

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

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/>

東日本大震災

～区の対応を振り返る

東日本大震災の発生から3か月以上が経過しました。今回、震災発生時からの区の対応を振り返り、今後の取り組みと併せてご報告します。救援物資の提供や募金活動など、区民・事業所の皆さまには多大なご支援をいただきました。あらためてお礼を申し上げます。

今後も対応を継続する他、区の防災対策を強化し、区民の皆さまに安全に安心して暮らしていただけるよう、全力で取り組みます。

▷問合せ 震災対策担当課 ☎5984-1326

東日本大震災に対する区の基本的考え方

区は、4つの基本方針に沿って区民・被災地・避難者への対応を行っています。

- 区民の生命・安全の確保
- 原発事故による混乱の回避
- 電力不足を踏まえた節電
- 被災地と避難者への支援



区役所アトリウムで開催されたチャリティーコンサートでの募金活動の様子

3月11日
震災発生

被災地と避難者への支援のために

義援金の受け付けを開始しました…1億112万7,709円が集まりました(6月23日現在)。義援金は、9月30日(金)まで受け付け、日本赤十字社を通じて被災地に送られます。



区内でも被害が多数報告されました

区民の安全を守るために

帰宅困難者への対応を行いました…地震発生直後は公共交通機関の運行が停止し、帰宅困難者が発生しました。区は、避難拠点26か所を開設し、871名を受け入れました(区内避難者を含む)。また、自転車約100台を貸し出しました。

避難拠点で過ごす
帰宅困難者の様子



被害状況の確認を行っています…区内で死者・けが人の報告はなく、家屋などの壁の亀裂や漏水などが579件報告されました(5月31日現在)。

計画停電への対応・節電対策を行っています…福島第一原子力発電所の被災により深刻な電力不足が生じ、区内でも計画停電が実施されました。区は、コールセンターの設置や区ホームページ、メール配信サービスなどで区民周知を図りました。また、人工呼吸器などの在宅医療機器使用者への周知、医療機関への非常用発電機の貸与を行いました。今後の計画停電を避けるため、引き続き節電対策を実施しています。

放射線量などの測定を開始しました…6月から定期的に、区立施設12か所で大気中の放射線量を、区内プール12か所で水中の放射性物質を測定しています。測定結果は、環境規制係 ☎5984-4712 にお問い合わせいただくか、区ホームページ「東日本大震災関連情報(区民の皆様へのお知らせ:施設開設状況、義援金、放射性物質、節電など)」をご覧ください。7月11日号でもお知らせします。

今回の経験を区の防災対策に生かします

区は、今回の経験を生かし、首都直下地震に対応した地域防災計画やマニュアルの見直しを行います。また、区そのものが被災した場合を想定し、行政機能を回復させ、業務が継

続できる手段を定めた業務継続計画の策定に努めます。

区民の皆さまも、家屋の耐震化や地域の訓練への参加など災害への備えをお願いします。また、家庭の安全対策や避難の方法、緊急時の連絡方法などを家族で話し合ひましょう。

救援物資の受け付けを行いました…旧光が丘第二小で、4月6日までの間に延べ4,064人の方に物資を提供していただきました。物資の搬出や受け入れには、延べ911人のボランティアの方にご協力いただきました。物資は13回にわたり被災地に送りました。



搬出の様子

区内避難者への支援を行っています…被災地から区内に避難してきた方を対象に、生活相談窓口の設置や避難者登録制度を実施しました。これにより、住宅のあっせんや就労支援相談会の開催など、区の支援やサービスの提供に努めています。

避難者受け入れ施設を設置しました…旧光が丘第二小で18世帯43名の避難者を受け入れました。また、生活や健康に関する相談、医師による巡回診療を行いました。

被災地へ職員を派遣しました…宮城県亘理町(わたりちょう)へ9回にわたり、延べ152人を派遣しました。その他、宮城県仙台市へ職員と清掃車両1台を、宮城県女川町(おながわちょう)、岩手県宮古市などに職員を派遣しました。亘理町での支援活動の様子は、区ホームページ「東日本大震災関連情報(被災地への支援に関する情報)」をご覧ください。



食事の支援をする派遣職員の様子

児童扶養手当・特別児童扶養手当の 所得制限額が決まりました



児童扶養手当・特別児童扶養手当の対象となる方(表1参照)で、平成22年中の所得が制限額未満の方(表2参照)は申請してください。既に申請されている方は再度申請する必要はありません。
※手当は、申請日の翌月分から支給します。

申請先・ 問合せ

●児童手当係(区役所本庁舎10階) ☎5984-5824
●総合福祉事務所福祉事務係【光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7060、石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2817、大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5274】

表1 支給対象など

支給対象	手当月額	申請に必要な物
児童扶養手当 申請者本人または同居親族の前年所得が表2の所得制限額未満で、次の①～⑥のいずれかに当てはまる平成5年4月2日以降に生まれた児童(心身に中度以上の障害のある方は20歳未満まで)を養育している方 ①父母が離婚し、申請者の元配偶者と生計を共にしていない②父または母が死亡している③父または母に1年以上遺棄されている④父または母が1年以上拘禁されている⑤母が未婚で出産した⑥父または母に重度の障害がある ※申請者本人や児童が公的年金を受給していたり、申請者が単身の異性と同居していたりすると申請できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。	児童1人目 41,550円(全部支給) または9,810～41,540円(一部支給) 児童2人目 5,000円 児童3人目以降 1人につき3,000円	①申請者名義の普通預金の口座番号(ゆうちょ銀行は振込専用口座番号) ※インターネット銀行・都内に支店がない金融機関には振り込めません。②戸籍謄本③認め印 ※母子家庭は、支給事由の発生が平成10年4月1日以前の場合は、原則として申請できません(正当な理由がある場合はこの限りではありませんので、ご相談ください)。
特別児童扶養手当 申請者本人または同居親族の前年所得が表2の所得制限額未満で、次の①～③のいずれかに当てはまる20歳未満の児童を養育している方 ①身体障害者手帳1～3級(4級の一部を含む)程度の障害がある②愛の手帳1～3度程度の障害がある③障害・疾病などにより日常生活に著しい制限を受ける ※児童が障害を支給事由とする公的年金を受給していると申請できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。	重度の障害(身体障害者手帳1・2級程度または愛の手帳1・2程度)…50,550円 中度の障害(身体障害者手帳3級程度と4級の一部または愛の手帳3度程度)…33,670円	①申請者名義の普通預金の口座番号(ゆうちょ銀行は振込専用口座番号) ※インターネット銀行・都内に支店がない金融機関には振り込めません。②戸籍謄本③住民票の写し④認め印⑤指定の診断書(用紙は申請先で配布)

※この他に書類が必要な場合もありますので、申請前にお問い合わせください。

表2 所得制限額(22年1月～12月)

単位:円

22年中の 税法上の 扶養人数	児童扶養手当		特別児童扶養手当	
	申請者(保護者) 全部支給	同居親族 一部支給 など	申請者 (保護者) 全部支給	同居親族 一部支給 など
0人	270,000	2,000,000	2,440,000	4,676,000
1人	650,000	2,380,000	2,820,000	5,056,000
2人	1,030,000	2,760,000	3,200,000	5,436,000
1人増 ごとの 加算額	380,000		213,000	

※社会保険料控除分(一律80,000円)を含む金額です。あらためて社会保険料を控除して計算する必要はありません。
※給与所得者の場合は、源泉徴収票の給与所得控除後の金額です。確定申告をした方は、確定申告書の所得金額の合計です。
※この他に医療費控除など各種控除を受けられる場合があります(寡婦(夫)控除を除く)。
※児童扶養手当は、前年に受けた養育費の80%を所得金額に加算してください。

7月21日(木) 入場無料

社会を明るくする運動の つどいを開催

問合せ 青少年係 ☎5984-4691

7月は、社会を明るくする運動の全国強調月間です。今回、運動を知っていただくためのつどいを開催します。
▽とき 7月21日(木)午後1時30分～4時(午後1時開場)▽ところ 練馬文化センター(練馬駅北口下車徒歩1分)▽内容 社会を明るくする運動作文コンテスト優秀賞作品の朗読、障害のある方によるピアノ演奏、琉球太鼓エイサー演奏▽定員 592名(先着順)▽申込 当日会場受け付け

社会を明るくする 運動全国強調月間

犯罪や非行の防止、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。
今回は「犯罪や非行を犯した人たちの就労・住居などの生活基盤づくり」を重点事項として取り組めます。

青少年の非行・ 被害防止 全国強調月間

7月は、青少年の非行問題と犯罪被害防止に取り組む全国強調月間でもあります。青少年の非行問題や児童買春・児童ポルノなどの犯罪被害防止についての理解と認識を深め、非行と犯罪被害防止意識の高揚を図るものです。
区は「青少年は地域で育む」という観点から、地域と連携した活動に取り組んでいます。多くの方がさまざまな地域活動に関わることが、青少年の健全育成の大きな力となります。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

7月24日(日) 地上アナログ放送が終了

地上デジタル放送に移行します

7月24日(日)に、地上アナログ放送は終了し、地上デジタル放送に移行します。移行の準備は早めに済ませましょう。

▽問合せ 総務省東京都中央テレビ受信者支援センター(デジサポ東京中央受信相談窓口 ☎6743・0500(月～金曜午前9時～午後9時、土・日曜、祝休日午前9時～午後6時))
●地上デジタル放送の受信方法などの相談に応じます

ところ	とき
区役所アトリウム	8/26(金)までの月～金曜10:00～16:00(祝日を除く) ※7/16(土)・17(日)・23(土)・24(日)・30(土)は開設。
光が丘区民センター1階(光が丘2-9-6)	
石神井庁舎1階	

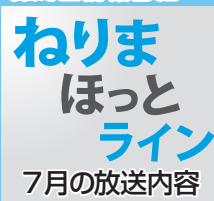
▽問合せ デジサポ東京中央相談会グループ ☎3407・4340(月～金曜午前9時30分～午後5時30分(祝休日を除く))

テレビは正しい 方法で廃棄を



テレビを廃棄するときは、新しいテレビを購入した店や古いテレビを購入した店に引き取りを依頼してください。購入した店が不明な場合は、家電リサイクル受付センターへお申し込みください。 ※廃棄にはリサイクル料金などが掛かります。
▽申込 家電リサイクル受付センター ☎5296・7200(月～土曜午前8時～午後5時)▽問合せ 清掃事業係 ☎5984・1059

練馬区情報番組



【1日～15日】…○フランス・アヌシー市でアニメ見本市が開催○前橋汀子チャリティーコンサートなど
【16日～31日】…○ちがや馬を作ろう○野菜ウオーラリー
○ねりまのとおき風景教えてください
毎日午前9時・正午・午後8時の3回、ケーブルテレビ・ジェイコム東京で放送中。 ※区ホームページ「練馬区情報番組」でもご覧になれます。
▷問合せ 報道係 ☎5984-2693

地域福祉 パワーアップ カレッジねりま

5期生募集



「地域福祉パワーアップカレッジねりま」は、地域福祉を担う人材の育成などを目的とした学習の場です。今回、カレッジの5期生を募集します。

▽対象 区内在住・在勤(在学)で、2年間継続して学ぶことができ、卒業後、学んだ成果を基に地域で活動する意欲のある方▽とき 10月～平成25年7月の2年間で、週1回程度、原則として火曜の昼間▽ところ 区立施設など▽内容 高齢者福祉・障害者福祉・子育てなど地域福祉に関する知識、事業・団体の立ち上げや運営に関する知

識・技能などを学ぶ▽定員 40名程度(選考)▽費用 年3万円▽申込 区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、福祉部経営課、区ホームページ「お知らせ」にある募集案内をご覧の上、8月1日(月)までに福祉部経営課ひと・まちづくり推進係へ

▽説明会を開催
▽とき・ところ ①7月12日(火)午後2時30分～3時30分:勤務福祉会館(東大泉5の40の36)②23日(土)午前10時30分～11時30分:区役所本庁舎20階▽定員 各日40名(申込順)▽申込 電話でひと・まちづくり推進係へ

福祉部経営課ひと・まちづくり推進係 (区役所西庁舎3階) ☎5984-1503

申込先・問合せ

講演会「認知症の診断と治療」

認知症の基本的な知識や診断・治療などについて学びます。

▽とき 7月21日(木)午前10時～正午▽ところ 区役所本庁舎19階▽講師 桜台診療所院長/辰野剛▽定員 50名(申込順)▽申込 電話☎5984-4597

「練馬発わかわかかむかむ元気ごはん」料理教室

高齢者向けの若さを保つ料理やかむ力を鍛える料理などを紹介した料理本を使って、料理を作ります。*

参加者には料理本を差し上げます。

▽とき 7月14日(木)午後4時～6時▽内容 模擬

1時30分～3時30分▽ところ 豊玉高齢者センター(豊玉中3の3の12)▽定員 25名(申込順)▽参加費 500円(材料費)▽持ち物 エプロン、三角巾など

▽申込 電話☎5984-4596
▽料理本「練馬発わかわかかむかむ元気ごはん」を販売

区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)で1冊300円で販売しています。

光が丘福祉園の納涼会

福祉園は、18歳以上の心身に重い障害のある方が通っている施設です。今回、地域の方との交流を図るため、納涼会を行います。

▽とき 7月23日(土)午後4時～6時▽内容 模擬

区役所アトリウム地下多目的会議室▽説明を行う施設

①就労移行支援事業所・就労継続支援事業所(福祉作業所)など②生活介護事業所(福祉園など)、地域活動支援センター(谷原フレンド)、重症心身障害者通所事業を行う事業所(中村橋福祉ケアセンターなど)▽申込 7月12日(火)までに電話☎5984-1387

被災建築物応急危険度判定員養成講習会

▽対象 区内在住(在勤)で1級・2級・木造建築士の資格をお持ちの方▽とき ①9月29日(木)②10月21日(金)いずれも午後1時40分～5時▽ところ 都庁第一本庁舎5階(新宿区西新宿2の8の1)▽定員 各日50名

申込順)▽申込 建築課(区役所本庁舎15階)にある申込用紙に必要事項を記入の上、8月12日(金)までに建築課建築安全係☎5984-1938へ

練馬区地域景観資源登録選定委員会の委員を募集

区は、まちの中で地域の人々に親しまれ、今後も大切にしていきたい身近な景観資源を「練馬区地域景観資源」として登録します。

今回、景観資源の登録について協議する選定委員会の区民委員を募集します。委員会は、区民の方や学識経験者など12名程度で構成されます。*

の謝礼あり。

▽対象 区内在住で、9月～来年10月の任期中2回、主に平日の夜間に行う会議に出席できる方▽募集人数 3名程度(選考)▽申込 「わたしのとっておきの練馬の風景」をテーマとした作文(千200字以内。A4横書き)と①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤電話番号⑥ファクス番号・電子メールアドレス(ある方のみ)⑦区の審議会や懇談会などの委員の経験がある方はその名称を記入した物(A4用紙1枚)を、8月1日(必着)までに直接または郵送で〒176-0012豊玉北5の29の8練馬センタービル3階 練馬まちづくりセンター☎3993-5451へ

練馬区教育振興基本計画懇談会の委員を募集

区は、教育の振興のための施策に関する基本的な計画である「練馬区教育振興基本計画」の策定を進めています。

今回、計画の内容を検討する懇談会の区民委員を募集します。懇談会は、区民の方や学識経験者など16名程度で構成されます。*

民間団体の子育てのひろば事業に運営費を助成

区は、子育てを地域で支える仕組みをつくるため、社会福祉法人やNPO法人(特定非営利活動法人)などが実施する子育てのひろば事業に対し、運営費などの一部を助成しています。

今回、新規の対象団体を募集します。応募団体は、電話で連絡の上、募集要領を取りに来てください(配布時に説明を行います)。

▽対象 次の①～④の全てを行う団体 ①乳幼児と保護者が交流できる場の提供②子育てに関する相談、援助の実施③地域の子育て関連情報の提供④子育てや子育て支援に関する講習会の実施

※営利を目的とする団体は対象外です。▽募集数 平成23・24年度開設各1団体(選考)▽募集要領の配布期限 7月29日(金)▽応募期限 8月19日(必着)▽募集要領の配布場所・問合せ 練馬子ども家庭支援センター(区役所東庁舎4階) ☎3993-155

保健福祉サービスの苦情や相談は

「保健福祉サービス苦情調整委員会」は、区から独立した第三者の機関で、専門の相談員が保健福祉サービスの利用に関する苦情や相

談を受け付けます。弁護士などの「苦情調整委員会」に直接相談することもできます(第1～4火曜午後。要予約)。文書により苦情申し立てを受けた場合には、調査を行い、必要に応じて事業者や区に対し改善勧告を行います。苦情や相談は、直接または電話、郵送、電子メールで受け付けます。

▽受付日時 月～金曜午前8時30分～午後5時15分(祝休日、年末年始を除く)▽受付窓口 保健福祉サービス苦情調整委員会事務局(区役所東庁舎4階) ☎3993-1344、電子メール chousei@smile.ocn.ne.jp

苦情報告書を配布

平成22年度に受け付けた苦情・相談の状況をまとめた報告書を作成しました。報告書は、総合福祉事務所、区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)、介護保険課(同西庁舎1階)、保健福祉サービス苦情調整委員会事務局で配布します。また、図書館、区ホームページ「区政情報」の「地域福祉」でご覧になれます。

平成23年度版「高齢者の生活ガイド」を配布

区の高齢者向け保健福祉サービスや高齢者のご家族に役立つ情報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、敬老館、保健相談所、総合福祉事務所、高齢者センター、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階) など▽問合せ

84-2807

皆さまからの寄付

5月にいただいた寄付は次の通りです。ありがとうございました。

▽問合せ 管財用地係☎5984-2807

区内に避難してきた児童・生徒のため 17万8千300円(1件) 区内に避難してきた方の支援のため 14万3千194円(2件) 練馬みどりの葉っぱい基金 5万7千833円(3件) 【練馬区のため】 300万円(1件) 練馬区社会福祉協議会へ 31万6千99円(17件)

高齡社会対策課計画係☎5984-4584

官公署だより

商店での取引や学校、病院などの証明に使用するばかりは、2年に1度定期検査を受けなければならない場合があります。全てのはかりについて検査員が直接商店などへ伺い、検査を行います。詳しくは、対象者に送付するハガキをご覧ください。ハガキが届かない場合や、はかりを新たに使用するようになった方、使用しなくなった方は、ご連絡ください。

▽検査日 7月26日(火)～10月28日(土・日曜、祝日を除く)▽問合せ 東京都計量検定所検査課☎5470-6638

自衛官等募集

候補生③自衛官候補生④防衛大生⑤防衛医科大学校生⑥看護生▽対象 ①45歳以上(見込み含む) ②以上21歳未満の方③18歳以上27歳未満の方④高卒(見込み含む) ⑤以上24歳未満の方 ※いずれも年齢は来年4月1日現在。▽募集期間 ①②8月1日(月)～9月9日(金)③8月1日(月)～9月10日(土)④⑤⑥9月5日(月)～30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

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/)

思い出に残る成人式をつくりませんか?

来年 1月9日(祝)

成人の日のつどい スタッフ募集!



来年1月9日(祝)に開催予定の「成人の日のつどい」でのアトラクションなどを企画・運営していただく、新成人スタッフを募集します。8月下旬

12月の夜間に、数回の会議を行う予定です。

▽対象 平成3年4月2日〜4年4月1日に生まれた方▽募集人数 10名程度(選考)▽申込

電話または電子メール、区ホームページ「電子申請」で①成人の日のつどいスタッフ②住所③氏名④生年月日⑤電話番号を、8月5日(金)までに青年係☎5984・4692、電子メール seishonen01@city.nerima.tokyo.jp

コミュニケーションビジネス講座

武蔵大学共催

コミュニケーションビジネスとは、地域の課題を主に地域の方がビジネスの手法で解決していく取り組みです。今回、講義やグループワークを通じて、地域活性化につながるビジネスを立ち上げるためのノウハウなどを学びます。

▽とき 8月24日(木)・31日(水)、9月7日(木)・28日(水) 午後6時30分〜8時30分、9月10日(土)午前9時30分〜午後1時30分、12月3日(土)午前10時〜午後4時【6日制】▽ところ 武蔵大学(豊玉上1の26の1)▽講

「マは」区の施策および評価「東日本大震災」「指定保養施設制度」「学校教育に望むこと」「地域づくりに求められる人材と支援」「スポーツ活動と動向」です。

調査は、区内在住の20歳以上の方の中から500名を無作為に選り出し、調査票を送付しました。ご記入いただいた調査票は、7月中旬に、調査員が身分証明書を持ってご自宅に回収に伺います。ご協力をお願いします。

▽問合せ 広聴担当係 ☎5984・4501

練馬区職員(福祉)募集 保育士の資格を 持つ方対象

選考方法・日程など詳しくは、募集案内をご覧ください。

▽受験資格 昭和57年4月2日〜平成4年4月1日に生まれ、保育士の資格を持つ方(来年3月31日まで資格取得見込みの方も可) ※国籍は問いません。

▽勤務場所 区立保育園・福祉施設・児童館・学童クラブなど▽採用予定数 5名程度▽採用予定日 来年4月以降▽募集案内 申込用紙の配布場所 区民事務所(練馬を除く)、出張所

区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)、職員課(同本庁舎6階) ※申込用紙は、区ホームページ「職員採用情報」からダウンロードできます。▽申込 申込用紙に必要事項を記入の上、郵送の場合は7月11日〜29日

区民意識意向調査にご協力を

区は、区民の皆さまの声を区政に反映させるため、毎年、区民意識意向調査を実施しています。今年の特

(消印有効)、持参の場合は8月1日(月)〜3日(水)に職員課人事係☎5984・5782へ

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されています。

「罰則をもって禁止されている寄附に当たる行為の例」

●病児舞い入学・卒業祝い ●中元・歳暮 ●落成式・開店祝い ●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

この他、答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞いなどのあいさつ状を出すことも禁止されています。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

社会資本総合整備計画 などを作成

区は、国から交付される社会資本整備総合交付金を活用し、まちづくり事業を進めています。今回、交付金の基礎となる「練馬区東北区都市再生整備計画」

「みどり」を育み、環境負荷の少ない社会の実現「災害に強く、誰もが安全・安心に暮らせ、多世代交流による賑(にぎ)わいのあるまちの実現」の3つの計画

を作成しました。これらの計画では、道路や公園などのまちづくりや環境に配慮した緑化の推進などについて定めています。

▽閲覧期間 7月25日(月)までの午前8時30分〜午後5時15分(土・日曜、祝日を除く)▽閲覧場所 区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)、環境部経営課(同本庁舎18階) ※区ホームページ「区政情報」の「まちづくり・都市計画」の「社会資本整備総合交付金」でもご覧いただけます。

▽問合せ 環境部経営課 ☎5984・1047

平成22年度食品衛生監視指導結果がまとまりました

食品の安全性を確保するため、区が食品取り扱い施設を監視・指導した結果をまとめました。結果は、生活衛生課(区役所東庁舎6階)、生活衛生課石神井分室(石神井町7の3の28石神井保健相談所内)で配布する他、区ホームページ「区政情報」の「計画・報告・方針」の「お知らせ」をご覧ください。

▽問合せ 生活衛生課食品衛生担当係 ☎5984・4675

平成22年度の区内のダイオキシン類とアスベストの調査結果

区は、東京都では、大気中のダイオキシン類濃度を調査しました。いずれも環境基準(※)以下の値でした。 ※環境基準：健康を保護す

る上で維持することが望ましい、国の基準。

○区の調査：年4回区内3か所で大気中の濃度を調査しています。

○東京都の調査：東京都内の各所で大気中の濃度を調査しています。

アスベスト(石綿) 区は、年4回区内4か所で大気中のアスベスト濃度を調査しています。22年度はいずれも平常値でした(環境基準は設定されていません)。

▽問合せ 環境規制係 ☎5984・4712

平成22年度 練馬区の大気状況

区は、大気汚染状況を調べるため、大気汚染物質を毎日測定しています。22年度に環境基準(※)達成の評価対象となった測定地点は、左表の13か所です。

※環境基準：健康を保護し、生活環境を保全する上で維持することが望ましい、国が定めた基準。

22年度測定地点

住宅地(一般環境)	①豊玉北六丁目②石神井南中③大泉中
幹線道路沿い(沿道環境)	④北町小(川越街道)⑤石神井西小(青梅街道)⑥長光寺橋公園(笹目通り)⑦谷原交差点(笹目通り・日白通り)⑧大泉北小(関越道)⑨小竹町二丁目(放射36号線)⑩大泉町三丁目(外環)⑪大泉町四丁目(外環)⑫高松一丁目(環状8号線)⑬くすの木緑地(環状7号線)

◆二酸化窒素(測定地点①〜⑬で測定)：いずれも環境基準を達成しました。

◆浮遊粒子状物質(①⑥⑦⑨⑫)：いずれも環境基準を達成しました。

◆光化学オキシダント(①③⑤)：いずれも環境基準を達成しませんでした。

▽問合せ 環境規制係 ☎5984・4712

空き地の除草はお早めに

これからの季節は雑草が伸びるのが早くなります。空き地に雑草が茂ると、害虫の発生やごみの不法投棄を招き、近隣の迷惑になります。所有者・管理者の方は、早めに除草や清掃をしてください。なお、不法投棄をされないために柵などの設置をお勧めします。

〔除草を支援する事業をご利用ください〕

区は、取り扱いの簡単な動力草刈り機を無料で貸し出しています。ご自分で除草できない場合は、草刈りと刈った草の処分を1m当たり175円(草刈りのみの場合は1m当たり90円。消費税別)で区に委託できます。

※庭の草刈りは対象となりません。

▽申込 電話でまち美化推進係 ☎5984・4709へ

◎問合せ まち美化推進係

◆浮遊粒子状物質(①⑥⑦⑨⑫)：いずれも環境基準を達成しました。

◆光化学オキシダント(①③⑤)：いずれも環境基準を達成しませんでした。

▽問合せ 環境規制係 ☎5984・4712

非常勤職員

◆学校栄養補助員(栄養士) 立小中学校など▽期間 8月〜来年3月▽勤務日 原則として週4日▽採用予定数 若干名(書類選考・面接)▽報酬 月額1万900円 ※交通費支給 ※社会保険あり。▽申込 履歴書(写真添付)と志望動機を記入した物(40字程度、様式自由)を、7月15日(必着)までに直接または郵送で学校教育部庶務課職員係(区役所本庁舎12階) ☎5984・5629へ

アルバイト

登録制で、欠員状況により採用します。

◆子育てのひろば運営協力員(保育士) ▽対象 有資格者▽内容 0〜3歳児の対応と保護者からの育児相談場所 北大泉びびよ(北大泉児童館内)▽期間 9月から6か月以内▽勤務日 月・水・木・土曜(月10日程度)▽勤務時間 午前10時〜午後4時45分▽賃金 時給千100円(土曜200円) ※交通費は支給しません。▽申込 履歴書(写真添付)に勤務できる期間・曜日・日数を記入し、事前に電話で連絡の上、直接、北大泉児童館(大泉町4の15の15) ☎3921・4856へ

区役所 ☎3993-1111、区役所(夜間・休日) ☎3993-1101、石神井庁舎(夜間・休日) ☎3995-1113、夜間休日広聴(留守番) 電話 ☎3993-2000

練馬ゆかりの作家
7月9日(土)～31日(日)
生き方のかたち 練馬文化センター
～肖像写真と着物～展 **入場無料**

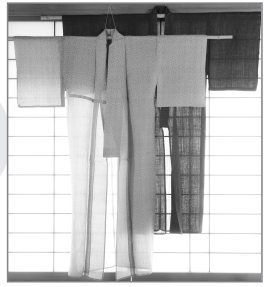
練馬区ゆかりの5人の作家(松本清張・檀一雄・五味康祐・瀬戸内寂聴・藤沢周平)の区内在住時の写真や檀・五味両氏が愛用した衣服を展示します。

▽とき 7月9日(土)～31日(日)午前10時～午後6時(入場は午後5時45分まで) ※11日(月)・19日(火)・25日(月)は入場できません。

●ゲストトーク
 △テーマ・とき・ゲスト
 ①練馬の文学者たち
 ②7月16日(土)(エッセイスト/小玉武) ③家紋あれこれ:23日(土)(武蔵大学教授/丸山伸彦) いずれも午後4時から

●学芸員による展示解説
 △とき 7月10日(日)の毎日曜午後4時から

◎問合せ 練馬区文化振興協会 ☎3993・3311



④宮古上布長着(ながぎ)・⑤越後上布長着 練馬区蔵

映画会「映画を通して環境を考える」

野生動物の生態を描いたドキュメンタリー映画「ミリアキヤット」を観賞し、環境問題について考えます。

▽とき 7月23日(土)午後1時～3時▽ところ 南田中図書館(南田中5の15の22)▽解説 映像文化批評家/四方繁利▽定員 50名(申込順)▽申込 直接または電話で南田中図書館 ☎5393・2411へ

小学生夏休みユニバーサルデザイン体験教室

区役所にあるユニバーサルデザイン(※)の設備などの利用体験をします。

▽対象 次の①②の両方に当てはまる方 ①区内在住で20歳以上である(学生を除く) ②全日程に参加できる▽とき 8月末～10月の6日間(原則土曜午前9時～11時) ※詳しい日程などは、後日通知します。

を行う方の養成研修を行います。研修を修了した方には、援農ボランティア(原則無償で従事)として活動していただきます。※一般的な野菜の作り方、ガーデニングの手法を教える研修ではありません。

▽対象 小学4～6年生
 △とき 7月30日(土)午前9時30分～正午▽講師 東京大学先端科学技術研究センター特任研究員/奥山俊博他▽定員 15名(抽選)▽申込 7月15日(金)までに電話でひと・まちづくり推進係 ☎5984・1296へ

NPO(民間非営利団体)実践研修(活)いかし活かされるボランティアの受け入れと協働

区役所にあるユニバーサルデザイン(※)の設備などの利用体験をします。

▽対象 NPO活動をしている方/法人格の有無は問いません▽とき 7月27日(水)午後6時30分～8時45分▽ところ 区役所本庁舎20階▽講師 日本ボランティアコーディネーター協会事務局長/後藤麻理子▽定員 30名(申込順)▽申込 電話またはファクス、電子メールで①研修名②氏名③団体名④電話番号⑤ファクス番号・電子メールアドレス(ある方のみ)⑥応募動機を、7月25日(月)までにボランティア・地域福祉推進センター ☎3994・0200

係 ☎5984・1296へ

▽対象 小学4～6年生
 △とき 7月30日(土)午前9時30分～正午▽講師 東京大学先端科学技術研究センター特任研究員/奥山俊博他▽定員 15名(抽選)▽申込 7月15日(金)までに電話でひと・まちづくり推進係 ☎5984・1296へ

10月19日(水)～23日(日)

中国北京市 海淀区(かいでん)区 区民親善訪問団の団員を募集



歓迎レセプションの様子

区は、海外友好都市である中国北京市海淀区と産業・文化・スポーツなどの分野で友好交流を深めています。今回、区民の代表として海淀区を訪問する「区民親善訪問団」の団員を募集します。表敬訪問をする他、文化遺産などを見学します。

▽対象 区内在住の20歳以上の方▽とき 10月19日(水)～23日(日)の4泊5日▽定員 10名(面接の上、選考)▽費用 約13万円(交通費、宿泊費など)▽申込 文化国際課(区役所東庁舎5階)にある申込用紙に必要事項を記入の上、8月5日(必着)までに文化国際課国際交流係 ☎5984・4333へ ※申込用紙の郵送を希望する方は、ご連絡ください。 ※団員となった方には、事前研修会・結団式などに参加していただきます。 ※ホテルは相部屋です。一人部屋をご希望の方は、追加料金が掛かります。

ンター ☎3994・0200
 8、Fax 3994・1224、
 電子メール Volunteer@neri-shakyoku.com
 へ

区民調査隊を募集

練馬まちづくりセンターで発行している情報誌「こもれび」の取材スタッフとして、西大泉地区周辺の農地などを巡り、まちの魅力を調査する隊員を募集します。

▽とき・ところ 8月6日(土)午前9時30分西大泉地区区民館(西大泉5の3の32)集合、午後3時30分同所解散(小雨決行)▽定員 10名(抽選)▽費用 30円(保険料)▽申込 電話またはファクス、電子メール

で①こもれび区民調査隊②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、7月29日(金)までに練馬まちづくりセンター ☎3993・5451、Fax 3993・8070、電子メール machi@nerimachi.jpへ

所アトリウムに展示する予定です。 ※区立小中学校は作品の月が指定されています。詳しくは、お問い合わせください。

▽対象 区内在住(在学)の小中学生▽申込 変形B6判(縦12cm×横15cm)の絵画、ちぎり絵、貼り絵などの作品の裏に①住所②氏名(ふりがな)③電話番号④学校名⑤学年・学級⑥作品の月を記入の上、9月1日(必着)までに直接または郵送で青少年課青少年係(区役所本庁舎10階) ☎5984・4691へ ※応募は1人1点まで。

◆国民年金 所得が少なく保険料を納められない方のために、保険料の免除制度(全額・4分の3・半額・4分の1)があります。また、所得が一定以下の30歳未満の方が保険料を後払いできる若年者納付猶予制度もあります。7月～来年6月分の保険料の免除・猶予を希望する方は申請してください。 ※申請に必要な書類については、お問い合わせください。

中国北京市海淀区とオーストラリア・イプスウィッチ市 海外友好都市を紹介 問合せ 国際交流係 ☎5984-4333

海外友好都市紹介パネル展
 △とき 7月9日(土)～18日(祝)午前8時30分～午後8時(土・日曜、祝日は午前8時45分から)▽ところ 区役所アトリウム▽内容 海淀区とイプスウィッチ市の風景などを紹介

講座「海淀区の魅力と中国文化紹介」
 △とき 7月13日(水)午後6時30分～8時30分▽ところ 区役所アトリウム地下多目的会議室▽内容 伝統舞踊の体験など▽講師 アジア文化芸術交流センター代表/鳥澤▽定員 40名(申込順)▽申込 電話で国際交流係へ

◆障害基礎年金の現況確認の届け出をお忘れなく 20歳前の病気やけがにより障害基礎年金を受けている方や、障害福祉年金から切り替えた障害基礎年金を受けている方には、練馬年金事務所から「国民年金受給権者現況届」「国民年金受給権者所得状況届」などを送付します。必要事項を記入の上、7月29日(金)までに区役所内国民年金係へ返送してください。この届けは、年金が引き続き受けられるかどうかを調べるものです。提出しないと年金の支給が受けられなくなりま

凡例：☎…対象、📞…時、📍…場所、📄…内容、👤…講師、🎭…出演、📅…定員、💰…参加費(記載のないものは無料)、🎒…持ち物、📅…企画、📄…申し込み、📞…問合せ

講座・講演会

音楽練習室利用講習会

☎中学生以上で職業音楽家でない方
📅7月9日(土)午前10時～正午📍南大泉
青少年館(南大泉1-44-7) 🎒バンド演奏
ができる音楽練習室の利用登録者になる
ための講習📅15名(申込順) 📞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・Fax
3924-3302へ

豊玉リサイクルセンターの講座

①～⑤とも📍豊玉リサイクルセン
ター☎1②④電話で豊玉リサイクルセン
ター☎5999-3196へ③⑤往復ハガキに
①講座名(③⑤の別)②住所③氏名
(ふりがな)④電話番号を記入の上、
7月7日(必着)までに〒176-0011豊
玉上2-22-15 豊玉リサイクルセン
ターへ

①大震災に対する備えと心構え

📅7月9日(土)午後1時30分～3時30分
📍区民防災組織心のあかりを灯す会
長/鈴木裕子📅30名(申込順)

②しっかり節電! かしこく節約!

📅7月14日(木)午後1時30分～3時30分
📍節電・節約につながる家電製品の
使い方を学ぶ📍環境カウンセラー/沼
田美穂📅40名(申込順)

③古布で作る巾着の裁縫道具入れ

📅7月15日(金)午後1時～4時📅16名
(抽選) 💰100円(材料費) 📏50cm×50
cmの古布2枚

④プロ直伝! 庭木の剪定(せんてい)入門

📅7月16日(土)午後1時30分～3時30分
📍アゴラ造園株環境開発本部長/荻
野淳司📅30名(申込順)

⑤浴衣を自分で着てみよう

📅7月17日(日)午前10時～正午📅10名
(抽選) 📏浴衣一式

関町リサイクルセンターの講座

①～③とも📍関町リサイクルセン
ター☎1電話で関町リサイクルセン
ター☎3594-5351へ②③往復ハガキに①講
座名(②③の別)②住所③氏名(ふり
がな)③は親子の氏名(ふりがな)と
お子さんの学年④電話番号を記入の
上、7月7日(必着)までに〒177-
0051関町北1-7-14 関町リサイクル
センターへ ※②で保育室(📅6か月～
3歳児)を利用したい方は、お子さん
の氏名(ふりがな)・年齢・性別も記
入してください。

①講演会「地域で取り組むスマートな節電・省エネ」

📅7月9日(土)午後2時～4時📍独立
行政法人産業技術総合研究所エネルギ
ー部門主任研究員/歌川学📅40名(申
込順)

②身体(からだ)にやさしい生理用布ナプキンを手作りで!

📍女性📅7月15日(金)午前10時～正午
📅18名(抽選) 💰200円(材料費) 📏裁縫道具

③親子で作る木のおもちゃ

📍小学生と保護者📅7月17日(日)午前
10時～午後0時30分📍のこぎりや金づ

ちを使っておもちゃを作る📅8組(抽
選) 💰1人30円(保険料)

花とみどりの相談所の教室

📞①電話で花とみどりの相談所☎
3976-9402へ②往復ハガキに①教室名
②住所③親子の氏名(ふりがな)④お
子さんの学年⑤電話番号を記入の上、
7月8日(必着)までに〒179-0072光
が丘5-2-6 花とみどりの相談所へ ※
②は1家族につき1通まで申し込みま
す。

①早朝の植物観察会

📅7月10日(日)午前8時～9時30分📍
花とみどりの相談所と周辺の公園📍解
説を聞きながら季節の植物を観察📅20
名(申込順)

②親子でカブトムシの育て方教室

📍小学生と保護者📅7月21日(木)午前
10時30分～11時30分📍花とみどりの相
談所📅20組(抽選)

春日町リサイクルセンターの講座

①～③とも📍春日町リサイクルセン
ター☎1③電話で春日町リサイクルセン
ター☎3926-2501へ②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、7月7日(必着)
までに〒179-0074春日町2-14-16 春
日町リサイクルセンターへ

①生ごみ何でも相談

📍16歳以上の方📅7月10日(日)午前
10時～正午📍午後1時～3時📍生ごみ
堆肥の作り方や利用方法の相談📍軍手

②古布で作る金魚のつるし飾り

📍中学生以上の方📅7月14日(木)午前
10時～午後3時📅16名(抽選) 📏絹や
ポリエステルなどの古布、綿、裁縫道
具など

③自然にやさしい簡単お掃除

📍18歳以上の方📅7月16日(土)午後1
時～3時📍重曹・クエン酸を使った掃
除の仕方を学ぶ📍東京第一友の会員/
前みち📅30名(申込順) 📏エプロン

ダンス・オープン・スクール

📍中学生～おおむね30代の方📅7
月10日(日)、9月11日(日)午後6時～8時
📅7月26日(火)、8月23日(火)午後7時～
9時 ※1日だけの参加も可。📍春日
町青少年館(春日町4-16-9) ☎3998-
5341📍ヒップホップなどフリーダンス
を学ぶ📍ダンスインストラクター/湖
都美他📍上履き📍当日会場受け付け

練馬公民館の講座

①②とも📍練馬公民館☎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教室名②住所③氏名(ふりがな)④
学年⑤電話番号を記入の上、7月11日
(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1
練馬公民館へ ※①を既に申し込んで
いる方で6か月受講がない方は、申し
込みが必要です。

①区民大学「時事問題を考える」

📍18歳以上の方📅7月20日(水)午後7
時～8時30分 ※8月以降の日程は、
後日区報でお知らせします。📍その月
のニュースを解説📍毎日新聞社論説
委員長/清水幹夫📅300名(申込順)

②夏休み子ども手芸教室「かわいいア

ップルハートのフックド・ラグ」
📍小学4年～中学生 ※保護者の参
加も可。📅8月3日(水)・4日(木)午後1
時～4時【2日制】 📍ひも状に切った
布をキャンバス地に埋め込んで壁飾り
を作る📍練馬区手工芸作家連盟会員/
木村かのん📅16名(抽選) 💰2,000円
(材料費)

消費生活センターの講座

①～③とも📍石神井公園区民交流セ
ンター2階☎17月21日(木)までに電話
で消費生活係☎5910-3089へ②③往復
ハガキに①講座名(②③の別)②参加
者全員の住所・氏名(ふりがな)・電
話番号(お子さんの学年も)を記入の
上、7月14日(必着)までに〒177-
0041石神井町2-14-1石神井公園区民交
流センター内 消費生活係へ ※②③
は1通で2名(保護者1名とお子さん
1名)まで申し込みます。 ※保育室
(📍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)・年齢も併せて申し込んでくださ
い(①は7月14日(木)まで)。

①消費者教室「無洗米ってどんなお米?～製法から経済性まで」

📅7月22日(金)午前10時～正午📍NPO
法人全国無洗米協会事務局長/鈴木敬
子📅24名(申込順)

②消費者親子講座「海藻おしぼり教室」

📍小学3～6年生と保護者📅7月26
日(火)午後2時～3時30分📍海洋環境に
ついて学び、海藻を使ったハガキを作
る📍海藻おしぼり協会東京支部長/橋本
美穂📅12組(抽選) 💰1組1,000円
(材料費など)

③消費者料理教室「乳製品たっぷり! 夏休み親子わくわくクッキング」

📍小学生と保護者📅7月28日(木)午前
10時～午後1時📍チーズ入りお好み焼
き、フルーツサンドなどを作る📍明治
クッキングサロン講師/上原悠子📅12
組(抽選) 💰1組600円(材料費) 📏
エプロン、三角巾など

布のネックレスをつくろう!

=地域ふれあい講座=

📅7月23日(土)午前10時～正午📍厚生
文化会館(練馬4-2-3) 📍不用になっ
たネクタイとウッドビーズで首飾り作
る📅15名(抽選) 💰200円(材料
費) 📏ネクタイ📍往復ハガキに①講座
名②住所③氏名④電話番号を記入の
上、7月11日(必着)までに区役所内
学び支援係☎5984-2438へ

今年の夏のエコな必需品 マイうちわを作ろう

📍区内在住の3歳以上の方 ※小学
3年以下のおさんは保護者同伴。📅
7月23日(土)午前10時～午後4時📍関
区民センター(関町北1-7-2) 📅50名(申
込順) 💰100円📏紙を剥がしたプラス
チック製うちわ📍直接または電話で関
高齢者センター(関区民センター内)
☎3928-1987へ

講演会「万葉の植物と文化」

📅7月23日(土)午後2時～3時30分📍
牧野記念庭園📍東洋大学文学部教授/
菊地義裕📅28名(抽選) 📍往復ハガキ

に①講演会名②住所③氏名(ふりがな)
④電話番号を記入の上、7月11日(必
着)までに〒178-0063東大泉6-34-4
牧野記念庭園☎6904-6403へ

豊玉高齢者センターの講座

①②とも📍豊玉高齢者センター📍往
復ハガキに①講座名(①②の別)。(A)(B
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、7月15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
へ

①簡単携帯電話講座

📍区内在住の60歳以上の方📅7月26
日(火)午前10時～正午(初級) 📍午後
1時30分～3時30分(中級) 📍A携
帯電話のかけ方や電子メールを送受信
する方法を学ぶ📍B電話帳登録や写真を電
子メールで送信する方法を学ぶ📍
NPO法人竹箒の会員📍各回30名(抽
選)

②うどん打ち教室

📍区内在住の小学5年以上の方📅A
7月29日(金)B8月28日(日) いずれも午
前9時30分～午後2時📍うどん打ちを
して、試食する📍江戸蕎麦讃岐うどん
打ち研究会員📍各日16名(抽選) 💰
500円

セミの羽化観察会

📍小学生以上の方 ※小学生は保護
者同伴。📅7月30日(土)午後7時～8時
30分📍石神井公園(石神井台1-26-1)
📍セミの羽化や夜に見られる生き物を
観察する📍生態計画研究所主任研究
員/中村忠昌他📅40名(抽選) 📍往復
ハガキに①講座名②参加者全員の住
所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番
号を記入の上、7月14日(必着)まで
に区役所内みどり計画係☎5984-1659
へ

こん虫教室

📍小中学生 ※保護者の参加も可。
📍A7月31日(日)B8月14日(日)C21日(日)
いずれも午前9時～正午📍稲荷山図書
館とその周辺📍昆虫の観察や採集、飼
い方などを学ぶ📍日本蝶類学会員/松
田邦雄📍各日30名(抽選) 📍直接また
は電話、ハガキで①教室名(A)～(C)の
別も)②参加者全員の住所・氏名(ふ
りがな)・学年・電話番号を、7月9
日(必着)までに〒178-0062大泉町1-
3-18 稲荷山図書館☎3921-4641へ

夏休み利用分 ベルデ(少年自然の家) (軽井沢・下田・武石・岩井)

〈空き室の申し込みは旅行サービスコー
ナーへ〉

7月4日(月)から受け付けます。4日
は電話のみ、5日(火)以降は窓口でも受
け付けます。受付時間は午前8時30分
～午後5時15分です。 ※岩井は生涯
学習団体のみ利用できます。 ※区内
在住・在勤(在学)でない方が半数を
超えるグループは、5日から受け付け
ます。 ※臨時休館や学校利用などの
ため利用できない日があります。

📍旅行サービスコーナー(区役所本
庁舎1階) ☎5984-1234

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。

夏休み水泳教室 参加者を募集

来年4月に小学校入学予定の幼児以上の方 ※小学2年以下のお子さんは、水着を着用した18歳以上の方と一緒に参加してください。場所①8月8日(月)～12日(金)・向山小(向山2-14-11) ②10日(木)～12日(金)・14日(日)・15日(月)・大泉第二小(南大泉4-29-11) ③13日(土)～17日(水)・石神井東小(南田中3-9-1) いずれも午前10時～正午【5日制】各45名(抽選) 費150円(保険料など)

①教室名②希望会場(①～③の別) ③参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・学校(幼稚園・保育園)名・学年・泳げる距離(泳げない方はその旨)・電話番号を記入した物と、80円切手を貼った返信用封筒を、7月15日(必着)までに郵送で区役所内スポーツ振興課 振興係 ☎5984-1948へ



スポーツ

初心者スポーツ教室

弓道

15歳以上の方(中学生を除く) 7月28日～9月1日の毎木曜午後7時～9時【6日制】 総合体育館(谷原1-7-5) 30名(抽選) 費2,000円(保

険料など) 往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥学年(学生のみ)⑦電話番号を記入の上、7月11日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947へ

区民体育大会

区民スポーツ振興課事業係(区役所本

庁舎11階) ☎5984-1947

バドミントン(中学生の部)

8月22日(月)・シングルス、23日(火)・ダブルス いずれも午前9時から 光が丘体育館 シングルス300円、ダブルス1組600円(保険料など) 体育館、スポーツ振興課にある実施要項をご覧ください、7月22日(必着)までに旭丘中・飯田へ

バレーボール(9人制女子)

20歳以上の既婚女性・30歳以上の独身女性で編成されたチーム ※大学・実業団の全国大会に出場したことがある35歳未満の方は不可。8月28日(日)・30日(火)、9月2日(金)・4日(日)午前9時から 総合体育館など 1チーム1,000円 体育館、スポーツ振興課にある実施要項をご覧ください、7月16日(必着)までに練馬区バレーボール連盟・小林へ

水泳競技会(小学生・中学生の部)

9月18日(日)午前9時から 光が丘体育館 右上の表の通り 1種目300

円(保険料など) ※リレーは1チーム800円。 体育館、三原台温水プール、石神井プール、スポーツ振興課にある実施要項をご覧ください、8月5日(必着)までに練馬区体育協会へ ※「学童水泳大会」も同時開催。

水泳競技会 種目一覧(単位: m)

区分	小学生			中学生
	1・2年	3・4年	5・6年	
自由形	25	25	50	100
平泳ぎ	25	25	50	100
バタフライ	25	25	50	50
背泳ぎ	25	25	50	50
個人メドレー	—	100	200	200
フリーリレー	—	100	200	200
メドレーリレー	—	100	200	200

※いずれの種目も男女別で実施します。 ※プログラムは、9月15日(木)から各施設をご覧ください。

情報あらかる

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。

朝・夕・青空市

- 江古田いちば通り商店街…7月1日(金)午前10時～午後7時 閩南部 ☎3991-2340
- 江古田ゆうゆうロード商店街…7月4日(月)午後4時～7時 閩秋山 ☎3994-3380
- 大門通り商店街…7月9日(土)午前10時～午後6時 閩今野 ☎3992-3914
- 富士見駅前通り…7月10日(日)午前7時から(雨天中止) ※商品がなくなり次第終了。 閩大内 ☎3825-1144
- 光が丘IMA南館前…7月10日(日)午前10時～午後4時 閩北中 ☎3995-4924

ミニガイド

- 朝霞駐屯地納涼大会 7月14日(木)午後4時30分～9時(荒天15日) 陸上自衛隊朝霞駐屯地(大泉学園町) 閩スパリゾートハワイアンズのフラガールダンスショー、花火大会など 閩朝霞駐屯地広報班 ☎048-460-1711
- 大泉特別支援学校 夏まつり 7月16日(土)午後4時～7時15分 総合体育館集合。 閩黄金崎(静岡県西伊豆町) 閩テント生活、いかだ作

3-1) ☎3921-1383 閩模擬店、アトラクション、花火など

逆上がり・とび箱にが手な生まれ 小学生 7月21日(木)～23日(土)午前10時～11時30分【21日は午前9時30分から。3日制】 桜台体育館(桜台3-28-1) 30名(申込順) 費3,000円 往復ハガキに①講座名②住所③氏名④学年⑤性別⑥電話番号を記入の上、7月9日(必着)までに〒177-0045石神井台6-1-3 練馬区体操指導員連絡会・犬塚 ☎3922-0854へ

環境セミナー「地球は水で病んでいる」

区内在勤の方 7月21日(木)午後3時～5時 練馬産業会館(豊玉上2-23-10) 閩講義 閩首都大学東京大学院都市環境科学研究科教授/河村明 50名(申込順) 閩電話またはファクスで①環境セミナー②参加者氏名(2名まで)③所属する事業所名・所在地・電話番号を、7月14日(木)までに 練馬産業連合会事務局 ☎3991-0530・Fax 3994-8008へ

公開講座「基礎から始めるパソコン入門」

7月23日～8月6日の毎土・日曜 午前9時～午後1時【5日制】 都立練馬高校 20名(抽選) 費2,600円(テキスト代など) 往復ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を記入の上、7月15日(必着)までに 〒179-0074春日町4-28-25 練馬高校公開講座担当 ☎3990-8643へ

自然体験ふれあいキャンプ

小学生以上の方 ※小学3年以下のお子さんは保護者同伴。 8月5日(金)～8日(月)の3泊4日 ※5日午前7時に総合体育館集合。 閩黄金崎(静岡県西伊豆町) 閩テント生活、いかだ作

りなど 40名(抽選) 費22,000円(交通費、宿泊費など) ※小中学生は20,000円。 ※会員割引あり。 往復ハガキに①催し名②参加者全員の住所・氏名・学年・性別・電話番号を記入の上、7月16日(必着)までに 〒177-0032谷原1-7-5総合体育館内SSC谷原 ☎3997-2500へ

懐かしき昭和を歌う～霧島昇・松原操の三女 二代目松原操リサイタル

練馬区文化振興協会舞台芸術支援事業= 10月1日(土)午後2時開演 練馬文化センター(練馬駅北口下車徒歩1分) 閩松原操(歌)他 閩自由席3,500円、指定席3,800円 閩直接、練馬文化センターまたはファクスで①催し名②住所③氏名④電話番号⑤チケット希望枚数(自由席・指定席の別も)、二代目松原操コンサート事務局 Fax 3999-9222へ(抽選で自由席に区民の方25組50名をご招待)

往復ハガキに①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を記入の上、7月20日(必着)までに 〒179-0074春日町3-31-12 二代目松原操コンサート事務局 閩ワンズパル・堀川 ☎090-3811-3389

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。 閩学び支援係 ☎5984-2438

万華鏡を作って遊ぼう… 小学生と保護者 7月9日(土)午前10時～11時 ②午前11時～正午③正午～午後1時④午後2時～3時⑤午後3時～4時⑥午後4時～5時 光が丘図書館(光が丘4-1-5) 各回20名(申込順) 費200円(材料費) 閩電話で素材探検隊・田中 ☎0120-490-570へ(平日午前9時～午後5時)

親子でいやしのマッサージ… 幼児～小学生と保護者 7月9日(土)午前10時～正午 小竹小(小竹町2-6-7) 20組(先着順) 閩当日会場受け付け 閩小竹小図書館開放部・小馬 ☎3972-6877

いきもの探しと楽しい虫のクラフト作り… 小学生と保護者 7月10日(日)午前10時～正午 石神井公園(石神井台1-26-1) 20名(申込順) 費200円(保険料など) 閩電話で環境学習サポート21・一條 ☎3925-5565へ

七宝(しっぽう)焼きストラップ作り… 小学生と保護者 7月10日(日)午後1時～4時 閩旭町南地区区民館(高松5-23-15) 25名(申込順) 費450円(材料費など) 閩電話でSSC桜台・石原 ☎080-1124-4652へ

クリケットをはじめよう… 小学生と保護者 7月18日(祝)午前10時～11時50分 閩東京女子学院(関町北4-16-11) 20名(申込順) 閩電話でNPO法人日本クリケット協会練馬支部・三戸 ☎090-7260-1134へ(午前9時～午後5時)

パパもママもみんなでベビーマッサージ… 2～8か月児と保護者 7月18日(祝)午前10時15分～11時30分 光が丘区民センター6階(光が丘2-9-6) 15組(申込順) 閩1人500円(材料費など) 閩電話でマシュー・清田 ☎090-6173-3970へ(正午～午後8時)

楽しいお絵かきと灯ろう作り… 幼児～小学3年生 ※幼児は保護者同伴。 7月23日(土)②24日(日) いずれも午前9時30分～11時30分 上石神井体育館(上石神井1-32-37) 各日30名(申込順) 費100円(保険料など) 閩電話でSSC上石神井 ☎3929-8100へ(月・水・金曜午前中) ※24日午後6時～7時30分に千川上水で灯ろう流

しを実施。 親子陶芸教室… 小学生と保護者 7月29日(金)、8月22日(月)午前10時～正午【2日制】 閩高松地区区民館(高松3-24-27) 10組(申込順) 閩1組300円(材料費など) 閩高松地区区民館運営委員会 閩電話で高松地区区民館 ☎3999-7911へ(午前9時以降)

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

- 北町ふれあい公園(北町2-17-6)…7月10日(日)午前10時～午後2時(雨天中止) 閩〒179-0081北町2-15-15 カトレア会 ☎090-6717-3944(先着20店)
- 和田堀公園(石神井町1-1-11)…7月17日(日)午前9時～午後1時(雨天24日) 閩〒177-0041石神井町1-3-7 斉藤理子 ☎3997-4333(先着50店)
- 夏の雲公園(光が丘3-4-1)…7月17日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 閩〒179-0072光が丘2-7-3-614 光が丘フリーサイクル ☎3976-7738(先着150店)
- 平成つつじ公園(練馬1-17-6)…7月31日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 閩〒176-0001練馬2-13-6-203 リサイクル・ゆう ☎080-1980-6310(先着100店。問い合わせは午後6時～8時)
- 秋の陽公園(光が丘2-5-2)…8月7日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 閩〒178-0065西大泉3-25-6 佐藤茂登子 ☎090-4759-1483(先着120店)

区民のひろば

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

コーラス無料体験会 ①7月12日②27日午前10時～11時 練馬文化センター 河津 ☎3992-9568

朝翠流鶯吟詠会(漢詩・和歌・短歌・現代詩など) 第1・3火曜午後1時～5時 下石神井地区区民館など 入会金1,000円 月会費2,000円 教材費月500円 初回は無料体験可 中村 ☎3997-3671

社交ダンス 赤い風車 中高年齢の多少踊れる方対象 7月13日から月2～3回主に水曜午後1時～4時 光が丘区民センター2階 会費1回200円 初回は100円で体験可 小笠原 ☎3997-6310

楽しい写真教室(フィルム・デジタルカメラ) 初心者～中級者対象 7月23日午前10時～午後5時 石神井公園ふるさと文化館 参加費1,500円 フィルム代など実費 鈴木 ☎3979-9647(要予約)

源氏物語を原文で読む 源氏むらさきの会 第2土曜午後2時～4時 男女共同参画センターえーる 入会金500円 月会費1,000円 國本 ☎3922-4618

パソコンを楽しむ会(名刺・カレンダー作りなど) 初心者・中高年齢者対象 ①月2回火曜②月3回水曜午後1時30分～3時30分 ①男女共同参画センターえーる②西大泉地区区民館 ①②とも入会金500円 月会費①2,000円②3,000円 佐野 ☎090-9311-1720(要予約)

マタニティ・ヨガ体験教室 妊娠中の方対象 7月24日午前9時15分～11時30分 光が丘区民センター6階 参加費1,500円 ゆに企画・渡邊 ☎090-3960-6803(要予約)

東日本震災チャリティー社交ダンスパーティー 多少踊れる方対象 7月2日午後1時～4時 光が丘区民センター3階 参加費500円 参加費の一部を義援金として寄付 スポットター・スパイラル・アレマーナ・保科 ☎3955-2111

社交ダンスサークル ランの会 中級～上級者対象 毎土曜午後6時～9時 石神井公園区民交流センター3階 男性プロが指導 入会金1,000円 月会費3,500円 水沼 ☎090-4248-3759

大泉少年空手道育会 月3回火曜 ①午後4時～4時30分(4歳以上の未就学児) ②午後4時35分～5時35分(小学生) 大泉学園町体育館 ①②とも入会金1,000円 月会費①1,500円②2,500円 7月12日に無料体験会あり 今西 ☎5387-0512(要予約)

ゆかたの着方・着せ方講習会 ①7月19日②23日午前9時30分～11時30分 練馬文化センター ①②とも参加費500円 きものを楽しむ会・野坂 ☎3557-5968(要予約)

食品知識の講義と調理実習(ホウレン草のニョッキなど) 18歳以上の方対象 7月27日午前9時30分～正午 勤労福祉会館 参加費700円 食楽会・茂木 ☎3929-5438(要予約)

練馬区保健所(〒176-8501豊玉北6-12-1 区役所東庁舎6階) 豊玉保健相談所(〒176-0012豊玉北5-15-19) ☎3992-1188 北保健相談所(〒179-0081北町8-2-11) ☎3931-1347
光が丘保健相談所(〒179-0072光が丘2-9-6) ☎5997-7722 石神井保健相談所(〒177-0041石神井町7-3-28) ☎3996-0634 関保健相談所(〒177-0052関町東1-27-4) ☎3929-5381
大泉保健相談所(〒178-0061大泉学園町5-8-8) ☎3921-0217 ※受け付けは午前8時30分～午後5時。

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

すくすく育て元気な子

育児と離乳食

- ①～④とも☎講義、献立紹介☎30組(申込順) ☎母子健康手帳、スプーン☎電話で各保健相談所へ
①豊玉保健相談所(2・3回食)…☎7～10か月児と保育者☎7月8日(金)午前10時～11時30分
②石神井保健相談所(2・3回食)…☎7～10か月児と保育者☎7月12日(火)午前10時～11時30分
③光が丘保健相談所(1回食)…☎5・6か月児と保育者☎7月15日(金)午前10時～11時30分
④関保健相談所(1回食)…☎5・6か月児と保育者☎7月15日(金)午前10時～11時30分

パパとママの準備教室

☎出産を控えた夫婦 ※家族の参加

も可。☎7月16日(土)午前9時～正午☎関保健相談所☎講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導☎25組(申込順) ☎母子健康手帳、エプロン☎電話で関保健相談所へ



もう歩けるよ♪

いつまでもお元気で

高齢期に多い膝の病気

☎7月27日(水)午後2時～4時☎関保健相談所☎講義☎関町病院院長/丸山公☎50名(申込順) ☎電話で関保健相談所へ

心も体もいきいきと

人間関係に行き詰まっている方の心のメンテナンス

☎7月12日(火)午後2時～4時☎関保健相談所☎講義☎アスクヒューマンケア研修相談センター所長/水澤都加佐☎60名(申込順) ☎電話で関保健相談所へ

健診後の取り組みで変わる糖尿病のその後～運動編

☎7月26日(火)午後1時30分～4時☎石神井保健相談所☎講義、運動実技☎健康運動指導士/小池日登美☎35名(申込順) ☎電話で石神井保健相談所へ ※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。

食生活応援講習会

～若い血管で元気に夏をのりきる! バランス食のすすめ

☎7月26日(火)午後2時～4時☎大泉保健相談所☎講義、献立紹介☎30名(申込順) ☎は☎電話で大泉保健相談所へ

知らない間に進む動脈硬化～生活習慣病を防ぐ生活・食事の決め手

☎7月27日(水)午後1時30分～3時30分☎豊玉保健相談所☎講義、献立紹介☎35名(申込順) ☎電話で豊玉保健相談所へ

統合失調症治療の最新知識～回復への道を目指して本人と周りの人ができること

☎統合失調症の方とその家族・支援

者☎7月29日(金)午後2時～4時☎大泉保健相談所☎講義☎新宿東メンタルクリニック院長/三浦勇太☎50名(申込順) ☎電話で大泉保健相談所へ

家族介護者教室

- ☎特別養護老人ホームの役割 ☎7月9日(土)午後1時30分～3時30分☎田柄デイサービスセンター(田柄4-12-10) ☎講義☎20名(申込順) ☎電話で田柄デイサービスセンター☎3825-1551へ
☎楽しく身体(からだ)を動かして介護予防 ☎7月9日(土)午後1時30分～3時30分☎国土支田デイサービスセンター(土支田2-40-18) ☎5387-6760☎講義、実技☎15名(先着順) ☎当日会場受け付け
☎認知症の脳のリハビリと芸術療法～早く見つけて楽しく予防 ☎7月9日(土)午後1時30分～3時30分☎介護老人保健施設大泉学園ふきのとう(大泉学園町8-24-25) ☎3924-2215☎講義、実技☎30名(先着順) ☎当日会場受け付け
☎熱中症の予防と対策 ☎7月10日(日)午前10時～正午☎豊玉南しあわせの里デイサービスセンター(豊玉南2-26-6) ☎講義☎20名(申込順) ☎電話で豊玉南しあわせの里デイサービスセンター☎5946-2323へ
☎ちょっとした工夫で栄養満点の高齢者食 ☎7月10日(日)午前10時～正午☎高野台デイサービスセンター(高野台5-24-1) ☎講義、試食☎30名(申込順) ☎電話で高野台デイサービスセンター☎5923-0831へ
☎腰痛予防について ☎7月10日(日)午前10時～正午☎光陽苑デイサービスセンター(西大泉5-21-2) ☎講義、運動実技☎20名(申込順) ☎電話で光陽苑デイサービスセンター☎3923-5264へ
☎暮らしに役立つ 介護保険と高齢者福祉サービス ☎7月16日(土)午後2時～4時☎介護老人保健施設練馬ゆめの木(大泉町2-17-1) ☎講義☎15名(申込順) ☎電話で練馬ゆめの木☎3923-0222へ
☎認知症サポーター養成講座 ☎7月17日(日)午前10時～正午☎第二光陽苑デイサービスセンター(関町北5-7-22) ☎講義☎30名(申込順) ☎電話で第二光陽苑デイサービスセンター☎5991-9917へ
☎介護者元気アップ教室 ☎7月30日(土)午後2時～4時☎介護老人保健施設ミレニアム桜台(桜台2-1-13) ☎5946-5508☎講義、運動実技☎30名(先着順) ☎当日会場受け付け

7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。☎地域医療課☎5984-4673

◆休日急患診療所

Table with 3 columns: 小児科, 内科・小児科, 歯科. Lists emergency services for children, internal medicine, and dentistry on weekends and holidays.

◆休日診療当番医療機関

Table listing on-call medical institutions for various specialties like gastroenterology, neurology, and obstetrics on weekends and holidays.

◆休日診療当番接骨院 (9:00～17:00)

Table listing on-call chiropractors and their contact information for various locations in Nerima.

◆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ご相談を相談電話 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

◆医療機関案内

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)

◆東京都小児救急電話相談

相談電話 携帯電話・プッシュ回線☎#8000 ダイヤル回線など☎5285-8898 (平日17:00～22:00、土・日曜・祝休日9:00～17:00。保健師・小児科医師などが対応)

◆かかりつけ医のご案内

医療連携センター☎3997-0121 (平日9:00～17:00、土曜9:00～12:00)

ペット動物無料相談

しつけや病気について獣医師が相談に応じます。 ※電話相談もできます。 ※ペットを連れての来場はご遠慮ください。

☎7月5日(火)☎29日(火) いずれも午後1時30分～4時 30分☎区役所アトリウム☎3993-1111 (代表) ☎当日会場受け付け☎生活衛生課管理係☎5984-2483



お薬相談会

薬剤師が、薬と健康の相談に応じます。

☎7月3日(日)午後1時～3時☎練馬駅1階通路☎練馬区薬剤師会による相談☎当日会場受け付け☎医療薬事係☎5984-1352

7月3日(日)午後1時～3時



お口の健康まつり

ねりま お口すっきり体操で口元に健康美を

☎7月28日(木)午前11時～午後3時30分(受け付けは午後3時まで) ☎光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ☎介護予防体操の実演、介護予防ミニ講座、そしゃく力判定テスト、歯磨き

グッズのプレゼント、歯科健診など☎健康運動指導士/原真奈美☎当日会場受け付け ※歯科健診のみ午後1時から受け付け(☎40名〈先着順〉)。☎歯科保健担当係☎5984-4672

7月28日(木)午前11時から 光が丘区民センター3階

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

発行/練馬区 編集/環境部環境課 〒176-8501 豊玉北6-12-1 ☎3993-1111(代表) Fax 5984-1227 <http://www.city.nerima.tokyo.jp/>

楽しく 涼しく お得に

節電に取り組みませんか



東日本大震災の影響により、夏場の電力不足が予想され家庭での節電の取り組みも重要になっています。

今回、実際に節電に取り組んでいる、東大泉にお住まいの伊東さんご家族の取り組みを紹介します。ちょっとした工夫で楽しく涼しい夏を過ごしてみませんか?

伊東家の取り組み

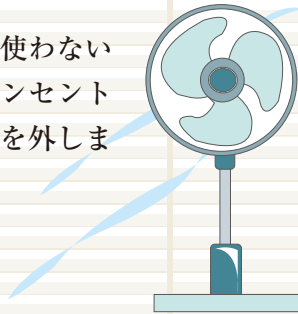
●涼しさが感じられる空間づくり

リビングの窓の外をよしずで覆い、室内には遮光カーテンを使用しています。また、日本古来のすだれや風鈴、観葉植物で涼しさを感じられる空間をつくっています。



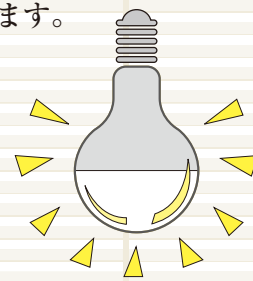
●扇風機を使用

エアコンと扇風機を併用しています。涼しくなったらエアコンを止めています。エアコンを使わない季節は、コンセントからプラグを外します。



●照明を換える

使用頻度の高いリビングとキッチンの照明や夜間の門灯をLED(発光ダイオード)電球に交換しています。



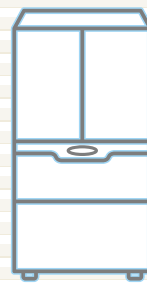
●テレビのかわりに携帯ラジオ

キッチンにいるときはテレビではなく、携帯ラジオをつけています。テレビを見ていないときは節電テーブルタップを利用して、待機電力が生じないようにしています。



●冷蔵庫に工夫

冷蔵庫の設定温度を「中」にし、内部に冷気を遮断するビニールカーテンを取り付けています。また、詰め込み過ぎないように注意しています。



無理せず、家族ができることから、取り組みを始めることが大切ですね。ちょっとしたことを積み重ねることによって、電気料金も減りますよ。契約アンペアも下げました。
(東大泉在住の伊東一夫さん)



熱中症に気を付けて暑い夏を乗り切りましょう

今年の夏は、節電の影響でエアコンや扇風機などの使用を控えたり、使用回数を減らす家庭が多くなることが予想され、熱中症が心配されます。下記のポイントを参考にして、熱中症にならないように気を付けましょう。

熱中症を予防するためのポイント

室内でもこまめに水分を取りましょう

睡眠や栄養を十分取りましょう

外出時は、日傘や帽子を用い、通気性の良い衣服を身に付けましょう

車の中に子どもを残したまま、車から離れないようにしましょう

炎天下や風通しが悪い場所での運動や作業は控えましょう

気温や湿度の高いときには、エアコンや扇風機などを上手に取り入れましょう

高齢者や障害のある方などへ冷却用スカーフなどを配付します!!

※詳しくは裏面をご覧ください。

▶ 問合せ 保健予防課感染症指導係 ☎5984-4671

区立施設での節電の取り組み

◆ 節電に取り組みながら、原則、通常業務を行っています ◆

区では、3月11日の東日本大震災以来、326ある区立施設で15%以上の削減を実現するため、節電に取り組んでいます。7月1日(金)からは『練馬区節電実施計画』に基づき、照明の削減や室温を28℃にして節電を実施し、原則として通常通り業務を行います。節電へのご理解とご協力をお願いします。

▶ 問合せ 環境計画推進係 ☎5984-4702

〈区立施設〉主な取り組み

- 照明は**50%消灯**します。
- 室温は**28℃**に設定します。

〈練馬庁舎〉主な取り組み

- 事務室天井照明は、**原則として消灯**し、卓上スタンドライトで仕事を行います。
消灯する時間：午前11時～午後4時
消灯する照明：25フロア・約3,000本
削減する電力：約100キロワット
- エレベーター、エスカレーターの**運転を一部停止**します。



練馬庁舎では卓上スタンドライトで仕事をしています

ご理解とご協力をお願いします。

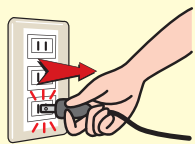


練馬区公式アニメキャラクター ねり丸

今後、電力の需給状況により、国から「需給逼迫（ひっばく）警報（仮称）」が出された場合、区立施設の一部貸し出し休止や臨時休館することがあります。あらかじめ、ご了承いただきますようお願いいたします。

家庭でできる節電の取り組み

家庭での消費電力は区全体の電気使用量の約4割です。震災の影響による電力供給量の低下に対応するため、7～9月の平日午前9時～午後8時における電気使用量を15%減らすことを目指して、節電に取り組んでいただきますよう、ご協力をお願いします。



電気製品	取り組み内容	節電効果		チェック
		削減率	削減消費電力	
エアコン	設定温度は28℃を目安にしましょう	10%	130W	<input type="checkbox"/>
	「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和らげましょう	10%	120W	<input type="checkbox"/>
	無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう	50%	600W	<input type="checkbox"/>
冷蔵庫	設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まないようにしましょう	2%	25W	<input type="checkbox"/>
テレビ	省エネモードに設定し、画面の輝度を下げ、必要なとき以外は消しましょう	2%	25W	<input type="checkbox"/>
照明	日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう	5%	60W	<input type="checkbox"/>
温水洗浄便座 (暖房便座)	便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能があれば利用しましょう	1%未満	5W	<input type="checkbox"/>
	節電機能がなければコンセントからプラグを抜きましょう	1%未満	5W	<input type="checkbox"/>
待機電力	使用しない電気製品は、主電源を切りましょう。長時間使用しない場合はコンセントからプラグを抜きましょう	2%	25W	<input type="checkbox"/>
電気ポット	お湯はガスコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう			<input type="checkbox"/>
パソコン	日中、短時間であればノートパソコンは電源を抜いて使用しましょう			<input type="checkbox"/>

Y
お
き
り
線

冷却用スカーフと熱中症予防カードを配付します

◆ 7月12日(火)から配付 ◆

熱中症を予防するために、「冷却用スカーフ」と「熱中症予防カード」を配付します。

- ▶ 対象
ひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯の方、障害のある方など
- ▶ 配付場所
7月12日(火)から、各総合福祉事務所(高齢者相談センター本所)、高齢者相談センター支所、障害者地域生活支援センター、敬老館、高齢者センター、保健所・保健相談所
- ▶ 問合せ
各総合福祉事務所内高齢者相談センター
〔練馬☎5984-2774、光が丘☎5997-7716、石神井☎5393-2814、大泉☎5905-5271〕
高齢社会対策課管理係☎5984-1068



首に巻いて身体の熱を吸収します

環境配慮設備等の設置補助のご案内

区で行っている補助制度のご案内です。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

地球温暖化対策設備設置補助制度

太陽光発電設備や家庭用燃料電池システムなどの発電・給湯システムの設置費用の一部を補助します。

▶ 問合せ 地球温暖化対策係 ☎5984-4706

※区ホームページ (<http://www.city.nerima.tokyo.jp/>) > 「暮らしのガイド」の「仕事・生活・環境」の「環境・公害」の「地球温暖化対策設備設置補助制度」からもご覧になれます。

みどりの街並みづくり助成制度

生け垣の設置や屋上緑化、壁面緑化の費用を助成しています。

※助成要件がありますので、設置前に必ずご相談ください。

▶ 問合せ みどり推進課みどり協働係 ☎5984-2418