

としまワーク・ライフ・バランス

やりがいや充実感を感じながら働き、自分の好きなことに取り組む時間・家族や友人と過ごす時間などを大切にする、健康で充実した暮らしを実現するためには、どちらも欠かせません。区は、誰もが家庭生活と社会生活を両立できるようにサポートしていきます。

●**豊島区ワーク・ライフ・バランス推進企業認定制度**
「仕事と育児・介護の両立」や「働きやすい職場づくり」などに取り組む企業を応援します。認定企業になると、認定書の授与や区ホームページ、広報としまなどでの紹介のほか、ワーク・ライフ・バランスに関する法改正・支援事業の情報提供、契約時入札の際に加点が受けられるなどのメリットもあります。

●**第16期豊島区ワーク・ライフ・バランス推進認定企業**
認定企業数32社※認定企業9社の取組みについては2次元コード参照。



豊島区
ワーク・ライフ・バランス
推進企業認定制度



第16期
認定企業取組紹介

図男女平等推進センター ☎03 - 5952 - 9501

はがきなどの記入例

- ①事業またはイベント名
- 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

※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。

図に住所がない場合は「〒171 - 8422 豊島区役所各グループ」へ。

区民ひろば

豊成 ミニ運動会

図9月2日(火) 午前10時30分～11時
図かけっこ、玉入れなど。
図乳幼児と保護者 図乳幼児24名
図8月20日(区外の方は8月27日)から窓口か電話で当ひろば ☎03 - 5961 - 3494へ※先着順。

西巣鴨第二 かもんタイム緑日

図9月7日(日) 午前10時30分～11時15分
図ヨーヨーつり、輪投げ、パッチンかえる屋さん、ボーリン

グなど。図乳幼児と保護者 図20組

図8月17日から窓口か電話で当ひろば ☎03 - 3915 - 2379へ※先着順。

目白 敬老のつどい～民謡ショー～

図9月11日(木) 午前10～11時
図出演…小沢千月、小沢千芽々。
図65歳以上の方 図50名
図8月28日午前9時から窓口か電話で当ひろば ☎03 - 5956 - 5871へ※先着順。

南池袋

みないけ手づくり市&無料カフェ

図9月14日(日) 午前10時～午後3時
図自身で制作した品を販売。みないけ手づくり市出店者募集(模倣品、食品は不可)。
図出店希望者は8月24日から窓口か電話で当ひろば ☎03 - 3984 - 5896へ。参加者は当日直接当ひろばへ。

体育施設へ行こう

※詳細は施設に問い合わせてください。

巣鴨体育館 ☎03 - 3918 - 7101

各種スクール 新規会員募集!



令和7年度第3クール(10～12月)
図印鑑、子どもの医療証、3か月分の会費※種目や受付の詳細は2次元コード参照か、問い合わせてください。

図9月7日午後5時30分～7時30分に当館窓口へ※抽選は午後4時30分～4時45分までに並んだ方のみ参加可。

9月 健康カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

○妊婦の健康 ♥こころの健康
★こどもの健康 ◆感染症
■おとなの健康 ●そのほか

図2次元コードか予約専用電話番号で申込み。詳細は各問い合わせ先に確認してください。

池…健康推進課(池袋保健所内)
☎03 - 3987 - 4173～4
長…長崎健康相談所
☎03 - 3957 - 1191



母親学級



パパママ
準備教室



乳幼児
健康相談



生活習慣病
予防健診



女性の
骨太健診



離乳食
講習会

妊婦の健康

・母親学級(予約制)

池6日(土) 受付/午前9時15分～9時30分
開催/午前9時30分～正午

長24日(水) 受付/午後0時45分～1時
開催/午後1時～3時30分

・パパママ準備教室(予約制)

池6日(土) 受付/午後0時45分～1時
開催/午後1時～3時15分

池7日(日) 受付/①午前9時15分～9時30分
②午後0時45分～1時
開催/①午前9時30分～11時45分
②午後1時～3時15分

こどもの健康

・こども歯科健診(予約制)※対象…2～4歳未満児

池11・25日(木) 受付/午前9～10時

長9・30日(火) 受付/午前9～10時

図予約専用 ☎03 - 3987 - 4244

・離乳食講習会

池11日(木) 受付/午後1時10分～1時30分

・乳幼児健康相談(出張育児相談)(予約制)

池区民ひろば駒込 19日(金) 午後1時45分～3時

区民ひろば西池袋 30日(火) 午前10～11時

長区民ひろば要 24日(水) 午前10時～11時30分

長崎健康相談所 29日(月) 午後1時30分～3時30分

おとなの健康

・女性の骨太健診(予約制)

※対象…令和7年度 20～39歳の女性

池3日(水) 受付/①午前8時50分～9時
②午前9時30分～9時40分

・生活習慣病予防健診(男性)(予約制)

※対象…令和7年度 20～39歳の男性

池12日(金) 受付/午前8時50分～9時

・女性のための健康相談(予約制)

池3日(水) 受付/午後1時～2時25分

・食事(栄養)相談(予約制)

池12日(金) 受付/午後1～2時

長11日(木) 受付/午前9時30分～11時

・健康(保健・栄養)相談(予約制)

池12日(金) 受付/午後1～2時

長24日(水) 受付/午後1時15分～2時45分

こころの健康

・こころの相談(予約制)

池24日(水) 受付/午後2～4時

・家族相談(予約制)

池8日(月) 受付/午後2～4時

感染症

・HIV(エイズ)検査(予約制)

22日(月) 受付/午後1時30分～2時30分

図予約専用 ☎03 - 3987 - 4244

・B型・C型肝炎ウイルス検査(予約制)

※結果は約1か月後に郵送

12日(金) 受付/午前10時～10時30分

図予約専用 ☎03 - 3987 - 4244

・感染症に関する保健相談

図感染症保健指導グループ ☎03 - 3987 - 4182

そのほか

・保健相談

池長子育て・思春期・更年期・こころの健康・難病などに関する相談

平日 午前8時30分～正午、午後1～5時

・ぜん息・COPD相談(予約制)

電話相談は随時受付、面接相談は要予約

図公害保健グループ ☎03 - 3987 - 4220