

カस्पミラ◇区内在住、在勤、在学の方◇配布引換券、持ち帰り用の袋持参☑通常はがき(4面記入例参照。希望植物・樹種名と各希望数を記入※1枚で①②両方の申込み可)で4月19日(消印有効)までに環境政策課事業グループへ。電子申請(区ホームページか右記2次元コード参照)でも受付可※配布引換券は5月20日頃発送予定。

☎当グループ☎3981-2771



で配付。区ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入のうえ、5月7日(必着)までに郵送かEメールで住宅課施策推進グループEM A0022901@city.toshima.lg.jpへ送付。直接窓口持参も可。

☎当グループ☎3981-2655

## イベント

～未来へ伝える伝統の「笑い・しぐさ・こころ」～  
狂言ワークショップ

5月15日(土) 午後6時～7時30分 赤鳥庵(目白庭園)◇狂言界の若手実力派講師が、魅力や面白さを披露。出演…狂言方泉流野村万蔵家/六世野村万之丞師◇中学生以上◇50名◇2,000円☑往復はがきかファクスかEメール(4面記入例参照。ファクス番号も記入)で「〒171-0031 目白3-20-18 目白庭園、FAX5996-4886、EMinfo@mejiro-garden.com」へ。当園管理事務所直接申込みも可。電話申込み不可※先着順。☎当事務所☎5996-4810

インクルーシブ・シアタークリエーション・プロジェクト「テンペスト～はじめて海を泳ぐには～」

6月1日(火)～6日(日)※1日はプレビュー あうるすぽっと◇日本・英国・バングラデシュの障害があるアーティストによるシェイクスピアの「テンペスト」を描く新作パフォーマンス◇一般5,000円、プレビュー3,500円ほか☑4月17日からとしまチケットセンターで発売。あうるすぽっとホームページHPhttps://www.owlspot.jp/から申込みも可。☎としま未来文化財団☎5924-6611

## 講演・講習



中央図書館オンライン書評講座  
「本はともだち」(全12回)

毎月第3金曜日を予定(初回4月16日) 午前11時～11時20分◇1年を通して様々な本との出会いを学べる講座を「としま情報スクエア(としまテレビチャンネル11)」で放送。内容は随時区公式YouTube「としまなまなまるチャンネル」で配信。講師…山梨学院大学学習・教育開発センター特任准教授/佐藤壮広氏  
☎当館☎3983-7861

みらい館大明

①ガーデニングビギナーのための楽しい園芸講座(全6回)…毎月第4日曜日(初回4月25日) 午前10時～正午◇野菜栽培、ハーブ・観葉植物の鉢植え制作やガーデニング技能を習得。都内の庭園見学も実施。講師…庭園デザイン家/佐藤勇武氏ほか◇20名◇9,500円※親子で参加の場合、小学生以下無料。

②スマホ講座入門編(全3回)…5月13～27日 木曜日 午後1時30分～4時◇基本操作、設定、メール、電話帳、写真、地図など、基本操作から学ぶ※個別質問時間あり。講師…パソコンインストラクター/塩野悦子氏◇スマートフォン初心者◇10名◇5,500円◇スマートフォン持参。

☑いずれも電話かEメールで「当館☎3986-7186、EMmiraikan\_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

観劇サポート講座

～文化施設でのアクセシビリティを考え、実践する～

①聴覚障害者お迎え編…5月15日(土)、②視覚障害者お迎え編…5月16日(日) いずれも午前10時～午後4時 あうるすぽっと◇視覚・聴覚障害当事者からバリアが解消される対応につ

いてのレクチャーとワークショップ。講師…①廣川麻子氏、②美月めぐみ氏◇各回20名◇各回1,500円(レクチャーのみ受講は1,000円、各回40名)☑あうるすぽっとホームページHPhttps://www.owlspot.jp/から申込み受付中。

☎としま未来文化財団☎5924-6611

中央図書館古典文学講座  
「源氏物語と仏教」(全4回)

5月20日、6月17日、7月15日、9月16日 木曜日 午前9時30分～11時30分 東池袋第四区民集会所(5月20日のみあうるすぽっと)◇講師…大正大学名誉教授/大場 朗氏◇20名☑往復はがき(4面記入例参照。豊島区立図書館利用カード登録番号も記入)で4月23日(必着)までに中央図書館古典文学講座担当へ※応募者多数の場合は抽選。

☎当館☎3983-7861

エポック10 エンパワーメント講座  
子どもたちの夢の限界をなくす！  
スポーツ界における  
女性の現状と未来に向けて

5月29日(土) 午前10時～正午 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇スポーツ界における女性の現状を学ぶ。講師…WEリーグ初代チェア/岡島喜久子氏◇50名☑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☎5952-9501、FAX5391-1015、EMA0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

## スポーツ



区民歩こう会  
北豊島三十三札所霊場巡り(第1回)

5月2日(日) 午前9時50分 JR山手線大塚駅南口駅前広場集合◇大塚駅から西栗鴨駅まで(約7km)◇300円☑当日直接集合場所へ。

☎豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

## まちづくり



「豊島区都市づくりビジョン改定版」の策定について

豊島区は、平成27(2015)年に「豊島区都市づくりビジョン」を策定し、豊島区基本構想で掲げた都市像の実現に向けて都市づくりに取り組んできました。東京都の上位計画である「都市計画区域マスタープラン」が令和3(2021)年に変更されたことを踏まえ、部分改定を行い、「豊島区都市づくりビジョン改定版」を策定しました。詳細は区ホームページ参照。☎都市計画グループ☎4566-2632

## 募集



豊島区住宅対策審議会委員

住宅政策の適切な推進を図るため、住宅施策に関する事項を審議する区長の附属機関です。

◇対象…20歳以上の区民で、平日開催の審議会(年2回程度)に出席できる方。

◇任期…委嘱の日(6月7日)から2年

◇報酬…1回13,700円

◇人数…5名

◇選考…一次選考(書類審査)通過者に対し面接(5月26日予定)※結果は全員に通知☑所定の申込書(住宅課

## 保養施設などが利用できます

～豊島区の国民健康保険加入者・後期高齢者医療制度加入者と  
その家族のみなさんへ～

☎国民健康保険課管理グループ☎3981-1923

●日帰り温浴施設の割引利用券を配布しています

国民健康保険課、東・西区民事務所の窓口で配布しています。施設利用時に割引利用券に被保険者名などを記入のうえ、施設へ提出してください。利用料金などは割引利用券参照。

■日帰り温浴施設一覧 (子ども料金は区ホームページか割引利用券参照)

施設名	所在地	割引後の基本料金
東京染井温泉 sakura	駒込	平日のみ割引11,100円(中学生以上)※1
タイムズ スパ・レスタ	東池袋	一般利用2,550円(18歳未満利用不可) 休日、特定日、深夜割増料金あり
豊島園 庭の湯	練馬区向山	平日1,970円、土・日曜日、祝日2,270円※1 (中学生未満利用不可)
セ国 ※ン保 3タ 1泉 温	数馬の湯	檜原村 580円(中学生以上)
	もえぎの湯※2	奥多摩町 入館料金より300円割引(中学生以上)
	瀨音の湯※2	あきる野市 700円(中学生以上)
	つるつる温泉※2	日の出町 660円(中学生以上)

※1 特定日(年末年始・ゴールデンウィーク・お盆など)は割引利用できません。

※2 利用は時間制。時間超過分は別途料金がかかります。

※3 国保温泉センターの割引対象者は国民健康保険加入者です。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、臨時休館や営業時間を短縮する施設があります。最新の開館状況は各施設に直接確認してください。

●国保保養施設(指定旅館)をご利用ください

契約旅館などに割引料金で宿泊できます。保養やレクリエーションに利用してください。

■利用方法

①予約先電話番号に電話し「豊島区国保の指定旅館として利用すること」を伝え、宿泊料金を確認して予約する。

②「国保のしおり」に掲載されている「指定旅館利用券」(区ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入のうえ、利用当日に旅館に提出し、料金を支払う。

■指定旅館一覧

地名	旅館名	1名分料金平日(1泊2食)※4	予約先電話番号
山形県村山市	クアハウス暮点	9,500円	0237-56-3351
群馬県	藤岡市 八塩館	9,500円	0274-52-2651
	吾妻郡草津町 草津グリーンパークパレス	9,852円	0279-88-3960
	千葉県館山市 館山リゾートホテル	10,050円	0470-29-2100
神奈川県三浦市	マホロバ・マインズ三浦	12,800円	03-3507-3161
新潟県	南魚沼市 心と体の保養の宿 龍氣	8,370円	025-770-2525
	魚沼市 ホテル ゆのたに荘	8,950円	025-795-2206
長野県	上伊那郡箕輪町 ながた荘	12,350円	0265-79-2682
	諏訪市 湖泉荘	11,150円	0266-53-6611
静岡県伊東市	ホテル伊東ガーデン	10,450円	0557-36-3841

※4 サービス料・消費税・入湯税含む。平日おとな2名で利用時の1名分料金。

宿泊人数や休前日・連休・年末年始などの時期により料金は異なります。

予約の際には宿泊料金(子ども料金)など必ずご確認ください。

健康チャレンジ!  
マークのお知らせ



「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。