

で12月23日～1月16日の間に「心身障害者福祉センター☎3953-2811、FAX3953-9441、EM A0015702@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

**としまガイド養成講座
～いっしょに豊島区を
ガイドしませんか～(全3回)**

①1月21日、②1月28日、③2月4日 土曜日 午後1～4時 ①雑司が谷地域文化創造館、②千早地域文化創造館、③駒込地域文化創造館◇18歳以上の方◇20名◇1,200円☎1月7日までに2次元コードから申込み※応募者多数の場合は抽選。

☎南大塚地域文化創造館☎3946-4301



**高齢者のための
スマートフォン入門講座**

1月23日(月) 午後1時～2時30分 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方法を学ぶ◇60歳以上の都民◇10名 ☎1月16日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☎6845-7883へ(平日午前9時～午後5時 年末年始除く)※応募者多数の場合は抽選。

**「家族の発達障害」
カサンドラ症候群の理解と対応**

1月29日(日) 午後1時30分～4時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇講師…滝口のみ氏◇区内在住、在勤、在学の方優先◇40名◇1,000円☎12月23日からファクスかEメールで「としま若者応援ネットワークFAX5977-0105、EM info@toshima-wakamono.sakura.ne.jp」へ※先着順。

☎当ネットワーク カツヤマ☎080-8717-7163

**中央図書館文学講座
～読んで観る！映像・舞台
原作の世界～(第4回)**

2月4日(土) 午前9時45分～11時45分 あうるすぽっと◇課題本「江戸川乱歩作品(タイトル未定)」。講師…後藤隆基氏◇30名

☎12月24日から電話かファクスで「サービス運用グループ☎3983-7861、FAX3983-9904」へ※先着順。

休館



豊島体育館

12月26日(月)～1月3日(火)◇修繕工事実施および年末年始のため。

☎スポーツ施設グループ☎4566-2766

官公署だより

**●豊島都税事務所
「1月は固定資産税(償却資産)の申告月です(23区内)」**

令和5年1月1日現在、23区内に償却資産を所有している方は、申告が必要です。1月31日(火)までに、資産が所在する区の都税事務所に申告してください。申告には、電子申告(eLTAX)も利用できます。詳細は東京都主税局ホームページ参照か問い合わせしてください。

「東京ゼロエミ住宅の新築に対する不動産取得税(家屋)を減免します」
◇対象…太陽光発電システムの設置など、一定の要件を満たす新築の東京ゼロエミ(ゼロエミッション)住宅
◇減免割合…最大住宅に係る不動産取得税の10割※要申請。詳細は東京都主税局ホームページ参照か問い合わせしてください。

☎当事務所☎3981-1211(代表)

**●国土交通省
「羽田空港見学会」**

管制塔や空港内制限区域などの見学会が盛り沢山。詳細は2次元コード参照。

☎当省東京空港事務所☎5757-3021



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。
☎に住所がない場合は「〒171-8422 豊島区役所各グループ」へ。

**1月31日までキャンペーン中
家庭で不用になったパソコンの
宅配便回収・リサイクルにご協力ください**

東京都は、小型家電リサイクル法の認定事業者「リネットジャパンリサイクル(株)」と連携して、レアメタル資源の循環利用を推進しています。宅配便回収料金・リサイクル料無料。期間内に申込み・回収をした方の中から抽選で春のお出かけをお得に楽しめる「ぐるっとパス」が当たるキャンペーンも実施中。

☎リネットジャパンリサイクル(株)☎0570-085-800
東京都環境局資源循環推進部計画課☎5388-3474



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ください。留守番電話の場合もあります。ご了承ください。

- 「**太極拳長崎**」 毎週金曜日 午前10～11時 区民ひろば長崎◇初級の稽古◇月額2,000円
☎中島☎3957-2556
- 「**東京よさこい池袋ヴィーナス**」 毎週土曜日 午後6時30分～8時30分 健康プラザとしま◇成人の方◇月額3,000円
☎大橋☎5907-0036
- 「**東京池袋川柳会**」 第3日曜日 午後1～4時 としま区民センター◇各回1,000円
☎林☎090-2867-1589
- 「**ボンジュール**」 第3土曜日 午後1～4時 みらい館大明◇シ

- ヤンソンを楽しむ◇月額3,300円
☎吉井☎3946-5749
- 「**陶交会**」 毎週火曜日 午後5時30分～9時30分、月1回日曜日 午前9時～午後5時 千早地域文化創造館◇陶芸品の製作◇入会金3,000円、月額2,000円
☎多田☎080-2019-1343
- 「**ひいらぎ混声合唱団**」 第2・4日曜日 午後1～5時 椎名町小学校音楽室かプレイルーム◇混声合唱◇月額2,000円
☎柴田☎080-6519-5507
- 「**待夢で韓国語**」 隔週水曜日 午後7時～8時30分 巢鴨地域文化創造館◇韓国語を学ぶ◇入会金1,000円、月額3,500円
☎染谷☎070-5578-6566

監査委員(識見を有する者)が決まりました

監査委員の任期満了に伴い、区議会の同意を得て、鈴木善和(すずき よしかず)氏が、12月17日付で選任されました(再任)。

【経歴】

昭和62年4月弁護士登録。現在、プラタナス法律事務所所属、豊島区人権擁護委員。元豊島区行政不服審査会委員。



ヒアリングフレイルチェックについて

聴力の低下は、フレイルや認知症の一因となります。「聴脳力チェックアプリ」を用いた聴力の簡易チェックを体験しませんか。

☎電話で①東池袋フレイル対策センター(東池袋4-27-10 サンソウゴ池袋ビル3階)☎5924-6212、②高田介護予防センター☎3590-8116へ。

日程	午前	午後	会場	予約先
1月6日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
1月13日(金)	○		区民ひろば椎名町	②
1月18日(水)		○	区民ひろば千早	②
1月19日(木)		○	区民ひろば駒込	①
1月27日(金)	○		区民ひろば南大塚	①
1月28日(土)		○	高田介護予防センター	②
2月3日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
2月8日(水)		○	高田介護予防センター	②
2月10日(金)	○		区民ひろば南池袋	②
2月13日(月)		○	区民ひろば朋有	①
2月15日(水)		○	区民ひろば豊成	①
2月28日(火)		○	区民ひろば富士見台	②
3月3日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
3月8日(水)	○		区民ひろば西巢鴨第一	①
3月10日(金)	○		区民ひろば高松	②
3月13日(月)	○		区民ひろば西池袋	②
3月22日(水)		○	高田介護予防センター	②
3月28日(火)		○	区民ひろば池袋本町	①

**ひきこもり
相談窓口
だより**

第5回

●Eさん(60代、女性)の場合

40代の息子は、以前正社員として働いていましたが、仕事が合わないと突然退職してしまいました。その後、アルバイトはしていますが、近頃は勤務時間が減ってきました。しかし、

息子は気にしておらず、休日は1日中自室にこもっています。話しかけても反応はありません。息子との関わり方を悩んでいる時に、相談窓口へ電話をしました。相談員と話すうちに、私自身が焦らず息子の言葉に耳を傾けることから始めることにしました。少しずつ息子と会話ができるようになり、時々ですが一緒に食事ができるようになりました。

あなたらしい生き方を応援します。

●豊島区ひきこもり相談窓口
☎4566-2427(平日午前8時30分～午後4時30分)

●1月15日に「ひきこもり UX 女子会 FESTA2023」を開催します。



豊島区
ひきこもり
情報サイト



ひきこもり
UX 女子会
FESTA2023