

ねりま区報

Nerima

よりどりみどりねりま

➡ 6/1 平成30年 (2018年)

第1829号 毎月1日・11日・21日発行

発行/練馬区 編集/広聴広報課
〒176-8501 豊玉北6-12-1
☎3993-1111 (代表) FAX 3993-1194
<http://www.city.nerima.tokyo.jp/>

今号の注目情報

- 住民税のお知らせ……………4面
- 消費生活展ねりま2018……………10面
- 「ねりまの農」の魅力を感じよう!…11面
- 区的环境に関する取り組みを
紹介……………12面



起業の夢がかなった♡

夢を持って頑張る皆さんを全力で応援します



補助金を活用して
スムーズに開店 😊



プロのアドバイスで
業績アップ



練馬ビジネスサポートセンターが
経営、起業・創業をサポートします



練馬ビジネスサポートセンターは、区内中小企業の経営改善や販路拡大などの課題解決のほか、起業を志す方の知識習得や事業計画作成をサポートする総合窓口です。ぜひご利用ください。

▶問合せ:練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX 6757-1014

詳しくは
2・3面を
見てね!



練馬ビジネスサポート
センター公式キャラクター
さぼっとくん

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

【掲載内容について】 講座・大会などは、原則として区内在住・在勤(在学)の方が対象で、発行日以降に申し込みができます。 ※郵送・ファクス・電子メールでの申し込みは、1人1通に限ります。 ※参加費など記載のないものは無料です。 ※区役所へ郵送する場合の宛先は、郵便番号(〒176-8501)と部署名のみで届きます。

練馬ビジネスサポートセンターを あなたのビジネスにご活用ください!

愛称:ネリサポ

数字でわかる!ネリサポの魅力

利用者満足度 **90%以上!**

リピート希望率 **90%以上!**

創業!ねりま塾 受講者数 延べ**1,574名**(※)

総合相談・専門相談 利用者数 延べ**4,068名**(※)

起業家数 **261名**(※)

※平成26~29年度の実績。

場所・問合せ



問合せ 練馬ビジネスサポートセンター

☎6757-2020 FAX 6757-1014

営業時間 平日午前9時~午後5時

ホームページ <http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>



二次元バーコード

ネリサポはさまざまな形であなたのビジネスを支援します!

起業を考えている方・関心のある方

創業!ねりま塾

起業・創業への第一歩から事業計画の作成まで学べるセミナーを「入門編」や「実践編」「地域創業編」「女性編」「子ども編」といった各テーマに応じて開催しています。



6月からスタート!

事業者支援アドバイザーの派遣

介護・医療といった福祉・生活関連産業の分野でサービスの創出・成長に取り組む事業者や事業承継に取り組む事業者を対象としたアドバイザー派遣事業を開始します。詳しくは、お問い合わせいただくか、ネリサポホームページをご覧ください。

経営の課題などについて相談したい方

経営全般に関する総合相談

ビジネスマネジャーが常駐し、電話や来所での相談に応じます。



経営者セミナー・交流会

月に1回程度、経営に役立つセミナーと交流会を開催しています。



専門家による専門相談

曜日ごとに法律や労務、販路拡大・集客、経営、税務の専門家が相談に応じます。

補助金制度

ホームページ作成や見本市などへの出展、区内事業者同士の連携による製品開発、各種認証の取得などに対し補助金を交付しています。

産業融資あっせん

事業資金や開業資金の融資を低金利で受けることができるよう、取り扱い金融機関の融資あっせんをしています。

ネリサポピックアップ

「創業スクール10選」に4年連続で選出!

「創業!ねりま塾」が、地域に根差した創業支援の取り組みや受講者満足度が高いことを評価され、全国の創業スクールの中から4年連続「創業スクール10選」に選出され「特別賞」として表彰されました。



中小企業庁主催のコンクールで表彰されました

ねりま産業情報紙「neri-made (ネリマデ)」を発行

区内中小企業の経営者や従業員に役立つ情報を提供するため、年4回(1・4・7・10月)発行しています。▶配布場所:区民事務所、図書館など ※ネリサポホームページにも掲載しています。



わたしのネリサポ活用術

練馬ビジネスサポートセンターは起業の準備から創業後のサポートまで、ビジネスに係る支援を充実しています。今回、利用された方の声を紹介します。

起業をしたい方

創業!ねりま塾を利用

100%天然ヘナサロン プレアディ (練馬3-25-5)

代表 田中由紀さん



平成27年創業。自然の素材を使ったヘアサロンを営む。「創業!ねりま塾」のほか、起業・創業相談などを利用。

経営について分からなかった私でも起業できた!

天然素材の「ヘナ」を使ったヘアサロン開業を志し、ネリサポの「創業!ねりま塾」を受講しました。それまで経営についての知識はほとんどなかったので、ほぼゼロからの出発。でも、国の創業補助金の申請書や事業計画書を、中小企業診断士の方が一緒に練り上げてくださったおかげで、スムーズに開業することができました。

ネリサポでの出会いが私の財産に

開業が決まってからも、経営全般や税務、労務などについてネリサポに相談ができたので、やるべきことを一つひとつ確認できてありがたかったです。また、「創業!ねりま塾」で出会った受講生たちと卒業後も情報を交換し合ったり、新たな仲間を紹介してもらったりと、人脈が大きく広がったこともビジネスに弾みをつけました。



靴を脱いでリラックスできる店内。育毛などのヘアケアも行っている



体に優しく毛染めができる天然染料ヘナ

活用のポイント

- ・知識ゼロからでも気軽に始められる
- ・ほかの受講生などとネットワークができる

専門相談を利用

(有)川原製粉所

(羽沢3-27-1)

代表取締役 川原渉さん



昭和15年創業。麦茶やきな粉などを製造する会社の3代目社長。販路拡大・集客相談などを利用。



ネリサポのサポートで一新した麦茶パッケージ

活用のポイント

- ・気軽に相談ができる
- ・課題に合わせた専門的な相談ができる

起業の準備

商店街空き店舗入居促進事業補助金を利用

GRAINS~粒

(東大泉5-9-16)

代表 入澤理恵さん



平成28年創業。国産野菜や特別栽培米などにこだわった食事を提供。商店街の空き店舗に入居する際に補助金を利用。

補助金を活用してカフェをスタート

雑穀米にこだわったカフェを開きたいと思っていたところ、大泉学園駅の商店街のはずれに格好の空き店舗を見つけました。そこで、ネリサポの「商店街空き店舗入居促進事業補助金」を活用して、カフェ開業を実現しました。補助金制度に含まれるサポートで、開業後も中小企業診断士の方が経営をチェックしてくれたり、イベントへの出店やSNSの活用などをアドバイスしてくれたりしたおかげで、順調にお客さまを増やしています。

夢を現実に変えてくれたネリサポ

ネリサポでは、スタッフの方がとても親身になって励ましてくれました。相談員の方からは現実を突きつけられ、時に厳しい言葉もありましたが、それによって開業への本気度が高まりました。「夢」が夢だけで終わらなかったのも、とても感謝しています。



週替わりのランチは各国の味が楽しめる。普段は近所の学校に通う子どもたちのママ友などでにぎわう店内

起業

活用のポイント

- ・さまざまな補助金制度と手厚い経営サポートが整っている
- ・現実的かつ具体的なアドバイスがもらえる

事業を展開

売り上げ減の対応策をネリサポに相談

当社の主力商品である麦茶が、近年、納入先の1つであるお茶屋さんでの扱いが減ったことで、売り上げ減になっていました。そこで、これを立て直そうとネリサポに相談してみました。



伝統の砂釜焙煎が深みのある味・香りを生み出している

身の丈に合った提案だから取り組みやすい

ネリサポでまず問われたのは、「自社の強みは何なのか」ということ。原料や製法には自信があったのでこれを核として、ネリサポの指導の下にホームページを立ち上げ、商品のロゴとパッケージを一新しました。また、練馬産業見本市などの展示会や商談会を紹介してもらったことで新たな販路開拓もできました。相談して良かったのは、やるべきことを整理していただいたこと。そして、大きな投資なしにできる提案、現状に少しプラスアルファして実現できる提案をしていただいたことです。

平成30年度

住民税(特別区民税・都民税)のお知らせ

納税通知書を発送します

30年度住民税は、29年1月～12月の所得に対して課税され、30年1月1日現在お住まいの区市町村に納めることになっています。個人で納める方と公的年金から差し引かれる方には、30年度特別区民税・都

民税納税通知書を6月8日(金)に発送します。個人で納める方の第1期分の納期限は7月2日(月)です。
※給与から差し引かれる方には、5月10日に税額通知書を勤務先に発送しました。

問合せ 課税内容(税額)などについて
区税個人係 ☎5984-4537
納付について
納税案内センター ☎5984-4547

住民税の証明書が必要な方へ

30年度の住民税の課税(非課税)証明書・納税証明書は6月8日(金)から交付します。

問合せ 税務課税証明・軽自動車税担当
(区役所本庁舎4階) ☎5984-4536

証明書の交付が受けられる方

- ①税務署または練馬区に税の申告をしている方
 - ②前年中に給与を受け、勤務先が区に給与支払報告書を提出している方
 - ③前年中に公的年金等を受給した方
 - ④前記①～③の方に税法上扶養されている方(証明内容に一部制限があります)
- ※①～④以外の方は、事前に申告の手続きが必要です。

※証明書は、30年1月1日現在お住まいの区市町村で交付します。

※①～④の方のうち、非課税の方と住民税の全額が給与から差し引かれる方は、5月10日から30年度課税(非課税)証明書を交付しています。

証明書の交付窓口・受付時間

- 区民事務所…平日午前8時30分～午後7時
※練馬区民事務所のみ土曜午前9時～午後5時
も受け付けています。
- 税務課…平日午前8時30分～午後5時
- 郵便局(下表の11カ所)…平日午前9時～午後4時
※申請時に区に住民登録している本人や住民票上同一世帯の親族からの申請に限ります。

郵便局名(所在地)	
練馬桜台二(桜台2-17-13)	練馬北町(北町1-32-5)
練馬貫井(貫井5-10-4)	練馬高野台駅前(高野台1-7-3)
練馬春日南(春日町1-12-3)	練馬関一(関町南1-6-1)
練馬土支田(土支田2-29-16)	練馬南大泉五(南大泉5-21-24)
練馬旭町(旭町2-43-11)	大泉(大泉学園町4-20-23)
練馬田柄二(田柄2-19-36)	

証明書の交付に必要なもの

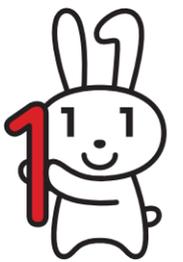
- 本人による申請**
- 本人確認ができるもの**
- 1点の提示でよいもの…官公署発行の写真付き証明書(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)
 - 2点以上の提示が必要なもの…官公署発行の写真のない証明書(健康保険証、年金手帳など)
- 代理人による申請 ※郵便局ではできません。**
- ①委任状(委任者本人が自署・押印したもの) ※わたしの便利帳に見本があります。
 - ②代理人の本人確認ができるもの(前記の「本人による申請」と同じもの)
- ※本人による申請の場合は、郵送でも取得できます。申請方法など詳しくは、わたしの便利帳や区ホームページをご覧ください。

夜間や休日に受け取ることができます

受け取りに来る日(土・日曜、祝休日の場合は直前の平日)の午後5時までに電話で予約してください。 ※本人または区に同一世帯として住民登録している親族に限ります。
▶**交付窓口・予約先:**区役所西庁舎1階
※予約は、税務課税証明・軽自動車税担当へ。

マイナンバーカードをお持ちの方へ コンビニや区民事務所の証明書発行機 で証明書を取得できます

利用には、マイナンバーカードに電子証明書の暗証番号(数字4桁)登録が必要です。コンビニでの交付は、全国のセブン-イレブン、ローソン、サークルKサンクス、ファミリーマートで午前6時30分～午後11時に実施しています。
※マイナンバーカードの申請は、練馬区個人番号カード事務センター ☎5984-4595。



マイナちゃん

ねり丸を活用しませんか

練馬区公式アニメキャラクター「ねり丸」のキャラクターデザインなどを、商品の製作や、地域活動の広報などで活用するための使用申請を受け付けています。使用には一定の条件があります。詳しくは、お問い合わせください。

これまでに商品化されたねり丸グッズは、練馬アニメーションサイト(<http://animation-nerima.jp/nerimaru/goods/>)などでご覧になれます。

問合せ 観光・アニメ係 ☎5984-1032

ねり丸
©練馬区



「夢の工場 ねりま・映画・ものがたり ～練馬と映画、アニメーションの歴史」を発行

これまで区で育まれてきた「映像作品」や「ひと」に焦点を当て、区と映画・アニメーションの関わりをまとめた冊子です。映像文化における練馬区の特徴や魅力を知ることができます。▶**販売場所:**区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、ココネリ3階(練馬1-17-1)、石神井観光案内所(石神井町3-23-8)など ▶**販売価格:**1,300円(税込み)
▶**問合せ:**伝統文化係 ☎5984-2442



平成30年 第二回区議会定例会

- 6月11日(月) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)
- 6月12日(火)～14日(木) 本会議(一般質問)
- 6月15日(金) 常任委員会
- 6月18日(月) 特別委員会
- 6月19日(火) 常任委員会
- 6月25日(月) 常任委員会、特別委員会
- 6月27日(水) 議会運営委員会、本会議(議決)

日程は変更になる場合があります。傍聴や手話通訳を希望する方は、事前にお問い合わせください。

問合せ 議会事務局 ☎5984-4732 FAX 3993-2424

寄付がインターネットでできます

区への寄付が6月1日(金)午後1時からインターネットを通じてクレジットカードでできるようになります。寄付の方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問合せ 管財用地係 ☎5984-2807



お知らせ

ねりま区報6月11日号は、6月10日(日)の朝刊に折り込まれます

ねりま区報6月11日号は、発行日が新聞休刊日のため、6月10日(日)の朝刊に折り込まれます。▶問合せ: 広報係 ☎5984-2690

6月3日～9日は危険物安全週間「知っておこう 暮らしの中の危険物」

普段、使用している日用品には危険物やLPガスを使用した製品がたくさんあります。特に、殺虫剤や制汗スプレーなどのスプレー缶には、可燃性ガスが入っている場合があり、火の近くで使用すると火災になる恐れがあります。製品に記載された注意書きを読み、正しく取り扱ひましょう。▶問合せ: 防災調整係 ☎5984-1686、各消防署【練馬 ☎3994-0119、光が丘 ☎5997-0119、石神井 ☎3995-0119】

特設人権擁護相談窓口を開設

6月1日の人権擁護委員の日にちなんで開設します。▶日時: 6月7日(木)午前10時～午後4時 ▶場所: 練馬区区民相談所(区役所東庁舎5階) ▶申込: 6月6日(水)までに電話で同所 ☎5984-4523

ボランティア

1 練馬区地域猫推進ボランティア 2 災害時ペット管理ボランティアを募集

1 2とも ▶申込: 電話で事前に連絡の上、直接、生活衛生課管理係 ☎5984-2483

1 練馬区地域猫推進ボランティア

飼い主のいない猫によるトラブルを減らし、地域環境を改善するため、地域を定めて活動をしていただきます。▶対象: 20歳以上の2名以上で活動するグループ

2 災害時ペット管理ボランティア

災害時にペットが原因の混乱を防ぐため、避難拠点(*)などでペットの適正管理をしていただきます。*避難拠点…震度5弱以上の地震が発生した場合、全区立小中学校に開設される地域の防災拠点。▶対象: 適正な飼育の技術や経験がある18歳以上の方

働く

ごみの収集作業員【臨時職員】

登録制で欠員状況により採用します。▶対象: ごみ収集ができる体力のある方 ▶期間: 6カ月以内 ▶日時: 月～土曜午前7時40分～午後4時25分(月16日程度) ▶募集人数: 若干名 ▶賃金: 日給1万円 ※交通費支給。▶申込: 直接または電話で清掃事務所【練馬 ☎3992-7141、石神井 ☎3928-1353】

児童館・学童クラブ補助【臨時職員】

登録制で欠員状況により採用します。▶期間: ①7月21日(土)～8月31日(金)の間で10日間程度、午前8時30分～午後6時15分の間の7時間45分以内②6カ月以内で週2・3日午前8時30分～午後6時15分の間の4時間以上(主に午後) ▶場所: 児童館、学童クラブ ▶内容: 子どもの対応など(施設により障害児対応もあり) ▶賃金: 時給1,100円(土曜1,200円) ※交通費支給。▶申込: 履歴書(写真貼付)に①②の両方またはいずれか一方と勤務できる曜日・日数・時間・地域を記入の上、持参または郵送で〒176-8501区役所内子育て支援課

庶務係(本庁舎10階) ☎5984-5817

介護・障害福祉サービス事業所「ねりまふくしの仕事 合同就職面接会in関町」

区内の介護・障害福祉サービス事業所へ就職を希望する方を対象に、就職相談・面接会を開催します。▶日時: 6月15日(金)午後1時30分～4時(受け付けは午後3時30分まで) ▶場所: 関区民センター ▶持ち物: 履歴書(面接を希望する方) ▶申込: 当日会場へ ▶問合せ: ハローワーク池袋 ☎3987-4367 ※参加事業所名など詳しくは、同ホームページ(<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/ikebukuro.html>)をご覧ください。

ねりま区報に広告を掲載しませんか =9月1日号～11月21日号を募集=

区内事業者・団体などの皆さまに区報を広告掲載媒体として活用していただくため、有料広告の募集を行います。申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶掲載募集号: 9月1日号～11月21日号(毎月1日・11日・21日発行) ▶掲載位置: ①～④最終面記事下⑤

最終面欄外⑥中面欄外 ▶発行部数: 約22万部 ▶配布先: 新聞折り込み、区内・周辺の各駅、区内金融機関・郵便局、区立施設など ▶申込期限: 7月1日(日) ▶問合せ: 広報係 ☎5984-2690

	規格(縦mm×横mm)・刷色	掲載料
①	42×80・4色カラー	4万円
②	88×80・4色カラー	8万円
③	88×164・4色カラー	16万円
④	88×248・4色カラー	24万円
⑤	10×235・4色カラー	1万5000円
⑥	10×235・2色(黒・青)	1万円

きょう 狭あい道路などを解消するための助成制度を拡充・新設しました

問合せ 建築防災係(区役所本庁舎15階) ☎5984-1985

拡充 家の建て替えの際に道路を拡幅する助成

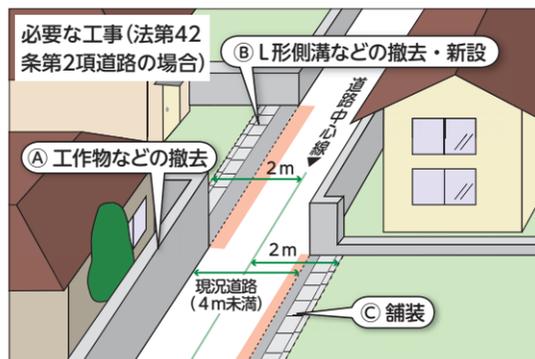
助成対象

建て替えの際に道路を拡幅する必要がある次の①～③のいずれかに当てはまるもの ※販売を目的としない場合に限りです。

- ①4mに満たない道路
- ②4m以上でも後退をしなければならない道路
- ③家の建て替えが可能な道路にしようとする道

対象となる工事

下表のA～Cの工事が対象です。



助成内容

工作物や樹木の撤去・新設、L形側溝などの撤去・新設、舗装などに係る費用

助成金の限度額

実際に支払った費用(上限300万円)

新設 家の建て替えが可能な道路にするための費用の助成

助成対象

販売を目的としない場合に限りです。

- ①既に家が建ち並んでいる道を建築基準法の道路にするための申請をする方
- ②すみ切りとなる土地を所有する方

助成内容

道路にするための調査、測量、すみ切りなど申請に係る費用

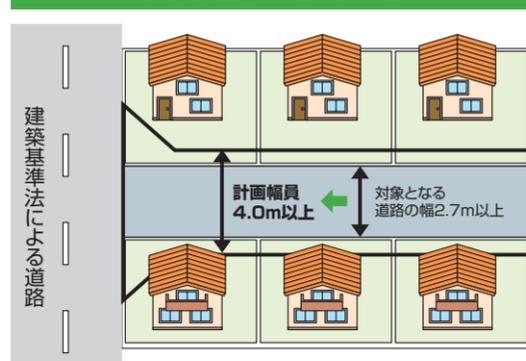
助成金の限度額

実際に支払った費用(上限40万円)

その他

道路にするための基準も併せて緩和しました。

緩和した基準のイメージ



家の建て替えの際に道路を拡幅するための助成に加え、家の建て替えが可能な道路にするための費用や、行き止まりの道に災害時の避難経路となる通路を設置する費用の助成を始めました。助成金の申請方法など詳しくは、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。



新設 行き止まりの道に災害時の避難経路となる通路を設置する費用の助成

助成対象

幅員が4m以下の行き止まり道路や道に接する土地を所有する方

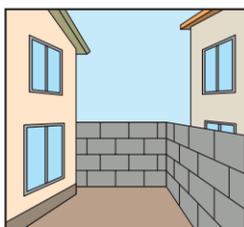
助成内容

避難ができる通路を整備するための工作物や樹木の撤去、門扉などの設置、舗装などに係る費用

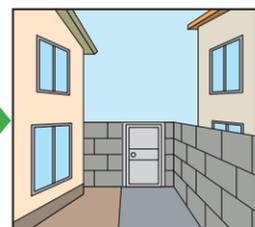
助成金の限度額

実際に支払った費用(上限30万円)

整備のイメージ



【整備前】ブロック塀で囲われている敷地



【整備後】ブロック塀の一部を撤去して、非常時に避難できる扉および通行に支障がない舗装の整備

条例・計画など

都市計画の原案がご覧になれます

1 石神井台六丁目緑地 **2** 関町南二丁目公園の各都市計画原案がご覧になれます。意見のある方は意見書を提出できます。また、説明会と公聴会を開催します。公述(意見を述べること)を希望する方は申し出てください。▶**縦覧・意見書提出の期間**:6月22日(金)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日曜を除く)▶**縦覧・意見書提出の場所**:都市計画課(区役所本庁舎16階) ※区ホームページでもご覧になれます。

〈説明会〉

日時	場所	問合せ
1 6/4(月) 18:30から	東大泉地域集会所	公園係 ☎5984-1365
2 6/5(火) 18:30から	立野地区区民館	

〈公聴会〉

▶**日時**:7月2日(月)午後6時30分から
▶**場所**:石神井庁舎5階▶**公述の申し出方法**:都市計画課や区ホームページにある申出書を、6月22日(必着)までに持参または郵送で都市計画課へ ※公述人がいない場合は、公聴会は行いません。傍聴を希望する方は、事前に開催の有無を確認し

てください。

◎**問合せ**:都市計画課都市計画担当係 ☎5984-1534

介護保険

「負担限度額認定証」「生計困難者に対する利用者負担額軽減確認証」の更新をお忘れなく

認定証・確認証の有効期限は7月31日(火)です。現在、認定証・確認証をお持ちの方には、必要書類を6月上旬に送付します。引き続き認定を希望する方は、有効期限までに申請してください。 ※郵送可。 ※新規申請は6月4日(月)から受け付け。▶**申請先・問合せ**:介護保険課給付係(区役所東庁舎4階) ☎5984-4591

お休みします

〈桜台体育館☎3992-9612〉…6月11日(月)・12日(火)【器具点検などのため】
〈大泉学園町体育館・温水プール〉…9月1日(土)～来年3月31日(日)【改修工事のため】▶**問合せ**:総合体育館 ☎3995-2805

健康・衛生

ペット動物無料相談

獣医師がしつけや病気などの相談に応じます。 ※ペットを連れての

来場はご遠慮ください。▶**日時**:6月19日(火)午後1時30分～4時30分▶**場所**:区役所アトリウム▶**申込**:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111(代表)もできます。▶**問合せ**:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

生活習慣病を予防する！40代から始める運動教室

▶**対象**:40歳以上の方▶**日時**:6月26日(火)午後2時～4時▶**場所**:光が丘区民センター2階▶**内容**:講義、運動実技▶**講師**:健康運動指導士/黒田恵美子▶**定員**:45名(先着順)▶**申込**:電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722

講演会「女性の悩み～トイレのことを気にしない生活」

▶**日時**:6月29日(金)午後2時～3時30分▶**場所**:石神井保健相談所▶**講師**:コンチネンスアドバイザー/小島みさお▶**定員**:50名(先着順)▶**申込**:電話で同所 ☎3996-0634

歯・口の健康に関するポスターコンクール【中学校の部】の作品を募集

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。今回、むし歯の予防やかむことの大切さなど、歯・口の健康に関するポスターのコンクールを開催します。応募作品の中から特賞、優

秀賞、歯科医師会賞を区役所内に展示します。▶**対象**:区内在住の中学生▶**内容・募集作品**:54cm×38cmの画用紙に絵の具、クレヨンなどで描いた作品▶**申込**:電話で応募要領を請求の上、9月6日(必着)までに歯科保健担当係 ☎5984-4682 ※応募要領は区ホームページにも掲載しています。

認知症サポーター・ステップアップ講座「認知症の方への声か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**:6月30日(土)午前9時30分～正午▶**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

在宅療養講演会「家族ががんになったとき～在宅での過ごし方」

住み慣れた自宅で医療と介護を行う「在宅療養」を知っていただく講演会です。▶**日時**:6月17日(日)午後2時～4時▶**場所**:光が丘区民センター2階▶**講師**:祐ホームクリニック平和台院長/林伸宇▶**定員**:100名(先着順)▶**申込**:電話で地域医療課 ☎5984-4673

熱中症に注意を!

問合せ 保健相談所
【豊玉☎3992-1188、北☎3931-1347、光が丘☎5997-7722、石神井☎3996-0634、大泉☎3921-0217、関☎3929-5381】

蒸し暑い日や、風が弱く気温・湿度が高い日は、体温調節がうまくできなくなり、熱中症にかかりやすくなります。また、閉め切った室内にいても熱中症を起こすことがあります。適切な予防法を知り、熱中症を防ぎましょう。

主な症状

めまい、立ちくらみ、筋肉痛、多量の汗、吐き気、頭痛などがあります。特に意識がない、けいれん、高熱、まっすぐ歩けないという症状がある時は救急車を呼びましょう。

このような方は注意

高齢者、乳幼児、持病(心臓疾患や糖尿病など)のある方、肥満の方、屋外で長時間作業や運動をする方、閉め切った室内でエアコンをつけない方など

予防のポイント

- 室内でもこまめに水分(糖分が入っていないお茶など)を取る。たくさん汗をかいた時は塩分補給も忘れずに行う
- 外出時は、日傘を使ったり、帽子や通気性の良い衣服を身に着けたりする
- 炎天下や、風通しが悪い場所での運動や作業は控える
- 睡眠・栄養をしっかり取って、体力を維持する
- 我慢せずにエアコンや扇風機を活用する

6月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

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

●**休日急患診療所**

場所	受付日時
小児科 練馬区夜間救急こどもクリニック(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。	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 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
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	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 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
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	
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	日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30 ※当日、電話で要予約。

●**休日診療当番医療機関**
診療科目を必ず電話で確認の上、来院してください。
▶**診療時間**:日曜・祝休日の午前9時～午後7時

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●**テレホンサービス**

- 東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら・・・」
携帯電話など ☎#7119
ダイヤル回線 ☎3212-2323
- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303(毎日24時間自動応答)
- 東京消防庁救急病院案内
練馬消防署 ☎3994-0119
光が丘消防署 ☎5997-0119
石神井消防署 ☎3995-0119

●**休日診療当番接骨院**
認め印を必ずお持ちください。
▶**施術時間**:午前9時～午後5時

3日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	たけくま整骨院(高松6-26-2)	☎3995-7378
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183
10日(日)	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	☎3993-0890
	愛身堂ふじみ台整骨院(貫井3-8-17)	☎3990-6789
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
17日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	仁愛堂前田整骨院(春日町4-16-21)	☎3970-0550
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789
24日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	マキノ接骨院(練馬4-26-11)	☎5999-3776
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789

井戸水を飲む方にご注意を

家庭にある浅い井戸は、雨水や地表の影響を受けやすく、細菌や化学物質が検出される場合があります。井戸水を飲む場合は、水質検査で安全性を確認し、生水を飲まないなどの注意が必要です。区では、井戸水に関する相談を受け付けています。
▶**問合せ**: 環境衛生監視担当係 ☎5984-2485

子ども・教育

7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、お風呂の入れ方や歯磨き実習など▶**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	日時[3日制]
豊玉 ☎3992-1188	3(火)・10(火)・17(火)
北 ☎3931-1347	9(月)・23(月)・30(月)
石神井 ☎3996-0634	6(金)・13(金)・20(金)
大泉 ☎3921-0217	3(火)・10(火)・17(火)

※時間はいずれも13:30~16:00。

7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**: 7月14日(土)午後1時30分~4時▶**場所**: 豊玉保健相談所▶**内容**: 講義▶**定員**: 40名(先着順)▶**持ち物**: 母子健康手帳▶**申込**: 電話で同所 ☎3992-1188

7月のパパとママの準備教室

1~3とも▶**対象**: 出産を控えた夫婦 ※家族での参加も可。▶**内容**: お風呂の入れ方の実習、妊婦ジャケットの体験など▶**持ち物**: 母子健康手帳▶**申込**: 往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名(1はA⑧の別も)②住所③夫婦の氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定日を、6月14日(必着)までに各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時・定員(抽選)
1 光が丘 (〒179-0072 光が丘2-9-6) ☎5997-7722	7(土) ⑧9:00~11:30(50組) ⑩13:30~16:00(50組)
2 豊玉 (〒176-0012 豊玉北5-15-19) ☎3992-1188	14(土) 9:00~11:30(40組)
3 関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	28(土) 9:00~11:30(25組)

自然観察会

▶**対象**: 小学3年~中学生▶**日時**: 7月23日(月)~25日(水)の2泊3日▶**場所**: ベルデ武石(長野県上田市)など▶**講師**: プロナチュラリスト/佐々木洋ほか▶**定員**: 40名(抽選)▶**宿泊費・バス代など**: 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性別⑥学校名・学年⑦電話番号を、6月13日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341 ※保護者は6月30日(土)午後2時から春日町青少年館で開催する説明会に必ず参加してください。

高齢者 ①

平成30年度版「高齢者の生活ガイド」を配布

区の高齢者向け保健福祉サービスや高齢者の家族に役立つ情報を紹介

しています。▶**配布場所**: 区民事務所(練馬を除く)、地域包括支援センター、敬老館、保健相談所、総合福祉事務所、はつらつセンター、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)など▶**問合せ**: 高齢社会対策課計画係 ☎5984-4584

わんぱくキャンプ ~自然と友達になろう

川遊びやキャンプファイアなど豊かな自然の中でのびのびと遊びます。
▶**対象**: 小学3~6年生▶**日程**: 7月27日(金)~29日(日)の2泊3日▶**場所**: 巣栗キャンプ場(長野県上田市) ※バンガローに宿泊。▶**定員**: 70名(抽選)▶**宿泊料・バス代など**: 1万7000円▶**申込**: 往復ハガキで①わんぱくキャンプ②参加者全員(3名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・学校名・学年・電話番号を、6月11日(必着)までに〒176-8501 区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※参加者と保護者は、7月15日(日)午後1時~3時に区役所アトリウム地下多目的会議室で開催する説明会に必ず参加してください。



フィットネスクラブで

メタボ予防

子育て・仕事で忙しい方
のための個人指導型
フィットネスプログラム



▶**対象**: A~Eの全てに当てはまる方 A 区内在住の30~64歳(6月1日現在) B 医師から運動・入浴を止められていない C 昨年度、この事業を利用していない D 下表のクラブの会員ではない(休会者も含む) E 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出した数値(BMI)が18.5以上▶**定員**: 410名(店舗別に抽選)▶**費用**: 1万800円

▶**申込**: ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①フィットネスプログラム②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)④生年月日・年齢⑤性別⑥電話番号⑦BMIの数値⑧希望店舗名(1カ所のみ)を、6月18日(消印有効)までに〒176-8501区役所内健康づくり係 ☎5984-4624 ※申し込みは1人1通です。 ※7月上旬に抽選結果をお知らせします。

プログラム内容

★体成分測定を行い、個人に合った健康づくり計画を作成します。
★3回の個人指導を含めた12回、各クラブのプールやジムなどの施設と、エアロビクスなどのプログラムを利用できます。

プログラムの実施店舗

営業時間・施設内容など詳しくは、各施設にお問い合わせいただくか、各クラブのホームページをご覧ください。

スポーツクラブ ルネサンス
(<http://www.s-renaissance.co.jp/>)

フィットネスクラブティップネス
(<http://tip.tipness.co.jp/>)

施設名・問合せ	定員	
	男性	女性
光が丘(高松5-8) ☎5372-4400	25	25
石神井公園(石神井町2-14-14) ☎5910-3977	40	40
練馬高野台(高野台1-7-17) ☎5372-1006	20	20
富士見台(貫井3-12-33) ☎5987-2433	20	20
東伏見(西京市東伏見3-4-1) ☎042-451-5353	25	25

施設名・問合せ	定員	
	男性	女性
大泉学園(東大泉1-27-14) ☎3925-1811	15	15
東武練馬(北町2-22-17) ☎3559-3711	10	10
練馬(練馬1-5-16) ☎5946-1351	30	30
氷川台(桜台3-34-2) ☎5946-1251	20	20

健康長寿を目指しましょう

高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らせるよう健康長寿(介護予防事業)に向けた取り組みを進めています。個人で参加できるものだけでなく、団体に専門職を派遣する取り組みも行っています。ぜひご利用ください。

問合せ 介護予防係 ☎5984-2094

個人向け はつらつシニアクラブ

体組成(脂肪や筋肉の量など)や血管年齢、骨の健康度などを測定し、身体のアドバイスを行います。また、運動や文化活動など近隣で活動している団体の紹介も行います。 ※ペースメーカーを使用している方は一部の測定ができません。 ※申し込みは1人1回限りです。▶**対象**: 区内在住の65歳以上の方▶**定員**: 各50名(先着順)▶**申込**: 電話でスポーツクラブルネサンス石神井公園 ☎5910-3977(午前11時~午後7時)

場所	日程
西大泉地区区民館	6/15(金)
桜台地域集会所	6/19(火)
土支田中央地域集会所	6/26(火)
上石神井南地域集会所	6/29(金)

※時間はいずれも9:30~12:00。
※年間の予定は区ホームページでご覧になれます。

団体向け リハビリ専門職を派遣

地域で活動している団体(運動や文化活動をしているサークルなど)に、リハビリ専門職を派遣します。普段活動しているメンバーと一緒に、健康長寿への取り組みや健康づくりについて学べます。 ※申し込みは1団体につき年度内1回限りです。▶**対象**: 65歳以上の方が半数以上いる区内の団体▶**申込**: 電話で介護予防係へ



高齢者②



大泉ケアハウス入居登録者を募集

大泉ケアハウス(東大泉2-11-21 大泉特別養護老人ホーム併設)の空き室待ち入居登録者を募集します(登録期間は1年)。大泉ケアハウスは、区内在住の60歳以上(6月29日現在)の低所得の方などを対象とした全室個室の施設です。食事を提供するほか、緊急時は24時間常駐の職員が対応します。募集の対象など詳しくは、大泉ケアハウスや総合福

祉事務所、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある入居者募集のしおりをご覧ください。 ※介護保険の施設ではありません。入居後に介護が必要となった場合、外部の介護サービスをご利用いただけます。 ▶**募集人員**:若干名 ▶**申込**:しおりに添付の申込書に必要書類を添えて、6月23日(土)~29日(金)午前9時~午後5時(29日は正午まで)に本人が直接、大泉ケアハウスへ **〈施設見学を開催〉** ▶**日時**:6月23日(土)・24日(日)午後2時から ▶**申込**:当日会場へ ◎**問合せ**:大泉ケアハウス ☎5387-3699

小中学生のための弦楽体験教室

問合せ (公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311

簡単な演奏ができるまでプロが指導します。

- 募集する楽器**
- バイオリン…14名(4年生以上)
 - ビオラ…5名(5年生以上で身長150cm以上)
 - チェロ…6名(5年生以上で身長145cm以上)
 - コントラバス…5名(6年生以上)
- ※いずれも抽選。



コントラバス

▶**対象**:小学4年~中学生の楽譜が読める弦楽器未経験者 ▶**日時**:7月21日~8月25日の毎土曜午後0時30分~1時40分【8月11日を除く。5日制】 ▶**場所**:生涯学習センター分館 ▶**費用**:500円 ▶**申込**:往復ハガキまたは電子メールで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④学年⑤身長⑥保護者の氏名⑦電話番号⑧電子メールアドレス(ある方のみ)⑨希望楽器(第2希望まで)⑩この教室の受講経験の有無を、6月29日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会 ☒neri.jr.ok@neribun.or.jpへ ※楽器は用意します。 ※過去に受講したことのある楽器への申し込みはできません。

〈ジュニア・オーケストラの団員を募集します〉

▶**対象**:今年4月1日現在、次の①②の両方に当てはまる小学4年~17歳の方 ①毎土曜午後に生涯学習センター分館で行う練習に参加できる②募集する楽器の経験がある(一部未経験者も可) ※オーディションを実施します。 ※募集する楽器はお問い合わせください。

健康長寿はつつ教室

12とも ▶**対象**:区内在住の65歳以上の方 ▶**費用**:500円 ▶**申込**:6月11日(月)までに電話で介護予防生活支援サービス係 ☎5984-4596

1 足腰しゃっきりトレーニング教室 (室内での筋力強化、ストレッチなど)

▶**日時**:7/5~8/9の毎木曜10:00~11:30【6日制】 ▶**場所**:ティップネス練馬(練馬1-5-16) ▶**定員**:25名

▶**日時**:7/2~8/6の毎月曜10:00~11:30【6日制】 ▶**場所**:ルネサンス光が丘(高松5-8) ▶**定員**:25名

2 プールで足腰しゃっきりトレーニング教室 (水中運動など)

▶**日時**:7/13~8/31の毎金曜13:00~14:30【8日制】 ▶**場所**:ルネサンス富士見台(貫井3-12-33) ▶**定員**:20名

▶**日時**:7/9~8/27の毎月曜13:00~14:30【8日制】 ▶**場所**:ルネサンス光が丘(高松5-8) ▶**定員**:20名

▶**日時**:7/13~8/31の毎金曜13:00~14:30【8日制】 ▶**場所**:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14) ▶**定員**:20名

▶**日時**:7/2~8/27の毎月曜13:30~15:00【7/16を除く。8日制】 ▶**場所**:大泉スワロー体育クラブ(東大泉4-31-6) ▶**定員**:20名

※初めての方を優先の上、抽選。

講座・催し



上級救命講習会

初めて講習を受ける方も参加できます。 ▶**日時**:7月8日(日)午前9時~午後5時 ▶**場所**:防災学習センター ▶**内容**:傷病者の応急手当て(心肺蘇生(そせい)法、止血、搬送方法など) ▶**定員**:30名(先着順) ▶**テキスト代**:2,600円 ▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①講習会名②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、6月15日(金)までに防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472 ☒kuminbousai04@city.nerima.tokyo.jp

庭木の剪定入門講座

▶**日時**:6月22日(金)午前9時30分~11時30分 ▶**場所**:花とみどりの相談所など ▶**内容**:庭木の手入れの基礎を学び、公園の常緑樹で実習する ▶**講師**:造園家/千葉一弘ほか ▶**定員**:40名(抽選) ▶**保険料**:50円 ▶**持ち物**:剪定ばさみ ▶**申込**:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、6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 ☎3976-9402

第47回 生涯学習センターサークル文化祭舞台発表会

生涯学習センターを拠点に活動しているサークル25団体が、日頃の成果を発表します。 ▶**日時・内容**:下表の通り ▶**場所・問合せ**:生涯学習センター ☎3991-1667 ▶**定員**:300名(先着順) ▶**申込**:当日会場へ

6/10日12:00~17:30(11:30開場)
民謡、新舞踊、日本舞踊、詩舞、三曲(琴・三絃(さんげん)・尺八)、民謡の独唱
6/17日12:00~17:00(11:30開場)
中国琵琶、コーラス、大正琴、ハーモニカ演奏、リコーダー演奏、ギター演奏、社交ダンス、フラダンス、ハワイアンダンス

ふるさと文化講座 「関東大震災と東京の郊外~練馬区を中心に」

関東大震災後の練馬区域の変化について紹介します。 ▶**日時**:6月17日(日)午後2時~3時30分 ▶**場所**:石神井公園ふるさと文化館 ▶**講師**:立命館大学歴史都市防災研究所客員研究員/北原糸子 ▶**定員**:90名(先着順) ▶**申込**:電話で同所 ☎3996-4060

かたくり福祉作業所 地域交流イベント

▶**日時**:6月16日(土)午前10時~午後2時 ▶**場所・問合せ**:かたくり福祉作業所 ☎5387-4610 ▶**内容**:模擬店、喫茶、ゲーム、グランドゴルフなど

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。

- 第22回光風松乃會書展(かな書道) 6月23日・24日午前11時~午後5時30分(24日は午後4時30分まで) 練馬文化センター 入場無料 稲葉 ☎090-1810-3691
- 初心者ゲートボール教室無料体験会 6月5日・12日・19日午前9時~午後3時 練馬総合運動場 講師 日本ゲートボール連合1級審判員 練馬区ゲートボール協会・小杉 ☎080-5071-6138(要予約)
- 無理せずヨガ健康法 月4回 火曜午前10時30分~11時50分 石神井公園区民交流センター 年会費2,000円 月会費3,500円 新田 ☎3976-3321(要予約)
- 中高年カラオケの会 月2回①木曜②金曜午後2時~4時 勤労福祉会館 ①②とも入会金2,000円、月会費3,000円 金子 ☎090-1606-2707(要予約)
- 如月俳句会 第4月曜・火曜午後1時~5時 ココネリ3階 講師 下鉢清子 入会金1,000円 月会費1,000円 金山 ☎FAX 3925-7763(要予約)

- 貫井中同窓会総会 6月10日午後2時~4時 貫井中 参加費無料 比田 井 ☎FAX 3577-0300(午後6時以降)
- 中高年健康卓球の集い 初心者対象 月2~4回主に平日①午後1時~4時②午後6時~8時 勤労福祉会館 ①②とも入会金1,000円、会費1回500円 金子 ☎090-1606-2707(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~2時30分 東大泉中央地域集会所など プロが指導 入会金1,000円 参加費1回1,300円 加藤 ☎080-8169-0799
- チェンダンズ初心者無料講習会 初心者の女性対象 6月5日・12日・19日・26日午前9時30分~正午 光が丘区民センター3階 春日フォークダンスクラブ・笹原 ☎FAX 3991-6419(午後6時以降)
- 女声合唱コール・チャイカおさらい会(ロシア・日本の歌、発声指導など) 女性対象 6月28日午後2時30分~4時 勤労福祉会館 参加費無料 例会…女性対象 月3回木曜午後2時30分~4時 勤労福祉会館 など 講師 二期会員/岸本力 入会金2,000円 月会費4,500円 森 ☎3925-7472(要予約。午後5時以降)
- 気功・ストレッチ・太極拳 たんぽぽ同好会 毎月曜午前9時30分~正午 東大泉地域集会所 月会費4,000円 小林 ☎3924-3711(要予約)

- アフガン編サークル 初心者の高齢者対象 第1・3水曜午前9時30分~正午 勤労福祉会館 講師 牛飼民代 月会費2,000円 日向野 ☎5905-1122(要予約)
- 社交ダンス無料体験会(ワールドスタイル) 60歳以上の初心者対象 ①6月5日②6日午前10時20分~正午 ①生涯学習センター②石神井庁舎5階 シニアダンスの会・古谷 ☎090-1766-7366
- クラシックバレエ無料体験会 3歳児以上対象 ①6月7日②14日③21日④28日午後4時~5時 上石神井体育館 例会…毎木曜午後4時~5時 上石神井体育館 講師 坂田亜紀 ①~④とも入会金5,000円、年会費1,200円、月会費5,000円 リトルバレエ友の会・宮城 ☎070-4400-5393 ☒miyagiy1029@gmail.com(要予約)
- イタリア&語サークル 初心者対象 毎火曜午前10時~11時 石神井庁舎5階 イタリア人講師が指導 月会費2,500円 大沢 ☎090-4413-0778(要予約)
- ゴスペルコンサート 6月16日午後3時開演 スタジオY's(関町北) 入場無料 例会…毎金曜午前10時~正午 立野地区区民館など 月2回 講師が指導 月会費2,500円 ジョイフルクローバー・吉井 ☎080-5497-6051 ☒joyclo.gospel@gmail.com(例会のみ要予約)

- 囲碁五段になる会 ①毎火・土曜午後1時~5時②毎木・金曜午後3時30分~7時 興風館(上石神井) 高段者が指導 ①②とも月会費3,000円 森下 ☎080-1096-9929(要予約。正午以降)
- カラオケ、ユーモアスピーチ、エッセイ、句会など 新エルフ 60歳以上の方対象 第1または第2土曜午後1時30分~5時 練馬高野台駅前地域集会所など 年会費1,500円 会費1回300円 内藤 ☎090-4534-2582(要予約。午後1時~9時)
- ヴォイストレーニング シャンゼリゼ 第1・3月曜午前10時~正午 光が丘区民センター2階 入会金2,000円 会費1回1,500円 小林 ☎090-2145-6984(要予約)
- Poppo Musicale 3rd Concert (女声合唱団) 7月15日午後2時30分開演 練馬文化センター 入場無料 大内 ☎090-6190-6718 ☒poppo_musicale@gmail.com
- 開進第三小同窓会総会 6月23日午後1時30分~4時 開進第三小 参加費500円(中学生無料) かせだ ☎3991-5833
- 頑張りない健康法 練馬気功の会 ①毎火曜午前10時~正午②毎水曜午後7時~9時 ①春日町地域集会所②春日町図書館 ①②とも入会金1,000円、月会費3,500円 角田 ☎080-3127-3875(要予約)

- ハワイアンキルト体験 6月5日・14日・19日・28日午前10時~正午のうち2回 サンライフ練馬 参加費2回3,000円 材料費2回1,500円 坂西 ☎090-1612-2466(要予約)
- 練馬新潟県人会総会 6月17日正午~午後1時 ココネリ3階 入場無料 総会終了後に懇親会あり 例会…年4回ココネリ3階などで活動 年会費2,000円 八尾坂 ☎090-3201-3435(要予約)
- 光が丘リコーダーアンサンブル第2回演奏会(G.F.ヘンデルコンチェルト・グロツツ第3番など) 6月16日午後2時30分開場 光が丘図書館 指揮 向江昭雅 入場無料 徳重 ☎090-6957-9726 ☒rsxnq504@yahoo.co.jp(先着50名)
- 絵画・造形 やよい会 月4回土曜または日曜午前10時~正午または午後2時~4時 練馬区立美術館など 講師 真島直子 入会金1,000円 月会費6,000円 柏村 ☎FAX 3990-3966 ☒m.kashimm@ezweb.ne.jp(要予約)
- 親子で楽しむ夏のスペシャルおとあーとコンサート 7月28日午前10時30分開演 練馬文化センター 入場料1,000円(2歳児~中学生500円、2歳未満のお子さん無料) 本田 ☎080-9381-3482 ☒otoart@live.jp(要予約)

町会・自治会、NPO法人、ボランティア団体の活動を紹介するパネル展

▶日時:7月1日(日)～8月25日(土)午前9時～午後10時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)
〈出展団体を募集〉
 ▶対象:区内の町会・自治会、NPO法人、ボランティア団体▶募集作品:団体の活動を記載した模造紙(A1サイズ程度)1枚▶定員:40団体(先着順。1団体につき1週間展示)▶申込:6月30日(土)までに電話で区民協働交流センターへ
 ◎問合せ:区民協働交流センター ☎6757-2025

はつらつセンター豊玉の催し

1～3とも▶対象:区内在住の方▶場所・問合せ:はつらつセンター豊玉 ☎5912-6401▶申込:**1**3当日会場へ**2**往復ハガキで①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号を、6月14日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12

はつらつセンター豊玉へ
1ジャズコンサート
 ▶日時:6月10日(日)午後2時～3時▶出演:スウィング・アウェイ▶定員:50名(先着順)

2講演会「脳血管障害になりにくい食と運動」

▶日時:6月25日(月)午後2時～3時▶講師:元食品バイヤー/見崎福司▶定員:70名(抽選)

3円満相続シリーズ「元気なうちに学びたい相続の話」

▶日時:6月26日(火)、7月24日(火)、8月28日(火)、9月25日(火)、10月23日(火)、11月27日(火)午後2時～5時【6日制】▶内容:講義、個別無料相談会▶講師:NPO法人相続アドバイザー協議会®評議員/大澤順一▶定員:30名(先着順)

五味康祐オーディオレコードコンサート
 ～ベートーベンの魅力に迫る!

▶対象:中学生以上▶日時:6月23日(土)午後1時30分～3時⑥午後3時30分～5時▶場所:石神井松の風文

化公園管理棟▶定員:各20名(抽選)
 ▶費用:300円▶申込:往復ハガキで①レコードコンサート(A⑥の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、6月9日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室 ☎5372-2572 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)からも申し込みます。

日本大学芸術学部公開講座「文学」再入門

▶対象:18歳以上の方▶場所:日本大学芸術学部▶定員:各100名(先着順)▶申込:6月20日(火)までに電話で生涯学習センター ☎3991-1667

日程	テーマ	講師 (文芸学科教授)
6/23(土)	小林秀雄の「本居宣長」論について～歌とは、意識が出会う最初の物だ	上田薫
6/30(土)	宮沢賢治文学の魅力～「ほんとう」を求めた天才	ソコロワ 山下聖美
7/7(土)	芭蕉・蕪村・一茶の流れ～夏の俳句を中浅沼璞心に	浅沼璞

※時間はいずれも10:30～12:00。
 ※車での来場はご遠慮ください。

講演会「若者を採用した企業の話」と保護者懇談会

若者の就労問題についての講演会と保護者懇談会を開催します。▶対

象:15～39歳のお子さんの自立に悩みのある保護者・支援者▶日時:6月23日(土)午後2時～4時30分▶場所:春日町青少年館▶講師:社会福祉法人こうれいきょう施設長/近藤みつるほか▶定員:30名(先着順)▶申込:電話でねりま若者サポートステーション ☎5848-8341(木・日曜を除く)

スポーツ

区民体育大会

1 **2**とも▶問合せ:スポーツ振興課事業係(区役所本庁舎8階) ☎5984-1947 ※実施要項は、体育館やスポーツ振興課、区ホームページでもご覧になれます。

1 サッカー(一般)

▶対象:中学校卒業以上の方で構成されたチーム、または練馬区サッカー協会に加盟しているチーム ※有資格の審判員3名以上を含む。▶日程:9月2日～10月28日の日曜(試合日程は後日発表)▶場所:大泉さくら運動公園▶内容:トーナメント方式▶持ち物:色違いのユニホーム2着▶申込:実施要項をご覧の上、6月10日(必着)までに練馬区サッカー協会・神藤へ

2 剣道

▶対象:小学3年生以上▶日程:9月9日(日)▶場所:総合体育館▶内容:個人トーナメント▶保険料など:350円▶申込:実施要項をご覧の上、7月9日(必着)までに練馬区剣道連盟・上原へ

教科書展示会

文部科学省の検定を受けた中学校用の道徳の教科書を展示します。 ※学校教育支援センターでは現在使われている小中学校用教科書も展示します。
 ▶問合せ:学校教育支援センター(光が丘6-4-1) ☎6385-9911

日程	場所
①6/5(火)～28(木)	学校教育支援センター
②6/5(火)～9(土)	大泉図書館
③6/12(火)～17(日)	関町図書館
④6/22(金)～24(日)	貫井図書館

※時間はいずれも9:00～19:00(①は土・日曜は17:00まで)。

(公財)練馬区文化振興協会の催し

問合せ

☎3993-3311
<https://www.neribun.or.jp/>



公益財団法人 練馬区文化振興協会
 nerima cultural promotion association

武蔵野音楽大学ベートーヴェンホール(江古田キャンパス) **小学生**

7/5 木 18:30開演 **武蔵野音楽大学連携事業**
ケマル・ゲキチ ピアノ・リサイタル

区内在住・在勤(在学)の120名の方を特別価格で優待します(抽選)。
出演 ケマル・ゲキチ
曲目 ベルリオーズ(リスト編)/幻想交響曲など
入場料 優待料金500円(全席自由) ※一般料金1,000円。
申込 往復ハガキまたは電子メールで①催し名②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③希望人数(2名まで)を、6月14日(消印有効)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会 ☎renkei@neribun.or.jp ※結果は6月下旬に通知します。



練馬文化センター(小ホール) **割引** **0歳以上**

8/5 日 15:00開演 **劇団M.M.Cオリジナルミュージカル**
うみとみう 小中学生参加公演

夏休みに親子で楽しめる感動のミュージカルをお届けします。
出演 劇団M.M.C、区内の小中学生
入場料 1,500円(全席指定) ※3歳児～中学生800円。 ※2歳以下のお子さんは無料(座席が必要な場合は有料)。
予約 6月15日(金)午前10時から**1**③(購入は16日(土)午前10時から**1**②③)



練馬文化センター(大ホール) **小学生**

7/25 水 **練馬文化センターバックステージツアー**
 ～舞台づくりのヒミツを探そう

対象 小学生と保護者
定員 各10組(抽選)
参加費 1人300円
申込 往復ハガキまたは電子メールで①バックステージツアー(**1**②の別も)②代表者の住所・氏名・電話番号③参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)・年齢を、7月3日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会 ☎bst@neribun.or.jp



練馬文化センター(小ホール) **優先** **割引** **小学生**

9/29 土 15:00開演 **瀬川昌久プロデュース第10弾記念公演**
ねりぶんJAZZ ビッグバンドジャズの魅力の全て
 ～All About Big Band～

出演 羽毛田耕士ビッグバンド、紗理(ポーカー)、瀬川昌久(解説)
曲目 二人でお茶を、A列車で行こうなど
入場料 3,000円(全席指定)
予約 6月21日(木)午前10時から**1**③(購入は22日(金)午前10時から**1**②③)



羽毛田耕士 紗理

練馬文化センター(大ホール) **割引** **小学生**

来年 1/9 水 18:30開演 **プラハ国立劇場オペラ「フィガロの結婚」**

出演 プラハ国立劇場オペラ管弦楽団、合唱団
入場料 S席1万4000円、A席1万1000円、B席7,000円(全席指定)
予約 6月23日(土)午前10時から**1**③(購入は24日(日)午前10時から**1**②③)



優先 友の会会員へ優先予約受け付けを行います。
割引 友の会会員は1割引で購入できます(各公演2枚まで)。
小学生 未就学児は入場できません。
0歳以上 該当年齢から入場できます。

友の会に入会すると、各種特典が利用できます。詳しくは、お問い合わせください。

チケット
予約・購入はこちらで
 ①練馬文化センター(練馬駅下車中央北口徒歩1分) ☎3948-9000 (チケット予約専用電話。午前10時～午後5時)
 ②大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅下車北口徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))
 ③(公財)練馬区文化振興協会ホームページ <https://www.neribun.or.jp/>
 ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①にお問い合わせください。
 ※電話予約で完売の場合は、窓口での販売はありません。

6/16(土)・17(日)
10:00~16:00

消費生活展ねりま2018

入場無料

知恵と工夫で 暮らしに豊かさを

消費生活展は、暮らしにかかわる問題や情報を楽しみながら知っていただくため、区内の消費者団体と区が毎年開催している催しです。ぜひ、お越しください。▶問合せ：消費生活係 ☎5910-3089

場所 石神井公園区民交流センター
(石神井公園駅下車北口徒歩1分)

※車で来場される方は、石神井公園ピアレスパーキング(有料)をご利用ください。

パネル展示・実演

区内の消費者団体などが食・環境・消費者問題などについて、日頃の活動成果をパネルと実演で発表します。

消費生活相談コーナー

商品購入や契約のトラブル、不当請求などの事例を紹介しています。※当日、相談もできます。

人形劇

16日(土)

11:00から…「みんなともだち」

17日(日)

11:00から…夢まあるく舎による「ゆめこちゃんのファンタジーショー」など



体験・リサイクルコーナー

●手作りおもちゃコーナー

厚紙やたこ糸、割りばしなどの材料で楽しいおもちゃが簡単に作れます。

●クイズラリー

●リサイクルバザー

●紙パック(アルミ付きも可)の回収

紙パック5枚でトイレトーパー

1個と交換します。洗って開いて、乾かした状態でお待ちください。

●不用な鍋・フライパンの回収(土鍋・ガラス製は不可)



講演会「今から始める!知ったク、人生100年時代の生活設計」

▶日時:6月17日(日)午後1時30分~3時30分 ▶講師:ファイナンシャルプランナー/豊田真弓 ▶定員:100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(ふりがな)④電話番号を、6月15日(金)までに消費生活係 ☒ syohi@city.nerima.tokyo.jp

読み聞かせ

17日(日)

11:30から…大型絵本の読み聞かせ



おもちゃの病院

小学生以下のお子さんが使う安全なものを、1人2点まで無料で診断・修理します。※部品交換などで実費負担がある場合があります。※おもちゃの状態によっては、お預かりする場合があります。



ステージイベント

16日(土)

11:00から…ハーモニカ演奏
11:45から…オカリナコンサート
12:30から…フードマイレージゲーム
13:30から…エプロンシアター

17日(日)

11:00から…合唱
11:45から…ベリーナイス体操
12:30から…手話コーラス
13:15から…子どもによるパイオリンの合奏

情報あらかると①

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

◆ほんちよう通りのエイサー祭り

▶日時:6月2日(土)午後3時~7時 ▶場所:富士見台ほんちよう通り商店街 ▶内容:お菓子の提供(子どものみ。なくなり次第終了)など ▶問合せ:富士見台本町通り商店街・牧田 ☎3926-4580 (月・水・金曜)

◆第41回住宅デー

▶日時:①6月3日(日)②10日(日)午前10時~午後3時(受け付けは午後2時まで) ▶場所:①関区民センターなど7会場②田柄中央児童公園など26会場 ▶内容:①無料住宅相談、耐震相談、包丁研ぎ(費用実費)など②無料住宅相談、親子木工教室、包丁研ぎなど ▶問合せ:①建設ユニオン練馬支部 ☎3925-0009②東京土建練馬支部 ☎3825-5522

◆東京ニューシティ管弦楽団第1回練馬定期演奏会「メルヘンの音楽」

▶日時:6月9日(土)午後2時開演 ▶場所:練馬文化センター ▶出演:中村メイコほか ▶入場料:S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円、C席2,000円 ※区民割引あり(入場料の1割引)。 ▶申込:電話で楽団チケットデスク ☎5933-3266

◆高齢者水泳体験会(水中歩行・体操など)

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:6月6日(水)・13日(水)・20日(水)午後1時~3時[3日制] ▶場所:大泉学園町体育館 ▶定員:15名(先着順) ▶保険料:100円 ▶申込:電話でシルパースイミングクラブ大泉・渡邊 ☎5905-1210(午後6時~8時)

◆JA東京あおば とれたて村感謝祭

▶日時:6月8日(金)~10日(日)午前9時~午後4時30分 ▶場所:とれたて村石神井(石神井町5-11-7) ▶内容:季節の野菜・花などの販売 ▶問合せ:石神井地区アグリセンター ☎3995-4955

◆行政書士による「暮らしと事業のよろず無料相談会」

▶日時:6月15日(日)午前11時~午後4時 ▶場所:光が丘区民センター2階 ▶申込:当日会場 ▶問合せ:東京都行政書士会練馬支部・橋本 ☎5393-5133(平日午前11時~午後4時)

◆健康寿命と口腔(こうくう)ケア

▶日時:6月17日(日)午前10時~正午 ▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶講師:歯学博士/照山裕子 ▶定員:150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住所③氏名④電話番号を、6月11日(月)までにNPO法人成年後見のぞみ会・佐藤 ☎ FAX 3995-5354 ☒ zuckers3@ii.em-net.ne.jp

◆大泉ほたる観賞会の夕べ

▶日時:6月4日(月)~10日(日)午後8時~9時(雨天中止) ▶場所:町田深水庭園(東大泉7-25-1) ▶申込:当日会場 ▶問合せ:上泉えびず通り商店会・市倉 ☎3922-8661

◆区民企画講座「スマホを安全に使っていますか?」

▶日時:7月3日(火) ▶午前10時~11時30分⑥午後1時~2時30分 ▶場所:男女共同参画センターエーサー ▶講師:シニア情報生活アドバイザー/小川真理子 ▶定員:各15名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①講座名(⑥の別も)②氏名③電話番号を、練馬177地域ITリーダーの会・大倉 ☎3928-9963(午後7時~9時) ☒ sannaku2018@gmail.com

◆不動産取引無料相談会

▶日時:6月15日(日)午前11時~午後3時 ▶場所:区役所アトリウム ▶問合せ:(公社)東京都宅地建物取引業協会練馬支部 ☎3992-1248

◆練馬工業高校公開講座「ウクレレを作ろう」

▶対象:小学5年生以上 ▶日時:8月6日(月)・7日(火)午前10時~午後4時[2日制] ▶定員:12名(抽選) ▶費用:4,200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性別⑥電話番号を、6月29日(必着)までに〒179-8909早宮2-9-18 練馬工業高校 ☎3932-9251

◆楽しい子育て~フットサル

▶対象・日時:①6月9日(土)②7月14日(土)③9月8日(土)④午前9時30分~10時30分(3・4歳児と保護者)⑤午前10時40分~11時40分(4歳児以上の未就学児と保護者) ▶場所:桜台体育館 ▶定員:各10組(先着順) ▶費用:1組500円(3名以上は1名につき200円追加) ▶申込:電話またはファクス、電子メールで①催し名(①~⑤)の別、⑥の別も②氏名③年齢④電話番号⑤参加人数を、開催日の3日前までにSSC桜台・南波 ☎090-1408-9900 FAX 5912-9900 ☒ sakuradai.staff3@gmail.com

◆不動態取引無料相談会

▶日時:6月15日(日)午前11時~午後3時 ▶場所:区役所アトリウム ▶問合せ:(公社)東京都宅地建物取引業協会練馬支部 ☎3992-1248

◆練馬工業高校公開講座「ウクレレを作ろう」

▶対象:小学5年生以上 ▶日時:8月6日(月)・7日(火)午前10時~午後4時[2日制] ▶定員:12名(抽選) ▶費用:4,200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性別⑥電話番号を、6月29日(必着)までに〒179-8909早宮2-9-18 練馬工業高校 ☎3932-9251

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。▶問合せ

せ:在宅療養係 ☎5984-4597

◆言語リハビリ教室 ▶日時:6月16日(土)午後1時~3時 ▶場所:関町デイサービスセンター ▶内容:実技 ▶定員:10名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3928-5030

◆介護者に負担の少ない介護方法

▶日時:6月16日(土)午後2時~4時 ▶場所:光が丘デイサービスセンター ▶内容:講義、実技 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎5997-7706

花とみどりの展示会

◆シャドーボックス&水彩画展 ▶日時:6月8日(金)~10日(日)午前9時~午後5時(10日は午後4時まで) ▶場所・問合せ:花とみどりの相談所 ☎3976-9402

朝・夕・青空市

◆江古田駅北口商店街 ▶日時:6月1日(日)午前10時~午後6時 ▶問合せ:佐久間 ☎090-3539-5250

◆江古田いちば通り商店街 ▶日時:6月1日(日)午前10時~午後7時 ▶問合せ:林 ☎3991-0888

◆サンツ中村橋商店街 ▶日時:6月9日(土)午後4時~7時 ▶問合せ:向井 ☎3990-4609

◆光が丘IMA南館前 ▶日時:6月10日(日)午前10時~午後3時 ▶問合せ:北中 ☎3995-4924

※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。

Yori Dori Midori
よりどりみどりねりま



「ねりまの農」の魅力を体感しよう!

問合せ 農業振興係 ☎5984-1403 FAX 3993-1451

マルシェに出かけよう!

7/7(土)

西武鉄道がマルシェを開催! SEIBU Green Marché (西武グリーンマルシェ)



採れたての枝豆やトウモロコシなど旬で新鮮な練馬産農産物のほか、練馬のおいしさがつまった総菜やワイン、西武線沿線こだわりの逸品が石神井公園駅に集結します。▶日時:7月7日(土)午前10時~午後3時▶場所:石神井公園駅中央口改札前▶問合せ:NKBマルシェ事務局 ☎3504-2128(平日午前10時~午後6時)



農の魅力を伝えるパネル展と練馬産農産物の即売会

区役所
アトリウムで
開催

●パネル展・PR動画

パネル展と併せてねりまの農の魅力を伝えるPR動画を初公開します。▶日時:6月25日(月)~29日(金)午前8時45分~午後5時

●練馬産農産物の即売会

▶日時:6月27日(水)・28日(木) 午前10時~午後2時(なくなり次第終了)



6~7月 魅力的なマルシェが盛りだくさん!

イベント名	日時	場所	問合せ
新鮮な練馬産野菜にこだわりました! どこでもマルシェ in 富士見台	6/15(金) 9:00~14:00	JA東京あおば富士見台支店(南田中3-1-1)	JA東京あおば石神井地区アグリセンター ☎3995-4955(平日9:00~16:30)
若手農家が作る農産物が大集合! 麦わらマルシェ	6/23(土) 11:00~15:00 7/16(祝) 14:00~18:00	練馬駅南口広場	JA東京あおば練馬地区アグリセンター ☎3999-7851(平日9:00~16:30)
大泉のおいしいものを味わおう! 大泉ファーマーズマーケット	6/24(日) 9:00~15:00	大泉図書館	チャイニーズタパスハチ ☎6311-0672(月曜を除く11:30~20:00)
新鮮な練馬産野菜にこだわりました! どこでもマルシェ in 関町	6/30(土) 9:00~14:00	JA東京あおば関町支店(関町北1-22-11)	JA東京あおば石神井地区アグリセンター ☎3995-4955(平日9:00~16:30)
ねりま高松の新鮮農産物をご堪能あれ! 東京ねりま高松マルシェ	7/7(土)・8(日) 16:00~19:00	みやもとファーム(高松2-15-18)	同所 ☎080-8436-3555(平日9:00~17:00)
地域の人と人をつなぐ新しいマルシェ! 妙福寺マルシェ~盆マルシェ	7/16(祝) 15:00~17:00	妙福寺(南大泉5-6-56)	東京ワイナリー ☎3867-5525(11:00~16:00)

※いずれもなくなり次第終了。



練馬区 農の学校

練馬
En
エンカレッジ

「農とのふれあい・体験コース」で農の魅力を体験!

野菜の作付けや収穫体験を通して、農の魅力を体験します。▶対象:15歳以下のお子さんを含む区内在住の2~4名のグループ ※未就学児1名につき保護者1名の参加が必要です。▶日程:8月下旬~12月の休日4日程度(各半日程度)▶場所:高松1-35-2▶定員:20組(抽選)▶費用:1組2,000円 ※別途、参加人数分の保険料が掛かります。▶申込:ハガキまたはファクスで①コース名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・生年月日を、6月15日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係へ ※結果は、7月10日(火)までに代表者に通知します。



情報あらかると②

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。

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

子育て学習講座

◆幼児と家族の食事「おいしい時短料理!」▶対象:未就学児の保護者▶日時:6月10日(日)午前10時30分~午後0時30分▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:20名(先着順)▶費用:400円▶持ち物:エプロンなど▶申込:電話でNPO法人クリオネ・石垣 ☎080-1349-4693 ※保育あり(6月7日(木)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名)。

◆手づくり布おもちゃ講座・カエルパペット▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:6月15日(金)午前10時~11時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:15名(先着順)▶費用:450円▶申込:電話でちくちく手づくりの会・亀井 ☎080-6555-2247(日曜を除く午後2時~7時)

◆子どものための音楽療法について▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:6月17日(日)午前10時~11時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:音楽療法士/牛田聖子▶定員:20名(先着順)▶費用:230円▶申込:電話で子どものための音楽療法サークル「音の輪」・遠藤 ☎090-6497-0016 ※保育あり(6月13日(木)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。費用30円)。

◆元刑事さんから学ぶ「障害のある子の遵法意識を高くむ子育て」▶対象:障害のあるお子さんの保護者、支援者▶日時:6月19日(火)午前10時~11時45分▶場所:光が丘区民センター2階▶講師:元刑事/榎本澄雄▶定員:50名(先着順)▶申込:電話でファミリー空手「結Yui」・三宮 ☎090-4009-6760(午後7時~9時)

◆すまいるねりま遊遊スクール◆親子で和太鼓を打ってみよう!▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:6月16日(土)午前9時30分~10時30分▶場所:光が丘区民センター4階▶定員:8組(先着順)▶費用:

1組60円▶申込:電話で太鼓サークル「どこどん」・多田 ☎090-9290-6165(午前10時~午後6時)

ねりま遊遊スクール

◆サッカーを楽しもう!▶対象:5歳児~小学6年生▶日時:6月12日(火)午後5時~6時▶場所:大泉南小▶定員:20名(先着順)▶申込:電話でサウスユベFC・池田 ☎090-8040-4587(午前10時~午後6時)

◆書道パフォーマンスと小さなランプシェード▶対象:小中学生 ※保護者の参加も可。▶日時:6月24日(日)午前10時30分~午後0時20分▶場所:三原台地域集会所▶定員:20名(先着順)▶費用:1人300円▶申込:電話で書道万里の会・おおめうだ ☎090-2729-9072(正午~午後6時)

◆ベビーとママのためのコンサート▶対象:未就学児と保護者▶日時:6月29日(金)①午前10時30分~11時30分②午後1時30分~2時30分▶場所:関区民センター▶定員:各40組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でアンサンブルパーク・茂木 ☎080-9373-0603(午前9時~午後8時)

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、開催日の5日前までに申込先へ ※700円以下の出店料が掛かります。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆たがら公園(田柄2-45-1)▶日時:6月9日(土)午前10時~正午(雨天中止)▶申込先:〒179-0073田柄2-8-13 渡辺真貴子 ☎090-6487-0857(先着30店。問い合わせは午後6時~8時)

◆まきば遊園地(谷原4-3)▶日時:6月10日(日)午前10時~午後1時(雨天中止)▶申込先:〒177-0031三原台1-31-9 田中一美 ☎090-9848-4576(先着20店。問い合わせは午後6時~8時)

◆大泉中央公園(大泉学園町9-4)▶日時:6月17日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒179-0071旭町3-32-22-805 オタカラ・ネット ☎080-3356-6017(先着30店)

◆夏の雲公園(光が丘3-4-1)▶日時:6月17日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒179-0083平和台4-20-11-302 HAND TO HAND ☎090-

8584-3074(先着50店)

◆和田堀公園(石神井町1-1-11)▶日時:6月17日(日)午前9時30分~午後1時30分(雨天中止)▶申込先:〒177-0041石神井町1-3-7 斉藤理子 ☎3997-4333(先着50店)

◆さくらの辻公園(上石神井3-19-10)▶日時:6月24日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0051関町北1-26-12-202 有川かおり ☎090-3104-0583(抽選50店)

◆平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶日時:6月24日(日)午前10時~午後0時30分(雨天中止)▶申込先:〒177-0035南田中4-7-10-201 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)

学校体育館でスポーツを

◆旭町小 初級者~中級者卓球教室▶対象:16歳以上の方▶日時:6月6日(水)・13日(水)午後6時30分~9時▶持ち物:上履き、ラケット(ある方のみ)▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

広告 選ばれ続けて約144万件(2017年10月現在 ソニー生命調べ)

ソニー生命の学資保険

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
☎SL18-1480-0038

※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。

区的环境に関する取り組みを紹介

区では、公用車に電気自動車を導入するなど、環境に関する取り組みやイベントなどを行っています。ここでは、その一部を紹介します。



電気自動車の活用を進めています



電気自動車は、走行中に二酸化炭素や排ガスを出さないことや環境問題への関心の高まりなどを背景に注目されており、区では活用を進めています。今回、電気自動車を利用した災害時の電源確保に関する事業の一部を紹介します。

災害時に電力を供給できる車を募集します ～災害時協力登録車制度

練馬区で震度6弱以上の地震が発生した際に、事前に指定された避難拠点(区立小中学校)に参集し、停電時の避難拠点運営に必要な設備などに給電をしていただく電気自動車などを募集します。▶**対象:**区内在住・在勤の方で、電気自動車や燃料電池自動車をお持ちの方▶**申込:**環境課(区役所本庁舎18階)や区ホームページにあるチラシをご覧ください。環境課庶務係 ☎5984-1047

登録してくれたら
ボクの限定ステッカーを
プレゼントするねり!



全ての医療救護所に外部給電機器を 配備します

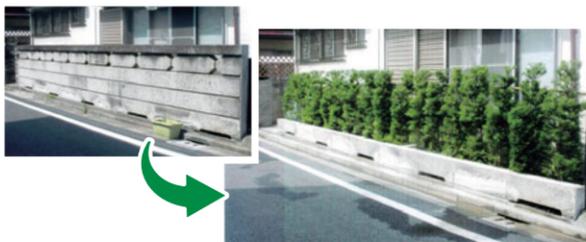
区は、電気自動車の電源を家庭用電源へ変換するために必要な外部給電機器を平成31年度までに全10カ所の医療救護所(※)に配備します。▶**問合せ:**環境計画推進係 ☎5984-4702
※避難拠点のうち軽症者に対して応急処置を行うところ。



地域のみどりを増やしませんか

生け垣の設置、沿道緑化などの費用を助成します

区内のみどりを増やし育てるため、新たに設置する生け垣や、沿道部分などの緑化費用の一部を助成しています。詳しくは、パンフレットや区ホームページをご覧ください。 ※助成を希望する方は、事前にお問い合わせください。



問合せ みどり協働係 ☎5984-2418

緑化を進める団体を支援 ～「みどりの協定」を紹介

町会や自治会などと区が「みどりの協定」を結び、5カ年の計画に沿って緑化を推進する活動を行っていただく制度です。区は計画に沿って年1回、緑化用の苗木を供給します。また、同区域内で生け垣などの助成制度を使って緑化を行った場合、助成額が増えます。▶**対象:**①10戸以上の住宅がまとまっている地域②敷地面積500㎡以上の集合住宅③敷地面積1,000㎡以上の事業所

助成項目	主な交付要件	助成上限額
生け垣	道路に面した部分に連続して1m以上設置	1mにつき1万円 ※既存塀の撤去は生け垣1mにつき1万円、既存舗装の撤去は生け垣1mにつき5,000円。
沿道緑化	緑化部分が2m以上道路に接していて、緑化面積が1㎡以上	1㎡につき5,000円 ※既存塀の撤去は塀1mにつき1万円、既存舗装の撤去は舗装1㎡につき1万円。

「ぴいちゃんファンクラブ」の会員を募集!

500円お得

入会すると、指定のお店で植物・園芸用品と交換できる引換券(2年で3,000円分)や、缶バッジなどのぴいちゃんグッズを差し上げます。▶**会員期間:**平成32年3月31日まで▶**会費:**2,500円(2年間)▶**申込:**チラシのハガキや区ホームページ「電子申請」で来年1月31日(消印有効)までに申し込んでください▶**チラシの配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、図書館、リサイクルセンター、石神井公園ふるさと文化館、石神井松の風文化公園管理棟、花とみどりの相談所、みどり推進課(区役所本庁舎18階)など▶**問合せ:**みどり協働係 ☎5984-2418



二次元バーコード

地球にやさしい暮らしをはじめませんか

環境月間行事「スタート! エコライフ2018」

6月の「環境月間」に合わせて、環境に役立つ暮らしのヒントや区的环境への取り組みなどを紹介するほか、電気自動車の電気を使って家電製品を動かす実演をします。▶**日時:**6月4日(月)～6日(水)午前10時～午後4時▶**場所:**区役所アトリウム▶**問合せ:**ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011

こどもエコクラブの会員を募集 ～地球にいいことはじめよう!

「こどもエコクラブ」は、子どもたちの自主的な環境学習や環境保全活動を支援する、全国規模の環境活動クラブです。3歳児～高校生と活動を支えるサポーター(20歳以上)がいれば、会員登録ができます。会員にはメンバーズバッジなどが送られます。登録料、年会費は無料です。申し込み方法など詳しくは、こどもエコクラブホームページ(<http://www.j-ecoclub.jp/>)をご覧ください。▶**問合せ:**地球温暖化対策係 ☎5984-4705