



保険料の納め忘れはありませんか？
もう一度納付書をご確認ください

4月期分の国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料は5月1日が納期限です。期限内納付をお願いします。

〈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/>

区立高田介護予防センターが オープンしました

4月20日からオープンした当センターは、65歳以上の高齢者や高齢者を支援する方が利用できます。体力測定コーナー(握力・歩行速度など)、認知機能(簡易)チェック、としまる体操(区オリジナル介護予防体操)、口腔ケア体操、予防に役立つ情報発信、専門家による各種講座の開催など、さまざまな活動ができます。



◇住所…高田3-38-7

◇開館時間…月～土曜日(祝日を除く※イベント開催時のみ土曜日開館) 午前9時～午後4時

問当センター☎3590-8116



税・国保・年金

国民健康保険の手続き(加入する・やめる)は、14日以内に忘れずに行ないましょう

現在、国民健康保険(国保)に加入している方が、ほかの健康保険(職場の健康保険など)に加入したときには、国保を「やめる手続き」が必要です。また職場の健康保険などをやめたときには、国保への「加入手続き」が必要です(職場の健康保険を任意継続する方、別の健康保険に加入できる方を除く)。いずれの場合も、理由が生じた日から14日以内に、国民健康保険課か東・西区民事務所で手続きをしてください。

◇やめる手続きに必要なもの…やめる方全員分の国民健康保険証、新たに加入した健康保険の保険証、印鑑、マイナンバーカードか通知カード(お持ちの方のみ)※やめる手続きが遅れ、国保を使って診療を受けた場

合、国保で負担した分の医療費は返していただきます。

◇加入するときに必要なもの…職場などの健康保険の資格喪失証明書か離職票、退職証明書など資格喪失日のわかるもの。顔写真付きの公的本人確認書類(保険証即日交付希望の場合)、キャッシュカード、または預貯金通帳・通帳届出印、マイナンバーカードか通知カード(お持ちの方のみ)※加入の手続きが遅れた場合、保険料は、国保に加入する理由の生じた月にさかのぼって(最大2年間分)支払っていただきます。また、その間の診療は全額自己負担です。

問当課資格・保険料グループ☎4566-2377

福祉

60歳以上の高齢者向け優良賃貸住宅の入居待機者募集

入居待機者の優先順位は抽選で決

定します。今後空室が発生した場合に順位に従いあせんします。

◇物件の概要…GSSⅢ、所在地/千早1-15-18、間取り/1DK、家賃/82,000円～97,000円(家賃助成制度あり)、別途敷金・共益費
◇入居待機者の登録期間…事業者が定めた日から1年間。応募資格など詳細は問い合わせてください。

☎電話で5月2日(土・日曜日・祝日を除く)午前10時～午後5時まで「(株)ハウスメイトパートナーズ東京支店☎5992-3620」へ。

問住宅施策推進グループ☎3981-2655

平成29年度 国主催慰霊巡拝参加者の募集

◇実施予定地域…ハバロフスク地方、イルクーツク州、クラスノヤルスク地方、沿海地方、中国東北地方、東部ニューギニア、インドネシア、トラック諸島、フィリピン、マーシャル・ギルバート諸島、硫黄島

◇対象…実施地域の戦没者の遺族

(配偶者(再婚した者を除く)、父母、兄弟姉妹、孫。参加する子と兄弟姉妹の配偶者、甥、姪)。詳細は問い合わせてください。

問福祉総務課総務グループ☎4566-2421

豊島区認知症カフェ 運営補助金の交付

◇対象…認知症のケアや相談に関する専門職が常駐する認知症カフェを、月1回以上定期的に運営する団体(専門的な認知症の相談を行なう、区内に事務所がある法人および医療機関)。

◇補助金申請受付期間…5月8日(月)～31日(水)(平日8時30分～午後5時)※平成29年度中に開設予定の団体も含む。詳細は区ホームページ参照。

☎所定の申込書を区ホームページからダウンロードし、5月31日(必着)までに当グループへ持参。

問介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433

4月29日(土)・30日(日)、5月3日(水)～5日(金)の 休日診療所のご案内

受診時は健康保険証を必ず持参してください。当日健康保険証がない場合は全額負担し、後日清算です。

	診療機関	所在地・電話番号	受付時間
小児科	池袋休日診療所	東池袋1-20-9 池袋保健所6階 ☎3982-0198	午前9時～正午、 午後1時～午後9時30分
	長崎休日診療所	長崎2-27-18(3階) ☎3959-3385	午前9時～正午、 午後1時～午後4時30分
歯科	池袋歯科 休日応急診療所	東池袋1-20-9 池袋保健所6階 あぜりあ歯科診療所内 ☎5985-5577	午前9時～午後4時30分 (要電話予約)
調剤	池袋あうる薬局	東池袋1-20-9 池袋保健所1階 ☎3984-7540	午前9時～午後9時40分

●東京都保健医療情報センター「ひまわり」による医療機関案内サービス…☎5272-0303
●インターネットによる医療機関検索・案内…HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qc/qc13tomnlt.asp>(パソコン用)
※豊島(平日準夜間)こども救急(都立大塚病院内)は、平日夜間診療のため5月1・2日を除く連休中は実施していません。
※午前中の混雑状況により、午後の診療開始時間が遅れることがあります。
※交通障害を伴うような悪天候の場合は診療を中止することがあります。
問平日…地域保健課管理グループ☎3987-4203 休日…上記診療所か区役所☎3981-1111

平成28年東京都広報コンクール 広報部門・映像部門でダブル受賞

3月23日に平成28年東京都広報コンクール表彰式が開催され、広報紙部門と映像部門でそれぞれ「1席」を受賞しました。取材などにご協力いただいた方をはじめ、区民の皆さんに感謝します。

●広報紙部門…第1席「広報としま特集版11月1日号」
●映像部門…第1席「THE としま遺産 3つの国重要文化財」

5月2(火)～4(木)、当映像を区政情報番組「としま情報スクエア」で再放送します。

◇放送チャンネル…CATV 地上111ch(リモコン11ch)

- 5月2日…午前11時、午後5時・10時
- 5月3日…午前7・11時、午後5時・10時
- 5月4日…午前7時

問広報グループ☎4566-2532



▲THE としま遺産
3つの国重要文化財

講演・講習



母の日のアレンジメント

～感謝の気持ちを花に託して～

5月11日(木) 午前10時～11時30分 赤鳥庵(目白庭園内)◇生花を使ったアレンジメントを作る◇小学生以下不可◇10名◇3,000円※キャンセル料2,000円往復はがきかファクスかEメール(右下部記入例参照。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☎5996-4886、EMinfo-mejiro-garden@seibu-la.co.jp」へ。当事務所で直接申込み可。電話申込み不可※先着順。 問当事務所☎5996-4810



講演会「女は輝けるのか?～社会を変えるためにワタシにできること～」

5月28日(日) 午後1時30分～3時30分(午後1時受付開始) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇男女平等推進センター(エポック10)のリニューアルオープンを記念し、社会学者/上野千鶴子氏の講演会を開催◇130名 申電話かファクスかEメールで「当

センター庶務・計画調整グループ☎5952-9501、☎5391-1015、EM A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

みらい館大明

①「カリグラフィー講座」(全2回)… 5月16・23日 火曜日 午後1～3時◇カリグラフィーの基礎を学ぶ。講師…カリグラフィーネットワーク会員/牧 幸子氏◇15名◇2,000円、②「ゆっくり楽しく初めてのパソコン2日間講座」(文字入力とインターネット入門)… 5月24日(水)・25日(木) 午後1～5時◇パソコンの電源ONから文字入力、インターネットの利用方法などを学ぶ。ウィンドウズ10使用◇8名◇5,000円 申いずれも電話かEメールで「当館☎3986-7186、EM miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込み可※先着順。

緑のボランティア活動 指導者育成講習会

◇都内在住、在学、在勤の18歳以上で、緑に関するボランティア活動経験が1年間に10日間以上ある方◇50名◇14,400円※詳細は東京都環境局ホームページHP http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/nature/other/volunteer/leader/index.html 参照。 申所定の申込書(環境局ホームペー

ジからダウンロード)を郵送かファクスかEメールで4月28日(消印有効)までに「〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1 東京都庁第二本庁舎22階中央 東京都環境局自然環境部緑環境課、☎5388-3555、☎5388-1379、EM S0000724@section.metro.tokyo.jp」へ。

スポーツ



巣鴨体育館(プール) 個人公開時間変更のお知らせ

巣鴨北中学校の改築に伴い、5月31日(水)～9月15日(金)(夏季休暇中は除く)の間、巣鴨体育館(プール)の平日個人公開時間が変更となります。詳細は区か施設のホームページ参照。 問スポーツ振興グループ☎4566-2764

第76回 区民グラウンド・ゴルフ大会

5月11日(木)※雨天時は25日(木) 午後1～6時 総合体育場◇区内在住、在勤の方◇1,000円◇運動しやすい服装、運動靴(道具の貸出しあり) 申電話で4月27日までに豊島区グラウンド・ゴルフ協会 野口☎3918-4968へ。



官公署だより

●豊島都税事務所

「法人事業税・都民税の申告には便利な電子申告(eLTAX/エルタックス)を利用してください」

◇利用日時…月～金曜日 午前8時30分～午前0時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)◇ヘルプデスク… ☎0570-081459、☎5500-7010(いずれも月～金曜日 午前9時～午後5時、土・日曜日、祝日、年末年始を除く)◇eLTAX ホームページ…http://www.eltax.jp/ 問当事務所☎3981-1211(代表)



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	



「としま健康チャレンジ! 対象事業」の目印は、このマークです。

空間(大気)放射線量測定【定点測定】結果

区内3か所の定点測定施設での、空間(大気)放射線量測定の結果、区の目標値である0.23マイクロシーベルト/時間未満の値でした。 ※詳細は区ホームページをご覧ください。

3月測定日	仰高小学校(駒込5丁目)	朋有小学校(東池袋4丁目)	要町保育園(要町3丁目)
1日	0.06	0.06	0.05
16日	0.07	0.07	0.05
30日	0.05	0.06	0.06

※測定結果は校庭などの地上1mのもの。 ※単位はマイクロシーベルト/時間。

問公害対策グループ☎3981-2405

区民ひろば

◆仰高 「スプリングコンサート」… 4月23日(日) 午前11時～正午◇ミュージカルスター染谷妃波の歌と、井福小枝子のピアノで春の喜びを楽しみ申当日直接当ひろばへ。 問当ひろば☎5907-3471

◆さくら第一 「体幹エクササイズ」(月2回)… 4月25日、5月15・23日 第3月曜日・第4火曜日 午前10～11時◇講師…須藤浩代氏 申当日直接当ひろばへ。 問当ひろば☎3950-8676

◆西池袋 「オープニングイベント」… 5月13日(土) 午後1時30分～2時30分◇第一部…式典、第二部…合唱、かっぽれ、ベリーダンス 申当日直接当ひろばへ。 問当ひろば☎3980-0088

◆上池袋 「サンサン・ファミリーコンサート」… 5月14日(日) 午前11時～11時45分◇音楽とピアノによるコンサート。出演…音大卒業プロ集団「おとみっく」 申当日直接当ひろばへ。

問当ひろば☎3576-6916 ◆高南第二 「子育て応援!フリーマーケット出店者募集」… 5月19日(金) 午前10時30分～11時30分◇子ども服やおもちゃなど(食品を除く)◇10店舗◇区内在住の方 申4月24日午前10時30分から当ひろば窓口で直接申込み。電話申込み不可※応募者多数の場合は抽選。 問当ひろば☎3987-6600

◆高松 「五月まつり」… 5月20日(土) 午前10時30分～午後3時◇花盛りのガーデン開放、ピアノ連弾・弦楽四重奏コンサート、フラワーアレンジメントデモンストラーション、子どもゲームコーナー、ティーラウンジ(有料)など 申当日直接当ひろばへ。 問当ひろば☎3973-0032

◆千早 「紙芝居」… 5月24日(水) 午後2時30分から◇夢を育む、トキワ荘のヒーローたち 申当日直接会場へ。 問当ひろば☎3959-2281

としま未来文化財団

HP http://www.toshima-mirai.jp

◆第30回池袋いけいけ人形劇まつりin大塚… 5月4日(祝) 午前10時～午後4時 南大塚地域文化創造館◇家族そろって一日中楽しめる人形劇フェスティバル◇前売おとな900円、3歳～小学生700円(当日100円増)、3歳未満無料。 申プランセクション☎3590-7118へ。

◆地域文化創造館 ●雑司が谷 ①第26弾! 雑司が谷ワンコイン落語会～朝から兼好師匠の落語で楽しい一日を!～… 6月18日(日) 午前10時開演(30分前開場)◇出演…三遊亭兼好◇100名◇500円、②ワード2013集中講座(全8回)… 5月9日～6月2日 火・金曜日 午前10時～正午◇講師…としまITサポーターズ◇15名◇5,000円 申往復はがきを当館へ郵送。返信用はがき持参で窓口申込み可◇4月27日(必着)

◆文化カレッジ受講生募集 ●駒込 ③【105】はじめての茶道体験(全4回)… 6月6～27日 火曜日 午後7～9時◇講師…豊茶華文化連盟理事/松村宗喜氏◇15名◇5,000円◇4月30日(必着)、④【106】友好都市交流講座(第3弾)「遊佐町(春)豊作祈願 遊佐のお祭りごっつお(ごちそう)～伝統のお祭り料理を学ぶ」… 6月17日(土) 午前10時30分～午後1時◇講師…遊佐の料理伝達人/奥山京子氏、阿部玲子氏◇20名◇1,800円

◇5月15日(必着) ●雑司が谷 ⑤【305】雑司が谷書道教室(全4日)… 6月6・20日、7月4・18日 火曜日 午後2～4時◇講師…書道家/金子良恵氏◇24名◇3,300円◇5月25日(必着)、⑥【306】エリアガイドボランティア養成事業…雑司ヶ谷霊園に眠る偉人シリーズ(1)「十五代目市村羽左衛門」/7月8日(土) 午後2～4時◇講師…国立劇場制作部歌舞伎課/渡邊哲之氏◇30名◇800円◇5月25日(必着)

●千早 ⑦【409】夏休み親子講座「水族館のヒミツ!?～水族館の裏側を覗いてみよう!」… 7月21日(金)・22日(土) 午後2～4時(22日は現地集合)◇講師…サンシャイン水族館館長/丸山克志氏◇10組20名◇700円(入館料別途)◇7月1日(必着) いずれも区内在住、在勤、在学の18歳以上(⑥は区外も可、⑦は中学生以下の子どもと保護者) 申往復はがき(上部記入例参照。講座名前の番号も記入)で当館へ郵送。返信用はがき持参で、直接各館窓口申込み可。当財団ホームページから申込み可。 問駒込☎3940-2400(〒170-0003 駒込2-2-2)◇雑司が谷☎3590-1253(〒171-0032 雑司が谷3-1-7)◇千早☎3974-1335(〒171-0044 千早2-35-12)