催し

令和７年度収蔵資料展「ノスタルジック豊島」

日１月17日～３月15日　午前９時～午後４時30分※休館日…月曜日（祝日の場合は翌平日）場郷土資料館
内衣食住の移り変わりとかつて豊島区で農業をしていた頃の農具などを展示。

申当日直接会場へ※小学校団体見学希望の場合は、電話で当館☎03 - 3980 - 2351へ。

ハーブ・スパイスを活かした免疫力アップ講座

日１月31日㈯　午前10時～11時45分
場としま区民センター　内講師…シェフ/横山 詠津子氏　対子育て中の母親　定15名　費1,000円
保生後６か月以上未就学児。要予約。１名500円。

申１月24日までにＥメール（７面記入例参照。保育希望者は子どもの氏名・月齢も記入）でAne ママグループTOMATO✉anemama.tomato@gmail.comへ※先着順。
問生涯学習グループ☎03 - 4566 - 2762

椎名町としま商人まつり

日２月１日㈰　午前10時～午後４時
場椎名橋下広場　内オープニングセレモニー、区内商店および交流都市による飲食・物品販売、観光物産展、抽選会。

申当日直接会場へ。
問豊島区商店街連合会☎03 - 3981 - 5445

エポック10シネマ「52ヘルツのクジラたち」

日２月３日㈫　午前10時～午後０時20分、午後２時～４時20分　場男女平等推進センター　内傷を抱えた主人公は、虐待され声が出なくなった少年を見過ごすことができず、一緒に暮らし始める。定各26名　保生後６か月以上未就学児。定員あり。１月27日午後５時までに要予約。

申１月20日午前９時から電話かＥメール（７面記入例参照）で「当センター☎03 - 5952 - 9501、✉A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

令和７年度としま食育フェア

日２月14日㈯　午前10時～午後３時（講座は午前10時30分開始）場区役所本庁舎１階としまセンタースクエア
内食育クイズラリーや体験コーナー、講座など。プレゼントあり。
講座「おいしくてたのしい食育」。
講師…慶應義塾大学SFC研究所博士（医学）/本田由佳氏

申当日直接会場へ。
問保健事業グループ☎03 - 3987 - 4660

親子であそぼう

日２月15日㈰　午前10時～正午
場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）
内親子でスライムやバルーン、紙トンボなどを工作。そのほか学童保育連絡協議会の活動紹介など。
対４歳～小学生の子どもと保護者　定60名　費１名100円　保要相談。

申１月22～30日にＥメールで男女平等推進センター✉A0029117@city.toshima.lg.jpへ※抽選。結果は２月５日に通知。
問当センター☎03 - 5952 - 9501

目白庭園　おやこ茶道体験

日２月15日㈰　午後１～２時、午後３～４時　場目白庭園（赤鳥庵）
内日本庭園を見ながら本格的なお茶室で茶道を体験。対小学生（要保護者同伴）　定各10組　費１組2,000円

申１月17日から２次元コードで申込み※先着順。
問当園管理事務所☎03 - 5996 - 4810

地域日本語教育シンポジウム「日本語を学ぶ、日本語で遊ぶ」

日２月22日㈰　午後１時30分～５時
場学習院大学　内事業報告や日本語学習者からの発信、外国人と日本人との交流活動。詳細は当大学ホームページ参照。定80名

申２次元コードで申込み※先着順。
問当大学国際センター☎03 - 5992 - 1024、✉nnet.toshima.jimu@gmail.com

区民バスハイク「日光東照宮といちご狩りの旅」

日２月23日㈷※雨天決行　午前７時東京建物 Brillia HALL前集合
内いちご狩り、日光東照宮見学。
対区内在住、在勤の方と家族　定40名　費13,000円（小学生以下12,000円）
※詳細は２次元コード参照。

申２月10日（必着）までに２次元コードかはがき（７面記入例参照）で「〒170 - 0011　池袋本町３ - 17 - 5　豊島区レクリエーション協会　今成」へ※先着順。
問当協会　今成☎090 - 3229 - 1079、☎03 - 3981 - 3353

秩父フェスタ

日２月23日㈷　午前10時～午後５時
場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）
内区と姉妹都市提携を結ぶ埼玉県秩父市のフェスタ。秩父の木を使ったもの作りや名産品の販売、チーズ作り、秩父銘仙の型染やアロマを使ったワークショップなど。

申２次元コードで申込み※先着順。
問当館☎03 - 3980 - 3131（午前10時～午後８時）

「税理士記念日」税の無料相談

日２月24日㈫　午前10時30分～午後３時30分　場メトロポリタンプラザビル１階自由通路　内税務相談全般（新規開業、住宅の取得、相続、そのほかの相談も受付可）。

申当日直接会場へ。
問東京税理士会豊島支部☎03 - 3981 - 4585

第17回全国校区・小地域福祉活動サミット in としま

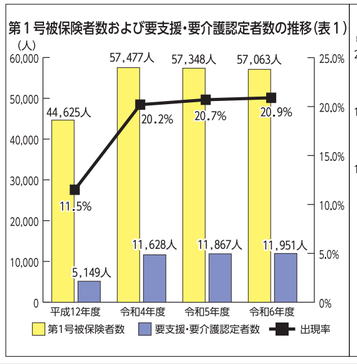
日２月28日㈯　午前10時30分～午後４時50分　場大正大学　内基調講演、10の分科会の実施、参加者同士の交流、パネル展示。定600名
費3,000円（学生1,500円）

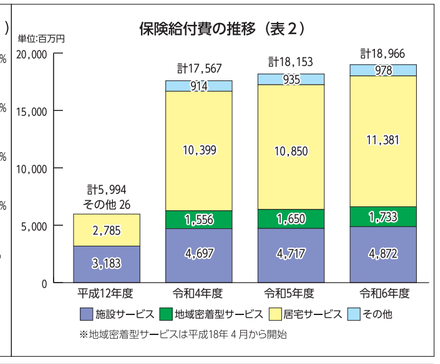
申２月１日までに２次元コードかファクスかＥメールで「豊島区民社会福祉協議会✉03 - 3981 - 2946、✉toshima.summit0228@gmail.com」へ。
問当協議会☎03 - 3981 - 2930

PICK UP INFO ④　介護保険事業の実施状況（令和６年度実績）

介護が必要になっても住み慣れた地域で、できる限り自立した生活ができるように、高齢者の介護を社会全体で支える仕組みとして、平成12年から介護保険制度が導入されました。実施状況などの詳細は２次元コードを参照してください。

①第１号被保険者数および要支援・要介護認定者数の推移（表１）…平成12年度末と比べて、令和６年度末の第１号被保険者数は約28%増加、要支援・要介護認定者数は約2.3倍に増加、出現率（第１号被保険者数に占める要支援・要介護認定者の割合）も約1.8倍に増加しています。
②保険給付費の推移（表２）…令和６年度の保険給付費は約189億66百万円で、平成12年度の約3.1倍に増加しています。高齢化が進むなか、今後も保険給付費の増加が見込まれます。
③相談・苦情の状況…高齢者総合相談センターや介護保険課窓口では、サービス利用者本人やその家族などからの相談・苦情を受け付けています。令和６年度は当課に148件の相談・苦情が寄せられました。





問①②当課管理グループ☎03 - 3981 - 1942、③相談グループ☎03 - 3981 - 1318

講演・講習

認知症サポーター養成講座

日１月29日㈭　午前10時～11時30分
場区民ひろば目白　内認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者を養成。定10名

申電話で介護予防・認知症対策グループ☎03 - 4566 - 2433へ※先着順。

みらい館大明

①世界とつながる料理教室～イタリア編～…日１月31日㈯　午前10時～午後２時　内本場の味を体験。現地出身の方に学ぶ、イタリアのおばあちゃんの家庭料理。定24名　費4,000円、
②パソコン講座「パワーポイント基礎２日間講座」…日２月７・14日土曜日　午後１～５時　内プレゼンに役立つパワーポイントの基礎。
対ワードまたはエクセル経験者　定７名　費6,000円

申①１月17日から２次元コードで申込み。②窓口か電話かＥメールで「当館☎03 - 3986 - 7186、✉miraikan_taimei@yahoo.co.jp」へ※いずれも先着順。

フレイル予防の食事

日２月１日㈰　午前10時～正午
場区役所本庁舎１階としまセンタースクエア　内薬と栄養の相談会あり。講師…栄養士/松尾 愛氏　対区内在住、在勤、在学で18歳以上の方　定100名

申１月16日から電話で保健事業グループ☎03 - 3987 - 4660へ※先着順。

第３回豊島区創業セミナー（全２日）

日２月３・10日　火曜日　午後１時30分～４時　場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）　内経営、販路拡大、財務、人材育成の４テーマを網羅したセミナー。対特定創業支援等事業の証明書発行を希望する方　定30名

申２月２日までに２次元コードで申込み※先着順。
問としまビジネスサポートセンター☎03 - 5992 - 7022

親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんが来た！（全４回）

日２月５～26日　木曜日　午前10時～正午　場東部子ども家庭支援センター
対区内在住で生後２～５か月児の第１子と母親　定10組　持バスタオル、必要な方は授乳ケープ

申１月15日午前10時～１月25日午後６時に母子モアアプリで申込み※抽選。結果は１月30日までに連絡。
問当センター☎03 - 5980 - 5275

固定観念に気づく！家庭科教諭（高校野球部監督）と一緒に考える、人生の選択肢の広げ方

日２月７日㈯　午後２～４時　場男女平等推進センター　内性別にとらわれず、人生の選択ができるように、ワークショップ形式でアンコンシャスバイアスなどを学ぶ。講師…横浜清陵高校教諭/野原 慎太郎氏　定20名
保生後６か月以上未就学児。定員あり。１月29日までにＥメールで要予約。

申電話かＥメール（７面記入例参照）で「当センター☎03 - 5952 - 9501、✉A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

としま案内人長崎町講演会Vol.4「豊島区の古道をゆく」

日２月８日㈰　午後２～４時
場雑司が谷地域文化創造館
内豊島区西部地域の見どころや豊島区の古道について説明する。定50名

申当日直接会場へ※先着順。
問当団体　豊田☎090 - 8315 - 3137

いつまでも自分らしく暮らすための認知症支援講座

日２月９日㈪　午前10時～11時45分
場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）
内認知症の人と家族、地域がともに暮らし寄り添う取組みについて学ぶ。講師…日本社会事業大学教授/下垣光氏　対区内在住、在勤、在学の方　定50名

申１月19日から電話かファクスで「介護予防・認知症対策グループ☎03 - 4566 - 2433、✆03 - 3980 - 5040」へ※先着順。

区民講座「簡単に書ける！遺言書の基本と家族信託の仕組み」

日２月11日㈷　午後２～４時
場としま区民センター　内「もしも」に備える第一歩を専門家がやさしく解説。対区内在住、在勤の方と家族、親族　定60名　費1,000円

申２月５日までに２次元コードかファクスかＥメール（７面記入例参照。区民講座申込と記載）で「東京都行政書士会豊島支部☎080 - 6568 - 7672、✉seminar2025@toshima-gyosei.tokyo」へ※先着順。

働き盛りのこころのメンテナンス「大切な人を守るためのうつ病理解」

日２月12日㈭　午後１～３時
場あうるすぽっと　内働く世代のこころの問題に焦点をあて、家族や同じ職場で働く人々などがその負担感や苦しさを軽減するための対応について学ぶ。定50名

申１月16日午前10時から母子モアアプリで申込み※抽選。
問当センター☎03 - 5966 - 3131

発達障害講演会

日２月16日㈪　午後２～４時
場区役所本庁舎１階としまセンタースクエア　内講演「今さら聞けない発達障害～グレーゾーン？心理検査？治療法？～」。講師…大正大学教授/小堀彩子氏　対区内在住、在勤、在学の方　定会場50名、オンライン20名

申１月19日午前10時から２次元コードで申込み※先着順。
問発達障害者相談グループ☎03 - 4566 - 2445

介護に関する入門的研修（全４日）

日２月18～20、26日　午前９時30分～午後４時30分　場区役所本庁舎１階としまセンタースクエア
内介護の基礎を学ぶ研修。最終日に区内介護事業所との就職相談会あり。※参加自由。対区内在住、在勤、在学の方　定40名

申２月17日までに２次元コードで申込み※先着順。
問介護保険課管理グループ☎03 - 3981 - 1942

豊島区シルバー人材センター

①入会説明会…日２月20日㈮　午前９時30分から、午後２時から　場帝京平成大学池袋キャンパス内集会室
対区内在住でおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方、**②パソコン＆スマホ教室（90分講座）**…全19コースの詳細は２次元コード参照。

申①電話で当センター☎03 - 3982 - 9533へ、②２次元コードか往復はがき（７面記入例参照）か電話かファクスかＥメールで「〒170 - 0013　東池袋２ - 55 - 6　豊島区シルバー人材センター、✆03 - 3982 - 9532、✉toshima.spc@gmail.com」へ。

「食べる力」を育てる！毎日の食事が体と心のトレーニングになる?!

日２月20日㈮　午後６時30分から（午後６時受付開始）　場武蔵野栄養専門学校　内講師…当校管理栄養士/赤星文月氏。試食あり。対スポーツをしている子どもの保護者（子どもの参加可）、ジュニアスポーツ指導者、食に関心のある方　定40名

申２月13日までに申込書（区ホームページからダウンロード）をファクスで（特非）豊島区スポーツ協会✆03 - 3955 - 0528へ※先着順。
問豊島区生涯スポーツ推進事業実行委員会木津☎03 - 3983 - 4075

「届かない声を届ける―言葉にすることは生きる力になる―」

日２月14日㈯　午後２～４時
場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）
内貧困や格差などの社会課題について考える。講師…ライター/ヒオカ氏。手話通訳あり（要予約）。定80名
保生後６か月以上未就学児。定員あり。２月５日までにＥメールで要予約。

申２次元コードか電話かＥメールで「男女平等推進センター☎03 - 5952 - 9501、✉A0029117@city.toshima.lg.jp」へ※先着順。

「豊島区史を読む」（全３回）

日**古代・近世編**…２月14日㈯、**近世・近代編**…２月21日㈯、**特別編**…３月７日㈯
いずれも午後２～４時
場としま産業振興プラザ（IKE・Biz）
内学芸員が『豊島区史』の記述の中から様々なテーマを取り上げて解説。定各50名

申１月27日（必着）までに２次元コードか往復はがき（７面記入例参照。参加希望日も記入）で「〒171 - 0021　西池袋２ - 37 - 4　郷土資料館」へ※抽選。結果はメールか返信はがきで通知。１通の申込みにつき１名のみ。
問当館☎03 - 3980 - 2351

発達支援講演会「小学校への一歩を応援する」

日２月16日㈪　午前10時～正午
場池袋保健所（オンラインあり）
内講師…よつばこころのクリニック要町駅前 医師/安藤亜希氏　対区内在住、在園で年中児の保護者※そのほか希望者の参加も可　定会場30名、オンライン50名

申１月19日～２月12日に２次元コードか電話で健康推進課保健指導グループ☎03 - 3987 - 4174へ※先着順。

スマイル講座「女性のこころとからだ」

日２月16日㈪　午後２時～３時30分
場西部子ども家庭支援センター
内女性のこころとからだの変化について学ぶ。講師…精神科医師/松井康絵氏　対区内在住で１歳７か月未満児の保護者または原則第１子を妊娠中の方※同講師の講座への参加は東・西子ども家庭支援センター合わせて１回　定15名　保生後６か月以上未就学児（生後６か月未満児は親子同席）。８名。要予約。

申１月16日午前10時から母子モアアプリで申込み※先着順。
問当センター☎03 - 5966 - 3131

日日時　場場所　内内容　対対象　定定員　費費用※費用の記載がない事業は無料です。　持持ち物　保保育（対象月齢、定員、予約締切日など）
申申込み先　問問合せ先　✉Eメール　✆ファクス　✆フリーダイヤル