

シニアお仕事フェア in 池袋

10月20日(木) 正午～午後2時、午後1～3時、午後2～4時、午後3～5時 ホテルメトロポリタン(西池袋1-6-1)◇再就職セミナー、企業との面接(10社参加)、就業相談◇東京・埼玉で就職を希望する55歳以上の方◇各回20名◇筆記用具、面接を希望する方は履歴書・職務経歴書(いずれもコピー可)持参。

☎電話でシニア就業支援キャラバン事務局☎6256-9092(平日午前9時～午後6時)へ※先着順。

御家流師範から習う香道体験

10月23日(日) 午後1時～2時30分、午後3時～4時30分 赤鳥庵(目白庭園)◇小学生以上(小学生は保護者同伴)◇各回15名◇2,000円☎9月23日から往復はがきかファクスかEメール(4面記入例参照。ファクス番号も記入)で「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園、FAX5996-4886、EMinfo@mejiro-garden.com」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

☎当園管理事務所☎5996-4810

山中湖秀山荘 池袋⇄当施設の無料送迎バスを運行します

10月24・25・27、11月2・4・7・8・10・14・15・17・21・22・24日◇池袋→当施設…午後1時東京芸術劇場前出発(午後0時45分集合)◇当施設→池袋…午前9時30分出発☎電話で予約コールセンター☎0570-038-489、山中湖秀山荘(現地)☎0555-62-5481へ※宿泊予約時に要予約。

助産師と話そう! 専門学校生・大学生とセクシュアルヘルス

10月28日(金) 午後6時30分～8時30分 男女平等推進センター◇妊娠、避妊、性感染症、デートDVについて正しく知り、健康な性の自己肯定感、性的自己決定力を高める◇区内在学、在住の大学・専門学校生の方◇20名

☎9月24日から電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、FAX5391-1015、EMA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

講演・講習



出前講座「高齢期における生命保険との付き合い方」

10月11日(火) 午後1時30分～3時 区民ひろば長崎◇遺族保障や生命保

険の受取りに関する注意点など、生命保険との付き合い方を学ぶ◇15名☎9月27日から電話で当ひろば☎3554-4411へ※先着順。

☎消費生活グループ☎4566-2416

生涯現役! シニア期に向けた暮らしと働き方セミナー

10月20日(木) 午後1時～3時45分(午後0時30分開場) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇年金などの各種制度の基本的知識とライフプランを学び、シニア世代の働き方を考える◇55歳以上で働く意欲のある方◇40名◇筆記用具

☎電話で当セミナー予約専用ダイヤル☎5422-1399(平日午前9時～午後5時)へ。ホームページHPhttps://www.wac.or.jp から申込みも可※先着順。

豊島区シルバー人材センター

①入会説明会…10月21日(金) 午前9時30分から、午後2時から(女性向け)◇区内在住でおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方◇年度会費2,000円、②「シニアのための英会話教室」(月4回)…【水曜日】午前10時～11時30分、午後1時～2時30分、【木曜日】午後1時～2時30分◇50歳以上の方◇若干名◇月6,200円、③体操教室(月3回)…第1～3月曜日午後1時30分～2時30分◇月1,500円、④パソコン&iPad&スマホ教室…①無料パソコン体験教室/10月13日(木) 午後0時45分～2時15分、⑥パソコン入門(全4回)/10月1～22日 土曜日 午前10時～11時30分◇5,800円、⑦初級ワード(全4回)/10月6～27日 木曜日 午前10時～11時30分、⑧初級エクセル(全4回)/10月3～24日 月曜日 午後0時45分～2時15分◇⑥⑦5,800円、⑨ワード基礎(全4回)/10月5～26日 水曜日 午前10時～11時30分、⑩エクセル基礎(全4回)/10月1～22日 土曜日 午後3時～4時30分◇⑥⑦6,700円、⑪パワーポイント入門(全4回)/10月4～25日 火曜日 午前10時～11時30分◇5,800円、⑫ZOOM入門—パソコン向け(全2回)/⑬9月30日・10月7日 金曜日 午後0時45分～2時15分、⑭10月14・21日 金曜日 午後0時45分～2時15分◇2,550円、⑮ZOOM入門—スマホ(iPhone・iPad)向け/⑯10月4日(火) 午後0時45分～2時15分、⑰10月11日(火) 午後0時45分～2時15分◇1,550円、⑱スマホ写真整理(全2回)/10月19・26日 水曜日 午後0時45分～2時15分◇

2,550円

☎①～③は電話で当センター☎3982-9533へ。④⑤は応募者多数の場合は抽選。⑥は①～⑤(⑥⑦は⑧または⑨)を選びEメールで申込み)を選び往復はがきかファクスかEメールで「〒170-0013 東池袋2-55-6 シルバー人材センター、FAX3982-9532、EMtoshima.spc@gmail.com」へ。

女性の視点からの防災講座

10月29日(土) 午前9時30分～正午 区役所本庁舎5階507～510会議室◇災害時の衛生面や精神面の不安を解消するために、女性の視点を取り入れた避難所運営について学ぶ◇区内在住の女性◇70名程度☎申込書をファクスかEメールで10月20日までに「防災事業グループFAX3981-5018、EMA0011101@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

☎当グループ☎4566-2572

傾聴ボランティア養成講座(全6回)

11月10日～12月15日 木曜日 午後1時30分～3時30分 特別養護老人ホーム菊かおる園(西巣鴨2-30-19)◇傾聴スキルなどを学ぶ◇区内在住で、講座修了後地域活動(高齢者施設や地域の高齢者宅での傾聴ボランティアなど)をする意欲があり、全回出席できる方◇12名◇3,000円☎往復はがき(4面記入例参照。応募理由も記入)で、10月18日(必着)までに「〒170-0001 西巣鴨2-30-20 豊島区社会福祉事業団」へ※応募者多数の場合は抽選。

☎当事業団☎5980-0294

スポーツ



初心者水泳教室(全4回)

10月4～25日 火曜日 午前10時～正午 雑司が谷体育館◇18歳以上で泳力10メートル未満の方◇20名◇4,000円☎はがきで9月28日(必着)までに「〒112-0012 文京区大塚6-24-15-502 豊島区水泳連盟事務局 佐藤」へ※応募者多数の場合は抽選。

☎当事務局 佐藤☎3943-6397

椎の美スポーツクラブ

①10月9日(日)スポーツイベント…②親子ふれあい体操&防災教室…午前10時～正午◇親子ふれあい体操、ペガールボール教室◇1歳～小学生(保護者同伴)◇50組◇

500円◇上履き、飲み物、③スポーツにチャレンジ…午後1～3時◇ミニバスケット、ペガールボールほか◇小学生以上◇子ども200円、おとな300円

②親子ふれあい体操教室(全9回)…9月30日～12月2日(10月7日を除く) 金曜日 3～4歳/午前9時40分～10時20分、2～3歳/午前10時25分～11時5分、10か月～2歳/午前11時10分～11時50分◇10か月～4歳児と保護者。区内在住、在勤の方優先◇各回40組◇1回500円

いずれも◇豊島体育館◇上履き、飲み物、マスク持参、運動しやすい服装☎ファクスか2次元コードで当クラブFAX3972-1876へ。②は開催日ごとにチラシ裏面の同意書兼参加申込書(区ホームページからダウンロード可)に記入し持参※先着順。☎当クラブ 有里☎080-2597-4650 ⑥のみ関根☎080-1143-0803

豊島区民ウォーキング大会「トキワ荘マンガミュージアムから豊島区立総合体育場まで」

10月10日(祝) 午前9時50分集合 西武池袋線椎名町駅南口駅前広場◇トキワ荘マンガミュージアム～誓願寺～目白庭園～鬼子母神堂～区役所本庁舎～としまスポーツフェスタ2022・総合体育場まで(約5km)◇300円☎当日集合場所で受付。☎豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

ボルダリング【無料】体験会

10月16日(日)◇初心者講習会…子ども向け/①午後1時から、②午後2時から◇ステップアップ講習会…子ども向け/③午後3時から、おとな向け/④午後4時から。各回15分前までに受付 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇①・②未経験者向けの講習会。ルールやマナー、安全に関する注意点や基礎を学ぶ。③・④もっと上手になりたい初心者レベルの方におすすめ◇子ども向け…小学2年生～15歳(親子参加可)、おとな向け…16歳以上。ステップアップ講習会は未経験者は参加不可。当館の初心者講習を受講済みの方は参加可◇各回10名◇運動のできる服装、上履き持参☎9月23日から2次元コードで申込み※先着順。☎当館☎3980-3131(午前10時～午後8時)

IKEBUSの期間限定運賃が10月1日以降も引き続き適用されます

◇料金…1回乗車券/一律100円、1日乗車券/一律250円、回数券(11枚つづり)/1,000円◇期限…令和5年9月30日まで◇秋の池袋をお楽しみください。詳細はIKEBUSホームページ参照。☎地域公共交通グループ☎4566-2691



イケ・サンパーク ファーマーズマーケット開催中

毎週土・日曜日 午前10時～午後4時 としまみどりの防災公園(IKE・SUNPARK) 季節の旬な農産物を生産者が直接販売。区内の名品や交流都市の逸品も出店。10月初旬には、岩手県岩手町と長野県川上村からの出店があり、新鮮な野菜を販売予定。☎当事務局☎6914-1782 10月に販売商品(予定) 農産物、和菓子、パン、ハンバーガー、酒など

