

## 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  
**申**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。  
**問**当センター☎03-5980-5275

## くらし等

### 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  
**申**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(水) 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。  
**問**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。  
**問**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

**問**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

**申**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、FAX03-3980-5134、E:MA0029180@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  
**申**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、FAX03-3987-4110」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  
**申**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  
**申**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(有資格者には一部講座の免除あり)  
◇報酬…1時間800円。時間帯などにより900円(1時間あたり200円の報酬上乘せ補助制度あり)  
◇人数…30名  
◇養成講座(全11回)※詳細は区ホームページ参照。  
**申**電話で5月1～31日の間に事務局☎03-3981-2146へ※先着順。

## イベント

### 集会室開放行事「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室◇入船亭遊京が落語や漫談を披露◇区内在住の方◇30名程度  
**申**電話かはがきで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

## 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。「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。  
**申**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(木)		○	区民ひろば清和第一	①
5月13日(月)		○	区民ひろば早稲	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(水)		○	区民ひろば池袋本町	①
6月20日(木)	○		区民ひろばさくら第一	②
6月26日(水)	○		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

～苗木は鉢植えて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。

**申**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」に同封のはがきで申込み。

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。

**問**事業グループ☎03-3981-2771



敬老入浴事業  
子どもは無料で入浴ができます

5月5日の「こどもの日」は、豊島区が指定する銭湯に小学生以下の子どもは無料で入浴できます。安全確保のため、おとなと一緒にしてください。  
**問**高齢者事業グループ☎03-4566-2432