

- ◆貫井子ども家庭支援センターがオープン……………2面
- ◆ねりま漬物物産展……………2面
- ◆ベルデの春休み期間の予約受け付け開始……………3面
- ◆子どものための講座を企画・運営する団体を募集……………4面

うるおい・にぎわい・支えあい とともに築く わがまち練馬 ～豊かさゆとりあるまちへ～

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/



農業体験 農園の 利用者募集

農業体験農園は、区内の農家が設置し、経営・管理している農園です。農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までを体験できます。

農作業の講習は週末を中心に行いますので、お勤めの方も楽しみながら野菜作りを学べます。ぜひご参加ください。

▷問合せ 都市農業係 ☎5984-1403

※農業体験農園は区が直接管理していません。右下の表の園主宅へ申し込んでください。

農家直伝!



園主の方に教えてもらいながら、自分たちで真心を込めて作った野菜は、よりおいしく感じられますね。
農業体験農園「農の詩(うた)」利用者/堀部さんご一家(南田中在住)

土に触れながら季節ごとの旬を感じてみませんか

農業体験農園「旬感(しゅんかん)倶楽部」園主/井口和喜さん



区内初のブルーベリーなど果樹も栽培する農業体験農園として、今年から開園します。一つ一つの作業を丁寧に教えますので、初めての方でも安心して参加してください。四季折々の野菜や果樹を作り収穫することで、季節ごとの「旬」を感じてみませんか。

利用料など

- ▷農園名・所在地など 右表の通り
- ▷利用期間 3月中旬～来年1月31日 ※更新は園主との相談になります。
- ▷利用料 31,000円(指導料、収穫野菜代など) ※種・苗・肥料・農具は、園主が用意します。

申し込み方法など

- ▷対象 20歳以上の方 ※家族での参加もできます。
- ▷申込 往復ハガキに①農園名②住所③氏名④年齢⑤電話番号と、返信面に返信先を記入の上、1月31日(消印有効)までに農園の園主宅へ
- ▷抽選方法 区の立ち会いの下で、園主が抽選を行います。結果は、2月中旬に全員に通知します

注意事項

- 農業体験農園は、区画の貸し出しではありませんので栽培する作物の選定などは園主が行います
- 申し込みは、1農園につき1通に限ります
- 駐車場はありません

実りの楽しみ

農業体験農園一覧 ★は新規開設

農園名	所在地・交通	園主名・申込先	募集数
★農業体験農園「旬感倶楽部」	南大泉1-6(西武バス(新座栄～吉祥寺駅)で小関下車徒歩1分)	井口 和喜 〒178-0064南大泉1-6-19	70名程度
学田体験農園	中村南1-4(練馬駅南口下車徒歩15分、西武新宿線都立家政駅北口下車徒歩10分)	神田 耕 〒176-0025中村南1-10-1	3名程度
みやもとファーム 農業体験塾	高松1-39(地下鉄大江戸線練馬春日町駅A3出口下車徒歩12分)	宮本 茂昭 〒179-0075高松1-39-5	5名程度
田柄すずしろ農園	田柄1-29(地下鉄有楽町線平和台駅北口下車徒歩13分)	吉田 忠男 〒179-0073田柄1-7-2	10名程度
イガさんの畑	土支田1-35(西武バスまたは国際興業バス(石神井公園駅北口～成増駅南口)で土支田八幡下車徒歩2分)	五十嵐 透 〒179-0076土支田1-34-8	20名程度
農業体験農園「楽農くらぶ」	三原台3-27(西武バスまたは国際興業バス(石神井公園駅北口～成増駅南口)で比丘尾橋下車徒歩2分)	荘 光男 〒177-0031三原台3-28-19	10名程度
農業体験農園「農の詩」	石神井町5-15(西武バス(石神井公園駅南口～荻窪駅)でJA東京あおば下車徒歩3分)	富岡 忠明 〒177-0041石神井町5-13-1	25名程度
農学校「石泉愛らんど」	石神井台6-5(西武池袋線大泉学園駅南口下車徒歩12分)	本橋 邦浩 〒177-0045石神井台6-5-27	25名程度
農業体験農園「井頭体験農園」	東大泉7-27(西武池袋線大泉学園駅南口下車徒歩12分)	山口 米蔵 〒178-0063東大泉7-34-33	50名程度
農業体験農園「どろんこ・わぁんど」	西大泉2-25(みどりバス(大泉学園駅～大泉学園町五丁目)で丸山西橋下車徒歩1分)	内堀 雅巳 〒178-0065西大泉2-25-21	30名程度
緑と農の体験塾	南大泉3-17(西武池袋線保谷駅南口下車徒歩11分)	加藤 義松 〒178-0064南大泉3-15-3	20名程度
農業体験農園「南大泉やさい村」	南大泉4-39(西武池袋線保谷駅南口下車徒歩8分)	山口 幸治 〒178-0064南大泉4-37-16	5名程度
大泉 風のがっこう	大泉町1-54(西武バス(大泉学園駅北口～和光市駅南口)でもみじ山下車徒歩3分)	白石 好孝 〒178-0062大泉町1-44-14	15名程度
農業体験農園「緑の散歩道」	大泉学園町3-4(西武バス(大泉学園駅北口～片山小学校)で関越学園通り下車徒歩1分)	小美濃 昌一 〒178-0061大泉学園町3-6-47	25名程度
農業体験農園「百刈(ひゃくめ)の里」	大泉学園町3-17(西武池袋線大泉学園駅北口下車徒歩13分)	加藤 正明 〒178-0061大泉学園町2-30-45	5名程度

グループで1本の柿の木を担当し、1年を通して剪定(せんてい)から収穫までを体験する講習会です。大きくて甘い富有柿を、家族や友人と育ててみませんか。

▷対象 全員が区内在住の4～6名のグループ ※20歳以上の方が必ず1名以上参加してください。 ※昨年受講した方や過去に2回受講した方はご遠慮ください。

▷内容・とき ①剪定:2月②摘果(不必要な実を取り除く作業):7月③除草:8月④収穫:11月 ※①②④は土・日曜、祝休日に講習会を行います。③は指定した期間のうち1日作業を行います。

▷ところ 学園町柿の木果樹の森(大泉学園町3の5) ※駐車場はありません。

▷定員 20グループ(抽選)

▷申込 往復ハガキに①代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号②グループの人数・構成(家族・友人・サークルなど)を記入の上、1月20日(必着)までに〒178-0061大泉学園町2の22の12西部分園管理事務所 ☎3867-1189へ ※他人名義や1グループ2通以上の申し込みは無効です。 ※参加決定後、全員の住所・氏名・年齢を記載した名簿を提出していただきます。

柿の木 果樹の森

受講生 募集



出会おう! 遊ぼう! 子育ての悩み 相談しよう



子どもと子育て家庭の総合相談

子どもと子育て家庭のさまざまな相談に、専門の職員がお応えします。

▽利用日時 月～土曜午前9時～午後5時(年末年始を除く)

子育てのひろば

…1月22日(金)から実施

お子さんの遊び場として、親子で楽しく遊べるほか、子育ての情報交換や仲間づくりなどの場として、無料で利用できます。

▽対象 3歳までのお子さんと保護者

▽利用日時 月～水・金・土曜午前10時～午後4時(年末年始を除く)

▽利用方法 予約は不要です。自由に来室してください

乳 幼児一時預かり

…1月29日(金)から実施

理由を問わず、お子さんを

1月15日(金)に、区内4か所目の子ども家庭支援センターとして貫井子ども家庭支援センターを開設します。センターでは、子育て家庭の相談窓口を設けるほか、子育てのひろばや乳幼児一時預かりを行います。ぜひご利用ください。

▽問合せ 貫井子ども家庭支援センター(貫井3の25の15) ☎3577・9820



1/15(金) 貫井子ども家庭支援センターがオープン



子育てのひろば

…1月22日(金)から実施

預かります。 ※事前に登録が必要です(1月15日(金)午前9時30分から受け付け)。登録の際には母子健康手帳や写真などを用意していただきます。詳しくは、お問い合わせください。

▽対象 6か月以上の未就学児

▽利用日時 月～土曜①午前10時～午後1時②午後1時～4時(年末年始を除く)

※①②を続けて利用することもできます。 ※1週間に2日まで利用できます。

▽定員 各回6名(申込順)

▽利用料 1回1千500円(1歳未満は2千円)

▽申込 利用希望日の前月の初日から前日までに直接、貫井子ども家庭支援センターへ

貫井びよびよ

お子さんの遊び場として、親子で楽しく遊べるほか、子育ての情報交換や仲間づくりなどの場として、無料で利用できます。

▽対象 3歳までのお子さんと保護者

▽利用日時 月～水・金・土曜午前10時～午後4時(年末年始を除く)

▽利用方法 予約は不要です。自由に来室してください



第22回 ねりま漬物物産展

ねりま漬物物産展では、米ぬかにじっくりと漬けた昔ながらの練馬大根のたくあん漬のほか、各種漬物を紹介・即売します。

▽とき 1月13日(水) 19日(火)午前10時～午後9時

▽ところ 西武池袋本店

▽問合せ 練馬漬物親睦会 ☎3970・944

9、区役所内産業計画係 ☎5984・1483

第22回 ねりま漬物物産展

1/13(水)～19(火) 西武池袋本店

時(17日(日)は午後8時まで)

▽ところ 西武池袋本店 地下1階特設会場

▽問合せ 練馬漬物親睦会 ☎3970・944

9、区役所内産業計画係 ☎5984・1483

漬物の即売

□練馬大根のたくあん漬

昔と同じように塩と米ぬかで漬けた「ねりま本干したくあん」を即売します。使用している大根は、練馬大根の保存のために、区が区内の農家に委託して栽培したものです。

□たる詰め漬物

べつたら漬け・奈良漬けなど、区内漬物業者が自慢の漬物を即売します。 ※一部の商品を除き、配達あり(有料)。

ビデオ上映

開催期間中、「よみがえれ練馬大根」や練馬区を紹介するビデオを随時上映します。また、練馬大根を紹介したパンフレットを配布します。

販売場所	販売本数
JA東京あおば ふれあいの里 (桜台3-35-18) ☎3991-8711	500本
JA東京あおば 練馬地区振興センター (春日町3-14-2) ☎3999-7851	100本
JA東京あおば 石神井ファーマーズセンター (石神井台1-1-31) ☎3995-3132	350本
JA東京あおば こぐれ村 (大泉学園町2-12-17) ☎3925-3113	400本

練馬大根のたくあん漬を販売

1本525円で販売します(左表参照)。

▽とき 1月14日(木)午前10時から ※商品がなくなり次第終了。

▽問合せ 都市農業係 ☎5984・1403

参加者募集 正しく安全に情報を得るための講座・講演会

情報リテラシー講座

情報通信社会の中で安心・安全に生活していくために

テレビ・新聞など情報メディアによる報道の仕方の違いから、情報の読み取り方を学びます。また、有害情報や架空請求など、インターネット利用に潜む危険を学ぶことで、情報リテラシー(情報を正しく読み取り判断する能力)の習得を目指します。

▽とき 1月26日(火)、2月2日(火)午後2時～4時【2日制】

▽ところ 練馬公民館(豊玉北6の8の1)

講演会

子どもをとりまくネット、ケータイ利用の現状・有害情報に対する取り組み

インターネットによる人権侵害など、子どもに影響を与える有害情報を

▽講師 WEB110代表/吉川誠司ほか

▽定員 50名(申込順)

▽申込 電話またはファクスで①講座名②住所③氏名④電話番号を、1月21日(木)までに学び支援係へ。 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名・年齢もお知らせください。

▽定員 30名(先着順)

▽申込 当日会場受け付け ※10名以上の団体で参加したい場合は団体名・参加人数を、保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方はお子さんの氏名・年齢を、1月21日(木)までに電話またはファクスで学び支援係へ。

▽とき 2月6日(土)午前10時～正午

▽ところ 練馬公民館(豊玉北6の8の1)

▽講師 青少年メディア研究協会講師/下田太一

▽定員 30名(先着順)

▽申込 当日会場受け付け ※10名以上の団体で参加したい場合は団体名・参加人数を、保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方はお子さんの氏名・年齢を、1月21日(木)までに電話またはファクスで学び支援係へ。

©申込先・問合せ 学び支援係 ☎5984-2438・Fax5984-1221

ベルデ 春休み一般利用 申込書

①希望施設(武石は本館・新館の別も)と日程(3泊4日まで)を第3希望まで		②部屋の種類・数(武石新館は和洋室の別も)	
第1希望	施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 / から 泊	入室を	部屋
第2希望	施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 / から 泊	入室を	部屋
第3希望	施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 / から 泊	入室を	部屋
③利用者数		大人	人・中学生
		小学生	人・幼児
④代表者の住所			
フリガナ			
氏名			
屋間連絡の取れる電話番号			

↑往復ハガキの往信の裏面に張ってください。
※返信面に返信先を必ず記入してください。



春休み期間(3/26金~4/5日)の予約受け付け開始

問合せ

団体利用...少年自然の家係 ☎5984-2441
一般利用...旅行サービスコーナー ☎5984-1234



団体利用
【1月18日(日)まで
に電話で】

【対象】区内の少年団体や生涯学習団体などで、10名以上で利用する団体 ※親ばかりのみを目的とする場合は一般利用となりません。 ※複数団体への重複参加はできません。
【申し込み方法・抽選】1月18日(月)までに少年自然の家係

【申し込み方法】左の申込書に必要事項を記入の上、往復ハガキの往信の裏面に張って、1月20日(必着)までに区役所内少年自然の家係へ
【抽選】1月27日(水)午前10時から区役所本庁舎20階で公開抽選会を行います。結果は、1月30日(土)までに通知します



一般利用
【1月20日(必着)まで
に往復ハガキで】

ベルデ(少年自然の家)は、長野県軽井沢・武石、静岡県下田、千葉県君津にある宿泊施設です。春休みの利用は、団体と一般に分けて受け付けます。利用は団体・一般ともに、1グループ1回のみで3泊4日までです。 ※2通以上申し込んだ場合は無効となります。 ※岩井は団体利用のみとなります。 ※軽井沢・武石のグラウンドとテニスコートは整備中のため使用できません。 ※軽井沢・武石はスキー用具の貸し出しがあります(1日1千円。小学生は無料)。
【対象】区内在住・在勤(在学)の方など ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは申し込みできません。
【申し込み方法】左の申込書に必要事項を記入の上、往復ハガキの往信の裏面に張って、1月20日(必着)までに区役所内少年自然の家係へ

部屋の種類・料金など詳しくは、わたしの便利帳「文化、スポーツ、余暇」、区ホームページ (http://www.city.nerima.tokyo.jp/nerima_sg/sizennoie/) へ

石神井公園駅の
鉄道高架施設見学会

区、東京都、西武鉄道(株)は、西武池袋線石神井公園駅付近の高架化を進めています。2月7日(日)の上り線の高架化に先立ち、新しいホームなど高架施設の見学会を開催します。 ※事前の申し込みは不要です。
▽とき 1月30日(土)午前10時~午後3時▽ところ 石神井公園駅北口(石神井町3の23の10)▽問合せ 土木部計画課計画係 ☎5984・2073、西武鉄道(株)連続立体交差化事務所 ☎5372・2550

練馬公民館子育てひろば「親子で楽しもう!」

練馬公民館では、未就園児の保護者が安心して子育てができるよう「子育てひろば」を開催しています。今回、親子同士の交流を深めるため、歌や手遊び、パネルシアターなどを行います。
▽対象 未就園児と保護者▽とき 1月15日(金)午前10時~正午▽ところ 練馬公民館(豊玉北6の8の1)▽定員 35組(申込順)▽企画 子育てひろばはととほつとタイム▽申込 電話で練馬公民館 ☎3991・1667へ

不登校のお子さん(こと)を話し合ってみませんか

不登校の子どもに対する接し方についての講演とグループ懇談会を行います。
▽対象 区内在住で不登校のお子さん(幼児~高校

生)を持つ保護者▽とき 1月30日(土)午後1時30分~4時30分▽ところ 大泉中(東大泉4の27の35)▽講師 筑波大学大学院人間総合科学研究科教授/小玉正博▽定員 70名(申込順)▽申込 電話で教育相談室 ☎3991・3666、光が丘 ☎5998・0091、関 ☎3928・7200、フリーマインド・トライ(総合教育センター内) ☎3904・4881へ ※グループ分けのために参加者の氏名とお子さんの学校名・学年、教育相談室などへの相談状況などを伺います。

区役所などの管理業務を委託する事業者を募集

4月から区役所などの管理業務(駐車場管理・庁舎案内・清掃)を委託する民間事業者を募集します。事業者の選定は、プロポーザル(事業提案)方式で行います。申し込み方法など詳しくは、区ホームページ「事業者向け」にある募集要領をご覧ください。
▽申込期限 1月25日(月)
▽問合せ 庁舎管理係 ☎5984・1091

都市計画道路放射35・36号線建設事業に関する環境影響評価書案が二覧になれます

東京都が作成した東京都市計画道路放射35・36号線(板橋区小茂根4丁目~練馬区早宮2丁目)建設事業に関する環境影響評価書案が二覧になれます。意見のある方は、意見書を提出できます。
▽縦覧・閲覧期間・場所
A)1月18日(月)~3月3日(水)午前9時~午後5時(施設の開庁日を除く) : 小竹図書館(小竹町2の43の1)、桜台地区区民館(桜台3の39の17)、水川台地区区民館(水川台2の16の14)、平和台図書館(平和台1の36の17)、第二出張所(早宮1の44の19)、環境保全課(区役所本庁舎18階) B)1月18日(月)~2月16日(火)

外環オープンハウス

国と東京都は、東京外かく環状道路(外環)へ関する計画内容の説明やパネル展示を行うオープンハウスを開催します。
▽とき・ところ ①1月24日(月)午後1時~5時 ②25日(火)午後4時~8時 : 練馬駅前、練馬区観光案内所(練馬駅地下1階)、石神井公園区民交流センター2階(石神井町2の14の1)▽問合せ 住民記録係 ☎5984・2796

住民票の写し・印鑑登録証明書の自動交付機を一時的に

住民票の写し・印鑑登録証明書の自動交付機は、1月中旬~2月中旬の平日の午後5時以降と土・日曜、祝日に機器の入れ替え工事などを行います。工事中は、住民票の写しや印鑑登録証明書の発行ができません。工事日程など詳しくは、平日午前8時30分~午後5時にお問い合わせください。
▽自動交付機の設置場所 区民事務所、出張所、中村橋駅前、練馬区観光案内所(練馬駅地下1階)、石神井公園区民交流センター2階(石神井町2の14の1)▽問合せ 住民記録係 ☎5984・2796

地域で子どもを育てよう

子どものための講座を企画・運営する団体を募集

ねりま区生涯学習
マスコット「らほ」

区は、ねりま遊遊スクールなど、子どものための講座の企画・運営を区内団体に委託して開催しています。今回、4月～来年3月に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。

▽問合せ 生涯学習課学び支援係(区役所本庁舎11階) ☎5984・2438

▽対象 次の①～③のいずれかに当てはまる団体
①区内の小中学校・幼稚園・保育園などのPTAや父母会②練馬区生涯学習団体③代表者が区内在住または在勤(在学)の16歳以上で、主に区内で活動している団体▽開催期間 4月1日(木)～来年3月31日(木)▽開催場所 区内の小中学校、幼稚園、保育園、公共施設など ※ねりま遊遊スクールは区外で開催できる場合もあります。▽委託料 1企画につき、1万円または2万円(保育を行う場合

は6千500円を加算)▽企画数 1団体につき、委託料が4万円に達するまで(保育分を除く。5月に行う2次募集に応募する場合は、その委託料も含む)▽申込 申込用紙に必要事項を記入の上、2月5日(必着)までに直接または郵送で学び支援係へ ※申し込み多数の場合は内容審査の上、抽選となります。 ※内容審査のため、会則や名簿、活動内容が分かる書類などを提出していただきます。▽申込用紙の配布場所 図書館、青少年

説明会を開催します

委託条件などが変わりました。講座の企画・運営を希望する団体は、①のいずれかに必ず参加してください。
▽とき 1月15日(金)①午前10時～正午②午後7時～9時▽ところ 区役所アトリウム棟地下多目的会議室▽申込 当日会場受け付け

ねりま遊遊スクール

テーマは、子どもが体験する、発見する、創作する、感じる、学ぶです。子どもや親子が楽しめる講座です。



子ども・親子対象

子育て学習講座

テーマは、子育て・教育です。子育て中の保護者や子どもの教育に関心のある方が学びます。



大人対象

子供安全学習講座

テーマは、地域で暮らす子どもの安全・安心・防犯です。危険から子どもを守る方法や対処法を学びます。



子ども～親子対象

自分の空いた時間を活用して

子育てのお手伝いをしませんか



保育サービス講習会受講生募集

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート」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のすべてに当てはまる方 ①援助会員になることを希望する②20歳以上③月1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 2月15日(月)～18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 光が丘区民センター6階(光が丘2の9の6)▽定員 30名(選考)▽参加費 2千円(テキスト代)▽申込 電話またはファクスで申込用紙を請求の上、2月2日(必着)までに光が丘ファミリーサポートセンター ☎5997・7748、Fax 5997・7742へ

役割などを紹介します。
▽とき 1月13日(木)～29日(金)午前8時30分～午後8時 ※土・日曜は午前8時から、29日は午後1時まで。▽ところ 区役所本庁舎2階通路▽問合せ 認知症対策係 ☎5984・4597

有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページ「事業者向け」をご覧ください。
□清掃リサイクル事業情報紙

官公署だより

□償却資産の申告期限は2月1日(月)です
償却資産(構築物・機械・器具・備品などの事業用資産)を所有している方は、1月1日現在の資産を申告してください。申告は、インターネット(www.alpha.jp)で行うこともできます。詳しくは、お問い合わせください。
▽問合せ 練馬区税務事務所 ☎3993・2261
□石神井消防署石神井公園出張所を移転します
石神井消防署石神井公園出張所(石神井町2の16の1)は、庁舎建て替えのため、移転します。
▽移転期間 1月18日(月)～平成24年3月▽移転先 石神井町2の8の24▽問合せ 石神井消防署石神井公園出張所 ☎3990・0119

皆々まからの寄付

11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 管財係 ☎5984・2807

練馬みどりの葉っぱい基金

28万4千639円(8件)【福祉のため】3万2千円(2件)【上石神井中のため】3万2千円(1件) 3万2千円(1件) 練馬区社会福祉協議会へ 190万4千194円(25件)

献血にご協力を

1月11日(祝)午前10時～11時30分・午後1時～3時30分 光が丘体育館横(光が丘4の1の4) 献血センター武蔵野出張所 ☎042・32・1100

地域市民講座「練馬で身近な『貧困』を考える」

路上生活者の支援などに取り組む施設・団体の方に、身近で起こり得る貧困の実態と課題、地域住民がかかわることの意義について伺います。
▽とき 1月27日(水)午後1時30分～4時30分▽とこ

男女共同参画推進懇談会委員を募集

男女共同参画に関して区の施策に意見を述べるほか、情報紙の編集などを行う男女共同参画推進懇談会の区民委員を募集します。
※会議は年4回程度、平日の昼間に開催予定。
▽対象 今年4月1日現在、1年以上区内在住の方 ※男女は問いません。▽任期 4月から2年間▽募集人数 8名(選考)▽申込 電話で申込用紙を請求の上、2月12日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984・4518へ

NPO(民間非営利団体)実践研修「NPOのための上手な人材の生かし方」

▽対象 NPOで活動している方▽とき 1月28日(木)午後6時30分～8時45分▽ところ 区役所東庁舎6階▽講師 NPO法人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

講演会「認知症の病気と治療(こころ)」

認知症の基本的な知識や最新の診断・治療方法などを紹介します。
▽とき 1月25日(月)午後2時～4時▽ところ 光が丘体育館(光が丘4の1の4)▽講師 田中医院長/田中秀明▽定員 50名(申込順)▽申込 電話で認知症対策係 ☎5984・4597へ

認知症啓発展「明日のわたしのためだから」

認知症の方や家族が安心して日常生活を送るためには、地域の方の理解と応援が必要です。今回、地域で認知症の方や家族を温かく見守る認知症サポーターの

▽掲載位置 裏表紙▽広告サイズ 縦60mm×横90mm▽刷色 カラー▽料金 2万円▽発行日 3月▽発行先 区立保育園・幼稚園・小中学校、区立施設など▽申込期限 1月29日(金)▽問合せ 消費生活係 ☎5910・3089
□スポーツガイドブック
▽掲載位置 広告サイズ・刷色・料金 ①裏表紙・縦138mm×横180mm・カラー②表紙・縦138mm×横180mm・1色(色指定不可)③2万円④巻末・縦68mm×横88mm・1色(色指定不可)⑤5千円▽発行日

新型インフルエンザの予防接種のお知らせ

問合せ 練馬区インフルエンザ相談センター ☎5984-1467、予防係 ☎5984-2484

新型インフルエンザの予防接種は、1月下旬から65歳以上の方に對する接種が可能になります。また、2月上旬からは、すべての方が接種の対象になります。



接種回数は、1歳児(小学6年生は2回)、中学生以上の方は原則1回です。接種可能な医療機関など詳しくは、お問い合わせください。最新情報をご覧ください。

大泉町福祉園の施設公開

区立福祉園は、18歳以上で心身に重い障害のある方が通っている施設です。

10時～午後3時▽ところ 区役所アトリウム▽問合せ ☎5984・4598

青年自主企画「苦手な人こそ！積極的にコミュニケーション」

自己診断で自分の性格や行動パターンを知り、周りの人たちと円滑にコミュニケーションを図る方法などを学びます。

▽対象 高校生～30代の方▽とき 2月6日(土)午後1時30分～3時30分▽ところ 春日町青少年館(春日町4の16の9)▽講師 ソーシャルワーカー/関おかりほか▽定員 30名程度(申込順)▽申込 電話またはファクスで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、春日町青少年館 ☎3998・53

福祉作業所や共同作業所など、障害のある方の社会的自立を支援する施設で作った織物やクッキーなどを展示・販売します。

▽とき 1月21日(木)午前

41、Fax 3998・5394へ

25日(必着)までに練馬区社会福祉協議会(区役所東庁舎4階) ☎3992・5600、Fax 3994・1224へ ※申込用紙はホームページ(http://www.net-shakyo.com/)からも取り出せます。

高齢者福祉施設建設促進のための土地活用セミナー

区内で土地を所有している方を対象に、所有地への高齢者福祉施設(特別養護老人ホームなど)の整備を検討していただくためのセミナーと個別相談会を開催します。

▽とき・ところ [A]1月21日(木)：JA東京あおばこぐれ村(大泉学園町2の12の17) [B]27日(水)：JA東京あおば石神井支店(石神井町5の11の7) [C]28日(木)：5984・4526

建物新築した場合は、住居表示(住居表示)を付けるために届け出が必要で、この届け出は、建築確認申請と別の手続きです。

▽問合せ 国民年金係 ☎5984・4561

国民年金

20歳になったら国民年金に加入しましょう

20歳になる方には、誕生月の中旬までに、年金事務所から「国民年金のご案内(加入届)」が送られます。

必要事項を記入の上、国民年金係(区役所本庁舎3階)または区民事務所(練馬を除く)、出張所に提出してください。提出後、年金手帳と保険料納付書が送られます。

非常勤職員

就学心理相談員 心理学を専攻し卒業した方(卒業見込み可)▽内容 小中学校の就学・転学相談にかかわる心理学的検査・助言▽場所 区立小中学校、学務課(区役所本庁舎2階)など▽期間 4月から1年間▽勤務日 月～金曜(月16日)▽時間 午前8時30分～午後5時15分▽採用予定数 若干名(書類選考・面接)▽報酬 月額22万1千円 ※交通費支給。社会保険あり。▽申込学務課、区ホームページ「職員採用・人事行政」にある履歴書(写真添付)と採用選考調査票を、1月29日(必着)までに直接または郵送で学務課就業相談 ☎5984・5664へ

アルバイト

いずれも交通費は支給しません

外国人(英語)活動指導員 ①対象 区内在住で、次の①～③のいずれかに当てはまる方②小中学校または高等学校の教員免許を持ち(取得見込み可)、英検2級程度の資格がある③海外在住経験がある④英語指導経験がある ※外国籍の方は就労ビザが必要。▽場所 区立小中学校など▽期間 4月から1年間▽時間 週4～10時間程度

募集

生活支援員(音録制) ①対象 20歳以上の方▽内容 高齢者・障害者の福祉サービスの利用支援など▽勤務日 月～金曜(月2日以上)▽時間 午前9時～午後5時のうち1～3時間▽採用予定数 若干名(書類選考・面接)▽報酬 時給1千円 ※交通費支給。▽申込1月20日(木)までに電話で権利擁護センターほつとサポートねりま ☎5912・4022へ

1月31日 入場無料 障害のある方によるピアノ演奏会

身体障害や知的障害のある方にピアノを演奏していただき、演奏の楽しさについてお話を伺います。 ※NPO法人日本障害者ピアノ指導者研究会協力。

▽とき 1月31日(日)午後2時～4時▽ところ 光が丘区民センター3階(光が丘2-9の6)▽定員 150名(申込順)▽申込 電話またはファクス、電子メールで①音楽会②氏名③電話番号またはファクス番号を、光が丘障害者地域生活支援センターまで ☎5997・7857、電子メール hikaristep@waltz.ocn.ne.jp

住宅用火災警報器のあしん窓口を開設

購入や設置についての疑問にお答えします

4月から東京都の火災予防条例で、住宅の全居室・台所・階段への火災警報器の設置が義務付けられます。今回、火災警報器の購入や設置について、消防署員が相談に応じます。

▽とき・ところ 下表の通り▽申込 当日会場受け付け▽問合せ 安全・安心担当課 ☎5984-1239

とき	ところ	とき	ところ
1/15 (金)	10:00～15:00 練馬公民館(豊玉北6-8-1)	1/19 (火)	9:30～12:00 下石神井地区区民館(下石神井6-8-15)
	13:00～16:00 石神井敬老館(石神井町7-28-21)		10:00～15:00 区役所アトリウム
	1/18 (月)	9:30～12:00 北大泉地区区民館(大泉町2-41-26)	1/20 (水)
10:00～15:00 春日町南地区区民館(春日町5-20-25)		10:00～13:00 高松地区区民館(高松3-24-27)	10:00～15:00 豊玉北地区区民館(豊玉北3-7-9)
13:00～16:00 三原台敬老館(三原台2-11-29)		10:00～15:00 関区民センター(関町北1-7-2)	

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)

千住真理子 ヴァイオリン・リサイタル



千住真理子(撮影/宅間國博) 曲第2番変ホ長調など▷出演 千住真理子(ヴァイオリン)、松崎裕(ホルン)、山洞智(ピアノ)▷入場料 S席4,000円、A席3,500円(全席指定) ※車いす席は本人・付添者とも2,000円。〈チケット予約・購入方法〉 1月17日(日)午前10時から①で電話予約が、②で予約・購入ができます。また、19日(火)午前10時から①③④で購入ができます(申込順)。

①練馬文化センター ☎3948-9000 ②チケットぴあ ☎0570-02-9999 ③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)) ④練馬文化センターホームページ(http://www.neribun.or.jp/nerima/) ※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。 ※未就学児は入場できません。

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

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 1月17日(日)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 20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

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 ①②電話で関町リサイクルセンター ☎3594-5351へ③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、1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へ ※③で保育室(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・年齢も記入してください。

ミニ・ソーラークッカー工作教室

小学4年以上の方 1月23日(土)午前10時～正午 16名(申込順) 500円(材料費) 2ℓのペットボトルなど

②イスの張り替え体験講習会

①A 1月24日(日)B 2月28日(日)C 3月28日(日) いずれも午前10時～正午、午後1時30分～3時30分の2回 各回3名(申込順) 10円(保険料)、材料費実費 ②イスの種類により、張り替えできない場合があります。

③和布で作るおひな様

1月29日(金)午前10時～午後0時30分 15名(抽選) 50円(材料費) 裁縫道具

花とみどりの相談所の講座

①②とも 初心者 花とみどりの相談所など 往復ハガキに①講座名 ①

②の別も) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号を記入の上、1月16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庭木のせん定講習会

1月29日(金)午前9時30分～11時30分 庭木の手入れの基礎を学び、公園の樹木で実習(雨天時は室内で簡単な実習) 園芸家/千葉一弘ほか 40名(抽選)

②誰でも描ける植物画教室

1月30日(土)・31日(日)午前10時～正午【2日制】 透明水彩絵の具を使った植物画の描き方を学ぶ 植物画家/若松倫夫 20名(抽選) 500円

小学校科学教室「自然観察会」

小学4～6年生 1月30日(土)午前9時30分～11時30分(雨天決行) 石神井小(石神井台1-1-25)、石神井公園(石神井台1-26-1) 園立小学校教諭 40名(抽選) 往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号⑥保護者氏名を記入の上、1月21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

消費者講座

「50代から考える～遺言と相続」

2月5日(金)午後2時～4時 石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1) 弁護士/亀井時子 50名(申込順) 2月4日(木)までに電話で消費生活係 ☎5910-3089へ ※保育室(1歳以上の未就学児)を利用したい方は、1月28日(木)までに併せて申し込んでください。

撮りあるき

「多様な住宅地の風景」

1月30日(土)午前10時 地下鉄大江戸線練馬春日町駅改札口集合、午後2時30分 光が丘地区区民館(光が丘3-9-4) 解散 街並みを撮影し、撮った写真で

絵ハガキを作る 10名(申込順) 60円(保険料) デジタルカメラ 往復ハガキまたはファクス、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、1月22日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-29-8 練馬まちづくりセンター ☎3993-5451・Fax 3993-8070・電子メール kouza-entry@nerimachi.jpへ

美術講座「木彫～木から彫り出す〈たいせつ〉なかたち」

中学生以上の方 2月6日(土)午前10時30分～午後4時 練馬区立美術館 彫刻家/棚田康司 15名(抽選) 2,000円(材料費) 往復ハガキに①講座名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)・電話番号を記入の上、1月22日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館 ☎3577-1821へ

冬の野鳥観察会

小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。 2月7日(日)午前10時～11時30分 光が丘公園(光が丘4-1-1) 生態計画研究所主任研究員/中村忠昌 30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、1月20日(必着)までに区役所内環境第二係 ☎5984-4713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の別も) ②住所③氏名④年齢⑤電話番号を記入の上、①1月21日②25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中国はいま～技術から見た中国と日本 2月7日(日)午後2時～4時 日本戦略情報研究所長/林文隆 70名(抽選)

②高血圧の方向けの減塩健康料理講座 2月15日(月)午前10時～午後1時

アトリウム 入場無料 ミニコンサート



1月20日(水) 午後0時15分～0時45分 区役所アトリウム メンデルスゾー グリンツィンガートリオ / ピアノ・トリオ作品49ニ短調など 園 グリンツィンガートリオ(バイオリン、チェロ、ピアノ) 園 文化振興係 ☎5984-1480 ※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

16名(抽選) 500円(材料費)

活字離れの時代 ～新聞を読まなくなった日本人

18歳以上の方 2月12日(金)・19日(金)・26日(金)午後7時～8時30分【3日制】 練馬公民館 上智大学文学部教授/橋場義之 30名(抽選) 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⑤講座に期待することを記入の上、2月2日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 練馬公民館 ☎3991-1667へ

パソコン相談会

事前に相談内容を伺います。 パソコンの基本操作ができる方 2月9日(火)A午前10時～正午B午後1時～3時 練馬女性センターエー(石神井町8-1-10) 園 地域ITリーダー 各回10名(申込順) 園 パソコン(ある方のみ) 1月12日(火)から電話で練馬女性センターエー ☎3996-9007へ ※保育室(1歳以上の未就学児)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

情報 あらがるよ

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

■落語とお話「落語で楽しく学ぼう! 成年後見制度」

1月29日(金)午後1時30分～3時45分 石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1) 園 落語家/桂ひな太郎 100名(先着順) 園 当日会場受け付け 園 NPO法人成年後見推進ネットこれから・小泉 ☎3550-7217

■普通教命講習会

2月14日(日)午前9時～正午 練馬消防署(豊玉北5-1-8) 園 人工呼吸法、心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など 30名(申込順) 1,400円(テキスト代) 園 電話で練馬消防署 ☎3994-0119へ

■ねりま幼児水泳大会

未就学児 ※保護者同伴。 3月

21日(祝)午前9時から 光が丘体育館(光が丘4-1-4) 300名(申込順) 1種目1,000円、リレー2,000円(保険料など) 園 体育館にある申込用紙に必要事項を記入の上、1月30日(必着)までに田柄SC ☎3939-0011へ

■かめの子教室 新年会会員募集

かめの子教室は、障害がある学齢期のお子さんの読み書きや基本的な認知などの訓練を行う教室です。

新小学1年～新高校3年生の障害児(者) 園 中村橋福祉ケアセンター(貫井1-9-1) など 3名(選考) 1月22日(金)までに電話でかめの子教室・村山 ☎5398-1903へ(午後4時以降)

朝・夕・青空市

江古田いちば通り商店街…1月15日(金)午前10時～午後7時 園 南部 ☎3991-2340

早宮商店街…1月16日(土)午後3時～6時 園 山崎 ☎3993-3388

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

■作って飛ばそう! ソーラーバルーン…小学生と保護者 1月17日(日)午前10時～午後1時 大泉学園地区区民館(大泉学園町8-9-5) 30組(申込順) 1人150円(保険料など) 園 はさみ、物差し 園 電話で大泉生活学校・

宮前 ☎6760-9446へ

■みんなでフラダンスを踊ろう!!

幼児～小学生 ※幼児は保護者同伴。 1月23日(土)午前10時～正午 小竹小(小竹町2-6-7) 30名(先着順) 園 当日会場受け付け 園 小竹小図書館開放部・森井 ☎3530-7679

■ソフトテニスを楽しもう!…小学3～6年生 1月23日(土)午前10時～正午 園 開進第三中(桜台3-28-1) 30名(先着順) 500円(保険料) 園 開進第三中ソフトテニス部 園 当日会場受け付け 園 開進第三中・長崎 ☎090-7281-6907

■親子でリズムを楽しもう!…1～3歳児と保護者 1月23日(土)午後1時～2時30分 練馬女性センターエー(石神井町8-1-10) 10組(申込順) 園 電話でNPO法人未来こどもランド・笠井 ☎3995-7860へ

■カラー粘土で小さな世界を作ろう! 「バレンタインデー」…小中学生 2月6日(土)午前10時～正午 練馬公民館(豊玉北6-8-1) 20名(申込順) 500円(材料費) 園 電話でミニチュアワークス・米山 ☎080-1016-3052へ

子育て学習講座

区内の団体に委託して実施。 園 学び支援係 ☎5984-2438 園 わくわく子育て講座…1月28日(木)午前10時～11時45分 光が丘地区センター6階(光が丘2-9-6) 20名(申込

順) 300円(資料代など) 園 はさみ 園 電話で東京第一友の会 光が丘方面・金子 ☎3998-2708へ(午後6時以降) ※保育あり(要予約。 500円)。

■絵本のある子育て…1月29日(金)午前10時～正午 練馬公民館(豊玉北6-8-1) 園 人形劇団ひまわり代表/永野むつみ 30名(申込順) 100円(資料代など) 園 電話でねりま東子ども劇場 ☎5999-1474へ ※保育あり(要予約。 500円)。

■いまだきの離乳食? 「1回食の基本」…1月30日(土)午前10時～11時 石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1) 20名(申込順) 150円(材料費など) 園 エプロン 園 電話でNPO法人クリオネ・石垣 ☎3557-0877へ ※保育あり(1月22日(金)までに要予約。 500円)。

学校応援団まつり

練馬東小…1月16日(土)午前10時～正午 園 たこ作り・たこ揚げ、お汁粉の提供 300名(先着順) 園 上履き 園 当日会場受け付け 園 学校応援団・開放係 ☎5984-1057

花とみどりの展示会

園 花とみどりのお正月展・押し花展 1月24日(日)までの午前9時～午後5時(24日は午後4時まで) 園 園 花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) ☎3976-9402

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 申込先または清掃管理課 普及啓発係 ☎5984-1448

◎石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1) …1月30日(土)午前10時～正午 園 〒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。 問い合わせは月～金曜午前10時～午後3時)

◎平成つつじ公園(練馬1-17-6) …1月31日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 園 〒176-0001練馬4-29-4-101 リサイクル・ゆう ☎070-5073-7536(先着100店。 問い合わせは午後6時～8時)

◎早宮公園(早宮2-13-5) …2月6日(土)午前9時30分～正午(雨天中止) 園 〒179-0081北町2-31-1 滝浦美香 ☎090-8175-7189(問い合わせは午後4時以降)

◎長光寺橋公園(石神井町1-1-58) …2月7日(日)午前10時～午後0時30分 園 〒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)

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。

スポーツ

2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)。

総合体育館 (谷原1-7-5) ☎3995-2805	1(月)、9(火)……19:00 17(水)、21(日)……10:00
光が丘体育館 (光が丘4-1-4) ☎5383-6611	1(月) ……9:30 6(土)、19(金)、21(日) ……9:30・18:30 23(火) ……18:30
上石神井体育館 (上石神井1-32-37) ☎5991-6601	2(火)、28(日)……15:00 7(日)、17(水)……9:30 13(土)、23(火)……18:30
大泉学園町体育館 (大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161	4(水)、19(金)……9:30 10(水)、21(日)……14:30 15(月)、26(金)……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。
※平和台体育館(平和台2-12-5)は改修工事のため、3月31日(水)まで休館します。

子ども体操教室

小学1~3年生 2月7日~3月14日の毎日曜午前10時~正午【6日制】
南大泉青少年館 30名(抽選) 500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性別⑤学校名・学年・年齢⑥電話番号を記入の上、1月20日(必着)までに〒178-0064南大泉1-44-7 南大泉青少年館 ☎3924-3500へ

日本赤十字社水上安全法 救助員養成講習会

500m以上泳げる18歳以上で、小学校の夏休みプール開放の安全指導員として協力できる方 下記表の通り ※全日程を受講し試験に合格すると、日本赤十字社から救助員認定証が交付されます。 50名(抽選) 2,100円(教材費など) 封書で①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤生年月日⑥電話番号⑦職業⑧救助員認定証の有効期限(ある方のみ)⑨受講希望の理由を記入した物と、住所・氏名を記入し80円切手を張った返信用の封筒を、1月29日(必着)までに区役所内スポーツ振興課係 ☎5984-1948へ

	とき【10日制】	ところ
学 科	2/13(土) ……13:00~16:30	区役所本庁舎 20階
	2/14(日) ……10:00~17:00	
	2/17(水) ……18:30~21:00	
実 技	3/6(土) ……13:30~16:30	大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24)
	2/19(金)・22(月)・24(水)・26(金)・3/1(月) ……19:00~21:30	
	3/3(水) ……18:30~21:30	

区民体育大会

スポーツ振興課事業係(区役所本庁舎11階) ☎5984-1947
①ロードレース競技会②小学生駅伝
①中学生以上の方②小学4~6年生5名で構成されたチーム 2月21日(日)午前9時から ※雨天時は、①のみ実施。 南大泉さくら運動公園・大泉中央公園周辺 ①3km、5km(部門によって異なります) ②1,083m×5区間 ①1,000円(中学生500円) ②1チーム1,500円 ※いずれも保険料など。 区民体育館、練馬総合運動場、スポーツ振

興課にある実施要項をご覧の上、1月25日(必着)までに練馬区陸上競技協会・加藤へ

□キャッチバレーボール(小学生の部)

小学生15名以内と成人の監督(責任者)1名で構成されたチーム ※1団体から複数チームの参加も可。 2月28日(日)、3月7日(日)午前9時から 所 光が丘体育館 所 体育館、スポーツ振興課にある実施要項をご覧の上、1月29日(必着)までにキャッチバレーボール協会・郡司へ

都民体育大会練馬区選考会

□軟式野球(一般の部)

区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方で構成された年間登録可能チーム ※小中高校生、高等専門学校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生は参加できません。 3月7日(日)から 所 東台野球場、北大泉野球場 所 トーナメント方式 所 チーム全員の参加資格を証明できる物を用意して、申込書を受け取りに1月31日(日)午前10時~午後2時に練馬総合運動場へ ※申込書の提出日時は、2月14日(日)午前10時~午後3時です。 ※年間登録の受け付けも同日時に行います。 区民体育館、練馬総合運動場、スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

催し

練馬の児童館展

~あそぼう! みんなの児童館
1月23日(土)・24日(日)午前10時~午後6時 所 練馬区立美術館(貫井1-36-

16) 所 児童館と厚生文化会館児童室の紹介、作品展示、遊び・工作 子ども育成係 ☎5984-5827

リサイクルマーケット

18歳以上の方 2月6日(土)午前10時~午後1時 所 春日町リサイクルセンター
(出店者を募集) 所 33店(抽選) 所 往復ハガキに①リサイクルマーケット出店希望②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、1月25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 ☎3926-2501へ

映画・音楽会

60歳以上の方対象の映画会

1月22日(金) 所 午前10時から 所 午後1時30分から 所 関区民センター(関町北1-7-2) 所 初春狸(たぬき) 御殿(出演/市川雷蔵) 所 各回200名(先着順) 所 当日会場受け付け 所 関高齢者センター ☎3928-1987

ねりまタウンコンサート

~日本フィルハーモニー交響楽団メンバーによる弦楽とピアノの夕べ~
2月3日(水) 午後7時開演 所 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〈6階〉) 所 170名(申込順) 所 2,000円(高校生以下1,500円) 所 電話でねりまタウンコンサート実行委員会事務局 ☎5984-3221へ 所 勤労福祉会館 ☎3923-5511

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

- ◆みんなで謡おう高砂&新春の琴演奏会 1月11日午前10時30分開演 練馬公民館 入場無料 遠藤 ☎080-5486-2345
- ◆太極拳・気功無料体験会 1月12日・19日・26日①午前9時~10時30分②午前10時30分~正午…早宮地域集会所③1月14日・21日・28日午後7時~9時…開進第一中 早宮気功会・内田 ☎3931-5597
- ◆ウォーキング①龍馬を訪ねてお江戸を歩く②御岳溪谷と吉野梅郷ウォーク③高円寺の寺町と善福寺川の桜を訪ねて ①1月24日午前9時30分JRお茶の水駅聖橋口集合②2月28日午前8時50分西武新宿線小平駅集合③3月28日午前9時30分JR高円寺駅集合 ①~③とも参加費400円 さくら歩夢の会・古谷 ☎3955-7988 (要予約)
- ◆社交ダンス プロムナード・タガラ 中高年齢者・初心者・初級者対象 1月18日から毎月曜午後1時~4時 田柄地域集会所 入会金1,000円 会費1回600円 やまぐち ☎3930-3504
- ◆健康体操クラブもみぢ 高齢者対象 毎火曜午前10時30分~11時40分 氷川台地区区民館 入会金1,000円 月会費2,000円 須藤 ☎080-3003-2447

- ◆①フラダンス②タヒチアンダンス無料体験会 女性対象 ①1月19日②2月9日午後7時30分~9時 上石神井区民地域集会所 フラダンスクラブ・田中 ☎080-6726-5796 (要予約)
- ◆地域公開講座「子育て、もう一度考えてみませんか?~子どもの育ちを支えるために必要なこと」 1月25日午後2時~3時30分 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 東京都石神井学園・藤岡 ☎3996-4191 (午前9時~午後5時30分)
- ◆クラシックコンサート「SCHOOL MATES V」 2月6日午後6時30分開演 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 都芸学友協会・かとう ☎3978-7913
- ◆家庭でできる(A)伝統和食(B)本格中華(A)①第1土曜②第4土曜(初心者)午後1時30分~4時 (B)③第2金曜④第3水曜午前9時30分~正午 ①勤労福祉会館②~④石神井公園区民交流センター ①~④とも入会金1,000円、月会費1,000円、材料費1回1,300円 富永 ☎5387-6074 (要予約)
- ◆ヒーリングヨーガ・シャンティ 女性対象 月3回金曜午後3時30分~4時30分 早宮地域集会所 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 江本 ☎090-3186-4051
- ◆生きいき旬らぶ俳句会 第3火曜午後1時~5時 練馬女性センターエーる 講師 冬草元編集長/小嶋萬穂 月会費500円 林 ☎3997-5327 (要予約)
- ◆上石芝蘭太極拳クラブ(簡化24式など) 毎木曜午前10時~正午 上石神井体育館 入会金3,000円 月会費2,500円 茅根 ☎5936-8722 (要予約)
- ◆香を楽しむ会 第3木曜午前9時30分~正午 練馬公民館 入会金1,000円 月会費1,000円 材料費1回2,500円 安原 ☎3925-9109

- ◆英会話 セレサ 50歳以上の初心者対象 第1~3水曜午前9時30分~10時30分 サンライズ練馬 入会金1,000円 月会費4,000円 鈴木 ☎090-1557-3764 (要予約)
- ◆ストレッチと基礎からのジャズダンス 毎月曜午前10時~11時30分 石神井公園区民交流センターなど 入会金1,000円 会費4回4,000円 初回は無料体験可 お子さん連れ可 中島 ☎5393-2670
- ◆空手道 講士館 毎水曜①午後7時~8時(小学生)②午後8時~9時10分(中学生以上) 桜台体育館 女性指導員などが指導 ①②とも入会金5,000円、月会費3,000円 金井 ☎3557-2528 (午後8時以降)
- ◆ストレッチ・リズム体操 リフレッシュ体操 中高年齢者対象 月4回水曜午前10時10分~11時35分 スタジオジョイ(豊玉北) 入会金3,000円 月会費3,000円 大塚 ☎080-1078-3432
- ◆向山ラケットテニスクラブ 16歳以上の方対象 毎日曜午前10時~午後1時 向山小 会費1回200円 初回は無料体験可 宮崎 ☎3990-2623
- ◆史記を読む中国歴史文学の会 月3回月曜午後1時30分~3時30分 練馬公民館など 講師 学習院大学教授/鶴間和幸 会費3か月10,000円 多部 ☎3991-5727 (午後6時以降)
- ◆童謡・愛唱歌・ポピュラーソングを歌う会 フラワーソング 月2回①月曜午後1時45分~3時45分…光が丘区民センター5階②火曜午前9時45分~11時45分…春日町図書館 ①②とも入会金1,000円 会費1回1,200円②1,100円 友田 ☎6760-5693
- ◆フラダンス ケニケニフラスクール 50歳以上の女性対象 月4回火曜午前11時45分~午後0時45分 スタジオジョイ(豊玉北) 月会費4,000円 藤岡 ☎5241-7328 (午後7時以降)

- ◆道カラオケサークル 月4回火曜午後1時~4時 土支地域集会所など 入会金2,000円 月会費2,000円 大道 ☎090-7239-0711
- ◆徳殿公園太極拳同好会(24式など) ①毎火曜午前10時~正午…中村南スポーツ交流センター②毎金曜午後6時30分~8時30分…豊玉東小 ①②とも月会費2,500円 高野 ☎3948-2139
- ◆江古田ドラマサークル(軽喜劇) 第1・3土曜午前10時~11時30分 小竹地域集会所 会費1回500円 二階堂 ☎090-9686-1244 (要予約)
- ◆中高年齢者に良いヨーガ健康法 ①月4回火曜②月3回土曜午前10時30分~11時50分 ①練馬文化センターなど②石神井公園区民交流センター ①②とも年費2,000円 月会費①3,500円②3,000円 新田 ☎5393-0614 (要予約)
- ◆英語読書会(イギリスの歴史・地理・文化) ①第1・3火曜午後2時30分~4時30分、第2・4木曜②午後2時30分~4時30分③午後6時30分~8時30分 サンライズ練馬 ①~③とも月会費3,000円、テキスト代実費 廣瀬 ☎3921-1982 (要予約)
- ◆女子硬式テニス ゆりレディース 30~55歳の中級者対象 毎土・日曜、祝日午前9時~午後1時 土支庭球場など 入会金1,000円 年会費5,500円 初めの1か月は無料体験可 島津 ☎090-7733-2052
- ◆アルゼンチン・タンゴ研究会 初心者~中級者対象 月2回①日曜②火曜午後6時30分~9時 石神井公園区民交流センター プロが指導 ①②とも会費1回1,500円 中原 ☎090-9375-7617 (要予約)
- ◆生き生き楽しいパソコン教室 小~大学生・中高年齢者対象 毎土曜午前9時~正午 石神井台地域集会所 入会金2,000円 月会費2,500円 辻 ☎3594-2361 (要予約)

- ◆アカペラコーラス メロディ 40~60代の女性対象 月3回①火曜午後1時~3時②木曜午前10時~正午 厚生文化会館など ①②とも入会金1,000円、月会費4,000円 福家 ☎090-5399-3614 (要予約)
- ◆翔龍柔道塾 年少児~中学生対象 ①毎日曜②毎土曜午後0時30分~3時30分、③毎水曜④毎金曜午後6時30分~9時 桜台体育館など ①~④とも入会金3,000円、月会費4,000円 初回は無料体験可 亀井 ☎090-7230-0040 (要予約)
- ◆有酸素運動 シェイプアップコンバット 女性対象 月2回日曜午後5時30分~9時30分の間の2時間 田柄地区区民館 会費無料 松村 ☎090-7588-2354 (要予約)
- ◆体操(マット運動・跳び箱・鉄棒など) 輝の子 3~6歳児対象 毎金曜午後3時30分~4時30分 スタジオジョイ(豊玉北) 入会金4,000円 月会費6,000円 池田 ☎090-1995-9409 (要予約)
- ◆生け花(池坊) ミニばらの会 第1木曜午後2時~5時 旭町南地区区民館 月会費1,000円 花材代1回1,260円 伊藤 ☎3976-6205 (要予約)
- ◆ストレッチ・リズム体操 つづけて元気の会 60歳以上の方対象 月2回月曜午前10時30分~11時45分 関区民センター 体育指導員が指導 入会金1,000円 月会費1,000円 清水 ☎3920-7131
- ◆手編みサークル 第1・3①月曜②金曜午前10時~正午 光が丘区民センター2階 ①②とも入会金1,000円、月会費3,000円 相原 ☎3970-1571
- ◆テニス同好会 50歳以上の初心者対象 毎火・金曜午前10時~午後2時 土支庭球場など 入会金1,000円 月会費1,000円 会費1回100円 小島 ☎3923-0740 (午後4時~6時)

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。

心も体もいきいきと

おいしく食べて健康長寿の食事

～若さを保つ簡単料理の紹介～

🕒1月21日(水)午後1時30分～3時30分
 📍石神井保健相談所👤講義、献立紹介👥30名(申込順) ☎はし☎電話で石神井保健相談所へ

減塩、薄味でもおいしく食べるコツ

=食生活応援講習会=

🕒1月22日(金)午後2時～4時📍北保健相談所👤講義、献立紹介など👥30名(申込順) ☎はし☎電話で北保健相談所へ

お口から考える長寿の秘訣

🕒1月22日(金)午後2時～4時📍光が丘保健相談所👤講義👤奥羽大学歯学部教授/横瀬敏志👥40名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ

運動で下げよう血糖値!

～冬でもできる室内運動のすすめ～

👤医師から運動を止められていない

方🕒1月27日(水)午前10時～正午📍光が丘保健相談所👤講義、運動実技👤ジャスミン・ケア・フィットネス代表/黒田恵美子👥30名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ ※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。

知っておこう! 歯周病と全身の関係について

🕒1月28日(木)午後2時～4時📍石神井保健相談所👤講義、歯磨き実習👤ごうけい歯科医院長/郷家英二👥30名(申込順) ☎電話で大泉保健相談所へ ※参加者には歯ブラシを差し上げます。

今日から始める健康アップ!

～関節の動きを意識した運動編～

👤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🕒2月3日～24日の毎水曜午後1時30分～3時30分【4日制】📍上石神井体育館(上石神井1-32-37)👤講義、運動実技👥30名(申込順) 💰500円☎電話でSSC大泉☎3921-1300へ🗨️健康づくり係☎

5984-4624

発達障害とADHD(注意欠陥多動性障害)について

=精神保健講演会=

🕒2月1日(月)午後2時～4時📍北保健相談所👤講義👤こころのクリニック石神井院長/木村一優👥35名(申込順) ☎電話で北保健相談所へ

思春期の心と、どうつきあうか

=家族教室講演会=

🕒2月3日(水)午後2時～4時📍石神井保健相談所👤講義👤風の木クリニック院長/高橋和己👥40名(申込順) ☎電話で石神井保健相談所へ

そのめまい大丈夫?～メニエール病・突発性難聴について

🕒2月5日(金)午後2時～4時📍豊玉保健相談所👤講義👤順天堂大学医学部附属練馬病院耳鼻咽喉科医師/島将晃👥50名(申込順) ☎電話で豊玉保健相談所へ

潰瘍性大腸炎

～症状と治療～

🕒2月5日(金)午後2時～4時📍光が丘保健相談所👤講義👤社会保険中央総合病院肛門科部長/岡本欣也👥40名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ

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。📍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👥各日40名(申込順) ☎電話で各保健相談所へ(③は2月3日(水)まで)

会場	受付時間
①豊玉保健相談所	2/2(火)13:30～13:45
②光が丘保健相談所	2/12(金)13:30～13:45
③石神井保健相談所	2/8(月)10:15～10:30

2/6(日)9:30～11:30 講演会

笑いと健康

笑うことは健康に良いといわれています。今回、病気の予防などに役立つ笑いの効能とプラス思考になる方法を学びます。

🕒2月6日(土)午前9時30分～11時30分📍区役所アトリウム棟地下多目的会議室👤おみやげ診療所医師/松本光正👥100名(申込順) ☎電話で健康づくり係☎5984-4624へ

区役所 入場無料

2月の2歳6か月児歯科健診

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。

☎母子健康手帳、歯ブラシ、コップ
 🗨️担当の保健相談所

保健相談所	平成19年8月生まれ(2歳6か月児)対象…日程	受付時間
豊玉	1日～15日生まれ…5(金) 16日～31日生まれ…25(木)	13:00～15:00
北	1日～15日生まれ…9(火) 16日～31日生まれ…23(火)	9:00～11:00
光が丘	1日～15日生まれ…10(水) 16日～31日生まれ…16(火)	13:00～15:00
石神井	1日～15日生まれ…3(水) 16日～31日生まれ…24(水)	13:00～15:00
関	1日～31日生まれ…22(月)	9:00～11:00
大泉	1日～31日生まれ…26(金)	9:00～11:00 13:00～15:00

障害者青年学級の参加者を募集

障害のある方が、学校を卒業した後も余暇を利用して創作活動やスポーツなどができるよう、青年学級を開催しています。

🕒次の①～⑥のすべてに当てはまる方 ①区内在住で下表の障害がある②15～35歳(在学中の方を除く)③看護師などによる医療管理や介護を必要としない④着替え、食事、排せつの介助を必要としない(あすなる青年学級を除く)⑤集団活動に適應できる⑥自分で会場まで通える📍時👤下表の通り👥各学級とも若干名👤あすなる青年学級は年600円、そのほかは年1,600円(いずれも保険料) ※教材費など実費。

🕒1月25日(月)までに電話で春日町青少年館☎3998-5341へ ※申し込んだ方は、2月1日(月)午前10時から春日町青少年館(春日町4-16-9)で行う説明会に必ず参加してください。

青年学級名・対象	ところ	とき	主な活動内容
あすなる(肢体の不自由な方)	光が丘区民センター(光が丘2-9-6)	主に第1日曜13:00～16:00	絵画、陶芸
ひまわり(重度の知的障害のある方)	春日町青少年館	主に第2日曜10:30～15:00	ハイキング(年4回)、スポーツ、音楽
ともしび(中度の知的障害のある方)	旭丘小(旭丘2-21-1)	主に第3日曜10:30～15:30	クラブ活動(料理、美術、レクリエーション)、スポーツ、音楽

パパとママの準備教室

①②とも👤出産を控えた夫婦👤講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導👤各回25組(申込順)☎母子健康手帳、エプロン☎電話で各保健相談所へ
 ①豊玉保健相談所…1月23日(土)🕒午前9時30分～11時30分🕒午後1時30分～3時30分
 ②光が丘保健相談所…2月6日(土)🕒午前9時30分～正午

子どもの病気とその対応

=小児救急ミニ講座=

👤乳幼児の保育者 ※過去に受講した方はご遠慮ください。🕒2月2日(火)午前10時～11時30分📍石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1)👤講義👤順天堂大学医学部附属練馬病院小児科教授/新島新一👥30名(申込順)☎バスタオル☎電話で地域医療課管理係☎5984-4673へ

子どもの定期予防接種

次の方は、お送りした予診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。予診票をお持ちでない方は、お問い合わせください。

予防接種名	対象となるお子さん
DPT	1期初回 生後3か月児
	1期追加 1期初回終了1年後
麻しん風しん	混合1期 平成21年1月生まれ
	混合2期 平成15年4月2日～16年4月1日生まれ
	混合3期 平成8年4月2日～9年4月1日生まれ
	混合4期 平成3年4月2日～4年4月1日生まれ
DT2期	平成11年1月生まれ

※麻しん、風しんの混合2～4期の接種期限は3月31日(水)です。期限を過ぎると自費での接種になります。 ※日本脳炎の予防接種は、現在、予診票の一斉送付を見合わせています。接種を希望する方は、ご連絡ください。 🗨️予診票☎5984-2484

いつまでも元気で

高齢期の心の健康

～うつ・認知症を中心に～

🕒1月27日(水)午後2時～4時📍石神井保健相談所👤講義👤陽和病院精神科医師/森山泰隆👥50名(申込順) ☎電話で石神井保健相談所へ

家族介護者教室

☎ホットプレートを使って高齢者に喜ばれる食事作り

🕒1月23日(土)午後1時30分～3時30分📍関町デイサービスセンター(関町南4-9-28)👤調理実習👥15名(申込順)☎エプロン、三角きん☎電話で関町デイサービスセンター☎3928-5030へ

☎「認知症」その周辺症状について

🕒1月24日(日)午後1時～3時📍高野台デイサービスセンター(高野台5-24-1)👤講義など👥30名(申込順) ☎電話で高野台デイサービスセンター☎5923-0831へ