

講演・講習



エポック10シネマ 「カミングアウトストーリー」

3月15日(木) 午前10時～正午、午後2～4時 男女平等推進センター◇長年の夢だった性別適合手術へと向かうドキュメンタリー◇各25名(限)6か月以上未就学児。定員あり。要予約。

☎電話かファクスかEメールで「当センター☎5952-9501、FAX5391-1015、E: A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

ミニセミナー「動画でふりかえる「ふるさと豊島」

3月17日(土) 午後3～5時 地域活動交流センター◇350タイトルにおよぶ「としまの記憶・動画アーカイブ」を紹介。動画の上映会を通して、昭和の時代や豊島区のくらしの記憶をふりかえる◇20名(限)ファクスで協働推進グループ☎3981-1213へ。区ホームページから申込みも可※先着順。

☎当グループ☎4566-2314

IKE・Biz ワークショップ

①ワイン講座「気軽に楽しむ! スパークリングワインの世界」…3月17日(土) 午後3～4時、午後5～6時◇スパークリングワイン3種類のテイastingあり◇20歳以上◇各12名◇800円。

②egg シェフの料理教室「春野菜とキノコのキッシュ作り」…3月23日(金) 午前11時～午後2時、午後4～7時◇卵のおいしさを味わえるキッシュの作り方を学ぶ◇12歳以上◇各8名◇1,500円

◇いずれもとしま産業振興プラザ(IKE・Biz) 5階料理実習室

☎電話で当館☎3980-3131へ。直接

窓口申込みも可※先着順。

講演会「発達障害について～ADHD親の会の活動から考える～」

3月22日(木) 午前10時～正午 生活産業プラザ◇親の立場から見た、発達障害者の抱える課題、親の会の活動など◇70名(限)ファクスかEメールで「NPO 法人クローバー事務局☎020-4666-8365、E:kensyu2017@npo-clover.net」へ※先着順。

☎当事務局☎3959-5941

サクラヌ biz 応援プロジェクト 「元NHKキャスターが教える人前でも緊張しないで話す3つのコツ」

3月22日(木) 午後6時～7時30分 生活産業プラザ◇体・呼吸・声を整えて、人前でも緊張せずに話せる秘けつを伝授。講師…フリーアナウンサー/島 永吏子氏◇区内在住、在勤の女性◇10名(限)6か月以上未就学児。4名。要予約。

☎電話かファクスかEメール(右部記入例参照。参加人数、メールアドレスも記入)で「商工グループ☎4566-2742、FAX5992-7088、E:A0029099@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座(全5回)

4月17日(火)～19日(木) 午前10時～午後3時30分※17日は午後1時30分～5時 南大塚地域文化創造館◇外国人へのおもてなしの心と道案内程度の簡単な英会話を学ぶ。初回はおもてなし講座、2回目以降は語学講座◇全回参加できる都内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く)で、英語入門から初級(TOEIC500点未満程度)の語学力の方◇36名(限)6か月以上未就学児。定員あり(限)往復はがき(右部記入例参照。保育希望の場合は子どもの年齢・人数も記入)で3月15日(必着)までに文化観光課「外国人おもてなし語学ボランティ

ア育成講座係」へ※応募者多数の場合は抽選。詳細は区ホームページ参照。

☎観光計画グループ☎3981-4623

スポーツ



旧第十中学校 初心者硬式テニス教室

4月8日～9月30日 毎月第2・4・5日曜日と祝日 午前8～10時 旧第十中学校(千早4-8-19)◇区内在住、在勤の小学5年生以上◇30名◇6,000円(限)往復はがきで3月15日(必着)までに「〒171-0042 高松3-12-21 大沼」へ※応募者多数の場合は抽選。

☎豊島区スポーツボランティアリーダー四季 川島☎3951-4335

ソフトテニスジュニア教室

4月8日～平成31年3月24日 毎月第2・4日曜日 午前7～9時 総合体育場◇区内在住、在学の小・中学生(平成30年4月現在)。保護者も参加可◇40名◇年会費5,800円(保護者8,800円)☎所定の申込書(区ホームページからダウンロード)を、郵送かファクスで「〒170-0002 巣鴨1-33-5 豊島区ソフトテニス連盟 三好、☎3941-7406」へ※先着順。

☎当連盟 三好☎3941-4739

社会福祉協議会



在宅福祉サービス協力会員説明会

3月15日(木) 午後2～4時 生活産業プラザ◇高齢や障がいなどにより、日常生活でお困りの方に、お手伝いをしてくださる協力会員(有償ボランティア)を募集。①リボンサービス(家事援助や付き添い支援)、②困りごと援助サービス(電球交換などの30分程度で終了する簡易作業)、③ハンディキャブ(リフト付自動車の運行)の概要説明。希望者は会員登録可◇健康で福祉に関心のある方、空いた時間を使って活動してみたい方など。経験や資格は不問。☎電話でリボンサービス☎3981-9250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。

ふれあいガイド

この欄は、区民の皆さんが自主的に活動しているサークルの紹介です。区ホームページからもご覧になれます。

区の事業ではありません。詳しくは連絡先へ問い合わせください。留守番電話の場合もあります。ご了承ください。

●英語と音楽のレッスン「英語deリズム」毎月2回程度 月曜日(全20回) ①1歳児クラス…午前10時20分～11時5分、②2歳児クラス…午前11時15分～正午 区民ひろばさくら第二◇①新1歳児(平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ)、②新2歳児(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ)◇年額11,000円前後

大橋☎sakuradainieigo@gmail.com

●「超初心者英会話サークルグループ45」毎月第2・4木曜日 午前10時30分～11時30分 雑司が谷地域文化創造館◇45歳以上の英語初心者◇月額500円(初参加)、1,000円(2回目以降)☎小沼☎090-6713-2877(日曜のみ)

●手縫い帽のサークル「あっぱる、シャポー」毎月第2・4火曜日 午前10時～正午 南大塚地域文化創造館◇入会金1,000円、月額3,000円☎藤津☎3951-4525

人口と世帯

平成30年2月1日現在 ※()は前月比

	人口総数	うち外国人数	世帯数
	287,200 (+89)	29,127 (+117)	177,768 (+97)
男	144,748		
女	142,452		

広告

広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

広告

弁護士による無料相談会

◆相続・離婚に関する実績多数◆

3/2(金)10:00～12:00 (予約不要)
3/22(木)13:00～17:00 (予約不要)
3/29(木)10:00～12:00 (予約不要)

開催場所
IKE・Biz としま産業振興プラザ第1会議室(旧 勤労福祉会館)
【住所: 豊島区西池袋2-37-4】
*ご予約は必要ございませんので、お気軽にお越し下さい。

3/14(水)17:00～19:00 (事前予約制)

開催場所
金剛院 赤門テラス なゆた
【住所: 豊島区長崎1-9-2 金剛院】
*お問合せ・ご予約は、こちらまでお願い致します。
【しいなまちみとら ☎03-6908-3988】

辻山・五十嵐法律事務所
東京弁護士会所属
弁護士 辻山 尚志
弁護士 五十嵐 里絵
豊島区西池袋1-7-10 ビルドT9ビル6階
TEL 03-6912-8801
(営業時間: 平日9:30～20:00)

参加無料

かじょうみゃくりゅう
下肢静脈瘤の最新治療

健康セミナー
時間 15:00～16:15 (15分間 質疑応答)
セミナー資料配布

※予約制です

つる
むくむ
血管がポコポコ
痛む

3月23日(金)

場所 医療法人社団杏会 池袋血管外科クリニック
〒171-0022 東京都豊島区南池袋1-17-2 南池袋1-Nビル7階

アクセス 東武東上線・JR・地下鉄「池袋駅」(徒歩約5分)
西武池袋線「池袋駅」(西武南口を出てすぐ)

*1階がローソンのビルの7階です

お申込み 定員 15名
参加希望日、お名前、電話番号、参加人数を明記の上、メール、FAX または お電話にてお申込みください。

池袋血管外科クリニック ☎: 03-5928-4888
月～土曜日 9:00～18:00 FAX: 03-5928-4889
メールアドレス: reserve@ikebukuro-kekkan.jp

主催: 池袋血管外科クリニック

くりかえし ゆっくり ていねいで たのしい
初心者・シニアのための **パソコン教室** FUJITSU オープンカレッジパートナー

Windows10 講座 無料体験授業&説明会
4月生募集 各校お電話にてご予約受付中
※おひとり様1回限り2時間の講座です。

富士通オープンカレッジ巣鴨校 (巣鴨駅南口徒歩3分) 豊島区巣鴨1-19-11 幸運堂ビル6F

3/5(月)～9(金)
①10:00～②13:00～③15:30～
TEL 03-3943-0753
【電話受付時間】10時～16時(月～金)

同時開催 iPad 体験会
3/6(火)・3/8(木)
※時間はお問合せください。

富士通オープンカレッジ赤羽校 (赤羽駅南口徒歩5分) 北区赤羽南1-19-11 川田ビル1F

3/19(月)～24(土)
①10:00～②13:00～③15:30～
TEL 03-5249-3098
【電話受付時間】10時～16時(月～土)

同時開催・小学生対象 プログラミング講座体験会
3/21(水)13:30～
※詳細はお問合せください。