

- 来年4月からの保育園の利用者を募集 .....2面
- 練馬こども園の利用者を募集 .....2面
- 東京都シルバーパスの申請 .....6面
- 歌姫JAZZサミットを開催 .....12面



梅若紀長



梅若万三郎



みどりの風

## 練馬薪能

野村萬齋



野村万作



10月14日(日) 午後5時開演 (午後4時15分開場)  
石神井松の風文化公園

練馬薪能は、みどり豊かな石神井の森を背景に野外に設けられた能舞台で夜間に開催する催しです。かがり火に照らされた演者や野外の開放感が特色で、一流の演者による能や狂言の幻想的な舞台を大型ビジョンで楽しめます。ぜひ、お越しください。

▶問合せ: 文化振興係 ☎5984-1284 FAX 5984-1228

演目

狂言 「<sup>かぎゅう</sup>蝸牛」

野村万作・萬齋 ほか

能 「<sup>つちくも</sup>土蜘蛛 <sup>さしがに</sup>蟹」

梅若万三郎・紀長 ほか

会場内の野外に設けられた大型ビジョンで、無料で鑑賞できます。

※有料席の販売は終了しています。

雨天時は、大型ビジョンでの観覧は中止です。

※当日の開催状況は、当日午後1時から区ホームページでご覧いただけます。

写真は昨年・一昨年の練馬薪能の様子

のうはやしかたおおつみ

### 能囃子方大鼓の柿原崇志さんが人間国宝に



区内在住の柿原崇志さんが人間国宝(重要無形文化財保持者)に認定されました。人間国宝とは、歴史上または芸術上価値の高い工芸技術や芸能などの高度な「わざ」を体得した方を国が認定するものです。

柿原さんは、伝統的な能囃子方大鼓の技法を高度に体現し、大曲を数多く務めながら卓越した技量を示し、充実した舞台活動を展開しています。また、第1回の練馬薪能にも出演していただきました。

略歴

昭和15年(1940年)生まれ。昭和31年に初舞台。人間国宝の故安福春雄に内弟子入門し、研さんに励んだ。東京芸術大学講師を務めるなど後継者の育成に努める。平成26年度恩賜賞・日本芸術院賞などを受賞。



# 来年4月からの保育園の利用者を募集

「保育利用のご案内」・申込書の配布は10/12(金)から

申込先

- 入園相談係(区役所本庁舎10階) ☎5984-5848
- 総合福祉事務所相談係  
光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7714  
石神井(石神井庁舎3階) ☎5393-2802  
大泉(大泉学園ゆめりあ1<4階>) ☎5905-5263

来年4月から認可保育園や地域型保育事業(家庭的保育事業(保育ママ)、小規模保育事業、事業所内保育事業)の利用を希望する方は、10月12日(金)から配布する申込書に記入の上、11月1日(木)～30日(金)に申し込んでください。11月下旬は窓口が大変混雑するため、早めに申し込んでください。

## 「保育利用のご案内」・申込書を配布

10月12日(金)から右上の申込先のほか、区役所の土・日・休日区政案内などで配布します。 ※区ホームページでもご覧になれます。

## 利用申し込みと保育の必要性の認定申請の方法

利用申し込みは、就労状況などの客観的基準による保育の必要性の認定申請も兼ねています。申込書に就労証明書などの必要書類を添えて、11月30日(金)までに持参または郵送で申込先へ提出してください。受付時間は、平日午前8時30分～午後5時15分です。 ※平成30年11月16日(金)～12月22日(土)に生まれたお子さんで100日以上児(0歳児クラス)を希望する方の申し込み期間は、生まれた日から12月28日(金)までです。

### 産休明け児(0歳児クラス)は出生前の利用仮申し込みが必要です

30年12月23日(祝)以降に生まれる予定のお子さんは、出生前に仮申し込みが必要になります。12月28日(金)までに仮申し込みを済ませ、出生後14日以内に本申し込みを行ってください。

## ホームページから保育課窓口の待ち人数や呼出番号の確認ができます

状況を随時更新します。

HP <https://www.neconome.com/001474>

二次元バーコードを読み取ると、ホームページをご覧になれます。



## 保育料

特別区民税所得割額や入園時の年齢などにより、無料～月額7万2500円の範囲で決定します。 ※兄弟姉妹で利用する場合、第2子以降の保育料が減額されます。 ※無償化については、詳細が決まり次第お知らせします。 ▶問合せ: 保育認定係 ☎5984-1479

## 入園相談会

申し込みに関する説明・相談会を開催します。 ▶問合せ: 入園相談係 ☎5984-5848

日程	場所
10/24(水)	区役所アトリウム地下多目的会議室
10/25(木)	勤労福祉会館
10/26(金)	光が丘区民センター3階
10/30(火)	石神井公園区民交流センター

※時間はいずれも18:30～20:00(18:15開場)。  
※予約は不要です。 ※車での来場はご遠慮ください。



## 入園相談係に時間延長・休日窓口を開設

11月26日(月)～30日(金)は、窓口を午後8時まで延長します。また、11月23日(祝)・24日(土)は、午前9時～午後5時に休日窓口を開設します。

## 来年4/1(日) 私立認可保育園14園・家庭的保育事業(保育ママ)1名が開設予定

施設の定員数や保育時間などは、「保育利用のご案内」の別冊「保育園等一覧」や「新設保育園等のご案内」をご覧ください。

### 私立認可保育園

施設名(仮称)・所在地 ※1	
太陽の子羽沢(羽沢2-20)	ソラスト中村橋(向山1-13-2) ※3・4
グローバルキッズ桜台(桜台1-46)	みらいく北町(北町5-17)
Nicot(ニコット)練馬(練馬1-7)	みらいく東武練馬(北町2-22)
みらいく中村2丁目(中村2-23)	木下の保育園春日町(春日町1-13)
みらいく中村橋(中村北3-17)	はなさき保育園石神井台(石神井台1-15)
さくらさくらみらい中村北(中村北1-11)	ピノキオ幼児舎練馬高野台(高野台1-8-9) ※3
アスクとよたまー丁目(豊玉中1-5-10) ※2	ピノキオ幼児舎関町(関町北1-14-2) ※3

### 家庭的保育事業(保育ママ) ※5

施設名(仮称)・所在地 ※1
遠藤由恵(高野台1)

※1 計画の進行状況によって、開設できない場合や遅れる場合があります。 ※2 小規模保育事業から移行する園です。 ※3 認証保育所から移行する園です。 ※4 受け入れ年齢は、0～3歳児クラスです。 ※5 受け入れ年齢は、0～2歳児クラスです。

問合せ 私立認可保育園…整備計画担当係 ☎5984-4687  
家庭的保育事業…保育事業者係 ☎5984-5845  
※利用申し込みは、入園相談係へ。

## 認証保育所などのご利用を

区内には、東京都が定めた基準を満たし、認証を受けた保育施設があります。利用を希望する方は、直接、各施設へご相談ください。 ※認証保育所などの民間保育施設の一覧は、区ホームページをご覧ください。

▶問合せ: 保育事業者係 ☎5984-5845

## 練馬こども園の利用者を募集

～3歳児以降の多様な教育・保育ニーズに応えます

区は、全国に先駆け、長時間の預かり保育などを行う私立幼稚園を「練馬こども園」として独自に認定しています。これにより、3歳以上のお子さんの教育や保育について選択の幅が広がり、共働き家庭などからも選ばれています。10月15日(月)から各幼稚園で配布される募集案内をご覧の上、各園に申し込んでください。



問合せ 幼保一元化担当係 ☎5984-1522

### 練馬こども園のポイント

- 通年で1日最長11時間預かります
- 各私立幼稚園の特色を生かした教育を実施します

## 練馬こども園一覧(16園)

幼稚園名・所在地	電話番号	預かり保育時間(教育時間含む)	定員 ※1
愛和(南田中2-23-30)	3996-8259	7:30～18:30	240
旭(旭町3-31-3)	3939-1696		130
大泉小鳩(大泉学園町3-17-67)	3924-8280		75
大泉富士(南大泉2-31-20)	3925-2525		100
さかえ(高松4-8-13)	3999-3009		35
白ふじ(石神井台4-21-22)	3920-4335		100
関町カトレヤ(関町南4-1-27)	3920-0316		100
高松(高松6-16-28)	3996-8101		25
田柄(田柄2-17-27)	3930-4406		40
中里(大泉町1-19-6)	3922-0095		50
練馬(高松1-10-5)	3999-4010		60
不二(北町7-2-8)	3931-9234		15
みのり(羽沢1-8-10)	3991-1058		7:40～18:40
石神井南(下石神井4-21-23) ※2	3995-4373	7:30～18:30	60
南光(富士見台4-11-3) ※2	3990-5171		60
りっこう(小竹町2-43-12) ※2	3972-1152		80

※1 預かり保育の定期利用定員(平成31年4月)。  
※2 認定こども園のため、園児の利用調整は区が行います。



# 「自分は大丈夫」が危険です 振り込め詐欺にご注意を!

振り込め詐欺などによる被害が後を絶ちません。被害の多くは「オレオレ詐欺」によるものです。被害を防ぐためには、高齢者だけでなく家族の協力が必要です。今回、振り込め詐欺の主な対策についてお知らせします。

問合せ 安全安心係 ☎5984-1027 FAX 3993-1194



昨年の区内の総被害額は約5.7億円!  
被害の約8割が65歳以上の女性!

## まずは自ら実践!

### 振り込め詐欺に 遭わないための5カ条

1 詐欺の電話は、自分にもくると心の準備をする

油断しないぞ!



2 常に留守番電話設定にして、知らない人からの電話は折り返さない



3 還付金の話が出たら詐欺ではないかと疑う



あやしいわ

4 還付金手続きで「携帯を持ってATMへ」と指示することはありません

合言葉OK!



5 本人確認のため、家族で合言葉を決める

## 振り込め詐欺を撃退!

### 自動通話録音機を無料で 貸し出します 抽選

録音機を設置すると、電話の発信者にこれから会話を録音する旨の警告メッセージが流れます。これにより、振り込め詐欺の犯人は声が残ることを嫌がり、電話を切ることが期待できます。▶対象:区内在住の65歳以上の方のみの世帯 ※平成27・28年度に東京都から貸し出しを受けた方を除く。▶申込:危機管理課安全安心係(区役所本庁舎7階)や警察署(練馬・光が丘・石神井)にある申込書を、10月19日(必着)までに危機管理課安全安心係へ ※申込書は区ホームページにも掲載しています。 ※抽選結果は10月下旬にお知らせします。



ハガキ大程度のコンパクトなサイズです

# 練馬の魅力を発見!

～商店街やお店が行う魅力的なイベントを紹介

区は、まちの魅力を高めるため、商店街の特色ある取り組みや個店が連携して行う取り組みを支援しています。今回、特色ある3つのイベントを紹介します。

問合せ 商工係 ☎5984-2675

10/14日～12/15日

## 和菓子の里プロジェクト

～練馬産の栗を使用した和菓子を販売

練馬産の栗を使用した逸品を区内の和菓子屋など14店舗で販売します。また、参加店で割引などのサービスを受けられるパスポートを配布します。詳しくは、ココネリ3階(練馬1-17-1)や石神井観光案内所(石神井町3-23-8)で10月14日(日)から配布するチラシをご覧ください。▶問合せ:練馬大江戸和菓子会・佐藤 ☎080-3595-6412



10/13日～11/4日

## EKO ON!! 江古田音楽祭2018

～音楽と人と心が集まる新しい江古田・江古田がONになる!

江古田駅周辺の商店会が、音楽を中心とした「芸術のまち」を目指して、江古田の魅力づくりに取り組むイベントです。期間中は、クラシックやジャズ、ポピュラー音楽などさまざまなジャンルの音楽を各店舗や大学などで演奏します。▶場所:江古田駅周辺▶問合せ:実行委員会・三澤 ☎5926-6197



※有料チケットが必要なイベントがあります。詳しくは、江古田音楽祭2018ホームページ(<http://www.eko-on.jp/>)をご覧ください。

主なイベント 他にもプロの演奏家による公演が30以上!

♪ゲーム音楽をオーケストラで演奏

JAGMOオーケストラコンサート…10/20(土)・武蔵大学

♪無料でジャズや剣を使ったパフォーマンスが楽しめる

野外音楽フェスティバル…10/21(日)・日本大学芸術学部

♪江古田ゆかりの演奏家によるこの日だけのオーケストラ

江古田フェスティバルオーケストラコンサート

…11/3(祝)・武蔵野音楽大学

## 練馬パンカーニバル2018

～パン屋を巡るスタンプラリー

10/31日(日)まで

絵本の「パン屋のイーストン」とコラボレーションした区内の25カ所のパン屋を巡るスタンプラリーを開催するほか、期間限定のパンを販売します。スタンプを集めた方には抽選でオリジナルグッズを差し上げます。詳しくは、練馬パンカーニバル2018ホームページ(<https://nerimapan.webnode.jp/>)をご覧ください。▶問合せ:練馬パンカーニバル実行委員会・大山 ☎5996-3485





## お知らせ

### 10月から区立施設を管理する指定管理者が決定しました

指定管理者制度は、区立施設の管理を民間事業者・団体がいき、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。

下表の施設を平成30年10月～33年3月に管理する指定管理者が決まりましたので、お知らせします。▶**問合せ**:制度について…経理用地課管理係 ☎5984-2801、施設について…リサイクル推進係 ☎5984-1097

施設名	指定管理者
関町リサイクルセンター	練馬リサイクルプロジェクト
春日町リサイクルセンター	プロジェクト

### 「わたしの便利帳」を発行(平成30年度更新版)

区の窓口・サービスなどを掲載した「わたしの便利帳」を発行します。区立施設の名称変更をはじめ、最新の情報に更新しました。同封の地図には、区内の公共施設やバス停、裏面には防災地図も掲載しています。▶**配布場所**:区民事務所、地区区民館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、広聴広報課(同7階)など▶**問合せ**:広聴広報課庶務係 ☎5984-2694

### 赤い羽根共同募金にご協力を12/31月まで



練馬区社会福祉協議会 ☎3992-5600

### 小冊子「学びと文化のイベント情報」を発行

平成30年度下半期に区内で開催する文化イベントや講座などを紹介する冊子です。▶**配布場所**:区民事務所(練馬を除く)、図書館、生涯学習センター、生涯学習センター分館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、文化・生涯学習課(同本庁舎8階)など▶**問合せ**:生涯学習センター ☎3991-1667

### 引き続き節電へのご協力をお願いします

区は、節電対策として、区立施設の室温28℃設定や照明の部分消灯などに取り組んできました。引き続き、節電対策を継続します。区民の皆さまも無理のない範囲で節電へのご協力をお願いします。▶**問合せ**:環境計画推進係 ☎5984-4702

### 東京都基準地価格がご覧になれます

区内の東京都基準地価格(1㎡当たりの価格を公表したもの。平成30年7月1日現在)が区民事務所(練馬を除く)、図書館、経理用地課(区役所東庁舎3階)でご覧になれます。▶**問合せ**:経理用地課管財用地係 ☎5984-2807

### 東京都の最低賃金を改正します

東京都の最低賃金は、10月1日(月)から、時間額985円となります。都内で働く全ての労働者に適用されます。▶**問合せ**:東京労働局賃金課 ☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-662-556

### 就労や進路に悩む若者の自立を支援するねりま若者サポートステーション利用説明会

▶**対象**:15～39歳の未就労や引きこもりなどの状態にある方やその家族・支援者▶**日時**:10月20日(土)午後2時～4時▶**場所**:石神井公園区民

交流センター▶**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、祝日を除く)

### 秋の特設行政相談窓口を開設=10月15日～21日は行政相談週間=

国などの仕事に関する苦情・要望に、行政相談委員が応じます。▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:練馬区区民相談所 ☎5984-4523

日時	場所
10/2(火) 13:00～16:00	練馬駅1階
10/21(日) 10:00～16:00	としまえん(練馬まつり会場内)
10/27(土) 13:00～16:00	リヴィンオズ大泉店1階(東大泉2-10-11)
10/28(日) 13:00～16:00	光が丘区民センター2階入り口前

## 環境・リサイクル

### エコライフチェックにご参加を

日常生活での環境に配慮した行動をチェックシートに記入し、生活に反映させる取り組みです。区は、結果を集計・分析して削減した二酸化炭素の量などを公開します。▶**チェックシートの配布場所**:区民事務所(練馬を除く)、図書館、リサイクルセンター、環境課(区役所本庁舎18階)▶**参加方法**:10月中の任意の1日を選び、チェックシートに結果などを記入の上、11月9日(必着)までに郵送またはファクスで〒176-8501区役所内環境課地球温暖化対策係 FAX 5984-1227 ※区ホームページからも参加できます。▶**問合せ**:環境課地球温暖化対策係 ☎5984-4705

## 事業者向け

### ビジネス講座「産学連携セミナー～事業のお困りごとを大学に相談してみませんか？」

特許などの知的財産を活用した事業について学びます。▶**日時**:10月31日(火)午後6時30分～8時30分▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**講師**:東京電機大学研究コーディネーター/安江準二▶**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(ある方のみ)を、10月29日(月)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/)からも申し込みます。

### 有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。**1 2**とも▶**広告サイズ**:縦60mm×横90mm▶**刷色**:4色カラー▶**発行月**:来年3月▶**申込期限**:10月31日(水)▶**問合せ**:清掃事業係 ☎5984-1059 **1**リサイクル情報紙「ねりまの環」▶**掲載位置**:最終面▶**料金**:2万円▶**発行部数**:6万部▶**募集数**:2口(選考)▶**配布先**:小学校、区立施設など**2**パンフレット「資源・ごみの分け方と出し方」▶**掲載位置**:内面▶**料金**:3万円▶**発行部数**:5万部▶**募集数**:4口(選考)▶**配布先**:転入者など

### 福祉施設向け防災講習会

過去の災害時の福祉避難所の状況や課題について学ぶほか、福祉施設で避難生活をする際の運営シミュレーションを行います。▶**対象**:福祉施設の職員▶**日時**:11月16日(金)午後7時～9時▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**講師**:兵庫県立大学大学院減災復興政策研究科准教授/阪本真由美▶**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講習会名②参加者全員(2名まで)の氏名③事業所の郵便番号・住所・名称・電話番号を、11月9日(金)までに防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472 kuminbousai04@city.nerima.tokyo.jp

## 働く

### 管理栄養士【臨時職員】

▶**対象**:管理栄養士の有資格者▶**場所**:豊玉・関保健相談所▶**日時**:午前8時30分～午後5時15分の間の①4時間②8時間(月1～3日程度)▶**内容**:栄養相談業務、パソコン作業などの事務▶**採用予定数**:若干名(書類選考・面接)▶**報酬**:日額①6,400円②1万2800円 ※交通費は支給しません。▶**申込**:履歴書(写真貼付。①②の別も記入)と資格証の写しを、10月15日(必着)までに持参または郵送で〒176-0012豊玉北5-15-19 豊玉保健相談所 ☎3992-1188

### お休みします

〈中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651〉…10月9日(火)・10日(水)【器具点検などのため】※温水プールは11日(木)・12日(金)も利用できません。

## 古着・古布の臨時回収を行います

問合せ リサイクル推進係 ☎5984-1097

区内8カ所で秋の衣替えにあわせて古着・古布の臨時回収を行います。  
※透明度の高い袋に入れ、時間内にお持ちください。

※雨天でも回収します。

- 回収できるもの…衣類、タオル、毛布、カーテン、シーツなど
- 回収できないもの…ゴム・ビニール製の衣類、布団、ぬいぐるみ、靴、マットレス、カーペットなど

※区立施設29カ所では、定期回収をしています。回収日時・場所など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

回収日時	回収場所
10/21(日)・11/4(日)	9:00～11:00 関町図書館駐車場(関町南3-11-2)
	10:00～12:00 豊浜小北門(土支田2-26-28)
	13:00～15:00 早宮区民事務所駐車場(早宮1-44-19)
	14:00～16:00 練馬区医師会医療健診センター南側(高野台2-23-20)
10/28(日)・11/11(日)	9:00～11:00 大泉学園町福祉園駐車場(大泉学園町3-9-20)
	10:00～12:00 石神井台みどり地域集会所前(石神井台2-13-6)
	13:00～15:00 光が丘区民センター1階正面玄関前(光が丘2-9-6)
	14:00～16:00 春日町地域集会所正面玄関前(春日町5-30-1)

## 練馬こぶしハーフマラソン2019

### 協賛企業を募集

問合せ 練馬こぶしハーフマラソン実行委員会事務局 (シティマラソン担当係) ☎5984-3555

来年3月24日(日)に開催する練馬こぶしハーフマラソン2019の協賛団体・企業などを募集します。詳しくは、お問い合わせいただくか、大会ホームページ(http://www.nerima-halfmarathon.jp/)をご覧ください。

※ランナーの募集は、区報10月21日号でお知らせします。



## 健康・衛生



### 骨髄バンクへのドナー登録を ～10月は骨髄バンク推進月間

人から人への骨髄などの移植は、白血病などの血液疾患に有効な治療法のひとつであり、多くの骨髄などの提供者(ドナー)を必要としています。献血ルームで登録ができますので、ぜひ、ご協力をお願いします。  
▶対象:18～54歳で体重が男性45kg以上、女性40kg以上の健康な方▶問合せ:(公財)日本骨髄バンク☎5280-8111  
(助成金を交付しています)

区では、骨髄提供が完了したドナー本人やドナーが勤務する事業所に助成金を交付しています。助成金の交付には一定の条件があります。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:予防係☎5984-2484

### 糖尿病予防講座 「血糖値が高めといわれたら」

▶日時:10月31日(水)午前10時～正午  
▶場所:関保健相談所▶講師:島村記念病院院長/下山達宏▶定員:50名(先着順)▶申込:電話で同所☎3929-5381

### 生活習慣病が気になる方へ ～食生活を確かめましょう

▶日時:11月9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

### 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:10月25日(木)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

### 在宅療養講演会「独り暮らしで在宅医療を選択すること～ここまでできる在宅医療の現実」

住み慣れた自宅で医療と介護を受ける「在宅療養」を知っていただくための講演会です。▶日時:10月28日(日)午後2時～4時▶場所:石神井庁舎5階▶講師:ホームクリニックのどか院長/豊島究▶定員:100名(先着順)▶申込:電話で地域医療課☎5984-4673

### 高齢者①

#### 健康長寿はつつ教室

▶対象:区内在住の65歳以上の方▶費用:500円▶申込:10月11日(木)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:10/22～11/26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

▶日時:11/1～12/6の毎木曜10:00～11:30【6日制】▶場所:大泉リサイクルセンター▶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:11/12～来年1/7の毎月曜13:00～14:30【12/31を除く。8日制】▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)▶定員:20名

▶日時:11/16～来年1/11の毎金曜13:00～14:30【11/23を除く。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:11/16～来年1/11の毎金曜13:00～14:30【11/23を除く。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:11/19～来年1/28の毎月曜13:30～15:00【12/24・31、1/14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。

### 会員以外の区民に参加を呼びかける高齢者サークルの事業に助成

▶対象:おおむね60歳以上の方が、定期的に活動を行っている20名以上のサークル▶助成事業:①会員以

外の区民の参加が10名以上の事業  
②会員以外の区民を対象としたボランティア活動 ※要件など詳しくは、お問い合わせください。 ※①②の助成を両方受けることはできません。▶助成額:対象事業経費の2分の1(上限年4万円)▶申込:高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある申込用紙に必要書類を添えて、10月12日(必着)までに高齢社会対策課いきがい係☎5984-4763 ※応募者多数の場合は抽選。

### ここから学ぼう! 健康長寿はつつまつり

▶日時:10月16日(火)午前9時30分～午後4時▶場所:関区民センター▶内容:脳の健康講座、運動・口腔(こうくう)・認知の機能の低下予防や栄養摂取に関する講座、血管年齢・骨密度・体組成・転倒リスク測定など▶申込:当日会場▶問合せ:介護予防係☎5984-2094

### 高齢者の健康講座 「加齢と眼の病気」

▶日時:11月14日(水)午後1時30分

## 10月は 40歳になったら 乳がん月間 2年に1回乳がん検診を

問合せ 健康づくり係☎5984-4624

乳がんは、日本人女性の11人に1人がかかっており、女性のがん罹患率では第1位です。早期に発見すれば、90%以上の確率で治すことができますといわれています。早期発見のために、40歳になったら2年に1回検診を受けましょう。区で実施している乳がん検診は、900円で受診できます。

#### 〈乳がん月間ポスター展〉

▶日時:10月2日(火)～31日(水)午前8時45分～午後8時(31日は正午まで)▶場所:区役所本庁舎2階通路

#### 〈ピンクリボングッズの配布〉

▶日時:①10月1日(月)～31日(水)の平日午前8時30分～午後5時②21日(日)午前10時～午後4時▶場所:①保健相談所②としまえん(健康フェスティバル ピンクリボンコーナー) ※なくなり次第終了。



## 10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 練馬区夜間救急子どもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎3994-2238 ※小児科専門医が診療。	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。

### ●歯科休日診療当番医療機関

当日、事前に電話で連絡してください。  
▶診療時間:午前9時～午後5時

28日(日)	藤田歯科医院(上石神井4-10-23)	☎5991-0433
--------	---------------------	------------

### ●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
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
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262
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

### お休みします 10月28日(日)午前10時～午後5時

①練馬休日急患診療所  
②練馬区夜間救急子どもクリニック  
③練馬区休日・夜間薬局 ④練馬歯科休日急患診療所  
いずれも電気設備点検のため。  
※①～③は午後6時～10時は通常通り診療します。  
※石神井休日急患診療所、歯科休日診療当番医療機関をご利用ください。

### ●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

7日(日)	杏文接骨院(氷川台3-29-4)	☎5920-2121
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	関町整骨院(関町北2-4-4)	☎3920-3997
8日(祝)	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	☎3993-0890
	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	たかつか接骨院(東大泉4-24-1)	☎3978-1127
14日(日)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	光が丘接骨院(土支田1-13-2)	☎5934-3460
	てらす接骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
21日(日)	篠整骨院(栄町36-5)	☎3991-6623
	紅の葉整骨院(石神井町3-19-14)	☎6763-3022
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
28日(日)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)	☎5848-8034
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556



## 高齢者②



### はつらつシニアクラブ ～健康長寿に取り組みませんか

体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度などを測定し、アドバイスをを行います。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の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) ▶**区の担当:**介護予防係 ▶**申込:**電話でスポーツクラブルネサンス石神井公園 ☎5910-3975(午前11時～午後7時)

場所	日程
田柄地区区民館	10/17(水)
大泉学園地区区民館	10/25(木)
関区民センター	10/30(火)

※時間はいずれも9:30～12:00。

### 紅葉の光が丘公園で 脳活ウォーキング

▶**対象:**65歳以上の方 ▶**日時:**10月31日(水)、11月7日(水)午前10時～正午[2日制] ▶**場所:**光が丘体育館など ▶**内容:**講義、実技 ▶**講師:**東京都健康長寿医療センター研究所研究員/杉山美香 ▶**定員:**60名(先着順) ▶**申込:**電話で介護予防係 ☎5984-2094

## 子ども・教育



### 11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	6(火)・13(水)・20(火)
北 ☎3931-1347	12(月)・19(月)・26(月)
石神井 ☎3996-0634	2(金)・9(金)・16(金)
大泉 ☎3921-0217	6(火)・13(水)・20(火)

※時間はいずれも13:30～16:00。

### 11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:**11月10日(土)午後1時30分～4時 ▶**場所:**関保健相談所 ▶**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 ☎3929-5381

### 産後ママのエクササイズ教室 ～赤ちゃんと一緒に運動しよう!

▶**対象:**4～12カ月児と母親 ▶**日時:**10月23日(火)午前10時～11時30分 ▶**場所:**光が丘保健相談所 ▶**内容:**講義、運動実技 ▶**講師:**健康運動指導

士/河辺幸子 ▶**定員:**25組(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎5997-7722

### 11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(3は④⑤の別も)②住所③夫婦の氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定月を、10月15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	4(日) 13:30～16:00 (50組)
2 関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	10(土) 9:00～11:30 (25組)
3 豊玉 (〒176-0012 豊玉北5-15-19) ☎3992-1188	17(土) ④9:00～11:30 ⑤13:30～16:00 (各40組)

### 小児救急ミニ講座 「子どもの病気とその対応」

12とも ▶**対象:**乳幼児の保護者 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話で各保健相談所へ

1 豊玉保健相談所 ☎3992-1188 ▶**日時:**11月1日(木)午前10時～11時30分 ▶**講師:**秋田医院院長/秋田博伸

2 石神井保健相談所 ☎3996-0634 ▶**日時:**11月14日(水)午後1時30分～3時 ▶**講師:**よしかわこどもクリニック院長/吉川秀樹

### 今知っておきたい! こどもの むし歯・歯並び・お口のけが

▶**対象:**1～4歳児と保護者 ▶**日時:**10月26日(金)午前9時30分～正午 ▶**場所:**石神井図書館 ▶**内容:**講義、歯磨きパペット作り ▶**講師:**日本大学歯学部小児歯科学講座歯科医師/楠田理奈 ▶**定員:**30組(先着順) ▶**申込:**電話で石神井保健相談所 ☎3996-0634

### 来年4月に小学校に入学する方へ「入学・就学時健診のお知らせ」を配布

来年4月に小学校に入学する区内在住のお子さん(平成24年4月2日～25年4月1日生まれ)の保護者に、入学と就学時健診をお知らせする「就学通知書」を10月中旬に送付します。通知が届かない場合は、ご連絡ください。 ▶**問合せ:**入学について…学事係 ☎5984-5659、就学時健診について…各学校、少年自然の家・学校保健係 ☎5984-5729

### 来年4月に中学校に入学する方へ「選択希望票」を配布

来年4月に中学校に入学する区内在住のお子さん(平成18年4月2日～19年4月1日生まれ)の保護者に、区立中学校を選択するための「選択希望票」を10月上旬に配布します(区立小学校在籍の方は小学校で配布。それ以外の方は郵送)。希望票が届かない場合は、ご連絡ください。 ▶**問合せ:**学事係 ☎5984-5659

### 就学相談のご利用を～知的な面や体の発達などが気掛かりなお子さん対象

来年4月に小中学校に入学するお子さんのうち、知的な面や体の発達、情緒などの面で気掛かりな点があるお子さんの就学相談の申込期限は12月14日(金)です。お子さんについて気になる点がある方は、申し込んでください。 ▶**申込:**電話で就学相談係 ☎5984-5664

### 目指そう! イクメンパパの理想のカラダ! ～赤ちゃんと一緒にトレーニング

▶**対象:**5カ月～1歳児と父親 ※母親の参加も可。 ▶**日時:**11月4日(日)午前10時～11時30分 ▶**場所:**光が丘区民センター3階 ▶**内容:**講義、運動実技 ▶**講師:**健康運動指導士/オコイエ浩未 ▶**定員:**30組(先着順) ▶**申込:**電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722



## 東京都シルバーパスの 新規申請はお早めに

東京都シルバーパスは、70歳以上の方が利用できるバス・都営地下鉄などの乗車証です。新規購入の方は誕生月の初日から申し込みます。表1の窓口で申し込んでください。 ※パスの有効期限は来年9月30日(月)です。 ※受付時間などは詳しくは、各営業所へお問い合わせください。

▶用意するもの:表2参照

**問合せ** (一社)東京バス協会 ☎5308-6950(平日午前9時～午後5時)

表1 新規交付窓口

	窓口名	所在地	電話番号
都バス	北自動車営業所練馬支所	豊玉上2-7-1	3993-0432
都営地下鉄	練馬駅定期券発売所	都営地下鉄練馬駅構内	5999-8712
関東バス	青梅街道営業所	関町南1-9-3	3928-2121
西武バス	練馬営業所	南田中1-13-5	3996-2525
	上石神井営業所	石神井台6-16-1	3867-2525
	石神井公園駅案内所	石神井町4-3-17	6913-3257
	大泉学園駅北口案内所	東大泉1-26-11	3925-5103
西武観光バス	練馬営業所	高野台1-19-7	5910-6867
国際興業バス	練馬営業所	北町1-13-28	3934-1123

表2 用意するもの

対象	課税状況の証明など(※)	住所などの確認書類	負担料金
1 平成30年度住民税(特別区民税・都民税)が非課税の方	次の①②のいずれかの書類 ①30年度介護保険料決定通知書(所得段階区分に1～5のいずれかが記載されたもの) ②30年度住民税非課税証明書	健康保険証、運転免許証など	1,000円
2 平成30年度住民税が課税で、29年の合計所得金額が125万円以下の方	次の①②のいずれかの書類 ①30年度介護保険料決定通知書(所得段階区分に6が記載されたもの) ②合計所得金額が125万円以下の記載がある30年度住民税課税証明書		
1 2 以外の方	不要		2万510円

※介護保険料決定通知書を紛失した方は、住民税非課税(課税)証明書を用意してください。

## 練馬区家庭的 保育者の会

# 写真展

～元気いっぱい!  
笑顔の子どもたち



家庭的保育者(保育ママ)は、保育士などの資格を持ち、自宅の一部などを使用してお子さんを保育する区認定の保育者です。今回、子どもたちの笑顔がいっぱいの写真展を開催します。

▶**問合せ:**保育事業者係 ☎5984-5845

### 区役所アトリウム

▶**日時:**10月25日(木)～31日(水)  
午前8時45分～午後5時15分

### 石神井公園区民交流センター

▶**日時:**11月25日(日)午後1時～5時

### あそぼう会を同時開催

午後3時30分～4時10分に、お子さんが参加できる劇遊びやふれあい遊びを行います。



### 人形劇「おしゃべりなきつねくん」など

▶対象:小学生以下 ※未就学児は保護者同伴。▶日時:10月14日(日)午後2時~2時45分▶場所:貫井図書館▶出演:めがねーズ▶定員:60名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:育成支援係 ☎5984-1292

### 講演会「発達が気になる子どもを理解する~より良い接し方を学んで、楽にならしましょう!」

▶対象:発達障害の傾向があるお子さんの保護者など▶日時:11月6日(火)午前10時~正午▶場所:学校教育支援センター▶講師:アミクス代表/野添絹子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話またはハガキ、電子メールで①講演会名②氏名③お子さんの年齢④電話番号⑤参加人数を、〒179-0072光が丘6-4-1 学校教育支援センター ☎6385-9911 ✉oubo@city.nerima.tokyo.jp

## スポーツ

### 区民体育大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎

5984-1947

### ●サッカー(少年の部)

▶対象:小学4~6年生のチーム▶日時:11月3日~来年3月9日の土・日曜、祝日▶場所:大泉さくら運動公園など▶申込:体育館や練馬総合運動場、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、10月10日(必着)までに申し込んでください。※参加チームは10月27日(土)午後6時30分から区役所アトリウム地下多目的会議室で行う代表者会議に必ず出席してください。

### ●バスケットボール(小学生男子・女子の部)

▶対象:8名以上で構成されたチーム▶日時:12月16日(日)・23日(祝)・24日(休)午前9時から▶場所:光が丘体育館▶ボール代など:1チーム3,000円 ※保険未加入チームは別途1人100円。▶申込:ハガキで①大会名②部別(男子・女子の別)③チーム名④代表者の住所・氏名・電話番号を、10月12日(必着)までに〒179-0072光が丘7-3-3-206 ミニバスケットボール協会・白井へ ※参加チームは、10月21日(日)午後6時から光が丘体育館で行う代表者会議に必ず出席してください。

### ●自転車「ロードレーサー」

▶対象:中学生以上 ※中学生は保護者同伴。▶日時:11月11日(日)午前8時から▶場所:西武園競輪場(埼玉県所沢市)▶内容:中学生・一般男子19歳以下・29歳以下・39歳以下・49歳以下・59歳以下・60歳以上の部、一般女子の部 ※400m・1,200mのタイムトライアル。▶保険料など:500円▶持ち物:ロードレーサー、ヘルメット▶申込:ハガキで①催し名②部別③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号を、10月31日(必着)までに〒179-0085早宮1-29-2 自転車連盟・斎藤へ

## 講座・催し①

### サンライフ練馬の催し

12とも▶場所・問合せ:サンライフ練馬 ☎3990-0185

#### 1 サンライフ落語会

▶日時:10月13日(土)午後2時~4時▶出演:大泉落語研究会▶定員:50名(先着順)▶申込:電話で同所

#### 2 おうちでできるシンプルヨーガ「ゆっくり大きな動作で寒さ対策を…」

▶日時:10月24日(水)午前10時~11時30分▶講師:気づきのヨーガ主

宰/堀内美加▶定員:30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、10月15日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬へ

### 消費者教室「今知るべきキャッシュレス決済の基礎知識とこれから」

▶日時:10月25日(木)午前10時~正午▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:山本国際コンサルタント代表/山本正行▶定員:50名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、10月24日(水)までに消費生活係 ☎5910-3089 ✉syohi@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、10月12日(金)までに併せて申し込んでください。

### 秋のコンサート「バイオリンとピアノで奏でるなじみのメロディー」

▶日時:11月10日(土)午後2時~3時30分▶場所:関区民センター▶出演:イル・フィオーレ▶定員:200名(先着順)▶申込:電話ではつらつセンター関 ☎3928-1987

## フードドライブ事業を実施します

「フードドライブ事業」は、区民の皆さまに、家庭で使い切れない未利用食品を持ち寄っていただき、区やNPO法人を通じて、食品を必要としている福祉団体などに提供する取り組みです。

▶問合せ:清掃事業係 ☎5984-1059

### ◆これらの食品をお持ちください!

- 缶詰(肉、果物など)
- 乾物(パスタ、海藻など)
- 調味料(食用油、しょうゆなど)
- 嗜好品(菓子など)
- インスタント・レトルト食品(冷凍・冷蔵品は除く)



### ◆持ち寄る前にチェック! ☑

- 未開封で包装や外装が破損していない
- 賞味期限が明記されていて、期限が1カ月以上先である
- 冷蔵・冷凍・生鮮食品ではない
- 瓶詰ではない

※上記を満たさない食品などは、受け付けできません。

### ◆食品の受付日時

日程	場所(リサイクルセンター)
10/14(日)~16(火)	豊玉
10/27(土)~29(月)	関町
11/4(日)~6(火)	大泉
11/18(日)~20(火)	春日町

※時間は初日10:00~15:00、2・3日目9:00~17:00。

10月21日(日)にとしまえんで開催するねりまエコスタイルフェアでも受け付けします。

### 同時開催

## リサイクルセンター3R推進月間まつり

10月は、ごみの発生抑制(Reduce)・再使用(Reuse)・再生利用(Recycle)の3Rを推進する月間です。紙パック5枚とトイレトーパー1個の交換、リサイクル工作など、3Rを体験・学習できるイベントです。

日程	場所(リサイクルセンター)・問合せ
10/14(日)	豊玉 ☎5999-3196
10/27(土)・28(日)	関町 ☎3594-5351
11/4(日)	大泉 ☎3978-4030
11/18(日)・25(日)	春日町 ☎3926-2501

※時間はいずれも10:00~15:00。  
※紙パック交換は、関町は27(土)、春日町は25(日)のみ実施。

### 分室企画展 入場無料



## 童画家 茂田井武展

晩年を練馬区で過ごした茂田井武(明治41年~昭和31年)は、童画でたくさん子どもたちを魅了してきました。今回、生誕110年を記念し、童画の世界に没頭した茂田井の軌跡をたどります。

▶日時:10月6日(土)~12月24日(休)午前9時~午後6時 ※月曜休室(ただし、祝日の場合は翌日休室)。▶場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館分室 ☎5372-2572

### 関連イベント

#### A 講座「茂田井武と子どもの本」

▶対象:中学生以上▶日時:11月17日(土)午後2時~3時30分▶講師:絵本研究家/広松由希子▶定員:100名(抽選)

#### B 南田中図書館司書によるおはなし会

▶対象:幼児~小学生▶日時:11月25日(日)午後2時~3時▶定員:30名(先着順)

#### C 学芸員による展示解説

▶日時:10月20日(土)、11月11日(日)、12月8日(土)午後2時~2時40分

▶申込:A往復ハガキまたは電子メールで①催し名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、11月1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 ✉event-bunshitsu@neribun.or.jp ※B/C事前の申し込みは不要です。



「セロひきのゴーシュ」文:宮沢賢治 昭和41年 福音館書店



「野ねずみの病気を治すゴーシュ」セロひきのゴーシュより 昭和31年 ちひろ美術館蔵



## 講座・催し②

### 大泉学園町のお庭めぐり ～茶・庭・菓をめぐるちっちゃい旅・2018秋

やすらぎラウンジ大泉学園前(大泉学園町6-18-44)でお散歩マップを受け取り、掲載されている大泉学園町のみどり豊かな住宅の庭を回れます。▶日時:10月14日(日)午前10時～午後4時▶申込:当日会場へ(関連イベントを同時開催)

12とも▶定員:30名(先着順)▶申込:10月9日(火)までに電話でみどりのまちづくりセンター☎3993-5451 ※同ホームページ(<http://nerimachi.jp/>)からも申し込みます。

1みんなで庭めぐりツアー▶時間:午後2時～4時▶集合場所:大泉公園(大泉学園町6-26)

### 2親子でコケ玉づくり教室&みどりの困りごと相談室

▶時間:午後1時～3時▶場所:大泉学園町7-8-18の住宅▶費用:1,500円(中学生以下700円)◎問合せ:みどりのまちづくりセンターへ

### 歩こう!学ぼう! 東大田無演習林観察会

▶対象:18歳以上の方▶日時:11月26日(月)午前9時20分～正午▶場所:東大田無演習林(西東京市緑町)▶講師:東大田無演習林教員▶定員:30名(抽選)▶持ち物:双眼鏡(ある方のみ)▶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、11月2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 ※同ホームページ(<https://www.nerima-rc.jp/>)からも申し込みます。

### ヤングダンス講座

▶対象:中学生～おおむね30代の方▶日時:①10月14日(日)、11月4日(日)、12月2日(日)午後6時～8時②10月23日(火)、11月20日(火)午後7時～9時※1日だけの参加も可。▶場所・問合せ:春日町青少年館☎3998-5341▶内容:ヒップホップダンスなど▶講師:ダンスインストラクター/湖都美▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ

### 男女共同参画センターえーるの催し

1～3とも▶場所:男女共同参画センターえーる▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名(1～3)の別も②氏名③電話番号を、同所☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉oubo@nerima-yell.com ※手話通訳を希望する方は10月19日(金)までに、保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方はお子さんの氏名(ふりがな)・年齢を、10月25日(日)までにお知らせください。

### 1男女共同参画ファシリテーター講座～会議が変われば、地域も変わる!?

男女共同参画の視点に沿った進行役(ファシリテーター)について学びます。▶日時:11月1日・15日・29日の木曜午前10時～正午【3日制】▶講師:NPO法人日本ファシリテーション協会会員/杉村郁雄▶定員:30名(先着順)▶費用:500円

### 2女性の就労支援講座「働くことと生活保障～安心して働き始める、そして働き続けるために」

▶対象:女性▶日時:11月3日(祝)午後1時～3時▶講師:NPO法人参画プラネット代表理事/渋谷典子▶定員:30名(先着順)▶費用:300円

### 3えーるスクエア「DVを深掘り!～身近な人を被害者にも加害者にもしないために」

ドメスティック・バイオレンスに関する講演会やBPプロジェクトによる演劇パフォーマンスなどを行います。▶日時:11月4日(日)午後1時30分～3時30分▶講師:岩手大学男女共同参画推進室特任研究員/内藤和美ほか▶定員:40名(先着順)

## 練馬の恵み! 地場野菜&フルーツを味わう ～ホテルランチとキウイ狩りツアー

ねりま観光ツアーは、新たな体験を通し、練馬の魅力と豊かな自然を再発見する催しです。▶日時・場所:①11月8日(休)②10日(土)午前10時都営大江戸線光が丘駅集合～おざわ農園～午後1時15分ホテルカデンツァ光が丘解散▶定員:各15名(抽選)▶参加費:2,500円 ※摘み取り代実費。▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①催し名(①②の別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、10月19日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光センター☎4586-1199 ✉kanko@nerima-idc.or.jp



※写真はイメージです。メニューは変更になる場合があります。



練馬大根とぶりカルパッチョ



モンブラン

## 武蔵野音楽大学連携事業

11/30(金) 19:00開演

## 武蔵野音楽大学管弦楽団合唱団演奏会



抽選で100名の区内在住・在勤(在学)の方を特別価格で優待します。▶対象:小学生以上▶場所:東京オペラシティコンサートホール(新宿区西新宿3-20-2)▶曲目:ベートーベン/交響曲第9番二短調Op.125(合唱付き)など▶出演:指揮/北原幸男ほか▶入場料:優待料金800円(全席指定)※一般料金1,500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・電子メールアドレス(ある方のみ)③希望人数(2名まで)を、10月22日(必着)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11月上旬に通知します。

## 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をお願いします。  
●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。

1第98回石神井絵を描く友の会野外展覧会(水彩・油彩) 10月7日・8日午前10時～午後4時(雨天顺延)石神井公園サービスセンター付近 入場無料 来年5月5日・6日に同所で第99回展覧会あり 大越☎3924-2497

1やさしい着物着付けサークル 月2・3回①火曜②木曜午後1時～3時 ①石神井公園区民交流センター②練馬文化センター ①②とも参加費1回1,000円 中野☎080-3125-6536(要予約)

1ラケットテニス豊玉シニア 16歳以上の方対象 毎火曜午後6時～9時、毎金曜午後7時～9時、第2・4日曜午後0時30分～3時30分 豊玉小 月会費500円 菊地☎080-3176-8612 ✉bibry16@jcom.home.ne.jp(要予約)

1青い空子ども食堂(夕食の提供) 18歳以下のお子さんと保護者対象 10月17日午後6時から 生涯学習センター 参加費350円(お子さんは無料) 青い空の家練馬支部・天野☎070-4326-5232 ✉aoisora-ra@docomo.ne.jp(要予約)

1むさしの水墨画会展 10月10日～13日午前10時～午後5時(10日は午後1時から。13日は午後4時まで) 練馬文化センター 入場無料 古川☎3938-1725

1「千寿会」第11回舞踊の会 10月13日正午開演 練馬文化センター 出演 二代目/西崎緑 入場無料 佐々木☎5998-3839

1すすしろ写真研究会 初心者～中級者対象 10月20日午前10時～午後5時 石神井公園ふるさと文化館 参加費1,500円 現像代など実費 田中☎FAX 3933-0354(要予約)

1スペイン語サークル(会話・講義) 中級者対象 月2回水曜午後3時15分～4時45分 光が丘地区区民館など ネイティブ講師が指導 入会金2,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 佐伯☎5997-2315

1中国語会話サークル 毎月曜①午後1時～2時50分(初級)②午後3時～4時50分(中級) 東大泉中央地域集会所など 中国人講師が指導 ①②とも入会金1,000円、月会費4,000円 仁平☎080-5408-6567(要予約)

1ブナレア ウクレレサークル 中高年齢の初心者対象 月2回金曜午後1時～3時 北大泉地区区民館 講師 梁瀬喜久雄 月会費3,000円 年1回発表会あり 初回は無料体験可 濱☎080-5507-2845(要予約)

1柔軟体操 チェリー会 毎水曜午前10時～正午 田柄地区区民館など 女性プロが指導 月会費2,500円 山羽☎FAX 6761-6099

1Salon de スペイン語 経験者対象 月2回金曜①午後4時15分～5時15分(基礎)②午後5時25分～6時25分(会話) 田柄地域集会所 スペイン人講師が指導 ①②とも入会金1,000円(学生は500円)、月会費300円、参加費1回900円 和田☎090-8874-6341 ✉takauji-masumi@renovate.co.jp(要予約)

1練馬区アマチュア将棋連盟 第2日曜午前9時～午後4時 生涯学習センター分館 会費6ヵ月1,200円 菅原☎3991-7620

1エアロビックフィットネスダンス ジャンピングビーン 月3回火曜午後7時～8時45分 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 西☎090-5820-4941(要予約)

1練馬フォトサロン2018写真展「ステキな風景」 10月2日～11月4日午前9時～午後7時(10月9日・22日・29日を除く) 南田図書館 入場無料 例会…奇数月第3土曜または日曜午後1時～5時 石神井庁舎5階 入会金3,000円 年会費2,000円 月1回東京近郊で撮影会あり 岡野☎090-8858-4188 ✉okanont@dol.hi-ho.ne.jp

1保育園に入りたい!保活応援!先輩パパママによる入園説明会 11月4日午前10時～正午 区役所アトリウム地下多目的会議室 参加費無料 練馬区保育問題協議会・山口☎090-2482-8946 ✉neri\_hoiku@yahoo.co.jp(要予約)

1女声合唱団関町フラワーコーラス 女性対象 毎水曜午前9時30分～午後1時 関町北地区区民館 講師 甲田潤 入会金1,000円 月会費5,000円 2年に1回演奏会あり 鈴木☎5991-2822

1親子一緒に体操②健康体操無料体験会 ①未就学児と保護者②60歳以上の方対象 10月17日・24日①午前11時10分～正午②午前9時30分～11時 ココネリ3階 例会…③未就学児と保護者④60歳以上の方対象 ③月2回水曜午前11時10分～正午④月3回水曜午前9時30分～11時 ココネリ3階 入会金③2,500円④1,000円 月会費③1,500円④2,400円 加藤 ☎090-7724-9197 ✉sanae3b.k@icloud.com(要予約)

1オカリナ無料体験会 初心者対象 10月17日・31日午後6時30分～8時 生涯学習センター 例会…月2回水曜午後6時15分～7時45分 生涯学習センター 入会金2,500円 月会費3,000円 10月14日午後1時から生涯学習センターで発表会あり オカリナサークル・田中☎090-5404-0410(体験会のみ要予約。午後5時以降)

1オール台湾デー(①映画「空を拓く～郭茂林」②超高層ビルに関する講演会③映画「はるかなるオンライン山」) 10月7日①午前10時30分～午後0時10分②午後1時30分～3時③午後3時30分～5時 ココネリ3階 講師 高崎経済大学准教授/大澤昭彦(②のみ) ①～③とも参加費無料 NPO法人ベーシックライフインフォメーション協会・田代☎3996-0177

1朗読・説明会 すずしろ会 第1・3木曜午前10時30分～正午 東大泉中央地域集会所 講師 元テレビ朝日アナウンサー/内田則子 月会費3,000円 鎌田☎FAX 3928-8201(要予約。午後6時以降)

1聞こえと補聴器の講演会 10月27日午後2時～4時 はつらつセンター大泉 講師 言語聴覚士/岡野由実ほか 参加費無料 練馬区要約筆記サークルさくら会・高岡☎FAX 3867-7579

1ヘルシーフラダンス無料体験会 初心者～初級者対象 10月4日・11日①午前9時30分～10時30分(60歳未満)②午前10時45分～11時45分(60歳以上) 小竹地域集会所 例会…初心者～初級者対象 月3回木曜③午前9時30分～10時30分(60歳未満)④午前10時45分～11時45分(60歳以上) 小竹地域集会所 ③④とも月会費4,000円 アロアロ・天野☎090-9498-2023 ✉usafly1012@yahoo.co.jp(要予約)



秋の読書週間行事「作家 新井素子 ねりまを語る！」

対象:中学生以上 日時:11月3日(祝)午後2時～3時30分 場所:石神井図書館 定員:60名(先着順) 申込:電話で同所 ☎3995-2230

障害者施設の催し

福祉作業所、谷原フレンドは、18歳以上の障害のある方が通う施設です。今回、地域の方との交流を図る催しを開催します。

かたくり祭り

日時:10月20日(土)午前10時15分～午後2時 場所・問合せ:かたくり

福祉作業所 ☎5387-4610 FAX 5387-4612 内容:作業体験、模擬店、ゲームコーナーなど

白百合まつり

日時:10月27日(土)午前10時～午後2時 場所・問合せ:白百合福祉作業所 ☎3995-7796 FAX 3997-3866 内容:どじょうつかみ、模擬店、アトラクションなど

谷原フレンドお作品展～やってみよう！つながろう！やわらのわ！

日時:10月27日(土)午後1時30分～4時 場所:谷原小 内容:盆踊り交流、ポッチャ体験、作品展示など 問合せ:障害者地域活動支援センター谷原フレンド ☎5910-8488 FAX 3996-9522

「シャーロック・ホームズ物語」の楽しみ

対象:区内在住の方 日時:10月31日(水)午後2時～3時30分 場所:はつらつセンター豊玉 講師:シャーロック・ホームズ・クラブ主宰/東山あかね 定員:50名(抽選) 申込: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、10月19日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12 はつらつセンター豊玉 ☎5912-6401

ハーブテラスの催し

日時:10月11日(水)④午前11時～11時30分⑥午前11時45分～午後0

時15分⑦午後1時30分～2時 場所:区役所西庁舎10階 内容:エッグポマNDER(ドライポプリを詰めた卵の殻に布を貼る飾り)を作る 講師:NPO法人自然工房めばえスタッフ 定員:各10名(先着順) 申込:10月5日(金)までに電話でみどり事業係 ☎5984-1683

ポディーコントロール(体幹運動)

対象:区内在住・在勤の方 日時:10～12月の第2・4木曜午前10時～11時[6日制] 場所:石神井公園区民交流センター 講師:トレーナー/植田麻利子 定員:30名(抽選) 申込:10月7日(日)までに電話で同所 ☎5910-3451

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

◆お祭り広場 日時:10月6日(土)正午～午後3時 場所:大泉つつじ公園(東大泉7-6-17) 内容:祭り囃子(ばやし)の演奏、お神輿(みこし)、縁日など 問合せ:上泉えびず通り商店会・市倉 ☎3922-8661

◆パラグアイ・フェスティバル in TOKYO,2018 日時:10月7日(日)午前10時～午後4時 場所:光が丘公園けやき広場 内容:パラグアイハーブ(民族音楽)の演奏、パラグアイ料理・民芸品の販売など ※収益はパラグアイ支援を行うNGOなどに寄付。 問合せ:実行委員会・松木 ☎090-6004-6949

◆秋祭りもちつき大会 日時:10月7日(日)午後2時～4時(なくなり次第終了) 場所:橋戸新田公園(土支田3-27-29) 問合せ:共栄商店会・田中 ☎3978-0856

◆住み慣れた地域で暮らし続けたい思いを支えたい～自分のこと、家族のこと、介護のこと、いろいろと知りたい方々へ 日時:10月12日(金)午前11時～午後6時 場所:平和台体育館 内容:骨密度や血管年齢の測定、介護相談、講演、福祉用具の展示など 定員:100名(先着順) 申込:当日会場へ 問合せ:ケアサービス伊東 ☎3934-1282

◆楽しい子育て～フットサル 対象:日時:10月13日 11月10日 12月8日 14年1月12日 2月9日の土曜④午前9時30分～10時30分(3・4歳児と保護者)⑥午前10時40分～11時40分(4歳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(11～5)と②(8)の別も②氏名③年齢④電話番号を、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

◆都内23区一斉無料法律相談会 日時:10月13日(土)午前10時～午後1時 場所:練馬区区民相談所(区役所東庁舎5階) 申込:10月12日(金)午前10時～午後4時に電話で予約受付係 ☎3593-3411 問合せ:東京弁護士会法律相談課 ☎3581-2206

◆認知症サポーター養成講座&オレンジカフェ 日時:10月14日(日)、11月11日(日)、12月9日(日)午前10時～午後1時 場所:デイサービス金のまり(石神井台8-8-8) 申込:電話で同所 ☎6766-8660

◆秋季ソフトテニス教室 対象:中学生以上 ※中学生は保護者同伴。 日時:10月28日(日)、11月4日(日)・11日(日)午前9時30分～午後0時30分(予備日18日(日)) ※1日だけの参加も可。 場所:豊玉中公園庭球場 定員:60名(先着順) 保険料・ボール代など:1回500円 申込:当日会場へ 問合せ:練馬区ソフトテニス連盟・藤岡 ☎3338-9362

◆区民企画講座「体質を知り自分の身体(からだ)を整える～薬膳入門講座」 日時:10月25日(土)午前10時～正午 場所:男女共同参画センターエー 講師:国際薬膳食育師/三ヶ田理恵 定員:30名(先着順) 申込:電話または電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、プチ起業会・西村 ☎090-6544-2391(午前10時～午後5時) fumi2341@mineo.jp ※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)・年齢を、10月17日(水)までにお知らせください。

◆第19回練馬まちづくり「歴史と文化講座」江戸から明治へ～明治維新150年記念講座 日時:10月21日(日)午後2時～4時 場所:石神井公園ふるさと文化館 講師:歴史文筆家/上永哲矢 定員:80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、南田中のまちを考える会・下河 ☎5393-7381 h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp

◆練馬区介護老人保健施設大会 日時:11月1日(木)午後6時30分～8時50分 場所:生涯学習センター 内容:施設の取り組み事例の発表 定員:300名(先着順) 申込:当日会場へ 問合せ:リハビリパーク練馬・江島 ☎6914-8760

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:10月13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)

◆こぐれの森緑地(大泉学園町4-2-4) 日時:10月13日(土)午前10時～午後1時(雨天20日) 申込先:〒178-0065西大泉3-6-6 内田民子 ☎3978-4589(先着20店。問い合わせは午後7時以降)

◆夏の雲公園(光が丘3-4-1) 日時:10月21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:10月21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 齊藤理子 ☎3997-4333(先着50店)

◆さくらの辻公園(上石神井3-19-10) 日時:10月28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)

◆春の風公園(光が丘7-4-1) 日時:10月28日(日)午前9時～午後0時30分(雨天中止) 申込先:〒179-0081北町2-9-11 山口治子 ☎3931-0246(先着30店。問い合わせは午後8時以降)

◆平成つつじ公園(練馬1-17-6) 日時:10月28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)

朝・夕・青空市

◆江古田駅北口商店会 日時:10月1日(月)午前10時～午後6時 問合せ:佐久間 ☎3993-4435

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

◆南ヶ丘商店街 日時:10月5日(金)午前9時から 問合せ:内藤 ☎3926-6404

◆富士見台ほんちよう通り商店街 日時:10月6日(土)午後2時から 問合せ:牧田 ☎3926-4580(月・水・金曜)

◆光が丘IMA南館前 日時:10月7日(日)午前10時～午後3時 問合せ:富永 ☎090-4374-3888

◆サンツ中村橋商店街 日時:10月13日(土)午後4時～7時 問合せ:向井 ☎3990-4609

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。 問合せ:在宅療養係 ☎5984-4597

◆いつまでもあなたらしい生活を！～生活動作から運動機能を考えよう 日時:10月13日(土)午後1時～3時 場所:田柄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 ☎3825-1551

◆体を動かして脳と身体(からだ)を活性化させよう 日時:10月13日(土)午後1時30分～3時30分 場所:富士見台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 ☎5241-6010

◆骨粗しょう症の予防～食事で骨を強くしよう 日時:10月13日(土)午後2時～4時 場所:錦デイサービスセンター 内容:講義 定員:15名(先着順) 申込:電話で同所 ☎3937-5031

◆言語リハビリ教室 日時:10月20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

◆笑いヨガとストレス軽減法 日時:10月20日(土)午後2時～4時 場所:介護老人保健施設ミレニアム桜台 内容:講義、実技 定員:20名(先着順) 申込:電話で同所 ☎5946-5508

◆認知症ケア「五感刺激」～視覚・聴覚・味覚編 日時:10月20日(土)午後2時～4時 場所:介護老人保健施設練馬ゆめの木 内容:講義、試食 定員:10名(先着順) 申込:電話で同所 ☎3923-0222

◆腰痛セミナー 日時:10月21日(日)午後1時30分～3時30分 場所:大泉学園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 ☎5933-0742

◆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

◆共感して、助け合う豊かな心を育てる 対象:子育て中の保護者・子育て支援に携わる方 日時:10月18日(土)午前10時～正午 場所:ココネリ3階(練馬1-17-1) 定員:60名(先着順) 費用:500円 申込:電話で社会福祉法人あかねの会・山本 ☎5933-9209(午前11時～午後6時) ※保育あり(10月10日(水)までに要予約。1歳児以上対象。定員8名。費用50円)。

◆布おもちゃ講座「やさいもをつくらう」 対象:子育て中の保護者・子育て支援に携わる方 日時:10月19日(日)午前10時～11時30分 場所:男女共同参画センターエー 定員:15名(先着順) 費用:430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)

◆手作りしながら安心して子育てできる環境について考えよう! 対象:未就学児の保護者など 日時:10月22日(月)午前10時30分～正午 場所:光が丘地区区民館 定員:20名(先着順) 費用:300円 申込:電話でなないろ・伊藤 ☎090-4435-2098(午後2時～7時) ※保育あり(10月15日(月)までに要予約。1歳児以上対象。定員9名。費用50円)。

◆幼児と家族の食事「秋の手作りおやつ」 対象:未就学児の保護者 日時:10月27日(土)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) 申込:電話でNPO法人クリオネ・石垣 ☎080-1349-4693 ※保育あり(10月20日(土)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名)。

ねりま遊遊スクール

◆ソフトテニス楽々上達 基礎からゲームまで 対象:小学4～6年生 日時:10月13日(土)午後2時～4時 場所・問合せ:田柄中 ☎3990-4403(平日午前9時～午後5時) 定員:20名(先着順) 企画:田柄中ソフトテニス部 申込:当日会場へ

◆グイ・ボン・ピュンで速くなる～陸上教室 対象:小学3年～中学生 日時:10月14日(日)午前8時55分～正午 場所・問合せ:光が丘第三中 ☎3977-3521(平日午前9時～午後5時) 定員:30名(先着順) 費用:50円 持ち物:上履き(雨天時) 申込:当日会場へ

◆親子で気象予報士をめざそう! 対象:小学3～6年生と保護者 日時:10月14日(日)午前10時～正午 場所:大泉小 定員:10組(先着順) 費用:1

組60円 申込:電話でねりまエコ・アドバイザー葉っぱの会・塚越 ☎3925-4732(午後6時～8時)

◆家族で楽しむ英語でハロウィン 対象:2歳以上の未就学児と保護者 日時:10月14日(日)午前10時30分～11時30分 場所:男女共同参画センターエー 定員:15組(先着順) 申込:電話でママと一緒にABC♪・黒宮 ☎5934-3896(午前9時～午後8時)

◆英語で親子体操! 対象:1～3歳児と保護者 日時:10月19日(金)午前10時～11時 場所:光が丘区民センター6階 定員:15組(先着順) 費用:1組500円 申込:電話で子育てプレイスふわり・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)

◆やってみよう! 発達に寄り添う音楽遊び 対象:3～6歳児と保護者 日時:10月21日(日)午前10時～11時30分 場所:男女共同参画センターエー 定員:10組(先着順) 費用:1組360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(午後5時～10時)

◆ソフトテニスを楽しもう 対象:小学4～6年生 日時:10月21日(日)午前10時～正午 場所:上石神井中 定員:25名(先着順) 費用:50円 企画:上石神井中ソフトテニス部 申込:電話で同所 ☎3920-1126(平日午前9時～午後5時)

◆すまいるねりま遊遊スクール 新聞紙とテープで作って遊ぼう! 対象:主に知的障害のある小中学生と保護者 日時:11月4日(日)午前10時30分～11時30分 場所:中村橋福祉ケアセンター 定員:5組(先着順) 申込:電話で旭出学園でまえ教室・岡田 ☎3922-4134(午前9時～午後6時)

地区祭

◆光が丘地区祭 日時:10月6日(土)・7日(日)午前10時～午後5時(7日は午後4時まで) 場所:光が丘区民センター2・3・5階、光が丘ふれあいの径など 内容:作品展示、ダンス、模擬店など 問合せ:実行委員会・阿瀬見 ☎080-2387-5001

◆大泉西地区祭 12とも 内容:模擬店、ゲーム、野菜販売など 問合せ:実行委員会・千葉 ☎3922-1124

◆西大泉会場 日時:10月14日(日)午前9時30分～午後3時 場所:大泉西小

◆南大泉会場 日時:10月14日(日)午前10時～午後3時 場所:大泉第二小

献血にご協力を

問合せ:東京都赤十字血液センター 武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

◆日本大学芸術学部江古田キャンパスギャラリー棟前 日時:10月5日(金)午前10時～午後4時30分

◆光が丘公園ふれあいの径(光が丘地区祭会場) 日時:10月7日(日)午前10時～午後2時 ※地区祭が中止の場合は献血も中止。

◆大泉西小(大泉西地区祭会場) 日時:10月14日(日)午前9時30分～午後1時30分 ※地区祭が中止の場合は献血も中止。



10/8  
祝

# 体育館・温水プールを無料開放

体育の日  
記念行事

10月8日(祝)の体育の日に、SSC(総合型地域スポーツクラブ)と区が共催し、区立体育館と温水プールを無料開放します。会員の方はトレーニング室も無料で利用できます。また、誰でも気軽に楽しめるニュースポーツや模擬店も行います。直接、会場へお越しください。

▶問合せ: スポーツ振興課振興係 ☎5984-1948 FAX 5984-1228、各体育館(温水プール)・SSC

- 総合体育館 ☎3995-2805
- SSC谷原 ☎3997-2500

体力測定	9:30~11:30
いろいろなボールに触れてみよう	9:30~11:50
ミニゲーム(ヨーヨー・的当て)	10:00~14:00
実演(チアリーディング)	12:45~13:00
スポーツ体験コーナー(ボクシングミット打ち、ネオホッケーなど)	13:00~15:20

※保険料など(100円)が掛かります。

- 桜台体育館 ☎3992-9612
- SSC桜台 ☎5912-9900

ダブルダッチ	10:00~12:00
エアートランポリン、ポッチャ、風船パレー、吹き矢、ラケットテニス、マグロキャッチ、スラックラインなど	10:00~12:30 13:30~15:00
実演(ダブルダッチ、チアリーディングなど)	12:40~13:30

※併設の開進第三中体育館も使用します。

- 上石神井体育館(温水プール) ☎5991-6601
- SSC上石神井 ☎3929-8100

スポーツチャンバラ、卓球	9:00~11:30 13:00~15:00
子ども広場(小学生以下)、トランポリン、ラケットテニス、ビーチボールパレー、スラックラインなど	9:00~15:00
水中アスレチック	9:30~11:30
実演(金管、健康体操)	11:30~12:50
バドミントンの羽を使って遊ぼう	13:00~15:00
アクアダンスエクササイズ(プール)	13:10~13:55

- 平和台体育館(温水プール) ☎5920-3411
- SSC平和台 ☎5921-7800

水中体操教室	10:00~10:50
スポーツ吹き矢、ポッチャ、トランポリン(幼児~小学生)など	10:00~12:00
風船パレー、ディスクゲッターなど	10:00~15:00
親子でプール(幼児~小学3年生と保護者)	11:00~12:50
実演(チアダンス)	12:15~12:35
バランスボール教室	13:00~13:45
音とからだ・リズムと遊ぶワークショップ	13:00~15:00
スポーツチャンバラ教室(幼児~小学生)	14:00~14:45

- 光が丘体育館(温水プール) ☎5383-6611
- SSC光が丘 ☎5968-1600

ラケットテニス	9:00~12:00
卓球、バドミントン、ソフトバレー、ストラックアウト	9:00~17:00
ポッチャ	13:00~17:00

- 中村南スポーツ交流センター(温水プール) ☎3970-9651
- SSC豊玉・中村 ☎5848-9151

ラケットテニス・フラッグフットボール(小学生以上)	9:00~11:00
親子で空手体験(4歳児以上)	9:00~12:00
実演・体験会(チアリーディング)	11:30~11:50
ジョギング・ランニングのポイントレッスン	12:00~13:00
バレーボール(小中学生)、エンジョイニュースポーツ(ポッチャ、輪投げなど)、エクササイズ(18歳以上)、卓球	13:30~15:30

【利用の際のお願い】  
 ○体育館は上履きをご用意ください。  
 ○プールは水泳帽をご用意ください。  
 ※小学3年以下のお子さんには、18歳以上で水着を着た方の付き添いが必要です(付き添い1名で、お子さん2名まで)。  
 ○車の来場はご遠慮ください。



- 三原台温水プール ☎3924-8861
- SSC谷原 ☎3997-2500

らくらくクロール	10:00~11:00
あこがれバタフライ	11:00~12:00
水中アスレチック(幼児~小学生)	14:00~16:00

## (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

①大泉中央公園 ②石神井台 **0歳以上 入場無料**

①10/6(土) ②21日 まちなかコンサート  
 11:00開演 ①Vol.25 in 大泉中央公園 ②Vol.26 in 石神井台

気軽に本格的な音楽を楽しめるコンサートです。

①大泉中央公園 ※雨天中止。 場所 大泉中央公園水の広場前 出演 アンサンブル・ラパン(サクソフォン四重奏) 曲目 ポッケーニ/メヌエット、ビゼー/カルメンよりなど	②石神井台 場所 石神井台地域集会所 出演 ルロットオーケストラ 曲目 オフエンバック/天国と地獄、ブランコ/コーヒールンパなど
---	---

練馬文化センター(大ホール) **割引 小学生 学生券**

来年 1/27日 デーモン閣下の邦楽維新Collaboration  
 16:00開演 新春地獄絵図~芥川龍之介を詠み謳う

デーモン閣下がオリジナル脚本化した文豪作品を朗読します。娯楽と芸術がせめぎ合う朗読劇をお楽しみください。

出演 デーモン閣下(朗読・歌)、三橋貴風(尺八・企画)、福田栄香(箏・三絃)、稲葉明德(筆・笙・笛・笙)、田村祐子(サンドアート)ほか

入場料 S席6,500円、A席5,000円(全席指定)  
 予約 10月21日(日)午前10時から①③(購入は22日(月)午前10時から①②③)

デーモン閣下

練馬文化センター(小ホール) 平成30年度優秀映画鑑賞推進事業 **割引 小学生**

来年 1/19(土) 映画音楽の名作を観る 市川崑監督特集  
 13:00開演

市川崑監督の文芸映画「ぼんち」、記録映画「東京オリンピック」を上映します。

入場料 1,000円(全席指定)  
 購入 ①②③で発売中

記録映画「東京オリンピック」

大泉学園ゆめりあホール **割引 小学生**

来年 1/6日 第12回ゆめりあ若手寄席~大泉新春落語会  
 14:00開演

出演 柳家喬之助(真打)、柳亭市童(二ツ目)、のだゆき(音楽パフォーマンス)

入場料 1,500円(全席指定)  
 予約 10月4日(木)午前10時から①③(購入は5日(金)午前10時から①②③)

柳亭市童 柳家喬之助 のだゆき

大泉学園ゆめりあホール **割引 小学生**

来年 1/25(金) 練馬区演奏家協会コンサート  
 19:00開演 素晴らしきかな、ブラームス!

出演 對馬哲男・竹田詩織(バイオリン)、多井千洋(ピアノ)、小島幸法(チェロ)

曲目 ブラームス/ハンガリー舞曲第6番など

入場料 1,000円(全席自由)  
 購入 10月5日(金)午前10時から①②③

竹田詩織

チケット予約・購入はこちら

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。

**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)。  
**学生券** 一般料金の半額で購入できます(要学生証)。  
**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。

※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。



# ベルデ冬休み期間(12/26水~来年1/6日)の抽選受け付け開始

ベルデ(少年自然の家)は、長野県軽井沢町(軽井沢)・上田市(武石)、静岡県下田市(下田)、千葉県南房総市(岩井)にある宿泊施設です。冬休み期間の利用は、団体と一般に分けて受け付けます。利用は1グループ1回のみで3泊4日までです。 ※軽井沢・武石はスキー用具(板・ブーツ・ストック)の貸し出しがあります(1日1,000円。中学生以下は無料)。 ※軽井沢・武石のグラウンドとテニスコートは冬季閉鎖中です。

**問合せ**  
 団体利用…少年自然の家・学校保健係 ☎5984-2441  
 一般利用…旅行サービスコーナー ☎5984-1234

## ☎ 団体利用 10月9日(火)までに電話で

**【対象】**  
 10名以上で利用する区内の少年団体や生涯学習団体など ※親睦のみを目的とする場合は一般利用となります。 ※同一団体の重複申し込みはできません。

**【申込】**  
 10月9日(火)までに電話で少年自然の家・学校保健係に連絡の上、申し込みに必要な書類を10月12日(金)までに提出してください。

**【抽選・予約会】**  
 10月12日(金)午前10時から区役所本庁舎19階で抽選・予約会を行います。代表者は必ず参加してください。

## 📧 一般利用 10月12日(必着)までに往復ハガキやインターネットで

**【対象】**  
 区内在住・在勤(在学)の方など ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは、抽選申し込みができません。

**【申込】**  
 右の申込書に記入の上、往復ハガキの往信の裏面に貼って、10月12日(必着)までに〒176-8501区役所内少年自然の家・学校保健係へ。 ※2通以上申し込んだ場合は、無効になります。

**【結果】**  
 10月24日(水)に発送を予定しています。

**【抽選後の空き室予約方法】**  
 電話で旅行サービスコーナーまたはインターネットで

- 区内在住・在勤(在学)の方 …11月13日(火)から
- 区内在住・在勤(在学)でない方 …11月14日(水)から

インターネットでも申し込みます  <https://verde.city.nerima.tokyo.jp/shizen/>

ベルデの部屋の種類と個室利用料金 ※別途、基本料金などが掛かります。

施設名	2人定員 (500円/室)	3人定員 (3,000円/室)	4人定員 (4,000円/室)	8人定員 (無料/室)	12人定員 (3,000円/室)
軽井沢	—	8室	11室	24室	—
下田	3室	—	8室(※1)	—	1室
武石本館	—	6室	—	18室	—
武石新館	—	1室(※2)	14室	—	—
岩井	—	4室(※3)	6室	16室(※3)	—

※1 1,000円/室です。 ※2 車いす対応の部屋です。 ※3 団体のみ利用できます。

## ベルデ冬休み一般利用抽選申込書 (12/26水~来年1/6日)

①希望施設と日程(3泊まで)を第3希望まで(和室、洋室の指定はできません)	②希望する部屋数(左下の表参照)
第1希望 施設名を○で囲む。 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	……人定員部屋を 部屋数……室
第2希望 施設名を○で囲む。 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	……人定員部屋を 部屋数……室
第3希望 施設名を○で囲む。 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	……人定員部屋を 部屋数……室
③利用者数 大人……人・中学生……人・小学生……人 幼児(3歳以上……人・2歳以下……人) (うち車椅子利用者……人)	
④申込代表者 〒 - 住所 練馬区 ふりがな 氏名 利用日まで連絡の取れる電話番号をご記入願います	
⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、付帯設備名、利用日時に○印を付け、どちらかの□にチェックを入れてください。 【付帯設備名】 体育館・研修室・グラウンド・テニスコート 【利用日時】 初日午後 2日目午前・午後 3日目午前・午後 4日目午前 <input type="checkbox"/> 運動施設が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 運動施設が利用できなくても、宿泊を希望する	

**お休みします**  
 ●武石(本館)……10月31日(水)~12月28日(金)

# 東京文化財ウィーク2018

都内全域で国や東京都指定の文化財を一斉に公開するほか、文化財に関連した事業を行うイベントです。今回、区内で開催するイベントを紹介します。 ※区内で開催するイベントを紹介した冊子「東京文化財ウィーク」を文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)、石神井公園ふるさと文化館などで配布します。  
 ▶問合せ: ①~③石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060 ④伝統文化係 ☎5984-2442

## ③ 東京区政会館合同展示 10/4(水)~11/8(木)

### 来て見て発見!文化財古民家めぐり「古民家復元」

練馬区を含め都内9区では、17棟の古民家が復元されています。各区の古民家の復元方法などについて紹介します。 ▶日時:10月4日(水)~11月8日(木)午前9時~午後8時30分(土曜は午後5時まで。日曜、祝日は休館) ▶場所:東京区政会館(千代田区飯田橋3-5-1)

## ① 小野蘭山墓誌の特別公開 10/18(水)~11/6(火)

江戸時代中期の本草学者(博物学者)である小野蘭山(1729~1810年)の墓誌(東京都指定有形文化財)を特別公開します。 ▶日時:10月18日(水)~11月6日(火) ※月曜休館。 ▶場所:石神井公園ふるさと文化館



## ④ 尾崎遺跡・石神井城跡・練馬城跡の出土品展示解説会 10/28(日)

春日小建設時の発掘調査で旧石器時代~江戸時代の遺物が出土した尾崎遺跡に加えて、石神井城跡や練馬城跡の遺物や写真を特別に展示し、学芸員が解説します。 ▶日時:10月28日(日)午前10時~11時、午後2時~3時 ▶場所:春日小 ▶申込:当日会場へ  
 <こちらでも、出土品をご覧になれます。>

## ② 石神井城跡発掘パネル展 10/27(土)~11/4(日)

石神井城跡(中世豊島氏の城跡・東京都指定史跡)の発掘調査の様子や成果などを特別公開中の主郭内で写真パネルで紹介いたします。 ▶日時:10月27日(土)~11月4日(日)午前9時30分~午後4時30分 ▶場所:石神井城跡(石神井公園内)

場所(出土品)	日時	申込
春日小(尾崎遺跡・石神井城跡)	10/27(土)~12/24(木)10:00~16:00 ※学校行事などでご覧にならない日があります。	電話で同所 ☎3926-7102
向山庭園(練馬城跡)	10/27(土)~11/4(日) 9:00~17:00	当日会場へ

広告 **相続税無料相談会** 相続税の申告書作成承ります!! ●相続税以外の税金のご相談も可能です。●ご予約の方を優先させていただきますが、当日参加もお待ちしております。 **10/6(土)13:00~17:00** 会場 中野サンプラザ8階 研修室3 **10/12(金)13:00~17:00** 会場 中野サンプラザ8階 研修室12 最終受付 16:00 相談時間 30分 ご予約・お問い合わせ **税理士 戸田朗夫事務所** TEL:03-3386-0984 FAX:03-3387-0985 (9:30~17:30 土日祝日を除く)

※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。



11/23祝17:00~19:00 **ココネリ3階** (練馬1-17-1)

入場  
無料

世界都市農業サミット・プライベートで  
**歌姫JAZZサミットを開催**

**Diva Jazz Summit**  
Welcome jazz concert

問合せ 国際会議担当係 ☎5984-1498

都市農業に特徴的・積極的に取り組む海外の都市を招き、来年秋に「世界都市農業サミット」を開催します。今回、サミットに先駆けて行うプライベートとして、アメリカ・フィリピン・日本の歌姫によるジャズの祭典を開催します。

曲目

- ◆オン・グリーン・ドルフィン・ストリート ◆LOVE
- ◆ウォーターメロンマン ◆明るい表通りで など

他にも

申し込みの際に皆さまから募集した好きなジャズの曲上位3曲を演奏します

BARコーナー(有料)

区内の若手シェフグループ「Nerima若手ChefsClub」と人気パティスリー「アルカション」が、練馬産ブルーベリーを使用した会場限定メニューを販売します。

▶対象:小学生以上 ▶日時:11月23日(祝)午後5時~7時(午後4時開場) ▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶定員:300名(抽選) ▶申込:往復ハガキで①イベント名②参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)③代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号④区内在勤(在学)の方は勤務先または学校名⑤好きなジャズの曲名(1曲)を、10月26日(必着)までに〒176-8501区役所内国際会議担当係へ ※抽選結果は、11月上旬にお知らせします。

主な出演者



スインギー奥田 ナオミ・グレース マリア・エヴァ MERI

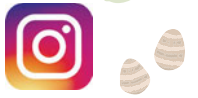
世界都市農業サミット・プライベートの主なスケジュール

日時	内容	場所	
11/23(祝)	13:00~17:00	国際交流のつどい 世界の文化を楽しもう!	ココネリ3階 (練馬1-17-1)
	①12:30~13:20 ②13:40~14:30	海外友好都市紹介講座 太極拳体験	
	17:00~19:00	歌姫JAZZサミット	
11/24(土)	10:00~15:00	ねりマルシェ とれたての練馬産農産物や花、練馬産農産物を使った料理を販売!	平成つつじ公園 (練馬1-17-6)
	10:30~12:00	「練馬暮らし」のススメ ~みんなde農トークショー 知らないってもったいない! 農のある「練馬暮らし」をご紹介します	ココネリ3階
	12:00~12:30	みんなde農コンテスト表彰式 皆さまから寄せられた農に関する優秀なアイデアや企画を表彰	
11/24(土)・25(日)	10:00~18:00	みんなde農アート 子どもたちの描いた「20年後の農のある練馬の姿」などを展示	ココネリ3階
		ワールドマーケット 雑貨の販売のほか、世界の料理を味わえるコーナーを設置	
11/25(日)	10:00~12:00	収穫体験 区内の畑で練馬大根や秋野菜を収穫	区内3カ所の農地

※詳しくは、区報11月1日号で紹介します(収穫体験の参加者募集は10月21日号)。

12/10月まで

2018練馬野菜インスタグラム  
フォトコンテスト「秋」を開催



東京商工会議所練馬支部では、世界都市農業サミットの開催に合わせ、練馬野菜をテーマにフォトコンテストを開催しています。応募方法など詳しくは、同ホームページ(<http://www.tokyo-cci.or.jp/nerima/nerimayasai/>)をご覧ください。▶区の担当:国際会議担当係▶問合せ:東京商工会議所練馬支部 ☎3994-6521

**Nerimaユニバーサルコンサート**  
観覧者募集

ねりま  
ユニバーサルフェス

12/8(土)17:30開演 (17:00開場)  
練馬文化センター大ホール

入場無料  
(全席指定)

誰もが理解しあえる地域社会の実現を目指すイベント「ねりまユニバーサルフェス」の一環として、国籍や年齢、障害などを越えたさまざまな方で編成するオーケストラと合唱によるコンサートを開催します。

▶問合せ:文化振興係 ☎5984-1284 FAX) 5984-1228



昨年の様子

曲目

ビリーブ、ドボルザーク/交響曲第9番「新世界より」第4楽章など

出演

大谷康子(バイオリン・プロデュース)、あかねの会、石神井Int'lオーケストラ&クニトInt'lユースオーケストラ、新星'78、練馬区合唱連盟有志、練馬区ジュニア・オーケストラ、ノブタクほか

誰でも楽しめるための取り組み

UDトーク(スマートフォンアプリ)、難聴者用イヤホン、外国語・手話通訳の会場案内、外国語・点字版プログラム、車いす席などを用意しています。

▶定員:1,100名(抽選)

▶申込:往復ハガキで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加人数(5名まで)を、11月5日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会へ ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp>)からも申し込みます。 ※保育室(未就学児対象。定員5名(抽選))を利用したい方は、お子さんの氏名・年齢も、車いす席を利用したい方はその旨もお知らせください。 ※他にも配慮が必要な方は併せてお知らせください。 ※抽選結果は11月下旬にお知らせします。