

プロから学ぶ!

おいしい野菜を
育てよう

ねりま 区報

1/11 ➔

平成 27 年 (2015 年) 第 1707 号
毎月 1 日・11 日・21 日発行

発行/練馬区 編集/広聴広報課広報係
〒176-8501 豊玉北6-12-1
☎3993-1111 (代表) FAX 3993-1194
(夜間・休日) ☎3993-1101
http://www.city.nerima.tokyo.jp/

今号の注目情報

- (仮称)区政運営の新しいビジョン(素案)が描く近未来ストーリー「新しい成熟都市 練馬」を紹介 2面
- 石神井公園ふるさと文化館特別展 富士山～江戸・東京と練馬の富士 8面

目次

- ・お知らせ/税/福祉・障害のある方/事業者向け/環境/計画/働く... 4・5面
- ・国民年金/ボランティア/お休みします/高齢者/健康・衛生/子ども・教育 6・7面
- ・講座・講演会 8・9面
- ・スポーツ/催し 10・11面

成人の日のつどいを開催

▶日時:1月12日(祝)午後1時～2時30分
(受け付けは午前11時30分から) ※式典に参加する方は、午後1時までにて特設会場に入場してください。▶場所:としまえん▶問合せ:育成支援係☎5984-1292 (12日午前8時～午後3時)

利用料など

- ▶農園名・所在地など:左下の表の通り
- ▶利用期間:3月中旬～来年1月末 ※更新は園主との相談。
- ▶利用料:3万2000円(練馬区に住民票がない方は4万4000円) ※利用料には、指導料・野菜収穫代などを含みます。 ※農園によって別途資材代が掛かる場合があります。

申し込み方法など

- ▶対象:20歳以上の方 ※家族での参加も可。
- ▶申込:往復ハガキに①農園名②住所③氏名④年齢⑤電話番号と、返信面に返信先を記入の上、1月31日(消印有効)までに各農園の申込先へ
- ▶抽選方法:区の立ち会いの下で、園主が抽選 ※結果は2月中に各農園から全員に通知します。

注意事項

- ・農業体験農園は、区画の貸し出しではありませんので、栽培する作物の選定などは園主が行います。
- ・種・苗・肥料・農具は、園主が用意します。
- ・申し込みは、1農園につき1通に限ります。
- ・駐車場はありません。



関町グリーンガーデンの利用者の皆さん

農業体験は 魅力がいっぱい

大根、人参、トマトなど季節ごとにいろいろな野菜を育てています。初めて農業を体験する方が多く、土づくりから分かりやすく教えています。皆さん、最初は慣れない作業に戸惑いますが、あっという間に上達しますよ。

また、農作業を通じて地域の方とのコミュニティが生まれるのも農業体験農園の魅力です。季節の恵みを味わうために、また仲間づくりのためにぜひ参加しませんか。



関町グリーン
ガーデン園主
田中秀一さん

農業体験農園の 利用者を募集

農業体験農園は、区内の農家が開設し、経営・管理している農園です。農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までを体験でき、初心者も安心して取り組みます。農作業の講習は週末を中心にを行いますので、お勤めの方も、おいしい野菜づくりを楽しめます。

▶問合せ:農業振興係☎5984-1403

※下表の申込先へ直接申し込んでください。

農業体験農園一覧

農園名・所在地	申込先	募集数(予定)
学田体験農園 (中村南1-4)	〒176-0025 中村南1-10-1 神田 耕	若干名
田柄すずしろ農園 (田柄1-29)	〒179-0073 田柄1-7-2 吉田 忠男	15名
イガさんの畑 (土支田1-35)	〒179-0076 土支田1-34-8 五十嵐 透	若干名
楽農くらぶ (三原台3-27)	〒177-0031 三原台3-28-19 荘 光男	20名
農の詩(うた) (石神井町5-15)	〒177-0041 石神井町5-13-1 富岡 忠明	17名
農学校「石泉愛らんど」 (石神井台6-5)	〒177-0045 石神井台6-5-27 本橋 邦浩	35名
あーばん あぐりぱーく 石神井台(石神井台8-2)	〒177-0045 石神井台4-21-9 尾崎 賀一	若干名
関町グリーンガーデン (関町北3-20)	〒177-0051 関町北3-20-8 田中 秀一	20名
井頭体験農園 (東大泉7-27)	〒178-0063 東大泉7-34-33 山口 米蔵	41名

農園名・所在地	申込先	募集数(予定)
どろんこ・わあるど (西大泉2-25)	〒178-0065 西大泉2-25-21 内堀 雅巳	40名
旬感倶楽部 (南大泉1-6)	〒178-0064 南大泉1-6-19 井口 和喜	60名
緑と農の体験塾 (南大泉3-17)	〒178-0064 南大泉3-15-3 加藤 義松	40名
南大泉やさい村 (南大泉4-39)	〒178-0064 南大泉4-37-16 山口 幸治	30名
大泉 風のがっこう (大泉町1-54)	〒178-0062 大泉町1-44-14 白石 好孝	25名
緑の散歩道 (大泉学園町3-4)	〒178-0061 大泉学園町3-6-47 小美濃 昌一	35名
百匁(ひやくめ)の里 (大泉学園町3-17)	〒178-0061 大泉学園町2-30-45 加藤 正明	30名
百匁の里第二 (大泉学園町3-12)		若干名

「ねりま区報」は、朝日・産経・東京・日経・毎日・読売の各新聞に折り込んでお届けしています。また、駅・金融機関・郵便局・公衆浴場・ファミリーマート・セブン・イレブンや区立施設にも置いています。

【掲載内容について】 講座・大会などの対象は、原則として区内在住・在勤(在学)の方です。 ※郵送・ファクス・電子メールでの申し込みは、1人1通に限ります。 ※参加費など記載のないものは無料です。 ※区役所へ郵送する場合の宛先は、郵便番号(〒176-8501)と部署名のみで届きます。

〔仮称〕区政運営の新しいビジョン(素案)が描く 近未来ストーリー「新しい成熟都市練馬」を紹介

12月に、今後の区政運営の方向性を明らかにする(仮称)区政運営の新しいビジョン(素案)を策定しました。その中では、ビジョンによる取り組みが実現した状態を分かりやすく紹介する近未来ストーリー「新しい成熟都市練馬」を掲載しています。今回その一部を紹介いたします。 ※近未来ストーリーの全文は、区ホームページ「お知らせ」の「〔仮称〕区政運営の新しいビジョン(素案)」をご覧ください。

問合せ 企画課 ☎5984・2448

1 若い夫婦はポタリングで地元を発見



今日は日曜日。高子が朝食を作っていると、同居している小学生の孫アサヒが下に降りてきた。高子「ママたちは、今日はどうするの？」

アサヒ「パパとママは、ポタリングに行くって」

練馬区は平坦な地形を活かして、自転車による散策コースを設定し、シェアサイクル・ステーション(※1)も増やしたから、娘夫婦は最近ポタリング(自転車によるまち巡り)に出掛けるようになった。区の西側に南北の道路もできたり、西武新宿線は鉄道が立体化され、上石神井駅付近の踏切もなくなった。駅前も見違えるようだ。

アサヒ「そういえば、最近できた道路は電柱がなくて歩道が広く、街路樹も素敵な雰囲気です。とても歩きやすい。歩いてまち巡りをするのも楽しさになってきた。」

※1：共有自転車の貸し出し・返却場所。

2 ライフスタイルにあわせた子育て

高子「アサヒは一緒に行かないの？」

アサヒ「今日はお隣のお姉ちゃんも、いとこのお姉ちゃんと一緒に、商店街のイベントに連れて行ってくれるの」

高子「お姉ちゃん、この前まで赤ちゃんだと思っていただけ」

アサヒ「お姉ちゃん、練馬子ども園の年長さんだよ」

自分たちが子育てしていた頃と比べて、子育て支援が産前から就学時期まで切れ目なく

充実して、今の世代は本当に恵まれていると思う。娘を産んだ頃は保育園の待機児童が多く、娘を保育園に入れられず苦労した。小学校入学以降も、学年が上がると児童クラブに入れなくなり、娘の放課後が心配だったものだ。

今は、保育園も幼稚園も「練馬子ども園」になり、分かりやすく利用しやすい仕組みになった。待機児童もいなくなった。

一時的に子どもを預ける仕組みも充実し、仕事を続けたい親も、家庭で子育てしたい親も、希望する子育て支援の選択肢が増えている。

小学生は、各学校の「ねりっこクラブ(※2)」で、親が働いている子も働いていない子も一緒に楽しんで放課後を過ごしている。

※2：児童クラブと学校応援団ひろば事業を統合したもの。



ビジョン(素案)にご意見を

現在、ビジョン(素案)へのご意見を募集しています。素案の全文は、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、企画課、区ホームページ「お知らせ」をご覧ください。ご意見は、区民意見反映制度により募集します。①意見②住所③氏名を、1月31日(必着)までに持参または郵送、ファクス、電子メールでお寄せください。 ※ご意見は匿名で公表する場合があります。

ご意見の送付先

〒176-8501 区役所内企画課
(本庁舎6階) ☎3993・1195
電子メール kakaku@city.nerima.tokyo.jp

区長とともに 練馬の未来を語る会を開催

ビジョン(素案)について
区長がご意見を伺います

ビジョンの概要について説明し、直接区民の皆さまのご意見を伺います。▼日時・場所：▼

日時	場所
1/19(月) 18:30~20:30	ココネリ3階 (練馬1-17-1)
1/20(火) 18:30~20:30	光が丘区民センター3階 (光が丘2-9-6)
1/24(土) 14:00~16:00	勤労福祉会館 (東大泉5-40-36)
1/31(土) 10:00~12:00	関区民センター2階 (関町北1-7-2)

※車でのご来場はご遠慮ください。

西武新宿線の 立体化に向けて 早期実現に向けた結成大会を開催

区内の西武新宿線には、13カ所の踏切があり、交通渋滞の発生や踏切事故の危険性、地域の分断による生活の不便や沿線地域のまちづくりの遅れなどの問題を引き起こしています。

今回、西武新宿線の区内全区間を含む、井荻から東伏見駅付近の鉄道立体化の早期実現と、「外環の2」を始めとした南北道路の整備などにあわせた沿線地域におけるまちづくりの推進を図るため、「西武新宿線立体化促進協議会」を設立します。

結成大会を開催

区民・区議会・区が一体となって、国や東京都、鉄道事業者への要請活動に取り組むため、西武新宿線立体化促進協議会の結成大会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

▼日時：1月25日(日)午後2時~3時30分(午後1時30分開場)▼場所：上石神井小▼申込：当日会場受け付け

※車でのご来場はご遠慮ください。

会場案内

交通：西武新宿線上石神井駅下車北口徒歩5分



上石神井第1号踏切(上石神井駅南口)



少年自然の家

ペルデ

春休み期間(3/26(木)～4/4(土))の 予約受け付けを開始



ペルデ武石

問合せ

団体利用：少年自然の家係 ☎5984・2441
一般利用：旅行サービスコーナー ☎5984・1234

ペルデ(少年自然の家)は、長野県軽井沢・武石(たけし)、静岡県下田、千葉県岩井にある宿泊施設です。春休み期間の利用は、団体と一般に分けて受け付けます。利用は1グループ1回のみで3泊4日までです。

団体利用
1/16(金)までに電話で

【対象】区内の少年団体や生涯学習団体などで、10名以上で利用する団体
※親睦のみを目的とする場合は一般利用となります。
※同一団体の重複申し込みはできません。

【申し込み方法】1月16日(金)まで
※岩井は団体利用のみです。軽井沢・武石はスキー用具(板・ブーツ・ストック)の貸し出しがあります(1日1000円。中学生以下は無料)。軽井沢・

ベルデ春休み一般利用抽選申込書(3/26～4/4)

①希望施設と日程(3泊4日まで)を第3希望まで ※1・2階、和室、洋室などの部屋の指定はできません。	②部屋の種類・数(武石新館の車いす室希望は、車いすと記入)
第1希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人部屋を 部屋
第2希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人部屋を 部屋
第3希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人部屋を 部屋
③利用者数 大人 人・中学生 人・小学生 人 幼児(3歳以上 人・2歳以下 人)	
④申込代表者 〒 住所 氏名 日中連絡の取れる電話番号	
⑤体育館・研修室の利用を希望する場合は、付帯施設名、利用日時に○印を付け、どちらかの□にチェックしてください。 【付帯施設名】 体育館 ・ 研修室 利用日時→ 初日午後 2日目午前・午後 3日目午前・午後 4日目午前 <input type="checkbox"/> 体育館・研修室が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 体育館・研修室が利用できなくても、宿泊を希望する	

部屋の種類・料金など詳しくは、わたしの便利帳「文化、スポーツ、余暇」をご覧ください。



までに電話で少年自然の家係へ連絡の上、申し込みに必要な書類を1月20日(火)までに提出してください。

【抽選・予約】1月20日(火)午前10時～正午に区役所本庁舎19階で抽選・予約会を行います。代表者は必ず参加してください。

一般利用
1/20(必着)までに往復ハガキで

【対象】区内在住・在勤(在学)の方など

※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは、申し込みできません。

※2通以上申し込み込んだ場合は無効になります。

【申し込み方法】上の申込書に必要な事項を記入の上、往復ハガキの往信の裏面に貼って、1月20日(必着)までに〒176・8501区役所内少年自然の家係へ

【結果】1月30日(金)に発送を予定しています。

※抽選後の空き室の受け付けは、後日区報でお知らせします。※利用予約は他者へ譲渡できません。

子どものための講座を 企画・運営する団体を募集

子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、来年度に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。

問合せ
青少年課育成支援係
(区役所本庁舎11階)
☎5984・1292



募集する講座

●ねりま遊遊スクール
(子ども・親子対象)

子どもが体験する、発見する、創作する、感じる、学ぶをテーマにした講座です。

●子育て学習講座
(大人対象)

子育てや子どもの教育をテーマにした講座です。

●子供安全学習講座
(子ども・大人対象)

地域で暮らす子どもの安全・安心・防犯をテーマにした講座です。

●すまいるねりま遊遊スクール
(主に知的障害のある小中学生と保護者対象)

遊び・体験・交流を通しての成長・発達をテーマにした講座です。

●ねりまイフメン講座
(父親・父子対象)

父親の育児や家事参加、父と子の触れ合いをテーマにした講座です。

対象・申し込み方法など

▼対象：次の①～③のいずれかに当てはまる団体
①区内の小中学校・幼稚園・保育園などのPTAや父

母会
②練馬区生涯学習届出団体の代表者が区内在住または在勤(在学)の20歳以上の方で、主に区内で活動している団体
▼開催期間：4月1日(水)

説明会を開催

応募する団体は参加してください。▼日時：1月20日(火) 午前10時～11時30分 午後6時30分～8時 ▼場所：区役所本庁舎19階 ▼申込：当日会場受け付け

来年3月31日(木)▼開催場所：区内の小中学校や幼稚園・保育園、公共施設など ※ねりま遊遊スクールのみ、区外で開催するものも応募できます。▼委託料：1企画につき講座委託料1万円または2万円(年間4万円まで)。すまいるねりま遊遊スクールは1企画につき講座委託料2万5000円(年間5万円まで) ※いずれも保育を行う場合は6500円を加算。▼申込：申込用紙に必要な書類を添えて、2月6日(必着)までに持参または郵送で青少年課育成支援係へ▼申込用紙の配布場所：図書館、体育館、青少年館、石神井公園ふるさと文化館、石神井公園区民交流センター、男女共同参画センター、えーる、青少年課など ※区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「ねりま遊遊スクール・子育て学習講座などの委託講座」にも掲載しています。

環境

12月の放射線量測定結果

詳しい測定結果は、区ホームページ「お知らせ」をご覧ください。▶問合せ:環境規制係☎5984-4712

測定点 (区立12施設)	測定値 (単位:マイクロシーベルト/時)
地表面から50cm	0.031~0.081
地表面から5cm	0.031~0.083

計画

平成27年度練馬区食品衛生監視指導計画(案)にご意見を

この計画(案)では、食品の検査や食品取扱施設への立ち入り、監視指導の重点項目などについて定めています。今後、3月までに計画を策定する予定です。

●計画(案)を配布します

計画(案)は、生活衛生課、同石神井分室(石神井保健相談所内)で配布します。また、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、区ホームページ「お知らせ」でもご覧になれます。

●ご意見を募集します

ご意見は区民意見反映制度により募集します。①意見②住所③氏名を、1月30日(必着)までに持参または郵送、ファクス、電子メールでお寄せください。 ※ご意見は、匿名で公表する場合があります。

〈問合せ・意見の送付先〉

〒176-8501区役所内生活衛生課食品衛生担当係(東庁舎6階) ☎5984-4675 ☎5984-1211・電子メール seikatueisei02@city.nerima.tokyo.jp

働く

学校生活支援員【非常勤職員】

▶対象:次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①教員免許状を持っている②保育士、介護福祉士、心理士資格などを持っている③学校教育や障害者施策などに関する知識・経験を有する▶期間:4月から1年間(再任する場合あり)▶勤務時間:午前8時15分~午後5時の間の6時間または7時間(月17日程度)▶勤務場所:区立小中学校▶内容:児童・生徒に対する学習支援、日常生活上の介助など▶採用予定数:20名程度(書類選考・面接)▶賃金:時給1,300円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶申込:教育指導課(区役所本庁舎12階)または区ホームページ「職員採用情報」にある履歴書(写真貼付)と作文用紙に必要事項を記入の上、1月26日(必着)までに〒176-8501区役所内教育指導課管理係☎5984-5746

学校生活臨時支援員(医療的ケア)【臨時職員】

交通費は支給しません。登録制で欠員状況により採用します。▶対象:看護師免許を有する方で、次の①②のいずれかに当てはまる方 ①小中学校の教員免許を持っている(取得

見込みも可)②学校教育や障害者施策などに関する知識・経験を有する▶採用予定日:4月1日(水)▶勤務日時:月~金曜午前8時15分~午後5時の間の7時間(月10日)▶場所:区立小中学校▶内容:通常学級に在籍している児童・生徒のたんの吸引などの医療行為、日常生活上の介助など▶賃金:時給1,600円(予定)▶申込:履歴書(写真貼付)を、持参または郵送で〒176-8501区役所内学務課就学相談係(本庁舎12階)☎5984-5664

幼稚園介助員【臨時職員】

交通費は支給しません。▶対象:幼稚園教諭免許状または保育士資格をお持ちの方(いずれも3月31日までに取得見込みも可)▶採用予定日:4月1日(水)▶勤務日:原則として月20日以内▶時間:午前8時45分~午後2時15分の間の5時間▶場所:区立幼稚園▶賃金:日額5,500円▶申込:履歴書(写真貼付)を、1月30日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内教育総務課職員係(本庁舎12階)☎5984-5629

①短時間保育補助②保育補助③調理④用務【臨時職員】

交通費は支給しません。登録制で欠員状況により採用します。▶期間:6カ月以内▶勤務日:月~土曜(月20日程度)▶時間:①朝...午前7時30分から、夕...午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度)②~④原則として午前8時30分~午後5時15分の間の4~8時間▶場所:区立保育園▶賃金:①時給1,300円(土曜1,400円)②時給1,100円(土曜1,200円)③④時給940円(土曜1,040円)▶申込:履歴書(写真貼付)に希望する職種(①~④の別)を記入の上、持参または郵送で〒176-8501区役所内保育課管理係(本庁舎10階)☎5984-5839

(公財)練馬区環境まちづくり公社契約社員

▶採用予定日:4月1日(水)▶場所:(公財)練馬区環境まちづくり公社▶内容:自転車問い合わせセンターでの電話対応など▶採用人数:1名(書類選考・面接)▶報酬:時給1,060円 ※交通費支給。▶申込:(公財)練馬区環境まちづくり公社またはホームページ(http://www.nkm.or.jp/)にある募集要項をご覧ください。1月21日(必着)までに(公財)練馬区環境まちづくり公社☎3993-8011

心のふれあい相談員【登録制】

交通費は支給しません。▶対象:地域の健全育成活動、教育相談活動に意欲のある方▶期間:4月から1年以内▶勤務日:月~金曜(週2~4日)で10~14時間程度▶時間:午前8時~午後5時の間の学校が指定する時間▶場所:区立小中学校▶内容:児童・生徒の悩み相談、話し相手▶謝礼:時給1,300円(予定)▶申込:学校教育支援センターまたは区ホームページ「職員採用情報」にある履歴書(写真貼付)を、1月31日(必着)までに郵送で〒179-0072光が丘6-4-1 学校教育支援センター☎6385-9911

介護・障害福祉サービスふくしの仕事 はじめてセミナー

区内事業所で働く方が、仕事の魅力や体験談などを紹介します。▶日時:1月31日(土)午前10時~正午▶場所:石神井公園区民交流センター▶

定員:50名(申込順)▶申込:電話で練馬介護人材育成・研修センター☎6758-0145 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員8名(申込順))を利用したい方は、1月22日(木)までに併せて申し込んでください。

練馬こぼしハーフマラソン2015 住民説明会を開催 ~交通規制を行います

問合せ シティマラソン担当係☎5984-3555

3月29日(日)に練馬こぼしハーフマラソン2015を開催します。当日は、光が丘地域を中心に大規模な交通規制を行う予定です。下表の通り、当日の交通状況などに関する説明会を開催します。▶申込:当日会場受け付け

日時	場所	定員(先着順)
1/23(金)19:00~20:00	総合体育館	45名
1/24(土)14:00~15:00	区役所アトリウム地下多目的会議室	140名
1/26(月)19:00~20:00	光が丘区民センター2階	80名
1/27(火)19:00~20:00	北町第二地区区民館	100名
1/28(水)19:00~20:00	田柄地区区民館	70名

高齢受給者証の一部負担割合の判定基準が変わります

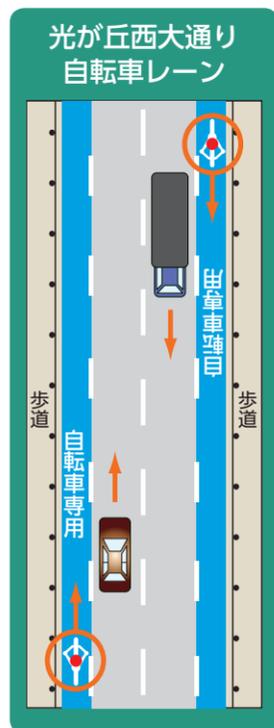
一部負担割合は、同じ世帯の70歳以上の国民健康保険加入者を対象に判定します。1月から、高額療養費の自己負担限度額の区分が変更されたことに伴い、下表の通り、高齢受給者証の一部負担割合の判定基準が変わります。 ※変更に伴う届け出の必要はありません。▶問合せ:こくほ資格係☎5984-4554

負担割合	高齢受給者証の一部負担割合の判定基準
2割	以下の①②のいずれかに当てはまる方 ①70歳以上の加入者の住民税課税所得(※1)がいずれも145万円未満②昭和20年1月2日以降に生まれた70歳以上の加入者がいる世帯で、70歳以上の加入者全員の旧ただし書き所得(※2)の合計額が210万円以下
3割	上記の①②以外

※1 住民税課税所得...前年の収入から必要経費、各種控除を差し引いた金額。
※2 旧ただし書き所得...前年の総所得金額と山林所得、株式・長期(短期)譲渡所得などの合計から住民税基礎控除(33万円)を差し引いた金額。ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません。

光が丘西大通りに自転車レーンができました

問合せ
自転車対策係
☎5984-1993



光が丘西大通りの車道約1500mに自転車専用通行帯(自転車レーン)を整備しました。自転車レーンには青色のカラー舗装をしています。ルールを守って利用してください。

〈自転車レーンのルール〉

- ①自転車レーンは車と同じ左側通行です。逆走は禁止です。
- ②並進は禁止です。前後1列に並んで走行してください。

〈歩道は歩行者優先です〉

やむをえず自転車で歩道を通行する場合は、車道寄りを徐行するか、押して歩いてください。歩行者の通行を妨げる場合は一時停止してください。

お知らせ

皆さまからの寄付

11月にいただいた寄付は次の通りです。ありがとうございました。

▶問合せ:管財用地係☎5984-2807

■区へ

【練馬区のため】

1万円(1件)

【小児障害者施設のため】

25万円(1件)

【練馬みどりの葉っぱい基金】

39万8028円(7件)

■練馬区社会福祉協議会へ

4484万8014円(8件)

小竹町会館のご利用を

小竹町会は、(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業による宝くじの助成金を受け、小竹町会館(小竹町1-77-10)を整備しました。

コミュニティ助成事業は、コミュニティ活動の推進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。会議室などを貸し出していますので、ぜひご利用ください。利用料など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:地域コミュニティ支援係☎5984-1039

練馬区議会議員選挙 立候補予定者説明会

4月26日(日)に行われる練馬区議会議員選挙に立候補を予定している方への説明会を行います。立候補予定者、関係者は必ず出席してください。▶日時:2月7日(土)午後3時から▶場所:

生涯学習センター(豊玉北6-8-1)
〈個人の政治活動用ポスターの掲示は禁止されています〉

個人の政治活動用ポスターを、当該選挙に伴う任期満了日の6カ月前の日から投票日までの間、その選挙区内に掲示することは禁止されています。

◎問合せ:選挙管理委員会事務局☎5984-1399

税

相続税の基礎控除額が 引き下げられました

1月から以下の通り、相続税の基礎控除額が引き下げられました。被相続人(亡くなられた方)から相続または遺贈によって財産を取得した方の課税価額の合計額が、遺産に係る基礎控除額を超える場合、その財産を取得した方は、税務署に相続税の申告をする必要があります。申告方法など詳しくは、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/>)をご覧ください。▶問合せ:税務署【練馬東☎3993-3111、練馬西☎3867-9711】

基礎控除額の変更内容

5,000万円+(1,000万円×法定相続人の数)



3,000万円+(600万円×法定相続人の数)

償却資産の申告期限は2月2日(月)

償却資産(事業用の構築物・機械・器具・備品)を所有している方は、1月1日現在の資産を申告してください。申告方法など詳しくは、お問い合わせください。※申告はエルタックスホームページ(<http://www.eltax.jp/>)でも行えます。▶問合せ:練馬都税事務所☎3993-2261

福祉・障害のある方

障害者青年学級の参加者募集

▶対象:次の①~⑥の全てに当てはまる方 ①区内在住で下表の障害がある②15~39歳(在学中の方を除く)③看護師などによる医療管理や介護を必要としない④着替え・食事・排せつの介助を必要としない(あすなろ青年学級を除く)⑤集団活動に適應できる⑥自分で施設まで通える▶定員:各学級とも若干名▶保険料:年1,850円 ※教材費など実費▶申込:1月19日(月)までに電話で春日町青少年館☎3998-5341 ※申し込み方は、1月26日(月)午後1時30分から春日町青少年館で行う説明会に必ず参加してください。

学級・対象	場所	開催日時	主な活動内容
あすなろ青年学級 (肢体の不自由な方)	光が丘区民センター	主に 第1日曜 13:00~ 16:00	絵画、陶芸
ひまわり青年学級 (重度の知的障害のある方)	春日町青少年館	主に 第2日曜 10:30~ 15:00	ハイキング (年4回)、 音楽、 スポーツ
ともしび青年学級 (中度の知的障害のある方)	旭丘小	主に 第3日曜 10:30~ 15:30	クラブ活動、 スポーツ、 音楽

事業者向け

「おでかけハンドブック」に 掲載する事業者を募集

移動に困難のある方向けに冊子「おでかけハンドブック」を発行して

います。今回、利用案内・料金などを掲載したい介護タクシーや民間救急の事業者を募集します。掲載方法など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:地域福祉係☎5984-2716

有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページ「事業者向け情報」をご覧ください。

①消費者だより「ぷりずむ」

▶広告サイズ(縦×横)・掲載位置・刷色:55mm×185mm・裏表紙・2色(色指定不可)▶料金:3万円▶発行日:3月上旬(予定)▶発行部数:2万部▶配布先:町会・自治会、商店会、区立保育園・幼稚園、区立施設など▶申込期限:1月27日(火)▶問合せ:消費生活係☎5910-3089

②スポーツガイドブック

▶広告サイズ(縦×横)・料金:①280mm×180mm...4万円②138mm×180mm...2万円③68mm×180mm...1万円④68mm×88mm...5,000円▶掲載位置:巻末▶刷色:1色▶発行月:4月▶発行部数:1万2000部▶配布先:区民事務所(練馬を除く)、出張所、区立スポーツ施設など▶申込期限:1月20日(火)▶問合せ:スポーツ振興課管理係☎5984-1372

農林業センサスにご協力を ～農林業を営む皆さまへ

農地や山林をお持ちの方などを対象に、土地の利用状況や農林産物の生産状況などについて調査します。1月中旬から調査員が伺いますので、ご協力ください。▶問合せ:統計係☎5984-2459

区民相談(法律・交通) のご利用を

問合せ 練馬区区民相談所☎5984-4523

申し込み方法

来所相談・電話相談とも電話で予約してください。予約は相談希望日の1週間前の午前9時から受け付けます。
※表中の「予約不要」の相談を除く。

■申込先

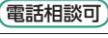
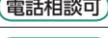
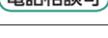
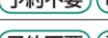
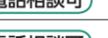
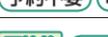
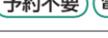
練馬区区民相談所【区役所東庁舎5階】 表中の記号  (豊玉北6-12-1)☎5984-4523

石神井庁舎区民相談室【石神井庁舎2階】 表中の記号  (石神井町3-30-26)☎3995-1100

男女共同参画センターえーる相談室 (石神井町8-1-10)☎3996-9050 表中の記号 

- 相談料は無料です。相談内容の秘密は厳守します。
- 練馬区区民相談所では、外国語での相談を希望する場合、通訳を用意します。通訳できる外国語は、英語・中国語・ハングル語です。事前にお問い合わせください。
- 男女共同参画センターえーる相談室で実施する法律相談を除き、予約・相談とも土・日曜、祝休日、年末年始はお休みです。

■区民相談(法律・交通事故など)の一覧

相談内容	場所・申込先	相談日	相談時間
法律相談 (弁護士) 借地・借家、相続、交通事故の示談など		月・水・金曜	13:00~16:00
		火・木曜	
		土曜	
交通事故相談 損害賠償手続き、各種保険請求方法など	 	火曜	10:00~12:00・ 13:00~16:00
	 	金曜	
身の上相談 (家庭裁判所調停委員) 離婚、家庭内のこと、一身上の悩みなど		月・木曜	13:00~16:00
		金曜	
税務相談 (税理士) 相続税、贈与税など	 	金曜	10:00~12:00・ 13:00~16:00
	 	水曜	
不動産取引事前相談 (宅地建物取引主任者) 紛争や事故を未然に防ぐ相談		火曜	13:00~16:00
		水曜	
表示登記(調査・測量)相談 (土地家屋調査士) 土地建物の調査・測量など		第1・3木曜	13:00~16:00
		第1月曜	
暮らしと事業の手続相談 (行政書士) 相続、官公署に提出する書類など		第1火曜	10:00~12:00・ 13:00~16:00
		第3月曜	
権利登記・供託相談 (司法書士) 不動産・法人の登記など		第2・4木曜	13:00~16:00
		第4月曜	
心の相談 孤独、挫折、不安などの精神的な悩み	 	火曜	10:00~16:00
		第1木曜	13:00~16:00
人権擁護相談 差別、名誉失墜など		第2月曜	
	行政相談 国や独立行政法人への要望など	  	第1水曜
  		第3水曜	
   		月~金曜	
一般区民相談 区政の窓口や専門相談の案内など	   	月~金曜	9:00~17:00

まさか私が糖尿病なんて～今日からできる運動

▶対象:医師から運動を止められていない方▶日時:1月30日(金)午前10時～正午▶場所:石神井保健相談所▶内容:運動実技▶講師:健康運動指導士/黒田恵美子▶定員:35名(申込順)▶申込:1月13日(火)から電話で石神井保健相談所☎3996-0634

講演会「知っておきたい認知症の医学」

▶日時:1月29日(木)午後2時～4時▶場所:関区民センター▶講師:慈雲堂病院院長/田邊英一▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で認知症対策係☎5984-4597

講演会「地域で支えあう若年性認知症」

▶日時:2月20日(金)午後2時～4時▶場所:区役所本庁舎20階▶講師:(社福)東京栄和会なぎさ和楽苑/並河健司▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で認知症対策係☎5984-4597

ペット動物無料相談

獣医師がしつけや病気などの相談に応じます。 ※ペットを連れての来場はご遠慮ください。▶日時:1月20日(火)午後1時30分～4時30分▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場受け付け ※電話相談☎3993-1111(代表)もできます。▶問合せ:生活衛生課管理係☎5984-2483

子ども・教育～子育て応援～

2月の2歳6カ月児歯科健診

2歳10カ月頃まで受けられます。担当地域の保健相談所で受けてください。▶持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、コップ▶申込:当日会場受け付け

Table with 2 columns: 場所・問合せ, 受付日時. Rows include 豊玉保健相談所, 北保健相談所, 光が丘保健相談所, 石神井保健相談所, 大泉保健相談所, 関保健相談所.

パパとママの準備教室

①②とも▶対象:出産を控えた夫婦▶内容:講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導▶定員:25組(抽選)▶持ち物:母子健康手帳▶申込:往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名②住所③夫婦の氏名(ふりがな)・年齢④電話番号⑤出産予定月を、1月26日(必着)までに各保健相談所へ

①大泉保健相談所(〒178-0061大泉学園町5-8-8)☎3921-0217▶日時:2月7日(土)午前9時～11時30分▶北保健相談所(〒179-0081北町8-2-11)☎3931-1347▶日時:2月21日(土)午前9時～11時30分

育児と離乳食(1回食)

▶対象:5・6カ月児と保護者▶日時:1月28日(水)午前10時～11時30分▶場所:石神井保健相談所▶内容:講義、献立紹介▶定員:30組(申込順)▶持ち物:母子健康手帳▶申込:1月13日(火)から電話で石神井保健相談所☎3996-0634

産前の体と心を取り戻そう!～赤ちゃん運動リフレッシュ講座

▶対象:0歳児と母親▶日時:1月29日(木)午前10時～正午▶場所:豊玉保健相談所▶内容:運動実技、献立紹介▶講師:健康運動指導士/小池日登美▶定員:20組(申込順)▶申込:1月13日(火)から電話で豊玉保健相談所☎3992-1188

子育てママのシェイプアップ体操～お子さんと楽しく遊びながら健康アップを!

▶対象:0歳児と母親▶日時:2月6日(金)午前10時～11時30分▶場所:石神井保健相談所▶内容:運動実技▶講師:健康運動指導士/加藤有里▶定員:20組(申込順)▶申込:1月13日(火)から電話で石神井保健相談所☎3996-0634

赤ちゃんと一緒に!パパとママの健康アップ教室

▶対象:4カ月～1歳児と保護者▶日時:2月14日(土)午前10時～11時30分▶場所:上石神井児童館▶内容:講義、運動実技▶講師:健康運動指導士/須藤浩代▶定員:15組(申込順)▶申込:1月13日(火)から電話で関保健相談所☎3929-5381

小児救急ミニ講座「子どもの病気とその対応」

▶対象:3歳以下のお子さんの保護者▶日時:2月13日(金)午後2時～3時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:佐藤皮膚科小児科クリニック院長/佐藤徳枝▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で地域医療課☎5984-4673 ※保育室(3歳以下のお子さん対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

こども体操教室

▶対象:体操が苦手な小学1～3年生▶日時:2月8日～3月15日の毎日曜午前10時～正午【6日制】▶場所:南大泉青少年館▶内容:鉄棒、跳び箱、マット運動など▶定員:30名(初めての方を優先の上、抽選)▶保険料:300円▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢

⑤性別⑥学校名・学年⑦電話番号を記入の上、1月24日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館☎3998-5341

野鳥観察会

▶対象:小学4～6年生▶日時:2月7日(土)午前9時30分～11時30分▶場所:石神井公園など▶講師:区立小学校教諭▶定員:40名(抽選)▶保険料:10円▶申込:往復ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号⑥保護者の氏名を記入の上、1月21日(必着)までに〒179-0072光が丘6-4-1 学校教育支援センター☎6385-9911

講座「和」を学ぶシリーズ「親子で生ける冬の花」

▶対象:小中学生と保護者▶日時:1月31日(土)午後1時30分～3時▶場所:石神井松の風文化公園管理棟(石神井台1-33-44)▶講師:練馬区華道茶道連盟理事長/石本弘園▶定員:15組(抽選)▶材料費:1組700円▶申込:往復ハガキに①講座名②参加者全員(3名まで)の住所・氏名(ふりがな)・お子さんの学年・電話番号を記入の上、1月17日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室☎5372-2572

▶日時:1月24日(土)・25日(日)午前10時～午後6時▶場所:練馬区立美術館▶内容:児童館・厚生文化会館児童室の紹介、作品の展示など▶問合せ:南田中児童館☎3995-5534

練馬の児童館展～あそぼう!みんなの児童館

▶日時:1月24日(土)・25日(日)午前10時～午後6時▶場所:練馬区立美術館▶内容:児童館・厚生文化会館児童室の紹介、作品の展示など▶問合せ:南田中児童館☎3995-5534

貫井図書館と美術館を探検して大きな地図を作ろう!

▶対象:小学生▶日時:2月8日(日)▶A午前10時～正午▶B午後2時～4時▶場所:練馬区立美術館など▶定員:各10名(抽選)▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①講座名(A/Bの別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・学年・電話番号を、1月23日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館☎3577-1821・電子メールmuseum@city.nerima.tokyo.jp

ゲートキーパーフォロー研修 傾聴・相談のスキルアップのために ▶対象:ゲートキーパー養成研修を受講した方▶日時:2月4日(水)午後6時～8時10分▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:国立精神・神経医療研究センター自殺予防総合対策センター研究員/廣川聖子▶定員:100名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①研修名②住所③氏名(ふりがな)④日中連絡できる電話番号を、1月28日(水)までに精神保健係☎5984-4764☎5984-1211

39歳以下の方対象 合同企業面接会・事前セミナーを開催 合同企業面接会(ヤング応援就職面接会) 板橋区・豊島区・産業連合会・東京商工会議所・ハローワーク池袋・労働基準監督署・東京労働局との共催による合同企業面接会を行います。また、ハローワークの個別相談コーナーでは、面接の受け方や書類の書き方についての相談に応じます。▶日時・場所:下表の通り ※参加企業名など詳しくは、各開催日のおおむね2週間前から区ホームページ「仕事・生活・環境」でご覧になれます。▶持ち物:履歴書(写真貼付)、職務経歴書 ※いずれも希望企業数分。 ※雇用保険受給中の方は受給資格者証も。▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:経済課庶務係☎5984-2672

Table with 2 columns: 日時, 場所. Rows include 2/6(金)12:30～15:30, 2/20(金)14:30～17:30, 2/24(火)14:30～17:30.

面接会事前セミナー 効果的な応募書類の書き方や面接対策をテーマにお話しします。ヤング応援就職面接会の事前セミナーとして、ご活用ください。▶日時:1月26日(月)午後1時30分～5時▶場所:石神井庁舎5階▶定員:20名(申込順)▶申込:電話でねりま若者サポートステーション☎5848-8341(日・木曜を除く)

国民年金

障害基礎年金の申請をお忘れなく

以下の方は障害基礎年金が請求できる場合があります。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

▶**対象:**次の①②のいずれかに当てはまる方 ①国民年金加入中または被保険者期間満了後の60～65歳の間に、初診日がある病気やけがによって障害の状態となった②20歳前に初診日がある病気やけがで障害の状態になった方が、20歳になった
▶**問合せ:**国民年金係 ☎5984-4561

ボランティア

保育サービス講習会～子育てのお手伝いをしませんか

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員になるための講習会を行います。修了後は、援助会員(有償ボランティア)として、利用会員のお子さんを午前7時～午後8時の枠の中で預かっていただきます。▶**対象:**次の①～③の全てに当てはまる方 ①援助会員になることを希望する②20歳以上③月1回の定例会に参加できる ▶**日時:**2月16日(月)・17日(火)・25

日(水)～27日(金)午前10時～午後4時30分【5日制】▶**場所:**大泉子ども家庭支援センター▶**定員:**30名(選考)▶**テキスト代:**2,000円▶**申込:**電話で連絡の上、1月23日(金)までに直接、練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100

お休みします

〈石神井図書館☎3995-2230〉…1月19日(月)～23日(金)【館内整理のため】
〈稲荷山図書館☎3921-4641〉…1月26日(月)～30日(金)【館内整理のため】



高齢者

60歳以上の方対象の映画会

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方 ▶**日時:**1月23日(金)午後1時30分～3時10分 ▶**場所・問合せ:**関高齢者センター ☎3928-1987 ▶**上映作品:**「次郎長三国志」▶**定員:**200名(先着順) ▶**申込:**当日会場受け付け

素敵に年を重ねよう～はつらつシニアのロコモ体操(転倒予防体操)

▶**対象:**医師から運動を止められておらず、介護保険の認定や介護予防事業を受けていない65歳以上の方 ▶**内容:**ストレッチ・筋力アップ・

有酸素運動の実技指導 ▶**区の担当:**健康づくり係 ▶**申込:**電話でスポーツクラブネサンス練馬高野台 ☎5372-1006(月曜を除く午前11時～午後7時)

場所(保健相談所)	日時	定員(申込順)
豊玉	2/2(月)14:30～16:00	30名
北	2/13(金)14:30～16:00	20名
光が丘	2/26(木)14:30～16:00	25名
関	2/19(木)10:30～12:00	25名

膝・腰・肩が楽になる！ロコモ体操(転倒予防体操)

▶**対象:**医師から運動を止められておらず、介護保険の認定や介護予防事業を受けていないおおむね60歳以上の方 ▶**日時:**1月30日(金)午後2時～4時 ▶**場所:**豊玉保健相談所 ▶**内容:**講義、実技 ▶**講師:**健康運動指導士/黒田恵美子 ▶**定員:**35名(申込順) ▶**申込:**1月13日(火)から電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

備蓄品で工夫すればこれだけ作れる簡単レシピ～練馬発わかわか かむかむ元気ごはん

▶**日時:**①2月6日(金)②18日(水)午前10時30分～午後1時30分 ▶**場所:**①光が丘区民センター2階②石神井公園区民交流センター ▶**内容:**調理実習 ※初めての参加者には料理本を差し上げます。▶**講師:**食のサポーターねりま会員 ▶**定員:**各20名(抽選) ▶**費用:**300円 ▶**申込:**電話またはファクスで①教室名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1月28日(水)までに練馬区社会福祉協議会 ☎3993-4346 ☎3994-1224

健康講座「高齢者の感染症」

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方 ▶**日時:**1月21日(水)午後2時～3時30分 ▶**場所:**関区民センター ▶**講師:**第二光陽苑看護師/鈴木栄子 ▶**定員:**40名(申込順) ▶**申込:**電話で関高齢者センター ☎3928-1987

ねりまお口すっきり体操講習会「体とお口のストレッチ」

▶**対象:**65歳以上の方 ▶**日時:**1月28日(水)午前10時～正午 ▶**場所:**関保健相談所 ▶**講師:**健康運動指導士/原真奈美 ▶**定員:**25名(申込順) ▶**申込:**1月13日(火)から電話で関保健相談所 ☎3929-5381

豊玉高齢者センターの講座

①②とも ▶**対象:**区内在住の60歳以上の方 ▶**場所:**豊玉高齢者センター ▶**申込:**往復ハガキに①講座名(①は①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、①1月20日②31日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 豊玉高齢者センター ☎5912-6401
①初心者のためのタブレット体験会 ▶**日時:**1月29日(木)①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分 ▶**講**

師:NPO法人竹箒の会会員 ▶**定員:**各18名(抽選)

②万葉集～悲劇の皇子たち

▶**日時:**2月19日(木)午後2時～4時 ▶**内容:**講義 ▶**講師:**古典文学研究家/貝瀬弘子 ▶**定員:**70名(抽選)



健康・衛生

認知症サポーター養成講座

認知症の方や家族が安心して日常生活を送るには、地域の方の理解や応援が必要。今回、地域の理解者・応援者である認知症サポーターの養成講座を開催します。参加者には、認知症サポーターであることを示すオレンジリングを差し上げます。▶**日時:**2月3日(火)午後2時～4時 ▶**場所:**勤労福祉会館 ▶**講師:**大泉学園高齢者グループホームまささんの家ホーム長/大嶺ひろ子 ▶**定員:**100名(申込順) ▶**申込:**電話で認知症対策係 ☎5984-4597



オレンジリング

統合失調症の正しい理解と治療の話

▶**対象:**統合失調症の方やその家族、支援者 ▶**日時:**2月13日(金)午後2時～4時 ▶**場所:**大泉保健相談所 ▶**講師:**新宿東メンタルクリニック院長/三浦勇太 ▶**定員:**50名(申込順) ▶**申込:**1月13日(火)から電話で大泉保健相談所 ☎3921-0217

ストレスに対処できる心をつくるヒント～認知行動療法の基礎を学ぼう

▶**日時:**2月7日(土)午前10時～正午 ▶**場所:**石神井庁舎5階 ▶**内容:**講義 ▶**講師:**国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター非常勤研究員/加藤典子 ▶**定員:**100名(申込順) ▶**申込:**電話で石神井保健相談所 ☎3996-0634

講演会「歯とお口の健康づくり～噛むことは愛なのだ」

▶**日時:**1月23日(金)午後2時～4時 ▶**場所:**光が丘保健相談所 ▶**講師:**ごうけ歯科医院院長/郷家英二 ▶**定員:**40名(申込順) ▶**申込:**1月13日(火)から電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722

介護する人がひとりで悩まないための講座～認知症と向き合う家族の気持ち

▶**日時:**2月13日(金)・27日(金)午後1時30分～4時【2日制】 ▶**場所:**光が丘区民センター5階 ▶**内容:**講義、交流会 ▶**講師:**日本医科大学街ぐるみ認知症相談センター臨床心理士/川西智也 ▶**定員:**40名(申込順) ▶**申込:**電話で認知症対策係 ☎5984-4597

国民健康保険・後期高齢者医療制度のお知らせ

①正しい保険料の算出のために税金の申告を

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料は、住民税(特別区民税・都民税)の申告内容に基づき決定します。2月16日(月)～3月16日(月)の申告期間に所得税の確定申告または住民税の申告をしてください。申告が遅れると、保険料を決定する際に正しい保険料の計算ができません。平成26年中(1月～12月)に所得がなかった方や、所得が一定基準以下(住民税非課税)の方も、申告が必要になります。なお、海外転入などで申告ができない方には、「簡易申告書」をお送りしますのでお問い合わせください。

世帯の中に、申告をしていない方や簡易申告書を提出していない方がいる場合は、保険料の軽減が適用されないことがあります。また、所得で判定する各種の給付も、正しく判定できない場合があるのをご注意ください。

②葬祭費を支給

国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者が亡くなったとき、葬儀を行った方(喪主)に7万円を支給します。詳しくは、お問い合わせください。▶**申請期間:**葬祭を行った日の翌日から2年間

③交通事故などでケガをしたときは届け出を

交通事故や傷害事件など第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、加害者が過失割合に応じて負担するのが原則です。ただし、加害者からの賠償が遅れる場合などには、一時的に国民健康保険や後期高齢者医療制度の保険証を使用して治療を受けられます。そのようなときは必ず事前にご連絡ください。この制度は、加害者が支払うべき医療費を保険者が一時的に立て替えるもので、その費用は後から保険者が加害者に請求します。※交通事故の場合、交通事故証明書が必要です。

問合せ	①の記事		②③の記事	
	国民健康保険	こくほ資格係 ☎5984-4554	こくほ給付係 ☎5984-4553	後期高齢者保険料係 ☎5984-4588

休日急患診療所

☆必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。(予約はいりません)

小児科

◆練馬区夜間救急こどもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 ※小児科専門医が、診療にあたります。受付時間:平日午後8時～10時30分、土曜午後6時～9時30分、日曜・休日午前10時～11時30分、午後1時～4時30分、午後6時～9時30分

時事問題を考える

▶対象:18歳以上の方▶日時:1月28日~3月25日の第4水曜午後7時~8時30分▶場所・問合せ:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)☎3991-1667▶内容:その月のニュースを解説▶講師:元毎日新聞社ソウル支局長/長田達治▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

春のみじたく「端ガラスで作るステンドグラスの手鏡」

▶対象:中学生以上 ※鉛を使用します。妊娠・授乳中の方はご遠慮ください。▶日時:2月7日(土)午前10時30分~午後0時30分⑧午後2時~4時▶場所:練馬区立美術館▶講師:ステンドグラス作家ユニット/nido▶定員:各10名(抽選)▶材料費:1,000円▶持ち物:エプロン▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①講座名(A④B④の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、1月23日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館 ☎3577-1821・電子メール museum@city.nerima.tokyo.jp

バラの手入れを学ぶ教室 ~春に花を咲かせる剪定編

▶対象:初心者▶日時:2月1日(日)午前10時~正午▶場所:花とみどりの相談所など▶内容:講義、実習(雨天時は講義のみ)▶定員:40名(抽選)▶持ち物:剪定ばさみ▶申込:往

復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、1月21日(必着)までに〒179-0072 光が丘5-2-6 花とみどりの相談所 ☎3976-9402

庭木の剪定講習会

庭木の手入れの基礎を学び、公園の落葉樹で実習を行います。▶日時:1月30日(金)午前9時30分~11時30分▶場所:花とみどりの相談所など▶講師:造園家/千葉一広ほか▶定員:40名(抽選)▶持ち物:剪定ばさみ▶区担当:花とみどりの相談所▶申込:往復ハガキに①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、1月19日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-29-8 練馬みどりの機構 ☎5999-9577

ダンス・オープン・スクール

▶対象:中学生~おおむね30代の方▶日時:A④2月8日(日)、3月8日(日)午後6時~8時B④1月20日(火)、2月24日(火)、3月24日(火)午後7時~9時 ※1日だけの参加も可。▶場所・問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341▶内容:ヒップホップダンスなど▶講師:ダンスインストラクター/湖都美▶持ち物:上履き▶申込:当日会場受け付け

バンド演奏ができる南大泉青少年館音楽練習室利用講習会

▶対象:中学生以上の職業音楽家でない方▶日時:1月17日(土)午前10時~正午▶場所:南大泉青少年館▶

定員:15名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、南大泉青少年館 ☎3924-3500 ☎3924-3302

勤労福祉会館の講座

①~③とも▶場所:勤労福祉会館▶申込:①1月29日(木)②2月5日(木)③14日(土)までに電話で勤労福祉会館 ☎3923-5511
①労務管理実務講習会▶日時:2月5日(土)午後2時~4時▶内容:労働時間管理と実務上の留意点を学ぶ▶講師:弁護士/中井智子▶定員:50名(申込順)
②春闘期の情勢講座▶日時:①2月12日(木)②19日(木)③

26日(木)午後6時30分~9時▶定員:各50名(申込順)

③ライフプラン講座

▶日時:2月21日(土)午後2時~4時▶内容:相続税の改正点などについて学ぶ▶講師:ファイナンシャルプランナー/佐藤良道▶定員:30名(申込順)

映画を通して環境を考える

映画「鉍毒悲歌」を上映後、制作委員会委員長の谷博之氏と映像文化批評家の四方繁利氏が対談を行います。▶日時:2月7日(土)午後1時~3時30分▶場所:南田中図書館▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で南田中図書館 ☎5393-2411

講演と障害当事者の方による パネルディスカッション 「障害とは何かを考えよう」

▶日時:2月1日(日)午後1時30分~4時▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:東洋大学社会学部社会福祉学科教授/高山直樹▶定員:150名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)を、練馬障害福祉人材育成・研修センター ☎3993-9985 ☎3994-1224 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)、点字・拡大文字資料、手話通訳、要約筆記を利用したい方は、1月23日(金)までに併せて申し込んでください。 ※練馬障害福祉人材育成・研修センターホームページ(<http://kensyu.neri-shakyo.com/>)からも申し込みます。

石神井公園ふるさと文化館 特別展

富士山 ~江戸・東京と練馬の富士

1/24(土)~3/15(日)



「名所江戸百景 するかてふ」 足立区立郷土博物館蔵 安政3年(1856年)



「不二三十六景 武蔵野」 静岡市東海道広重美術館蔵 嘉永5年(1852年)



「富士山体内巡之図」板橋区立郷土資料館蔵 安政5年(1858年)



丸吉講高松講社富士山登頂記念 高山一明氏蔵 昭和32年(1957年)

江戸・東京、練馬の人々と富士山との関わりを、地誌や文献、浮世絵などのさまざまな資料から紹介します。▶会期:1月24日(土)~3月15日(日)午前9時~午後6時 ※月曜休館。▶観覧料:一般300円、高校・大学生200円、65~74歳の方150円、中学生以下と75歳以上の方無料 ※その他割引制度あり。

会期中の催し Bは観覧券の半券が必要です。

▶場所:石神井公園ふるさと文化館(Eを除く)▶申込:C~G往復ハガキに①講座名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)③代表者の電話番号を記入の上、C1月20日D27日E2月10日F17日(必着)までに石神井公園ふるさと文化館へ ※A/Bは事前の申し込みは不要です。

A公開イベント「銭湯絵の公開制作(銭湯絵師/中島盛夫)」

▶日時:2月1日(日)午前10時から

B展示解説

▶日時:2月4日(水)・22日(日)、3月15日(日)午後2時~3時

C講演会「東京の富士講について」

▶日時:2月8日(日)午後1時30分~3時30分▶講師:白根記念渋谷区郷土博物館・文学館学芸員/松井圭太▶定員:100名(抽選)

D講演会「富士塚に登って、富士山に親しもう!」

▶日時:2月15日(日)午後1時30分~3時30分▶講師:拓殖大学名誉教授/竹谷靱負▶定員:100名(抽選)

E見学会「国指定重要有形民俗文化財の2つの富士塚」

江古田の富士塚(小竹町1-59)と豊島長崎の富士塚(豊島区高松2-9)を見学します。 ※約3km歩きます。▶日時:2月28日(土)午後1時30分~3時30分▶定員:30名(抽選)▶保険料:30円

F講演会「富嶽三十六景と富士山信仰」

▶日時:3月7日(土)午後1時30分~3時30分▶講師:山梨県富士山保全推進課普及広報担当/西川広平▶定員:100名(抽選)

Gワークショップ「いまさら聞けない登山の基本 富士登山のすすめ」

▶日時:3月8日(日)午後2時~4時▶定員:30名(抽選)

問合せ 石神井公園ふるさと文化館 (〒177-0041石神井町5-12-16) ☎3996-4060



講座・講演会

上級救命講習会

初めて講習を受ける方も参加できます。▶日時:3月1日(日)午前9時～午後5時▶場所:防災学習センター(光が丘6-4-1)▶内容:傷病者管理、応急手当、心肺蘇生(そせい)・搬送法など▶定員:20名(申込順)▶テキスト代:2,600円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講習会名②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、2月15日(日)までに防災学習センター ☎5997-6471 FAX5997-6472・電子メールbousai10@city.nerima.tokyo.jp

講演会と意見交換会「災害、その時女性は～いまでできること、しなければならないこと」

▶日時:2月20日(金)午後1時30分～4時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:早稲田大学地域社会と危機管理研究所研究員/浅野幸子ほか▶定員:50名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、男女共同参画センターえーる ☎3996-9007・電子メールoubo@nerima-npo.com ※保育室(1歳以上の未就学児対象)。

定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

強みを活かして挑め“小出流”ビジネスチャンスの作り方

カリスマ企業支援家で、静岡県富士市産業支援センターf-Bizセンター長の小出宗昭さんを招き、販路拡大の秘訣(ひけつ)について伺います。▶対象:中小事業者など▶日時:2月10日(火)午後6時～8時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶定員:80名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①講演会名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号⑥ファクス番号または電子メールアドレス(ある方のみ)を、2月6日(金)までに練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX6757-1014 ※練馬ビジネスサポートセンターホームページ(<http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込みめます。

講演会「パート・アルバイトで働くときの基礎知識～労働法と社会保険・税金など」

▶日時:2月16日(月)午後2時～4時▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:特定社会保険労務士/林智子▶定員:30名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①講演会名②代表者の氏名・電話番号③参加人数

を、人権・男女共同参画課 ☎5984-4518 FAX3993-6512 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員4名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢・性別もお知らせください。

講演会と見学会「進化するエコカーとエネルギーの未来」

12月に開設した水素ステーションなどを見学します。▶日時:2月8日(日)午前10時～正午▶集合場所:資源循環センター▶定員:40名(申込順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講演会名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加人数を、ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011 FAX3993-8070・電子メールinfo@nerieco.com

講座「セカンドライフを充実させるために」

▶日時:2月21日(土)午後14:00～16:00▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:飾り巻き寿司インストラクター/兵頭英理子▶定員:24名(抽選)▶費用:600円▶持ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名④電話番号を記入の上、1月22日(必着)までに〒177-0041石神井町2-14-1石神井公園区民交流センター内 消費生活係 ☎5910-3089 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。

内容	日時
▶日時:2月21日(土)午後14:00～16:00▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:飾り巻き寿司インストラクター/兵頭英理子▶定員:24名(抽選)▶費用:600円▶持ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名④電話番号を記入の上、1月22日(必着)までに〒177-0041石神井町2-14-1石神井公園区民交流センター内 消費生活係 ☎5910-3089 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。	

リサイクルセンターの講座

▶日時:2月7日(土)午前10時～正午▶場所・申込先:豊玉リサイクルセンター(〒176-0011豊玉上2-22-15) ☎5999-3196▶定員:20名(抽選)▶費用:100円

▶日時:2月10日(火)午前10時～午後0時30分▶場所・申込先:春日町リサイクルセンター(〒179-0074春日町2-14-16) ☎3926-2501▶定員:15名(抽選)▶持ち物:不要なウール製の服など、裁縫道具

▶日時:2月10日(火)午前10時～午後0時30分▶場所・申込先:関町リサイクルセンター(〒177-0051関町北1-7-14) ☎3594-5351▶定員:16名(抽選)▶費用:100円▶持ち物:裁縫道具

お花で癒しの時間～フラワーセラピー教室

▶日時:2月23日(月)午後1時30分～3時30分▶場所:豊玉高齢者センター▶講師:フラ

ワーセラピー研究会会員▶定員:25名(抽選)▶費用:1,500円▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、1月31日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 豊玉高齢者センター ☎5912-6401

サポーターズ料理講座

▶日時:1月29日(木)午前10時～午後1時▶内容:甘辛名古屋チキン揚げと佃煮(つくだに)などを作る▶材料費:900円

▶日時:2月8日(日)午前11時～午後2時▶内容:鶏皮煮込み、明太卵焼きなどを作る▶材料費:800円

今夜はおうちで居酒屋気分

▶日時:2月6日(金)午前10時～午後1時▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:飾り巻き寿司インストラクター/兵頭英理子▶定員:24名(抽選)▶費用:600円▶持ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名④電話番号を記入の上、1月22日(必着)までに〒177-0041石神井町2-14-1石神井公園区民交流センター内 消費生活係 ☎5910-3089 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。

消費者料理教室「かわいい飾り巻き寿司を作ってみよう」

▶日時:2月21日(土)午後14:00～16:00▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:飾り巻き寿司インストラクター/兵頭英理子▶定員:24名(抽選)▶費用:600円▶持ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名④電話番号を記入の上、1月22日(必着)までに〒177-0041石神井町2-14-1石神井公園区民交流センター内 消費生活係 ☎5910-3089 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。

おいしい家庭料理

▶対象:区内在住の20歳以上の方▶日時:2月19日(木)午前10時30分～午後1時▶場所:豊玉高齢者センター▶内容:高野豆腐の肉巻きなどを作る▶講師:栄養改善普及会練馬グループ代表/茂木榮子▶定員:16名(抽選)▶費用:500円▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、2月5日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 豊玉高齢者センター ☎5912-6401

NPO交流会「人がつながる居場所づくり～知る・見る・出会う」

▶日時:2月21日(土)午後2時～5時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶定員:50名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①氏名(ふりがな)②電話番号③電子メールアドレス(ある方のみ)を、ボランティア・地域福祉推進センター ☎3994-0208・電子メールvolunteer@nerishakyo.com

学びふれあい講座

「猫と暮らす環境を考える」

猫との暮らし方を通して、防災や自然環境との関わりを学びます。▶対象:18歳以上の方▶日時:2月19日～3月19日の毎木曜午後6時30分～8時30分【5日制】▶場所:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶講師:日本獣医生命科学大学准教授/水越美奈ほか▶定員:300名(申込順)▶申込:電話で生涯学習センター ☎3991-1667



第30回 練馬区新人演奏会

出演者選考オーディション参加者募集

金管楽器・ピアノ部門

区内の有望な新進音楽家が広く活躍するきっかけとなるよう、毎年、新人演奏会を開催しています。▶対象:次の全てに当てはまる方①申込日または4月1日現在、区内在住・在勤(在学)②昭和60年4月2日～平成12年4月1日生まれ③過去にこのオーディションで合格していない▶部門・日時:【1次審査】金管楽器部門…5月23日(土)、ピアノ部門…5月24日(日)【2次審査】金管楽器部門…6月27日(土)、ピアノ部門…6月28日(日)▶場所:練馬文化センター▶費用:1万円(納入後は返金で



過去の新人演奏会の様子

きません)▶賞:最優秀賞…賞状・賞金20万円、優秀賞…賞状・賞金5万円 ※いずれも各部門1名。▶申込:練馬文化センターや大泉学園ゆめりあホール、区役所本庁舎アトリウム、石神井庁舎1階または(公財)練馬区文化振興協会ホームページ(<http://www.neribun.or.jp/>)にある応募要領をご覧の上、4月20日(月)までに本人が直接、(公財)練馬区文化振興協会(練馬文化センター内) ☎3993-3311 ※応募要領は1月下旬から配布します。

大人のためのおはなし会

▶対象:中学生以上▶日時:1月29日(木)午後2時~3時▶場所:光が丘図書館▶内容:物語やエッセイの朗読▶講師:朗読グループ「ちょっといいお話の会」▶定員:70名(申込順)▶申込:電話で光が丘図書館☎5383-6500

上映会「うたうひと」

「東北記録映画三部作」の中から宮城県の民話語りを記録した第三部を上映します。▶日時:2月21日(土)①午前10時から②午後2時から③午後6時から▶場所:貫井図書館▶定員:各50名(申込順)▶申込:電話で貫井図書館☎3577-1831

みんなに優しいねりまのまちづくり展

誰もが見やすい色を使うカラーユニバーサルデザインを取り入れた品物を展示するほか、優しいまちづくりを表現したフォトコンテストの入賞作品も紹介します。▶日時:1月15日(木)~19日(月)午前8時45分~午後8時▶場所:区役所アトリウム<カラーユニバーサルデザインの体験実習を開催>

▶日時:1月15日(木)午前10時~正午▶場所:区役所本庁舎20階▶講師:カラーユニバーサルデザイン機構副理事長/伊賀公一▶定員:30名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名④年

齢⑤電話番号を、練馬まちづくりセンターへ ※保育室(未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名・年齢もお知らせください。

◎問合せ:練馬まちづくりセンター☎3993-5451・電子メール machi@nerimachi.jp

春爛漫!大泉寄席

▶対象:小学生以上▶日時:2月1日(日)午後1時~3時▶場所:大泉図書館▶出演:大泉落語研究会▶定員:50名(申込順)▶申込:電話で大泉図書館☎3921-0991

寿大学通信講座 書き初め展

▶日時:2月7日(土)・8日(日)午前9時~午後5時(8日は午後4時まで)▶

場所・問合せ:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)☎3991-1667▶内容:60歳以上の方を対象とする寿大学通信講座受講生の作品を展示

石神井公園ふるさと文化館分室 展示解説

▶日時:①1月18日(日)②21日(水)午後2時~3時40分▶場所:石神井公園の風文化公園管理棟(石神井台1-33-44)▶内容:①藤沢周平、ちばてつや②檀一雄、近藤芳美 ※①②ともコレクション展(古地図展)の解説あり。▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:石神井公園ふるさと文化館分室☎5372-2572

情報あらかると

ここで紹介する事業は、区が支援したり、官公署などが実施したりするものです。

ミニガイド

練馬みどりの俳句大賞入選作品展

▶日時:①1月15日(木)までの午前9時~午後6時②30日(金)までの午前10時~午後4時30分③19日(月)~30日(金)午前8時45分~午後8時▶場所:①石神井公園ふるさと文化館②JA東京あおば区内直売所(4カ所)③区役所アトリウム▶問合せ:練馬みどりの機構☎5999-9577

シルバー人材センター絵紙作品展

▶日時:1月15日(木)~20日(火)午前10時~午後4時(20日は午後2時まで)▶場所:関区民センター▶問合せ:練馬区シルバー人材センター☎3993-7168

●光が丘清掃工場個人見学会▶日時:1月17日(土)午後1時30分~3時▶定員:50名(申込順)▶申込:1月15日(木)までに電話で光が丘清掃工場☎3977-5311

●練馬稲門会ニューイヤーズコンサート2015▶日時:1月17日(土)午後5時開演▶場所:練馬文化センター▶曲目:チャイコフスキー/バイオリン協奏曲ニ長調作品35など▶出演:早稲田大学交響楽団、曾我大介(指揮)▶定員:1,486名(申込順)▶費用:指定席3,500円、自由席2,000円▶申込:電話でコンサート事務局☎3993-4831

●防災イベント「灯ろう!心のあかり」▶日時:1月18日(日)午前11時~正午▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶内容:阪神・淡路大震災の被災体験の朗読劇、防災人形劇、防災用品の展示など▶定員:200名(先着順)▶企画:心のあかりを灯す会▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:区民防災第二係☎5984-2605

●地域子育て公開講座「食育と子育て~食卓に並ぶ「いのちのこころ」」▶対象:子育て中の方、子育て支援に携わる方など▶日時:1月23日(金)午後1時30分~3時▶場所:大泉学園ゆめりあホール▶講師:料理研究家/坂本廣子▶定員:120名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①氏名(ふりがな)②電話番号、東京都石神井学園☎3996-4191・電子メールchildrenshome@shakujii-gakuen.tokyo(問い合わせは平日午前9時~午後5時)

●スポーツ交流会 ①~③とも▶場所:総合体育館▶保険料など:200円▶問合せ:SSC谷原☎3997-2500 ①体操教室(トランポリン、ダブルダッチ)▶対象:5歳児~小学生▶日

時:1月24日(土)④午前9時30分から⑤午前10時30分から▶定員:各20名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①教室名(④⑤の別も)②郵便番号③住所④氏名⑤学年(学生のみ)⑥性別⑦電話番号を、1月20日(火)までにSSC谷原へ

②餅つき体験▶日時:1月24日(土)午前9時30分~正午▶申込:当日会場受け付け ③スポーツ体験(トランポリン・ビーチボールバレーなど)▶日時:1月24日(土)午後1時~3時30分▶申込:当日会場受け付け

●第13回バドミントン親睦交流会▶対象:16歳以上の方▶日時:2月11日(祝)午前9時~午後5時▶場所:平和台体育館▶内容:トップアスリートによるバドミントン講座、ダブルス団体親睦交流戦▶定員:60名(申込順)▶費用:1,000円▶申込:ハガキまたはファクスで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、1月30日(必着)までに〒179-0083平和台2-12-5平和台体育館内 SSC平和台☎5921-7800

●青少年サッカー教室~元日本代表のJリーガーによる指導▶対象:小学生 ※保護者の参加も可。▶日時:2月11日(祝)午前9時30分~正午▶場所:立野小▶講師:元鹿島アントラーズ所属/大野俊三ほか▶定員:80名(申込順)▶費用:500円▶持ち物:サッカーボール▶申込:往復ハガキまたはファクスで①教室名②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥性別⑦電話番号を、1月31日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37上石神井体育館内 SSC上石神井☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)

●親子体操教室~パパママと体育館で一緒に遊ぼう▶対象:3歳以上の未就学児と保護者▶日時:2月14日(土)午前10時~11時45分▶場所:上石神井体育館▶内容:体操、トランポリンなど▶講師:練馬区体操指導員連絡会会員/犬塚よしみ▶定員:30組(申込順)▶費用:1人300円(お子さんは100円)▶申込:往復ハガキまたはファクスで①教室名②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥性別⑦電話番号を、2月6日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37上石神井体育館内 SSC上石神井☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)

●講演会「町会・自治会ってなんだろう?」▶日時:1月27日(火)午後2時30分~4時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶講師:帝塚山大学名誉教授/中川幾郎▶定員:300名(申込順)▶企画:練馬区町会連合会▶申込:電話またはハガキ、ファクスで①講演会名②住所③氏名④電話番号を、1月23日(必着)までに〒176-

8501区役所内地域コミュニティ支援係☎5984-1039FAX3557-1351 ●区民企画講座「楽しく学ぶ、高齢期の住まい方」▶日時:2月7日(土)午後1時30分~4時30分▶場所:男女共同参画センターエーる▶講師:NPO法人住環境ネット/稲井信輝▶定員:25名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号を、西☎070-6983-1468・電子メールthwestoz@gmail.com ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名(申込順))を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

●普通救命講習会 ①②とも▶内容:心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など▶テキスト代:1,400円▶申込:電話で各消防署へ ①練馬消防署☎3994-0119 ※庁舎建て替え中のため、仮庁舎(豊玉中3-9-11)で実施。▶日時:2月13日(金)午前9時~正午▶定員:25名(申込順) ②石神井消防署石神井公園出張所(石神井町2-16-1)☎3995-0119▶日時:2月15日(日)午前9時~正午▶定員:20名(申込順)

●第9回ねりま幼児水泳大会▶対象:未就学児 ※保護者の同伴が必要です。▶日時:3月8日(日)午前10時から▶場所:光が丘体育館▶定員:300名(申込順)▶費用:1種目1,000円、リレー2,000円▶申込:体育館にある申込用紙に必要事項を記入の上、1月31日(必着)までにNPO法人練馬区水泳連盟事務局☎3939-0011 ●中学校夜間学級の生徒募集 都内の公立中学校8校では、小中学校を卒業していない方のための夜間学級を設置し、生徒を募集しています。15歳以上の方であれば、国籍に関係なく入学できます。また、学習に必要な日本語を習得するための日本語学級も開設しています。いずれも授業料は無料です。 ※設置校など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:世田谷区立三宿中夜間学級☎3424-5255

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:認知症対策係☎5984-4597 ●高齢者のおなかのお話と栄養について▶日時:1月17日(土)午後2時~4時▶場所・問合せ:介護老人保健施設大泉学園ふきのとう☎3924-2215▶内容:講義▶定員:25名(先着順)▶申込:当日会場受け付け ●認知症を知らう~認知症の理解と対応▶日時:1月17日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:関町特別養護老人ホーム▶内容:講義▶定員:10名(申込順)▶申込:電話で関町デイサービスセンター☎3928-5030 ●知って得するお薬情報~お薬の正

しい使い方、日頃の疑問にお答えします▶日時:1月17日(土)午後1時30分~3時30分▶場所・問合せ:豊玉デイサービスセンター☎3993-1341▶内容:講義▶定員:30名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

●言語リハビリ教室▶日時:1月17日(土)午後2時~4時▶場所:大泉デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:10名(申込順)▶申込:電話で大泉デイサービスセンター☎5387-2201

●免疫力アップのための楽々元気レシピ▶日時:1月20日(火)午後1時30分~3時30分▶場所:土支田デイサービスセンター▶内容:講義、調理実習▶定員:15名(申込順)▶申込:電話で土支田デイサービスセンター☎5387-6760

●福祉用具を有効活用し自立した生活を▶日時:1月21日(水)午後1時30分~3時30分▶場所:練馬中学校デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:15名(申込順)▶申込:電話で練馬中学校デイサービスセンター☎5241-5451

●65歳からの身体づくり~いつまでも自立した生活を送れるように▶日時:1月24日(土)午後1時~3時▶場所:練馬高松園デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:15名(申込順)▶申込:電話で練馬高松園デイサービスセンター☎3926-3026

●介護者に負担の少ない介助方法▶日時:1月24日(土)午後2時~4時▶場所:光が丘デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:10名(申込順)▶申込:電話で光が丘デイサービスセンター☎5997-7706

●ポールを使った運動で日頃使わない筋肉を鍛えよう▶日時:1月25日(日)午前10時~11時45分▶場所:光陽苑デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で光陽苑デイサービスセンター☎3923-5264

朝・夕・青空市

●江古田いちば通り商店街▶日時:1月15日(木)午前10時~午後7時▶問合せ:林☎3991-0888 ●南ヶ丘商店街▶日時:1月16日(金)午前9時から▶問合せ:伏木☎3999-2641 ●早宮商店街▶日時:1月17日(土)午後3時~6時▶問合せ:山崎☎3993-3388

子どものための講座

区内の団体に委託して実施。事前申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:育成支援係☎5984-1292 ●ねりま遊遊スクール ●エコ風(たこ)作り▶対象:小学生▶日時:1月24日(土)午前10時~11時

30分▶場所:厚生文化会館▶定員:50名(申込順)

●子育て学習講座 ●家族の離乳食講座~食べる力のある子に育てる離乳食!▶対象:0~1歳児の保護者、出産を控えた夫婦▶日時:2月1日(日)午前9時30分~11時30分▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:20名(申込順)▶費用:200円

●ねりマイクメン講座 ●恥じらい克服!パパの絵本読み聞かせ方講座▶対象:2歳以上の未就学児と父親 ※母親の参加も可。▶日時:1月25日(日)午前10時30分~11時30分▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶定員:10組(申込順)

リサイクルマーケット

▶問合せ:リサイクル推進係☎5984-1097 ●和田堀公園(石神井町1-1-11)▶日時:1月18日(日)午前9時30分~午後1時(雨天中止) ●さくらの辻公園(上石神井3-19-10)▶日時:1月25日(日)午前9時~正午(雨天中止) ●秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:1月25日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ●平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶日時:1月25日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ●長光寺橋公園(石神井町1-1-58)▶日時:2月1日(日)午前10時~午後0時30分(雨天中止)

学校体育館でスポーツを

●光が丘夏の雲小 ソフトバレーお楽しみ会▶対象:16歳以上の方▶日時:1月21日(水)午後7時~9時▶定員:40名(先着順)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:学校応援団・開放係☎5984-1057

個人情報については、削除してあります。



初心者スポーツ教室 スキー(武石)

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:3月13日(金)~15日(日)の2泊3日 ※13日午前7時30分区役所前集合、15日午後8時同所解散予定。▶場所:番所ヶ原スキー場(長野県上田市) ※ベルデ武石本館に宿泊。 ※区役所~スキー場~ベルデ武石の移動はバスを使用。▶定員:80名(抽選)▶費用:16,000円(バス代、朝・夕食代など。リフト代を除く)

く) ※スキー用具(ウェア類を除く)は無料で貸し出し。▶申込:往復ハガキに①教室名②参加者全員(4名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・学年(学生のみ)・電話番号・級(ある方のみ)③代表者の氏名を記入の上、1月20日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※14日午後1時に希望者を対象に5~1級のバッジテストを実施。

区民体育大会【①ロードレース競技会②小学生駅伝】

▶対象:①中学生以上②小学4~6年生5名で構成されたチーム▶日時:2月15日(日)午前9時から▶場所:

大泉さくら運動公園・大泉中央公園周辺▶内容:①3km、5km(部門によって異なります)②1,083m×5区間▶保険料など:①1,100円(中学生600円)②1チーム2,500円▶申込:体育館や練馬総合運動場、スポーツ振興課(区役所本庁舎11階)、区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「各種大会等」の「区民体育大会」にある実施要項をご覧の上、1月24日(必着)までに申し込んでください▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

都民体育大会練馬区選考会 軟式野球(一般の部)

▶対象:区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方で構成された年間登録可能チーム ※小中学生、体育・スポーツ団体に登録している高校生・高等専門学校生・大学生は参加できません。▶日時:4月5日(日)から▶場所:東台野球場、北大泉野球場▶内容:トーナメント方式▶申込:チーム全員の参加資格を証明できるものを用意して、申込書を受け取りに2月8日(日)午前10時~午後2時に練馬総合運動場へ ※申込書の提出日時は、2月22日(日)午前10時~午後3時です。 ※年間登録の受け付けは2月8日(日)に行います。▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947



区民の興味とまちをつなげる パネル展

住民参加のまちづくりへの支援や取り組みを紹介します。▶日時:2月1日(日)~5日(木)午前9時~午後8時▶場所:区役所アトリウム
〈町会と区民まちづくり活動がつながる座談会を開催〉

▶日時:2月1日(日)午後2時~4時▶場所:区役所本庁舎19階▶定員:30名(申込順)▶申込:電話または電子メールで①座談会名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、練馬まちづくりセンターへ

◎問合せ:練馬まちづくりセンター ☎3993-5451・電子メール machi@nerimachi.jp

日本大学芸術学部学生による サロンコンサート

▶日時:1月18日(日)正午~午後1時▶場所:石神井松の風文化公園管理棟(石神井台1-33-44)▶内容:ピアノ独奏によるクラシック音楽の演奏など▶問合せ:石神井公園ふるさと文化館分室 ☎5372-2572 ※事前の申し込みは不要です。

第217回 アトリウムミニステージ

▶日時:1月21日(水)午後0時15分~0時45分▶場所:区役所アトリウム▶曲目:八橋検校/六段の調(しらべ)など▶出演:小石奈緒(箏(こと))▶問合せ:(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311

※事前の申し込みは不要です。
※車での来場はご遠慮ください。



区民のひろば

- この欄は、区民の方の自主的なサークル活動などを紹介しています。区の事業ではありませんので、内容などの確認は当事者間をお願いします。
 - 記事中の会場は主催者が利用を予定しているものです。
- ▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

個人情報が含まれているため、「区民のひろば」(サークル紹介)については、削除してあります。

広告

認定補聴器技能者常駐 相談・ご試聴は無料!
あとあとまでまかせて安心! 実生活でもお試しいただけます!

認定補聴器専門店
サン 補聴器

ご相談専用電話・FAX
フリーダイヤル **0120-63-5330**

練馬区石神井町
2-13-5-106

石神井公園駅
北口より徒歩3分
駐車場ご案内

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。

ミュージックタウン ねりま

ねりまのまちに音楽が鳴り響く

練馬区は、農やアニメだけでなく、音楽を身近に楽しめるまちでもあります。今回、数ある演奏会などの中から、おすすめの催しを紹介し、この機会に音楽に親しんでみませんか。 **問合せ** 文化振興係 ☎5984-1284

第2回全日本ポップス&ジャズグランプリ大会



若い力を肌で感じる 練馬文化センター大ホール

吹奏楽にポップスとジャズの持つ自由で楽しい音楽性、熱気ある表現などを取り入れた大会です。全国の実力バンドの素晴らしい演奏をお届けします。▶日時:1月31日(土)午後1時開演(ソロ・アドリブ部門)、2月1日(日)午前10時開演(団体部門)▶入場料:2,000円(全席自由) ※車いす席は、本人・付添者とも1,000円。

練馬の若者たちが全力で最高のパフォーマンスを披露します。ぜひご覧ください!

ねりま若者文化祭 ライブパフォーマンス2015



区内でバンドやダンス活動に励む若手パフォーマーの晴れ舞台です。26グループが日頃の取り組みの成果を披露します。▶日時:2月8日(日)午前11時開演▶入場料:500円(全席自由) ※18歳以下の方は無料(事前に窓口で配布する無料チケットが必要)。

チケットの申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。
▶問合せ:(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311

生活の中で気軽に楽しむ

アトリウムミニステージ

区民の皆さまが、気軽に生演奏などに触れ、音楽に親しんでいただく無料コンサートです。▶日時:第3水曜午後0時15分~0時45分▶場所:区役所アトリウム ※今月のアトリウムミニステージは11面参照。



まちなかコンサート

プロの演奏を気軽に楽しめるまちなかコンサートを区内の商業施設などで行っています。

子どもと一緒に生演奏を楽しめる子育て世代にもうれしいイベントです!



学生たちの演奏を体感しよう

第30回ジュニア・オーケストラ定期演奏会



区内の小学生~高校生が仲間とともに演奏活動を行っています。定期演奏会では、日頃の練習の成果を披露します。▶日時:3月8日(日)午後2時開演▶場所:練馬文化センター大ホール

武蔵野音楽大学のパレード&中学生との交流

毎年、秋に行う学園祭では、江古田のまちを武蔵野音楽大学のマーチングバンドがパレードするほか、音楽を通して中学生との交流企画を行います。



(公財)練馬区文化振興協会の催し

チケットの予約・購入 ☎3948-9000 (午前10時~午後5時)

問合せ ☎3993-3311

<http://www.neribun.or.jp/>



練馬文化センター(大ホール)

4/17(金) 森山良子コンサートツアー-2015~2016~フォークソングの時代

暖かい春の午後、懐かしの名曲&フォークソングと一緒に過ごしませんか。

午後1時30分開演

出演:森山良子ほか

曲目:涙そうそう、さとうきび畑など

入場料:5,500円(全席指定)



森山良子

チケット予約・購入方法

電話予約...1月31日(土)午前10時から①
購入...2月1日(日)午前10時から①②③

チケット予約・購入はこちら

- ① 練馬文化センター(練馬駅下車北口徒歩1分) ☎3948-9000 (チケット予約専用電話。午前10時~午後5時)
 - ② 大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅下車北口徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))
 - ③ (公財)練馬区文化振興協会ホームページ <http://www.neribun.or.jp/>
- ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①に申し込んでください。
※電話予約で完売の場合は、窓口・ホームページでの販売はありません。

大泉学園ゆめりあホール

練馬区演奏家協会コンサート

4/10(金) サクソフォーンで綴るフランス音楽の世界

サクソフォーン8重奏団の色彩感覚豊かな音楽をお楽しみください。

午後7時開演

出演:アンサンプル・オットヴォーチ

曲目:D.ミヨー/フランス組曲、M.ラヴェル/ラ・ヴァルスなど

入場料:1,000円(全席自由)



原ひとみ

チケット予約・購入方法

購入...1月16日(金)午前10時から①②③

介護付有料老人ホーム

東京都指定特定施設入居者生活介護事業者(一般型)

ホーム見学 受付中!

ホーム所在地:練馬区高野台5-13-7 西武池袋線「石神井公園」駅徒歩約11分(約80m) 直通TEL:03-5923-1391 | 担当:小林までお気軽にどうぞ