

PICK UP EVENT 1

生涯学習オープンスクール

JTB ツーリズムビジネスカレッジ

●面白い！世界遺産講座

8月26日(水) 午後5時30分～7時 世界遺産の成り立ちから、人気の世界遺産のすばらしさを学ぶ。中学生以上の方 定20名 費500円

●ホテルの仕事を体験してみよう

9月13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する。中学生以上の方 定15名 費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

8月29日、9月5日 土曜日 午前10時30分～正午 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 定各20名

電話かファクスで「当校03-3982-3131、03-3980-6404」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)

9月19日、10月3・17日 土曜日 午前10時～正午 中国語の基本3文型を学ぶ。基本文法の習得、生活関連単語の学習など。初心者の方 定15名 費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

9月20日(日) 午前10時～午後3時 英検合格を目指す方向けの1次試験対策セミナー。中学生・高校生 定各50名 費500円

電話かファクスで「当校03-3365-6141、03-3365-6041」へ※先着順。

PICK UP EVENT 2

シニアトピックス

ヒアリングフレイルチェック

アプリを使った聞こえのチェック。区内在住、在勤で65歳以上の方 ①高田介護予防センター03-3590-8116、②東池袋フレイル対策センター03-5924-6212へ。

	日付	午前	午後	場所
①	9月11日(金)		○	介護予防センター長崎活動室
	9月24日(木)		○	区民ひろば池袋
	9月29日(火)		○	区民ひろば椎名町
②	9月1日(火)		○	区民ひろば西池袋
	9月4日(金)	○		東池袋フレイル対策センター
	9月14日(月)		○	区民ひろば清和第一

フレイルチェック

区内在住の65歳以上で要介護・要支援認定を受けていない方 定各15名 動きやすい服装

介護予防・認知症対策グループ03-4566-2434へ※先着順。

日時	場所
9月29日(火) 午前10時～正午	区民ひろば南大塚
10月2日(金) 午後1時～2時45分	東池袋フレイル対策センター
10月23日(金) 午後1時～2時45分	高田介護予防センター

フレイル測定機器講座

区内在住で65歳以上の方 定①各18名、②各15名

介護予防・認知症対策グループ03-4566-2434へ※先着順。

日時	場所
①正しい歩き方を学んで転倒予防に取り組もう講座	
9月30日(水) 午前10時～11時30分	区民ひろば上池袋
10月6日(火) 午後1時30分～3時	区民ひろば千早
10月8日(木) 午後1時30分～3時	区民ひろば清和第一
②足腰筋力アップで転倒予防に取り組もう講座	
9月10日(木) 午前10時～11時30分	区民ひろば長崎
10月1日(木) 午後1時30分～3時	区民ひろば椎名町

PICK UP INFO 5

入浴に伴う乳児の落下に注意しましょう！

家庭内における入浴・沐浴に伴う乳児の落下事故が多く発生しています。生後間もない乳児が入院するケースもみられます。

【事例1】

生後0歳1か月の乳児を洗濯機の上に寝かせ、浴室のシャワーを出すためにその場を離れたところ、ドンと音がした。保護者が振り返ると乳児はうつ伏せで床に落ちていた。外傷性くも膜下出血により入院となった。

【事例2】

生後0歳4か月の乳児を浴槽のふたの上に寝かせていた。保護者が髪を洗う際に目を離したところ、乳児が動き落下した。頭頂骨骨折、急性硬膜外血腫により約1週間入院となった。

注意しましょう

・絶対に、乳児を洗濯機の上や浴槽のふたの上に寝かせてはいけません。

・落下する危険性がある場所ではなく、床などの安全な場所に寝かせましょう。

・バウンサーなどの子ども用品を使用する際は、取扱説明書に従い正しく使用しましょう。

消費生活グループ03-4566-2416

PICK UP INFO 6

9月は認知症月間です

毎年9月は「認知症月間」、9月21日は「認知症の日」と定められています。区では認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して様々な取組みを実施しています。認知症に関する相談は各高齢者総合相談センターへ問い合わせてください。

中央図書館特別展示

8月29日(土)～9月24日(木) 認知症のある人の著書本や絵本など認知症関連の本を展示。

豊島区認知症ケアバス配布

9月1日(火)～30日(水) ジュンク堂書店池袋本店6階医療書コーナー

当日直接会場へ。

おしゃべりタイム～思い出を話そう～

9月1日(火) 午前10時～11時30分 区民ひろば目白 認知症の予防に効果のある自己肯定感を高める講座。区内在住、在勤、在学の方 定10名

電話で当ひろば03-5956-5871へ※先着順。

本人ミーティング

①9月4日(金) 午前11時～午後1時(毎月第1金曜日) 豊島長崎クリニック

②9月18日(金) 午後2～3時(毎月第3金曜日) 高田介護予防センター

③9月29日(火) 午後2～3時 区民ひろば千早

もの忘れが気になる人や認知症のある人が集まり、自らの体験などを語り合う。

電話で①当クリニック03-6905-8682、②・③介護予防・認知症対策グループ03-4566-2433へ。

チームオレンジ

①園芸活動…9月1日(火) 午前10時30分～11時30分(毎月第1火曜日) 介護予防センター長崎活動室 定5名

②イケサンパーク公園ボランティア…9月11日(金) 午後2～3時(毎月第2金曜日) 区としまどりの防災公園(IKE-SUNPARK) 認知症のある人の希望を叶える活動。認知症のある人や家族が認知症サポーターとの活動を楽しむ。認知症のある人、家族、認知症サポーター 定5名

認知症サポーター養成講座スキルアップ講座「声かけ体験」

9月17日(木) 午前10時～11時30分 区役所本庁舎1階としまセンタースクエア 認知症のある人への接し方を体験学習で学ぶ。

認知症サポーター養成講座修了者 定40名

認知症サポーター養成講座

①9月25日(金) 午前10時～11時30分 区民ひろば椎名町 定5名、

②9月29日(火) 午前10時～正午 巣鴨信用金庫本店3階ホール 定60名

認知症を正しく理解し、認知症のある人や家族を温かく見守る応援者や支援する人を養成する。②は巣鴨警察署からの防犯の話あり。

いずれも 区内在住、在勤、在学の方

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

PICK UP EVENT 3

としま未来文化財団

●第237回行舎ランチタイムコンサート

9月2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…エレクトーン/おっち、ボーカル/颯希、本多羅偉、田野倉 大樹 定200名 当日直接会場へ※先着順。 園事業第一グループ03-3590-7118

●「華麗なる彩り」小会…9月13日(日) 午後1時開演 南大塚ホール 出演…としま区日本舞踊家集団ほか 定1,000円(全席自由)

電話でとしま区日本舞踊家集団03-3910-8393へ※先着順。

●当財団マスコットキャラクターとしまくん20周年アニバーサリーイベント…9月22・23日(祝) 午前10時～午後4時

としま区民センター 募集したお祝いメッセージの掲示、来場者へオリジナルグッズ等の配布など。 当財団広報グループ03-3590-7119

●雑司が谷の御会式レクチャー＆ワークショップ(全2回)…10月4日(日) 午前9時45分～午後0時30分、10月17日(出) 午後7時～9時30分(予定) 場南池袋小学校ほか 定20名 費2,000円

8月18日午前10時から当財団ホームページで申込み※先着順。 園事業第一グループ03-3590-7118

いずれも詳細は当財団ホームページ参照。

地域文化創造館

●雑司が谷 ワード2021基本講座(全6回)…9月1～18日 火・金曜日 午前10時～正午 定8名 費3,300円 8月23日までに当館窓口(返信はがき持参)か復はがき(5面記入例参照)で申込み※抽選。

文化カレッジ受講生募集

●駒込 【107】苔テラリウムと多肉植物の寄せ植え～小さな緑の世界を楽しむ2日間(全2回)…10月4・18日 日曜日 午前10時～正午 定30名 費6,600円 9月18日(締切)

●巣鴨 【208】宗教学への誘いⅡ～近代日本の宗教～(全5回)…9月24日、10月8～29日 木曜日 午後2～4時 定20名 費4,400円 9月7日(締切)

●南大塚 【507】誰でもできる！みんなで取り組む健康に生きるための体操講座(全5回)…10月5・19日、11月2～16日 月曜日 午前10時～正午 定16名 費4,700円 9月7日(締切)

●雑司が谷 【310】ちとせ橋コミュニティ塾～遺跡・上水(暗渠)・古道から紐解く過去と現在～(全10回)…9月12日～12月12日 土曜日 午後2～4時 定30名 費10,000円 8月23日(締切)、【311】初めての陶芸～手びねりで作るくい呑み&片口～(全4回)…9月16日～10月14日 水曜日(祝日を除く) 午前10時～正午 定10名 費6,000円 8月31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てください)

弁護士による無料相談会

相談・離婚についての実績多数

8/19(水)13:30～17:00 9/16(水)13:30～17:00 予約不要

開催場所 IKE-Biz としま産業振興「ガ」第1会議室 ▼アクセス 〔豊島区西池袋2-37-4〕池袋駅南口 徒歩7分 〓ご予約は必要ございません。お気軽にお越し下さい

9/7(月)17:00～19:00 事前予約制

開催場所 金剛院 ▼アクセス 〔豊島区長崎1-9-2〕椎名町駅北口 徒歩30秒 〓お問合せ・ご予約は、下記までお願い致します。 〔お電話受付〕ライフデザイン 090-8657-1486 〓本・金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 尚志 (東京弁護士会所属) 〓営業時間 9:30～20:00 〓休日はお休み 〓〒114-8601 豊島区池袋1-7-10 ビルD79ビル8階 〓https://tjy.law.jp 〓検索 〓無料相談会の予定はHPにも掲載しております

会員募集中

60歳以上の皆さま! お待ちしております!

今年は設立50周年を記念したイベントを開催予定!

区内各所で元気に活動中!

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 豊島区東池袋二丁目55番6号

WEB入会もできます! 詳しくはコチラ! 豊島区 シルバー 検索

広 告(内容は各広告主に問い合わせてください)

無料相談会

8月20日(木)～9月27日(日) 池袋で開催!参加無料・要予約

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。

不動産の悩みは多くの人が経験することですが「まだ売るのが残すのか決めていない」「他の選択肢はないか」「資金面が不安」といった段階では、適切な相談先が見つかりにくいのが実情です。また、専門家に直接相談できる機会も多くはありません。そこで地域密着のネットワークを生かした不動産の売買や賃貸、土地

有効活用をサポートする「アート住宅流通」「旭化成ホームズ」では8月20日(木)～9月27日(日)の期間中、「土地活用まるわかり個別相談会」を池袋で開催します。

相談対策や空き家対策 不動産相続の悩みにも対応

相談会では、損をしないための不動産売却の進め方のポイントや注意点、遊休地・貸駐車場・借地・底地の有効活用、実家などの空き家対策の選択肢、不動産相続対策の選択肢や資産の組み換え、老朽化した貸家やアパート、自宅の建て替えの手順などについて相談できます。

都合の良い日時に予約して、土地活用のプロのアドバイスを受けてみては。

8月20日(木)～9月27日(日)(火・水定休) ①午前10時から②午前11時から③午後1時から④午後2時から⑤午後3時から⑥午後4時から※希望日の3日前までに日時を選んで申し込みを 時土地活用に役立つガイドブック4冊

相続・贈与の税金 知っておきたい相続の勘どころ はじめの一歩 土地活用 立ち寄り Q&A

ニッセイ池袋ビル12階会議室 (豊島区東池袋1-24-12・地図参照) 各線「池袋」駅東口徒歩4分 ①土地・空き家の売り方相談会 ②土地活用まるわかり相談会 ③賃貸・店舗併用住宅相談会 ④老朽貸家の建て替え相談会 ※希望の内容を選んでください

相談会事務局(わかば企画内) 0120-661-339 午前10時～午後5時 ※個人情報受け付けに利用

WEBの申込はコチラから

6 広報としま 令和8年(2026年)8月15日号 No.2130

7