子育て・教育

眼科学習会 子どもの目の健康とスマホ

10月18日㈭　午前10時30分～正午　西部子ども家庭支援センター◇メディアの利用のしかた、子どもの目の健康を守るために必要なことを小児眼科専門医／富田 香先生が分かりやすく解説◇未就学児の保護者◇10名※先着順保区内在住の方のみ。2か月以上未就学児。10名。2か月未満は親子同席。要予約。
申区内在住の方は9月25日午前10時から、それ以外の方は10月10日午前10時から電話で当センター☎5966 - 3131へ。直接窓口申込みも可※先着順。

思春期の子どもの世界～子どもと心を通わせるヒントを見つける～

10月27日㈯　午前10時～正午　立教大学池袋キャンパスセントポールズ会館（西池袋3 - 34 - 1）◇具体的なコミュニケーションのヒントを得て、子どもと心を通わすコツを学ぶ◇50名
申電話かファクスかEメールで「当大学校友会レディスクラブ☎・FAX3806 - 7863、EMrklkouza@yahoo.co.jp」へ※先着順。

パパの応援講座＆ウェルカム赤ちゃん「ここが出番！ママの体ケア講座」

10月28日㈰　午後1時30分～3時30分　西部子ども家庭支援センター◇①パパの応援講座…パパ同士の懇談会。講師…理学療法士／高木 翔氏、②ウェルカム赤ちゃん…育児支援サービスの紹介や先輩ママとパパのお話。講師…助産師／鈴木享子氏◇①1歳6か月までの子どもを育てている父親とその家族、②区内在住で第一子を妊娠中の方とその家族◇①15組、②10名
申9月25日午前10時から電話で当センター☎5966 - 3131へ。直接窓口申込みも可※先着順。

ノーバディーズ・パーフェクト～完璧な親なんていない～自分らし子育てをみつけよう（全6回）

11月7日～12月12日　水曜日　午前10時～正午　東部子ども家庭支援センター◇自分に合った子育て方法を学ぶカナダ生まれのプログラム。保育付き◇全回参加できる、区内在住で1～3歳未満の第1子を育てている母親◇10名
申10月3日午前10時～19日の間に電話で当センター☎5980 - 5275へ。直接窓口申込みも可※応募者多数の場合、抽選。

健康

9月24～30日は結核予防週間です

結核は今も流行中です。日本では毎年約2万人が発病し、約2千人が命を落としています。全国的には80歳以上の高齢者の割合が高いものの、豊島区では昨年86名の発病者のうち約半数は30歳未満の方で、若い方も注意が必要です。長引くせき、たん、倦怠感、発熱などの症状があるときは早めに医療機関を受診してください。また、年に1回は胸部X線検査を受けましょう。早めの受診と定期健診があなたの健康を守ります。
問感染症グループ☎3987 - 4182

まちづくり

不動産街頭無料相談会

10月1日㈪　午前10時～午後4時　メトロポリタンプラザビル1階自由通路◇安全な不動産取引をするための相談会。弁護士、司法書士、税理士、宅建主任者が相談に応じる◇都民の方◇40名申当日先着順受付。
問（公社）全日本不動産協会東京都本部豊島文京支部☎5940 - 8151

第36回住まいの無料相談フェア

10月2日㈫　午前10時～午後4時　センタースクエア（区役所本庁舎1階）◇人・まち・住まいについて弁護士、建築士、不動産鑑定士、宅建主任者が相談に応じます。相談時間の制限なし。空家空室対策、リノベーション、不動産の売買・賃貸・鑑定評価、マンション管理・維持改修、土地・近隣トラブル・相続・建替え・リフォーム・耐震・防災。
申電話で10月1日までに東京都建築士事務所協会豊島支部☎3984 - 2448（平日午前10時～午後4時）へ。

環境・清掃

豊島清掃工場 個人見学会のお知らせ

10月13、20日　土曜日　午前10時～11時30分　当工場（上池袋2 - 5 - 1）※車での来場不可◇区民の皆さんに清掃工場への理解を深めていただくための、個人見学会を実施します◇50名
申電話で当工場☎3910 - 5300へ※先着順。

傍聴できます

第4回子どもの権利委員会

9月28日㈮　午後2時から　区役所本庁舎8階807・808会議室◇10名
申当日開始10分前までに直接会場へ※先着順。
問子ども若者課管理グループ☎4566 - 2471

イベント

第5回のんき市

9月29日㈯※小雨決行　午前11時～午後4時　雑司が谷弦巻通り商友会◇飲食コーナー、針金細工、あめ細工、のんき市特売、スタンプラリーなど申当日直接会場へ。
問当会　清田☎3981 - 6045

『赤い鳥』を語り継ぐ、おばあちゃんのおはなし会

10月6日㈯　午後2時～2時30分　雑司が谷旧宣教師館◇小川未明「星の世界から」、菊池寛「落ちた雷」申当日直接会場へ。
問当館☎3985 - 4081

としま案内人雑司ヶ谷イベント「雑司が谷スタンプラリー」

10月7日㈰※小雨実施　午後1～3時（ラリーの時間…約40分、台紙受付時間…午後1～2時）　雑司が谷地域文化創造館◇雑司が谷地域を歩き、指定の3か所でスタンプを集める。当日午後3時までにゴールした方全員に参加賞あり◇小学生以下は保護者同伴◇70名申当日先着順受付。
問雑司が谷案内処☎6912 - 5026

エポック10シネマ「ハートストーン」

10月11日㈭　午前10時～正午、午後2～4時　男女平等推進センター◇東アイスランドの小さな漁村を舞台に、少年が自らのセクシュアリティに気づき、苦悩する様子が描かれた作品◇各回30名保6か月以上未就学児。要予約。定員あり申電話かファクスかEメールで「当センター☎5952 - 9501、FAX5391 - 1015、EMA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。
問当センター事業企画グループ☎5952 - 9501

四谷怪談のお岩さんのお寺や、西巣鴨エリアを歩こう！

10月12日㈮、13日㈯　午前10時都営三田線西巣鴨駅改札前集合、正午解散予定　西巣鴨エリア◇ボランティアガイドの案内で、お岩さんのお墓があるお寺や大都映画撮影所跡など、意外な西巣鴨の歴史を振り返る◇各日20名◇300円申往復はがき（4面記入例参照。参加人数、希望日も記入）で、〒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・巣鴨ツアー申し込み係」へ※先着順。
問としま案内人駒込・巣鴨　中川☎090 - 4414 - 7018

いけぶず演芸シリーズ 第四回いけぶず落語会

10月20日㈯　午後1時30分開場、午後2時開演　としま産業振興プラザ（IKE・Biz）◇150名◇前売1,500円、当日1,800円（全席自由）。
申電話で当館☎3980 - 3131（午前10時～午後8時）へ。直接窓口申込みも可※先着順。

鈴木信太郎記念館開館記念事業第4弾 きものトーク&RAKUGO chez信太郎

10月20日㈯　午後2時～3時30分　鈴木信太郎記念館◇当館の和室でフランス人落語パフォーマーのシリル・コピーニ氏らによるきものトークと落語口演を楽しむ◇20名申往復はがきで10月2日（必着）までに「〒170 - 0013　豊島区東池袋5 - 52 - 3　鈴木信太郎記念館」へ※応募者多数の場合は抽選。
問当館☎5950 - 1737

ちちぶフォーラム～秩父市で生涯活躍の暮らし発見！～開催

10月24日㈬　午後2～4時　区役所本庁舎5階507会議室◇サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）の成功モデルをプロデュースしたゲストの講演会「1000万円と年金で暮らす」、区民入居可のサ高住を紹介。
申電話かEメールで「秩父市移住相談センター☎0494 - 26 - 7946、EMccbiju@bz04.plala.or.jp」へ。

第10回豊島区民囲碁大会

10月28日㈰　午前9時20分からとしまセンタースクエア（区役所本庁舎1階）◇①本因坊（無差別）、②棋聖位（4～5段）、③棋王位（2～3段）、④棋道位（初段）、⑤棋楽位（1～4級）、⑥棋学位（5～9級）、⑦初心者の部（10級以下）◇140名◇一般1,500円、中高生1,000円、小学生500円申往復はがきかファクスかEメール（4面記入例参照。出場部門と棋力〈段・級〉も記入）で10月21日（必着）までに「〒170 - 0013　東池袋4 - 6 - 3 - 402　囲碁大会実行委員会、FAX3983 - 8751、EMkobo-sugawara@arion.ocn.ne.jp」へ※先着順。
問当実行委員会☎3983 - 6309

一斉ホームビジット ホストファミリー募集

11月17日㈯　午後1～5時　各家庭※上池袋コミュニティセンターで対面式を実施◇区内に在学、在住の留学生などを自宅に招き、おもてなしする受入れ家庭を募集。詳細は区ホームページ参照◇区内在住で国際交流に理解があり、家族ぐるみで受入れができる家庭申実施日の1か月前までに観光交流グループ窓口へ。
問当グループ☎3981 - 1316

ダンスで演劇「右まわりのおとこ」

11月22日㈭～25日㈰　22日…午後7時から、23日…2時から、24日…1時・6時から、25日…1時から　あうるすぽっと◇ダンスと演劇のいいとこどりの新ジャンルが誕生。近藤良平、芳賀 薫の演出により、「こだわりすぎる人たち」の日常を、ダンスの身体言語を通して描く。出演…千葉雅子、矢崎 広、近藤良平◇一般3,800円、U24（24歳以下）2,000円、区民割引3,000円
申10月6日から電話かホームページで「としまチケットセンター☎5391 - 0516、HPhttps://www.owlspot.jp/」へ。

講演・講習

シルバー人材センター

①入会説明会…10月19日、11月16日　金曜日　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、**②シニアのための英会話教室（追加募集）**…月4回ⓐ水曜日　午前10時～11時30分、ⓑ水曜日　午後1時～2時30分、ⓒ木曜日　午後1時～2時30分、ⓓ木曜日　午後3時～4時30分◇50歳以上◇若干名※応募者多数の場合は抽選◇6,000円◇9月27日正午締切、**③パソコン＆iPad教室**…ⓐ**無料体験教室**／10月18日㈭　午後0時45分～2時15分、ⓑ**パソコン入門（全4回）**／10月1～22日　月曜日　午後0時45分～2時15分◇5,500円、ⓒ**初級ワードⅠ（全4回）**／10月6～27日　土曜日　午後0時45分～2時15分、ⓓ**初級エクセルⅠ（全4回）**／10月6～27日　土曜日　午前10時～11時30分　ⓒⓓとも◇5,700円、ⓔ**iPad入門Ⅰ（全4回）**／10月6～27日　土曜日　午後3時～4時30分◇5,500円、ⓕ**エクセル基礎Ⅰ（全4回）**／10月1～22日　月曜日　午後3時～4時30分◇6,500円、ⓖ**夜間―エクセル講座（全8回）**／10月5日～11月23日　金曜日　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※先着順。

分譲マンション管理セミナー

10月14日㈰　午後1時30分～4時30分　区役所本庁舎5階507～510会議室◇講演「理事ってなにするの？」「耐震診断から耐震改修に向けた合意形成のポイント」◇マンション管理組合役員、区分所有者◇60名
申電話かファクスかEメールで10月10日までに「マンショングループ☎3981 - 1385、FAX3980 - 5136、EMA0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

上級救命再講習会

10月17日㈬　午前9時～正午（午前8時45分集合）　豊島消防署（東池袋3 - 19 - 20）◇前回の上級救命講習受講日から3年以内に再度受講するコース◇区民の方◇30名◇筆記用具持参。動きやすい服、着脱しやすい靴で参加。スカート不可申午前10時～午後4時の間に、東京都宅地建物取引業協会豊島区支部（東池袋1 - 31 - 6 三昌ビル3階）窓口へ※先着順。
問当支部☎3984 - 2977

中央図書館地域研究ゼミナール「池袋のヤミ市～マーケットから駅ビルへ～」（全2回）

10月20日㈯、11月3日㈷　午後2～4時　中央図書館◇ヤミ市はどのように生まれ消えていったのか、池袋の戦後史にせまる。講師…石榑督和氏◇40名◇500円
申9月25日午前10時から電話かファクスかEメールで「当館企画調整グループ☎3983 - 7861、FAX3983 - 9904、EMA0027900@city.toshima.lg.jp」へ。当館窓口で直接申込みも可（午前10時～午後5時）※先着順。

出張講座「悪質商法にご用心」

10月23日㈫　午後2～3時　区民ひろば南池袋◇最近の事例などを紹介し、だまされないための注意点や対処方法を学ぶ申当日直接会場へ。
問消費生活グループ☎4566 - 2416

第3回ビジサポセミナー「副業を独立の布石に～アンケート結果から見る副業起業の実態～」

10月23日㈫　午後6～8時　区役所本庁舎5階507～509会議室◇日本政策金融公庫総合研究所実施の起業に関するアンケート結果をもとに、副業起業の実態を紹介し、メリットを考える◇起業をお考えの方、事業を営んでいる方など。区内在住、在勤、在学優先◇30名
申電話かファクスかEメール（4面記入例参照。参加人数、事業所名・所在地、メールアドレスも記入）で「としまビジネスサポートセンター（生活産業課商工グループ内）☎4566 - 2742、FAX5992 - 7088、EMA0029099@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

出前寄席「引っかかったわねー」

10月26日㈮　午前10時30分～11時30分　区民ひろば駒込◇振り込め詐欺の手口と対策を落語で楽しく伝える申当日直接会場へ。
問消費生活グループ☎4566 - 2416

平成30年度栄養技術講習会

10月29日㈪　午後2時～4時30分　南池袋ミーティングルーム◇食行動の心理学～健康的な食選択をしてもらうために～。講師…日本大学危機管理学部准教授／木村 敦氏◇区内在住、在勤の管理栄養士・栄養士・給食関係者◇50名
申電話で栄養グループ☎3987 - 4361へ※先着順。

わが家の健康

咀嚼（そしゃく）の効能 健康教育「ひみこの歯がいーぜ」

よく噛むことは単に食べものを取り入れるためだけでなく、体の健康にたいへん重要な働きをしています。区立小学校ではこの噛む効能について、学校食事研究会が作った標語をもとに健康教育をしています。
ひ：肥満予防、**み**：味覚、**こ**：言葉、**の**：脳の発育、**歯**：むし歯や歯周病予防、**が**：がん予防、**いー**：胃腸の保護、**ぜ**：全力投球（体力の向上）
卑弥呼（邪馬台国の女王）のいた弥生時代の人々は現代人に比べ、1回の食事で噛む回数が6倍、食事時間も1時間位かけていたと考えられています。現代の食事は軟らかく、あまり噛まずに丸呑みしたり、飲み物で流し込んでしまう食べ方をする人が多くなっているような気がします。
子どもたちだけでなく高齢者の介護予防でも咀嚼の効能は重要です。もう一度皆さんの日々の食事の仕方を見直してみると健康長寿につながるのではないでしょうか？
東京都豊島区歯科医師会会長／高草木 章
問地域保健課管理グループ☎3987 - 4203

平成30年豊島区功労者を表彰します

「豊島区表彰条例」に基づく平成30年豊島区功労者が、表彰審査会の審査を経て決定しました。区功労者とは、長年にわたり豊島区の振興発展・区民福祉の向上に貢献し、その功績が著しい方です。表彰式は、10月1日㈪、としまセンタースクエア（区役所本庁舎1階）で行ないます。
問総務課総務グループ☎3981 - 4451　＊敬称略。役職は在職時のもの。

自治功労（3名）
○区民ひろば運営協議会会長（2名）
田中幸一郎　（特非）池本ひろば理事長
髙木　継夫　（特非）はばたけ千早理事長
○附属機関の委員（1名）
米本　絹子　障害認定審査会委員
社会福祉事業功労（57名）
○社会福祉関係団体の長（3名）
中島しづ系　五楽会会長
深野　四郎　池袋朗高齢会会長
割田　俊一　昭寿会会長
○社会福祉施設に勤務する職員（3名）
佐藤　滋子　高齢者在宅サービスセンター長崎第二豊寿園　職員
藤井　薫　西部包括支援センター長
古川いつ子　しいの実保育園　保育士
○各種相談員等（3名）
川島　香代　知的障害者相談員
佐藤　修　身体障害者相談員
井口　洋子　青少年育成委員会委員
○民生委員（19名）
荒井　秀輝　民生委員・児童委員
岩田　博子　同
大嶋美也子　同
笠原　安身　同
金井みつよ　同
川上久美子　同
坂田　弘　同
篠　英太郎　同
白川　和子　同
園野美佐子　同
髙橋　房子　同
高橋みよ子　同
田久保孝子　同
田中　治　同
羽場　宣子　同
原　ハツエ　同
宮下智栄子　同
望月美智子　同
渡邉　友子　同
○保護司（1名）
酒井　聖子　保護司
○区の行う社会福祉事業に貢献しその功績が顕著な者（28名）
安孫子律子　豊島区登録手話通訳者
内田　幸江　重度心身障害者土曜余暇事業運営スタッフ
小野　邦夫　同
村岡由美子　同
天野　篤子　豊島区ファミリー・サポート・センター援助会員
岩田　千春　同
遠藤千代子　同
大崎　良子　同
岡本　喜江　同
小松　智子　同
坂本　葉子　同
佐藤とし江　同
鈴木久美子　同
千本ゆりか　同
田中　美喜　同
中里　晶子　同
永菅　厚子　同
原　広子　同
平尾　裕美　同
吹原　好江　同
藤井由貴子　同
布施川香保利　同
古澤　勇美　同
水野　貴子　同
宮下津矢子　同
村田須美子　同
八木佐枝子　同
矢島貴世子　同
保健衛生功労（5名）
○区立小中学校医等（4名）
恩田美音夫　区立清和小学校学校薬剤師
島崎奈保子　区立池袋第一小学校学校医
部坂　弘彦　区立駒込中学校学校医
若島　将伸　区立明豊中学校学校医
○幼稚園医等（1名）
手塚　秀夫　区立高松第二保育園保育園医
教育功労（5名）
○各種相談員等（1名）
勝木　和弘　スポーツ推進委員
○関係各種団体の長（1名）
天谷　政幸　豊島区レスリング協会会長
○区の行う教育事業に貢献しその功績が顕著な者（3名）
水谷　千尋　豊島区図書館専門研究員
伊原ひろみ　ひかり文庫朗読会音訳奉仕者
細谷　協子　同
産業振興功労（10名）
○産業振興関係団体の長（7名）
内田勇二郎　東池袋ウイロード商店会会長
梅本　勉　立教通り商店街振興組合理事長
建持　直樹　鬼子母神通り商店睦会会長
清水　欣一　地蔵堂商興会会長
田口　成典　長崎三友会会長
中西　正樹　池袋乱歩通り商店街振興組合理事長
松本　博　美久仁小路料飲商店会会長
○伝統工芸士（3名）
加藤　秀吉　豊島区伝統工芸士
早川　福男　同
平田　美穂　同
公共事業功労（14名）
○公共事業関係団体の長（7名）
堀川　知子　豊島防火女性の会会長
飯高　邦彦　豊島青色申告会理事
飯塚　和子　同
宇田川富子　豊島青色申告会監事
喜多　金一　豊島青色申告会48支部長
宮腰　昭子　豊島青色申告会女性部長
西脇　明　巣鴨交通少年団団長
○各種相談員等（3名）
大桐代真子　法律相談員
武田　香織　同
松田　耕平　同
○消防団員（4名）
新井　健次　豊島消防団団員
今宮　聖一　同
川島　健司　同
内藤由美子　池袋消防団団員
公益功労（4名）
○徳行者（3名）
平　キヨコ　地域美化ボランティア
深澤　博芳　同
矢尾　高治　同
○寄附者（1名）
建畠　嘉　寄附者

豊島区政策評価委員会（第2回）　10月1日㈪　午後6時から　区役所本庁舎9階第1・第2委員会室◇施策評価の実施（①みどりのネットワークの形成、②良質な住宅ストックの形成）申当日直接会場へ。　問企画課企画調整グループ☎4566 - 2511

第10回豊島区障害者地域支援協議会　10月5日㈮　午後6時30分～8時30分　区役所本庁舎5階507・508会議室　申傍聴希望の方は電話かファクスで10月2日午後5時までに「障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981 - 1766、FAX3981 - 4303」へ。