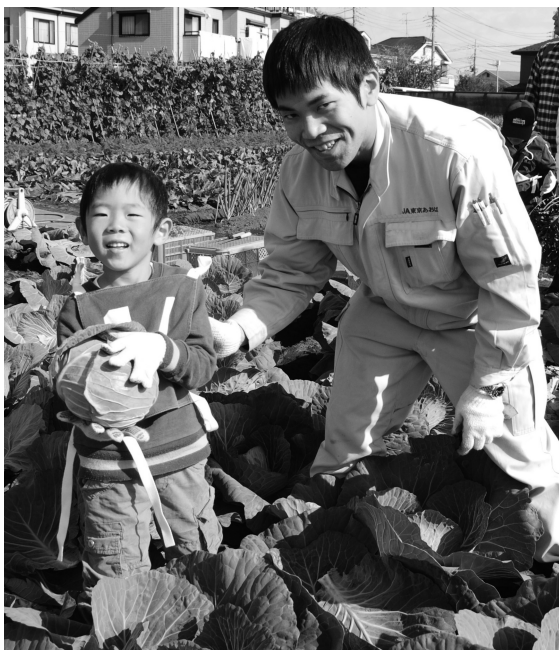


- ◆第2期練馬区地域福祉計画の素案にご意見を……………2面
- ◆練馬区健康づくり総合計画の素案にご意見を……………2面
- ◆社会福祉協議会を紹介……………3面
- ◆氷川台駅周辺の自転車等放置禁止区域を拡大……………4面

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/>



農の豊かさを実感できるまちを目指します

区政推進基本条例の制定と区民協働の推進

□区政推進基本条例の制定
練馬区政推進基本条例は、自治の基本理念と区民・議会・区の役割と責務、区政運営の基本的仕組み、区民の区政への参加・参画と協働の考え方の基本などを定めたものです。区は、今後、この条例を区議会の議決を経て制定し、豊かで自立した地域社会の実現を目指します。

□協働事業提案制度の創設
区は、町会・自治会やNPO(民間非営利団体)などとの連携・協力して地域のさまざまな課題の解決に取り組む「区民と区との協働のまちづくり」を進めています。今回、区民の皆さまから企画・提案を募集し、提案団体と区が協働して地域課題の解決に取り組む協働事業提案制度を創設しました。今後、企画・提案の選定を行い、来年度から協働事業を実施する予定です。

豊かで安心して暮らせる まちづくりを進めます

第四回区議会定例会で区長が所信を表明

11月29日、平成22年第四回区議会定例会初日の本会議で志村豊志郎区長が所信を表明しました。その中で区長は、区政推進基本条例の制定や農業振興計画の改定などに取り組む決意を述べました。ここでは、そのあらましを紹介いたします。 ※全文は、区ホームページ「ようこそ区長室へ」でご覧になれます。

農業振興計画の改定

区は、「農の豊かさを実感できるまち 練馬」を実現するため、農業振興計画の改定に取り組んでいます。計画は、区民の皆さまのご意見を踏まえ、2月に策定します。今後、この計画に基づき、従来の農業振興施策にとどまらず、環境・教育・防災など都市農業・農地の持つ多面的な機能を活かす(い)かし、政策分野を超えて横断的に取り組めます。

健康づくり総合計画と地域福祉計画の策定

区は、区民の皆さまの健康づくりと食育を推進する健康づくり総合計画と、共に支え合う地域社会の実現を目指す地域福祉計画の策定に取り組んでいます。いずれの計画も、今後、区民の皆さまのご意見を伺い、今年度中に策定します(2面記事参照)。

地域医療の課題と今後の方向性

区民の皆さまが安心して医療を受けられるようにするため、区西部地域を中心に200床以上規模の病院を2か所整備します。新たな病院は、急性期医療や専門的医療に加え、回復期・療養型医療を担う病院

区有地を活用した特別養護老人ホーム・保育所などの整備

区は、区有地を活用した施設整備に取り組むこととし、学校給食第一総合調理場跡地(土支田1)を活用して、ショートステイ(短期入所)などを併設した特別養護老人ホームを運営する事業者を、25年度の開設を目指して誘致します。また、待機児童が急増したことを受け、24年4月に南大泉教職員寮跡地(南大泉3)とマロン広場(西大泉5)に認可保育所を開設します。さらに、第四土木出張所(大泉学園町2)の用地についても、今後、保育所として整備します。なお、南大泉教職員寮跡地には、25年度に南大泉図書館の分室を開設します。

災害に強いまちづくり

来年度から、貫井富士見台地区を密集住宅市街地整備促進事業の新規地区として指定し、道路・公園の整備や建築物の不燃化を進め、安全性の向上を図ります。また、昭和56年5月以前の旧耐震基準で建築された建築物を対象に、耐震改修への助成などを行います。これにより市街地の防災機能の向上を図り、大規模地震が発生しても、被害を最小限にとどめ、早期に復興が可能となる災害に強いまちづくりを進めます。

住宅施策の推進

区は、10月に住宅施策の総合的な指針となる第3次練馬区住宅マスタープランを策定し、高齢者、子育て家庭などさまざまな世代に応じた住まいづくりなど5つの基本方針と各種施策を定めました。今後、このプランに基づき、誰もが安心して住み続けられるまちの実現を目指します。

学校教育の情報化

小中学校のICT(情報通信技術)環境の整備を図り、インターネットなどによる映像を活用した分かりやすい授業の展開や、子どもたちが情報社会に参加する際に必要なマナーやルールの習得などの情報教育の充実に努めます。また、子どもたちに関わる個人情報の一元化とその保護の厳格化に取り組めます。



練馬区長 志村豊志郎

あなたの声を区政に

区政モニターを募集



問合せ 広聴担当係 ☎5984-4501

区政モニターの仕事

- ①区政に関するアンケートの回答(年4回程度)
- ②会議への出席(年1回程度)…区政の課題や、区民の方の関心が高いテーマについて懇談します。 ※出席は任意です。

区政モニター制度は、区民の皆さまのご意見・ご要望を区政に反映させるためのものです。区政モニターは、公募による50名と、住民基本台帳からの無作為抽出による250名の計300名で構成され、任期は2年です。 ※練馬区内共通商品券による謝礼があります。

③郵送などによる意見・要望の提出

申し込み方法など

▷対象 来年4月1日(金)現在20歳以上で、引き続き3か月以上区内に住み、住民基本台帳または外国人登録原票に登録されている方 ※東京都や区などの公務員、過去に区政モニターを2回経験した方は申し込みません。 ※外国籍の方は、日常会話程度の日本語ができる方に限ります。▷任期 4月～平成25年3月▷

募集人数 50名(申し込み多数の場合は、地区・年齢・性別などを考慮の上、選考。結果は2月下旬までに全員に通知)▷申込 ハガキに①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤電話番号⑥区政モニター経験の有無を記入の上、1月14日(必着)までに〒176-8501豊玉北6-12-1 広聴担当係へ

無作為抽出で選ばれた方へ

12月15日(水)以降に応募用紙をお送りします。気軽にご応募ください。

2つの 計画の素案に「ご意見を」

「第2期練馬区地域福祉計画」と
「練馬区健康づくり総合計画」の素案がまとまりました

区は重要な計画をつくる際に、素案などの段階で内容を公表し、区民の皆さまから「ご意見」を伺っています（区民意見反映制度）。今回、保健福祉分野における2つの計画の素案への「ご意見」を募集します。いずれも1月7日（必着）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）。
いずれの計画も、3月までに策定する予定です。

「ご意見をお寄せください」



計画の名称	問合せ・送付先
第2期練馬区地域福祉計画（素案）	福祉部経営課地域福祉係（区役所西庁舎3階）☎5984-2716・Fax 5984-1214・電子メール tiikifukushi@city.nerima.tokyo.jp
練馬区健康づくり総合計画（素案）	健康推進課計画係（区役所東庁舎6階）☎5984-4619・Fax 5984-1211・電子メール kenkousuisin02@city.nerima.tokyo.jp

「素案の全文をご覧になれます」



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、保健相談所、総合福祉事務所（練馬を除く）、区民情報ひろば（区役所東庁舎3階、区ホームページ「お知らせ」などでご覧になれます。

「合同説明会を開催」



2つの計画の素案について「ご意見」を伺うため、説明会を開催します。※手話通訳があります。※車での来場は「ご遠慮ください」。

▽とき・ところ 左表の通り▽申込 当日会場受け付け

説明会日程	とき	ところ
12/13(月)19:00～20:30	12/13(月)19:00～20:30	光が丘区民センター3階（光が丘2-9-6）
12/14(火)19:00～20:30	12/14(火)19:00～20:30	石神井庁舎5階
12/16(木)19:00～20:30	12/16(木)19:00～20:30	関区民センター（関町北1-7-2）
12/17(金)19:00～20:30	12/17(金)19:00～20:30	区役所アトリウム棟地下多目的会議室
12/23(祝)19:00～20:30	12/23(祝)19:00～20:30	勤労福祉会館（東大泉5-40-36）

生涯健康都市・ねりまを実現する 練馬区健康づくり総合計画 （素案）【平成23～26年度】

- 4つの基本理念**
- 生涯を通じた健康づくりを推進する
 - 食を通じて生きる力を育む
 - 安心して暮らせる生活環境を確保する
 - 安心して医療を受けられる環境を整備する
- 計画を実現するための主な施策**
- 乳幼児から高齢者までさまざまな世代に応じた健康づくりを支援する
 - 感染症対策の充実など健康に関する危機管理を行う
 - 入院医療体制の充実など、地域における医療体制を確立する

区民の皆さまと共に「生涯健康都市・ねりま」の実現を目指した区の健康づくり施策を示す計画です。今回、平成18～22年度の計画期間の終了に伴い、計画を見直し「練馬区食育推進計画」と一本化すること、区民の皆さまの健康づくりと食育を総合的に進めます。

だれもが安心して暮らせる社会を実現する 第2期練馬区地域福祉計画 （素案）【平成23～26年度】

- 3つの基本理念**
- だれもが、いつでも気軽に地域福祉活動に参加できるようにしよう
 - だれもが、必要なサービスが必要なときにすみやかに受けられるようにしよう
 - だれもが、適切な情報や支援を得て、自分らしく安心した生活を送れるようにしよう
- 基本理念を具体化するための施策**
- 区民主体の地域福祉活動
 - 保健福祉サービスの充実など情報提供の充実などを図り、だれもが自分に合ったサービスを選択し利用できる体制を確立する

地域の問題を地域でどのように解決していくかを、区民の皆さまと区と一緒に考え、協働で進める施策を示す計画です。今回、平成18～22年度の計画期間の終了に伴い、地域の実態などに合わせて、だれもが安心して暮らせる社会の実現を目指し、計画を引き続き進めます。



住民票の写し・印鑑登録証明書などの発行は 出張所や自動交付機のご利用を

転入や転出などの事務を扱う区民事務所（練馬・光が丘・石神井・大泉）の窓口は、大変込み合います。住民票の写しや印鑑登録証明書などの発行は、お近くの出張所や自動交付機をご利用ください。

▷問合せ 出張所（左下の表参照）

出張所	所在地	電話番号
桜台	桜台1-22-9	3993-6446
第二	早宮1-44-19	3994-6705
第三	貫井1-9-1	3990-4234
第四	春日町5-30-1	3990-4424
第五	土支田2-32-8	3924-1777
第六	旭町3-11-6	3939-0349
第七	田柄2-6-22	3939-1415
第八	北町2-26-1	3937-1591
谷原	高野台1-7-29	3996-2195
関	関町北1-7-2	3928-3046
上石神井	上石神井1-6-16	3920-0342
大泉西	西大泉1-23-8	3922-1013
大泉北	大泉学園町4-21-1	3922-0185

区民事務所や出張所などにある自動交付機は、平日夜間や土・日曜、祝日も利用できます（年末年始を除く）。発行手数料は1通200円です（窓口の場合は300円）。※登録方法など詳しくは、お問い合わせください。

住民票の写し・印鑑登録証明書の発行は、自動交付機をご利用ください。※事前に登録が必要です。

※管轄はありません。※転入・転居・転出届などの届け出は、区民事務所でのみ取り扱いがあります。

〔証明書の発行〕：住民票の写し、印鑑登録証明書（登録はできません）、戸籍謄本・抄本、住民税（特別区民税・都民税）の課税（非課税）・納税証明書など
〔税や保険料の納付〕：住民税、軽自動車税、国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料など
〔その他〕：住民基本台帳カードの交付申請（即日交付はできません）、自動交付機の利用登録など

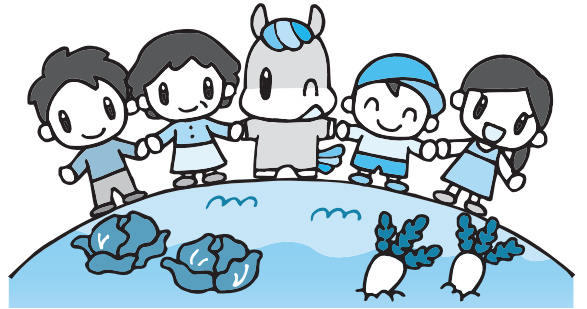
出張所で取り扱う主な事務

窓口の受付時間は、月～金曜午前8時30分～午後5時です（祝休日、年末年始を除く）。

出張所の窓口の受付時間

社会福祉協議会

つながりのある地域をつくります



地域で暮らしたい
働いて自立したい
福祉作業所【10】
【11】

障害のある方をサポートしてほしい！



■募金活動【1】…赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動募金を行っています。寄せられた募金は、福祉サービスや福祉施設・市民活動団体の活動支援を目的とした助成事業などに使っています（下記参照）。
■在宅サービスの協力員【5】…日常生活を営む上で手助けが必要な方の

地域で福祉活動をしてみたい

福祉活動
をしたい！
地域で
交流したい！



社会福祉協議会は、各区市町村に設置されている社会福祉法人です。練馬区社会福祉協議会（以下、練馬区社協）は、「ひとりの不幸も見逃さない、つながりのある地域をつくる」ことを理念として、各種事業や施設の運営を行っています。ここでは、活動内容を紹介します。
※「1」は問い合わせ先。下表参照。

主に知的や身体に障害があり、一般の職場への就労が困難な方の自立に向け、生活・就労支援などを行っています。また、各種イベント・講座などを開催し、地域と交流を深めています。
■障害者地域生活支援センター【12】…主に精神に障害のある方や家族を支援しています。



相談員が、ボランティア活動の相談や紹介を行います

家事や介護を有償で手伝います。
■ボランティア・NPO（民間非営利団体）活動についての相談・情報提供【6】…さまざまな活動の相談や紹介、説明会などを行っています。また、ボランティア団体・NPOを立ち上げたい方や既に活動を行っている方に、講座・研修などを開催しています。

■各種資金の貸し付け【2】…他の制度では対象とならない方などに、資金についての相談や貸し付けを行っています。
■権利擁護センター【4】…高齢者や障害のある方に、福祉サービスの利用援助や金銭管理の手伝いを行っています。また、成年後見制度についての相談に応じます。
■在宅サービス【5】…日常生活を営む上で手助

住み慣れた地域で安心して暮らしたい

困り事の相談に乗ってほしい！



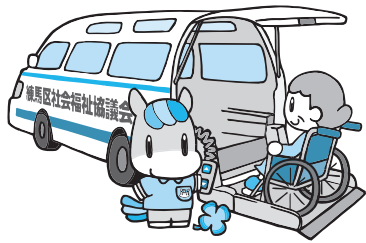
■講座・研修の開催【4】…⑬：成年後見制度の説明会や地域市民講座など、さまざまな講座・研修を開催しています。開催日時などは、練馬区社協の広報誌やホームページ、区報などで随時お知らせします。

地域や福祉の情報、課題を知りたい、学びたい

地域・福祉について学びたい！



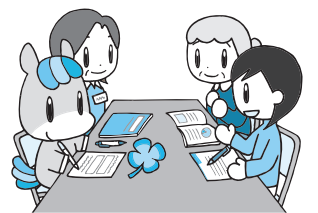
■ボランティア募集についての相談【6】…手助けが必要な方に、ボランティアを探す手伝いを行っています。



けが必要な方に、家事や介護の手伝いをする協力員を紹介しています。
■チャェキャブの運行【3】…普段から車いすを利用している方が外出する際に、車いすのまま乗車できるリフト付き自動車運行を行っています。

■講座・研修の開催についての相談【6】…区民の皆さまが開催する講座・研修や、小学校の総合学習の企画について相談を受け付ける他、講師の紹介などを行っています。

地域で「学びの機会」をつくりたい



練馬区社協の活動を、会費と寄付金により支えられています。
※寄付金には、税法上の優遇措置があります。

練馬区社協の
会費を募集



練馬区社協キャラクター「ネリー」

▽年会費 正会員：500円以上、特別会員：3千円以上、団体会員：5千円以上▽問合せ 練馬区社協企画経営課庶務係【1】

平成23年度助成事業申請団体を募集
歳末たすけあい運動募金を活用して助成します。助成は、来年度の「学習会や研修会」「新規団体設立のための準備資金」などに対して行います。
※3団体以上の共催事業にも助成します。詳しくは、お問い合わせください。

▽対象 区内で福祉活動を行う非営利の団体・施設など ※法人格の有無は問いません。▽助成金額 1団体につき上限10万円（共催事業は30万円）
▽申込 練馬区社協、ホームページなどにある申請用紙に必要事項を記入の上、1月14日（金）までに直接、練馬区社協企画経営課庶務係【1】へ

歳末たすけあい運動募金にご協力を
12月31日（金）まで、町会連合会、民生児童委員協議会と共に「歳末たすけあい運動」を行います。この募金は、福祉活動団体への助成事業や新入学児童へのランドセル贈呈など、区内の地域福祉活動のために活用します。

① 協企画経営課庶務係
の他、公共施設などに設置された募金箱郵便振り込みでも受け付けます。詳しくは、お問い合わせください。
▽問合せ 練馬区社協企画経営課庶務係



歳末たすけあい運動募金

問合せ

練馬区社会福祉協議会（区役所東庁舎4階）
ホームページ <http://www.neri-shakyo.com/>
電子メール info@neri-shakyo.com
①企画経営課庶務係（練馬区社協内）☎3992-5600・Fax3994-1224
②福祉資金担当（練馬区社協内）☎3991-5560
③チャェキャブ担当（練馬区社協内）☎3991-8239
④権利擁護センターほっとサポートねりま（練馬区社協内）☎5912-4022・Fax3994-1224
⑤在宅サービス担当（練馬区社協内）☎3993-4346

⑥練馬ボランティア・市民活動センター（練馬区社協内）☎3994-0208・Fax3994-1224
⑦光が丘ボランティア・市民活動コーナー（光が丘2-9-6 光が丘区民センター6階）☎Fax5997-7721
⑧関町ボランティア・市民活動コーナー（関町北1-7-14）☎3929-1467・Fax3929-1497
⑨大泉ボランティア・市民活動コーナー（東大泉3-18-17）☎3922-2422・Fax3922-2412

⑩白百合福祉作業所（石神井町5-13-10）☎3995-7796・Fax3997-3866
⑪かたくり福祉作業所（大泉町3-27-10）☎5387-4610・Fax5387-4612
⑫豊玉障害者地域生活支援センターきらら（豊玉北5-15-19）☎3557-9222・Fax3557-2090
⑬石神井障害者地域生活支援センターういんぐ（石神井町7-3-28）☎3997-2181・Fax3997-2182

区役所…〒176-8501豊玉北6-12-1、石神井庁舎…〒177-8509石神井町3-30-26、区ホームページ（<http://www.city.nerima.tokyo.jp/>）

ルールを守って 放置自転車のない 安全なまちに

1月1日(祝)から
氷川台駅周辺の
自転車等放置禁止区域
を拡大します



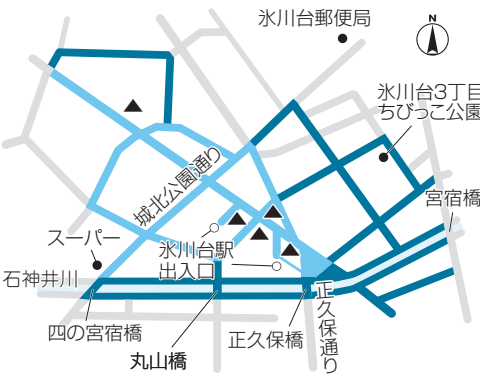
自転車は環境に優しく、便利な乗り物ですが、ルールを守らず路上などに放置されると、歩行者や車両の通行の妨げとなります。

1月1日(祝)から、地下鉄有楽町線氷川台駅周辺の自転車等放置禁止区域を左図の通り拡大します。自転車などを利用する方は、駅周辺の自転車駐車をご利用ください。

▽問合せ 自転車対策係 ☎5984・1993
※自転車などの撤去・返還については、自転車問合わせセンター ☎3993・5100へ。

氷川台駅周辺自転車等放置禁止区域

■…新たに指定する区域 ▲…自転車駐車場
■…既に指定している区域



放置禁止区域内に
放置された
自転車などは
撤去します



区は、駅周辺を中心に放置禁止区域を指定して

います。放置禁止区域内に放置された自転車・50cc以下の原動機付自転車は、5分程度の警告放送を流し、警告後も移動がない場合、置いていた時間・理由に関わらず撤去します。

撤去された
自転車などは
1か月以内に引き取りに来てください



撤去した自転車・50cc以下の原動機付自転車は、集積所で保管します。保管期間は撤去日の翌日から1か月です。1か月を過ぎても引き取りがない自転車などは、法令に基づき処分します。

※返還場所は撤去した場所により異なりますので、お問い合わせください。

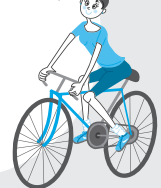
【返還時間】 毎日午前9時30分～午後5時30分(年末年始を除く)

【持参する物】 ①本人確認ができる物(運転免許証、学生証など) ②自転車などの鍵 ③撤去料(自転車4千円、50cc以下の原動機付自転車7千円) ④返還通知ハガキ(受け取った方のみ)

◆自転車などが盗まれたらすぐに盗難届を

撤去日の前日までに交番・警察署に盗難届を提出し、受理されたもののみ、撤去料が免除されます。

自転車などを
利用する方は



駅周辺の自転車
駐車場などを
ご利用ください

◆自転車駐車場：区立などの公営自転車駐車場は78施設あり、収容台数は4万922台です。区は、今後も、各駅の自転車の乗り入れ状況に応じた自転車駐車場の整備を進めます。

◆ねりまタウンサイクル(レンタサイクル)：「ねりまタウンサイクル」は、1台の自転車を複数の人で利用する通勤・通学に便利なシステムです。現在、区内6駅7か所で2千700台の自転車を貸し出しています。

12月納期分の保険料の納期限は1月4日(火)

Ⅱ国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療制度Ⅱ

国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療制度の保険料を口座振り替えて納めている場合、1月4日(火)に引き落としますので、早めに入金をお願いします。

▽問合せ 国民健康保険：こくほ収納係 ☎5984・4559、介護保険：介護保険課収納係 ☎5984・4593、後期高齢者医療制度：後期高齢者保険料係 ☎5984・4588

介護保険、介護保険の有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、介護保険課(区役所西庁舎1階)または区ホームページ「事業者向け情報」にある募集要項をご覧ください。

▽掲載位置 パンフレット内面▽広告サイズ 縦130mm×横180mm 刷色 カラー▽料金 12万円▽配布期間 4月から1年間▽発行部数 約3万5千部▽配布場所 区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、高齢者相談センター(地域包括支援センター)・同支所、介護保険課など▽募集数 8口(選考)▽申込期限 12月28日(火)▽問合せ 介護保険課管理係 ☎5984・2863

介護保険

◆平成20～22年度の催告書を12月16日(木)に発送

22年9月分の介護保険料が未納の方に催告書を発送します。12月30日(木)までに金融機関、郵便局、納付書に記載されたコンビニエンスストア、区民事務所(練馬を除く)、出張所、公金収納コーナー(区役所本庁舎1階)、介護保険課(同西庁舎1階)で納付してください。また、モバイルレジ(携帯電話を使って保険料

を納付するサービス)も利用できます。22年度分のお支払いには、口座振り替えが利用できます。

▽申込 電話またはファクス、電子メールで①団体名②住所③電話番号④ファクス番号(ある場合のみ)⑤活動内容を、1月14日(金)までに地域福祉係 ☎5984・2716、Fax 5984・1214、電子メール：tikikukushi@city.nerima.tokyo.jpへ

共同住宅の名称を変更したら届け出を

共同住宅(アパート・マンションなど)の名称は、住所に付く書きに使用します。名称を変更すると、入居者の住民登録ができない場合があります。変更した場合は、区に届け出てください。届け出方法など詳しくは、お問い合わせください。

▽問合せ 住居表示係 ☎5984・4526

国民健康保険

◆保険料を滞納する前にご相談を

事情により保険料を納めることができない方は、納付相談をご利用ください。〈保険料を滞納している世帯には次の①～③の措置を取ります〉

①滞納がある場合：督促状の送付や文書・電話による催告をします。また、収納員による訪問収納を行います。

②保険証更新時に滞納がある場合：滞納状況に応じて保険証の有効期限の短縮(6か月以内)や、保険証に替えて資格証明書の発行を行います。資格証明書の発行、医療機関で支払う医療費が全額自己負担となり、後日7割分の払い戻し手続きが必要になります。

③滞納が長期間続いた場合：前記の医療費の払い戻し分・高額療養費などの給付金を、滞納している保険料に充当します。※納付期限までに納付のない方に對

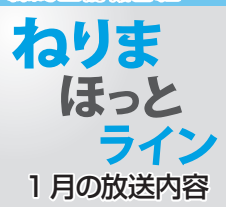
国民年金

◆特別児童扶養手当を受けられている方が20歳になったら障害基礎年金の請求を

特別児童扶養手当の対象となつていらっしゃるお子さんが20歳になると、障害基礎年金の請求ができます。必要書類などをお問い合わせの上、手続きをしてください。※所得や障害の程度により、障害基礎年金の対象とならない場合があります。

▽問合せ 国民年金係 ☎5984・4561

練馬区情報番組



【1日～15日】…○練馬大根引っこ抜き競技大会を開催○練馬大根たくあん漬けを紹介など
【16日～31日】…○練馬区政推進基本条例を制定○石神井公園ふるさと文化館で餅つきを体験しようなど
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」でもご覧になれます。
▷問合せ 報道係 ☎5984-2693

練馬区環境作文コンクール

環境作文コンクール入賞者		
賞	氏名	学校名・学年
小学生部門	最優秀	山口瑞貴 豊玉小4年
	優秀	頼紗也佳 豊玉小5年
	佳作	荒井美涼 練馬第二小6年
	佳作	小野涼真 高松小6年
	佳作	根本恵麗奈 開進第二小2年
	佳作	松井珠理愛 練馬第二小6年
	佳作	山岸ひかる 北町西小5年
中学生部門	最優秀	宮脇駿 石神井西中1年
	優秀	乗田開 石神井西中1年
	佳作	浅香樹里 豊溪中3年
	佳作	有田静弥 貫井中3年
	佳作	鈴木帆奈 貫井中3年
	佳作	須戸輝龍 石神井西中1年
	佳作	原田朝雄 豊玉中1年
	佳作	前田皓生 上石神井中3年

灯そう！心のあかり

平成7年の阪神・淡路大震災では、6千400名もの尊い命が奪われました。また、首都圏でもいつ直下型地震が起きてもおかしくないといわれています。

今回、災害時の地域での助け合いや命の大切さなどを考える催しを開催します。ぜひおいでください。

▽とき 1月15日(土) 午前11時～正午▽ところ 関区民センター(関町北1の7の2)▽内容 防災に関する紙芝居・クイズなど▽定員 200名(先着順)▽申込 当日会場受け付け▽問合せ 区民防災第一係 ☎5984・2601

育児の悩みにお応えします

区立保育園の子育て相談のご利用を

区立保育園では、来園や電話により、就学前の乳幼児の子育てに関する相談を受け付けています。子育てに関する資料もありますので、気軽にご利用ください。

区立保育園の所在地・電話番号は、わたしの便利帳「テレホンガイド」、区ホームページ「施設案内」をご覧ください。

▽受付日時 月・金曜午前10時～午後3時(祝休日を除く)▽相談内容 基本的習慣(睡眠・食事・排せつ)、発達(言葉・身体発達)、しつけなど▽問合せ 各区立保育園

非常勤職員

誤：光が丘第一中 109名、光が丘第三中 135名
▽問合せ 学事係 ☎5984・5659

いづれも交通費支給。

▽対象 保育士の資格を持ち、都道府県知事の登録を受けている方▽場所 区立保育園▽期間 4月から1年間(再任する場合あり)▽勤務日 月・土曜(月22日程度)▽時間 ①午前7時30分～10時②午後3時45分からの2～3時間30分程度③前記①②を合わせた時間のうち4時間30分採用予定数 60名程度(面接)▽報酬 日額①3千250円(土曜3千500円)②2千600円③4千550円(土曜2千800円④4千900円)⑤5千850円(土曜6千300円)▽申込 履歴書(写真添付)と資格を証明できる物を、2月2日(必着)までに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

▽対象 次の①②のいずれかに当てはまる方 ①社会福祉士または保健師の資格があり、福祉または保健相談の業務経験が3年以上ある②4年制大学で心理学を専修し、児童心理相談の業務経験が3年以上ある▽場所 ③練馬子ども家庭支援センター④石神井庁舎4階▽期間 4月から1年間(再任する場合あり)▽勤務日 週4日(土曜勤務あり)▽時間 午前8時30分～午後5時15分または午前10時30分～午後7時15分採用予定数 ⑤A⑥とも若干名(書類選考・面接)▽報酬 日額1万3千円※社会保険あり。▽申込 練馬子ども家庭支援センター(区役所東庁舎4階)または区ホームページ「職員採用情報」にある履歴書(写真添付)と採用選考調査票、相談業務従事証明書を、1月6日(必着)までに郵送で練馬子ども家庭支援センター ☎3993・8155へ

▽対象 有資格者▽場所 区立小中学校など▽期間 4月から1年間▽勤務日 原則として週4日▽時間 午前8時15分～午後5時採用予定数 5名程度

パソコン実務講座

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。 ※詳しくは、お問い合わせください。 ※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 基礎：1月8日～29日の毎土曜①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分、応用：1月18日～2月8日の毎火曜午後7時～9時【いずれも4日制】▽ところ 春日町青少年館(春日町4の16の9)

▽説明会 パソコン実務講座の内容説明や、パソコン操作の能力テストを行います。テストに合格した方が講座に申し込みます。

▽とき 12月25日(土)午前10時～正午▽ところ 春日町青少年館▽定員 20名(申込順)▽申込 電話またはファクスで①パソコン実務講座説明会②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、12月24日(金)までに春日町青少年館 ☎3998・5341、Fax 3998・5394へ

▽問合せ 春日町青少年館

子育て支援啓発講座
「子育て支援啓発講座」
「子育て支援啓発講座」
「子育て支援啓発講座」

「子どもが泣きやまず、どうしていいかわからない」「育児に追われ、社会から取り残されたような孤立感がある」など、さまざまな悩みを話し合いながら、子育てのノウハウを学びます。

▽対象 区内在住で0～3歳児の保護者▽とき 1月19日～2月23日の毎水曜午前9時45分～11時45分②2月1日～3月8日の毎火曜午前10時～正午【いずれも6日制】▽ところ ①練馬公民館(豊玉北6の8の1)②大泉子ども家庭支援センター▽定員 各12名(抽選)▽申込 ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥お子さんの人数と年齢を記入の上、①1月5日(必着)までに区役所内練馬子ども家庭支援センター ☎3993・8155②1月14日(必着)までに〒178-0063東大泉5の35の1 大泉子ども家庭支援センター ☎3925・6713へ ※保育室(生後58日以上のお子さん対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢・性別も記入してください。

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対応します(予約制)。

▽とき 1月15日(土)午後1時～4時▽ところ 区役所本庁舎20階▽申込 1月14日(金)までに電話で建築安全係 ☎5984・1938へ

高齢者基礎調査にご協力を
区は、第5期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の策定に当たり、高齢者の生活などの実態を把握するため、調査を行います。

対象となった方(1万3千名)には、調査票を12月15日(水)から順次お送りしますので、ご協力ください。

▽問合せ 高齢社会対策課

図書館利用者と館長の懇談会
区立図書館の運営について、館長が直接区民の皆さまと語り合い、ご意見・ご要望を伺います。

▽とき 12月19日(日)午後2時～4時▽ところ 南大泉図書館(南大泉1の44の7)▽申込 当日会場受け付け▽問合せ 光が丘図書館 ☎5383・6500

「ねりまフォーラム」男女共同参画の集いの実行委員を募集
区は、多くの方と共に男女共同参画社会の実現への取り組みを考える場として、毎年10月にねりまフォーラムを開催しています。

今回、来年開催するフォーラムを企画・運営する実行委員を募集します。実行委員の方には、男女が抱える身近な問題を話し合いながら、テーマや講師・内容の催しの進め方などを考えていただきます。会議は1回2時間程度で、年10回開催する予定です。 ※保育あり(1歳以上の未就学児対象)。

▽対象 区内在住の方▽募集人数 8名程度(選考)▽申込 電話で申込書を請求の上、1月14日(金)までに人権・男女共同参画課 ☎5984・4518へ ※申込書は、区ホームページ「お知らせ」からも取り出せます。

訂正します
12月1日号4面に掲載した「区立中学校新1年生学校選択の公開抽選」の記事で、光が丘第一中と光が丘第三中の希望者数に誤りがありました。正しくは、次の通りです。

正：光が丘第一中 102名、光が丘第三中 134名

度(書類選考・面接)▽報酬 日額1万900円 ※社会保険あり。▽申込 履歴書(写真添付)と志望動機を記入した物(400字程度、様式自由)を、12月22日(必着)までに直接または郵送で学校教育部庶務課職員係(区役所本庁舎12階) ☎5984・5629へ

アルバイト
いづれも交通費は支給しません。①を除き、特別な資格はいりません。③～⑥は登録制で、欠員状況により採用します。

①管理栄養士
▽対象 経験のある有資格者▽内容 乳幼児、生活習慣病などの栄養指導▽場所 保健相談所▽時間 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)▽賃金 日給1万600円▽申込 12月22日(水)までに電話で石神井保健相談所 ☎3996・0634へ

②心のふれあい相談員
▽対象 地域の健全育成活動に取り組み、教育相談活動に意欲がある方▽内容 児童・生徒の悩み相談・話し相手▽場所 区立小中学校▽期間 4月から1年間▽勤務日 月・金曜(週1～4日で8～16時間程度)▽時間 午前8時15分～午後5時のうち学校の指定する時間▽採用予定数 若干名(書類選考・面接)▽謝礼 時給千500円▽申込 教育指導課(区役所本庁舎12階)または区ホームページ「職員採用情報」にある履歴書(写真添付)を、12月21日(必着)までに直接または郵送で教育指導課管理係 ☎5984・5746へ

③短時間保育補助④保育補助⑤調理6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 ③午前7時30分～午後4時④午後15分～午後3時⑤午後15分～午後3時⑥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③千300円(土曜千400円)④千100円(土曜千200円)⑤600円(土曜千800円)⑥900円(土曜千1200円)▽申込 履歴書(写真添付)に希望する職種③～⑥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

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

催し

餅つきを体験しよう

⑫12月26日(日)午前11時～正午⑫旧内田家住宅(石神井町5-13-27 池淵史跡公園内) ⑫当日会場受け付け⑫石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

講座・講演会

生ごみを土に返そう！

⑫16歳以上の方⑫12月18日(土)午後1時～3時⑫春日町リサイクルセンター(春日町2-14-16) ⑫生ごみを堆肥にする方法や堆肥の使い方を実習で学ぶ⑫15名(申込順) ⑫車手⑫電話で春日町リサイクルセンター ☎3926-2501へ

勤労福祉会館の教室

①～③とも⑫勤労福祉会館(東大泉5-40-36) ⑫直接または電話、ファクスで①教室名(①～③の別)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、①1月5日(水)②8日(土)③14日(金)までに勤労福祉会館 ☎3923-5511・Fax3923-5512へ

①体に優しい健康料理教室

⑫1月9日(日)午後1時～5時⑫減塩・低カロリーでおいしいスパゲティを作る⑫料理研究家／鈴木邦子 ☎24名(申込順) ⑫2,000円(材料費)

②健康・生きがい講座「超高齢社会の課題と生きがい」

⑫1月15日(土)午後2時～4時⑫産業能率大学講師／木元稔 ☎30名(申込順)

③中国健康運動法で生き生きライフ

⑫1月22日～3月19日の毎土曜午前10時～11時30分【2月19日を除く。8日制】⑫簡化式太極拳24式を学ぶ⑫日本太極養生健身会長／竹内彰一 ☎35名(申込順)

春日町青少年館の教室

①②とも⑫春日町青少年館⑫①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電話番号を記入の上、12月25日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館へ②電話またはファクスで①教室名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

①児童劇教室

⑫小学3年～中学生⑫1月10日(祝)・16日(日)・23日(日)・30日(日)・2月6日(日)・11日(祝)・20日(日)・27日(日)午後1時～3時【8日制】⑫発声・発音や寸劇など⑫俳優／岩本えりほ ☎20名(抽選) ⑫500円(保険料など) ⑫上履き ※運動しやすい服装でおいでください。

②青年自主企画「映画を作る～ビデオメイキング」

⑫高校生以上の方⑫1月15日～2月26日の毎土曜午後4時～6時【2月19日を除く。6日制】⑫シナリオの書き方や映画の演出方法などを講義と実習で学ぶ⑫映画監督／石井満 ☎30名程度(申込順) ⑫500円(教材費)

さき織りを体験してバッグを作ろう

⑫初心者⑫1日目…1月11日(火)⑫午前10時～正午⑫午後1時～3時、2日目…1月16日(日)・31日(月)・2月8日(火)のいずれか、3日目…3月5日(土)または8日(火) ※2日目以降の受講日・時間は後日選択。【3日制】⑫関町リサイクルセンター⑫古布を裂いて作ったさき織り布でバッグを作る ☎各10名(抽選) ⑫800円(材料費) ⑫往復ハガキに①講座名(A⑥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20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 ☎3594-5351へ

映画監督に聞く映画の楽しみ方＝区民大学＝

⑫1月12日～2月2日の毎水曜午後2時～4時【2月2日は午後4時15分まで。4日制】⑫練馬公民館(豊玉北

6-8-1) ⑫映画の歴史や制作方法などを講義で学ぶ⑫日本大学芸術学部映画学科教授／松島哲也 ☎40名(申込順) ⑫電話または電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、練馬公民館 ☎3991-1667・電子メール kouminkan@city.nerima.tokyo.jpへ

初級日本語講座

＝やさしいにほんご①＝

⑫日本語を習うのが初めて、またはそれに近い日本語レベルの区内在住・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。⑫1月14日～3月18日の毎火・金曜午前9時45分～11時45分【2月11日を除く。18日制】⑫区役所東庁舎3階 ☎20名(面接の上、選考) ⑫2,000円(受講料) ※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を、1月4日(必着)までに国際交流係 ☎3994-4725へ ※保育室(⑫1歳児以上)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

欠陥？ それとも誤使用？製品事故の防ぎ方

＝消費者教室＝

⑫1月18日(火)午前10時～正午⑫石神井公園区民交流センター2階(石神井町2-14-1) ⑫製品事故の事例から原因と防ぎ方を学ぶ⑫独立行政法人製品評価技術基盤機構製品安全センター参事官／長田敏 ☎50名(申込順) ⑫1月17日(月)までに電話で消費生活係 ☎5910-3089へ ※保育室(⑫1歳以上の未就学児)を利用したい方は、1月11日(火)までに併せて申し込んでください。

豊玉高齢者センターの教室

①②とも⑫区内在住の60歳以上の方⑫豊玉高齢者センター⑫往復ハガキに①教室名(①②の別)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、①12月27日②1月11日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 豊玉

アトリウム 入場無料 ミニコンサート

⑫12月15日(水)午後0時15分～0時45分⑫区役所アトリウム ⑫ミヨー／マリンバのための協奏曲より第1楽章ほか⑫會田瑞樹(マリンバ) ⑫會田瑞樹文化振興係 ☎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

高齢者センター ☎5912-6401へ

①和菓子教室

⑫1月17日(月)・24日(月)・2月14日(月)・28日(月)・3月7日(月)・14日(月)午前10時～正午【6日制】⑫料理研究家／柴崎真保 ☎20名(抽選) ⑫900円(材料費) ⑫エプロン、三角巾、さらし用布巾など

②古典文学シリーズ「橋物語～万葉集・更級日記・平家物語の中から」

⑫1月30日(日)午後2時～4時⑫古典文学研究家／貝瀬弘子 ☎70名(抽選)

油絵実技「写真をモチーフに描くリアルな静物」

＝美術講座＝

⑫中学生以上の方⑫1月22日(土)・23日(日)午前10時30分～午後5時【2日制】⑫練馬区立美術館⑫モチーフ写真を題材に透明感のある油彩画を描く⑫画家／薄久保香 ☎15名(抽選) ⑫3,000円(材料費) ⑫往復ハガキまたは電子メールで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、1月8日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館 ☎3577-1821・電子メール museum@city.nerima.tokyo.jpへ

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。

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。⑫学習支援係 ☎5984-2438

■母と子のキッドビクス…⑫1歳6か月～3歳児と保護者⑫12月17日(金)午前10時～正午⑫石神井公園区民交流センター3階(石神井町2-14-1) ☎20組(申込順) ⑫電話でバカレドリーム・関本 ☎3995-2435へ

■0歳からのおはなし音楽会…⑫⑫12月20日(月)①午前10時～10時30分(0歳児と保護者)②午前11時～正午(1～3歳児と保護者)⑫富士見台地区区民館(富士見台3-10-1) ☎各回20組(申込順) ⑫1組①200円②400円(材料費

など) ⑫電話でおるごー ☎090-2436-5000へ

■里山体験プログラム「田んぼで焼き芋」…⑫小中学生と保護者⑫12月23日(祝)午前10時30分～午後0時30分⑫里山ギャラリーノア(埼玉県寄居町) ☎10組(申込順) ⑫1人200円(保険料など) ⑫電話でむさしの里山ネットワーク・太田 ☎3921-6994へ

■軽量粘土で作るお正月飾り…⑫小学生⑫12月25日(土)午前9時30分～午後0時30分⑫大泉北地城集会所(大泉学園町4-21-1) ☎60名(申込順) ⑫500円(材料費) ⑫電話で工房まどい・伊原 ☎3978-0797へ

■自然の素材を使って作品づくりを楽しもう…⑫小学生 ※保護者の参加も可。⑫12月25日(土)午前10時～午後3時⑫春日町リサイクルセンター(春日町2-14-16) ☎20名(申込順) ⑫電話で光が丘エコクラブ・宮澤 ☎3939-1359へ

■親子で楽しむ石けん作り…⑫発達(知的)障害のある小中学生と保護者⑫1月8日(土)①午前10時～11時(小学生)②午前11時～正午(中学生)⑫厚生文化会館(練馬4-2-3) ☎各回5組(申込順) ⑫1人500円(保険料など) ⑫電話で素材探検隊・田中 ☎0120-490-570へ(平日午前9時～午後5時)

■走り方を学んでかっこよく速く走ろう…⑫小学3～6年生⑫1月10日(祝)午前9時～正午⑫中村中(中村南1-32-21) ☎35名(申込順) ⑫中村中陸上競技部⑫12月24日(金)までに電話で中村中 ☎3990-4436へ

■冬だ！ みんなでもちつきしよう！…⑫発達(知的)障害のある小中学生と保護者⑫1月10日(祝)午前10時～午後1時⑫南が丘小(南田中2-13-1) ☎20組(申込順) ⑫1人100円(保険料など) ⑫電話で南ファミリークラブ・原澤 ☎5934-5336へ

ミニガイド

■JA東京おおばの催し シクラメン祭り

⑫12月12日(日)までの午前10時～午後5時⑫園ふれあいの里(桜台3-35-18) ☎3991-8711⑫シクラメンの販売

■練馬少年少女ラグビー教室

⑫4歳児～中学生⑫12月23日(祝)午前9時30分～11時30分⑫練馬総合運動場(練馬2-29-10) ⑫実技指導、模範試合⑫日本ラグビーフットボール協会公認育成コーチほか⑫当日会場受け付け⑫練馬少年ラグビースクール・石丸 ☎080-1009-8544

■亀戸七福神めぐり

⑫1月7日(金)午前9時30分JR亀戸

駅北口改札集合⑫常光寺～香取神社～龍眼寺～亀戸天神(約6km。雨天決行) ⑫500円(小学生以下200円) ⑫往復ハガキに①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入の上、12月21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(午前9時～午後3時)

■水っていいな～初心者水泳教室

⑫年長児～小学生⑫1月14日～3月25日の毎金曜午後3時～4時30分【2月11日を除く。10日制】⑫光が丘体育館(光が丘4-1-4) ☎25名(申込順) ⑫7,000円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電話番号を記入の上、12月25日(必着)までに〒179-0075高松3-7-25-601 練馬区水泳リーダー連絡会・松本 ☎3990-8870へ

■普通救命講習会

①②とも⑫各回30名(申込順) ⑫心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など⑫1,400円(テキスト代) ⑫電話で各消防署へ①石神井消防署(下石神井5-16-8) ☎3995-0119…②A1月16日(日)③2月20日(日) いずれも午前9時～正午②練馬消防署(豊玉北5-1-8) ☎3994-0119…③1月28日(金)④2月19日(土) い

ずれも午前9時～正午

朝・夕・青空市

■富士見台駅前通り…12月12日(日)午前7時から ※商品がなくなり次第終了。⑫大内 ☎3825-1144

■光が丘IMA南館前…12月12日(日)・19日(日)午前10時～午後4時⑫北中 ☎3995-4924

■江古田いちば通り商店街…12月15日(水)午前10時～午後7時⑫南部 ☎3991-2340

■びくに児童遊園…12月19日(日)午前8時～10時⑫青木 ☎5387-2702

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。⑫長光寺橋公園(石神井町1-1-58)…1月9日(日)午前10時～午後0時30分(雨天中止)▷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、1月4日(必着)までに〒176-0001練馬2-22-13 リサイクル・タンポポ ☎090-5423-8684へ(問い合わせは午後7時～9時)▷問合せ 申込先または清掃管理課普及啓発係 ☎5984-1448

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。

知的障害のある方の性について 考えてみませんか

講演会

1月30日⑧ 光が丘区民センター2階

東京都心障害者福祉センター地域支援課地域支援係主任の山本良典氏を講師に迎え、知的障害のある方の性に関する考え方や性行動への対応について伺います。

時⑧ 1月30日(日)⑧午前10時30分～午後0時30分(講演会) ⑧午後1時30分～3時(質疑応答・意見交換) ※⑧

のみの参加は不可。⑧光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6) ⑧100名(申込順) ⑧電話またはファクス、電子メールで①講演会名(⑧⑧両方、⑧のみ)の別も)②氏名③電話番号を、光が丘障害者地域生活支援センターすてっぷ ☎5997-7858・Fax5997-7857・電子メールhikaristep@waltz.ocn.ne.jpへ

高齢者社交ダンス パーティー

⑧区内在住の60歳以上の方⑧ 1月12日(水)午後1時30分～3時30分⑧光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ⑧200名(先着順) ⑧ヒールカバー⑧当日会場受け付け⑧光が丘高齢者センター ☎5997-7717

スポーツ

1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。

⑧15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。⑧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	10(祝、31月).....19:00 14(金、21月).....10:00
平和台体育館 (平和台2-12-5) ☎5920-3411	7(金、16日、24月)9:30・19:00
光が丘体育館 (光が丘4-1-4) ☎5383-6611	10(祝、28金)9:30・18:30 12(水、24月).....9:30 18(火).....18:30
上石神井体育館 (上石神井1-32-37) ☎5991-6601	6(木、29土).....15:00 9(日、19水).....18:30 15(土、27木).....9:30
大泉学園町体育館 (大泉学園町5-14-24) ☎5905-1161	5(水、30日).....18:30 13(木、22土).....9:30 17(月、26水).....14:30

※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

①②とも⑧光が丘体育館(光が丘4-1-4) ⑧①往復ハガキに①教室名(⑧⑧の別も)②住所③氏名(ふりがな)

④年齢⑤性別⑥学年⑦電話番号を記入の上、12月20日(必着)までに区役所内スポーツ振興課事業係へ②当日会場受け付け⑧スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

①少年少女体操

時⑧ 1月15日～2月26日の毎土曜⑧小学1・2年生の部…午後1時45分～3時10分⑧小学3～6年生の部…午後3時20分～4時45分【2月12日を除く。6日制】⑧跳び箱、マット運動、トランポリン、鉄棒など⑧各80名(抽選) ⑧180円(保険料)

②ファミリースポーツ

⑧家族時⑧ 1月15日～2月26日の毎土曜午後6時～8時(2月12日を除く) ※1日だけの参加も可。⑧体操、トランポリン、ゲームなど⑧1人60円(保険料) ⑧上履き

都民体育大会練馬区選考会

④バドミントン(個人戦)

⑧区内在住または都内在住で区内に在勤(在学)し、バドミントン協会に登録している方⑧ 2月13日(日)午前9時から⑧総合体育館⑧一般・35歳以上・45歳以上・1～3部の各男女複⑧1組2,000円(保険料・シャトル代など) ⑧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。1月14日(必着)までに練馬区バドミントン協会・塩澤へ⑧スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

映画・音楽会

60歳以上の方対象の映画会

時⑧ 12月16日(木)⑧午前10時から⑧午後1時30分から⑧光が丘区民センター3階(光が丘2-9-6) ⑧黄色いリボン(主演/ジョン・ウェイン) ⑧各回200名(先着順) ⑧当日会場受け付け⑧光が丘高齢者センター ☎5997-7717

冬休みはベルデに行こう!

ベルデ(少年自然の家)では、冬休みに宿泊された方に、さまざまなイベントを用意しています。ぜひご利用ください。

ベルデ武石

- 12月12日(日)～24日(金)に、小学生以下のお子さんにクリスマスプレゼントを差し上げます
- 12月24日(金)は、新館に宿泊した方にクリスマススペシャルディナーを提供します
- 1月1日(祝)～3日(月)の朝食時に、おせち料理・甘酒を提供する他、こまの貸し出しや書き初め・凧(たこ)揚げ体験を行います

ベルデ軽井沢

- 12月21日(火)・22日(水)に、軽井沢産のかぼちゃを使った料理を提供する他、ゆず湯を行います

- 12月23日(祝)～25日(土)に、ケーキバイキングを行う他、中学生以下のお子さんにクリスマスプレゼントを差し上げます
- 1月1日(祝)～3日(月)の朝食時に、お雑煮・おとそを提供する他、羽子板・こま・かるたの貸し出しを行います

ベルデ下田

- 1月1日(祝)～5日(水)にストーンアート(石に絵を描く工作)・折り紙・塗り絵などが体験できます

1月7日(金)はベルデで七草がゆを食べよう

1月7日(金)の朝食時に、ベルデ武石・軽井沢・下田で七草がゆを提供します

宿泊の予約方法 | 直接または電話で旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階) ☎5984-1234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

- ◆虹の会29周年記念ダンスパーティー 12月18日午後0時30分～4時30分 石神井公園区民交流センター3階 参加費1,500円 例会…中級者対象 毎月曜午後7時15分～8時15分 石神井公園区民交流センター3階 男性プロが指導 入会金1,500円 月会費4,000円 宮下 ☎090-2678-8283 (要予約)
- ◆ガールスカウト東京都第172団オープンディ(クリスマスキャンドル作り&体験説明会) 年中～小学3年の女児対象 12月19日午前10時～正午 南町小 参加費200円 あびこ ☎090-2465-0362
- ◆光が丘将棋同好会 毎日曜午後1時～5時 旭町南地区区民館など 入会金500円 月会費250円(小中学生・女性無料) 柏倉 ☎3970-3134

- ◆オーケストラ・エミール80周年記念演奏会(ヘンデル/管弦楽「王宮の花火」など) 12月26日午後2時開演 練馬公民館 入場無料 犬飼 ☎Fax3924-3846
- ◆講演会「江戸学入門～江戸を見直す・江戸社会の仕組みと人々の生活ぶり」 中高年齢者対象 1月16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 睦会・渋谷 ☎Fax3923-3089 (12月17日までに要予約。午前9時～午後8時)
- ◆大江戸交響楽団第10回定期演奏会(オールベートーヴェンアルバム/「皇帝」「田園」) 小学生以上の方対象 1月23日午後2時30分開演 練馬文化センター 指揮 横川雅之 入場無料 車いす席あり(要予約) 例会…毎金曜午後6時45分～9時30分 総合教育センター 入会金2,500円 月会費2,500円 演奏会参加費20,000円(いずれも20歳未満は半額) 佐藤 ☎3925-6773
- ◆第2回がん患者の集い 1月16日午後1時～3時 区役所本庁舎19階 参加費200円 飲食代実費 田村 ☎080-5685-6136 (要予約)
- ◆ストレッチ・筋力トレーニング たまり場パワーアップ春日 月3回水曜午後6時30分～7時30分 石神井公園区民交流センター2階 月会費1,500円 佐山 ☎6794-0007 (要予約)

- ◆民謡サークル 月4回①火曜午前10時～正午②木曜午後6時30分～8時30分 大泉学園地区区民館 ①②とも月会費2,500円 鈴木 ☎3921-1048 (午後6時以降)
- ◆大正琴同好会・華美会 月3回月曜午前10時～正午 サンライフ練馬 会費1回1,000円 初回は無料体験可 年6回程度演奏会あり 湊屋 ☎3925-9486
- ◆川柳を楽しむねりま吟社 第1水曜午後1時～4時30分 練馬公民館 月会費1,000円 浜本 ☎3922-2986
- ◆健康体操・ストレッチ体操 毎水曜午前10時15分～正午 JA東京あおば富士見台支店 月会費3,000円 初めの1か月は無料体験可 西島 ☎3904-2186 (午後7時以降)
- ◆気学研究会 18歳以上の方対象 第1金曜午前10時～正午 サンライフ練馬 入会金1,000円 月会費1,500円 教材費実費 駆見 ☎090-6198-1003 (要予約)
- ◆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
- ◆子どものジャズダンス ポコアポコ 6歳以上の方対象 毎土曜午後5時30分～6時30分 下石神井地区区民館 会費4回3,000円 初回は無料体験可 吉岡 ☎090-9385-9021 (要予約)

- ◆料理サークルかたくり(⑧伝統和食⑧本格中華) ⑧…①第1土曜午後1時30分～4時⑧⑧…②第2金曜③第3水曜午前9時30分～正午 ①勤労福祉会館②③石神井公園区民交流センター2階 ①～③とも入会金1,000円、月会費1,000円、材料費1回1,300円 富永 ☎090-1813-8098 (要予約)
- ◆社交ダンス 月曜会 多少踊れる方対象 毎月曜午後1時～3時30分 西京信用金庫氷川台支店 プロが指導 入会金1,000円 月会費2,800円 初回は無料体験可 佐佐木 ☎3557-5067 (要予約)
- ◆むさし野俳句会 第4木曜午後1時～4時 関区民センター 月会費500円 年1～2回都内近郊で吟行あり 年1回句集の発行あり 黒尾 ☎3929-0591

- ◆民謡(唄・三味線) 瑠声会 月4回木曜午後1時～5時 練馬公民館 講師 日本コロムビア専属/太田瑠声 月会費3,000円 松田 ☎3991-7623
- ◆フラワーアレンジ・クレエ(プリザーブド・生花) 第3木曜午前10時～正午 豊玉リサイクルセンター 入会金1,000円 会費1回1,000円 花材代1回2,500円 お子さん連れ可 長谷川 ☎090-2913-0748 (要予約)
- ◆エアロフィットネス(エアロビクス・筋トレなど) 毎水曜午前9時30分～10時45分または午前11時15分～午後0時30分 北大泉地区区民館 インストラクターが指導 月会費2,000円 初回は無料体験可 お子さん連れ可 ウエハラ ☎6766-7503

区民のひろば・投稿のきまり

◎掲載の対象 区民の方や区内の団体(代表者と構成員の半数以上が区民の方)が、区内の公的施設を利用して行う自主的な活動で、原則として1回の会費が1,500円以内のもの ※次の活動は掲載できません。
★営利活動★売名行為★政治・宗教関係★対象が著しく限定されている★物品などの交換
◎申込方法 原稿を持参するか郵送・ファクスで広聴広報課広報係

(区役所本庁舎7階) Fax3993-1194へ ※区ホームページ「ねりま区報」からも申し込めます。 ※掲載は申込順(申し込みから2～3か月後)。催し物など日時確定のもの、掲載希望の1か月前が原稿締切。 ※掲載後、次回掲載まで8か月以上あけていただきます。 ※掲載は無料。
【記載事項】
①団体名②活動内容③対象(経歴や年齢を限定している場合)④活動日時・場所⑤入会金・月会費など⑥問合せ先の方の名前・電話番号・住所(掲載はされません)

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：図…対象、図…時、所…場所、図…内容、講義…講師、図…定員、図…参加費、図…持ち物、図…申し込み、問…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

今日から実践！ ニコニコ ペースの健康づくり運動教室

図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 図1月8日～29日の毎土曜午前9時30分～11時30分【4日制】 所石神井公園区民交流センター3階(石神井町2-14-1) 図運動実技、栄養指導 図30名(申込順) 図500円 図電話で(株)ネサンス ☎5600-5399へ(平日午前9時30分～午後6時30分) 問健康づくり係 ☎5984-4624

ここでしか聞けないお医者さんの話～禁煙のためのQ&A

図1月12日(水)午後2時～4時 所関保

健相談所 図講義 関関町内科クリニック 院長／申偉秀 図50名(申込順) 図電話で関保健相談所へ

お口からはじめるアンチエイジング～体操・発声そして笑顔

図1月22日(土)午前10時～11時40分 所区役所アトリウム棟地下多目的会議室 図講義、運動実技 図健康運動指導士／原真奈美 図50名(申込順) 図電話で健康づくり係 ☎5984-4624へ

骨粗しょう症予防教室

図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。 所関右上の表の通り 図骨量測定(素足での、かかと超音波検査)、生活と食事の話など 図各回40名(申込順) 図電話で各

保健相談所へ

会場	受付時間
①豊玉保健相談所	1/13(木)13:15～13:30
②関保健相談所	1/18(火)14:00～14:15
③大泉保健相談所	1/13(木)14:00～14:15

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。

問予防係 ☎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
	混合1期	平成21年12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
麻しん 風しん	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
	D T 2期	平成11年12月生まれ
	1 期初回	平成19年12月生まれ
日本脳炎	1 期追加	1期初回終了1年後
	1 期経過 対応	平成15年8月2日～16年4月1日生まれ

小児救急ミニ講座

「子どもの病気とその対応」

図0歳児の保育者 ※過去に受講し

た方はご遠慮ください。 図1月13日(木)午後2時～3時30分 所光が丘保健相談所 図講義 関日本大学医学部付属練馬光が丘病院小児科長／瀬上達夫 図30名(申込順) 図電話で光が丘保健相談所へ

いつまでもお元気で

65歳からの筋力アップ運動と骨量測定

図A医師から運動を止められていない65歳以上の方 図65歳以上の女性 所関 図下表の通り 図講義、骨量測定(Aは運動実技も) 図バスタオル(②のみ) 図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。 ※A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石神井保健相談所	1/13(木)A13:45～14:00 B14:15～14:30	A25名 B25名
②関保健相談所	1/12(水)A9:30～9:45 B9:45～10:00	A25名 B25名

家族介護者教室

☑言語リハビリ教室

図12月18日(土)午後1時30分～3時30分 所関 関町デサービスセンター(関町南4-9-28) ☎3928-5030 図10名(先着順) 図当日会場受け付け

1月 1歳児子育て相談と1歳からの食事講習会・2歳6か月児歯科健診

問担当の保健相談所

受付時間内に、お住まいの地域を担当する保健相談所へ直接おいでください。

日程・受付時間	
会場 (保健相談所)	1歳児子育て相談・1歳からの食事講習会…図平成22年1月生まれ 図歯磨き・育児相談、計測、献立紹介など 図母子健康手帳、歯ブラシ ※レシピ集を差し上げます。
豊玉	12(水)・26(水) いずれも13:00～14:00
北	18(火)・25(火) いずれも9:00～9:45
光が丘	6(木)9:00～10:00・19(木)13:00～14:00
石神井	5(木)13:00～14:00・12(木)8:45～9:45
関	7(金)9:00～9:45・13:15～14:00
大泉	13(木)・18(火) いずれも9:00～9:45
	2歳6か月児歯科健診…図平成20年7月生まれ 図母子健康手帳、歯ブラシ、コップ
	13(木)・21(金) いずれも13:00～15:00
	21(金)・28(金) いずれも9:00～11:00
	18(火)13:00～15:00
	19(木)13:00～15:00
	31(月)9:00～11:00
	14(金)9:00～11:00・13:00～15:00

調理師の方は従事状況の届け出を



東京都内で調理業務に従事している調理師の方は、調理師法により、従事状況を隔年で届け出ることが定められています。対象となる方は、届け出用紙に12月31日(金)現在の状況を記入の上、1月15日(土)までに東京都が指定した機関に届け出てください。 ※届け出用

紙は練馬区保健所生活衛生課、同石神井分室(石神井保健相談所内)で配布しています。また、東京都ホームページ(<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shikaku/tyouri/>)からも取り出せます。

問東京都健康安全課 ☎5320-4358、練馬区保健所生活衛生課食品衛生担当係 ☎5984-4675

新しい親医療証を発送します

ひとり親家庭の方などを対象とした 図医療証は、12月31日(金)が有効期限です。引き続き受給できる方には、新しい医療証を12月10日から順次お送りしています。受給者または同居親族などの平成21年中の所得が右表の制限額以上の場合は、受給の対象にはなりません。

図医療制度は、受給者とその同居親族の住民税(特別区民税・都民税)の課税・非課税の状況によって、医療機関での自己負担額が変わります。図医療証に同封の「図医療証のてびき」で確認してください。また、有効期限が過ぎた医療証は、区民事務所(練馬を除く)、出張所、総合福祉事務所(練馬を除く)、子育て支援課児童手当係(区役所本庁舎10

階)へお返しください。 ※郵送で返却する場合は子育て支援課児童手当係へ。 問子育て支援課児童手当係 ☎5984-5824

図医療証の所得制限額

21年中の税法上の扶養人数	受給者	同居親族など
0人	2,000,000円	2,440,000円
1人	2,380,000円	2,820,000円
2人	2,760,000円	3,200,000円
以下、1人増すごとに380,000円を加算		

※社会保険料控除分(一律80,000円)を含む金額です。あらかじめ社会保険料を控除して計算する必要はありません。 ※給与所得者は、源泉徴収票の給与所得控除後の金額です。確定申告をした方は、所得金額の「合計」の金額です。 ※この他に医療費控除など各種控除を受けられる場合があります。

医療従事者の方は 就業状況などの届け出を

医療従事者の方は、医師法などにより、就業状況などを隔年で届け出ることが定められています。対象となる方は、練馬区保健所生活衛生課にある届け出用紙に12月31日(金)現在の状況を記入の上、1月17日(月)までに届け出てください。 ※用紙の郵送を希望する方は、返信用封筒に80円切手を貼って、練馬区保健所生活衛生課医療事務係へ。

図①医師・歯科医師・薬剤師免許をお持ちの方…業務に従事している方も、していない方も、就業地または住所地の保健所へ②保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士免許をお持ちの方…業務に従事している方のみ、就業地の保健所へ 図練馬区保健所生活衛生課医療事務係 ☎5984-1352

電池のリサイクルにご協力ください

☑乾電池…右表の区立施設やスーパーマーケットなどにある「乾電池回収ボックス」(＝写真)に入れてください。☑充電式電池…区内の電器店やスーパーマーケットなどにある「充電式電池リサイクルボックス」に入れてください。なお、充電式電池リサイクルボックスは区役所南側入口、リサイクルセンター、練馬区資源循環センターにも設置してあります。 ※ボタン型電池はメーカーが回収します。 問リサイクル推進係 ☎5984-1097



乾電池回収拠点一覧

区立施設
光が丘・大泉区民事務所、出張所、図書館、リサイクルセンター、清掃事務所、春日町青少年館、旭町南地区区民館、練馬区資源循環センター、勤労福祉会館、石神井庁舎、区役所入口(正面・南側・西庁舎)
販売店
いなげや・マルエツ・ライフ・西友・リヴィン・サミットの区内全店、グルメンティ(江古田・練馬平和台店)、大丸ピーコック高野台店、ヨークマート石神井店、あまいけ(練馬・上石神井店)、まなマート(石神井駅前・石神井公園店)、ホームセンターマツモトキヨシ練馬春日町店、練馬中村橋東急ストア、オオセキ練馬店、東武ストア練馬店、ダイエー練馬店、コモディイイダ(中村橋・大泉店)、ユニバーサルドラッグ大泉学園店、ザ・ガーデン自由が丘中村橋店、スーパーバリュ練馬大泉店、サカガミ大泉店、サントク関町店