

子育て・教育

ノーバディーズ・パーフェクト～完璧な親なんていない～(全6回)

6月13日～7月18日 木曜日 午後1～3時 東部子ども家庭支援センター◇参加者同士で話をしながら子育ての方法や自分自身について考える◇区内在住の1～3歳未満児の母親でプログラム初参加、全回出席できる方◇10名 限10名

☎母子モアプリで4月30日午前10時～5月30日午後6時の間に申込み※応募者多数の場合は抽選。結果は6月6日までに電話連絡。

☎当センター☎03-5980-5275

暮らし等

憲法記念日特設無料相談

5月11日(土) 午前9時30分～午後3時30分◇豊島法曹会の弁護士による対面・電話法律相談。1名30分以内◇区内在住、在勤、在学の方◇12名

☎4月23日から電話で庶務・相談グループ☎03-3981-4164へ※先着順。

環境・清掃

環境影響評価書案の縦覧・意見書提出などについて

池袋駅西口地区および池袋駅直上西地区第一種市街地再開発事業

◇縦覧期間…4月30日(火)～5月29日(火) 午前9時30分～午後4時30分

◇縦覧場所…区役所本庁舎6階環境保全課、都庁第二本庁舎19階環境局総務部環境政策課、立川地方合同庁舎3階多摩環境事務所管理課

◇意見書の募集…事業名、住所、氏名、環境保全の見地からの意見を記載し、6月13日(消印有効)までに「〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1 東京都環境局総務部環境政策課」へ郵送か持参。

◇説明会…5月11日(土) 午前10時から、5月13日(月) 午後6時30分から

ステーションコンファレンス池袋※詳細は4月30日以降に都ホームページ参照。

☎東京都環境政策課☎03-5388-3406

アスベスト分析調査助成

建築物の解体・改修工事の際に行う吹付け材(塗装材を除く)の分析調査の費用の一部を助成します。

◇対象…以下のいずれかに該当する方。①区内に建築物を所有する個人または法人、②区内に所在する分譲集合住宅の管理組合の代表者

◇対象建築物…区内に所在する建築物のうち、平成18年8月31日以前に建てられたもの

◇助成金額…吹付け材の分析調査に要した費用の2分の1(上限10万円)※分析調査後1年以内に申請が必要。

☎公害対策グループ☎03-3981-2405

空間(大気)放射線量測定[定点測定]結果

南池袋公園での空間(大気)放射線量測定の結果、区の目標値である0.23マイクロシーベルト/時間未満の値でした※4月から測定地点と測定頻度を変更し、月に1回、南池袋公園で測定をしています。

定点施設の測定結果
※測定結果は地上1mのもの。それ以外の結果はホームページ参照。
※単位はマイクロシーベルト/時間。

測定日	南池袋公園
1月15日、2月20日、3月13日	0.04

☎公害対策グループ☎03-3981-2405

みらい館大明「いのちの森」初夏の自然観察会～間伐材を暮らしに取り入れよう～

5月26日(日) 午前9時30分～11時30分◇「いのちの森」の自然観察、森林の保全活動やSDGsの学習、木工作体験。講師…(特非)ネイチャーセンターリセン理事長/岩間 美代子氏◇区内在住、在勤、在学の方(小学3年生以下は保護者同伴)◇24名

☎電話かファクスかEメール(4面記入例参照。保護者同伴の場合は保護者の氏名と続柄も記入)で5月9日までに「環境政策課事業グループ☎03-3981-2771、☎03-3980-5134、☎A0029180@city.toshima.lg.jp」へ。2次元コードで申込みも可※応募者多数の場合は抽選。当選者のみ5月13日に通知を発送。

健康

講演会 「東洋医学で腰痛ケア！」

5月10日(金) 午後2～3時 池袋保健所◇東洋医学とツボの力を使った腰痛のセルフケアを学ぶ。講師…豊島区鍼灸師会会長/戸澤和明氏◇区内在住、在勤、在学で18歳以上の方◇40名

☎4月23日から電話かファクスで「保健事業グループ☎03-3987-4660、☎03-3987-4110」へ※先着順。

高齢者マシントレーニング体験会

①5月28日(火) 午後2時15分～3時45分、②6月18日(火) 午後2時15分～3時45分※いずれも同内容◇筋力・筋持久力・柔軟性を高める効果を持つマシンを体験することで運動の楽しさを知り、日常生活の中で運動を継続するきっかけとする◇区内在住の65歳以上で、高齢者マシントレーニングを受講したことがなく、5・6月に実施するフレイルチェック、フレイル対策機器活用講座に1回以上参加できる方※詳細は問い合わせください◇各回15名

☎電話で4月25日～5月1日の間に介護予防・認知症対策グループ☎03-4566-2434へ※先着順。

フレイルしっかりチェック(約2時間)

5月31日(金) 午後1時から 高田介護予防センター、6月17日(月) 午前10時から 区民ひろば西巣鴨第一◇自身の状態を確認し、フレイルの

早期発見、適切な対応をする◇区内在住で65歳以上の方(介護認定を受けていない方)◇15名◇動きやすい服装で参加

☎4月23日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎03-4566-2434へ※先着順。

募集

ファミリー・サポート・センター援助会員

◇活動内容…保育施設までの送迎、学童放課後の預かり、保護者の用事や外出時の預かりなど(有償の援助活動)

◇対象…区内在住の20～70歳(登録時)の心身ともに健康な方で、養成講座全日程を受講後、援助会員として活動ができる方◇年度会費2,000円、②パソコン&スマホ教室…詳細は2次元コード参照。

☎①は電話で当センター☎03-3982-9533へ。

生涯学習オープンスクール

①ゼロから学ぶ中国語(全5回)…5月25日、6月8・22日、7月13・27日 土曜日 午前10時～正午 早稲田文理専門学校◇15名◇1,650円

☎電話かファクスで「当校☎03-5960-2611、☎03-5960-2622」へ※先着順。

イベント

集会所開放行事 「初めてでもOK!落語会」

5月25日(土) 午後1時30分～2時30分(午後1時開場) 西池袋第二区民集会所◇入船亭遊京が落語や漫談を披露◇区内在住の方◇30名程度

☎電話かほかきで4月24日～5月20日の間に「福祉ホームさくらんぼ☎03-5396-9581、〒171-0021 西池袋3-8-20」へ※先着順。

目白庭園

①第2回初めての水墨画体験～竹を描こう～…5月25日(土) 午後2～4時(受付午後1時30分)◇20名◇2,500円

②江戸文化を楽しもう～粋な三味線の響きとお座敷遊び～…6月8日(土) 午後6時～7時30分◇お座敷遊びと三味線を体験◇50名◇2,000円

いずれも◇中学生以上 限4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、☎03-5996-4886、☎info@mejiro-garden.com」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

☎当園管理事務所☎03-5996-4810

24,000円

☎2次元コードで5月7日までに申込み※応募者多数の場合は抽選。

☎生涯学習グループ☎03-4566-2762

鉄道写真トークショー「僕の写真は色あせない旅路への招待状」

5月26日(日) 午前10時30分～11時30分 上池袋図書館◇アマチュア写真家の沼野啓太氏を招き、旅や鉄道写真の魅力を語る◇小学生以上◇20名

☎4月24日午前10時から電話かファクスで「当館☎03-3940-1779、☎03-3940-1149」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

講演・講習

豊島区シルバー人材センター

①入会説明会…5月17日(金) 午前9時30分から、午後2時から 帝京平成大学池袋キャンパス内集会室◇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パソコン&スマホ教室…詳細は2次元コード参照。

☎①は電話で当センター☎03-3982-9533へ。

生涯学習オープンスクール

①ゼロから学ぶ中国語(全5回)…5月25日、6月8・22日、7月13・27日 土曜日 午前10時～正午 早稲田文理専門学校◇15名◇1,650円

☎電話かファクスで「当校☎03-5960-2611、☎03-5960-2622」へ※先着順。

英検対策合格セミナー(準2級、2級、準1級)…5月26日(日) 午前10時～午後3時 日本外国語専門学校◇中学生、高校生◇各級50名◇500円 ☎電話かファクスで「当校☎03-3365-6141、☎03-3365-6041」へ※先着順。

ジュニアリーダー講習会 「みんなで楽しく力をつける!リーダーカアップ大作戦」

6月～令和7年1月 日曜日午前月に1回程度※8月に2泊3日のキャンプを予定◇区内在住、在学の小学4年生～中学生◇定員あり◇

24,000円

☎2次元コードで5月7日までに申込み※応募者多数の場合は抽選。

☎生涯学習グループ☎03-4566-2762

鉄道写真トークショー「僕の写真は色あせない旅路への招待状」

5月26日(日) 午前10時30分～11時30分 上池袋図書館◇アマチュア写真家の沼野啓太氏を招き、旅や鉄道写真の魅力を語る◇小学生以上◇20名

☎4月24日午前10時から電話かファクスで「当館☎03-3940-1779、☎03-3940-1149」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

豊島区伝統工芸保存会 「伝統工芸教室」

6月～令和7年2月 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)、講師宅

①貴金属装身具…土曜日午後(月2回程度)◇講師…島 功氏☎03-3973-3014

②金工…金曜日午後(月2回程度)※5月も実施あり◇講師…渡部流線氏☎090-8015-7223、☎ryusen.silver@gmail.com

③江戸べつ甲…土曜日(月2回程度)◇講師…宮本拓哉氏☎03-3949-1147

④つまみ細工…水曜日午後(月3回程度)◇講師…齋藤小風氏☎03-6914-3519、☎dento@japan-craft.org

いずれも◇区内在住、在勤の方◇上限3,000円で各講師が設定(別途材料費がかかる場合あり) 限電話で各講師へ。④⑤はEメールで申込みも可。詳細は区ホームページ参照か問い合わせてください。

☎商工グループ☎03-4566-2742

生涯学習オープンスクール

①ゼロから学ぶ中国語(全5回)…5月25日、6月8・22日、7月13・27日 土曜日 午前10時～正午 早稲田文理専門学校◇15名◇1,650円

☎電話かファクスで「当校☎03-5960-2611、☎03-5960-2622」へ※先着順。

英検対策合格セミナー(準2級、2級、準1級)…5月26日(日) 午前10時～午後3時 日本外国語専門学校◇中学生、高校生◇各級50名◇500円 ☎電話かファクスで「当校☎03-3365-6141、☎03-3365-6041」へ※先着順。

ジュニアリーダー講習会 「みんなで楽しく力をつける!リーダーカアップ大作戦」

6月～令和7年1月 日曜日午前月に1回程度※8月に2泊3日のキャンプを予定◇区内在住、在学の小学4年生～中学生◇定員あり◇

スポーツ

短期水泳教室(全4回)

たのしい初級者水泳…①5月7～28日 火曜日 午前10時から 雑司が谷体育館、②5月8～29日 水曜日

午前9時から 南長崎スポーツセンター◇18歳以上泳力10m程度の方、歩いたり走ったり水中で体力アップ…①5月7～28日 火曜日 正午から 雑司が谷体育館、②5月8～29日 水曜日 午前10時から 巢鴨体育館◇18歳以上の方

いずれも◇4,000円◇10名

☎電話で5月5日までに豊島区水泳連盟 鈴木☎080-5720-5377へ。2次元コードで申込みも可※先着順。

第45回豊島区レディス・スポ・レク大会

区内在住・在勤の成人女性の方※申込み・詳細は直接各競技担当へ

●ソフトテニス…5月16日(休) 総合体育場 限5月7日までにソフトテニス連盟 小口☎090-2731-9653へ、●バドミントン…個人戦6月2日(日) 豊島体育館、団体戦6月30日(日)・7月7日(日) 南長崎スポーツセンター

☎個人5月15日、団体6月12日までにバドミントン協会 細井☎090-6524-7445へ、●合気道…6月2日(日) 池袋スポーツセンター 限当日正午まで現地受付 限合気道連盟 猪谷☎080-3102-1185へ、●バレーボール…6月3日(月)・17日(月)・30日(日) 豊島体育館、6月8日(土)・7月6日(土) 雑司が谷体育館、6月22日(土) 南長崎スポーツセンター 限5月5日までにバレーボール連盟 中村☎090-9301-7635へ、●ゴルフ…6月5日(火) 日本カントリークラブ 限5月2日までにゴルフ協会 酒井☎090-3002-5247へ、●卓球…6月16日(日) 巢鴨体育館 限5月6～13日の間に卓球連盟 田辺☎03-3959-4423へ、●空手…6月16日(日) 雑司が谷体育館 限5月24日までに空手道連盟 根本☎03-3946-4843へ、●剣道…6月23日(日) 池袋スポーツセンター 限5月23日までに剣道連盟 関根☎03-3916-2110へ、●弓道…

第45回豊島区レディス・スポ・レク大会

区内在住・在勤の成人女性の方※申込み・詳細は直接各競技担当へ

●ソフトテニス…5月16日(休) 総合体育場 限5月7日までにソフトテニス連盟 小口☎090-2731-9653へ、●バドミントン…個人戦6月2日(日) 豊島体育館、団体戦6月30日(日)・7月7日(日) 南長崎スポーツセンター

☎個人5月15日、団体6月12日までにバドミントン協会 細井☎090-6524-7445へ、●合気道…6月2日(日) 池袋スポーツセンター 限当日正午まで現地受付 限合気道連盟 猪谷☎080-3102-1185へ、●バレーボール…6月3日(月)・17日(月)・30日(日) 豊島体育館、6月8日(土)・7月6日(土) 雑司が谷体育館、6月22日(土) 南長崎スポーツセンター 限5月5日までにバレーボール連盟 中村☎090-9301-7635へ、●ゴルフ…6月5日(火) 日本カントリークラブ 限5月2日までにゴルフ協会 酒井☎090-3002-5247へ、●卓球…6月16日(日) 巢鴨体育館 限5月6～13日の間に卓球連盟 田辺☎03-3959-4423へ、●空手…6月16日(日) 雑司が谷体育館 限5月24日までに空手道連盟 根本☎03-3946-4843へ、●剣道…6月23日(日) 池袋スポーツセンター 限5月23日までに剣道連盟 関根☎03-3916-2110へ、●弓道…

「自転車安全利用5則」を守りましょう…①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認③夜間はライトを点灯④飲酒運転は禁止⑤ヘルメットを着用

☎巢鴨警察署☎03-3910-0110、池袋警察署☎03-3986-0110、目白警察署☎03-3987-0110

●東京都住宅供給公社 「都営住宅入居者の募集」

◇募集内容…①一般募集住宅(家族・単身者向け)、②定期使用住宅(若年夫婦・子育て世帯向け)、③居室内で病死などがあつた住宅※詳細は2次元コード参照。

◇募集案内・申込書配布期間…5月7日(火)～15日(火)、オンライン申込みは5月21日(火)まで

◇区内の配布場所…区役所本庁舎1階総合案内、福祉総務課、東・西区民事務所、西部障害支援センター、図書館、各区民ひろば(若干数)、当公社目白窓口センター(目白2-1-1 目白NTビル5階)

☎当公社募集センター☎0570-010-810(募集期間中)、☎03-3498-8894(募集期間以外)

6月30日までにアーチェリー協会 富田☎03-3269-2930(ライオン堂洋品店内)

第1期シニアウォーキング教室(全4回)

6月3～24日 月曜日 午後2時～3時30分 ルネサンス早稲田(高田1-19-24)◇正しい姿勢と体に優しいウォーキング方法を実践◇区内在住で65歳以上の方◇20名◇1,200円(初回に要支払)

☎電話で4月24日～5月13日の間に介護予防・認知症対策グループ☎03-4566-2433へ※先着順。

官公署だより

●巣鴨・池袋・目白警察署 「5月1～31日 自転車安全利用 T OKYO キャンペーン」

「自転車安全利用5則」を守りましょう…①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認③夜間はライトを点灯④飲酒運転は禁止⑤ヘルメットを着用

☎巢鴨警察署☎03-3910-0110、池袋警察署☎03-3986-0110、目白警察署☎03-3987-0110

●東京都住宅供給公社 「都営住宅入居者の募集」

◇募集内容…①一般募集住宅(家族・単身者向け)、②定期使用住宅(若年夫婦・子育て世帯向け)、③居室内で病死などがあつた住宅※詳細は2次元コード参照。

◇募集案内・申込書配布期間…5月7日(火)～15日(火)、オンライン申込みは5月21日(火)まで

◇区内の配布場所…区役所本庁舎1階総合案内、福祉総務課、東・西区民事務所、西部障害支援センター、図書館、各区民ひろば(若干数)、当公社目白窓口センター(目白2-1-1 目白NTビル5階)

☎当公社募集センター☎0570-010-810(募集期間中)、☎03-3498-8894(募集期間以外)

ヒアリングフレイルチェック

聴力の低下は、フレイルや認知症の一因となります。「脳聴力チェックアプリ」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☎03-5924-6212、②高田介護予防センター☎03-3590-8116へ。

日程	午前	午後	会場	予約先
5月9日(日)		○	区民ひろば清和第一	①
5月13日(月)		○	区民ひろば千早	②
5月17日(金)	○		区民ひろば南大塚	①
5月24日(金)	○		区民ひろば高松	②
5月28日(火)	○		高田介護予防センター	②
5月31日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
6月4日(火)	○		区民ひろば仰高	①
6月7日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
6月14日(金)		○	高田介護予防センター	②
6月19日(火)		○	区民ひろば池袋本町	①
6月20日(水)	○		区民ひろばさくら第一	②
6月26日(火)	○		区民ひろば椎名町	②

新しい命のお祝いに 誕生記念樹をプレゼントします ～苗木は鉢植えでも育てることができます～

区では、緑豊かな環境都市を目指して土地本来の森を再生する「いのちの森」の植樹を進めています。

新しい命が「いのちの森」の樹木とともに健やかに成長されることを願い、「いのちの森」の苗木を誕生記念樹として贈ります。業者からご自宅(区内)に直接配送します。

◇対象…区内在住の6歳までの子ども◇樹木の種類…区ホームページ参照。

☎乳幼児医療証手続き窓口(子育て支援課・総合窓口課)で配布する「子育て応援ふくろう」に同封のがきで申込み。郵送で乳幼児医療証の手続きをした方、申込みはがきを紛失した方は2次元コードで申し込むか問い合わせください。1週間ほどで申込みはがきを送付します。

☎事業グループ☎03-3981-2771

第19回池袋モンパルナス回遊美術館・春期 5月16日(木)～6月5日(水)

さくさく彫れる消しゴムはんこ作り ～みんなで桜の木を描こう!～

5月18日(土) 午後1時30分～3時 千早地域文化創造館◇小学生以上(小学生は保護者同伴)◇10名

☎2次元コードで申込み※先着順。☎千早地域文化創造館☎03-3974-1335

西池袋アート散歩

5月18日(土)・23日(休)、6月2日(日) 午前10時～正午 駅たびコンシェルジュ池袋(池袋駅西口)前集合◇郷土資料館、自由学園明日館、東京芸術劇場、回遊美術館参加ギャラリーを巡る◇各回10名

◇1,000円(入場料別途)

☎5月10日からEメールで 限shiseikai@extra.ocn.ne.jpへ※先着順。☎近藤☎090-6566-5829

☎コマ振りアニメ・作って遊ぼう! 5月25日(土) 午後1時から、5月26日(日) ①午前10時から、②午後2時から、6月1日(土) 午後1時から(2時間30分程度) 人工工房チップス・ギャラリー◇小学生◇各回5名◇2,500円

☎2次元コードで申込み※先着順。☎人工工房チップス・ギャラリー☎03-3988-0224

陶器皿絵付け体験

5月26日(日) 午後3～4時 東京芸術劇場◇4歳以上の方◇10名◇1,000円

☎5月1日午後2時からEメールで造形スタジオ・バル 限oarubeige.ocn.ne.jpへ※先着順。☎造形スタジオ・バル☎090-8805-3973

☎第37回池袋いけいけ人形劇まつり 6月1日(土)・2日(日) 雑司が谷公園丘の上テラス◇各回80名◇各回500円(3歳以上) ※時間や申込み方法などの詳細は2次元コード参照。

☎当実行委員会 荒木☎090-4600-8950