開催の「豊島区子ども未来国連会議」に参加してください◇対象…区内在住または区内の小学4～6年生◇申込期限…9月2日(必着)◇応募方法…応募用紙(区ホームページからダウンロード)に自分のアイデアを書き、郵送でSDGs未来都市推進課「豊島区子ども未来国連会議」担当へ※詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。  
固当課☎4566-2520



## パブリックコメント

### 【結果の公表】

### 「2050としまゼロカーボン戦略」(素案)

戦略の策定にあたり、パブリックコメント(意見公募手続)制度に基づき、区民の皆さんのご意見をお聴きしました。  
●閲覧できます…当戦略の全文といただいたご意見および区の考え方は8月31日まで、環境政策課、行政情報コーナー、豊島清掃事務所、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。  
固環境計画グループ☎3981-1597

## 税・国保・年金

### 特別区民税・都民税のお支払いはお済みですか

令和4年度第1期分(令和4年6月30日納期限)の納付が確認できな

かった方へ、8月8日に督促状を送ります。督促期限内(8月22日まで)に納付してください。納め忘れを防ぐためには便利な口座振替をご利用ください。病气や退職などによってやむをえず納期限までに納付することができない場合、生活が困窮している場合には、分割納付などの相談を行っています。日曜窓口も開設しています。早めに相談してください。  
固整理第一・第二グループ☎4566-2362

## 福祉

### 60歳以上の高齢者向け優良賃貸住宅の入居待機者募集

入居待機者の優先順位は抽選で決定し、今後空室が発生した場合は順位に従いあっせんします◇物件概要…レジディアタワー上池袋(上池袋3-37-5)、間取り/1K、家賃/92,000円(家賃助成制度あり)、共益費/12,000円、敷金/家賃の3か

## 子育て・教育

### 豊島ことばアート～子どもが自由に奏でる展覧会～(オンライン)

8月6日(土) 午後1時30分～3時30分◇中学生・高校生が「豊島区100周年に向けてより良くなるアイデア」

### 豊島区新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎0120-567-153

(午前9時～午後6時)土・日曜日、祝日も開設しています。



予約サイト

### 東京都発熱相談センター ☎5320-4592(24時間対応)

発熱などの症状が生じた方で、かかりつけ医がいない場合や相談先に迷う場合は当センターに相談してください。

## 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)とトキワ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)



## 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。)
西巣鴨 ☎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(水)
池袋 ☎3986-8233	9月27日(火)・28日(水)	🏠午前9時20分～11時、🏠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)	🏠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 ※🏠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)・🏠午前8時45分～午後0時15分、(火)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)
西巣鴨小 ☎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(日)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 ※🏠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)	🏠午前9時40分～午後0時25分、(火)～(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、(火)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、学習発表会/11月25日(金)・26日(土)、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10時40分～11時25分、午後1時30分～2時15分 ※🏠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、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(日)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(日)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 午前9時35分～午後0時15分 ※11日(日)除く	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(日)除く	午前8時50分～9時35分 ※(火)・(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

## 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

## イベント

### ちかこイベントクラブ 「～素材を切って貼って!～コ ラー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(木) 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

### あそす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

スポーツ



第2期シニア

ウォーキング教室  
参加者募集(全4回)



9月5日～10月3日※9月19日を除く 月曜日 午後2時～3時30分  
ルネサンス早稲田(高田1-19-24)  
◇ウォーキングが脳や体にもたらす効果を学ぶ。正しい姿勢と体に優しいウォーキング方法を実践。最終日はフレイルチェックを実施◇区内在住の65歳以上の方◇20名◇900円  
☎電話で8月3～17日の間に介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433へ※先着順。

第75回豊島区民体育大会

◇対象…区内在住、在勤の方※申込みなど詳細は各競技担当へ問い合わせてください。

- 卓球…男子…9月4日(日) 豊島体育館、女子…9月18日(日) 巣鴨体育館☎8月15～22日の間に田辺☎3959-4423へ、●ボウリング…9月17日(土) 池袋ロサボウル☎当日午後1時30分までに岩井☎3988-8456(池袋ロサボウル内)へ、●レスリング…9月18日(日) 雑司が谷体育館☎9月12日までに加瀬☎3972-8052へ、●ダンス…9月25日(日) 雑司が谷体育館☎8月20日までに西倉☎3988-4082へ、●ゴルフ…9月28日(水) 鳩山カントリークラブ☎8月24日までに酒井☎090-3002-5247へ、●剣道…10月2日(日) 豊島体育館☎9月6日までに小野塚☎3942-2865へ、●ソフトテニス…10月2・9日(予備日11月13日) 日曜日 総合体育場☎9月5日までに北村☎090-2143-2026へ、●ソフトボール…10月2・9日(予備日10月16日) 日曜日 千川中学校☎9月9日までに清水☎3974-3582へ、●空手…10月23

日(日) 雑司が谷体育館☎9月30日までに根本☎3946-4843へ。

障害者スポーツ振興事業  
「みんなのヨガ」(全6回)

①9月6日～10月11日、②11月1日～12月6日 火曜日 午後1時30分～2時30分 豊島体育館◇障害のある方も気軽に参加できるヨガ教室◇区内在住、在勤、在学の18歳以上の障害者の方とその家族・支援者◇①②各8名  
☎8月3日から電話かファクスかEメールで「障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766、FAX3981-4303、EメールA0015600@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

第62回豊島区民陸上競技大会  
第12回豊島区秋季陸上競技大会

9月19日(祝) 午前9時から(午前8時10分受付開始) 江東区夢の島競技場(江東区夢の島2)◇競技種目などの詳細は区競技協会ホームページ参照◇区内在住、在勤、在学の方◇小学生500円、中学生700円、高校生800円、一般(大学生含む)1,000円。リレーは1チーム2,000円(各部共通)  
☎8月29日正午～9月7日午後5時の間に申込みフォームから申込み※先着順。  
☎当協会 木津☎3983-4075



休館



区民ひろば朋有・東池袋フレイル対策センター・中高生センター  
ジャンプ東池袋

9月1日(水)～11日(日)まで◇施設の大規模改修のため。9月12日(月)から仮施設(東池袋4-27-10 サンソウゴ池袋ビル3階)で運営。  
☎地域区民ひろば課管理グループ☎3981-1479、介護予防・認知症対策

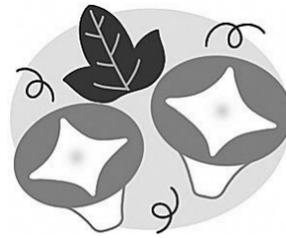
グループ☎4566-2434、子ども若者課管理・計画グループ☎4566-2471

官公署だより

●(一社)東京バス協会  
「東京都シルバーパスのお知らせ(一斉更新)」

現在お持ちの「東京都シルバーパス」の有効期限は9月30日です。今年度の更新手続は、原則として郵送方式です。8月中旬に当協会から届く「更新手続のご案内」(赤か青の封筒)同封の払込票で利用者負担金を支払ってください。詳細は同封の「更新手続のご案内」参照。

☎当協会シルバーパス専用電話☎5308-6950(平日午前9時～午後5時)、福祉保健局在宅支援課☎5320



- 4275

●東京都教育庁

「中学校卒業程度認定試験」

10月20日(木) 東京都教職員研修センター(文京区本郷1-3-3)◇試験科目…国語、社会、数学、理科、外国語(英語)◇対象…義務教育を猶予・免除された方、または卒業できなかった方、外国籍で令和5年3月31日までに満15歳以上になる方◇受験案内など配布場所…文部科学省または東京都教育庁☎指定の願書などを9月2日までに文部科学省総合教育政策局生涯学習推進課へ提出。  
☎当庁地域教育支援部義務教育課小中学校担当☎5320-6752

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。  
☎住所がない場合は「〒171-8422 豊島区役所各グループ」へ。

ふれあいガイド

この欄は、区民の皆さんが自主的に活動しているサークルの紹介です。区ホームページからもご覧になれます。

区の事業ではありません。詳しくは連絡先へ問い合わせてください。留守番電話の場合もあります。ご了承ください。

- 「工作・レクリエーションほか「学習院大学社会福祉研究会ほぽろ子ども会」 毎週日曜日 午前10時～午後0時30分 雑司が谷区民集会室(変更の可能性あり)◇1回300円  
☎山本☎080-9417-1286
- 「つかウォーク」 第4水曜日 午後2時～3時30分 南大塚地域文化創造館◇月額2,000円  
☎浜名☎5395-1317(午後6～8時)
- 「ピラティス健康クラブ」 第1・3火曜日 午前10時30分～正午 千早地域文化創造館◇50歳以上の女性◇月額4,000円  
☎大曾根☎090-7401-7607
- 「英会話グループ45」 第2・4

木曜日 午後2時～2時50分 駒込地域文化創造館◇超初心者の方◇初回500円、1回1,500円  
☎小沼☎090-6713-2877

- 「女声合唱にしえの風」 毎週木曜日 午後2時～4時30分 区民ひろば西池袋・南池袋◇月額5,000円  
☎中島☎3957-2556
- 「太極拳豊島同好会」 火曜日(月3回) 午前10時～11時30分 区民ひろば高松◇月額1,500円  
☎西河☎3955-3531
- 「大塚将棋クラブ」 原則第1・3木曜日 午後2～5時 南大塚地域文化創造館◇月額2,000円  
☎秦☎3915-9833
- 「千早句会」 第2金曜日 午後2～4時 千早地域文化創造館◇月額1,000円  
☎田上☎7813-4999



人口と世帯

令和4年7月1日現在  
※( )は前月比

	人口総数	うち外国人数	世帯数
	287,595 (+903)	26,991 (+407)	180,363 (+523)
男	144,221		
女	143,374		

広告

広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

広告

突然、親族に訴えられた!?  
**相続問題 紛争解決**  
NHKあさイチ出演 弁護士歴24年  
この広告をご覧になった方は法律相談が無料(通常60分1万円) LINEビデオ通話もOK!  
第一東京弁護士会25846 弁護士 小堀 球 隼子  
〒170-0005 豊島区南大塚3-3-1 新大塚Sビル3階  
平日9:00～18:00  
☎03-5956-2366

積水ハウスグループのサービス付き高齢者向け住宅  
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  
**グランドマスト大塚駅前**  
ご予約制 個別内覧会 8月6日(土)  
①10:30～ ②14:00～ お申込締切: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594円・夕食968円(税込)  
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 173,500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新宿マインタワー 受付時間/9:00～18:00 定休日/土日祝日  
■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・都営三田線東大塚駅徒歩10分 ■総戸数/78戸 ■専有戸数/32戸 ■入居時費用/敷金:資料の1ヶ月分、仲介手数料:資料の1.1ヶ月分(税込) ■月額費用/119,000円～306,000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(可) ■取引形態/仲介 ■設計・施工/積水ハウス株式会社 ■仲介/株式会社イチイ ■貸主/積水ハウス不動産東京株式会社 ■広告有効期限:2022年8月まで