

お知らせ

国民健康保険加入者の方へ 「医療費のお知らせ」を送ります

加入者の方が診療を受けた内容や世帯主あてにお知らせします。このお知らせによる手続きの必要はありません。医療機関に支払われる医療費の総額を知り、健康の大切さを考えるきっかけにしてください。

◇対象…令和6年7月下旬時点の国民健康保険加入者◇内容…令和5年11・12月の医療費。総医療費(10割)と自己負担相当額(2割・3割)を記載◇発送時期…8月下旬
問国民健康保険課給付グループ☎03 - 3981 - 1296

海外居住の方も 国民年金に加入できます

国民年金加入中の方が海外へ転出すると、国民年金の被保険者資格を喪失しますが、20歳以上65歳未満の公的年金に未加入で日本国籍の方は、届出により国民年金に任意加入できます。加入手続き時には日本に居住する親族など国内協力者の登録が必要です◇窓口…①出国直前の住民登録地が豊島区の場合／当区国民年金窓口、②出国直前の住民登録地が区外の場合／住所地の区市町村の国民年金窓口※国内協力者がいない場合／出国直前の住所地を管轄する年金事務所◇持ち物などの詳細は区ホームページ参照。

問国民年金グループ☎03 - 3981 - 1954、池袋年金事務所☎03 - 3988 - 6011(自動音声案内②→②)

全国家計構造調査に ご協力ください

5年に1度の国の調査です。9～12月の間に、調査員が指定の区域に

住の方を対象に訪問します。
問統計調査グループ☎03 - 6852 - 0041

隣接校選択希望申請書を 送付しました

令和7年4月に区立小・中学校へ入学する児童・生徒を対象に、指定校以外でも隣接する通学区域の学校を選択できる「隣接校選択制」を実施します。希望者は、同封の封筒で返信してください(指定校希望者は提出不要)。

◇受付期限…9月30日(必着)◇受入枠…各校35名(状況により変更あり)※受入枠を超えた場合は抽選。
問学事グループ☎03 - 3981 - 1174

区立小・中学校への入学手続き (外国籍児童・東日本大震災等 避難児童)

令和7年4月に区立小・中学校へ入学を希望する方で、次のいずれかに該当する方は入学申請が必要です。

①区内に住民票がある外国籍の方、
②避難前の市町村に住民票を置いたまま東日本大震災などにより区内に避難している方◇対象…小学校／平成30年4月2日～31年4月1日生まれの方、中学校／平成24年4月2日～25年4月1日生まれで令和7年3月に小学校を卒業予定の方◇必要書類…
①入学希望者と保護者の在留カード、
②現住所のわかる書類、被災(り災)証明書、本人確認書類☎9月30日までに学事グループへ持参※いずれも隣接校選択制による学校選択も可。
問当グループ☎03 - 3981 - 1174

9・10月は行政相談月間です

相談窓口…9月10・24日、10月8・22日 火曜日※当月間以外も毎月第2・4火曜日に実施 午後1時30分～4時 区役所本庁舎4階区民相談コーナー前◇総務大臣から委嘱された行政相談委員が特設相談所を開

設☎当日直接会場へ。
問庶務・相談グループ☎03 - 3981 - 4164

巣鴨体育館プール利用休止

9月1日(日)～30日(月)◇プールへの通路・階段改修工事のため。
問当館☎03 - 3918 - 7101

募集

こどもつながる定期預かり事業

月2回(1日8時間まで)定期的に預かり、育児相談や子ども同士の触れ合いの機会を作ります。
◇対象…保育園や幼稚園などに通っていない満6か月～2歳児クラスの子ども※園により異なる◇期間…10月1日(火)～3月31日(月)◇料金…上限2,200円/日(生活保護受給世帯や住民税非課税世帯、第2子以降は別途申請により利用料を免除)◇申込期間…9月2日(月)～6日(金)※実施園、対象児童、申込方法などの詳細は区ホームページ参照(子ども1名につき1園まで申込み可)。
問特別保育・認可外保育グループ☎03 - 4566 - 2496

豊島区都市づくりビジョン改定 区民ワークショップのメンバー

都市づくりの総合的な指針である当ビジョンの改定に向け、お住まいの地域の資源、課題や将来像などをワークショップ形式(令和6年中に2回程度)で検討◇対象…区内在住の18歳以上で土・日曜日の日中に出席可能な方◇人数…60名程度(各地域5名程度)◇選考…書類選考◇報酬・交通費の支給なし。
☎申込書(都市計画課で配付。区ホームページからダウンロードも可)を窓口か郵送かファクスかEメールで9月9日(必着)までに「都市計画グループ☎03 - 3980 - 5135、☎A002

2603@city.toshima.lg.jp」へ。
問当グループ☎03 - 4566 - 2632

防災・震災対策専門員 (会計年度任用職員)

◇任期…10月1日～令和7年3月31日(予定)※更新あり。募集要項などの詳細は2次元コード参照か問い合わせてください。
問防災危機管理課管理グループ☎03 - 3981 - 2100

傍聴できます

豊島区基本構想審議会

第6回…9月6日(金)、第7回…9月11日(水)、第8回…9月12日(木) 午後6時30分から 区役所本庁舎5階507～510会議室
☎電話かEメールで各回前日午後5時までに「長期計画グループ☎03 - 4566 - 2514、☎A0050030@city.toshima.lg.jp」へ。

豊島区防災会議

9月9日(月) 午前10時から 区役所本庁舎1階としまセンタースクエア
☎電話で9月6日午後5時までに防災計画グループ☎03 - 4566 - 2575へ。

第32期豊島区青少年問題協議会 第5回定例協議会

9月9日(月) 午後1時から 区役所本庁舎8階議員協議会室
☎電話で9月6日午後5時までに管理・計画グループ☎03 - 4566 - 2471へ。

第3回豊島区男女共同参画推進 会議・女性活躍推進協議会

9月13日(金) 午後1～3時 男女平等推進センター研修室2
☎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。

シニアトピックス

理学療法士による健康講座(ヒザ講座)

8月28日(水) 午後1時30分～2時30分
高田介護予防センター◇膝痛予防の体操レクチャー◇区内在住で65歳以上の方◇25名
☎8月24日午前11時から電話で当センター☎03 - 3590 - 8116へ※先着順。

豊島区高齢者クラブ連合会

①講座「知って得する! 便利な高齢者サービス」…9月9日(月) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇区のサービスをわかりやすく解説◇30名
②健康教室…9月20日(金) 区役所本庁舎1階としまセンタースクエア◇健康に役立つ情報を知り、体操などを実践。講師…木津美佳氏◇20名
いずれも午後2時から(午後1時30分受付開

始)◇区内在住でおおむね60歳以上の方
☎8月27日から電話かファクスで当連合会事務局☎03 - 5950 - 2511(火・木曜日午前9時30分～午後4時。☎番号同左)へ※先着順。

高齢者向けスマートフォン相談会

9月17日(火) 午後2時～4時30分 区役所本庁舎1階としまセンタースクエア◇一対一で操作方法の疑問や不安を解消(個人情報扱う事項やキャリアなどの契約内容(機種やプラン含む)には対応できない場合あり)。講師…スマホアドバイザー(都委託)※1人30分まで◇60歳以上の都民◇20名◇自身の端末に関する相談の場合はスマホ持参(デモ機の用意もあり)
☎8月23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。

第2回ヒアリングフレイル(補聴器)相談会

9月28日(土) 午後2時～3時30分 西部区民事務所◇簡易聴検、補聴器や難聴に関する医師相談◇区内在住で65歳以上の初参加の方◇16名
☎8月26日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎03 - 4566 - 2433へ※先着順。

スマートフォン基礎講座(全2回)

10月10・17日 木曜日 ①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分※①②とも同内容
西巣鴨区民集会室◇基本操作やインターネットのつながりなど。12月上旬までスマホの貸出あり。受講者は10月24日に個別相談可◇区内在住で65歳以上の方◇各回15名
☎9月3日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎03 - 4566 - 2434へ※新規優先で先着順。

📅

催し

📅

第21回子どもフェスタ
～[子どもの町]でアート・
カルチャーに挑戦～

8月25日(日) 午前10時～午後2時

池袋第三小学校◇ダンス、マンガ、音楽、剣道、消防訓練、茶道、お作法、昔遊び※ボランティアも募集中◇幼児～大学生📠当日直接会場へ。

📠青少年養成リーダー連絡会 横尾 ☎090-4174-6933、📠mitsue1222 y@yahoo.co.jp

📅

第36回池袋演劇祭

8月27日(火)～9月29日(日) 区内11会場◇34団体が参加。

📠当祭実行委員会事務局 📠070-7404-7855 (平日 午前10時～午後5時)

📠

📠

📅

パタ足からはじめる水泳教室
(全4回)

①9月3～24日 火曜日 午前10時～正午 雑司が谷体育館、②9月4～25日 水曜日 午前9～11時 南長崎スポーツセンター◇18歳以上で水泳初心者の方◇各10名◇各4,000円

📠電話かEメールで9月2日までに「豊島区水泳連盟 鈴木☎080-5720-5377、📠toshimasuiren@gmail.com」へ※先着順。

📅

親子ふれあい体操教室(全10回)

9月13日～12月6日(10月11日、11月22・29日を除く) 金曜日 くまコース(3～4歳)…午前9時40分～10時20分、うさぎコース(2～3歳)…午前10時25分～11時5分、ひよこコース(10か月～2歳)…午前11時10分～11時50分 豊島体育館◇10か月～4歳児と保護者◇各40組◇1回500円(都度参加可)◇室内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装

📠8月23日から2次元コードかEメールで(特非)地域総合型稚的美スポーツクラブへ※区内在住、在勤の方優先で先着順。

📠当クラブ 有里 ☎080-2597-4650、📠shiino mi.oyako@gmail.com

📠

📠

📅

ドッヂビー体験会

9月14日(土) 午前9時30分～11時30分 雑司が谷体育館◇安全な布製ソフトディスクを使用◇区内在住の小学生と保護者(未就学児要相談)◇40名◇動きやすい服装、室内履き、タオル、ふた付きの飲み物

📠Eメールで9月8日までに豊島区スポーツ推進委員協議会📠csct.tai kenkai@gmail.comへ。

📠当協議会 佐々木☎070-8503-1413

📅

生涯学習オープンスクール

①早稲田速記医療福祉専門学校…9月18日(火) 午後1～2時◇「一般用医療品の選び方」商品と比較して解熱鎮痛剤の成分の違いを学ぶ◇20名

②日本外国語専門学校…9月29日(日) 午前10時～午後3時◇英検合格のために教員が直接指導(準2級、2級、準1級)◇中学生、高校生◇各級50名◇各級500円

📠電話かファクスで「①当校☎03-3208-8461、📠03-3209-6454、②当校☎03-3365-6141、📠03-3365-6041」へ※先着順。

📅

音楽療法～歌を楽しみながら
腹式呼吸を学ぼう～

9月18日(火) 午後3時～4時30分 区役所本庁舎 1階としまセンタースクエア◇気管支ぜんそくや慢性呼吸器疾患に有用な腹式呼吸を学ぶ。呼吸筋を鍛えるためのトレーニングにも。講師…声楽家/加藤晶子氏、ピアノニスト/大庭真実氏◇50名

📠8月23日午前8時30分から電話かファクスで「公害保健グループ☎03-3987-4220、📠03-3987-4110」へ※先着順。

📅

ちかこイベントクラブ
「ステップアップ講座～私の
ウェルビーイングを探ろう～」

9月19日(木) 午後6時30分～8時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇地域活動団体による人との繋がりを自分の価値観について考える◇20名

📠8月22日午前10時から2次元コードで申込み※先着順。

📠協働推進グループ☎03-4566-2314

📠

📠

📅

豊島区シルバー人材センター

①入会説明会…9月20日(金) 午前9時30分から 帝京平成大学池袋キャンパス内集会室、午後2時から 当センター◇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…③無料パソコン体験教室/㊦9月12日、㊦9月19日 木曜日、⑥パソコン入門(全4回)/9月5～26日 木曜日◇5,900円、⑦初級ワード(全4回)/9月7～28日 土曜日、⑧初級エクセル(全4回)/9月3～24日 火曜日◇⑦⑧⑥6,000円、⑨ワード基礎(全4回)/9月4～25日 水曜日、⑩エクセル基礎(全4回)/9月9～30日 月曜日、⑪ワード応用(全4回)/9月7～28日 土曜日、⑫エクセル応用(全4回)/9月9～30日 月曜日◇⑦⑧⑥6,900円、①エクセル名簿&ワード各種宛名印刷(全4回)/9月3～24日 火曜日◇4,800円、①初級パワーポイント(全4回)/9月6～27日 金曜日◇6,000円、⑫ZOOM～パソコン向け(全2回)/㊦9月3・10日、㊦9月17・24日 火曜日、①スマホ写真のパソコン取込整理(全2回)/9月21・28日 土曜日◇⑫①2,700円

◇⑦⑧⑥①午後0時45分～2時15分、⑦⑧⑥①午後3時～4時30分、⑦⑧⑥①①①午前10時～11時30分

📠①は電話で当センター☎03-3982-9533、②は⑦～①(⑦⑧⑥は㊦または㊦)を選び、2次元コードか往復はがきか電話かファクスかEメールで「〒170-0013 東池袋 2-55-6 シルバー人材センター、📠03-3982-9532、📠toshima.spc@gmail.com」へ。

📠

📠

📅

令和6年度精神保健福祉
ボランティア入門講座
～ひろげよう！こころの輪～(全3回)

①9月20日(金)、②10月1日(火)～31日(木)、③11月8日(金) ①③午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)、②は活動先によって異なる◇①ボランティア活動についてや体験のできる事業所紹介、②ボランティア体験1日以上、③事業所職員や利用者を交えた交流会◇15名◇①資料代200円、②ボランティア保険料350円

📠8月23日から電話かファクスかEメールで「豊島ボランティアセンター☎03-3984-9375、📠03-3981-2946、📠tomonii@t.toshima.ne.jp」へ※先着順。

魅惑の尺八
～古典から現代、日本から世界へ～

9月21日(土) 午後6時～7時30分 目白庭園(赤烏庵)◇尺八奏者/田辺恵山氏の演奏後、尺八の演奏体験◇中学生以上◇50名◇2,000円📠窓口か往復はがきかファクスかEメール(3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※先着順。

📠当園管理事務所☎03-5996-4810

📅

東京音楽大学定期演奏会

9月22日(祝) 午後1時開演 TCMホール中目黒・代官山キャンパス◇学内オーディションに合格した当大学学生によるソロ・室内楽の演奏会◇乳幼児入場不可◇350名(全席指定)※区内在住者無料招待あり(10名)◇1,000円(手数料別途385円)📠2次元コードで申込み。無料招待希望者は9月2日午前10時～9日午前10時の間に申込み※先着順。

📠当窓口☎03-6379-3788、招待について☎03-6455-2757

📠

📠

📅

「としま子どもの権利相談室」
活動報告会

9月22日(祝) 午後2～4時 区役所本庁舎 1階としまセンタースクエア📠当日直接会場へ。

📠子どもの権利擁護グループ☎03-4566-2402

📅

パパの応援講座

9月28日(土) 午前10時～正午 東部子ども家庭支援センター◇親子での触れ合い遊びと父親同士のトークタイム(父子同席)◇初参加で区内在住の1歳7か月未満児と父親◇10組

📠8月28日正午から母子モアプリで申込み※先着順。

📠当センター☎03-5980-5275

📅

9月認知症月間普及・啓発イベント

令和6年度から9月は「認知症月間」、9月21日は「認知症の日」と定められました。区では、認知症になっても安心して生活できるまちを目指し、様々なことに取り組んでいます。この機会に認知症について学んでみませんか。

📅

認知症サポーター養成講座

9月1日(日) 午前10時～正午 池袋第三区民集会室

20名

池袋図書館☎03-3985-7981、📠03-3985-7486

📅

メモリートーク～思い出を話そう～

9月20日(金) 午前11時～11時40分

20名

当ひろば☎03-3917-9873

📅

認知症の「そなえ」と「予防」

9月24日(火) 午後1～2時

16名

当センター☎03-5924-6212

📅

ヒアリングフレイル(補聴器)相談会

9月28日(土) 午後2時～3時30分

16名

介護予防・認知症対策グループ☎03-4566-2433、📠03-3980-5040

📅

認知症サポータースキルアップ講座「声かけ体験」

9月30日(月) 午前10時～正午

25名

区役所本庁舎

📅

中央図書館特別展示

8月24日(土)～9月26日(木)※9月9日(月)を除く

中央図書館

直接会場へ。

📅

第2回インボディ測定会

9月29日(日) 午前10時から、午前11時から、午後1時30分から、午後2時30分から、午後3時30分から

池袋保健所◇体内の筋肉量や脂肪量を部位別に測定◇区内在住、在勤、在学で18歳以上の方◇各回40名

📠8月23日から電話で保健事業グループ☎03-3987-4660へ※先着順。

📅

第77回豊島区民スポーツ大会

◇対象…区内在住、在勤の方

●ダンス…9月29日(日) 雑司が谷体育館📠8月31日までにダンススポーツ連盟 西倉☎03-3988-4082へ、●ソフトボール…10月6・13日※予備日10月20日 日曜日 千早スポーツフィールド📠9月21日までにソフトボール協会 清水☎03-3974-3582へ、●ソフトテニス…10月6・13日※予備日11月10日 日曜日 総合体育場📠9月9日までにソフトテニス連盟 北村☎090-2143-2026へ、●クレ－射撃…10月19日(土) ニッコン一栃木総合射撃場◇散弾銃所持許可者📠当日午前8時までにクレ－射撃連盟 小池☎090-3232-5934へ。

📅

これからの時代を生きる子どもに必要な考える力が育つ親の言葉かけ

10月3日(木) 午前10時～正午 男女平等推進センター◇親子や夫婦間で尊重しあう言葉のかけ方や子どもが自分で考えられる力の身につけ方を学ぶ◇24名📠9月25日までに要予約。

📠電話かEメールで「当センター☎03-5952-9501、📠A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。手話通訳は9月25日までに要予約。

📅

としまコミュニティ大学

●大正大学…居心地のよい場を創る～アサーションのすすめ～/10月3日(木) 午後6～8時◇講師…当大学臨床心理学部臨床心理学科准教授/隅谷理子氏◇100名

●学習院大学…①LGBTQ+をめぐるアーカイブの挑戦/10月5日(土) 午後2～4時◇講師…当大学法学部政治学教授/周東美太郎氏◇100名、②EVシフトと日本の自動車産業の行方/10月26日(土) 午後2～4時◇講師…当大学国際社会科学部国際社

📅

会科学科教授/柴田友厚氏◇100名

●東京音楽大学…ボディ・マッピングと「ひめトレ」体験/10月13日(日) 午後1～3時◇講師…当大学音楽学部音楽学科講師/長井芽乃氏◇80名

いずれも◇1,000円📠8月23日午前9時から2次元コードで申込み※先着順。

📠生涯学習グループ☎03-4566-2762、📠03-3981-1577、📠A0014606@city.toshima.lg.jp

📠

📠

📅

美術へのいざない「田中一村展
奄美の光 魂の絵画」文化講演会

10月3日(木) 午後6時30分開演

あうるすぽっと会議室B◇9月19日～12月1日に東京都美術館で開催される同展の見どころを解説。講師…東京都美術館学芸担当課長/中原淳行氏。参加者に同展の招待券を進呈(1名1枚)◇100名📠2次元コードか往復はがき(1名1通)で8月26日午前10時～9月11日午後5時の間に「〒170-0013 東池袋 4-5-2 ライズアリーナビル3階 としま未来文化財団 美術へのいざない係」へ※抽選。

📠当財団活動支援グループ☎03-6912-7222

📠

📠

📅

セルフケアを体験。講師…日本コンチネンス協会/北廣和江氏◇区内在住、在勤の64歳までの女性で原則全回参加できる方(前年度参加者を除く)◇15名◇動きやすい服装📠6か月～未就学児。4名。

📠8月26日午前8時30分から2次元コードで申込み※先着順。

📠保健指導グループ☎03-3987-4174

📠

📠

📅

消費生活講座「ナノプラスチックの脅威ーマイクロプラスチックからナノプラスチックへー」

10月18日(金) 午後6～8時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇海洋プラスチックの「不都合な真実」。現状と脅威について学ぶ。講師…道東の森総合病院副院長/篠原隆雄氏◇50名📠8月23日からEメールで消費生活グループ📠A0014308@city.toshima.lg.jpへ※先着順。

📠当グループ☎03-4566-2416

📅

第二十三回いけびず落語会

10月19日(土) 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…春風亭昇昇、三遊亭兼太郎、林家彦三◇前売り1,800円、当日2,300円

📠8月23日から2次元コードか窓口か電話で当館☎03-3980-3131(午前10時～午後8時)へ※先着順。

📠

📠

📅

第52回スポーツのつどい

10月20日(日) 午前10時30分～午後3時30分 千登世橋中学校◇区内在住、在勤で障害のある方とその家族📠2次元コードか電話かファクスかEメールで9月13日までに「管理・政策推進グループ☎03-3981-1766、📠03-3981-4303、📠A0015600@city.toshima.lg.jp」へ。

📅

トキワ荘通り昭和レトロ館特別企画展
「おいしい!マンガ展
たべるシアワセ♡つながるココロ」

9月21日(土)～10月14日(祝) 午後1時15分～6時(土・日曜日、祝日は午前10時から。最終入館午後5時30分)※休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)◇マンガで描かれたおいしい!シーンが盛りだくさん。作中に登場するレシピの再現展示や、デジタル体験コンテンツあり📠当日直接当館へ。

📠マンガ・アニメグループ☎03-4566-2758

📅

箕輪町・環境交流ツアー

11月9日(土)・10日(日)(1泊2日)◇「としまの森」での林業・木工体験、しめ縄作り、りんご狩りなどの自然体験◇区内在住、在勤、在学の親子。2名以上で参加可能な方(子どもは小学生以上)◇15組40名程度◇1名13,000円📠2次元コードで9月2日午後5時までに申込み※抽選。

📠西武トラベル(株)☎050-3354-9060

📠

📠

📅

休館

高田介護予防センターと
区民ひろば高南第二

9月1日～令和7年度冬頃◇大規模改修のため。休館中、高田介護予防センターは9月17日から山吹の里(高田3-37-17)で、区民ひろば高南第二は10月1日から区民ひろば高南第一(高田2-11-2)で運営します。

📠介護予防センターについて…高齢者福祉課☎03-4566-2434、区民ひろばについて…地域区民ひろば課☎03-3981-1479

📅

郷土資料館

9月9日(月)～30日(月)◇展示替えのため。

📠当館☎03-3980-2351

📅

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。
📠に住所がない場合は「〒171-8422 豊島区役所各グループ」へ。

📅

気づいてください!体と心の限界サインー9月は自殺対策強化月間ですー

気分が落ち込んだ時や体の不調を感じた時の悩みを相談できる機関があります。心の疲れ、話してみませんか。

●保健師相談…池袋保健所内健康推進課☎03-3987-4174、長崎健康相談所☎03-3957-1191(いずれも平日午前8時30分～午後5時)

●こころの健康特集展示…8月24日(土)～9月26日(木)※9月9日(月)を除く 中央図書館◇関連図書の展示、リーフレット配布。

東京都自殺対策強化月間「自殺防止!東京キャンペーン」 通常相談のほかに下記の特別相談を実施します。

相談窓口名	電話番号	特別相談実施日
フリーダイヤル特別相談 (《特非》国際ビレンダーズ 東京自殺防止センター)	☎0120-58-9090 ☎03-5286-9090	9月5日(木)まで 午後8時～翌午前2時30分 (月曜日は午後10時30分から、火曜日は午後5時から)
有終支援いのちの山彦電話ー傾聴電話ー (《特非》有終支援いのちの山彦電話)	☎03-3842-5311	9月火・水・金～日曜日、祝日(第4日曜日を除く) 正午～午後8時
(全国)自殺予防いのちの電話(《一社》日本いのちの電話連盟) (東京)東京いのちの電話(《福》いのちの電話)	①☎0120-783-556 ②☎03-3264-4343	①毎日 午後4～9時(9月10～16日は午前8時～翌午前8時) ②毎日 24時間対応
東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～(《特非》メンタルケア協議会)	☎0570-087478	9月10日(火)～14日(土) 24時間対応
自死遺族傾聴電話(《特非》グリーフケア・サポートプラザ)	☎03-3796-5453	9月10日(火)～13日(金) 午前11時～午後5時
自死遺族相談ダイヤル(《特非》全国自死遺族総合支援センター)	☎03-3261-4350	9月9日(月)～11日(水) 正午～午後5時
多重債務110番(東京都消費生活総合センター)	☎03-3235-1155	9月2日(月)・3日(火) 午前9時～午後5時

第32期青少年問題協議会
第8回専門委員会

8月29日(木) 午後3時から 区役所本庁舎8階レクチャールーム

📠傍聴希望の方は電話で前日午後5時までに管理・計画グループ☎03-4566-2471へ。

第6期第2回子ども・子育て会議

9月3日(火) 午前10時から 区役所本庁舎8階レクチャールーム

📠傍聴希望の方は電話で前日午後5時までに管理・計画グループ☎03-4566-2471へ。

9月20～26日は動物愛護週間です としま動物愛護フェスティバル2024

9月21日(土) 午前10時～午後3時 ①IKE・SUNPARK※雨天中止、②池袋保健所※ペット同伴不可、雨天決行◇①愛犬と参加できるゲーム、ペットの飼ひ方相談など、②川上麻衣子氏トークショー、動物関連ワークショップなど※スタンプラリー参加者に抽選でサンシャイン水族館ペアチケットプレゼント■当日直接会場へ。
☎生活衛生グループ☎03-3987-4175



9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です

期間中はリーフレットの配付や特別電話相談などを実施します。気軽に相談してください。
周囲の皆さんも消費者被害の未然防止・早期発見にご協力ください。

●対策

点検商法…不安をあおる言葉で契約を迫られた場合、その場で判断しない。

通信販売トラブル…「お試し価格」で購入したら「定期購入が条件」だったということがないように、通信販売

で商品を注文する前に、購入・返品条件をよく確認する。

電話勧誘トラブル…「特価でのご案内」と強く勧められても、不要ならきっぱりと断る。一方的に商品が届いても、受け取りを拒否し、代金は絶対に支払わない。

●高齢者被害特別相談

9月9日(月)～11日(水) 午前9時30分～午後4時30分 消費生活センター
☎当センター☎03-3984-5515

保険料や税金の納め忘れはありませんか？ 9月2日が納期限です
8月期分の国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料および第2期分の特別区民税・都民税(普通徴収)は期限内の納付をお願いします。

区民ひろば

◆目白 敬老のつどい～民謡ショー～…9月12日(木) 午前10～11時
◇出演…小沢千月、小沢千芽々◇65歳以上の方◇80名

■8月29日午前9時(区外の方は8月31日)から電話で当ひろば☎03-5956-5871へ※先着順。

◆南池袋 みないけ手づくり市&無料カフェ…9月15日(日) 午前10時～午後3時◇みないけ手づくり市出店者募集(無料)。自身で制作した品を販売(模倣品・食品は不可)。個人・グループ可。

■8月25日から窓口か電話で当ひろば☎03-3984-5896へ※先着順。

◆西巣鴨第一 ととのう気功・ゆるカンフー…9月19日(木) 午後1時30分～2時30分◇心・体・呼吸をととのえて、もっと元気に◇おむね65歳以上の方◇18名

■8月26日午前9時から窓口か電

話で当ひろば☎03-3918-4197へ※先着順。

◆さくら第一 さくら文化祭…9月20日(金) 午前10時～正午、午後1時～3時30分、9月21日(土) 午前10時～正午◇舞台発表と作品展示。☎詳細は電話で当ひろば☎03-3950-8676へ。

◆椎名町 発表会…9月25日(水)・26日(木) 午前9時30分～午後4時30分(26日は正午まで)◇子育て・いきいき・交流事業、サークルなどによる作品展示と舞台発表。
■当日直接当ひろばへ。

☎当ひろば☎03-3950-3042

◆長崎 食育講習会…9月27日(金) 午前11時～11時45分◇幼児食に関する話とメニューを栄養士が紹介◇乳幼児の保護者◇8名

■9月13日から窓口か電話で当ひろば☎03-3554-4411へ※先着順。

豊島区交通安全区民のつどい

9月8日(日) 午後1時30分～3時(午後1時開場) 区役所本庁舎1階としまセンタースクエア◇秋の全国交通安全運動(9月21～30日)の一環で式典や交通安全教室を開催。
出演…演歌歌手／徳永ゆうき。手話通訳あり◇150名
☎電話かEメールで「交通安全対策グループ☎03-3981-4856、✉A0023206@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。



徳永ゆうき

公益財団法人としま未来文化財団 ☎https://www.toshima-mirai.or.jp

◆第226回庁舎ランチタイムコンサート「芸術の秋に聴く！サクソフォーン・カルテット」…9月18日(水) 正午～午後0時35分 としまセンタースクエア◇出演…東京音楽大学学生◇200名■当日直接会場へ。

◆民俗芸能 in としま2024関連ワークショップ「篠笛を吹いてみよう！」…10月14日(祝) 午後1時から、午後3時10分から(各70分) 雑司が谷地域文化創造館◇各10名◇1,500円、小・中学生は1,000円
☎電話でとしまチケットセンター☎0570-056-777へ※先着順。

◆世界探訪#9「日仏マンガ交流 in 池袋」…11月9日(土) 午後3時～4時30分 としま区民センター◇出演…漫画家／真島ヒロ、ルノー・ルメールほか◇小学生以上◇1,200円(区民1,000円)※全席指定■9月10日午前10時からとしまチケットセンター☎0570-056-777へ。

☎事業企画グループ☎03-3590-7118(平日 午前10時～午後5時)



◆地域文化創造館
●雑司が谷 PC講座「ワード2021基本講座」…9月24日(火)・27日(金)、10月1日(火)・4日(金)・8日(火)・11日(金) 午前10時～正午◇8名◇3,300円■窓口(返信はがき持参)か往復はがきで9月1日(必着)までに当館へ。

●千早 ①第27回羽織っ子連要享落語発表会…9月21日(土) 午後1時30分開演、②第28回扇子っ子連千早享落語発表会…9月28日(土) 午後1時開演◇各50名■当日直接会場へ。

◆文化カレッジ受講生募集

●巣鴨 ①【210】すがも健康講座「肺炎について学ぼう！」…9月4日(水) 午後3～4時◇50名■当館窓口か電話で当館へ※先着順。

●駒込 ②【108】「ダーニング刺繍」で額・ブローチを作りましょう！…10月8～22日 火曜日 午前10時～正午◇16名◇4,500円◇9月17日(必着)

●南大塚 ③【504】サンシャインシティの地下エネルギープラント見学ツアー…10月12日(土) 午前10時～正午、午後2～4時◇各24名◇800円◇9月17日(必着)

●雑司が谷 ④【308】オペラの世界へようこそ！…10月8・15・29日、11月5・12日 火曜日 午後2時～3時30分◇40名◇4,000円◇9月19日(必着)

●千早 ⑤【409】旧長崎町なるほどゼミナール(18)繋ぎの城一滝の城を知る…9月28日(土) 午後2～4時、10月5日(土) 午後0時30分～3時◇20名◇1,500円◇9月10日(必着)、⑥【410】美術講座「絵巻の魅力」…10月11～25日 金曜日 午後2～4時◇30名◇2,000円◇9月20日(必着)、⑦【411】都心の名建築を訪ねる一日朝倉家住宅…10月17・24日 木曜日 午前10時～11時30分◇16名◇2,000円◇9月30日(必着)

■2次元コードか窓口(返信はがき持参)か往復はがき(3面記入例参照。講座名・番号も記入)で各館へ。



☎巣鴨☎03-3576-2637、駒込☎03-3940-2400、南大塚☎03-3946-4301※休館中、雑司が谷☎03-3590-1253、千早☎03-3974-1335

広告

弁護士による無料相談会
◆相続・離婚についての実績多数◆
9/18(水)13:00～17:00(予約不要)
■開催場所
IKE・Biz としま産業振興プラザ第1会議室
▼アクセス
【豊島区西池袋2-37-4/池袋駅南口 徒歩7分】
*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。
9/11(水)17:00～19:00(事前予約制)
■開催場所
金剛院 赤門テラス なゆた
▼アクセス
【豊島区長崎1-9-2 金剛院/椎名駅北口 徒歩30秒】
*お問合せ・ご予約は、下記までお願い致します。
【特定非営利活動法人 ライフデザイン ☎03-6908-3988】
8/28(水)18:00～20:00(予約不要)
9/25(水)18:00～20:00(予約不要)
■開催場所
喫茶店チャミー
▼アクセス
【練馬区桜台1-29-20/新桜台駅1出口 徒歩1分】
*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。
辻山・五十嵐法律事務所
弁護士 辻山 尚志 (東京弁護士会所属)
弁護士 五十嵐 晃 (東京弁護士会所属)
☎03-6912-8801
豊島区西池袋1-7-10 ビルD9ビル6階
https://tylg-law.jp / 検索
*無料相談会の予定はHPにも掲載しております

庭木1本から承ります!

お客様への約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します
としま区報をご覧の方へ
生垣の剪定 長さ 高さ
1m 2m
通常2,000円を
初回限定先着10名様
1,100円(税込)
営業時間 ガーデンエクスプレス
9時～17時 東京北支店 練馬区土支店3-19-12
03-5933-2811
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

屋根工事・外壁塗装・リフォーム工事お任せください!!

ご相談 お問合せ お見積り無料
フリーダイヤル
0120-124-699
創業昭和62年
株式会社 山野
東京都建設業許可
東京都中野区新井1-19-1
https://www.yamano-rf.jp

東京都看護職員復職支援研修
—この事業は東京都看護協会が東京都から委託を受けて実施しています—
■研修期間 8:30～15:00(全日参加が原則です)
■日程とプログラム(参加無料)

研修コース	研修期間	研修内容	申込期間
3日コース 受講要件	(1) 10/15～10/17 (2) 1/21～1/23	①訪問看護ステーションの機能役割 ②訪問看護師の役割・心構え ③訪問看護師の1日の業務について ④同行訪問による看護体験 ⑤カンファレンス参加	研修初日 2ヶ月前 ～ 2週間前
	1日コース	随時	①訪問看護師の役割・業務について ②訪問看護の現場見学

施設体験コース
東京都ナースプラザ(np-tokyo.jp)
復職支援研修・施設コースのお申し込みはこちらから
■受講要件
①保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの資格をお持ちの方
②研修申込時に離職中で、就職先が決まっていない方(内定者も対象外)
③東京都内で就業を希望されている方
■アクセス
都営三田線「西巣鴨」駅(徒歩6分)
都電荒川線「さくらトラム」(新庚申塚)駅(徒歩1分)
山手線「巣鴨」駅(徒歩12分)
都電荒川線「都営三田線」駅
COMODO
一般社団法人コモド
コモド訪問看護ステーション
日本財団在宅看護センター
〒170-0001 東京都豊島区西巣鴨3-4-10山下ビル1階
☎03-5972-1110 ✉info@gocomodo.jp ④https://gocomodo.jp
研修申し込み・問い合わせ先
東京都ナースプラザ 確保係
03-6276-1718
感染症の状況によって開催が中止になる可能性があります。

広告