

PICK UP INFO 4 太陽光・蓄電システム、断熱改修窓等の導入費用を一部助成します

エコ住宅普及促進費用助成金 ※事後申請。施工完了後に申請。

- 受付期間…5月25日～令和9年3月1日(施工完了日が令和8年2月1日～令和9年1月31日)※助成対象機器等の施工および支払い完了後、必要書類一式を提出してください。
- ☑一般住宅…自身が居住する区内の住宅に設置した方
集合住宅…自身が所有する区内の集合住宅に設置した方、または区内の分譲集合住宅の管理組合など

☑申請書(環境政策課の窓口で配布。2次元コードからダウンロードも可)と必要書類を当課事業グループへ持参か郵送。
※予算の上限に達した時点で受付終了。いずれも助成内容や要件の詳細は2次元コード参照お問い合わせください。
☑当グループ ☎03-3981-2771

エコ事業者普及促進費用助成金 ※事前申請。機器設置工事の開始前に要申請。

- 受付期間…令和9年2月1日まで(完了報告書は令和9年3月15日必着)
- ☑中小規模事業者。区内に所在する事業所、事務所・営業所などに設置予定の法人または個人事業主※省エネルギー診断(無料)の要件あり。未受診の場合は早めに受診してください。



PICK UP INFO 5 もしかしたら、高次脳機能障害の症状かもしれません

何らかの脳損傷の後、仕事ができなくなった・続かない、勉強ができなくなった、引きこもっている、アルコールに依存している、家庭内暴力・暴言などの症状はありませんか。これらは、もしかすると「高次脳機能障害」の症状かもしれません。心身障害者福祉センターでは、高次脳機能障害の本人や家族の相談を受け、支援しています。どなたも気軽に相談してください。

4月に高次脳機能障害者支援法が施行されました

この法律は、「当事者の意思尊重」、「自立と社会参加の促進」、「地域共生社会の実現」を目指すものです。高次脳機能障害は外見では気がつきにくく、退院後の家庭生活や社会生活の中で周囲が異変に気づくことも少なくありません。周囲からの理解を得ることが難しいため孤立してしまう場合もあります。

☑当センター ☎03-3953-2811、☎03-3953-9441、☎A0015702@city.toshima.lg.jp

●原因
脳梗塞・脳出血といった脳血管障害のほか、交通事故や転倒・転落などによる頭部外傷、脳炎、脳腫瘍、低酸素脳症などが要因となります。脳血管障害は中高年に多いですが、頭部外傷などの場合は、誰でも高次脳機能障害を引き起こす可能性があります。

●症状
記憶障害…新しいことが覚えられない、何度も同じ質問をする、約束を忘れる。
注意障害…気が散りやすい、飽きっぽい、2つ以上のことを同時に進められない。
遂行機能障害…段取りよく物事を進めるのが苦手、行き当たりばったりの行動をとる。
社会的行動障害…感情や行動をコントロールできない、やる気がなくぼんやりしている、急に怒り出す。

PICK UP INFO 6 温浴施設などを利用できます

☑国民健康保険課管理グループ ☎03-3981-1923

日帰り温浴施設の割引券を配布しています

☑国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者と家族
●配布場所
国民健康保険課、区民事務所の窓口
施設利用の際は、割引利用券を忘れずに持参してください。利用料金などの詳細は割引利用券参照。

●温浴施設名
タイムズ スパ・レスタ
(東池袋4-25-9 タイムズステーション池袋10~12階)

スピード入館(100分)	午後8時までの入館	午後8時以降の入館
平日	2,200円	1,600円
土・日曜日、祝日	2,900円	2,300円
特定日	3,200円	2,600円

※18歳未満利用不可。100分を超過した場合、別途追加料金あり。深夜割増料金あり。
※豊島園庭の湯は令和7年度をもって契約を終了しました。

国保保養施設(指定旅館)をご利用ください

☑国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者と家族
●指定旅館一覧 ※物価高騰等により料金に変更になることがあります。

地名	旅館名	1名分料金平日(1泊2食)	予約先電話番号
山形県 村山市	クアハウス基点	13,750円～	☎0237-56-3351
千葉県 館山市	館山リゾートホテル	12,100円～	☎0470-29-2100
神奈川県 三浦市	ホテル マホロバ・マイズ三浦	14,300円～	☎046-889-8945
新潟県 魚沼市	ホテル ゆのたに荘	12,000円～	☎025-795-2206
長野県 箕輪町	みのお温泉 ながた荘	12,900円～	☎0265-79-2682
長野県 諏訪市	湖泉荘	14,900円～	☎0266-53-6611
静岡県 沼津市	美浜レステル	10,450円～	☎0558-94-3555

平日おとな2名で利用時の1名分料金、サービス料、消費税を含みます。別途入湯税・宿泊税(長野県6月から開始)がかかります。宿泊人数や利用時期、部屋により料金は変わります。そのほか、子ども料金など宿泊料金の詳細は必ず確認してください。

- 利用方法
①旅館または予約専用電話に直接電話をかけ「豊島区国保の指定旅館として利用すること」を伝え、宿泊料金を確認のうえ予約する。
②必要事項を記入した「指定旅館利用券」(「国保のしおり」に掲載。区ホームページからダウンロードも可)を、利用当日に旅館などに提出し、料金を支払う※区役所での手続きは不要。



PICK UP INFO 7 建物計画の際は「雨水流出抑制対策」をお願いします

区では、都市型水害の軽減と防止のため、東京都豪雨対策基本方針(令和5年12月改定)の流域対策の一環として、「豊島区雨水流出抑制施設の設置に関する指導要綱」を定めました。本要綱に基づき、建物計画の際は「雨水流出抑制施設設置計画書」を提出してください。

- 施行日…令和8年4月1日
- 対象施設…①国および地方公共団体が所管するすべての施設
②国および地方公共団体が設立または出資した団体が所管するすべての施設
③敷地面積500㎡以上の民間施設
- 雨水流出抑制対策量…敷地面積1,000㎡あたり60㎡以上



雨水浸透施設設置工事費を助成します

雨水浸透施設を設置する方に、整備にかかる費用の一部を助成します。敷地内に降った雨を地中に浸透させ、大雨による浸水被害を軽減することができます。

- ☑区内の個人が所有する住宅など(敷地面積500㎡以上の新築などは除く)
- 助成額…1件55万円を限度として、区が算定した額または工事に要した額のいずれか小さい額※予算の上限に達した時点で終了。

手続きの流れや提出書類などの詳細は、問い合わせください。

☑道路整備グループ ☎03-3981-4878

自転車用ヘルメット購入補助を実施しています

☑区内在住の方、区外在住で区内に在園、在学する中学生以下の方

- 補助上限額…2,000円※1名1個まで ●購入方法…下表の販売店で、店頭で配布している割引券を利用し、SGまたはCEマーク付き自転車用ヘルメットを購入する。●購入補助…2,000円(上限)を差し引いた価格で購入できます。

店名	住所	電話番号
1 ELEVEN CYCLE	巣鴨5-15-8	☎03-3949-1114
2 サイクルハウス AIBA	巣鴨1-2-3	☎03-3941-8245
3 山岸モーターズ	北大塚2-13-3	☎03-3917-3984
4 南櫻井輪業	南大塚2-25-12	☎03-3941-3578
5 玉井モーターサイクル	池袋本町4-25-8	☎03-3983-4944
6 南久保木サイクル	上池袋2-40-14	☎03-3916-2063
7 茂野サイクル	池袋3-69-7	☎03-3983-1207
8 関東本田商事(株)	新宿区下落合3-24-14	☎03-3953-6209
9 英輪社	高田2-10-9	☎03-3983-6884
10 小崎サイクル商会	要町2-10-7	☎03-3957-0693
11 マツダサイクル	南長崎5-16-6	☎03-3951-8386
12 M. D. S (エム・ディ・エス)	千早4-44-8ハイム千早1階	☎03-3956-4314

☑交通安全グループ ☎03-3981-4856

自転車の放置はやめましょう

路上に放置された自転車は、通行の妨げや景観の悪化につながるだけでなく、災害時などに救急救護活動の支障となるなど、安全上の問題にもなります。区では駅周辺を「放置禁止区域」に指定し、路上に放置された自転車に対して警告と撤去を実施しています。自転車を利用する際は、公道に放置せず近くの駐輪場に停めるようご協力をお願いします。

放置自転車・撤去自転車に関する問合せ

自転車コールセンター ☎03-5986-2400

受付時間	受付内容
月・火・木・金曜日…午前9時30分～午後9時30分 水曜日…午前8時30分～午後5時15分 日曜日、祝日…午後1～7時 ※休業日…土曜日(祝日含む)、12月29日～1月3日	①自転車撤去の有無の照会、②撤去自転車の保管場所と返還方法の案内、③その他、放置自転車に関すること。

☑放置自転車グループ ☎03-3981-2169

PICK UP EVENT 1 としま未来文化財団

●第235回庁舎ランチタイムコンサート
「パルトンサクスが歌う 至高のアンサンブル」

☑5月13日(水) 正午～午後0時40分
☑区役所本庁舎1階としまセンタースクエア
☑出演…Shimane Sota Mini Trio ☑200名
☑当日直接会場へ。

●ブクロのラクゴ2026夏の陣!「古今亭文菊独演会」
☑7月11日(出) 午後3時開演 ☑としま区民センター
☑出演…古今亭文菊(落語)、演目…「死神」
ほか ☑観前売り3,500円(区民3,300円)ほか(全席指定) ☑としまチケットセンターへ。

いずれも詳細は当財団ホームページ参照。
☑事業第一グループ ☎03-3590-7118

●地域文化創造館

●巣鴨【すがも健康講演会】知って安心 放射線治療のこと…☑5月8日(金) 午後3～4時 ☑50名
☑2次元コードか窓口か電話で当館へ※先着順。

●文化カレッジ受講生募集

●駒込【102】静かに水引を結ぶ賀沢…☑6月7・14・28日、7月5・19日 日曜日 午後2～4時
☑16名 ☑6,500円 ☑5月19日(締切)
●南大塚【502】篠笛をたしなむ～歩上達! 舞台で結ぶ合奏講座～(全10回)…☑5月18日～10月17日 午後7時～8時30分 ☑18名 ☑8,000円



※篠笛を持っていない方は別途要購入
☑5月1日(締切)

●雑司が谷【304】戸建て住宅の防犯対策、あなたの家は大丈夫?!…☑6月20・27日 土曜日
午後1時30分～3時30分 ☑30名 ☑1,600円
☑5月24日(締切)

【305】占いから学ぶ!暮らしの知恵(入門編)…
☑6月23日～7月14日 火曜日 午後2～4時
☑30名 ☑3,700円 ☑5月26日(締切)

☑2次元コードか窓口(返信はがき持参)で各館へ。
※抽選。いずれも詳細は2次元コード参照。
☑駒込 ☎03-3940-2400、巣鴨 ☎03-3576-2637、
南大塚 ☎03-3946-4301、雑司が谷 ☎03-3590-1253

広告(内容は各広告主に問い合わせください)

弁護士による無料相談会
相談・難題についての実績多数
4/15(水)13:30～17:00
5/20(水)13:30～17:00
☑予約不要
☑開催場所 金剛院
☑アクセス (豊島区池袋2-37-4)池袋駅南口 徒歩7分
☑ご予約は必ずごさいせんで、お気軽にお越し下さい
5/13(水)17:00～19:00
☑開催場所 金剛院
☑アクセス (豊島区長崎1-9-2)長崎駅前北口 徒歩30分
☑お問合せご予約は、下記までお願いします。
☑Lawson ライフデザイン ☎03-6908-3988
☑本会は定休日のため電話受付を行っておりません
辻山・五十嵐法律事務所
弁護士 辻山 典義 (東京弁護士会所属) (営業時間) 9:30～20:00
弁護士 五十嵐 星 (東京弁護士会所属) (受付時間) 9:30～18:00
☎03-6912-8801
☑https://t51.law.jp/ 検索
☑無料相談会の予定はHPにも掲載しております

見積・出張費無料! 植木屋革命
CG・クイック・ガーデニング
植木屋革命
www.919g.co.jp
三ツ草アドバイザー
★5つ星 最高一
庭木のお手入れ承ります
剪定 伐採 草むしり
☎0120-329-919 (受付) 9:00～18:00
株式会社クイック・ガーデニング
〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンシティア TEL:042-330-5919

新規会員登録集中
三菱養和スポーツクラブ
三菱養和スポーツスクール
東京都豊島区東池袋2-8-1
☎03-3915-2430
〒113-8555 東京都豊島区東池袋2-8-1
☎03-3915-2711

児童・思春期の精神科訪問看護
ショートケーキ
ココロの空腹
満たすケアをおうちで
不登校 発達障害
引きこもり
お子様の発達や不登校、心の健康のことでお悩みの方
まずはLINEまたはHPより、お気軽にご相談ください。
住所 〒170-0011 豊島区池袋本町1-8-17
電話 080-7195-2430
メール shortcake@carepro.co.jp
運営会社 ケアプロ株式会社

会員募集中 区内各所で元気に活動中!
60歳以上の皆さま! お待ちしております!
お仕事以外も盛りだくさん!
仲間づくりもできる!
おかげさまで50周年 様々なお仕事、あります! 各種施設管理・受付、保育補助、事務など
公益社団法人 豊島区シルバー人材センター
03-3982-9533
平日 午前9時～午後5時
WEB入室もできます! 詳しくはコチラ!
入会説明会日程
事前にお電話かホームページよりお申込みください。
会 豊島区シルバー人材センター 3階会議室 (東池袋2-55-6)
4/17(金) 午前 9時30分～
5/15(金) 午前 9時30分～
豊島区 シルバー 検索