

第35回



豊島区民協キャラクター「ふくしい」 豊島区民協キャラクター「ふくみん」



入場  
無料

# ふくし健康まつい

ふくし健康まついとは？

健康や社会福祉、ボランティア活動の啓発と、世代や障害の有無を超えた区民参加と交流を目的として開催するイベントです。

雨天決行！

日時 **12月3日(日)10:00～15:00**

としま区民センター(東池袋1-20-10)

会場 **中池袋公園(東池袋1-16-1)**

**パークプラザ前イベントスペース(東池袋1-19-1)**



豊島区PRキャラクター「としま なままる」

## ふくしコーナー

- 事業紹介等の展示
- 製品販売・模擬店・バザー
- ♣ ハンディキャブ乗車体験・車いす体験
- ♣ あそびの広場(体験・相談・活動紹介など)
- ♣ 補助犬を知ろう
- ♣ ペギーボール体験
- すずらんスマイルプロジェクトともコラボ



## 健康・保健コーナー

- ♥ 健康展
  - 測定体験・測定結果相談
  - 「くすり」なんでも相談
- ◆ 聴力測定・相談
- ◆ 口腔衛生コーナー
- ★ 講演会「薬剤師の取扱説明書～薬剤師との正しいお付き合いの仕方をご説明いたします！～」



## ステージイベント

- |        |                                    |
|--------|------------------------------------|
| 10時    | 開会セレモニー                            |
| 10時30分 | 飛鳥未来高校/ダンスパフォーマンス                  |
| 11時    | 混声合唱団みみずく/合唱                       |
| 11時30分 | 飛鳥未来高校/軽音楽同好会                      |
| 12時10分 | 三刀屋美鈴 with だれでもコーラス～結～/三線演奏と手話コーラス |
| 12時50分 | 葵音人/弾き語り                           |
| 13時20分 | 豊島区ぴーすUPがーる/パフォーマンス                |
| 14時    | STRIX/バンド演奏                        |

イベントの最新情報はホームページから  
もご確認ください。



主催: 豊島区 豊島区民社会福祉協議会  
 共催: (公社)豊島区医師会 (公社)東京都豊島区歯科医師会  
 (公社)豊島区薬剤師会 (公社)豊島区シルバー人材センター  
 協力団体: 東京巣鴨ライオンズクラブ 東京池袋ライオンズクラブ  
 豊島区民生委員・児童委員協議会 (株)アニメイト



SDGs 未来都市としま



豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

# 抽選券を集めて、景品をゲットしよう！

## ステップ 1

各ブースを回って、抽選券を集めよう！

- 抽選券は全部で6色あります。
- 会場によって配付している抽選券の色が異なります。



配付場所	抽選券の色
中池袋公園	白色（必須）
区民センター4階	黄色
区民センター5階	緑色
区民センター6階	ピンク色
区民センター7階	水色
区民センター8階	紫色

## ステップ 2

抽選券を3色以上集めて、  
区民センター701会議室へ

- 集めた抽選券の色の枚数で、抽選回数が変わります。



抽選券の色の枚数	抽選回数
3色	1回
4色	2回
5色	3回
6色	4回

## ステップ 3

抽選にチャレンジして、景品をゲット！

- 参加賞は必ずもらえます！

※抽選は景品がなくなり次第終了となります。

各イベントブースでも景品がもらえるかも！？

エコバックをご持参ください。  
環境への配慮にご協力をお願いします。

## 会場案内図



JR・私鉄各線 池袋駅より徒歩7分

## お問い合わせ(ふくし)

- 豊島区障害福祉課 管理・政策推進グループ  
電話 03-3981-1766 FAX03-3981-4303
- ♠ 豊島区民社会福祉協議会  
電話 03-3984-9375 FAX03-3981-2946

## お問い合わせ(健康・保健)

- ♥ 豊島区国民健康保険課管理グループ  
電話 03-3981-1923 FAX03-3981-6491
- ◆ 豊島区地域保健課管理グループ  
電話 03-3987-4203 FAX03-3987-4110
- ★ 豊島区地域保健課がん対策・健康計画グループ  
電話 03-3987-4243 FAX03-3987-4110

## 参加にあたって

- マスクの着用は、個人の判断に委ねます。
- 人数把握のため受付にて、お名前(ニックネーム可)・お住まい(市区町村まで)をお伺いします。
- 運営スタッフとして、準備・開場時間中に男性職員が会場内にいる場合があります。予めご了承ください。イベント開始後、男性職員は女子会・ママ会の会場から退出します。
- 新型コロナウイルスに限らず感染症拡大が生じた場合、政府や自治体・会場から主催者に注意喚起等が行われた際は、会場にて感染対策へのご協力をお願いする場合があります。

### 対話の ルール

- ① 聞いた話は外で話さない、SNS等で発信しない
- ② 相手の話を批判・否定しない
- ③ 誹謗中傷、暴力行為は禁止
- ④ 話す時間を独り占めしない
- ⑤ 聴いているだけでもOK
- ⑥ 営業活動、政治活動、宗教団体などへの勧誘はご遠慮ください

### 注意事項

- ※予期せぬ自然災害の発生等によってやむをえず開催を延期または中止する場合があります。
- ※本イベントでは新聞・テレビ等の取材を受け入れる場合があります。その際は参加者の方々のプライバシーならびに場の安心・安全に細心の配慮をします。
- ※上記の開催中止や取材等については、前日までにひきこもりUX会議オフィシャルブログ(<http://blog.livedoor.jp/uxkaigi/>)にてお知らせします。



### 一般社団法人ひきこもりUX会議とは

不登校、ひきこもり、発達障がい、性的マイノリティの当事者・経験者らによって発足。当事者の視点から「生存戦略」の提案・発信を続けるクリエイティブチーム。2016年6月から開催している「ひきこもりUX女子会」は、2023年5月までに全国各地で170回以上開催し、のべ5,000名以上が参加している。

✉ [info@uxkaigi.jp](mailto:info@uxkaigi.jp) 🌐 <https://uxkaigi.jp/> 📍 [@uxkaigi](https://www.facebook.com/uxkaigi) 📺 <https://www.facebook.com/uxkaigi>

### 問い合わせ先

#### 東大和市会場に関して

東大和市 福祉推進課 福祉推進係

TEL: 042-563-2111 FAX: 042-563-5930

#### 豊島区会場に関して

豊島区 自立促進担当課

TEL: 03-4566-2453 FAX: 03-3981-4303

#### 清瀬市会場に関して

清瀬市 地域振興部 男女共同参画センター  
ジェンダー平等推進係

TEL: 042-495-7002 FAX: 042-495-7008

#### 文京区会場に関して

文京区 生活福祉課 自立支援担当

TEL: 03-5803-1917 FAX: 03-5803-1354

#### 国立市会場に関して

国立市 福祉総務課 福祉総合相談係

TEL: 042-572-2111 FAX: 042-576-2138

ひきこもり状態にあったり、対人関係の難しさを感じているなど、  
さまざまな生きづらさを抱えている女性自認の方を対象に、  
当事者会を開催します。



2023年度多摩・島しょ広域連携事業 後期 2023年11月～2024年1月

### ひきこもりUX女子会

ひきこもり状態にあったり、生きづらさを抱えて「こんな状態にあるのは自分だけではないか」「なんとかきっかけをつかみたい」と思っている女性が集い、ひきこもりの体験談を聞いたり交流をする場です。年齢を区切らず、女性だけで安心して集まれる場で、「ひとりではない」と思える場を一緒に作りたいと思っています。

年齢や性別問わず、  
「ひきこもり」に関心がある方同士で交流する場／  
つながる待合室も同時開催！

### ひきこもりUXママ会

結婚しても、子どもがいても、漠然とした不安や生きづらさがある、みんなと楽しく過ごせない、そんな思いを抱えることがあります。「子どものため」「家族のため」だけではなく、今の自分を見つめ、ゆっくりと解きほぐす時間が必要なのかもしれません。ゆるやかな場で、一息ついてみませんか。

主催 | 清瀬市、国立市、武蔵野市、東大和市、文京区、豊島区(広域連携事業)

協力 | (社福)調布市社会福祉協議会、国立市社会福祉協議会

運営 | 一般社団法人ひきこもりUX会議

本事業は、東京都区市町村振興協会の区市町村振興共同事業(サマージャンボ宝くじの収益金による事業)の助成を受けて実施するものです。

@ 東大和市

@ 文京区

@ 豊島区

@ 国立市

@ 清瀬市



# ひきこもり UX女子会

東大和市

開催日 2023年11月20日[月]

会場 桜が丘市民センター 集会室  
(東大和市桜が丘3-44-13)

豊島区

開催日 2023年12月15日[金]

会場 IKE Biz としま産業振興プラザ  
6階 多目的ホール  
(豊島区西池袋2-37-4)

時間 14:00-16:30 [開場 13:40]

※開催日は会場毎に異なります ※途中休憩あり

参加費 無料

参加方法 申込不要 / 途中入退室可

定員 東大和市 35名、豊島区 80名  
※各会場が定める定員に達し次第、参加をお断り  
する場合があります。予めご了承ください。

対象 ひきこもり状態にあったり、対人関係の難し  
さを感じているなど、さまざまな生きづらさを  
抱えている女性自認の方。年齢不問。

内容

第1部: ひきこもり経験者による「体験談」  
(40分程度)

第2部: 当事者・経験者  
のみの「グループトーク」  
(1時間30分程度)



※第1部は、女性自認の方であれば当事者・経験者ではない方もご  
参加いただけます。ご家族や支援者の方でも、ひきこもりや生きづ  
らさを抱える当事者・経験者で女性自認の方であれば第2部にも  
ご参加いただけますが、その場合はあくまで“当事者”としての参加  
とし、ご家族や支援者としての立場での発言はお控えください。

## 「つながる待合室」

ひきこもり状態のご家族がいる方、支援に携わって  
いる方、「ひきこもり」に関心がある方など、その場に  
集まった方同士で自由に話して交流をする場です。

対象 ひきこもり状態のご家族がいる方、支援に携わっている方、  
「ひきこもり」に関心がある方(当事者の方も参加可能です)  
※つながる待合室は性別問わずご参加いただけますが、ひきこ  
もりUX女子会は女性自認の方に限ります。  
※ひきこもりUX女子会とは別会場です。

時間 15:00-16:30 [受付開始 14:45]

参加費 無料

参加方法 申込不要 / 途中入退室可

定員 東大和市 30名、豊島区 30名  
※各会場が定める定員に達し次第、参加をお断り  
する場合があります。予めご了承ください。

会場 東大和市  
桜が丘市民センター 和室  
豊島区  
IKE Biz としま産業振興プラザ6階  
第3会議室

## 一時保育について

一部を除き、会場では一時保育があります。保育が必要かどうかは日程が近づかない  
と判断ができない、という方もまずはお気軽にご連絡ください。お問い合わせ・お申込  
の際は「ひきこもりUX女子会 / ママ会 一時保育について」とお申し付けください。

文京区

対象日 | 2023年11月29日[水] 対象 | 1歳以上の未就学児 締切 | 2023年11月21日[火] ※前日まで  
キャンセル可  
申込 | 要申込・無料 定員 | 4名(先着) 申込先 | 生活福祉課 自立支援担当  
☎03-5803-1917

# ひきこもり UXママ会

文京区

開催日 2023年11月29日[水]

会場 文京区民センター2階 2-B会議室  
(文京区本郷4-15-14)

国立市

開催日 2023年12月20日[水]

会場 国立駅前にたち・こくぶんじ  
市民プラザ オープンスペース  
(国立市北1-14-1)

清瀬市

開催日 2024年1月16日[火]

会場 清瀬市男女共同参画センター  
アイレック 会議室  
(東京都清瀬市元町1-2-11アミュービル4階)

時間 11:00-13:30 [開場 10:40]

※途中休憩あり

参加費 無料

参加方法 申込不要 / 途中入退室可

定員 文京区 20名、国立市 10名、  
清瀬市 20名

※各会場が定める定員に達し次第、参加をお断り  
する場合があります。予めご了承ください。

対象 子育て中または子育て経験のあるひきこも  
り等の生きづらさを抱える女性自認の方。  
婚姻歴、年齢不問。

※あくまで当事者向け、ひきこもりの子どもを持つ  
親はご遠慮ください。



## 一時保育について▼

豊島区

対象日 | 2023年12月15日[金] 対象 | 6か月以上の未就学児 締切 | 2023年11月24日[金] ※前日まで  
キャンセル可  
申込 | 要申込・無料 定員 | 4名(先着) 申込先 | 自立促進担当課  
☎03-4566-2453

国立市

対象日 | 2023年12月20日[水] 対象 | 6か月以上の未就学児 締切 | 2023年12月11日[月] ※前日まで  
キャンセル可  
申込 | 要申込・無料 定員 | 3名(先着) 申込先 | 福祉総務課 福祉総合相談係  
☎042-572-2111

清瀬市

対象日 | 2024年1月16日[火] 対象 | 6か月以上の未就学児 締切 | 2024年1月5日[金] ※前日まで  
キャンセル可  
申込 | 要申込・無料 定員 | 10名(先着) 申込先 | 清瀬市 男女共同参画センター  
ジェンダー平等推進係  
☎042-495-7002



[ 第I部 | 13:30~14:20 ]

令和5年度  
豊島区がん対策推進特別講演会

# 高齢者とがん ～在宅医療と看取り～

講師

土屋淳郎

公益社団法人豊島区医師会 会長

【対談】テーマ：高齢者とがん

●語り手 土屋淳郎

公益社団法人豊島区医師会 会長

●聞き手 渥美隆之

認定NPO法人がんサポートコミュニティ 理事長



[ 第II部 | 14:40~15:40 ]

## 第17回クリスマスコンサート がん体験者が歌う 合唱団いきのちから コンサート2023

演目

1. 童謡メドレー
2. 心の瞳
3. みんなで歌おう  
(来場者と一緒に合唱体験)
4. クリスマスメドレー
5. 銀河鉄道999

合唱団いきのちから

- 指揮：湯川晃(テノール歌手)
- ピアノ：湯川涼子(ピアニスト)

がんで亡くなる人の8割以上を65歳以上の高齢者が占め、国民の約8割が人生の最期を自宅で迎えたいと望んでいます。超高齢社会を迎えたわが国で高齢者の増加が引き起こすがんの増加は、がん対策上きわめて重要な課題です。

「合唱団いきのちから」は、がんサポートコミュニティのリラクゼーションプログラムです。プロのオペラ歌手やピアニストの指導を受けて、がん体験者それぞれの思いを歌に乗せ声を合わせ、表現者として聴いていただける合唱を披露します。

2023.12.18 MON

としま区民センター小ホール  
Toshima Civic Center

東京都豊島区東池袋 1-20-10

要申込

参加無料

二次元コードにアクセス

13:30~16:00

開場/13:00~

定員130名

※定員になり次第終了



豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



認定NPO法人がんサポートコミュニティ

お申し込み:左記の二次元コードより申込フォームにてお申し込みください

【講演会・コンサートに関してのお問い合わせ】

認定NPO法人がんサポートコミュニティ TEL.03-6809-1825

2020年度からがんサポートコミュニティと豊島区は共催して、豊島区がん対策推進特別講演会とがん体験者が歌う合唱団いきのちからコンサートをジョイント開催しています。

