

## 講演・講習

### パパの応援講座

6月27日(出) 午前10時～正午  
東部子ども家庭支援センター  
親子での触れ合い遊びと父親同士のトークタイム(父子同席)。区内在住の1歳7か月未満児(講座当日)と父親10組 動きやすい服装、バスタオル、飲み物

5月27日正午から母子モアアプリで申込み※先着順。  
担当センター ☎03-5980-5275

### 家庭スキルを仕事につなげるセミナー&働く女性交流会in池袋

7月9日(休) セミナー…午前10～11時、交流会…午前11時10分～正午  
TKP池袋カンファレンスセンター  
家庭スキルが仕事に活かせることを知るセミナーと、家庭と両立して働く女性の体験談を聞く交流会。  
子育て中で再就職を考えはじめた女性 30名 1歳～未就学児。定員あり。7月2日午後5時までに2次元コードか電話で要予約。

5月26日から2次元コードか電話で東京しごとセンター女性しごと応援テラス ☎03-5211-2855へ※先着順。  
男女平等推進センター ☎03-5952-9501

### 第2回消費生活講座

#### 「夏休みサステナブル食育講座 親子でピザ作りにチャレンジ！」

7月30日(休) 午後1時～3時30分(午後0時30分開場) 区民センター 国産の小麦粉を使ったピザ作り。小学生(要保護者同伴) 10組20名

6月29日までに2次元コードで申込み※抽選。  
消費生活グループ ☎03-4566-2416

## スポーツ

### みんなで参加！元気になるエクササイズ教室

開催日は2次元コード参照  
午前11時～正午 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。15名  
1回500円 室内履き、運動しやすい服装、タオル、飲み物

2次元コードかEメールで(特非)椎の美スポーツクラブ 有里 shiinomi.oyako@gmail.comへ  
※区内在住、在勤、在学の方優先で先着順。

担当クラブ 有里 ☎080-2597-4650

### 初めての社交ダンス入門編(全8回)

6月2日～7月21日 火曜日  
午後6時30分～8時30分 雑司が谷体育館 プール、ジルバ、ワルツ、ルンバの4種目。区内在住、在勤の方 男女各15名 6,000円 室内履き

5月27日(必着)までに往復はがきかファクスかEメール(右記記入例参照、性別も記入)で「〒170-0011 池袋本町2-4-11 豊島区ダンススポーツ連盟 西倉 ☎03-3988-4082、m2490nishikura@celery.ocn.ne.jp」へ※先着順。  
担当連盟 西倉 ☎03-3988-4082

### 第104回区民グラウンド・ゴルフ夏季大会

6月4日(休)※予備日 6月25日(休) 午後0時30分受付開始 総合体育館 区内在住、在勤の方 800円 動きやすい服装、運動靴※用具の貸出あり

5月26日までに電話で豊島区グラウンド・ゴルフ協会 染谷 ☎080-6595-3744へ。

### 初級～上級者水泳教室(全3回)

①6月4～18日 木曜日 午後6時30分～8時30分、②6月9～23日 火曜日 午前10時～正午 雑司が谷体育館 初級者から大会参加を目指す方まで泳力別に指導。  
いずれも18歳以上で初級者から上級者 各10名 各3,000円

6月3日までに電話かEメールで「豊島区水泳連盟 鈴木 ☎080-5720-5377、toshimasuiren@gmail.com」へ※先着順。

### 区民歩こう会

6月7日(日)※雨天決行 午前9時50分東武東上線増駅北口駅前広場集合、都営三田線高島平駅解散 板橋区の名社寺と公園を散策。松月院から東京大仏、赤塚公園へ(約5.5km)。300円 軽装、雨具、飲み物、昼食  
当日集合場所で受付。  
担当会 吉越 ☎03-3576-2230

### 第47回豊島区レディース・スポ・レク大会

※申込み・詳細は直接各競技担当へ。  
●合気道…6月7日(日) 池袋スポーツセンター  
6月7日正午までに合気道連盟 猪谷 ☎090-2423-1908へ。  
●バドミントン…個人戦/6月7

日(日)、団体戦/7月12日(日) 豊島体育館 個人戦 5月20日、団体戦 6月24日までにバドミントン協会 早山 ☎090-6524-7445へ。

●弓道…6月14日(日) 総合体育館 5月31日までに弓道連盟 阿部 ☎090-4913-7195へ。

●アーチェリー…7月5日(日) 西栗鴨体育館 6月28日までにアーチェリー協会 富田 ☎03-3269-2930(ライオン堂洋品店)へ。

●ソフトボール…7月5・12・19日 日曜日 千早スポーツフィールド 6月14日までにソフトボール協会 清水 ☎03-3974-3582へ。

### 区民ヤマベ釣り大会

6月14日(日)※雨天決行 午前5時30分東京建物 Brillia HALL前集合、栃木県五行川周辺 ヤマベの総重量で競う※竿などの制限あり。区内在住、在勤の方と家族 45名 7,500円(小学生以下は6,000円) 竿、仕掛け、えさ、弁当、雨具

6月3日までに2次元コードか電話で豊島区釣友連合会 事務局 今成 ☎090-3229-1079へ※先着順。

### 東京ヴェルディインクルーシブサッカーフェスタ

6月27日(出) 午前10時～11時30分(午前9時30分受付開始) 南長崎スポーツセンター 障害の有無に関わらず一緒にサッカーを楽しむ。30名 タオル、飲み物、室内履き

6月12日までに2次元コードで申込み ※区内在住、在勤、在学の方優先で先着順。  
スポーツ推進グループ ☎03-4566-2764

## 官公署から

### 東京バス協会「東京都シルバーパス新規購入のお知らせ」

都内民営バス・都営交通等が定額で利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。満70歳以上の都民 ※寝たきりの方を除く

●有効期限…9月30日まで  
●申込み…必要書類を用意し、バス営業所や都営地下鉄定期券発売所等の発行窓口で申し込んでください。4～9月にバスを購入する場合は、有効期間が短いため、12,000円の利用者負担額が6,000円に引き下げられます。●お知らせ…利便性の向上のため、令和8年度の一斉更新で、現行の磁気カードからICカード(PASMO)に移行します。

担当協会シルバーバス専用 ☎03-5308-6950 (平日午前9時～午後5時)

### 豊島都税事務所 「5月は自動車税の納期です」

自動車税は、毎年4月1日時点で自動車検査証(車検証)に登録されている所有者(割賦販売の場合は使用者)に課されます。令和8年度の自動車税納税通知書は、5月1日に発送しました。6月1日までに納めてください。

自動車税コールセンター ☎03-3525-4066(平日 午前9時～午後5時) 都税の支払方法

### 豊島区民社会福祉協議会 「令和8年度助成事業募集」

●地域福祉活動費助成事業…地域福祉活動に関わる経費の一部を助成します。  
●サロン活動支援助成事業…区内で行うサロン活動に関わる経費の一部を助成します。

いずれも6月30日(必着)までに申請書類を窓口か郵送かファクスかEメールで「〒170-0013 東池袋1-39-2 豊島区役所東池袋分庁舎4階 豊島区民社会福祉協議会、☎03-3981-2946、josei@atoshima.ne.jp」へ。  
担当会共生社会推進担当 ☎03-3984-9375

### 東京都下水道局 「浸水被害対策をお願いします」

近年多発している集中豪雨などにより、浸水被害が発生しています。豪雨に備え、家庭でも「土のう」や「水のう」の準備など、浸水対策をお願いします。また、当局では東京アメッシュによりリアルタイムで降雨情報を提供しています。2次元コードを参照してください。

東京都下水道局 北部下水道事務所 お客さまサービス課 ☎03-5820-4352 東京アメッシュ

保険料の納め忘れはありませんか？  
6月1日が納期限です  
5月送付分の後期高齢者医療保険料、介護保険料は期限内に納付をお願いします。

### はがきなどの記入例

①事業またはイベント名 ※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。  
②〒住所  
③氏名(ふりがな)  
④年齢 ※に住所がない場合は「〒171-8422 豊島区役所各グループ」へ。  
⑤電話番号  
⑥その他必要事項

## PICK UP EVENT 1 企業提案制度採択事業ー コミュニティガーデンがオープンします！

「豊島区企業等による事業提案制度」は、豊島区をより良くしたい企業等から、地域課題の解決につながる具体的な提案を受け、提案した企業等が実施する事業(割賦販売の場合は使用者)に課されます。令和8年度の実施事業として、「未利用地を活用したコミュニティガーデンと菜園運営事業」が採択されました。6月に、ついにコミュニティガーデンがオープンします。

◆提案企業…DAIKEN(株) ◆事業概要…区の未利用地をコミュニティガーデンや菜園に整備し、区民が利用できるスペースを提供する。  
◆場所…高松1丁目2番(旧千川中ブル跡地)  
◆オープニングイベント…6月6日(出) 午前10時から ※天候等の事情により日程変更の場合あり。  
◆利用者の募集…利用者がプランターや花壇で野菜作りや草花を楽しむ。 ☎03,000円/世帯※詳細は問い合わせください。

担当DAIKEN(株)ソリューション開発部グリーン事業担当 ☎03-6271-7717

## PICK UP EVENT 2 生涯学習オープンスクール

東京豊島 IT 医療福祉専門学校  
●財務会計への第一歩入門  
5月20日(水) 午後2～4時  
「簿記会計」の要点を覚えて、企業の経営状況を把握できる第一歩の講座。20名 500円  
●Excel 関数初級講座  
5月20日(水) 午後2～4時 Excel 関数の基本を学ぶ。中学生以上の方 20名 500円  
電話かファクスで「当校 ☎03-3984-6220、☎03-3984-8619」へ※先着順。

早稲田文理専門学校  
●ゼロから学ぶ中国語(全3回)  
5月23日、6月6・20日 土曜日 午前10時～正午 国本文法の習得、生活関連単語の学習。  
初心者の方 15名 2,150円  
電話かファクスで「当校 ☎03-5960-2611、☎03-5960-2622」へ※先着順。

日本外国語専門学校  
●英検対策合格セミナー(準2級、2級、準1級)1次対策  
5月24日(日) 午前10時～午後3時 英検合格を目指す方のための1次試験対策セミナー。  
中学生、高校生 各級50名 500円

電話かファクスで「当校 ☎03-3365-6141、☎03-3365-6041」へ※先着順。  
JTB ツーリズムビジネスカレッジ  
●ホテルの仕事体験してみよう  
5月24日(日) 午後2時～3時30分 ホテルの仕事を知り、ホテルマンの所作、立ち居振る舞いを体験。中学生以上の方 15名 500円  
●今、世界遺産より「日本遺産」に注目！  
6月19日(金) 午後5時30分～7時 講座「日本遺産って何？そこにはストーリー(物語・歴史)があり、地域活性化の起爆剤となるか？」  
中学生以上の方 20名 500円

電話かファクスで「当校 ☎03-3910-5551、☎03-3910-5020」へ※先着順。

東京電子専門学校  
●ゼロから始める生成 AI 入門  
6月6日(出) 午前10時30分～正午 難しい知識は不要で、小学生からでも安心して楽しく学べる生成 AI 入門講座。  
小学生以上の方 20名  
電話かファクスで「当校 ☎03-3982-3131、☎03-3980-6404」へ※先着順。

## PICK UP INFO 5 不燃化促進における助成制度

期間を令和12年度まで継続します  
「燃えない・燃え広がらないまち」にするため、不燃化特区制度による建築物の不燃化を促進しています。当制度は、老朽建築物の取り壊しや建替えの経費を一部助成するもので、令和7年度までの予定でしたが、池袋本町・上池袋地区を除く地区で5年間継続することになりました。また、池袋本町・上池袋地区では、局所的に不燃化が進んでいない一部区域において集中して実施される「不燃化集中促進事業制度」が始まりました。建築工事費を除き、不燃化特区制度と同様に経費の一部を助成します。

### 助成制度をご利用ください

●老朽建築物除却助成…取り壊し費用等の一部(床面積に応じた限度額あり)  
●戸建建替え促進助成…取り壊し費用等の一部(床面積に応じた限度額あり)。設計費および工事監理費(床面積に応じた額)、建築工事費(床面積に応じた額)※耐火性能を向上させる必要あり。  
※いずれも法定耐用年数の3分の2以上が経過した建築物を取り壊すことが要件です。取り壊し前に申請が必要です。詳細は問い合わせください。

## PICK UP INFO 4 事業者向け賃上げ支援金

大企業を中心に賃上げが続いている中、継続的な賃上げに取り組む中小企業を支援します。

●対象事業者  
区内に本店登記地を有する中小企業基本法第2条に規定する中小企業区内に主たる事業所を有する個人事業主  
※経営安定臨時支援金事業(介護保険課・障害福祉課)の利用者は除く。

●給付制度・要件	
給付額	5万円/人(1社あたり最大50万円)
受付期間	4月20日～12月22日※予算の上限に達次第終了
対象となる従業員	週20時間以上の勤務実績があり、役員※1でないもの
対象となる賃金	基本給または時間給等※2(賞与・手当※3を除く)
賃上げ率	賃上げ対象期間の前月比3%以上
賃上げ対象期間	※対象賃金の時給が東京都の最低賃金を超えていること 4月1日～12月15日

※1 役員…履歴事項全部証明書に記載より確認がとれるもの等  
※2 時間給等…時間給、月給等で1か月に支払われた額  
※3 賞与・手当…勤務実績・経営状態に応じて支給される賞与、住居手当・勤務手当・残業手当などの手当

※しあ賃上げ促進支援金専用ダイヤル(創業・経営支援グループ内) ☎03-4566-2746

## 第32回 ひきこもり相談窓口だより

●歩くこと  
花見やゴールデンウィークのイベントごとも終わり、人混みも落ち着いた時期になりました。気分転換と運動に、少し外に出てみてはいかがでしょうか。

●当事者会  
行政や民間団体、個人の支援者や当事者など、様々な形で集まる場が増えています。開催場所も様々で、オンラインで参加できるものもあります。興味を持てるような場があれば、思い切って参加してみたいかがですか。まずは誰かに話をしてみ、それから何をするか考えたいと思っている方は、ぜひ当窓口ご連絡ください。

●来庁しなくても相談できます  
電話、Eメール、訪問、オンライン(ビデオ通話)でも相談できます。◆休日相談…6月13日(出) 午後1～4時※電話かEメールで要予約。

担当窓口 ☎03-4566-2427(平日 午前8時30分～午後4時30分)、 ☎A0029968@city.toshima.lg.jp

## 地域まちづくり課事業調整グループ ☎03-3981-1464

●専門家派遣制度  
建替えを支援するため、弁護士、税理士、建築士などの専門家を派遣できます。

### 固定資産税・都市計画税の減免

●不燃化特区内において建替えを行った住宅にかかる固定資産税・都市計画税の減免  
●老朽建築物除却後の土地に対する固定資産税・都市計画税の減免  
担当豊島都税事務所固定資産税班 ☎03-3981-5336

