

健康

気管支ぜん息などの方向け医療費助成「大気汚染医療費助成制度」

都内に1年(3歳未満は6か月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息などに罹患しているなど要件を満たす方に、認定疾病に係る医療費を助成しています。

📄申請書(地域保健課公害保健グループ・池袋保健所出張窓口・長崎健康相談所で配布)を各窓口へ持参(平日のみ)。

🏠公害保健グループ☎3987-4220

風しん抗体検査・風しん第5期予防接種のクーポン券を7月末に発送しました

◇**期限**…令和7年3月31日まで
◇**対象**…昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性
◇**自己負担額**…無料
◇**実施方法**…クーポン券を実施医療機関に持参(医療機関により要予約)。医療機関はクーポン券記載の2次元コードか厚生労働省ホームページ参照。

📄予防対策グループ☎4566-4115

運動実践プログラム「水中運動教室」

8月23日(水) 午前11時10分～午後0時10分 雑司が谷体育館◇ゆつくりとした水中歩行や道具を用いた運動◇区内在住で20歳以上の方◇15名

📅8月3日から電話かファクスで「保健事業グループ☎3987-4660、☎3987-4110」へ※先着順。

講演会「おなか元気教室」

8月25日(金) 午後2～3時 池袋保健所◇「健腸長寿」の考えをもとに行う、おなかの話と体操◇区内在住、

在勤、在学で20歳以上の方◇40名

📅8月3日から電話かファクスで「保健事業グループ☎3987-4660、☎3987-4110」へ※先着順。

第2期 シニアウォーキング教室

9月4・11・25日、10月2日 月曜日 午後2時～3時30分 ルネサンス早稲田(高田1-19-24)◇正しい姿勢と体に優しいウォーキング方法を実践◇区内在住で65歳以上の方◇20名◇900円

📅8月3日から電話かファクスで「当相談所保健指導グループ☎3957-1191、☎3958-2188」へ※先着順。

未来につながる！メタボリックシンドローム予防教室

9月5日(火) 午後1時30分～4時 長崎健康相談所◇体成分測定(体重・筋肉量・体脂肪量・基礎代謝量)、メタボリックシンドロームの予防や食生活の話、メニュー紹介、運動実技。講師…ヘルスケアトレーナー/渡辺妙子氏◇区内在住で医師による運動制限のない方(65歳未満の方優先)◇10名

📅8月3日から電話かファクスで「当相談所保健指導グループ☎3957-1191、☎3958-2188」へ※先着順。

椎名町・目白みんなの写真展

椎名町・目白周辺の写真を募集。応募作品は当館で展示予定。詳細は区立図書館ホームページ参照が問い合わせください。

◇**募集期間**…12月28日(木)必着
◇**展示期間**…令和6年1月27日(土)～2月22日(休) 目白図書館📄写真を当館へ郵送か持参。2次元コードで申込み可。

🏠当館☎3950-7121

が谷地域文化創造館(オンライン受講可)◇子育て世代の社会復帰を支援する「合同会社マム・スマイル」と、地域の美化活動などに取り組む「NPO法人ゼファー池袋まちづくり」の2団体が、地域活性化への取り組み事例を紹介◇30名📄2次元コードで申込み※先着順。

🏠協働推進グループ☎4566-2314

東京としまの宝物セミナー(全4回)～“にっぽんの宝物”スキームを活用した事業者応援プロジェクト～

9月5日(火)、10月2日(月)、11月9日(休)・27日(月) 午後3～6時※11月9日のみ正午～午後3時 区内各所◇国内外で指導経験豊富な講師による異業種人材が集まる合同セミナー。参加者同士のコラボレーションによる新商品・サービスの開発、既存商品のブラッシュアップを支援◇事業を営んでいる方、起業予定の方など◇60社程度📄2次元コードで申込み※区内事業者優先で先着順。詳細はホームページ参照。

🏠当事務局 ☎070-3939-3049、📧toshima.takaramono@gmail.com

令和5年度 学校参観週間一覧

幼稚園			
幼稚園名	実施期間	公開時間	
西巢鴨 ☎3915-8131	9月20日(水)・21日(木)	午前9時20分～11時20分	
池袋 ☎3986-8233	9月26日(火)・27日(水)	📄午前9時20分～11時、📄午前9時20分～10時20分	
南長崎 ☎3950-2861	9月14日(木)・15日(金)	午前9時20分～11時	

小学校				
学校名	実施期間	公開時間	備考(時間は各学校にご確認ください。)	道徳授業地区公開講座
仰高小 ☎3918-2325	9月6日(水)～9日(土)	📄午前9時15分～11時5分、(木)・(金)午前9時25分～11時15分、(土)午前8時35分～10時10分	土曜公開／9月9日、10月14日、12月2日、展覧会／11月11日(土)	9月9日(土)
駒込小 ☎3918-5691	9月19日(水)～22日(金)	午前9時35分～11時25分	土曜公開／9月2日、12月16日、1月20日、運動会／10月14日(土)、展覧会／11月25日(土)	1月20日(土)
巢鴨小 ☎3946-9551	9月5日(火)～8日(金)	午前9時25分～11時15分 ※(水)午前9時35分～11時25分	土曜公開／9月9日、11月11日、学芸会／12月2日(土)	9月9日(土)
清和小 ☎3918-2605	9月8日(金)～12日(火)	午前8時45分～午後0時15分 ※(土)午前8時35分～正午	土曜公開／9月9日、12月2日	9月9日(土)
西巢鴨小 ☎3918-6345	9月9日(土)～15日(金) ※9月10日(土)除く	午前9時35分～11時25分 ※(水)午前9時20分～10時55分	土曜公開／9月9日、11月11日	1月20日(土)
豊成小 ☎3918-2315	9月26日(水)～30日(土)	午前9時30分～11時30分 ※(土)午前8時30分～11時30分	土曜公開／9月30日、10月14日、音楽会／11月11日(土)	9月30日(土)
朋有小 ☎3987-6275	9月9日(土)～13日(水) ※9月10日(土)除く	午前9時25分～11時15分 ※(土)午前8時20分～10時5分	土曜公開／9月9日、10月14日、20周年記念集会／11月11日(土)	9月9日(土)
朝日小 ☎3918-2339	9月9日(土)～14日(木) ※9月10日(土)除く	午前9時35分～11時25分	土曜公開・講演会／9月9日、土曜公開・租税教室・学校保健委員会／10月14日、SDGsチャレンジデー／11月11日(土)	9月9日(土)
池袋第一小 ☎3916-3435	9月7日(木)～12日(火) ※9月9日(土)、9月10日(土)除く	午前9時35分～午後0時15分	土曜公開／10月14日、11月11日	10月14日(土)
池袋本町小 ☎3986-7166	9月11日(月)～15日(金)	午前9時35分～午後0時15分	土曜公開／9月16日、11月11日	1月27日(土)
池袋第三小 ☎3984-8501	9月6日(水)～9日(土)	午前8時40分～午後2時10分 ※(水)午前8時35分～午後2時40分 ※(土)午前8時40分～11時15分	土曜公開／9月9日、10月14日、11月11日、12月2日	9月9日(土)
池袋小 ☎3986-2858	9月9日(土)～12日(火) ※9月10日(土)除く	午前8時35分～午後0時5分 ※(土)午前8時35分～11時15分	土曜公開／9月9日、11月18日、12月2日	9月9日(土)
南池袋小 ☎3987-6278	9月5日(水)～9日(土)	午前9時20分～午後0時5分 ※(水)午前9時40分～午後0時25分 ※(土)午前8時30分～11時15分	土曜公開／9月9日、11月11日、12月9日	9月9日(土)
高南小 ☎3987-6266	9月11日(月)～14日(木)	午前10時40分～午後2時10分、(火)・(木)午前10時30分～午後2時、(水)午前10時30分～午後1時50分	土曜公開／9月2日、9月30日、11月11日、運動会／10月21日(土)、学習発表会／12月1日(金)・2日(土)	9月2日(土)
目白小 ☎3987-4801	9月11日(月)～15日(金)	午前8時45分～午後0時15分	土曜公開／9月9日、11月11日	9月9日(土)
長崎小 ☎3956-8146	9月13日(水)～16日(土)	午前9時35分～午後0時15分 ※(土)午前9時20分～10時55分	土曜公開／9月16日、10月21日、11月18日	11月18日(土)
要小 ☎3956-8151	9月16日(土)～22日(金) ※9月17日(土)除く	午前8時40分～11時20分 ※(土)午前8時40分～10時15分	土曜公開／9月16日、11月11日、学習発表会／10月21日(土)	9月16日(土)
椎名町小 ☎3953-6461	9月22日(金)～27日(水) ※9月24日(土)除く	午前9時35分～午後0時15分	土曜公開／9月23日、10月21日、11月11日	1月20日(土)
富士見台小 ☎3953-6472	9月19日(水)～22日(金)	午前9時35分～午後0時15分	土曜公開／10月28日、運動会／10月7日(土)、展覧会／11月25日(土)	1月20日(土)
千早小 ☎3956-8154	9月9日(土)～13日(水) ※9月10日(土)除く	午前8時45分～11時15分	土曜公開／9月9日、展覧会／12月2日(土)	1学期に実施済
高松小 ☎3956-8157	9月11日(月)～16日(土)	午前8時45分～午後0時15分 ※(土)午前8時45分～10時20分	セーフティ教室／9月16日(土)、運動会／10月14日(土)、音楽会／12月2日(土)	1月27日(土)
さくら小 ☎3956-8164	9月27日(水)～10月3日(火) ※10月1日(土)除く	午前8時50分～11時30分 ※(水)午前8時40分～11時20分	土曜公開／9月30日、11月11日、運動会／10月14日(土)、音楽会／12月2日(土)	11月11日(土)

— 小学校入学相談会 —

◇**窓口相談(予約不要)**…9月7日(木)・8日(金) 午前10時～午後7時、9月9日(土) 午前10時～午後4時 区役所本庁舎7階窓口

◇**内容**…①入学の手続き・就学相談について、②放課後事業・学童クラブについて

📄当日直接会場へ。電話相談は随時受付。詳細は区ホームページ参照が問い合わせください。

🏠①学事グループ☎3981-1174、②児童支援グループ☎3981-1058

フレイル対策機器を活用した講座

📄zaRitz 下肢の筋力測定講座…9月13日(水) 午後1時30分～3時 区民ひろば朝日、9月27日(水) 午後1時30分～3時 区民ひろば池袋、10月10日(火) 午前10時30分～正午 東池袋フレイル対策センター、10月26日(木) 午前10時～11時30分 区民ひろば長崎、歩行姿勢測定講座…9月21日(水) 午前10時～11時30分 区民ひろば西巢鴨第一◇各8～16名◇動きやすい服装で参加。

📄電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

9、10月開催のフレイルチェックを受けましょう

しっかりチェック(所要時間約2時間)
高田介護予防センター…9月29日、10月20日 金曜日、**東池袋フレイル対策センター**…9月22日(金)、10月12日(水)、10月27日(金)、いずれも午後1時から、**区民ひろば**…朝日／10月11日(水) 午後1時から、椎名町／10月26日(水) 午後1時から、要／10月30日(月) 午前10時から。

かんたんチェック(所要時間約1時間)
高田介護予防センター…10月31日(火) 午後1時30分から、**東池袋フレイル対策センター**…9月25日(月) 午前10時30分から、**区民ひろばさくら第一**…9月29日(金) 午後1時30分から◇区内在住の65歳以上で要介護・要支援認定を受けていない方◇動きやすい服装で参加。

📄電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ。区民ひろばさくら第一は当ひろば☎3950-8676へ※先着順。

第20回子どもフェスタ「子どものまちでアートカルチャー体験」

8月20日(日) 午前10時～午後2時(午後1時30分受付終了) 池袋第三小学校体育館◇マンガ、ダンス、音楽、お茶・お作法、剣道、消防訓練、イメージ遊びの体験や発表◇150名

📄当日直接会場へ。

🏠青少年養成リーダー連絡会 横尾 ☎090-4174-6933、📧mitsue1222@yahoo.co.jp

日本女子大学・豊島区・豊島区 居住支援協議会 シンポジウム

8月26日(土) 午後2時～4時20分 日本女子大学新泉山館(文京区目白台1-19-10)、オンライン◇テーマ…子どもの支援、高齢者の暮らしから見てきた住まいの問題、わがまちの空き家の問題。どれも暮らしやすい豊島区の実現を考える◇会場100名📄2次元コードで8月23日までに申込み※先着順。会場参加の方のみ電話で受付可。

🏠当事務局 ☎080-4805-2167(平日午前10時～午後6時)

募集

としま健康長寿2023参加者

健康長寿のお手本となる方を表彰します。

◇**対象**…12月末時点で80歳以上でご自身の歯が20本以上ある方。

◇**申込方法**…豊島区歯科医師会会員の歯科医院で無料検診を受診後申込み。

◇**受診期限**…8月31日

◇**表彰式**…11月11日(土) 午後2～4時 としま区民センター

🏠当区歯科医師会 ☎3946-7696、地域保健課管理グループ☎3987-4203

池袋本町プレーパーク「ウォーターライダー」

8月5日(土)※荒天時は8月19日(土)に順延予定 午前10時～午後2時 池袋本町公園◇1日限りのウォーターライダー◇動きやすく汚れてもいい服装、靴で参加📄当日直接会場へ。

🏠NPO法人豊島子どもWAKUWA KUネットワーク ☎050-5526-1229

「第35回池袋演劇祭」前夜祭 CM大会(オンライン)

8月14日～10月2日まで◇当祭の参加団体が2分で公演をPRするCM大会。今年も当YouTubeチャンネルで開催。

🏠当祭実行委員会事務局 ☎070-7404-7855(平日午前10時～午後5時)

第20回子どもフェスタ「子どものまちでアートカルチャー体験」

8月20日(日) 午前10時～午後2時(午後1時30分受付終了) 池袋第三小学校体育館◇マンガ、ダンス、音楽、お茶・お作法、剣道、消防訓練、イメージ遊びの体験や発表◇150名

📄当日直接会場へ。

🏠青少年養成リーダー連絡会 横尾 ☎090-4174-6933、📧mitsue1222@yahoo.co.jp

「STOP! 若者の消費者トラブルCMシナリオ・動画コンテスト」ワークショップ

①9月3日(日) 午前10時30分～午後0時30分、②9月17日(日) 午後1～4時 みらい館大明◇①若者の消費者トラブルの実態と防止方法を学びシナリオ案を作る、②コンテストの要綱に沿った映像制作◇中学生～29歳以下◇①15名程度、②8名程度

📄8月3日から電話かEメールで「当館☎080-4796-3693、📧taimei.bookcafe@gmail.com」へ。直接窓口申込み可※先着順。

講演・講習

「子育て世代の活躍とボランティア活動が地域を変える!」セミナー

8月19日(土) 午後2～5時 雑司

ゲートキーパー講座 悩みを聴くって、どうしたらいいの?

①8月28日(月)、②8月30日(水) 午後1時30分～3時30分 ①区民ひろば千早、②区民ひろば西巢鴨第一◇小講義と実践練習(2回とも同内容)。講師…立教大学教授/逸見敏郎氏、東京いのちの電話スタッフ◇区内在住、在勤、在学の方◇各回30名

📄8月3日から電話かEメールで「当館☎3986-7186、📧miarikan_taimei@yahoo.co.jp」へ。直接窓口申込み可※先着順。

「STOP! 若者の消費者トラブルCMシナリオ・動画コンテスト」ワークショップ

①9月3日(日) 午前10時30分～午後0時30分、②9月17日(日) 午後1～4時 みらい館大明◇①若者の消費者トラブルの実態と防止方法を学びシナリオ案を作る、②コンテストの要綱に沿った映像制作◇中学生～29歳以下◇①15名程度、②8名程度

📄8月3日から電話かEメールで「当館☎080-4796-3693、📧taimei.bookcafe@gmail.com」へ。直接窓口申込み可※先着順。

発達障害講演会 「幼児期から学童期の発達の気になる子～体の使い方から考える」

9月5日(火) 午前10時～11時45分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇講師…神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部リハビリテーション学科教授/笹田 哲氏◇区内在住、在勤、在学の方◇50名

発達障害講演会 「幼児期から学童期の発達の気になる子～体の使い方から考える」

9月5日(火) 午前10時～11時45分 としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇講師…神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部リハビリテーション学科教授/笹田 哲氏◇区内在住、在勤、在学の方◇50名