

第二回区議会定例会を開催

平成22年第二回練馬区議会定例会が、6月1日(火)～17日(木)に開催される予定です。会議の日程や傍聴については、お問い合わせください。

▷問合せ 議会事務局 ☎5984-4732

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/>



こどもまつり



青空に
おおきくはばたけ
こどもたち



5/22(土)
10:30～15:30

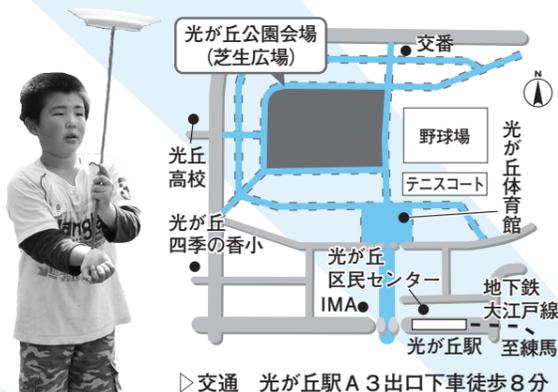
(各会場のステージで行う
フィナーレは15:30から)
※小雨決行。悪天候の
場合23日(日)に延期。

思いっきり遊んで楽しめる練馬こどもまつり。会場となる光が丘公園と石神井公園では、ゲームや工作、ステージでの出し物など楽しい催しがいっぱいです。

準備の段階から多くの子どもたちが参加し、当日もステージや各コーナーの運営などに大活躍します。どの催しも無料ですので、お弁当を持って、新緑の一日をお楽しみください。

▷問合せ 子ども育成係 ☎5984-5827

光が丘公園 芝生広場



青空ステージ

和太鼓の演奏、マジックショー、合唱、チアリーディング・新体操の演技など

おひさまひろば

手作り工作、スポーツチャンバラ、ツリークライミング、忍者道場など



石神井公園 ポート池南側広場



森の劇場

野外ステージ…ダンスの演技、和太鼓・ハーモニカの演奏など
ステージ周辺…紙芝居、けん玉道場など

さんぽひろば

プラバン遊び、木の工作、クイズなど

ポートひろば

手作り工作、フェースペインティング、ツリークライミングなど



ご来場の皆さまへ

- 動きやすい服装でおいでください。
- 駐車場はありません。電車やバスをご利用ください。
- 飲食物や物品の販売はありません。
- みんなの公園です。ごみは持ち帰りましょう。
- 当日、雨天などにより延期・中止の場合は、区ホームページ「催し・イベント情報」でお知らせします。

当日は児童館がお休みになります

5月22日(土)は、児童館と厚生文化会館児童室を休館・休室します。まつりを延期した場合は、いつも通り開館・開室します。

練馬駅北口区有地を有効活用します

練馬駅北口区有地活用事業計画(素案)がまとまりました

区は、昨年3月に「練馬駅北口区有地活用基本構想(以下、活用基本構想)」を策定しました。今回、活用基本構想を具体化する「練馬駅北口区有地活用事業計画(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、計画を策定する予定です。

▽問合せ 企画課(区役所本庁舎6階) ☎5984・2448

区有地の活用方法

活用基本構想で示した活用に関する基本的方向(区全体の活性化、産業振興、生活の質の向上)を実現するために、区と民間事業者が協働で複合施設を整備します。

施設の特徴

施設は、区施設や民間施設、共用施設からなり、次のとおり整備します。

- ① 区施設は、子育て支援施設、区民交流・産業振興施設、駐輪場を整備します。
- ② 民間施設と共用施設の内容・規模は、民間事業者の提案に基づき整備します。

③ 各施設の配置、レイアウトは、民間事業者の提案に基づくとします。

④ 各施設の配置、レイアウトは、民間事業者の提案に基づくとします。

回事業手法

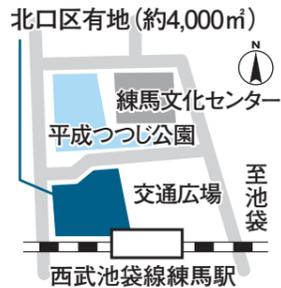
区有地を民間事業者に賃貸し、民間事業者が施設を建設する定期借地権方式を採用します。施設の一部は、区施設として区が費用を負担し、所有します。

回事業実施の方法

区と民間事業者との適切な業務分担、リスク分担を明確化します。また、民間事業者の選定に当たっては、外部有識者を交えた委員会を設け、審査します。

ご意見を
お寄せください

素案の全文は、区民事務



北口区有地(約4,000㎡)
練馬文化センター
平成つつじ公園
交通広場
至池袋
西武池袋線練馬駅

説明会を開催します

▽とき A 5月16日(日)午前10時から B 18日(火)午後7時から C 25日(火)午後7時から

▽ところ A 区役所アトリウム棟地下多目的会議室 B 南町小(練馬2の7の5) ※いずれも車での来場は遠慮ください。

▽申込 当日会場受け付け

男女共同参画センターえーるは、男女共同参画社会を推進するための施設です。

今回開催する「2010男女共同参画センターえーるフェスティバル」は、講演会やイベント、体験コーナーなど盛りだくさんです。女性だけでなく、男性や子どもも楽しめます。ぜひおいでください。★印のあるものを除き、いずれも申し込みは当日会場受け付け。

▽問合せ 男女共同参画センターえーる ☎3996・9007

※6月5日(土)・6日(日)は、心の相談、法律相談はお休みします。また、図書・資料室は午後5時まで、平常通り利用できます。

6/5(土) 10:00~17:00
6/6(日) 10:00~16:00

展示・販売 体験・販売

2010 男女共同参画センターえーる フェスティバル

- エコバッグ作り：6日(日)午後1時30分から
- マラカス作り(子ども向け)：6日(日)午後1時30分から
- 手作り体験コーナー
- 内容 和紙絵、牛乳パックで作る花器など
- 絵画・写真・手芸などの作品展示
- 女性と仕事についてのパネル展示
- 絵手紙実習
- 朝まんじゅう・クッキーなどの販売

子どもも大人も楽しめるよ!

会場案内図



交通 石神井公園駅南口下車徒歩7分
※車での来場は遠慮ください。

講演会

を記入の上、5月28日(必着)までに男女共同参画センターえーるへ ※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・年齢も記入してください。

講師/竹信三恵子
朝日新聞編集委員。元男女共同参画会議委員。著書に「ルボ雇用劣化不況など」。



催し

- おはやし演奏、太極拳実演：5日(土)午前10時から
- 指笛演奏&コーラス：5日(土)午前11時から
- 健康いきいき体操の実演：①5日(土)②6日(日) いずれも正午から
- 混声合唱：5日(土)午後0時45分から
- DVD上映A「KANAKO」：5日(土)午後1時から B「明日への道しるべ」まちづくりにかける元気な女性たち：6日(日)午後3時15分から
- マジックショー：5日(土)午後1時30分から
- フラダンス：①5日(土)午後2時45分から
- 6日(日)午後3時40分から
- アカペラコーラス：5日(土)午後3時30分から
- 吹奏楽演奏：6日(日)午前10時から
- 助産師コーナー「卒乳&断乳」：6日(日)午前10時30分から
- 40組(申込順)▽申込電話で男女共同参画センターえーるへ
- 人形劇など：6日(日)午前10時40分から
- ミュージックベル演奏：6日(日)午後0時20分から
- 英語の歌：6日(日)午後3時10分から

★ 見つけよう! 子育ての仲間

①「びよびよ」一覧 (利用時間はいずれも午前10時～午後4時)

施設名	所在地	電話番号	実施曜日
練馬びよびよ	豊玉北5-18-12	3993-8200	月・火・木・金・土曜(祝休日も開室)
貫井びよびよ	貫井3-25-15	3577-9820	月・火・水・金・土曜(祝休日も開室)
光が丘びよびよ	光が丘2-9-6 光が丘区民センター6階	5997-7763	月・火・木・金・土曜(祝休日も開室)
関びよびよ	関町北1-21-15	5991-4711	月・火・木・金・土曜(祝休日も開室)
大泉びよびよ	東大泉5-35-1	3925-6716	月・火・木・金・土曜(祝休日も開室)
西大泉びよびよ	西大泉1-27-10	3978-8881	月～土曜(祝休日は休室)

②「にこにこ」一覧 (利用時間はいずれも午前10時～正午。祝休日は休室)

施設名	所在地	電話番号	実施曜日
栄町にこにこ(栄町児童館学童クラブ)	栄町40-7	3994-3287	月・木曜
開進第四小にこにこ(同小学学童クラブ)	羽沢2-33-1	3994-3008	火・木曜
豊玉第二小にこにこ(同小学学童クラブ)	豊玉上2-16-1	3994-6764	火・木曜
豊玉小にこにこ(同小学学童クラブ)	豊玉中4-2-20	3993-6200	月・火・木・金曜
豊玉にこにこ(豊玉学童クラブ)	豊玉南3-32-11	3991-2580	月・火・木・金曜
豊玉北地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	豊玉北3-7-9	3948-3061	火・木曜
中村小にこにこ(同小学学童クラブ)	中村2-8-1	3577-0530	火・木曜
中村にこにこ(中村児童館学童クラブ)	中村2-25-3	3998-4890	火・水・金曜
中村西小にこにこ(同小学学童クラブ)	中村北4-17-1	3990-2977	火～金曜
桜台地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	桜台3-39-17	3993-5461	火曜
開進第二小にこにこ(同小学学童クラブ)	桜台5-10-5	3994-6814	火・金曜
厚生文化会館にこにこ(同館学童クラブ)	練馬4-2-3	3991-3080	火・木曜
向山小にこにこ(同小学学童クラブ)	向山2-14-11	3926-0958	火・木曜
貫井地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	貫井1-9-1	3926-7218	火・木曜
氷川台地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	氷川台2-16-14	3932-3656	火曜
平和台にこにこ(平和台児童館学童クラブ)	平和台2-18-14	3550-8058	火・金曜
開進第一小にこにこ(同小学学童クラブ)	早宮2-1-31	3931-5482	火・木曜
早宮さくらにこにこ(早宮さくら学童クラブ)	早宮3-13-31	3993-3153	火・木曜
練馬東小にこにこ(同小学学童クラブ)	春日町1-30-11	3970-0820	火・木曜
春日町にこにこ(春日町児童館学童クラブ)	春日町2-28-3	3998-8799	火・木曜
春日小にこにこ(同小学学童クラブ)	春日町5-12-1	3926-7414	月・火・木・金曜
高松小にこにこ(同小学学童クラブ)	高松3-16-1	3998-1020	月・火・木・金曜
高松地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	高松3-24-27	3999-7911	火・金曜
北町にこにこ(北町児童館学童クラブ)	北町1-19-17	3931-5481	火・木曜
北町第二地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	北町6-24-101	3931-1276	水～金曜
北町西小にこにこ(同小学学童クラブ)	北町7-3-8	3931-5148	火・金曜
田柄第二小にこにこ(同小学学童クラブ)	田柄1-5-27	5997-0023	火～金曜
光が丘にこにこ(光が丘児童館学童クラブ)	光が丘1-3-1	3975-7137	火・木曜
光が丘すずらんにこにこ(光が丘すずらん学童クラブ)	光が丘2-7-6-102	3979-9320	火・木曜
光が丘しいのきにこにこ(光が丘しいのき学童クラブ)	光が丘2-10-4-201	5998-3088	火・木曜
光が丘コスモスにこにこ(光が丘コスモス学童クラブ)	光が丘3-3-4-105	3976-4575	火・木曜
光が丘つくしにこにこ(光が丘つくし学童クラブ)	光が丘7-3-4-101	3977-9168	火・木曜
旭町小にこにこ(同小学学童クラブ)	旭町2-29-1	3975-5438	水・金曜
土支田にこにこ(土支田児童館学童クラブ)	土支田2-32-8	3925-4784	月～金曜
八坂小にこにこ(同小学学童クラブ)	土支田4-47-15	5387-0712	火・木曜
富士見台小にこにこ(同小学学童クラブ)	富士見台4-16-10	3999-5355	火・木曜
南田中にこにこ(南田中児童館学童クラブ)※1	南田中5-15-25	3995-5534	火～金曜
北原小にこにこ(同小学学童クラブ)	谷原4-9-1	3904-5739	火・木曜
谷原あおぞらにこにこ(谷原あおぞら学童クラブ)	谷原5-6-5	3996-9500	火～金曜
三原台にこにこ(三原台児童館学童クラブ)	三原台2-11-29	3924-8796	火・木曜
泉新小にこにこ(同小学学童クラブ)	三原台3-18-30	5387-0775	火・木曜
石神井にこにこ(石神井児童館学童クラブ)	石神井町7-28-21	3996-3800	水・金曜
石神井町にこにこ(石神井町学童クラブ)	石神井町8-1-10	3995-8424	火・木曜
石神井小にこにこ(同小学第二学童クラブ)	石神井台1-1-25	3995-1565	火・木曜
石神井台にこにこ(石神井台児童館学童クラブ)	石神井台2-18-13	3995-8267	火・木曜※2
石神井台げやきにこにこ(石神井台げやき学童クラブ)	石神井台6-2-10	3924-1882	火・木曜
石神井台小にこにこ(同小学学童クラブ)	石神井台8-6-33	3929-4926	火～金曜
上石神井にこにこ(上石神井児童館学童クラブ)	上石神井1-6-16	3929-0999	火・木曜
下石神井地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	下石神井6-8-15	3904-5061	火・金曜
立野地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	立野町15-42	3928-6217	水・木曜
関町にこにこ(関町児童館学童クラブ)	関町南4-15-7-102	3920-1601	火～金曜
石神井西小にこにこ(同小学学童クラブ)	関町北1-1-5	3594-8020	火～金曜
関町小にこにこ(同小学学童クラブ)	関町北3-23-34	3929-0311	月・火・木・金曜
関町北地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	関町北4-12-21	3594-2604	月・水曜
関町北にこにこ(関町北学童クラブ)	関町北5-4-12	3929-3290	火・木曜
大泉東小にこにこ(同小学学童クラブ)	東大泉1-22-1	3923-9214	火・木曜
東大泉地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	東大泉3-53-1	3921-8299	火・木曜
東大泉にこにこ(東大泉児童館学童クラブ)	東大泉7-20-1	3921-9128	火・木曜
大泉西小にこにこ(同小学学童クラブ)	西大泉4-25-1	3925-8755	火・木曜
西大泉地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	西大泉5-3-32	3921-6493	木曜
大泉第二小にこにこ(同小学学童クラブ)	南大泉4-29-11	3924-8771	火～金曜
大泉第六小にこにこ(同小学学童クラブ)	南大泉5-25-29	3978-0326	火・木曜
北大泉地区区民館にこにこ(同館学童クラブ)	大泉町2-41-26	3978-0324	火・木曜
大泉北小にこにこ(同小学学童クラブ)	大泉町4-28-22	3925-2690	月・火・木・金曜
大泉第三小にこにこ(同小学学童クラブ)	大泉学園町3-22-1	3921-7937	火・木曜
大泉学園地区区民館にこにこ(同館第一学童クラブ)	大泉学園町8-9-5	3922-4101	火・金曜

※1…利用時間は午前9時40分～正午。 ※2…火曜はグループ利用のみ。



子育てのひろばのご利用を

問合せ

①・③…練馬子ども家庭支援センター ☎3993-8155、②・⑤…子ども育成係 ☎5984-5827、④…運営支援係 ☎5984-1078

区は、おおむね0～3歳のお子さんを子育て中の方が来室して、お子さんを遊ばせたり、子育ての情報を交換したりする場として、「子育てのひろば」事業を実施しています。ぜひご利用ください。

1 子育てのひろば専用施設「びよびよ」

「びよびよ」は、子育てのひろばの専用施設です。区内に6か所開設しています(大泉びよびよは5月14日(金)から開設)。

▽実施施設など 左上の表の通り▽利用方法 予約はいりません。自由に入室してください(無料)。
※乳幼児一時預かりを西大泉を除くびよ

2 学童クラブ室を活用した子育てのひろば「にこにこ」

「にこにこ」は、小学生が利用していない時間帯の学童クラブ室を活用した子育てのひろばです。今年度は66施設で実施します。

▽実施施設など 左表の通り▽利用方法 予約はいりません。自由に入室してください(無料)。
▽注意事項 学校休業日などは、利用できません。

3 民間団体による子育てのひろば

詳しくは、各施設にお問い合わせください。

NPO法人(特定非営利活動法人)などが、運営している子育てのひろばです。子育て相談や子育てに関する講習・情報提供も行っています。

▽実施施設など 下表の通り▽利用方法 予約はいりません。自由に入室してください(無料)。

4 民間学童保育施設を活用した子育てのひろば

民間団体が運営している学童保育施設を活用した子育てのひろばです。

▽実施施設など 下表の通り▽利用方法 予約はいりません。自由に入室してください(無料)。

詳しくは、各施設にお問い合わせください。

③ 民間団体による子育てのひろば一覧 (祝休日は休室)

施設名	所在地	電話番号	実施曜日	利用時間
ありんこぼてと	向山4-28-15	3970-3932	月・火・木曜	10:00～15:00
かるがも親子・氷川台	氷川台3-24-17	3934-5314	火・木・金曜	10:00～15:00
かるがも親子の家	北町2-35-4	5920-5533	月・水・木曜	10:00～15:00
光が丘プレパひろば	旭町1-16-1	3976-1009	月・水・金曜	9:30～14:30
ほっぷ・すてっぷ	南田中1-6-14	3995-1720	月～木曜	10:00～15:00
未来子どもランド	石神井町3-27-14	3995-7860	月～金曜	10:00～15:00
千川バンビ	下石神井1-1-3	6807-0977	月・火・金曜	10:00～16:00
あいあいあい東大泉	東大泉3-41-7-201	3924-3508	火・水・金・土曜	10:00～15:00
あいあいあい南大泉	南大泉4-32-19	6750-7081	水・木・土曜	10:00～15:00

④ 民間学童保育施設を活用した子育てのひろば一覧

(利用時間はいずれも午前10時～午後1時。祝休日は休室)

施設名	所在地	電話番号	実施曜日
こどもフローラ	下石神井2-35-16	3996-6699	月～金曜
こどもくらぶじゃんけんぼん	西大泉2-12-5	3925-2150	月～金曜

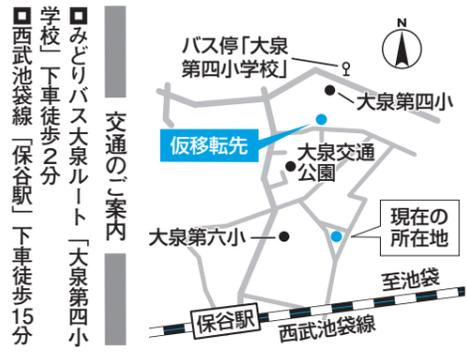
大泉西出張所などが仮移転します

大泉西出張所(南大泉地域集会所・青少年育成大泉西地区委員会事務局併設)は、改修工事を行うため仮移転します。 ※電話番号は変わりません。

▽移転期間 5月24日(月)～来年3月下旬

▽仮移転先 西大泉1の23の8

▽問合せ 大泉西出張所 ☎3922・1013、南大泉地域集会所 ☎3922・1130、青少年育成大泉西地区委員会事務局 ☎3922・1124 ※仮移転に伴い、大泉西出張所内の住民票の写し・印鑑登録証明書の自動交付機は、5月21日(金)午後5時～23日(日)に休止します。



交通のご案内
 □みどりバス大泉ルート「大泉第四小学校」下車徒歩2分
 □西武池袋線「保谷駅」下車徒歩15分

◎問合せ 春日町青少年館 介護施設見学会

介護施設に就職を希望する方を対象に、施設見学会を開催します。見学会では、業務内容などの説明も行います。

当日は、区内の特別養護老人ホームなど1か所とデイサービス事業所または認知症高齢者グループホームのいずれか1か所を見学します。 ※見学する施設は選べません。

▽とき 6月11日(金)午前9時～午後3時30分▽定員 40名(申込順)▽申込 電話で練馬介護人材育成・研修センター ☎5999・7745へ

赤十字活動資金にご協力を

5月は赤十字運動月間です。日本赤十字社では国際救援活動、災害救護、血液事業をはじめとするさまざまな人道的活動を行っています。これらの事業は皆さまの寄付金などによって支えられています。

寄付の申し込みは、光が丘・大泉区民事務所、出張所、総務石神井係(石神井庁舎2階)、総務係(区役所本庁舎6階)で随時受け付けています。

パソコン実務講座

わかものスタート支援事業は、就職活動や仕事に生かす力を身に付けるための講座や相談を行うものです。

今回、パソコン実務講座(基礎・応用)を開催します。受講を希望する方は、必ず説明会に参加してください。 ※詳しくは、お問い合わせください。か、ホームページ(http://www.wakamono.com)をご覧ください。

▽対象 次の①②のいずれかに当てはまる15～39歳の方(中学生を除く) ①年齢 39歳以下 ②性別 男性、女性

白百合福祉作業所 オアシスマつり

福祉作業所は、障害のある方が働いている施設です。今回、地域の方との交流イベントとして、絵画展、

就職希望者向け 介護施設見学会

介護施設に就職を希望する方を対象に、施設見学会を開催します。見学会では、業務内容などの説明も行います。

当日は、区内の特別養護老人ホームなど1か所とデイサービス事業所または認知症高齢者グループホームのいずれか1か所を見学します。 ※見学する施設は選べません。

▽とき 6月11日(金)午前9時～午後3時30分▽定員 40名(申込順)▽申込 電話で練馬介護人材育成・研修センター ☎5999・7745へ

観覧会「水の中の生きものを観察しよう」

石神井池に生息するカメなどを観察します。

▽対象 小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。▽とき 6月19日(土)午前10時～11時30分▽ところ 石神井公園(石神井台1の26の1)▽講師 NPO法人生態工学事務局長/佐藤方博▽定員 30名(抽選)▽申込 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、5月21日(必着)までに区役所内みどり計画係 ☎5984・1659へ

電気自動車の試乗会

銀河鉄道99のキャラクターなどがラッピングされた電気自動車の試乗会の参加者を募集します。

▽とき 5月23日(日)午前10時30分～11時30分②午後1時30分～2時30分▽ところ コヤマドライビングスクール石神井校(谷原1の4の4)▽定員 各回30名程度(先着順)▽持ち物 運転免許証(運転を希望する方のみ)▽申込 当日会場受け付け ※区内在住でない方も申し込みます。▽問合せ 清掃管理課普及啓発係 ☎5984・1448

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「事業者向け情報」をご覧ください。

▽掲載場所 裏表紙▽広告サイズ 縦55mm×横185mm▽刷色 2色(色指定不可)▽料金 3万円▽発行日 7月下旬▽発行部数 2万部▽主な配布先 町会・自治会、商店会、区立保育園・幼稚園・小中学校、区立施設など▽申込期限 6月4日(金)▽問合せ 消費生活係 ☎5910・3089

民生委員・児童委員は地域の相談役です

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

区内には現在、567名の民生委員・児童委員がいます。このうち40名は児童問題を専門に扱う「主任児童委員」です。各委員は、高

社会資本整備総合交付金の基礎となる都市再生整備計画を作成・変更

社会資本整備総合交付金の旧まちづくり交付金に関する部分は、区市町村が作成した都市再生整備計画に基づき、国から区市町村に交付されます。区は、新たに西武池袋線沿線西部地区(Ⅱ期)の計画を作成しました。また、練馬区西北地区の計画を変更しました。計画では、道路や公園などの公共施設の整備について定めています。

▽閲覧期間 5月25日(火)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日曜を除く)▽閲覧場所・問合せ まち

齢者・子ども・障害者に関することなど福祉のさまざまな相談に応じています。また、必要に応じて行政や関係機関に連絡するなど、区民の皆さまの問題解決の手助けをしています。

委員は、女関などに「東京都民生委員・児童委員」の門標(Ⅱ写真)を掲げています。担当の委員が分からないときは、お近くの総合福祉事務所管理係にお問い合わせください。

づくり推進調整課(区役所本庁舎16階) ☎5984・1624 ※区ホームページ「暮らしのガイド」でもご覧になれます。

地上デジタル放送相談窓口を開設

総務省テレビ受信者支援センターの相談員が、受信方法などの質問や相談にお応えします。 ※予約は不要です。

▽ところ・とき 左表の通り▽問合せ 企画課 ☎984・2448

東京都 民生委員 児童委員

▽問合せ 地域福祉係 ☎5984・2716、総合福祉事務所管理係(練馬) ☎5984・2768、光が丘 ☎5997・7713、石神井 ☎5393・2801、大泉 ☎5905・5262

相談窓口一覧

ところ	とき(いずれも祝休日を除く)
区役所アトリウム	5月17日(月)から毎月曜・水曜
光が丘区民センター1階(光が丘2-9-6)	5月11日(火)から第2・4火曜
石神井庁舎1階	5月21日(金)から第1・3金曜
関区民センター(関町北1-7-2)	5月17日(月)から第1・3月曜
勤労福祉会館(東大泉5-40-36)	5月27日(木)から第2・4木曜

※時間はいずれも10:00～12:00・13:00～16:00。

介護保険

◆「負担限度額認定証」「生計困難者に対する利用者負担軽減減額認定証」の更新をお忘れなく

現在お持ちの認定証・確認の有効期限は6月30日(水)です。引き続き減額・軽減を受けた方は、有効期限までに更新の申請をしてください。 ※郵送不可

▽提出する物 ①お送り

アルバイト

特別な資格はおりません。

◆調理補助

▽場所 大泉学園福祉センター(Ⅱ)6～11月②7～12月▽期間 ①6～11月②7～12月▽勤務日 月・金曜(月14日以内)▽時間 午前9時～午後3時▽賃金 時給900円 ※交通費は支給しません。▽採用予定数 各1名(書類選考)▽申込 履歴書(写真添付)を、5月18日(必着)までに直接または郵送で〒178-0061大泉学園町3の9の20 大泉学園町福祉センター ☎3923・8540へ

ボランティア

◆学校プール水泳補助指導員

▽対象 17歳以上(来年3月31日現在)で、水泳ができる方▽内容 小中学生への水泳の技術指導補助など▽場所 区立小中学校▽期間 夏休み期間中(学校の指定する日)▽時間 原則として1日6時間▽謝礼 1時間当たり1千円▽申込 履歴書(写真添付)に水泳指導の履歴・健康状態を記入の上、6月18日(金)までに本人が直接(学校教育部庶務課学校保健係(区役所本庁舎12階) ☎5984・5729へ) ※郵送不可

石神井公園 ふるさと文化館

講座の参加者とサポーター(ボランティア)を募集

講座「スローライフのすすめ〜120年前の夢はかかったか〜」

区指定文化財の茅葺(かやぶ)き古民家が建てられたころの時代背景をたどりながら、未来の生活を考えます。

▽とき 6月6日(日) 午後2時〜3時30分

▽講師 東京農業大学客員教授/品田 順

▽定員 100名(申込順)

▽申込 電話で石神井公園ふるさと文化館へ

サポーター(ボランティア)を募集

石神井公園ふるさと文化館で、展示品の解説などをしていただくサポーター(ボランティア)を募集します。

《説明会》

サポーター(ボランティア)を希望する方は、必ず説明会に参加してください。

▽とき ①5月21日(金)②23日(日) いずれも午後2時〜3時

▽申込 電話で石神井公園ふるさと文化館へ

ところ・問合せ 石神井公園ふるさと文化館 (石神井町5-12-16) ☎3996-4060

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)

ブロードウェイ・ミュージカル・カンパニー

▷とき 9月17日(金)午後7時開演▷ところ 大ホール▷出演 ブロードウェイ・ミュージカル・カンパニー、ベルナル・マルシェ(指揮)▷入場料 S席6,000円、A席4,500円(全席指定) ※車いす席は本人・付添者とも3,000円。

《チケット予約・購入方法》

5月16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、18日(火)午前10時から③④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(財)練馬区文化振興協会ホームページ(<http://www.neribun.or.jp/>) ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①に申し込んでください。 ※未就学児は入場できません。

耐震改修相談会

耐震改修工事費用の助成制度や建築物に関する相談に、(社)東京都建築士事務所協会練馬支部の建築士などがお応えします(予約制)。

▷とき 5月22日(土)午後1時〜4時
▷ところ 勤労福祉会館(東大泉5-40-36)

▷申込 5月21日(金)までに電話で建築安全係☎5984-1938へ

5/22(土)13:00~16:00
勤労福祉会館

皆さまからの寄付

3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 26万4千802円(6件)

■練馬区のため 200円(1件)

■練馬区社会福祉協議会へ 75万4千614円(26件)

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「ファミリーサポーター」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 6月14日(月)〜17日(木) 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 大泉子ども家庭支援センター(東大泉5の35の1)▽定員 40名(選考)▽参加費 2千円(テキスト代)▽申込 電話で申込用紙を請求の上、5月28日(必着)までに「ファミリーサポーター」☎5927・5900へ

高齢者サークルが会員以外の区民に活動参加を呼びかける事業を助成

千円(テキスト代)▽申込 電話で申込用紙を請求の上、5月28日(必着)までに「ファミリーサポーター」☎5927・5900へ

▽対象 おおむね60歳以上の方が、定期的に活動を行っている20名以上のサークル▽助成事業 ①会員以外の区民の参加が10名以上の事業②会員以外の区民を対象とした区内で行うボランティア活動 ※要件など詳しくは、お問い合わせください。▽助成額 対象事業経費の2分の1(上限4万円) ※前記①②の助成を両方受けることはできません。▽申込 地区区民館、敬老館、高齢者センター

認知症のパンフレットなどを配布

認知症の予防法などを紹介したパンフレット「認知症に強い脳をつくろう!」と、認知症の症状や相談窓口を紹介したリーフレット「最近もの忘れが気になりませんか?」を配布します。

▽配布場所 高齢者相談センター(地域包括支援センター)支所、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)▽問合せ 高齢社会対策課☎5984・4597

水害に備えた総合水防訓練

区、消防署、消防団、警察署、東京都下水道局、東練馬区市民相談所(区役所東庁舎5階)は、毎火曜

練馬区市民相談所の「心の相談」が事前予約に変わります

国、独立行政法人などの仕事に関する苦情や要望に、練馬区担当の行政相談委員が相談に応じます。

▽とき・ところ 5月22日(土)光が丘区民センター2階入口前(光が丘2の9の6)、23日(日)リヴィンオズ大泉店1階(東大泉2の10の11) いずれも午後1時〜4時▽申込 当日会場受け付け▽問合せ 練馬区市民相談所☎3994・2234

南大泉第二スポーツ広場の一部を閉場

南大泉第二スポーツ広場(南大泉3の13・14)の一部(南大泉3の13)は、5月31日(月)で閉場します。

▽問合せ 総合体育館☎3995・2805

国民年金

外国人に住むようになり、国民年金に加入したいとき日本国籍で20〜64歳の方が海外に住む場合、希望により引き続き国民年金に加入して保険料を納めること

国民年金

外国人に住むようになり、国民年金に加入したいとき日本国籍で20〜64歳の方が海外に住む場合、希望により引き続き国民年金に加入して保険料を納めること

▽問合せ 国民年金係☎5984・4561、練馬年金事務所☎3904・491

官公署だより

◆身体障害者手帳などをお持ちの方の自動車税などの減免手続きは5月31日(月)まで

◆身体障害者手帳などをお持ちで、一定の要件に当てはまる方は、自動車税・自動車取得税が減免されます。既に自動車所有している場合は5月31日(月)までに、新たに自動車所有した場合は登録(取得)の日から1か月以内に申請してください。

▽問合せ 都税総合事務センター☎0570・064・17

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。

勤労福祉会館の講座

ところ・問合せ 〒178-0063東大泉5-40-36 勤労福祉会館 ☎3923-5511

申し込み方法

直接または往復ハガキで①講座名(1~8の別。2月27日⑤6月8日⑥7月15日⑧22日(必着)までに②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、①~④5

1 経営分析講座

⑤6月2日(水)・4日(金)・9日(水)・11日(金)午後6時~10時【4日制】⑥財務諸表などの読み方を学ぶ⑦50名(抽選)

2 着付け教室

⑤6月3日(木)⑥午前10時~正午⑦午後2時~4時⑧午後6時~8時、24日(木)⑨午前10時~正午⑩午後2時~4時⑪午後6時~8時⑫各回15名(申込順)⑬500円

3 体に優しい健康料理教室

⑤6月6日(日)午後1時~5時⑥サケのチーズ焼きや蒸し野菜料理などを作

る⑭24名(抽選)⑮2,000円(材料費)

4 楽しいスイーツデコ教室

⑤6月10日(木)⑥午後1時30分~2時30分⑦午後3時~4時⑧粘土でパフェのメモスタンドを作る⑨各回10名(抽選)⑩1,500円(材料費など)

5 楽しさ一杯お菓子教室

⑤6月12日(土)⑥午前10時~午後0時30分⑦午後1時30分~4時⑧チーズスフレを作る⑨各回20名(抽選)⑩2,000円(材料費など)

6 勤労者就労支援パソコン教室

⑤6月22日(火)⑥23日(水)⑦29日(火)⑧

30日(水) いずれも午後1時~5時⑨インターネットの利用方法を学ぶ⑩各日10名(抽選)⑪1,000円

7 簿記3級マスター講座

⑤6月24日~9月2日の毎木曜午後6時30分~9時【8月12日を除く。10日制】⑥50名(抽選)⑦14,000円(教材費など) ※事前説明会を6月6日(日)午後1時~2時に開催します。

8 練馬産夏野菜を使う料理教室

⑤6月30日(水)午後1時30分~4時⑥鶏肉のトマトソース料理などを作る⑦20名(抽選)⑧3,500円(材料費など)

は、付き添いが必要です。⑨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	6(日)、26(土).....10:00 15(火)、30(水).....19:00
平和台体育館 (平和台2-12-5) ☎5920-3411	7(月)、18(金)、20(日)9:30~19:00
光が丘体育館 (光が丘4-1-4) ☎5383-6611	2(水)、11(金)、16(水)、22(火)9:30 5(土)、29(火)9:30~18:30 8(火)、13(日).....18:30
上石神井体育館 (上石神井1-32-37) ☎5991-6601	1(火)、5(土)、28(月)18:30 13(日)、23(水).....9:30 19(土).....15:00
大泉学園町体育館 (大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161	4(金)、24(水).....9:30 9(水)、17(木).....14:30 12(土)、27(日).....18:30

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

初心者スポーツ教室

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

⑤所⑥下表の通り⑦1時間につき小学生100円・一般200円(プール入場料)⑧各施設

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

※7月1日(水)~8月31日(火)、祝休日、休館日は行いません。また、講習会などがある日は行わない場合があります。

催し

区民囲碁大会

⑤6月13日(日)午前9時~午後5時⑥総合教育センター⑦クラス別リーグ戦⑧200名(抽選)⑨往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で⑩大会名⑪住所⑫氏名(ふりがな)⑬電話番号⑭段級位を、5月28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

☎3928-1987

映画・音楽会

60歳以上の方対象の映画会

⑤5月28日(金)⑥午前10時から⑦午後1時30分から⑧関区民センター(関町北1-7-2)⑨月形半平太(主演/市川右太衛門)⑩各回200名(先着順)⑪当日会場受け付け⑫関区高齢者センター

スポーツ

6月のトレーニング室利用説明会

区立体育館のトレーニング室は会員制です。説明会に参加し会員になると、どこの体育館でも利用できます。

⑤15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

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、当事者間で行います。 ※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

◆①第3回大人のシャンソン発表会

②初めての楽しいシャンソン講座 50歳以上の方対象 ①5月30日午後2時~4時②6月10日午後1時30分~3時30分 練馬公民館 司会 シャンソン歌手/萩原恵子 参加費①無料②1,000円 大人のシャンソン会・宇野津 ☎3948-6281 (②のみ要予約)

◆リトミック無料体験会 3~6歳児対象 5月19日午後4時10分~5時 旭町南地区区民館 例会...3~6歳児対象 月3回水曜午後4時10分~5時 旭町南地区区民館 入会金1,000円 月会費3,500円 キッズリトミック・坂口 ☎090-2309-5953 (要予約)

◆社交ダンス SDK友の会 初心者~多少踊れる方対象 毎水曜午後1時~4時 大泉北地域集会所 入会金1,000円 月会費3,000円 小川 ☎3923-3566

◆書道(階・行・草書など) 心和会 第1・3水曜午前10時~正午 練馬文化センター 指導 天真書道会長/小笠原福雄 入会金1,000円 月会費3,000円 田中 ☎3998-3581

◆第6回ひびきの森女声コーラスコンサート 6月13日午後2時開演 練馬文化センター 入場無料 吉川 ☎090-3244-0493

◆カラオケ無料体験会 中高年齢者対象 ①5月19日②27日午後1時~5時 豊玉高齢者センター 例会...中高年齢者対象 週1回程度主に平日午後 豊玉高齢者センターなど 入会金2,000円 月会費200円 カラオケレインボー・佐藤 ☎090-1467-1474 (要予約)

◆英検学習会 英検5級~準1級の小学~大学生、初心者、中高年齢者対象 毎土曜午前9時~正午 男女共同参画センターえーる 入会金1,000円 月会費1,000円 初回は無料体験可 内匠 ☎3925-8551

◆書道(毛筆・漢字・かな) 園の会 第1・3火曜午後1時30分~3時30分 南大泉青少年館 入会金1,000円 月会費3,000円 横田 ☎090-6527-2960

◆新舞踊第17回こぶしの会発表会 5月20日午前11時開演 練馬公民館 入場無料 鈴木 ☎3921-6392

◆英会話 イングリッシュ.C.C. 毎水曜①午後6時30分~8時②午後8時~9時30分③毎水曜午後6時30分~8時...初級、④毎水曜午後8時~9時...中学1年生 ①②石神井公園区民交流センター③④石神井庁舎 月会費①~③5,000円④4,000円 5月19日午後6時30分から石神井公園区民交流センターで説明会あり しろうず ☎090-3910-5872 (要予約)

◆いきいき健康スポーツ吹矢 主に月2回水曜または金曜午前10時~11時30分 下石神井地区区民館 月会費2,000円 年会費3,000円 初回は無料体験可 長沼 ☎5905-0458 (要予約。午後5時以降)

◆光が丘テニス同好会 初級~中級者対象 毎火曜午後 光が丘公園など 会費1回500円 高橋 ☎090-1458-1508 (要予約)

◆水泳 わかあゆ会 60歳以上の方対象 毎火曜午前9時~11時 光が丘体育館 入会金2,000円 月会費2,500円 保険料年800円 永井 ☎080-1174-1189 (要予約)

◆フラダンス ゆりの会 初心者対象 月3回①火曜午後1時~4時②土曜午前10時~正午 ①早宮地域集会所②早宮地区区民館 ①②とも入会金1,000円、月会費3,000円 芹沢 ☎3994-1212

◆バイオリン そよかぜ 50歳以上で5年以上経験のある方対象 5月14日から月2回平日午後1時~3時 勤労福祉会館 講師 元日本フィルバイオリニスト/服部千秋 会費無料 莊 ☎3867-8882 (要予約。午後5時以降)

◆料理 練馬「太好房」 60歳以上の男性対象 奇数月1回午後1時30分~4時 石神井公園区民交流センター 会費1回1,000円 年会費1,000円 山崎 ☎3992-5488 (要予約)

◆フリーマーケット 5月16日午前9時~午後2時 ホテルカデンツァ光が丘公園緑地(雨天時は屋内) 出店料は練馬区社会福祉協議会へ寄付 J. CITY・矢後 ☎5372-4440

◆茶道(表千家) 初心者対象 第2・4水曜午後1時~6時 練馬公民館 入会金1,000円 月会費3,000円 水屋料月1,000円 斉藤 ☎3976-2022

◆深雪アートフラワー すずらん会 初心者対象 主に第1・3月曜午前9時30分~正午 石神井公園区民交流センター 入会金1,000円 月会費2,500円 花材代実費 山脇 ☎3922-2284 (要予約。午後5時以降)

◆ニューススポーツ体験会(ディスコン) 5月23日午後2時30分~4時30分 サンライフ練馬 参加費200円(初めて参加の方は無料) 藤木 ☎3920-0210 (要予約)

◆端唄・小唄 桜台端唄サークル 月3回水曜午前10時~正午 桜台地区区民館 講師 柏葉流家元/柏葉すみ 入会金1,000円 月会費3,000円 明楽 ☎3997-4700 (要予約)

◆卓球 ひよこクラブ 55歳以下で試合経験がある女性対象 毎月曜午前9時30分~正午 旭町南地区区民館 月会費3,000円 大谷 ☎3975-9364

◆①フィットネスダンス・ストレッチ ②ヨガ AFDシャッフル 毎水曜①午前9時30分~11時②午前11時~正午 南大泉青少年館 入会金2,000円(①のみ) 月会費①2,500円②3,000円 お子さん連れ可 丸山 ☎090-5805-8318 (要予約)

◆日本舞踊無料体験会 ①5月15日②22日午後1時30分~3時30分 上石神井地域集会所 講師 花柳秀邦 秀邦会・大三川 ☎3929-7930 (要予約)

◆シニア男性料理塾 6月13日・20日 午後1時~4時30分 石神井公園区民交流センター 講師 栄養・料理研究家/辻豊子 参加費2回2,000円 材料費2回1,800円 ねりまシニアクラブ・山本 ☎3995-2217 (要予約)

◆こぐれの里太極拳教室 (①座ってできる太極拳体操②健康気功太極拳・健康体操) 毎火曜①午後1時30分~2時15分(つえ・車いすを利用している方など)②午後2時30分~4時15分(一般) 介護老人福祉施設こぐれの里(大泉学園町) 会費①1回500円②月2,500円(②のみ入会月は無料) 中川 ☎090-4228-3405

◆水泳同好会スイスイ 年長児~中学生対象 毎火曜①午後5時25分~6時20分(初級)②午後6時10分~7時10分(中級) 三原台温水プール ①②とも入会金1,000円、月会費2,500円(入会金は1,000円)、保険料年600円 初回は無料体験可 能勢 ☎090-4534-4792 (要予約。午後6時以降)

◆オペラ・オペレッタ あんさんぶる DOLCE 月3回主に土曜午後6時~9時、日曜・祝休日午後1時~5時 練馬公民館など 月会費3,000円 演奏会積立金あり 大畑 ☎3999-7221 (要予約)

◆社交ダンス 月見草の会 毎月曜①午後6時~7時(初級)②午後7時~8時(中級) 石神井公園区民交流センターなど 男女プロが指導 ①②とも入会金1,000円、会費1回1,200円 初回は無料体験可 長谷川 ☎3924-0325 (午後6時~9時)

◆囲碁 青泉会 主に毎水曜午後1時~5時 勤労福祉会館 月2回講師が指導 入会金2,000円 月会費1,000円 年4回大会あり 岩淵 ☎5387-8361

◆テニス教室 (区勤労者ナイター区サマーテニス) 区勤労者対象 6月18日~7月23日の毎金曜午後7時~9時 夏の雲公園庭球場⑤5歳以上の初級者対象 7月21日~8月18日の毎水曜午前9時30分~11時30分 豊玉公園庭球場 参加費⑥6,000円⑦5,000円(12歳以下のお子さん3,000円) 申込往復ハガキに①希望コース(区区)の別)②住所③氏名④電話番号を記入の上、⑤5月28日⑥6月30日までに〒176-0004小竹町2-53-7鶴達郎方 練馬区テニス協会 ☎3974-8652へ

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

「突然の脳卒中」 決め手は予防

📍6月3日(木)午後2時～4時📍豊玉保健相談所📍講義📍東京女子医科大学名誉教授/岩田誠📍50名(申込順) 📍電話で豊玉保健相談所へ

今日から実践！ ニコニコペースの健康づくり運動教室

①②とも📍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📍運

動実技、食事指導📍500円📍電話で(株)ルネサンス☎5600-5399へ(平日午前9時30分～午後6時30分) 📍健康づくり係☎5984-4624

- ①関区民センター(関町北1-7-2) … 6月5日～26日の毎土曜午前9時30分～11時30分【4日制】📍35名(申込順)
- ②大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24) … 6月9日～30日の毎水曜午後1時～3時【4日制】📍30名(申込順)

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📍各回40名(申込順) 📍電話で各保健相談所へ(④は6月11日(金)まで)

会場	受付時間
①豊玉保健相談所	6/3(木)13:30～13:45
②北保健相談所	6/25(金)9:45～10:00
③光が丘保健相談所	6/4(金)10:00～10:30
④石神井保健相談所	6/16(水)13:15～13:30
⑤関保健相談所	6/15(火)14:15～14:30
⑥大泉保健相談所	5/20(木)14:00～14:15

順) 📍母子健康手帳、スプーン📍電話で光が丘保健相談所へ

パパとママの準備教室

📍出産を控えた夫婦📍5月22日(土)📍午前9時30分～11時30分📍午後1時30分～3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📍各回25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

すこやかママと家族の食事

📍妊娠中の方と家族📍5月27日(木)午後1時30分～3時📍石神井保健相談所📍講義、献立紹介📍30名(申込順) 📍電話で石神井保健相談所へ

子育てママのからだどころ

📍6月2日(水)午前10時～正午📍豊玉保健相談所📍講義📍よしの女性診療所院長/吉野一枝📍40名(申込順) 📍電話で豊玉保健相談所へ

6月の1歳児子育て相談・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(📍はコップも) 📍担当の保健相談所

	会場・受付時間(豊…豊玉保健相談所 北…北保健相談所 光…光が丘保健相談所 石…石神井保健相談所 関…関保健相談所 大…大泉保健相談所)
A) 1歳児子育て相談…📍平成21年6月生まれ📍歯磨き・育児相談、食事講習会など	豊 1日～15日生まれ…9(木) 16日～30日生まれ…23(水) いずれも13:00～13:15・13:45～14:00
	北 1日～15日生まれ…8(火) 16日～30日生まれ…22(火) いずれも9:00～9:45
	光 1日～15日生まれ…3(水)9:00～10:00 16日～30日生まれ…16(水)13:00～14:00
	石 1日～15日生まれ…9(木)13:00～14:00 16日～30日生まれ…16(水)8:45～9:45
	関 1日～30日生まれ…4(金)9:00～9:45・13:15～14:00
	大 1日～15日生まれ…1(火) 16日～30日生まれ…10(木) いずれも9:00～9:45
B) 2歳6か月児歯科健診…📍平成19年12月生まれ	豊 1日～15日生まれ…3(水) 16日～31日生まれ…18(金) いずれも13:00～15:00
	北 1日～15日生まれ…4(金) 16日～31日生まれ…25(金) いずれも9:00～11:00
	光 1日～15日生まれ…1(火) 16日～31日生まれ…22(火) いずれも13:00～15:00
	石 1日～15日生まれ…16(水) 16日～31日生まれ…23(水) いずれも13:00～15:00
	関 1日～15日生まれ…14(月) 16日～31日生まれ…28(月) いずれも9:00～11:00
	大 1日～31日生まれ…4(金)9:00～11:00・13:00～15:00

麻しん(はしか)・風しんの予防接種を早めに受けましょう

平成22年度に無料接種の対象となる方は、右表の通りです。①の方には生後2か月になるときに、②～④の方には4月に予防接種票をお送りしています。接種期限は来年3月31日(木)(①は2歳になる前まで)です。麻しんは感染力が強い病気です。周りの人に感染を広げないためにも、なるべく早めに接種しましょう。📍予防係☎5984-2484

22年度に麻しん・風しんの予防接種を無料で受けられる方

対象	生年月日
①1歳になるお子さん	平成21年4月2日～22年4月1日生まれ
②小学校就学前の1年間に当たるお子さん	平成16年4月2日～17年4月1日生まれ
③中学1年生に相当する年齢の方	平成9年4月2日～10年4月1日生まれ
④高校3年生に相当する年齢の方	平成4年4月2日～5年4月1日生まれ

練馬区健康いきいき体操を覚えよう!

📍医師から運動を止められていない方📍6月15日(火)午前9時45分～11時15分📍区役所アトリウム棟地下多目的会議室📍運動実技📍スポーツプログラマー/山内道子📍60名(申込順) 📍電話で健康づくり係☎5984-4624へ

すくすく育て元気な子

子どもの定期予防接種

次の方は、お送りした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

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5月生まれ
	混合2期◎	平成16年4月2日～17年4月1日生まれ
	混合3期◎	平成9年4月2日～10年4月1日生まれ
	混合4期◎	平成4年4月2日～5年4月1日生まれ
DT2期	平成11年5月生まれ	

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

育児と離乳食(2・3回食)

📍7～10か月児と保育者📍5月21日(金)午前10時～11時30分📍光が丘保健相談所📍講義、献立紹介📍30組(申込

いつまでもお元気で

65歳からの筋力アップ運動と骨粗しょう症検診

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

会場	受付時間	定員(申込順)
①北保健相談所	6/25(金)📍13:15～13:30 📍13:45～14:00	📍20名 📍40名
②光が丘保健相談所	6/4(金)📍13:30～14:00 📍14:45～15:15	📍25名 📍30名
③石神井保健相談所	6/10(木)📍13:45～14:00 📍14:15～14:30	📍25名 📍25名
④大泉保健相談所	5/27(木)📍13:00～13:15 📍14:00～14:15	📍20名 📍30名

ハチの巣に気を付けましょう

アシナガバチやスズメバチは、春先から夏にかけて巣を作ります。刺激しない限り刺されることはありませんが、生活に支障が出た場合は、早めに駆除しましょう。

📍環境衛生監視担当係☎5984-2485

アシナガバチの巣の駆除方法

明るいうちに巣の確認をし、あたりが暗くなってから巣に向けてスプレー式殺虫剤(ハチ用。ハエ・蚊用も可)

を15秒程度噴射します。噴射する際はライトは使用しないでください。翌日巣の確認をし、手袋を着用して巣などを処分してください。

スズメバチの巣ができたときは

スズメバチに刺されると危険です。スズメバチの巣ができたときは、ご相談ください。

5～9月は発生しやすくなります 光化学スモッグにご注意ください

光化学スモッグは、5～9月の日差しが強く、風があまり吹かない、かすみがかかったような暑い日に発生しやすくなります。

光化学スモッグ注意報が発令・解除されたときは、防災無線放送塔(区内191か所)でお知らせします。また、光化学スモッグ情報は、東京都大気汚染情報テレホンサービス☎5320-7800、区ホームページ「光化学スモッグ情報」

で確認できます。光化学スモッグ注意報が出たら、なるべく外出は避け、激しい運動は控えましょう。目がチカチカしたり、のどが痛くなったりしたときは、洗眼やうがいをしてください。それでも症状が良くならないときは、医師の診察を受け、練馬区保健所予防係☎5984-2484へ届け出てください。📍環境規制係☎5984-4712