

ねりま区報

3/1

平成 26 年 (2014 年) 第 1676 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

- 3月は自殺対策強化月間 2面
- 平成25年度新規登録文化財の紹介 3面
- 家族で一緒に考えよう! このごみどっち? 6・7面

目次

- ・お知らせ/税/福祉・障害のある方/環境/住まい・まちづくり/働く/事業者向け/ボランティア/お休みします/子ども・教育 4・5面
- ・高齢者/健康・衛生 8・9面
- ・講座・講演会/催し/スポーツ 10・11面

黙とうをささげましょう

東京都平和の日 3月10日(月)午後1時
東京空襲をはじめ、戦災で亡くなられた方のご冥福を祈り、世界の恒久平和の実現を願って、1分間の黙とうをささげましょう。

東日本大震災 3月11日(火)午後2時46分
東日本大震災により犠牲になられた方々のご冥福と被災地の復興を祈り、1分間の黙とうをささげましょう。

▶問合せ:総務係☎5984-2600

東日本大震災を忘れない

甚大な被害をもたらした東日本大震災から、まもなく3年がたとうとしています。私たちは過去の災害を教訓にしていかなければなりません。

今、私たちにできること、しなければいけないことを改めて考えましょう。

▶問合せ:震災対策担当課☎5984-1326



東日本大震災により甚大な被害を受けた宮城県亘理町(平成23年撮影。亘理町提供)。区は、災害直後から職員を派遣するなど、現在も支援を続けています

講演会

過去の災害にまなぶ 自助と共助のまちづくり



重川 希志依

災害による被害を最小限に食い止めるためには、自助(自分のことは自分で守る)、共助(地域のことは地域で守る)、公助(公的機関の防災活動)が機能し、連携することが必要です。

今回、常葉大学大学院環境防災研究科教授の重川希志依さんを迎え、過去の災害を教訓にした、初期消火や地域の防災活動の重要性などについてお話を伺います。

日時

3月9日(日)
午後1時50分～2時50分

場所

練馬文化センター
(練馬駅下車北口徒歩1分)

定員

592名(先着順)

▶申込:当日会場受け付け ※午後1時～1時40分に防災功労者功労団体表彰式を行います。講演会は表彰式後に行います。

※手話通訳、要約筆記あり。

※車で来場する方は、練馬駅北口地下駐車場(有料)をご利用ください。

入場
無料

自助

自分や家族を守るために

災害発生時は、まず自分や家族の安全を確保しましょう。そのためには、日頃から、災害に対する準備として、家族との連絡手段を事前に確認したり、家具などが簡単に転倒しないようにしたり

しておくことが重要です。また、電気・ガス・水道などのライフラインが停止しても困らないように、最低3日分、可能な限り1週間分程度の水や食料などを備えておきましょう。

共助

顔の見える関係づくりを

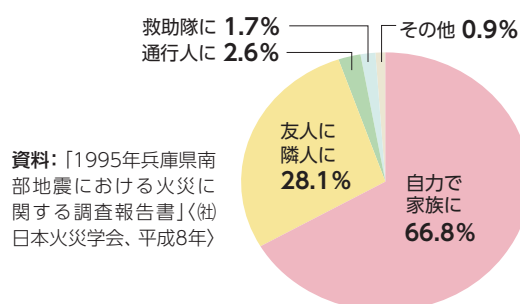
平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、生き埋めになったり閉じ込められたりした際に、6割以上の方が自力で脱出するか家族に救出され、約3割の方が友人・隣人に救出されました(右のグラフ参照)。

災害時は、全ての災害現場にすぐに公的機関が駆けつけることはできません。その時に最も速やかに対応できるのは地域の皆さんです。自分と家族の安全を確保したら、初期消火や救出・救護など、地域の活動にご協力をお願いします。

また、いざという時、お互いに助け合えるように日頃から隣近所や地域の方たちとの顔の見える関

係づくりを進めましょう。

阪神・淡路大震災で生き埋めや閉じ込められた際の救出方法

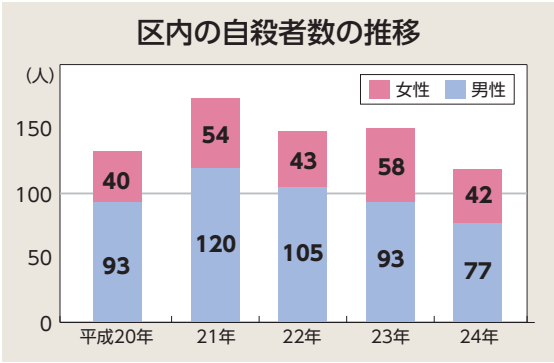


災害ボランティアを募集

ボランティアには、自力での避難が難しい方の安否確認をしていただくほか、地域の避難拠点運営連絡会(※)の方々と共に避難者に対する支援などを行っていただきます。 ※避難拠点運営連絡会…災害時に、区立小中学校に開設される避難拠点の運営協力や避難者の支援活動を行う、地域の方で構成された組織。

▶対象:18歳以上の方 ※災害時に活動する団体などに所属している方を除く。

▶申込:区ホームページ「防災・防犯、安全・安心」の「練馬区災害ボランティア」または防災課(区役所本庁舎7階)にある申請書類をご覧の上、区民防災第二係☎5984-2605 ※受け付けは随時行います。



●自殺のサインを知ってください
自殺を考えている人は、悩

あなたの
一番大切な人のために

（左のグラフ参照）。さらに、自殺未遂者の数は、自殺者数の約10倍といわれています。

平成24年の全国の自殺者の数は、2万7千人を超えており、これは交通事故での死者数の5倍以上になります。区内でも、毎年100人以上の方が自殺で命を失っています

多くの方が
自殺で亡くなっています

私たちの周りには「死」を意識するほどの深い悩みや苦しみを抱えている人が少なくありません。自殺する方を一人でも減らすためには、周囲の理解と協力により自殺を考えている人が必要な支援につなげることが大切です。かけがえのない大切な命を守るため、私たちにできることを考えてみませんか。▼問合せ：精神保健係 ☎5984・4764

気づいてください！ 体と心の限界サイン



3月は東京都の自殺対策強化月間

●耳を傾けてください
自殺を考えている人は、最

後、行動に及ぶ前に絶望的な

傾けて聴いてください。人に

また、自殺の相談を受けた

▼部門・限度額：表1の通り

▼選考方法：書類・公開審査

▼申込：福祉部経営課や区

ホームページ「お知らせ」に

●専門の相談窓口につなげ
ましょう

健康問題や多重債務、家

庭のトラブルなどは相談す

ることで、解決への道が開

る場合があります。専門の

相談窓口（左表参照）への

相談をお願いします。

また、自殺の相談を受けた

方も一人で抱え込まず、ぜ

ひ相談してください。

▼申込：福祉部経営課や区

ホームページ「お知らせ」に

ある応募の手引きをご覧の

上、4月7日（月）～5月9日（金）に

福祉部経営課ひとまちづくり

推進係へ

※5月10日（土）午前10時～午

後3時に区役所アトリウムで

も受け付けます。

表1 部門・限度額

はじめの一步部門（5万円）

来年度の事業提案を目標とする準備のための活動

パートナーシップ活動助成部門（20万円）

福祉のまちづくりの課題を解決するための活動

表2 説明会日程

日程

場所

3/19（水）

光が丘区民センター5階

3/26（水）

石神井庁舎5階

4/5（土）

区役所東庁舎5階

※時間はいずれも14:00～16:00。

※車での来場はご遠慮ください。

自殺予防のための パネル展を開催

▶日時：3月4日（火）～10日（月）午前8時45分～午後8時（10日は午後4時まで）▶場所：区役所アトリウム

まちを笑顔にする地域のアイデアに費用を助成

福祉のまちづくりパートナーシップ 区民活動支援事業助成

福祉部経営課ひとまちづくり推進係（区役所西庁舎3階）
☎5984・1296 FAX 5984・1214

25年度に助成を受けた 団体による 最終報告会を開催

説明会を開催

「ずっと住みたい やさしいまち」の実現を目指して福祉のまちづくりに取り組む区民活動グループに、活動費の一部を助成しています。今回、平成26年度の助成を希望する団体を募集します。選ばれたグループには、活動費の一部を助成するほか、専門家の派遣などを行います。

▼日時・場所：表2の通り
▼申込：電話またはファクスで
①参加日②氏名③電話番号またはファクス番号を、開催日の前日までにひとまちづくり推進係へ

※手話通訳または要約筆記を希望する方は、3月12日（水）までに併せて申し込んでください。

▼日時：3月23日（日）午後1時～5時▼場所：石神井庁舎5階 ※車での来場はご遠慮ください。▼定員：80名（先着順）▼申込：当日会場受け付け ※区民センター（1歳以上の未就学児対象）
☎手話通訳☎要約筆記を利用したい方は、電話またはファクスで①報告会②☎の別も②住所③氏名④電話番号またはファクス番号を、3月12日（水）までにひとまちづくり推進係へ。

店舗、診療所などのバリアフリー 改修費用の一部を助成

福祉のまちづくり整備助成

問合せ 福祉のまちづくり係 ☎5984・1649

トイレの洋式化、出入り口の段差解消、手すり設置など基準を満たすバリアフリー工事や、折りたたみスロープなど簡易な設備の設置が対象です。申し込みに必要な条件など詳しくは、工事契約前にお問い合わせください。

▼対象建築物：平成15年4月までに竣工し、次の①②のいずれかに当てはまる建築物
①診療所、物販店、飲食店、理美容店、公衆浴場など②床面積1000㎡以上の共同住宅（共用部）▼助成額：対象経費の2分の1以内 ※①整備基準など条件により上限額100万・30万・5万円②上限額50万円。

守り伝え、未来に引き継ぐ文化財

平成25年度新規登録文化財の紹介

練馬区文化財保護審議会の意見に基づき、文化財の指定・登録を行っています。25年度は、「草摺引図絵馬」「丸山東遺跡出土の片口土器」など4件を有形文化財、2件を有形民俗文化財として登録しました。これにより、区の指定文化財は44件、登録文化財は203件になりました。

問合せ

伝統文化係
☎5984-2442

草摺引図絵馬



(氷川台4の47
氷川神社所有・
非公開)

江戸時代に鳥居派の絵師が制作したと推定される区内には数少ない役者絵馬です。

小林朝比奈が曾我五郎の草摺鎧(胴から垂れ下がって、腰からひざを守る部分)をつかむ歌舞伎の「草摺引」の場面が描かれています。

縦96・5cm、横122・8cmの大きな絵馬です。



丸山東遺跡出土の片口土器



(区所有・非公開)

丸山東遺跡(大泉町3丁目)から出土した縄文時代前期の土器です。口縁部の一方に注ぎ口がつく片口土器で、複雑な縄文が施されています。ほぼ完全な形で残っており、口径は33・6cm、高さは40・5cmです。



アニメーション撮影台



(区所有・公開)

昭和34年(平成9年頃、東映アニメーション(株)昭和34年当時は東映映画(株)で使用されたアニメーション専用のマルチプレーン撮影台です。昭和35年公開の「西遊記」など数多くの作品の撮影に使用されました。アニメーション制作のデジタル化が進む中、国内に残る数少ないマルチプレーン撮影台です。※石神井公園ふるさと文化館でご覧になれます。



文明十七年の月待板碑



(錦1の19
円明院所有・
非公開)

文明17年(1485年)に月待供養のために造立された緑泥片岩製の板碑です。ほぼ完全な形で残っており、高さは78cm、幅27・5cm、



厚さは3・5cmです。阿弥陀三尊を表す梵字3字や5人の名前などが刻まれています。

文亀元年の月待板碑



(錦1の19
円明院所有・
非公開)

文亀元年(1501年)に月待供養のために造立された緑泥片岩製の板碑です。上部・下部が欠損しており、現状の高さは40・5cm、幅34・5cm、厚さ4cmです。三具足(仏前に供える香炉・花瓶・燭台)の図像や7人の名前などが刻まれています。



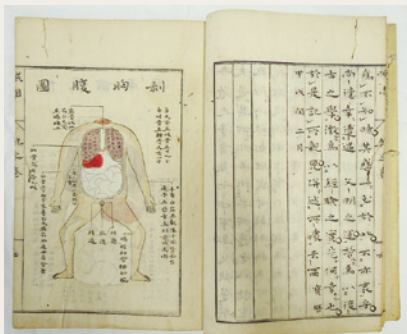
月待：二十三日夜などの決まった月齢の夜に人々が集まり、月を拝む習俗のこと。

森田家資料



(区所有・非公開)

医院を営む家に所蔵されていた書籍・帳面などの資料317点です。江戸・明治時代の医学書・教養書がまとまって残り、医師がどのようにに医学を学び、医療に従事していたかを知ることができます。



ねりま若者サポートステーション

活動・成果報告会

ねりま若者サポートステーション(春日町青少年館内)

を語ります。

は、若者の就労や進路決定を支援する施設です。報告会では、事業内容・成果の報告のほか、支援を受けて就労することができた利用者が体験

日時：3月15日(土)午後2時～4時
場所：春日町青少年館
定員：40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)

就職活動準備・支援セミナー

①②とも▼対象：15～39歳で、就職活動中または就職活動を始める方(中学生を除く)▼場所：春日町青少年館
申込：電話で春日町青少年館 ☎3998・5341



1 就職活動準備セミナー

「就活や仕事で活かすコミュニケーション」

日時：3月15日(土)午後1時30分～4時

内容：人事業務経験者からコミュニケーションのポイントを学ぶ▼定員：20名(申込順)

2 パソコンを使った応募書類作成講座

日時：3月17日(月)・18日

(火)午後1時30分～4時30分

【2日制】講師：マイクロソフト検定有資格者▼持ち物：USBメモリなど▼定員：4名(申込順)

お花見散歩まっぷを配布

区内の7つのお花見コースやお花見スポットなどを紹介しています。



▼配布場所：区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、練馬区観光案内所(練馬駅地下1階)、商工観光課(区役所本庁舎9階)など

▼問合せ：練馬区観光協会事務局(区役所・観光係内) ☎5984・1032

自衛官等

▶**種目**:一般幹部候補生▶**対象**:①②のいずれかに当てはまる方 ①22～26歳の方②20～28歳の方で修士課程修了者(見込み含む)など ※いずれも年齢は来年4月1日現在。
▶**募集期限**:4月25日(金)▶**問合せ**:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所☎3991-8921

事業者向け

ねりま区報有料広告を募集
＝6月1日号～8月21日号＝

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**:6月1日号・11日号・21日号、7月1日号・11日号・21日号、8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…15,000円⑥10×235…1万円 ※6月1日号、7月1日号、8月1日号は⑥のみの募集です。▶**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**:4月1日(火)▶**問合せ**:広報係☎5984-2690

有料広告を募集
みどりバス保谷ルートの中内広告

▶**掲載場所・料金など**:①車内窓上ポスター(B3)…月額6,480円②車内チラシ(A4以下)…月額21,600円③車内放送(30文字まで。片道につき停留所間ごとに1件放送)…年額43,200円(6月16日(月)～来年6月15日(月))▶**申込期限**:①②掲載希望月の前々月末日③3月31日(月)▶**問合せ**:交通企画課☎5984-1274 ※みどりバス保谷ルートは、保谷駅南口から光が丘駅間を1日19往復しており、年間約29万人(24年度実績)が利用するコミュニティバスです。

有料広告を募集
男女共同参画情報紙「MOVE(ムーブ)」

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。▶**掲載位置**:裏表紙▶**広告サイズ**:縦57mm×横90mm▶**刷色**:4色カラー▶**料金**:18,000円▶**発行月**:4月▶**発行部数**:21,000部▶**主な配布先**:区立保育園・幼稚園・学童クラブを利用している保護者、区立施設、区内・周辺の各駅など▶**申込期限**:3月14日(金)▶**問合せ**:人権・男女共同参画課☎5984-4518

ボランティア

ホストファミリー

研修や留学で日本に滞在し、日本人家庭への訪問を希望する外国人を半日～2泊程度受け入れていただける家庭を募集しています(登録制)。受け入れに伴う費用は、原則として

ホストファミリーの負担となります。
▶**申込**:電話で登録用紙を請求の上、国際・都市交流課☎5984-1302

お休みします

〈**勤労福祉会館**☎3923-5511〉…3月10日(月)【全館清掃のため】
〈**平和台体育館**☎5920-3411〉…3月10日(月)・11日(火)【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。
〈**大泉図書館**☎3921-0991〉…3月10日(月)～14日(金)【館内整理のため】



子ども・教育
～子育て応援～

育児と離乳食

①～④とも▶**内容**:講義、献立紹介▶**持ち物**:母子健康手帳、スプーン▶**申込**:3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(2・3回食)▶**対象**:7～10カ月児と保護者▶**日時**:3月14日(金)午前10時～11時30分▶**定員**:30組(申込順)
②**北保健相談所**☎3931-1347(1回食)▶**対象**:5・6カ月児と保護者▶**日時**:3月12日(水)午前10時～11時30分▶**定員**:25組(申込順)
③**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**:3月14日(金)午前10時～11時30分▶**定員**:30組(申込順)
④**関保健相談所**☎3929-5381(1回食)▶**対象**:5・6カ月児と保護者▶**日時**:3月14日(金)午前10時～11時30分▶**定員**:30組(申込順)

パパとママの準備教室

▶**対象**:出産を控えた夫婦▶**日時**:4月12日(土)午前9時～11時30分▶**場所**:大泉保健相談所▶**内容**:講義、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**:3月3日(月)から電話で大泉保健相談所☎3921-0217

商店街を楽しむワークショップ
「商店街にはなにがある？
探検してフラッグに描こう!」

▶**対象**:小学生と保護者 ※お子さんのみの参加も可。▶**日時**:㉔3月28日(金)㉕29日(土)午後1時30分～5時▶**場所**:練馬区立美術館▶**内容**:中村橋の商店街を探検し、商店街に飾るフラッグ(旗)に絵を描く ※フラッグは後日返却します。▶**定員**:各20名(抽選)▶**申込**:往復ハガキまたは電子メールで①講座名(㉔㉕の別も)②住所③参加者全員(お子さんは2名、保護者は1名まで)の氏名(ふりがな)・年齢(お子さんは学年も)④電話番号を、3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

小枝を使って自由工作

▶**対象**:5歳児～小学生 ※小学2年以下のお子さんは保護者同伴。▶**日時**:3月27日(木)午後1時30分～3時

30分▶**場所**:豊玉リサイクルセンター▶**内容**:鳥を呼び寄せるバードコールや置物などを作る▶**定員**:15名(申込順)▶**申込**:電話で豊玉リサイクルセンター☎5999-3196

平成25年度私立幼稚園の
入園料・保育料を助成します

私立幼稚園に通うお子さんの保護者に、入園料と保育料の一部を助成しています。25年度分の申請をまだしていない方は、3月31日(月)までに申請してください。期限後の申請は受け付けませんのでご注意ください

い。 ※4月以降に入園する場合は入園後に申請してください。▶**申込**:幼稚園にある申請書に必要事項を記入の上、学務課学事係(区役所本庁舎12階)☎5984-5659

入園料・保育料の額		助成額
入園料	40,000円未満	全額
	40,000円以上	40,000円
保育料	月額19,200円未満	月額から8,000円を引いた額
	月額19,200円以上	11,200円

※就園奨励費補助金を受けている方は、助成額が異なる場合があります。

石神井松の風文化公園オープニングイベント 3/30(日)

少年野球教室参加者募集



4月1日(火)に開園する石神井松の風文化公園のオープニングイベントとして、少年野球教室を開催します。ジャイアンツアカデミー校長の河埜和正さんほかを迎え、「投げる」「捕る」「打つ」の基本技術を楽しみながら学びます。
▶**対象**:小学5年生▶**日時**:3月30日(日)正午～午後2時▶**場所**:石

神井松の風文化公園(石神井台1-33-44)▶**定員**:20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生年月日⑤性別⑥電話番号を記入の上、3月10日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課施設設計画担当係(本庁舎11階)☎5984-4725

楽しく遊んでエコロジー!
こどもクラブメンバーを募集



リサイクル工作や自然散策など、楽しく遊びながら学べるエコロジー体験をする「こどもクラブメンバー」を募集します。
▶**対象**:小学生▶**日時**:月1回土曜▶**場所**:豊玉・春日町・関町の各リサイクルセンター▶**定員**:各20名(抽選)▶**申込**:往復ハガキに①こどもクラブ②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥保護者の氏名(ふりがな)を記入の上、3月31日(必着)までに参加を希望するリサイクルセンターへ【豊玉(〒176-0011豊玉上2-22-15)☎5999-3196、春日町(〒179-0074春日町2-14-16)☎3926-2501、関町(〒177-0051関町北1-7-14)☎3594-5351】 ※リサイクルセンターホームページ(http://www.nerima-rc.jp/)からも申し込みます。

講演会

笑顔で健康になるために

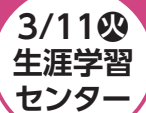


東海大学医学部教授の久保明さん(=写真)と健康運動指導士の黒田恵美子さんを講師に迎え、笑いと健康をテーマにした講演会を開催します。また、開進第二中新体操部とねり丸もゲスト出演します。▶**日時**:3月15日(土)午後2時30分～5時40分(午後1時50分開場)▶**場所**:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶**定員**:250名(先着順)▶**申込**:当日会場受け付け▶**問合せ**:健康づくり係☎5984-4624



認知症予防講演会

認知症に強いまちを作ろう!



いつまでも脳を若く保つための生活習慣と、地域交流を通じて社会参加することによる認知症予防の効果についてお話を伺います。
▶**日時**:3月11日(火)午後2時～4時(午後1時30分開場)▶**場所**:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶**講師**:東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と介護予防研究チーム研究員／宇良千秋▶**定員**:300名(先着順)▶**申込**:当日会場受け付け▶**問合せ**:介護予防係☎5984-4596

お知らせ

消費生活センター運営連絡会 会員を募集

区と協働して消費者問題に取り組む、練馬区消費生活センター運営連絡会の会員を募集します。連絡会は、区民の方の自主的な団体で、消費者問題を学びながら、講座や料理教室の企画・運営、消費者だより「ぶりずむ」の編集協力、消費者団体活動室(石神井公園区民交流センター内)の運営などを行います。▶**年会費**: 2,400円 ▶**申込**: 3月28日(金)までに電話で消費者団体活動室 ☎3996-6351(平日午前10時～午後3時)

多重債務特別相談

多重債務でお困りの方を対象に、専門相談員が無料で電話相談に応じます。気軽にご相談ください。 ※来所相談も可。▶**日時**: 3月3日(月)・4日(火)午前9時～午後4時30分 ▶**相談先・問合せ**: 消費生活センター ☎5910-4860

住民税(特別区民税・都民税)の申告期限は3月17日(日)です

問合せ

〒176・179地域の方…
区税第一係 ☎5984-4537
〒177・178地域の方…
区税第二係 ☎5984-4538

募金にご協力いただき ありがとうございました

★**赤い羽根共同募金**
959万7,343円が、共同募金練馬地区協力会に寄せられました。募金は、障害のある方・高齢者・子どものための事業、NPOや町会・自治会が行う地域福祉活動に活用します。
★**歳末たすけあい運動募金**
1,474万1,364円が寄せられました。募金は、福祉活動団体への助成や新入学児童へのランドセル贈呈など、区内の地域福祉活動のために活用します。
◎**問合せ**: 練馬区社会福祉協議会 ☎3992-5600

選挙人名簿と在外選挙人名簿 がご覧になれます

新たに練馬区の選挙人名簿に登録された方と、昨年12月以降に在外選挙人名簿に登録された方の名簿がご覧になれます。▶**縦覧期間・場所**: 3月3日(月)～7日(金)午前8時30分～午後5時…選挙管理委員会事務局(区役所本庁舎16階) ▶**問合せ**: 選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399

税

所得税の確定申告書の提出 期限と納期限は3月17日(月)

申告書は提出期限までに管轄の税務署に提出し、納税額がある場合は納期限までに金融機関などで納めてください。税務署では、申告書の提出後に納付書や納税通知書などによ

るお知らせは行いません。また、申告書の提出期限を過ぎると加算税が、納期限を過ぎると延滞税がかかります。なお、口座振替をご利用の方は、引き落とし日(4月22日(火))の前日までに残高を確認してください。新たに口座振替を希望する方は、3月17日(月)までに税務署や金融機関などに申し込んでください。▶**問合せ**: 税務署【練馬東 ☎3993-3111、練馬西 ☎3867-9711】

バイク・軽自動車・自動車 などの廃車手続きはお早めに

4月1日現在でバイクや軽自動車、自動車の登録をしている方には、1年分の軽自動車税または自動車税が課税されます。他人に譲ったり、廃棄したりした方で、まだ廃車などの手続きをしていない方は、期限までに下表の窓口で手続きをしてください。手続きをしないと平成26年度分の税金がかかります。なお、原動機付自転車(125cc以下のバイク)、ミニカー、小型特殊自動車に限り、郵送による廃車手続きができます。詳しくは、お問い合わせください。▶**手続き期限**: バイク・軽自動車…4月1日(火)、自動車…3月31日(月) ▶**問合せ**: 税証明・軽自動車税担当 ☎5984-4536 ※自動車は自動車税コールセンター ☎3525-4066。

種 別	届け出窓口
原動機付自転車(125cc以下のバイク)、ミニカー、小型特殊自動車	税務課税証明・軽自動車税担当(区役所本庁舎4階) ☎5984-4536、 収納課収納石神井係(石神井庁舎2階) ☎3995-1106
軽二輪・自動二輪(125ccを超えるバイク)、自動車	東京運輸支局練馬自動車検査登録事務所(北町2-8-6) ☎050-5540-2032
軽自動車(660cc以下の三・四輪車)	軽自動車検査協会東京主管事務所練馬支所(板橋区新河岸1-12-24) ☎5399-3811

福祉・障害のある方

点字教室

▶**対象**: 区内在住・在勤(在学)で点訳ボランティアとして活動することができる15歳以上の方(中学生を除く) ▶**日時**: 4月19日～来年3月14日の土曜午後2時～5時【20日制】 ▶**場所**: 中村橋区民センター ▶**定員**: 15名(抽選) ▶**費用**: 2,400円 ※その他、テキスト代などがかります。 ▶**申込**: 往復ハガキまたはファクスで①教室名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、3月10日(必着)までに〒176-0021貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 ☎3970-5676

環境

光が丘清掃工場建替事業に係る環境影響評価書案がご覧になれます

東京二十三区清掃一部事務組合が作成した、光が丘清掃工場建替事業に関する環境影響評価書案の縦覧・閲覧と説明会を行います。また、意見のある方は意見書を提出できます。▶**縦覧・閲覧の期間・場所**: ①3月3日(月)～4月16日(水)午前9時～午後5

時(各施設の閉庁日を除く)…光が丘区民センター1階、第四～七出張所、総合体育館、光が丘図書館、環境課(区役所本庁舎18階) ②3月3日(月)～4月1日(火)午前9時30分～午後4時30分(土・日曜、祝日を除く)…東京都環境局都市地球環境部環境都市づくり課(都庁第二本庁舎8階)、東京都多摩環境事務所管理課(立川合同庁舎4階) ▶**意見書の提出方法**: ①事業名②住所(団体は所在地)③氏名(団体は団体名・代表者氏名)④環境保全の見地からの意見を記入したものを、持参または郵送で3月3日～4月16日(消印有効)に〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎8階東京都環境局都市地球環境部環境都市づくり課

日 時	場 所
3/12(水) 19:00～20:30	光が丘 区民センター3階
3/13(木) 19:00～20:30	田柄地区区民館
3/15(土) 14:00～15:30	旭町北地区区民館
3/16(日) 10:00～11:30	光が丘 区民センター3階
3/17(月) 19:00～20:30	高松地区区民館
3/18(火) 19:00～20:30	土支田 中央地域集会所

▶**申込**: 当日会場受け付け
◎**問合せ**: 東京都環境都市づくり課 ☎5388-3440、区役所内環境課環境規制係 ☎5984-4712

住まい・まちづくり

カーブミラーに 異常があったらご連絡を

交差点などに設置されているカーブミラーの鏡面に傷や割れなどの破損があったり、取り付け角度がずれていたりする場合は、支柱に貼ってあるシールの番号と設置場所を、土木出張所へご連絡ください。支柱やガードパイプに異常があった場合もご連絡ください。▶**問合せ**: 土木出張所【東部 ☎3994-0083、西部 ☎3995-0083】

家屋の修繕などに建設業者を あっせん

家屋の修繕や増改築などを行う方に、練馬区住宅サービス協議会を通じて区内の建設業者を紹介します。▶**申込**: 電話で経済課庶務係 ☎5984-2672

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、3月14日(必着)までに持参または郵送で〒176-0012豊玉北5-15-19 豊玉保健相談所 ☎3992-1188

**平成26年度特別区職員採用試験の
日程が決定しました**

26年度特別区(東京23区)職員採用試験の詳細が決まりました(下表参照)。募集案内は、区民事務所(練馬を除く)、出張所、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、職員課人事係(同本庁舎6階)、特別区人事委員会事務局任用課(千代田区飯田橋3-5-1)で配布します。応募方法など詳しくは、下表の募集案内配布開始日以降に区報などでお知らせします。

採用区分	試験区分	受験資格 (年齢は27年4月1日現在)	募集案内 配布開始日	申込期間
Ⅰ類 (大学卒業程度)	事務、技術(土木造園・建築など)	22歳以上28歳未満の方	3/5(水)	4/1(火)～ 4/10(木)
	専門的な職種(福祉・衛生監視など)	22歳以上30歳未満で、必要な資格・免許をお持ちの方 ※福祉は日本国籍でない方も可。		
	保健師	22歳以上40歳未満で、必要な資格・免許をお持ちの方 ※日本国籍でない方も可。		
Ⅲ類 (高校卒業程度)	事務、技術(土木造園・建築など)	18歳以上22歳未満の方	6/11(水)	6/11(水)～ 8/8(金)
	身体に障害のある方を対象とする選考(事務)	18歳以上28歳未満で、身体障害者手帳をお持ちの方	7/25(金)	7/25(金)～ 9/3(水)
経験者	2級職	28歳以上32歳未満で、民間企業などの従事歴が一定以上ある方	6/11(水)	6/11(水)～ 8/8(金)
	3級職 (主任主事Ⅰ)	32歳以上37歳未満で、民間企業などの従事歴が一定以上ある方		
	3級職 (主任主事Ⅱ)	37歳以上46歳未満で、民間企業などの従事歴が一定以上ある方		

問合せ

●特別区人事委員会事務局任用課 ☎5210-9787
ホームページ(<http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>)
●職員課人事係 ☎5984-5782

家族で一緒に考えよう!

このごみどっち?

※イラストは、経済産業省ホームページより。

家庭から排出されるごみには、大きく分けて「ごみ」と「資源」があります。平成25年度に行った「資源・ごみ排出実態調査」によると、可燃ごみの中に19.2%、不燃ごみの中に10.3%の資源化できるものが排出されています(右下の円グラフ「資源・ごみの分別状況」参照)。分別を徹底することで、ごみを減らし、資源を有効活用できます。

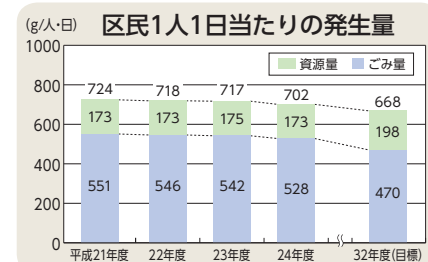
今回、迷いやすい分別の例や、質問が多く寄せられる例を紹介します。家族で一緒にごみの減量について考えてみませんか。

▶問合せ:清掃リサイクル課清掃事業係(区役所本庁舎18階)☎5984-1059

ごみや資源の発生量と処理経費

平成24年度の区民1人1日当たりのごみ量は528g(年間約193kg)で東京23区で最も少なく、資源量は173g(年間63kg)でした(右のグラフ参照)。また、資源・ごみの処理経費は約103億円(一般会計の約4.6%)で、ごみ処理手数料や資源物の売却代金などの収入を差し引いた経費は、約96億円でした。区民1人当たり年間1万3,515円となります(右下の表参照)。

「練馬区第3次一般廃棄物処理基本計画」(23～32年度)では、32年度に区民1人1日当たりのごみ量を470g(21年度比15%減)、資源量を198g(同15%増)にすることを目標としています(右上のグラフ参照)。ごみを減らすことは、経費の削減につながります。目標達成に向けて、より一層ごみの発生抑制にご協力をお願いします。



※端数処理のため、合計数値が合わないところがあります。

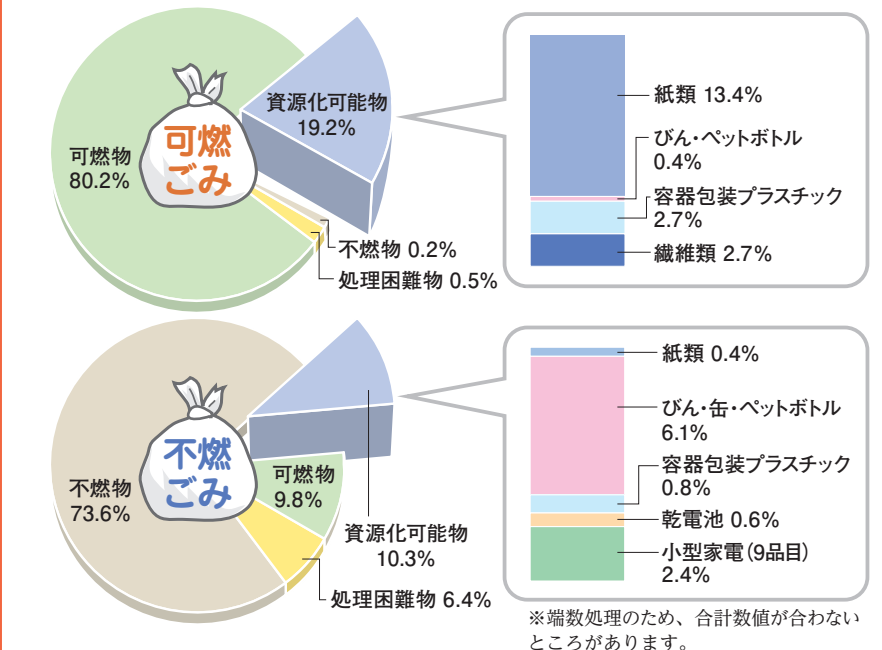
ごみ 193kg
9,283円
資源 63kg
4,232円

区民1人当たり年間256kg排出し、13,515円掛かっています

項目	歳出	歳入	差し引き
ごみ	70.1	4.3	65.8
資源	33.3	3.3	30.0
合計	103.4	7.6	95.8

資源・ごみの分別状況

平成25年度の「資源・ごみ排出実態調査」の結果、資源・ごみの分別状況は下のグラフの通りです。



※端数処理のため、合計数値が合わないところがあります。

問合せ 清掃リサイクル課計画調整係 ☎5984-1095

資源の拠点回収についてのお知らせ

- 小型家電の回収に取り組んでいます～今年度2カ所増設
回収ボックス設置場所 ☆…増設した回収施設
☆平和台図書館、☆大泉学園町体育館、資源循環センター、リサイクルセンター(豊玉・春日町・関町)、区役所本庁舎1階、石神井庁舎1階、光が丘地区センター3階、勤労福祉会館、石神井清掃事務所
※回収対象品目…携帯電話、携帯音楽プレイヤー、デジタルカメラ、卓上計算機、携帯ゲーム機器、電子辞書、ポータブルビデオカメラ、ポータブルカーナビ、ACアダプター
- 使用済み食用油の回収場所が変わります
・桜台地区区民館は大規模改修工事のため3月末で回収を休止します。4月～来年3月まで開進第三中北門前で回収します。
・氷川台地区区民館・下石神井地区区民館は4月から回収を再開します。
・石神井図書館は3月末で回収を終了します。
- 紙パックの店頭回収は3月末で終了します
今後は、地域の集団回収や集積所の古紙の回収、事業者が行う店頭回収に出してください。

問合せ リサイクル推進係 ☎5984-1097

清掃リサイクル事業に関するパネル展を開催

▶日時:3月3日(月)～18日(火)午前8時45分～午後8時▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:清掃事業係 ☎5984-1059

スタート

ごみの分別を
A～Hから選んで
ゴールを目指そう!

Q1

難易度
★

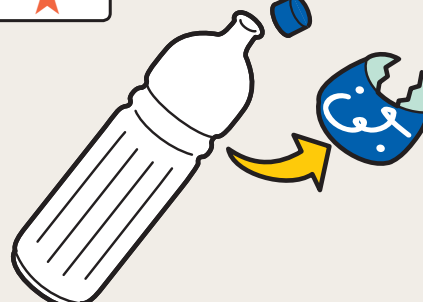
もう温かくなかった使い捨てカイロ。これってどっち?



Q2

難易度
★

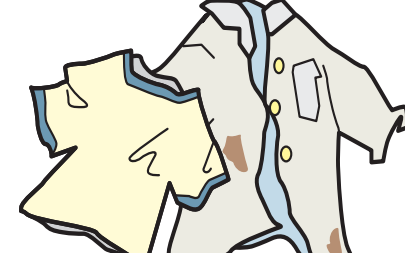
ペットボトルは本体とキャップ、ラベルを分別するんだよね。それぞれどっち?



Q3

難易度
★

小さくなってもう着られない洋服。洗濯したけれどシミがちょっぴり残っちゃった。これってごみかな?資源かな?



Q4

難易度
★

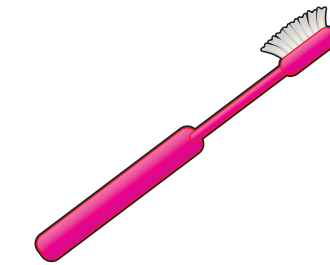
薬(錠剤)のシート。見た目はアルミのようだけれど、プラマークがついているよ。これってどっち?



Q5

難易度
★★

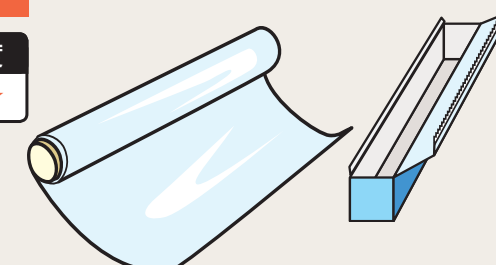
毛先が開いちゃった歯ブラシ。これってどっち?



Q6

難易度
★★

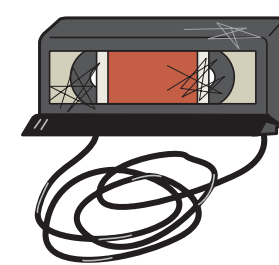
ラップを使い終わって残った芯と刃と箱。それぞれどっち?



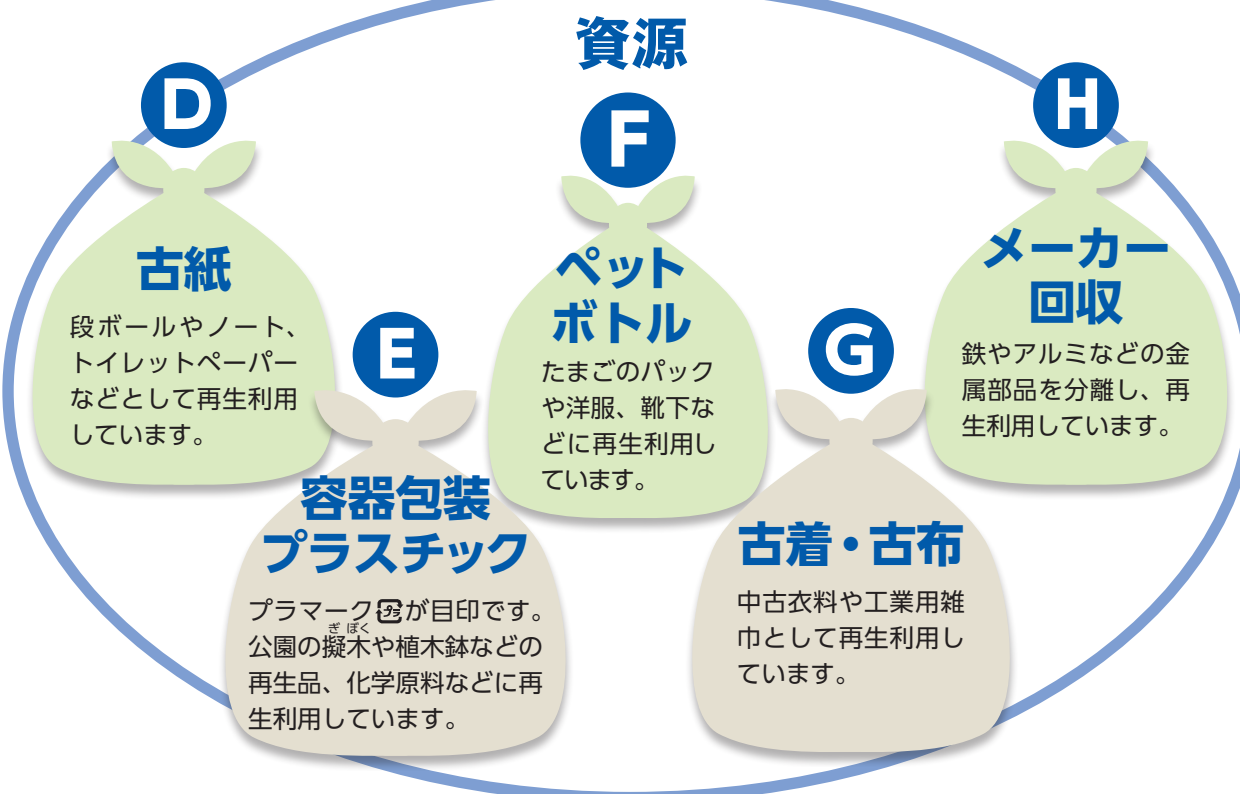
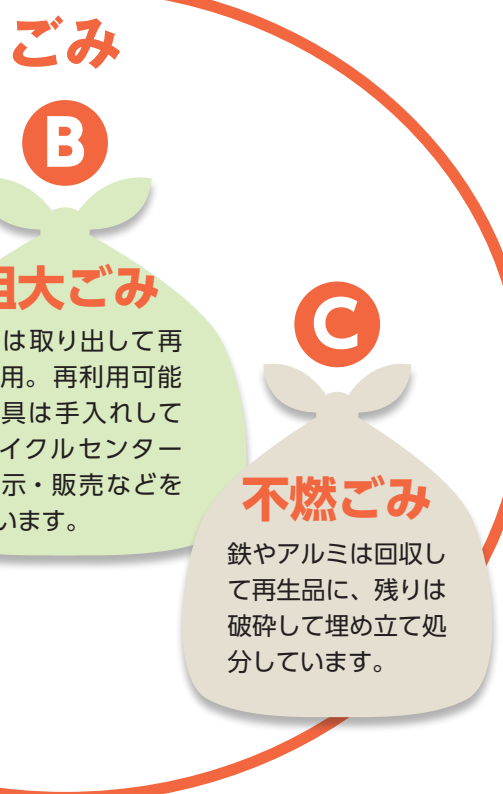
Q7

難易度
★★

もう見なくなったビデオテープ。これってどっち?



「ごみ」「資源」の
分け方が分かってきたよ!



ゴール

正解は下段の「こたえ」にあるよ。

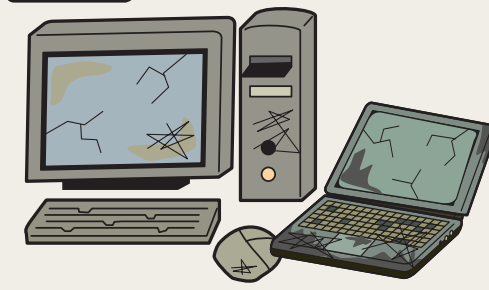
ごみの分別について詳しくは、冊子をご覧ください



Q10

難易度
★★★★

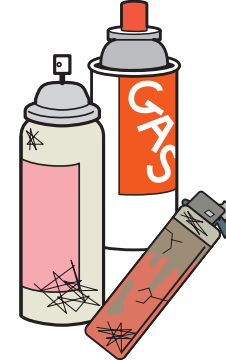
古いパソコンとワープロ。それぞれどっち?



Q9

難易度
★★

カセット式ガスボンベが空っぽだ。これってどっち?



Q8

難易度
★★

マヨネーズの容器にはプラマークがついているよ。すすいだけれど汚れが落ちないな。これってどっち?



●こたえ●

① 燃焼ごみ ② 本体はペットボトル、キャップ・ラベルは容器包装プラスチック ③ 古着・古布(汚れがひどいものは燃焼ごみ) ④ 容器包装プラスチック ⑤ 燃焼ごみ ⑥ 箱と芯は古紙、刃はアルミ製なら不燃、紙製なら燃焼 ⑦ 燃焼ごみ ⑧ 燃焼ごみ(プラマークがついていても、すすいで汚れの落ちないものは燃焼ごみ) ⑨ 燃焼ごみ(ガスライター・スプレー缶・カセット式ガスボンベは、使い切ってから他の燃焼ごみとは別の袋で出してください) ⑩ パソコン(一緒に購入したマウス、キーボード含む)はメーカー回収、ワープロは粗大ごみ

資源とごみの分別方法について詳しくは、冊子「資源・ごみの分け方と出し方」をご覧ください。練馬清掃事務所・石神井清掃事務所・清掃リサイクル課で配布しています。

高齢者のための健康講座

▶ **対象:**区内在住の60歳以上の方
▶ **日時:**3月10日(月)午後2時～3時30分
▶ **場所:**関高齢者センター▶ **内容:**応急救護とAED(自動体外式除細動器)の使い方を学ぶ▶ **講師:**石神井消防署員▶ **定員:**30名(申込順)▶ **申込:**電話で関高齢者センター ☎3928-1987

健康・衛生

**初心者向け健康づくり講座
～生活習慣病予防のための健康法**

①②とも▶ **対象:**医師から運動を止められていない方▶ **内容:**講義、運動実技▶ **定員:**45名(申込順)▶ **申込:**電話または区ホームページ「電子

申請」で健康づくり係 ☎5984-4624

①**現役ダンサーが教える、リズム体操&ストレッチ～音楽に合わせ、キレイに体脂肪減!**▶ **日時:**3月14日(金)午前10時～11時40分▶ **場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室▶ **講師:**体操指導員／阿津沢真利

②**しなやかになるスロートレーニングストレッチ～ピラティス&ダンスエアロで楽しく筋力アップ**▶ **日時:**3月24日(月)午前10時～11時40分▶ **場所:**光が丘区民センター3階▶ **講師:**エアロビクスインストラクター／高田朝美

お薬相談会

薬剤師会が薬と健康の相談に応じます。▶ **日時:**3月9日(日)午後1時～3時▶ **場所:**西武池袋線練馬駅1階▶ **申込:**当日会場受け付け▶ **問合せ:**医療薬事係 ☎5984-1352

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:**3

月11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

がん検診を受けましょう

費用は、いずれも75歳以上の方は無料です。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になります。▶ **問合せ:**成人保健係 ☎5984-4669

胃がん検診(5月分)

▶ **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などは受診できません。▶ **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▶ **申込:**ハガキに①5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、3月31日(必着)までに〒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・会場は選べません。 ※受診日時・会場は4月下旬に通知します。 ※練馬区医師会ホームページ(http://www.nerima-med.or.jp/)からも申し込みめます。

乳がん検診(5月分)

▶ **対象:**区内在住で、来年3月31日現在40歳以上の女性 ※平成25年度に受診した方、妊娠中の方、授乳中の方などは受診できません。▶ **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▶ **申込:**ハガキに①5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、3月31日(必着)までに〒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4月下旬に通知します。会場の変更はできません。 ※練馬区医師会ホームページ(http://www.nerima-med.or.jp/)からも申し込みめます。

子宮がん検診

▶ **対象:**区内在住で、来年3月31日現在20歳以上の女性 ※平成25年度に受診した方は受診できません。▶ **期間:**4月～来年3月▶ **場所:**協力医療機関 ※協力医療機関についてはお問い合わせください。▶ **内容:**問診、視診、内診、頸(けい)部細胞診検査 ※医師が必要と判断し、本人が同意した場合は体部細胞診検査を行います。▶ **費用:**700円(体部細胞診検査も受診した場合は別途300円)▶ **申込:**直接または電話で協力医療機関へ

豊かなみどりを未来へ

うめのき憩いの森の梅が見頃を迎えています

梅は春の訪れを告げる花として古くから親しまれてきました。うめのき憩いの森には136本の梅の木が植えられています。近隣の皆さまの協力です。 ▶ **問合せ:**みどり事業係 ☎5984-1683

梅が咲いたら春が来るっぴい!

練馬みどりの葉っぱい基金 PRキャラクター「ぴいちゃん」

このコーナーでは、みどりに関する旬な情報をお知らせします。

3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	
歯科	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。
	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

田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
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

●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)	近藤接骨院(北町8-4-3)	☎3933-9471
	内山接骨院(石神井町3-7-8)	☎3996-8416
	秋山接骨院(大泉町5-32-9)	☎5387-1741
9日(日)	吉川接骨院(練馬1-21-6)	☎3993-5665
	富士見台接骨院(貫井3-14-12)	☎3926-6660
	関口接骨院(東大泉7-29-22)	☎3921-4970
16日(日)	山口接骨院(北町2-34-3)	☎3550-7505
	まこと接骨院(高松4-24-16)	☎3926-4348
	たかつか接骨院(東大泉4-24-1)	☎3978-1127
21日(祝)	鈴木接骨院(北町1-37-9)	☎3559-4555
	長井接骨院(高野台1-5-12)	☎3904-7481
	金沢接骨院(石神井台5-2-8)	☎3928-8160
23日(日)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789
30日(日)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911

都市型軽費老人ホーム
「やすらぎグランデ」の

入居者を募集

6月に、社会福祉法人章佑会が運営する都市型軽費老人ホームが開設します。全室個室で、身体機能の低下などにより自立した生活に不安がある高齢者向けの施設です。施設では、食事を提供するほか、24時間常駐の職員が対応します。※介護保険の施設ではありませんので、入居後に介護が必要となった場合、外部の介護保険サービスをご利用いただきます。

▶**対象:**区内在住の60歳以上で低所得の方など ※他にも入居要件があります。 ※生活保護を受給している方も入居可能です。▶**定員:**10名▶**月額利用料(予定)**:11万4,510円(食費、光熱費、水道代を含む)から ※本人の収入により異なります。▶**入居相談・問合せ:**3月31日(月)までにお住まいの地域の高齢者相談センター(下表参照)へ※施設の運営事業者が優先度を判定し、入居者を決定します。

※開設する施設に関することは、やすらぎグランデ準備室 ☎5905-7336。

高齢者相談センター	電話番号
〒176の方…練馬(区役所西庁舎2階)	5984-2774
〒179の方…光が丘(光が丘区民センター2階)	5997-7716
〒177の方…石神井(石神井庁舎 4 階)	5393-2814
〒178の方…大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階))	5905-5271



高齢者

豊玉高齢者センターの講座

①～④とも▶**対象:**区内在住の60歳以上の方 ※①②は過去に受講した方はご遠慮ください。▶**場所:**豊玉高齢者センター▶**申込:**往復ハガキに①講座名(①～④の別。③は㉔㉕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、①3月17日②19日③11日④27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**元気体操**

▶**日時:**4月6日～9月21日の第1・3日曜午前10時30分～正午【12日制】▶**講師:**健康づくりコーディネーター／萩野博▶**定員:**20名(抽選)

②**やさしい舞踊講座～楽しく踊って健康に**

▶**日時:**4月8日～7月15日の第2・3火曜午前10時～11時【8日制】▶**講師:**正派若柳流師範／若柳秀奈美▶**定員:**15名(抽選)▶**持ち物:**足袋

③**はじめてのスマートフォン講座**

▶**日時:**3月31日(月)㉔午前10時～正午㉕午後1時30分～3時30分▶**講師:**NPO法人竹箒の会会員▶**定員:**30名(抽選)

④**混声コーラス教室～音楽を作り上げる**

▶**日時:**4月14日～9月8日の毎月曜午後4時～5時【5月5日、6月16日、7月21日、8月11日を除く。18日制】▶**内容:**発声練習から始めるコーラス ※9月8日(月)に発表会があります。▶**講師:**ソプラノ歌手／林えい子▶**定員:**30名(抽選)

「練馬発わかわか かむかむ元氣ごはん」料理教室

▶**日時:**3月22日(土)午前11時～午後2時▶**場所:**光が丘区民センター2階▶**内容:**高齢者向け料理本「練馬発わかわか かむかむ元氣ごはん」の料理を作る ※初めての参加者には料理本を差し上げます。▶**講師:**ハッピーねり会員▶**定員:**20名(申込順)▶**費用:**800円▶**持ち物:**エプロン、三角巾▶**申込:**電話で介護予防係☎5984-4596

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でお願いします。

●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。



スポーツ

初心者スポーツ教室

①～⑥とも▶**申込:**往復ハガキに①教室名(①～⑥の別。⑤は④～⑥の別も)②住所③氏名(ふりがな)④教室初日現在の年齢・学年(学生のみ)⑤性別⑥電話番号を記入の上、①～⑤3月10日⑥17日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

①硬式テニス

▶**対象:**15歳以上の方(中学生は除く)▶**日時:**4月4日～5月9日の毎金曜午後7時～9時【6日制】▶**場所:**夏の雲公園庭球場▶**定員:**80名(抽選)▶**費用:**1,500円(保険料、ボール代)

②ローラースケート

▶**対象:**5歳以上の方 ※小学3年以下のおさんは保護者同伴。▶**日時:**4月6日～20日の毎日曜午前10時～正午【予備日29日(祝)。3日制】▶**場所:**総合体育館▶**定員:**150名(抽選)▶**保険料:**285円

③健康ジョギング

▶**対象:**15歳以上の方(中学生を除く)▶**日時:**4月6日・20日、5月11日・25日、6月1日・15日の日曜午前9時45分～正午【6日制】▶**場所:**練馬総合運動場▶**定員:**40名(抽選)▶**保険料:**

282円

④ジュニア陸上

▶**対象:**小中学生 ※小学3年以下のおさんは保護者同伴。▶**日時:**4月6日・20日、5月11日・25日、6月1日・15日の日曜午前9時45分～正午【6日制】※雨天中止。▶**場所:**練馬総合運動場▶**定員:**40名(抽選)▶**保険料:**282円

⑤初心者水泳

▶**日時・対象:**4月7日～7月7日の毎月曜④午前10時～正午…女性(60歳未満)の部⑤午後1時～3時…60歳以上の部⑥午後3時30分～5時30分…幼児(来年4月に小学校入学予定のお子さん)の部⑦午後3時30分～5時30分…小学生(新小学1年生を含む)の部【4月14日、5月5日・12日、6月9日を除く。10日制】※小学3年以下のおさんは保護者同伴。▶**場所:**中村南スポーツ交流センター▶**定員:**④⑤各50名⑥各45名(抽選)▶**保険料:**290円

⑥少林寺拳法

▶**対象:**新小学1年以上の方 ※新小学3年以下のおさんは保護者同伴。▶**日時:**4月13日(日)・20日(日)午前9時30分～11時30分【2日制】▶**場所:**総合体育館▶**定員:**40名(抽選)▶**保険料:**94円

第42回練馬区少年野球大会

▶**日時:**4月6日～5月25日の日曜(雨天順延) ※開会式は4月6日(日)

午前10時から。▶**場所:**練馬総合運動場など▶**申込:**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くださいの上、3月7日(必着)までに練馬区体育協会へ ※申し込みは1団体1チームに限ります。▶**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

①～③とも▶**対象:**区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方※小中高校生、高等専門学校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生は参加不可。▶**問合せ:**スポーツ振興課事業係(区役所本庁舎11階)☎5984-1947

①弓道

▶**日時:**3月23日(日)午前9時30分から▶**場所:**総合体育館▶**内容:**近的個人戦▶**申込:**ハガキに①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥学年(学生のみ)⑦電話番号を記入

の上、3月15日(必着)までに〒177-0032谷原1-7-5総合体育館内 練馬区体育協会へ

②バスケットボール(一般男子・女子の部)

▶**日時:**4月13日(日)・20日(日)・27日(日)、5月4日(祝)午前9時から▶**場所:**光が丘体育館や大泉学園町体育館▶**登録料:**1チーム1万円▶**申込:**体育館やスポーツ振興課にある実施要項をご覧くださいの上、3月8日(必着)までに練馬区バスケットボール連盟・秋田へ

③卓球▶**日時:**4月6日(日)午前9時から▶**場所:**総合体育館▶**内容:**シングルス男子…④一般⑤40代⑥50代⑦60代⑧70歳以上 女子…⑨一般⑩40代⑪50代⑫60代⑬70歳以上 ※一般・年代別の2種目に参加できます。

▶**保険料など:**1種目500円▶**申込:**体育館やスポーツ振興課にある実施要項をご覧くださいの上、3月17日(必着)までに練馬区卓球連盟・吉浦へ

健康づくり講座

▶**日時:**3月15日(土)午前10時～正午▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室▶**内容:**生活習慣病についての講義、ストレッチなど▶**講師:**NPO法人ヘルスプランニング健康運動指導士▶**定員:**60名(申込順)▶**持ち物:**バスタオル▶**申込:**3月14日(金)までに電話でスポーツ振興課振興係☎5984-1948

情報あらかると①

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

●3月1日～7日は春の火災予防週間「うれしいね 防火で笑顔の 人と町」▶**内容・日時・場所:**①消防署の庁舎開放(消防車・ミニ消防車・はしご車搭乗体験、レスキュー訓練体験など)…3月1日(土)午前10時から 練馬消防署②石神井ファイヤーフェスティバル2014(キョウリユウレッドによるレスキュー隊長演技、音楽隊・カラーガーズ隊による演奏・演技など)…3月2日(日)午前10時～午後0時30分 光和小③消防署の一般公開・訓練体験など…3月2日(日)午前10時30分～午後3時 光が丘消防署▶**問合せ:**消防署【①練馬☎3994-0119②石神井☎3995-0119③光が丘☎5997-0119】●ノルディックウォーキング(④向山庭園⑤石神井川の桜)▶**対象:**18歳以上の方▶**日時:**④3月8日(土)⑤30日(日)午前9時30分練馬文化センター集合～正午同所解散▶**定員:**各15名(申込順)▶**費用:**500円 ※別途レンタルボール代500円。 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課振興係☎5984-1948●不動産街頭無料相談会▶**日時:**3月15日(土)午前10時30分～午後4時30分▶**場所:**西武池袋線練馬駅1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本部練馬支部☎3922-3431●光が丘清掃工場個人見学会▶**日時:**3月15日(土)午後1時30分～3時▶**定員:**50名(申込順)▶**申込:**3月13日(木)までに電話で光が丘清掃工場☎3977-5311●園芸土のリサイクル教室▶**日時:**3

月15日(土)午後2時～4時▶**場所:**花とみどりの相談所▶**講師:**グリーンアドバイザー／小澤初江▶**定員:**30名(申込順)▶**申込:**電話で練馬みどりの機構☎5999-9577●子どものことをみんなで学ぼう～子どもって、なあに?▶**日時:**3月15日(土)午後2時～4時▶**場所:**パペミニシアターねりま(向山3-3-6)▶**内容:**講義▶**講師:**十文字学園女子大学幼児教育学科教授／平田智久▶**定員:**30名(申込順)▶**費用:**500円 ※事前の申し込みが必要です。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:**練馬まちづくりセンター☎3993-8011●勉強会「家族当事者研究ライブ」▶**日時:**3月15日(土)午後2時～4時30分▶**場所:**光が丘区民センター2階▶**内容:**精神障害のある方の家族の悩みについて考える▶**講師:**べてるの家と陽和病院と地域をつなぐ会会員ほか▶**定員:**60名(先着順)▶**申込:**当日会場受け付け▶**問合せ:**NPO法人練馬精神障害者家族会☎3994-3382(平日午後2時～4時)●春風にのって横浜シーサイドハイキング▶**対象:**小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。▶**日時・場所:**3月16日(日)午前8時30分地下鉄大江戸線光が丘駅集合～山下公園～大さん橋～赤レンガ倉庫～午後1時中華街解散(約3km。雨天決行)▶**定員:**50名(申込順)▶**交通費など:**1,000円(小学生は500円)▶**持ち物:**保険証など ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課振興係☎5984-1948●行政書士による講演会「相続問題と遺言の勧め」と無料相談会▶**日時:**3月19日(火)午後2時～4時▶**場所:**石神井庁舎5階▶**申込:**電話で東京都行政書士会練馬支部・古屋☎3931-1411●春!流しびな祭り▶**対象:**3歳児～小学3年生 ※未就学児は保護者同伴。▶**日時:**3月23日(日)④午前9時～

11時30分⑤午後0時30分～3時 ※午後3時30分から、午前・午後の部で作成した流しびなを千川上水に浮かべます。▶**場所:**上石神井体育館▶**定員:**各30名(申込順)▶**材料費など:**100円▶**持ち物:**クレヨンなど▶**申込:**往復ハガキに①催し名(④⑤の別も)②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢(学生は学年も)・性別・電話番号を記入の上、3月10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)●逆上がり・とび箱苦手な子集まれ▶**対象:**小学生▶**日時:**3月26日(火)～28日(金)午前9時30分～11時30分【3日制】▶**場所:**桜台体育館▶**定員:**30名(申込順)▶**費用:**3,000円 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課管理係☎5984-1372●箱根湯坂路バスハイウェイ～早春の箱根へ春を探しに▶**日時・場所:**3月30日(日)午前7時30分西武池袋線練馬高野台駅集合～お玉ヶ池～鷹巣山～湯坂路～湯本～午後6時集合場所解散(約9km。雨天決行)▶**定員:**40名(抽選)▶**費用:**5,000円(中学生以下3,000円)▶**申込:**往復ハガキまたはファクスで①催し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、3月15日(必着)までに〒177-0032谷原1-7-5総合体育館内 SSC谷原☎3997-2500●お花見ウォーク・隅田川桜堤▶**日時・場所:**4月6日(日)午前9時地下鉄大江戸線蔵前駅集合～隅田川東岸桜堤～白鬚橋～西岸桜堤～正午地下鉄銀座線浅草駅解散(約7km。雨天決行)▶**保険料など:**500円 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課振興係☎5984-1948●シニア体操教室 ①～③とも▶**場所:**上石神井体育館▶**定員:**30名(先

着順)▶**費用:**1回500円▶**申込:**当日会場受け付け▶**問合せ:**SSC上石神井☎3929-8100(月・水・金曜午後3時まで)①転倒防止「バランス運動教室」▶**日時:**4月7日(月)からの第1・3月曜午後1時～3時②ストレッチ教室▶**日時:**4月8日(火)からの第2・4火曜午前10時～11時30分③ひざ・肩・腰「痛み予防教室」▶**日時:**4月28日(月)からの第4月曜午後0時30分～2時●テニス教室(④A⑤B⑥C⑦D⑧E⑨F⑩G⑪H⑫I⑬J⑭K⑮L⑯M⑰N⑱O⑲P⑳Q㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿㉿)▶**日時:**4月8日～5月27日の毎火曜④午前9時～10時50分⑤午前11時10分～午後1時、5月26日～6月30日の毎月曜⑥午前9時～10時50分⑦午前11時10分～午後1時、⑧6月6日～7月11日の毎金曜午後7時～9時、6月12日～7月17日の毎木曜⑨午前9時～10時50分⑩午前11時10分～午後1時【祝休日を除く。いずれも6日制】▶**場所:**④A⑤B⑥C⑦D⑧E⑨F⑩G⑪H⑫I⑬J⑭K⑮L⑯M⑰N⑱O⑲P⑳Q㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿㉿夏の雲公園庭球場④D⑤土支田庭球場▶**定員:**④A⑤B各50名④D⑤各70名⑥60名⑦G⑧各45名(抽選)▶**費用:**6,000円 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課管理係☎5984-1372●初心者水泳教室▶**対象:**④年長児～小学生⑤⑥小学3年～中学生▶**日時:**④4月11日～6月27日の毎金曜午後3時～4時30分⑤⑥4月10日～6月26日の毎木曜午後5時30分～7時【いずれも12日制】▶**場所:**④光が丘体育館⑤⑥旭町南地区区民館▶**内容:**④水っていいな⑤きちっと平泳ぎ⑥泳げるようになりたい▶**定員:**④25名⑤⑥各8名(申込順)▶**費用:**8,000円 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課管理係☎5984-1372●小学生・女性サッカー教室▶**対**

象:④新小学3～6年生⑤中学生以上の女性▶**日時:**4月～来年3月の月1回日曜午前9時30分～11時30分【12日制】▶**場所:**練馬総合運動場▶**定員:**各30名(申込順)▶**費用:**④5,000円⑤6,000円 ※事前の申し込みが必要です。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:**スポーツ振興課管理係☎5984-1372●SSC上石神井の教室 ①②とも▶**場所:**上石神井体育館▶**申込:**往復ハガキまたはファクスで①教室名(①②の別も)②住所③氏名④学年(学生のみ)⑤性別⑥電話番号を、3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(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)①剣道教室▶**対象:**小学生以上の方▶**日時:**4月6日(日)からの毎日曜午前9時30分～正午▶**定員:**20名(申込順)▶**月会費:**2,000円②ジュニアフットサル教室▶**対象:**小学生▶**日時:**4月5日(土)からの毎土曜午前9時30分～正午▶**定員:**30名(申込順)▶**月会費:**3,000円●練馬交響楽団団員募集オーディション▶**対象:**区内在住・在勤(在学)の15歳以上(中学生を除く)で、オーケストラで演奏する技術があり、毎金曜午後7時から練馬文化センターで行う練習に参加できる方▶**日時:**4月11日(金)午後7時から▶**場所:**練馬文化センター▶**内容:**課題曲の演奏 ※曲目はお問い合わせください。▶**募集パート:**バイオリン、ピアノ、チェロ、コントラバス、ファゴット、トランペット、テナートロンボーン▶**申込:**4月10日(木)午後5時までに電話で練馬交響楽団オーディション受付☎090-8949-0199

個人情報については、削除してあります。



講座・講演会

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:**3月8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

練馬の郷土芸能
お囃子を楽しもう

▶ **日時:**3月23日(日)午後2時～3時30分 ▶ **場所:**石神井公園ふるさと文化館 ▶ **内容:**解説を聞きながら、南田中囃子保存会・上石神井囃子連のお囃子を楽しむ ▶ **講師:**練馬区民俗芸能協議会会長／渡邊雍重 ▶ **定員:**100名(申込順) ▶ **申込:**電話で石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

早朝の植物観察会

▶ **日時:**3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

サクラの観察会

▶ **日時:**3月27日(木)午前9時30分～正午 ▶ **場所:**花とみどりの相談所周辺の公園 ▶ **内容:**サクラの種類と見分け方を講義と観察で学ぶ ▶ **定員:**

20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電話番号を記入の上、3月12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

ツバキの観察会

▶ **日時:**3月29日(土)午前10時～正午 ▶ **場所:**花とみどりの相談所など ▶ **内容:**ツバキの種類の見分け方などを講義と観察で学ぶ ▶ **講師:**日本ツバキ協会副会長／小門廣 ▶ **定員:**20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電話番号を記入の上、3月12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

かたくり福祉作業所を知る講座～障害のある方と共に、地域で暮らしていくには

▶ **日時:**3月9日(日)午前10時～正午 ▶ **場所:**かたくり福祉作業所 ▶ **内容:**施設紹介、作業体験など ▶ **申込:**電話でかたくり福祉作業所 ☎5387-4610

いきいき地域活動講座

▶ **対象:**これから地域活動を始めた方 ▶ **日時:**3月25日(火)午後1時30分～4時30分 ▶ **場所:**区役所本庁舎19階 ▶ **内容:**地域活動の始め方や仲間づくりなどについて、講義やワークショップ形式で学ぶ ▶ **講師:**シニアライフアドバイザー／松本すみ子 ▶ **定員:**30名(申込順) ▶ **申込:**3月20日(木)までに電話で地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039

日本庭園の歴史とデザインを学ぼう

▶ **対象:**区内在住の中学生以上の方

▶ **日時:**3月15日(土)午後1時30分～3時 ▶ **場所:**向山庭園 ▶ **内容:**講義 ▶ **講師:**恵泉女学園大学准教授／宮内泰之 ▶ **定員:**30名(申込順) ▶ **費用:**300円 ▶ **申込:**電話で向山庭園 ☎3926-7810

ダンボールコンポストで
生ごみ堆肥作り

▶ **対象:**18歳以上の方 ▶ **日時:**3月18日(火)午後1時30分～3時30分 ▶ **場所:**春日町リサイクルセンター ▶ **定員:**12名(申込順) ▶ **材料費:**200円 ▶ **持ち物:**軍手 ▶ **申込:**電話で春日町リサイクルセンター ☎3926-2501

よくわかる相続の基礎知識

▶ **日時:**3月21日(祝)午後2時～4時 ▶ **場所:**南田中図書館 ▶ **内容:**相続税の改正のポイントなどを学ぶ ▶ **講師:**行政書士／三輪鉄郎 ▶ **定員:**40名(申込順) ▶ **申込:**電話で南田中図書館 ☎5393-2411

清水山のカタクリを
観賞しましょう

▶ **対象:**18歳以上の方 ▶ **日時:**3月28日(金)午前9時30分～正午 ▶ **場所:**清水山憩いの森(大泉町1-6) ▶ **定員:**20名(申込順) ▶ **申込:**電話で関町リサイクルセンター ☎3594-5351

美術館を楽しむワークショップ「春のみじたく 葉っぱで染めた糸で刺繍」

▶ **対象:**小学生以上の方 ▶ **日時:**3月30日(日)午前10時30分～午後4時 ▶ **場所:**練馬区立美術館 ▶ **内容:**草木染めした糸で布に刺繍し、アクセサリを作る ▶ **講師:**布作家／奥田早織 ▶ **定員:**20名(抽選) ▶ **材料費:**500

円 ▶ **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、3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



催し

卒業記念ビブリオバトル

▶ **日時:**3月16日(日)午前9時30分～11時30分 ▶ **場所:**南田中図書館 ▶ **内容:**ビブリオバトルの楽しみ方についての講演後、発表者が推薦したい本を紹介し、観戦者の投票により「チャンプ本」を決定する ▶ **講師:**立命館大学情報理工学部准教授／谷口忠大 ▶ **定員:**発表者…中学生5名、観戦者…35名(いずれも申込順) ▶ **申込:**電話で南田中図書館 ☎5393-2411

認知症予防自主活動グループ
の活動報告展示会

▶ **日時:**3月11日(火)午前10時～午後8時、12日(水)午前8時45分～午後4時 ▶ **場所:**区役所アトリウム ▶ **内容:**活動風景や作成した冊子などの展示 ▶ **問合せ:**介護予防係 ☎5984-4596

春爛漫大泉寄席

▶ **対象:**小学生以上の方 ▶ **日時:**3月21日(祝)午後2時～4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

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。

献血にご協力を

● **光が丘公園売店前** ▶ **日時:**3月9日(日)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分 ▶ **問合せ:**東京都赤十字血液センター 武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

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
● **認知症の状態にある人とのコミュニケーションの取り方** ▶ **日時:**3月7日(金)午後2時～4時 ▶ **場所:**グループホーム まささんの家(大泉学園町2-20-22) ▶ **内容:**講義 ▶ **定員:**15名(申込順) ▶ **申込:**電話でまささんの家 ☎5933-3317
● **負担のない車いすの使用方法と楽な移乗方法** ▶ **日時:**3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:**講義、実技 ▶ **定員:**15名(申込順) ▶ **申込:**電話で関町デイサービスセンター ☎3928-5030
● **家庭で役立つ! すり傷・ヤケドに有効な湿潤治療!!** ▶ **日時:**3月8日(土)午後1時30分～3時30分 ▶ **場所:**練馬キングス・ガーデン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:**電話で練馬キングス・ガーデンデイサービスセンター ☎5399-5315
● **安全な立ち上がりと腰痛予防** ▶ **日**

時:3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
● **言語リハビリ教室** ▶ **日時:**3月15日(土)午後2時～4時 ▶ **場所:**大泉デイサービスセンター ▶ **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
● **からだに負担のかからない介護技術を学ぼう** ▶ **日時:**3月15日(土)午後1時30分～3時30分 ▶ **場所:**高松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:**電話で高松デイサービスセンター ☎3995-5107
● **知っておこう! 認知症の方の介護～長く自宅生活していくために** ▶ **日時:**3月15日(土)午後2時～4時 ▶ **場所:**錦デイサービスセンター ▶ **内容:**講義 ▶ **定員:**15名(申込順) ▶ **申込:**電話で錦デイサービスセンター ☎3937-5031
● **認知症の早期発見と脳リハビリ(脳活性化)** ▶ **日時:**3月15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:**15名(先着順) ▶ **申込:**当日会場受け付け
● **嚥下(えんげ)障害のリハビリテーションと予防** ▶ **日時:**3月15日(土)午後2時～4時 ▶ **場所・問合せ:**介護老人保健施設ミレニアム桜台 ☎5946-5508 ▶ **内容:**講義 ▶ **定員:**30名(先着順) ▶ **申込:**当日会場受け付け
● **高齢者の消費生活のトラブルを早期発見するために** ▶ **日時:**3月16日(日)午前10時～正午 ▶ **場所:**豊玉南しあわせの里デイサービスセンター ▶ **内容:**講義 ▶ **定員:**20名(申込順) ▶

申込:電話で豊玉南しあわせの里デイサービスセンター ☎5946-2323
● **介護の悩み相談会** ▶ **日時:**3月16日(日)午後1時30分～3時30分 ▶ **場所:**大泉学園デイサービスセンター ▶ **定員:**20名(申込順) ▶ **申込:**電話で大泉学園デイサービスセンター ☎5933-0742
● **常備野菜を使った買い物いらずの簡単メニュー** ▶ **日時:**3月20日(木)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:**調理実習 ▶ **定員:**10名(申込順) ▶ **申込:**電話で土支田デイサービスセンター ☎5387-6760
● **高齢者向け住まいの種類と選び方** ▶ **日時:**3月22日(土)午前10時～正午 ▶ **場所:**練馬デイサービスセンター ▶ **内容:**講義 ▶ **定員:**30名(申込順) ▶ **申込:**電話で練馬デイサービスセンター ☎5984-1701

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:**3月1日(土)午前10時～午後7時
● **南ヶ丘商店街** ▶ **日時:**3月7日(金)午前9時から
● **サンツ中村橋商店街** ▶ **日時:**3月8日(土)午後4時～7時
● **光が丘IMA南館前** ▶ **日時:**3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。事前の申し込みが必要です。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:**育成支援係 ☎5984-1292
● **ミニミニ額(8cm角)2つに押し花をデザインしよう!!** ▶ **対象:**5歳児～

中学生 ※小学2年以下のおひさんは保護者同伴。 ▶ **日時:**3月15日(土)午前10時30分～11時30分 ▶ **場所:**光が丘図書館 ▶ **定員:**40名(申込順) ▶ **材料費**など:500円
● **わらべうたとあそぼう子どもといっしょに** ▶ **対象:**0～5歳児と保護者 ▶ **日時:**3月18日(火)午前10時15分～正午 ▶ **場所:**男女共同参画センターえーる ▶ **定員:**20組(申込順) ▶ **資料代**など:1組500円
● **ターザンロープと大なわとび** ▶ **対象:**小学1～5年生と保護者 ▶ **日時:**3月22日(土)午前9時30分西武池袋線大泉学園駅集合～正午同所解散 ▶ **場所:**みどりの広場(東大泉7-26) ▶ **定員:**40名(申込順) ▶ **保険料**など:60円

ねりまイクメン講座

区内の団体に委託して実施。事前の申し込みが必要です。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:**育成支援係 ☎5984-1292
● **家族で参加「食べる力のある子に育てる離乳食～ステップアップ講座」** ▶ **対象:**0～1歳児の保護者、出産を控えた夫婦 ▶ **日時:**3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(3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
● **北町ふれあい公園**(北町2-17-6) ▶ **日時:**3月9日(日)午前10時～正午(雨天中止)

個人情報については、削除してあります。



毎回多くの方が訪れ、笑い声が北町寄席に響きます

～人が地域を育て、地域が人を育てる～

ねりま人 17

亡き師と
心で対話しながら磨く芸

柳家小きんさん
落語家



プロフィール

やなぎやこきん 昭和42年に駒込で生まれ、7歳から向山在住。18歳の時、実父でもある六代目柳家つば女に芸名小助で入門。22歳で二つ目に昇進し、小きん(十一代)に改名。31歳で真打に昇進。柳家の十八番である『時そば』などの滑稽話はもちろん、人情ものやサスペンスものにも定評がある。

ご苦労があつてはじめて成り立つんです」と感謝の気持ちを語る小きんさん。北町寄席の雰囲気、温かな話しぶりが評判です。

落語家を志す

「高年齢者でも気軽にに行ける地域の身近な寄席として、奇数月の第3土曜に開催している北町寄席。そこで高座を務めるのは向山在住の落語家・柳家小きんさんです。」

「世話人が手弁当で協力してくださる、練馬ならではの温かい寄席です。高座の設営から座布団敷きまで皆さんの

「怒られたらまず土下座。そして目の動きだけで師匠が何を望んでいるかを察知しなければなりません。空気を読む力が身に付くと、自然に空気を交える力も身につくんです」

師匠の逆鱗(げきりん)に触れるのは、しくじった時よりも、隠れて手を抜いた時という、柳家一門に伝わる格言を教えてくださいました。

「『心よこしまなる者、噺家(はなしか)になるべからず』。これは四代目小きん師匠が残した言葉で、噺家たる者、バカでもいいから誠実で心根の善い人間であれという意味です」

師、つば女さんの10回忌を迎えますが、今でも多くのことを教えてくださいたいと言います。「あの時おっしゃったのはこういう意味だったんだと、今になって気付くことがとても多いです。師匠と心で対話をしながら、自分を磨き続けると肝心な場面で道を間違えないんです」

そして、いつか芸が追いついたら「七代目つば女」を襲名したいと思いを語ってくれました。

北町寄席
柳家小きん独演会
区報読者を優待します

日時: 3月15日(土)午後7時から(午後6時30分開場)

場所: 北町アートプラザ(北町2の35の4)

定員: 150名(先着順)

入場料: 当日券1000円

(前売り500円) ※「ねりま区報を見た」と受付で伝えると500円で入場できます。

問合せ: 後援会・斉藤 ☎3931・6902



この看板が目印です

※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)

優先 割引 小学生

7/17 木 松竹大歌舞伎
中村歌昇 改め三代目 中村又五郎襲名披露
中村種太郎 改め四代目 中村歌昇襲名披露



中村吉右衛門



種太郎改め中村歌昇

歌昇改め中村又五郎

【昼の部】午後1時30分開演 【夜の部】午後6時開演

出演 中村吉右衛門、中村又五郎、中村歌昇ほか
演目 双蝶々曲輪日記(ふたつちようちようくるわにつぎ)「角力場(すもうば)」、三代目 中村又五郎 四代目 中村歌昇「襲名披露 口上」、
「傾城反魂香(けいせいはんこんこう)」土佐将監閑居の場(とさのしょうげんかんきよのば)【昼夜共通演目】
入場料 一等席5,500円、二等席4,500円、三等席3,500円(全席指定)
※車いす席は、本人・付添者とも2,750円。
※残席がある場合のみ、当日の開場時間から学生券(半額)を販売(要学生証など)。

チケット予約・購入方法 電話予約…3月22日(土)午前10時から①
購入…3月23日(日)午前10時から①②③

※昼の部は保育あり(3カ月～未就学児対象。定員5名(申込順)。費用2,000円)。利用したい方は、チケット購入後に電話で(株)ポピンズ・遠藤 ☎3447-2292。

チケット予約・購入はこちらで

- 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。

練馬文化センター(小ホール)

第132回練馬区民寄席

割引 小学生

4/18 金 馬風・澤孝子・菊之丞

午後6時30分開演
出演 鈴々舎馬風、澤孝子(浪曲)、古今亭菊之丞ほか
入場料 3,000円(全席指定) ※車いす席は、本人・付添者とも1,500円。



鈴々舎馬風

チケット購入方法 ①②③で発売中

練馬文化センター(小ホール)

割引 小学生

6/13 金 歌舞伎プレセミナー

元NHKアナウンサーで古典芸能解説者の葛西聖司さんが、歌舞伎の基礎知識や魅力、見どころを分かりやすく解説します。
午後7時開演
講師 葛西聖司
入場料 500円(全席自由)
※車いす席は、本人・付添者とも250円。



葛西聖司

チケット予約・購入方法 電話予約…3月22日(土)午前10時から①
購入…3月23日(日)午前10時から①②③

練馬文化センター(大ホール)

割引 小学生

7/13 日 練馬交響楽団 第59回 定期演奏会

午後2時開演
出演 小森康弘(指揮)、練馬交響楽団(管弦楽)
曲目 ムソルグスキー(ラヴェル編曲)／組曲「展覧会の絵」、ブルックナー／交響曲第4番変ホ長調「ロマンティック」
※曲目は都合により変更される場合があります。
入場料 1,000円(全席自由) ※車いす席は、本人・付添者とも500円。



小森康弘

チケット予約・購入方法 購入…3月14日(金)午前10時から①②③

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。

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

乳幼児も入場できません。

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。