

今号の主な記事

- ◆区のホームページが新しくなりました……………2面
- ◆練馬区民との協働指針(素案)がまとまりました……………2面
- ◆都営住宅の入居者募集……………3面
- ◆ゴールデンウィーク期間のベルデの利用案内……………6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/

住民税・所得税の
窓口での受け付けは

2/16(火)～
3/15(月)

税の申告はお早めに



平成22年度分の住民税の申告と21年分の所得税の確定申告の窓口受付期間は、2月16日(火)～3月15日(月)です。
期限が近づくと、窓口が大変混雑します。申告は早めにお済ませください。
※窓口は、土・日曜、祝休日はお休みですが、税務署では2月21日(日)・28日(日)のみ、申告書の受け付けと作成のアドバイスをを行います(納付の受け付け、納税証明書の発行、電話相談は行いません)。

税の種類	申告期間	納期限	問合せ
住民税(特別区民税・都民税)	2/16(火)～3/15(月)	普通徴収の場合、年4回(6・8・10・11月の末日) ※末日が土・日曜の場合は、次の平日。	区役所内 税務課区税第一～四係 (下記参照)
所得税	※所得税の確定申告をする方は、住民税・個人事業税の申告は必要ありません。	3/15(月) ※口座振り替えは4/22(木)。	税務署 【練馬東☎3993-3111、練馬西☎3867-9711】
個人事業税		年2回(8・11月の末日)	豊島都税事務所 ☎3981-1211
贈与税	3/15(月)まで	3/15(月)	税務署 【練馬東☎3993-3111、練馬西☎3867-9711】
個人事業者の消費税・地方消費税	3/31(木)まで	3/31(木) ※口座振り替えは4/27(火)。	

住民税の申告

申告は区役所へ

★問合せ★ 〒176の方…区税第一係☎5984-4537、〒177の方…区税第二係☎5984-4538、〒178の方…区税第三係☎5984-4539、〒179の方…区税第四係☎5984-4540 (いずれも〒176-8501豊玉北6-12-1 区役所本庁舎4階 税務課内)

住民税の申告が必要な方

- 1 今年1月1日現在、練馬区に住んでいる方で、平成21年中に所得があった
- 2 今年1月1日現在、練馬区に住んでいない方で、区内に事務所・事業所または家屋敷がある

申告の必要がない方

- 1 税務署に所得税の確定申告をする
- 2 所得が給与所得のみで、勤務先の給与から住民税が差し引かれている
- 3 21年中に所得がなかった方や、所得が一定以下の方(22年度の住民税が課税されない方) ※非課税証明書の発行や、国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料・国民年金保険料の減額・免除などが必要な方は、住民税の申告が必要です。

申告書の配布と郵送

申告書は、光が丘・大泉区民事務所、出張所、税務課(区役所本庁舎4階)、収納課(石神井庁舎2階)で配布します。昨年、住民税の申告をした方などには、2月8日(月)に申告書を発送します。

住民税の申告は区役所などで

住民税の申告の日程・場所は、右表の通りです。次の物をお持ちください。
①住民税の申告書②認め印③所得や経費の明細が分かる物(給与所得の場合は源泉徴収票)④控除額が分かる物(医療費・生命保険料などの領収書や証明書、社会保険料の支払金額が分かる物など)

郵送でも受け付けます

源泉徴収票や医療費・生命保険料などの領収書や

証明書など必要書類を同封して、税務課へ送付してください。

住民税の申告日程・会場一覧

日程	場所	時間
2/16(火)～3/15(月) (土・日曜を除く)	税務課(豊玉北6-12-1 区役所本庁舎4階) 石神井庁舎5階(石神井町3-30-26)	8:30～17:00
2/16(火)～17(水)・18(木)	早宮地域集会所(早宮1-44-19) 上石神井地域集会所(上石神井1-6-16) 東大泉中央地域集会所(東大泉3-18-9)	9:00～12:00
3/11(木)・12(金)・15(月)	田柄地域集会所(田柄2-6-22) 光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6) 関区民センター(関町北1-7-2) 大泉北地域集会所(大泉学園町4-21-1)	13:00～16:00

※車での来場はご遠慮ください。

所得税・消費税の確定申告については8面をご覧ください

「ねりま区報」は朝日・産経・東京・日経・毎日・読売の各新聞に折り込んでお届けしています。また、駅・金融機関・郵便局・公衆浴場・ファミリーマート・セブンイレブンや区立施設にも置いています。

所得税・消費税の確定申告

申告は税務署へ

★問合せ★ 練馬東税務署(〒176-8503栄町23-7(西武有楽町線新桜台駅下車徒歩3分、西武池袋線江古田駅北口下車徒歩5分)) ☎3993-3111、練馬西税務署(〒178-8624東大泉7-31-35(西武池袋線大泉学園駅南口下車徒歩8分)) ☎3867-9711、国税庁ホームページ(http://www.nta.go.jp/)、国税電子申告・納税システムe-Tax(http://www.e-tax.nta.go.jp/)

所得税の確定申告が必要な方

- 1 事業所得や不動産所得などがある…平成21年中の各種所得の合計額から、所得控除を差し引くと残額がある
- 2 給与所得があり、次のいずれかに当てはまる
 - ①給与の収入金額が2,000万円を超える
 - ②給与を1か所から受けていて、給与所得や退職所得以外の所得が20万円を超える
 - ③給与を2か所以上から受けている
- 3 公的年金などに係る雑所得のみがある…公的年金などに係る雑所得の金額から、所得控除を差し引くと残額がある
- 4 譲渡所得がある…土地・建物などの不動産や株式・ゴルフ会員権などの資産を売った

確定申告は担当区域の税務署へ

各税務署の担当区域は下図の通りです。窓口での申告書などの作成のアドバイスは、平日午前9時15分～午後4時30分に受け付けます。申告



税のことはなし

社会保険料は所得金額から控除できます

①国民健康保険②後期高齢者医療制度③介護保険④国民年金の保険料は、社会保険料控除として、支払額を所得金額から控除できます。21年1月～12月に納めた額を、領収書や通帳などで確認してください。保険料を年金から差し引かれている方は、日本年金機構などが送付する源泉徴収票で確認できます。 ※国民年金の保険料については、申告の際に控除証明書などが必要です。紛失したため再発行を希望する方は、練馬年金事務所へご連絡ください。

▶問合せ ①…こくほ収納係☎5984-4559、②…後期高齢者保険料係☎5984-4588、③…介護保険課収納係☎5984-4593、④…練馬年金事務所☎3904-5491

書の配布や提出は、平日午前8時30分～午後5時に受け付けます。窓口の受付時間外に提出する方は、税務署の「時間外文書受付箱」をご利用ください。
確定申告書と確定申告の手引きは、税務署、光が丘・大泉区民事務所、出張所、税務課(区役所本庁舎4階)、収納課(石神井庁舎2階)にあります。
(駐車場が利用できません)
練馬東税務署は3月15日(月)まで、練馬西税務署は2月16日(火)～3月15日(月)は、駐車場が利用できません。

消費税の申告もお忘れなく
19年分の課税売上高が1,000万円を超える個人事業者の方は、21年分の消費税の課税事業者となります。所得税とともに、消費税の申告もしてください。
また、21年分から新たに課税事業者となり、「消費税課税事業者届出書」を提出していない方は、担当区域の税務署へ提出してください。

インターネットで申告などができます

- 確定申告
国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」で作成・印刷した申告書を、税務署に提出できます。所得税の青色申告決算書や収支内訳書、消費税の確定申告書、贈与税の申告書も作成できます。
- 国税の電子申告・納税
自宅や会社などで国税の電子申告や納税ができるe-Taxをご利用ください。
e-Taxを利用すると、①源泉徴収票や医療費の領収書などの添付書類を省略できます②還付金を受け取るまでの期間が通常6週間から3週間程度に短縮

されます③最高5,000円の税額控除が受けられます(19・20年分の確定申告で控除を受けた方を除く)。

税理士による無料申告相談会

東京税理士会の練馬東・練馬西支部では、小規模納税者・年金受給者・給与所得者を対象に無料申告相談会を下表の通り行います。 ※譲渡所得や退職所得のある方を除きます。

無料申告相談会日程・会場一覧

管轄	日程(土・日曜を除く)	場所	受付時間
練馬東税務署	2/16(火)～19(金)	田柄地域集会所(田柄2-6-22) 光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6)	10:00～11:00 13:00～15:00
	2/16(火)～3/10(水)	区役所アトリウム棟地下多目的会議室(豊玉北6-12-1)	
練馬西税務署	2/16(火)～18(木)	東京税理士会練馬西支部(東大泉1-26-19 大泉源第一ビル2階)	
	2/16(火)～19(金)	大泉北地域集会所(大泉学園町4-21-1)	
	2/16(火)～26(金)	関区民センター(関町北1-7-2)	10:00～11:30
	2/16(火)～3/5(水)	石神井庁舎5階(石神井町3-30-26)	13:00～15:30
	2/23(火)・24(水)	J A 東京あおば石神井支店(石神井町5-11-7) J A 東京あおば大泉支店(大泉学園町2-12-17)	

※混雑の状況により、受け付けを早く締め切る場合があります。 ※車での来場はご遠慮ください。

株式の譲渡所得などの確定申告にはご注意ください

源泉徴収を選択した特定口座内の上場株式などの配当所得は、所得税と住民税が既に源泉徴収されているため、原則として確定申告は不要です。
これらの所得は、確定申告をすると還付や控除を受けられる場合があります。ただし、申告により合計所得金額が増えるため、配偶者控除などの対象から外れたり、国民健康保険料や介護保険料などが増えたりする場合がありますので、ご注意ください。 ※確定申告後の取り消しはできません。
▶問合せ 〒176の方…区税第一係☎5984-4537、〒177の方…区税第二係☎5984-4538、〒178の方…区税第三係☎5984-4539、〒179の方…区税第四係☎5984-4540

障害者控除の申告をお忘れなく

本人または扶養親族が身体障害者手帳や愛の手帳などをお持ちの場合は、障害者控除の申告をしてください。手帳をお持ちでない場合でも、介護保険の要介護1～5などで総合福祉事務所から「障害者控除対象者認定書」の交付を受けた方は、障害者控除の申告ができます。 ※認定を受けていない方は、お問い合わせください。

▶問合せ 総合福祉事務所高齢者支援係【練馬(区役所西庁舎2階) ☎5984-2774、光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7716、石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2814、大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5271】

2月から

区のホームページが便利になりました



練馬区ホームページは、平成12年の開設以来、区役所での手続きや区内の出来事など区民生活に関するさまざまな情報を紹介しています。

今回、デザインや機能などを一新して、必要な情報を簡単に見つけることができるなど、より使いやすくなりました。ぜひご利用ください。

▽問合せ 広聴広報課庶務係 ☎5984・2694

ここが変わりました



簡単に情報が「見つかる・伝わる・使える」ホームページに

必要な情報を簡単に見つけるため、大きく5つに分類しました。

▽暮らしのガイド：各種手続きなど基本的な情報をまとめて掲載

▽施設案内：区の施設の所在地や連絡先を分かりやすく掲載

▽区政情報：区の組織や取り組み、統計情報などを掲載

▽学ぶ・楽しむ：イベントや講座の情報をカレンダー形式で掲載

▽ねりまの案内：区の魅力を紹介するため、区のあらましや歴史・観光情報などを掲載

▽文字のサイズを簡単に変更できるようにし、文字や背景を見やすい色にしました。また、視覚障害のある方が利用する音声読み上げソフトでの読み取りがしやすいページにしました。

▽「お気に入り」(ブックマーク)などに登録している場合は、再登録をお願いします。

▽「お気に入り」(ブックマーク)などに登録している場合は、再登録をお願いします。

▽「お気に入り」(ブックマーク)などに登録している場合は、再登録をお願いします。

▽「お気に入り」(ブックマーク)などに登録している場合は、再登録をお願いします。

練馬区ホームページ <http://www.city.nerima.tokyo.jp/>

より良い練馬のまちを 区民の皆さまと共に築くために

練馬区区民との協働指針(素案)がまとまりました

区民満足度の高い豊かな地域社会を実現するためには、町会・自治会やNPO(民間非営利団体)などの活動主体と区が力を合わせて、地域課題の解決に取り組むこと(II協働)が必要です。

今回、協働を推進する仕組みづくりに向け、施策・事業の具体的な方向性を示した「練馬区区民との協働指針(素案)」がまとまりましたので、あらましを紹介いたします。今後、区民の皆さまからご意見を伺い、3月までに指針を策定する予定です。

▽問合せ 地域振興課区民協働推進担当係(区役所本庁舎9階) ☎5984・1247

指針(素案)のあらまし

協働の必要性や効果などの基本的な考え方のほか、協働を推進するための体制・環境の整備、協働を担う人材の育成・確保などについて示しています

主な取り組み

□活動主体が継続的・安定的に活動するための支援

□活動を推進するための仕組み作り(当たり、活動主体の意見を反映するための協議組織を設置する)

□活動を推進するための仕組み作り(当たり、活動主体の意見を反映するための協議組織を設置する)

素案にご意見をください

素案の全文は、地区区民館、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、区民情報ひろば(区役所本庁舎3階)、地域振興課、区ホームページ「お知らせ」でご覧になれます。

ご意見は、区民意見反映制度により募集します。2月20日(消印有効)までに郵送またはファクス、電子メールでお寄せください。

※ご意見は、匿名で公表させていただきます。ご意見は「こちらまで」

区民協働推進担当係 ☎176(850)豊玉北6の12の1 Fax 3557・1351 電子メール chiki11@city.nerima.tokyo.jp

第一回区議会定例会

2月8日(月)～3月12日(金)

2月8日(月) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)、予算特別委員会

9日(火)・10日(水)・12日(金) 本会議(一般質問)

15日(月) 常任委員会

16日(火) 特別委員会

17日(水) 常任委員会

18日(木)・24日(水) 予算特別委員会

25日(木) 議会運営委員会、予算特別委員会

26日(金) 本会議(追加上程)、常任委員会

平成22年度予算案を審議します

3月1日(月)～4日(木) 予算特別委員会
8日(月) 常任委員会
9日(火) 特別委員会
10日(水) 予算特別委員会
12日(金) 議会運営委員会、本会議(議決)

照姫まつり三役公開オーディションの観覧者募集
4月25日(日)に石神井公園とその周辺で照姫まつりが開催されます。今回、まつりの中心である三役(照姫・豊島泰経・奥方)を決める公開オーディションの観覧者を募集します。

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 2月26日(金)午後2時～4時▽ところ 関区民センター(関町北1の7の2)▽講師 岡田医院医師/岡田徹也▽定員 50名(申込順)▽申込 電話で認知症対策係 ☎5984・4597へ

電気自動車の試乗会の参加者を募集します。
▽対象 区内在住の方
▽小学生以下は保護者同伴。▽とき 3月7日(日)午後0時30分～3時30分▽ところ 陸上自衛隊練馬駐屯地(北町4の1の1)▽定員 30名程度(抽選)▽参加費 200円(保険料)▽持ち物 本人確認ができるもの(健康保険証など)▽申込 ハガキに①試乗会②参加者全員(4名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、2月12日(消印有効)までに区役所内清掃管理課普及啓発係 ☎5984・1448へ

福祉のまちづくり総合計画見直しのための懇談会の参加者募集
区は、誰もが安心して社会参加ができる福祉のまちづくりを推進しています。今回、「福祉のまちづくり総合計画(平成18～22年度)」の見直しに当たり、グループでの検討やまち歩きの調査を行う懇談会の参加者を募集します。懇談会は、4～9月の平日昼間に6回程度開催します。また、参加者には3月に行う公開講座を受講していただきます。 ※交通費程度の謝礼あり。 ※保育(1歳以上)の未就学児対象、手話通

訳、点字資料あり。
▽対象 区内在住で20歳以上の方▽定員 10名程度(選考)▽申込 「高齢者・障害者・子育て層が外出しやすく社会参加しやすいまちづくり」の考えや取り組みたいこと」をテーマとした作文(400～800字程度。様式自由)と①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤職業⑥電話番号⑦ファクス番号(ある方のみ)⑧障害のある方は種別⑨これまでに参加したことのある区の委員会などの経歴を記入した物を、2月19日(必着)までに直接または郵送、電子メールで地域福祉課やさしいまち推進担当係(区役所西庁舎3階) ☎5984・1229 6、電子メール tiikikukushi07@city.nerima.tokyo.jp

平和台駅地下自転車駐車場の都市計画案がご覧になれます
区は、平和台駅地下自転車駐車場の都市計画案を作成しました。意見のある方は、意見書を提出できます。
▽縦覧・意見書の提出期間 2月8日(月)～22日(月)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝日を除く)
▽縦覧・意見書の提出場所 都市計画課(区役所本庁舎16階)▽問合せ 交通安全課交通施設係 ☎5984・1996

犯罪に強いまちづくりを 「落語」と「講演」で考えませんか

入場無料

2月13日(土)午前10時～正午 関区民センター

「犯罪を防ぐ仕掛けと心掛け」をテーマに、一人一人が自らの危機管理意識を高め、お互いに支え合い、助け合っていく地域作りを進めるために必要なことを考えます。

当日は、区内在住の落語家、鈴ヶ舎風車さんの落語もあります。ぜひおいでください。

▽とき 2月13日(土)午前10時～正午(午前9時30分開場)▽ところ 関区民センター(関町北1の7の2)

※車での来場はご遠慮ください。▽講師 大妻女子大学講師/樋村恭一▽定員 200名(先着順)▽申込 当日会場受け付け

※10名以上の団体で参加する場合は、電話またはファクスで①団体名②参加人数③代表者の氏名・電話番号を、2月10日(水)までに安全・安心担当課Fax3993・1194へ。▽問合せ 安全・安心担当課☎5984・1027



4月から、これまで隔週だった不燃ごみの収集日を、地域ごとに「第1・3週」または「第2・4週」に変更します。なお、曜日の変更はありません。

お住まいの地域の変更後の収集日は、3月に区内全世帯に配布する「練馬区の資源・ごみの分け方と出し方(簡易版)」に掲載している地域別収集曜日一覧を確認してください。

▽問合せ 清掃事業係☎5984・1059

4月から
不燃ごみの
収集日が
分かります
になります

都営住宅の入居者募集 都公募分・地元割当分

- 申込書の配布期間 2月1日(月)～10日(水)
- 申込書の配布場所 区民事務所(練馬を除く)、出張所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同18階) ※事業再建者向け定期使用住宅の申込書は、住宅課でのみ配布。 ※2月6日(土)・7日(日)は、土・日・休日区政案内(区役所本庁舎2階)でのみ配布。

都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込みます。所得が基準内で住宅に困っていることのほか、下表の要件などがあります。詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。

▷問合せ 住宅課住宅係☎5984-1619

募集区分	主な申し込み資格	募集戸数
単身者向け	都内3年以上在住。60歳以上(昭和31年4月1日以前生まれの方を含む)または身体障害者手帳1～4級などの単身者	226戸
単身者用車いす使用者向け	都内3年以上在住。車いすを必要としている身体障害者手帳1・2級などの単身者	4戸
シルバーピア ※1	都内3年以上在住。65歳以上の単身者または2人世帯(配偶者はおおむね60歳以上)	34戸
事業再建者向け定期使用住宅	都内3年以上在住。事業が破たんし、自己の所有する住宅を失った方で、民事再生法による再生計画の認可決定を受けている都内中小企業の経営者	10戸
都公募 ポイント方式 ※2	ひとり親世帯	1,259戸
	高齢者世帯	
	心身障害者世帯	
	多子世帯	
	特に所得の低い一般世帯	
車いす使用者世帯向け	都内3年以上在住。生活保護受給世帯または申込者本人が40歳以上の特に所得の低い世帯	31戸
地元割当	区内3年以上在住。65歳以上の単身者	2戸

※1 手すりや緊急通報システムなど、高齢者に配慮した設備がある住宅。
※2 住宅に困っている度合いの高い方を入居予定者として登録する方式。

2月11日(祝) 入場無料

「犯罪を防ぐ仕掛けと心掛け」をテーマに、一人一人が自らの危機管理意識を高め、お互いに支え合い、助け合っていく地域作りを進めるために必要なことを考えます。

当日は、区内在住の落語家、鈴ヶ舎風車さんの落語もあります。ぜひおいでください。

▽とき 2月11日(祝)午前10時30分～午後0時30分▽ところ 光が丘第六小(光が丘3の6の1)▽申込 当日会場受け付け▽問合せ 地域福祉係☎5984・2716

第3回ねりまマンション「未来塾」

分譲マンションの居住者間のトラブル事例と対応策を紹介するセミナーや、管理会社変更の事例報告を行う交流会です。また、管理組合員同士の情報交換会も行います。

▽対象 区内分譲マンションの管理組合役員・区分所有者▽とき 2月21日(日)午後1時30分～5時▽ところ 区役所本庁舎20階▽講師 未来塾マンション管理士ほか▽定員 50名(申込順)▽申込 電話またはファクスで①未来塾②マンション名③住所④氏名⑤電話番号を、2月12日(金)までに住宅課管理係☎5984・1289、Fax5984・1289へ

青年自主企画講座 「初歩からの声楽」

「日本の四季を歌う」

講座では、「四季」をテーマに混声合唱の持つ響きの美しさを学びます。

▽対象 中学生～30歳ぐらいの方▽とき 2月27日(土)・3月6日(土)午後2時～4時、3月13日(土)午後2時～5時【3日制】▽ところ 春日町青少年館(春日町4の16の9)▽講師 声楽家/宇高陽子▽定員 30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(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、春日町青少年館☎3998・5341、Fax3998・5394へ

練馬区アニメPR展

練馬区は、ジャパニアンアニメーション発祥の地です。区内のアニメ制作の歴史やアニメーションの仕組みなどを、映像を交えて紹介します。

▽とき 2月1日(月)～12日(金)午前8時30分～午後8時(土・日曜、祝日は午前8時45分から、12日は午後5時まで)▽ところ 区役所アトリウム▽問合せ アニメ産業振興係☎5984・1276

区手話講習会上級クラス修了程度の方 ※過去に受講した方やほかの自治体の登録通訳者の方はご遠慮ください。▽とき 4月6日(来月)3月8日の火曜午後6時45分～8時45分(祝日などを除く。44日制) ※曜日・時間は変更になる場合があります。▽ところ 中村橋福祉ケアセンター(貫井1の9の1)など▽定員 15名(選考)▽受講料 年2千400円(身体障害者手帳をお持ちの方は無料)

基本構想のパフレットを配布

区は昨年12月に、平成30年代初頭を目標とした練馬区のめざす姿を明らかにし、区民の皆さまと区が共有する指針とする「練馬区基本構想」を策定しました。今回、基本構想を紹介するパンフレットを作成しました。ぜひご覧ください。

▽配布場所 地区区民館、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、区役所庁舎案内横(本庁舎1階)、基本構想担当課(同6階)など▽問合せ 基本構想担当課☎5984・1064

非常勤職員

精神保健福祉支援員

▽対象 保健師または精神保健福祉士の有資格者(取得見込みも可)▽内容 生活保護を受け給付の策定や見直しへの支援、保健師に関する相談など▽場所 大泉総合福祉事務所▽期間 4月から1年間▽勤務日時 月々金曜午前8時30分～午後5時15分(月16日採用予定数 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 「精神障害者が地域で安定した生活を送るための専門職としての支援のあり方」をテーマとした論文(1千200字程度。様式自由)と履歴書(写真添付)に資格証の写しを添えて、2月10日(必着)までに直接または郵送で〒178-8601大泉1の29の1大泉学園ゆめりあ1(4階) 大泉総合福祉事務所管理係☎5905・5262へ

アルバイト

学校勤務・移動教室同行の看護師

▽対象 看護師または養護教諭の有資格者▽内容 ①区立小中学校での養護教諭不在時の保健室勤務②小学校の移動教室(2泊3日または3泊4日)での児童・生徒の健康管理▽勤務日 5月～来年3月の移動教室実施日(夏休み期間と12月を除く)▽謝礼 日額①1万5000円②1万3000円 ※交通費は支給しません。▽申込 履歴書(写真添付)と資格証の写しを、2月26日(金)までに本人が直接、保健給食課学校保健係(区役所本庁舎11階)☎5984・5729へ ※郵送不可。

加入者募集 区民交通傷害保険

「区民交通傷害保険」は、加入者が交通事故でけがをした場合に、保険金を支払う保険制度です。

また、「区民交通傷害保険」の加入者に限り、犯罪被害について保険金を支払う「被害者補償プラン」と、自転車運転中の加害事故などについて保険金を支払う「自転車賠償責任プラン」に申し込みます。 ※保険内容・保険料など詳しくは、申込先にあるパンフレット、区ホームページ「住まい・交通」をご覧ください。

3月25日までに区内金融機関・郵便局へ

▽対象 区内在住の方▽保険期間 4月1日(木)～来年3月31日(木)▽幹事引受保険会社 (株)損害保険ジャパン▽申込 3月25日(木)までに区内金融機関・郵便局にある申込書に保険料を添えて申し込んでください。 ※申込期限を過ぎての加入はできません。▽問合せ 安全対策係 ☎5984・1309、(株)損害保険ジャパン ☎3349・6018



石神井町福祉園 みんなの石神井マーケット

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。

▽とき 2月5日(金)午前10時15分～11時30分▽内容 利用者の作品販売、模擬店、バザーなど▽ところ 問合せ 石神井町福祉園(石神井町2の12の5) ☎5393・7438

高齢者就職面接会

▽対象 就職を希望するおむね55歳以上の方▽とき 2月19日(金)午後1時30分～4時▽ところ 石神井公園区民交流センター(石神井町2の14の1)▽申込 2月18日(木)までに本人が直

接、アクティブシニア支援室(石神井公園区民交流センター内) ☎5910・3455へ

介護・障害福祉サービス事業所合同就職面接会

介護や福祉の仕事に関心のある方を対象に、介護サービスや障害福祉サービス事業所による合同就職面接会を開催します。参加する事業所名など詳しくは、お問い合わせください。 ※事業所名などは、2月8日(月)から練馬介護人材育成・研修センターホームページ(<http://www.nerima-sw.jp/training/>)でもご覧いただけます。

▽とき 2月14日(日)午後0時30分～3時▽ところ 練馬区職員研修所(豊玉北

平成21年度 善行表彰の受賞者が決定

善行表彰は、健康づくりや清掃美化などの善行に努め、その行為が区民の模範となっている方をたたえるために行っているものです。

ここでは、21年度の受賞者をお知らせします。 ※氏名は、善行区分別の50音順。敬称略。

▽問合せ 総務係 ☎5984・2600

ボランティア活動
糟谷 茂 (北町8丁目)
社会福祉ボランティア活動
桜冠クラブ (桜台4丁目)
高齢者福祉ボランティア活動
松島 弘行 (中村南1丁目)
清掃美化ボランティア活動
青柳 昭治 (氷川台3丁目)
北村 恒夫 (関町北4丁目)
公園の緑化・保全ボランティア活動
上野 圭一 (高野台5丁目)

大泉学園ゆめりあホールの催し

◇交通 大泉学園駅北口下車徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1 (6階) (車で来場する方は、大泉学園ゆめりあ南パーキング〈有料〉をご利用ください)

500 ゆめりあワンコイン・コンサート

偶数月の10日に開催するクラシック音楽を中心とした公演です。入場料は各回とも500円です(全席自由。車いす席は、本人・付添者とも250円)。

※Aは3歳未満のお子さんは無料(座席が必要な場合は有料)。 ※Bは未就学児は入場不可。

A親子三代で楽しむ朗読と歌のコンサート

▽とき 4月10日(土)午後2時開演▷内容 音楽物語「風の森コンサート」、瀧廉太郎/花など▷出演 梶取さより(朗読・メゾソプラノ)、上雅子(ピアノ)



梶取さより

Bトリオ・アルデンテ 革命児たちの音楽～ショパンからピアソラまで

▽とき 6月10日(木)午後7時開演▷内容 ショパン/ピアノ三重奏曲ト短調、ピアソラ/ブエノスアイレスの四季よりなど▷出演 片岡美津(ピアノ)、副島聖代(バイオリン)、町田妙子(チェロ)



片岡美津

〈チケット予約・購入方法〉

いずれも2月7日(日)午前10時から①で電話予約ができます。また、9日(火)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(練馬駅北口下車

徒歩1分) ☎3948-9000②大泉学園ゆめりあホール(大泉学園ゆめりあ1〈5階〉)③大泉学園ゆめりあホールホームページ(<http://www.neribun.or.jp/oizumi/>) ※車いす席を利用したい方は、①に申し込んでください。

5の27の2)▽持ち物 履歴書(面接を希望する方。希望事業所数分)▽申込 当日会場受け付け(豊玉北6の8の1) ☎3991・1667

地上デジタル放送相談窓口を開設

総務省デジタルサポ東京中央が、地上デジタル放送の相談窓口を開設します。窓口では、地上デジタル放送を受信するための相談や質問にお答えします。また、地上デジタル放送を実際に体験できます。

▽とき・ところ A)2月15日(月)～19日(金)・3月8日(月)～12日(金)：区役所アトリウム・光が丘2の9の6) B)2月9日(火)・10日(水)・12日(金)・3月8日(月)～12日(金)

4月からの土支田創生苑生活介護サービスの利用者募集

土支田創生苑(土支田3の4の20)は、障害のある方を対象に創作活動の場の提供や機能訓練、入浴など

の生活介護サービスを実施している障害者自立支援施設です。今回、4月からの利用者を募集します。 ※送迎が利用できる場合があります。

▽対象 身体障害者手帳をお持ちで、在宅で生活している18～64歳の方 ※障害程度区分が3以上(50歳以上は2以上)あることが必要です。▽開所日時 月～金曜午前9時～午後4時(祝休日を除く)▽利用日数 1人週2回程度(1日5名程度)▽利用料 1日74円 ※変更になる場合があります。▽申込 2月10日(木)までに直接または電話で、総合福祉事務所障害者支援係(練馬区役所西庁舎2階) ☎5984・46

皆さまからの寄付

12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す。

▽問合せ 管財係 ☎5984・2807

練馬区情報番組

ねりま ぽっと ライン

2月の放送内容

【1日～15日】…○成人の日のつどいを開催○税金の申告はお早めに○練馬区震災総合訓練を実施

【16日～28日】…○来年度予算案と重点事業を紹介○茅葺(かやぶ)き古民家土壁塗り体験など

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」でもご覧いただけます。

▽問合せ 報道係 ☎5984-2693

ハイチ地震救援金を受け付けます

2/12金まで

日本赤十字社では、ハイチ地震の災害救援金を受け付けています。受付期限までに右記の口座に振り込んでください。

▷受付期限 2月12日(金)▽問合せ 総務係 ☎5984-2600

受付口座：郵便振替 00110-2-5606 加入者名：日本赤十字社

※振替用紙の通信欄に「ハイチ地震」と記入してください。受領証が要る方は、併せて「受領証希望」と記入してください。

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

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 2月7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

豊玉リサイクルセンターの講座

①～③とも 豊玉リサイクルセンター(豊玉上2-22-15) 電話で豊玉リサイクルセンター ☎5999-3196へ
①江戸のリサイクルと練馬 2月9日(火)午後1時30分～3時30分 江戸の循環型社会を練馬の地がどのように支えたかを学ぶ 40名(申込順)
②もったいない話～回収資源のゆくえを知る 2月15日(月)午後1時30分～3時30分 区が回収した古布・廃食用油などの活用方法を学ぶ 40名(申込順)
③牛乳パックでミニたんすを作ろう 小学生以上の方 ※小学1～3年生は保護者同伴。2月27日(土)午後1時30分～3時30分 牛乳パックに千代紙を張って、小物ケースを作る 15名(申込順) 費200円(材料費) 木工用接着剤など

春日町リサイクルセンターの講座

①②④⑤春日町リサイクルセンター③森ヶ崎水再生センター(大田区大森南5-2-25) ①②電話で春日町リサイクルセンター ☎3926-2501へ③～⑤往復ハガキに①講座名(③～⑤の別も)④は希望日と⑥～⑧の別も②住所③

氏名(ふりがな)④電話番号(③は年齢も)を記入の上、③2月8日④13日⑤15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 ※①⑤は保育室(1歳以上の未就学児 6名 費50円)があります。①で利用したい方は、2月6日(土)までに電話で申し込んでください。⑤で利用したい方は、往復ハガキにお子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。
①保温調理でミネストローネ 18歳以上の方(高校生を除く) 2月12日(金)午前10時30分～午後0時30分 15名(申込順) 器エプロン、三角きん
②古布のゆくえ 20歳以上の方 2月16日(火)午後1時～3時 回収した古布の活用方法を学ぶ 田中ノ(株)代表取締役社長/中野聰恭 30名(申込順)
③バイオマス発電(生物体を利用したエネルギー)施設と水再生施設見学会 20歳以上の方 2月17日(水)午後0時45分～4時30分 ※現地集合・解散。 5名(抽選)
④古布のリサイクル「さき織り」体験 15歳以上の方(中学生を除く) 2月20日(土)、3月4日(木) いずれもA午前10時～11時B午前11時～正午C午後1時～2時D午後2時～3時E午後3時～4時 各回2名(抽選) 器古布(50cm×30cm)
⑤新入園・入学児用の図書バッグ作り 15歳以上の方(中学生を除く) 2月21日(日)午前9時30分～午後0時30分 10名(抽選) 器布(表地用・裏地用、45cm×90cm)各1枚、裁縫道具

セーターを家で洗おう!

2月18日(木)午前10時～正午 豊岡町リサイクルセンター(関町北1-7-14) セーターの手洗い・仕上げ方について学ぶ 20名(申込順) 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 花とみどりの相談所など 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電話番号を記入の上、①2月6日②10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バラの手入れを学ぶ教室～春に花を咲かせるためのせん定編 2月19日(金)午前10時～正午 講義、実習 ※雨天時は講義のみ。 園芸研究者/岩浪孝 40名(抽選) 器せん定ばさみ
②植物を楽しく飾る体験教室 2月26日(金)午前10時～正午 コケ玉など室内を飾るミニ鉢を作る 20名(抽選) 費500円(材料費)

豊玉高齢者センターの講座

①～③とも 豊玉高齢者センター ①直接、豊玉高齢者センターへ②③往復ハガキに①講座名(②③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、2月10日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 豊玉高齢者センター ☎5912-6401へ
①相続問題と遺言の勧め 2月19日(金)午後2時～4時 講演、相談会 東京都行政書士会練馬支部会員 30名(申込順)
②客船の旅を楽しむ～クルーズの魅力 60歳以上の方 2月21日(日)午後2時～4時 クルーズ・コーディネーター/篠崎範司 70名(抽選)
③江戸川柳の世界～100万都市江戸に生きた庶民たち 60歳以上の方 2月28日(日)午後2時～4時 講師 吉川柳研究会主宰/吉澤靖 70名(抽選)
上手に使う 衣類の防虫剤 =消費者実験教室= 2月25日(木)午前10時～正午 石神

井公園区民交流センター 日本化学会化学教育協議会委員/前川哲也 16名(抽選) 往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、2月12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 ☎5910-3089へ ※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)・年齢も記入してください。

中国料理に挑戦! 男性向け料理講座

=公民館サポーターズ料理講座= 2月20日(土)午前10時～午後1時 練馬公民館 シューマイ、サンラータンを作る 24名(抽選) 費1,000円(材料費) 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、2月9日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 練馬公民館 ☎3991-1667へ

おもしろ実験ゼミナール

小学4～6年生 2月28日～3月14日の毎日 午前10時～正午【3日制】 南大泉青少年館 身近な素材を使った科学実験 元区立小学校教諭/二宮俊郎 30名(抽選) 費900円(材料費) 往復ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号を記入の上、2月12日(必着)までに〒178-0064南大泉1-44-7 南大泉青少年館 ☎3924-3500へ

お休みします

◆大泉学園町体育館 ☎5905-1161 2月8日(月)・9日(火)【器具点検などのため】 ※温水プールは10日(水)・11日(木)も休館します。

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

◆絵画(油彩・水彩・パステル・鉛筆など) 火曜会 毎火曜午後6時30分～8時30分 春日町青少年館 講師 島野保行 入会金2,500円 月会費3,000円 小坂 ☎3977-0714
◆いきいきスポーツ吹矢同好会 第1～3金曜午前9時～正午 豊玉リサイクルセンター 会費1回800円 年会費1,000円 初回は無料体験可 クワヤマ ☎Fax3994-2926
◆コンディショニングダンス(バレエ・ジャズダンスなど) モダンアート 月3回①火曜午後1時30分～3時②金曜午前10時～正午 ①春日町青少年館②練馬文化センター ①②とも入会金2,000円、月会費3,500円 初回は無料体験可 丹澤 ☎6760-7867(午後)

◆公園・里山などで野鳥を観察 武蔵野野鳥の会 月3～4回午前9時～午後1時 石神井公園など 入会金500円 会費1回200円 年会費3,000円 國島 ☎5997-6303
◆女声合唱(発声指導、フォーレ「レクイエム」など) コール・アネモネ 毎土曜午前9時30分～正午 勤労福祉会館など 指揮 永井宏 月会費4,000円 片桐 ☎3922-3231
◆総合書道会(漢字・かな・写経・実用など) 第1・3①日曜午前10時～正午②水曜午後2時～4時 貫井地区区民館 講師 書家/泊綾波 ①②とも入会金1,000円、月会費2,900円 長崎 ☎3922-4324
◆社交ダンス コスモス 多少踊れる方対象 月4回水曜午後1時30分～3時30分 JA東京あおば中村橋支店 入会金1,000円 月会費4,000円 初回は無料体験可 大石 ☎090-7279-6249(午前中または午後6時以降)
◆幼児教室(体操・お絵描きなど) あつぷる ①毎月曜・月1回土曜②毎水曜・月1回土曜午前9時45分～11時30分 光が丘区民センター5階など ①②とも入会金5,000円、月会費6,500円、教材費年5,000円 石山 ☎090-4715-8755(要予約)
◆社交ダンス いずみ会 多少踊れる方対象 毎土曜午後7時～9時 春日町青少年館など 月2回女性プロが指導 入会金1,000円 月会費2,500円 小島 ☎080-5079-0048

◆社交ダンス 夢 毎土曜午後2時～5時 桜台地域集会所 入会金1,000円 会費1回1,300円 初回は無料体験可 内田 ☎080-3466-9924
◆生き生き体操 大泉太極練功会 月4回月曜午後2時～4時 石神井公園区民交流センター 入会金3,000円 月会費3,500円 長町 ☎3921-9533
◆ビューティYoga ①毎日曜②毎水曜午前10時～11時30分、③毎火曜午後7時～8時30分 ①②東大泉中央地域集会所③練馬女性センター-エー ①～③とも月会費3,500円 初回は無料体験可 レイ ☎090-6539-5787(要予約)
◆カラオケ あすなろ 女性対象 ①月3回水曜午後1時～3時30分②月2回木曜午後6時15分～8時45分 ①東大泉地域集会所②勤労福祉会館 ①②とも入会金1,000円 月会費①3,000円②2,000円 羽石 ☎3924-8977
◆①タヒチアンダンス②フラダンス無料体験レッスン 女性対象 ①2月12日午後7時30分～9時、16日午後3時30分～5時②16日午後1時30分～3時 石神井公園区民交流センター レイナニ・寒河江 ☎090-3434-6593(要予約)
◆ピアノ教室 ムジカ・アレグロ 50歳以上の初心者対象 月2回水曜②木曜③金曜午前9時～10時 練馬公民館など ①～③とも入会金2,000円、月会費3,000円 2月11日午前10時から練馬公民館で説明会あり 大橋 ☎5984-2357(要予約)

◆さき織り展 2月9日～15日午前11時～午後5時(9日は午後1時から、15日は午後3時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 2月11日・13日・14日午後1時～3時に体験会あり(材料費500円) つくりこの家・安東 ☎5387-2477
◆社交ダンス無料講習会 2月の毎木曜午後7時～9時 練馬公民館 プロが指導 カトレア会・渡辺 ☎3926-0887(要予約。午前中)
◆空手クラブ泉心会 5歳以上の方対象 毎土曜午後6時30分～8時 大泉小など 入会金2,000円 月会費2,500円(小学生以下2,000円) 保険料年600円 今井 ☎3923-7513
◆リトミック教室 おおぞら 小学3年以下のお子さんと保護者対象 月1回土曜午前 石神井公園区民交流センター 会費1人1回500円 迫田 ☎080-5047-2683(要予約)
◆大泉学園韓国語サークル会 月3回土曜午後6時30分～8時30分 勤労福祉会館など 月会費4,100円 原 ☎3996-8975(午後6時以降)
◆太極拳春日クラブ 第1～3土曜午後7時～9時 練馬東中 入会金2,000円 月会費2,500円 大野 ☎3990-1776(午後6時～9時)
◆社交ダンス アヤマ会 60歳以上の多少踊れる方対象 毎水曜午後1時～4時30分 豊玉高齢者センターなどプロが指導 入会金1,000円 月会費3,000円 宮本 ☎3991-1350

◆ハイキング テクタククラブ 3時間程度歩ける方対象 月1～2回日曜に都内近郊を散策 年会費4,000円 岡村 ☎080-6642-4945
◆練馬マックススクール 第2・4土曜午後2時～4時 開進第二小 プロが指導 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 松尾 ☎3934-6910
◆リトミックサークル リトルキッズ ①おおむね1歳6か月～2歳6か月児②～④おおむね2歳6か月以上の未就園児対象 月2回①水曜午前9時40分～10時20分②水曜午前10時30分～11時20分③木曜午前10時～10時50分④木曜午前11時～11時50分 南大泉地区区民館 ①～④とも月会費1,500円 伊藤 ☎3867-8563(要予約)
◆日本画・水彩画 光彩会 第2金曜午後1時～4時 練馬公民館 入会金1,000円 月会費1,500円 教材費月500円 茂木 ☎Fax3922-2949
◆座談会「練馬区の広聴広報制度と新しいホームページについて」 2月13日午後2時～4時 関町ボランティアコーナー 講師 練馬区広聴広報課長 参加費無料 おしゃべりの会・高木 ☎3929-4874
◆社交ダンス無料講習会 2月の毎日曜午後6時30分～8時30分 練馬公民館 プロが指導 つばき会・柴崎 ☎3993-5463(要予約。午前中)

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：●対象、●時、●所場所、●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

催し

第41回練馬区民美術展

2月5日(金)~14日(日)午前10時~午後6時 ※入館は午後5時30分まで。
2月8日(月)は休館。所練馬区立美術館(貫井1-36-16) ☎3577-1821 公募した洋画・日本画・彫刻・工芸など約300点を展示

スポーツ

都民体育大会練馬区選考会

硬式テニス

区内在住の方、または都内在住で区内在勤(在学)の方 ※小中高生、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ご遠慮ください。
3月7日(日)・21日(祝)午前9時から所高野台庭球場、土支田庭球場、夏の雲公園庭球場男女シングルス 1,500円(保険料、ボール代など) 庭球場、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ください。2月17日(必着)までに練馬区体育協会へ ☎5984-1947

ベルデ(少年自然の家)

ゴールデンウィーク(4/29祝~5/4祝)利用分

園旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階) ☎5984-1234



長野県軽井沢・武石、静岡県下田にある宿泊施設「ベルデ」のゴールデンウィーク中の利用者を募集します。ぜひご利用ください。
※利用は2泊3日までで1回のみです。
※ベルデ岩井(千葉県)は生涯学習団体のみ利用できます。詳しくは、お問い合わせください。

【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、抽選申し込みはできません。

【部屋の種類】3人室・4人室・8人室 ※下田・武石新館は4人室のみです。武石本館に4人室はありません。

【申し込み方法】右の申込書に必要事項を記入の上、往復ハガキ往信の裏面に張って、2月12日(必着)までに区役所内少年自然の家係へ ※1グループで2通以上申し込んだ場合は、無効となります。

【抽選】2月19日(金)午前10時から区役所本庁舎19階で公開抽選を行います ※結果は2月26日(金)までに通知します。

【抽選後の空き室の受け付け】3月12日(金)から旅行サービスコーナーで受け付けます(12日は電話による受け付けのみ) ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは、3月15日(月)から受け付けます。

利用料金など詳しくは、わたしの便利帳「文化、スポーツ、余暇」、区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「保養施設」をご覧ください。

ベルデ ゴールデンウィーク 申込書

Application form for the Golden Week stay at Berde. It includes fields for facility name, dates, room type, number of users, and contact information.

↑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。

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。

朝・夕・青空市

江古田いちば通り商店街... 2月1日(月)午前10時~午後7時 所南都 ☎3991-2340
富士見台駅前通り... 2月14日(日)午前7時から ※商品がなくなり次第終了。 ☎大内 ☎3825-1144

ミニガイド

行政書士による「暮らしのよろず相談会」
60歳以上の方 ☎2月4日(木)午後2時~4時 所開区民センター(関町北1-7-2) 相続、遺言、離婚、悪徳商法などの相談 ☎30名(申込順) ☎電話で東京都行政書士会練馬支部・寺本 ☎5948-5330へ
光が丘清掃工場個人見学会
2月13日(土)午後1時30分~3時 所光が丘清掃工場(光が丘5-3-1) ☎50名(申込順) ☎2月11日(祝)までに電話で光が丘清掃工場 ☎3977-5311へ
中学生意見発表大会
2月13日(土)午後2時~4時 所区役所アトリウム棟地下多目的会議室 所豊玉中、豊玉第二中、開進第二中の生徒による意見発表 ☎当日会場受け付け ☎青少年育成第一地区委員会事務局 ☎5984-5809
就労障害者交流会「たまりばプレミアム」
就労している障害のある方 ☎2月14日(日)午後1時30分~3時30分 所勤労福祉会館(東大泉5-40-36) 所地域情

報の紹介、ミニコンサート、ゲーム大会、プレゼント交換など ☎100円程度の菓子 ☎電話またはファクスで①交流会②住所③氏名④電話番号を、練馬区障害者就労促進協会 ☎3557-8182・Fax 3557-8176へ
講座「職場で活(い)きるコミュニケーション力」
18歳以上の方 ☎2月19日(金)午後7時~9時 所石神井公園区民交流センター(石神井町2-14-1) ☎30名(申込順) ☎電話でNPOたまご・坂田 ☎090-9836-3774へ
早春ウオーカー・豪徳寺から梅の羽根木公園へ
2月20日(土)午前9時30分 小田急線豪徳寺駅改札口集合~豪徳寺~松陰神社~羽根木公園~小田急線梅ヶ丘駅解散(約7km。雨天決行) ☎500円(小学生以下200円) ☎往復ハガキに①催し名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を記入の上、2月10日(必着)までに ☎176-0011 豊玉上2-24-4 練馬区ウォーキング協会・山宮 ☎3991-8520へ(問い合わせは午前9時~午後3時)
元Jリーガー・大野俊三ほかによる少年少女サッカー教室
小学生 ☎2月21日(日)午前9時30分~正午 所立野小(立野町17-13) ☎80名(申込順) ☎500円(保険料) ☎サッカーボール ☎往復ハガキまたはファクスで①催し名②住所③氏名④学年⑤電話番号またはファクス番号を、2月12日(必着)までに ☎177-0044 上石神井1-32-37 上石神井体育館内 SSC上石神井 ☎Fax 3929-8100へ(問い合わせは月・水・金曜の午前中)
ファミリー春スキー教室
小学生以上の方 ※小学1・2年生は保護者同伴。 ☎3月20日(土)~22日(休)の2泊3日 所軽井沢スノーパーク(群馬県長野原町) ☎60名(申込順) ☎30,000円(小学生22,000円、中学生27,000円) 所練馬区スキー協会(豊玉北6-7-14) またはホームページ(http://www.nerima-ski.com)にある申込書に必要事項を記入の上、3月8日(必着)までに練馬区スキー協会事務局 ☎3993-9001へ(問い合わせは午前9時

~午後5時)
シルバー人材センターの学習教室
①小学4~6年生②小学4年~中学3年生 ☎4月から週2回 所新桜台教室(桜台2-19-16) 所関町教室(関町北1-7-14 関町リサイクルセンター内) 所学校の授業の補習(小学生...国語・算数、中学生...数学・英語) ☎関小中学校長ほか ☎各5~10名(申込順) ☎小学生月8,000円、中学生月10,000円、教材費実費 ☎電話で練馬区シルバー人材センター ☎3993-7168へ

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
和田堀公園(石神井町1-1-11) ... 2月21日(日)午前9時30分~午後1時(雨天28日) ☎177-0041 石神井町1-3-7 斎藤理子 ☎Fax 3997-4333(先着50店)
夏の雲公園(光が丘3-4-1) ... 2月21日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ☎179-0082 錦2-20-15-402 N.R.C ☎090-2443-1637(先着100店)
さくらの辻公園(上石神井3-19-10) ... 2月28日(日)午前9時~正午(雨天中止) ☎177-0045 石神井台8-23-21 有川久美子 ☎090-5788-4578(抽選100店)
平成つつじ公園(練馬1-17-6) ... 2月28日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ☎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)
秋の陽公園(光が丘2-5-2) ... 3月7日(日)午前10時~午後1時(雨天中止) ☎178-0065 西大泉3-25-6 佐藤茂登子 ☎090-4759-1483(先着120店)

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
絵本の読み聞かせ... ☎1~4歳児と

保護者 ☎2月7日(日)午前11時~午後1時 所練馬女性センターエー(石神井町8-1-10) ☎10組(申込順) ☎電話で絵本で地域の子どもを育てよう・新井 ☎3996-0932へ
世界にひとつだけ! きみの作ったたこを高くとばそう! ... ☎発達(知的)障害のある小中学生と保護者 ☎2月13日(土)午前10時~正午 所光が丘公園(光が丘4-1-1) ☎20組(申込順) ☎1人50円(材料費など) ☎南ファミリークラブ ☎電話で学び支援係へ
パソコンを使ってマグカップ作り... ☎小学生 ☎2月13日(土)①午前10時~正午②午後1時~3時 所富士見台地区区民館(富士見台3-10-1) ☎各10名(申込順) ☎練馬177地域ITリーダーの会 ☎電話で富士見台地区区民館 ☎3926-1091へ
英語で楽しく遊ぼう... ☎幼児~小学3年生 ※幼児は保護者同伴。 ☎2月13日(土)午前10時30分~11時30分 所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) ☎200円(材料費など) ☎色鉛筆 ☎電話でプレメンの音楽隊・水田 ☎3976-2624へ
乳幼児とお母さんのすてきな音楽コミュニケーション... ☎2月15日(月)①午前10時~10時40分(7か月~1歳児と保護者)②午前11時~11時40分(2歳児と保護者) 所光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ☎①35組②25組(申込順) ☎1組100円 ☎電話でミュージック・アカンパニー ☎5998-0471へ
みんなでクッキング! おいなりさんを作ろう... ☎小学2~6年生 ☎2月20日(土)午前9時15分~午後0時30分 所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) ☎500円(材料費など) ☎三角きん、エプロン ☎電話で練馬栄養士会・東 ☎3991-7105へ(午後8時以降)

保護者 ☎2月7日(日)午前11時~午後1時 所練馬女性センターエー(石神井町8-1-10) ☎10組(申込順) ☎電話で絵本で地域の子どもを育てよう・新井 ☎3996-0932へ
世界にひとつだけ! きみの作ったたこを高くとばそう! ... ☎発達(知的)障害のある小中学生と保護者 ☎2月13日(土)午前10時~正午 所光が丘公園(光が丘4-1-1) ☎20組(申込順) ☎1人50円(材料費など) ☎南ファミリークラブ ☎電話で学び支援係へ
パソコンを使ってマグカップ作り... ☎小学生 ☎2月13日(土)①午前10時~正午②午後1時~3時 所富士見台地区区民館(富士見台3-10-1) ☎各10名(申込順) ☎練馬177地域ITリーダーの会 ☎電話で富士見台地区区民館 ☎3926-1091へ
英語で楽しく遊ぼう... ☎幼児~小学3年生 ※幼児は保護者同伴。 ☎2月13日(土)午前10時30分~11時30分 所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) ☎200円(材料費など) ☎色鉛筆 ☎電話でプレメンの音楽隊・水田 ☎3976-2624へ
乳幼児とお母さんのすてきな音楽コミュニケーション... ☎2月15日(月)①午前10時~10時40分(7か月~1歳児と保護者)②午前11時~11時40分(2歳児と保護者) 所光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ☎①35組②25組(申込順) ☎1組100円 ☎電話でミュージック・アカンパニー ☎5998-0471へ
みんなでクッキング! おいなりさんを作ろう... ☎小学2~6年生 ☎2月20日(土)午前9時15分~午後0時30分 所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) ☎500円(材料費など) ☎三角きん、エプロン ☎電話で練馬栄養士会・東 ☎3991-7105へ(午後8時以降)

子育て学習講座
区内の団体に委託して実施。
親子で楽しむ読み聞かせと紙人形劇... 2月11日(祝)午前11時~正午 所NPO法人こどものくに(関町北3-43-41) ☎大きな花輪代表/福島めぐみ ☎25組

(申込順) ☎電話でこどものくに・林田 ☎3929-4192へ ☎園学び支援係 ☎5984-2438

子供安全学習講座

区内の団体に委託して実施。
園学び支援係 ☎5984-2438
毎日歩いている道の安全安心... ☎小中学生と保護者 ☎2月14日(日)午後1時30分~4時 所石神井庁舎5階 所東京都地域安全マップ作製指導員/加藤真一 ☎30名(申込順) ☎1人50円(材料費) ☎電話で東京練馬安心アカデミーガウディアンズ・加藤 ☎3997-0784へ ※保育あり(要予約。 ☎100円)。

学校応援団・開放まつり

所上履き ☎当日会場受け付け ☎学校応援団・開放係 ☎5984-1057
光和小... 2月7日(日)午前10時~午後2時 所階段ボール迷路、人形劇、もちつきなど ☎50円(保険料)
上石神井北小... 2月7日(日)午前10時~午後3時 所スポーツチャンバラ、金管バンド演奏など ☎500名(先着順)
谷原小... ☎小学生 ☎2月7日(日)午後1時~3時 所太鼓演奏体験

学校体育館でスポーツを

所当日会場受け付け ☎学校応援団・開放係 ☎5984-1057
開進第四小 ラケットテニス大会... ☎20歳以上の方 ☎2月7日(日)午後1時~4時 ☎40名(先着順) ☎ラケット(貸し出しあり)
昭南町小 バドミントン教室... ☎小学生以上の初心者 ☎2月7日(日)・14日(日)午後1時~3時
昭旭町小 初級・中級ミニテニス教室... ☎16歳以上の方 ☎2月13日~27日の毎土曜午後6時30分~9時 ☎30名(先着順) ☎ラケット(貸し出しあり)

花とみどりの展示会

所生け花・茶花展
2月5日(金)~7日(日)午前9時~午後5時(7日は午後4時まで) 所園花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) ☎3976-9402

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

①～③とも📅2月19日(金)午前10時～11時30分📍講義、献立紹介📄母子健康手帳、スプーン📄30組(申込順) 📞電話で各保健相談所へ

①光が丘保健相談所(2回食)…📍7・8か月児と保育者

②関保健相談所(3回食)…📍9～11か月児と保育者

③大泉保健相談所(3回食)…📍9～11か月児と保育者

パパとママの準備教室

📍出産を控えた夫婦📅2月20日(土)午前9時～11時30分📍大泉保健相談所📄講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導📄20組(申込順) 📄エプロン、母子健康手帳📞電話で大泉保健相談所へ

受動喫煙ミニ講座

「大切なお子さんを守るために」

📅2月20日(土)午前11時～11時45分📍大泉保健相談所📄講義📄国立保健医療科学院研究情報センターたばこ政策情報室長/吉見逸郎📄20名(申込順) 📞電話で大泉保健相談所へ

いつまでもお元気で

楽しく食べて健康長寿

～冷凍食品・電子レンジ活用術～

📅2月23日(火)午前10時～11時30分📍関保健相談所📄講義、献立紹介📄30名(申込順) 📞電話で関保健相談所へ

家族介護者教室

📄虚血性心疾患とメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)

📅2月6日(土)午後2時～4時📍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📄30名(先着順) 📄当日会場受け付け

📄高齢者に多い疾病や症状

📅2月13日(土)午後1時30分～3時30分📍やすらぎミラージュデイサービスセンター(大泉町4-24-7) ☎5905-1191📄20名(先着順) 📄当日会場受け付け

📄高齢者・介護者の心のケア

📅2月14日(日)午後2時～4時30分📍第二光陽苑デイサービスセンター(関町北5-7-22) 📄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

📄認知症サポーター養成講座

📅2月20日(土)午後1時30分～3時30分

分📍富士見台デイサービスセンター(富士見台1-22-4) 📄20名(申込順) 📞電話で富士見台デイサービスセンター☎5241-6010へ

📄認知症サポーター養成講座

📅2月20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) 📄15名(申込順) 📞電話で練馬ゆめの木☎3923-0222へ

心も体もいきいきと

よくわかる!

インプラント治療の実践

📅2月17日(水)午前10時～正午📍関保健相談所📄講義、歯磨き実習📄日本大学歯学部付属歯科病院歯科インプラント科医師/萩原芳幸📄40名(申込順) 📞電話で関保健相談所へ ※参加者に歯磨きグッズを差し上げます。

動脈硬化を進めない!～血糖をコントロールするための食事や生活

📅2月19日(金)午後2時～4時📍北保健相談所📄講義、献立紹介📄30名(申込順) 📞はし📞電話で北保健相談所へ

高血糖を放っておかないで!～脳・心臓・腎臓を守る運動

📅2月23日(火)午後1時30分～4時📍石神井保健相談所📄講義、運動実技📄高輪メディカルクリニック健康運動指導士/黒田恵美子📄35名(申込順) 📞電話で石神井保健相談所へ

うつ病の理解と対応

📍うつ病の方の家族または支援者📅2月23日(火)、3月17日(水)午後2時～4時 ※1日だけの参加も可。📍光が丘保健相談所📄講義📄成増厚生病院精神科医師/堀田信二ほか📄50名(申込順) 📞電話で光が丘保健相談所へ

禁煙に挑戦しよう!

📅2月24日(水)午後2時～4時📍北保健相談所📄講義、呼吸測定📄日本禁煙学会理事/三浦秀史📄30名(申込順) 📞電話で北保健相談所へ

お腹すっきり!

気軽にダイエット

～運動編～

📍医師から運動を止められていない方📅2月25日(木)午前9時30分～正午📍関保健相談所📄講義、運動実技📄スポーツプログラマー/山内道子📄25名(申込順) 📞電話で関保健相談所へ ※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。

基本を学ぼう!

ストレッチ&筋力アップ運動

📍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25日(木)午前9時45分～11時30分📍光が丘地区区民館(光が丘3-9-4) 📄講義、運動実技📄15名(申込順) 📄バスタオル📞電話で健康づくり係☎5984-4624へ

2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。📍閩地域医療課☎5984-4673

◆休日急患診療所

Table with 3 columns: 場 (Location), 所 (Address), 受付時間 (Hours). Includes pediatric, internal medicine, and dental services.

◆休日診療当番医療機関

Table with 2 columns: 医療機関 (Medical Institution), 電話番号 (Phone Number). Lists various hospitals and clinics.

◆休日診療当番接骨院 (9:00～17:00)

Table with 3 columns: 接骨院 (Chiropractor), 電話番号 (Phone Number), 住所 (Address). Lists chiropractic clinics.

◆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・プッシュ回線☎#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)

◆かかりつけ医の紹介

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

肝臓機能障害のある方も 身体障害者手帳を取得できます

4月から、肝臓機能に障害のある方も身体障害者手帳を取得できるようになります。詳しくは、お問い合わせください。

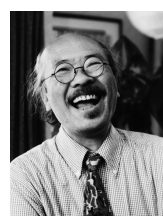
📍総合福祉事務所障害者支援係 [〒176の方…練馬(区役所西庁舎2階) ☎5984-4609、〒179の方…光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7796、〒177の方…石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2816、〒178の方…大泉(大泉学園ゆめりあ1<4階) ☎5905-5272]

📍光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7796、〒177の方…石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2816、〒178の方…大泉(大泉学園ゆめりあ1<4階) ☎5905-5272]

食育推進講演会 食から始まる健康生活

現代人に求められる食のあり方などについてお話を伺います。また、区内の食育実践事例を紹介します。

📅2月20日(土)午後2時～4時30分📍練馬公民館(豊玉北6-8-1) 📄食文化史研究家/永山久夫📄250名(申込順) 📞電話またはハガキ、ファクスで①食育推進講演会②住所③氏名④電話番号または



永山久夫

ファクス番号⑤参加人数を、練馬区保健所栄養指導担当係☎5984-4679・Fax5984-1211へ ※保育室(📍1歳以上の未就学児)を利用したい方は、2月15日(必着)までにお子さんの氏名(ふりがな)・年齢を併せてお知らせください。

参加者に、食育実践ハンドブックとカレンダーを差し上げます



2月20日📅 練馬公民館 入場無料