

健康



区内医療施設管理者の皆さんへ

「医療施設静態調査」にご協力ください。この調査は統計法の規定による基幹統計調査です。3年ごとに医療施設の分布及び整備の実態を明らかにすると共に、医療施設の診療機能を把握し、医療行政の基礎資料を得ることを目的としています。9月中旬頃、各事業所宛に調査票を郵送します。

◇**回答方法**…調査票を返信またはインターネットによるオンライン回答(5月以降に開設した事業所はオンライン回答不可)。詳細は調査票参照。

◇**回答期限**…10月13日(必着)

◇**調査対象**…10月1日午前0時現在において開設している区内のすべての病院、一般診療所、歯科診療所。
☎地域保健課管理グループ☎3987-4203

令和5年度高齢者インフルエンザ予防接種予診票の発送

10~12月に対象年齢になる方に9月末から順次発送◇**対象**…区に住民登録があり、次の①②いずれかにあてはまる方(令和5年12月31日時点)。
①65歳以上の方、②60~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能のいずれかに障害があり、身体障害者手帳1級を所持し日常生活が極度に制限される方◇**接種期間**…令和6年1月31日まで◇**自己負担額**…2,500円(生活保護受給者と中国残留邦人等支援給付受給者は無料)。

☎予防対策グループ☎4566-4115、長崎健康相談所☎3957-1191

バランス向上プログラム



9月22日(金) 午後1時30分~2時30分 高田介護予防センター◇理学療法士による姿勢を意識して行う筋トレ、ストレッチ◇区内在住で65歳以上の方◇14名

☎9月14日午前11時から電話で当センター☎3590-8116へ※先着順。

~専門医からのアドバイス~ COPDと65歳からの肺炎予防



10月4日(水) 午後2時~3時30分 池袋保健所◇COPD(慢性閉塞性肺疾患)や肺炎の症状・原因・治療法や予防法について、呼吸器の専門医から学ぶ。講師…要町病院院長/吉澤孝之氏◇40名

☎9月13日から電話かファクスで「公害保健グループ☎3987-4220、☎3987-4110」へ※先着順。

イベント



豊島みどりの会 観察会

9月22日(金)※雨天中止 午前8時45分 池袋南口地下ルミネ前エスカ

レーター横集合、午後0時30分 J R西八王子駅解散◇J R高尾駅から南浅川(曼殊沙華とツルボほか)を観察。講師…鈴木 泰氏◇20名◇200円(会員は無料)。交通費別途◇飲み物、帽子持参。

☎9月13日から電話かファクスで当会☎3982-5569、☎3982-5569へ※先着順。

志瑞祐氏講演会

10月7日(土) 午後2時開演(午後1時開場) としま区民センター◇「聖剣学院の魔剣使い」(KADOKAWA刊)のアニメ化決定を記念した著者の志瑞祐氏による講演。来場者特典あり◇400名☎詳細は2次元コード参照※応募者多数の場合は抽選。

☎東京都書店商業組合 豊島支部☎3953-4831



第26回こころまつり ひろげよう心のふれあい ~深めよう心のきずな~

10月14日(土) 午前10時45分~午後2時30分 長崎小学校◇当校児童による長崎獅子舞とダンスキッズの舞台発表。ジャンプ長崎など高校生による演奏。参加団体による各種販売、展示や体験コーナーなど(校庭で飲食可)☎当日直接会場へ。**前日と当日のボランティア募集中**…希望の方は電話でル・ピュル☎6905-8005へ。
☎長崎健康相談所☎3957-1191

おなかに赤ちゃんがいる外国の方に災害時にどうすればよいかお話しします

10月14日(土) 午後2~4時 男女平等推進センター◇災害時の対応について多言語で説明。講師…助産師ほか◇20名☎6か月以上未就学児。定員あり。10月5日までに要予約。

☎9月13日からEメールで当センター-☎A0029117@city.toshima.lg.jpへ※先着順。

当センター☎5952-9501

としま案内人長崎町ガイドツアー「トキワ荘マンガミュージアム周辺まち歩き」

10月15日(日) 午後1時~3時30分 西武池袋線椎名町駅改札口付近集合、トキワ荘マンガミュージアム付近解散◇昭和を代表するマンガ家が若手時代に創作活動をしていたまちを歩く◇20名◇300円(別途入館料)☎往復はがき(4面記入例参照。参加者全員の氏名、年齢、住所、電話番号を記入)で10月2日(必着)までに「〒171-0044 千早2-35-12 千早地域文化創造館」へ。2次元コードで申込みも可※応募者多数の場合は抽選。

☎当団体 豊田☎090-8315-3137



御家流師範から習う香道体験

10月22日(日) ①午後1時~2時30分、②午後3時~4時30分 目白庭園◇同じ香を当てる「組香」などを楽

しみ本格的な香道を体験◇小学生以上(小学生は保護者同伴)◇各回15名◇2,000円☎9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。希望回、ファクス番号も記入)で「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園、☎5996-4886、HP info@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

人生★ブラッシュアップ!! ココロかるやか講座~せねばならないを捨てる!~(全3回)

10月17日(火)・24日(火)・27日(金) 午後2~4時 男女平等推進センター◇家事や料理を切り口に時代の変化を学び、家事を「大変!」にしているのは何か、参加者同士で交流しながら楽しく学ぶ◇24名☎6か月以上未就学児。定員あり。10月10日までに要予約。

☎9月13日から電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、☎5391-1015、☎A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

2023年晩秋 四季の里バスツアー

①11月8日(水)~10日(金)、②11月22日(水)~24日(金) 午前9時 東京芸術劇場前出発◇1日目…東京芸術劇場前~那須・乃木神社~那須ステンドグラス美術館。2日目…会津さざえ堂~塔のへつり~だるま絵付け体験。3日目…道の駅ばんだい~蛇の鼻御殿◇25名(最少催行人数20名)◇39,800円(宿泊料・食事代7食)・交通費込み)

☎各日程初日の14日前までに電話で(株)フォレスト旅行事業部☎0570-038-489へ。

講演・講習



大正大学ワークショップ「作ってみよう『わが家のひなん計画』~神田川氾濫、土砂災害などから身を守る~」

9月24日(日) 午前10時~正午 雑司が谷地域文化創造館◇神田川氾濫、土砂災害から身を守るための避難計画づくりを学ぶ。講師…大正大学/加藤照之氏、宮崎牧子氏、佐藤和彦氏◇50名☎電話かEメールで9月13~20日の間に「災害対策グループ☎4566-2428、☎A0015209@city.toshima.lg.jp」へ。直接窓口や2次元コードで申込みも可※応募者多数の場合は高田在住の方優先で抽選。

☎講座について…大正大学地域構想研究所☎5944-5482(平日午前9時~午後5時)、申込みについて…当グループ☎4566-2428



出張講座「消費者トラブルにご注意!」

9月26日(火) 午後1時30分~2時30分 区民ひろば池袋◇最近の相談事例を紹介し、悪質商法の手口や対

処法などを学ぶ◇20名☎9月12日から電話で当ひろば☎3982-9658へ※先着順。

☎消費生活グループ☎4566-2416

在宅介護教室を開催します

9月30日(土) 午後2~4時 菊かおる園(西巣鴨2-30-19)◇①福祉用具(介護用ベッド、リクライニング車椅子、歩行車、離床補助すりなど)の紹介と使用方法、②家庭での高齢者介護の実技指導◇20名

☎9月13日から電話かファクスで「豊島区社会福祉事業団☎5980-0294、☎5980-0295」へ※先着順。

出前講座「家庭に役立つ『整理収納』講座」

10月10日(火) 午後1時30分~3時 区民ひろば長崎◇実践的な整理収納術を学ぶ◇15名☎9月26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

みらい館大朗

①「古典文学茶房~平家物語」(全5回)…10月12・26日、11月9・30日、12月14日 木曜日 午後1時30分~3時◇お茶を飲みながら古典文学を講読・解説し、感想を語り合う。講師…文学研究家/高橋善恵氏◇15名◇3,500円、②「パソコン講座『エクセル基礎編1』」(全2回)…10月14・21日 土曜日 午後1~5時◇入力のポイントと表の作成方法、簡単な計算式と関数の入力方法。講師…パソコンインストラクター/石井 由香里氏◇パソコン経験者◇7名◇6,000円

いずれも☎9月13日から電話かEメールで「当館☎3986-7186、☎mi-raikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

第2回空き家セミナー

10月14日(土) 午前10時~正午 上池袋コミュニティセンター◇講演会①コストゼロで空き家活用。講師…(株)ジェクトワン/今堀暢子氏、②所有者不明土地・建物に関する民法などの改正ポイント。講師…弁護士/矢野謙次氏。個別相談あり◇40名(個別相談は3組)

☎9月13日から電話かファクスかEメールで「施策推進グループ☎3981-2655、☎3980-5136、☎A0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

分譲マンション管理セミナー

10月14日(土) 午後1時30分~3時30分 上池袋コミュニティセンター◇講演「マンションの『ふたつの老い』をめぐって~マンションとして認知症にどう取り組むか~」、個別相談会◇マンション管理組合役員、区分所有者◇40名(個別相談会は4組)
☎電話かファクスかEメールで10月12日午後5時までに「マンショングループ☎3981-1385、☎3980-5136、☎A0050026@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。