体育施設へ行こう

※詳細は各施設に問い合わせてください。

巣鴨体育館　☎03 - 3918 - 7101

子どもスクール無料体験受付中！

チアリーディング…日毎週木曜日　①午後３時45分～４時45分、②午後４時45分～５時45分　対①キッズ(小学１～３年生)、②ジュニア(小学４年生～中学生)　持運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物

申窓口か電話で当館へ。

豊島体育館　☎03 - 3973 - 1701

トップアスリートイベント平野早矢香さんの卓球教室

…日令和８年１月５日㈪　①午後１時～２時20分、②午後３時～４時20分　対①小学１～４年生、②小学５年生～中学生　定各20名　持運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物、あれば卓球ラケット

申11月１日から２次元コードで申込み※区民優先で抽選。

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。

区民ひろば

申がないイベントは当日直接各区民ひろばへ。

高松　文化祭

日10月21日㈫～26日㈰　午前９時～午後４時30分　内自主サークルの作品展示。舞台発表…10月24日㈮午後１時～３時30分。

問当ひろば☎03 - 3973 - 0032

高南第一　フリーマーケット＆バザー

日11月１日㈯　午前10時30分～午後２時※雨天時は室内　内フリマ&バザー、音楽イベント、パン、りんご、ジュースなどの販売。

問当ひろば☎03 - 3988 - 8601

西池袋　西池ワイワイまつり

日11月２日㈰　午後０時30分～３時(午後０時15分～２時30分受付)　内ゲームや手作り教室、抹茶の試飲。定300名※先着順。

問当ひろば☎03 - 3980 - 0088

目白　目白ひろばまつり

日11月８日㈯　午後０時30分～３時　内縁日、雑貨リサイクルコーナー。※景品あり(先着400名)。

問当ひろば☎03 - 5956 - 5871

長崎　み～んなのひろばまつり

日11月８日㈯　午後１～３時　内長崎小学校児童による合唱、ゲーム、喫茶、アーバンスポーツ体験会など。※景品あり(先着300名)。

問当ひろば☎03 - 3554 - 4411

南池袋　みみずくフェスタ

日11月15日㈯　午前10時～午後１時　内オープニング・チアダンス、射的、わたあめ、ポップコーン、スタンプワークショップ、ゲームなど。

問当ひろば☎03 - 3984 - 5896

駒込　みんなのひろばまつり

日11月15日㈯　午前10時30分～午後０時30分　内オープニング後、６つのゲームを楽しむ。

問当ひろば☎03 - 3917 - 9873

朋有　朋有ひろばまつり

日11月15日㈯　午後１時30分～３時30分　内縁日、防災コーナー。

問当ひろば☎03 - 3971 - 0781

千早　収穫祭

日11月16日㈰　①午前10～11時、②午後１時30分～２時30分　内①クラウン・トガ「ピエロショー」、②落語ほか。※大根のお土産あり(先着順)。

問当ひろば☎03 - 3959 - 2281

上池袋　上池袋ひろばまつり

日11月16日㈰　午後１時～３時30分　内バイオリンとピアノのコンサート、縁日。

問当ひろば☎03 - 3576 - 6916

椎名町　ひろばまつり

日11月16日㈰　午後１時30分～３時　内名物豚汁、ゲーム、物販。定250名※先着順。

問当ひろば☎03 - 3950 - 3042

池袋　区民ひろば池袋まつり

日11月22日㈯　午後１～４時　内縁日、池袋小学校によるよさこい、東京よさこい桜舞、長崎獅子舞の披露。

問当ひろば☎03 - 3982 - 9658

11月 健康カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 ● ★	5 ● ■	6 ● ★	7 ●	8 ○
9 ○	10 ● ♥◆	11 ●	12 ●	13 ● ★■	14 ● ■◆	15
16	17 ● ★	18 ● ★	19 ● ○★■	20 ●	21 ● ★	22
23	24	25 ●	26 ● ♥	27 ● ★	28 ●	29
30						

○妊婦の健康　♥こころの健康
★こどもの健康　◆感染症
■おとなの健康　●そのほか

申２次元コードか予約専用電話番号で申込み。詳細は各問合せ先に確認してください。

池…健康推進課(池袋保健所内)
☎03 - 3987 - 4173～４
長…長崎健康相談所
☎03 - 3957 - 1191

健康カレンダー

○妊婦の健康

・母親学級〔予約制〕
池８日㈯　開催／午前９時30分～正午
長19日㈬　開催／午後１時～３時30分
※受付は各開催時間の15分前から

・パパママ準備教室〔予約制〕
池８日㈯　開催／午後１時～３時15分
池９日㈰　開催／①午前９時30分～11時45分
②午後１時～３時15分
※受付は各開催時間の15分前から

★こどもの健康

・こども歯科健診〔予約制〕※対象…2～4歳未満児
池13・27日㈭　受付／午前８時50分～９時50分
長４・18日㈫　受付／午前８時50分～９時50分

・離乳食講習会
池６日㈭　受付／午後１時10分～１時30分

・乳幼児健康相談(出張育児相談)〔予約制〕
池区民ひろば西池袋　18日㈫午前10～11時
区民ひろば駒込　21日㈮午後１時45分～３時
長長崎健康相談所　17日㈪午後１時30分～３時30分
区民ひろば要　19日㈬午前10時～11時30分

■おとなの健康

・女性の骨太健診〔予約制〕
※対象…令和７年度　20～39歳の女性
池５日㈬　受付／①午前８時50分～９時
②午前９時30分～９時40分

・生活習慣病予防健診(男性)〔予約制〕
※対象…令和７年度　20～39歳の男性
池14日㈮　受付／午前８時50分～９時

・女性のための健康相談〔予約制〕
池５日㈬　受付／午後１時～２時25分

・食事(栄養)相談〔予約制〕
池14日㈮　受付／午後１～２時
長13日㈭　受付／午前９時30分～11時

・健康(保健・栄養)相談〔予約制〕
池14日㈮　受付／午後１～２時
長19日㈬　受付／午後１時15分～２時45分

♥こころの健康

・こころの相談〔予約制〕
池26日㈬　受付／午後２～４時

・家族相談〔予約制〕
池10日㈪　受付／午後２～４時

◆感染症

・HIV(エイズ)検査〔予約制〕
10日㈪　受付／午後１時30分～２時30分
申予約専用☎03 - 3987 - 4244

・B型・C型肝炎ウイルス検査〔予約制〕
※結果は約１か月後に郵送
14日㈮　受付／午前10時～10時30分
申予約専用☎03 - 3987 - 4244

・感染症に関する保健相談
問感染症保健指導グループ☎03 - 3987 - 4182

●そのほか

・保健相談
池長子育て、思春期、更年期、こころの健康、難病などに関する相談
平日　午前８時30分～正午、午後１～５時

・ぜん息・COPD 相談〔予約制〕
電話相談は随時受付、面接相談は要予約
問公害保健グループ☎03 - 3987 - 4220