

講演・講習



生涯現役セミナー シニア期に向けた暮らしと働き方

7月4日(火) 午後1時～3時45分(午後0時30分開場) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇年金などの各種制度の基本的知識とライフプランを学び、シニア世代の「働き方」を考える◇55歳以上で働く意欲のある方◇40名
☎電話で(公社)長寿社会文化協会☎5422-1399へ。当協会ホームページ <https://www.wac.or.jp> から申込みも可※先着順。

みらい館大明 「スマホ講座(入門編)」(全3回)

7月6～20日 木曜日 午後1時30分～4時◇基本操作(設定、電話帳、写真、地図、インターネットなど)。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◇10名◇6,000円◇スマホ持参
☎6月3日から電話かEメールで「当館☎3986-7186、miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込みも可※先着順。

特別展「古代メキシコマヤ、アステカ、テオティワカン」の魅力 文化講演会

7月11日(火) 午後2時開演 としま区民センター◇講師…東京国立博物館考古室長/井出浩正氏。参加者に同展の招待券を進呈(1名1枚)◇300名☎往復はがきで6月5日午前10時～20日午後5時の間に「〒170-0013 東池袋4-5-2 ライズアリーナビル3F としま未来文化財団『美術へのいざない係』」へ。はがき1枚につき1名。2次元コードで申込みも可※応募



者多数の場合は抽選。
☎当財団区民活動支援課☎6912-7222

音訳ボランティア養成講習会

●説明会・選考…7月14日(金) 午前10時～午後1時 あうるすぽっと、
●講習会…①初級講習会(全12回)/9月1日～12月15日 金曜日(祝日、館内整理日を除く)、②中級講習会(全2回)/令和6年1月12日(金)・13日(土)、③中級講習会(全6回)/令和6年2月2日～3月15日 金曜日(祝日、館内整理日を除く) いずれも午前10時～正午 中央図書館◇視覚に障害のある方のための音訳(朗読)奉仕活動に参加できる方を養成する講習会。講師…ひかり文庫朗読会会員◇終了後は、音訳ボランティアとして「ひかり文庫朗読会」へ加入・活動◇パソコンの基本操作ができ、全回出席できる方(学生不可)◇8名程度
☎電話で6月30日までに資料・点字図書館グループ☎3983-7864へ(6月12・19～25日を除く午前10時～午後6時)。

としまコミュニティ大学

内容などの詳細は区ホームページ参照か問い合わせください。

●川村学園女子大学…ホテル旅館どう選ぶ?いまだき宿探しの極意/7月15日(土) 午後1～3時 当大学目白キャンパス3階T1教室(目白3-1-19)◇講師…当大学生活創造学部観光文化学科講師/山田祐子氏◇40名

●女子栄養大学…食で地域を元気にしよう!食を通じた地域振興論/7月27日(木) 午後2～4時 としま区民センター◇当大学栄養学部食文化栄養学科准教授/平口嘉典氏◇80名
いずれも◇1,000円☎6月5日午

前9時からファクスかEメール(下部記入例参照。ファクス番号も記入)で「生涯学習グループ☎3981-1577、EMA0014606@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。
☎当グループ☎4566-2762

スポーツ



第95回 夏季グラウンド・ゴルフ大会

6月24日(土)※予備日7月6日(木) 受付午後3時から 総合体育場◇区内在住、在勤の方◇800円◇動きやすい服装、運動靴(用具の貸出あり)
☎電話で6月10日までに豊島区グラウンド・ゴルフ協会 寺田☎080-3250-7510へ。

第18回ジュニアゴルフ教室

7月16日(日) ①午前10時30分～正午、②午後1時30分～3時 スポーツワークショップピーウォッシュ(長崎5-1-23)◇プロコーチ/佐々木 孝則氏◇区内在住、在学の小学生～高校生※②は経験者のみ◇各16名◇1,000円◇ゴルフクラブ、手袋、運動靴、動きやすい服装
☎電話で6月3～30日の間に豊島区ゴルフ協会事務局 松澤☎3957-6543(株)ピーウォッシュ内)へ※先着順。

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。

マイナンバーカード交付等業務 (会計年度任用職員)

入力業務、窓口業務(マイナンバーカードの交付、電子証明書の発行・更新など、電話対応)、居住実態調査関連業務など◇任期…8月1日～令和6年3月31日☎申込書(区ホームページからダウンロード)を6月9日午後5時までに総合窓口課住民記録グループへ持参。
☎当グループ☎3981-4782

休館



池袋スポーツセンター

6月12日(月)～15日(木)◇法定点検、定期点検のため。
☎当センター☎5974-7262

はがきなどの記入例

- ①事業またはイベント名 ※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。
 - ②〒住所
 - ③氏名(ふりがな)
 - ④年齢
 - ⑤電話番号
 - ⑥その他必要事項
- ☎に住所がない場合は「〒171-8422 豊島区役所各グループ」へ。

ヒアリングフレイルチェック

聴力の低下は、フレイルや認知症の一因となります。聴脳力チェックアプリを用いた聴力の簡易チェックを体験しませんか。
☎電話で①東池袋フレイル対策センター(※東池袋4丁目へ移転)☎5924-6212、②高田介護予防センター☎3590-8116へ。

日程	午前	午後	会場	予約先
6月2日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
6月8日(木)		○	区民ひろばさくら第一	②
6月9日(金)	○		区民ひろば椎名町	②
6月14日(水)	○		区民ひろば西巣鴨第一	①
6月14日(水)		○	高田介護予防センター	②
6月16日(金)	○		区民ひろば南大塚	①
7月7日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
7月10日(月)	○		区民ひろば目白	②
7月14日(金)	○		区民ひろば要	②
7月14日(金)			区民ひろば駒込	①
7月26日(水)	○		区民ひろば上池袋	①
7月28日(金)	○		区民ひろば高松	②
7月31日(月)		○	高田介護予防センター	②



人口と世帯 令和5年5月1日現在 ※()は前月比

	人口総数	うち外国人数	世帯数
	290,662 (+1,205)	30,160 (+953)	183,637 (+1,328)
男	145,714		
女	144,948		

みんなのうちに太陽光 「太陽光パネル・蓄電池」の 共同購入参加者募集



「みんなのうちに太陽光」は多くの人と一緒に安心して「太陽光パネル」や「蓄電池」を購入、設置できる共同購入キャンペーンです。さらに電気代の削減が期待でき、災害時の電気の確保にも役立ちます。詳細は2次元コード参照か「東京みんなのうちに太陽光事務局」☎0120-723-100(平日午前10時～午後6時)へ問い合わせください。
☎環境政策課事業グループ☎3981-2771



広告(内容は各広告主に問い合わせてください)

弁護士による
無料相談会

◆相続・離婚についての実績多数◆

6/21(水)13:00～17:00(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
アクセス 豊島区西池袋2-37-4/池袋駅南口 徒歩7分
*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。

6/14(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
アクセス 豊島区長崎1-9-2 金剛院/椎名町駅北口 徒歩30秒
*お問合せ・ご予約は、下記までお願いします。
【しいなまち みとら ☎03-6908-3988】

6/28(水)18:00～20:00(予約不要)
開催場所 喫茶店チャミー
アクセス 練馬区桜台1-29-20/新桜台駅1出口 徒歩1分
*ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい。

社山・五十嵐法律事務所
弁護士 社山 尚志 (東京弁護士会所属)
弁護士 五十嵐 里絵 (東京弁護士会所属)
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)

突然、親族に訴えられた!?
相続問題
紛争解決

NHKあさいち出演
弁護士歴24年

この広告をご覧になった方は
法律相談が無料(通常60分1万円)
LINEビデオ通話もOK!
第一東京弁護士会25846
弁護士小堀 球美子
〒170-0005
豊島区南大塚3-3-1 新大塚ビル3階

平日9:00～18:00
☎03-5956-2366

相続専門税理士による
「相続」
無料相談会
in 豊島区

6月11日・12日
9:15～19:00
※最終受付18:00

IKEBIZ 第1会議室
東京都豊島区西池袋2-37-4

●池袋駅西口より徒歩約10分、南口より約7分
●予約での対応となりますので、必ず事前にお電話ください。
相続専門税理士として
相続500件以上の解決実績!!

税理士法人 ASAC総合事務所
住所: 豊島区池袋2-20-6 東京白洋エクスレンシティ2階
電話: 03-6909-2271 メール: info@asac.co.jp
URL: http://www.asac.co.jp/

ご予約・相談フリーダイヤル
☎0120-60-60-85
[電話受付時間 平日9:30～19:00 土日9:30～18:00]