

関根さん親子が「親と子のよい歯のコンクール」で優秀賞

高野台在住の関根千佐也さん、千太郎くん、舞海ちゃんは、「平成25年度8020・すこやか家族(東京都実施)」で第1位に選出されました。さらに東京都代表として進出した「親と子のよい歯のコンクール(厚生労働省・日本歯科医師会主催)」では、優秀賞を受賞しました。

ねりま 区報

12/1

平成25年(2013年) 第1667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

- あなたの声を区政に 2面
- 滞納処分を強化しています 3面
- 区民・産業プラザ施設の利用登録を1月8日(水)から開始 4面

目次

- ・お知らせ/働く/国民健康保険/国民年金 5面
- ・税/住まい・まちづくり/障害のある方/事業者向け/お休みします/高齢者/子ども・教育/健康・衛生/スポーツ 8・9面
- ・講座・講演会/催し 10・11面

健康家族



歯みがき大好き



6・7面で「お口の健康特集」

歯周病が体全体に与える影響や歯周病予防のポイント、効果的な歯磨きの方法などを紹介します。

ゆるキャラ® グランプリ2013での
ねり丸への応援ありがとうございました!

全国各地のキャラクター1500体以上がエントリーしたゆるキャラ®グランプリ2013で、練馬区公式アニメキャラクターねり丸が、皆さまの応援のおかげで前回から大きく順位を上げ、総合45位になりました。

今回は、区内外の駅やさまざまなイベントでPR活動を行い、多くの皆さまと触れ合うことができました。

今後練馬の魅力を全国に発信するため、ねり丸は頑張りますので、応援をよろしくお願います。

問合せ: アニメ産業振興係
☎5984・1276



みんなの応援で
45位になれたねり丸!

ねり丸©練馬区

障害者週間の催し

いずれも入場無料

12月3日～9日は障害者週間です。今回、週間に合わせてフェスティバルや作品展などを行います。ぜひ、お越しください。▼問合せ: 障害者施策推進課管理係 ☎5984・4598 ☎5984・1215

12月7日(土)

光が丘区民センター2・3階とその周辺

障害者フェスティバル 2013

障害のある方とない方の交流を深めるフェスティバルです。
▼日時: 12月7日(土)午前10時～午後3時(雨天決行)

■舞台発表・作品展など

区内の福祉団体や障害者施設の利用者が、歌や踊りなどを披露します。また、日頃制作している絵画、陶芸、手芸などの作品を展示します。

■模擬店など

やきそばや綿あめ、施設で作った自主製品などを販売します。

■スタンプラリー

スタンプを集めた方に景品を差し上げます(なくなり次第終了)。

■防災体験など

AED(自動体外式除細動器)の使用訓練や起震車による地震体験訓練を行います。

障害者福祉大会 同時開催

地域で活躍している障害のある方や、障害者福祉の向上に功績のあった方などを表彰します。
▼日時: 12月7日(土)午前10時～10時50分

12月11日(水)～15日(日)

練馬区立美術館

障害者ふれあい作品展

区内の障害者施設の利用者などが制作した絵画や陶芸作品などを展示します。▼日時: 12月11日(水)～15日(日)午前10時～午後6時(15日は午後3時まで) ※入館は閉館の30分前まで。

あなたの声を区政に

区では、広く区民の皆さまのご意見・ご要望をお聴きし、区政運営に反映させるよう努めています。平成24年度には、皆さまから1944件のご意見が寄せられました。ここでは、その一部を紹介いたします。区民本位の区政を進めるため、あなたの「声」をお聴かせください。 ※皆さまから寄せられた「声」の一部を区ホームページ「区政へのご意見(メール)」に掲載しています。

問合せ
広聴担当係
☎5984-4501

防災の無線放送塔の放送が聞こえない

Q 防災の無線放送塔から発信する緊急放送が聞こえません。昨年も申し出ましたが、改善されていないので、対応してください。

また、放送内容については、防災行政無線電話自動応答サービス☎0120・707・111(通話料無料)で確認できます。

A 現在、無線放送塔は191カ所に設置されています。しかし、建物が多い都市部では音声が入り、聞こえにくい場合があります。区では、音声が入り、聞こえにくい場所の解消を図るため、音声到達調査などに取り組み、今後これに基づき放送するため、区内全域へ明瞭に放送することが困難です。送塔の増設を検討します。



191カ所に設置している無線放送塔

図書館の予約・検索システムが使いづらい

Q 図書館の予約・検索システムは、昨年までのシステムに比べて使いづらいと思います。このシステムを採用した理由・入れ替えの目的を教えてください。

案)方式により選定しました。目的は達成しましたが、一方で新システムの使い勝手について多くのご意見・ご要望をいただいています。引き続き、改善に努めます。

A 25年1月に更新した新しい図書館システムは、耐用年数に達した機器の更新に合わせ、新しい機能の追加、セキュリティの強化、青少年向けページ

の新設、経費の削減などを目的に導入しました。その際、貸し出し数が多く、予約の利用率が高い自治体で導入実績のあるシステムを導入しました。

なぜ練馬区は暑いのか

Q 練馬区は東京都の中で気温が高いが、その理由を教えてください。



石神井台にあるアメダス練馬観測所

A 練馬区の気温が高く、ヒートアイランド現象により都心にできた高温の空気が、東京湾からの海風に押

し流されてくるのが考えられています。この高温の空気は、中野区、杉並区など広い範囲に流れ込んでいますが、東京

給食時のアレルギー症状への対応にはらつきがあるのでは

Q 食物アレルギーの児童は、給食によるアナフィラキシー症状を起こすことがあります。その場合、緊急搬送などの処置は校長などの現場判断になっていますが、判断者によって差が出るので、区で基準を設けてください。

基準を定め、各学校で統一的に対応できる体制を整えました。今後も全ての区立学校教職員がアレルギーに対する

A 各学校でより安全で効果的に食物アレルギーへの対応するため、25年10月に「学校管理下における食物アレルギー等対応

の手引」を作成しました。緊急時は手引別冊「食物アレルギー緊急時対応マニュアル」に基づき対応することとし、救急搬送する

カタクリを守ってほしい

Q 憩いの森でカタクリを見ってきました。手入れをしているボランティアの方に感謝しています。カタクリを守るため、カタクリの花カードを売るなどして、道やベンチの整備に充てたらどうでしょうか。



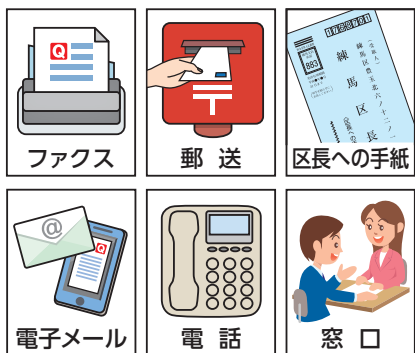
例年カタクリの花の見頃は3月下旬~4月上旬です

A 清水山憩いの森では、カタクリの開花時期に募金を設置し、毎年多くのの方に募金をいただいています。その際、ささやか

ですが、カタクリの写真などをお渡ししています。協力いただきました募金は「練馬みどりの葉っぱい基金」として区のみどりを守るために活用しています。また、清水山憩いの森については、カタクリの保全を目的とした公園整備を進めています。

さまざまな方法で皆さまの「声」を受け付けています

より良い区政運営のため左記の方法でご意見・ご要望をお寄せください。



「区長への手紙」(料金受取人払いの専用封筒)は区立施設や区内各駅に備えています。いただいたご意見・ご要望は、区長の指示により担当する課が責任をもって対応し、区の仕事を進める上で参考にさせていただきます。

電子メールで直接、担当する課に送付できます。

区ホームページ「区政情報」の「組織と業務案内」から各課に電子メールを送ることもできます。担当する課が分かる場合にご利用ください。

ご意見・ご要望の送付先

〒176-8501 区役所内
広聴担当係(本庁舎2階)
☎5984-4501 ☎3993-4106
電子メール kocho@city.nerima.tokyo.jp



滞納処分を強化しています

12月は「オール東京滞納STOP強化月間」です。この期間は、東京都と区市町村が、さまざまな徴収対策を集中して実施します。区では、12月12日(木)に平成24年度分以前の滞納がある方に対し、一斉に催告書を発送します。また、都では、24年度分以前の固定資産税などの滞納がある方を中心に、財産の差し押さえなどの滞納処分を実施します。

住民税をはじめとする税金は、区民サービスを提供するための重要な財源となっています。税金は、期限を守って忘れずに納めましょう。



滞納処分のため、滞納者宅で捜索を行っている様子(写真はイメージです)

問合せ

- 納税相談に関すること
〒176・179地域の方…収納課収納練馬係 ☎5984-4547
〒177・178地域の方…収納課収納石神井係 ☎3995-1106
- 納付方法などに関すること
収納課納税係 ☎5984-4542

病気や失業などやむを得ない事情で納期限内の納付が困難な方は、必ず収納課に連絡してください。事情を伺った上で、支払い方法の相談に応じます。

税金を滞納したまま放置すると延滞金(年14.6%)が徴収されます。また、差し押さえなどの滞納処分の対象となり、社会的信用を失うことにもなりますので、必ず相談してください。

休日の臨時納税相談窓口を開設

平日に相談に来ることが難しい方は、ぜひご利用ください。 ※事前の申し込みは不要です。▶日時:12月8日(日) 午前9時~午後4時▶場所:収納課(区役所本庁舎4階)

納付が困難な方はまず相談してください!

24年度の住民税(特別区民税)現年の収入未済額(※)は、約14億5千万円にものぼります。住民税の滞納は、区の財政を圧迫し、区民サービスに支障をきたすことになり

かねません。また、住民税をきちんと納付している大多数(住民税現年収納率97.4%)の納税者との公平性を欠くこととなります。このため、収入や財産があるにもかかわらず住民税

を納めない悪質な滞納者に対し、財産の差し押さえなどの滞納処分を強化していきます。 ※収入未済額:当該年度に納入されず、翌年度に繰り越す金額(滞納額)。

昨年度の住民税滞納額は約14億5千万円!

滞納処分の流れ

督促・催告

納期限までに納付がない場合は、督促状や納税案内センターからの電話による督促・催告を行います。区の訪問収納員が滞納者宅を訪問する場合があります。

財産調査

官公署・金融機関・勤務先などに対して、法律に基づき財産調査を行います。

財産の差し押さえ

督促・催告後も納付や相談がない場合は、未納額に応じて預貯金・給与・不動産などの差し押さえを行います。住居などに立ち入って捜索を行い、その場で財産を差し押さえることもあります。



タイヤロック(車輪止め)を装着し、自動車などを差し押さえます

換価

財産を差し押さえた後も納付されない場合は、給与の取り立てや不動産の公売などを行い、その金額を未納額に充てます。

税の滞納NOQ&A

財産の差し押さえに遭わないために

Q 平日に窓口に行く時間がなくて、ついつい滞納してしまおう…

A 住民税は24時間納付できます

住民税は、区の窓口や金融機関での納付のほか、区民の皆さまの生活スタイルに合わせたさまざまな納付方法を用意しています。納付書1枚当たりの納付額が30万円以下であれば、コンビニエンスストアで休日・夜間でも納付できます。また、口座振替なら、一度手続きをすれば納期限の日に引き落とさ



コンビニエンスストアで納付できるのは、納付用バーコードが印字されている納付書のみです

Q 無断で個人の財産を調べるのは、プライバシーの侵害では?

A 財産調査は個人情報保護法には抵触しません

税金を滞納すると、法律に基づき全ての財産に対する調査権が発生します。官公署、金融機関、勤務先などの関係機関は、調査に協力しなければなりません。

Q 事前連絡や承諾なしに財産が差し押さえられた。こんなことが許されるの?

A 本人に対して事前の連絡や同意は必要ありません

法律では、納期限が過ぎた後、督促状を発送し、完納されない場合には、財産の差し押さえをしなければならぬと定めています。

区民・産業プラザ

施設の利用登録を1月8日(水)から開始

4月に練馬駅北口区有地(練馬1の17の1)にできる複合施設「Coconeri」(コネリ)の3・4階に、区民・産業プラザが開設します。開設に先立ち、施設の利用登録の受け

施設概要

区民・産業プラザは、練馬産業振興センター、区民交流ホール(Coconeri)、区民協働交流センターの総称です。研修や会議などに利用できる「研修室」、各種イベントなどに利用できる「産業イベントコーナー」、パーティーや講演会などに利用できる「Coconeri

利用方法

①区民・産業プラザ予約システムへ事前の登録が必要です。登録の申請は、1月8日(水)から受け付けます。なお、登録の際に

②施設の利用申し込み

「区民・産業プラザ予約システム」へ事前の登録が必要です。登録の申請は、1月8日(水)から受け付けます。なお、登録の際に

問合せ
産業施設担当係
☎5984・4754

施設	()は定員	9:00~12:00	13:00~17:00	18:00~22:00
研修室 1	① 94㎡(54名)	2,400円	3,200円	3,200円
	② 86㎡(54名)	2,400円	3,200円	3,200円
研修室 2	① 72㎡(45名)	1,800円	2,400円	2,400円
	② 35㎡(24名)	900円	1,200円	1,200円
研修室 3	59㎡(24名)	1,500円	2,000円	2,000円
研修室 4	53㎡(24名)	1,500円	2,000円	2,000円
研修室 5	52㎡(24名)	1,500円	2,000円	2,000円
産業イベントコーナー 200㎡	区内産業振興を目的に使用する場合	平日は全日(9:00~22:00)11,700円 土・日曜、祝休日は全日(9:00~22:00)14,000円		
	上記以外の目的で使用する場合	平日は全日(9:00~22:00)23,400円 土・日曜、祝休日は全日(9:00~22:00)28,000円		

※研修室1・2は、①②を併せての利用を優先します。
※区外の方が施設を利用する場合、使用料が50%増しになります。

施設	()は定員	9:00~12:00		13:00~17:00		18:00~22:00	
		平日	土・日曜、祝休日	平日	土・日曜、祝休日	平日	土・日曜、祝休日
ホール 530㎡	①	8,400円	10,000円	14,000円	16,800円	16,800円	20,100円
	②	8,400円	10,000円	14,000円	16,800円	16,800円	20,100円
	③	8,400円	10,000円	14,000円	16,800円	16,800円	20,100円

※定員は、パーティー利用が立食350名・着席160名、講演会利用が300名です。
※①②③を併せての利用を優先します。
※入場料などを徴収するときや、販売の目的で利用するときは、使用料が20%増しになります。
※区外の方が施設を利用する場合、使用料が50%増しになります。

施設	()は定員	9:00~12:00	13:00~17:00	18:00~22:00
多目的室 1	28㎡(16名)	600円	800円	800円
多目的室 2	28㎡(16名)	600円	800円	800円

12月1日~7日はTOKYO 交通安全安全キャンペーン

年末は交通量が増え、交通事故を防ぎましょう。▼問合せ:安全対策係 ☎5984・1309

- 信号を守って横断歩道を渡りましょう
- 運転中、携帯電話・スマートフォンは使用してはいけません
- お酒を飲んだら運転してはいけません
- スピードの出し過ぎに注意しましょう
- 短時間でも駐車場を利用しましょう



消費生活アドバイス カレンダーを配布

契約トラブルなどに遭わないために知っておきたい情報を掲載したカレンダー(縦42cm×横29.7cm)を配布します。※配布枚数は1人1冊です。▼配布場所:光が丘・大泉区民事務所、出張所(上石神井を除く)、福祉事務所、図書館、敬老館、高齢者センター、男女共同参画センターえーる、石神井庁舎1階案内、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)など▼問合せ:消費生活係 ☎5910・3089

年末のごみ出しは 分別方法を守ってお早めに

年末に資源やごみの排出が集中すると、作業に支障が出る可能性があります。分別方法を守って早めに出しましょう。



分別方法など詳しくは、集積所の掲示、区民事務所や出張所で配布しているパンフレット「資源・ごみの分け方と出し方(II写真)」、区ホームページ「ごみ・リサイクル」で確認できます。

問合せ
〒176・179地域の方…
練馬清掃事務所 ☎3992-7141
〒177・178地域の方…
石神井清掃事務所 ☎3928-1353

12月1日は世界エイズデーです 無料・匿名でHIV検査を 行っています

問合せ 感染症指導係 ☎5984・4671

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)によって起こり、血液などから感染する病気です。HIVに感染すると免疫力が弱くなり、健康なときには問題のない病気でも重症になることがあります。この発病した状態をエイズといい、HIV感染後、治療しないと10年前後で発病するといわれています。

▼日時:12月8日(日)までの午前8時45分~午後8時
▼場所:区役所本庁舎2階通路

HIVは早期発見・治療により発病するまでの期間を延ばすことができます。感染は血液検査をしないと分かりません。区と東京都は、無料・匿名で検査を行っています。

エイズの相談・検査の問い合わせ先

- 豊玉保健相談所 ☎3992-1188(相談・検査の予約受付…平日午前8時30分~午後5時) ※HIV抗体検査は月1回実施。
- 東京都南新宿検査・相談室(渋谷区代々木2-7-8 東京南新宿ビル3階) ☎3377-0811(検査の予約受付…平日午後3時30分~7時、土・日曜午後1時~4時30分。祝休日を除く)

カラスを増やさないために ごみの収集日・出し方を 守りましょう

生ごみは、カラスの餌になります。防鳥用ネットをかけるなどの工夫をするとともに、ごみの収集日と分別方法を守りましょう。区は、希望する方に防鳥用ネットを貸し出しています。



カラスの巣の撤去について
まち美化推進係 ☎5984-4709
防鳥用ネットの貸し出しについて
〒176・179地域の方…
練馬清掃事務所 ☎3992-7141
〒177・178地域の方…
石神井清掃事務所 ☎3928-1353

レッドリボン、エイズ患者の方を理解し、支援する意思を示すシンボルマークです





お知らせ

消費生活展実行委員会の
参加団体を募集

消費生活展は、消費者問題に取り組んでいる区内団体の活動成果の発表と地域の方との交流の場として、毎年2回実施しています。今回、実行委員会に参加する団体を募集します。暮らしに関するさまざまな問題に取り組んでいる団体や、消費者問題に関心のある団体は、ぜひご参加ください。▶**申込**:12月27日(金)までに電話で消費生活係☎5910-3089

「歳末たすけあい運動」募金にご協力

練馬区社会福祉協議会は、12月31日(火)まで、町会連合会、民生児童委員協議会と共に募金活動を行います。この募金は、福祉活動団体への助成事業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。募金は、練馬区社会福祉協議会(区役所東庁舎3階)のほか、郵便振り込みなどでも受け付けます。▶**問合せ**:練馬区社会福祉協議会☎3992-5600

練馬区社会福祉協議会
助成事業申請団体を募集

歳末たすけあい運動の募金を活用して助成します。助成は、区民を対象にした福祉啓発事業や人材育成事業などに対して行います。 ※3団体以上の共催事業にも助成します。▶**対象**:区内で3年以上福祉活動を行う非営利の団体・施設など▶**助成額**:1事業につき上限20万円(共催事業は30万円)▶**申込**:練馬区社会福祉協議会(区役所東庁舎3階)や練馬区社会福祉協議会ホームページ(<http://www.neri-shakyo.com/>)などにある申請用紙に必要事項を記入の上、1月15日(水)までに練馬区社会福祉協議会へ持参してください▶**問合せ**:練馬区社会福祉協議会☎3992-5600

政治家の寄附は禁止されています

公職選挙法は、政治家(立候補予定者を含む)が選挙区内の方に金品を贈ることを禁止しており、違反した者は処罰されます。また、有権者が寄附を求めることも禁止しています。

〈罰則をもって禁止されている寄附に当たる行為の例〉

●病気見舞い●入学・卒業祝い●中元・歳暮●落成式・開店祝いの花輪・祝儀●結婚祝い・香典(本人が結婚式・葬式に出席しない場合)●地域の行事への寸志・飲食物の差し入れ など

年末年始に当たって、忘年会や新年会などに政治家が出席する場合、会費以上の金額を支払うことや、あいさつだけで退席するときに他の人と同じ会費を出すことも寄附に当たりますのでご注意ください。また、年賀状などのあいさつ状を出すことも、答礼のための自筆によるものを

除き禁止されています。寄附禁止のルールを守って明るい選挙を実現しましょう。▶**問合せ**:選挙管理委員会事務局☎5984-1399

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、9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**:12月3日(火)~6日(金)…選挙管理委員会事務局(区役所本庁舎16階)、7日(土)…区役所西庁舎1階 いずれも午前8時30分~午後5時▶**問合せ**:選挙管理委員会事務局☎5984-1399

電子証明書の申請はお早めに

12月~3月は、電子証明書(公的個人認証サービス)の発行窓口が、インターネットでの確定申告(イータックス)を希望する方で大変混雑します。電子証明書の申請は、平日午前8時30分~午後5時に練馬区民事務所で受け付けます。発行手続きには時間が掛かりますので、早めにおいでください。申請に必要な住民基本台帳カードをお持ちでない方は、午後4時までにおいでください。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。〈更新手続きをお忘れなく〉

電子証明書の有効期間は発行日から3年間です。

◎**申請先・問合せ**:練馬区民事務所(区役所本庁舎1階)☎5984-4528

働く

消費生活相談員【非常勤職員】

▶**対象**:パソコンの入力・操作ができる、次の①~③のいずれかの資格を有する方 ①国民生活センターが付与する消費生活専門相談員の資格②日本産業協会が付与する消費生活アドバイザーの資格③日本消費者協会が付与する消費生活コンサルタントの資格▶**場所**:消費生活センター(石神井公園区民交流センター内)▶**期間**:4月から1年間▶**勤務日時**:月~金曜午前9時~午後5時の間の6時間(週4日)▶**採用予定数**:1名(書類選考・面接)▶**報酬**:日額16,500円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込**:履歴書(写真添付)と作文(1,200字以内)、資格証の写しを、12月10日(必着)までに持参または郵送で〒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 ※作文のテーマ・様式は消費生活係へお問い合わせいただくか、区ホームページ「職員採用情報」をご覧ください。

学校事務補助員【非常勤職員】

▶**対象**:ワード・エクセルの基本的な操作ができる方▶**場所**:区立小中学校▶**期間**:4月から1年間▶**勤務時間**:午前8時15分~午後5時の間の7時間(月16日程度)▶**採用予定数**:10名程度(書類選考・実技選考・面接)▶**報酬**:日額7,700円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込**:履歴書(写真添付)と志望動機(400字程度。様式自由)を、12月13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

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▶**勤務場所**:区立小中学校▶**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)▶**採用予定数**:50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**:学務課(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(写真添付)と作文用紙に必要事項を記入の上、12月24日(必着)までに〒176-8501区役所内学務課特別支援教育担当係☎5984-4723 ※結果は1月下旬までに郵送で通知します。

課税事務補助【臨時職員】

▶**対象**:照合作業や窓口対応ができる方▶**場所**:区役所▶**期間**:①1月16日(水)~3月31日(月)②1月16日(水)~4月30日(水)③1月16日(水)~6月30日(月)▶**勤務日**:月~金曜(月18日以内)▶**勤務時間**:午前9時~午後5時▶**採用予定数**:①2名②6名③2名(書類選考・面接)▶**賃金**:時給880円 ※交通費は支給しません。 ※社会保険あり。▶**申込**:事前に電話で連絡の上、履歴書(写真添付)に希望する期間(①~③の別)を記入し、12月5日(水)までに本人が直接、税務課管理係(区役所本庁舎4階)☎5984-4532 ※応募者多数の場合、受付期間内でも終了する場合があります。

特別区(東京23区)職員採用
のための説明会・フォーラム

①②とも▶**場所**:國學院大学(渋谷区東4-10-28)▶**申込**:往復ハガキに①催し名(①②の別)②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤電話番号⑥希望職種⑦質問内容(説明会当日に聞いてみたいこと。50字以内)を記入の上、①12月18日②25日(消印有効)までに〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1 特別区人事委員会事務局任用課☎5210-9787 ※特別区人事委員会ホームページ(<http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>)からも申し込めます。

①特別区(東京23区)職員採用合同説明会

技術・専門職相談会も行います。▶**対象**:来年度以降の採用試験受験希望者▶**日時**:1月12日(日)午前10時~午後4時▶**定員**:4,000名程度(抽選)②特別区職員技術職採用フォーラム

▶**対象**:来年度以降の採用試験(土木・造園・建築・機械・電気)受験希望者▶**日時**:1月26日(日)午後0時50分~4時▶**内容**:試験の概要や技術職の仕事などを説明▶**定員**:500名程度(抽選)

防衛省・自衛隊採用セミナー

▶**対象**:大学生・大学院生、または

卒業後3年くらいまでの方▶**日時**:12月11日(水)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

中央・城北合同就職面接会

中央・城北地域の中小企業・団体など約40社による、合同就職面接会を開催します。ハローワークや東京しごとセンターのカウンセラーによる就職相談も行います。参加企業の一覧は、中央・城北職業能力開発センターホームページ(<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/vsdc/chuo/topic.html>)をご覧ください。▶**受付日時**:12月10日(火)午後0時30分~3時 ※入退場自由。▶**場所**:中央・城北職業能力開発センター板橋校(板橋区舟渡2-2-1)▶**持ち物**:希望企業数分の履歴書▶**申込**:当日会場受け付け▶**問合せ**:中央・城北職業能力開発センター☎5800-2611

国民健康保険

保険料は納期限までに
お支払いください

保険料は、加入者の医療費に充てる重要な財源です。保険料を滞納する方がいると、制度の運営維持ができなくなります。必ず納期限までにお支払いください。

〈保険料を滞納している世帯には次の①~③の措置を取ります〉

①**保険証の有効期間を短縮します**…滞納状況に応じて保険証の有効期間の短縮(6カ月以内)や、保険証に替えて資格証明書の発行を行います。資格証明書の場合、医療機関で支払う医療費が全額自己負担となり、後日7割分の払い戻し手続きが必要になります。

②**限度額適用認定証の発行が受けられません**…限度額適用認定証を医療機関に提示すると、医療費の自己負担額を少なくできます。保険料の滞納があると、原則、限度額適用認定証の発行が受けられません。

③**差し押さえなどの滞納処分を行います**…滞納が長期間続いた方に対しては、預貯金や生命保険などの財産の差し押さえを行う場合があります。 ※平成24年度は893件の差し押さえを実施しました。

◎**問合せ**:こくほ整理係(区役所本庁舎3階)☎5984-4560

国民年金

特別児童扶養手当を受けている
方が20歳になったら障害
基礎年金の請求を

特別児童扶養手当の対象となっているお子さんが20歳になると、障害基礎年金の請求ができます。必要書類などをお問い合わせの上、手続きをしてください。 ※所得や障害の程度により、障害基礎年金の対象とならない場合があります。▶**問合せ**:国民年金係☎5984-4561

お口の健康特集

歯周病、 こんなところにも 影響が！

区の歯科衛生士が
解説します

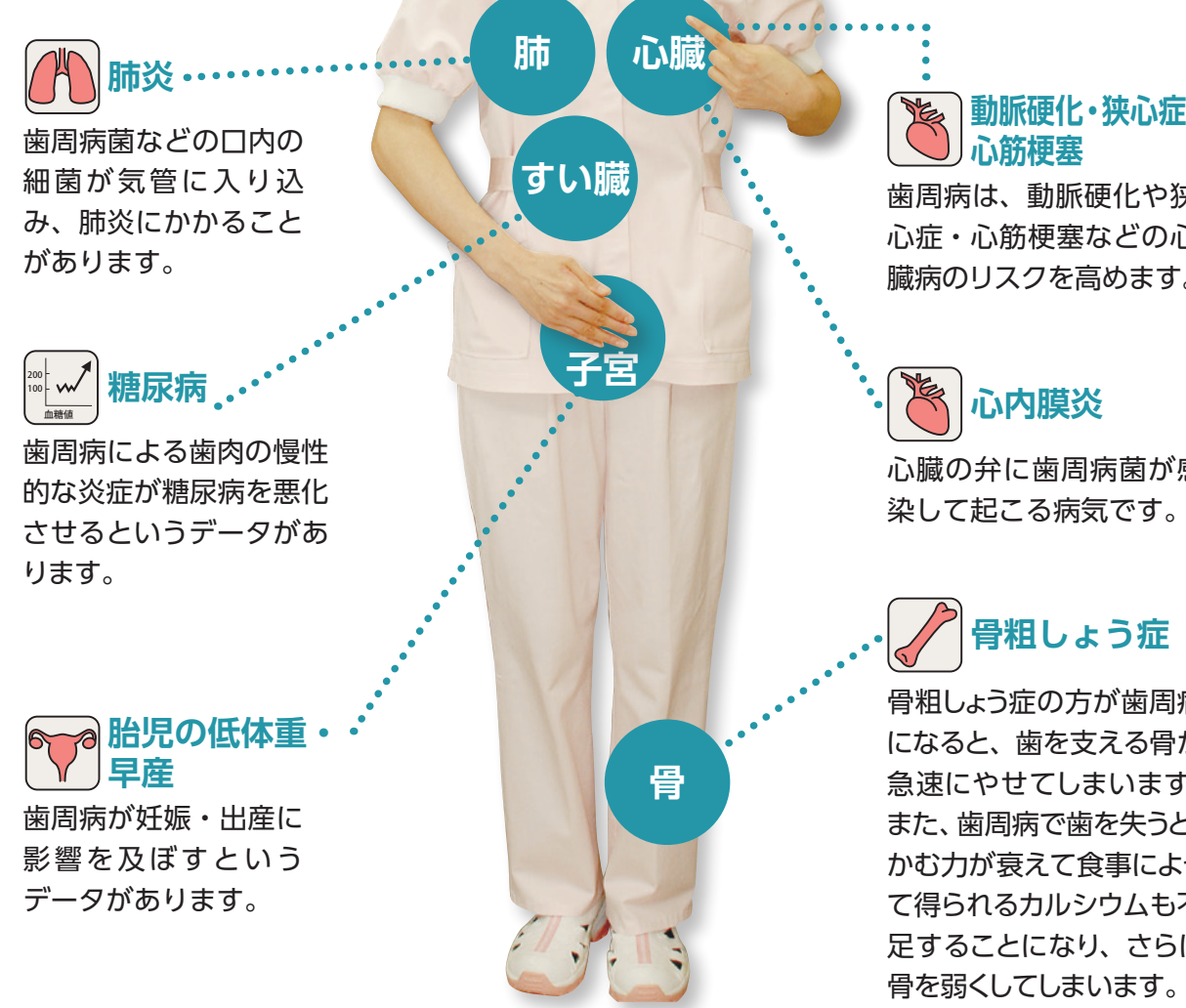
歯周病は
全身の健康に
影響を与えます

最近の研究で、歯周病が全身の健康に影響を与えることが分かってきました。歯周病を予防するためには、規則正しい生活習慣を心掛けるほか、食後の歯磨きで歯周病の原因となる歯垢(しこう)を取り除くことが大切です。

健康なお口で生き生きとした生活を送りましょう。

▼問合せ：歯科保健担当係 ☎5984・4682

歯周病菌が リスクを 高める病気



かかりやすく、気が付きにくい歯周病

こんな症状は
ありませんか？

- 朝起きた時に、口の中がネバネバする
- 歯磨きの時に出血する
- 硬いものがかみにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉が腫れることがある
- 歯肉が下がって、歯と歯の間に隙間ができてきた
- 歯がグラグラする



歯周病とは…

歯周病とは歯肉が腫れたり、歯を支える組織が壊れたりする歯の周りの病気です。歯周病の主な原因となるのは、歯垢の中にいる歯周病菌です。

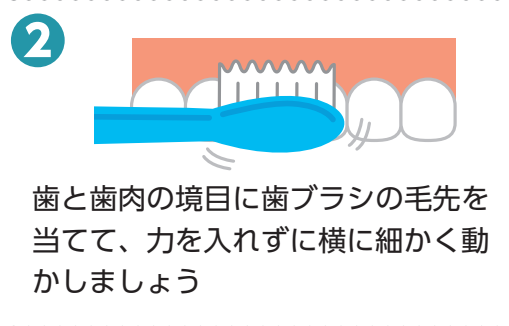
症状は？

初期症状として、歯肉が腫れたり、出血したりします。さらに進行すると、歯がぐらついて抜けてしまうこともあります。自覚症状が少なく、気が付いた時には進行していることもあるため注意が必要です。

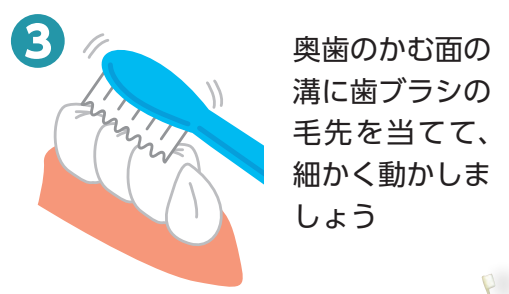
歯周病を予防するためのポイント



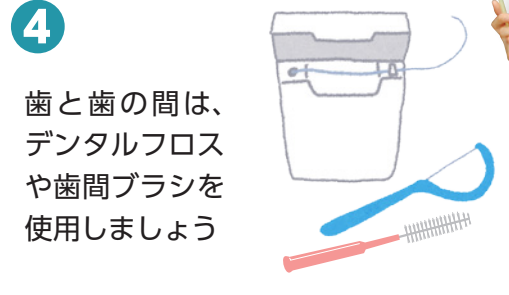
1 歯ブラシは、鉛筆と同じように持ちましょう



2 歯と歯肉の境目に歯ブラシの毛先を当てて、力を入れずに横に細かく動かしましょう



3 奥歯のかむ面の溝に歯ブラシの毛先を当てて、細かく動かしましょう



4 歯と歯の間は、デンタルフロスや歯間ブラシを使用しましょう

予防は歯磨きから！
きれいに歯垢を落とす
歯磨きの方法を教えます



食後の歯磨き

歯周病菌が潜む歯垢を、しっかりと取り除きましょう。

規則正しい生活習慣

バランスの良い食生活、適度な睡眠・運動を心がけましょう。

定期的な歯科健診

定期的に歯科健診・歯磨き指導を受けましょう。また、歯石が付きやすい場合は、定期的に除去しましょう。

禁煙

喫煙習慣は、歯の周りの組織の抵抗力を弱めます。

応援しています「歯と口の健康づくり」講座や健診、相談を実施

●講座に参加しませんか

保健相談所では、歯や口の健康づくりに関する講座を開催しています。ぜひ、ご参加ください。なお、今号でも8面「健康・衛生」の記事で、講座健康長寿はよく噛(かむ)ことから」を掲載しています。

●成人歯科健康診査を受診して歯周病とむし歯をチェック！

口腔内診査、総合判定、歯磨き指導を受けられます。対象となる30・40・45・50・60・70歳の方(来年3月31日現在)には、案内を送付しています。ぜひ受診しましょう。

●おとなの歯磨き相談「育児栄養歯科相談のご利用」

保健相談所では、毎月おとなの歯



育児栄養歯科相談では、歯磨き指導などが受けられます

磨き相談「育児栄養歯科相談」などを実施しています。歯科衛生士が相談に応じますので、お気軽にご利用ください。詳しい日程は、毎月21日号の区報をご覧ください。

高齢者は要注意！ 肺炎を防ぐために、お口を清潔にしましょう

口は肺への入り口です。汚れたままの口で生活を続けていると、高齢者は誤嚥性(ごえんせい)肺炎にかかりやすくなるので、注意が必要です。

＜予防のポイント＞

★普段から「食べたら磨く」を習慣にしましょう。さらに、寝る前の歯磨きは丁寧に行いましょう。

★汚れた入れ歯も肺炎の原因になります。汚れを落とし、寝る時は外しましょう。

★唾液を出すことが大切です。唾液には口の中の汚れを洗い流す働きがあります。「ねりま お口すっきり体操」の唾液腺マッサージを行いましょう(下記参照)。

習慣にしませんか?「ねりま お口すっきり体操」



口や肩・首のストレッチで食べ物を飲み込みやすくするほか、むせや口の渇きを予防し、お口のアンチエイジング(老化防止)にも効果のある体操です。

「ねりま お口すっきり体操」のリーフレットを、保健相談所、健康推進課(区役所東庁舎6階)で配布しています。

また、区ホームページ「暮らしのガイド」の「歯と口の健康」の「ねりま お口すっきり体操」から、体操の動画をご覧いただけます。

防災用品に歯科グッズ を入れましょう

災害時の避難所生活や水不足で口の中を清潔に保てないと、口内の細菌が体に悪影響を及ぼす可能性があります。非常用持出袋にデンタルリンス(液体歯磨き)と家族の人数分の歯ブラシを入れておきましょう。チャック付きのビニール袋に入れると便利です。



初心者のためのタブレット体験会

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方
▶**日時:**12月26日(木)午前10時～正午
▶**場所:**豊玉高齢者センター▶**講師:**NPO法人竹箒の会会員▶**定員:**14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、12月10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

健康長寿がえり教室

①～④とも▶**対象:**介護保険の認定を受けていない65歳以上の方▶**申込:**12月10日(火)までに電話で介護予防係☎5984-4596

①**運動・栄養・お口の教室～まる得!若がえり教室**▶**日時:**1月6日～3月31日の毎月曜午前10時～11時30分【1月13日を除く。12日制】▶**場所:**鶴の里ホール(羽沢3-36-16)▶**内容:**講義、運動実技▶**定員:**10名(抽選)▶**費用:**1,000円

②**お口の教室～しっかり噛(か)んで元気応援教室**▶**日時:**①1月7日・21日、2月4日・18日、3月4日・18日の火曜②1月8日・22日、2月5日・19日、3月5日・19日の水曜③1月9日・23日、2月6日・20日、3月6日・20日の木曜④1月16日・30日、2月13日・27日、3月13日・27日の木曜 いずれも午前10時～11時30分【6日制】▶**場所:**①豊玉リサイクルセンター②関区民センター③勤労福祉会館④光が丘区民センター5階▶**内容:**講義、口腔(こうくう)指導、お口の体操▶**定員:**各15名(抽選)▶**費用:**500円

③**運動の教室～足腰しゃっきりトレーニング教室**▶**日時:**1月9日～3月27日の毎木曜午前10時～11時30分【12日制】▶**場所:**鶴の里ホール(羽沢3-36-16)▶**内容:**運動実技▶**定員:**10名(抽選)▶**費用:**1,000円

④**栄養の教室～若さを保つ栄養教室**▶**日時:**①1月30日、2月13日・27日、3月13日の木曜②2月5日・19日、3月5日・19日の水曜③2月6日・20日、3月6日・20日の木曜 いずれも午前9時30分～11時30分【4日制】▶**場所:**①勤労福祉会館②豊玉高齢者センター③光が丘区民センター2階▶**内容:**講義、調理実習▶**定員:**各10名(抽選)▶**費用:**500円

**子ども・教育
～子育て応援～**

**パパも赤ちゃんも楽しめる!
パパビクスとベビーマッサージ**

①②とも▶**対象:**0歳児と保護者▶**講師:**健康運動指導士/加藤有里▶**持ち物:**バスタオル
①**平和台体育館**▶**日時:**12月14日(土)午前10時～正午▶**定員:**25組(申込順)▶**申込:**12月2日(月)から電話で北保健相談所☎3931-1347

②**大泉保健相談所**▶**日時:**12月14日(土)午後2時～4時▶**定員:**20組(申込順)▶**申込:**12月2日(月)から電話で大泉保健相談所☎3921-0217

育児と離乳食(2・3回食)

①②とも▶**対象:**7～10カ月児と保護者▶**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:**12月2日(月)から電話で各保健相談所へ

①**光が丘保健相談所**☎5997-7722▶**日時:**12月13日(金)午前10時～11時30分

②**関保健相談所**☎3929-5381▶**日時:**12月20日(金)午前10時～11時30分

**小児救急ミニ講座
「子どもの病気とその対応」**

▶**対象:**乳幼児の保護者▶**日時:**12月19日(木)午後2時～3時30分▶**場所:**大泉保健相談所▶**講師:**岩崎小児科医院院長/岩崎章宣▶**定員:**30名(申込順)▶**申込:**12月2日(月)から電話で大泉保健相談所☎3921-0217

ネイチャークラフトに挑戦!

▶**対象:**小学生 ※保護者の参加も可▶**日時:**12月8日(日)午前10時30分～正午▶**場所:**向山庭園▶**内容:**木の実や枝を使った工作▶**定員:**10名(申込順)▶**費用:**300円▶**申込:**電話で向山庭園☎3926-7810

来年4月からの学童クラブ入会児童を募集中～12月12日(木)まで

▶**対象:**来年4月1日現在、区内在住または区立小学校に通学する小学1～3年生(心身に障害のある児童は6年生まで)で、放課後に家庭で保育が受けられない児童▶**入会の決定:**書類審査の上、2月中旬に郵送で通知▶**申込:**学童クラブや子育て支援課(区役所本庁舎10階)にある申請書に必要書類を添えて、12月12日(木)までに直接、学童クラブまたは子育て支援課子ども育成係へ(日曜を除く) ※詳しくは、申請書と一緒に配布する案内をご覧ください。 ※学童クラブの所在地・電話番号は、わたしの便利帳「テレホンガイド」、区ホームページ「子育て」をご覧ください。▶**問合せ:**子育て支援課子ども育成係☎5984-5827

**区立中学校新1年生
学校選択の公開抽選**

集計の結果、下表の学校で受け入れ可能人数を大幅に超えたため、公開抽選を行います。抽選は、12月11日(水)・12日(木)に区役所で行います。 ※抽選の対象となる方には、別途通知します。

学校名	受け入れ可能人数	希望者数
中村中	15名	44名
開進第三中	40名	98名
田柄中	15名	42名
光が丘第一中	40名	88名
大泉中	20名	72名
大泉学園中	30名	63名

〈希望校の取り下げ、または補欠登録の辞退を受け付けます〉

希望校の取り下げ、または補欠登録の辞退は、12月4日(水)まで学務課学事係(区役所本庁舎12階)で受け付けます。希望校の取り下げを行った

場合は、通学区の学校が入学となります。抽選の結果、補欠登録となった場合は入学の確定が2月中旬となり、12月5日(木)以降は区立中学校以外への進学が決定しない限り補欠登録の辞退はできません。 ※手続き方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページ「教育」の「小中学校」をご覧ください。

◎**問合せ:**学務課学事係☎5984-5659

**就学相談の申込期限は
12月20日(金)です**

4月に小中学校に入学するお子さんのうち、知的な面や体の発達・情緒などの面で気掛かりな点があるお子さんの就学相談の申込期限は12月20日(金)です。お子さんについて少しでも心配な点がある方は、早めに申し込んでください。▶**申込:**電話で就学相談係☎5984-5664

**第32回練馬区学校保健大会
～みんなで育てよう、心も体もすこやかな児童・生徒**

▶**日時:**12月12日(木)午後1時30分～4時10分▶**場所:**練馬文化センター▶**内容:**研究発表、講演会「ケタイ依存から我が子を救う～メディア漬けが子どもを蝕(むしば)む」▶**講師:**千葉大学教育学部教授/藤川大祐▶**定員:**550名(先着順)▶**申込:**当日会場受け付け▶**問合せ:**学校保健係☎5984-5729

**松ぼっくりで作る
ミニクリスマスツリー**

▶**対象:**幼児～小学生 ※小学2年以下のお子さんは保護者同伴▶**日時:**12月21日(土)午後1時30分～3時▶**場所:**関町リサイクルセンター▶**定員:**12名(申込順)▶**持ち物:**装飾用のリボンなど▶**申込:**電話で関町リサイクルセンター☎3594-5351

**親子で楽しい
クリスマスサラダ作り**

▶**対象:**小学生と保護者▶**日時:**12月22日(日)午前11時～午後1時▶**場所:**春日町リサイクルセンター▶**定員:**8組(申込順)▶**費用:**1組500円▶**持ち物:**エプロン、三角巾など▶**申込:**電話で春日町リサイクルセンター☎3926-2501

健康・衛生

健康長寿はよく噛むことから

▶**日時:**12月16日(月)午後2時30分～4時30分▶**場所:**光が丘保健相談所▶**内容:**講義▶**講師:**和洋女子大学家政学群健康栄養学類教授/柳澤幸江▶**定員:**40名(申込順)▶**申込:**12月2日(月)から電話で光が丘保健相談所☎5997-7722

**わかりやすい膠原病の話
～リウマチ、全身性エリテマトーデスなど**

▶**日時:**12月13日(金)午後2時30分～4時30分▶**場所:**大泉保健相談所▶

内容:講義▶**講師:**練馬光が丘病院リウマチ内科医師/後藤眞▶**定員:**50名(申込順)▶**申込:**12月2日(月)から電話で大泉保健相談所☎3921-0217

**健康生きがい講座「呼吸と笑い
～人生90年を楽しく生きる」**

▶**日時:**1月18日(土)午後2時～4時▶**場所:**勤労福祉会館▶**講師:**経営コンサルタント/片平進一▶**定員:**30名(申込順)▶**申込:**1月11日(土)までに電話で勤労福祉会館☎3923-5511

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:**①12月3日(火)②17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



初心者スポーツ教室・水泳

▶**日時・対象:**1月16日～3月20日の毎木曜【10日制】④女性の部(60歳未満)…午後1時30分～3時30分⑤60歳以上の部…午後1時30分～3時30分⑥幼児の部(来年4月に小学校入学予定のお子さん)…午後4時～6時⑦小学生の部…午後4時～6時▶**場所:**光が丘体育館▶**定員:**④⑤各50名⑥⑦各45名(抽選)▶**保険料:**290円▶**申込:**往復ハガキに①教室名(④～⑦の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢(⑥は学年も)⑤性別⑥電話番号を記入の上、12月10日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

**区民体育大会・
キャッチバレーボール**

▶**対象:**中学生以上の男子チーム・女子チーム、25歳以上の女子チーム▶**日時:**1月19日(日)・26日(日)午前8時30分から▶**場所:**光が丘体育館▶**申込:**体育館やスポーツ振興課(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ください。12月21日(必着)までにキャッチバレーボール協会へ▶**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・
バドミントン(個人戦)**

▶**対象:**バドミントン協会に登録しており、区内在住または都内在住で区内在勤(在学)の方▶**日時:**2月16日(日)午前9時から▶**場所:**総合体育館▶**内容:**1～3部の各男女複▶**費用:**1組2,000円(保険料、シャトル代など)▶**申込:**体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎11階)にある実施要項をご覧ください。1月20日(必着)までに練馬区バドミントン協会・塩澤へ▶**問合せ:**スポーツ振興課事業係☎5984-1947

税

固定資産税・都市計画税
第3期分の納期限は12月27日(金)

6月にお送りした納付書で納めてください。金融機関や郵便局、都税事務所、納付書に記載のあるコンビニエンスストアなどで納付できます。また、口座振替も利用できます。
▶問合せ:練馬都税事務所 ☎3993-2261 ※口座振替については東京都納税推進課 ☎5912-7520。

耐震化のための建替えまたは改修を行った住宅に対する固定資産税・都市計画税を減免

減免を受けるための申請方法・期限など詳しくは、お問い合わせください。
▶内容:建替え…新築後、新たに課税される年度から3年度分を全額減免 改修…改修工事完了日の翌年度分から一定期間、1戸当たり120㎡までの床面積相当分を地方税法による一部耐震減額を適用した後、その残額を全額減免 ※いずれも居住部分に限ります。
▶問合せ:練馬都税事務所 ☎3993-2261

住まい・まちづくり

外環の大深度地下使用認可申請書がご覧になれます

外環(東京外かく環状道路(関越~東名))の大深度地下の公共的使用に関する特別措置法に基づく使用認可申請書がご覧になれます。意見のある方は、意見書を提出できます。
▶縦覧期間:12月5日(木)~19日(木)午前8時30分~午後5時15分(土・日曜、祝日を除く) ▶縦覧場所:都市計画課(区役所本庁舎16階) ▶意見書の提出方法
「使用認可申請書についての意見」と記入の上、①住所②氏名③意見を、12月19日(必着)までに持参または郵送で〒163-8001新宿区西新宿2-

8-1都庁第二本庁舎22階 東京都都市整備局都市基盤部調整課 ▶問合せ:区役所内交通企画課 ☎5984-1274 ※認可申請書の内容についての問い合わせは、国土交通省東京外かく環状国道事務所外環専用フリーダイヤル ☎0120-34-1491

練馬駅周辺地区(Ⅱ期)都市再生整備計画の事後評価原案がご覧になれます

意見のある方は12月20日(金)まで意見書を提出できます。
▶縦覧場所・期間:図書館…12月20日(金)までの午前9時~午後5時(休館日を除く)、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)・まちづくり推進調整課(同本庁舎16階)…12月20日(金)までの午前8時30分~午後5時(土・日曜を除く) ※区ホームページ「区政情報」の「まちづくり・都市計画」の「お知らせ」でもご覧になれます。
▶意見書の提出先・問合せ:まちづくり推進調整課管理係 ☎5984-1624

住宅修築資金融資あっせん制度のご利用を

住宅の修繕・リフォームなどの工事資金が必要な方に、金融機関への融資あっせんを行っています。工事内容、世帯の所得などの要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。
▶申込資格:区内に1年以上居住していること、70歳までに完済できることなど ▶融資限度額:500万円 ▶返済方法:84ヵ月(7年)以内の元金均等月賦返済 ▶利率:固定年利2.0% ※世帯の所得により、区が利子の一部または全部を補給します。
▶問合せ:住宅課管理係 ☎5984-1289

障害のある方

障害のある方などへのアンケート調査にご協力を

障害のある方への施策や次期障害者計画策定の基礎資料とするため、

サービスの利用意向などのアンケート調査を行います。調査は、区内の障害のある方と難病患者のうち3,500名を無作為に抽出して行います。詳しくは、12月中旬までに郵送する調査票をご覧ください。
▶問合せ:障害者施策推進課事業計画担当係 ☎5984-4602

事業者向け

有料広告を募集 パンフレット「すぐわかる介護保険」

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:内面 ▶広告サイズ:縦130mm×横180mm ▶刷色:4色カラー ▶料金:12万円 ▶発行月:4月 ▶発行部数:約35,000部 ▶募集数:8口(選考) ▶配布先:介護保険課(区役所東庁舎4階)、高齢者相談センター、出張所(上石神井を除く)、図書館など ▶申込期限:12月20日(金) ▶問合せ:介護保険課管理係 ☎5984-2863

お休みします

〈上石神井体育館 ☎5991-6601〉…12月9日(月)・10日(火)【器具点検などのため】 ※温水プールは11日(水)~14日(土)も休館します。



高齢者のための転倒予防教室

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:12月26日(木)午後2時~4時 ▶場所:関区民センター ▶内容:講義、運動実技 ▶講師:関町病院リハビリテーション科職員 ▶定員:40名(申込順) ▶申込:電話で関高齢者センター ☎3928-1987

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:1月7日~28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、12月16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

講演会「黒田官兵衛の生涯」

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:1月13日(祝)午前10時~正午 ▶場所:豊玉高齢者センター ▶講師:歴史研究者/山岡昭 ▶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、12月18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

音楽リズム講座~リトミック

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:1月10日~3月28日の第2・4金曜午前10時~11時【6日制】 ▶場所:豊玉高齢者センター ▶講師:リトミックサークルピッコラマーノ代表/野沢絵美 ▶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、12月20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

「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」料理教室

▶日時:12月21日(土)午後1時30分~3時30分 ▶場所:石神井公園区民交流センター ▶内容:高齢者向け料理本「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」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:NPO食遊石神井会員 ▶定員:20名(申込順) ▶材料費:800円 ▶持ち物:エプロン、三角巾 ▶申込:電話で介護予防係 ☎5984-4596

12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。
※年末年始(12月29日~1月3日)の休日医療関係機関は、12月21日号でお知らせします。 ▶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	練馬区夜間救急子どもクリニック (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	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	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。

●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

栗林胃腸科外科(石神井町7-14-5)	☎3904-3215
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
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

●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

1日(日)	小間沢接骨院(早宮4-16-6)	☎5999-1550
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
	関町整骨院(関町北2-4-4)	☎3920-3997
8日(日)	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
	伊藤接骨院(谷原2-6-28)	☎3995-8750
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
15日(日)	牧内接骨院(北町1-1-18)	☎3931-1050
	まこと接骨院(高松4-24-16)	☎3926-4348
	昭和接骨院(下石神井4-14-10)	☎5393-3871
22日(日)	フジタ接骨院(平和台1-39-14)	☎3550-7737
	たちのべ接骨院(春日町3-3-2)	☎3970-9993
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183
23日(祝)	近藤接骨院(北町8-4-3)	☎3933-9471
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	ひまわり接骨院(上石神井2-30-20)	☎3594-3289

暮らしの講座

「よくわかる相続の基礎知識」

日時:12月22日(日)午後2時~4時
場所:南田中図書館
内容:相続税の改正内容について学ぶ
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

中国餃子交流会

日時:12月21日(土)午後1時30分~4時
場所:勤労福祉会館
内容:中国残留邦人の方と餃子を作り、交流する
定員:25名(申込順)
材料費:500円
区の担当:自立支援係 ▶申

込:電話で同歩会 ☎090-1055-0020



リードオルガンの音色を聞こう♪

昭和初期に製造され、石神井西尋常小学校(現在の石神井西小)で使用されていた足踏みオルガン(区登録文化財)の演奏会を開催します。
事前の申し込みは不要です。
日時:12月15日(日)午後1時~1時30分
午後2時~2時30分
場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060
定員:各30名(先着順)

青少年館まつり

日時:12月14日(土)午後1時~5時
場所・問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341
内容:高校生を中心としたヒップホップダンスなどの発表会
申込:当日会場受け付け
※当日は、団体利用やレクリエーションホール・学習室・談話室の個人利用ができません。

協働事業提案制度 公開プレゼンテーション

「区民と区との協働のまちづくり」を推進するため、地域活動団体などから区と協力して地域課題の解決に

取り組む事業を提案していただく、「協働事業提案制度」を実施しています。一次審査を通過した5事業について、公開プレゼンテーション(二次審査)を開催します。今回、傍聴を希望する方を募集します。
※公開プレゼンテーションを実施する提案団体や提案事業の概要は、区ホームページ「区政参加・市民活動・選挙」の「お知らせ一覧(区政参加・市民活動)」でご覧になれます。
日時:12月17日(火)午後6時~8時30分
場所:区役所アトリウム地下多目的会議室
定員:50名(先着順)
申込:当日会場受け付け
問合せ:地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039

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

シクラメン祭
日時:12月4日(水)~8日(日)午前10時~午後5時
場所・問合せ:JA東京おおばふれあいの里(桜台3-35-18) ☎3991-8711

魚介類共同販売
日時:12月6日(金)・7日(土)
場所:練馬魚商組合共同販売参加店
内容:サケ、カズノコ、イクラ、タラバガニなどを通常価格より安く販売
問合せ:産業計画係 ☎5984-1483

練馬交響楽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:12月6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
※12月5日(木)午後5時までに申し込みが必要です。詳しくは、(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311にお問い合わせください。

チャレンジバスケット教室
対象:小学生
日時:①3月までの月3回火曜午後4時30分~6時30分
②3月までの月3回水曜午後3時30分~5時20分【いずれも12日制】
場所:①大泉第二小②大泉北小
定員:各20名(申込順)
費用:月1,500円
申込:電話またはファクスで①教室名(③④の別も)②住所③氏名④学年⑤性別⑥電話番号を、SSC大泉 ☎FAX 3921-1300

シルバー人材センター絵手紙作品展
日時:12月12日(木)~17日(火)午前10時~午後4時(17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

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:①12月14日(土)②1月11日(土)午前9時30分~正午
場所:①西武池袋線江古田駅集合~武蔵大学~江古田の森公園~練馬駅解散(約6km)
②西武池袋線大泉学園駅集合~中里の富士塚~地下鉄大江戸線光が丘駅解散(約7km)
定員:各15名(申込順)
費用:500円 ※別途レンタルポール代500円。
※開催日の2日前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。

クリスマスアリーナコンサート
日時:12月15日(日)午後1時開演
場所:大泉学園町体育館
内容:ピアノ、バイオリンの演奏など
費用:500円(中学生以下は無料)
申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④電話番号を、SSC大泉 ☎FAX

光が丘清掃工場個人見学会
日時:12月21日(土)午後1時30分~3時
場所:光が丘清掃工場
定員:50名(申込順)
申込:12月19日(木)までに電話で光が丘清掃工場 ☎3977-5311

元祖山手七福神巡り
日時・場所:1月5日(日)午前9時JR目黒駅集合~大円寺~瀧泉寺(目黒不動尊)~寛林寺~正午地下鉄南北線白金高輪駅解散(約6km。雨天決行)
保険料など:500円 ※12月11日(必着)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。

バスで行く「スキー・スノーボードお楽しみ会in野沢温泉」
日時:1月11日(土)午前6時15分上石神井体育館集合または午前6時40分西武池袋線大泉学園駅集合~13日(祝)午後8時以降集合場所で解散
場所:野沢温泉村スキー場(長野県野沢温泉村)
定員:30名(申込順)
費用:スキー45,000円、スノーボード29,800円(宿泊費、交通費、保険料など) ※スキーは指導料、リフト代を含む。
申込:往復ハガキまたはファクスで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、12月13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 ☎FAX 3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)

SSC平和台3on3
対象:小学生3~6年生
中学生以上の方(中学生を除く)で構成された3~5名のチーム
日時:1月12日(日)午前9時~午後5時
場所:平和台体育館
内容:ストリートバスケットリーグ SOME CITYメンバーによる実技指導、交流試合など
定員:10チーム
費用:各5チーム(申込順)
費用:1人500円
申込:ハガキまたはファクスで①催し名(②③の別も)②チーム名③参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・性別・電話番号を、12月13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 ☎FAX 5921-7800

練馬わくわくスキースクール
対象:区内在住・在学(在勤)の小学3年~中学生と家族
日時:1月25日(土)~26日(日)の1泊2日
場所:菅平高原スキー場(長野県上田市)
定員:50名(申込順)
費用:15,000円(宿泊費、交通費など) ※レンタルあり(有料)。
※事前に申し込みが必要です。詳しくは、スポーツ振興課管理係 ☎5984-1372 へお問い合わせください。

SSC平和台のスポーツ教室
A B
とも ▶ 申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、SSC平和台 ☎FAX 5921-7800

パドミントンジュニアクラブ
対象:小学4年生~18歳の方
日時:3月までの毎土曜午後7時~9時(12月28日、1月4日、3月15日を除く)
場所:開進第一小 ▶ 講師:日本体育協会

公認バドミントン指導員/若月滋人
定員:30名(申込順)
費用:月会費2,000円(別途年会費4,800円)
ジュニアランナーズ教室
対象:中学生~18歳の方
日時:12月15日・22日、1月19日・26日、2月9日・16日・23日、3月9日・16日・23日の日曜午前10時~正午【10日制】
場所:光が丘公園 ▶ 講師:陸上競技アスリートクラブAC・KITA代表/塩家吹雪 ▶ 定員:20名(申込順)
費用:5,000円

東日本大震災復興支援公演「チカラ」~(公財)練馬区文化振興協会舞台芸術支援事業
日時:3月11日(火)午後2時②午後6時30分、③12日(水)午後6時30分開演
場所:大泉学園ゆめりあホール
内容:唄、三線、舞踊、太鼓、三味線、笛など
出演:加藤木朗、植竹しげ子、大工哲弘ほか
定員:各160名(申込順)
入場料:3,500円(全席自由)
申込:電話で和力事務所 ☎047-364-3059
〈申込順で各10名の方をご招待〉
対象:区内在住の方 ※1月15日(火)から申し込みます。詳しくは、(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311 にお問い合わせください。

献血にご協力を
問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100
光が丘体育館横
日時:12月8日(日)午前10時~11時30分・午後1時~3時30分

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
介護者に負担の少ない介護方法
日時:12月7日(土)午後2時~4時
場所:大泉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:電話で大泉デイサービスセンター ☎5387-2201

失禁予防~漏れのメカニズムの話と体操
日時:12月8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、実技
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

認知症の人の世界を理解する
日時:12月8日(日)午後2時~4時
場所:都営関町北3丁目第3アパート集会所
内容:講義
定員:10名(申込順)
申込:電話でミニケアホームきみさんち ☎3929-2208

高齢者のための飲み込みやすい食事
日時:12月14日(土)午後1時30分~3時30分
場所:富士見台デイサービスセンター
内容:講義
定員:20名(申込順)
申込:電話で富士見台デイサービスセンター ☎5241-6010

からだの仕組みとリハビリ体操
日時:12月14日(土)午後2時~4時
場所:第2育秀苑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:電話で第2育秀苑デイサービスセンター ☎3991-0523
高齢者の健康を守るために
日時:12月14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

あなたのバランス能力? 自分で行う身体(からだ)のケア
日時:12月14日(土)午後2時~4時
場所:介護老人保健施設大泉学園ふきのとう
内容:講義
定員:15名(申込順)
申込:電話で大泉学園ふきのとう ☎3924-2215

高齢者のノロウイルス感染防止対策
日時:12月15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

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:12月2日(月)午前10時~午後7時
南ヶ丘商店会
日時:12月6日(金)午前9時から
光が丘IMA南館前
日時:12月8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
自然素材の楽しいクリスマスリース作り
対象:小学生 ※保護者の参加も可。
日時:12月7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:20名(申込順)
フリケットをはじめよう
対象:小中学生と保護者
日時:12月15日(日)午前9時~11時30分
場所:東京女子学院
定員:20名(申込順)
親子で作るおせち料理教室
対象:小学生と保護者
日時:12月15日(日)午前11時30分~午後2時30分
場所:石神井公園区民交流センター
定員:12組(申込順)
材料費など:1人500円
和太鼓とエイサー! 親子でチャレンジ!!
対象:知的・発達障害のある小中学生と保護者
日時:12月21日(日)午前10時~11時30分
場所:光が丘春の風小
定員:10組(申込順)
費用:1組60円

子育て学習講座

区内の団体に委託して実施。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
育てにくい子にはわけがある
対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方
日時:12月25日(木)午前10時~午後0時30分
場所:光が丘区民センター2階
講師:作業療法士/木村順
定員:60名(申込順)
※保育あり(12月18日(木)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。費用50円)。

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:12月8日(日)午前10時~正午(雨天中止)

夏の雲公園(光が丘3-4-1)
日時:12月15日(日)午前9時~正午(雨天中止)

和田堀公園(石神井町1-1-11)
日時:12月15日(日)午前9時30分~午後1時(雨天2日)

むくのき公園(石神井町2-18-7)
日時:12月15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:12月15日(日)午前10時~午後1時(雨天中止)

学校体育館でスポーツを

問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

豊玉小 ラケットテニス大会
対象:16歳以上の方
日時:12月8日(日)午後1時~6時
申込:当日会場受け付け

練馬小 ラケットテニスお楽しみ会
対象:16歳以上の経験者
日時:12月15日(日)午前9時~午後3時30分
内容:団体ダブルス戦
定員:40名(申込順)
持ち物:ラケット(ある方のみ)
申込:12月5日(木)・10日(火)・12日(木)午後7時~9時に直接、練馬小へ

学校応援団・開放まつり

申込:当日会場受け付け
問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

石神井台小 学校応援団まつり
日時:12月7日(土)午前11時~午後2時30分
内容:餅つき、ミニスポーツゲーム
持ち物:お椀、箸

春日小 はるのひまつり
日時:12月7日(土)午前11時~午後2時(雨天決行)
内容:けんちんうどんの炊き出し、手作り工作、体力測定
持ち物:お椀、箸

練馬東小 東っちまつり
日時:12月14日(土)午前10時30分~正午
内容:餅つき

個人情報については、削除してあります。



講座・講演会

フリース、セーターで帽子作り

▶対象:18歳以上の方▶日時:12月20日(金)午前10時~正午▶場所:豊

玉リサイクルセンター▶定員:10名(抽選)▶持ち物:不用なフリースまたはセーター▶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、12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

生涯学習センターファミリーコンサート アマチュアライブ出演者募集

生涯学習センターでは、家族で気軽に音楽を鑑賞できるよう、ファミリーコンサートを開催しています。今回、コンサートの出演者(合唱や器楽演奏など)を募集します。

▶対象:30分の公演を行うことができ、開催日全てに都合のつくアマチュア団体・個人 ※ジャンルは問いませんが、出演人数、音量などに制限があります。▶日時:6月1日(日)、8月10日(日)、12月7日(日)のいずれか1日 ※出演日は選べません。▶場

所:生涯学習センター▶募集数:9組(選考)▶申込:写真とデモテープ(カセット・ビデオテープ、CD、MD、DVD。10分以内)に①グループ名(個人の場合は不要)②ジャンル③代表者の住所・氏名・電話番号④グループの人数・構成・活動内容(実績など)を記入したものを添えて、1月15日(必着)までに持参または郵送で〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター☎3991-1667 ※デモテープなどは返却しません。

第29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 声楽・木管楽器・弦楽器部門

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申込日または来年4月1日現在、区内在住・在勤(在学)②声楽部門…昭和54年4月2日~平成8年4月1日生まれ、木管楽器・弦楽器部門…昭和59年4月2日~平成11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▶日時・部門:【1次審査】声楽部門…4月22日(火)、木管楽器部門…4月23日(水)、弦楽器部門…4月24日(木)【2次審査】声楽部門…6月23日(月)、木管楽器部門…6月24日(火)、弦楽器部門…6月25日(水)▶場所:練馬文化センター▶費用:1万円(納入



過去の新人演奏会の様子

後は返金できません)▶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:応募要領をご覧の上、3月20日(木)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 ※応募要領の配布先など詳しくは、(公財)練馬区文化振興協会へお問い合わせください。

ホームページ(http://www.nerimarc.jp/)からも申し込めます。

講座「古典文学に見る女性の生き方」~源氏物語「少女」巻を読む

▶日時:12月12日(木)午後1時30分~3時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:元青山学院女子短期大学講師/大貫史子▶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講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、12月10日(必着)までに男女共同参画センターえーる☎3996-9007☎3996-9010・電子メールyell@nssk.net ※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。

消費者講座「安心して旅するための国内・海外ツアー基礎知識」

▶日時:12月20日(金)午後2時~4時▶場所:石神井公園区民交流センター▶内容:旅行契約でトラブルに遭わないための基礎知識を学ぶ▶講師:一般社団法人日本旅行業協会/山下仁志▶定員:50名(申込順)▶申込:12月19日(木)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、12月12日(木)までに併せて申し込んでください。

簿記3級講座(演習コース)

▶日時:1月5日~2月2日の毎日曜午前10時~正午【5日制】▶場所:勤労福祉会館▶定員:30名(申込順)▶費用:8,000円▶申込:12月27日(金)までに電話で勤労福祉会館☎3923-5511

撮り歩きワークショップ「ソラとまち」in 光が丘

▶日時:12月7日(土)午後3時~5時30分・8日(日)午後1時~4時【2日制】▶場所:光が丘公園▶内容:公園内で写真を撮り歩き、ポストカードを作る▶定員:15名(申込順)▶保険料:30円▶持ち物:デジタルカメラ▶申込:電

話またはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号を、12月5日(木)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

医療事務講座

▶日時:1月8日~7月9日の毎水曜午前9時30分~正午【4月30日を除く。26日制】▶場所:勤労福祉会館▶講師:ヒューマンアカデミー講師/田辺美津子▶定員:36名(申込順)▶費用:37,000円▶申込:12月27日(金)までに電話で勤労福祉会館☎3923-5511

時事問題を考える

▶対象:18歳以上の方▶日時:12月25日~3月26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

早朝の植物観察会

▶日時:12月8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

講演会「このよろこびをあのこに~子どもの本を作り、手渡すこと」

▶日時:12月21日(土)午後2時~4時▶場所:南田中図書館▶講師:児童書翻訳家/こみやゆう▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で南田中図書館☎5393-2411

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:12月8日(日)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

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。

外出が困難な方を対象とした催しに

演奏家を派遣します

コンサートホールに足を運ぶことが難しい方が音楽鑑賞を楽しめるよう、練馬交響楽団員(アマチュア)やプロの演奏家を福祉施設や病院などで行われる催しに派遣します。 ※出演料は練馬区文化振興協会が負担します。 ※演奏家の指定はできません。

▼対象：4月1日(火)～9月30日(火)に、外出が困難な方を対象とした催しを区内で行う施設・団体 ▼申込：練馬文化センターや大泉学園ゆめりあホールで配布する申込用紙に必要書類を添付の上、1月15日(必着)までに持参または郵送で〒176-0001練馬1-17-37(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311



※申込用紙は、(公財)練馬区文化振興協会ホームページ(<http://www.neribun.or.jp>)にも掲載しています。 ※2月末頃に派遣の可否と派遣する演奏家を通知します。 ※打ち合わせなどは、演奏家と直接行っていただきます。 ※応募者多数の場合は抽選となります。

ボランティア募集

日本大学芸術学部連携 練馬ゆかりの名作映画会

会場受け付け・誘導などのボランティアを募集します。

▼日時：1月13日(祝)午前11時30分～午後8時30分(予定) 交代制 ▼場所：練馬文化センター

▼定員：若干名(抽選) ▼申込：往復ハガキまたは電子メールで①名作映画会ボランティア②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦自己PRを、12月16日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311、電子メール nerima-movie@neribun.or.jp

花とみどりの相談所

冬のフェア'13

12月7日(土)～25日(水) ※火曜休館。 午前9時～午後5時(25日は午後4時まで)

大きなツリーを飾ろう

高さ5mのモミの木を展示室に飾ります。飾り付けに参加した方に、植物の苗を差し上げます。

▼日時：12月8日(日)午前10時～午後3時 ▼定員：200名(先着順) ▼申込：当日会場受け付け

体験コーナー

①ともも ▼申込：当日会場受け付け ※②は開始時間の30分前から整理券を配布。

①身近なみどりで作品作り

▼日時：12月8日(日)午前10時～正午 ▼内容：緑化協力員と一緒に、松ぼっくりのクリスマスツリーなどを制作。 ※材料がなくなり次第終了。

②お正月に飾れるこけ玉を作ろう

▼日時：12月22日(日)午前



花とみどりのクリスマス展

期間中展示室に、樹木や草花で作った屋内小庭園を設置し、イルミネーションで飾ります。

前10時～11時30分 ③午後2時～3時30分 ▼定員：各30名(先着順) ▼材料費：300円

場所・問合せ 花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) ☎3976-9402 ※車での来場はご遠慮ください。

(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)

2/1 全日本ポップス&ジャズバンド

・2回 グランプリ大会 ~SWING BRASS SUPER LIVE 2014

吹奏楽世界の大変革!予選審査を通過した各部門の実力バンドがグランプリ目指して練馬文化センターに集結します。

午前10時開演

開催部門 1日:小学校の部、中学校の部、大学・専門学校の部、一般の部
2日:高校の部

入場料 各2,000円(全席自由)

チケット予約・購入方法 12月15日(日)午前10時から①②③



練馬文化センター(大ホール)

2/9 ねりま若者文化祭 ライブパフォーマンス2014

第1回開催決定!地元練馬で活躍するバンドやダンスの若手パフォーマー27組が練馬文化センターに大集結。夢の舞台をみんなで応援しよう。

午後0時30分開演

入場料 500円(18歳以下は無料。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)

チケット予約・購入方法 12月2日(月)午前10時から①②③

ボランティアスタッフ募集

▶対象：2月8日(土)・9日(日)の両日に参加できる高校生以上の方 ▶内容：舞台周りのサポート、会場案内など ▶定員：30名程度(抽選) ▶申込：往復ハガキまたは電子メールで①ねりま若者文化祭ボランティア②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦自己PRを、12月16日(月)までに〒176-0001練馬1-17-37(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311・電子メール ypf-staff@neribun.or.jp

練馬文化センター = 新共催事業 =

3/2 参加・体験・感動! ふれあいこどもまつり

「ふれあいこどもまつり」は、子どもたちの豊かな感性が育まれることを目的とした参加・体験型の催しです。催しの内容など詳しくは、③をご覧ください。

▶申込：電話で実行委員会事務局 ☎5909-3064



夏の庭 - The Friends -

演劇 夏の庭 -The Friends-
▶対象：5歳以上の方 ▶時間：午後5時～6時45分 ▶場所：小ホール ▶出演：劇団東京芸術座 ▶入場料：2,500円(全席自由)

人形劇 まんじゅう殿様
▶対象：小学3年以下のお子さんと保護者 ▶時間：午前11時～11時50分 ▶場所：第1リハーサル室 ▶出演：人形劇団じろっぽ ▶入場料：2,000円(全席自由)



まんじゅう殿様

ワークショップ ●ピエロになろうワークショップ
▶対象：4歳以上の方 ※未就学児は保護者同伴。 ▶時間：午前10時～正午 ▶場所：第2リハーサル室 ▶定員：20名(申込順) ▶出演：汎マイム工房 ▶費用：1,500円(未就学児と保護者は2人で2,500円)

●囃(はや)そう!踊ろう!和太鼓ワークショップ
▶対象：5歳以上の方 ▶時間：午後1時30分～3時30分 ▶場所：第1リハーサル室 ▶定員：30名(申込順) ▶出演：民族歌舞団荒馬座 ▶費用：1,500円

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。

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。