

## 福祉

### 手話講習会(養成コース) 選抜試験

7月23日(日) 午前10時から 西池袋第二区民集会所◇科目…手話読み取り、手話表現、面接◇次のすべてに該当する方。①区内在住、在勤、在学で20歳以上の方、②豊島区登録手話通訳者認定試験において不合格になった方で、再度合格を目指す方、③手話講習会(9月1日から全18回)に出席可能な方◇若干名📄往復はがき(3面記入例参照。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7月14日(消印有効)までに障害福祉課手話講習会養成コース担当へ郵送か持参。  
📄当課管理グループ☎3981-1963

## 後期高齢者医療

### 後期高齢者医療保険料の催告書を6月中旬に送付しました

◇対象…平成29年3月期までの保険料に未納がある方◇納付方法…催告書で6月末日までに、金融機関、コンビニエンスストア、区役所、東・西区民事務所窓口でお支払ください。期限内の納付が困難な場合は、早めにご相談ください。  
📄整理収納グループ☎3981-1459

## くらし等

### ハクピシン被害を防ぐために

次の点にご協力をお願いします。◇えさになるものを減らす…ペット

の食べ残したえさなどを放置せず、すぐに片づける。庭の果実を取り残さない。◇家屋へ侵入させない…6cmの隙間があれば侵入可能。家屋のまわりを点検し、侵入口になるような穴をふさぐ。屋根に登れるような庭木の枝を切り落とす。  
ハクピシンが自宅内に棲みついている、家庭菜園を荒らすなどの被害が発生している場合は、委託業者を派遣し、敷地内に箱わな(捕獲器)を設置します。設置要件は問い合わせください。  
📄公害対策グループ☎3981-2405

## 子育て・教育

### ママのスマイル講座「子育てで大切にしたいこと」

7月13日(木) 午後2時～3時30分 東部子ども家庭支援センター◇講師…ほあしこどもクリニック副院長/帆足暁子氏。絵本のプレゼントあり◇1歳6か月までの子どもの母親◇30名◇スマイルカード持参📄5か月～1歳6か月児。15名。5か月未満児は親子同席。  
📄6月26日午前10時から電話で当センター☎5980-5275へ。直接窓口申込みも可※先着順。  
📄整理収納グループ☎3981-1459

## 環境・清掃

### 豊島清掃工場 個人見学会のお知らせ

7月8日(土) 午前10時～11時30分

当工場(上池袋2-5-1)※車での来場不可◇清掃工場への理解を深めていただくための個人見学会◇50名  
📄電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

### リサイクルフリーマーケット 出店者募集

7月29日(土) 午前10時～午後3時 池袋西口公園※駐車場なし。雨天中止●フリマ…区内在住、在勤、在学の個人またはグループ◇100店舗(1店舗面積2m×2m)※営業目的は不可◇2,000円、●パネル展示…環境問題に取り組む企業、団体◇5団体◇5,000円📄ファクスかEメールで「としまNPO推進協議会📠5951-1508、📠en@toshima-npo.org」へ。1名(1グループ)1通のみ※応募者多数の場合は抽選。  
📄当会 幅上☎5951-1508

## 健康

### 「6・26国際麻薬乱用撲滅デー」都民の集い

6月25日(日) 午後1時30分～4時 池袋西口公園◇薬物乱用のない社会を目指し、全国で展開される「ダメ。ゼッタイ。」普及運動の一環として開催📄当日直接会場へ。  
📄地域保健課管理グループ☎3987-4203

### 適度な運動2 ～何をどれだけやればよいの?実践してみよう～

7月14日(金) 午後6時30分～8時30分 生活産業プラザ◇日々の運動の方法や適量について楽しみながら学ぶ。3か月実践プログラム付き。その後のインボディ測定会で効果を

測定。講師…東京都健康長寿医療センター研究所/清野 諭氏◇50名  
📄電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

### 第1回認知症サポーター養成講座 スキルアップ講座

7月25日(火) 午後2～4時 生活産業プラザ◇その人らしさを大切にしかかわり方を学び、認知症サポーターの活動について考える。講師…NPO法人パーソン・センタード・ケアを考える会/村田康子氏◇認知症サポーター養成講座を修了した方◇50名  
📄電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433、📠3980-5040」へ※先着順。

## 傍聴できます

### 第8期第1回 豊島区男女共同参画推進会議

7月11日(火) 午後6時30分から(午後6時10分受付開始) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)📄開始10分前までに直接会場へ。  
📄麻務・計画調整グループ☎5952-9501

## イベント

### 平成29年度「明るい選挙ポスターコンクール」作品募集

投票の大切さと呼びかける作品、選挙に行きたくならないような作品を募集しています。入選作品は東京都のコンクールに推薦されます。応募方法などの詳細は、区ホームページを参照か選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

◇応募資格…区内在住、在学の小学校、中学校、高等学校の児童、生徒  
📄郵送か持参で9月8日(必着)までに当事務局へ。  
📄当事務局☎4566-2821

### ランドセルの選び方「ラン活講座」

6月24日(土) ①午前11時から 区民ひろば清和第二、②午後2時から 区民ひろば豊成◇西武池袋本店専門講師によるランドセル選び方講座◇未就学児と保護者📄電話で各ひろば(①☎5961-5756、②☎5961-3494)へ。  
📄地域区民ひろば課☎3981-1507

### 池袋本町あさがお市

6月30日(金)、7月1日(土) 午前11時～午後4時(あさがお鉢の販売状況による) 池袋氷川神社参道(池袋本町3-14-1)◇各種緑日ブースもあり📄当日直接会場へ。  
📄朝顔市実行委員会☎3971-1806

### 長崎富士塚の山開き

7月1日(土) 午後1～3時、2日(日) 午前10時～午後3時 浅間神社(高松2-9-3)※雨天中止◇江戸時代に流行した富士山信仰に基づく模擬富士山の一つ、長崎富士塚(国指定重要有形民俗文化財)を2日間限定で公開📄当日直接会場へ。  
📄文化財グループ☎3981-1190

### 「赤い鳥」を語り継ぐ おばあちゃんのおはなし会

7月1日(土) 午後2時～2時30分 雑司が谷旧宣教師館◇小川未明「初夏の不思議」、江口漢「神鳴の子」📄

## 平成28年度「行政情報公開制度」「個人情報保護制度」の実施状況をお知らせします

区では、行政情報公開制度により、区の保有する行政情報の公開手続きを整備し、区民の皆さんの知る権利を保障しています。また、個人情報保護制度により、区の保有する個人情報等の取扱いについての適正な管理のルールを定め、自己の個人情報等について開示、訂正などを請求する権利を保障しています。これらの制度を実施することで区民の皆さんの区政への積極的な参加を促進するとともに、個人の権利利益が侵害されることのないよう保護しています。実施状況は下表1・2参照。※詳細は、行政情報コーナー、区ホームページで閲覧できます。  
📄行政情報グループ☎3981-4404

表1 行政情報公開請求・公開の状況(件数)

区分	受付	取下げ	決定内容				公開方法	
			公開	部分公開	非公開(うち不存在)	未決定	閲覧	写しの交付
請求	319	11	113	210	30(26)	0	19	304

表2 保有個人情報等の開示、訂正、削除、利用又は提供の中止請求の処理状況(件数)

区分	受付	取下げ	決定内容				開示方法		
			応じる全部	応じる一部	応じられない(うち不存在)	未決定	閲覧	写しの交付	視聴
開示	56	1	26	28	8(0)	0	4	50	0
訂正	0	0	0	0	0(0)	0	—	—	—
削除	0	0	0	0	0(0)	0	—	—	—
中止	0	0	0	0	0(0)	0	—	—	—

※受付件数と決定内容の合計件数の相違は、1件の受付で複数の公開決定・開示決定がなされたものがあるため

当日直接会場へ。  
📄当館☎3985-4081

### 笑顔でつながるまち・としま～広げようこころのバリアフリー～

7月11日(火) 午後0時30分～3時30分 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇障害のことをもっと知ってもらうためのミニ講座や体験コーナー、防災情報、事業所の紹介、障害当事者のグループによるパフォーマンスなど。先着で記念品あり📄当日直接会場へ。  
📄障害福祉課政策推進グループ☎3981-1766、📠3981-4303

### 多肉植物のアレンジメント

7月28日(金) 午前10時～11時30分 赤烏庵(目白庭園内)◇中学生以上◇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、📠5996-4886、📠info-mejiro-garden@seibu-la.co.jp」へ。当庭園管理事務所まで直接申込み可。電話申込み不可※先着順。  
📄当事務所☎5996-4810

### 東京音楽大学ピアノ演奏会～ピアノ演奏家コース成績優秀者による～

7月28日(金) 第1部…午後1時開演、第2部…午後3時30分開演、第3部…午後6時30分開演 東京文化会館(台東区上野公園5-45)◇出演…当大学ピアノ演奏家コース学生の成績優秀者◇649名※要整理券。  
📄電話かEメールで「当大学演奏課☎3982-2496、📠ensouka@tokyo-ondai.ac.jp」へ※先着順。

### 第12回自然に触れよう!! いなか川遊び

7月29日(土)・30日(日) 午前9時30

分 JR宇都宮駅集合(1泊2日)◇川遊び、すいか割り、温泉、とうもろこしもぎ取り、クワガタ・カブトムシ捕りなど※雨天時は別内容◇区内在住の子ども(4歳以上)と保護者◇70名程度◇おとな10,000円、中学生以下6,000円(交通費別)📄電子申請(📄http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/procInfo.do?govCode=13116&procCode=10005419か下記二次元コード読み取り)で6月28日までに申込み※応募者多数の場合は抽選。  
📄那須山山市農政課☎0287-88-7117

### 「旦那さんはアスペルガー～でも大好きです!」講演会&パネルディスカッション

7月30日(日) 午後1時30分～3時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇発達障害の生きづらさや周囲の苦勞を理解し、前向きに生きるヒントを学ぶ。講師…ラポール・ラボ/junko 田中氏、ゲスト…千葉県発達障害者支援センター/神田一込氏◇30名◇500円📄6か月以上未就学児。要予約。定員あり。  
📄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。

## 講演・講習

### 出前寄席

①「そんなあなたが騙される」…6月30日(金) 午後1時30分～2時10分 区民ひろば富士見台、②「悪質業者に気をつけろ!」…7月4日(火) 午後2時50分～3時30分 区民ひろば仰高  
いずれも◇落語で詐欺商法や悪質

商法の手口・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

### シルバー人材センター

①「ゆかた着付け教室」(全3回)…7月1・8・15日 土曜日 午前10時30分～正午◇女性の方◇10名※先着順◇4,000円◇ゆかた、半幅帯、必要な小物は各自持参、②「入会説明会」…7月14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、③「パソコン&iPad教室」…●無料体験教室/④7月20日(木) 午後0時45分～2時15分、●パソコン入門(全4回)/⑤7月8～29日 土曜日 午前10時～11時30分◇5,500円、●ワードI(全4回)/⑥7月5～26日 水曜日 午後0時45分～2時15分、⑦7月7～28日 金曜日 午後3時～4時30分◇⑧⑨とも5,700円、●iPad入門(全4回)/⑩7月3～24日 月曜日 午後0時45分～2時15分、⑪7月6～27日 木曜日 午前10時～11時30分◇⑫⑬とも5,800円、●夜間ワークル講座(全8回)/⑭7月4日～8月29日 火曜日 午後7時～8時30分◇14,000円  
いずれもシルバー人材センター📄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。

## 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。

## こころとからだをリフレッシュしてみませんか?

梅雨時に憂鬱な気分になってしまうことはありませんか?この時期は高温多湿な環境条件や太陽光不足による体内時計の不調が要因で、ストレスや気持ちの落ち込みが生じやすくなります。季節に合ったこころとからだのケアを心がけて、梅雨の時期を快適に過ごしましょう。

- こんな時はリフレッシュを  
何となく頭がすっきりしない、意味なく不安になる、いらいらする、仕事や家事が手につかない、いつも何かを食べている、眠れない、風邪をひきやすくなった、など。
- 簡単なリフレッシュ方法  
・質の良い睡眠を取り、規則正しい生活をする。  
・趣味などで夢になれる時間を作る。  
・夜はぬるめのお湯にゆっくり浸かり、朝に熱めのシャワーを浴びる。  
・親しい友達と話したり、栄養バランスの良い食事をする。  
いろいろ工夫をしてもつらい気持ちが2週間以上続く時は、うつ病の可能性も考えて早めに受診しましょう。うつ病は治療ができ、治る病気です。早めの受診が順調な回復につながります。
- 相談窓口をご利用ください  
池袋保健所と長崎健康相談所では、こころの不調や病気で困っているご本人と家族のための相談を行なっています。まずは保健師にご相談ください。

📄池袋保健所健康推進課☎3987-4174、長崎健康相談所☎3957-1191(月～金曜日 午前8時30分～午後5時)  
●夜間の相談窓口もあります 東京都夜間こころの電話相談☎5155-5028(年中無休 午後5時～9時30分)

## ご存じですか?認知症のこと

認知症は誰もがかかる身近な病気です。認知症の正しい知識を持ち、地域で支え合う活動が高齢期の生活をサポートします。

認知症になる前に備えておきたいことは? 持病や歯の治療、生活習慣病の予防が大切です。高齢期をどのように過ごしたいか考えてみましょう。

認知症を予防するには? 軽い運動は予防効果が期待されています。区では、体と脳の老化を予防する介護予防事業に取り組んでいます。

認知症の方の家族や支えている方は何をすればよいの? 認知症の方は何もできないわけではありません。できにくくなったところをサポートしましょう。

困ったことはどこに相談すればよいの? 地域の高齢者総合相談センターに相談して、サービスや生活上の支援について確認しましょう。

認知症を理解するには? 認知症の人への理解を深める講座として「認知症サポーター養成講座」「スキルアップ講座」などがあります。誰でも参加できて気軽に話せる「認知症カフェ」も区内各所で開かれています。

📄介護予防・認知症対策グループ☎4566-2433

## としまの伝統工芸士

「東京組紐」 平田 晃氏 (豊島区伝統工芸保存会会長)

平田組紐の平田晃氏は幼少の頃から父、初代平田竹峯氏の指導を受け、昭和51年に二代目竹峯として家業を継いだ。組紐は中国から伝来したのち、平安期には日本独自のものに発展。長い歴史を経て無数の組紐が生まれる中で、東京組紐は武具として発達していった。刀で切りづらく軽くて丈夫なことから、主に鎧や兜などに使われた。決して緩まず弾力性があり、かつ動きやすさを持つ組紐。その技術が今や帯締めとなって活かされている。平田組紐では、主にこの帯締めに制作している。多くの組紐を使い分け、30種類以上もの多彩な組み方で美しく繊細な紐を組む姿は、まさに職人。「本物を作っている限り、伝統工芸は決して廃れないものです。平田組紐が生き残っているのは、国産の絹糸と、古くから伝わる技法にこだわっているからです」と、胸を張る。

株式会社平田組紐ホームページ  
📄http://hwm5.spaqaqs.ne.jp/hirata-kumihimo/  
📄商工グループ4566-2742

