くらし等

全国瞬時警報システム（Jアラート）における全国一斉情報伝達訓練

区では、全国瞬時警報システム（Jアラート）で送られてくる緊急情報を、迅速かつ確実に伝えるため、国と連携した情報伝達訓練を行います◇**日時**…８月23日㈬　午前11時頃◇**対象**…防災行政無線（屋外拡声器など）、安全・安心メール◇**内容**…「（防災行政無線のチャイム）これはテストです（３回）。こちらは防災豊島区です（防災行政無線のチャイム）」※この訓練は、全国一斉に実施します。地域によっては、他区からの放送が聞こえる場合があります。
問危機管理グループ☎3981 - 1467

環境・清掃

リサイクルフリーマーケット出店者募集

９月10日㈰　午前10時30分～午後２時　池袋第二公園※駐車場なし、雨天中止◇区内在住、在勤、在学の個人またはグループ※営業目的は不可◇**募集数**…20店舗（１店舗面積２m×２m）◇1,000円申ファクスかEメールで「みんなのえんがわ池袋事務局FAX6709 - 4731、EMen@toshima-npo.org」へ※１名（１グループ）１通のみ。先着順。
問当事務局　幅上☎6912 - 6245（午後１～５時）

ごみゼロウィーク

９月11日㈪～15日㈮　午後２時～２時45分◇池袋駅周辺で路上喫煙・ポイ捨ての防止や、まちの美観向上を目指すため、清掃を行います※清掃用具の貸出あり。
申電話かEメールで８月23日までに「環境美化グループ☎3981 - 2690、EMA0015003@city.toshima.lg.jp」へ。

健康

理学療法士による健康腰講座

８月30日㈬　午後１時30分～２時30分　高田介護予防センター◇講座と腰痛予防の体操レクチャー◇区内在住で65歳以上の方◇19名
申８月14日午前11時から電話で当センター☎3590 - 8116へ※先着順。

第２回ヒアリングフレイル（補聴器）講演会・相談会

９月２日㈯　午後２時～４時30分　駒込地域文化創造館◇①**講演会**…医師による「高齢者と難聴、補聴器について」、②**相談会**…補聴器技能者による簡易聴力検査と医師相談◇区内在住で65歳以上の方◇①30名、②16名申８月14日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566 - 2433へ※先着順。

歯科教室「知っていますか？認知症と口腔との関係」

９月７日㈭　午後１時30分～３時　池袋保健所◇講師…豊島区歯科医師会会長／高田　靖氏◇区内在住、在勤、在学の方◇30名
申８月14日から電話かファクスで「管理・事業グループ☎3987 - 4173、FAX3987 - 4178」へ※先着順。

女性のしなやか健康教室「女性の身体と月経前症候群（PMS）のこと」

９月13日㈬　午後１時30分～３時30分　池袋保健所◇女性ホルモンと月経のしくみを知り、PMSとその対応方法について学ぶ。講師…都立大塚病院産婦人科医師／砂倉麻央氏◇区内在住、在勤で49歳までの女性◇20名保生後６か月以上４歳未満児。５名程度。要予約。
申８月15日から電話かファクスで「保健指導グループ☎3987 - 4174、FAX3987 - 4178」へ※先着順。

傍聴できます

第１回豊島区医療的ケア児等支援協議会

９月５日㈫　午後１時30分～３時30分　あうるすぽっと３階会議室B◇５名
申電話かEメールで８月25日午後５時までに「児童・障害児支援グループ☎4566 - 2451、EMA0050017@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

イベント

目白の森で遊ぼう！葉っぱのスタンプで絵を描こう＆ネイチャーゲーム

８月19日㈯※雨天時８月20日㈰　午後１時～３時30分　目白の森（目白４－11－21）◇40名◇水筒、帽子持参、汚れてもいい服装。
申８月14日から電話かファクスで「豊島みどりの会☎3982 - 5569、FAX3982 - 5569」へ※先着順。

マンガの聖地トキワ荘学校―小学生のためのマンガ教室

８月20日㈰　午後２時～３時45分　区民ひろば富士見台◇講師…日本漫画家協会常務理事／一本木　蛮氏◇小学生◇15名◇同伴のおとなのみ300円（参加者には後日参加証を送付）申はがきか電話かEメールで８月18日までに「〒171 - 0052　南長崎３－14－10　飯田正幸、☎090 - 8805 - 6323、EMangel@mx2.alpha-web.ne.jp」へ※先着順。

一日子ども図書館員

８月21日㈪　午後１～４時　池袋図書館◇カウンター業務や本の整理などの仕事に挑戦◇小学４～６年生◇８名◇図書館利用カード持参申８月13日から申込用紙（当館で配布）を当館へ持参※先着順。
問当館☎3985 - 7981

みらい館大明

①**豊島区若者学びあい事業ブックカフェシアター「魚雷モグラ」**…８月25日㈮・26日㈯　ⓐ午後２時から、ⓑ午後７時から、８月27日㈰　ⓐ午後１時から、ⓑ午後５時から◇戦時中、魚雷を造るために長崎の地下工場に集められた女子学徒たちを描いた演劇作品◇前売り2,500円、当日3,000円※小学生～高校生は500円（未就学児無料）、②**パソコン講座「パワーポイント基礎２日間」**…９月２・９日土曜日　午後１～５時◇プレゼンに役立つパワーポイントの基礎。講師…パソコンインストラクター／石井由香里氏◇ワードかエクセル経験者◇７名◇6,000円、③**子どもモノづくり学校「大きな大きなロールケーキづくり×読み聞かせ」**…９月９日㈯　午後１時～２時30分◇食にまつわる絵本の読み聞かせと、ロールケーキを作り、試食◇４歳～中学生（未就学児は保護者同伴）◇12名◇500円
申①はEメールで「ウラダイコクEMuradaikoku@yahoo.co.jp」へ。当日券は会場で販売。②③は８月13日から電話かEメールで「当館☎3986 - 7186、EMmiraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

離婚でしか救われないの？もしかしたらカサンドラ症候群かも？

９月２日㈯　午後１～３時　男女平等推進センター◇カサンドラ症候群経験者の実体験を交え、発達障害の夫の心ない言動に傷つく原因と解決の糸口を提案◇発達障害の方、その可能性のある方との関係構築に悩む全ての方◇24名保６か月以上未就学児。８月24日までに要予約。定員あり。
申８月15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。

ああそうなんだ倶楽部「森林浴とトルコ・イスラムの響きを求めて」

９月２日㈯　午後１時10分～４時　東京メトロ副都心線北参道駅３番出口午後１時集合、代々木上原付近解散◇明治神宮～代々木公園～代々木八幡宮～東京ジャーミイ◇30名◇500円◇女性はスカーフ持参（礼拝堂見学のため）申Eメールで８月13～25日の間に「当倶楽部　辻EMsounandakurabu2017@gmail.com」へ※先着順。
問生涯学習グループ☎4566 - 2762

出前寄席「悪質商法にご用心！」

９月６日㈬　午前10時30分～11時10分　区民ひろば南池袋◇消費者トラブルの手口と対策を真打落語家が楽しく伝える◇30名申８月22日から電話で当ひろば☎3984 - 5896へ※先着順。
問消費生活グループ☎4566 - 2416

鈴木信太郎記念館「落語パフォーマー　シリル・コピーニ独演会 chez（シェ）信太郎」

９月９日㈯　午後２時～３時30分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇**第１部**…トークショー「RAKUGOでツール・ド・フランス」、**第２部**…「RAKUGO口演」。出演…フランス人落語パフォーマー／シリル・コピーニ氏◇30名申往復はがきで８月22日（必着）までに「〒170 - 0013　東池袋５－52－３　鈴木信太郎記念館」へ※１名１通。応募者多数の場合は抽選。
問当館☎5950 - 1737

東京音楽大学第13回声楽教員によるコンサート

９月９日㈯　午後６時開演　東京音楽大学100周年記念ホール（南池袋３－４－５）◇声楽…嘉目　真木子、川原敦子、九嶋　香奈枝、清水勇磨、ピアノ…脇田理佳、渡辺知子◇乳幼児入場不可◇700名（全席指定）◇385円（チケット発券手数料）申当大学チケットサイトHPhttps://www.s2.e-get.jp/TCM/pt/から申込み※先着順。
問演奏会お問合せ窓口☎6379 - 3788（平日午前10時～午後５時）

子どもへの心配が信頼にかわるコミュニケーション―親業に学ぶ―

９月12日㈫　午前10時～正午　男女平等推進センター◇第１部…参加型講演会、第２部…小グループでの話し合い◇24名保６か月以上未就学児。９月４日正午までに要予約。定員あり。
申８月15日から電話かファクスかEメールで「男女平等推進センター☎5952 - 9501、FAX5391 - 1015、EMA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

目白庭園

９月16日㈯　①**一日体験会**…午前９時～午後５時◇赤鳥庵見学可（一部立ち入り制限あり）。庭師公開手入れ※雨天中止、飲料無料（先着200名１名１本）、②**目白庭園の築庭～現代の庭づくり面白ポイント～**…午前10時30分～正午◇当庭園の設計者と師弟関係の加園貴氏が、庭園の特色や観賞の魅力を紹介。講座後に講師と庭園散策予定◇中学生以上の方◇30名、③**「赤鳥庵の建築～数寄屋造と庭園の美～」**…午後２時～３時30分◇建築史や建築意匠の専門家／松﨑照明氏が、数寄屋造の歴史や庭園との一体性を解説。講座後講師と散策予定◇中学生以上◇30名
申８月13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。
問当園管理事務所☎5996 - 4810

第二十回いけびず落語会

10月14日㈯　午後２時開演（午後１時30分開場）　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇出演…春風亭昇々、春風亭昇羊◇前売り2,000円、当日2,300円
申８月13日から２次元コードで申込み。電話か直接窓口申込みも可※先着順。
問当館☎3980 - 3131（午前10時～午後８時）

講演・講習

「いきものづくし　ものづくし」を楽しむ会～絵でみる博物館へようこそ～

８月29日㈫　午後２～３時　池袋第三区民集会室◇福音館書店の方がシリーズの楽しみ方を紹介◇５歳以上（保護者同伴可）◇30名申当日直接会場へ※先着順。
問池袋図書館☎3985 - 7981、FAX3985 - 7486

認知症を学び地域で支えよう～認知症サポーター養成講座～

９月４日㈪　午後２時～３時30分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者、支援者を養成◇区内在住、在勤、在学の方◇20名
申８月14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。

NPO設立準備セミナー（全３回）

９月５～19日　火曜日　午後６時30分～８時30分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）※オンライン受講も可◇NPO法人や一般社団法人の概要、設立の際に必要な申請書類や定款の作成ポイントを学ぶ◇30名◇1,000円申８月13日から２次元コードで申込み※先着順。
問協働推進グループ☎4566 - 2314

第１回ビジサポ勉強会 今さら聞けない消費税の基本とインボイス制度

９月６日㈬　午後３時～４時30分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇10月１日導入のインボイス制度について、消費税の基本的な仕組みを学びながら、登録の要否や方法を知る◇事業を営んでいる方、起業を考えている方◇30名申２次元コードで申込み※先着順。
問商工グループ☎4566 - 2742

田﨑史郎講演会

９月６日㈬　午後２時30分～４時　ホテルメトロポリタン（西池袋１－６－１）◇「揺れ動く内外情勢とこれからの政治経済」。講師…政治ジャーナリスト／田﨑史郎氏◇160名申ファクスかEメールで「当事務局FAX3985 - 5718、EMinfo@toshimahojinkai.or.jp」へ※先着順。
問豊島法人会☎3985 - 8940

エンパワーメント講座「モヤる気持ちを解き放つ！」（全２回）オンライン

①９月22日㈮　午後７時～８時45分、②10月７日㈯　午後２～４時◇モヤる気持ちの背景にあるものを浮き彫りにし、誰もが生きやすくなるための気づきと学びを得る。講師…①アルテイシア氏、②富永京子氏◇各回26名。いずれか１回の参加も可申８月16日からEメールで男女平等推進センターEMA0029117@city.toshima.lg.jpへ※先着順。
問当センター☎5952 - 9501

スポーツ

弓道初心者教室（全８回）

９月２日～10月28日　土曜日※９月23日を除く　午後５時～６時30分　総合体育場◇道場での礼儀、弓で的を射る作法を楽しく学ぶ。指導…豊島区弓道連盟◇区内在住、在勤、在学で高校生以上の未経験者◇20名◇6,000円（別途保険代）申８月13日からEメールで豊島区弓道連盟EMkyudo1025@yahoo.co.jpへ※先着順。
問当連盟　古矢☎090 - 8564 - 9192

区民歩こう会「練馬高野台駅から石神井公園と周辺の神社・仏閣を散策」

９月３日㈰　午前９時50分　西武池袋線練馬高野台駅駅前広場集合◇練馬高野台駅～石神井川～天祖稲荷神社～観蔵院～禅定院～道場寺～三宝寺～氷川神社～石神井公園～池淵史跡公園～諏訪稲荷神社～西武池袋線石神井公園駅まで（約６㎞）◇300円◇軽装、飲み物、昼食、雨具持参申当日集合場所で受付。
問豊島歩こう会　吉越☎3986 - 8620

初級者水泳教室（全４回）

９月５～26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メートル程度の方◇20名◇4,000円申はがきで８月25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。
問当事務局　佐藤☎3943 - 6397

としま産業振興プラザ（IKE・Biz）

ボルダリング初心者講習会…９月10日㈰　①午後１時から、②午後２時から、③午後３時から、④午後４時から◇ルールや安全に関する注意点など、基礎を学ぶ。講習参加の子どもにイケビズ特製キーホルダーをプレゼント◇①～③小学２年生～15歳（親子参加可）、④16歳以上の方◇各回10名、**フレイル予防講座**…９月17日㈰　午前10時～11時30分◇認知症予防＆筋力アップで、楽しく健康寿命を延ばす。座学・運動指導・イスに座ってエクササイズ・質疑応答◇20名
いずれも◇1,000円◇運動のできる服装、室内履き持参申８月13日から２次元コードで申込み※先着順。
問当館☎3980 - 3131（午前10時～午後８時）

第74回豊島区民水泳大会

10月22日㈰　午前10時から（午前８時45分開場）　南長崎スポーツセンター◇種目…自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、フリーリレー、メドレーリレー（リレー以外は１人２種目まで）◇区内在住、在勤、在学、区内水泳クラブに所属の小学４年生以上の方◇350名◇小・中学生400円、高校生600円、一般800円。リレーは１チーム１種目につき、中学生800円、高校生1,200円、一般1,600円※振込み申申込書（豊島区水泳連盟ホームページからダウンロード）を９月10日までにEメールでEMtoshimasuiren.taikai@gmail.comへ※先着順。
問当連盟　佐藤☎3943 - 6397

職員採用

資格など詳細は区ホームページか各課窓口で募集要項などを確認してください。

保健師補助（会計年度任用職員）

乳幼児健診、母子・成人・精神保健相談、健康教育、家庭訪問、面接・電話相談など◇**勤務地**…池袋保健所◇**任期**…10月１日～令和６年３月31日申申込書（区ホームページからダウンロード）と保健師免許（写し）を８月25日（必着）までに当所窓口へ持参か郵送。
問保健指導グループ☎3987 - 4174

広報としまに関するアンケートにご協力ください

広報としまの改善点や皆さんのご要望を把握するため、アンケート調査を実施中です。最大14問の簡単なアンケートなので、数分で回答できます。
●回答方法…２次元コードから
●回答期限…９月15日

消費者のポケット　暮らしのレスキューサービスの高額請求に注意！

トイレの修理など事業者に対処を依頼するレスキューサービスは、便利なサービスである半面、思わぬ高額請求をされる場合があり注意が必要です。

事例

夜中にトイレが詰まってしまった。すぐに対処してもらいたかったのでインターネットで検索し、「3,300円～」という広告表示がされていた業者に依頼した。作業が始まると、便器の着脱やコーティングなどで追加料金を提示され、16万円を支払った。

アドバイス

インターネットやチラシなどの広告表示だけで、消費者が作業内容や金額を予測することは困難です。契約を急かされる、次々と高額な作業を提案される場合などは作業を断るようにしましょう。また料金や作業内容に納得いかない場合は、その場での支払いはせずに、後日納得した金額で支払う意思があることを伝えましょう。

困ったときは、消費生活センターに相談してください。
問当センター☎3984 - 5515

としまでさとおや 第３回

養育家庭（里親）について知っていただくため、豊島区の里親さんに体験をお話ししていただきました。今回は、里親Bさんのエピソードの紹介です。

「初めて抱っこした日」里親Bさんの話

２歳で我が家に来た彼女はとても人見知り。交流の時、乳児院の保育士さんから離れないようしがみつき、大泣き。無事お家に迎えられるのか不安でした。少しでも慣れてもらおうと週５-６回交流しても状況はなかなか変わらず、「現実逃避」として私と２人になると寝てしまうようになりました。ある日、「今日は抱っこしましょう」と突然提案を受けました。私が抱っこすると案の定大泣き、その様子を見た心理士さんは「泣いてはいるけれど、本当に嫌な時の泣き方ではないと思いますよ」とアドバイス。30分くらい泣き続けた後、落ち着いたようでひざの上で絵本を読むことができました。その日を境に、慣れてきた彼女は外出交流の時は必ず「抱っこして」と抱っこが大好きになりました。我が家に来て７年、成長した今でも人見知りは変わらず、慣れない人と話す時には、私の腕にくっついてきてとても愛おしく思う日々です。
児童相談所☎6758 - 7918