催し

理学療法士による健康講座

５月22日㈬　午後１時30分～２時30分　高田介護予防センター◇腰に関する講座と腰痛予防の体操◇区内在住で65歳以上の方◇25名
申５月14日午前11時から電話で当センター☎03－3590－8116へ※先着順。

池袋めんそ～れ祭り

５月26日㈰※小雨決行・荒天中止　午前10時15分～午後１時　サンシャイン60通り◇エイサーなどのパフォーマンス申当日直接会場へ。
問サンシャインシティ総合案内☎03－3989－3331

高齢者向けスマートフォン相談会

５月29日㈬　午後２時～４時30分　西部区民事務所◇一対一で操作方法の疑問や不安の解消（個人情報の取扱いを要する事項や通信キャリアなどとの契約内容、おすすめの機種や通信プランに関する相談は対応できない場合あり）。講師…東京都の委託によるスマートフォン専門アドバイザー※１人30分まで◇60歳以上の都民◇20名◇自身のスマートフォンに関する相談の場合は要持参（デモ機〈Android〉の用意あり）
申５月15日から電話で高齢者福祉課管理グループ☎03－4566－2429へ※先着順。

シニア男性料理講習会

５月31日㈮　午前10時～午後１時　東京第一友の会友の家（西池袋２－20－11）◇親子丼作り◇2,500円
申電話かＥメールで「東京第一友の会☎03－3971－9602（火・金曜日）、EMzoushigayafesta@gmail.com」へ。

弁護士による とげぬき地蔵尊無料法律相談会・遺言相続後見等セミナー

６月１日㈯　①法律相談…午後１～４時30分、②セミナー…午後１時から、午後２時30分から　とげぬき地蔵尊高岩寺信徒会館（巣鴨３－34－４）◇①相続・遺言などの法律相談、②今から始める老いじたく。遺言や相続、後見、財産管理契約などについて◇②のみ各回15名
申①５月13日から電話で第二東京弁護士会☎03－3581－2250へ（平日午前10時～午後４時）、②は当日先着順受付。

区民歩こう会「二の丸庭園・日比谷公園を散策」

６月２日㈰　午前９時50分　JR山手線神田駅南口駅前広場集合◇日本橋川～将門塚～大手門～二の丸庭園～皇居東御苑～江戸城本丸跡～和田倉噴水公園～皇居外苑～日比谷公園～烏森神社～新橋駅（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。
問当会　吉越☎03－3986－8620

月曜朝イチ映画会

６月３日㈪　午前10時から（上映時間99分）　上池袋図書館◇「父と暮せば（2004年公開）」井上ひさし原作◇25名申当日午前９時15分から整理券を配布※先着順。
問当館☎03－3940－1779

エポック10シネマ「WORTH 命の値段」

６月４日㈫　①午前10時～正午、②午後２～４時　男女平等推進センター◇アメリカ同時多発テロ発生後に設立された「被害者補償プログラム」。年齢も職種もバラバラの被害者に補償金をいかに分配するか。難問に挑んだ弁護士たちの実話◇各回26名保５月28日までに要予約。６か月以上未就学児。定員あり。
申５月14日午前９時から電話かファクスかＥメールで「当センター☎03－5952－9501、FAX03－5391－1015、EMA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

教科書展示会を開催します

教育センター…特別展示／６月４日㈫～14日㈮、法定展示／６月15日㈯～７月１日㈪※日曜日を除く。**区民ひろば西巣鴨第一集会室…**６月８日㈯～12日㈬、**千早図書館２階視聴覚室…**６月19日㈬～24日㈪　午前９時～午後５時（入場は午後４時30分まで）◇「中学校用教科書目録（令和７年度使用）」に掲載されている教科書の展示。中学校教科用図書、特別支援学級で使用する一般図書を教育委員会で採択申当日直接会場へ。
問事業支援グループ☎03－3981－1145

社交ダンス初心者講習会（全８回）

６月４日～７月23日　火曜日　午後６時30分～８時30分　雑司が谷体育館◇ワルツとルンバ◇区内在住、在勤の方◇男女各10名◇5,000円◇室内履き持参
申往復はがきで５月24日（必着）までに「〒170－0011　池袋本町２－４－11　豊島区ダンススポーツ連盟　西倉」へ※応募者多数の場合は抽選。
問当連盟　西倉☎03－3988－4082

運動実践プログラム

①３Ｂ体操教室…６月５日㈬　午前10時30分～11時30分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇有酸素運動とストレッチ◇30名、**②体質改善エクササイズ…**６月７日㈮　午前９時30分～11時　豊島体育館◇家でもできる簡単な体操や健康的な食事のメニューなどを紹介◇15名、**③フラダンス入門…**６月８日㈯　午後１～２時　巣鴨体育館◇フラダンスの基本動作を行う◇15名
いずれも◇区内在住で18歳以上の方
申①は５月14日、②は５月15日、③は５月16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。

就職面接会

６月５日㈬　午後１～５時　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇区内３社の採用担当者と直接面接ができる面接会。詳細はハローワーク池袋ホームページ参照◇１社あたり８枠
申電話でハローワーク池袋職業相談第一部門☎03－5911－8609（音声案内41＃）へ。直接窓口申込みも可※先着順。

第98回 夏季グラウンド・ゴルフ大会

６月６日㈭※予備日６月20日㈭　午後０時30時から受付　総合体育場◇区内在住、在勤の方◇800円◇動きやすい服装、運動靴持参（用具の貸出あり）
申電話で５月25日までに豊島区グラウンド・ゴルフ協会　寺田☎080－3250－7510へ※当日参加不可。

食育講演会「おいしく減塩、乳和食を学ぼう」

６月６日㈭　午後２～４時　池袋保健所◇牛乳の特性を活かした乳和食からおいしい減塩食を学び、高血圧などの循環器疾患を予防する。講師…乳和食開発者／小山浩子氏◇区内在住、在勤、在学の方◇30名
申５月14日午前８時30分から電話かファクスで「栄養グループ☎03－3987－4361、FAX03－3987－4178」へ※先着順。

みらい館大明

初心者向けウクレレ講座（全６回）…６月６・20日、７月４・18日、８月１・15日　木曜日　昼の部／午後１時～２時30分、夜の部／午後７時～８時30分◇楽器の持ち方、楽譜の読み方、簡単な楽曲などを演奏。講師…ミュージシャン／東澤　強氏◇各部10名◇7,500円◇ウクレレ持参※レンタル５台あり（１回500円先着順）、**パソコン講座「パワーポイント基礎２日間」…**６月15・22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、**子どもドラマ・ダンスワークショップ（全５回＋発表会）…**ワークショップ／６月20日～７月18日　木曜日　午後４時30分～６時、発表会（練習含む）／７月21日㈰　午前11時～午後３時◇シナリオ作り、セリフ・ダンスなどの練習・作品発表。講師…演出家／河田園子氏◇小学３～６年生◇15名◇4,500円
申５月13日から電話かＥメールで「当館☎03－3986－7186、EMmiraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

第14回学習院大学ブランディング・シンポジウム

６月８日㈯　午後１時～４時40分　当大学※オンラインでも開催◇「超高齢社会を考えるⅧ（災害とメンタルヘルス）」。医療政策、NPO法人による実践報告、精神医学、心理学など多角的に議論。講師…当大学学長／遠藤久夫氏ほか◇約200名申当日直接会場へ。オンラインの場合は２次元コードで６月８日までに申込み。
問当大学国際センター☎03－5992－1024、EMguic-off@gakushuin.ac.jp

「豊島の森」環境講座

６月９日㈰　午前10時～午後１時　豊島の森（区役所本庁舎10階）ほか◇自然観察と講義、森の枝を使用した工作。区の環境について意見を伺う機会を設ける予定◇区内在住、在学の小学生（小学３年生以下は要保護者同伴）◇15組30名程度
申電話かファクスかＥメールで（右記記入例参照。参加者全員の氏名、続柄〈小学生は学年〉も記入）５月29日までに「環境政策課事業グループ☎03－3981－2771、FAX03－3980－5134、EMA0029180@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。結果は５月31日に発送。

子育て中の再就職応援セミナー

６月14日㈮　午前10時～11時45分　男女平等推進センター◇就職活動の進め方および自己分析を中心に自分に合った働き方の検討保６か月以上未就学児。６月７日までに要予約。◇仕事と子育ての両立を考えている方で就職活動中または就職活動を始める方◇26名申５月13日から電話かファクスで「ハローワーク池袋☎03－5911－8609（47＃）、FAX03－3984－8790」へ。直接窓口申込みも可※先着順。
問当センター☎03－5952－9501

渋沢栄一ゆかりの飛鳥山をめぐる

６月14日㈮※小雨決行　午前10時～正午　JR王子駅中央改札口前午前９時45分集合、王子駅付近解散◇地元ボランティアガイド「としま案内人駒込・巣鴨」が案内◇25名◇300円申往復はがき（参加者全員の氏名、年齢、電話番号を記入）で６月３日（必着）までに「〒170－0003　駒込２－２－２　駒込地域文化創造館内としま案内人駒込・巣鴨ツアー係」へ。２次元コードで申込みも可※応募者多数の場合は抽選。
問当団体　ハギワラ☎080－5423－7069

【中央図書館】古典文学講座「源氏物語と仏教―紫式部の思想信仰を手がかりにして―」

６月20日～令和７年２月20日　毎月第３木曜日（８月を除く）　午前９時45分～11時45分　あうるすぽっと◇講師…大正大学名誉教授／大場　朗氏◇申込み時点で有効な区立図書館の利用カードの登録がある方◇50名申往復はがき（右記記入例参照。区立図書館利用カード登録番号も記入）で５月25日（消印有効）までに「〒170－8442　東池袋４－５－２　ライズアリーナビル５階　中央図書館古典文学講座担当」へ※応募者多数の場合は抽選。
問サービス運用グループ☎03－3983－7861

区民ヤマベ釣り大会

６月23日㈰※雨天決行　午前５時30分から　東京建物 Brillia HALL前集合、栃木県五行川周辺◇ヤマベ30匹の総重量で競う（竿などの制限あり）◇区内在住、在勤の方とその家族◇100名◇6,000円（女性と高校生以下の方は4,000円）◇竿（3.6～4.5m）、仕掛け、えさ、弁当、水筒、雨具持参（希望者には貸竿あり）。
申電話で６月11日までに豊島区釣友連合会事務局　今成☎090－3229－1079へ※先着順。

ゲンガノミカタ展 mini in としま

７月７日㈰まで　午前10時～午後６時（午後５時30分最終入場）　トキワ荘通り昭和レトロ館◇マンガの原稿（原画）の観方を解説。区ゆかりのマンガ家の複製原画も展示。
申当日直接会場へ。
問マンガ・アニメグループ☎03－4566－2758

職員採用など

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。

第６期豊島区リサイクル・清掃審議会委員

一般廃棄物の減量推進、適正処理、清掃事業の効率的な運営についての審議◇**任期…**委嘱日（令和６年７月予定）から２年間申申込書（区ホームページからダウンロード。ごみ減量推進課でも配布）を５月30日午後５時（必着）までに当課窓口へ持参か郵送。Ｅメールも可。
問計画調整グループ☎03－3981－1320、EMA0014801@city.toshima.lg.jp

学校栄養士（会計年度任用職員）

学校給食献立作成・栄養管理・衛生管理および作業管理など◇**任期…**６月１日～令和７年３月31日（更新あり）申申込書（写真貼付）、栄養士免許証（写）を学務課へ持参か郵送。
問保健給食グループ☎03－3981－1176

官公署から

●豊島税務署

「インボイス登録要否相談会、説明会」

５月21日、６月18日　火曜日　午後１～５時　豊島税務署◇インボイス発行事業者になる場合は登録申請手続きが必要です。事前にオンライン説明会の動画を視聴してください。
申電話で当署個人課税第１部門☎03－3984－2171へ※自動音声の後「２」を選択し内線513、514、515へ。
説明会動画

はがきなどの記入例

①事業またはイベント名
②〒住所
③氏名（ふりがな）
④年齢
⑤電話番号
⑥その他必要事項

※往復はがきを利用する場合、返信に〒住所、氏名を記入してください。
申に住所がない場合は「〒171－8422　豊島区役所各グループ」へ。

もの忘れ相談

豊島区認知症かかりつけ医が、物忘れを心配する高齢者やその家族の相談に応じます。
申電話で各会場へ。
問介護予防・認知症対策グループ☎03－4566－2433

会場	申込先	実施日
菊かおる園 高齢者総合相談センター	03－3576－2245	６月27日㈭ 11月14日㈭
東部 高齢者総合相談センター	03－5319－8703	９月12日㈭ １月23日㈭
中央 高齢者総合相談センター	03－5985－2850	９月26日㈭ ２月20日㈭
ふくろうの杜 高齢者総合相談センター	03－5958－1208	５月23日㈭ １月16日㈭
豊島区医師会 高齢者総合相談センター	03－3986－3993	５月16日㈭ 10月17日㈭
いけよんの郷 高齢者総合相談センター	03－3986－0917	７月４日㈭ ２月13日㈭
アトリエ村 高齢者総合相談センター	03－5965－3415	６月13日㈭ 11月21日㈭
西部 高齢者総合相談センター	03－3974－0065	10月３日㈭ ３月６日㈭

ふれあいガイド

この欄は、区民の皆さんが自主的に活動しているサークルの紹介です。
区ホームページからもご覧になれます。

区の事業ではありません。詳しくは連絡先へ問い合わせてください。留守番電話の場合もあります。ご了承ください。

●スカイブルー　毎週水曜日　午前10時30分～11時55分　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇英会話◇50～60代の初心者◇入会金1,000円、月額3,900円
問原☎070－7560－8635

●コール・アダージョ　毎週月曜日　午前10時～正午　区民ひろば千早・要、千早地域文化創造館など◇混声合唱◇入会金1,000円、月額5,000円
問渡辺☎080－3721－8677

●すこやか３Ｂ　毎週火曜日　午後２時～３時30分　上池袋第一区民集会室◇健康体操◇60歳以上の女性◇入会金1,000円、月４回4,000円
問半田☎090－5826－3596

●鷗座俳句会　毎月第４金曜日　午後１～４時　駒込地域文化創造館◇俳句会◇１回1,000円
問橋本☎03－3944－0862

●秋桜　第２・４木曜日　午後１～４時　千早地域文化創造館◇茶道（表千家）◇入会金1,000円、月額2,000円
問服部☎03－3958－7186

●朗読と語りの会「楽」　第２・４火曜日　午前10時～正午　長崎第五区民集会室◇入会金3,000円、月額3,000円
問関☎03－3954－0454、090－6477－6186

●三味線サークル七三会　月３回金曜日　午前10時～正午　南大塚地域文化創造館ほか◇入会金なし、月額5,250円
問竹井☎090－9953－1032

相談事業をご利用ください

専門の相談員が各相談を受けます◇**対象…**区内在住、在勤、在学の方（専門家合同相談室は個人事業主も可）
申【要予約】は電話で各連絡先へ。予約不要の相談は直接相談室へ。
問庶務・相談グループ☎03－3981－4164
オンライン相談についてはこちら➡

◇オンライン・対面相談（区役所本庁舎４階東　面接・相談室）※オンライン相談の詳細は２次元コード参照か各連絡先に問い合わせてください。

種　類（相談員）	日　時	連絡先（予約先）
専門家合同相談室（２～３士業などが対応）【要予約】	月・金曜日　午後１～４時	庶務・相談グループ☎03－3981－4164 ※毎月20日から翌月の予約受付開始。 ※テーマ別の日程はホームページ参照か問い合わせてください。
司法書士相談（司法書士）【要予約】	第２・４水曜日　午前10時～正午	東京司法書士会豊島支部 ☎080－6901－6919（予約専用）、03－4405－8113
行政書士相談（行政書士）【予約優先】	第２水曜日　午後１～４時	東京都行政書士会豊島支部フリー0120－959－193
住まいの増改築相談（一級建築士など）	第１・３木曜日　午後１～３時	豊島区住宅相談連絡会事務局 東京土建豊島支部フリー0120－309－379
建築相談（一級建築士）【要予約】	第１・３土曜日（５月）　午前９時30分～午後０時30分 第２・４土曜日（６月から）　午後１～４時	東京都建築士事務所協会豊島支部事務局 ☎03－3984－2448
土地家屋調査士相談（土地家屋調査士）【要予約】	第３水曜日　午前10時～正午	東京土地家屋調査士会豊島支部 ☎070－4104－3022（予約専用）

◇対面相談

種　類（相談員）	日　時	場所（予約先）
行政相談（行政相談委員）	第２・４火曜日　午後１時30分～４時	区役所本庁舎４階東　区民相談コーナー前
税金相談（税理士）【要予約】	第２・４土曜日　午前９時30分～正午	区役所本庁舎４階東　面接・相談室 東京税理士会豊島支部☎03－3983－2478

◇オンライン・対面・電話相談（区役所本庁舎４階東　408相談室）※オンライン相談の詳細は２次元コード参照か各連絡先に問い合わせてください。

種　類（相談員）	日　時	連絡先（予約先）
法律相談（弁護士）【要予約】	月～金曜日（祝日は除く）　午後１時15分～３時45分 第２日曜日（５月）　午前10時15分～午後０時45分 第２土曜日（６月から）　午前10時15分～午後０時45分	庶務・相談グループ☎03－3981－4164 ※電話相談は法律相談員から相談者に架電します。

◇対面・電話相談（区役所本庁舎４階東　面接・相談室）

種　類（相談員）	日　時	連絡先
人権身の上相談（人権擁護委員）	第２・４木曜日　午後１～４時	☎090－7206－2772（年中無休）

第１回豊島区男女共同参画推進会議・女性活躍推進協議会
５月17日㈮　午前10時30分から　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）６階多目的ホール
申傍聴希望の方は電話で前日午後５時までに庶務・計画調整グループ☎03－5952－9501へ。

休館　鈴木信太郎記念館
６月３日㈪～10日㈪◇館内消毒・整備のため。
問当館☎03－5950－1737