るりまい

5/11

平成23年(2011年) 第1575号

毎月1日・11日・21日発行

ともに築き 未来へつなぐ 人とみどりが輝く わがまち練馬

5月11日水から区役所で クールビズを実施します

節電対策の一環として、職員はノーネ クタイなどの軽装で業務を行います。 ご理解とご協力をお願いします。

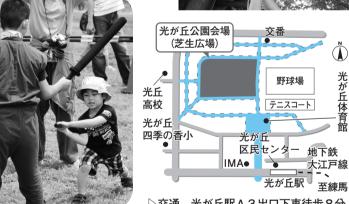
▶問合せ 総務係☎5984-2600

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) Fax3993-1194 http://www.city.nerima.tokyo.jp/









▷交通 光が丘駅A3出口下車徒歩8分

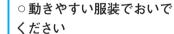
青空ステージ

和太鼓の演奏、ダンス、チ アリーディング、合唱など

おひさまひろば

手作り工作、スポーツチャ ンバラ、ツリークライミン グ、忍者道場など

ご来場の皆さまへ



○駐車場はありません。電 車やバスをご利用ください ○飲食物や物品の販売はあ りません

○ごみは持ち帰りましょう ○当日、雨天などにより延 期・中止の場合は、区ホー ムページ「催し・イベント 情報」でお知らせします

震災特別ブース「がんばろう 日本!」…被災地への応援メ ッセージや義援金を受け付け ます。また、節電など自分た ちが今できることを考えるコ ーナーを設けます。





石神井公園ふるさと文化館 ▷交通 石神井公園駅南口下車徒歩7分



森の劇場

石神井小●

野外ステージ…ダンス、和 太鼓の演奏、けん玉など ステージ周辺…紙芝居、お 茶体験など

さんぽひろば

スライム作り、木の工作、 風船アートなど

ボートひろば

手作り工作、フェースペイ ンティングなど

当日は児童館が お休みに

後とも全力で取り組んで

5月21日(土)は、児童館と厚生文化会館児童室を休館・休室し ます。まつりを延期した場合は、いつも通り開館・開室します。

大江戸線

区長 志村豊志郎

め、皆さまの不安を少し 取り組んでいます。4月 多くの方が子育てや出産 や友達に相談できる貴重 の方から「スタッフの方 からは病気になったお子 **拨するため、子育てのひ** ったお話を伺いました。 を助成してほしい」とい か心配」「予防接種費用 よ」を訪問して、利用者 つとして子育て支援の充 の引き締まる思いです。 **美顔で暮らせるよう、今** でも取り除き、安心して たちを健やかに育むた る病児保育事業(3面参 さんを施設でお預かりす 防接種費用助成の充実に **らばや保育園の増設、予** に不安を持っています。 な場所で助かっている」 **士育てのひろば「ぴよぴ** 実が挙げられます。先日、 りました。あらためて身 じ)取りを担うこととな 保育園の入園ができる 区は、子育て家庭を応 ご家族の大切な宝であ 区政の大きな課題の一 先日の練馬区長選挙 も開始しました。 次世代を担う子ども





南口下車徒歩7分 ■交通 石神井公園

□おしゃべり広場「まだある?

育て悩まないで」…5日田午前

△子育てコーナー「ひとりで子

女性差別~国連からの勧告」:

さい。

※♥の講演会を除き、い

ずれも申し込みは当日会場受け付

※車での来場はご遠慮くだ

箱を設置します。ぜひおいでくだ

めます。また、会場では東日本大

震災の復興を支援するため、募金

だけでなく、男性や子どもも楽し 展示など盛りだくさんです。女性

は、手作り体験コーナーや講演会、

今回開催するフェスティバル

6/4**9** 10:00~17:00

6/5 10:00~16:00

2

東日本大震災

復興支援

男は

H 同 総

被災地に兌一〇を送りましょう!

時から □ 絵手紙実習 (▽費用 〈切手代など〉)…5日旧午前10 体験 ※絵手紙は切手を貼 販売 100 円

進するための施設です。

は、男女共同参画社会の実現を推

男女共同参画センターえーる





4日出午後2時から

□朝まんじゅう・クッキーなど

の販売

催し

時から □ 混声合唱…4日出午後1時か □おはやし演奏…4日出午前10

□アカペラコーラス…4日出午 時20分から、5日田②午前10時 **□フラダンス…** ①4日出午後1 後2時から 30分から③午前11時50分から

city.nerima.tokyo.jp

至池袋

石神井庁舎

4日土②5日田 いずれも正午 ☑健康いきいき体操の実演…① 後1時30分から

5日田②午前10時30分から③午 …①4日出午前10時30分から、 ₩お話し広場と転倒予防カルタ

※6月4日生)・5日(日)は、心の相談、法律相談

5時まで平常通り利用できます。

ちぎって、はってみよう!」 □手づくりコーナー「切って、

(子ども向け) …4日出午後1

はお休みします。また、図書・資料室は午後

電子メールsankakucenter®

☑人形劇とパネルシアター…4

埼玉大学名誉教授/暉峻淑子▽

日出午前10時30分から

□ゴムを使った体操…4日出午

前10時から

画センターえーる(石神井町8の

▽ところ・問合せ 男女共同参

1001) **2**3996·9007

□和太鼓演奏…5日旧午前10時 午後3時35分から ☑朗読パフォーマンス…4日出

午後2時50分から 定員 ⑩名(申込順)▽申込

電話または電子メールで①講演 は、5月31日火までに併せて申 数を、男女共同参画センターえ 会名②氏名③電話番号④参加人 -るへ ※保育室(1歳以上の



□ミニシアター(人形劇) 日田午後2時から

□ 英語の歌…5日田午後1時か 田午後1時から

₩ミニ講演会「子どもへの暴力 を防ぐために、私たちができる …5日⑪午後2時~4時▽講師 こと」…4日出午前10時3分~ 4日出午後1時30分~3時30分 止午、 「高齢者の予防医学」 … ▼講演会「本当の豊かさとは_

□マジックショー…5日田午前

□ミュージックベル演奏…5日

催しの詳しい内容は ※一部の私立保育園では、地域交 の保育園に遊びに来ませんか。 との交流を深めています。お近く 児と保護者を対象とした催しを中 流事業を実施していません。 心に、さまざまな内容で地域の方 育園では、地域にお住まいの乳幼 ージ「施設案内」の

区内にある区立保

保育園に遊びに来てね 園の所在地・電話番号について は、わたしの便利帳

保育園の地域交流 事業を紹介します

応えします。 電話 養士、看護師、園 受買で狙談 乳幼児の子育て相談に、栄 ▽受付日時

長などがお でも応じま

葉・身体発達)、し く) ▽相談内容 10時~午後3時 睡眠・食事・排せ (祝休日を除 つ)、発達(言 基本的習慣 けなど 金曜午前

保育園にお問い合わせくださ

講師/暉峻淑子





さんあるので、小さなお子さ 場や滑り台などの遊具がたく 中に園庭を開放しています。 園児との触れ合い んも安心して遊べます。また、 **園庭には、清潔に保たれた砂** 月1~4回程度、 園にお問い合わせください。 の日時など詳しくは、各保育 ともできます。 乳幼児と保護者を対象に、 ※園庭開放 を楽しむこ 平日の午前

長・体重の計測を行っていま

お子さんの成長が分かる

園庭開放などのときに、身











でご覧になれます。

▽問合せ

各保育園 ※各保育

一テレホンガ



がランティア

??



指導を受けながら、着替えを 手伝ったり、一緒に遊んだり 方を学びます。 する中で、乳幼児への関わり ィア活動を希望する方は、各 地域の学生などが保育士の ※ボランテ



者には、カウプ指数(発育や

記入してお渡しします。希望 よう、成長の記録はカードに

栄養状態の目安)もお知らせ

しています。

下表の通り▽費用

登録料

千円、保育料1日2千円

登録が必要です。

▽ところ・対象・とき

ています。利用には事前に

恐れのないお子さんをお預

せ

らも取り出せます。▽問合 の「保育が必要なとき」か

月~金曜

月~金曜

月~金曜

月~金曜

成係☎5984・5845

対象

6か月児~

小学3年生

小学3年生

6か月児~

小学3年生

は別

缶

1歳児

かりする病児保育を実施し

や、病気の回復期には至ら お預かりする病後児保育

で集団保育の難しい期間に んを、病気の回復期(※)

保育所などに通うお子さ

書に必要書類を添えて、直庁舎10階)などにある申請

区ホームページ「子育て」 接各施設へ ※申請書は、

利用日時(祝休日を除く)

午前8時30分~午後6時

午前8時30分~午後5時

午前8時30分~午後6時

ごみの出し方が変わります

月から

午前8時~午後6時

ないが、当面症状の急変の

保育のご利用

帯の方は1日千円。▽申込

各施設、保育課(区役所本

世帯·住民税(特別区民 ※保育料は、生活保護受給

税・都民税)非課税世帯の

※病気の回復期とは

▒診断が確定し急性期を経過し

参伝染性の病気では感染期を経

参外傷では症状が固定した時以

病児・病後児保育施設

マミーズハンド中村橋

道灌山保育園

233977-9400

☎3928-5032

ンベ(いずれも中身を使い切った物)

別の袋に入れて出してください を出すときは他の不燃ごみと分けて、

(向山1-13-2) ☎3577-8571

(高松6-16-30) ☎5910-4671

ぱるむ (光が丘5-6-1-101)

_____ こどもデイケアプリムラ

(関町北1-23-10-2階)

練馬区医師会病児保育センタ

所得税非課税世

た時以降

過した時以降

オアシスまつり 白百合福祉作業所

時~午後8時の枠の

支援のため、 付けます。 また、東日本大震災の復興 る方が働いている施設で しの販売などを行います。 コーナー、自主製品・梅干 ントとして、絵画展や喫茶 。地域の方との交流イベ 福祉作業所は、障害のあ 義援金を受け

問合せ 白百合福祉作業所 10時~午後2時▽ところ・ 保育サービス講習会 3995 · 7796 (石神井町5の13の10) ☎ 地域で育児を支え合う会

利用会員のお子さんを午前 償ボランティア) として、 の講習会を行います。 **負組織「ファミリーサポー** ⁻」の援助会員になるため 修了後は、援助会員(有

▽とき 5月21日出午前 3日金までに直接、練馬区 2の9の6) ▽定員 40名 区民センター6階(光が丘 ります。▽ところ 光が丘 時~午後4時【4日制】 6月20日川~23日休午前10 全日程に参加できる▽とき 会に参加できる④講習会の ②20歳以上③月1回の定例 前に電話で連絡の上、6月 (テキスト代) ▽**申込** 事 ※時間は変更する場合があ 会員になることを希望する てに当てはまる方 3993 · 4100 ^ ファミリーサポートセンタ (選考) ▽参加費 2千円 (豊玉北5の18の12) ①援助 7

要性、認知症の理解と対応、 介護家族支援の現状や必

で、預かっていただきます。 動を行っていただきます。 活動など、介護家族の支援 家族を支えるための地域の アとして介護家族の支援活 ます。修了後は、ボランティ に必要な知識・技術を学び ▽対象 区内在住で介護

認知症対策係☎5984・ 所本庁舎19階▽定員 50名 13日水午後1時30分~4時 (水·15日水·29日水、7月 り、講習会の全日程に参加 家族の支援活動に関心があ できる方▽とき 6月1日 4 5 9 7 ^ 【4日制】 ▽ところ (申込順) ▽申込 電話で 区役

シニア再就職支援講座

込順) ▽申込 ウを学ぶ▽定員 40名 とき 6月3日金午後2時 厅舎19階▽内容 求職活動 に必要な基礎知識やノウハ ~4時▽ところ ▽対象 60歳以上の方▽ 電話または 区役所本 审 マンション名③住所④氏名

ハガキ、 5910 · 3455

第1回ねりまマンション

マンション理事会の運営

午後1時30分~4時50分> 管理士会員▽定員 所有者▽とき 6月11日出 ▽講師 未来塾マンション たはファクスで①未来塾② ョンの管理組合役員・区分 ▽対象 区内分譲マンシ 区役所本庁舎20階 60 名

④年齢⑤電話番号を、〒 名②住所③氏名 (ふりがな) 17-04石神井町2の14の1 アクティブシニア支援室♂ ファクスで①講座

行います。 組合員同士の情報交換会を 理員の直接雇用などをテー マにしたセミナーや、管理 万法や収納業務の委託、管

 $372 \cdot 1211$

石神井庁舎5階▽定員

名(申込順)

所本庁舎20階▽定員 【3日制】 ▽ところ

20日金までに電話で地域活

国

独立行政法人などの

交流会・講座

日水午後6時30分~8時30 月25日水、6月1日水・8 ②**NPO会計基礎講座**…5 分(8日は午後9時まで)

(申込順) ◎申込
15月18日水2

20 名 区役 出午後2時~4時▽ところ ①**NPO交流会**…5月21日 学ぶ講座を開催します。 同士がお互いの活動内容に で必要な会計知識について 会と、NPO活動を行う上 ついて意見交換を行う交流 NPO(民間非営利団体) NPO活動をしている方

30

込順) ▽**申込** 5月31日火 支援係☎5984・103 までに電話で地域活動団体

練馬区NPO活動支援セ

(泉店1階(東大泉2

いずれも午後

▽対象 区内で活動する

春の特設行政相談窓口5月21日出・22日印に

開催します。今回、出展を 庁舎2階通路でパネル展を 希望する団体を募集しま 7日火〜14日火に区役所本 知っていただくため、6月 ンターは、NPOの活動を

▽募集団体数 15団体(申 NPO・ボランティア団体

1039 団体支援係☎5984

パネル展の出展団体を NPO(民間非営利団体

場受け 区区民

付け▽問合せ 練馬 ·4時▽申込 当日会

|相談所☎3994・

2 2 3

4

1時~ の 10 の オズ大

地域 民生委員・児童委員は の相談役です

の地方公務員(無報酬)で、 けてい 民生委員法に基づく特別職 厚生労働大臣から委嘱を受 民生委員・児童委員は、 、ます。

題を専 生委員・児童委員がいま 区内には現在、57名の民 このうち40名は児童問 門に扱う「主任児童

相談委員が相談に応じま 関する苦情や要望に 練馬区担当の行政

委員」です。各委員は、高

齢者・子ども・障害者に関

の 6 2 階入 日 (土) : マ と 「口前(光が丘2の9 光が丘区民センター き・ところ 5月21 22日(日)::リヴィン

関係機関に連絡するなど、

また、必要に応じて行政や まな相談に応じています。 することなど福祉のさまざ

区民の皆さまの問題解決の

らないときは、お近くの総 の門標 手助けをしています。 京都民生委員・児童委員」 合福祉事務所管理係にお問 います。担当の委員が分か 合わせください。 委員は、玄関などに「東 (=写真) を掲げて

東京都

62 丘☎5997・7713、 福祉事務所管理係【練馬♂ 5984・2716、総合 1、大泉☎5905・52 石神井☎5393・280 5984・2768、光が

生しています。このため、6月1日水 から、これらの出し方を変更します。 ボンベが原因の清掃車の火災が多く発 ライター・スプレー缶・カセット式ボ ライター・スプレー缶・カセット式 計画係☎5984・1058 ▽問合せ 清掃リサイクル課 の袋で 東日本大震災復興支援

一時移設〉

ま 〈バス停を

荻駅経由)・阿佐ヶ谷駅行 由)、関東 石神井公園駅南口のバス停留 5時は、ま (下井草駅 所のうち、 (井荻駅経由/上井草駅経 5月15日田午前9時~午後 経由) つりの開催に伴い、 バス荻窪駅行(井 西武バス荻窪駅行 のバス停を

支援のため、義援金の受け付 列や模擬店など多彩なイベン 催されます。当日は、時代行 まつり」が、石神井公園で開 トが盛りだくさんです。 また、東日本大震災の復興 5月15日田に「第24回照姫

販売なども行います んでいる福島県塙町の特産品 けや災害時相互援助協定を結 はできません。 ◎問合せ

観

光係☎5984・1032

西武池袋線 石神井公園 ピアレス 富士街道 石神井公園駅 石神井庁舎 石神井池 ♀~臨時バス停留所 石神井公園● (移設先)

車場として使用するため、 前6時~午後6時の一般利用 バスの発着所や関係車両の駐 局☎5946・3630、 また、石神井公園駐車場は、 実行委員会事務 午

左図の通り移設します。

▽問合せ 地域福祉係☆ . 児童委員 区役所…〒176-8501豊玉北6-12-1、石神井庁舎…〒177-8509石神井町3-30-26、区ホームページ(http://www.city.nerima.tokyo.jp/)

トがあります。

保険に加入したりします。

樹木・ の心のを残す 取り組みにご協力を 樹林を所有する方べ

まつのき憩いの森 (南大泉3丁目)

- ▽問合せ みどり事業係☎5984・1683

として開放する樹林地 街かどの森・憩いの森

を「憩いの森」として、区が必要 樹林地は、面積が30㎡以上千㎡ 設けて開放します。開放された り受け、区道に接している樹林 地契約を結び、無償で土地を借 だいた方には、次の①②のメリ 未満を「街かどの森」、千㎡以上 地(屋敷林も可)に散策路などを に応じて維持管理を行います。 また、樹林地を提供していた 区が樹林地の所有者と市民緑

> ②20年以上の市民緑地契約をし ができる(条件あり) た場合、相続課税の対象となる 課税措置を受けることができる ①固定資産税・都市計画税の非 土地の評価を2割軽減すること

を探しています

樹木・樹林を

地上から1m5㎝地点の所の 保護しています 面



樹木・樹林の指定を受けること 積が30㎡以上の樹林地は、保護 理費の一部を補助したり、 ができます。指定後は、区が管 幹が直径50m以上の樹木や、

に防ぎまし

環境衛生監視担当係☎5984-2485

らします。 炎を起こします。

||定期的に庭木の枝切りをす 生を予防することが大切で るなど、普段から毛虫の発

うにしましょう。

その場合も手でこすらないよ 道水で洗い流してください

成虫だけでなく、死骸や抜 に多く発生します。幼虫、 け殻に触れた場合にも皮膚

《サクラケムシ…サクラなど に大量発生し、葉を食い荒

毛虫に触れたら

ら

触れた部分はこすらず、

水

毛虫の発生を防ぐには

早めに防ぎましょう。 をし、毛虫や繭を発見・駆除 日頃から樹木の観察・手入れ しやすい季節となりました。 するなどして、害虫の発生を

★チャドクガの幼虫 毛虫などの害虫が大量発生

樹木に付く

毛虫の種類と時期 茶・ツバキ・サザンカなど チャドクガ…初夏と秋、

※幼虫や繭を発見したら、発 生している枝葉を枝ごと切 ないようにしてください。 る虫もいます。素手で触ら に触れた場合でも、かぶれ り取り、地中に埋めてくだ

ださい。 殺虫剤で駆除した後の死骸 です。 殺虫剤には発生を予防する 見・早期駆除が最も効果的 効果はありません。早期発 樹木の下の地面にふんが落 ちていないかをよく見てく

す。葉の裏側にいないか

り吹

かない、かすみが

動は控えましょう。 外出は避け、激しい運

なります

0) 目 差し、

が強く、

風があま

化学スモッグは、

9月にかけて、日

報が出たら、

なるべく

光化学スモッグ注意

樹木に付く毛虫などの対処法については、花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) ☎3976-8787でも相談に応じています(午前10時~午後4時。火曜休館)。

> す。光化学スモッグ注 発生しやすくなりま かったような暑い日に

ときは、洗眼やうがい

どが痛くなったりした がチカチカしたり、

をしてください。それ

でも症状が良くならな

いときは、医師の診察

やす

を受け、

練馬区保健所

予防係 (区役所東庁舎

区ホ 送塔 5 光化学スモッグ情報 は、東京都大気汚染情 お知らせします。また、 たときは、防災無線放 意報が発令・解除され (区内191か所)で

月は発生し 6階) ☎5984・2 484へ届け出てくだ

▽問合せ

係☎5984・471 環境規制

認できます。 学スモッグ情報」で確 報テレホンサービス♂ 20.7800 ームページ 「光化

さい。

格係(区役所本庁舎3階) け出先・問合せ こくほ資 険証と国民健康保険証▽届

 $\begin{array}{c} 8 \ 4 \\ \cdot \\ 28 \ 0 \\ 7 \end{array}$ した。

106万8千16円(15件)練馬区社会福祉協議会へ

…整備予定区間…道路廃止区間

日伙午前11時から開通しま 土支田中央区 者負担額軽減確認証」の更「生計困難者に対する利用 新をお忘れなく

する利用者負担額軽減確認

※負担限度額

③~⑤は、生計困難者に対

険加入者

①企業の倒産や

た方は「

国民健康保険の加入

ください。 限までに更新の申請をして 減を受けたい方は、有効期 **|水です。引き続き減額・軽** 認証の有効期限は6月30日 現在お持ちの認定証・確 ※郵送可。 申請のみ。 の減額・利用者負担額の軽 役所西庁舎1階) 減認定の新規申請は、随時 $4 \cdot 4591$ 受け付け。▽申請先・問合

介護保険課給付係

598 区

の離職日の時点で55歳未満 用保険受給資格者証に記載 年3月31日以降③年齢が雇 証に記載の離職日が平成21 けた②雇用保険受給資格者 険受給資格者証の交付を受 解雇により離職し、雇用保

※他にも離職理由などの要

現在、区内在住でなかった した申請書②今年1月1日 ▽提出する物 ①お送り 国民健康保険

◆倒産や解雇などで失業し 費の所得区分の判定の基と た方の保険料を軽減します 保険料の計算や高額療養 参の上、直接、こくほ資格 井庁舎2階) たはこくほ石神井係(石神 係(区役所本庁舎3階)ま 本)と国民健康保険証を持 雇用保険受給資格者証(原 件があります。▽申請方法

▽問合せ こくほ資格係 脱退する方…職場の健康保 失証明書②国民健康保険を …職場の健康保険の資格喪 国民健康保険に加入する方

また、 入した 手続きが遅れた場合でも、 入者が、 で、ご注意ください。 てお支払いいただきますの 脱退した日までさかのぼっ 保険料は職場の健康保険を す。国民健康保険への加入 険に加入する必要がありま 康保険など他の公的医療保 た場合、被扶養者は国民健 度に移行するために脱退し 脱退届を出してください。 届を、 ▽届け出に必要な物 職場の健康保険の加 職場の健康保険に加 方は国民健康保険の 後期高齢者医療制

> 通りです。ありがとうございま 3月にいただいた寄付は次の

時から▽ところ 区役所ア 後7時からB5日田午前10 説明会を開催します。 した「日立キャピタルグル - プ」 の提案内容について、 >とき A6月3日金午

を進める事業者として選定 号線の一部区間が開通 5月31日火から補助230

う事業者を募集しました。

今回、区が優先的に交渉

課Fax3993·1195个。

を、5月25日冰までに企画

や区民生活の質の向上につ の区立施設と地域の活性化

ながる民間施設の整備を行

番号またはファクス番号 別も)②住所③氏名④電話

土支田通り

第五出張所

豊渓小

補助230号線

室・手話通訳の別。ABの ファクスで①説明会(保育 用したい方は、電話または 学児対象)、手話通訳を利 ※保育室(1歳以上の未就

4千㎡)の有効活用を図る

より練馬駅北口区有地

区は、民間活力の導入に

裸馬駅北口区有地活用

場受け付け▽問合せ企画

す (左図参照)。

▽問合せ

画整理課☎5984・23

笹目通り

ください。▽申込 当日会

争業説明会を開催

ため、子育て支援施設など

トリウム棟地下多目的会議 ある都市計画道路補助第23 目指しています。今回、地 下鉄大江戸線の導入空間で 大泉学園町への早期延伸を 区は、 地下鉄大江戸線の

※車での来場はご遠慮

ねりま
図

「負担限度額認定証」

土支田地蔵前 方の平成23年度非課税証明 世帯員がいる場合は、その 預貯金額が分かる物(通帳 徴収票など)④世帯全員 の支給額決定通知書・源泉 書③22年中の世帯全員の収 人が分かる物(22年の年金

など) ⑤お送りした申告書 てに当てはまる国民健康保 は申請が必要です。 ▽対象 次の①~③の全

ます。軽減を受けるために なる給与所得を7割軽減し

日以内にお願いします **☎**5984 · 4554 ◆加入・脱退の手続きは14 職場の健康保険を脱退し

10万8千70円 (3件) [練馬みどりの葉っぴい基金]

泉区民事務所☎3922 ☎5997 · 7711、大 2階) ☎3995・111 4~6、光が丘区民事務所 くほ石神井係(石神井庁舎 **☎**5984·4554、こ ▽問合せ 管財用地係☎59 皆さまからの寄付 $\begin{array}{c} 1 \\ 7 \\ 1 \end{array}$

地域福祉パワーアップ

カレッジねりま

前8時30分~午後8時(14日は

>とき 5月14日出までの午

を行います。詳しくは、各警察署へ

の全国交通安全運動に合わせて催し

て運転しましょう。警察署では、春 います。交通ルールやマナーを守っ

お問い合わせください。

▽問合せ 警察署【練馬☎399

楽しいこと

りっぱい

えんち

入会申込

問合せ

午前8時45分から)▽ところ

凶役所アトリウム

◎問合せ

ひと・まちづくり

5月14日生

10】、区役所内安全対策係☎59 0110、石神井☎3904・01 4・0110、光が丘☎5998・

雅係☎5984・1503

介します。

第4回力レツ

所アトリウム棟地下多目的会議

午後3時3分▽ところ 区役

▽とき 5月14日出午前10.

室▽内容(展示コーナー、

「交流」

ら) など

リナ演奏(午後2時45分ごろか 者疑似体験、車椅子体験、

オカ

区役所アトリウム棟地下多目的会議室

ながらの運転は、法令で禁止されて

たり、電子メールの操作をしたりし 傘を差したり、携帯電話で通話をし 通行しなければなりません。また、

パス券がなんと

※としまえんの1日フリーパス券や豊島園庭の湯のチケット、T・ジョイ大泉の映画鑑賞券などが一般より安く購入できます。

ねりまファミリーパックは、区内の中小企業にお勤めの方と区民の皆さまのた

めに福利厚生事業を行っています。現在、事業所入会促進キャンペーン実施中。

豊玉北6-15-14 共栄ビル401 23993-6600

ホームページ http://www.nerimafamipa.or.jp

一般社団法人 ねりまファミリーパック

受付時間 午前8時30分~午後5時15分(日曜、祝休日、年末年始を除く)

自転車は原則として車道の左側を

自転車も車両の仲間です

〈パネル展を開催〉

カレッジの活動内容などを紹

ねりまからできること

表します。

テーマに日頃の学習の成果を発 学習機関です。今回「交流」を ッジねりま」は、地域福祉の担

入場無料

- 地域福祉パワーアップカ

レ

5月1日多~2日日は

春の全国交通

募集中!

現在の会員数 約13,000

|入会できる方 ○区内に事業所がある中

員と事業主の方

小企業・商店などの従業

○20歳以上の区民の方

|入会金1人200円

月会費1人500円

○事業主が従業員全員の

会費を負担した場合、福

利厚生費となり、税法上 の損金または必要経費と

他にも特典いろいろ

して処理できます

安全運動

い手育成を目指して設立された

大学のあり方懇談会の 安員を募集

ねりま区民

〔在学〕の20歳以上の方▽

跡施設を利用して「(仮称) 定している総合教育センタ 用する場として、移転を予 **沽動を担う人材を育成・活 涯学習活動を支援し、地域** 区は、区民の主体的な生 (高野台2の25の1) の

懇談会は、学識経験者や関 取り組んでいます。 る区民委員を募集します。 民大学」のあり方を検討す 今回「(仮称) ねりま区 委員を募集

ねりま区民大学」の開設に 3 9 ネットワーク会議の 練馬区食育推進

を防ぐため、食の大切さを 満による生活習慣病の増加 組んでいます。 学ぶ「食育」の推進に取り 区は、食習慣の乱れや肥

開催する予定です。

され、12月までに6回程度 係団体の代表者などで構成

> ⑤電話番号を記入の上、6 舎11階) ☎5984・24 涯学習担当係 (区役所本庁 または郵送で生涯学習課生 月1日(必着)までに直接 様式自由)に①住所②氏名 募集人数 5名程度 (選考) (ふりがな) ③年齢④性別 マとした作文 (80字程度。 八材の育成と活用」 をテー 「地域活動を担う 25年3月です。 (在学) の方▽募集人数

着) までに直接または郵送 文(80字程度。様式自由) 5名 (選考) ▽申込 食育 5984.4679 係(区役所東庁舎6階) と履歴書を、6月6日(必 に関する意見をまとめた作 で健康推進課栄養指導担当

サポーターを募集 価祉のまちづくり

誰もが暮らしやすい福祉 ▽対象

おおむね60歳以

推進ネットワーク会議の委 学識経験者などで構成さ 員を募集します。会議は、 者と共に地域に広めるため れ、任期は7月下旬~平成 の検討や活動を行う、食育 ▽対象 区内在住・在勤 今回、食育を区民・事業 ポーターの方には、福祉の 改良工事の現地調査への同 まちづくりに関するアンケ っていただきます。 め「福祉のまちづくりサポ トや道路・施設の整備・ ター」を募集します。 整備後の検証などを行

求の上、福祉部経営課ひ と・まちづくり推進係25 984·1296、 はファクスで申込用紙を請 のある方▽申込 電話また 84.1214 で福祉のまちづくりに関心 **Fax** 5 9

以外の区民に活動参加高齢者サークルが会員 呼びかける事業を助成

場合は、 策課事業係☎5984・4 接または郵送で高齢社会対 抽選となります。

のまちづくりを推進するた ▽対象 区内在住・在勤 外の区民の参加が10名以上 行っている20名以上のサー ださい。▽助成額 ンティア活動 ※要件など の事業②会員以外の区民を 対象とした区内で行うボラ クル▽助成事業 ①会員以

詳しくは、お問い合わせく 所西庁舎3階)にある申込 館、敬老館、高齢者センタ ません。▽**申込** 成を両方受けることはでき 業経費の2分の1(上限年 4万円) 高齢社会対策課(区役 ※前記①②の助 地区区民 対象事

5月31日(必着)までに直 用紙に必要書類を添えて、

84 · 43333

Ⅴ作業療法士 非常勤職員

身障害児(者)に対する療育 有資格者▽内容

上の方が、定期的に活動を ボランティアを募集 国際交流事業などの

語・ベトナム語などの通訳 立施設でタガログ語・タイ います。 をしていただきます。 〈通訳ボランティア〉

ます。受け入れに伴う費用 テイを受け入れていただき は、原則として受け入れ家 〈ホストファミリー〉…1 ~2泊程度の短期ホームス

求の上、国際交流係☎59 庭の負担となります。 電話で資料を請

◎申込

8時157時 130分 8時20分 8時30分 8時30分 午前7時30分から、夕:午後4(月20日程度) ▽時間 ●朝: 時間▽賃金 ●時給千300分~午後5時15分の間の から(それぞれ2~3時 2~4原則として午前

真添付)と資格証の写しを、5しません。▽申込 履歴書(写額14万3千円 ※交通費は支給額14万8千円 ※交通費は支給 後4時30分▽採用予定数 1名日)▽時間 午前9時3分~午日)▽時間 午前9時3分~午 ンター▽期間 7月~平成25年 相談▽場所 中村橋福祉ケアセ

⑤看護師 **⑤**看護師

育課管理係 (区役所本庁舎10階)

記入の上、

直接または郵送で保

(写真添付)

に希望する職種を

随時受け付けて

月 真 20 付 日 付 は郵送 3926 · 7211 ・ 中村橋福祉ケアセンター☆ 9郵送で〒75-92貫井1の9の20日(必着)までに直接また アルバイト

中村橋福祉ケアセンター☎39

▽対象 有資格者▽内容 トラック (者) の医療ケアや身辺介護▽場所 中村橋福祉ケアセンター▽期間 6~11月▽アセンター▽期間 6~11月▽アセンター▽期間 5~11月▽中30分~時間は応相談。▽募集人数 1名(書類選考・面接)▽賃金 時間は応相談。▽募集人数 1名(書類選考・面接)▽賃金 時間は応相談。▽募集人数 1名(書類選考・面接)▽賃金 時間は応相談。▽募集人数 1名(書類選考・面接)▽賃金 時間は応相談。▽募集人数 1名(書類選考・面接)▽貸金 に直接または 1~20日(必着)までに直接また。2011

ボランティア

術指導補助など▽場所 区立小▽内容 小中学生への水泳の技31日現在)で、水泳ができる方 中学校▽期間 夏休み期間中で ◆学校プール水泳補助指導員 17歳以上(来年3月

学校の指定する日▽時間 原則 として1日6時間▽謝礼 1時間当たり千円 ※交通費は支給 しません。▽申込 履歴書(写 真添付)に水泳指導の履歴・健 康状態を記入の上、6月17日金 までに本人が直接、学校教育部 庶務課学校保健係(区役所本庁 舎12階) ☎5984・5729

接を行います。 ※郵送不可。 ※簡単な面

の方の自動車税などの減免手続 ◆身体障害者手帳などをお持ち きは5月31日火まで 身体障害者手帳などをお持ち 定の要件に当てはまる方 官公署だより

か月以内に申請してくださ 場合は登録(取得)の日から1 でに、新たに自動車を所有した 有している場合は5月31日伙ま **減免されます。既に自動車を所** は、自動車税・自動車取得税が

▽問合せ 都税総合事務セン

▒祝金・見舞金・弔慰金などの給付金があります。 ⋙全国約200か所のホテルと割引契約をしています。

参事業主には従業員の定期健診経費助成があります。

区役所…〒176-8501豊玉北6-12-1、石神井庁舎…〒177-8509石神井町3-30-26、区ホームページ(http://www.city.nerima.tokyo.jp/)

6

講座·講演会

映画を通して環境を考える

睛5月14日仕午後1時~3時15分**励** 南田中図書館(南田中5-15-22)内 「バオバブの記憶」上映後、監督の本 橋成一さんと映像文化批評家の四方繁 利さんが環境について対談する 250名 (申込順) 申直接または電話で南田中 図書館☎5393-2411へ

練馬公民館の講座

12とも所練馬公民館申1電話また は区ホームページ「電子申請」で練馬 公民館☎3991-1667へ②往復ハガキに ①講座名(ABの別も)②住所③親子 の氏名(ふりがな)④お子さんの年齢 ⑤電話番号を記入の上、5月27日(必 着) までに〒176-0012豊玉北6-8-1 練馬公民館へ ※①で既に申し込んで いる方は、申し込み不要です。 ※2 で保育室(図1歳以上の未就学児)を 利用したい方は、お子さんの氏名(ふ りがな)・年齢も記入してください。

1時事問題を考える~区民大学

対18歳以上の方時5月19日休午後2 時~3時30分 ※6月以降の日程は後 日区報でお知らせします。内その月の ニュースを解説置元毎日新聞社論説委 員長/清水幹夫屋300名(申込順) 2親子でパンづくりに挑戦!

図A3~5歳児と保護者B小学生と 保護者**B**A6月5日(日)B19日(日) いず れも午前10時~午後2時四ハムロー ル、チョコチップパンなどを作る置各 日12組(抽選) 閏1組1,500円(材料

自分で煎った新茶を味わおう

対18歳以上の方時5月22日(日)午後1 時~3時配春日町リサイクルセンター (春日町2-14-16) 2010名 (申込順) 3日 エプロン、三角巾町電話で春日町リサ イクルセンター**☎**3926-2501へ

ハーブでリース作り

時5月27日金午前10時~正午**所**関町 リサイクルセンター屋18名(抽選)目 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、 5月18日(必着)までに〒177-0051関 町北1-7-14 関町リサイクルセンター ☎3594-5351へ ※参加者にハーブ苗 を差し上げます。 ※保育室 図6か 月以上の未就園児)を利用したい方は、 お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も 記入してください。

立野公園で 虫探しとブーメラン作り

对小学生時5月28日出午前10時~正 午(雨天中止) 55立野公園(立野町 32-1) **定**20名 (申込順) **申**電話で関町 リサイクルセンター☎3594-5351へ

花とみどりの相談所の教室

12とも配花とみどりの相談所など **申**往復ハガキに①教室名(**1**2の別) ②住所③氏名(ふりがな)④電話番号 を記入の上、5月17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へ

1ボタニカルアート教室

図初心者時5月28日~6月18日の毎 土曜午後1時30分~4時【4日制】四 植物を細部まで写実的に描く闘元光が 丘ボタニカルアート同好会長/森本三 枝子屋24名(抽選)置2,000円(材料

②虫のファッションショーにご招待! ~歩いて自然をさがす教室

睛6月5日(日)午前10時~正午内テン トウムシなどを観察闘財日本自然保護 協会自然観察指導員/川上典子他230 名(抽選)



練馬に伝わる昔話28話を紹介 ■「ねりまの昔ばなし」 区内文化財などを巡る24コースを紹介 2 「ふるさと練馬探訪」

いずれも図書館、石神井公園ふるさと 文化館(石神井町5-12-16)、区民情報ひ ろば (区役所東庁舎3階) でご覧になれ

ます。また、石神井公園ふるさと文化館 と区民情報ひろばでは1410円2500円 で販売もします。

問合せ 石神井公園ふるさと文化館四3996-4060

ふるさと文化講座 「古代武蔵国と東山道」

時所5月29日(日)午後2時~3時30分 …石神井公園ふるさと文化館(石神井 町5-12-16)、6月5日(日)午後1時30分 ~3時30分…武蔵国分寺跡資料館(国 分寺市西元町1-13-10) など【2日制】 員/小野本敦屋60名(申込順)置100 円(入館料) ※交通費実費。申電話 で石神井公園ふるさと文化館☎3996-

熟年世代の整理術~いずれ来る 老後、その後のために

=消費者教室=

閏6月3日途午前10時~正午万石神 井公園区民交流センター2階(石神井 町2-14-1) 闘福祉住環境コーディネー ター/榊原かづ子屋50名(申込順) 1日6 月2日休までに電話で消費生活係☎ 5910-3089へ ※保育室(図1歳以上の 未就学児)を利用したい方は、5月27日 (金)までに併せて申し込んでください。

勤労福祉会館の講座

1~3とも阿勤労福祉会館申直接ま たは電話、往復ハガキで①講座名(1) ~③の別) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号を、6月9日(必着)まで に〒178-0063東大泉5-40-36 勤労福

> 以 分 人 人場無料



聞5月18日(水)午後 0時15分~0時45分 **励**区役所アトリウム **囚**ニニ・ロッソ/夜 空のトランペットな ど聞二井田ひとみ

二井田ひとみ (トランペット) 間 ు練馬区文化振興協会☎3993-3311 ※申し込みは不要です。 ※車での 来場はご遠慮ください。

毎月第3水曜に開催しています

祉会館☎3923-5511へ

1経営分析講座

閏6月16日(木)·17日(金)·22日(水)·24日 金午後6時30分~9時【4日制】四財務 諸表などの読み方を学ぶ250名(抽選) ②労働法講座

聞6月17日金·24日金午後6時30分 ~8時30分【2日制】 内法改正に対応 した就業規則の改定・作成方法を学ぶ 定30名(申込順)

③ライフプラン講座

睛6月18日出午後2時~4時内相続 税や贈与税の法改正のポイントを学ぶ **屋**30名(抽選)

区民の ひろば

この欄は、区民の方の自主的なサ ・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。

▷掲載の問合せ 広報係☎5984-2690

- ◆空手道 講士館 毎水曜①午後7時 後5時以降) の方) 桜台体育館 ①②とも入会金 3,000円、月会費3,000円 金井☎090-9231-5201
- ◆ボーイスカウト体験会(上石神井地 井☎090-7230-0040(要予約) 域でハイキング、おにぎり作り) 年 ◆旭スイミング(水中ウオーキング・ 長児~中学生対象 5月29日午前9時 ~午後2時 上石神井小など 参加費 時30分~9時30分 旭町南地区区民館 無料 ボーイスカウト練馬7団・塚本 入会金1,000円 月会費2,500円 保険 ☎3995-2870(要予約。午後6時~9
- ◆愛唱名歌を歌う会 中高年齢者対象 ◆第6回春の健康フェスティバル 月1回①水曜②土曜午後2時~4時 (「ただいま それぞれの居場所」の上 約) 関区民センターなど ①②とも入会金 映・大宮浩一監督によるトーク) 5 1,000円、参加費1回700円、テキスト 月22日午後1時~4時30分 光が丘区 代1,000円(初回のみ) ちゅうじょ う☎3928-2340 (要予約)

- ◆俳画 虹の会 第2月曜午後1時~ 4時 石神井庁舎 月会費1,500円 初回は無料体験可 佐藤☎3926-3243 ◆パッチワークキルトの作品展 5月
- 26日~29日午前10時~午後5時30分 (29日は午後4時まで) 練馬区立美 術館 入場無料 キルト・エスパス・ 崎島☎Fax3577-1984
- ◆健康体操ルピナス(①プチェクササ イズ②ストレッチ) 女性対象 月4 回水曜①午前9時50分~10時40分②午 前10時50分~11時40分 光が丘区民セ ンター5階など ①②とも月会費2,000 円 5月18日·25日午前9時50分~11 時40分に光が丘区民センター5階で無 料体験会あり 野池☎3996-3018(午
- ~8時(5歳児~中学生)②午後8時 :: ◆翔亀柔道塾 年少児~中学生対象 :: **理・文化)** ①第1・3火曜午後2時 :: ◆ピラティス体操 マーメイド 毎月 :: 1474(要予約) ~9時(16~29歳の初心者、30歳以上 毎土・日曜午後 0 時30分~3 時30分、 30分~4 時30分、第2・4 木曜②午後 曜①午後 6 時~7 時②午後 7 時30分~ ◆香梅会和がみ画展 5 月27日~29日 毎水・金曜午後6時30分~8時30分 桜台体育館など 入会金3,000円 月 会費4,000円 初回は無料体験可 亀
 - 水中体操・水泳) 月4回木曜午後7 料年1,600円(65歳以上の方年800円) スサキ☎3976-4753
 - 民センター2階 入場無料 練馬健康 連絡会·森☎3997-2953 (要予約) 可 吉村☎090-7419-6086

- ◆心と体を整える呼吸法 新春日気功 の会 毎水曜午後7時~8時30分 春 日町図書館 月会費4,000円 服部☎ 3577-5696 (午後7時以降)
- ◆ヨーガ健康法 中高年齢者対象 月 4回①火曜②水曜午前10時30分~11時 50分 ①石神井公園区民交流センター **2階②練馬文化センターなど** ①②と も月会費3,500円、年会費2,000円 新 田☎5393-0614 (要予約)
- ◆女声コーラス(世界の叙情歌など) コール春日 中高年齢者対象 月2回 木曜午前10時~正午 練馬文化センタ ーなど 入会金1,000円 月会費3,000 円 初回は無料体験可 岡本☎3922-7917(要予約)
- ◆英語読書会 (イギリスの歴史・地 橋☎3922-2850 2時30分~4時30分③午後6時30分~ 8時30分 サンライフ練馬 ①~③と 会費1回1,000円 佐藤☎090-7909- あギャラリー 入場無料 阿部☎3920-も月会費3,000円、テキスト代実費 4972 (要予約) 廣瀬☎3921-1982(要予約)
- 1,500円 年2~3回介護施設への訪 円 柏岡☎3922-8928
- 館 会費1回800円 初回は無料体験

- 式・扇など) ①毎火曜午前10時~正 午②每金曜午後6時30分~8時30分 義則他 ①②とも月会費2,500円 高 野☎3948-2139
- ◆練馬女声コーラス(ミサ曲・ホーム ソングなど) 毎金曜午後2時30分~ 5時 練馬公民館など 入会金1,000 無料体験可 (社)自彊術普及会所属・東 円 月会費5,000円 初回は無料体験 可 手塚☎3992-1397
- も入会金1,000円、月会費3,000円 大
- 8時30分 貫井活動交流室 ①②とも 午前11時~午後5時 大泉学園ゆめり
- ◆彩炎画会作品展(油彩画) 5月17 ◆易筋気功・変架呉式太極拳・推手 **◆石神井公園ミュージックベルサーク** 日~23日午前10時~午後6時(17日は タオ・クラブ 毎土曜午後3時30分~ ル 月2回①水曜②日曜午前10時~11 午後1時から、23日は午後5時まで) 時30分 ①男女共同参画センターえー 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無 2,000円 月会費4,000円 さがら☎ る②石神井公園区民交流センター2階 料 例会…毎土曜午後1時~4時 大 6764-9111 ①②とも入会金1,000円、会費1回 泉南小 入会金1,000円 月会費2,000 ◆吟詠会(漢詩・新体詩・和歌・俳句
 - 午後1時~4時30分 石神井公園区民 会費2,000円 小川☎5387-2576 山本**☎Fax**3995-2217(要予約)

- ◆徳殿公園・豊玉東太極拳同好会(24 ◆50歳以上の方のための英会話サーク ル 初級~中級者対象 毎火曜午前10 時~11時 貫井地区区民館など 月2 ①中村南スポーツ交流センター②豊玉 回イギリス人講師が指導 入会金500 東小 指導 太極拳友好協会長/小池 円 月会費4,000円 教材費実費 松 山☎090-8497-1290(要予約)
 - ◆健康体操自彊術 第1・3月曜午後 2時30分~4時 中村地域集会所 月 会費1,500円 年会費3,000円 初回は 條☎3998-3833 (午後6時以降)
- ◆カラオケ無料体験会 中高年齢者対 ◆ウクレレ 星のレイ 初心者対象 象 5月18日午後1時~5時 豊玉高 ①第1・3水曜②第2・4火曜午後2 齢者センター 例会…中高年齢者対象 時~4時 総合教育センター ①②と 月4回平日午後 豊玉高齢者センター など 入会金2,000円 月会費250円 カラオケレインボー・佐藤☎090-1467-
 - 8773
 - 5時 サンライフ練馬など 入会金
- など) 月3回金曜午後1時~3時 間演奏あり 工藤☎5372-5605(要予 **◆シニア男性料理塾** 6月12日・19日 三原台地域集会所 入会金500円 月
- ◆気功エンジョイサークル 第2・4 交流センター2階 講師 栄養・料理 ◆書道 (漢字・かな) 良書会 月2 火曜午後2時~4時 東大泉地区区民 研究家/辻豐子 参加費2,000円 材 回土曜午後1時~5時 練馬文化セン 料費1,800円 ねりまシニアクラブ・ ター 講師 西川紫水 入会金2,000 円 月会費3,000円 川杉☎3992-8365

〔講座・大会などの対象は原則として区内在住・在勤 (在学) の方です。郵送申込の場合は、1 人 1 通に限ります。区内在住でない方は、勤務先や学校の住所を記入してください。〕

練馬文化センターの催し

〉交通 練馬駅北口下車徒歩1分 (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)

綾戸智恵 Concert 2011「prayer」 ~人が人にできること



綾戸智恵

時9月30日金 午後7時開演匠 大ホール出綾戸 智恵他置6,500 円(全席指定) ※車いす席は、 本人・付添者と も3,250円。

〈チケット予約・購入方法〉…5月21 日生午前10時から1で電話予約を受け

付けます。また、22日(日)午前10時から 1~3で購入ができます(申込順)。 1練馬文化センター☎3948-90002大 泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅北 口下車徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1 〈5階〉) 3 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へ申し込んでください。

※未就学児は入場できません。

6月17日金午後2時から「東日本大震災復興支援 前橋汀子チャリティ **-コンサート」**を開催します。詳しくは、5月21日号でお知らせします。

催

区民囲碁大会

閏6月12日(日)午前9時~午後5時 総合教育センター内クラス別リーグ戦 **定**200名(抽選) **申**往復ハガキまたは 区ホームページ「電子申請」で①大会 名②住所③氏名(ふりがな)④電話番

号⑤段級位を、5月27日(必着)まで に〒177-0033高野台2-25-1 総合教育 センター☎3904-4881へ

60歳以上の方対象の映画会

聞5月27日金函午前10時からB午後

1時30分から防関区民センター(関町 北1-7-2) 内嵐が丘(主演/ローレン ス・オリビエ) 屋各回200名 (先着順) 11当日会場受け付け 11週関高齢者センタ -33928-1987

スポーツ

初心者スポーツ教室

□ワンポイント水泳指導(6・9月分) 個人利用の方が対象です。希望する 方は、プール内でお申し出ください。

所時下表の通り置1時間につき小中 学生100円・一般200円(プール入場料) 固各施設

中村南スポーツ交流センター	水曜
(中村南1-2-32) ☎ 3970-9651	19:00~21:00
平和台体育館	水曜
(平和台2-12-5) ☎ 5920-3411	19:30~21:30
光が丘体育館	金曜
(光が丘4-1-4)☎5383-6611	19:00~21:00
上石神井体育館	木曜
(上石神井1-32-37) ☎5991-6601	19:30~21:30
大泉学園町体育館	月曜
(大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161	19:30~21:30
三原台温水プール	火曜
(三原台2-11-29)☎3924-8861	19:30~21:30

※7月1日金~8月31日休)、祝日、休館日は 行いません。また、講習会などがある日は 行わない場合があります。

6月のトレーニング室利用説明会

区立体育館のトレーニング室は会員

制です。説明会に参加し会員になると、 どこの体育館でも利用できます。

図15歳以上の方(中学生を除く) ※ 障害などにより1人で利用できない方 は、付き添いが必要です。

田各回の前日 までに、直接または電話で各体育館へ ※各回とも定員があります(申込順)。

総合体育館 (谷原1-7-5) ☎3995-2805	5 (日)、29(水)······10:00 14(火)、25(土)·····19:00
平和台体育館 (平和台2-12-5) ☎5920-3411	6 (月)、17(金)、19(日) ··········· 9 :30 · 19:00
光が丘体育館 (光が丘4-1-4) ☎5383-6611	2 (未), 15(木), 16(木)
上石神井体育館 (上石神井1-32-37) ☎5991-6601	2(木)、9(木)、27(月)
大泉学園町体育館 (大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161	3 (金)、21(火)·······9:30 8 (水)、16(木)······14:30 11(土)、26(日)·····18:30

※中村南スポーツ交流センター(中村南1-2-32) ☎3970-9651については、お問い合わ せください。

お休みします

◆男女共同参画センターえーる☎ 3996-9005

聞5月15日(日)【設備点検などのため】

◆春日町図書館☎5241-1311

睛 5 月23日(月)~27日(金)【特別館内整 理期間のため



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

■公衆浴場でラベンダー湯

閏5月15日(日)**所**区内公衆浴場置450 円(小学生180円、未就学児80円) 間 練馬区公衆浴場組合・北口☎3924-5010 **■**第35回わんぱく相撲練馬区大会

对小学生55月15日(日)午前11時30分 ~午後5時面光が丘体育館(光が丘4-1-4) 🔼 男女学年別トーナメント ※ 4~6年生の優勝者は都大会に出場。 ※未就学児・保護者が参加できるイベ ントあり。田当日会場受け付け間社東 京青年会議所練馬区委員会・浅野☎

■JA東京あおばの催し さつき展示 8100へ(月・水・金曜午前中)

聞5月18日(水)~22日(日)午前10時~午 後5時**所**ふれあいの里(桜台3-35-18) 内展示、即売間練馬地区振興センター

眦順天堂大学医学部附属練馬病院の講

12とも**励**マグノリア横山ビル(高 野台1-8-9) 自往復ハガキに①講座名 (12の別) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号を記入の上、①5月16日② 23日(消印有効)までに〒177-8521高 野台3-1-10 順天堂大学医学部附属練
##ボランティア養成講座 馬病院11腎臓病を知ろうセミナー係2 区民健康医学講座係☎5923-3111へ

1 腎臓病を知ろうセミナー 「腎臓病 と糖尿病のあま~い関係」…5月20日 金午後2時30分~4時30分**定**60名(申

②区民健康医学講座「関節が痛いっ

てどんな病気があるの? 治療法って あるの?」…5月28日(土)午後3時~4 時起100名(申込順)

■練馬のパワースポットを訪ねて~名 木と森の息吹を感じて

時所5月21日生午前9時30分地下鉄 有楽町線氷川台駅2番出口集合~氷川 神社〜光伝寺〜正午羽根木憩いの森解 散园20名(申込順)園100円(保険料 など) 申5月17日火までに電話で練馬 みどりの機構事務局☎5999-9577へ

■無原区母子寡婦福祉大会

聞 5月29日(日)午後 0時30分~3時30 分配男女共同参画センターえーる(石 神井町8-1-10) 内体験発表目当日会場 受け付け間練馬区母子寡婦福祉連合 会・伊部☎3924-1519 ※小中学校へ 入学したひとり親家庭のお子さんにプ レゼントあり。

親子体操教室

対小学生以下のお子さんと保護者時 6月5日(日)午前10時~11時30分**所**上石 神井体育館(上石神井1-32-37) 四体 操、ゲーム、トランポリンなど**庭**30組 (申込順) 置300円 (小学生以下100円。 保険料など) 申電話またはファクスで ①教室名②住所③親子の氏名(ふりが な)・年齢・性別④電話番号を、6月 3日金までにSSC上石神井☎Fax3929-

■シルバー人材センターパソコン教室 **内時**1パソコン入門…6月6日(月)・ 7日(火)・9日(木)・10日(金2)ワード入門 ··· 6 月13日(月) · 14日(火) · 16日(木) · 17日 (金3インターネット・Eメール…6月 20日(月)・21日(火)・23日(木)・24日(金) い ずれも午後1時30分~4時30分【4日 制】頭練馬区シルバー人材センター練 馬事業所(練馬1-19-7) **2**各15名(申 込順) 🖥 1 コース7,000円(教材費な ど) 申電話で練馬区シルバー人材セン ター☎3993-7168へ

対高校生以上の方時6月18日~7月 9日の毎土曜午前10時~午後1時、7 月16日出午後3時~6時【5日制】55 都立大泉特別支援学校園和太鼓の実 止) 国〒177-0045石神井台5-4-17 佐 技、障害のある生徒との交流**屋**30名 (抽選) 圓300円 (保険料) **用**電話また は往復ハガキ、ファクスで①講座名② 5日(旧)午前9時~正午(雨天中止) **国** 13組(申込順) **閏**1組**②**100円**®**300円 すきの会練馬支部・西**☆**5934-2439へ

住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤ 電話番号⑥ファクス番号(ある方のみ) を、5月28日(必着)までに〒178-0061大泉学園町9-3-1 大泉特別支援 学校☎3921-1381 · Fax3921-1316へ

■第19回ねりま体操フェスティバル参

図音楽を使った振り付けを発表でき る団体時10月23日(日)午前9時から属光 が丘体育館(光が丘4-1-4) 置 1 人700円 申体育館、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、 6月10日(必着)までにねりまリズムム ーブメント協会・古関**☎Fax**3925-3116 へ(問い合わせは午後8時以降)

朝・夕・青空市

■大門通り商店街…5月14日出午前10 時~午後6時間今野☎3992-3914

■汀古田いちば通り商店街…5月14日 (土)午前10時~午後7時間南部☎3991-

■練馬銀座本通り商店街…5月21日仕 午前10時から ※商品がなくなり次第

花とみどりの展示会

励間花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) **2**3976-9402 **□シャドーボックス&水彩画**… 5 月13

日(金)~15日(日)午前9時 日は午後4時まで)

□写真展「自然の表情展」…5月18日 (水)~22日(日)午前9時~午後5時(18日 は午後1時から、22日は午後4時まで)

リサイクルマーケット

車での来場・搬入はご遠慮くださ い。700円以下の出店料が掛かります。 ▷出店申込 往復ハガキに①住所② 氏名③電話番号を記入の上、開催日の 5日前までに申込先へ

▷問合せ 申込先または清掃リサイ クル課普及啓発係☎5984-1448

☆さくらの辻公園 (上石神井3-19-10) …5月29日(日)午前9時~正午(雨天中 野めぐみ☎090-4052-8877 (抽選100店) ☆春の風公園 (光が丘7-4-1) …6月 〒177-0042下石神井6-5-18 ミモザ・ サラダ☎090-6154-6204(抽選50店。 問い合わせは午後6時~8時)

♣ 大泉井頭公園(東大泉7-34-1)…6 月5日(日)午前9時~午後0時30分(雨 天中止) 田〒178-0065西大泉3-30-3 ソレイユ☎090-4923-4803(抽選50店。 問い合わせは午後7時~9時)

⇔長光寺橋公園(石神井町1-1-58)…6 月5日(日)午前10時~午後0時30分(雨 天中止) 田〒176-0001練馬2-22-13 リ サイクル・タンポポ**☎**090-5423-8684 (先着100店。問い合わせは午後7時~ 9時)

ねりまイクメン講座

区内の団体に委託して実施。

■プロの写真家から学ぶ! パパのフ ォトワークショップ…図1歳児~小学 生と父親時5月29日(日)午前10時~11時 30分**质**石神井公園(石神井台1-26-1) 體写真家/山本哲也20組(申込順) 閏1組500円 (材料費など) 掲デジタ ルカメラ目電話で練馬イクメンパパプ ロジェクト・早川☎080-5419-2697へ 間学び支援係☎5984-2438

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。

過学び支援係☎5984-2438 ●親子で勝負! ザリガニ釣り…図小 : 国当日会場受け付け間ねりま地域文庫 学生と保護者闘5月28日出午前10時~ 読書サークル連絡会谷原・光が丘ブロ 正午面秋ヶ瀬公園(埼玉県さいたま市) **园**10組(申込順)**圓**1人1,000円(保 険料など) **車**電話で自然体感塾ワンダ ー・スクール・太田☎3921-6994へ(午 圓100円)。 前9時~午後2時)

▶キッズマッサージでスキンシップ… 対1~2歳児と保護者時5月30日(月)午 前10時~11時30分配光が丘区民センタ - 6階(光が丘2-9-6) 215組(申込順) 置1組500円(材料費など) 申電話で マシュー・清田☎090-6173-3970へ(正 午~午後8時)

●親子でリトミック…図A5か月~1 歳未満児と保護者®1歳以上の未就園 児と保護者 5月31日 (水平前9時30 分~10時30分(B)午前11時~正午**原**北町 第二地区区民館(北町6-24-101)屋各回

(保険料など) 中電話でキラキラプロジ ェクト・戸ヶ崎☎080-4426-2295へ

●チアリーディングを楽しもう!…図 障害のある小中学生と保護者56月2 日休午後5時~6時配光が丘区民セン ター2階(光が丘2-9-6) **屋**20組(申 込順) 目電話でチアクラブレインボー スターズ・照井☎090-4426-5573へ

●親子で作る「ちぎり絵」教室…図小 中学生と保護者時6月4日生午前10時 ~正午**所**石神井公園区民交流センター 3階(石神井町2-14-1) 2010組(申込 順) 閏1人500円 (材料費など) 目電 話で戸池真矢ちぎり絵教室・戸池☎ 5935-9701^

●乳幼児のための「はじめてのコンサ - ト」…対未就学児と保護者時6月7 日伙午前11時~正午所練馬公民館(豊 玉北6-8-1) 2150組 (申込順) 21組 500円(資料代など) 申電話でミュー ズ・アカンパニー・掛江☎3550-9355 へ (午前9時~午後3時)

子育て学習講座

区内の団体に委託して実施。 過学び支援係☎5984-2438

□さぁ、にっこり笑って出発です~わ たしの絵本作り…5月31日火午前10時 ~正午頭光が丘図書館(光が丘4-1-5) 闘作家/西内ミナミ 650名 (先着順) ック・須加☎3999-0225(午前9時~ 午後8時) ※保育あり(5月27日金) までに要予約。図1歳児以上屋10名

【算数・数学をなぜ学ぶのか?…例未 就学児の保護者時6月2日休午前10時 ~正午面田柄幼稚園(田柄2-17-27) 闘 田柄幼稚園長/荒木正志定80名(申込 順) 申電話で田柄幼稚園おひさまの 会・吉野☎090-2460-9286へ(午前10 時~午後5時) ※保育あり(5月20 日金までに要予約。対2歳児以上210 名圖100円)。

☑絵本と子育て・鳥の巣の不思議…6 月5日(日)午後1時~3時配貫井図書館 (貫井1-36-16) 闘絵本作家/鈴木まも る屋55名(申込順) 日電話でこの本だい



練馬区保健所(〒176-8501豊玉北6-12-1 区役所東庁舎 6 階) 光が丘保健相談所(〒179-0072光が丘2-9-6) ☎5997-7722 大泉保健相談所(〒178-0061大泉学園町5-8-8)☎3921-0217

豊玉保健相談所(〒176-0012豊玉北5-15-19)☎3992-1188 石神井保健相談所(〒177-0041石神井町7-3-28) ☎3996-0634 ※受け付けは午前8時30分~午後5時。

北保健相談所(〒179-0081北町8-2-11)☎3931-1347 関保健相談所(〒177-0052関町東1-27-4) ☎3929-5381

※参加費の記載のないものは無料です。 凡例:圀…対象、闓…時、圀…場所、閻…内容、鬪…講師、冠…定員、闓…参加費、鬪…持ち物、囯…申し込み、閰…問合せ

する育元気 な

育児と離乳食(2・3回食)

対7~10か月児と保育者時5月20日 金午前10時~11時30分配光が丘保健相 談所內講義、献立紹介定30組(申込順) 間母子健康手帳、スプーン目電話で光 が丘保健相談所へ

パパとママの準備教室

図出産を控えた夫婦**時**5月21日仕(A) 午前9時~11時30分B午後1時30分~ 4時 5 豊玉保健相談所 5 講義、ビデオ 上映、お風呂の入れ方の実演指導など **园**各回40組(申込順)**獨**母子健康手帳、 エプロン

電話で豊玉保健相談所へ

すこやかママと家族の食事

対妊娠中の方と家族時5月31日火午 後1時30分~3時配石神井保健相談所 **内**講義、献立紹介**定**30名(申込順)**且** 電話で石神井保健相談所へ

思春期の心の発達と病気 ~反抗期・うつ病・拒食症など

睛6月10日金午後2時~4時閒豊玉 保健相談所内講義闘風の木クリニック 院長/高橋和巴**尼**60名(申込順)**里**電 話で豊玉保健相談所へ

子どもの定期予防接種

次の方は、お送りする予防接種票に 必要事項を記入して、協力医療機関で 予防接種を受けてください。予防接種 票をお持ちでない方は、お問い合わせ ください。

問予防係☎5984-2484

予防	方接種名	対象となるお子さん
DPT	1期初回	生後3か月児
DPI	1 期追加	1期初回終了1年後
	混合1期	平成22年5月生まれ
広! /	混合2期	平成17年4月2日~ 18年4月1日生まれ
麻しん風しん	混合3期	平成10年4月2日~ 11年4月1日生まれ
	混合4期	平成5年4月2日~ 6年4月1日生まれ
D	T 2期	平成12年5月生まれ
	1 期初回・ 追加	平成20年5月生まれ
日本 脳炎	経過対応	平成11年4月2日~12 年4月1日生まれ、14 年5月生まれ

◎麻しん、風しんの混合2~4期の接種期限 は来年3月31日(土)です。期限を過ぎると、 自費での接種になります。

お元気

65歳からの筋力アップ運動と 骨量測定

図A医師から運動を止められていな い65歳以上の方®65歳以上の女性**所**時 **定**右上の表の通り**囚**講義、骨量測定 (Aは運動実技も) 国電話で各保健相 談所へ ※介護保険の認定や介護予防 事業を受けている方、骨粗しょう症と 診断されて治療中の方はご遠慮くださ い。また、骨量測定は1年以内に受診 した方はご遠慮ください。 ※Aは水 分補給の準備をして、運動しやすい服 装でおいでください。

会場	受付時間	定員 (申込順)
1豊玉保健 相談所	6/1(水) (A) 8:45~9:00 (B) 9:00~9:15	A20名 B30名
2光が丘保 健相談所	5/27金 A13:30~14:00 B14:45~15:15	A25名
3関保健相 談所	6/8休魚9:30~9:45	
4大泉保健 相談所	5 /26(木)(A)13:00~13:15 (B)14:00~14:15	



骨粗しょう症予防教室

対20~64歳の女性 ※骨粗しょう症 と診断されて治療中の方、1年以内に 受診した方はご遠慮ください。
励時下 表の通り内骨量測定(素足での、かか と超音波検査)、生活と食事の話など 定各回40名(申込順) 由電話で各保健 相談所へ(3は6月10日金まで)

会場	受付時間
1 豊玉保健相談所	6/10(金)13:15~13:30
②光が丘保健相談所	5/27金10:00~10:30
3石神井保健相談所	6/15休13:15~13:30

お腹すっきり! 気軽にダイエット ~食と生活編~

聞5月30日(月)午後1時30分~4時**閒** 石神井保健相談所因講義、献立紹介、 体脂肪測定など235名(申込順) 間は し

電話で石神井保健相談所へ

食生活応援講習会

~野菜やりくり簡単メニュー

睛6月1日(水)午後1時30分~3時

豊玉保健相談所内講義、献立紹介など 定30名(申込順) 1 電話で豊玉保健相 談所へ

軽症糖尿病を見逃さないで!! ~健診後の取り組みで変わる 糖尿病のその後

閏6月1日(水)午前10時~正午**匠**石神 井保健相談所内講義闘かたやま内科ク リニック院長/片山隆司屋50名(申込 順)
・
電話で石神井保健相談所へ

突然の脳卒中

~血圧管理で予防を図る

聞6月3日途午後2時~4時**所**豊玉 保健相談所内講義闘東京都健康長寿医 療センター副院長/桑島巌屋50名(申 込順)

・
電話で豊玉保健相談所へ

今日から実践! ニコニコペー スの健康づくり運動教室

12とも対医師から運動を止められ ておらず、介護保険の認定や介護予防 事業を受けていない74歳以下の方内運 動実技、栄養指導置500円 由電話で(株) ルネサンス☎5600-5399へ(平日午前 9時30分~午後6時30分) 遺健康づく り係☎5984-4624

1区役所アトリウム棟地下多目的会議 室…6月6日~27日の毎月曜午前9時 30分~11時30分【4日制】**這**35名(申 込順)

②上石神井体育館(上石神井1-32-37) …6月8日~29日の毎水曜午前9時30 分~11時30分【4日制】230名(申込

6月

1歳児子育で相談と1歳からの食事講習会・ 2歳6か月児歯科健診 固担当の保健相談所

受付時間内に、お住まいの地域を担当する保健相談所へ直接おいでください。

	日程・受付時間		
 会場 (保健相 談所)	1歳児子育て相談・1歳からの食事講習会 … 図 平成22年6月生まれ 図 歯磨き・育児相 談、計測、献立紹介など 圏 母子健康手帳、 歯ブラシ ※レシピ集を差し上げます。	2歳6か月児歯科健診…圀 平成20年12月生まれ 陽 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ	
豊玉	8休・22休)いずれも13:00~14:00	10金・15休 いずれも13:00~15:00	
北	$7 \% 9:00{\sim}10:00 \cdot 28\% 13:00{\sim}14:00$	10金・24金 いずれも9:00~11:00	
光が丘	$2 (*) 9:00 \sim 10:00 \cdot 15 (*) 13:00 \sim 14:00$	7 火13:00~15:00	
石神井	8 (水)13:00~14:00·22(水) 8:45~ 9:45	15水・29水 いずれも13:00~15:00	
関	10金9:00~10:00·13:15~14:00	13(月)・27(月) いずれも 9:00~11:00	
大泉	9休・21火 いずれも 9:00~10:00	17(金) 9:00~11:00 · 13:00~15:00	

脳の健康度テストをしてみませんか?

「脳の健康度テスト」は、健康な方 が自分の記憶力などを知るために行う テストです。

なお、テストを受けた方は、パソコ ンで冊子作りを行い、認知症予防を図 る「みんなでわくわく脳力アッププロ グラム」に参加することもできます。

対次の①~③の全てに当てはまる方

①4月1日現在で65~79歳②介護保険 の要支援・要介護認定を受けていない ③認知症と診断されていない時6月1 日(水)・8日(水)午前10時~正午【2日制】 **励**区役所アトリウム棟地下多目的会議 室屋100名(申込順) 目電話で認知症 対策係☎5984-4597へ

6月1日録・8日録 区役所アトリウム棟地下多目的会議室

フィットネスクラブで 健康づくりを始めませんか?

子育て・仕事で 忙しい方のための

個人指導型 フィットネスプログラムの

区は、子育てや仕事で忙しい方が健康づくりに取り組む 機会を増やすため、駅の近くにあるフィットネスクラブを 利用してメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)予 防を目指す健康づくりプログラムを開始します(表1参 照)。表2のいずれかのフィットネスクラブを3か月の期 間に12回利用することができます。

☑区内在住で医師から運動を止められていない30~64歳 の方睛12月31日生までの間の3か月 ※利用期限は施設に よって異なります。 200名 (申込順) 210,500円 本人確認 書類(運転免許証・健康保険証・パスポート)を持参の上、 参加費を添えて直接各施設へ固健康づくり係☎5984-4624

表1

プログラムの内容

- ①体成分測定により、個人別の生活習慣改善指導計画 を作成します
- ②期間中3回、トレーナーから「運動」「食事」面での 個人指導が受けられます
- ③期間中、個人指導の3回を含めた12回、フィットネ スクラブのプールやジム、シャワーなどの施設と各 種のプログラム(エアロビクス・ヨガなど)が利用 できます
- ※タオル・シューズは無料でレンタルできます。 ※同伴者1名に限り、1回1,050円で施設を利用でき ます(タオル・シューズのレンタルは有料)。

フィットネスクラブ一覧

	施設名		所在地	電話番号
スポーツクラブルネサンス	ス	光が丘	高松5-8	5372-4400
		富士見台	貫井3-12-33	5987-2433
	ツク	練馬高野台	高野台1-7-17	5372-1006
	ラブ	石神井公園	石神井町2-14-14	5910-3977
	ルネ	東伏見	西東京市東伏見3-4-1	042-451-5353
	サン	ひばりヶ丘	西東京市ひばりが丘北2-8-23	042-438-3636
	ス	東久留米	東久留米市本町3-3	042-476-7654

※営業時間・施設内容などは各施設へお問い合わせください。