

社会福祉協議会

高齢者・障害者のための成年後見無料相談会

10月15日(土) としま区民センター
 ①講演…午後1時45分～2時30分◇
 講師…司法書士/山口は長氏◇50名
 ②司法書士による個別相談会…午後2時45分～4時35分◇成年後見制度、相続、遺言書作成など(1件50分)◇24組
 ③9月15日から電話かファクスで「サポートとしま☎3981-2940、FAX

3981-2946」へ。

官公署だより

●豊島都税事務所 「9月は固定資産税・都市計画税第2期分の納期です(23区内)」

6月にお送りした納付書で9月30日(金)までに納めてください。口座振替、スマートフォン決済アプリ、金融機関・郵便局のペイジー対応のインターネットバンキング、モバイルバンキングおよびATMのほか、パソコン・スマートフォンなどからクレジットカードでも納付できます。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響などにより納税が困難な方は所管の都税事務所に相談してください。
 ④当事務所☎3981-1211(代表)
 ●東京都最低賃金改正のお知らせ
 10月1日から時間額1,072円に改正されます。
 ⑤東京労働局労働基準部賃金課☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター☎0120-232-865

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。

10月 保健所カレンダー

開催予定の事業を中止・延期する場合があります。詳細は各問い合わせ先に確認してください。

	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	1歳児歯科健診・総合相談 対象(1歳~1歳3か月児)(予約制)	6・20日(休) 受付/午前9時~9時30分	
	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)	13・27日(休) 受付/午前9時~10時	4・18日(休) 受付/午前9時~10時
	母親学級(予約制)	8日(土) 受付/午前9時~9時30分、開催/午前9時30分~正午	
おとなの健康	パパ・ママ準備教室(予約制)	8日(土) 受付/午後0時30分~1時、開催/午後1時~3時15分 9日(日) 受付/①午前9時~9時30分、②午後0時30分~1時、開催/①午前9時30分~11時45分、②午後1時~3時15分	
	生活習慣病予防健診(男性)(予約制) ※対象…令和4年度20~39歳の男性	14日(金) 受付/午前8時50分~9時	19日(水) 受付/午後1時15分~2時
	女性の骨太健診(予約制) ※対象…令和4年度20~39歳の女性	5日(水) 受付/午前8時50分~9時、午前9時30分~9時40分	13日(木) 受付/午前9時30分~11時
健康のこころ	健康(保健・栄養)相談(予約制)	14日(金) 受付/午後1~2時	19日(水) 受付/午後1時15分~2時
	食事(栄養)相談(予約制)		13日(木) 受付/午前9時30分~11時
	女性の健康相談(予約制)	5日(水) 受付/午後1時~2時25分	
その他	HIV(エイズ)検査(予約制) ※結果は検査の1週間後	17日(月) 受付/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	14日(金) 受付/午前10時~10時30分	
	こころの相談(予約制)	27日(木) 受付/午後2~4時	11日(火) 受付/午後2~4時
その他	家族相談(予約制)	3・31日(月) 受付/午後2~4時	
	随時相談	思春期・不妊症・更年期・難病・エイズ・感染症など、健康に関する相談を受けています。 平日 午前8時30分~正午、午後1~5時	
	ぜん息・COPD相談(呼吸器全般)(予約制)	6日(水) 開催/午後2時~3時30分 園公保健グループ☎3987-4220 電話相談は随時受付	
	飼い主のいない猫の不妊去勢手術費助成事前講習会(予約制) ※対象…飼い主のいない猫の管理をしている区民(助成には要件あり)	27日(木) 開催/午前10時~10時30分 園生活衛生グループ☎3987-4175	

10月 乳幼児健康相談(出張育児相談)(予約制・30分程度)

18日(火) 区民ひろば南大塚 午前10時~11時15分	12日(水) 区民ひろば要 午前10時~11時30分
	19日(水) 区民ひろば高松 午前10時~11時30分
	31日(月) 長崎健康相談所 午後1時30分~3時30分

園池袋保健所☎3987-4174 園長崎健康相談所☎3957-1191

「豊島文京(平日準夜間)こども救急」のご案内

平日夜間の急な熱などに対応する救急診療所です。豊島区と文京区内の医師会の医師が診療にあたります。原則、事前に電話相談のうえ、お越しください。受診の際は、健康保険証、子ども医療証などをお持ちください。定期的な通院はできません。
 ◇場所…都立大塚病院1階救急外来診療室(南大塚2-8-1)◇日時…平日 午後8~11時(12月29日~翌年1月4日を除く)◇対象…15歳(中学生)以下の方◇相談先…当診療所☎3941-3211
 園地域保健課管理グループ☎3987-4203

10月10日 スポーツの日! 特別イベント 体育施設へ行こう

※詳細や雨天時の開催は各施設にお問い合わせください。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため内容変更や中止の可能性があります。

池袋スポーツセンター☎5974-7262
 ◆各種プログラム無料体験会
 【スタジオ】かんたんエアロ、シェイプ45、ジェンヌ式姿勢改善エクササイズ、ZUMBA、ヨガ、メガダンス、骨盤ストレッチ
 【プール】かんたんアクアビクス
 いずれも◇16歳以上の方※定員あり◇別途施設利用料必要④当日9階で整理券配布。
 【武道場】空手…午前9時から、なぎなた…午前11時から、少林寺拳法…午後1時から、合気道…午後3時から◇各30名◇運動しやすい服装で参加④当日9階で先着順受付。
 南長崎スポーツセンター☎5988-9270
 ◆元Jリーガーによるサッカー教室
 ①午前9時30分から、午前10時30分から、午前11時30分から、午後3時から◇元Jリーガー秋元陽太氏、坪井慶介氏、鈴木啓太氏、永井 雄一郎氏から学ぶ、ポジション別サッカー教室。②午後1時30分からは元J

リーガーチームVS参加者チームでの試合◇小学生以上◇各50名◇運動しやすい服装、飲み物持参④9月13日から直接当館窓口へ※先着順。
 巣鴨体育館 ☎3918-7101
 ◆成人特別スイムレッスン開催
 午後1~2時、午後2~3時◇4種目の中から好きな泳法を選び、無料レッスン◇高校生以上◇各30名
 ④9月13日午前10時から電話で当館へ。直接窓口申込みも※先着順。
 三芳ブランド ☎049-259-9397
 ◆2022エンジョイミックスダブルス OVER100&120開催
 OVER120(午前スタート)、OVER100(午後スタート)ペアの合計年齢が100歳または120歳以上のペアによるミックスダブルス大会◇各クラス16組(最低催行組数4組)◇6,000円
 ④Eメール(ペアの名前、住所、連絡先、所属を記入)で、当館④info-mysg@tsjpn.comへ※先着順。

広告

軽費老人ホーム 8月1日
 クアハウス/グランコート オープン!
 現地見学会開催中!(予約制) 申込受付中
 元気な時から最期の時まで 埼玉県入間市
 ご利用できる施設です 西武池袋線
 池袋駅から徒歩30分

※イメージ
 入居金0円 (入居時預かり保証金30万円)
 全室個室(13畳) 月額合計 124,139円~
 120室
 内訳
 ○居住費(家賃) 67,199円~(予定)
 ○生活費(食費) 46,940円
 ○事務費 10,000円~
 ※介護保険の自己負担分、水道光熱費は別途

シャワー、トイレ、ミニキッチン付
 共用エリアには温泉大浴場(人工)

●埼玉県入間市高倉5-2-12(土地・建物・法人所有) ●西武池袋線入間市駅から徒歩16分(約1.3km)又はバス5分+徒歩6分(約400m) ●全120室/今回募集120室 ●RC造地上4階建て ●建築面積1862.45㎡ ●居室面積/21.6㎡ ●入居資格/65歳以上、自立・要支援・要介護(入居資格審査有り) ●入居時預かり保証金/30万円 ●大型自家発電装置完備

資料請求
 お問い合わせ 社会福祉法人 愛心会
 ☎04-2966-3333
 FAX 04-2966-3332

庭木1本から承ります!

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

お客様へのお約束
 庭木1本より明瞭料金
 トイレはお借りしません
 お茶をご遠慮します
 土日でもOKです

としま区報をご覧の方へ
 生垣剪定(1m2m)
 通常2,200円を
 従着10名限定④
 1,100円

営業時間 9時~17時
 ガーデンエクスプレス
 東京北支店 練馬区土支店3-19-12
 03-5933-2811

広告(内容は各広告主に合わせてください)

広告

YAMAHA
 Make Waves

年を重ねた今こそ
 奏でたい音がある。

バイオリン USED 月額3,410円(税込)より

ヤマハ
 楽器・防音室
 レンタル

0120-381-808 「音レント」で検索

株式会社ヤマハミュージックジャパン レンタル・リース課 〒108-8568 東京都港区高輪2-17-11