福祉

登録手話通訳者の認定試験を行ないます

3月18日(日)　午前10時から　心身障害者福祉センター◇次の全てに該当する方。①区内在住、在学、在勤で20歳以上、②区手話講習会専門コース（同等レベルの他自治体講習会も可）修了者か手話通訳士・統一試験の有資格者、③研修会（月4回）に出席可能な方◇筆記、手話読み取り、手話表現、面接申往復はがき（3面記入例参照。生年月日、日中連絡可能な電話番号、職業、手話歴、区外在住者は勤務〈通学〉先の名称と所在地も記入）で3月2日（消印有効）までに障害福祉課管理グループへ郵送か持参。
問当グループ☎3981-1963

「はあとの木マルシェ×池袋マルイ」イベント販売会

2月24日(土)・25日(日)　午前11時～午後8時30分　池袋マルイ1階（西池袋3-28-13）◇池袋マルイ40周年祭イベントに「はあとの木マルシェ」が出張販売。障害者福祉施設によるハンドメイド雑貨や焼き菓子の販売、製作実演も実施申当日直接会場へ。
問施設支援グループ☎3981-1786

まちづくり

撤去自転車の保管場所が一部変わります

千早4丁目自転車保管所に搬入していた放置自転車などの保管場所を、3月1日以降、変更します。
◇池袋駅西口の周辺で撤去した自転車…池袋3丁目自転車保管所（池袋3-58☎5951-2661）
◇要町駅、千川駅、東長崎駅、落合南長崎駅の周辺で撤去した自転車…池袋駅西自転車駐車場内保管所（西池袋3-20-1☎3590-3837）
問放置自転車対策グループ☎3981-2169

環境・清掃

リサイクルフリーマーケット出店者募集

①3月18日(日)…午前11時～午後2時◇30店舗（1店舗面積1.8m×1.8m）◇1,000円
②3月24日(土)…午前10時～午後3時◇50店舗（1店舗面積2m×2m）◇2,000円（一般企業は5,000円）
いずれも中池袋公園◇駐車場なし。雨天中止◇区内在住、在勤、在学の個人またはグループ※営業目的不可
申①は往復はがきで3月8日（必着）までに「〒171-0043　要町3-3-8　笈川」へ※応募者多数の場合は抽選。②はファクスかEメールで「としまNPO推進協議会FAX5951-1508、EMen@toshima-npo.org」へ※先着順。
※①②とも1名（1グループ）1通のみ
問①ハローフリーマーケット　笈川☎3973-5824、②としまNPO推進協議会　幅上☎5951-1508

イベント

追悼　講談社『少女クラブ』元編集長・丸山　昭　丸さんのトキワ荘物語　そして並木ハウス

5月27日(日)まで　午前10時～午後5時※4・5月は午後6時まで（最終入館は30分前まで）　トキワ荘通りお休み処◇平成28年12月に逝去された編集者／丸山 昭氏の業績と関わりの深いマンガ家について紹介申当日直接会場へ。
問マンガ・アニメグループ☎4566-2758

旧丹羽家蔵一般公開

7月29日まで　土・日曜日、祝日午前11時～午後4時　旧丹羽邸「蔵」（駒込3-12-8　門と蔵のある広場）◇土・日曜日、祝日限定で一般開放を再開（4月15日までは毎日開放）。3月11日までは蔵内で駒込小・仰高小学校児童の図工作品展を開催中申当日直接会場へ。
問駒込地域文化創造館☎3940-2400

第11回としまMONOづくりメッセ～池袋CITYフェス～

3月1日(木)～3日(土)　午前10時～午後5時※最終日は午後4時まで　サンシャインシティ展示ホールB（東池袋3-1-4　文化会館4階）◇区内企業などが、優れた技術や商品をPRする産業見本市。パラスポーツを体験できるコーナーもあり。詳細は公式サイトHPhttp://www.toshima-messe.jp/参照申当日直接会場へ。
問当実行委員会事務局（商工グループ内）☎4566-2742

村絵図で歩く豊島2～雑司が谷編～

3月10日(土)　午前10時～正午◇江戸時代の村絵図をもとに、現在も残る道や史跡をめぐる◇20名◇200円申往復はがき（3面記入例参照）で2月28日（必着）までに庶務課文化財グループ（宛先上部欄外参照）へ※応募者多数の場合は抽選。
問当グループ☎3981-1190

NPO法人劇空間夢幻工房 PLANNING STAGE vol.13「白とかげ」

3月16日(金)…午後2時、午後7時30分、17日(土)…午後2時、午後6時30分、18日(日)…午後2時　シアターグリーン（南池袋2-20-4）◇大正から昭和に執筆された岸田國士の戯曲3本を3人の役者が次々と演じる舞台◇3歳以下入場不可◇各回70名◇前売り3,000円（高校生以下1,500円）、当日券3,500円（高校生以下2,000円）申当劇団ホームページHPhttp://g-mugen.main.jp/works.htmlから申込み。チケットぴあ（Pコード483-359）、イープラス、ローソンチケット（Lコード31731）でも申込み可※先着順。
問当劇団事務局☎026-284-6430

尺八と箏による赤鳥コンサート

3月23日(金)　午後7～8時　赤鳥庵（目白庭園内）◇伝統的な曲からJ-popまで、日本庭園を眺めながら楽しむ◇60名◇1,200円申往復はがきかファクスかEメール（3面記入例参照。参加人数、ファクス番号も記入）で「171-0031　目白3-20-18　目白庭園管理事務所、FAX5996-4886、EMinfo-mejiro-garden@seibu-la.co.jp」へ。直接窓口申込みも可。電話申込み不可※先着順。
問当事務所☎5996-4810

いけびず演芸シリーズ「第三回いけびず落語会」

3月24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…三遊亭歌太郎、春風亭柳若、春風亭昇羊◇1,500円（全席自由）申当館1階事務室でチケット販売。電話予約可※車椅子での鑑賞可。事前に申し出てください。詳細はIKE・Biz ホームページHPhttp://www.toshima-plaza.jp/参照。
問当館☎3980-3131

語り継ぐ東日本大震災『いのちの絵本』朗読会～「いのち」と「防災」を考えよう～

4月28日(土)　午後1～3時（午後0時30分開場）　南大塚ホール◇東日本大震災で子どもを亡くした母親の想いがつづられた絵本「ひまわりのおか」の朗読や語り部によるいのちのお話、歌手／たいらいさお氏による心の歌◇小学生以上申往復はがき（右下部記入例参照。参加人数も記入）で3月16日（消印有効）までに防災危機管理課へ。
問（一社）三月のひまわり☎5652-1561

IWGP FES ダンス＆パフォーマーフェスティバル　出演者募集

5月13日(日)　午前11時～午後7時　池袋西口公園◇ダンスやパフォーマーの日頃の練習を西口公園ステージで楽しく表現しましょう◇25組（1チーム3名以上）◇1名3,000円申Eメール（右部記入例参照。チーム名、人数、代表者名、代表連絡先も記入）で4月30日までにNPO法人Wa-shoi EMwa-shoi@outlook.jpへ※先着順。
問当法人　芝崎☎080-5377-2664

講演・講習

シルバー人材センター

①「着付教室（袷の着方と帯結び）」（全3回）…3月2日(金)・6日(火)・9日(金)　午後1時30分～3時◇女性の方◇10名※先着順◇5,000円
②「入会説明会」…3月16日(金)　午前9時30分から◇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※3月入会は3月中の初年度年会費無料。
③パソコン＆iPad教室…●無料体験教室／ⓐ3月22日(木)　午後0時45分～2時15分、**●パソコン入門（全4回）**／ⓑ3月9～30日　金曜日　午後3時～4時30分◇5,500円、**●ワードⅠ（全4回）**／ⓒ3月9～30日　金曜日　午前10時～11時30分、ⓓ3月10～31日　土曜日　午後0時45分～2時15分◇ⓒⓓとも5,700円、**●iPad入門（全4回）**／ⓔ3月6～27日　火曜日　午後0時45分～2時15分◇5,800円、**●エクセル初級（全4回）**／ⓕ3月8～29日　木曜日　午前10時～11時30分◇5,700円、**●夜間　エクセル講座（全8回）**／ⓖ3月8日～4月26日　木曜日　午後7時～8時30分◇14,000円
申①②は電話で当センター☎3982-9533へ。③はⓐ～ⓖ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、FAX3982-9532」へ。

としま不登校・ひきこもり・発達障害　地域家族会「灯台」立ち上げ講演会

3月3日(土)　午後1時20分～5時　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇1部…「家族会活動から考えるひきこもり等の生きづらさを抱えたわが子への対応について」、2部…「ひきこもりの家族のお金を考える」、3部…対話交流◇70名程度◇500円
申当日先着順受付※事前申込みの方は優先的に席を確保します。電話かEメールで「としま不登校・ひきこもり・発達障害　地域家族会「灯台」☎080-6539-1304、EMjambooohashi0507@yahoo.co.jp」へ。

みらい館大明

①大明・内子町（愛媛県）協働企画「内子の手しごと職人と作ろう！」…3月4日(日)　午前10時～正午◇木の工房職人と組み立てる輪ゴム鉄砲作り※5連射（1,500円）、内子名産品の大洲和紙を使ったミニあんどん作り（1,500円）、和紙すき体験※はがきづくり（500円）◇小学生以上（親子で1作品も可）◇各10名
②子どもモノづくり学校「親子で楽しむミクロの世界　モバイル顕微鏡」…3月11日(日)　午後2～4時◇スマートフォンやタブレットに「モバイル顕微鏡」を装着してミクロの世界を探索。講師…生理学研究所名誉教授／永山國昭氏◇小学生とその保護者◇10組◇2,000円◇スマートフォンもしくはタブレット持参。
③若者支援事業「Artoon Bash!（学校まるごとコスプレ学園祭）」…3月18日(日)　午前11時～午後6時◇学校の教室、校庭、体育館や近隣の公園、商店を会場としたコスプレ撮影会。カフェやわたあめの売店もあり◇500名◇2,600円
申①②は電話かEメールで「当館☎3986-7186、EMmiraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。①は直接窓口申込みも可。③はEメールでウィザード・ワンドEMinfo@wizardwand.co.jpへ※いずれも先着順。

ミニセミナー「池袋とエネルギーとまちづくり」

3月6日(火)　午後6時～8時30分　地域活動交流センター◇再生可能エネルギーの普及などによる持続可能なまちづくりなどについて、大学や環境NGO団体、市民運動のキーパーソンの方との円卓・懇談会◇20名申ファクスで協働推進グループFAX3981-1213へ。区ホームページから申込みも可※先着順。
問当グループ☎4566-2314

スポーツ

第71回都民体育大会豊島区予選会

※申込み・詳細は、直接各競技担当へ。
●ソフトボール…4月8・15・29日　日曜日　千川中学校申電話で3月9日までにソフトボール協会　清水☎3974-3582へ。
●クレー射撃…3月24日(土)　成田射撃場◇散弾銃所持許可者申電話で当日午前10時までにクレー射撃連盟　小池☎090-3232-5934へ。
●ソフトテニス…4月8日(日)　総合体育場申電話で3月19日までにソフトテニス連盟　三好☎3941-4739へ。
●ゲートボール…4月10日(火)　総合体育場申電話で3月20日までにゲートボール協会　山田☎3971-9084へ。
●ボウリング…3月25日(日)　池袋ロサボウル申電話で大会当日までにボウリング連盟　岩井☎3988-8456へ。
●バドミントン…4月30日(祝)　豊島体育館申電話で4月10日までにバドミントン協会　大図☎090-4200-2117へ。
●柔道…5月3日(祝)　雑司が谷体育館申電話で4月15日までに柔道会　井橋☎090-3206-9911へ。

職員採用

資格など詳細は区ホームページか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）

◇介護予防による地域づくり推進員（訪問看護指導員）。理学療法士か作業療法士◇**任期**…5月1日～平成31年3月31日（更新あり）申所定の申込書（高齢者福祉課で配布。区ホームページからダウンロードも可）と課題作文を3月2日までに当課窓口へ持参。
問当課管理グループ☎4566-2429

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性別
⑥電話番号
⑦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。
※申込み方法は各記事参照。

女性が元気でいられるために

～3月1～8日は女性の健康週間です～

区ではライフステージごとにかわる女性の心身の状態に応じた健康支援を行なっています。
問健康推進課☎3987-4174、長崎健康相談所☎3957-1191

●女性の健康週間にあわせた取組み

●女性の骨太健診
毎月1回水曜日　午前　池袋保健所◇骨密度測定を含めた健診と健康講座◇20～39歳までの方◇50名
申電話で予約専用ダイヤル☎3987-4244へ※先着順。
●女性の健康教室「ホルモンバランスを整える」
広報としま2月1日号、区ホームページをご覧ください。

●女性の「やせ」と食事について

最近、若い女性の「やせ」が増加しています。やせ願望のために極端なダイエットをする、忙しい毎日で偏った食生活を続けてしまう方が多いのが現状です。「やせ」は貧血、日常の体調不良や体力低下、また、不妊や低体重児の出産、将来的な骨粗しょう症の原因など様々なリスクをかかえやすくなります。
◇食事…1日3食を基本とし、主食（ごはん・パンなど）・主菜（肉・魚など）・副菜（野菜・海藻など）を揃えましょう。お弁当や外食の時も量が少なくてもなるべく主食・主菜・副菜が揃えるようにこころがけましょう。
◇適度な運動…骨や筋肉を丈夫にし、適正な体重管理とともに健康的で美しいからだを目指しましょう。仕事、家事の合間に少しずつ続けられるものを。まだ若いからと油断したり、もう年だからと諦めないでください。

●がん検診を受けましょう

子宮頸がん・乳がんは早期に発見すれば治る確率が高いとされています。早期発見のために20歳になったら子宮頸がん検診（30、36、40歳の方はHPV検査併用子宮頸がん検診を実施）を、40歳になったら乳がん検診を定期的に受けましょう※区の検診対象者には5月頃受診券を郵送。
問地域保健課保健事業グループ☎3987-4660

●としま鬼子母神プロジェクト

出産前からの切れ目のない支援の仕組みを築き、一人ひとりの女性のライフプラン形成を支援して、安心して子どもを産み育てられる地域社会の実現を目指した取組みをしています。
●「としま見る知るモバイル」
健康・結婚・妊娠・出産・子育てに関する情報を配信しています。
●健康情報スペース「鬼子母神plus」池袋保健所
健康や仕事、子育てについて考えるきっかけやライフプランを考える力を育むサポートとして、こころとからだの健康情報や子育て情報を発信しています。ぜひ、ご来所ください。

●女性のための専門相談

毎月1回水曜日　午後　池袋保健所◇産婦人科医（女性）、助産師、保健師、栄養士、歯科衛生士による個別相談。女性特有の疾患や月経についての相談、将来の妊娠に備えたアドバイスなど、専門職がトータルでサポートします。
◇おおむね40歳までの女性◇各回5名
申電話で健康推進課保健指導グループ☎3987-4174へ※先着順。

気づいてください！体と心の限界サイン

気分が落ち込んだ時やからだに不調を感じた時に、悩みを相談できる機関があります。ストレスをためる前に、まずは保健師に相談してください。
問池袋保健所健康推進課☎3987-4174、長崎健康相談所☎3957-1191
◇こころの健康展示…2月24日(土)～3月22日(木)　中央図書館◇関連図書の展示、リーフレットの配布。

3月は東京都の自殺対策強化月間「自殺防止！東京キャンペーン」

問精神保健グループ☎3987-4231

●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～…3月26日(月)～30日(金)（各日24時間）☎0570-087478
●自殺予防いのちの電話…3月10日(土)　午前8時～11日(日)　午前8時（24時間）0120-783-556
●54時間特別相談（東京自殺防止センター）…3月3日(土)　午前0時～5日(月)　午前6時0120-58-9090
●自死遺族傾聴電話（グリーフケア・サポートプラザ）…3月13日(火)～16日(金)　午前10時～午後10時　☎3796-5453
●自死遺族相談ダイヤル（全国自死遺族総合支援センター）…3月17日(土)～19日(月)　午前11時～午後7時☎3261-4350
●多重債務110番（東京都消費生活総合センター）…3月5日(月)～6日(火)　午前9時～午後5時☎3235-1155
●有終支援いのちの山彦電話～傾聴電話～…3月1日(木)～31日(土)　正午～午後8時（金曜日は午後10時まで）☎3842-5311

ひかり文庫（点字図書館）をご存じですか？

ひかり文庫は、中央図書館に併設されている点字図書館（身体障害者福祉法第34条で規定された情報提供施設）です。点字・録音図書などを備え、視覚に障害のある方に貸出、対面朗読、点字指導、プライベートサービスなどを実施しています。多くのボランティアが点字・録音図書を製作しています。利用（無料）には、登録が必要です。視覚障害以外で読書に障害のある方は、利用方法などを問い合わせてください。
問点字図書館グループ☎3983-7864

インボディ測定会に参加しよう！　3月4日(日)　午前10時～午後4時　池袋保健所◇体内の筋肉量や脂肪量を部位別に測定◇200名申当日先着順受付。
問保健事業グループ☎3987-4660

『赤い鳥』を語り継ぐ、おばあちゃんのおはなし会　3月3日(土)　午後2時～2時30分　雑司が谷旧宣教師館◇小川未明「一粒の真珠」、井伏鱒二「ばかぞろひ」申当日直接会場へ。
問当館☎3985-4081