

区民の皆さまにお聞きしました！
～2面で皆さまの「いいね！」を紹介しています

今年度の区民意識意向調査の結果、約8割の方が練馬区への愛着を感じていることがわかりました。そこで、これまで区民の皆さまにお聞きした、ねりまに対する熱い思いやねりま自慢、練馬区内の好きな場所・景色・イベントなどを紹介します。▶問合せ:ねりまプロモーション係 ☎5984-1089

ねりま 区報

2/1

平成26年(2014年) 第1673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)練馬総合運動場公園内屋外スポーツ施設整備基本構想の素案にご意見を……………3面
- 都営住宅の入居者募集……………3面
- 税の申告はお早めに!……………6・7面

目次

- ・お知らせ/福祉・障害のある方/国民年金/まちづくり/働く/ボランティア/お休みします/訂正します/子ども・教育……………5面
- ・健康・衛生/高齢者/スポーツ/催し……………8・9面
- ・講座・講演会……………10・11面

2月9日(日)は東京都知事選挙

投票は午前7時～午後8時

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399

インフルエンザが流行しています

こまめな手洗いを行うほか、咳が出るときはマスクをつけるなど咳エチケットを心掛けましょう。

▶問合せ:感染症指導係 ☎5984-4671

ねりま区報有料広告を募集

＝4月21日号～5月21日号＝

区内事業者・団体などの皆さまに区報を広告媒体としてさらに活用していただくため、区報の有料広告の掲載枠を拡大して募集します。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。

▶掲載募集号:4月21日号、5月1日号・11日号・21日号▶掲載位置:①～④最終面記事下⑤最終面欄外⑥中面欄外▶広告サイズ(縦mm×横mm)・料金:①42×80…4万円②88×80…8万円③88×164…16万円④88×248…24万円⑤10×235…1万5,000円⑥10×235…1万円 ※5月1日号は⑥のみの募集になります。▶刷色:①～⑤4色カラー⑥2色(黒・青)▶発行部数:約25万部▶配布先:新聞折り込み、区内・周辺の各駅、区内金融機関・郵便局、区立施設など▶申込期限:2月21日(金)▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

ね





り

10代・20代は「アニメ」

練馬区では、アニメ関連の催しや、区とアニメ産業が連携した小中学校での出前授業などを行っており、多くの若者に「アニメのまち練馬区」として浸透しているようです。

ま

30代・40代は「みどり・公園」

練馬区の緑被率は25%を超え、東京23区で1番です。豊かなみどり・公園は、安心して子どもを遊ばせられる場、休日の安らぎの場として、多くの方に支持されています。

て



い





い

50代・60代は「文化・学習施設」 「地域コミュニティ・人の温かさ」

練馬区では、多くの方が身近な場所で余暇を楽しみ、学んでいます。また、人とのつながり・温かさを感じています。

い



ね!

70代以上は「農業・畑」

練馬区の農地面積は東京23区で1番で、市民農園・区民農園など農と触れ合える機会・場所が多くあります。都市農地は、多くの高齢者の生活にうおいと豊かさをもたらしています。







2面へ続く



ねりまっていいね!

— 1面の皆さまの「いいね!」を教えてくださいました。

ねりまはどの世代にも魅力的です

区報や区ホームページなどで、ねりまに対する熱い思いやねりま自慢、練馬区内の好きな場所・景色・イベントなど区民の方が考える「ねりまっていいね!」を募集・取材したところ、多くの方から回答をいただきました。

その結果、ねりまには多くの魅力があり、どこに魅力を感じるかは世代ごとに特徴がありました。10代・20代の方は「アニメ」、30代・40代の方は「みどり・公園」、50代・60代の方は「文化・学習施設」「地域コミュニティ・人の温かさ」、70代以上の方は「農業・畑」の割合が全年代を合計した割合より高くなりました。また、「都心に近い・交通の便が良い」という項目は各年代とも上位でした。

ねりまは住み続け、年齢を重ねるごとにさまざまな魅力を感じることができるまちです。その良さを皆さまに知っていただくため、今後もねりまの魅力を発掘・発信していきます。ぜひ、あなたの知っている「ねりまっていいね!」をお知らせください。

「ねりまっていいね!」を募集

ハガキまたはファクス、電子メールで①あなたが考えるねりまのいいところ(様式自由)②住所(町名まで)③氏名(匿名でも可)④年齢⑤性別を、ねりまプロモーション係へお寄せください。いただいたご意見の一部は区ホームページなどでお知らせします。

※区ホームページ「お知らせ」からもご意見を送ることができます。

◎送付先・問合せ

〒176-8501区役所内
ねりまプロモーション係
☎5984-1089 FAX3993-1194
電子メール koho06@city.nerima.tokyo.jp

取材した区民の皆さまの「ねりまっていいね!」は動画でもご覧になれます

練馬区情報番組ねりまほっとライン (2月1日～15日放送分)

毎日午前9時・正午・午後8時の3回、ケーブルテレビ・J:COM(ジェイコム)チャンネル東京(地上デジタル11チャンネル)で放送しています。

※区ホームページ「ねりまほっとライン」や動画共有サイト「YouTube(ユーチューブ)」の練馬区公式チャンネル(<http://www.youtube.com/user/nerimach>)からもご覧になれます。

▶問合せ:報道係☎5984-2693

練馬区が舞台のアニメを見ると誇らしいです!
(中村南在住)

実は、アニメ関連の会社が多いんですよ
(中村南在住)

ねり丸がかわいくて大好きです!
(豊玉北在住)



子どもが走り回れるし、ご近所さんとも会えるのでよく公園を散歩しています
(大泉学園町在住)

練馬区がアニメ発祥の地だと、いろんな人を知ってみたい!
(春日町在住)



稲荷山憩いの森は木々に囲まれリラックスできるので、家族の好きな場所です
(大泉町在住)

みどりが多くて居心地が良いので、毎週のように家族で石神井公園に遊びに行きます
(石神井町在住)

みどりの多い公園を犬と散歩するのがお気に入りです
(石神井町在住)



練馬区立美術館で美術展を見たり、サークル活動をしたりが楽しいです
(下石神井在住)

農業体験農園の利用者には家族のようなつながりができます
(南大泉在住)

アトリウムミニステージなど身近に楽しめるコンサートがたくさんあります
(平和台在住)

市民農園を利用して、友だちもできましたし、野菜について詳しくなりました
(西大泉在住)

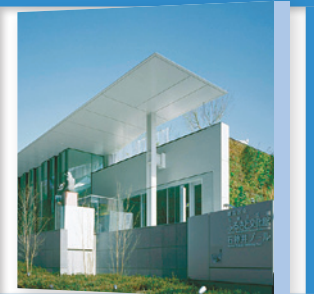


市民農園での野菜づくりは体を動かすので、健康づくりに役立ちますよ!
(西大泉在住)

農産物直売所などで新鮮な野菜を手に入れられるのは、ありがたいですね
(豊玉北在住)

大事に育てた野菜を、顔の見える方を買ってもらえるのがうれしいです
(中村南在住)

石神井公園ふるさと文化館にある古民家の柱は見事ですね。木のぬくもりを感じます
(石神井台在住)



取材にご協力いただいた区民の皆さま、ありがとうございました

都営住宅の入居者募集

都公募分・地元割当分

都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込み可能です。所得が基準内で住宅に困っていることのほか、下表の要件などがあります。詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。

- **申込書の配布期間**
2月3日(月)～13日(木)
- **申込書の配布場所**
区民事務所(練馬を除く)、出張所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階) ※2月8日(土)・9日(日)・11日(祝)は、土・日・休日区政案内(同2階)のみ配布。 ※事業再建者向け定期使用住宅の申込書は、住宅課でのみ配布。 ▼問合せ: 住宅課 住宅係 ☎5984・1619

募集区分	主な申し込み資格	募集戸数		
都公募	単身者向け	都内3年以上在住。60歳以上(経過措置として昭和31年4月1日以前生まれの方を含む)または身体障害者手帳1～4級などの単身者	217戸	
	単身者用車いす使用者向け	都内3年以上在住。車いすを使用している身体障害者手帳1・2級などの単身者	8戸	
	シルバーピア(単身者向け・2人世帯向け) ※1	都内3年以上在住。65歳以上の単身者または2人世帯(配偶者はおおむね60歳以上)	44戸	
	事業再建者向け定期使用住宅	都内3年以上在住。事業が破たんし、自己の所有する住宅を失った方で、民事再生法による再生計画の認可決定を受けている都内中小企業の経営者	10戸	
	ポイント方式(家族向け) ※2	ひとり親世帯	都内3年以上在住。母子世帯または父子世帯	1,273戸
		高齢者世帯	都内3年以上在住。申込者本人が60歳以上の世帯	
		心身障害者世帯	都内3年以上在住。身体障害者手帳1～4級の方を含む世帯	
		多子世帯	都内3年以上在住。18歳未満の児童が3人以上いる世帯	
		特に所得の低い一般世帯	都内3年以上在住。生活保護受給世帯、中国残留邦人などに対する支援給付受給世帯または申込者本人が40歳以上の特に所得の低い世帯	
	車いす使用者世帯向け	都内3年以上在住。車いすを使用している身体障害者手帳1・2級の方を含む世帯	17戸	
地元割当	シルバーピア(単身者向け・2人世帯向け) ※1	区内3年以上在住。65歳以上の単身者または2人世帯(配偶者はおおむね60歳以上)	4戸	

※1 シルバーピア…手すりや緊急通報システムなど、高齢者に配慮した設備がある住宅。
 ※2 ポイント方式…住宅に困っている度合いの高い方を入居予定者として登録する方式。

(仮称)練馬総合運動場公園内 屋外スポーツ施設整備 基本構想の素案にご意見を



約3万9,000㎡の広さの練馬総合運動場

区は、練馬総合運動場(練馬2の29の10)を区の中核的な屋外スポーツ施設として整備することを計画しています。今回、整備にあたっての基本構想の素案がまとまりましたので、あらましを紹介します。今後、区民の皆さまからご意見を伺い、3月中に基本構想を策定する予定です。

整備の基本的考え方

- 区の屋外スポーツ施設の中核となる施設とします。
- 豊かなみどりに親しめ、周辺との調和を図った憩いと安らぎを感じられる景観を形成します。

主な整備内容

- 防災機能を備えた空間として災害時に活用できるようにします。
- 公式競技ができる400mトラックを備えた陸上競技場とします。

ご意見をお寄せください

素案の全文は、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、体育館、練馬総合運動場、

- 現在ある施設(サッカー場、少年野球場など)は継続して整備します。
- 施設の周囲には、緑地や広場などの憩いの空間を配置します。

問合せ・ご意見の送付先

〒176-8501 区役所内
 スポーツ振興課施設計画担当係
 (本庁舎11階)
 ☎5984-4725
 FAX5984-1221
 電子メール sports02@city.nerima.tokyo.jp

区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、スポーツ振興課、区ホームページ「お知らせ」でご覧になれます。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、2月20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、匿名で公表させていただきます。お問い合わせがあります。

ベルデゴールデンウィーク申込書

①希望施設と日程(2泊3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 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
第2希望 施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
第3希望 施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
③利用者数 大人 人・中学生 小学生 人・幼児	人 人
④代表者の 〒 住所 フリガナ 氏名 屋間連絡の取れる電話番号	
⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、施設名、利用日時に○、どちらかの□にチェック 施設名 グラウンド 体育館 テニスコート 研修室 ①初日午後 ②2日目午前・午後 ③3日目午前 <input type="checkbox"/> 運動施設が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 運動施設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」、区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「保養施設」をご覧ください。

少年自然の家

ベルデ

ゴールデンウィーク期間

4/26(土)～5/5(祝)の予約受け付けを開始

長野県軽井沢・武石(たけし)、静岡県下田にある宿泊施設「ベルデ」のゴールデンウィーク中の利用者を募集します。利用は1グループ1回のみで2泊3日までです。 ※ベルデ岩井千葉息は生涯学習団体のみ利用できます。詳しくは、お問い合わせください。

問合せ

旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階) ☎5984・1234

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。

室、武石本館3人・8人室、武石新館3人(車いす室)・4人室

申し込み方法

左の申込書に必要事項を記入の上、往復ハガキの往信の裏面に貼って、2月14日(必着)までに〒176・8501区役所内少年自然の家係

※2通以上申し込んだ場合は無効になります。2月28日(金)に発送を予定しています。

結果

※抽選後の空き室の予約受け付けは、後日区報でお知らせします。 ※利用予約は他者へ譲渡することはできません。



4月下旬～5月上旬に見頃を迎える「余里の一里花桃(長野県上田市武石)」

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17日(月)～3月17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25年中(1月～12月)に所得がなかった方や、所得が一定以下(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提出してください。

②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

③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

世帯の中に、申告をしていない方や簡易申告書を提出し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、正しく判定できず、給付が受けられない場合があります。

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
後期高齢者医療制度	後期高齢者保険料係 ☎5984-4588	後期高齢者資格係 ☎5984-4587

練馬駅北地下自転車駐車場が4月7日(月)に開設

定期利用者を募集

車種	利用方法	利用料金		
		区分	一般	学生
自転車	定期利用(※1)	1カ月	2,000円	1,500円
		3カ月	5,700円	4,200円
		6カ月	9,600円	7,200円
	時間利用	24時間100円(3時間以内無料)		

※1 定期利用料金の支払いは、原則として口座振替です。
※2 生活保護受給者、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、定期利用料金が免除になります。

▼申込:ハガキに①練馬駅北地下自転車駐車場②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤一般・学生・免除(※2)の別を記入の上、2月28日(必着)までに〒176-0012豊玉北5の29の8練馬センタービル8階(公財)練馬区環境まちづくり公社☎3993・8011 ※申し込みは1人1通までです。 ※申し込み多数の場合は抽選となります。



お子さんの就労や進路にお悩みの方へ

「ねりま若者サポートステーション」の家族説明会を開催

ねりま若者サポートステーション(春日町青少年館内)は、就労や進路決定に悩みのある若者の自立を支援するための施設です。説明会では事

業内容や取り組み事例を紹介します。
▼対象:15～39歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族
▼日時:2月8日(土)午(日・木曜を除く)

後2時～4時▼場所:男女共同参画センターえーる▼定員:25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



ねりま若者サポートステーションでの就労相談の様子

区民交通傷害保険加入者を募集

「区民交通傷害保険」は、加入者が交通事故でケガをした場合に、保険金を支払う制度です。「区民交通傷害保険」の加入者は、自転車運転中の加害事故などについて保険金を支払う「自転車賠償責任プラン」にも申し込みます。

▼対象:4月1日(火)現在、区内在住の方▼保険期間:平成26年4月1日(火)～平成27年3月31日(火)▼引受保険会社:(株)損害保険ジャパン▼申込:平成26年3月24日(月)までに区内金融機関・郵便局にある申込書に保険料を添えて申込先へ ※この案内は、区民交通傷害保険の概要です。保険料・保険内容など詳しくは、お問い合わせいただくか、申込先にあるパンフレットをご覧ください。

秩父青少年キャンプ場で自然を満喫しよう!

問合せ 青少年課青少年係☎5984・4691

秩父さくら湖を望む山腹にあるキャンプ場には、バンガロー・炊事場・テントなどがあり、自然に親しみながら宿泊体験ができます。利用期間は5月1日(木)～10月31日(金)です。 ※区の事業などで利用できない日があります。

▼対象:青少年(6～18歳)が半数以上いる3名以上の区内の団体・区内在住の家族 ※保護者または引率者同伴。
※9名以下の場合、青少年が半数未満でも可。▼場所:埼玉県秩父市浦山304▼定員:1日110名▼費用:無料(まき代などは実費)▼申込:10名以上(抽選) :往復ハガキに①希望日(第3希望まで)②利用人数③団体名④代表者の住所・氏名・電話番号を記入の上、2月20日(必着)までに



バンガロー

第一回区議会定例会

平成26年度予算案を審議します

2月7日(金)～3月14日(金)

- 2月7日(金) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)
- 10日(月) 本会議(一般質問)
- 12日(水)・13日(木) 本会議(一般質問)
- 14日(金) 常任委員会
- 17日(月) 特別委員会
- 18日(火) 常任委員会
- 19日(水)～28日(金) 予算特別委員会
- 3月3日(月) 議会運営委員会、予算特別委員会
- 4日(火) 本会議(追加上程)、予算特別委員会
- 5日(水)～7日(金) 予算特別委員会
- 10日(月) 常任委員会、特別委員会
- 11日(火) 議会運営委員会、本会議(先議)
- 12日(水) 予算特別委員会
- 14日(金) 議会運営委員会、本会議(議決)

※日程は変更になる場合があります。傍聴や手話通訳を希望する方は、事前にお問い合わせください。

▶問合せ:議会事務局☎5984-4732

お知らせ

区民農園利用者を追加募集

▶**対象**:区内在住の方(世帯単位)または過半数が区内在住の方で構成される団体▶**利用期間**:平成26年4月1日~28年1月31日▶**農園名・区画数**:
 ㊦上石神井南町区民農園(上石神井南町10)…3区画㊦関町南三丁目区民農園(関町南3-4・7・8)…23区画
 ㊧南大泉やまぶし区民農園(南大泉5-8、西大泉1-11)…10区画㊨西大泉二丁目区民農園(西大泉2-8)…24区画▶**1区画の面積・使用料(1年10カ月分)**:約15㎡・8,800円▶**申込**:ハガキに①農園名(㊦~㊨の別)②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③利用者全員の氏名(ふりがな)・生年月日を記入の上、2月21日(消印有効)までに〒176-8501区役所内農業振興係☎5984-1403 ※申し込み多数の場合は抽選となります。抽選結果は、3月10日(月)までに通知します。 ※申し込みは1世帯(団体)につき1通に限ります。 ※昨年11月に申し込んだ方が、今回申し込むと当選・補欠の権利がなくなります。

福祉・障害のある方

保健福祉サービスの苦情・相談は☎3993-1344

「保健福祉サービス苦情調整委員」は、区から独立した第三者の機関で、専門の相談員が保健福祉サービスの利用に関する苦情や相談を受け付けます。また、弁護士などの「苦情調整委員」に直接相談することもできます(第1~4火曜午後。要予約)。文書により苦情申し立てを受けた場合には、調査を行い、必要に応じて事業者や区に対して改善勧告を行います。苦情や相談は、直接または電話、郵

送、電子メールで受け付けます。▶**受付日時**:月~金曜午前8時30分~午後5時15分(祝休日、年末年始を除く)▶**受付窓口**:〒176-8501区役所内保健福祉サービス苦情調整委員事務局(西庁舎3階)☎3993-1344・電子メールchousei@smile.ocn.ne.jp

手話通訳養成講座

区の手話通訳者になるための講座です。受講に先立ち実技試験を行います。▶**対象**:区内在住・在勤(在学)の19歳以上で、練馬区手話講習会上級クラス修了程度の方 ※過去に受講した方と他の自治体の登録通訳者の方はご遠慮ください。▶**日時**:4月8日~来年3月17日の火曜午後6時45分~8時45分【祝日などを除く。44日制】▶**場所**:中村橋区民センターなど▶**定員**:15名(選考)▶**受講料**:2,400円(身体障害者手帳をお持ちの方は無料)▶**実技試験**

▶**日時**:2月23日(日)午前9時50分~午後1時▶**場所**:中村橋区民センター▶**試験内容**:読み取り筆記、テープによる聞き取り表現▶**申込**:A4判用紙1枚に①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤職業⑥電話番号⑦手話の学習場所・年数⑧聴覚障害者に関するボランティアなどの活動経験⑨簡潔な志望動機を記入の上、2月10日(必着)までに郵送またはファクスで〒176-0021貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター☎3970-5676
 ◎**問合せ**:中村橋福祉ケアセンター☎3296-7211

国民年金

年金受給者が亡くなったときは早めに届け出を

国民年金を受給している方が亡くなったときは、未支給の年金を受け取れる場合があります。提出先や必要な書類は、受給していた年金の種類によって異なります。詳しくは、お問い

合わせください。▶**問合せ**:障害基礎年金・遺族基礎年金・寡婦年金…国民年金係(区役所本庁舎3階)☎5984-4561、老齢基礎年金・その他の年金…練馬年金事務所☎3904-5491

まちづくり

中里地区・大泉町一丁目地区・中里中央地区地区計画の都市計画変更案がご覧になれます

意見のある方は、意見書を提出できます。▶**縦覧・意見書の提出期間**:2月3日(月)~17日(月)午前8時30分~午後5時15分(土・日曜、祝日を除く)▶**縦覧・意見書の提出場所**:都市計画課(区役所本庁舎16階) ※区ホームページ「区政情報」の「まちづくり・都市計画」の「都市計画決定・変更」からもご覧になれます。▶**問合せ**:まちづくり推進調整課☎5984-1527

働く

歯科衛生士【臨時職員】

▶**対象**:有資格者▶**勤務日**:月1~3日程度▶**時間**:午前8時30分~午後5時15分の間の4時間または8時間▶**場所**:保健相談所▶**内容**:歯科保健指導、健康教育、歯科健診補助など▶**採用予定数**:若干名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,325円 ※交通費は支給しません。▶**申込**:履歴書(写真貼付)を、2月14日(必着)までに持参または郵送で〒177-0041石神井町7-3-28石神井保健相談所☎3996-0634

防衛省・自衛隊採用セミナー

▶**対象**:大学生・大学院生、学校卒業後3年くらいまでの方▶**日時**:2月10日(月)、3月3日(月)正午から▶**場所**:ホテルグランドヒル市ヶ谷(新宿区市谷本村町4-1)▶**種目**:一般幹部候補生・一般曹候補生・自衛官候補生・予備自衛官補▶**申込**:当日会場受け付け▶**問合せ**:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所☎3991-8921

ボランティア

サポーターズ料理講座「料理ボランティアスタッフ」

生涯学習センターが主催する料理講座の企画・準備・運営から開催までを行う①講師②サポートスタッフを募集します。 ※謝礼・交通費はありません。▶**対象**:3月5日(水)午前に行われる全体会と年間活動日(2~12回程度)の半分以上に参加できる方▶**定員**:①②とも若干名(書類選考)▶**申込**:往復ハガキまたは電子メールで①料理ボランティアスタッフ(①②の別。①の場合は得意な料理分野も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥志望動機⑦保育室(1歳以上の未就学児対象)の希望の有無を、2月20日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター☎3991-1667・電子メールs-center@city.nerima.tokyo.jp

お休みします

〈大泉学園町体育館☎5905-1161〉…2月10日(月)・11日(祝)【器具点検など

のため】 ※温水プールは12日(水)・13日(木)も休館します。〈練馬区立美術館☎3577-1821〉…2月11日(祝)~15日(土)【展示作業のため】

訂正します

1月21日号3面に掲載した「4月からの非常勤職員を募集」の記事に誤りがありました。正しくは、地域包括支援センター調査員の勤務期間は、「4月からの1年間」です。お詫びして訂正します。▶**問合せ**:高齢調整係☎5984-4582

子ども・教育 ~子育て応援~

育児と離乳食

①②とも▶**内容**:講義、献立紹介▶**定員**:30組(申込順)▶**持ち物**:母子健康手帳、スプーン▶**申込**:2月3日(月)から電話で各保健相談所へ
 ①**豊玉保健相談所**☎3992-1188(1回食)▶**対象**:5・6カ月児と保護者▶**日時**:2月14日(金)午前10時~11時30分
 ②**光が丘保健相談所**☎5997-7722(2・3回食)▶**対象**:7~10カ月児と保護者▶**日時**:2月21日(金)午前10時~11時30分

パパとママの準備教室

▶**対象**:出産を控えた夫婦▶**日時**:3月8日(土)午前9時~11時30分▶**場所**:関保健相談所▶**内容**:講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導、妊婦ジャケットの体験など▶**定員**:25組(申込順)▶**持ち物**:母子健康手帳▶**申込**:2月3日(月)から電話で関保健相談所☎3929-5381

健康なからだを口で育てる 子育てのヒントとコツ

▶**対象**:0歳児の保護者▶**日時**:2月28日(金)午前10時~正午▶**場所**:石神井保健相談所▶**内容**:講義▶**講師**:日本小児歯科学会認定専門医/藤岡万理▶**定員**:30名(申込順)▶**申込**:2月3日(月)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**:4~12カ月児と保護者▶**日時**:3月1日(土)午前10時~11時30分▶**場所**:関保健相談所▶**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)▶**持ち物**:バスタオル▶**申込**:2月3日(月)から電話で関保健相談所☎3929-5381

国立・都立・私立小中学校への入学には届け出を

お子さんが区立以外の小中学校へ入学する場合は、届け出が必要です。▶**届出方法**:窓口…①入学許可書または入学承諾書の原本②認め印を用意して、区民事務所または出張所、学務課学事係(区役所本庁舎12階)へ 郵送…区ホームページ「申請書ダウンロード」の「教育」にある書類に入学許可書または入学承諾書の原本を同封して、学務課学事係へ▶**問合せ**:学務課学事係☎5984-5659

2/15 少年少女スポーツふれあいひろば

2月15日(土)午前10時~午後3時に光が丘体育館・平和台体育館を無料開放し、指導員がいろいろなスポーツを教えます(温水プール、トレーニング室は除く)。動きやすい服装でお越しください。▶**対象**:幼児~中学生 ※幼児は保護者同伴。▶**持ち物**:上履き▶**問合せ**:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

光が丘体育館	バドミントン、ストラックアウト、卓球、輪投げ、ソフトバレーボール、縄跳び、ダーツ、ミニバスケットボール(フリースロー・ドリブル)
平和台体育館	バドミントン、ストラックアウト、卓球、輪投げ、ソフトバレーボール、縄跳び、ダーツ

※車での来場はご遠慮ください。

グループ型家庭的保育事業を活用した「仮称にじいろ保育ルーム桜台」の利用者を募集

グループ型家庭的保育事業とは、区内私立認可保育所に雇用された複数の保育士などが協力して乳幼児を保育するものです。この事業を活用し、3月1日(土)から氷川台駅近くに開設する「(仮称)にじいろ保育ルーム桜台」(桜台3-42-6)の利用者を募集します。

▶**対象**:次の①②両方に当てはまる区内在住のお子さん ①共働きなどにより家庭で保育できない

②平成22年4月2日以降生まれで、事業利用の開始日時点で生後58日以上▶**募集人数**:15名▶**保育日時**:月~土曜午前8時~午後6時の間の8時間(祝休日、年末年始を除く)▶**保育料**:月額2万5,300円 ※食事・ミルク・おむつは持参。▶**区の担当**:保育助成係▶**申込**:電話で(株)サクセスアカデミー(仮称)にじいろ保育ルーム桜台開設準備担当☎0466-29-5569

税の申告はお早めに!

窓口での受け付けは2月17日(月)~3月17日(月)

平成26年度分の住民税の申告と25年分の所得税(復興特別所得税含む)の確定申告の窓口受付期間は、2月17日(月)~3月17日(月)です。期限が近づくと、窓口が大変混雑します。申告は早めに済ませましょう。

※窓口は、土・日曜、祝日はお休みします。 ※練馬東税務署では、練馬東・西税務署の管轄区域の方を対象に、2月23日(日)・3月2日(日)に申告書の受け付けと作成のアドバイスを行います。

税の種類	申告期間	納期限	問合せ
住民税 (特別区民税・都民税)	2/17月~ 3/17月	普通徴収の場合、年4回 (6・8・10・1月の末日) ※末日が土・日曜の場合は、次の平日。	区役所内 税務課区税第一係☎5984-4537 区税第二係☎5984-4538
所得税 復興特別所得税	※所得税等の確定申告をする方は、住民税・個人事業税の申告は不要です。	3/17月 ※口座振替は4/22(火)。	税務署 練馬東☎3993-3111 練馬西☎3867-9711
個人事業税		年2回(8・11月の末日) ※末日が土・日曜の場合は、次の平日。	豊島都税事務所 ☎3981-1211
贈与税	3/17月まで	3/17月	税務署 練馬東☎3993-3111 練馬西☎3867-9711
個人事業者の消費税・地方消費税	3/31月まで	3/31月 ※口座振替は4/24(木)。	

住民税の申告

申告は区役所へ

問合せ ☎176・☎179の方…区税第一係☎5984-4537
☎177・☎178の方…区税第二係☎5984-4538(いずれも区役所本庁舎4階 税務課内)

住民税の申告が必要な方

- 26年1月1日現在、練馬区に住んでいる方
※次のいずれかに当てはまる方は申告の必要はありません。
①税務署に所得税の確定申告をする
②25年中の所得が給与所得のみで、勤務先から区に給与支払報告書が提出される
③25年中の所得が公的年金等に係る雑所得のみで、年金支払先から公的年金等支払報告書が提出される(「知っておきたい税のはなし」参照)
- 26年1月1日現在、練馬区外に住んでいて、区内に事務所・事業所または家屋敷がある方

申告書の配布と発送

申告書は、光が丘・大泉区民事務所や出張所、

税務課(区役所本庁舎4階)、収納課(石神井庁舎2階)で配布します。昨年、住民税の申告をした方などには、2月5日(水)に申告書を発送します。

住民税の申告は区役所などで

住民税の申告の日程・場所は、右表の通りです。次のものをお持ちください。

- 住民税の申告書(ある方のみ)
- 認め印
- 所得や経費の明細が分かるもの(給与所得の場合は源泉徴収票)
- 控除額が分かるもの(医療費・生命保険料・地震保険料・国民年金保険料などの領収書や証明書の原本、社会保険料の支払金額が分かるもの、障害者手帳など)

郵送でも受け付けます

源泉徴収票や医療費・生命保険料などの領収書や控除証明書など必要書類を同封して、税務課へ送付してください。

住民税の申告受付日程・会場一覧

日程 (土・日曜を除く)	時間	会場 ※1
2/17月~ 3/17月	8:30~17:00	税務課
2/17月~ 28(金)	9:00~12:00 13:00~16:00	石神井庁舎5階
2/17月~ 19(水)		東大泉中央地域集会所 上石神井地域集会所 ※2
3/ 4(火)~ 6(木)		早宮地域集会所 光が丘区民センター2階
3/13(水)~ 17(月)		田柄地域集会所 関区民センター 大泉北地域集会所

※1 車での来場はご遠慮ください。
※2 上石神井区民地域集会所が改修工事のため、昨年とは会場が異なります。

主な税制改正のお知らせ

住民税の均等割(※)が変わります

防災・減災事業の財源を確保するため、26~35年度の間、住民税の均等割を1,000円(特別区民税500円、都民税500円)引き上げ、5,000円とします。 ※均等割…区内に住所または事務所、家屋敷のある人が、費用を広く一律に負担する税金。

所得税・住民税の給与所得控除の改正

- 給与所得控除に上限(245万円)が設定されます
給与等の収入金額が1,500万円を超える場合の給与所得控除額は、245万円になります。
- 特定支出控除が改正されます
特定支出控除とは、特定支出(サラリーマンの

必要経費など)を給与所得控除額に上乘せする制度で、今回の改正により範囲が拡大され、条件が緩和されます。なお、特定支出控除を受けるためには確定申告をする必要があります。

〈変更点〉

- これまでの特定支出の範囲に以下のものが追加されます
A 職務の遂行に直接必要な弁護士、公認会計士、税理士、弁理士などの資格取得費
B 職務と関連のある図書の購入費、職場で着用する衣服の衣服費、職務に通常必要な交際費(⑧の上限額65万円)
※A⑧とも給与の支払者が証明したものに限られます。

住民税について…区役所内区税第一・二係 所得税について…税務署【練馬東・練馬西】

②計算方法などが変更されます

(変更前) $\frac{\text{特定支出の合計額}}{\text{給与所得控除額}} = \text{特定支出控除額}$

(変更後) $\frac{\text{特定支出の合計額}}{\text{Aの金額}} = \text{特定支出控除額}$

その年中の給与等の収入金額	A
1,500万円以下	その年中の給与所得控除額×2分の1
1,500万円超	125万円

国外財産調書の提出について

25年12月31日現在、その価額の合計が5,000万円を超える国外財産を有する方は、26年3月17日(月)までに税務署へ「国外財産調書」を提出しなければなりません。

所得税(復興特別所得税)・消費税(地方消費税)の確定申告 申告は税務署へ

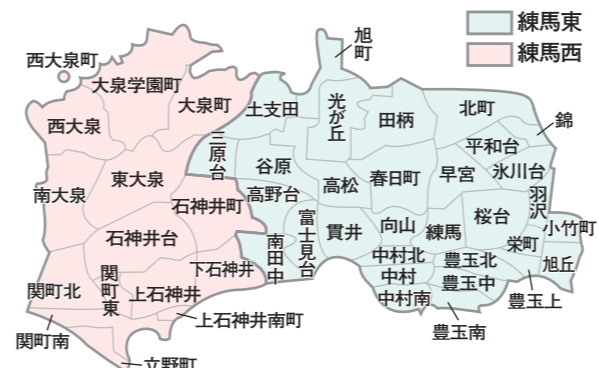
問合せ
練馬東税務署(〒176-8503栄町23-7(西武有楽町線新桜台駅下車徒歩3分、西武池袋線古田駅下車北口徒歩5分)) ☎3993-3111
練馬西税務署(〒178-8624東大泉7-31-35(西武池袋線大泉学園駅下車南口徒歩8分)) ☎3867-9711
国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/>)、国税電子申告・納税システムe-Tax(<http://www.e-tax.nta.go.jp/>)

所得税の確定申告が必要な方

- 1 事業所得や不動産所得などがある
25年中の各種所得の合計額から、所得控除を差し引くと残額がある
- 2 給与所得があり、次のいずれかに当てはまる
①給与の収入金額が2,000万円を超えている
②給与を1カ所から受けていて、給与所得・退職所得以外の所得金額が20万円を超えている
③給与を2カ所以上から受けている
- 3 公的年金等に係る雑所得のみがある
公的年金等に係る雑所得の金額から、所得控除を差し引くと残額がある(下記の「知っておきたい税のはなし」参照)
- 4 譲渡所得がある
土地・建物などの不動産や株式・ゴルフ会員権などの資産を売った

確定申告は管轄区域の税務署へ

各税務署の管轄区域は下図の通りです。



窓口での確定申告書等の作成のアドバイスは、平日午前8時30分から受け付けます(相談時間は午

前9時15分~午後5時)。

※なお、混雑の状況により、受け付けを早く締め切る場合がありますので早めにお越しください。確定申告書の配布や提出は、平日午前8時30分~午後5時に受け付けます。

※窓口の受付時間外に提出する方は、税務署の「時間外文書受付室」をご利用ください。

確定申告書と確定申告の手引きは、税務署、光が丘・大泉区民事務所、出張所、税務課、収納課(石神井庁舎2階)で配布しています。また、国税庁ホームページにも掲載しています。

■駐車場が利用できません

練馬東・西税務署の駐車場は2月17日(月)~3月17日(月)の間、利用できません。

消費税の申告もお忘れなく

23年分の課税売上高が1,000万円を超える個人事業者は、25年分の課税売上高にかかわらず、25年分の消費税の課税事業者となります。所得税とともに消費税の申告をする必要があります。

また、25年分から新たに課税事業者となり、「消費税課税事業者届出書」を提出していない方は、管轄区域の税務署へ提出してください。

確定申告書の作成は、 便利な国税庁ホームページで

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って入力すれば税額が自動計算され確定申告書等を作成できます。作成した確定申告書等は、e-Tax(イータックス)を利用して送信できるほか、印刷して郵送などにより税務署へ提出できます。

知っておきたい 税のはなし

1 社会保険料は所得金額から控除できます

①国民健康保険②後期高齢者医療制度③介護保険④国民年金の各保険料(25年中に支払った分)は、社会保険料控除として、支払額を所得金額から控除できます。領収証や通帳などで確認してください。保険料を年金から差し引かれている方は、日本年金機構などが送付する源泉徴収票で確認できます。 ※国民年金の保険料については、申告の際に控除証明書または領収書が必要です。控除証明書の再発行を希望する方は、練馬年金事務所へご連絡ください。 ▶問合せ:①…こくほ収納係☎5984-4559、②…後期高齢者保険料係☎5984-4588、③…介護保険課収納係☎5984-4593、④…練馬年金事務所☎3904-5491

2 障害者控除の申告をお忘れなく

本人や扶養親族、控除対象配偶者が身体障害者手帳や愛の手帳などをお持ちの場合は、所得税・

住民税の障害者控除の申告ができます。手帳をお持ちでない場合でも、介護保険の要介護1~5(相当の方を含む)で総合福祉事務所から「障害者控除対象者認定書」の交付を受けた方は、障害者控除の申告ができます。 ※認定書の交付を受けていない方は、お問い合わせください。 ▶問合せ:総合福祉事務所高齢者相談センター【〒176地域の方…練馬☎5984-2774、〒179地域の方…光が丘☎5997-7716、〒177地域の方…石神井☎5393-2814、〒178地域の方…大泉☎5905-5271】

3 株式の譲渡・配当所得の申告にはご注意ください

源泉徴収を選択した特定口座内の上場株式の譲渡所得や、上場株式などの配当所得は、所得税と住民税がすでに源泉徴収・特別徴収されているため、原則として確定申告は不要です。

これらの所得は、確定申告をすると還付や控除を受けられる場合があります。ただし、申告により合計所得金額が増えて、配偶者控除などの対象から外れたり、国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料などが増えたり、高齢者の医療機関での自己負担割合が引き上げとなったりする場合もありますので、ご注意ください。

※所得税の確定申告を提出した後、住民税の申

告[e-Taxを利用すると次のメリットがあります]

①源泉徴収票や医療費の領収書などの添付書類を省略できます②還付金を受け取るまでの期間が通常6週間から3週間程度に短縮されます。

※e-Taxの利用には電子証明書(公的個人認証サービス)の取得を含むいくつかの事前の手続きが必要です。利用方法など詳しくは、税務署にお問い合わせいただくか、e-Taxホームページをご覧ください。

※電子証明書の有効期間は発行日から3年間です。申告の前に自宅のパソコンで有効期限を確認してください。

税理士による無料申告相談会

東京税理士会の練馬東・練馬西支部では、年金受給者・給与所得者・小規模納税者を対象に無料申告相談会を下表の通り行います。 ※譲渡所得や退職所得のある方を除きます。

無料申告相談会日程・会場一覧

管轄 (土・日曜、祝日を除く)	日程	受付時間 ※1	会場 ※2・3
練馬東税務署	2/ 3月・4(火) 17月・18(火)	10:00~ 11:00	田柄地域集会所
	2/ 3月~6(木) 10月~21(金)	13:00~ 15:30	光が丘区民センター 区役所アトリウム地下多目的会議室
練馬西税務署	2/12(水)~ 3/ 7(金)	10:00~ 11:30	大泉北地域集会所
	2/ 3月~21(金)	13:00~ 15:30	関区民センター 石神井庁舎5階

※1 混雑の状況により、受け付けを早く締め切る場合があります。
※2 車での来場はご遠慮ください。
※3 各税務署の管轄する区域の方の確定申告書等のみ受け付けを行っています。

告でその内容を取り消すことはできません。 ▶問合せ:区役所内区税第一・二係

4 公的年金等を受給されている方へ

〈所得税〉…25年中の公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合は、所得税の確定申告が不要です。この場合であっても、還付を受けるために、確定申告をすることができます。

〈住民税〉…確定申告が不要な場合でも、公的年金等に係る雑所得以外の所得がある方や、控除内容に変更・追加のある方は住民税の申告が必要となります。 ▶問合せ:区役所内区税第一・二係

5 税証明などが必要な方は住民税の申告を

26年度の住民税が課税されない方(25年中に所得がなかった方や、所得が一定以下の方)は税の申告をする義務はありません。

ただし、非課税証明書の発行や、国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険・国民年金の保険料の軽減などを受ける方は、住民税の申告が必要です。 ▶問合せ:区役所内区税第一・二係

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:2月18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

高齢者

介護老人保健施設第二橋苑が開設

介護老人保健施設第二橋苑(北町2-32-14)は、医療法人社団育陽会が設置・運営する施設です(定員20名)。介護保険の要介護1～5と認定された方が入所できるほか、通所リハビリテーション(デイケア)を行います。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:介護老人保健施設橋苑☎5921-3722 ※区内の特別養護老人ホーム、介護老人保健施設などの介護保険施設全般に関することは、お住まいの地域の高齢者相談センターへ【〒176の方…練馬☎5984-2774、〒179の方…光が丘☎5997-7716、〒177の方…石神井☎5393-2814、〒178の方…大泉☎5905-5271】。

平成25年度いきいき健康券の申し込み期限は2月28日(金)

25年度いきいき健康券の申し込み期限は2月28日(消印有効)です。利用期限は3月31日(月)です。まだ、申し込みをしていない方は、早めに申し込んでください。 ▶対象:65歳以上(昭和24年4月1日以前生まれ)で、練馬区に住居登録のある方 ※申し込みは年度内1人1回です。 ※26年度の申し込みは3月11日(火)から開始する予定です。 ▶問合せ:高齢者いきいき健康事業担当☎3993-3711

正しく歩こう! 60歳からのウォーキング講座

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:3月4日～25日の毎火曜午前10時30分～11時30分【4日制】 ▶場所:豊玉高齢者センター ▶内容:運動実技 ▶講師:整体師/勝村奈知子 ▶定員:15名(抽選) ▶申込:往復ハガキに①講座名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14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

スポーツ

都民体育大会練馬区選考会・硬式テニス

▶対象:区内在住の方、または都内在住で区内在勤(在学)の方 ※小中高生、体育・スポーツ団体に登録している大学生は参加できません。 ▶日時:3月2日～16日の毎日曜午前9時から ▶場所:土支田庭球場、

夏の雲公園庭球場 ▶内容:男女シングルス ▶費用:1,500円(保険料、ボール代など) ▶申込:庭球場や体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎11階)にある実施要項をご覧の上、2月12日(必着)までに練馬区体育協会へ ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947



寿大学通信講座 書き初め展

▶日時:2月8日(土)・9日(日)午前9時～午後5時(9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

練馬区民美術展

▶日時:2月9日(日)までの午前10時～午後6時(3日(月)は休館。9日は午後2時まで。入館は閉館の30分前まで) ▶場所・問合せ:練馬区立美術館☎3577-1821 ▶内容:公募した洋画・日本画・彫刻・工芸など約300点を展示

美術館・貫井図書館共同の催し 「声優・銀河万丈による読み語り」 =「野口哲哉展」関連イベント=

▶対象:中学生以上の方 ▶日時:3月1日(土)午後3時～4時30分 ▶場所:練馬区立美術館 ▶内容:菊池寛「形」など ▶定員:70名(抽選) ▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①催し名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、2月14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 ※「野口哲哉展」の観覧券の半券が必要です。

春節の集い ～中国の正月を祝う会

▶日時:2月16日(日)午後1時～4時 ▶場所:勤労福祉会館 ▶内容:中国残留邦人の方による歌・踊り・楽器演奏を鑑賞し、交流する ▶定員:50名(申込順) ▶茶菓代など:500円 ▶区担当:自立支援係 ▶申込:電話で同歩会☎090-1055-0020

省エネライフ2014～展示会と燃料電池自動車体験乗車

2月は省エネルギー月間です。最先端の省エネ住宅や創エネ設備、省エネに役立つファッション、家庭でのエコのヒントなどを紹介します。 ▶日時:2月12日(水)～14日(金)午前10時～午後4時(12日は午前11時から) ▶場所:区役所アトリウム <燃料電池自動車体験乗車> 2月12日(水)午前11時から区役所アトリウムで整理券を配布します。 ▶対象:中学生以上の方 ▶日時:2月14日(金)午前10時～午後4時 ※乗車時



燃料電池自動車

間は10分程度。 ※荒天中止。 ▶定員:45名(先着順)

◎問合せ:ねり☆エコ☎3993-8011

生涯学習センターファミリーコンサートvol.59「親子コンサート～歌の花たばwithマレット」

▶日時:3月2日(日)④午前11時～正午⑤午後2時～3時 ▶場所:生涯学習センター ▶出演:峰岸由佳(ソプラノ)、マレット・ガーデン(打楽器・ピアノ) ▶定員:各300名(抽選) ▶申込:往復ハガキに①催し名(④⑤の別も)②代表者の住所・氏名(ふりがな)・

電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)④必要な座席数を記入の上、2月20日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター☎3991-1667

人形劇「ねずみ経」「ゆきだるま」

▶対象:4歳以上の方 ※未就学児は保護者同伴。 ▶日時:2月15日(土)午後2時～2時45分(午後1時45分開場) ▶場所:春日町図書館 ▶出演:劇団「めがねーズ」 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:当日会場受け付け ▶問合せ:育成支援係☎5984-1292

もの忘れのチェックをしてみませんか

気軽にもの忘れのチェックができる「もの忘れチェック測定器」を下表の施設に設置しています。音声案内に従い、画面に表示される質問に答えることで、もの忘れの度合いを測定します。利用時間は各施設の開館時間に限り、この機器は認知症を判定するものではありません。



もの忘れチェック測定器設置施設

豊玉高齢者センター(豊玉中3-3-12) ☎5912-6401
光が丘高齢者センター(光が丘区民センター3階) ☎5997-7717
関高齢者センター(関区民センター内) ☎3928-1987
東大泉敬老館(東大泉7-20-1) ☎3921-9129

問合せ 認知症対策係☎5984-4597

郷土芸能ねりま座公演

区の郷土芸能である祭囃子(ばやし)と小鹿野子ども歌舞伎の公演を行います。

▶日時:2月9日(日)午後1時～5時(午後0時30分開場) ▶場所:生涯学習センター(豊玉北6-8-1) ※車でのご来場はご遠慮ください。 ▶出演:中村囃子連、仲若囃子連、富士見台囃子保存会、関町囃子保存会、小鹿野子ども歌舞伎 ▶定員:300名(先着順) ▶申込:当日会場受け付け ▶問合せ:伝統文化係☎5984-2442



小鹿野子ども歌舞伎の舞台の様子 (©山口清文)

企画展

牧野富太郎に憧れた植物画家 太田洋愛

植物学者・牧野富太郎との交流がきっかけとなって植物画の道へ進んだ太田洋愛は、「日本桜集」など主要な図鑑類の原図を手がけました。本展では、太田洋愛が描いた貴重な植物画やスケッチなど、未公開作品を中心に約100点を紹介します。



タマンゴ(バラ) 昭和56年 個人蔵

▶会期・内容:①3月10日(月)までの午前9時30分～午後4時30分…年代順に植物画やスケッチなどを展示②3月15日(土)～31日(月)午前9時30分～午後4時30分…バラ・ラン・サクラの植物画などを展示 ※火曜休館(2月11日(祝)は開館。12日(水)は休館)。

会期中のイベント

- 学芸員による展示解説 ▶日時:3月16日(日)・29日(土)午後2時30分～2時50分 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:当日会場受け付け
- 太田洋愛の最初の弟子・浅野ひさよ氏のトークイベント ▶日時:3月23日(日)午後2時30分～3時 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:当日会場受け付け

場所・問合せ 牧野記念庭園記念館☎6904-6403

講演会

認知症の人と家族を支えるために 医療・介護・地域の支え合い

認知症の方やその家族が地域で安心して暮らすためには、医療や介護、地域の関係者が連携して生活を支えることが必要です。今回、練馬区在宅療養推進協議会認知症専門部会委員であり、認知症疾患医療センター副センター長の古田光医

師を講師に迎え、お互いの顔が見える関係のつくり方や情報共有の仕組みづくりなどについて学びます。▶日時:3月8日(土)午後2時~4時▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶定員:100名(申込順)▶申込:電話で認知症対策係 ☎5984-4597

4月分の

胃がん検診・乳がん検診

問合せ
成人保健係 ☎5984-4669

A胃がん検診

▶対象:区内在住で、来年3月31日現在30歳以上の方 ※過去に胃の手術を受けた方、現在胃の疾患で治療中の方、妊娠中の方、指示に従って自力で動けない方は受診できません。▶場所:健康診査室(区役所東庁舎2階)、練馬区医師会医療健診センター▶内容:問診、胃部X線撮影 ※バリウムを飲みます。食道撮影は行いません。▶費用:400円 ※75歳以上の方は無料。住民税非課税世帯の方、生活保護受給中の方などは手続きをすると免除。▶申込:ハガキに①4月胃がん検診②氏名(フリガナ)③生年月日④年齢⑤性別⑥郵便番号⑦住所⑧電話番号を記入の上、2月28日(必着)までに申込先へ ※受診日時・会場は選べません。 ※練馬区医師会ホームページ(<http://www.nerima-med.or.jp/>)からも申し込みます。

B乳がん検診

▶対象:区内在住で、来年3月31日現在40歳以上の女性 ※妊娠中・授乳中の方、乳房の疾患で治療・経過観察中の方、平成25年度に受診した方は受診できません。▶場所:練馬総合病院(旭丘1-24-1)、浩生会スズキ病院(栄町7-1)、練馬駅前内視鏡・乳腺クリニック(練馬1-4-1)、関根ウィメンズクリニック(早宮2-24-10)、小山クリニック(石神井町3-19-17)、じぶクリニック(石神井台7-22-3)、島村記念病院(関町北2-4-1)、つかさクリニック(東大泉1-28-6)、大泉生協病院(東大泉6-3-3)、練馬区医師会医療健診センター▶内容:問診、視触診、マンモグラフィ(乳房X線検査)▶費用:900円 ※75歳以上の方は無料。住民税非課税世帯の方、生活保護受給中の方などは手続きをすると免除。▶申込:ハガキに①4月乳がん検診②希望する会場名(1カ所のみ)③氏名(フリガナ)④生年月日⑤年齢⑥郵便番号⑦住所⑧電話番号を記入の上、2月28日(必着)までに申込先へ ※練馬区医師会ホームページ(<http://www.nerima-med.or.jp/>)からも申し込みます。

●申込先●

〒177-0033高野台2-23-20 練馬区医師会医療健診センター計画調整課
※受診日時・会場は3月下旬に通知します(Bの会場の変更はできません)。



健康・衛生

練馬区健康いきいき体操

▶日時:2月21日(金)午後2時~3時30分▶場所:サンライフ練馬▶内容:運動実技▶定員:30名(抽選)▶申込:往復ハガキに①講座名②住所③氏名④電話番号を記入の上、2月12日(消印有効)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬 ☎3990-0185

健康支援セミナー

「なぜ、健診が必要か」

▶対象:30歳以上の方▶日時:2月22日(土)午後2時~3時30分▶場所:練馬区医師会館(高野台2-23-20)▶内容:講義▶講師:山田内科クリニック院長/山田昌之▶定員:100名(申込順)▶区の担当:成人保健係▶申込:2月14日(金)までに電話で練馬区医師会 ☎3997-6931

講演会「寝たきりにならないための身体づくり」

▶対象:区内在住の方▶日時:3月9日(日)午後2時~3時▶場所:豊玉高齢者センター▶講師:練馬総合病院整形外科医師/井口理▶定員:70名(抽選)▶申込:往復ハガキに①講演会名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21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

知っておきたい! 失った歯の回復方法

▶日時:2月13日(木)午後2時~4時▶場所:石神井保健相談所▶内容:講義▶講師:明海大学歯学部機能保存回復学講座教授/横瀬敏志▶定員:40名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で石神井保健相談所 ☎3996-0634

骨量測定会

▶対象:20歳以上の方 ※1年以内に測定した方、骨粗しょう症で治療の方はご遠慮ください。▶日時:3月5日(水)①午前9時30分~10時30分②午前10時30分~11時30分▶場所:関保健相談所▶内容:骨量測定(素足での、かかと超音波検査)など▶定員:各25名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で関保健相談所 ☎3929-5381

生活習慣病予防教室

▶日時:2月17日(月)、3月10日(月)午後2時~4時[2日制]▶場所:豊玉保健相談所▶内容:講義、献立紹介、運動実技▶講師:高村内科クリニック健康運動指導士/小池日登美ほか▶定員:35名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

双極性障害の治療と日常生活の対応

▶対象:双極性障害のある方とその家族・支援者▶日時:2月20日(木)午後2時~4時▶場所:豊玉保健相談所▶内容:講義▶講師:陽和病院精神科医師/牛尾敬▶定員:50名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

糖尿病予防・改善のための食事講習会

▶日時:2月26日(水)午前10時~正午▶場所:豊玉保健相談所▶内容:講義、献立紹介など▶定員:30名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

大人の発達障害の理解と対応

▶日時:3月3日(月)午後2時~4時▶場所:関保健相談所▶内容:講義▶講師:橋本クリニック院長/橋本大彦▶定員:50名(申込順)▶申込:2月3日(月)から電話で関保健相談所 ☎3929-5381

2月の休日医療関係機関

必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。▶問合せ:地域医療課 ☎5984-4673

●休日急患診療所

	場所	受付時間
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。	平日の20:00~22:30 土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30・13:00~16:30・18:00~21:30 ※予約はいりません。
	練馬休日急患診療所 (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238	土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30・13:00~16:30・18:00~21:30 ※予約はいりません。
内科・小児科	石神井休日急患診療所 (石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404	※予約はいりません。
	練馬歯科休日急患診療所 (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎3階) ☎3993-9956	日曜・祝休日の10:00~11:30・13:00~16:30 ※当日、事前に電話連絡の上、受付時間内に来所してください。
歯科	石神井歯科休日急患診療所 (石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階) ☎3996-3424	

●休日診療当番医療機関

当日、事前に電話で連絡してください。急病者の応急診療を行います。

▶診療時間:日曜・祝休日の午前9時~午後5時

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290
島村記念病院(関町北2-4-1)	☎3928-0071
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912

●テレホンサービス

●東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら…」
携帯電話など ☎#7119
ダイヤル回線 ☎3212-2323

●東京消防庁救急病院案内
練馬消防署 ☎3994-0119
光が丘消防署 ☎5997-0119
石神井消防署 ☎3995-0119

●東京都保健医療情報センター
(医療機関案内ひまわり)
☎5272-0303(毎日24時間自動応答)

●休日診療当番接骨院

認め印を必ずお持ちください。

▶施術時間:午前9時~午後5時

2日(日)	杏文接骨院(氷川台3-29-4)	☎5920-2121
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	赤坂接骨院(関町北1-26-7)	☎3920-4021
9日(日)	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎3958-4325
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
11日(祝)	学園通り整骨院(大泉学園町4-23-8)	☎5387-3560
	鈴木接骨院(北町1-37-9)	☎3559-4555
16日(日)	長井接骨院(高野台1-5-12)	☎3904-7481
	大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288
23日(日)	はづき接骨院(桜台2-17-16)	☎3948-6230
	村瀬接骨院(大泉町1-3-6)	☎3922-7705
23日(日)	原接骨院(石神井台6-19-3)	☎3924-1145
	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	いとう接骨院(田柄3-23-11)	☎3999-0009
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789

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22日(土)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▶講師:バラ園芸研究家/岩浪孝▶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、2月10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

くらしの庭見学会

庭づくりを楽しむための手入れのコツなどをガイドが解説します。▶日時:2月11日(祝)午前10時～11時30分⑩午後1時30分～3時▶場所:豊玉南三丁目▶定員:各10名(申込順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名(A⑩)の別も②住所③氏名④電話番号⑤あなたが考える庭の楽しみ方を、2月7日(金)まで

に練馬まちづくりセンター☎3993-5451☎3993-8070・電子メール keikan@nerimachi.jp

環境講演会「発酵の神秘」

▶対象:18歳以上の方▶日時:2月28日(金)午後2時～4時▶場所:関町リサイクルセンター▶講師:東京農業大学名誉教授/小泉武夫▶定員:50名(申込順)▶申込:電話で関町リサイクルセンター☎3594-5351

環境講演会「地球温暖化と頻発する水災害」

▶日時:3月1日(土)午後2時～4時▶場所:区役所本庁舎20階▶講師:独立行政法人土木研究所水災害・リスクマネジメント国際センター水災害研究グループ上席研究員/加本実▶定員:50名(抽選)▶申込:ハガキまたはファクス、電子メールで①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、2月13日(必着)までに〒176-8501区役所内地球温暖化対策

係☎5984-4705☎5984-1227・電子メールkankyou03@city.nerima.tokyo.jp

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:2月15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

青年自主企画講座「うたづくりワークショップ」

▶対象:5歳以上の方 ※障害のある方も参加できます。 ※未就学児は保護者同伴。▶日時:2月22日(土)午後2時～4時▶場所:春日町青少年館▶講師:即興からめーる団/赤羽美希ほか▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で春日町青少年館☎3998-5341

講習会

多文化共生社会と外国人生徒

2/22 文化交流ひろば

▶対象:こども日本語教室やボランティア日本語教室などで活動している区内在住・在勤(在学)の方▶日時:2月22日(土)午後1時30分～4時▶場所:文化交流ひろば(光が

丘3-1-1)▶内容:外国人生徒に関する諸問題について学ぶ▶講師:国立国語研究所准教授/野山広▶定員:100名(申込順)▶申込:電話で事業推進係☎5984-1523

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

- 練馬の史跡とノルディックウォーキング▶対象:18歳以上の方▶日時・場所:2月8日(土)午前9時30分練馬文化センター集合～練馬総合運動場～正午練馬文化センター解散▶定員:15名(申込順)▶費用:500円 ※別途レンタルポール代500円。▶申込:2月6日(木)までに申し込みが必要です。詳しくは、スポーツ振興課係☎5984-1948にお問い合わせください。
- 光が丘清掃工場個人見学会▶日時:2月15日(土)午後1時30分～3時▶定員:50名(申込順)▶申込:2月13日(木)までに電話で光が丘清掃工場☎3977-5311
- 不動産街頭無料相談会▶日時:2月20日(土)午前10時30分～午後4時30分▶場所:光が丘区民センター2階▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:公益社団法人全日本不動産協会東京都練馬支部☎3922-3431
- 練馬高校公開講座「文学歴史散歩」▶日時・場所:2月22日(土)正午JR御茶ノ水駅前聖橋集合～午後5時上野解散、3月1日(土)午前9時築地本願寺(中央区築地3-15-1)集合～午後2時月島解散【2日制】▶定員:30名(抽選)▶保険料など:1,800円 ※別途入館料などが掛かります。▶申込:ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を記入の上、2月10日(必着)までに〒179-0074春日町4-28-25 練馬高校☎3990-8643
- 第9回練馬まちづくり「歴史と文化講座」～決戦豊島一族と太田道灌の戦い▶日時:2月23日(日)午後2時～4時▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶講師:郷土史家/葛城明彦▶定員:70名(申込順)▶費用:500円 ※事前に申し込みが必要です。詳しくは、文化振興係☎5984-1284にお問い合わせください。
- 観梅ウオーク▶日時・場所:2月25日(火)午前8時30分地下鉄大江戸線練馬駅集合～羽根木公園～豪徳寺～代官屋敷跡～松蔭神社～午後3時東急田園都市線三軒茶屋駅解散(雨天決行)▶費用:300円▶申込:2月12日(必着)までに申し込みが必要です。詳しくは、高齢社会対策課事業係☎

5984-4763にお問い合わせください。

- グラウンドゴルフお楽しみ会▶日時:3月1日(土)午後1時～3時30分▶場所:都立石神井高校▶定員:40名(申込順)▶保険料など:500円▶申込:往復ハガキまたはファクスで①催し名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20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(月・水・金曜午後3時まで)
- ベルデ下田オリジナルバスツアー「河津桜と夜桜流れ星鑑賞」▶日時:3月4日(火)午前7時30分練馬区役所前集合～5日(水)午後7時同所解散▶場所:青野川(静岡県南伊豆町)など▶定員:25名(申込順)▶費用:12,000円 ※別途ベルデ利用代実費。▶申込:電話で区役所内旅行サービスコーナー☎5984-1234
- 武蔵大学公開講座「儒教の過去と現在～東アジア世界における展開」▶日時:3月4日(火)～7日(金)午前10時～正午【4日制】▶場所:武蔵大学▶定員:250名(申込順)▶費用:2,000円▶申込:ハガキまたはファクス、電子メールで①住所②氏名(ふりがな)③電話番号を、〒176-8533豊玉上1-26-1武蔵大学内 (株)武蔵エンタープライズ☎5984-3787・電子メールkouza@musashi.ac.jp▶問合せ:武蔵大学☎5984-3713
- シルバー人材センターの学習教室▶対象:小学4年～中学3年生▶日時:4月から週2回▶場所:①羽沢教室(羽沢3-36-16)②関町教室(関町リサイクルセンター内)▶内容:学校の授業の補習(小学生…国語・算数、中学生…数学・英語)▶講師:元小中学校校長ほか▶定員:各10名(申込順)▶費用:小学生月8,000円、中学生月10,000円 ※教材費実費。▶申込:電話で練馬区シルバー人材センター☎3993-7168
- 花とみどりの展示会▶日時:2月7日(金)～9日(日)午前9時～午後5時(9日は午後4時まで)▶場所・問合せ:花とみどりの相談所☎3976-9402
- 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
- 共に支えよう!認知症ケア講座▶日時:2月8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▶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

- 機能訓練を実際に体験しよう▶日時:2月8日(土)午後1時30分～3時30分▶場所:東大泉デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で東大泉デイサービスセンター☎5387-1021
- 言語リハビリ教室▶日時:2月8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:実技▶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
- フットケアについて▶日時:2月8日(土)午後2時～4時▶場所:育秀苑デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:25名(申込順)▶申込:電話で育秀苑デイサービスセンター☎3557-7637
- お薬と介護保険の仕組みについて▶日時:2月9日(日)午前10時～正午▶場所:高野台デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:30名(申込順)▶申込:電話で高野台デイサービスセンター☎5923-0831
- 若年齢を若く保ちましょう!カルシウムたっぷりの調理実習▶日時:2月9日(日)午前10時～正午▶場所:光陽苑デイサービスセンター▶定員:16名(申込順)▶申込:電話で光陽苑デイサービスセンター☎3923-5264
- 知っておきたい「らくらく介護のちょっとしたコツ」▶日時:2月15日(土)午後2時～4時▶場所:介護老人保健施設練馬ゆめの木▶内容:実技▶定員:15名(申込順)▶申込:電話で練馬ゆめの木☎3923-0222

朝・夕・青空市

- ▶問合せ:商工係☎5984-2675
- 江古田いちば通り商店街▶日時:2月1日(土)午前10時～午後7時
- 南ヶ丘商店街▶日時:2月7日(金)午前9時から
- 光が丘IMA南館▶日時:2月9日(日)午前10時～午後4時

ねりま遊遊スクール

- 区内の団体に委託して実施。いずれも事前に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
- 素材探検隊の催し ①②とも▶対象:小中学生と保護者▶場所:桜台地区区民館▶定員:各18名(申込順)▶材料費など:250円
- ①作って遊ぶ万華鏡▶日時:2月9日(日)午前9時30分から②午前11時から③午後1時から④午後2時30分から⑤午後4時から いずれも1時間程度
- ②勾玉(まがたま)ペンダント作り▶

- 日時:2月11日(祝)①午前10時～正午②午後1時～3時③午後3時～5時
- 親子で和太鼓をたたこうよ!▶対象:5歳児～小学生と保護者▶日時:2月15日(土)午前10時～正午▶場所:小竹小▶定員:20組(申込順)

子育て学習講座

- 区内の団体に委託して実施。いずれも事前に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
- 発達障害を知ろう～理解と早期支援のために▶日時:2月15日(土)午後2時～4時30分▶場所:石神井庁舎5階▶講師:東京小児療育病院院長/椎木俊秀▶定員:45名(申込順)
- 親塾・自ら能力を発揮するために～目標をもって意欲的に学ぶということ▶対象:3歳児～中学生の保護者▶日時:2月15日(土)午前9時30分～11時30分▶場所:石神井図書館▶定員:26名(申込順)
- 中学校生活って?中学生の悩みと自立について▶対象:小学4年生～中学生の保護者▶日時:2月18日(火)午前10時～正午▶場所:関区民センター▶講師:練馬区教育指導課指導主事▶定員:30名(申込順)
- 1日の元気は朝の段取りから!家事と朝食の勉強会▶対象:1歳児～小学生の保護者▶日時:2月28日(金)午前10時～正午▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:20名(申込順) ※保育あり(2月25日(火)までに要予約。1歳児以上対象。定員20名。費用100円)。

ねりマイクメン講座

- 区内の団体に委託して実施。いずれも事前に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
- パパも一緒にリトミック▶対象:1歳以上の未就学児と父親 ※母親の参加も可。▶日時:2月8日(土)午前10時～11時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:15組(申込順)▶費用:1組100円
- 家族で参加～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23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 ※保育あり(2月20日(木)までに要予約。1歳児以上対象。定員5名)。

リサイクルマーケット

- ▶問合せ:リサイクル推進係☎5984-1097

個人情報については、削除してあります。



講座・講演会

消費者教室 「電池の正しい知識と使い方」

▶日時:2月18日(火)午前10時~正午▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:製品評価技術基盤機構/石村豊▶定員:16名(申込順)▶申込:2月17日(月)までに電話で消費生活係☎5910-3089 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、2月10日(月)までに併せて申し込んでください。

働きたい女性のための パソコンスキルアップ講座 ~ワード・エクセル応用編

▶対象:就労を希望する女性で、パソコンの文字入力ができる方▶日

時:㊦3月4日(火)・5日(水)㊧3月6日(木)・7日(金) いずれも午前9時30分~午後4時30分【2日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:地域ITリーダー▶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(㊦㊧の別も)②住所③氏名④電話番号⑤使用しているパソコンのOSを、2月17日(必着)までに〒177-0041石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる☎3996-9007・電子メールoubo@nerimampo.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。

レッツ トライ! ジャパニーズカルチャー!

▶対象:中学生以上の外国人の方(②は女性のみ)▶日時:2月23日(日)①午前10時30分~正午(お茶会)②

午後1時30分~3時(着物体験)▶場所:向山庭園▶定員:各10名(申込順)▶費用:各1,000円▶申込:電話で向山庭園☎3926-7810

サポーターズ料理講座 男性限定 シチューを作ろう! ~基本のホワイトソースから

▶日時:2月22日(土)午前10時~午後1時▶場所:生涯学習センター▶内容:シチュー、鶏の照り焼きなどを作る▶定員:24名(抽選)▶材料費:1,000円▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、2月13日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター☎3991-1667・電子メールs-center@city.nerima.tokyo.jp ※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)・年齢もお知らせください。

時事問題を考える

▶対象:18歳以上の方▶日時:2月26日(水)・3月26日(水)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

行政書士による講演会・相談会 「相続問題と遺言の勧め」

①②とも▶対象:区内在住の方①関区民センター▶日時:2月12日(水)午後2時~4時30分▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で関高齢者センター☎3928-1987②豊玉高齢者センター▶日時:3月5日(水)午後2時~4時30分▶定員:講演会70名、相談会30名(いずれも抽選)▶申込:往復ハガキに①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥相談会の参加の有無を記入の

上、2月21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

早朝の植物観察会

▶日時:2月9日(日)午前8時~9時15分▶場所:花とみどりの相談所周辺の公園▶内容:解説を聞きながら季節の植物を観察▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で花とみどりの相談所☎3976-9402

エコクッキング

▶対象:18歳以上の方▶日時:2月20日(木)午後7時~8時30分▶場所:春日町リサイクルセンター▶内容:短時間で簡単に作れる調理方法を学ぶ▶講師:料理研究家/矢島美和▶定員:10名(抽選)▶材料費:600円▶持ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①講座名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10日(必着)までに〒179-0074春日町2-14-16 春日町リサイクルセンター☎3926-2501 ※リサイクルセンターホームページ(<http://www.nerima-rc.jp/>)からも申し込めます。

ラグ・フッキングで ポットマット作り

▶対象:18歳以上の方▶日時:2月22日(土)、3月15日(土)午後1時~3時【2日制】▶場所:豊玉リサイクルセンター▶講師:区民講師/蜂須賀文代▶定員:10名(抽選)▶材料費:800円▶持ち物:ウール・絹などの衣類、端切れ布、糸、かぎ針(2号)▶申込:往復ハガキに①講座名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10日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-22-15 豊玉リサイクルセンター☎5999-3196 ※リサイクルセンターホームページ(<http://www.nerima-rc.jp/>)からも申し込めます。

防災講演会

「近助の精神」「防災隣組」で安全・安心まちづくり

▶日時:2月19日(水)午後7時~9時▶場所:練馬文化センター▶講師:防災システム研究所所長/山村武彦▶定員:500名(申込順)▶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、2月14日(必着)までに〒176-8501区役所内地域コミュニティ支援係☎5984-1039☎3557-1351

明るい選挙 教養講座

政治の主演は私たち

毎日新聞社論説副委員長/与良正男が語る
有権者のあるべき姿

「明るい選挙教養講座」は、政治問題などを題材に、若者をはじめとした多くの区民の方に政治を身近に感じていただくために開催している講座です。

▶日時:3月8日(土)午後2時~4時(開場は午後1時30分)▶場所:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:選挙管理委員会事務局☎5984-1399

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。

～人が地域を育て、地域が人を育てる～

ねりま人 16 ぴと



稽古は毎朝6時から10時まで。「諦めない相撲をとれ」と親方

区内唯一の相撲部屋「峰崎部屋」の親方は、現役時代「三杉磯」の名前で活躍した有名な力士でした。引退後、部屋



プロフィール

みねざきのぶたけ 昭和31年生まれ、青森県八戸市出身。20歳で十両昇進、21歳で入幕と順調に出世した。31歳で引退後、昭和63年に峰崎部屋を設立。現在は、(財)日本相撲協会の審判部・指導普及部に所属している。

いだらうと知人が世話してくれました。親方がこの世界に入るきっかけとなったのは中学生の相撲大会に出場したことでした。187cmの長身が目を引き、スカウトから引つ張りだ

おかみさん「部屋ができた当時はまだ30歳でしたから、弟子のことを『我が子だと思え』と言われてもわからなかった

親方の現役生活を陰で支え、現在、部屋の切り盛りを手伝うのがおかみさんの婦記子さんです。

せな夢を見て弟子入りを決意した15歳の少年に待ち受けていたのは、想像をはるかに超える猛稽古でした。転機となったのは18歳の時。親方「やめるか強くなるかのどちらかしかないと思ったら、『やってやる!』と本気にな

弟子に注ぐ愛情は我が子のよう

峰崎修豪さん 婦記子さん

峰崎部屋親方・おかみさん



ちゃんこづくりも修業の一環です

親方「親方はいわばマネージャーのようなもの。親御さんから預かる身として、何かあったらいけないというのは常に心掛けています。毎日叱らなければいけません。十分の一でも伝わってくればいいというつもりでやっています」

質実剛健な親方を、明るく話し上手なおかみさんが支えるという息びったりな2人。一時は力士が3人だったこともあった峰崎部屋でしたが、花籠部屋と合併し、現在は、13人の力士が稽古に励んでいます。親方の指導方針とは？

※練馬区観光協会ホームページで連載中の「ねりま人」を再編集して掲載しています。

問合せ 練馬区観光協会 ☎5984-1032 (http://www.nerima-kanko.jp/)

(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)

割引 小学生

6/6 金 福田こうへいコンサート2014 ～おかげさま

第64回NHK紅白歌合戦に初出場した大型新人。「南部蝉しぐれ」ほか数々のヒットソングを、ぜひお聞きください。

午後2時30分開演

入場料 S席5,500円、A席5,000円(全席指定) ※車いす席は、本人・付添者とも2,750円。

チケット予約・購入方法

電話予約…2月15日(土)午前10時から ① 購入…2月16日(日)午前10時から ①②③



練馬文化センター(小ホール)

割引 小学生

4/16 水 万作・萬斎狂言の会

午後7時開演

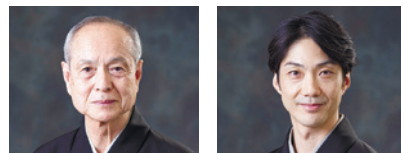
演目 狂言「入間川」「寝音曲」「茸」 ※解説付き。

出演 野村万作、野村萬斎ほか

入場料 5,000円(全席指定) ※車いす席は、本人・付添者とも2,500円。



寝音曲 ※写真と実際の配役は異なります。



野村万作

野村萬斎

チケット予約・購入方法

電話予約…2月8日(土)午前10時から ① 購入…2月9日(日)午前10時から ①②③

大泉学園ゆめりあホール

割引 小学生

4/10 木・6/10 火 ゆめりあワンコイン・コンサート

第36回 木霊からの贈りもの ～マリンバ、打楽器による

4月10日(木)

午後7時開演

出演 宮本典子(マリンバ)ほか

曲目 ラグタイム、タンゴの歴史など

第37回 我が心のフォスター ～日本の抒情歌

6月10日(火)

午後7時開演

出演 大城みほ(ソプラノ)ほか

曲目 懐かしきケンタッキーの我が家、金髪のジェニー、月の沙漠など

入場料 各500円(全席自由) ※車いす席は、本人・付添者とも250円。

チケット予約・購入方法

電話予約…2月9日(日)午前10時から ① 購入…2月10日(月)午前10時から ①②③

練馬文化センター(大ホール)

割引 小学生

2/9 日 ねりま若者文化祭 ライブパフォーマンス2014

地元練馬で活躍するバンドやダンスチーム25組がパフォーマンスを披露するほか、豪華景品が当たる抽選会も実施します。

午後0時30分開演

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(1人5枚まで)が必要です。

チケット購入方法 購入…①②③で発売中



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。

優先 練馬文化センター友の会会員への優先予約受け付けを行います。
割引 練馬文化センター友の会会員へ入場券を1割引で販売します。
友の会に入会すると、(公財)練馬区文化振興協会が開催する主催・共催事業で各種特典が利用できます。詳しくは、お問い合わせください。

ぴあ 全国のチケットぴあ窓口、ぴあ Web サイトなどでも予約・購入ができます。
小学生 未就学児は入場できません。
乳幼児も入場できません。