

- ◆限度額適用認定証などの更新をお忘れなく……………2面
- ◆放射線などの測定結果……………3面
- ◆練馬子ども議会……………3面
- ◆ブルーベリー観光農園オープン8面
- ◆特別展「磯江毅=グスタボ・イソエ」……………8面

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/>



図書館で

おはなし会や
おたのしみ会など
楽しい催しが
いっぱい!

ふるさと
文化館で



区の歴史や
文化に
触れよう!

区立施設



夏休みを楽しもう!



待ちに待った夏休み、区立施設では楽しい催しをたくさん用意して皆さんをお待ちしています。しっかり遊び、しっかり勉強して楽しい夏休みを過ごしましょう!(リサイクルセンター、青少年館、美術館などでも夏休み向けの催しを行います)
▷問合せ 各施設(4・5面参照)

催し一覧は
4・5面
参照

地区区民館・

児童館で



縁日や
お化け屋敷など
夏にちなんだ催しが
たくさんあるよ!

ご家庭の節電対策として

区立施設のご利用を

区立施設では、照明を削減したり室温を28℃に抑えたり、節電対策を実施しながら通常通り開館しています。区民の皆さまが区立施設に来ていただくことで、ご家庭の使用電力が減り、節電につながります。お近くの区立施設をぜひご利用ください。

▷問合せ 各施設(施設の所在地・電話番号は、わたしの便利帳「テレホンガイド」をご覧ください)

対象	施設
高齢者	地区区民館、敬老館、高齢者センターなど
子ども	地区区民館、児童館、びびよ

※この他、どなたでも利用できる施設もあります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。

練馬区公式アニメキャラクター「ねり丸」©練馬区



教育長決まる

この度、教育長に前健康福祉事業本部長/河口浩(58歳)が就任しました。



国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者の方へ

限度額適用認定証などの更新をお忘れなく



表1 国民健康保険被保険者証のみをお持ちの方の自己負担限度額と入院時の食事代

所得区分 ※1	自己負担限度額 (月額) ※2	食事代 (1食当たり) ※3
上位所得世帯★	150,000円 (総医療費が500,000円を超えた場合、超えた分の1%を加算)(83,400円)	260円
一般世帯	80,100円 (総医療費が267,000円を超えた場合、超えた分の1%を加算)(44,400円)	
住民税非課税世帯	35,400円 (24,600円)	210円 (90日まで)
		160円 (91日から) ※4

★上位所得世帯…国民健康保険加入者の所得金額から住民税基礎控除額(33万円)を引いた合計金額が600万円を超える世帯。
 ※1 国民健康保険という世帯とは、世帯主と国民健康保険加入者のみを指します。
 ※2 〈 〉は、診療月を含む過去1年間に自己負担限度額を超えた月が4回以上ある場合、4回目以降に適用する額です。
 ※3 65歳以上の方が療養病床に入院する場合は、食事代などが異なります。
 ※4 90日を超える場合は、新たに申請してください(原則として減額は申請日の翌月1日から適用)。

表2 国民健康保険高齢受給者証・後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちの方の自己負担限度額と入院時の食事代

所得区分	自己負担限度額 (月額)		食事代 (1食当たり) ※1
	外来 (個人)	入院+外来 (世帯)	
一般	12,000円	44,400円	260円
低所得Ⅱ★	8,000円	24,600円	210円 (90日まで)
			160円 (91日から) ※2
低所得Ⅰ★		15,000円	100円

★低所得Ⅱ…世帯全員(高齢受給者証は、世帯主と国民健康保険加入者のみ)が住民税非課税の方。
 ★低所得Ⅰ…世帯全員(高齢受給者証は、世帯主と国民健康保険加入者のみ)が住民税非課税で、所得が一定基準以下(年金収入のみで80万円以下など)の方または老齢福祉年金を受給している方。
 ※1 療養病床に入院する場合は、食事代などが異なります。
 ※2 90日を超える場合は、新たに申請してください(原則として減額は申請日の翌月1日から適用)。

通常、同一の月内に自己負担限度額を超える医療費が掛かる場合、医療機関の窓口で全額を支払った後、区へ申請して超えた分の払い戻しを受けます。しかし「限度額適用認定証」を医療機関に提示すれば、入院費のみ窓口での支払いが自己負担限度額までになります。

世帯全員が住民税(特別区民税・都民税)非課税の場合に対象となります。
1 国民健康保険被保険者証のみをお持ちの方へ
 70歳未満の方が対象です。申請により「限度額適用認定証」を交付します。この認定証は、世帯全員が住民税非課税の場合は「標準負担額減額認定証」を兼ねます(表1参照)。

2 国民健康保険高齢受給者証をお持ちの方へ
3 後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちの方へ
 70歳(74歳の方)後期高齢者医療制度の対象者を除く希望する方は、申請が必要で

いづれの認定証も申請した月の初日から適用されます。現在お持ちの認定証の期限は7月31日(日)です。
1 現在認定証をお持ちの方
 申請が必要で、申請が

申請先・**1****2**の方…国保年金課こくほ給付係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4553
 問合せ **3**の方…国保年金課後期高齢者資格係(同2階) ☎5984-4587

限度額適用認定証・標準負担額減額認定証とは

世帯全員が住民税(特別区民税・都民税)非課税の場合に対象となります。

2の方は、更新の申請は不要です。引き続き認定証の対象となる方には、7月中旬に新しい認定証を送付します。

8月中旬に申請してください。

国民健康保険高齢受給者証・後期高齢者医療制度の被保険者証を送付
 いずれも7月末までに届かない場合はご連絡ください。
A 国民健康保険高齢受給者証…受給者証は、毎年8月に更新されます。現在お持ちの受給者証の期限は7月31日(日)です。新しい受給者証は、7月19日(火)に世帯主宛てに送付します。
B 後期高齢者医療制度の被保険者証…負担割合が変更となった方には、新しい被保険者証を7月15日(金)に送付します。負担割合がこれまでと同じ方は、現在お持ちの被保険者証をお使いください。
古い受給者証・被保険者証は返却を!
 新しい受給者証・被保険者証が届いた方は、8月1日(月)以降に、古い受給者証・被保険者証を返却してください。
▽返却先 **A**: 区民事務所、出張所、国保年金課こくほ資格係(区役所本庁舎3階)、国保年金課こくほ石神井係(石神井庁舎2階) **B**: 区民事務所、出張所、国保年金課後期高齢者資格係(区役所本庁舎2階)
◎問合せ **A**をお持ちの方: 国保年金課こくほ資格係 ☎5984-4554 **B**をお持ちの方: 国保年金課後期高齢者資格係 ☎5984-4587

「人工透析を必要とする慢性腎不全」特定疾病療養受療証を送付
 国民健康保険に加入している70歳未満の方の「人工透析を必要とする慢性腎不全」特定疾病療養受療証は、毎年8月に更新されます。現在お持ちの受療証の期限は7月31日(日)です。新しい受療証は、7月15日(金)に世帯主宛てに送付します。
▽問合せ 国保年金課こくほ給付係 ☎5984-4553

後期高齢者医療保険料の決定通知書を送付

問合せ 後期高齢者保険料係 ☎5984-4588

平成23年度の後期高齢者医療保険料は、22年中の所得に基づいて計算されます。今回、保険料が決定しましたので、決定通知書を7月14日(木)以降に送付します。
保険料の納付方法
□特別徴収(公的年金からの徴収)
 保険料は、原則として公的年金から差し引いて徴収します。
□普通徴収(納付書または口座振替による徴収)
 公的年金受給額が年額18万円未満の方や、介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計が特別徴収の対象となる年金受給額の2分の1を超える方などは、納付書や口座振替での支払いとなります。納付書は決定通知書に同封します。期日までにお支払いください。
 ※年度途中で前年の所得額に変更があった方には、その年度保険料額の変更通知を送付します。特別徴収の方で保険料が年度の途中で増額になった場合は、増額分を納付書で納めていただきます。

練馬子ども議会

区役所で開催

子ども議員の中学生51名が、区の現状や課題について疑問に思っていることなどを発表します。

◎問合せ 青少年係 ☎59844691

委員会 7月22日(金) 11時～12時30分

①教育分野 ②危機管理・企画・区政全般にわたる分野 ③区民生活分野 ④健康福祉分野 ⑤環境まちづくり分野

▽とき 7月22日(金)午後11時～12時30分 ⑤午後1時30分～3時

区役所西庁舎 各委員会室

子ども議員が委員会できとめた意見を提案し、区長や区幹部職員が答弁します。

▽とき 8月1日(月)午後2時～4時

区役所西庁舎 区役所西庁舎 本会議場

傍聴できます

委員会：開始時間の30分前から、区役所西庁舎9階で受け付け

本会議：開始時間の45分前から、区役所西庁舎9階で受け付け

※いずれも先着順です。

※本会議のみ写真・ビデオ撮影ができます。ただしフラッシュ撮影やカメラ付き携帯電話での撮影はできません。

放射線などの測定結果

区内を12地域に区分し、下記の測定地点で空間放射線量(大気中の放射線量)と放射性物質を測定しています。結果は下表の通りです。最新の結果は、随時、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)」でお知らせします。

▷問合せ 環境規制係 ☎59844712

表1 空間放射線量の測定結果(各施設とも6月20・21日のいずれか1日で測定)

測定地点	測定値※	測定地点	測定値※
栄町保育園(栄町40-7)	0.106	泉新小(三原台3-18-30)	0.165
こもれび児童遊園(豊玉中4-12-11)	0.116	石神井小(石神井台1-1-25)	0.141
仲町小(氷川台2-18-24)	0.148	関町保育園(関町南3-9-29)	0.100
田柄第二小(田柄1-5-27)	0.087	大泉南小(東大泉6-28-1)	0.073
旭町第二保育園(旭町1-33-22-107)	0.074	西大泉ふよう児童遊園(西大泉5-10-30)	0.098
富士見台こぼし保育園(富士見台3-10-1)	0.092	大泉学園保育園(大泉学園町8-9-5)	0.103

※測定値は、各施設内の4～5地点を測定した結果の平均値。単位はマイクロシーベルト/時。なお、測定値は、自然界から受ける放射線量を含む値。

表2 放射性物質の測定結果(各施設とも6月13日～24日のいずれか1日で測定)

測定地点(いずれも屋外プールで測定)	測定結果
中村小(中村2-8-1)、開進第二小(桜台5-10-5)、練馬第二小(貫井2-31-13)、光が丘四季の香小(高松5-24-1)、北町小(北町1-14-11)、田柄小(田柄2-19-19)、関町小(関町北3-23-34)、大泉第四小(西大泉1-24-1)、三原台第二小(南大泉4-29-11)、大泉学園緑小(大泉学園町5-11-47)、三原台温水プール(三原台2-11-29)、石神井プール(石神井町5-12-16)	いずれも、放射性物質(放射性ヨウ素とセシウム)は不検出※

※不検出とは、検出下限値(測定において検出できる最小値)未満のこと。

氷川台福祉園の納涼会

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、地域の皆さまに福祉園を知っていただくため、納涼会を行います。

▽とき 7月29日(金)午後4時～5時30分

内容:ゲーム、模擬店など

▽ところ 氷川台福祉園(氷川台2の16の2) ☎9310167

救急救命講座「もし我が子の身に起きたら」

乳幼児が心肺停止状態や熱中症になったときの対処法、AED(自動体外式除細動器)の操作方法などを学びます。

▽対象 0～3歳児と保護者

▽とき 7月31日(日)午後10時～正午

練馬区観光協会は、練馬馬公民館(豊玉北6の8の1)で講師 練馬消防署員▽定員 20組(申込順)▽申込 電話で練馬公民館 ☎39911667

練馬野菜餃子(ぎょうざ)のロゴマークを募集

練馬区観光協会は、練馬の「農」を生かしたご当地グルメとして、練馬産キャベツを使ったオリジナル餃子「練馬野菜餃子」の普及に取り組みしています。

今回「練馬野菜餃子」のPRに活用するため、ロゴマークを募集します。採用された方には5万円分の商品券を差し上げます。

▽募集作品 未発表のオリジナル作品 ※プロ・アマは問いません。 ※応募作品は返却しません。 ※選定作品の著作権は練馬区に帰属します。

▽対象 0～3歳児と保護者

▽とき 7月31日(日)午後10時～正午

練馬区観光協会は、練馬馬公民館(豊玉北6の8の1)で講師 練馬消防署員▽定員 20組(申込順)▽申込 電話で練馬公民館 ☎39911667

ビジネス・ネット

参加企業を募集

食品・生活雑貨関連企業を対象に、百貨店などとの商談会を行います。 ※練馬区・豊島区・板橋区・北区・(助)東京都中小企業振興公社共催

▽とき 11月25日(金)午後2時～5時30分

▽ところ 巣鴨信用金庫本店(豊島区巣鴨2の10の2) ▽募集数 50社(選考) ▽参加費 1

保育サービス講習会の受講生を募集

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員になるための講習会を行います。修了後は、援助会員(有償ボランティア)として、利用会員のお子さんを午前7時～午後8時の枠の中で、預かっていただきます。

▽対象 次の①～④の全てに当てはまる方 ①援助会員になることを希望する ②20歳以上 ③1回の定例

会に参加できる④講習会の全日程に参加できる▽とき 9月5日(月)～8日(木)午前10時～午後4時(4日制) ※時間は変更する場合があります。▽ところ 区役所東庁舎4階▽定員 40名(選考) ▽参加費 2千円(テキスト代) ▽申込 事前に電話で連絡の上、8月15日(月)までに直接、練馬区ファミリーサポートセンター(豊玉北5の18の12) ☎39934100へ

向山庭園の休園期間を延長

東日本大震災の影響により、休園期間を平成25年4月上旬(予定)まで延長します。

▽問合せ 集会所施設係 ☎59844573

11月27日 練馬文化センター 練馬交響楽団 第54回定期演奏会



井崎正浩

練馬交響楽団は、(助)練馬区文化振興協会が活動を支援しているアマチュアの交響楽団です。

▽とき 11月27日(日)午後2時開演▽ところ 練馬文化センター大ホール(練馬区北口下車徒歩1分) ▽曲目 シベリウス/交響詩「フィンランディア」、エルガー/エニグマ変奏曲▽出演 井崎正浩(指揮)、練馬交響楽団▽入場料 千円(全席自由) ※車いす席は、本人・付添者とも500円。

園ゆめりあホール(大泉学園北口下車徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))

1 電話予約・購入が、2 購入ができます。また、23日(土)午前10時から3で購入ができます(申込順)。

1 練馬文化センター ☎39911667

団員募集 オーディションを開催

▽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▽とき 7月29日(金)午後7時から▽ところ 練馬文化センター▽内容 課題曲演奏 ※曲目はお問い合わせください。▽申込 7月28日(木)午後5時までに電話で練馬交響楽団・成清 ☎090894900

199へ▽問合せ (助)練馬区文化振興協会 ☎39934100

募集パート

- バイオリン・ピアノ・チェロ・ファゴット・バス・トランペット

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。凡例：①対象、②時、③場所、④内容、⑤講師、⑥出演、⑦定員、⑧参加費(記載のないものは無料)、⑨持ち物、⑩企画、⑪申し込み、⑫問合せ

映画・音楽会

60歳以上の方対象の映画会

7月22日(金)午前10時から午後1時30分まで 関区センター(関町北1-7-2) 騎兵隊(主演/ジョン・ウェイン) 各回200名(先着順) 当日会場受け付け 関区高齢者センター ☎3928-1987

スポーツ

8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。

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。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)。

Table with 2 columns: 体育館名(名称) and 利用時間. Includes 総合体育館, 平和台体育館, 光が丘体育館, 上石神井体育館, 大泉学園町体育館.

※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。

初心者スポーツ教室

ぜんそく児水泳 ①②とも 気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児~小学4

年生で、医師にこの教室への参加を認められたお子さん ※医師の健康調査書が必要です。各回55名(抽選) 往復ハガキに①教室名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥学年(小学生のみ)⑦電話番号⑧保護者氏名を記入の上、7月20日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947へ

①平和台体育館(平和台2-12-5) 9月5日~12月26日の毎月曜午後3時30分~5時30分【第2月曜、祝日を除く。12日制】

②大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24) 9月8日~12月1日の毎木曜午後3時30分~5時30分【祝日を除く。12日制】

区民体育大会

ライフル射撃 銃所持許可証、日本ライフル射撃協会推薦銃をお持ちの方 8月27日(土)・28日(日)ARS ARP APD HR、10月2日(日)SFR 3P60 E SFR P60、12月4日(日)LBR 3P60 LB RP60 いずれも午前8時30分から 総合体育館E~H長瀨射撃場(埼玉県長瀨町) ハガキに①競技会名(A~Hの別も)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、8月15日(必着)までに〒177-0033高野台3-36-15-208 練馬区ライフル射撃協会・西森へ ☎スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

講座・講演会

山の幸染めにチャレンジしよう!

7月18日(祝)午前10時~正午・午後1時~4時 牧野記念庭園(東大泉6-34-4) アイロンを使って葉の形をハ

7月16日 8月7日 石神井公園ふるさと文化館収蔵品企画展 アニメのセル画展

入場無料

石神井公園ふるさと文化館所蔵のアニメのセル画約30点を展示し、セル画製作技術の変遷をたどります。

7月16日(土)~8月7日(日)午前9時~午後6時 ※月曜休館(7月18日祝日は開館、19日(火)は休館)。

所 石神井公園ふるさと文化館(石神井町5-12-16) ☎3996-4060

ンカチなどに染色する 鬪山の幸染め会 インストラクター・紺谷志歩 ☎600~1,500円(材料費) 当日会場受け付け 牧野記念庭園記念館 ☎6904-6403

古布で夏のつるし飾りを作る

7月22日(金)午後1時30分~3時30分 豊玉リサイクルセンター(豊玉上2-22-15) 16名(申込順) ☎100円(材料費) 裁縫道具 ☎電話で豊玉リサイクルセンター ☎5999-3196へ

セミの羽化を見るタベ

小学生以下のお子さんと保護者 7月30日(土)午後7時~9時 花とみどりの相談所とその周辺 練馬みどりの機構会員/矢崎康彦 ☎20組(抽選) 往復ハガキに①教室名②住所③参加者全員の氏名(ふりがな)④お子さんの学年(小学生のみ)⑤電話番号を記入の上、7月19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

勤労福祉会館の講座

①②とも 勤労福祉会館 直接または往復ハガキで①講座名(①②の別)①は(A)(B)の別も②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、①7月29日②8月2日(必着)までに 〒178-0063東大

期間中の催し ふるさと文化講座「アニメの原理体験講座」 7月24日(日)午後2時~4時 驚き盤 くるくるアニメを作成し、アニメの原理を体験する 各20名(先着順) ☎①220円 ②80円 当日会場受け付け

アトリウム 入場無料 ミニコンサート 7月20日(水)午後0時15分~0時45分 区役所アトリウム エルガー/愛のあいさつなど 久保静(バイオリン) 財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

泉5-40-36 勤労福祉会館 ☎3923-5511 ①国家資格取得講座(A宅地建物取引主任者B民法) 8月7日~10月2日の毎日 曜(午)午後6時15分~7時45分(夜)午後8時~9時30分【8月14日を除く。8日制】 50名(抽選) ☎18,000円(資料代) ②中国健康運動法で生き生きライフ 8月6日(土)・13日(土)・27日(土)・9月3日(土) 午前10時~11時30分【4日制】 35名(申込順) ☎500円

情報 あらがる

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。

ミニガイド

信州武石の特産品宅配希望者を募集 区と友好提携を結ぶ長野県上田市武石地域産の特産品(8月に米粉仕込みうどん・クマ笹入り米粉仕込みうどん各2人前・野菜のセット、12月に手打ちそば・もち4人前)を宅配 ☎5,000円 7月15日(金)までに電話で(勤)上田市地域振興事業団 ☎0268-85-2829へ 石神井特別支援学校の夏まつり 7月16日(土)午後3時30分~6時 都立石神井特別支援学校(石神井台8-20-35) ☎3929-0012 模擬店、ゲームなど 区民健康医学講座「病気との付き合い方~治療しながら楽しく生活」 7月23日(土)午後3時~4時 マグノリア横山ビル(高野台1-8-9) ☎100名(申込順) 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19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馬病院区民健康医学講座係 ☎5923-3111へ 女性9人制バレーボール大会 区内在住の女性チーム 7月24日(日)午前8時30分~午後6時 桜台体育館(桜台3-28-1) 10チーム(抽選) 1チーム2,000円(保険料など) 7月19日(火)午後7時から小竹小(小竹町2-6-7)で行う組み合わせ抽選会で受け付け SSC桜台・丸見 ☎090-1210-4984 公開講座「曲げ輪で作る漆のお盆」 8月6日・13日・27日、9月3日・10日・17日、10月1日の土曜午前9時~正午【10月1日は午前9時~11時。7日制】 都立練馬工業高校 ☎10名(抽選) ☎5,000円(材料費など) 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20日(必着)までに 〒179-8909早宮2-9-18 練馬工業高校 公開講座担当 ☎3932-9251へ 普通救命講習会 ①8月7日(日)②9月8日(木) いずれも午前9時~正午 練馬消防署(豊玉北5-1-8) 心肺蘇生(せせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など 各日30名(申込順) ☎1,400円(テキスト代) ☎電話で練馬消防署 ☎3994-0119へ 泳力検定会 週1回以上練習をしている方 9月25日(日)午前9時~午後1時 大泉学

園町体育館(大泉学園町5-14-24) ☎600円(保険料など) ※別途1種目につき検定料500円。 体育館にある申込書に必要事項を記入の上、参加費を添えて8月26日(金)までにSSC大泉 ☎3921-1300へ(問い合わせは月~土曜午前9時~午後5時) 建築無料相談 第4月曜午前10時~午後2時 区役所本庁舎1階 新築、リフォーム、耐震診断など 図面などの資料 当日会場受け付け 都東建築士事務所 協会練馬支部 ☎6909-7200 朝・夕・青空市 江古田いちば通り商店街...7月15日(金)午前10時~午後7時 南部 ☎3991-2340 早宮商店街...7月16日(土)午後3時~6時 山崎 ☎3993-3388 比呂商店街...7月17日(日)午前8時~10時 青木 ☎080-5659-3241 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) 7月31日(日)午前9時~正午(雨天中止) 〒177-0045石神井台5-4-17 佐野めぐみ ☎090-4052-8877(抽選100店)。

問い合わせは午前7時~午後7時) 石神井公園区民交流センター2階(石神井町2-14-1) 7月31日(日)午前10時~正午 〒177-0041石神井町2-14-1 練馬区消費生活センター運営連絡会 ☎3996-6351(先着25店。問い合わせは平日午前10時~午後3時) 長光寺橋公園(石神井町1-1-58) 8月7日(日)午前10時~午後0時30分(雨天中止) 〒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) ねりま遊遊スクール 区内の団体に委託して実施。 園学び支援係 ☎5984-2438 親子で楽しくファーストサイン... 6か月~1歳6か月児と保護者 ☎7月17日(日)午前10時30分~11時30分 光が丘区民センター6階(光が丘2-9-6) ☎10組(申込順) ☎1組500円(教材費) ☎電話でスマイルキッズ・増本 ☎090-7222-6326へ(午前10時~午後8時) 親子で歌あそび・楽器体験・パネルシアター... 乳幼児と保護者 ☎7月23日(日)午前10時30分~11時30分 関町地域集会所(関町南4-22-1) ☎20名(申込順) ☎100円(保険料など) ☎電話でリトミックとうたあそびコアラ・藤木 ☎080-6680-6569へ ザリガニ釣りに楽しもう... 小学生 ☎7月23日(土)午後1時~3時 旭町はんの木緑地(旭町2-9-4) ☎20名(申込順) ☎電話で光が丘エコクラブ・宮

澤 ☎080-1106-6847へ 軽量粘土でミニフルーツの写真立てを作ろう... 小学生 ☎7月23日(土)午後1時30分~4時30分 大泉北地域集会所(大泉学園町4-21-1) ☎60名(申込順) ☎500円(材料費) ☎電話で工房まどい・伊原 ☎3978-0797へ 高尾山の自然を守ろう... 小学3年~中学生と保護者 ☎7月24日(日)午前10時京王高尾線高尾山口駅前集合、午後3時同所解散 ☎30名(申込順) ☎100円(保険料など) ※交通費実費。 ☎電話で大泉生活学校・高橋 ☎5387-2021へ セミの抜け殻調べin石神井公園... 小学2~5年生と保護者 ☎7月30日(日)午前9時15分~午後0時30分 石神井公園(石神井台1-26-1) ☎25組(申込順) ☎1人30円(保険料) ☎電話ですばる自然楽校・佐藤 ☎5910-7056へ(午前8時~正午) ねりまイクメン講座 区内の団体に委託して実施。 パパと作る木のおもちゃ... 1歳以上の未就学児と父親 ☎7月23日(土)午前10時~11時30分 関町男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10) ☎おもちゃコンサルタント/上原昌子 ☎10組(申込順) ☎1組500円(保険料など) ☎電話で練馬イクメンパパプロジェクト・岡田 ☎090-4620-6934へ(午後6時~8時) 園学び支援係 ☎5984-2438

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。

いつまでもお元気で

65歳からの筋力アップ運動と骨量測定

📍時対 8月25日(木)午後1時45分～2時…医師から運動を止められていない65歳以上の方📍午後2時15分～2時30分…65歳以上の女性📍石神井保健相談

所📍講義、骨量測定(Ⓐは運動実技も)📍各回25名(申込順)📍電話で石神井保健相談所へ ※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。 ※Ⓐ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。

母子健康手帳、スプーン📍電話で北保健相談所へ

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。

📍予防係☎5984-2484

Table with columns: 予防接種種名, 対象となるお子さん. Rows include DPT (1期初回, 1期追加), 麻しん風しん (混合1期, 混合2期, 混合3期, 混合4期), DT2期, 日本脳炎 (1期初回・追加, 経過対応), ヒブ.

◎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。

選) 📍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20日(消印有効)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬☎3990-0185へ

骨粗しょう症予防教室

📍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。📍時下表の通り📍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📍各回40名(申込順)📍電話で各保健相談所へ(①は8月12日(金)まで)

Table with columns: 会場, 受付時間. Rows: ①石神井保健相談所 (8/17(水)13:15～13:30), ②関保健相談所 (8/23(火)14:00～14:15), ③大泉保健相談所 (7/21(木)14:00～14:15)

家族介護者教室

- ☑️高齢者のための夏バテ予防の食事作り 📍7月23日(土)午後2時～4時📍光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6) 📍調理実習20名(申込順) 📍電話で光が丘デイサービスセンター☎5997-7706へ
☑️学ぶ・口腔(こうくう)ケア 📍7月23日(土)午後2時～4時📍デイサービスセンターフーラー石神井公園(下石神井3-6-13) 📍講義20名(申込順) 📍電話でフーラー石神井公園☎3996-6600へ
☑️言語リハビリ教室 📍7月23日(土)午後2時～4時📍大泉デイサービスセンター(東大泉2-11-21) 📍実技10名(申込順) 📍電話で大泉デイサービスセンター☎5387-2201へ
☑️よくわかる住宅改修 📍7月24日(日)午後1時30分～3時30分📍大泉学園デイサービスセンター(大泉学園町2-20-21) 📍講義20名(申込順) 📍電話で大泉学園デイサービスセンター☎5933-0742へ
☑️認知症ってなんだろう? 📍7月24日(日)午後2時～4時📍都宮関町北三丁目第3アパート集会所(関町北3-31) 📍講義10名(申込順) 📍電話でミニケアホームきみさん☎3929-2208へ

健康いきいき講座 生涯現役主義 7月22日(金) 📍7月22日(金)午後2時～4時📍勤労福祉会館(東大泉5-40-36) 📍転倒予防のための体操やお口すっきり体操の実演、若さを保つための食事の紹介など📍100名(申込順) 📍電話で介護予防係☎5984-4596へ 勤労福祉会館 参加費無料

すくすく育て元氣な子

パパとママの準備教室

📍出産を控えた夫婦📍7月23日(土)午前9時～11時30分📍豊玉保健相談所📍講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導📍40組(申込順) 📍母子健康手帳、エプロン📍電話で豊玉保健相談所へ

育児と離乳食(2・3回食)

📍7～10か月児と保育者📍7月29日(金)午前10時～11時30分📍北保健相談所📍講義、献立紹介📍25組(申込順) 📍

8月 1歳児子育て相談と1歳からの食事講習会・2歳6か月児歯科健診 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。

Table with columns: 会場(保健相談所), 日程・受付時間. Rows include 豊玉, 北, 光が丘, 石神井, 関, 大泉.

心も体もいきいきと

よりよいコミュニケーションスキルを学ぶ

📍精神疾患のある方の家族📍7月29日(金)午後2時～4時📍関保健相談所📍講義📍SSTトレーナー/高森信子📍30名(申込順) 📍電話で関保健相談所へ

教養健康講座

「健康いきいき体操」

📍8月2日(火)午後2時～3時30分📍サンライフ練馬📍運動実技📍30名(抽

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。 ▶掲載の問合せ 広報係☎5984-2690

- ◆呉式太極拳の会 月4回土曜午前10時～11時30分 小竹地域集会所 入会金500円 月会費3,000円 初回は無料体験可 有賀☎080-3023-4870
◆社交ダンス愛好会 初心者対象 月4回主に火曜午後1時～4時 大泉町地域集会所 入会金1,000円 会費1回700円 原山☎3923-6322
◆卓球 中途障害のある方・中高年齢者対象 第1・3火曜午後2時～4時 旭町南地区区民館 入会金1,000円 月会費500円 小林☎6760-9399(午後6時以降)
◆フラダンス ポニモイ 月3回金曜午前10時30分～11時30分 旭丘地域集会所 月会費4,000円 初回は無料体験可 佐藤☎090-1533-1272

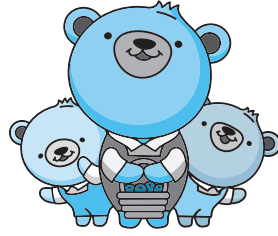
- ◆水曜スイミングクラブ 60歳以上の方対象 毎水曜午後1時～3時(7・8月は休み) 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費2,500円 保険料年1,600円(65歳以上の方は年800円) 初回は無料体験可 佐々木☎5936-4754
◆混声合唱・発声指導(邦人合唱組曲・愛唱歌・宗教曲など) 練馬アカデミー合唱団 毎金曜午後6時30分～9時、月1回日曜午後2時～4時30分 練馬第三小など 指導 野上修一 入会金2,000円 月会費5,000円(学生2,000円) 楽譜代実費 演奏会チケット分担金あり 富永☎3970-2706
◆ヨーガ・セラピー・サークル 月4回平日または土曜午前9時～正午 光が丘区民センター2階など 月会費3,000円 大成☎080-1789-5681(要予約)
◆①自強術体験会②講演会「豊かな健康寿命を求めて」 7月28日①午前10時～10時30分②午前10時30分～11時30分 石神井公園区民交流センター2階 講師 聖路加国際病院整形外科名誉医長/井上肇 ①②とも参加費無料 公益社団法人自強術普及会所属・志田☎5393-3257(要予約。午後5時～9時)
◆卓球 スマイルEクラブ 60歳以上の方対象 月3～4回木曜午前9時～正午または午後0時30分～3時30分 中村南スポーツ交流センター 入会金1,000円 月会費500円 阿久津☎090-8876-3916(要予約)

- ◆夏休み子どもラジオ体操 幼児～中学生対象(保護者の参加も可) 7月21日～31日午前6時30分開始 練馬総合運動場 参加費無料 練馬すずしろ会・富吉☎3992-1352
◆若葉スポーツ吹矢クラブ 月2回主に水曜または木曜午前9時30分～11時30分 サンライフ練馬など 月会費2,000円 年会費3,000円 遠藤☎3925-0868(要予約。午後5時以降)
◆ルイス英会話 中級以上の方対象 毎土曜午後2時～4時 春日町南地区区民館 外国人講師が指導 月会費4,000円 たけもり☎080-5420-2678(要予約)
◆大泉太極拳クラブ(健康太極拳・氣功八段錦・健康体操) 毎金曜午後7時～8時45分 大泉学園町体育館 月会費3,000円 入会月は無料体験可 小美濃☎090-1129-4153
◆三原台子供書道サークル 小中学生・初心者の方対象 月2回①月曜午後3時～5時②土曜午前10時～正午 三原台地域集会所 ①②とも月会費1,500円 初回は無料体験可 沢田☎5387-8847
◆女声コーラスコーロ・いずみ(組曲・叙情歌・ポピュラーソングなど) 月3回水曜午後1時30分～3時30分 男女共同参画センターえーるなど 入会金1,000円 月会費2,500円 年会費2,000円 初回は無料体験可 山田☎3928-1770(要予約。午後7時以降)

- ◆すずしろ卓球クラブ(ラージボール) 60歳以上の方対象 毎火曜午後4時～6時 総合体育館 入会金1,000円 月会費750円 年2回他クラブと合同卓球大会あり 山瀬☎090-4674-2693(要予約)
◆ヨーガ&リズムダンス 石神井マメール 女性対象 月4回金曜午後1時30分～3時30分 総合体育館 講師 茂呂京子 入会金2,000円 会費3か月5,500円 新井☎3996-1182(要予約)
◆フラダンス ロケラニ 月3回金曜午後7時30分～9時 関町北地区区民館 入会金2,000円 月会費4,500円 初回は無料体験可 長嶺☎080-3080-7684(要予約)
◆親子で楽しむ野外アニメ上映会と歌・語り 7月24日午後6時～8時 石神井公園野外ステージ(雨天時は石神井公園ふると文化館) 入場無料 実行委員会・村松☎090-6798-1433
◆セミの羽化観察会 小学生以上の方対象(小学生は保護者同伴) 7月30日午後6時～8時 武蔵関公園など 参加費無料 保険料30円 ねりまエコ・アドバイザー葉っぱの会・塚越☎3925-4732(要予約。午後6時～7時)
◆書道(漢字・かな・実用書) こぶし会 ①第1・2・4火曜午前10時～正午②第2・4水曜午後6時30分～8時30分 石神井庁舎 ①②とも入会金1,000円 月会費①3,000円②2,000円 鈴木☎3997-4086
◆①世界の鳥の展覧会と絵本原画展 ②講演会「世界の鳥の巣について」 ①7月23日午前9時30分～午後6時、24日午前9時30分～午後5時②31日午後2時～4時 光が丘図書館 講師 鈴木まもる ①②とも入場無料 ねりま子ども本ネットワーク・浅尾☎Fax3924-6629
◆社交ダンス研究会 初級～中級者対象 月4回日曜午後1時～4時 大泉学園地区区民館 入会金1,000円 月会費3,000円 加藤☎3923-5254
◆混声合唱団こぶし(名歌・叙情歌・発声指導) 月2回日曜午後1時～4時 豊玉小 指導 金岡裕子 入会金1,000円 月会費2,000円 歌集代1,000円(初回のみ) 福永☎3928-0944(要予約。午後7時～9時)
◆俳句 如月句会 第4火曜午後1時～5時 石神井公園区民交流センター2階 講師 俳人協会評議員/下鉢清子 月会費1,500円 金山☎Fax3925-7763
◆バレーボール Field 20歳以上の既婚女性・30歳以上の独身女性対象 毎火曜午後4時～6時、毎土曜午後3時30分～5時30分 練馬第二小 月会費1,000円 井手☎3999-0776
◆彫刻(仏像など) 木の舞 初心者～中級者対象 主に第1・3日曜午後1時～5時 男女共同参画センターえーる 入会金2,000円 月会費1,500円 早田☎3922-2807(要予約)

オープン! ブルーベリー

観光農園



区が開設を支援している「練馬区ブルーベリー観光農園」が、今年も開園します。摘み立てのおいしい練馬産ブルーベリーを、ぜひご賞味ください。

▷問合せ 農業振興係 ☎5984-1403

↑ブルーベリー観光農園イメージキャラクター(左からリルン、プルン、ベルン)

▷農園名(所在地)・開園期間・申込 下表の通り▷摘み取り料金 100g 200円▷その他 摘み取り量・時間の制限、駐車場の有無、団体利用(10名以上)の場合など詳しくは、各園へお問い合わせください

練馬区ブルーベリー観光農園の紹介冊子

配布
します



各園の所在地や特徴の他、農園周辺の観光情報などを紹介しています。冊子は、ブルーベリー観光農園、区民事務所(練馬を除く)、出張所、練馬区観光案内所(練馬駅地下1階)、区役所庁舎案内横(本庁舎1階)などで配布します。 ※各園の開園状況などは、区ホームページ「催し・イベント情報」でもご覧になれます。

農園名(所在地)	開園期間	申込
浅見農園【桜台の畑】(桜台3-7-12)	7月中旬～8月下旬の毎水・土曜 9:30～11:00	電話で浅見 ☎3991-7450へ
浅見農園【羽沢の畑】(羽沢2-25-9)	7月中旬～8月下旬の毎木・日曜 9:30～11:00	
篠田果樹園(春日町2-8)	7月中旬～8月中旬の毎土曜 9:00～11:00	当日会場受け付け(各日先着20組。問い合わせは篠田 ☎3999-3190 (17:00～20:00))
みやもとファーム(高松1-39-5)	7月下旬からの毎金曜 9:30～10:30 ※無くなり次第終了。	当日会場受け付け(問い合わせはみやもとファーム ☎3577-3929 (10:00～11:00・14:00～16:00))
おざわ農園(高松5-1)	7月下旬～8月中旬の毎土曜 10:00～12:00	当日会場受け付け(問い合わせは小澤 ☎3996-8701 (19:00まで))
やはち農園(土支田4-45-10)	7月中旬～8月中旬の毎土曜 9:30～11:30	電話で加藤 ☎3924-0254へ(9:00～17:00)
山下農園(石神井町6-32-16)	7月中旬～8月下旬の毎水曜 9:00～11:00、毎日曜 9:00～11:00・15:00～17:00	電話で山下 ☎3997-1528へ(9:00～17:00)
ブルーベリーフィールズ本橋農園(石神井台4-14-34)	7月中旬～8月下旬の毎火・土曜 15:00～18:00	電話で本橋 ☎090-9367-2948へ(10:00～17:00)
ベリーズ愛らんど(石神井台6-5-27)	7月下旬～8月下旬の毎土・日曜 10:00～12:00	当日会場受け付け(問い合わせは本橋 ☎090-3066-7612)
はまなか農園(関町北3-20-5)	7月中旬～8月下旬の毎水・土・日曜 9:00～11:30	電話で浜中 ☎090-4524-2310へ(9:00～17:00)
ベリーファームさくら(関町北4-30)	7月中旬～8月下旬の毎木・日曜 9:00～11:30	電話で櫻井 ☎080-3711-4741へ
さかい農園(東大泉2-15)	7月中旬～8月下旬の毎水・土・日曜 10:00～12:00	電話で酒井 ☎090-8700-8619へ(10:00～17:00)
関口ブルーベリー農園(東大泉6-13-19)	7月中旬～9月上旬の毎水・土・日曜 9:30～11:30	電話で関口 ☎3924-2406へ

農園名(所在地)	開園期間	申込
加藤ファミリー農園(東大泉6-34-31)	7月中旬～8月中旬の毎土曜 8:00～10:00	電話で加藤 ☎3923-7749へ(平日 9:00～16:00)
高橋ブルーベリーガーデン(西大泉2-12)	8月下旬までの毎月・金曜 9:30～12:00・15:00～16:30、毎日曜 9:30～12:00	電話で高橋 ☎090-1124-6819へ
内堀農園(西大泉4-21)	7月中旬～9月中旬の毎水・金・日曜 10:00～12:00・15:00～17:00	電話で内堀 ☎090-9320-8303へ
井口農園(南大泉1-6-19)	7月下旬～8月下旬の毎日曜 9:00～11:00	電話で井口 ☎090-8809-4895へ(9:00～12:00)
高橋ベリーガーデン1(南大泉2-33)	8月下旬までの毎土・日曜 8:30～11:00・15:00～17:30	当日会場受け付け(問い合わせは高橋 ☎090-8847-9470 (12:00～15:00))
高橋ベリーガーデン2(南大泉3-25)		
永井農園ブルーベリーの里(南大泉6-20)	8月中旬までの毎水・土曜 9:00～11:30	電話で永井 ☎090-1544-6325へ(9:00～12:00)
村田農園(大泉町1-47)	7月中旬～8月中旬の毎日曜 10:00～12:00	電話で村田 ☎090-2747-1355へ(9:00～17:00)
白石農園(大泉町1-52)	7月中旬～8月下旬の毎木・土・日曜 10:00～12:00(8月から毎木・土曜 16:30～18:00も開園)	当日会場受け付け(問い合わせは白石 ☎080-5524-6022 (11:00～13:00・18:00～20:00))
芹沢農園(大泉町2-12-4)	7月中旬～8月下旬の毎火・土曜 9:30～11:30	電話で芹沢 ☎080-3478-0392へ
加藤農園(大泉学園町1-19-3)	7月中旬～9月中旬の毎月・木・金・土曜 9:30～11:30・14:30～16:30、毎日曜 9:30～11:30	電話で加藤 ☎080-2006-1848へ
ファーム大泉学園(大泉学園町3-17-72)	8月下旬までの毎水・土・日曜 9:30～12:00・15:00～17:00	電話で加藤 ☎090-6115-9168へ(9:00～19:00)
小西園(大泉学園町4-15地内)	7月下旬～8月中旬の毎水・土曜 15:00～17:00	電話で小西 ☎090-9006-3368へ(9:00～16:00)
加藤果樹園(ベリー園)(大泉学園町5-21)	7月中旬～8月下旬の毎水・日曜 8:00～11:00・15:00～17:00	電話で加藤 ☎090-5212-6504へ(9:00～15:00)

練馬区立美術館【特別展】 磯江毅＝グスタボ・イソエ マドリード・リアリズムの異才

7月12日(火)～10月2日(日)



「鯛(いわし)」
2007年(平成19年)
ジェッソン・鉛筆・水彩板
41.0cm x 53.0cm

【期間中の催し】

1 2とも▷ところ 練馬区立美術館▷申込
1 当日会場受け付け 2 往復ハガキまたは電子メールで①講演会名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、9月2日(必着)までに練馬区立美術館・電子メール museum@city.nerima.tokyo.jpへ ※いずれも観覧券が必要です。

◎ところ・問合せ 練馬区立美術館(〒176-0021 貫井1-36-16) ☎3577-1821

現代写実絵画に鮮烈な痕跡を残した磯江毅(昭和29年～平成19年)の没後初の大規模な回顧展です。初期から絶作までの代表作約80点を展示します。

▷とき 7月12日(火)～10月2日(日)
午前10時～午後6時(入館は午後5

時30分まで) ※月曜休館(月曜が祝日の場合は翌日休館)。▷観覧料 一般500円、高校・大学生と65～74歳の方300円、中学生以下と75歳以上の方無料 ※障害のある方と20名以上の団体は割引あり。

1 アーティストトーク(画家による作品解説)

▷とき・出演 8月6日(土)・水野暁、20日(土)・諏訪敦、9月3日(土)・石黒賢一郎 ※いずれも午後3時から。

2 特別講演会「磯江毅とマドリード」

▷対象 中学生以上の方▷とき 9月24日(土) 午後3時～4時30分▷講師 昭和女子大学教授/木下亮▷定員 50名(抽選)