

募集



さわやかな街づくり推進団体等表彰の推薦

区では、次のすべてに該当する団体および個人を表彰します。①駅前広場、公園、商店街・町会(自治会)などの公共の場所で環境美化活動を実施、②月2回以上かつ1年以上継続、③前回の表彰から3年経過。表彰式は12月開催予定。
📠所定の推薦書(環境美化グループで配付)を10月25日(必着)までに当グループへ郵送か持参。
📠当グループ☎3981-2690

ファミリー・サポート・センター 援助会員

◇**活動内容**…保育施設までの送迎、学童放課後の預かり、保護者の用事や外出時の預かりなど(有償の援助活動)◇**対象**…区内在住の20～70歳(登録時)の心身ともに健康な方で、養成講座全日程を受講後、援助会員として活動ができる方(有資格者には一部講座の免除あり)◇**報酬**…1時間800円。時間帯などにより900円(1時間あたり200円の報酬上乗せ補助制度あり)◇**募集人数**…30名◇**養成講座(全11回)**…11月7日(火)・8日(水)・13日(月)・15日(水)・17日(金)・20日(月)※時間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。
📠電話で10月31日までに当事務局☎3981-2146へ※先着順。

くらし等



空き家・相続・不動産無料相談会

10月26日(水) 午後1～5時 としま区民センター◇弁護士、不動産鑑定士、司法書士、税理士などによる相続、不動産全般の個別相談◇区内在住、区内に土地建物を所有の方◇10組程度
📠10月3日から電話でNPO法人日本地主家主協会☎3320-6281へ※先着順。

健康



在宅医療相談窓口をご利用ください

医療と介護の知識を持つ医療ソーシャルワーカーが区民や家族、医療介護事業者から相談を受け付けます◇**日時**…平日午前9時～午後5時(年末年始を除く)◇**場所**…豊島区医師会館2階(西池袋3-22-16)
📠当窓口☎5956-8586

吸入薬、正しく使っていますか

10月27日(金) 午後2時～3時30分 池袋保健所◇ぜん息やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)の治療で使われる吸入薬の使い方を学ぶ。講師…理学療法士／大松峻也氏◇気管支ぜん息やCOPDで治療中の方◇40名◇筆記

用具、吸入薬(使用中の方)
📠10月3日から電話かファクスで「公害保健グループ☎3987-4220、📠3987-4110」へ※先着順。

第3回インボディ測定会



11月2日(水) 午後3時から、午後4時から、午後5時から、午後6時から 池袋保健所◇体内の筋肉量や脂肪量を部位別に測定。希望者は肺年齢も測定◇区内在住、在勤、在学中で20歳以上の方◇各回40名
📠10月3日から電話で保健事業グループ☎3987-4660へ※先着順。

フレイルチェックを受けましょう しっかりチェック(約2時間)

高田介護予防センター…11月8日(水)・12月7日(水)、東池袋フレイル対策センター…11月9日(木)・24日(金)・12月14日(水)・22日(金)、区民ひろば…南大塚／11月10日(金)、さくら第一／11月29日(水)、千早／12月8日(金)
いずれも午後1時から※南大塚のみ午前10時から◇65歳以上で要介護として活動を受けていない区内在住の方◇運動しやすい服装で参加
📠10月3日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

イベント



池袋本町商人まつり

10月8日(日)・9日(祝) 午前10時～午後4時 池袋本町公園◇オープニングセレモニー、スタンパラリー、区内各商店および交流都市による飲食・物品販売、観光物産展📠当日直接会場へ。
📠豊島区商店街連合会☎3981-5445

出前寄席「悪質商法にご用心！」

10月17日(火) 午前10時30分～11時10分 区民ひろば目白◇あなたの財産を狙う消費者トラブルの窓口と対策を真打落語家が楽しく伝える◇50名📠10月3日から電話で当ひろば☎5956-5871へ※先着順。
📠消費生活グループ☎4566-2416

としま案内人駒込・巣鴨「染井霊園と周辺の名古巡り」

10月21日(土) 午前10時～正午 JR巣鴨駅北口午前9時50分集合、とげぬき地蔵高岩寺解散◇地元ボランティアガイドが案内◇20名◇300円📠往復はがき(4面記入例参照。参加者全員の氏名、年齢、電話番号も記入)で10月13日(必着)までに「〒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・巣鴨ツアー係」へ。2次元コードで申込みも可※先着順。
📠当団体 ハギワラ☎080-5423-7069

豊島みどりの会 観覧会

10月23日(月)※雨天時10月25日(水)

午前9時 池袋駅南口地下ルミネ前エスカレーター横集合、正午現地解散◇大島小松川公園の風の広場の樹木・荒川河畔の野草を観察◇20名◇200円(会員は無料)交通費別途◇飲み物・帽子。
📠10月3日から電話かファクスで「当会☎3982-5569、📠3982-5569」へ※先着順。

みらい館大目

大体験会…10月29日(日) ①午前10時30分～11時30分、②午後2時～3時30分、③④午後1～2時／午後2時30分～3時30分◇①グリーンワークショップ(小さなテラリウムづくり)、②ミニマジックショー&マジック体験、③ジャグリング、④モルック◇①20名、②15名、③各回15名、④各回20名、スマホ講座(入門編)(全3回)…11月2～16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)。個別指導時間あり。講師…パソコンインストラクター／塩野悦子氏◇文字入力できる方◇10名◇6,000円◇スマートフォン持参。
📠10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。

障害者アート展

10月30日(月)まで Echika 池袋ギャラリー(東京メトロ副都心線池袋駅構内)◇第16回ときめき想造展受賞作品10点を展示📠当日直接会場へ。
📠管理・政策推進グループ☎3981-1766、📠3981-4303

「生誕100年 佐川美代太郎展」イベント 親子ではんこペタペタ

11月3日(祝) 午後2時から、午後3時から(各回50分程度) としま産業振興プラザ(IKE・Biz)◇「佐川美代太郎展」の作品を見て、消しゴムはんこを押してソーマトロップを作る◇小学生以上(保護者同伴)◇各回10名📠区ホームページから10月3～24日の間に申込み※応募者多数の場合は抽選。
📠芸術文化推進グループ☎3980-3177

芋ほり体験と小江戸・川越の町散策

11月4日(土) 午前8時から 川越駅～時の鐘～蔵造りの町～本川越駅～荒幡農園(昼食・とん汁・芋ほり)～川越駅～池袋駅◇区内在住、在勤の方とその家族(小学3年生以下は保護者同伴)◇100名◇芋ほり入園料など1,200円、往復交通費1,400円程度◇汚れてもいい服装、弁当、水筒、リュック、軍手、シャベルなど📠往復はがきで10月15日までに「〒170-0011 池袋本町3-17-5 豊島区レクリエーション協会 今成良信」へ※先着順。
📠当協会 今成☎090-3229-1079

オートムコンサート「チェロの音色に親しむ」

11月5日(日) 午前11時～午後0時30分(午前10時30分開場予定) 雑司が谷日宣教師館◇20名📠往復はがきで10月18日(必着)までに「〒171-0032 雑司が谷1-25-5 雑司が谷日宣教師館」へ※応募者多数の場合は抽選。1名1通。
📠当館☎3985-4081

目白庭園

①庭園の紅葉ライトアップ プレオープン カメラマンスペシャルデー…11月17日(金) 午後6～8時◇三脚を立てての写真撮影が可能◇中学生以上◇50名◇800円、②ピアノとギター應しのひととき…11月18日(土) 午後6～7時◇Crescentの2人によるピアノとギターの生演奏と美しい庭園ライトアップのコラボレーション◇40名◇2,100円、③庭園の紅葉ライトアップ…11月18日(土)～26日(日) 午後5時30分～9時(最終入園午後8時30分。入場制限あり)◇300円

いずれも◇中学生以下は保護者同伴
📠①②は10月3日から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、📠5996-4886、📠info@mejiro-garden.com」へ。直接窓口申込みも可※先着順。③は当日直接会場へ。
📠当園管理事務所☎5996-4810

としま案内人「大塚物語る」ガイドツアー「菊の眞性寺と大塚文学散歩」

11月18日(土) 午前10時～正午 JR山手線大塚駅改札前午前9時50分集合、眞性寺解散◇遠藤周作、野口雨情ほか大塚に住んでいた文学関係者ゆかりの地を訪ね、松尾芭蕉句碑のある眞性寺までをめぐる◇20名◇300円📠往復はがき(4面記入例参照。参加者全員分を記入)で11月8日(必着)までに「〒170-0005 南大塚2-36-1 南大塚地域文化創造館」へ。2次元コードで申込みも可※応募者多数の場合は抽選。
📠当団体 加藤☎070-5075-1382

箕輪町・環境交流ツアー

11月18日(土)・19日(日)(1泊2日) 長野県箕輪町◇自然体験を含む環境交流体験ツアー。「としまの森」での林業体験や木工体験、精米体験、りんご狩りなど◇区内在住、在勤、在学中で2名以上で参加可能な方(小学生以上・同伴者は区外でも可)◇13組36名程度◇1名13,000円
📠2次元コード参照で10月12日午後5時までに申込み※応募多数の場合は抽選。
📠西武トラベル(株)☎050-3354-9060

デジタル分野の魅力発見「オフィスツアー」

11月23日(祝) 午後1～3時 日本マイクロソフト(株)(港区港南2-16-3)◇デジタル分野への女性参画を促進するオフィスツアー◇都内在住、在学的女子中学生・高校生◇40名📠2次元コードで10月27日午後5時までに申込み※先着順。
📠男女平等推進センター☎5952-9501

IKEBUS アトカルツアー

原則土・日曜日(年末年始を除く) ①東コース…午前10時～午後1時、②西コース…午後2～5時 区役所本庁舎1階ロビー集合◇魅力的な区内観光スポットや文化施設をIKEBUSで回遊◇1ツアー最大14名◇①1,000円、②2,000円📠2次元コードで申込み※先着順。
📠観光企画グループ☎3981-4623

講演・講習



出前講座 仕事や家庭に役立つ「整理収納」講座

10月18日(水) 午前10時～11時30分 区民ひろば高南第一◇実践的な整理収納術を学ぶ◇25名📠電話で当ひろば☎3988-8601へ(区外の方は10月4日午後1時から申込み開始)※先着順。
📠消費生活グループ☎4566-2416

豊島区終活あんしんセンター講演会

ご存知ですか、最近のお墓事情！

10月18日(水) 午前10時～11時30分 としま区民センター◇講師…須藤石材(株)／岡本祐二氏◇最近のお墓事情など◇区内在住の方◇70名
📠10月4日午前9時から電話かファクスかEメールで「当センター☎6863-7830、📠3981-2946、📠sien.situ@a.toshima.ne.jp」へ※先着順。

第2回ビジサポセミナー(オンライン)～スマホでOK！写真を使った集客&売上UP支援講座～

10月19日(木) 午後2時～3時10分◇明日から使えるSNSのビジネス活用術について、事例や活用時のポイントを踏まえて学ぶ。講師…フォト・パートナーズ(株)代表取締役／石田紀彦氏◇事業を営んでいる方、起業を考えている方
📠2次元コードで申込み※先着順。
📠㈱日本政策金融公庫☎3983-2132

第2回相談のできる保護者セミナー～我が子との向き合い方～

10月21日(土) 午前10時～正午 区役所本庁舎内会議室◇経験豊富な相

談員が子どもとの向き合い方やコミュニケーションについて話す。個別相談時間あり◇10名📠10月16日までに要予約。
📠電話かEメールで10月20日までに「アシスとしま☎4566-2476、📠A0017309901@city.toshima.tokyo.jp」へ※当日参加も可。

はじめてのSNSにチャレンジ！スマホ活用講座(全5回)

11月8日～12月6日 水曜日 午前9時30分～11時30分、西池袋第二区民集会室◇Instagram、Facebookなど◇区内在住の65歳以上の方で自分のメールアドレスがわかり、アプリのインストールができる方◇15名
📠10月5日から電話で介護予防・認知症対策グループ☎4566-2434へ※先着順。

セカンドライフ応援講座・相談会

11月9日(水) 午後1時30分から(講演会は午後2時から) 区役所本庁舎1階としまセンタークエア◇地域で活躍している方による講演会、地域活動を応援する団体などとの相談会。一部・途中参加も可◇地域で自身の知識やキャリアを活かしたい方◇50名📠当日直接会場へ。
📠生活支援体制整備グループ☎4566-2435

傾聴ボランティア養成講座(全5回)

11月10日～12月8日 金曜日 午後1時30分～3時30分◇特別養護老人ホーム菊かおる園(西巢鴨2-30-19)◇傾聴スキルなどを学ぶ◇区内在住、在勤、在学中で、講座修了後地域活動(高齢者施設や地域の高齢者宅での傾聴ボランティアなど)をすすめる意欲があり、全回出席できる方◇12名◇3,000円

📠往復はがき(4面記入例参照。応募理由も記入)で10月18日(必着)までに「〒170-0001 西巢鴨2-30-20 豊島区社会福祉事業団」へ※応募者多数の場合は抽選。
📠当事業団☎5980-0294

認知症の介護について！～困ったこと・あれこれ・解消講座～

11月15日(水) 午後1時～2時30分 特別養護老人ホーム東池袋桑の実園(東池袋5-39-18)◇コロナ禍での認知症をめぐる医療と介護の実態の振り返りや、現状の介護の困りごとの解消方法について、認知症疾患医療センター・豊島区認知症介護者の会が講義◇区内で認知症の方を介護している家族や介護者◇30名
📠10月3日から電話で認知症疾患医療センター・豊島長崎クリニック☎6905-8015へ※先着順。

男性向け講座「迷えるぼくらの悩みをよみとく」(オンライン)

11月17日(金) 午後7時～8時45分◇男性として感じる息苦しさや生きづらさの背景、構造について考える。

講師…西井 開氏◇男性の方◇26名
📠10月3日からEメールで男女平等推進センター📠A0029117@city.toshima.lg.jpへ※先着順。
📠当センター☎5952-9501

スポーツ



豊島区民ウォーキング大会「駒込駅からとしまスポーツまつり2023会場まで」

10月9日(祝) 午前9時50分集合 JR山手線駒込駅南口駅前広場◇駒込駅～大國神社～六義園～染井稻荷神社～染井霊園～本妙寺～とげぬき地蔵尊高岩寺～天祖神社～大塚台公園～総合体育場まで(約5km)◇300円(別途入場料)
📠当日集合場所です受付。
📠豊島歩こう会 吉越☎3986-8620

ストレス発散！ママエクササイズ

10月13日～11月3日、12月1・8日 金曜日 午前10時30分～11時30分 豊島体育館◇ストレッチ、骨盤底筋体操などを取り入れたエクササイズ。11月3日は終了ランチ交流会を開催◇10か月以上の子どもとその母親◇各15組◇1回500円◇室内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装📠10月13日(特非)地域総合型椎の美スポーツクラブ📠3972-1876へ。2次元コードで申込みも可※区内在住、在勤の方優先で先着順。
📠当クラブ 有里☎080-2597-4650

職員採用



資格など詳細は区ホームページが各課窓口で募集要項などを確認してください。

特別区立幼稚園臨時的任用教員採用候補者(大田区・足立区を除く)

要件や申込み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。
📠特別区人事・厚生事務組合採用選考担当☎5210-9751

技能Ⅱ(作業Ⅰ)・技能Ⅶ(作業Ⅲ)

◇**対象**…平成元年4月2日以降に生まれた方で、現に豊島区の常勤職員でない方(育休代替任期付職員、会計年度任用職員の方は受験可)。

📠申込書(人事課で配付。区ホームページからダウンロードも可)を10月26日(消印有効)までに当課人事グループへ。10月2日からオンライン申込みも可※10月24～26日は直接窓口へ持参も可。
📠当グループ☎3981-1247

官公署だより

●(一社)東京バス協会「東京都シルバーバスのお知らせ(新規購入者用)」

都内民営バス・都営交通(日暮里・舎人ライナーを含む)などが利用できる「東京都シルバーバス」が購入できます◇**対象**…都内に住民登録している満70歳以上の方(寝たきりの方を除く)◇**有効期限**…令和6年9月30日📠満70歳になる月の初日以降にバス営業所や都営地下鉄定期券発売所などの発行窓口で申込み。また、すでにバスをお持ちで更新手続きがお済みでない方は、必要書類を用意し最寄りの発行窓口で手続きしてください。
📠当協会シルバーバス専用☎5308-6950(平日午前9時～午後5時)

人口総数	うち外国人数	世帯数	
	291,058 (-199)		31,028 (-52)
	男 145,909 女 145,149		184,057 (-266)

令和5年9月1日現在 ※()は前月比

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☎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
10月4日(水)	○		区民ひろば仰高	①
10月6日(金)	○		東池袋フレイル対策センター	①
10月13日(火)	○		区民ひろば南池袋	②
10月17日(火)		○	区民ひろば池袋	②
10月24日(火)		○	区民ひろば池袋本町	①
10月31日(火)	○		高田介護予防センター	②
11月8日(水)	○		区民ひろば西巢鴨第一	①
11月9日(木)		○	区民ひろばさくら第一	②
11月10日(金)		○	東池袋フレイル対策センター	①
11月20日(月)		○	区民ひろば朋有	①
11月22日(水)	○		高田介護予防センター	②