

マイナンバーカードの受取りはご予約を！
4月、5月の窓口は大変混雑します。マイナンバーカードの受取りの際は、電話かインターネットで予約のうえ、窓口へお越しください。予約がない場合、当日交付できない可能性もあります。できるだけ予約をお願いします。
問豊島区マイナンバーコールセンター ☎3981-1122

〈毎月1・11・21日発行〉
発行：豊島区 編集：政策経営部広報課
〒171-8422 豊島区南池袋2-45-1 ☎3981-1111
ホームページ <http://www.city.toshima.lg.jp/>



西武池袋本店と「FFパートナーシップ協定」を締結しました！

問女性にやさしいまちづくり担当課 ☎4566-2513、EM A0029579@city.toshima.lg.jp

「FF(※)パートナーシップ協定」は、区の掲げる「女性にやさしいまちづくり」において、女性や子育て世代、働く世代を対象に、「わたしらしく、暮らせるまち。」を基本コンセプトとし、区と民間事業者それぞれのノウハウやリソースを活用し、子育て、住まい・暮らし、働く、学ぶ、健康など様々な分野において連携していくものです。

3月15日、西武池袋本店と「FFパートナーシップ協定」を締結し、第1弾となる連携企画を3月24・25日に開催しました。

(※)FFとは、Female/Family Friendly(女性/ファミリーにやさしい)の略です。



▲協定締結式での区長と西武池袋本店長



▲同店婦人服売場での「時短&キレイでママ応援！育休復帰セミナー」



▲同店屋上「食と緑の空中庭園」での「図書館司書のわくわくおはなし会」

FFミーティングを開催します ～一緒に“まち”を考えよう！～

女性や働く世代・子育て世代が考えるたくさんの「こんなまちになったらいいな！」を、まちづくりに活かしていくのがFFミーティング。今回は、皆さんにとっての公園の存在や活用、公園トイレなどについて、女性・子育て視点で考える場です。応募方法など詳細は、電話またはEメールで問い合わせてください。

4月27日(木) 午後2～4時
南池袋公園内 Racines FARM to PARK ◇10名程度。

パブリックコメント

「豊島区子ども・若者計画」を策定しました

子ども・若者育成支援推進法第9条第2項に基づき、本計画を策定しました。策定にあたっては、パブリックコメント(意見公募手続き)制度に基づき、区民の皆さんのご意見をお聴きしました。

●閲覧できます

計画の全文とお寄せいただいたご意見および区の考え方は、子ども課、行政情報コーナー、東・西区民事務所、図書館、区民ひろば、区ホームページで閲覧できます。

問当課計画グループ ☎4566-2471

くらし等

5月から生活産業プラザに会議室を増設します

◇増設の会議室…会議室401(定員24名)、会議室703(定員18名)、会議室704(定員20名)

※準備が整い次第の利用開始になります。予約方法など詳細は問い合わせてください。

問生活産業プラザ ☎5992-7011

第45回消費生活展参加団体募集

9月22日(金) 午前10時～午後5時
としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇消費生活に関する意識向上を図り、日頃の活動成果を発表

する。

◇応募資格…区内を主な活動場所として、広く消費者問題を調査・研究する団体・グループ、趣旨に賛同する事業者甲申込書(区ホームページからダウンロードも可)に記入し、郵送かファクスか持参で4月27日(必着)までに消費生活グループ ☎5992-7024へ。

問当グループ ☎4566-2416

福祉

金婚・ダイヤモンド婚を迎えるご夫婦へ

◇対象者…4月1日から引き続き区内に住所があり、①②のいずれかに該当する夫婦。①金婚(50年目)…昭和

和42年4月1日～43年3月31日に婚姻届を提出した夫婦。②ダイヤモンド婚(60年目)…昭和32年4月1日～33年3月31日に婚姻届を提出した夫婦※昨年度の対象者(金婚は昭和41年4月1日～42年3月31日、ダイヤモンド婚は昭和31年4月1日～32年3月31日に婚姻届を提出)で、まだ申請していない方も受け付けています。申請時、夫婦のいずれかが亡くなっている場合は対象になりません。

◇祝品(郵送)…区内共通商品券1万円分※有効期限あり。

甲6か月以内に発行された戸籍謄本(全部事項証明書)を平成30年3月30日までに高齢者福祉課へ持参。

問高齢者事業グループ ☎4566-2432

児童手当と子ども医療費助成

●児童手当・特例給付

児童手当を受給するためには、申請が必要です。また、支給対象月は原則として申請した月の翌月分からです。所得制限額は下表を参照してください。申請方法などは事前に問い合わせてください。子どもが生まれた方、転入した方は新たに申請が必要です。また、これまで受給していた方が海外転出した場合は、配偶者の方が新たに申請してください。

◇対象…中学校3年生(平成14年4月2日以降生まれ)までの児童

児童手当所得制限額表(単位：円)

扶養人数	所得制限額(申請者本人)
0人	6,300,000
1人	6,680,000
2人	7,060,000
3人以上	以降一人増すごとに、380,000円加算

※申請者の平成27年中の所得を基にしています。
※上記所得制限額表には、社会保険料控除一律80,000円を加算していません。

◇手当額…0歳から3歳未満15,000円、3歳以上小学校修了前/第2子まで10,000円、第3子以降15,000円、中学生10,000円、所得制限額以上の方/児童1名につき一律5,000円※公務員の方は、勤務先から支給されますので、職場で申請してください。

●子ども医療費助成

児童の入院と通院にかかる医療費を助成します。対象となる児童の保護者で、まだ「子ども医療証」をお持ちでない方は申請してください(乳幼児は、入院時の食事療養標準負担額も助成対象)※原則、申請した日から医療費助成を開始します。

◇対象…中学校3年生(平成14年4月2日以降生まれ)までの児童で、次の①・②の要件を満たす方。①保護者と児童が、ともに区内に居住している、②児童が国民健康保険または社会保険などの健康保険に加入している。

問児童給付グループ ☎3981-1417

第3回議会報告会を開催します

議会活動に関する情報や議会としての意思決定内容などを報告します。また、その場でいただいた区民の皆さんのご意見を議会活動に反映することを目的としています。

●日時など…5月9日(火) 午後6時30分～8時30分(開場午後6時) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)

◇区議会のしくみ、第1回定例会の予算特別委員会、常任委員会の内容。子ども連れの方も参加可。手話通訳あり。

甲当日直接会場へ。

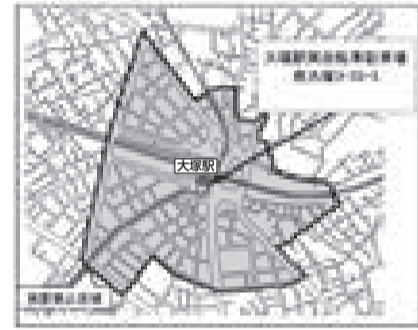
問議事グループ ☎3981-1453

まちづくり

大塚駅南自転車駐車場の利用受付を開始します

5月8日(月)午前10時から受付を開始します。定期利用希望の方は、駐輪場管理室へ利用料金(下表参照)と一緒に申請書を提出してください。団体・法人は利用できません。◇登録期間…6月1日～平成30年3月31日
◇受付時間…午前6時(8日は午前10時)～午後7時(定期利用は申込み者本人のみ。1名1台※応募者多数の場合は抽選。
☎駐輪場管理グループ☎3981-4847

自転車駐車場および利用料金			
所在地	開業時間	定期利用 (円/1か月)	
		一般(学生)	
南大塚 3-33-3	午前4時～翌日 午前1時30分	区内 居住者	2,500 (1,250)
		区外 居住者	3,000 (1,500)



空き家お悩み相談窓口を開設

4月20・27日 木曜日 午前10時～正午 区役所本庁舎6階◇相続した実家、古いアパートなど、所有する空き家についての悩み相談を、居住支援協議会の登録団体が受け付け。☎電話で住宅課施策推進グループ☎3981-2655へ。

雑司が谷景観まちづくりワークショップ(全4回)

①5月13日(出)、②6月17日(出)、③7月22日(出)、④8月26日(出) 午後1時30分～4時30分(②は午後1時～4時30分) 雑司が谷地域文化創造

館ほか◇重点的に景観まちづくりを行なう「景観形成特別地区(南池袋3・4丁目、雑司が谷1～3丁目)」の指定に向けて、ワークショップをとおして、雑司が谷の景観を考える◇区内在住、在勤、在学の方◇40名程度

☎電話かファクスかEメールで「届出・許可グループ☎4566-2633、☎3980-5135、📠A0022603@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

税・国保・年金

平成29年度国民健康保険料の計算方法をお知らせします

保険料は6月に総所得金額などが決定した後に計算します。保険料決定通知書と納付書は6月中旬から郵送予定です。

●**保険料の計算**
国民健康保険料は、総所得金額等・加入者の人数・年齢によって計算されます。

基礎(医療)分	
所得割額 (各加入者の算定基礎額※×7.47%) の合計額	均等割額 38,400円 ×加入者数
最高限度額54万円	

後期高齢者支援金分	
所得割額 (各加入者の算定基礎額※×1.96%) の合計額	均等割額 11,100円 ×加入者数
最高限度額19万円	

介護分	
所得割額 (40～64歳の各加入者の算定基礎額※×1.55%) の合計額	均等割額 15,600円 ×40～64歳の加入者数
最高限度額16万円	

※算定基礎額
前年の総所得金額等－基礎控除額(33万円)
保険料の計算は、収入ではなく所得が算出の基礎となります。
平成29年度(4月～平成30年3月)の保険料は、平成28年中の所得に基づいて計算されます。
☎資格・保険料グループ☎4566-2377

会社などを退職したときは、国民年金加入手続きをお忘れなく

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入する義務があります。会社などを退職したときや、配偶者の扶養からはずれたときに、国民年金グループ窓口で国民年金加入または切り替え手続きをしてください。

☎当グループ☎3981-1954

20歳以上の学生の方へ平成29年度「学生納付特例」の申請を受け付けます

学生の方も、20歳から国民年金に加入し、保険料を納めなければなりません。ただし、本人の所得が一定額以下の場合、納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。希望者は、年金手帳と有効期限内の学生証(一部対象外の学校あり)を持参し、国民年金グループ窓口で申請してください。もしもの時、障害基礎年金を受けるためにも、平成29年度の申請は5月31日までに行ってください※卒業後も納付が難しい方は、納付猶予や免除の制度があるので、窓口で相談してください。

☎当グループ☎3981-1954

環境・清掃

「豊島の森」環境講座参加者募集

5月14日(日) 午前10時～午後0時30分 豊島の森(区役所本庁舎10階)・区役所内会議室◇春の自然観察を行う。参加者には「としまの自然観察ノート」を進呈。講師…NPO法人環境学習研究会◇谷村春樹氏◇区内在住の小学生(3年生以下は要保護者同伴)◇30名

☎電話かファクスかEメール(4面記入例参照。全員分の氏名、小学生は学年も記入)で4月26日までに「環境政策課事業グループ☎3981-2771、☎3980-5134、📠A0029180@city.toshima.lg.jp」へ※応募者多数の場合

合は抽選。当選者のみ5月2日に通知を送付。

リサイクルフリーマーケット 出店者募集

①池袋第二公園…5月14日(日) 午前10時30分～午後2時◇20店舗(1店舗面積2m×2m)、②中池袋公園…5月21日(日) 午前11時～午後2時◇30店舗(1店舗面積1.8m×1.8m) いずれも駐車場なし。雨天中止◇区内在住、在勤、在学の個人またはグループ※営業目的は不可◇1,000円☎①はファクスかEメールで「みんなのえんがわ池袋事務局☎6659-6776、📠engawa@toshima-npo.org」へ。1名(1グループ)1通のみ※先着順、②は往復はがきで5月11日(必着)までに「〒171-0043 要町3-3-8 笈川」へ。1名(1グループ)1通のみ※応募者多数の場合は抽選。

☎①は当事務局 植原☎6659-6777 (午後1～5時)、②はハローフリーマーケット 笈川 ☎3973-5824

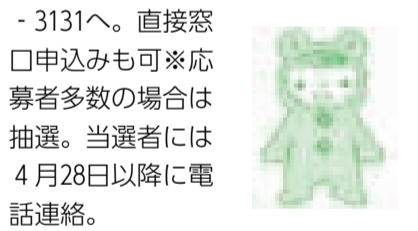


子育て・教育

育児講座ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム～完璧な親なんていない～(全6回)

5月19日～6月23日 金曜日 午前9時30分～11時30分 区民ひろばさくら第二◇参加者同士で話し合い、子育てや自分自身などについて考える◇第一子を育てている区内在住の30歳以上の母親で、全回参加できる方。保育付き◇10名。

☎電話で4月17日10時～27日の間に西部子ども家庭支援センター☎596-3131へ。直接窓口申込みも可※応募者多数の場合は抽選。当選者には4月28日以降に電話連絡。



幼児・児童用自転車ヘルメット購入補助のお知らせ

区では、幼児・児童を自転車の転倒事故から守るため、子ども用自転車ヘルメットの購入補助を実施しています。自転車商協同組合豊島支部に加入する右表の自転車販売店で、店頭で配布している割引券を利用し、SGマーク付の自転車ヘルメットを購入する場合、最高2,000円を差し引いた金額で購入できます※子ども1名につき1個まで。
◇対象…区内在住または区内の幼稚園、保育園、小学校などに在籍する満13歳未満の幼児、児童の保護者。
☎交通安全グループ☎3981-4856

購入補助取扱店

店名(住所)	電話番号
岩田輪業 (巢鴨4-44-1-101)	3918-1374
ELEVEN CYCLE (巢鴨5-15-8)	3949-1114
サイクルハウスAIBA (巢鴨1-2-3)	3941-8245
山岸モーターズ (北大塚2-13-3)	3917-3984
南櫻井輪業 (南大塚2-25-12)	3941-3578
玉井モーターサイクル (池袋本町4-25-8)	3983-4944
南久保木サイクル (上池袋2-40-14)	3916-2063
備てづか (東池袋4-8-8)	3971-7493
サイクルショップコバヤシ (池袋4-36-5)	3982-1541
茂野サイクル (池袋3-69-7)	3983-1207
関東本田商事㈱ (新宿区中落合3-24-14)	3953-6209
英輪社 (高田2-10-9)	3983-6884
小崎サイクル商会 (要町2-10-7)	3957-0693
飯箸自転車商店 (要町1-7-1)	3957-0398
マツダサイクル (南長崎5-16-6)	3951-8386

傍聴できます

第49回住宅対策審議会

4月17日(月) 午後6時から 区役所本庁舎9階第1委員会室
☎電話で当日正午までに住宅課施策推進グループ☎3981-2655へ。

第4回豊島区国際アート・カルチャー都市懇話会

4月25日(火) 午後2時30分～4時30分まで 区役所本庁舎8階議場
☎電話で当日午前10時までに国際アート・カルチャー都市推進グループ☎4566-2753へ。

イベント

歩く国際協力「Walk in Her Shoes2017」開催!

5月31日(木)まで◇途上国の女性が毎日水汲みのために歩く6キロの道のを、好きな時間・場所で歩くことにより、途上国に支援を行なう。詳細は(公財)ケア・インターナショナルジャパンのホームページ📧pnt

p://www.careintjp.org/membership/campaign/02.htmlを参照。
☎電話かファクスかEメールで「当法人広報担当☎5950-1335、☎5950-1375、📠wihs@careintjp.org」へ。

「中山道は味噌街道」みそ汁配布会

4月16日(日) 午前10時30分～午後4時 すがもん広場(巢鴨地蔵通り商店街入り口)◇代表的産地の味噌を使った味噌汁を無料配布。全国有名味噌特別販売会も開催☎当日直接会場へ。
☎みそを知る会事務局 酒井☎3971-6175

第25回池袋西口公園古本まつり

4月19日(水)～27日(休) 午前10時～午後8時(最終日は午後5時まで) 池袋西口公園◇古本の販売。特設コーナーとして「子供の本」を開設☎当日直接会場へ。
☎志賀書店☎090-8850-4660

第40回「わんぱく相撲豊島区大会」

5月14日(日) ●小学1・2年生…午前10時～正午(午前9時30分受付)、●3～6年生…午後1時～4時30分(午後0時30分受付) 南池袋小学校◇1・2年生はぶつかり稽古方式、3～6年生は個人戦トーナメント方式。見学自由。4年生以上の男女上位1名は都大会への出場資格付◇区内在住、在学の小学生。
☎区内小学校で配付の申込書を担任へ提出か、電話で当大会実行委員会 安田☎080-1216-4556へ。

講演・講習

目白庭園赤鳥庵

①こども茶道体験…5月7日(日) 午前10時30分～11時30分◇楽しくお茶・お菓子をいただきながら、日本の伝統文化「茶道」を体験◇小学生以上◇15名◇800円、②トキメキ女子を楽しむ 煎茶の淹れ方講座…5月7日(日) ⑥午後1～2時、⑥午後3時30分～4時30分◇ペットボトル全盛の今、あえて急須で淹れるお茶のおいしさを提案◇各回10名◇3,500円
☎いずれも往復はがきかファクスかEメール(4面記入例参照。参加人数と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、☎5996-4886、📠info-mejiro-garden@seibu-la.co.jp」へ。当事務所で直接申し込み可。電話申込み不可※先着順。
☎当事務所☎5996-4810

みらい館大明

①「講座!みらい館大明小学校第13期」(全14回)…5月9日～8月29日 火曜日(毎月第1火曜日は休校) ●必須科目…午前10時～午後0時15分、●選択科目…午後1～3時◇学園生活を再体験し、アレンジした教科を学ぶ。外出・芸術体験講義あり。選択科目は回文づくり、万華鏡制作、カリグラフィーなど◇40歳以上の方

◇25名◇1か月3,000円(一括11,000円)※選択科目は費用別途。詳細は問い合わせてください、②「味わう中国語!入門編」(全8回&食社会)…5月17日～7月12日 水曜日(6月14日は休み) 午後7時～8時30分◇皮から作る水餃子づくり体験や中国料理店での食社会あり。講師…中国文化コーディネーターノウピン氏◇15名◇5,000円(食社会は費用別途)。
☎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。

中央図書館

①「文学講座」(全10回)…5月13日(出)から 原則第2土曜日 午後2～3時30分(第2回は6月3日)◇豊島区ゆかりの文学作品、メディアで話題の映像・舞台化原作や戯曲がテーマの文学講座。講師…立教大学社会学部教育研究コーディネーター/後藤隆基氏。第1回課題本…上橋 菜穂子「精霊の守り人」(新潮文庫)、第2回課題本…岸田國士「岸田國士1」(ハヤカワ演劇文庫)◇30名、②「書評講座～ポップで表現!私に響いたこの本2「夏」～」(全3回)…5月22日、6月26日、7月24日 月曜日 午後6～8時◇ひとで紹介したい本の書評・紹介文の書き方をレクチャー・添削してもらい、ポップを作成。ポップは当館で7月29日(出)～8月24日(休)の間、展示。講師…書評家/佐藤壮広氏◇20名◇1,000円(高校生以下500円)

☎①は初回のみ要申込み。いずれも電話かファクスかEメールで「図書館課企画調整グループ☎3983-7861、☎3983-9904、📠A0027900@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

「なりたい私に近づくと!自分軸発見!講座」(全3回)

5月17・24・31日 水曜日 午後2～4時 としま産業振興プラザ◇3日間の講義とワークを通して、心と頭を整理整頓。自分のこれからの方向性、自分らしく幸せに生きるヒントを得る◇女性(全回参加できる方優先)◇30名☎6か月以上の未就学児。定員あり。要予約。
☎電話かファクスかEメールで「男女平等推進センター事業企画グループ☎5952-9501、☎5391-1015、📠A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

ジュニアリーダー講習会「キャンプやまつりで力をつける!リーダーカアップ大作戦」

●5月21日(日)…開講式、●6月18日(日)…アウトドア基本ワザ、●7月9日(日)…もつと火と仲良く、●8月9日(火)…キャンプ説明会、●8月22日(火)～24日(休)…キャンプ本番、●9月10日(日)…キャンプ思い出会、●10月22日(木)…遠足、●11月12日(日)…クリスマスまつり準備、●12月10日(日)…クリスマスまつり、●1月14日(日)…

閉講式◇詳細と昨年の活動の様子は区ホームページ参照◇集団行動ができる区内在住、在学の小学4年生～中学生で全回出席可能な方◇30名◇18,000円

☎電話かEメール(4面記入例参照。学校名、学年も記入)で5月12日までに「生涯学習振興グループ☎4566-2762、📠A0014606@city.toshima.lg.jp」へ※学年別先着順。

スポーツ

街道を歩く「中山道ウォーク」

4月28日(金)・29日(祝) 午前10時～午後0時30分 巢鴨駅中央口集合、板橋本町駅解散◇区内ボランティアガイドの案内で、中山道巢鴨駅から板橋駅周辺の名所を巡り歩く◇20名◇300円☎往復はがき(4面記入例参照。希望日、参加人数も記入)で4月21日(必着)までに「〒170-0003 駒込2-2-2 駒込地域文化創造館内」としま案内人駒込・梁井・巢鴨ツアー申込み係」へ※先着順。
☎当係 中川☎090-4414-7018

区民歩こう会「山手線を歩こう、五反田から目黒へ」

5月7日(日) 午前9時50分 JR山手線五反田駅駅前広場集合◇林試の森公園と目黒不動尊、山手線周辺散策(約6km)◇300円☎当日集合場所受付。
☎豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

水泳教室参加者募集

①ジュニア水泳教室(初心者向)(全8回)…5月7日～7月9日 日曜日 午前10時～正午 南長崎スポーツセンター◇区内在住、在学の小学5年生～中学生で水泳が苦手な方◇20名◇2,000円、②超初心者水泳教室(全4回)…5月9～30日 火曜日 午前10時～正午 雑司が谷体育館◇区内在住、在勤、在学で18歳以上の水泳が苦手な方◇20名◇3,000円☎はがき(4面記入例参照。①は学年も、学年も記入)で4月22日(必着)までに「〒112-0012 文京区大塚6-24-15-502 豊島区水泳連盟事務局 佐藤」へ※応募者多数の場合は抽選。
☎当連盟事務局 佐藤☎3943-6397

職員採用

学芸研究員(非常勤職員)

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。

学芸研究員(非常勤職員)

◇任期…6月1日～平成30年3月31日(更新あり)☎所定の申込書(文化デザイン課で配布。区ホームページからダウンロードも可)などを4月24日(必着)までに当課施策調整グループへ郵送が持参。
☎当グループ☎3981-1476

休館



総合体育場(庭球場)休場のお知らせ

7月18日(火)から8月25日(金)(予定)まで改修工事のため休場します。庭球場以外の施設は利用できます。 関スポーツ振興グループ ☎4566-2764

社会福祉協議会



リボンサービス協力会員募集

●説明会・入門研修…4月24日(月)

午後2時～4時30分 区役所東池袋分庁舎4階◇高齢や障がいなどで困りの利用会員に掃除や外出の付き添いなどができる方を募集。

☎電話で地域福祉推進課リボンサービス ☎3981-9250へ。



官公署だより

●(一社)東京バス協会 「東京都シルバーパスのお知らせ(新規購入者用)」 ◇対象…満70歳以上の都民の方(寝たきりの方を除く)◇有効期限…平

成29年9月30日(土)まで◇利用できる交通機関…都営交通、都内民営バスなど◇満70歳になる月の初日から購入可。必要書類を用意し、バス営業所、都営地下鉄定期券発売所などの窓口で申込み※詳細は問い合わせてください。

関当協会シルバーパス専用電話 ☎5308-6950(午前9時～午後5時※土・日曜日、祝日を除く)

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。

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てください

豊島体育館 ☎3973-1701

◆初めてでも安心 ①リラックスヨガ(全4回)…水曜日 午前10時45分～11時45分◇4,000円、②初めてのベリーダンス～腰周り痩せ(全3回)…月曜日 午前11時～正午◇3,000円、③初めてのフラダンス(全3回)…木曜日 午後1時30分～2時45分◇3,000円

◆年配の方にもおすすめ ④健康気功教室～肩こり・腰痛克服(全4回)…火曜日 午前11時～午後0時15分◇4,000円、⑤のびのび体操(おおむね60歳以上対象)(全4回)…水曜日 午前9時30分～10時30分◇4,000円

いずれも◇お試し1回1,300円 ◆小学生対象教室 ⑥ジュニアHIPHOPダンス(全3回)…月曜日 午後6～7時、⑦キッズHIPHOPダンス(全3回)…土曜日 午後0時10分～55分◇⑥⑦各1回1,050円

雑司が谷体育館 ☎3590-1252

◆5～6月コース型教室 月曜日(全7回)①ステップウォークヨガ…午後0時20分～1時20分◇7,940円、②幼児水泳教室(年中～年長)…午後2時55分～3時45分◇7,940円、③子ども水泳教室(年長～中学3年生)…午後3時45分～5時◇11,720円、水曜日(全8回)④フラメンコ…午後3時10分～4時10分◇9,080円、木曜日(全9回)⑤ZUMBA GOLD(ダンス系)45・ストレッチ15…午後0時30分～1時30分◇10,210円、⑥子ども体操教室(年中～小学3年生)…午後3時45分～4時30分◇各

15,070円、金曜日(全9回)⑦大人バレエ(初級)…午後6時30分～7時30分、⑧大人バレエ(中級)…午後7時45分～8時45分◇⑦⑧12,150円、土曜(全7回)⑨アクアビクス…午後1時40分～2時40分◇6,430円

池袋スポーツセンター ☎5974-7262

①4月29日(祝)スタジオ…かんたん朝ヨガ/午前9時から、バーオソル/午前10時15分から、ZUMBA/午前11時30分から、ヨガ/午後0時45分から、モムチャングダイエット/午後2時から、ポールストレッチ/午後3時15分から、シェイプ30/午後4時から、プール…アクアビクス/午前11時から、②5月3日(祝)…はじめてステップ/午後1時から、③5月4日(祝)…ストレッチ/午後9時30分から、エアロビクスI/A/午後1時から、④午後7時から、KICK BOX/午後8時15分から、⑤5月5日(祝)…ステップI/午前10時から、アクアビクス/午前11時から。

いずれも◇100～200円(施設使用料別途必要) 印当日整理券配布 ※詳細は問い合わせてください。

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。南長崎中央公園スポーツセンターでも使用可◇区内在住の方3,500円、区外の方4,000円(毎月1日～月末)◇16歳以上 印印鑑・本人確認用証明書・写真を持参※詳細は問い合わせてください。

5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)	11・25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)	18日(木) 午前9～10時	9・23日(火) 午前9～10時
	母親学級(予約制)	12・19・26日(金) 午後0時40分～3時30分	10・17・24日(水) 午後0時40分～3時30分
	パパ・ママ準備教室(予約制)	13日(土) ①午前9時20分～11時30分 ②午後1時20分～4時	
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歳～40歳未満の男性	19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歳～40歳未満の女性	10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)	19日(金) 午後1時15分～2時30分	24日(水) 午後1時30分～3時
	食事(栄養)相談(予約制)		11日(水) 午前9時30分～11時
	女性の専門相談(予約制)	10日(水) 午後1時15分～2時30分	
	HIV(エイズ)検査(予約制) ※結果は検査の1週間後	15日(月) 午後1時30分～2時30分	
	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	19日(金) 午前10時～10時30分	
こころの健康	こころの相談(予約制)	17日(水) 午後2～4時	
	家族相談(予約制)	8日(月) 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 関公署保健グループ☎3987-4220	
	飼犬・飼猫のしつけ相談(予約制)	25日(水) 午後1時30分～4時 関生活衛生係☎3987-4175	

5月 母子健康相談

10日(水) 池袋保健所 午後1時30分～2時	22日(月) 長崎健康相談所 午後1時30分～2時30分
12日(金) 区民ひろば清和第二 午後1時30分～2時	24日(水) 区民ひろば要 午前10時～10時30分
16日(火) 区民ひろば高南第二 午前10時～10時30分	

関池袋保健所☎3987-4174 関長崎健康相談所☎3957-1191

広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

学習院の春講座

充実の120講座
パンフレットを無料でお送りいたします!

■としまコミュニティ大学共催講座
●「高血圧の最新診療 管理から治療へ」 市原 淳弘 7月1日(土)

■特別講座
●「徳川家親藩 武蔵国 忍藩 松平家の歴史」 松平 忠昌 5月27日(土)
●「グローバリズムと現代-歴史から考える」 湯沢 威 6月3日(土)
●「ポピュリズムと反グローバリズム」 石澤 靖治 7月15日(土)
●「西洋美術を見直す」 有川 治男 7月22日(土)
●「六道珍皇寺・千本丸ま堂」 若村 亮 8月4日(金)

◆受講料 各 ¥1,620

本年4月より、学習院生涯学習センターは組織名を「学習院さくらアカデミー」に改め、土・日曜を中心に開講します。

学習院さくらアカデミー
(旧 学習院生涯学習センター) しょうがく
〒171-0031 豊島区目白1-5-1(株)学習院薬々会内
TEL:03-5992-1040 FAX:03-5992-1124
http://g-sakura-academy.jp/

雑司大鳥神社の神前結婚式

ケ谷 雑司大鳥神社の神前結婚式
婚礼衣装・美容着付け88,000円～

籍は入れたけど挙式をしていない、二人だけで、身内だけで挙げたい、親も心配しているから…など、格安だけどきちんと結婚式をしたい方にオススメ!帰省時などの急な依頼にも対応

プラン内容
①新婦衣裳(白・色打掛十数点より選択)②新郎衣裳(紋付袴)③新郎新婦着付け④新婦ヘアメイク(髪型)⑤お添え料⑥お引上げ料

お問合せは雑司ヶ谷大鳥神社☎03-3971-6034
(有)ライブラーハート ☎03-6661-2018
住所:東京都中央区日本橋兜町9-2兜町第二ビル7F
ライブラーハート 検索

庭木1本からお手入れOK!

見積無料

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名様は
1,000円

株式会社ガーデンエクスプレス
☎03-5933-2811
年中無休
東京北支店 練馬区土支田3-19-12

kenko 健 Challenge

4月11日号から
「としま健康チャレンジ!対象事業」
の目印は、このマークです!

測定会に参加しよう!
4月22日(土) 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。血管年齢測定も同時実施◇200名 印当日先着順受付。
関保健事業グループ☎3987-4660

4月から「禁煙レストランとしま」の対象エリアが区内全域に拡大しました

登録店は登録ステッカーを店頭などに掲示するほか、登録情報を区のホームページで公開します。登録方法など詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。
関がん対策・健康計画グループ☎3987-4243