

健康

あなたは大丈夫？ ～意外と身近にある依存症～

8月24日(月) 午後2～4時 区民センター◇やめたくてもやめられないのはどうして？依存症ってどんな状態？家族はどうすればよい？アルコールや薬物、インターネットなど様々な依存症について学ぶ◇80名 📞電話で保健指導係☎3987-4174へ ※先着順。

健康チャレンジ！対象事業

①第4回健康講座「ぜん息治療最新情報」…9月3日(木) 午前10時～正午 池袋保健所◇気管支ぜん息の最新情報を自己管理に役立てる。講師…池袋大谷クリニック院長／大谷義夫氏◇区内在住の呼吸器疾患でお悩みの方やその家族◇30名

②「睡眠障害と生活習慣病～いびきは要注意！～」…9月9日(水) 午後6時30分～8時30分 生活産業プラザ◇講師…要町病院／吉澤孝之氏◇80名

③「買い物血糖コントロール術を身につけよう」…9月13日(日) 午前10時～正午 区民センター◇講師…二葉栄養専門学校校長／小川 万紀子氏。希望者は薬と栄養の相談可◇100名

④「もう便秘怖くない 便秘の種類と予防法」…10月8日(水) 午後6時30分～8時30分 区民センター◇講師…さいとう胃腸科内科クリニック／齋藤正行氏◇100名 📞電話で①は公害保健グループ☎3987-4220、②③④は保健事業グル

ープ☎3987-4660へ※要予約。先着順。

もの忘れ相談事業区民公開講座 認知症に強い脳を作ろう！ ～今日からできる認知症予防～

9月12日(土) 午後2～4時 豊島区医師会館(西池袋3-22-16)◇講師…東京都健康長寿医療センター研究所研究員心理学博士／宇良千秋氏◇100名 📞電話かファクス(4面記入例参照)で8月31日までに、「豊島区医師会 ☎3986-2321、📧3984-5921」へ ※先着順。 区認知症対策グループ☎4566-2433

男性のためのサクセスフル・エイジング(全7回)

9月26日～12月19日 第1・3土曜日 午前10時～正午(初回と最終回は午前9時30分) 帝京平成大学池袋キャンパス(東池袋2-51-4)◇帝京平成大学との連携講座。運動、心理、栄養、救急救命の専門家から、いつまでも健康で過ごすための知識・技術を学ぶ◇区内在住のおおむね60歳以上の男性◇30名◇2,000円 📞電話で介護予防グループ☎4566-2434(平日のみ)へ ※先着順。

募集

男女平等推進センター運営委員(第25期)を募集します

◇区内在住で年6回程度の会議に出席できる方◇区民の視点から意見・提案を行なう◇任期…10月1日～平成30年9月30日◇謝礼…1回2,000円(交通費なし)◇1名 📞申込書(当

センターで配布)に必要事項を記入し、9月11日(必着)までに「〒171-0021 西池袋2-37-4 男女平等推進センター」へ郵送か持参。 区当センター☎5952-9501

イベント

ときめき想展展の歩み

8月21日(金)～26日(水) 午前9時30分～午後6時(最終日は午後3時まで) としまセンタースクエア◇区で毎年開催している障害者美術展で、歴代最優秀賞受賞者の作品展を開催。個性あふれる作品の数々を展示📞当日直接会場へ。 区障害福祉課政策推進グループ☎3981-1766、📧3981-4303



第8回最優秀賞「港のある街」久保貫寛

みらい館大明 「大明シネマ 27年夏「LIFE!!」」

8月29日(出) 午前10時30分から(吹替)、午後1時30分から(字幕)◇ファミリーでも楽しめるヒューマンアドベンチャードラマ。冷たい麦茶サービス◇各回30名 📞電話かEメールで「当館☎3986-7186、📧miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ ※先着順。

巣鴨図書館 巣鴨キネマ「古都」

9月25日(金)まで 午前10時～午後7時 大正大学5号館(西巣鴨3-

1時30分開場)◇原作…川端康成、監督…市川崑、主演…山口百恵、三浦友和、實川延若、岸恵子ほか(1980年・126分)◇40名 📞当日先着順受付。 区当館☎3910-3608

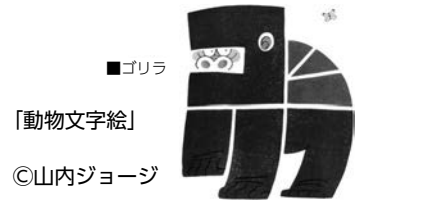
フリーマーケット開催&品物募集

10月4日(日) 午前10時～午後2時 特別養護老人ホーム風かおる里※駐車場なし📞当日直接会場へ。 ●品物募集…家庭で不要になった日用品などがありましたらご連絡ください。特にリネン類(シーツ・タオル類)、ただし衣類、食品、人形、家電製品、大型家具などは取り扱えません。詳しくは問い合わせてください。

区当ホーム 費場☎5982-1021

椎名町駅ギャラリー 「豊島区ゆかりのマンガ家 vol.11 ～山内ジョージの世界～」

11月30日(月)まで※予定 西武池袋線椎名町駅構内自由通路◇山内はトキワ荘に入居し、高井研一郎とギャグマンガを共同制作。石ノ森章太郎のアシスタントも務めた。「動物文字絵」作品も多数。エピソードと一緒に作品を展示📞当日直接会場へ。 区観光交流グループ☎3981-1316



大正大学 ESPACE KUU 所則実行写真展

9月25日(金)まで 午前10時～午後7時 大正大学5号館(西巣鴨3-

20-1) 📞当日直接会場へ。 区大正大学鴨台プロジェクトセンター☎5394-3062

講演・講習

区民プロデュース講座「小唄と三味線」としまみやび会

8月22日(土) 午後1時30分～3時30分 目白庭園◇粋な小唄と三味線を一緒にレッスン。講師…春日とよ芝穂(馬場雅千)◇10名◇1,000円 📞電話かファクスで8月20日までに「としまみやび会 馬場 ☎ 📧5982-5855」へ ※先着順。

第50回講演会 「日本舞踊の楽しみ方」

8月28日(金) 午後3時～4時30分 東京信用金庫本店8階(東池袋1-12-5)◇日本舞踊をより深く理解する楽しみ方◇200名◇1,000円 📞はがきか電話かファクスかEメールで「〒162-0065 新宿区住吉町10-8 興材ビル301(公財)日本舞踊振興財団 ☎ 📧3354-5496、📧office@nihonbuyo.or.jp」へ ※先着順。

みらい館大明「徳川御三家の食と日本酒を知る」(全3回)

①8月30日…愛知県編(徳川家康出生地のお酒/丸石醸造)、②9月6日…茨城県編(平安時代から850年以上の歴史をもつ蔵元/須藤本家)、③9月13日…和歌山県編(季節折々のお酒を提供/平和酒造) いずれも日曜日 午後3～6時◇1回ずつの参加可。進行…フードコンサルタント/久保田 淳氏◇20歳以上の方◇各回25名◇全3回10,000円(1回3,500円) 📞電話かEメールで「当館☎3986-7186、📧miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ ※先着順。

家庭教育講座 「親子で楽しくクッキング」

9月13日(日) 午前10時30分～午後1時30分 仰高小学校◇「かたつむりロールサンド」と「プチチーズデザート」作りと食についての講義。講師…森永乳業専任管理栄養士◇小学生と保護者◇24組※子ども2名まで

ご意見をお寄せください 「豊島区立子どもスキップ条例及び豊島区立学童クラブ条例の一部を改正する条例(案)」をまとめました

学童クラブの利用時間の延長と利用料の改定について、パブリックコメント(意見公募手続)制度に基づき、区民の皆さんのご意見をお聴きします。

- 条例案の概要
・学童クラブの月額利用料を4,000円に改定する。
・学校休業日・土曜日の開始時間を午前8時15分に変更し、夏季休業期間のみ月額1,000円の延長利用料を徴収する。
・平成28年度は5施設で、小学1・2年生を対象に平日の終了時間を午後7時まで延長し、月額1,000円の延長利用料を徴収する。
●閲覧できます
条例案は9月10日まで、子ども課、行政情報コーナー、区民事務所、図書館、区ホームページで閲覧できます。
●ご意見をお寄せください
便せんなどに①ご意見②〒・住所③氏名または団体名(代表者名・担当者名)を記入し、郵送かファクスかEメールで9月10日(必着)までに「子ども課📞3980-5042、📧A0017309@city.toshima.lg.jp」へ。直接当課窓口へ持参も可※個別に直接回答はしません。提出書類は返却不可。

区子ども課放課後対策グループ☎3981-1058

名、②9月29日～平成28年1月19日 火曜日 午前11時～午後1時 食堂「ルボントラバーク」(東池袋1-44-3)◇20名。 いずれも栄養バランスのとれた会食と栄養士によるミニ栄養講座。②はレクリエーションあり◇区内在の65歳以上の一人暮らしの方(日中独居を含む) ※初回の方優先◇3,200円 📞往復はがき(4面記入例参照)で8月24日(必着)までに高齢者福祉課介護予防グループ(宛先左上欄外芝穂)へ ※応募者多数の場合は抽選。 区当グループ☎4566-2434(平日のみ)

徳川林政史研究所公開講座 「古文書で読みとく江戸の社会と人びと」(全6回)

9月10日～10月15日 木曜日 午後6時30分～8時 勤労福祉会館◇オリジナルテキストで、前半は林業・林政史、後半は江戸城大奥がテーマ。古文書から見た時代像について解説◇全回出席できる方。区内在住、在勤、在学の方優先。詳細は区ホームページ参照◇80名 📞往復はがきで8月21日(必着)までに教育部庶務課文化財グループへ ※1名1通。応募者多数の場合は抽選。 区文化財グループ☎3981-1190

こころのケア講座

9月11日(金) 午後2～4時 勤労福祉会館◇人間関係やDVなどの暴力により傷ついた女性たちをケアする講座◇女性のみ◇20名 📞9か月以上未就学児。 📞電話かファクスかEメールで「男女平等推進センター☎5952-9501、📧5391-1015、📧A0029117@city.toshima.lg.jp」へ ※先着順。

可◇1名200円◇エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具、室内履きを持参

📞電話で8月25日までに生涯学習グループ☎4566-2762へ ※先着順。

淑徳大学公開講座

◇総合窓口課および区民相談コーナーでの通訳・住民記録業務、資料作成など(要通訳経験)◇中国語2名、英語1名◇任期…10月1日～平成28年3月31日 📞所定の申請書(総合窓口課住民記録グループで配布。区ホームページからもダウンロード可)を、8月21日午後5時までに当グループへ直接本人が持参(要事前電話連絡)。郵送不可。 区当グループ☎3981-4782

スポーツ

区民歩こう会

9月6日(日) 午前9時50分 東武東上線中板橋駅南口駅前広場集合 ※雨天決行◇石神井川周辺の名所旧跡を訪ねて～板橋区の中板橋から練馬区の氷川台、名社寺と城北中央公園を散策～◇300円◇軽装で参加。弁当・水筒・雨具持参 📞当日集合場所です。 区豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

第55回豊島区民陸上競技大会

9月21日(水) 午前9時(午前8時10分受付開始) 江東区夢の島競技場(住所江東区夢の島1-1-2)◇競技種目や参加費など、詳細は区ホームページ豊島区陸上競技協会ホームページ 📞http://tokyotandf.web.fc2.com/tsm.html 参照◇区内在住、在学、在勤の方◇一般(大学生含む)800円、高校生600円、中学生500円、小学生300円。リレーは1チーム1,000円 📞郵送かEメールで、8月17～31日(必着)の間に「〒171-0022 南池袋3-14-9 豊島区陸上競技協会 木津、📧kumi.n.entry@email.plata.or.jp」へ。

区当協会 木津☎3983-4075

職員採用

総合窓口課・広報課臨時職員

◇総合窓口課および区民相談コーナーでの通訳・住民記録業務、資料作成など(要通訳経験)◇中国語2名、英語1名◇任期…10月1日～平成28年3月31日 📞所定の申請書(総合窓口課住民記録グループで配布。区ホームページからもダウンロード可)を、8月21日午後5時までに当グループへ直接本人が持参(要事前電話連絡)。郵送不可。 区当グループ☎3981-4782

マイナンバー制度関連業務 臨時職員

◇総合窓口課および東・西区民事務所での入力事務、窓口事務、居住実態調査など◇15名程度◇任期…11月1日～平成28年3月31日 📞所定の申請書(総合窓口課住民記録グループで配布。区ホームページからもダウンロード可)を、8月28日午後5時までに当グループへ直接本人が持参。郵送不可。 区当グループ☎3981-4782

学童クラブ職員(非常勤職員)

◇児童館などでの児童指導業務◇任期…10月1日～平成28年3月31日(更新可) 📞申込書・自己申告書・論文(子ども課・池袋本町児童館・各子どもスキップ・各中高生センターで配布)を8月28日(必着)までに子ども課管理グループへ郵送か持参(持参の場合は8月31日まで)。 区当グループ☎4566-2471

保育所調理員(非常勤職員)

◇保育所での調理業務など。詳細は区ホームページか保育課で実施要項参照◇任期…9月15日～平成28年3月31日(更新可) 📞履歴書(写真貼付)、資格を証明する書類(写し可)を8月27日までに当課窓口へ直接本人が持参。郵送不可。 区総務総括グループ☎3981-2019

国民健康保険に入るとき・やめるときは必ず届け出てください

国民健康保険に加入する、やめるなどの理由が生じた日から14日以内に、手続きをしてください。届出に必要なものなど詳しくは問い合わせください。

- 加入の手続きが必要なとき…職場の健康保険をやめた方(職場の健康保険を任意継続する方、家族の社会保険の扶養となるなど別の健康保険に加入できる方は手続き不要)。外国籍の方で、住民基本台帳法の対象となった場合は、国民健康保険に加入しなければなりません(職場の健康保険に加入している方を除く)。
●やめる手続きが必要なとき…国民健康保険に加入している方が、他の健康保険(職場の健康保険など)に加入したとき。
●加入の手続きが遅れると…保険料は国民健康保険に加入する理由の生じた月にさかのぼって支払っていただきます(最大2年分)。また、その間の診療は全額自己負担になります。
●やめる手続きが遅れると…国民健康保険証を使って診療を受けた場合、国民健康保険で負担した医療費は返していただきます。

※株式会社などの法人事業所に常時勤務している方は、社会保険事務所または健康保険組合の扱った健康保険に加入することになります。パートやアルバイトの方でも、勤務時間が常勤社員の4分の3以上で、雇用期間が2か月以上の場合などは、常時勤務している方と同様の取り扱いとなります。詳しくは資格・保険料グループへお問い合わせください。

区当グループ☎4566-2377

こんなときには必ず14日以内に届出をしましょう

	こんなとき	必要なもの	届出先
入るとき	豊島区に転入してきた	本人確認書類(即日受取りの場合)※、キャッシュカード、預(貯)金通帳、金融機関届出印	国民健康保険課または区民事務所
	他の健康保険をやめた、扶養から抜けた	資格喪失証明書(または離職票、退職証明書など)、本人確認書類(即日受取りの場合)※、キャッシュカード、預(貯)金通帳、金融機関届出印	
	生活保護を受けなくなった	保護廃止決定通知書、キャッシュカード、預(貯)金通帳、金融機関届出印	
やめるとき	子どもが生まれた	本人確認書類(即日受取りの場合)※	国民健康保険課または区民事務所
	豊島区から転出する	国民健康保険証、印かん	
	他の健康保険に入った 生活保護を受けるようになった	国保証と社保証などの両方の保険証、印かん 国民健康保険証、保護開始決定通知書、印かん	
その他	死亡した	喪失の届出不要。ただし葬祭費の支給には、別途申請が必要です。	国民健康保険課
	区内で住所が変わった、世帯主や氏名が変わった、世帯を分けた、世帯を一緒にした	変更する方全員分の国民健康保険証	
	保険証をなくした	本人確認書類(即日受取りの場合)※	
外国籍の方	区外の特別養護老人ホームなどの社会福祉施設に入所する	保険証、入所証明書(写)など	国民健康保険課
	介護保険第2号被保険者の適用除外に該当した、またはなくなった	指定通知書など	

※保険証の即日受取りができる本人確認書類…運転免許証、パスポート、顔写真付き住基カード(豊島区の住所が確認できるもの)、在留カードまたは特別永住者証明書、その他官公署発行の免許証または証明書(顔写真・生年月日のあるもの)など。
◎窓口に来る方が世帯主または同一世帯員以外(住民票上の世帯が別)の場合は、委任状が必要です。
◎保険料の支払いは、口座振替が原則です。加入手続きの際はキャッシュカード、預(貯)金通帳、通帳届出印を持参してください。
◎ペイジー口座振替受付サービスを行なっています。対象金融機関のキャッシュカードをお持ちいただくだけで、通帳届出印がなくても口座振替の受付が可能です。申込み月の翌月分から振替を開始します。

「雑司が谷探検イベント」パンフレットの訂正について

区立小学校1～4年生に配布したパンフレットの内容に誤りがありました。お詫びして訂正します。訂正内容はイベントホームページ 📞http://photoscoop.phj.jp をご覧ください。 区観光振興グループ☎5992-7018

としまコミュニティ大学で学問に触れる

区コミュニティ大学グループ☎5992-7079

◆平成27年度としまコミュニティ大学 開講記念講演 「優美なルネサンス・バロック音楽の世界」

9月26日(土) 午後2～4時 東京音楽大学(南池袋3-4-5)◇いにしへの楽器の調べとともにルネサンス・バロック時代に思いをはせる大人の時間。講師…東京音楽大学教授/坂崎則子氏ほか◇200名◇一般受講生1,000円※マナビト生フリーパス対象講座 📞ファクスかEメールで「当グループ📞3981-1577、📧A0014606@city.toshima.lg.jp」へ ※先着順。

◆学びたい時がチャンス！9月より後期講座開始、受講生募集！

区内6大学(学習院・女子栄養・大正・帝京平成・東京音楽・立教)の多彩な講座が受講できます。講座一覧表は区内の各図書館や各地域文化創造館に置いてあるほか、右記二次元コードで区ホームページをご覧ください。

