

健康

～ぜん息・COPDの方へ～冬の呼吸器感染症から身を守る

11月9日(木) 午後2時～3時30分
池袋保健所◇ぜん息発作やCOPD増悪の原因となる呼吸器感染症の予防について専門医から学ぶ。講師…みやけ医院院長／三宅修司氏◇30名
☎電話で公害保健グループ☎3987-4220へ※先着順。

からだメンテナンス～体幹トレーニング&リラククス

11月20日(月) 午後2時～3時30分
デサントフィットネスラウンジ目白橋の坂スタジオ(目白1-4-8)◇不調改善やパフォーマンスアップを目指す。講師…からだメンテナンスクラス主宰者／水井博子氏◇区内在住の方優先(在勤、在学の方は空きがあれば参加可)◇20名◇飲み物、タオル持参。
☎電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

ゆるゆる健康体操2

11月27日(月) 午後2時～3時30分
デサントフィットネスラウンジ目白橋の坂スタジオ(目白1-4-8)◇ゆっくりとしたペースでストレッチと有酸素運動。講師…元宝塚歌劇団月組／真山葉瑠氏◇区内在住の方優先(在勤、在学の方は空きがあれば参加可)※8月21日の同講座に参加した方は申込み不可◇20名◇室内用運動靴、タオル、飲み物持参。
☎電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

イベント

東日本大震災復興支援イベント 第9回大塚商人祭り

10月28日(土)・29日(日) 午前10時～午後5時(29日は午後4時まで) J R大塚駅前南北広場・自由通路◇区

10月は住生活月間です

◎老朽建物対策

「空家等対策の推進に関する特別措置法」に基づき、著しく保安上危険である、著しく景観を損なう、著しく衛生上有害となる、周辺の生活環境の保全を図るため放置する事が不適切であるなどの場合には、助言・指導・勧告などを行ないます。それぞれのケースに応じ、建物などの維持管理のための支援を提供します。
☎建築課許可・耐震グループ☎3981-0590



◎空き家の活用方法

★リノベーションまちづくり事業…空き家、空き店舗などの遊休不動産を活用して、まちの再生に取り組み、「住んで子育てして、働きながら暮らし続けられるまち」の実現を目指します。
★居住支援事業…NPO法人などと協働して、住まいにお困りの方と空き家のマッチングや、入居後の生活支援活動を行なっています。
●としま居住支援バンク物件募集中…「としま居住支援バンク」は区内の空き家・空き室を登録し、住まいの確保にお困りの方への紹介を行ない、両者のマッチングを図るものです。登録物件は、豊島区居住支援協議会の居住支援事業に活用します。
☎住宅課施策推進グループ☎3981-2655

「としまぐらし会議」メンバー募集(全4回)



11月14日(火)、12月16日(土)、平成30年1月20日(土)、2月4日(日) 初回のみ午後7～9時 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇みんなで豊島区の未来像を考え、話し合うワークショップ◇詳細は当会議ホームページ📄https://toshima-gurasahi.jp 参照📄当会議ホームページから申込み。
☎女性にやさしいまちづくり担当課☎4566-2513

第22回こころまつり

11月18日(土) 午前10時45分～午後2時30分 長崎小学校◇長崎小学校児童による長崎獅子舞とキッズダンス、千早高校吹奏楽部による演奏などの舞台発表。参加団体による各種販売📄当日直接会場へ。
●ボランティアを募集します…前日か当日のボランティア📄事前に電話でサンハウス☎3972-2375へ。
☎長崎健康相談所☎3957-1191

ギターサークル・カノン 第16回定期演奏会

11月23日(祝) 午後1時30分開演(午後1時開場) 南大塚ホール◇クラシックギターの合奏。曲目…光と風の四季、LA LA LAND 挿入曲、悲愴、スパニッシュコーヒーほか◇約250名📄当日先着順受付。
☎ギターサークル・カノン 西山☎090-3438-3173

豊島法人会のプラトシマ「雑司が谷歴史散歩」

11月25日(土) 午後0時30分～午後4時 区役所本庁舎1階総合案内集合、法明寺解散◇雑司ヶ谷霊園、雑司が谷旧宣教師館、大鳥神社、雑司ヶ谷鬼子母神堂などを散策し、法明

寺で雑司が谷の歴史や魅力などについての講演会◇30名
📄10月25日から電話で(公社)豊島法人会事務局☎3985-8940へ※先着順。

秋の庭園ライトアップコンサート

①11月25日(土)…チェロと癒しの調べ、②11月26日(日)…尺八と箏で綴る紅葉の夜◇①チェロの演奏ほか、②尺八と箏の演奏
いずれも午後7～8時(午後6時40分から受付)◇赤鳥庵(目白庭園)◇60名◇1,000円(ライトアップ入場料200円含む)📄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、参加者名、年齢、参加人数も記入)で「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園、☎5996-4886、📠info-mejiro-garden@sei-bu-la.co.jp」へ。当庭園管理事務所で直接申込み可。電話申込み不可※先着順。
☎当事務所☎5996-4810

東京音楽大学シンフォニーオーケストラ定期演奏会

12月14日(休) 午後7時開演(午後6時30分開場) 東京芸術劇場◇指揮…高関 健、ピアノ…小林 遼、曲目…ベルリオーズ「幻想交響曲作品14」ほか◇1,999名※全席指定◇1,500円📄前売り…東京芸術劇場ボックスオフィス☎0570-010-296、イープラス📄http://eplus.jp、当大学A館地下カワイ売店(店頭販売のみ)
☎当大学演奏課☎3982-2496

講演・講習

家庭教育講座「コーチングを活用した子育て」(西巣鴨幼稚園父母会)

11月7日(火) 午前9時30分～10時30分 西巣鴨幼稚園◇講師…東京ガス(株)埼玉支社長／阿久根 謙司氏◇幼児の保護者◇60名◇筆記用具、室内履き持参。
📄電話かファクスかEメールで11月2日までに「庶務課庶務グループ☎3981-1141、☎3980-5163、📠A0024004@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

帝京平成大学「季節の和菓子教室」

11月18日(土) 午前10時30分～午後0時30分 当大学池袋キャンパス調理実習室(東池袋2-51-4)◇講師…当大学健康メディカル学部健康栄

みらい館大明 パソコン講座「ゆっくり楽しく初めてのパソコン2日間 文字入力とインターネット」

11月15日(木)…文字入力、16日(木)…インターネット入門 いずれも午後1～5時◇パソコン初心者の方◇8名◇5,000円
☎電話かEメールで「当館☎3986-7186、📠miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。1日のみの参加希望の方は問い合わせてください。

出前講座

①「くらしの中の危険ヒヤリ・ハット」…11月17日(金) 午後2時30分～3時30分 区民ひろば豊成◇高齢者や子供をくらしの事故から守るため、身近に潜む危険を学ぶ、②「終活」…11月29日(水) 午前10時30分～11時30分 区民ひろば朝日◇お葬式やお墓についての基礎知識や、トラブルにあわないためのポイントを学ぶ。
📄いずれも当日直接会場へ。
☎消費生活グループ☎4566-2416

シニア世代の食事(元気な身体と丈夫な骨づくり)

11月17日(金) 午後6時から(午後5時30分受付開始) 武蔵野栄養専門学校(南池袋3-12-5)◇講師…当校管理栄養士／板垣 裕氏(試食あり)◇スポーツ・レクリエーション活動をしているシニア世代の方や指導者、食について関心のある方◇60名📄所定の申込書(区ホームページからダウンロード可)を、11月10日までにファクスで豊島区体育協会☎3955-0528へ※先着順。
☎豊島区レクリエーション協会 木津☎3983-4075

養学科助教／芝崎本実氏◇18歳以上◇40名📄Eメール(下部記入例参照。当日連絡のつく電話番号も記入)で当大学📠wagashi2017@thu.ac.jpへ※先着順。
☎当大学☎5843-3111

講演会「翻訳ってどんな仕事？」

11月23日(祝) 午後1時30分～3時 千早図書館◇海外文学や翻訳の魅力・難しさ、翻訳実践、海外の児童文学賞受賞作品の紹介。講師…やまねこ翻訳クラブ／相良倫子氏、手嶋由美子氏◇50名📄当日先着順受付。
☎当館☎3955-8361

知っておきたい 子どもの思春期と親の心得～男の子の成長に寄り添うために～

11月25日(土) 午前10時～11時45分 みらい館大明◇講師…日本思春期学会名誉会長／村瀬幸浩氏◇40名◇500円📄Eメール(下部記入例参照。ファクス番号も記入)で11月15日までに、AneママグループTOMATO📠anemama.tomato@gmail.comへ※先着順。
☎生涯学習振興グループ☎4566-2762

思春期の子どもの世界～不登校、ひきこもりの相談からみえてきたこと～

11月25日(土) 午後1時30分～3時30分 立教大学池袋キャンパス(西池袋3-34-1)◇講師…臨床心理士／井利由利氏◇70名📄定員あり。先着順。
☎電話かファクスかEメールで「男

はがきなどの記入例

①事業またはイベント名	※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。
②〒住所	
③氏名(ふりがな)	
④年齢	
⑤性別	
⑥電話番号	※申込み方法は各記事参照。
⑦その他必要事項	

としまの伝統工芸士 4 「東京手描友禅」 椿 逸雄氏

「東京手描友禅」伝統工芸士・椿逸雄さんは、中学卒業後に高田馬場の模様師のもとに弟子入り。修行を続けながら美術学校に通って、絵筆に磨きをかけていった。
東京手描友禅は、江戸幕府が開かれたことを契機として京から江戸に移り住んだ職人たちによって生み出され、水資源が豊富な神田川などの河川流域に多くの染師などが住んでいた。
日本画家を父に持つ椿さんは、自身のセンスと身に着けた技術によって、顧客の要望に応じた新しい図柄を創作し続けている。
また、友禅の作業工程の多くを自身で手掛け、特に「色彩」に関しては納得がいくまで追求している。色彩に対するこだわりは、自分の誇りだという。
☎商工グループ☎4566-2742



女平等推進センター☎5952-9501、☎5391-1015、📠A0029117@city.toshima.lg.jpへ※先着順。

学習院大学公開シンポジウム「超高齢社会を科学するI」

11月25日(土) 午後2時～5時30分 学習院大学西5号館2階201教室(目白1-5-1)◇第22回生命科学シンポジウム「超高齢社会における医療・介護の現状と課題」ほか◇約200名📄当日先着順受付。
☎当大学国際研究教育機構☎5992-9208

出前寄席「『サギ師の心』読んで己を守る」

11月29日(水) 午後1時30分～2時10分 区民ひろば朋房◇落語で悪賢商法の手口や対処方法などを楽しく伝える📄当日直接会場へ。
☎消費生活グループ☎4566-2416

「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座(全5回)

12月3・10・17日 日曜日 午前10時～午後3時30分※3日は午後1時30分～5時 南大塚地域文化創造館◇外国人へのおもてなしの心と道案内程度の簡単な英会話を学ぶ。初回はおもてなし講座、2回目以降は語学講座◇全回参加できる都内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く)で、英語入門から初級(TOEIC500点未満程度)の語学力の方◇36名📄6か月以上未就学児。定員あり📄往復はがき(下部記入例参照。保育

希望の場合は子どもの年齢・人数も記入)で11月2日(必着)までに文化観光課「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座係へ※応募者多数の場合は抽選。詳細は区ホームページ参照。
☎観光計画グループ☎3981-4623

シルバー人材センター

①「入会説明会」…11月17日(金) 午前9時30分～正午◇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体操教室(誰でも出来るストレッチ体操)…第1・2・3月曜日 午後1時30分～3時◇25名◇月額2,000円、③パソコン&iPad教室(1時間30分)●無料体験教室…①11月16日(木) 午後0時45分から、●パソコン入門(全4回)…①11月2～23日 木曜日 午前10時から◇5,500円、●ワードI(全4回)…①10月31日～11月21日 火曜日 午前10時から、②11月1～22日 水曜日 午後3時から◇③④5,700円、●iPad入門(全4回)…①11月2～23日 木曜日 午後3時から◇5,800円、●エクセル初級(全4回)…①11月4～25日 土曜日 午前10時から◇5,700円、●夜間エクセル講座(全8回)…①10月31日～12月19日 火曜日 午後7時から◇14,000円(テキスト代を含む)

📄①②は電話で当センター☎3982-9533へ、③は④～⑥を選び往復はがきかファクスで「〒170-0013 東池袋2-55-6 シルバー人材センター、☎3982-9532」へ。

消費者のポケット 「火災保険が使える」という住宅修理契約のトラブルに注意!

☎消費生活センター相談専用☎3984-5515

突然、業者から「火災保険を使って、住宅を修理しないか」とか「保険金請求を代行する」と言われ契約したというトラブルの相談が多く寄せられています。

事例① 訪問してきたリフォーム業者に雨どいが壊れていることを指摘され「火災保険の保険金で雨どいと屋根の修理ができる。自己負担は一切ない」と説明された。50万円の見積書を出され、自己負担なしで修理できるならと思い、契約した。保険会社に保険金を請求したら「雨どいと屋根は経年劣化による破損で、支払い対象外」と言われた。保険金が下りないなら修理はやめたい。

事例② 知らない業者から「保険金の請求代行をしている。地震で外壁が壊れていないか」と電話がかかってきた。「修理するなら地震で壊れたことにすればよい。保険の請求手続きは複雑なので、当社が代行する。保険金が支払われたら、30%を手数料としていただく」と言われた。この業者は信用できるか。

ここに気を付けましょう!

- このような勧誘を受けた時は、まず自分が加入している保険会社に対象となるのか確認しましょう。
- 火災保険では、火災のほかに自然災害による住宅の損害にも保険金が支払われる場合がありますが、建物の経年劣化は支払いの対象外です。
- 保険会社に保険金を請求する際は、契約者が事実に基づいて請求しましょう。嘘の請求は、不正請求として責任を問われる場合があります。
- 訪問販売や電話勧誘販売で住宅修理の契約をした場合、書面受取から8日間はクーリング・オフができます。契約書面に不備がある場合は8日間を過ぎてモクーリング・オフできる場合もあります。※トラブルが起きた時は、すぐに消費生活センターに相談してください。



第29期青少年問題協議会 第5回定例会

11月1日(火) 午後6時から 区役所本庁舎5階507～510会議室◇10名📄当日10分前までに直接会場へ※先着順。
☎子ども課管理グループ☎4566-2471

第10回豊島区保健福祉審議会

11月9日(木) 午後6時30分から 区役所本庁舎5階507会議室
☎電話かファクスで前日正午までに「福祉総務課計画グループ☎4566-2422、☎3981-4303」へ。