

環境・清掃

リサイクルフリーマーケット

出店者募集(えんがわ市)

2月9日(日) 午前10時30分～午後2時 池袋第二公園※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◇20店舗(1店舗面積2m×2m)◇1,000円📠ファクスかEメールで「みんなのえんがわ池袋事務局📠5951-1508、📠engawa@toshima-npo.org」へ。1名(1グループ)1通のみ※先着順。
🏠当事務局 植原☎5951-1508(午後1～5時)

健康

インフルエンザに注意しましょう

インフルエンザの流行が本格化しています。インフルエンザは通常の風邪とちがひ、高熱や関節痛などの全身症状が強く出るのが特徴で肺炎や脳炎を引き起こすこともあります。一般的な予防方法は①予防接種、②こまめな手洗い、③咳エチケットとマスクの着用、④適度な室内加湿・換気、⑤早めの受診・休養・栄養・水分補給です。これらを心がけ、インフルエンザにかからず、広げず、楽しく冬を乗り切りましょう。
🏠感染症グループ☎3987-4182

+ (プラス) 講座～フレイルチェックを受けた方に～

1月30日(木) 午後1時30分～3時30分 としま区民センター◇積極的にフレイル予防に取り組んでいくために、「運動」[栄養]「口腔」の専門家からポイントを聞く◇フレイルチェックを受けた方※フレイルチェック希望者は区ホームページ参照お問い合わせください📄当日直接会場へ。
🏠介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434

としま健康チャレンジ！ 対象事業

①**インボディ測定会に参加しよう!**…1月31日(金) 午後3～7時 池袋保健所◇体内の筋肉量や脂肪量を部位別に測定◇160名、②**食育講座 街の巨匠に学ぶ「中国料理の極意を学ぼう」**…2月5日(木) 午後7時～8時30分 WACCA池袋5階もうひとつのdaidokoro(東池袋1-8-1)◇実演、試食あり。講師…(公社)日本中国料理協会(池袋副都心支部)の先生方※街の巨匠シリーズ年2回のうち1名1回参加可◇40名
📄①は当日先着順受付、②は電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

「食彩いきいきサロン」で栄養バランスの取れたご飯を食べてませんか？(全4回)

①2月6～27日 木曜日 午前11時30分～午後0時30分 女子栄養大学「松柏軒」(駒込3丁目)◇栄養士によるミニ栄養講座あり◇30名、②2月4日～3月3日(2月11日を除く) 火曜日 午前11時～午後1時 食堂「ルボントラバユ」(東池袋1丁目)◇簡単体操や歌などのレクリエーションあり◇20名
いずれも◇区内在住の65歳以上の方◇1,800円📄はがき(4面記入例参照。希望会場も記入)で1月20日(必着)までに介護予防・認知症対策グループへ※応募者多数の場合は抽選(両会場への重複申込み不可)。
🏠当グループ☎4566-2434

豊島区在宅医療区民公開講座

2月15日(土) 午後2～4時 ホテルメトロポリタン池袋2階曙(西池袋1-6-1)◇一般講演「在宅で療養生活を送るには」講師…土屋淳郎氏。特別講演「人生会議と平穩死」講師…長尾和宏氏◇250名
📄電話かファクスで2月7日までに「豊島区医師会☎3986-2321、📠3984-5921」へ※先着順。

メタボリックシンドローム予防教室～あの日のお腹にかえりたい～

2月18日(火) 午後1時30分～4時 長崎健康相談所◇生活習慣と食事の講義、運動実技、体成分測定(体重、骨格筋量、体脂肪量、基礎代謝量)◇区内在住、在勤、在学で医師に運動を制限されていない方(65歳未満の方優先)◇25名
📄電話かファクスで「保健指導グループ☎3957-1191、📠3958-2188」へ※先着順。

募集

チャレンジ就業者

◇**対象**…区内在住で愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方で一般就労を希望する方※応募資格要件など詳細は問い合わせてください◇**職務内容**…事務補助(文書記録、資料の折り、丁合、封入など)、清掃作業、庁舎内のパン販売補助など◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日◇**報酬**…月額100,800円程度※通勤手当相当あり◇**人数**…1名◇**勤務場所**…障害福祉課◇**時間**…月16日、午前8時30分～午後5時15分のうち6時間📄所定の申込書、履歴書、支援調査票を1月31日までに当課窓口まで本人が持参。
🏠施設・就労支援グループ☎3985-8330

介護相談員

特別養護老人ホームに入所している利用者からお話を伺い相談に応じたり、事業所との橋渡しを行う◇**対象**…区内在住で平日の昼間に活動で

きる方◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日(更新可)◇**謝礼**…1回3,000円(月3回程度)※詳細は問い合わせてください📄履歴書(写真貼付)、作文(400字程度の応募動機)を1月24日までに介護保険課相談グループ窓口へ直接本人が持参(土・日曜日、祝日を除く)し2月10日に面接※郵送不可。
🏠当グループ☎3981-1318

イベント

図書館で「かるた大会」

中央…1月19日(日) 午後2時から、**駒込**…2月8日(土) 午後2時30分から、**巢鴨**…1月15日(木) 午後3時30分から、**上池袋**…1月26日(土) 午後1時30分から、**池袋**…1月25日(土) 午後2時30分から、**目白**…1月18日(土) 午後3時から、**千早**…1月19日(日) 午後3時30分から◇**児童**📄当日直接会場へ。駒込のみ1月18日から直接窓口へ。電話かファクスで「駒込☎3940-5751、📠3940-6330」も可※先着順。
🏠各館 中央☎3983-7861、駒込☎3940-5751、巢鴨☎3910-3608、上池袋☎3940-1779、池袋☎3985-7981、目白☎3950-7121、千早☎3955-8361

2020としまセンタースクエア 美術展

1月21日(火)～24日(金) 午前9時30分～午後5時(24日は午後0時30分まで) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇豊島区美術家協会会員による美術展。水彩・油彩・日本画・彫刻・版画・染色画などを展示📄当日直接会場へ。
🏠当協会 山田☎3916-8457

千早図書館 講演会 韓国の琴「伽耶琴(カヤグム)に出会う」

1月26日(日) 午後2～4時◇伽耶琴の歴史や特徴の紹介と演奏。講師…金美仙氏、金幸子氏◇40名📄当日先着順受付。
🏠当館☎3955-8361

エポック10シネマ「アラヤシキの住人たち」

2月6日(木) 午前10時～正午、午後2～4時 男女平等推進センター◇生きづらさを抱える人もそうでない人も、それぞれの能力を尊重しあう暮らしを描いたドキュメンタリー映画◇各回30名📄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、📠5391-1015、📠A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

美術へのいざない

2月11日(祝) 午後1時30分開演 としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇日本書紀成立1300年 特別展「雲と大和」のみどころを紹介◇250名📄往復はがきで1月24日(必着)までに「〒170-0013 東池袋1

-20-10 としま区民センター4階 としま未来文化財団 美術へのいざない係」へ。申込みフォーム📄http://www.toshima-mirai.or.jp/から申込みも可※応募者多数の場合は抽選。
🏠当財団活動支援グループ☎3981-4732

第16回子どもたちと芸術家の出会う街 アートで話そう！

2月11日(祝) 午後3時～4時45分 東京芸術劇場◇新日本フィルハーモニー交響楽団によるオーケストラコンサート。指揮…原田 慶太郎、ダンス…三輪 亜希子、曲目…チャイコフスキー「くるみ割り人形」より「花のワルツ」ほか◇4歳以上入場可◇1,795名◇おとな…S席4,000円、A席3,000円、B席2,000円、子ども(4歳～高校生)…S席2,000円、A席1,500円、B席1,000円(全席指定)
📄電話で新日本フィル・チケットボックス☎5610-3815へ。ホームページ📄https://www.njp.or.jp/kogei2020から申込みも可※先着順。

落語イベント「南大塚ホールで落語ぞんまい」

3月14日(土) 午後2～4時 南大塚ホール◇若手落語家の口演やトークショー。出演…桂宮治、入船亭小辰、春風亭一花ほか◇200名📄往復はがきで「〒170-0005 南大塚2-36-1 南大塚地域文化創造館」へ。ホームページ📄https://www.toshima-mirai.or.jp/tabid216.html?pdid1=2134から申込みも可。1名1通※応募者多数の場合は抽選。
🏠当館☎3946-4301

講演・講習

あそそうなんだ倶楽部「令和の正月・小石川七福神を巡るウォーキング」

1月25日(土) 午後1～4時 東京メトロ丸の内線茗荷谷駅1番出口前集合、東京メトロ丸の内線後楽園駅付近解散◇深光寺―徳雲寺―極楽水一宗慶寺―真珠院―福聚院―源寛寺―東京ドーム(約4km)。講師…当倶楽部メンバー◇30名◇500円
📄電話かファクスかEメールで1月22日までに「当倶楽部 西川☎・📠3959-3064、📠esjcr2525@yahoo.co.jp」へ※先着順。

ゲノム編集食品を知りたい！～安全なの？遺伝子組換えとの違いは？表示は？～

1月27日(月) 午後1時30分～3時30分 としま区民センター◇ゲノム編集食品について、知っておくべき基礎的情報を学ぶ◇区内在住、在勤、在学の方か、消費者団体関係者◇50名◇300円📄2歳以上。3名。600円。1月20日までに要予約。先着順。
📄電話かファクスかEメールで「消費生活グループ☎4566-2416、📠5992-7024、📠A0014308@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

第2回分譲マンション管理セミナー

2月1日(土) 午後1時30分～4時 区役所本庁舎5階507～510会議室◇講演「風水害からマンションを守る～台風・大雨の前に自分たちでできること～」、個別相談会◇マンション管理組合役員、区分所有者◇60名(個別相談会は4組)

📄電話かファクスかEメールで1月29日までに「マンショングループ☎3981-1385、📠3980-5136、📠A0022901@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

ちかこイベントクラブ「アルミ缶コンロ製作体験」

2月6日(木) 午後6時30分～8時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇防災アイテムとして使えるアルミ缶コンロを製作し、非常時用保存食「アルファ化米」を試食。楽しみながら、防災に対する意識を高める◇15名◇200円📄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

池袋第三小学校 PTA 家庭教育講座「アンガーマネジメント」

2月8日(土) 午後2～4時◇「怒り」を再確認し、自分の「怒り」を振り返りながら、感情表現について考えるワークショップ。講師…アンガーマネジメントファシリテーター/田部 知江子氏◇小学生の保護者◇30名◇室内履き、筆記用具持参。
📄電話かファクスかEメールで1月24日までに「庶務課庶務グループ☎3981-1141、📠3980-5163、📠A0024004@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

みらい館大明パソコン講座「仕事に役立てよう土曜エクセル2日間講座」
2月8・15日 土曜日 午前10時～午後5時◇入力ポイントやきれいな表作成、簡単な計算式の方法、印刷のポイント、グラフ作成など。エクセル2013使用。講師…パソコンインストラクター/石井 由香里氏◇パソコン経験者◇8名◇6,000円
📄電話かEメールで「当館☎3986-7186、📠miraikan.taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口で申込みも可※先着順。

飾り巻き寿司体験教室

2月22日(土) ①午前10時30分～午後0時30分、②午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇ひな祭りの食卓をお雛様の飾り寿司で華やかに。講師…真貝 美和子氏◇20歳以上◇各回12名◇1,500円◇エプロン、三角巾、手拭タオル持参。
📄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。

講演会「トキワ荘の漫画たちと今の漫画界の真実」

2月9日(日) 午後3～4時(午後2時30分開場) としまセンタースクエア(区役所本庁舎1階)◇トキワ荘の漫画家たちと交流のあった小説家/長崎尚志氏のお話◇300名📄当日先着順受付。
🏠菊野上書店☎3953-4831

出前寄席「1人より2人！お金の判断は！」

2月13日(木) 午後1時30分～2時10分 区民ひろば清和第一◇落語で

様々な悪質商法の手口と、1人で判断せず相談して助かった事例を紹介📄当日直接会場へ。
🏠消費生活グループ☎4566-2416

子どもの読書に関する講習会「発想を広げるおはなし工作会」

2月13日(木) 午後2～4時(午後1時45分開場) あうるすぽっと◇4歳～小学校低学年対象のおはなし会のできる工作の講習会。講師…八木 紘一郎氏◇区内の教育・福祉施設などでおはなし会の活動をしている方、区内在住、在勤、在学でおはなし会のできる工作に興味のある方◇80名

📄1月15日から電話かファクスかEメールで「中央図書館児童サービスグループ☎3983-7861、📠3983-9904、📠A0027900@city.toshima.lg.jp」へ。直接窓口申込みも可(午前10時～午後6時)※先着順。

消費生活講座「シニアのためのインターネットトラブル対策」

2月14日(金) 午後1時30分～午後3時30分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇アクティブシニアにおすすめ。インターネット初心者も上級者も最新のトラブル事例を知って、トラブルを回避する上手な使い方を学ぶ◇区内在住、在勤、在学の方◇50名📄はがきかファクスで消費生活グループ📠5992-7024へ※先着順。
🏠当グループ☎4566-2416

豊島区認知症支援講座～認知症とお金の話～

2月17日(月) 午後2～4時 南大塚地域文化創造館◇認知症でお金の管理ができなくなった場合、自分や家族のためにどんなことが備えられるかを学ぶ。講師…司法書士/織田 倉 滋氏◇区内在住、在勤の方◇50名
📄電話かファクスで「東部高齢者総合相談センター☎5319-8703、📠5319-8726」へ※先着順。

飾り巻き寿司体験教室

2月22日(土) ①午前10時30分～午後0時30分、②午後2～4時 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇ひな祭りの食卓をお雛様の飾り寿司で華やかに。講師…真貝 美和子氏◇20歳以上◇各回12名◇1,500円◇エプロン、三角巾、手拭タオル持参。
📄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。

「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座(全5回)

3月10～24日 火曜日 午前10時～午後3時30分※10日は午後1時～4時30分 千早地域文化創造館◇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。詳細は区ホームページ参照◇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、英語入門から初級程度の語学力の方◇36

名📄6か月以上未就学児📄往復はがき(4面記入例参照。氏名のローマ字表記、性別、職業、保育希望の場合は子どもの年齢、人数も記入)で1月27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。
🏠観光交流グループ☎3981-1316

スポーツ

親子ふれあい体操教室(全5回)

1月17日～2月14日 金曜日 くまコース(3～4歳)…午前9時35分～10時20分、うさぎコース(2～3歳)…午前10時25分～11時5分、ひよこコース(10か月～2歳)…午前11時10分～11時50分 豊島体育館◇1回参加可。詳細は問い合わせてください◇10か月～4歳児と保護者※区内在住、在勤の方優先◇各50組◇1回500円◇上履き、飲み物、タオル持参📄チラシ裏面の申込書(区ホームページからダウンロードも可)をファクスかEメールで「(特非)地域総合型椎の美スポーツクラブ📠3972-1876、📠shii nomi.oyako@gmail.com」へ※先着順。
🏠当クラブ 有里☎080-2597-4650

区民歩こう会「鎌倉名社寺巡り」

2月2日(日) 午前9時50分 J R鎌倉駅東口改札前広場集合(鶴岡八幡宮側)◇鶴岡八幡宮から銭洗い弁天、鎌倉大仏、長谷寺まで(約10km)◇300円📄当日集合場所です受付。
🏠豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

第73回都民体育大会豊島区予選会

※申込み・詳細は直接各競技担当へ。
●**アーチェリー**…2月2日(日)/第2次予選会、3月1日(日)/第3次予選会 西巢鴨体育场📄当日午前9時までに直接会場へ📄アーチェリー協会 富田☎3269-2930(ライオン堂洋品店内)へ、●**剣道**…3月8日(日) 豊島体育館📄2月6日までに剣道連盟

豊島区民社会福祉協議会からのお知らせ

サポートとしま講演会 成年後見制度(活用編)～相続が変わる!?正しい知識であんしんを～

2月20日(木) 午後2～4時 としま区民センター

◇知らないと損をしてしまうかもしれない相続のルールについて弁護士から正しい知識を得ませんか？また、あんしんな老後を送るための一つの選択肢として、成年後見制度についても分かりやすく説明します。講師…弁護士/古屋 有実子氏◇70名
📄電話かファクスかEメールで「サポートとしま☎3981-2940、📠3981-2946、📠siensitu@a.toshima.ne.jp」へ※先着順。

成年後見制度に関するご相談は、「サポートとしま」へご連絡ください

小野塚☎3942-2865へ。
※ほかの種目は今後掲載予定。

ポルダリング初心者講習会

2月8日(土) こども向け…①午後1時から、②午後2時から、③午後3時から、おとな向け…④午後4時から(各回講習50分) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇これからポルダリングを始める方に最適な講習会。ルールやマナー、安全に関する注意点や基礎を学ぶ◇①～③小学2年生～15歳(親子参加可)、④16歳以上◇各回10名◇1名1回500円◇運動のできる服装、上履き持参。
📄電話で各回前日までに当館☎3980-3131(午前10時～午後8時)へ。直接窓口申込みも可※先着順。

ポールウォーキング(初級)～都電沿線を歩こう～

2月9日(日)※雨天時は2月16日(日) 午前9時15分都営三田線西巢鴨駅集合、JR駒込駅解散◇飛鳥山公園を經由したウォーキング。ポール貸出しあり◇区内在住、在勤の方◇40名◇100円📄往復はがきで1月24日(必着)までに「〒171-0043 要町3-47-8 豊島体育館内(特非)豊島区体育協会」へ※先着順。
🏠豊島区スポーツ推進委員協議会 小野☎090-3344-2175

職員採用

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。

国民年金相談員(会計年度任用職員)

国民年金の窓口・電話業務、内部事務、パソコン作業など◇**任期**…4月1日～令和3年3月31日📄所定の申込書(写真添付)、自己申告書(高齢者医療年金課で配布。区ホームページからダウンロードも可)を1月17～31日(必着)の間に郵送で当課へ。
🏠国民年金グループ☎3981-1954

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先

📄お問い合わせ先