

スポーツ



第65回区民駅伝大会

12月17日(日) 午後1時30分から
皇居・桜田門周回コース(1周約5km、
女子・中学生の部は半周)◇部門…
一般男子/女子(高校生以上)、大学
・高校男子、壮年男子(40歳以上)、
男女混成、中学生男子/女子の部◇
区内および都内隣接区在住、在勤、
在学の方。1チーム4名(補欠2名)
◇1チーム4,000円(中学生の部
3,000円)☎所定の申込用紙(区ホ
ムページからダウンロード可)を郵
送かEメールで11月28日(必着)※E
メールは11月30日午後5時までに

「〒171-0031 目白1-5-1 学
習院中等科 井上、EM1040tf.app@
gmail.com」へ。

☎豊島区陸上競技協会 木津☎3983
-4075

職員採用



資格など詳細は区ホームページが各
課窓口で募集要項などを確認してく
ださい。

高齢者福祉課(非常勤職員)

◇①訪問看護指導員、②在宅介護指
導員(A…介護支援事業担当、B…
認知症支援事業担当)、③高齢者福
祉サービス相談員◇任期…平成30年
4月1日～平成31年3月31日(更新

あり)
☎所定の申込書(高齢者福祉課で配
布。区ホームページからダウンロー
ド可)と課題作文を12月1日まで
に当課窓口へ持参※②はA、Bど
ちらかを選択。
☎担当課管理グループ☎4566-2429

官公署だより

●東京法務局
全国一斉「女性の人権ホットライン」
強化週間
●女性の人権ホットライン☎0570-
070-810 11月13日(月)～19日(日) 月
～金曜日…午前8時30分～午後7時、
土・日曜日…午前10時～午後5時◇

女性をめぐる様々な人権問題につ
いての電話相談を、期間中は通常より
延長して受付※上記期間以外も、当
ホットラインや当局人権擁護部窓口
(千代田区九段南1-1-15 九段
第2合同庁舎12階)で相談を受付(平
日午前8時30分～午後5時15分)。
☎当部第二課☎5213-1234

●豊島都税事務所
「11月は個人事業税第2期分の納期
です」

11月30日(木)までに、お手元の納税
通知書裏面に記載されている金融機
関、コンビニエンスストアなどで納
めてください。また、省エネ促進税
制に係る減免の申請も受付中です。
☎当事務所☎3981-1211(代表)

12月 保健所カレンダー

予約制等の事業は随時受け付けて
いるため、定員に達していることが
ありますのでご了承ください。

	事業名	池袋保健所 ☎3987-4172～4	長崎健康相談所 ☎3957-1191
子どもの健康	1歳児歯科健診・総合相談 対象(1歳～1歳3か月児) [予約制]	7・21日(木) 午前9時～9時30分	
	こども歯科健診 対象(2歳・2歳6か 月・3歳6か月～4歳児) [予約制]	14・28日(木) 午前9～10時	5・19日(火) 午前9～10時
	母親学級 [予約制]	8・15・22日(金) 午後0時40分～3時30分	
	パパ・ママ準備教室 [予約制]	9日(土) 午前9時20分～11時30分	
おとなの健康	生活習慣病予防健診(男性) [予約制] ※対象…平成29年度20～40歳未満の男性	8日(金) 午前8時50分～9時	
	女性の骨太健診 [予約制] ※対象…平成29年度20～40歳未満の女性	6日(水) ①午前8時50分～9時 ②午前9時30分～9時40分	
	健康(保健・栄養)相談 [予約制]	8日(金) 午後1時15分～2時30分	20日(水) 午後1時30分～3時
	食事(栄養)相談 [予約制]		14日(木) 午前9時30分～11時
	女性の専門相談 [予約制]	6日(水) 午後1時15分～2時30分	
	HIV(エイズ)即日検査 [予約制] ※結果は午後2時30分から	2日(土) 午後1時30分～2時30分	
しじまの健康	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	8日(金) 午前10時～10時30分	
	こころの相談 [予約制]	21日(木) 午後2～4時	12日(火) 午後2～4時
	家族相談 [予約制]	5日(火) 午後2～4時	
その他	随時相談	思春期・不妊症・更年期・難病・エイズ・感染症な ど、健康に関する相談を受けています。 平日 午前9時～正午、午後1～5時	
	ぜん息相談(呼吸器全般)	電話相談は随時 面接相談は要予約 ☎公害保健グループ☎3987-4220	
	飼犬・飼猫のしつけ相談 [予約制]	21日(木) 午後1時30分～4時 ☎庶務・動物管理グループ☎3987-4175	

12月 母子健康相談

1日(金) 区民ひろば清和第二 午後1時30分～2時	20日(水) 区民ひろば要 午前10時～10時30分
6日(水) 池袋保健所 午後1時30分～2時	25日(月) 長崎健康相談所 午後1時30分～2時30分
☎池袋保健所 ☎3987-4174	☎長崎健康相談所 ☎3957-1191

体育施設へ行こう

○申込みは、前日までに各施設へ
○詳細は直接施設へ問い合わせください

豊島体育館 ☎3973-1701

◆秋のワンコイン体験教室 ①健
康気功教室～肩こり・腰痛克服…
火曜日 午前11時～午後0時15分、
②初めてのベリーダンス～腰周り
痩せ…月曜日 午前11時～正午、
③のびのび体操(おおむね60歳以
上対象)…水曜日 午前9時30分
～10時30分、④初めてのフラダン
ス…木曜日 午後1時30分～2時
45分、⑤健康ヨガ…土曜日 午前
10時45分～正午
いずれも◇3名◇500円※2度目
以降の参加者は正規料金◇日程な
ど詳細は問い合わせください。

雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆高安 亮選手(バタフライ50m
日本記録保持者)によるバタフ
ライスペシャルレッスン 11月23日
(祝) 午前10時30分～正午◇小学生
以上でバタフライが泳げる方◇20
名◇施設使用料が必要。
☎電話で11月20日までに当施設へ。
直接窓口申込みも可※先着順。
◆12月コース型教室 月曜日(全
3回)①朝の健康体操…午前9時
45分～10時45分◇3,570円、②肩
こり腰痛ケア体操…午後1時30分
～2時15分◇2,270円、③バドミ
ントン教室(初級)…午後1時40分
～3時◇3,570円、金曜日(全4回)
④大人バレエ(入門)…午後6時30

分～7時30分◇5,620円

池袋スポーツセンター ☎5974-7262

◆11月23日祝日プログラム スタ
ジオ①かんたんストレッチ…午前
9時30分から、②かんたん足腰体
操…午前10時30分から、③ヨガ…
午前11時15分から、④エアロビク
スI…午後1時から、午後6時か
ら、⑤FATBURN EXTREME…
午後2時15分から、⑥ポールスト
レッチ…午後3時から、⑦Z
UMBA…午後3時45分から、⑧K
ICK BOX…午後7時15分から、
プール かんたんアクアビクス…
午後1時から
いずれも◇16歳以上(高校生含む)
◇定員あり◇100～200円。施設使
用料別途必要。

☎開始1時間前から整理券配布※
先着順。

巣鴨体育館 ☎3918-7101

◆フリーパス会員受付中 プール、
トレーニングジムを好きな時に好
きなだけ利用でき、一部有料レッ
スンも無料。南長崎スポーツセン
ターでも使用可◇16歳以上◇区内
在住の方3,500円、区外の方4,000
円(毎月1日～月末)
☎印鑑・本人確認用証明書・写真
を持参し、直接当館窓口へ。詳細
は問い合わせください。

10月1日(日) リニューアルオープン 新しくなった郷土資料館に行ってみませんか?

●オリジナル絵葉書好評発売中!

リニューアルオープンを記念して、オリジナルの浮世絵絵葉書8種類
を作製しました。

◇価格…1枚100円

●郷土資料館展示みどころ解説

11月18日、12月16日 土曜日 午後2時～2時40分

◇リニューアルした郷土資料館の展示を学芸員がわかりやすく解説

☎当日直接会場へ。



利用案内

●開館時間…午前9時～午後4時30分

●休館日…毎週月曜日(祝日と重なる場合はその翌
日も)、第3日曜日、祝日、年末年始※展示替え
などにとまなう臨時休館もあり。

●入館料…無料

●所在地…西池袋2-37-4 としま産業振興プラ
ザ(IKE・Biz)7階◇JR・地下鉄・私鉄「池袋駅」
西口から徒歩7分(駐車場はありません。公共の
交通機関をご利用ください)

☎当館☎3980-2351

広告

庭木1本からお手入れOK!



お客様へのお約束
・土日でもOKです
・トイレはお借りしません
・お茶はご遠慮します
生垣剪定幅1m
※高さ2m
通常2,000円を
先着10名様に
1,000円
株式会社ガーデンエクスプレス
☎03-5933-2811
東京北支店 練馬区土支田3-19-12
営業時間 9:00～17:00(年中無休)