

やりがいのある この仕事を続けたい!

9月は 障害者雇用支援月間

レインボーワーク(練馬区障害者就労促進協会)では、区内在住の障害のある方を対象に、本人に適した職場探しや就労継続の支援を行うほか、障害のある方を雇いたい事業主に対し、人材探しのお手伝いをしています。ぜひご利用ください。▶問合せ:レインボーワーク ☎3948-6501 FAX 3557-8176



誰もが認める丁寧な 仕事で助かっています

ソニー希望・光(株)
オフィスサービス課
増子文さん

渡辺さんは非常に真面目で、丁寧に仕事をしてくれます。健康管理を徹底されている方で、当社で15年間元気に働いています。清掃の仕事は時間に追われがちですが、必ず時間内に仕事を終わらせてくれます。

当社には、他にもレインボーワークの紹介で働いている方がいます。レインボーワークの方から、福祉に関する専門的なアドバイスをいただけるので、とても助かっています。



オフィスをキレイにして、気持ちの良い職場にします

レインボーワークの支援でソニー希望・光(株)に就職した 渡辺宗弘さん

食堂や会議室の清掃、ごみの回収、伝票整理などの仕事をしています。社員の皆さんに気持ち良く使ってもらえるよう、心を込めて作業をしています。この職場でやりがいをもって働き続けられるのは、安心して一緒に仕事をする事ができる社員の皆さんのおかげです。

この会社にはレインボーワークの支援で入社しました。定期的に会社を訪問してくれるので、困ったことは何でも気軽に相談できます。

2面でレインボーワークの事業と障害者雇用支援月間の催しを紹介

5階の窓から



障害者福祉は、私が行政に取り組みの原点です。美濃郡都政で福祉に従事したくて都に入り、日本初の障害者福祉センターに配属されて、窓口業務からスタートしました。後に障害者施設2箇所の係長も務めました。

その頃は、街中で障害者の方を目にするのが、未だ珍しい時代でした。若く未熟な青春の日々、ただ懸命に無我夢中で仕事をしました。先日、当時通所していた聴覚障害児のお母さんが、昔の登録カードや写真を持って訪ねて来られました。立派に成人し活躍されている様子も伺い、万感胸に迫るものがありました。障害者が、地域から隔離された「特別な存在」であってはならない。永く福祉行政に従事して、自然にそう考えるようになり、今も信じています。

人類の歴史は、「人間が人間になって行く」プロセスだと思っています。障害者の方が、住まいのドアを開ければ、直ぐそこに住み慣れた地域がある。障害の特性に応じた就労があり、暮らしの支援がある。誰もが、こうした当たり前の生き方が出来る社会を、この練馬で築きたい、心から願っています。

この程、アイメイト協会と協力して、区役所の庁舎を盲導犬の訓練の場として開放しました。地域の方々とともに障害者福祉の充実を目指したい、23区の先頭を切って走る区になりたい。力を尽くそうと思っています。

練馬区長 前川 耀男

レインボーワークのご利用を

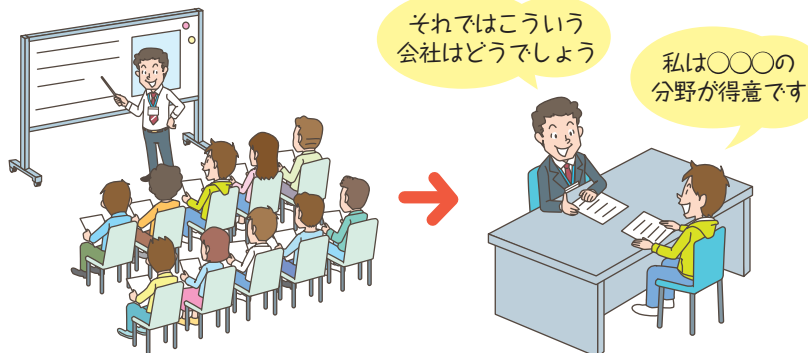
レインボーワークでは、障害のある方や、障害のある方を雇いたい事業主に対し、職場・人材探しなどのお手伝いをしています。ここでは、レインボーワークの支援内容を紹介します。

問
合
せ

レインボーワーク
(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階)
☎3948-6501 FAX 3557-8176
▶相談日時:月～金・第3土曜午前8時30分
～午後5時15分(祝休日を除く)

障害のある方への支援

職場探しの支援



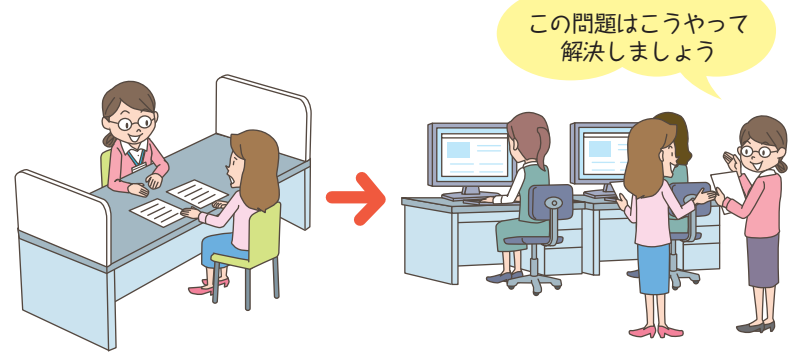
まずは説明会に参加

レインボーワークの支援内容を紹介します

面談後、就労活動を支援

説明会に参加し、支援を受けたい方には、面談をして職場探しのお手伝いをします

就労継続の支援



まずは窓口で相談

継続して働くことなどに不安があれば、まずは相談してください

職場訪問などの支援

就労支援員が職場を訪問し、本人や事業主からの相談に応じます

事業主への支援

障害のある方の雇用に関する相談や、仕事の内容に適した人材探しのお手伝いをします。

共同受注窓口

福祉施設で行う封入や印刷などの受注作業を承っています。詳しくは、お問い合わせください。

障害者雇用支援月間の催し

障害のある方への理解を深めるための催しを開催します。ぜひ、お越しください。

9/1(金)～15(金)

働く障害者パネル展

レインボーワークの支援を受けながら働いている方を紹介しています。

▶日時:9月1日(金)～15日(金) 午前9時～午後5時(15日は午後3時まで)

▶場所:区役所アトリウム

9/21(木)

障害者自立支援施設 自主生産品販売会

▶日時:9月21日(木)午前10時～午後2時

▶場所:区役所アトリウム



9/29(金)

講演会

「企業の業績につながる障害者雇用」

▶日時:9月29日(金)午後2時～4時 ▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶講師:NPO法人FDA理事長/成澤俊輔(=写真) ▶定員:100名(先着順) ▶申込:電話またはファクスで①講演会名②氏名③電話番号④参加人数⑤手話通訳・要約筆記の希望の有無を、レインボーワークへ



10/1(日)
から

ごみの処理手数料が変わります

問合せ 清掃事業係
☎5984-1059

区民の皆さまへ 粗大ごみの処理手数料を改定します

10月1日(日)申し込み分から粗大ごみの処理手数料(表1)を改定します。 ※排出する場合は、粗大ごみ受付センター ☎5703-5399または、インターネット(<https://www.sodai-city.jp/nerima>)で申し込んでください。



表1 主な粗大ごみの処理手数料

主な品目	収集		持ち込み(※)	
	現在	改定後	現在	改定後
掃除機、ガスコンロ、ふとん、自転車(16インチ未満)	300円	400円	200円	
ソファ(1人用)、自転車(16インチ以上)	700円	800円	400円	
シングルベッド、机、ベッドマット	1,000円	1,200円	500円	600円
たんす(3辺のうち長い2辺の合計が270cm以上のもの)、ダブルベッド	1,800円	2,000円	900円	1,000円
両そで机	2,500円	2,800円	1,300円	1,400円

※資源循環センターに持ち込む場合の料金です。

家庭から出る粗大ごみや引っ越しなどで出る多量のごみ、事業活動に伴うごみを排出する場合は、廃棄物処理手数料を負担していただいています。

しかし、処理手数料とごみ処理にかかる費用との間に差が生じています。そこで、10月1日(日)から廃棄物処理手数料を1kgあたり36.5円から40円に改定します。

事業者の皆さまへ 事業系一般廃棄物処理手数料を改定します

●一般廃棄物処理業者に収集を依頼している事業者の方

10月1日(日)から、処理業者と事業系一般廃棄物の収集・運搬・処分契約を結ぶ際の上限額を1kgあたり36.5円から40円に改定します。具体的な契約内容については、委託先の処理業者にお問い合わせください。



●区の収集を利用している事業者の方

ごみを排出する際に貼る事業系有料ごみ処理券の料金(表2)とデザインが変わります。新しい事業系有料ごみ処理券は10月1日(日)から販売します。なお、9月30日(土)までに購入した事業系有料ごみ処理券は、10月31日(火)まで使用できます。残ったごみ処理券は還付できます。詳しくは、お問い合わせください。

表2 事業系有料ごみ処理券の料金

券種	現在	改定後
小/10リットル券(10枚1セット)	690円	760円
中/20リットル券(10枚1セット)	1,380円	1,520円
大/45リットル券(10枚1セット)	3,100円	3,420円
特大/70リットル券(5枚1セット)	2,415円	2,660円

災害に備えて学びませんか ～企画展「水害」と女性のための防災講座を開催

防災は日頃からの備えが非常に大切です。今回、「水害」について学ぶ企画展と女性の視点で考える防災講座を開催します。この機会にぜひご参加ください。

場所・問合せ 防災学習センター ☎5997-6471

防災学習センター企画展

水害

大きな河川がなくても
水害は起こります!!

集中豪雨などによる水害から自分の命や財産を守るための知識が学べます。また、扉の水圧や冠水路歩行の体験、水害に関するパネルなどを展示します。▶日時: 9月1日(金)・2日(土)午前10時～午後6時(2日は午後5時まで) ※事前の申し込みは不要です。



9/1(金)

講演会「練馬区の過去の事例から 天気を予測する方法を学ぶ」

▶時間: 午後2時～3時 ▶講師: (株)ウェザーニューズ/松沢純奈 ※参加者にアルミブランケットをプレゼント。



都下水道局ミニ講座

▶時間: ①午前10時30分～11時 ②午前11時30分～正午 ▶内容: 下水道局の取り組みと日頃の備えを紹介



9/2(土)

ねり丸も登場

講演会「練馬区における豪雨と、 予測情報の活用について」

▶時間: 午後2時～3時 ▶講師: 国立研究開発法人防災科学技術研究所/加藤亮平 ※参加者にアルミブランケットをプレゼント。

缶バッジ釣り

▶対象: 小学生以下 ▶時間: ①午前10時30分から ②午後3時から ▶内容: オリジナル缶バッジを各100個配布 ※なくなり次第終了。

スタンプラリーを開催!

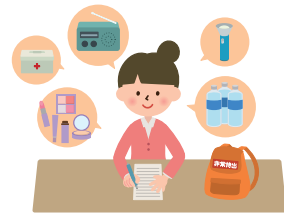
参加者に、防災学習センター
オリジナルグッズをプレゼント!

ねりま防災カレッジ講座

「災害時だからこそ

“活かせる”女子力を考える」

練馬
En
エンカレッジ



女性の感性を活かした活動やリーダーシップは、災害時においても大切です。今回、さまざまなテーマを女性の視点で考える防災講座を実施します。ハンドケアや安全に過ごせる部屋の収納整理術、家族の守り方などを学び、「女性視点で考える防災パンフレット」を作成します。

▶対象: 女性 ▶日時: 9月9日(土)、10月14日(土)、11月11日(土)午前10時～正午【3日制】 ▶講師: (一社)MIT/林智恵ほか ▶定員: 40名(先着順) ▶申込: 電話またはファクス、電子メールで①講座名②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、9月2日(土)までに同所 ☎5997-6471 FAX 5997-6472 ✉kuminbousai04@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員20名。保険料1回50円)を利用したい方は、お子さんの年齢・性別もお知らせください。



参加者には、防災グッズをプレゼント!

9/5(火)から

北町・上石神井地域に 図書館資料受取窓口を開設

問合せ 光が丘図書館 ☎5383-6500

予約した図書館の本やCDなどの受け取りや返却ができる受取窓口を、9月5日(火)から北町と上石神井地域の2カ所に開設します。予約の際に希望の受取窓口を指定し、受取時に図書館利用カードをお持ちください。



▶交通: 東武練馬駅下車南口徒歩2分



▶交通: 上石神井駅下車南口徒歩3分

受取窓口名・所在地	窓口利用日時
新北町(北町2-26-1 北町地区区民館内)	平日9:00～20:00、土・日曜、祝休日9:00～19:00 ※第2を除く月曜休館(祝休日の場合はその翌日)。
新上石神井(上石神井1-6-16 上石神井南地域集会所内)	
高野台(高野台2-25-1 生涯学習センター分館内)	
石神井公園駅(石神井町7-1-2 西武池袋線高架下)	
大泉学園駅(東大泉1-28-1 リズモ大泉学園4階)	
豊玉(豊玉上2-22-15 豊玉リサイクルセンター内)	平日9:00～20:00、土・日曜、祝休日9:00～19:00 ※水曜休館(祝休日の場合はその翌日)。

※新の窓口を指定できるのは9月1日(金)からです。

9/23
(祝)

第36回 練馬児童劇団発表会

ピーターパン

入場
無料

小学生～20歳の劇団員が、
日頃の練習の成果を発表します。



昨年の発表会の様子

▶日時: 9月23日(祝) ①午後2時 ②午後6時開演 ▶場所: 練馬文化センター ▶定員: 各550名(抽選) ▶申込: 往復ハガキで①催し名(①②の希望順も)②代表者の住所・氏名・電話番号③観覧者全員(4名まで)の氏名を、9月4日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341

8/31(木)～9/6(水)

ねりま手工芸公募展

16歳以上のアマチュアの方から募集した手工芸作品約50点を展示します。▶日時: 8月31日(木)～9月6日(水)午前10時～午後5時 ※9月4日(月)休館。▶場所: 石神井公園ふるさと文化館 ▶問合せ: 伝統文化係 ☎5984-2442



特別区民税・都民税の第2期分の納期限は8月31日(木)

お支払いは、納め忘れのない便利な口座振替をご利用ください。
▶問合せ: 収納課 ☎5984-4547

お知らせ

住まい・まちづくり

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、(一社)練馬区建築設計事務所協会の建築士などがお応えします(予約制)。▶**日時**:9月30日(土)午後1時～4時の間の30分間▶**場所**:上石神井南地域集会所(上石神井1-6-16)▶**申込**:9月29日(金)までに電話で耐震化促進係☎5984-1938

働く

スクールソーシャルワーカー【非常勤職員】

申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか区ホームページをご覧ください。▶**対象**:スクールソーシャルワーク業務の経験が1年以上ある方、または社会福祉士・精神保健福祉士のいずれかの有資格者▶**期間**:10月～来年3月(再任する場合あり)▶**日時**:月～金曜の1日7時間45分(月16日)▶**場所**:学校教育支援センター▶**採用予定数**:若干名(書類選考・面接)▶**報酬**:月額22万1000円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込期限**:9月5日(必着)▶**問合せ**:学校教育支援センター☎6385-9911

生活保護業務などの事務補助【臨時職員】

▶**対象**:各総合福祉事務所の担当地域外に住んでいる方(担当地域:石神井…〒177の地域、大泉…〒178の地域)▶**期間**:10月～来年3月▶**日時**:月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間以内(月16日以内)▶**採用予定数**:各2名(面接)▶**賃金**:時給960円 ※交通費支給。▶**申込**:総合福祉事務所や区ホームページにある申込書(写真貼付)を、8月31日(必着)までに持参または郵送で希望する総合福祉事務所管理係【石神井☎5393-2801、大泉☎5905-5262】

事務【臨時職員】

登録制で、欠員状況により採用します。▶**期間**:6カ月以内▶**日時**:原

則として月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間45分以内(月20日以内)▶**場所**:区役所など▶**内容**:事務補助(配属先によりパソコン作業あり)▶**賃金**:時給960円※交通費支給。 ※勤務条件により社会保険あり。▶**申込**:区民事務所(練馬を除く)や職員課(区役所本庁舎6階)、区ホームページにある申込書(写真貼付)を、持参または郵送で職員課人事企画担当係☎5984-5784

学校生活臨時支援員【臨時職員】

登録制で、欠員状況により採用します。▶**対象**:次の①②のいずれかに当てはまる方 ①小中学校の教員免許を持っている②学校教育や障害者施策などに関する知識・経験がある▶**期間**:6カ月以内▶**日時**:原則として月～金曜午前8時15分～午後5時の間で学校が指定する時間(月90時間以内)▶**場所**:区立小中学校▶**内容**:通常の学級や特別支援学級の児童・生徒に対する学習支援、日常生活上の介助など▶**賃金**:時給1,100円※交通費支給。▶**申込**:教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある履歴書(写真貼付)を、教育指導課管理係☎5984-5746

給食介助【臨時職員】

▶**期間**:10月～来年3月▶**日時**:月～金曜午前11時30分～午後1時30分(月14日以内)▶**場所**:大泉学園町福祉園▶**採用予定数**:11名(書類選考)▶**賃金**:時給1,100円 ※交通費支給。▶**申込**:履歴書(写真貼付)と住所・氏名を記入し82円切手を貼った返信用封筒を、9月9日(必着)までに持参または郵送で〒178-0061大泉学園町3-9-20 大泉学園町福祉園☎3923-8540

保健師・助産師・看護師【臨時職員】

▶**対象**:保健師・助産師・看護師(産科・小児科経験者)のいずれかの有資格者▶**期間**:10月～来年3月▶**日時**:月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の6時間(月20日以内)▶**場所**:北保健相談所▶**内容**:妊娠届け出時の面接、母子保健相談など▶**採用予定数**:1名(書類選考・面接)▶**賃金**:時給1,600円 ※交通費支給。▶**申込**:履歴書(写真貼付)と

資格証の写しを、持参または郵送で〒176-8501区役所内健康推進課母子保健係(東庁舎6階)☎5984-4621

再就職をめざす女性のための職業訓練～ワード・エクセル基礎科

▶**対象**:結婚、出産、育児などで退職後、再就職を希望し、ハローワークで求職登録をした方▶**日時**:9月18日(祝)～22日(金)午前10時～午後3時【5日制】▶**場所**:男女共同参画センターえーる▶**定員**:10名(抽選)▶**テキスト代**:2,160円▶**区の担当**:人権・男女共同参画課▶**申込**:男女共同参画センターえーるや石神井公園区民交流センター、図書館、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)、区ホームページにある募集案内をご覧くださいの上、8月25日(金)までに募集案内に記載の申込先へ▶**問合せ**:東京都能力開発課☎5320-4807※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

自衛官など

▶**問合せ**:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所☎3991-8921

種目	対象	募集期間
①防衛大学校学生	高卒(見込み含む)以上21歳未満の方	9/5(火)～29(金) ※①の推薦・総合選抜については9/7(木)まで。
②防衛医科大学校学生(医学科・看護学科)		

※年齢は来年4月1日現在。

事業者向け

食品衛生実務講習会「最近の食中毒事例と予防対策について」

▶**対象**:食品関係施設の食品衛生責任者▶**日時**:9月6日(水)午後2時30分～4時(午後2時開場)▶**場所**:練馬文化センター▶**講師**:(一社)東京都食品衛生協会／力武益美▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:食品衛生担当係☎5984-4675

取引や証明用はかりの定期検査

商店での取引や学校、病院などでの証明に使用するはかりは、2年に1度定期検査を受ける必要があります。全てのはかりについて検査員が直接商店などへ伺い、検査を行います。詳しくは、東京都計量検定所から対象者に送付するハガキをご覧ください。ハガキが届かない場合や、はかりを新たに使用するようになった方、使用しなくなった方はご連絡ください。▶**検査日**:8月30日(水)～11月22日(水)(土・日曜、祝日を除く)▶**問合せ**:東京都計量検定所検査課☎5617-6638

ビジネス講座「事例に学ぶ事業価値の継ぎ方・つなげ方」

▶**対象**:経営者、後継候補者▶**日時**:9月21日(休)、10月19日(休)午後7時～9時【2日制】▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**講師**:㈱ALPコンサルティング代表取締役／今野不二人▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①講座名②氏名(ふりがな)③事業所の郵便番号・住所・名称・業種・電話番号・ファク

ス番号または電子メールアドレスを、9月19日(火)までに練馬ビジネスサポートセンター☎6757-2020 FAX 6757-1014 ※同ホームページ(http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/)からも申し込めます。

ボランティア

障害のある方へのIT支援ボランティア養成講座(初心者向け)＝練馬Enカレッジ事業(人材育成事業)＝

障害のある方へのパソコンなどの活用を支援するために必要な技術や知識を学ぶ講座です。▶**対象**:講座修了後に区内で障害のある方へのIT支援のボランティアができる方▶**日時**:1日目…9月24日(日)午前9時30分～午後4時30分、2日目…10月15日(日)④午前9時30分～午後0時30分⑥午後1時30分～4時30分【2日制】▶**場所**:中村橋区民センター▶**講師**:NPO法人練馬ぱそぼらん会員▶**定員**:10名(抽選)▶**費用**:1,000円▶**申込**:往復ハガキで①講座名(④⑥の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥電子メールアドレス(ある方のみ)を、9月13日(必着)までに〒176-0021貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター☎3926-7211

練馬まつりの当日スタッフを募集

10月15日(日)にとしまえんで開催する練馬まつりの当日スタッフを募集します。▶**対象**:18歳以上の方▶**募集人数**:30名程度▶**申込**:電話で申込用紙を請求の上、9月1日(必着)までにまつり係☎5984-2389 ※申込用紙は区ホームページにも掲載しています。

お休みします

〈豊玉リサイクルセンター☎5999-3196〉…8月27日(日)【害虫駆除のため】 ※図書館豊玉受取窓口☎3992-1600も利用できません。

高齢者

東京都シルバーパスの更新手続きのお知らせ

シルバーパスをお持ちの方へ(一社)東京バス協会から「更新のお知らせ」が8月下旬に郵送されます。必要書類を持参の上、指定された受付日・窓口で手続きをしてください。▶**問合せ**:(一社)東京バス協会シルバーパス専用電話☎5308-6950(平日午前9時～午後5時)

「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」料理教室

▶**日時**:9月8日(金)午前10時30分～午後1時▶**場所**:春日町青少年館▶**内容**:高齢者向け料理本「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」の料理を作る ※初めての方には料理本を差し上げます。▶**講師**:食のサポーターねりま会員▶**定員**:20名(先着順)▶**材料費**:500円▶**持ち物**:エプロン、三角巾▶**申込**:電話で介護予防生活支援サービス係☎5984-4596

9/4(月)から 光が丘高齢者相談センター錦支所が移転

9月4日(月)に、高齢者相談センター錦支所が北町地区区民館内に移転します。併せて「北町支所」に名称が変更になります。※担当区域や電話番号は変更ありません。



交通:東武練馬駅下車南口徒歩2分

高齢者相談センター

…高齢者やその家族から、介護・福祉・医療についての総合的な相談を受け付けています。

問合せ

高齢者支援課管理係☎5984-4582

世帯と人口【8月1日現在】

※()内は前月比。※住民基本台帳による人口。

世帯数	総人口 727,277(+275)			日本人 709,814(+75)			外国人 17,463(+200)			年齢別人口		
	364,763(+247)	男 354,685	女 372,592	男 346,602	女 363,212	男 8,083	女 9,380	14歳以下 88,057(-102)	15～64歳 481,323(+176)	65歳以上 157,897(+201)		

シニア就職活動支援講座 ～「生涯現役」セカンドキャリアを 考える

▶**対象:**おおむね 60歳以上の方 ▶**日時:**9月11日(月)㊤午後1時30分～3時45分(講義)㊤午後3時45分～4時45分(個別相談会) ▶**場所:**はつらつセンター光が丘 ▶**講師:**産業カウンセラー／疋田奈緒美 ▶**定員:**㊤25名㊤6名(先着順) ▶**区の担当:**高齢社会対策課管理係 ▶**申込:**電話でヒューマンタッチ(株) ☎0120-917-525(平日午前9時～午後4時)

ここから学ぼう！ 健康長寿はつつまつり

▶**日時:**9月5日(火)午前9時30分～午後4時 ▶**場所:**関区民センター ▶**内容:**血管年齢・体組成測定、運動・口腔(こうくう)・認知の機能の低下予防や栄養摂取などに関する講座と展示 ▶**申込:**当日会場へ ※転倒リスク測定は、午前9時15分(定員30名)・午後0時45分(定員35名)から整理券を配布(先着順)。 ▶**問合せ:**介護予防係 ☎5984-2094

子ども・教育

9月の「赤ちゃんからの飲む 食べる相談」～離乳期の赤ちゃんが いる家族の食事

試食を交えた少人数グループでの相談会を開催します。 ▶**対象:**0歳児の保護者(1歳頃まで参加可) ▶**申込:**当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日時(いずれも40分程度)
豊 玉 ☎3992-1188	11(月)①14:00②14:50 22(金)①10:00②10:50 ③14:00④14:50
北 ☎3931-1347	15(金)①10:00②10:50
光が丘 ☎5997-7722	11(月)①10:00②10:50
石神井 ☎3996-0634	7(木)・14(木)・21(木) ①10:00②10:45
大 泉 ☎3921-0217	22(金)①10:00②10:50
関 ☎3929-5381	19(火)①10:15②11:00

秋のこども日本語教室

▶**対象:**日本語を母語としない小中学生 ※知り合いの外国人住民の方に紹介してください。 ▶**日時:**9月2日～12月9日の毎土曜午前10時～正午【9月23日、10月21日を除く。13日制】 ▶**場所:**区役所本庁舎19階など ▶**内容:**レベル別の初級日本語学習や学校の勉強の補習など ▶**申込:**電話で事業推進係 ☎5984-4333

9月の母親学級(平日3回コース)

▶**対象:**妊娠中の方 ※家族での参加も可。 ▶**内容:**講義、お風呂の入れ方の実習、歯磨き実習など ▶**持ち物:**母子健康手帳 ▶**申込:**当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日程【3日制】
豊 玉 ☎3992-1188	5(火)・12(火)・19(火)
北 ☎3931-1347	4(月)・11(月)・25(月)
石神井 ☎3996-0634	1(金)・8(金)・15(金)
大 泉 ☎3921-0217	15(金)・22(金)・29(金)

※時間はいずれも13:30～16:00。

9月の母親学級(土曜1回コース)

▶**対象:**平日の参加が難しい妊娠中の方 ▶**日時:**9月23日(水)午後1時30分～4時 ▶**場所:**光が丘保健相談所 ▶**内容:**講義 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**持ち物:**母子健康手帳 ▶**申込:**電話で同所 ☎5997-7722

知って安心！子どものアレルギー～最新治療とスキンケア

▶**対象:**0～3歳児の保護者 ▶**日時:**9月26日(火)午前10時～正午 ▶**場所:**豊玉保健相談所 ▶**講師:**武蔵野赤十字病院小児科部長／大柴晃洋 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話で北保健相談所 ☎3931-1347

区立中学校の学校案内配布と 学校公開・学校説明会の開催

新入学時に入学を希望する中学校を選択できる「学校選択制度」を実施しています。今回、各中学校の特色などを掲載した学校案内を作成しました。小学6年生を対象に、9月上旬に区立小学校で配布します。区立以外の小学校に通っている児童には郵送します。9月8日(金)までに届かない場合は、ご連絡ください。

また、学校公開と学校説明会を各中学校で開催します。開催日や各中学校の所在地・問い合わせ先など詳しくは、学校案内をご覧ください。 ※学校案内は、区ホームページでもご覧になれます。 ▶**問合せ:**学事係 ☎5984-5659

健康・衛生

認知症サポーター・ステップ アップ講座～認知症の方への 声掛けや接し方を学ぼう

▶**対象:**認知症サポーター養成講座を受講した方 ▶**日時:**9月26日(火)午後1時30分～4時 ▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶**講師:**(株)PAO代表取締役／北田信一 ▶**定員:**80名(先着順) ▶**申込:**電話で在宅療養係 ☎5984-4597

講演会「うつ」の理解と最新治療

▶**日時:**9月26日(火)午後2時～4時 ▶**場所:**石神井保健相談所 ▶**講師:**大泉病院医師／山澤涼子 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**電話または電子メールで①講演会名②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎3996-0634 ☒ shakujiihoso@city.nerima.tokyo.jp

骨量測定会

▶**対象:**20歳以上の方 ※1年以内に測定した方、骨粗しょう症で治療中の方はご遠慮ください。 ▶**日時:**9月27日(水)午後1時30分～3時30分 ▶**場所:**光が丘保健相談所 ▶**内容:**骨量測定(素足でのかかと超音波検査)など ▶**定員:**60名(抽選) ▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢⑥電話番号を、9月1日(必着)までに〒179-0072光が丘2-9-6 光が丘保健相談所 ☎5997-7722

血管年齢の若さを保つ！ 30歳からの食事と運動

▶**日時:**9月20日(火)午後1時30分～3時30分 ▶**場所:**北保健相談所 ▶**内容:**講義、運動実技、献立紹介 ▶**講師:**健康運動指導士／加藤有里 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3931-1347

飼い犬の登録、狂犬病予防 注射はお済みですか？

生後91日以上の子犬の飼い主は、①犬の登録(生涯1回)を行い、鑑札の交付を受ける②犬に毎年4～6月に狂犬病予防注射を受けさせ、注射済票の交付を受ける③鑑札・注射済票を犬に着けることが義務付けられています。犬の登録や今年度の予防注射の手続きが済んでいない場合は、早めに手続きしてください。

〈犬の登録〉

区民事務所、保健相談所、生活衛生課(区役所東庁舎6階)で登録をして、鑑札の交付を受けてください(手数料3,000円)。

〈狂犬病予防注射〉

動物病院で注射後(注射料金は動物病院により異なる)、獣医師が発行する注射済証明書を保健相談所または生活衛生課へ持参し、注射済票の交付を受けてください(手数料550円)。

◎**問 合 せ:**生活衛生課管理係 ☎5984-2483

9月の健康相談日程(無料)		事前に予約が必要です。 ※育児栄養歯科相談を除く。	
相談内容	会場	日程・受付時間	
健康相談 ▶ 内容: 病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談	豊 北 光 光 石 石 大 関	5(火)・19(火)	13:00～15:00 //
	豊 北 光 光 石 石 大 関	5(火)	13:30～15:15 21(木) 9:30～11:15 7(木) 13:30～15:30 28(木) 9:00～11:00 12(火)・28(木) 13:00～15:00 11(月)・25(月) 9:00～11:00
禁煙に関する相談 ▶ 内容: 禁煙外来を行っている医療機関の紹介など	豊 北 光 光 石 石 大 関	6(水)・20(水)	9:00～10:00 1(金)・12(火) // 6(水)・20(水) // 8(金)・22(金) // 11(月) // 11(月)・25(月) 13:00～14:00
育児栄養歯科相談 ▶ 持ち物: 母子健康手帳	豊 北 光 光 石 石 大 関	6(水)・20(水)	9:00～10:00 1(金)・12(火) // 6(水)・20(水) // 8(金)・22(金) // 11(月) // 11(月)・25(月) 13:00～14:00
◆おとなの歯磨き相談 ▶ 内容: 歯肉の健康チェックと歯磨き相談 ▶ 持ち物: 歯ブラシ	豊 北 光 光 石 石 大 関	2・9・16・30の土曜	14:30～16:30
心身障害者(児) 歯科相談	つ	2・9・16・30の土曜	14:30～16:30
◆こころの健康相談 ▶ 対象: 不眠・無気力・もの忘れなどでお困りの方、精神疾患の方や家族	豊 北 光 光 石 石 大 関	8(金)	9:30～12:00 4(月) 14:00～16:00 7(木) 9:00～11:00 28(木) 14:00～15:30 13(水) 14:30～16:00 6(水) 14:00～16:00 26(火) // 6(水) 14:00～15:30
◆うつ相談 ▶ 対象: 気持ちが沈む・悲観的になるなどでお困りの方や家族	豊 北 光 光 石 石 大 関	13(水)	13:30～16:30 27(水) 14:00～16:00 20(水) 14:30～16:00
◆子育てこころの相談 ▶ 内容: 子育てで悩んでいる方	豊 北 光 光 石 石 大 関	20(水)	14:00～16:15 ◎27(水) 14:00～16:00 28(木) 14:40～16:20
◆思春期・ひきこもり相談 ▶ 対象: ひきこもりと思われる方の家族(◎は、家族グループ相談のみ)	豊 北 光 光 石 石 大 関	20(水)	14:00～16:15 ◎27(水) 14:00～16:00 28(木) 14:40～16:20
◆大人の発達障害相談 ▶ 対象: 18歳以上で発達障害と思われる方	石	25(月)	10:00～11:20
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ▶ 対象: 依存症などでお困りの方や家族	石	21(木)	14:30～16:00
認知症相談 ▶ 対象: もの忘れなどでお困りの方や家族	練 光 光 石 大	14(木)	10:00～12:00 15(金) 14:00～16:00 19(火) 13:30～15:30 21(木) 14:00～16:00
HIV(エイズウイルス)抗体即日検査・梅毒検査(匿名)	豊	1(金)	9:00～10:00

※診断書の発行ができる医療機関については、医療連携センター ☎3997-0121 へお問い合わせください。

講演会「お口のがんを知っ ていますか?～口腔がんは 早く見つければこわくない」

▶**日時:**9月16日(土)午後2時30分～4時 ▶**場所:**光が丘区民センター3階 ▶**内容:**講義、実習 ▶**講師:**東京歯科大学口腔外科学講座主任教授／柴原孝彦 ▶**定員:**180名(先着順) ▶**区の担当:**歯科保健担当係 ▶**申込:**電話またはファクスで①講演会名②住所③氏名④電話番号を、練馬区歯科医師会 ☎3557-0046 FAX 3557-3553

生活習慣病予防教室 ～普段の生活を振り返ってみよう

▶**日時:**9月29日(金)午前10時～正午 ▶**場所:**大泉保健相談所 ▶**内容:**講義 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3921-0217

糖尿病予防教室

1 2 とも ▶**申込:**電話で関保健相談所 ☎3929-5381

1 運動編

▶**日時:**9月29日(金)午前10時～正午 ▶**場所:**関区民センター ▶**内容:**講義、運動実技 ▶**講師:**健康運動指導士／松井浩 ▶**定員:**30名(先着順)

2 医師の話

▶**日時:**10月4日(水)午前10時～正午 ▶**場所:**関保健相談所 ▶**内容:**講義 ▶**講師:**日本大学医学部附属板橋病院腎臓・高血圧・内分泌内科教授／阿部雅紀 ▶**定員:**50名(先着順)

豊玉保健相談所 ☎3992-1188
北保健相談所 ☎3931-1347
光が丘保健相談所 ☎5997-7722
石神井保健相談所 ☎3996-0634
大泉保健相談所 ☎3921-0217
関保健相談所 ☎3929-5381

練馬高齢者相談センター ☎5984-2774
光が丘高齢者相談センター ☎5997-7774
石神井高齢者相談センター ☎5997-7774
大泉高齢者相談センター ☎5997-7774
関保健相談所 ☎3929-5381
※は事前に担当地域の保健相談所へご相談ください担当地域は、わたしの便利帳あなたを受け持つ窓口をご覧ください。

休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

小児科

練馬区夜間救急こどもクリニック(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238

内科・小児科

練馬休日急患診療所(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238

石神井休日急患診療所(石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404

▶**受付時間:**土曜午後6時～9時30分、日曜・祝休日午前10時～11時30分、午後1時～4時30分、午後6時～9時30分 ※練馬区夜間救急こどもクリニックは平日午後8時～10時30分も対応しています。

講座・催し



**9月のふるさと文化館
ふれあい土曜事業**

▶**場所・問合せ:**石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060 ▶**費用:**①200円③100円 ▶**申込:**当日会場へ

内容	日時	定員 (先着順)
① ふろしき包みの ような布製バッグ 「あずま袋」づくり	2(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
② 石神井公園ふる さと文化館を探 検しよう	9(土) 13:00~15:00	—
③ 極めよう、けん玉! (日本けん玉協会 の認定証付き)	16(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
④ いろいろ端で聞く 昔ばなし	23(祝) ④13:00から ⑥14:00から	—
⑤ 折り紙でつくる 月見うさぎの 十五夜飾り	30(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名

秋涼の着付け教室

▶**対象:**小学生以上の女性 ▶**日時:**9月13日(水)・20日(水)・27日(水)午前10時30分～正午【3日制】 ▶**場所:**向山庭園 ▶**定員:**10名(先着順) ▶**費用:**3,000円 ▶**持ち物:**着物一式 ▶**申込:**電話で同所 ☎3926-7810

**布の絵本製作などの
ボランティア養成講習会**

完成した作品は、子ども向けの図書館の蔵書として利用されます。 ▶**日時:**9月28日～10月19日の毎木曜午前10時～正午【4日制】 ▶**場所:**南田中図書館 ▶**講師:**布の絵本製作ボランティア団体「フェルトブック」会員 ▶**定員:**16名(抽選) ▶**申込:**往復ハガキで①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月5日(必着)までに〒177-0035南田中5-15-22 南田中図書館 ☎5393-2411

**文化交流講座
～ヨガも英語もインドも！**

インド出身の講師に英語と日本語によるヨガとインド文化を学びます。 ▶**日時:**9月13日(水)午前10時～正午 ▶**場所:**文化交流ひろば ▶**定員:**20名(抽選) ▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名④電話番号を、8月29日(必着)までに〒176-8501 区役所内事業推進係 ☎5984-4333

**図書館で認知症予防～ライブ
ラリハピリ活動をしてみよう！**

▶**対象:**中学生以上 ▶**日時:**9月23日(祝)午後2時～4時 ▶**場所:**大泉図書館 ▶**内容:**講義 ▶**講師:**介護支援専門員／結城俊也 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3921-0991

**女性のためのプチ起業講座
得意なこと、好きなことを仕事に
～「やってみたい」をカタチにする**

▶**対象:**区内在住・在勤の女性 ▶**日時:**9月22日(金)・29日(金)、10月6日(金)午前10時～正午【3日制】 ▶**場所:**男女共同参画センターえーる ▶**講師:**中小企業診断士／古屋由美子 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**費用:**500円 ▶**申込:**電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉oubo@nerima-yell.com ※手話通訳が必要な方は、9月8日(金)までに、保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、9月13日(水)までにお子さんの氏名(ふりがな)・年齢をお知らせください。

**就職や地域活動をしている
女性のためのパワーポイント
基礎講座**

▶**対象:**パソコンで文字入力ができる方 ▶**日時:**9月15日(金)午後1時30分～4時30分 ▶**場所:**男女共同参画センターえーる ▶**講師:**マイクロソフトオフィスマスター／長安透 ▶**定員:**10名(抽選) ▶**費用:**1,000円 ▶**持ち物:**USBメモリ ▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥使用しているパソコ

ンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、8月31日(必着)までに〒177-0041石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

**まちづくり講座
わたしのまちを「読み解く」
～練馬的路上観察のススメ編**

土地の歴史や地形などから、身近なまちの見方や調べ方を学びます。 ▶**日時:**9月30日(土)午後2時～5時 ▶**場所:**区役所本庁舎20階 ▶**講師:**早稲田大学理工学術院創造理工学部建築学科教授／中谷礼仁ほか ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**電話またはファクスで①講座名②住所③氏名④電話番号を、みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451 FAX 3993-8070 ※同ホームページ(http://nerimachi.jp/)からも申し込みます。

大人のためのおはなし会

▶**対象:**中学生以上 ▶**日時:**9月10日(日)午後2時～3時 ▶**場所:**光が丘図書館 ▶**内容:**物語やエッセイの朗読 ▶**講師:**朗読グループ「ちょっといのお話の会」会員 ▶**定員:**70名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎5383-6500

情報あらかると

ここで紹介する事業は、区が支援したり、官公署などが実施したりするものです。

ミニガイド

◆**納涼夏祭り** ▶**日時:**8月27日(日)午後1時～5時 ▶**場所:**光が丘ユー・プラザ駐車場(田柄4-39-1) ▶**内容:**ビンゴゲーム、手品など ▶**問合せ:**田柄神明商店会・内田 ☎090-8877-6819
◆**夏祭り会** ▶**日時:**8月27日(日)・28日(月)午後6時30分～9時30分 ▶**場所:**諏訪神社(西大泉3-13) ▶**内容:**盆踊り、お菓子の提供など ▶**問合せ:**西大泉商交会・齊藤 ☎3921-3111
◆**練馬区水泳連盟秋の教室 Ⅰ～Ⅲ**とも ▶**対象:**18歳以上の方 ▶**定員:**40名(抽選) ▶**申込:**往復ハガキで①教室名【Ⅰ～Ⅲ】の別も②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、**Ⅰ**8月26日**Ⅱ**9月15日**Ⅲ**21日(必着)までに〒178-0065西大泉3-23-11 練馬区水泳連盟・佐竹 ☎6795-3414 (問い合わせは木曜を除く午後6時～9時)
■**上石神井水中ウォーキング** ▶**日時:**9月8日～12月22日の毎金曜午前11時～午後1時【11月3日を除く。15日制】 ▶**場所:**上石神井体育館 ▶**費用:**1万3500円
■**泳法講習会** ▶**日時:**9月21日～11月9日の毎木曜午前11時～午後1時【8日制】 ▶**場所:**光が丘体育館 ▶**費用:**9,000円
■**中村南水中ウォーキング** ▶**日時:**9月25日～来年3月26日の毎月曜午前11時～午後1時【第2月曜、1月1日を除く。20日制】 ▶**場所:**中村南スポーツ交流センター ▶**費用:**1万8000円
◆**練馬清掃工場個人見学会** ▶**日時:**9月9日(土)午後1時30分～3時 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**9月7日(木)までに電話で練馬清掃工場 ☎3995-5311
◆**交通安全フェスティバル** ▶**日時・場所:**9月9日(土)①午前11時から…大泉交通公園②午後1時30分から…光が丘公園けやき広場 ※①のみ雨天10日(日)。 ▶**内容:**①自転車安全教室など②スタントマンによる交通事故の再現な

ど ▶**申込:**当日会場 ▶**問合せ:**警察署【①石神井 ☎3904-0110②光が丘 ☎5998-0110】
◆**敬老の日講演会～がんと共に生きる** ▶**日時:**9月12日(火)午後2時～4時20分 ▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**定員:**200名(先着順) ▶**申込:**9月8日(金)までに電話で練馬総合病院 ☎5988-2200
◆**ねり歩きガイドの会がご案内ねりまのねり歩き「大泉映画コース」** ▶**日時・場所:**④9月12日(火)⑥15日(金)午前9時20分西武池袋線大泉学園駅集合～妙延寺～大泉名水会～東映東京撮影所～午後1時 T・ジョイ SEIBU 大泉解散 ▶**定員:**各15名(抽選) ▶**保険料など:**500円 ▶**申込:**往復ハガキで①催し名(④⑥の別も)②参加者全員(4名までの郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、8月31日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 産業・観光情報コーナー ☎3991-8101
◆**エンジョイシニアスポーツクラブ(バランスボールなど)** ▶**対象:**60歳以上の方 ▶**日時:**9月12日(火)午前10時～正午 ▶**場所:**平和台体育館 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**費用:**500円 ▶**申込:**電話でSSC平和台 ☎5921-7800
◆**志村学園(肢体不自由教育部門)見学会** ▶**日時:**9月21日(木)午前9時10分～正午 ▶**内容:**校内施設や授業の見学など ▶**申込:**電話またはファクスで①学校見学会②住所③氏名④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)を、9月11日(必着)までに同所 ☎3931-2323 FAX 3931-3366
◆**武蔵大学公開講座「地域再生のためのコミュニティメディアの活用」** ▶**日時:**9月23日(祝)・30日(土)、10月14日(土)・21日(土)午後2時～4時【4日制】 ▶**場所:**武蔵大学 ▶**講師:**武蔵大学社会学部教授／松本恭幸ほか ▶**定員:**250名(先着順) ▶**費用:**2,000円 ▶**申込:**ハガキまたはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、〒176-8533豊玉上1-26-1 (株)武蔵エンタープライズ ☎5984-3785

(問い合わせは平日午前9時～午後5時) FAX 5984-3787 ✉kouza@musashi.ac.jp
◆**旭出学園(特別支援学校)公開授業・進学相談会** ▶**日時:**④中学部…9月26日(火)午前9時～正午⑥高等部…27日(水)午前9時～午後0時30分③幼稚部・小学部…28日(木)午前9時30分～午後0時30分⑦高等部専攻科…29日(金)午前9時～正午 ▶**申込:**電話またはファクスで①公開授業(④～⑦の別も)②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎3922-4134 FAX 3923-4009

花とみどりの展示会

◆**パソコン水彩画「彩り展」** ▶**日時:**8月31日(水)～9月3日(日)午前9時～午後5時(3日は午後4時まで) ▶**場所・問合せ:**花とみどりの相談所 ☎3976-9402

献血にご協力を

◆**区役所アトリウム地下多目的会議室** ▶**日時:**8月25日(金)午前10時～午後4時 ▶**問合せ:**東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。 ▶**問合せ:**育成支援係 ☎5984-1292
◆**在宅療養係** ☎5984-4597
◆**高齢者の消費生活トラブル** ▶**日時:**9月9日(土)午後2時～4時 ▶**場所:**第2育秀苑デイサービスセンター ▶**内容:**講義 ▶**定員:**20名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3991-0523

子どものための講座

区内の団体に委託して実施。 ▶**問合せ:**育成支援係 ☎5984-1292
―― **ねりま遊遊スクール** ――
◆**バドミントンを楽しもう！** ▶**対象:**小学3～6年生 ▶**日時:**9月3日(日)午前9時～正午 ▶**場所:**中村中 ▶**定員:**25名(先着順) ▶**企画:**中村中バドミントン部 ▶**申込:**電話で同所 ☎3990-4436
◆**親子 de English** ▶**対象:**①1歳以下のお子さんと保護者②2・3歳児と保護者 ▶**日時:**9月8日(金)①午前9時45分～

10時30分②午前11時～11時45分 ▶**場所:**光が丘地区区民館 ▶**定員:**各10組(先着順) ▶**費用:**1組500円 ▶**申込:**電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)
◆**オリジナルピザを作ろう** ▶**対象:**小学生 ▶**日時:**9月9日(土)午後2時～4時 ▶**場所:**関町北地区区民館 ▶**定員:**15名(先着順) ▶**費用:**200円 ▶**申込:**電話で東京第一友の会武蔵関グループ・高橋 ☎6760-9471(午後6時～9時)
◆**0歳からの親子で楽しむおとあーとコンサート** ▶**対象:**未就学児と保護者 ▶**日時:**10月17日(火)午前10時30分～11時15分 ▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**定員:**80名(先着順) ▶**費用:**1人500円 ▶**申込:**電話でおとあーと研究室 ☎080-9381-3482(平日午前10時～午後5時)
◆**スポーツなど** ▶**申込:** A 電話でSSC平和台 ☎5921-7800 B～G 当日会場へ ※未就学児は保護者同伴。
A **平和台体育館** ▶**対象:**小学1～3年生 ▶**日時:**9月16日(土)午前10時～正午 ▶**内容:**かけっこ ▶**定員:**30名(先着順)
B **総合体育館** ▶**対象:**4歳児～中学生 ※保護者の参加も可。 ▶**日時:**9月16日(土)午前9時～正午 ▶**内容:**トランポリン、ネオホッケー、ストリートラグビーなど ▶**定員:**50名(先着順) ▶**保険料:**50円
C **大泉学園町体育館** ▶**対象:**5歳児～中学生 ※保護者の参加も可。 ▶**日時:**9月16日(土)午前9時30分～正午 ▶**内容:**ソフトバレーボール、ドッジボールなど ▶**定員:**30名(先着順)
D **大泉学園少年野球場** ▶**対象:**幼児～小学生 ※保護者の参加も可。 ▶**日時:**9月16日(土)午前9時30分～正午 ▶**内容:**ティーボール
E **中村南スポーツ交流センター** ▶**対象:**小中学生 ※保護者の参加も可。
▶**日時:**9月25日(月)午後4時～6時 ▶**内容:**フラッグフットボール、バドミントン ▶**定員:**30名(先着順)
F **上石神井体育館** ▶**対象:**4歳児～小学生 ※保護者の参加も可。 ▶**日時:**9月30日(土)午前9時20分～11時45分 ▶**内**

容:跳び箱、鉄棒など ▶**定員:**80名(先着順)
G **桜台体育館** ▶**対象:**①小学1～3年生②小学4～6年生 ▶**日時:**9月30日(土)①午前9時～10時25分②午前10時30分～正午 ▶**内容:**フットサル ▶**定員:**各40名(先着順)
朝・夕・青空市
◆**江古田いちば通り商店街** ▶**日時:**8月25日(金)午前10時～午後7時 ▶**問合せ:**林 ☎3991-0888
◆**光が丘いちょう並木通り** ▶**日時:**8月27日(日)午前10時～午後3時 ▶**問合せ:**北中 ☎3995-4924
◆**南ヶ丘商店街** ▶**日時:**9月1日(金)午前9時から ▶**問合せ:**村上 ☎3999-4874

リサイクルマーケット

▶**出店申込:**往復ハガキで①住所②氏名③電話番号を、8月29日(火)までに申込先へ ※車での来場・搬入はご遠慮ください。
◆**秋の陽公園**(光が丘2-5-2) ▶**日時:**9月3日(日)午前10時～午後1時(雨天中止) ▶**申込先:**〒177-0051関町北4-2-18 MS202 オアシス ☎080-8479-7822(先着120店)

学校体育館でスポーツを

◆**光が丘夏の雲小 バレーボール大会** ▶**対象:**女子9人制のチーム ▶**日時:**9月18日(祝)午前8時30分～午後3時 ▶**定員:**8チーム ▶**申込:**8月31日(木)までに電話で光が丘夏の雲小体育館開放部会・野口 ☎3970-3340 ▶**問合せ:**学校応援団・開放係 ☎5984-1057

地区祭

◆**第三地区祭(向山西地区)** ▶**日時:**9月10日(日)午前10時～午後0時30分 ▶**場所:**向山西こどもひろば(向山4-35) ▶**内容:**子どもゲーム大会(午前10時～10時30分)、山車とおはやしの町内巡回 ▶**問合せ:**実行委員会・草間 ☎3999-1280

広告

お売り下さい。使わなくなった物。

〒179-0076 東京都練馬区土支田 3-47-8
電話(FAX) 03-3922-0422 / 携帯電話 090-5500-5923

古道具くら

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。

外国語講座～初めてのスペイン語

▶日時:9月14日～12月7日の毎木曜午前10時～正午【11月23日を除く。12日制】▶場所:文化交流ひろば▶定員:15名(抽選)▶教材費など:1万円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥スペイン語の学習歴を、8月30日(必着)までに〒176-8501区役所内事業推進係☎5984-1523

リサイクルセンターの講座

1～3とも▶対象:18歳以上の方▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、19月11日214日319日(必着)までに各申込先へ ※3で保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢・性別もお知らせください。※リサイクルセンターホームページ(https://www.nerima-rc.jp/)からも申し込みめます。

1スラッシュキルトでバッグ作り▶日時:9月26日(火)、10月3日(火)午前10時～午後3時【2日制】▶場所・申込先:春日町リサイクルセンター(〒179-0074春日町2-14-16)☎3926-2501▶定員:10名(抽選)▶費用:150円▶持ち物:50cm×50cmの古布5枚、持ち手など2和とじを覚えてメモ帳を作ろう▶日時:9月28日(木)午前10時～正午▶場所・申込先:関町リサイクルセンター(〒177-0051関町北1-7-14)☎3594-5351▶定員:12名(抽選)▶費用:50円3着物で作るスカート▶日時:9月29日(金)午後1時～4時▶場所・申込先:豊玉リサイクルセンター(〒176-0011豊玉上2-22-15)☎5999-3196▶定員:12名(抽選)▶持ち物:着物、ウエストゴムテープ、手縫い糸、ゴム通し

交通安全練馬区民のつどい

▶日時:9月4日(月)午後2時～4時▶場所:練馬文化センター▶内容:交通安全教室、アトラクションなど▶出演:歌手／さとう宗幸ほか▶定員:1,500名(先着順)▶区の担当:安全対策係▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬警察署☎3994-0110

勤労福祉会館の講座

1～3とも▶場所:勤労福祉会館▶申込:19月2日(土)29日(土)313日(水)までに電話で同所☎3923-55111マイクロソフトオフィススペシャリスト突破講座エクセル2010▶対象:55歳以下の方で、パソコンの基本操作ができる方▶日時:9月9日～11月25日の毎土曜午後6時～8時【12日制】※事前説明会を8月26日(土)午後6時30分から開催します。▶講師:マイクロソフトオフィスマスター／長安透▶定員:10名(先着順)▶費用:1万8000円2ライフプラン講座▶日時:9月16日(土)午後2時～4時▶内容:配偶者控除や医療費、税金について学ぶ▶講師:税理士／佐藤秀和▶定員:30名(先着順)▶費用:200円3手軽でおいしい中国料理▶日時:9月20日(火)④午前10時30分～午後0時30分⑥午後1時30分～3時30分▶献立:煮豚と煮玉子、ブロッコリー入り炒飯など▶講師:中国料理研究家／齊藤朝子▶定員:各16名(先着順)▶費用:2,000円

ひとり親家庭のためのパソコン講習会

▶対象:区内在住のひとり親家庭の保護者▶日時:10月25日(水)～27日(金)午前9時30分～午後4時30分【3日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶内容:エクセルやワー

ドの基本的な操作などを学ぶ▶講師:マイクロソフト認定トレーナー▶定員:20名(先着順)▶申込:10月13日(金)までに電話でひとり親家庭支援係☎5984-1319 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

ホトトギス(ユリ科の植物)の育て方教室

▶日時:9月16日(土)午後2時～4時▶場所:花とみどりの相談所▶内容:講義▶講師:グリーンアドバイザー／市場至▶定員:20名(抽選)▶費用:200円▶申込:往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、8月30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 ※参加者には白花ホトトギスの苗を差し上げます。

スポーツ



区民体育大会バドミントン

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時・内容:A10月8日(日)…女子1部・2部複、男子105歳以上複B10月15日(日)…男子1部・2部・3部・4部複、女子95歳以上・115歳以上複C11月3日(祝)…男子95歳以上・115歳以上複、女子3部・105歳以上複D11月5日(日)…男女単、女子4部複、混合1部・2部・95歳以上・105歳以上・115歳以上複いずれも午前9時から▶場所:総合体育館▶費用:1人1種目800円(保険料、シャトル代)▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧の上、9月8日(必着)までに練馬区バドミントン協会・吉野へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

初心者スポーツ教室

12とも▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶申込:往復ハガキで①教室名(12の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、9月1日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-194731アクアエクササイズ▶日時:9月25日～11月6日の毎水曜午後7時30分～9時30分【10月9日を除く。6日制】▶場所:三原台温水プール▶定員:80名(抽選)▶保険料:144円2バレーボール▶日時:9月13日～10月25日の毎水曜午後0時30分～2時30分【10月11日を除く。6日制】▶場所:中村南スポーツ交流センター▶定員:50名(抽選)▶保険料など:500円3ワンポイント水泳指導(9月分)▶対象:個人利用の方▶プール入場料:1時間につき小中学生100円・一般200円

場所・問合せ	日時
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	月曜 19:30～21:30
三原台温水プール ☎3924-8861	火曜 19:30～21:30
平和台体育館 ☎5920-3411	水曜 19:30～21:30
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651	水曜 19:00～21:00
上石神井体育館 ☎5991-6601	木曜 19:30～21:30
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 19:00～21:00

※祝日、休館日は実施しません。
※講習会などで実施しない場合があります。

区民のひろば

- この欄は、区民の方のサークル活動などを紹介しています。内容などの確認は当事者間でお願いします。
- 掲載を希望する方は、区ホームページ「ねりま区報」の「区民のひろば掲載申し込みについて」をご覧ください。
- 場所は施設の予約状況により変更になる場合があります。

映画音楽をうたう ベーシック

第3火曜午後1時30分～3時30分 男女共同参画センターえーる 会費1回1,000円 初回は無料体験可 浦上☎3904-1968

第16回二彩会水彩画展 8月22日～27日午前10時～午後6時(22日は午後2時から。27日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 例会…月2回主に木・金曜 練馬区立美術館 講師 水彩連盟審査員／松井亨ほか 入会金1,000円 会費3カ月9,000円 年6回写生会あり 伊藤☎3998-1210

中国文学研究会(作文添削・短編講読など) 中国語検定3級程度の方対象 月3回日曜午前10時～正午 石神井公園区民交流センター 中国人講師が指導 入会金1,000円 月会費4,500円 佐々木☎090-4707-6614(午後7時以降)✉druming0927@gmail.com(要予約)

プリザーブドフラワーアレンジ 仏花制作 9月5日午前10時～正午 区役所本庁舎19階 参加費1,500円 材料費実費 ローズの会☎FAX 3825-7433(要予約)

フォークダンス初心者講習会 9月4日・11日・25日、10月2日・16日・23日・30日午後6時15分～8時40分 豊玉第二小 参加費7回1,000円 例会…毎月曜午後6時15分～8時40分 豊玉第二小 入会金500円 月会費500円 練馬フォークダンス友の会・戸花☎3991-9196(要予約)

高齢者無料水泳体験会(体操・水運動・水泳) 60歳以上の方対象 9月8日・15日・22日午後1時～3時 平和台体育館 例会…60歳以上の方対象 毎金曜午後1時～3時 平和台体育館 入会金1,000円 月会費1,700円 保険料実費 研修旅行あり 平和台マスターズスイミングクラブ・服部☎3932-8451(午後6時～9時)

脳を活性化する花と緑の会 第1・3木曜午後1時30分～3時40分 石神井公園ふるさと文化館 会費1回200円 材料費500円 竹尾☎3921-4665(要予約)

社交ダンス リラの会 多少踊れる方対象 毎木曜午後1時～4時 東大泉中央地域集会所 プログが指導 入会金1,000円 会費1回1,500円 加藤☎080-8169-0799(要予約)

見沼たんぼ彼岸花観賞ウォークと大宮氷川神社参拝 9月27日午前8時30分 JR東浦和駅集合 参加費500円 交通費実費 ねりま歩く会・井川☎080-3358-2131✉nerima_arukukai@yahoo.co.jp(9月10日までに要予約)

硬式テニス無料体験会 初級～中級者対象 9月5日～26日の毎火曜午前9時30分～午後0時30分 びくに公園庭球場 例会…初級～中級者対象 10月からの毎火曜午前9時30分～午後0時30分 びくに公園庭球場など 月会費200円 びくにクラブ☎090-6314-5601(要予約)

プリンセスバレエ(クラシックバレエ) 毎金曜①午後4時45分～5時35分(幼児)②午後5時40分～6時40分(小学1～3年生) 光が丘地区区民館など①②とも入会金2,000円 月会費①3,300円②3,800円 初回は無料体験可 富川☎080-5403-0852(要予約)

憲法施行70年記念「せんそうはイヤ! 平和がいい世界にはばたけ憲法九条」 9月6日午後7時～9時 練馬文化センター 出演 松元ヒロほか 入場料1,000円 ねりま九条の会・小沼☎3991-7087

色々なうたをみんなで歌おう 9月10日午後1時～4時 関町北地区区民館 参加費1,000円 歌声広場はれ・河田☎080-5179-7650(要予約)

練馬陶芸同好会(作陶・焼成) 多少経験のある方対象 月4回水曜午後1時～5時 生涯学習センター分館 入会金2,000円 月会費2,000円 中村☎3991-5100

保活応援!先輩パパママによる保育園入園説明会 9月10日午前10時～正午 練馬区職員研修所 参加費無料 練馬区保育園父母連合会・岩城☎FAX 3992-6846 ✉neri_fubo@yahoo.co.jp(要予約)

卓球 めだかクラブ 初心者～中級者対象 毎木曜午前10時～正午 旭町南地区区民館 コーチが指導 月会費3,500円 関口☎3922-5909(要予約)

水泳 フリッパー 月4回金曜午前9時～11時 大泉学園町体育館 入会金1,000円 月会費2,500円 中村☎5936-8902 ✉nakamura-s@jcom.home.ne.jp

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 ※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もの、物品などの交換は掲載できません。▶申込:持参または郵送、ファクスで〒176-8501区役所内広聴広報課広報係(本庁舎7階)FAX 3993-1194 ※区ホームページからも申し込みます。▶掲載は先着順(申し込みからおおむね3カ月後)です。日付指定の催しは、掲載希望号の1カ月前が原稿締

め切りです。 ※掲載後、次回掲載まで8カ月以上あけていただきます。 ※掲載内容は練馬区が編集・決定を行います。▶掲載内容の確認:掲載日の10日ほど前に、区報の編集委託会社・(株)文化工房が掲載内容の確認を行います。【記載事項】①団体名②活動内容・催し名③対象(経験や年齢、性別などを限定している場合)④日時⑤場所⑥講師⑦入会金・月会費など⑧予約の有無⑨問い合わせ先の方の氏名・電話番号・住所(掲載はされません)⑩掲載希望号(日付指定の催しのみ) ◎問合せ:広報係☎5984-2690

広告 起業家募集! 新規開業者の6割が入会 開業コスト削減出来ます (公社) 全日本不動産協会 東京都本部練馬支部 03-3261-1010

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報係☎5984-2690。

8/1㊦・5㊤に 笑顔と感動の70周年記念事業が開催されました

みどりの風
吹くまちへ
練馬区設立70周年

独立記念日の8月1日に、70周年記念式典、こどもアートアドベンチャー、花火フェスタを開催し、延べ約2万人の方々が、この日の記念イベントに参加しました。また、5日の「真夏の第九」コンサートでは、約1,100人の区民の皆さまがベートーベンの交響曲第九番を歌いました。

記念事業の開催にあたり、参加していただいた皆さま、ご協力いただいた近隣の皆さま、ありがとうございました。

8/1㊦ 記念式典 練馬文化センター

すてきな楽曲や映画音楽、タンゴなど感動的なコンサートでした。



前川区長をはじめとする主催者あいさつ、来賓祝辞の後、名誉区民として新たに選定された、画家の野見山暁治さんと漫画家のちばてつやさんのお二人を顕彰しました。第二部では、(公財)練馬区文化振興協会理事長でバイオリニストの大谷康子さんが、NHK交響楽団メンバー13名とともに記念コンサートを行い、満員の観客を魅了しました。

70周年記念事業は 今後も続きます!!

- 10/14(土) みどりの風 練馬薪能・区民コンサート
- 10/14(土)・15(日) 練馬アニメカーニバル2017
- 10/15(日) 練馬まつり・記念パレード
- 12月まで ねりまユニバーサルフェス など

こどもアートアドベンチャー

とっても大きな絵が描けて楽しかった。自分の服にも描いちゃいました。



ココネリ3階 (練馬1-17-1)

版画家の蟹江杏さんが子どもたちと一緒に大きなキャンバスに絵を描きました。また、19種類のアート体験ワークショップやステージイベントが行われ、会場には子どもたちの笑顔があふれていました。

花火フェスタ

練馬総合運動場とその周辺



大迫力の花火を間近で見られてとても感動しました。

雨の中でもたくさんの方が出展や子ども向けイベントなどを楽しみました。記念日の最後を飾る4,500発の花火が音楽に合わせて夜空を彩り、会場は大きな歓声に包まれました。

8/5㊤ 真夏の第九 練馬文化センター



70周年の記念日に参加できてうれしいです。これからも練馬区に住み続けていきたいです。

練習を重ねた区民主体のコンサート。歌声が大ホールに響き渡ると、会場全体が一体となった厳かな雰囲気になりました。終了後は、多くの参加者から拍手が湧き起こりました。

広告 広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。※広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。

今秋の津南はイベント満載!!

秋の5大イベント

- 9/9(土)・10(日) クラフトフェア
- 9/10(日) 秋の感謝DAY
- 11/12(日) 収穫祭パーティー
- 11/17(金) ワインパーティー
- 12/2(土) どぶろく博覧会

直行バスお帰り日観光ツアー

- 9/11(月) 奥只見湖遊覧ツアー
- 10/23(月) 紅葉のドラゴンドラツアー
- 11/20(月) サケの川のぼり見学ツアー
- 12/3(日) 雪国まいたけ収穫体験ツアー

練馬区民の方は
お得な料金で
宿泊できます。



オリジナルキャラクター
「つなんぐりぐり」

平日 **7,800円**

練馬区指定
保養施設制度
利用後料金

高齢者いきいき
健康券併用の方は

4,800円

(大人お一人様1泊夕・朝食付・消費税込・入湯税100円別)

※特別宿泊期間:11/13~12/15の間、平日は1,000円引、休前日は平日料金!!

蒲田・新宿・練馬発着
直行バス利用

往復 **2,000円** (税込)

平成29年度練馬区指定保養施設制度

※ニュー・グリーンピア津南は、練馬区の指定保養施設となっており、練馬区に住居登録をしている方には大人1泊3,000円、3歳児から小学生は1泊2,000円の補助金が練馬区より受けられます。

※年度内に1人2回まで、1回あたり2泊以内でご利用できます。練馬区への申請手続きが必要です。※指定保養施設制度と高齢者いきいき健康事業は別々の窓口でそれぞれ申請が必要となります。

ニュー・グリーンピア津南

〒949-8313 新潟県中魚沼郡津南町秋成 12300 TEL025-765-4611

ご予約・お問合せは
首都圏予約センター

〒176-0001 東京都練馬区練馬 4-15-11 城南内田ビル4F

03-5946-2361

ニュー・グリーンピア津南

<http://www.new-greenpia.com>

相談無料 弁護士・税理士と話せる相続ガイド

お申し込みはコチラ!

03-4334-5205

東京都千代田区1-7-2
東京サンケイビル29F
☎03-4334-5205
SL15-1480-0099