

- ◆来年4月入園の保育園児募集…2面
- ◆冬休み期間のベルデ利用案内…3面
- ◆はじめてですか? 介護予防…4面
- ◆食の安全・安心シンポジウム…4面
- ◆くらしのフェア2010パネル展…4面
- ◆区民歩行会…5面
- ◆野菜ウォークラリー…5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/



10月11日(祝)は、SSC(※)と区が共催で記念行事を行い、区立体育館と温水プールを無料開放します。各体育館のトレーニング室(会員のみ)も無料で利用できます。また、各会場ではSSC主催のイベントや模擬店

も開かれます。ぜひ、直接会場へおいでください。

▶問合せ スポーツ振興課管理係 ☎5984-1372、体育館・温水プール

10/11(祝)体育の日記念行事

※SSC…総合型地域スポーツクラブ。区内7か所の区立体育館を拠点に活動をしている会員制の団体で、区が支援しています。

平和台体育館・温水プール
(平和台2-12-5) ☎5920-3411

バドミントン、卓球(小学生以上の方)	9:00~12:00
フリーマーケット	9:30~11:30
ストレッチ&バランスボール(小学生以上の方)	10:00~11:00
こどもアスレチック(幼児、小学生)、トランポリン、ストラックアウト、親子deプール(幼児~小学2年生と保護者)など	10:00~12:00
秘密の迷路(幼児以上の方)	10:00~12:00 15:00~16:00
ヨガ	11:30~12:30
チアダンス、ストレッチ&バランスボール発表会	12:15~12:45
ミニ運動会(幼児以上の方)	13:00~15:00

中村南スポーツ交流センター・温水プール (中村南1-2-32) ☎3970-9651

フットサル(小学生以上の方)	9:00~10:30
ラケットテニス(小学生以上の方)	9:00~10:30
エアロビクス(18歳以上の方)◎	10:00~11:00
バトントワリング発表会	11:00~11:10
ヨガ(18歳以上の方)◎	11:10~12:10
チアリーディング発表・体験会	11:20~11:50
卓球、バドミントン(未就学児は保護者同伴)	12:30~15:30
空手道(小学生以上の方)◎	13:00~15:00

◎は定員30名(先着順)

総合体育館 (谷原1-7-5) ☎3995-2805
保険料(100円)が必要な種目もあり。◇は要予約(電話でSSC谷原☎3997-2500へ)。

◇体操教室(小学生)	9:00~11:00
◇バドミントン教室(小学生)	10:00~12:00
輪投げ、的当てなど	10:00~15:00
エアロビクス	11:00~12:00
チアリーディング発表会	12:30~13:00
ユニカール、トランポリン、レスリング、ボクシング、縄跳び、ディスクなど	13:00~15:30

上石神井体育館・温水プール

(上石神井1-32-37) ☎5991-6601

ソフトバレーボール、ラケットテニス、シャフルボード、トランポリン、跳び箱、卓球など	9:00~15:00
エイサーと踊りの実演	11:30~12:30

三原台温水プール

(三原台2-11-29) ☎3924-8861

ワンポイント水泳指導	9:30~10:30
水中運動会	11:00~12:00

桜台体育館 (桜台3-28-1) ☎3992-9612

開進第三中体育館(併設)も使用します。

ソフトテニス(小中学生)	9:00~11:00
グラウンド・ゴルフ	9:00~15:00
フットサル(小中学生)、シャフルボード(小学生以上の方)、ラッキーセブンゲーム(幼児~小学生)	10:00~12:00
チェス(小学生)	10:00~12:00
初心者社交ダンス講習会 ※時間は開始時間。	11:00、13:00
ヒップホップ・ベリーダンス(小学生以上の方)	12:00~13:00
バドミントン・ラケットテニス(小学生以上の方)、テニス(16歳以上の方)	13:00~15:00
ベリーダンス(小学生以上の方)	14:00~15:00

光が丘体育館・温水プール

(光が丘4-1-4) ☎5383-6611

フットサル	9:00~12:00
バドミントン、ラケットテニス	9:00~17:00
体力測定(15~65歳の方) ※要予約(定員5名(申込順))。 ※時間は開始時間。	9:30、11:00、13:00、14:30、16:00
卓球、ソフトバレーボール	13:00~17:00

大泉学園町体育館・温水プール

(大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161

水中運動	10:00~11:00 13:00~14:00
卓球(小学生以上の方)	10:00~12:00
ディスコン、インディアカ、ソフトバレーボール、体組成測定、フィットネス、ゲームコーナー(幼児以上の方)、フリーマーケット、SSC紹介コーナーなど	10:00~15:00
ワンポイント水泳指導	11:00~12:00 14:00~15:00
体操、空手	13:00~15:00

施設利用のお願い

- 体育館…上履きをお持ちください。
- 温水プール…水泳帽をお持ちください。 ※小学3年生以下のお子さんには、水着を着た18歳以上の方の付き添いが必要です(付き添い1名で、お子さん2名まで)。
- 車でのご来場はご遠慮ください。

条例の各章

前文…条例制定の趣旨、背景、目的、制定に当たっての区の決意などを宣言します。

- ①総則(目的、基本理念など)
- ②区民等の権利および責務
- ③議会の役割等
- ④執行機関等の役割等
- ⑤参加・参画および協働の推進
- ⑥区政運営の基本的仕組み
- ⑦区民投票
- ⑧国等との関係
- ⑨条例の位置付け等

三者でつくる 区の自治



「情報」の「検討中の主な条例」の「検討中の主な条例」の「検討中の主な条例」

意見送付先・問合せ

企画課
〒176-8501豊玉北6-12-1
☎5984-2448、
☎3993-1195、
Fax 3993-1195、
電子メール kikaku@city.nerima.tokyo.jp

区民の参加・参画と協働を基本とします

区にふさわしい自治の実現や区民福祉の向上を図ることを目的とします。

今後の予定

区民の皆さまからご意見を伺い、今年度中に条例を制定します。郵送またはファクス、電子メールで企画課(左記参照)へお寄せください。

区は、「(仮称)練馬区政推進基本条例」の制定に取り組んでいます。7月に骨子案について、説明会と区民意見反映制度により、区民の皆さまからご意見を募集しました。今回、いただいたご意見を踏まえ、素案をまとめましたのであらましを紹介します。

(仮称)練馬区政推進基本条例の素案がまとまりました

ベルデ 冬休み一般利用申込書

①希望施設(希望施設に○)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 月 日から 泊	人室を	部屋
第2希望	施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を	部屋
第3希望	施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を	部屋
③利用者数 大人 人・中学生 人 小学生 人・幼児 人			
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。

冬休み期間(12/23日~来年1/9日)の予約受け付け

ベルデ

問合せ

団体利用...生涯学習課少年自然の家係(区役所本庁舎11階) ☎5984-2441
一般利用...旅行サービスコーナー ☎5984-1234

団体利用
10月7日(日)まで
に電話で

一般利用
10月8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、千葉県岩井にある宿泊施設です。今回、冬休み期間の利用を団体利用と一般利用に分けて受け付けます。利用は1グループ1回のみで3泊4日までです。 ※岩井は団体利用のみです。 ※軽井沢・武石のテニスコート・グラウンドは冬季閉鎖中です。 ※軽井沢・武石はスキー用具の貸し出しがあります(1日千円。中学生以下は無料)。

開抽選・予約会を行います。代表者の方は必ず参加してください。また、生涯学習課で配布する所定の用紙に必要事項を記入の上、10月7日(木)までに提出してください。 ※用紙は、区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「保養施設」からも取り出せます。

【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 ※親睦(しんぼく)のみを目的とする場合は一般利用となります。 ※複数団体への重複参加はできません。

【申し込み方法】10月7日(木)までに電話で少年自然の家係へ「抽選・予約」10月13日(水)午前10時~11時に、区役所アトリウム棟地下多目的会議室で公開抽選会を行います。

【抽選】10月15日(金)午前10時~午後2時に、区役所本庁舎19階で公開抽選会を行います。結果は、10月30日(土)までに通知します。

【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。 ※1グループで2通以上申し込みの場合は無効となります。

【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、10月8日(必着)までに少年自然の家係へ

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「学ぶ・楽しむ」の「保養施設」へ



福祉園。福祉作業所の催し

区立福祉園は、心身に重い障害のある18歳以上の方が通っている施設です。また、福祉作業所は、知的障害のある方が働いている施設です。今回、地域の皆さまに日ごろの活動を知っていただくための催しを開催します。

▽とき 10月9日(土)午前11時~午後3時▽内容 マジックショー、バンド演奏、模擬店など▽ところ・問合せ 大泉町福祉園(大泉町3の29の20) ☎5387・4681

▽かたくり福祉作業所かたくり祭り
▽とき 10月16日(土)午前10時15分~午後2時▽内容 作業紹介・体験、自主製品の販売、模擬店、ゲームなど▽ところ・問合せ かたくり福祉作業所(大泉町3の27の10) ☎5387・4610

▽北町福祉作業所まつり
▽とき 10月23日(土)午前10時30分~午後3時▽内容 作業所紹介・体験、模擬店、ゲームなど▽ところ・問合せ 北町福祉作業所(北町8の2の12) ☎3559・0361

▽氷川台福祉園喫茶ひまわり手作りチャリティー
▽とき 10月20日(水)午前10時30分~正午・午後1時~2時▽内容 手作り製品の販売▽ところ・問合せ 氷川台福祉園(氷川台2の16の2) ☎3931・0167

▽北町福祉作業所まつり
▽とき 10月23日(土)午前10時30分~午後3時▽内容 作業所紹介・体験、模擬店、ゲームなど▽ところ・問合せ 北町福祉作業所(北町8の2の12) ☎3559・0361

▽氷川台福祉園喫茶ひまわり手作りチャリティー
▽とき 10月20日(水)午前10時30分~正午・午後1時~2時▽内容 手作り製品の販売▽ところ・問合せ 氷川台福祉園(氷川台2の16の2) ☎3931・0167

▽北町福祉作業所まつり
▽とき 10月23日(土)午前10時30分~午後3時▽内容 作業所紹介・体験、模擬店、ゲームなど▽ところ・問合せ 北町福祉作業所(北町8の2の12) ☎3559・0361

10時30分~午後3時▽内容 作業所紹介・体験、模擬店、ゲームなど▽ところ・問合せ 北町福祉作業所(北町8の2の12) ☎3559・0361

◎ボランティアを募集
当日進行などを手伝っていただける方を募集します。希望する方は、電話で北町福祉作業所へ申し込みください。

パソコン実務講座
わかものスタート 支援事業
就職活動や仕事に生かす力を身に付けるため、パソコン実務講座(基礎)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。

▽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就職活動中またはこれから始める②仕事上でパソコンの能力を向上させたい▽とき 10月26日~11月16日の毎火曜午後7時~9時「4日制」▽ところ 春日町青少年館(春日町4の16の9) 説明会

実務講座説明会②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、10月18日(月)までに春日町青少年館 ☎3998・5334 1、Fax 3998・5394 へ

◎問合せ 春日町青少年館

総合体育館の改築に関するアンケートにご協力を
区は、3月に策定した練馬区長期計画(平成22~26年度)に基づき、総合体育館(谷原1の7の5)の改築を計画しています。今回、意見を伺うアンケートを実施します。ご協力をお願いします。

▽期間 10月22日(金)まで
▽アンケート用紙の配布・回収場所 体育館 ※区ホームページ「区政へのご意見」の「アンケート」から回答できます。▽問合せ スポーツ振興施設設計画担当 ☎5984・4725

▽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就職活動中またはこれから始める②仕事上でパソコンの能力を向上させたい▽とき 10月26日~11月16日の毎火曜午後7時~9時「4日制」▽ところ 春日町青少年館(春日町4の16の9) 説明会

それ以外の場合は郵送)。「入学のお知らせ」(選択希望票)が届かない場合は、ご連絡ください。

▽問合せ 学事係 ☎5984・5659

就学時健康診断を行います
来年4月に小学校に入学する区内在住のお子さん(平成16年4月2日~17年4月1日生まれ)を対象に、10月下旬から区立小学校で就学時健康診断を行います。対象となるお子さんの保護者には、受診会場と日時を10月中旬に送付します。 ※健診日時は、区ホームページ「暮らしのガイド」の「教育」でご覧になります。

▽問合せ 各小学校、学校保健係 ☎5984・5729

就学相談の「利用を
来年4月に小中学校に入学する予定のお子さんのうち、知的な面や体の発達、情緒などの発達に気掛かりな点があるお子さんについて就学相談を受け付けています。

お子さんについて少しでも心配な点がある方は、早めに申し込んでください。

▽申込 直接または電話で学務課就学相談係(区役所本庁舎12階) ☎5984・5664へ

一斉公開建築パトロール
10月11日~17日は
違反建築防止週間
10月15日(金)午前10時~午後2時に、区内全域で一斉公開建築パトロールを行います。住みよいまちをつくるため、違反建築の防止にご協力をお願いします。

公開建築パトロールを行います。住みよいまちをつくるため、違反建築の防止にご協力をお願いします。

▽問合せ 建築課監察係 ☎5984・1909

アルバイト
いずれも交通費は支給しません。

①保健師 ②助産師 ③看護師
▽対象 有資格者▽場所 保健相談所▽勤務日 月~金曜の事業実施日▽時間 午前8時30分~午後0時30分または午後1時~5時▽賃金 時給千325円
▽申込 事前に連絡の上、履歴書(写真添付)と資格証の写しを、直接または郵送で〒177-0052 関町東1の27の4 関保健相談所 ☎3929・5381へ

④短時間保育補助 ⑤保育補助 ⑥調理 ⑦用務
▽場所 区立保育園▽期間 6か月以内▽勤務日 月~土曜(月20日程度)▽時間 午前7時30分から、または午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度) ⑤⑦原則として午前8時30分~午後5時15分の間の4~8時間▽賃金 時給千300円(土曜千400円) ⑤千100円(土曜千200円) ⑥千900円(土曜千200円)
▽申込 履歴書(写真添付)に希望する職種(④~⑦の別)を記入の上、直接または郵送で保育課管理係(区役所本庁舎10階) ☎5984・5839へ

⑧調理補助
▽場所 大泉学園町福祉園▽期間 10月20日(水)~来年3月▽勤務日 月~金曜(月14日以内)▽時間 午前9時30分~午後3時30分▽採用予定数 1名(書類選考)▽賃金 時給900円▽申込 履歴書(写真添付)を、10月6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 大泉学園町福祉園 ☎3923・8540へ

ポランティア
①めぐみくフェスタスタッフ
▽とき 11月13日(土)午前9時30分~午後4時▽内容 障害のある方の介助と模擬店・ゲームなどの手伝い▽ところ・問合せ 貫井福祉園(貫井2の16の12) ☎5987・0400

ポランティア
①めぐみくフェスタスタッフ
▽とき 11月13日(土)午前9時30分~午後4時▽内容 障害のある方の介助と模擬店・ゲームなどの手伝い▽ところ・問合せ 貫井福祉園(貫井2の16の12) ☎5987・0400

ポランティア
①めぐみくフェスタスタッフ
▽とき 11月13日(土)午前9時30分~午後4時▽内容 障害のある方の介助と模擬店・ゲームなどの手伝い▽ところ・問合せ 貫井福祉園(貫井2の16の12) ☎5987・0400

生涯現役主義!

はじめてですか? 介護予防



いつまでも生き生きと暮らすためには、若さを保つための食事や運動の知識が必要です。この機会に介護予防に取り組んでみませんか。

◎問合せ 介護予防係 ☎5984・4596

健康いきいき講座

栄養についての講座、運動実技を行います。

①2とも▽申込 電話で介護予防係へ
①石神井公園区民交流センター3階(石神井町2の14の1) : 10月8日(金)午後2時~4時▽定

高齢者のための健康まつり

運動・栄養などの講座、筋力向上トレーニングマシンの体験などを行います。

▽とき 10月13日(木)午前9時30分~午後4時▽ところ 光が丘区民センター3階(光が丘2の9の6)▽申込 当日会場受け付け

認知症講演会と介護家族の学習・交流会

区は、区民の皆さまがいつまでも生き生きと自分らしく暮らしていただけるよう、認知症対策に取り組んでいます。

今回、認知症について理解を深めるための講演会と認知症の方を介護する家族を支援するための学習・交流会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

①2とも▽申込 電話で認知症対策係 ☎5984・4597へ

①認知症講演会「認知症の診断と治療について」
認知症の基本的な知識や診断・治療方法について学びます。

▽とき 10月21日(木)午後2時~4時▽ところ 光が丘区民センター5階(光が

介護家族の学習・交流会

介護に役立つ情報や技術を学ぶ学習会と介護の悩みを語り合う交流会を行います。

▽対象 認知症または認知症の疑いがある方の家族
▽とき 10月30日(土)、11月13日(土)、12月11日(土)午後1時~3時30分【4日制】▽ところ 貫井地区区民館(貫井1の9の1)▽定員 20名(申込順)▽費用 400円

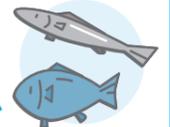
介護・障害福祉サービス仕事セミナー

介護の仕事の経験がない方や、しばらく現場を離れている方などを対象にセミナーを開催します。また、セミナーに参加した方を対

第6回食の安全・安心シンポジウム

新鮮・天然なら安心ですか?

~食品選びの新常識~



10/22(金) 区役所アトリウム棟地下多目的会議室

食品には、少ないながらも食中毒などの健康被害につながる危険性があり、新鮮・天然だからといって、必ずしも安全とは限りません。今回、食品本来のリスクと安全・安心な生活について考えるシンポジウムを開催します。

▽とき 10月22日(金)午前10時~正午▽ところ 区役所アトリウム棟地下多目的会議室 ※車での来場は遠慮ください。▽内容 講演、パネルディスカッションなど▽出演 コーディネーター:順天堂大学医学部公衆衛生学教室助教/堀口逸子 パネリスト:東京大学名誉教授/唐木英明、練

馬区消費生活センター運営連絡会副会長/谷本広美、(株)マルエツ品質管理センター課長/下田誠、東京都食品監視課監視計画係長/帯刀敏彦▽定員 100名(申込順)▽申込 電話またはハガキ、ファクス、電子メールで①シンポジウム②住所③氏名④電話番号⑤参加人数を、10月21日(必着)までに区役所内食品衛生担当 ☎5984・4675、Fax 5984・1211、電子メール sakuratsui@02@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、10月14日(必着)までに併せて申し込んでください。

くらしのフェア

2010 パネル展

10/22(金)~30(土)

「変えようくらし、未来に」をテーマに、暮らしや環境にかかわる問題や情報について、パネルで紹介いたします。

▽とき 10月22日(金)~30日(土)午前8時30分~午後8時(23日(土)、24日(日)を除く。30日は午前8時45分から)▽ところ 区役所アトリウム▽問合せ 消費生活係 ☎5910・3089

官公署だより

【全国都市交通特性調査に協力】
都市交通施策の基礎資料とするため、10・11月に全国都市交通特性調査を実施します。無作為に抽出した約400世帯に調査票を送付します。ご協力をお願いします。

【青色申告のご利用】
事業所得や不動産所得のある方は、青色申告特別控除など多くの特典が受けられる「青色申告」が利用できます。必要な帳簿を付けるとともに「青色申告承認申請書」を管轄の税務署に提出してください。また、「青色申告専従者給与に関する届出書」を提出すると、事業専従者に対して支払った給与を必要経費とすることができ、届出書の対価として適正で、届出書に

記載された金額の範囲内に限り、
▽問合せ 税務署(練馬東 ☎3993・3111、練馬西 ☎3867・9711)
【あんしん共済のご利用】
家内労働者や個人事業主が病気やけがで就業できない場合に共済金を支給します。
▽対象 都内在住・在勤の15~75歳(新規加入は69歳まで)で、次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①専業的・家内労働者②従業員4人以下の製造業または製造小売業を営む個人事業主③前記①②の家族従業員▽問合せ 東京都中小企業振興公社 ☎0120・816093
【建設業退職金共済制度のご利用】
国が建設業の現場で働く方のために作った退職金制度です。掛け金の一部を国が補助します。
▽問合せ 建設業退職金共済事業本部事業推進室 ☎5400・4316
【中小企業退職金共済制度のご利用】
国が中小企業で働く方のためにつくった、外部積立型退職金制度です。新規加入後4か月目から1年間、国が事業主に掛け金の2分の1(従業員ごとに上限5千円)を助成するほか、掛け金が税法上全額非課税となるなどの特典があります。お近くの金融機関で手続きができます。
▽対象 次の①~④のいずれかに当てはまる企業 ①一般業種:常用従業員300人以下または資本金・出資金3億円以下②卸売業:100人以下または1億円以下③サービス業:100人以下または5千万円以下④小売業:50人以下または5千万円以下▽問合せ 中小企業退職金共済事業本部 ☎3436・0151
【10月は「油・ベン」月間水道」キャンペーン】
キッチンから流れた油は、下水道管の詰まり・悪臭の原因になります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前にふき取りましょう。

【東京都基準地価格が二覧になれます】
区内の東京都基準地価格(1㎡当たりの価格)を公表したものです。平成22年7月1

【交通安全や傷害事件など第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、加害者が過失割合に応じて負担するのが原則です。加害者からの賠償が遅れる場合には、区に届け出ることで国

記載された金額の範囲内に限り
▽問合せ 税務署(練馬東 ☎3993・3111、練馬西 ☎3867・9711)
【あんしん共済のご利用】
家内労働者や個人事業主が病気やけがで就業できない場合に共済金を支給します。
▽対象 都内在住・在勤の15~75歳(新規加入は69歳まで)で、次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①専業的・家内労働者②従業員4人以下の製造業または製造小売業を営む個人事業主③前記①②の家族従業員▽問合せ 東京都中小企業振興公社 ☎0120・816093
【建設業退職金共済制度のご利用】
国が建設業の現場で働く方のために作った退職金制度です。掛け金の一部を国が補助します。
▽問合せ 建設業退職金共済事業本部事業推進室 ☎5400・4316
【中小企業退職金共済制度のご利用】
国が中小企業で働く方のためにつくった、外部積立型退職金制度です。新規加入後4か月目から1年間、国が事業主に掛け金の2分の1(従業員ごとに上限5千円)を助成するほか、掛け金が税法上全額非課税となるなどの特典があります。お近くの金融機関で手続きができます。
▽対象 次の①~④のいずれかに当てはまる企業 ①一般業種:常用従業員300人以下または資本金・出資金3億円以下②卸売業:100人以下または1億円以下③サービス業:100人以下または5千万円以下④小売業:50人以下または5千万円以下▽問合せ 中小企業退職金共済事業本部 ☎3436・0151
【10月は「油・ベン」月間水道」キャンペーン】
キッチンから流れた油は、下水道管の詰まり・悪臭の原因になります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前にふき取りましょう。
▽問合せ 東京都下水道局西部第二下水道事務所業務課 ☎3969・3343

11/27(土)~28(日) 区民歩行会

紅葉の養老溪谷と日本寺ウオーク



▽対象 18歳以上の方▽と き 11月27日(土)午前7時30分 (A)区役所正面玄関(B)石神井公園駅北口集合、28日(日)午後7時ごろ同所解散(1泊2日。雨天決行)▽ところ 養老溪谷(約8km)・日本寺(約2km)など(千葉県 ※ベルデ岩井に宿泊男女別の相部屋)▽定員 各コース90名(抽選)▽費用 1人1万1千円(バス代、宿泊費、保険料など)▽申込 往復ハガキに①区民歩行会(A)②の別も③参加者全員(4名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号④代表者氏名を記入の上、10月12日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係☎5984・1947へ

練馬区まちづくり条例の改正案にご意見を

区は、平成18年4月に施行した練馬区まちづくり条例の目的をより一層達成するため、改正案を作成しました。

改正の内容は、葬祭場やワンルーム形式の集合住宅の条例対象範囲の拡大や設置基準の改正などです。

素案は、図書館、区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)、都市計画課(同本庁舎16階)、区ホームページ「お知らせ」でご覧になります。

素案へのご意見は、区民意見反映制度により募集します。10月21日(必着)までに郵送またはファックス、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場合が

あります。

▽意見送付先・問合せ 都市計画課都市計画担当係 ☎5984・15334、Fax 5984・12226、電子メール toshikeikaku@city.nerima.tokyo.jp

エコライフチェックにご参加を

エコライフチェックは、日常生活での環境に配慮した行動をチェックシートに記入し、生活に反映させる取り組みです。区は、結果を集計・分析して削減した二酸化炭素の量などを公開します。

▽チェックシートの配布場所 区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、リサイクルセンター、環境課(区役所本庁舎18階) ※区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「環境学習・環

境活動」からも取り出せ

ます。▽参加方法 10月中の任意の1日を選び、チェックシートに結果などを記入の上、11月5日(必着)までに郵送またはファックスで環境課地球温暖化対策係 ☎5984・12227へ▽問合せ 地球温暖化対策係 ☎5984・4705

(仮称)区民・産業プラザ整備基本方針を策定

「練馬駅北口区有地活用事業計画」における施設計画のうち、区民交流や産業振興を図るための施設である①(仮称)区民交流ホール②(仮称)区民協働交流センター③(仮称)産業振興会館からなる、(仮称)区民・産業プラザについて整備基本方針を策定しました。

方針と区民の皆さまなどからいただいたご意見、区

の考え方は、区民情報ひろ

ば(区役所東庁舎3階)、商工観光課(同本庁舎9階)、区ホームページ「お知らせ」でご覧になります。▽問合せ ①商工観光課産業施設担当係 ☎5984・4754②地域振興課区民協働推進担当係 ☎5984・1247

中小企業向け年末短期貸付の活用を

事業資金の需要が高まる年末に向けて、中小事業者を対象に低金利・短期返済の融資「年末短期貸付」をあっせんします。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

▽対象 次の①~⑦のすべてに当てはまる個人または法人 ①東京信用保証協会の保証対象業種を営んで

いる②個人は区内に住所ま

たは主たる事業所を定めて1年以上、法人は区内に本店登記をして1年以上経過している③同一事業を1年以上営んでいる④確定申告をしている⑤住民税(特別区民税・都民税)、事業税を滞納していない⑥資金の使途が適正であり、返済能力がある⑦許認可・届け出や資格を必要とする業種の場合、その許認可などを

都市計画の変更案がご覧になります

1区内全域の生産緑地地区の削除・追加の変更案②補助23号線土支田・高松地区地区計画の変更案の都市計画の内容がご覧になります。意見のある方は、意見書を提出できます。 ※変更案は、区ホームページ「区政情報」の「まちづくり・都市計画」の「都市計画決定・変更」でもご覧になれます。

▽縦覧・意見書の提出期間 10月15日(金)までの午前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 ①都市計画課土地利用計画担当係 ☎5984・1544②東部

4・1527

古布・古着の回収を一時お休みします

石神井清掃事務所(上石神井3の34の25)は、改修工事のため、11月~平成24年1月(予定)の古布・古着の回収は行いません。ご不便をおかけしますが、よろしくお願い致します。

▽問合せ リサイクル推進係 ☎5984・1097

お休みします

「買井図書館 ☎3577・1831」:10月4日(月)~8日(金)(特別館内整理期間のため) 「中村南スポーツ交流センター ☎3970・9651」:10月12日(火)・13日(水)(器具点検などのため) ※温水プールは15日(金)まで休館します。

8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基金」537万5千713円(36件)
- 「練馬区のため」91万9千円(1件)
- 「本署緊急援助のため」30万円(1件)
- 「教育のため」2万円(1件)

皆さまからの寄付

10月10日(日)午前10時~11時30分、午後1時~3時30分、光が丘区民センター2階入口横(光が丘2の9の6)▽問合せ 東京都西赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422・32・1100

献血に協力を

10月10日(日)午前10時~11時30分、午後1時~3時30分、光が丘区民センター2階入口横(光が丘2の9の6)▽問合せ 東京都西赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422・32・1100

11/20日 石神井地区 野菜ウォークラリー

J A東京あおばの協力で、石神井地区の2つの畑を参加者全員で回り(約2km)、生産者の方と交流します。観察・収穫した季節の野菜は、持ち帰ることができます。

▽対象 区内在住で、大人を含む2~4名のグループ▽と き 11月20日(土)午前10時~正午▽ところ 石神井地区周辺▽定員 50組(抽選)▽費用 1組500円(ほかに保険料1人30円)▽申込 ハガキまたはファックスで①催



土やみどりに触れよう

し名②代表者の住所・氏名・年齢・電話番号③参加者全員の住所・氏名・年齢を、10月22日(必着)までに区役所内都市農業係 ☎5984・1403、Fax 3993・1451へ ※申し込みは1グループにつき1通までです。

10月10日(日)午前10時~11時30分、午後1時~3時30分、光が丘区民センター2階入口横(光が丘2の9の6)▽問合せ 東京都西赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422・32・1100

表2 用意する物

特別区民税・都民税課税状況	課税状況の証明など	住所・氏名・生年月日が確認できる物	負担料金
平成22年度特別区民税・都民税非課税の方	次の(A)(B)のいずれかの書類 (A)22年度介護保険料決定通知書(所得段階区分に1~4のいずれかの記載のある物) (B)22年度特別区民税・都民税非課税証明書	運転免許証、健康保険証など	1,000円
22年度特別区民税・都民税が課税で合計所得金額が125万円以下の方	次の(A)(B)のいずれかの書類 (A)22年度介護保険料決定通知書(22年度特別区民税・都民税課税証明書 ※(A)は所得段階区分に5の記載が、(B)は合計所得金額が125万円以下の記載がある物。		
上記以外の方	不要		

表1 新規交付窓口一覧

営業所名	所在地・電話番号
西武バス練馬営業所	南田中1-13-5 ☎3996-2525
西武バス高野台営業所	高野台1-19-7 ☎5393-1291
西武バス石神井公園駅案内所	石神井公園駅南口下車徒歩1分 ☎3904-3352
西武バス上石神井営業所	石神井台6-16-1 ☎3867-2525
西武バス大泉学園駅案内所	大泉学園駅北口下車徒歩1分 ☎3925-5103
関東バス青梅街道営業所	関町南1-9-3 ☎3928-2121
国際興業バス練馬営業所	北町1-13-28 ☎3934-1123
都バス北自動車営業所練馬支所	豊玉上2-7-1 ☎3993-0432
地下鉄大江戸線練馬駅構内定期券発売所	豊玉北5-17-12 ☎5999-8712

東京都シルバーパスの

新規申請はお早めに



東京都シルバーパスは、70歳以上の方が利用できるバス・都営地下鉄などの乗車証です。新規購入の方は、誕生月の初日から申し込むことができます。表1の窓口で申し込んでください。 ※パスの有効期限は来年9月30日(金)です。 ※受付時間などは各バス営業所などへお問い合わせください。▽用意する物 表2の該当する物▽問合せ (社)東京バス協会 ☎5308・6950 (平日午前9時~午後5時)

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

帯揚げでポーチを作ろう

⑩10月8日(金)午後1時30分～3時30分 ⑧豊玉リサイクルセンター(豊玉上2-22-15) ⑤パッチワークインストラクター/石原康子 ④16名(申込順) ⑧200円(材料費) ⑨帯揚げまたは絹の古布、裁縫道具 ⑫電話で豊玉リサイクルセンター ☎5999-3196へ

音楽練習室利用講習会

⑩中学生以上で職業音楽家でない方 ⑩10月9日(土)午前10時～正午 ⑧南大泉青少年館(南大泉1-44-7) ⑤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会 ④20名(申込順) ⑫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

花とみどりの相談所の教室

①②とも ⑧花とみどりの相談所など ⑩①電話で花とみどりの相談所 ☎3976-9402へ②往復ハガキに①教室名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④学年(学生のみ)⑤電話番号を記入の上、10月8日(必着)までに〒179-0072光が丘5-2-6 花とみどりの相談所へ

①早朝の植物観察会

⑩10月10日(日)午前8時～9時30分 ⑧解説を聞きながら季節の植物を観察 ④20名(申込順)

②絵手紙をはじめてみませんか?

⑩初心者 ⑩①10月29日(金)③31日(日)いずれも午後1時30分～3時30分 ⑧絵手紙作家/森川百合子 ④各日32名(抽選) ⑧150円(材料費)

関町リサイクルセンターの講座

①②とも ⑧関町リサイクルセンター

⑩①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、10月6日(必着)までに〒177-0051関町北1-7-14 関町リサイクルセンターへ②電話で関町リサイクルセンター ☎3594-5351へ ※①で保育室(④6か月以上の未就園児)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。

①秋のハーブでリース作り

⑩10月14日(木)午前10時～正午 ④18名(抽選) ⑧200円(材料費)

②いすの張り替え体験講習会

⑩①10月31日(日)③11月28日(日)④12月26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 ④各回3名(申込順) ⑧10円(保険料)、材料費実費 ⑨いす、張り替え用の布 ※いすの種類により、張り替えできない場合があります。

お父さんと一緒にシリーズ

「乳幼児救急救命講座」

⑩未就園児と保護者 ⑩10月17日(日)午前10時～正午 ⑧練馬公民館(豊玉北6-8-1) ⑤乳幼児の心肺蘇生(そせい)法やAED(自動体外式除細動器)の操作方法などを学ぶ ⑧練馬消防署員 ④20組(申込順) ⑨練馬公民館子育てひろば「ほっとほっとタイム」 ⑫電話で練馬公民館 ☎3991-1667へ

知らないと損する? 保険の

ルールとチェックポイント

=消費者教室=

⑩10月20日(水)午前10時～正午 ⑧石神井公園区民交流センター2階(石神井町2-14-1) ⑤生命保険や損害保険の加入・請求時のチェックポイントを学ぶ ⑧弁護士/桜井健夫 ④50名(申込順) ⑩10月19日(火)までに電話で消費生活係 ☎5910-3089へ ※保育室(④1歳以上の未就学児)を利用したい方は、10

月12日(火)までに併せて申し込んでください。

保温調理でミネストローネ

⑩20歳以上の方 ⑩10月22日(金)午前10時30分～午後0時30分 ⑧春日町リサイクルセンター(春日町2-14-16) ④15名(申込順) ⑨エプロン、三角きん ⑫電話で春日町リサイクルセンター ☎3926-2501へ ※保育室(④1歳以上の未就学児) ④6名(申込順) ⑧50円)を利用したい方は、10月9日(土)までに併せて申し込んでください。

自然エネルギーで遊ぼう

=早稲田大学高等学院公開講座=

⑩小学3年～中学生 ⑩10月24日(日)午前9時30分～午後1時 ⑧早稲田大学高等学院(上石神井3-31-1) ⑤ペットボトル風車と太陽光パネルを使った発電機を作る ⑧早稲田大学高等学院教諭/加藤徹 ④30名(抽選) ⑧920円(教材費など) ⑨500mlの丸型ペットボトル2本、針金ハンガー1本、かまぼこの板1枚 ⑫往復ハガキまたは電子メール、区ホームページ「電子申請」で①講座名②住所③氏名(ふりがな)④学年(区外の方は学校名も)⑤電話番号を、10月12日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 練馬公民館 ☎3991-1667・電子メール kouminkan@city.nerima.tokyo.jpへ

おうちdeインド料理

～季節野菜を使って

=公民館サポーターズ料理講座=

⑩10月26日(火)午前10時～午後1時 ⑧練馬公民館 ⑨ほうれん草のチキンカレー、にんじんのミルク煮などを作る ④24名(抽選) ⑧900円(材料費) ⑫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、10月15日(必着)までに〒176-0012豊玉北

ふるさと文化講座 10/17日 東京近郊の年中行事

⑩10月17日(日)午後2時～4時 ⑧石神井公園ふるさと文化館(石神井町5-12-16) ⑧二松学舎大学講師/田中正明 ④100名(申込順) ⑫電話で石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060へ

6-8-1 練馬公民館 ☎3991-1667へ ※保育室(④1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。

初級日本語講座

=やさしいほんご②=

⑩ひらがな・カタカナの読み書きと簡単な日常会話のできる区内在住・在勤(在学)の外国籍の方 ※知り合いの外国籍の方に紹介してください。⑩10月29日～12月21日の毎火・金曜、11月24日(水)午前9時45分～11時45分【11月23日を除く。16日制】 ⑧区役所東庁舎3階 ④20名(面接選考) ⑧2,000円 ※教材をお持ちでない方は別途2,625円。⑫電話でパンフレットを請求の上、パンフレットに添付の申込ハガキに必要事項を記入し、10月18日(必着)までに区役所内国際交流係 ☎3994-4725へ ※保育室(④1歳児以上)を利用したい方は、その旨も記入してください。

子ども体操教室

⑩小学1～3年生 ⑩10月31日～12月5日の毎日 ⑧午前10時～正午【6日制】 ⑧南大泉青少年館 ④30名(抽選) ⑧600円(保険料など) ⑫往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥学校名・学年⑦電話番号を記入の上、10月15日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341へ

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

- ◆再生の法律を学ぶ勉強会 10月13日午後6時～8時 石神井公園区民交流センター2階 講師 事業再生研究会長/清水洋ほか 参加費1,500円 資料代500円 NPO法人再チャレンジ東京練馬支部・志村 ☎0120-234-426
- ◆犬のマナー教室と散歩を通じた安全安心パトロール 10月11日、11月からの第2日曜午後1時～3時 大泉中央公園 参加費無料 関本 ☎3924-9717
- ◆水墨画教室 10月14日からの月2回 午前9時30分～正午 勤労福祉会館 月会費3,000円 モチーフ代月1,000円 村上 ☎3998-2473
- ◆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 矢澤 ☎3921-8907

- ◆茶道(裏千家) 水曜会 第1・3・4水曜午後1時～5時、第3土曜午後7時～9時 北大泉地区区民館 会費1回1,500円 岩崎 ☎080-2078-1231(要予約)
- ◆カラオケサークル 第1・3①金曜②土曜午後2時～4時 氷川台地区区民館 ①②とも月会費1,500円 大原 ☎090-4423-0659
- ◆第18回小竹の森音楽祭 10月16日午後2時30分開演 小竹小 入場無料(当日午前10時から整理券を配布。1人2枚まで) 事務局(小竹小内) ☎3956-8391
- ◆関町水彩画作品展 10月13日～17日 午前9時～午後5時(13日は正午から、17日は午後4時まで) 関区民センター 入場無料 水曜会・津久井 ☎3920-4106
- ◆社交ダンス無料講習会 10月3日・10日・17日・31日午後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(午前中)
- ◆ゼロから始める初級中国語会話体験会 10月9日午後1時30分～3時 練馬公民館 中国人講師が指導 参加費1,000円 例会…第2・4土曜午後1時30分～3時 練馬公民館 中国人講師が指導 入会金500円 会費1回1,500円 チャイナ桜サークル・宇野津 ☎3948-6281(要予約)
- ◆雪国カラオケ発表会 10月10日午前9時30分～午後4時30分 練馬文化センター 入場無料 雪国会・若林 ☎3998-5321

- ◆楽しい写真教室(フィルム・デジタルカメラ) 初心者～中級者対象 10月30日・31日午前10時～午後5時 貫井地区区民館 参加費1,500円 フィルム代など実費 鈴木 ☎3979-9647(要予約)
- ◆社交ダンス アヤメ会 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
- ◆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
- ◆ビューティYoga ①毎日曜②毎水曜午後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男女共同参画センターえーる ①～③とも月会費3,500円(学生2,000円) 初回は無料体験可 レイ ☎090-6539-5787(要予約)
- ◆練馬マジックスクール 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
- ◆社交ダンス(10種目) パスタン 多少踊れる方・中級程度のペアまたは男性対象 毎水曜午後7時～9時 春日町地域集会所など 男性プロが指導(月1回は女性プロも) 月会費4,000円 初回は無料体験可 小山 ☎3998-1393

- ◆第16回彩葉会水彩画展 10月1日～5日 午前9時～午後10時(1日は午後1時から、5日は午後4時まで) 勤労福祉会館 入場無料 倉田 ☎3922-6355
- ◆社交ダンス無料講習会 10月9日～30日の毎土曜午後6時30分～8時30分 桜台地域集会所 JDC・鈴木 ☎3554-6338
- ◆フラワーアレンジメント(プリザーブド) フラワーサークルフルール 毎金曜①午前10時30分～正午②午後1時30分～3時 上石神井区民地域集会所 ①②とも会費無料、花材代実費 越智 ☎080-6549-3318(要予約)
- ◆世界のフォークダンス無料体験会 初心者対象 10月4日午前10時～正午 大泉学園地区区民館 例会…毎月曜午前10時～正午 大泉学園地区区民館 入会金1,000円 月会費2,000円 学園フォークダンス・市川 ☎3924-2315
- ◆アトリエ弓絵画教室(水彩・油彩・デッサン) 月4回日曜午前10時～正午 関町北地区区民館 講師 矢萩真弓 月会費4,000円 モチーフ代月800円 斉藤 ☎3929-2136
- ◆社交ダンス あざみ 初級～中級者対象 毎水曜午後1時～4時 サンライフ練馬 プロが指導 会費1回1,000円 安藤 ☎5241-6648(要予約。午前9時～11時)
- ◆第3回作陶展 10月14日～17日 午前10時～午後6時(14日は正午から、17日は午後5時まで) 練馬文化センター 入場無料 金子 ☎3997-6564

- ◆講演会「激動の時代～勝海舟はこう生きた」 中高年齢者対象 11月7日午後1時30分～4時30分 石神井公園区民交流センター2階 講師 NPOシニア大衆講師/福田嘉文 参加費500円 NSN・虹の会・佐藤 ☎Fax 5910-7056(10月20日までに要予約。午前10時～午後6時)
- ◆ユキブケ・ド・シャンテ第1回発表会(シャンソン・カンツォーネ) 10月29日午後1時30分開演 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 例会…初心者～中級者対象 第1・3金曜午後2時～3時30分 富士見台地区区民館など プロが指導 入会金2,000円 月会費3,000円 岡山 ☎3998-0811(例会は要予約)
- ◆ゼロから始めるやさしい謡曲と仕舞講座 10月19日・26日、11月9日・30日 午後1時30分～2時30分 石神井公園区民交流センター2階など 講師 観世流能楽師/遠藤喜久 参加費1回1,500円 練馬謡曲仕舞の会・能見 ☎3922-3720(要予約)
- ◆水泳・水中歩行 すみれスイミングクラブ 女性対象 月4回水曜午後7時30分～9時30分 三原台温水プール 入会金1,000円 月会費2,500円 保険料年1,600円 初回は無料体験可 加藤 ☎3922-8739(要予約。午後7時以降)
- ◆社交ダンス ダンシングゆう 初心者～多少踊れる方対象 毎月曜午後7時30分～9時30分 勤労福祉会館 入会金1,000円 月会費3,000円 左振 ☎3923-6108

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。

催し

牧野富太郎の標本と押し花展

10月9日(土)～11月7日(日)午前9時30分～午後4時30分 所 豊玉高年齢者センター 豊玉3-3-12 ☎5912-6401 函 浪曲公演、パルトンコンサート、フラメンコ公演など 日 当日会場受け付け

10月9日(土)～11日(祝)午前10時～正午・午後1時～4時 ※材料がなくなり次第終了。所 豊玉高年齢者センター 豊玉3-3-12 ☎5912-6401 函 浪曲公演、パルトンコンサート、フラメンコ公演など 日 当日会場受け付け ※材料費実費。

おもちゃの病院

10月9日(土)午前10時～正午 所 春日町リサイクルセンター(春日町2-14-16) ☎3926-2501 函 2～12歳児が使用するおもちゃの修理 ※1人2点まで。日 当日会場受け付け ※部品交換などで実費負担があります。

豊玉高年齢者センター開館記念祭

10月10日(日)午前9時30分～午後5時

10月10日(日)午前9時30分～午後5時 所 豊玉高年齢者センター(豊玉3-3-12) ☎5912-6401 函 浪曲公演、パルトンコンサート、フラメンコ公演など 日 当日会場受け付け

スポーツ

初心者スポーツ教室

- ①②とも 費300円(保険料) 日 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(学生のみ)⑦電話番号を記入の上、10月12日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 へ
- ①ローラースケート(成人コースあり) 日 5歳以上の方 11月3日(祝)・7日(日)・14日(日)午前10時～正午【3日制】 所 総合体育館(谷原1-7-5) 定150名(抽選)
- ②バスケットボール 日 小学4～6年生、女性 11月6日～12月11日の毎土曜午後4時～6時【6日制】 所 中村南スポーツ交流センター(中村南1-2-32) 定60名(抽選)

ター(中村南1-2-32) 定60名(抽選)

区民体育大会

10月10日(日)午前9時から ※受け付けは午前8時～10時。所 百穴射撃場(埼玉県吉見町) 函 トラップ、スキート 費8,000円(保険料、クレイ代) 日 ハガキに①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦種目⑧銃砲所持許可証許可番号を記入の上、10月7日(必着)までに〒179-0074春日町5-23-3 練馬区クレイ射撃連盟・増田へ

クレー射撃

10月10日(日)午前9時から ※受け付けは午前8時～10時。所 百穴射撃場(埼玉県吉見町) 函 トラップ、スキート 費8,000円(保険料、クレイ代) 日 ハガキに①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦種目⑧銃砲所持許可証許可番号を記入の上、10月7日(必着)までに〒179-0074春日町5-23-3 練馬区クレイ射撃連盟・増田へ

サッカー

10月6日～来年2月5日の土・日曜、祝日 所 練馬総合運動場、大泉さくら運動公園など 日 スポーツ振興課、練馬総合運動場、大泉さくら運動公園にある実施要項をご覧ください ※参加チームは、10月30日(土)午後6時30分から区役所ア

トリウム棟地下多目的会議室で行う代表者会議に必ず出席してください。

なぎなた

10月24日(日)午後1時から 所 桜台体育館 費1,000円(保険料など) 日 電話またはハガキで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、10月7日(必着)までに〒176-0004小竹町2-42-3 C-1 練馬区なぎなた連盟・池上 ☎5879-6022へ

バスケットボール(小学生男子・女子の部)

10月12日(日)・19日(日)・26日(日)午前9時から 所 光が丘体育館 費1チーム3,000円(ボール代・運営費など) ※保険未加入チームは別途1人100円。日 ハガキに①大会名②部別③チーム名④代表者の住所・氏名・電話番号を記入の上、10月15日(必着)までに〒179-0072光が丘7-3-3-206 ミニバスケットボール協会・白井へ ※参加チームは、10月24日(日)午後6時から光が丘体育館で行う代表者会議に必ず出席してください。

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。

花とみどりの展示会

10月8日(金)～10日(日)午前9時～午後5時(10日は午後4時まで) 所 光が丘5-2-6 ☎3976-9402

ミニガイド

- 第21回ワークパー 10月9日(土)午前10時～午後2時 所 ワークショップ石神井(石神井町7-17-4) ☎3997-9755 函 雑貨・食器・新品衣類などの販売、模擬店
- 光が丘清掃工場個人見学会 10月9日(土)午後1時30分～3時 所 光が丘清掃工場(光が丘5-3-1) 定50名(申込順) 日 10月7日(木)までに電話で光が丘清掃工場 ☎3977-5311へ
- 東京三弁護士会都内23区一斉無料法律相談会 10月16日(土)午前10時～午後1時 所 練馬区市民相談所(区役所東庁舎5階) 日 10月15日(金)午前10時～午後4時に電話で東京弁護士会法律相談課 ☎3504-8377へ(問い合わせは上記を除く平日午前9時～午後5時に ☎3581-2234へ)
- SSC平和台のスポーツ教室 ①②とも 所 平和台体育館(平和台2-12-5) 日 ①電話またはファクスで①教室名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、SSC平和台 ☎Fax5921-7800へ②当日会場受け付け
- ①親子de体操教室～お父さんと一緒… 日 3歳児～小学2年生と保護者 10月17日～来年3月20日の第3日曜午後1時30分～3時(12月は第2) 日 1組600円
- ②フットサル…第2を除く土曜午後6時30分～9時 日 1回500円
- 第8回練馬区介護老人保健施設大会 10月19日(火)午後6時～8時20分 所 区役所アトリウム棟地下多目的会議室 函 介護老人保健施設での介護や認知症対応の実践報告など 定150名(申込順) 日 電話で介護老人保健施設練馬ゆめの木 ☎3923-0222へ

行政書士による「暮らしと事業のよろず無料相談会」

10月21日(木)午前10時～午後4時 所 練馬駅1階通路 函 相続、会社設立、外国人在留、許認可申請などの相談 日 当日会場受け付け 所 東京都行政書士会練馬支部・寺本 ☎5948-5330

レクリエーションスポーツの集い

①～④とも 日 当日会場受け付け ※受け付けは開始時間の30分前まで。所 練馬区レクリエーション協会・西條 ☎3991-8382 ※初心者無料体験コーナーあり(受け付けは随時)。

①ターゲットバードゴルフ大会…10月23日(土)午前10時～午後2時(雨天中止) 所 練馬総合運動場(練馬2-29-10) 費500円

②ティンボール大会…10月23日(土)午前10時～午後3時(雨天中止) 所 大泉さくら運動公園(大泉学園町9-4-5) 費300円

③スポーツチャンバラ大会…10月24日(日)午前9時30分～午後3時 所 八坂中(土支田4-47-21) 費1,500円(小学生以下1,000円)

④インディアカ大会…10月24日(日)午前9時30分～午後5時 所 大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24) 日 1チーム3,000円

財産形成セミナー

11月3日(祝)午前10時～午後4時40分 所 区役所アトリウム棟地下多目的会議室など 函 ①教育資金の作り方などのセミナー②個別相談会 日 ①50名②15名程度(抽選) 日 10月20日(木)までに電話でねりまファミリーパック ☎3993-6600へ

朝・夕・青空市

- 日 古古田いちば通り商店街…10月1日(金)午前10時～午後7時 所 南部 ☎3991-2340
- 日 大門通り商店街…10月9日(土)午前10時～午後6時 所 今野 ☎3992-3914
- 日 富士見台駅前通り…10月10日(日)午前7時から ※商品がなくなり次第終了。所 大内 ☎3825-1144
- 日 光が丘IMA南館前…10月10日(日)午前10時～午後4時 所 北中 ☎3995-4924

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。日 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

(雨天11日) 日 〒177-0041石神井町1-3-7 齊藤理子 ☎3997-4333(先着50店)

日 北町ふれあい公園(北町2-17-6) …10月10日(日)午前10時～午後2時(雨天中止) 日 〒179-0081北町2-15-15 カトリア会 ☎090-6717-3944(先着20店)

日 こぐれの森緑地(大泉学園町4-2-4) …10月16日(土)午前10時～午後2時(雨天23日) 日 〒178-0065西大泉3-6-6 内田民子 ☎3978-4589(問い合わせは午後7時～9時)

日 平成公園(上石神井1-32-33) …10月17日(日)午前9時～正午(雨天中止) 日 〒177-0044上石神井1-30-9 リサイクルゆな ☎090-7010-2608

日 すずしろ公園(大泉学園町5-14-36) …10月17日(日)午前9時30分～正午(雨天中止) 日 〒178-0061大泉学園町6-22-18 井手睦子 ☎3922-9492(先着50店)

日 夏の雲公園(光が丘3-4-1) …10月17日(日)午前10時～午後1時(雨天31日) 日 〒178-0065西大泉3-25-6 佐藤茂登子 ☎090-4759-1483(先着200店)

日 武蔵関公園(関町北3-45-1) …10月24日(日)午前9時～正午(雨天中止) 日 〒177-0045石神井町8-23-21 グループ・ミモザ ☎090-5788-4578(抽選100店)

日 美術の森緑地(貫井1-36-26) …10月24日(日)午前10時～正午(雨天中止) 日 〒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30店。問い合わせは平日午前10時～午後3時)

日 平成つづじ公園(練馬1-17-6) …10月31日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) 日 〒176-0001練馬2-13-6-203 リサイクル・ゆう ☎080-1980-6310(先着100店。問い合わせは午後6時～8時)

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。 函 学び支援係 ☎5984-2438

- 日 自然とあそび隊 ビンゴで秋をみつけれよう… 日 小学生 ※保護者の参加も可。 日 10月9日(土)午前10時～正午 所 花とみどりの相談所(光が丘5-2-6) など 定20名(申込順) 費50円(保険料など) 日 電話で環境教育チャレンジグループ「スコップ」・榎本 ☎5387-3738(午後6時～8時)
- 日 秋の収穫祭・芋煮会2010… 日 小学生と保護者 10月16日(土)午前9時～午後3時 所 西武池袋線大泉学園駅南口集合 定25組(申込順) 日 1人330円(材料費など) 日 電話ですばる自然楽校・佐藤 ☎5910-7056へ
- 日 親子でリトミック… 日 1～3歳児と保護者 10月16日(土)午前10時～11時30分 所 男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10) 定20組(申込順) 日 電

話でNPO法人未来子どもランド・笠井 ☎3995-7860へ

日 里山体験プログラム「稲刈りにチャレンジ」… 日 小学生と保護者 10月16日(土)午前11時～午後2時30分 所 里山ギャラリーノア(埼玉県寄居町) 定10組(申込順) 日 1人200円(保険料など) 日 電話でむさしの里山ネットワーク・太田 ☎3921-6994へ

日 月と木星を見よう… 日 小中学生 ※小学生は保護者同伴。 日 10月16日(土)午後6時～8時 所 春日町町南地区区民館(春日町5-20-25) 定30名(申込順) 日 電話で練馬の星空を楽しむ会・山川 ☎090-3088-9247へ

日 手作り楽器で演奏会… 日 発達(知的)障害のある小中学生と保護者 10月30日(土)午前10時～正午 所 春日町町南地区区民館(春日町4-16-9) 定20組(申込順) 日 1人100円(保険料など) 日 電話で南ファミリークラブ・原澤 ☎5934-5336へ

子育て学習講座

区内の団体に委託して実施。 函 学び支援係 ☎5984-2438

- 日 あそび歌特集… 日 小学生以下のお子さんの保護者 10月15日(金)午前10時30分～11時30分 所 男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10) 定25名(申込順) 日 100円(資料代) 日 電話でシャルウィーSING・黒宮 ☎5934-3896へ ※保育あり(10月13日(木)までに要予約。 日 1歳児以上)
- 日 幾通りにも使えるらくらくスリング講座… 日 妊娠中の方、2歳以下のお子さんの保護者 10月15日(金)午前10時～正午 所 男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10) 定20名(申込順) 日 100円(スリング(ある方のみ) 日 電話で石神井・冒険遊びの会・鈴木 ☎090-7278-1141へ
- 日 思春期を知る「思春期はどんな時期?」… 日 小学4年～高校生の保護者など 10月17日(日)午前10時30分～午後0時30分 所 関町北地区区民館(関町北4-12-21) 定25名(申込順) 日 100円(資料代など) 日 電話であそボラネットかみしやく・神 ☎090-4673-5821へ
- 日 小さい子連れでも安心～自由な海外旅行の作り方… 日 10月17日(日)午後1時～5時 所 石神井公園区民交流センター2階(石神井町2-14-1) 定40名(申込順) 日 電話で旅人塾・木舟 ☎3926-7909へ
- 日 地域ぐるみの子育て… 日 10月19日(火)午前10時～正午 所 光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6) 定30名(先着順) 日 電話でコミュニケーションセラピスト/カニングハム久子 ☎60名(申込順) 日 500円 日 電話であかねの会 ☎3577-7421へ ※保育あり(要予約。 日 1歳児以上)

日 この本おもしろい!～本と子どもは友だち… 10月19日(火)午前10時～正午 所 石神井公園区民交流センター3階(石神井町2-14-1) 定160名(先着順) 日 当日会場受け付け 函 学校図書館開放指導員の会・武田 ☎3577-3461 ※保育あり(要予約。 日 1歳児以上)

日 手軽におやつを作りましょう… 日 幼児の保護者 10月20日(水)午前10時～正午 所 関町北地区区民館(関町北4-12-21) 定20名(申込順) 日 300円(材料費など) 日 エプロン、三角きん 日 電話で子どもの食と生活を考える会・高橋 ☎6760-9471へ(午後6時以降) ※保育あり(要予約。 日 1歳児以上 日 100円)

日 子どものやる気を引き出す魔法の言葉… 10月22日(金)午前10時～正午 所 男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10) 定45名(申込順) 日 電話でHappy Tune・古塚 ☎080-3096-8942へ ※保育あり(10月15日(金)までに要予約。 日 1歳児以上 日 300円)

日 イクメンパパとカレーライスづくり… 日 2歳児～小学2年生と父親 10月23日(土)午前11時～午後2時 所 石神井公園(石神井台1-26-1) 定15組(申込順) 日 1組200円(材料費) 日 電話で練馬イクメンパパプロジェクト・岡田 ☎6657-8615へ(午後6時～8時)

日 みんなで話そう「家族のコミュニケーション」… 10月24日(日)午前10時～正午 所 光が丘区民センター6階(光が丘2-9-6) 定30名(申込順) 日 電話でクローバー・松尾 ☎3999-3406へ

子供安全学習講座

区内の団体に委託して実施。

日 思春期の生きづらさを考える… 日 中高校生の保護者 10月17日(日)午後2時～4時30分 所 光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6) 定30名(先着順) 日 当日会場受け付け 函 思春期の保護者を持つ親の会・黒田 ☎090-9072-8468、学び支援係 ☎5984-2438

学校応援団まつり

日 仲町小… 10月16日(土)午前9時30分～午後0時30分 函 バン食い競争、空き缶積みなど 日 当日会場受け付け 函 学校応援団・開放係 ☎5984-1057

地区祭

日 光が丘地区祭… 10月9日(土)午前10時～午後5時、10日(日)午前10時～午後4時 所 光が丘区民センター、光が丘公園ふれあいの径など 函 光が丘地区の児童・生徒・区民による芸術祭、模擬店など 函 実行委員会・阿瀬見 ☎090-2232-9508

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。



育児と離乳食(2・3回食)

①②とも☎7～10か月児と保育者☎講義、献立紹介☎30組(申込順) ☎母子健康手帳、スプーン☎電話で各保健相談所へ
 ①豊玉保健相談所…10月8日(金)午前10時～11時30分
 ②大泉保健相談所…10月15日(金)午前10時～11時30分

出産・子育てに関する不安を解消～助産師とお話ませんか

☎妊娠中の方、出産を考えている方、3歳以下のお子さんの保育者☎10月15日(金)午前10時～正午☎日本大学医学部付属練馬光が丘病院(光が丘2-11-1) ☎相談会☎30名(申込順) ☎電話で地域医療課☎5984-4673へ

パパとママの準備教室

☎出産を控えた夫婦☎10月16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) ☎母子健康手帳、エプロン☎電話で大泉保健相談所へ

乳児期のこどもの発達について

☎1歳以下のお子さんの保育者☎10月22日(金)午後1時30分～3時30分☎豊玉保健相談所☎講義☎小児科医師/瀬上佐智子☎35名(申込順) ☎電話で豊玉保健相談所へ

小児救急ミニ講座「子どもの病気とその対応」

☎乳幼児の保育者 ※過去に受講した方のご遠慮ください。☎10月28日(木)午後1時～2時30分☎関保健相談所☎講義☎順天堂大学医学部附属練馬病院小児科先任准教授/大友義之☎30名(申込順) ☎電話で関保健相談所へ



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年以内の

受診した方のご遠慮ください。☎10月14日(木) ※受付時間は午後2時～2時15分。☎大泉保健相談所☎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☎40名(申込順) ☎電話で大泉保健相談所へ

健康作りのための運動をする方へ～安全で効果的な食事のとり方

☎10月15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名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ

タバコの害から子どもを守る～我が子を喫煙者にしないために

☎10月23日(土)午前10時～正午☎光が丘保健相談所☎講義☎成育医療センター共同研究員/大谷哲也☎40名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ

うつ病を知ろう～病気の理解と家族の対応

☎うつ病の方の家族☎10月25日(月)・29日(金)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☎成増厚生病院医師/堀田信二ほか☎40名(申込順) ☎電話で光が丘保健相談所へ

食生活応援講習会～自分で作れるらくらく減塩メニュー

☎10月27日(水)午後1時30分～3時30分☎豊玉保健相談所☎講義、献立紹介☎35名(申込順) ☎電話で豊玉保健相談所へ

お腹(なか)すっきり! 気軽にダイエット

①②とも☎電話で各保健相談所へ
 ①石神井保健相談所(食と生活編)…10月27日(水)午後1時30分～4時☎講義、献立紹介、体脂肪などの測定☎35名(申込順)
 ②関保健相談所(運動編)…☎医師から運動を止められていない方☎10月28日(木)午前9時45分～正午☎講義、運動実技☎スポーツプログラマー/山内道

膝の痛みの基礎知識

～病院の治療と自分でできること 10/26㊦ 自分でできること 14:30から

☎10月26日(火)午後2時30分～4時30分☎石神井庁舎5階☎講義☎伊奈病院整形外科部長/石橋英明☎120名(申込順) ☎電話で石神井保健相談所へ

子☎25名(申込順) ※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。

今日から実践! ニコニコペースの健康づくり運動教室

☎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☎10月28日～11月18日の毎木曜午後1時～3時【4日制】☎大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24) ☎運動実技、栄養指導☎30名(申込順) ☎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

統合失調症の最新知識～回復への道を目指して本人とまわりができること

☎統合失調症の方の家族☎10月29日(金)午前10時～正午☎大泉保健相談所☎講義☎新宿東メンタルクリニック院長/三浦勇太☎50名(申込順) ☎電話で大泉保健相談所へ

統合失調症の治療とリハビリテーション

☎統合失調症の方の家族☎10月29日(金)午後2時～4時☎北保健相談所☎講義☎都立豊島病院精神科医師/藤川慎也☎35名(申込順) ☎電話で北保健相談所へ

発達障害の理解と対応

☎11月4日(木)午後1時30分～3時30分☎豊玉保健相談所☎講義☎東中野小児発達ケアセンター臨床心理士/大西知佐子☎60名(申込順) ☎電話で豊玉保健相談所へ

家族介護者教室

- ☎パーキンソンケア ☎10月9日(土)午後1時30分～3時30分☎高松デイサービスセンター(高松6-3-24) ☎30名(申込順) ☎電話で高松デイサービスセンター☎3995-5107へ
- ☎振り込め詐欺に負けるな～高齢者防犯対策 ☎10月14日(木)午後2時～4時☎光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ☎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)衛生の力 ☎10月16日(土)午後2時～4時☎特別養護老人ホームフローラ石神井公園(下石神井3-6-13) ☎20名(申込順) ☎電話でフローラ石神井公園☎3996-6600へ
- ☎高齢者の急変時対応について ☎10月30日(土)午後2時～4時☎介護老人保健施設ミレニアム桜台(桜台2-1-13) ☎5946-5508☎30名(先着順) ☎当日会場受け付け

10月の休日医療関係機関

必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。☎地域医療課☎5984-4673

◆休日急患診療所

科	場 所	受 付 時 間
小児科	練馬区夜間救急子どもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 ※小児科専門医が診療します。	平日の20:00～22:30 土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30・13:00～16:30・18:00～21:30 ※予約はいりません。
内科・小児科	練馬休日急患診療所(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 石神井休日急患診療所(石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404	土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30・13:00～16:30・18:00～21:30 ※予約はいりません。
歯科	練馬歯科休日急患診療所(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎3階) ☎3993-9956 石神井歯科休日急患診療所(石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階) ☎3996-3424	日曜・祝休日の10:00～11:30・13:00～16:30 ※当日事前に電話連絡の上、受付時間内に来所してください。

お休みします

10月24日(日)午前10時～午後5時…①練馬区夜間救急子どもクリニック②練馬休日急患診療所③練馬区休日・夜間薬局④練馬歯科休日急患診療所

いずれも電気設備点検のため、お休みします。石神井休日急患診療所、石神井歯科休日急患診療所をご利用ください。①～③は、24日午後6時～10時は診療します。

◆休日診療当番医療機関

練馬総合病院(旭丘1-24-1) ☎5988-2200	診療時間は、日曜・祝休日の9:00～17:00 ※当日事前に電話で連絡してください。 ※案内図は、わたしの便利帳「保健、医療」に掲載。
浩生会スズキ病院(栄町7-1) ☎3557-2001	
栗林胃腸外科病院(石神井町7-14-5) ☎3904-3215	
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23) ☎3920-6263	
大泉生協病院(東大泉6-3-3) ☎5387-3111	
川満外科(東大泉6-34-46) ☎3922-2912	

◆休日診療当番接骨院(9:00～17:00)

接骨院(認め印を持参)	接骨院(認め印を持参)
3日 三崎接骨院(小竹町2-8-8) ☎3958-4325 内山接骨院(石神井町3-7-8) ☎3996-8416 愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2) ☎5387-6789	17日 樽本接骨院(豊玉中4-13-21) ☎3948-8586 長井接骨院(高野台1-5-12) ☎3904-7481 昭和接骨院(下石神井4-14-10) ☎5393-3871
10日 坂口接骨院(氷川台4-49-11) ☎3937-0660 おおて接骨院(田柄1-26-11) ☎3939-7535 学園通り接骨院(大泉学園町4-23-8) ☎5387-3560	24日 さくら接骨院(富士見台4-13-2) ☎3999-9334 石田接骨院(北町2-41-5) ☎3550-9036 原接骨院(石神井台6-19-3) ☎3924-1145
11日 稲谷接骨院(桜台4-1-6) ☎3948-7665 窪田接骨院(中村南3-16-2) ☎3999-7266 並木接骨院(東大泉4-29-35) ☎3978-2737	31日 あかつ接骨院(豊玉中3-13-14) ☎3991-9303 大幸接骨院(旭町1-15-11) ☎5997-3232 秋山接骨院(大泉町5-32-9) ☎5387-1741

区民歯科健康講座 失った歯の回復のための3つの治療法～インプラント・ブリッジ・入れ歯

☎10月30日(土)午後2時～4時☎区役所アトリウム棟地下多目的会議室☎講義、「ねりま お口すっきり体操」の実演☎明海大学歯学部臨床教授/岩田健男ほか☎200名(申込順) ☎電話また

はファクスで①住所②氏名③性別④年齢⑤ファクス番号(ある方のみ)を、練馬区歯科医師会☎3557-0045・Fax 3557-3553へ☎練馬区保健所歯科保健担当係☎5984-4672

10/30(土)14:00～16:00 区役所アトリウム棟地下多目的会議室