

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◇6,000円◇スマートフォン持参
☑ 2月3日から電話かEメールで「当館☎3986-7186、EM miraikan_taime@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

メンタルヘルス公開講座
「心の病の早期発見・早期治療」

2月18日(土) 午後2～4時 ステーションコンファレンス池袋(西池袋1-11-1)◇精神科治療の最前線で医療活動を展開する講師による解説。講師…都立松沢病院院長／水野雅文氏◇150名**☑**当日先着順受付。
 問 慈雲堂病院 ☎3928-6511

出張講座
「消費者トラブルにご注意！」

2月22日(水) 午後1時30分～2時30分 区民ひろば千早◇最近の相談事例などを紹介し、悪質商法の手口や対処法などを学ぶ◇30名**☑** 2月6日から電話で当ひろば☎3959-2281へ※先着順。
 問 消費生活グループ ☎4566-2416

認知症サポーター養成講座

2月22日(水) 午後2時～3時30分 区役所本庁舎5階508会議室◇認知症を正しく理解し、当事者や家族を見守り支援する人を養成◇区内在住、在勤、在学の方◇20名
☑ 2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、FAX3980-5040」へ※先着順。

地域日本語教育シンポジウム

2月26日(日) 午後1時30分～5時 学習院大学(目白1-5-1)◇第1部…地域における日本語教育(報告)、第2部…日本語でつながるワークショップ◇区内または近隣区内在住の

方◇第1部80名、第2部50名**☑** 2月3～17日の間に2次元コードで申込み※第1部は先着順、第2部は応募者多数の場合は抽選。
 問 当大学国際センター ☎5992-1024



ヒアリングフレイル講演会～注目の聴こえのフレイルを学ぼう～

2月28日(火) 午後2時～3時30分 としま区民センター◇難聴がもたらす認知症のリスクとヒアリングフレイル予防について学ぶ。講師…聴脳科学総合研究所所長／中石 真一路氏◇区内在住、在勤、在学の方◇60名
☑ 電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、FAX3980-5040」へ※先着順。

認知症介護者の会「傾聴について」

3月1日(水) 午前10時～正午 としま区民センター◇認知症と向き合う家族や介護者の気持ちを支えるために必要とされる傾聴について学ぶ。◇区内在住、在勤、在学の方◇20名
☑ 当日先着順受付。
 問 介護予防・認知症対策グループ ☎4566-2433、FAX3980-5040

ゲートキーパー講座「うつ病を知る～大切なひとを守るために家族や職場でできること～」

3月1日(水) 午後2時30分～4時30分 としま区民センター◇うつで苦しむ本人をどのように理解し、支えていくかを考える。講師…精神科医／山口大樹氏◇区内在住、在勤、在学の方◇35名
☑ 2月3日から電話で精神保健グループ☎3987-4231へ。2次元コードで申込みも可※先着順。



スマートフォン基礎講座(全2回)

3月6・13日 月曜日 ①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分※①・②とも同内容。上池袋コミュニティセンター◇基本操作やインターネットのつなぎ方など。希望者には3月末までスマートフォンの貸し出しあり◇区内在住で65歳以上の方◇各回15名
☑ 2月6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。

【動画配信】もの忘れ相談事業
区民公開講座「身近な人が認知症かもしれないと思ったら」

3月30日(木)まで◇身近な人が認知症かもしれないと感じた時にどうしたら良いのかを専門医がお答えします。講師…東京都健康長寿医療センター研究所認知症未来社会創造センターセンター長／粟田圭一氏◇視聴方法…豊島区高齢者福祉課シニア元氣すこやかチャンネル内で配信。
 問 介護予防・認知症対策グループ ☎4566-2433



スポーツ



区民ダンスの集い
～Dance Party～

2月23日(祝) 午後1時30分～4時(午後1時開場) 雑司が谷体育館◇社交ダンスパーティー、講習会あり。女性は革製のヒールカバー装着◇500円**☑**当日直接会場へ。
 問 豊島区ダンススポーツ連盟 西倉 ☎3988-4082

としま産業振興プラザ(IKE・Biz)

シェイプ講習無料体験会…3月4日

(土) 午後4時～4時45分◇音楽に合わせてステップ台を上り下りする、有酸素運動・筋トレエクササイズ◇16歳以上の方◇15名◇運動のできる服装で参加、室内履き持参(厚めのクッション推奨)。

キッズ講習無料体験会…①かけっこ教室…3月4日(土) 午後2時30分～3時15分、②キッズダンス…3月7日(火) 午後4時～4時45分◇①小学1～3年生、②小学1～6年生※いずれも小学1・2年生は要付き添い◇各15名◇運動のできる服装で参加、ふた付き飲み物、室内履き持参。

いずれも**☑** 2月3日から2次元コードで申し込み※先着順。
 問 当館 ☎3980-3131 (午前10時～午後8時)



第17回ジュニアゴルフ教室

3月19日(日) 午前8時30分～午後3時30分 赤羽ゴルフ倶楽部(北区浮間2-18-7)◇当倶楽部所属プロによる本コースと練習場を活用した実践編のジュニアゴルフ教室◇区内在住、在学の小学生～高校生。保護者同伴可◇10名◇3,000円◇運動のできる服装で参加、ゴルフクラブ、シューズ(運動靴可)、目土袋、帽子、着替え、タオル、飲み物、健康保険証(写し可)持参。
☑ 電話で2月28日までに豊島区ゴルフ協会事務局 松澤☎3957-6543(株)ピーウォッシュ内)へ※先着順。

お詫びと訂正
 1月21日号情報版2面「認知症サポーター養成講座(全2回)」の記事の中で、開催日時と曜日に誤りがありました。正しくは「2月9日・3月9日 木曜日」です。お詫びして訂正します。

令和4年度
環境活動推進団体などに
感謝状を贈呈



12月22日(木)、区内における環境活動の分野で顕著な功績のあった個人と団体(敬称略)に感謝状を贈呈しました。
 問 環境政策課調整グループ ☎3981-1293
さわやかな街づくり推進団体など(14名9団体)
 一柳瑟容、大江 美智子、北島 喜一郎、斎藤たけ、佐藤勝喜、長島幸夫、長田秀夫、長谷川 茂樹、林 千鶴子、平井ふじよ、藤浪裕美、藤本トシ子、古屋義人、室笠智子、エスエスパートナー(株)、#Clean Up Otsuka、ゴミ拾い侍、サーフィック大塚店、(特非)ひろばさくら、朝光会、日輪工業(株)、南3北会、Vita ricca

資源リサイクル運動実践団体など(6名)
 北野すみ子(高松一丁目町会)、鈴木健司(巣鴨親和町会)、松崎文男(千早三丁目町会)、三澤秀男(西池袋南町会)、諸星弘三(池袋本町宮元町会)、和田敏明(千早二丁目町会)

2月1日 区民ひろば池袋(池袋4-21-10)
リニューアルオープン!

バリアフリーの2階建て、池袋第二区民集会室を併設してオープンします。

《リニューアルオープン記念 ひろばまつり》

2月25日(土) ①午後0時30分から チアリーダー、謎ときスタンプラリー、②午後2時30分から ブラスバンド演奏、謎ときスタンプラリー◇各回100名
☑ 2月10日午前9時から直接当ひろば窓口で申込み※先着順。

《新施設のアピールポイント》

- エレベーター付き
- 屋外スペースに砂場あり
- 1・2階に舞台付きの広い部屋あり
- 子ども専用トイレあり

問 地域区民ひろば課施設整備グループ ☎3981-1479

