

働くことで、  
みんなの役に立ちたい



## 9月は障害者雇用支援月間

練馬区社会福祉協議会のレインボーワーク(練馬区障害者就労支援センター)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 3994-1224

### 目標は、チームリーダー!

レインボーワークの支援で(株)エムティーアイに就職した若林康平さん

清掃やシュレッダー作業などの仕事をしています。時間内にきちんと終わらせることを心掛けて取り組んでいます。後輩に仕事を教えるときは、分かりやすく、やさしく伝えるようにしています。目標はチームのリーダーになることです。レインボーワークの方は、いつも私に必要な助言をくれるので、とても助かっています。

### みんなから慕われる職場のムードメーカーです

(株)エムティーアイ 関口政男さん

若林さんは職場の中心的存在で、新人が入社すると指導係として後輩に仕事を教えています。後輩からも「分かりやすい」と評判です。

レインボーワークは、若林さんが楽しんで仕事ができるよういつもサポートしてくれるのでとても感謝しています。



2面で障害者雇用支援月間の催しとレインボーワークの事業を紹介

## 農福連携をご存じですか?

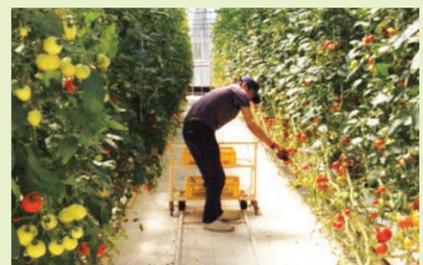
~練馬区は農業と福祉の連携に取り組んでいます

「農福連携」とは、農産物の加工や野菜の収穫などを通じて、障害のある方と農業がつながる取り組みです。練馬産の農産物を障害者施設でジャムやスープに加工するほか、障害のある方がトマトの収穫作業を行うなど、区はさまざまな形で農業と福祉の連携を進めています。最近では、練馬産野菜をピクルスにした「ねりピック」をあんずの家(桜台1-8-2)やマルシェなどで販売しました。次回の販売は秋頃を予定しています。

▶問合せ:就労支援係 ☎5984-1387 FAX 5984-1215



ねりピック(左からむらさき大根、ニンジン、トマト)



収穫の様子(山口農園)

# 障害者雇用支援月間の催し

9/28(金)

## 講演会「広がる障害者雇用 その人らしく」

▶日時:9月28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NECST/松原未知(=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

### 講師からのメッセージ

都内の障害者就労数は18万人を超え、働き方も多様化するなど、障害者雇用に対する理解が広がっています。一方で、本当に働きたい方全員が、自分に合った働き方ができているのでしょうか？

「雇用者」「支援者」「保護者」の3つの立場を経て、今考えることをお話ししたいと思います。



9/7(金)~14(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ます。▶日時:9月7日(金)~14日(金)午前9時~午後5時(14日は午後4時まで) ▶場所:区役所アトリウム

9/20(木)

## 障害者自立支援施設 自主生産品販売会

▶日時:9月20日(木)午前10時~午後2時 ▶場所:区役所アトリウム



## レインボーワークのご利用を

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。

### 障害のある方へ 就職準備~定着までサポートします

#### 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

それではこういう職種はどうでしょう

私は〇〇〇の分野が得意です

#### 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、相談できます

この問題はこうやって解決しましょう

#### 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



### 事業主の方へ

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。

## “みどり”が好きな人集まれ! ~緑化協力員を募集

公園の花壇づくりや樹名板の取り付けなどを行う緑化協力員を募集します。▶対象:次の①~③の全てに当てはまる方 ①区内在住で活動におおむね参加できる②自転車に乗れる③緑化協力員の経験がない▶任期:平成32年3月まで▶募集人数:20名程度(性別・地域などを考慮の上、書類選考・面接)▶謝礼:月1,000円程度 ※参加状況により異なります。▶申込:郵送またはファクス、電子メールで「緑化協力員になるにあたっての抱負」(200字程度。様式自由。返却不可)と①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤電話番号⑥平日に活動できる日数を、9月28日(必着)までに〒176-8501区役所内みどり協働係 ☎5984-2418 FAX 5984-1227 ✉midorisuisin04@city.nerima.tokyo.jp



## 第37回 練馬児童劇団発表会

9/23 (祝)

## 青い鳥

小学4年生~20歳の劇団員が、日頃の練習の成果を発表します。▶日時:9月23日(祝)A午後2時B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(A/Bの別も)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1日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341

入場無料

昨年の発表会の様子



## 9/12(水)・13(木) コンビニ交付サービスと 証明書発行機を休止します

システム改修のため利用できません。 ※コンビニ交付は13日(木)午後7時から利用できます。 ※区民事務所の窓口はご利用いただけます(午前8時30分~午後7時)。▶問合せ:戸籍住民課庶務係 ☎5984-2791

8/29(水) 11:00

## Jアラートの試験放送を実施

問合せ 防災施設係 ☎5984-2602

Jアラート(全国瞬時警報システム)は、弾道ミサイル情報、緊急地震速報などの緊急情報を瞬時に伝達するシステムです。今回、無線放送塔から試験放送を行います。放送内容は、自動音声応答サービス ☎0120-707-111でも確認できます。



# お知らせ

## 皆さまからの寄付(6月分) =ありがとうございました=

いただいた寄付は次の通りです。  
※寄付はインターネットからも受け付けています。▶問合せ:管財用地係 ☎5984-2807

区へ	練馬区のため	2283万1003円(1件)
	練馬みどりの葉っぱい基金	17万3973円(6件)
練馬区社会福祉協議会へ		5万3479円(10件)

## 多重債務特別相談

多重債務でお困りの方を対象に、専門相談員が無料で電話相談に応じます。 ※来所相談も可。▶日時:9月3日(月)・4日(火)午前9時~午後4時30分▶相談先・問合せ:消費生活センター ☎5910-4860

## 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(日)午後1時~4時の間の30分▶場所:大泉北地域集会所▶申込:9月28日(金)までに電話で耐震化促進係 ☎5984-1938

### 都市計画の案がご覧になれます

関町南二丁目公園と石神井台六丁目緑地の各都市計画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。▶縦覧・意見書提出の期間:9月4日(火)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。▶問合せ:公園係 ☎5984-1365

## 環境・リサイクル

### 落書きの処理に困っていませんか?

~区が補助できる場合があります

落書きは、まちの美観を損ねるもので犯罪です。落書きをされたら警察に被害届を出し、早めに消しま

しょう。塀や壁に落書きをされた場合、被害者からの申請により、区が業者に委託し落書きを消すことができます。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:まち美化推進係 ☎5984-4709

## 国民年金

### 60歳以上の方でも任意加入ができます

国民年金の加入期間は、60歳の誕生日の前日までです。ただし、60歳になっても受給資格期間が不足しているために年金が受けられない方や、受給資格があっても年金額を満額に近づけたい方は、65歳になるまで任意加入できます。また、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、65歳になっても受給資格期間が不足する方は、70歳に達するまでの間で受給資格期間を満たすまで、任意加入できます。加入の手続きは、60

歳の誕生日の前日から行えます。加入期間は申し込んだ月からになります。届け出に必要な書類など詳しくは、お問い合わせください。▶届け出先・問合せ:国民年金係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4561

### 厚生年金に加入している配偶者の扶養から外れたときは届け出を

会社員や公務員などの厚生年金加入者に扶養されている方(20歳以上60歳未満の方)は、次の①~④の場合、第1号被保険者に切り替える届け出が必要です。

- ① 配偶者が退職・死亡した
- ② 配偶者が厚生年金加入中に65歳に達した
- ③ ご自身が収入増や離婚などで扶養から外れた
- ④ ご自身が雇用保険を受給するようになった

▶問合せ:国民年金係 ☎5984-4561

## 特別区民税・都民税の第2期分の納期限は8月31日(金)

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

# ねりあるきラリー開催中!

## ~ねりまユニバーサルフェス第1弾

## 9月以降の開催施設を紹介

障害のある方や高齢者向けの福祉施設などを巡るスタンプラリー「ねりあるきラリー」を開催しています。詳しくは、各施設にお問い合わせいただくか、図書館、地区区民館、児童館などで配布しているリーフレットや区ホームページをご覧ください。

▶問合せ:地域福祉係 ☎5984-2716 FAX 5984-1214

イベント内容		…模擬店、ゲームコーナー、自主製品販売など		…ワークショップ、ミニゲーム、カフェなど		…子ども向けのイベント、工作、遊びなど	
日時	場所・問合せ	内容	日時	場所・問合せ	内容		
9/6(木)10:30~18:00、 10/10(水)、11/7(木)14:00~18:00	コミュニティカフェチャイハナ光が丘 (田柄5-14-19) ☎070-6559-3933	📍	10/21(日)13:00~16:30	第二光陽苑(関町北5-7-22) ☎5991-9917	📍		
9/7(金)10:00~14:20	大泉学園町福祉園(大泉学園町3-9-20) ☎3923-8540	📍	10/26(金)13:00~16:00、 27(土)10:00~15:00	NPO法人むすびオレンジカフェアリス (光が丘3-9-3-206) ☎6904-3275	📍		
9/11(火)、10/31(水)、11/16(金) 15:30~17:00	北町児童館(北町1-19-17) ☎3931-5481	😊	10/27(土)13:00~16:00、 28(日)9:00~15:00	厚生文化会館(練馬4-2-3) ☎3991-3080	📍		
9/13(木)、10/11(水)、11/8(木) 13:00~16:00	ケアラズカフェCoもれび(早宮3-31-11) ☎3948-3324	📍	10/27(土)10:00~14:00	白百合福祉作業所(石神井町5-13-10) ☎3995-7796	📍		
9/15(土)、10/20(土)14:00~16:00	優つくり小規模多機能介護石神井台沼辺 (石神井台2-7-5) ☎5923-7117	📍	10/27(土)10:00~14:00	ほのぼの館・関 ☎5903-8381 ▶場所:関区民センター前(関町北1-7-2)	📍		
9/18(火)・20(木)10:00~16:30	ちよっと・ホット(石神井町8-53-24) ☎5910-7080	📍	10/28(日)11:00~15:00	関町特別養護老人ホーム(関町南4-9-28) ☎3928-8115	📍		
9/18(火)、10/16(火)、11/20(火) 11:00~12:30	NPO法人自然工房めげえ(高松3-24-17) ☎5848-8490	📍	11/4(日)11:00~15:00	光陽苑(西大泉5-21-2) ☎3923-5264	📍		
9/24(木)10:00~14:00	松の実事業所(中村南2-23-13) ☎3825-1230	📍	11/10(土)10:00~14:00	ねりま事業所(豊玉中4-10-6) ☎3948-0275	📍		
9/28(金) 13:30~15:00、15:30~17:00	上石神井児童館(上石神井1-5-2) ☎3929-0999	😊	11/11(日)10:00~11:30	光が丘障害者地域生活支援センターすてっぷ (光が丘2-9-6光が丘区民センター6階) ☎5997-7858	📍		
9/30(日)11:00~15:00	やすらぎの杜(関町北5-7-10) ☎3928-3315	📍	11/15(木)10:00~16:00 ※炊き出しが終わり次第終了。	あかねの会(春日町1-18-36) ☎3577-7421	📍		
10/7(日)10:00~14:00	大泉特別養護老人ホーム(東大泉2-11-21) ☎5387-2201	📍	11/17(土)10:00~15:00、 12/8(土)13:30~15:00	NPO法人ハッピーひろば(石神井町2-15-15) ☎6796-8080	📍		
10/7(日)10:00~14:30	大泉福祉作業所(東大泉2-11-22) ☎3922-6193	📍	11/17(土)10:30~14:30	関町福祉園(関町南3-15-35) ☎3594-0217	📍		
10/12(金)13:00~16:00	街かどケアカフェこぶし(高野台1-7-29) ▶問合せ:地域包括支援係 ☎5984-2774	📍	11/18(日)11:00~14:00	大泉障害者地域生活支援センターさくら (東大泉5-35-2) ☎3925-7371	📍		
10/13(土)10:30~14:00	北町福祉作業所(北町8-2-12) ☎3559-0361	📍	11/24(土)13:00~15:30	街かどケアカフェけやき(南大泉5-26-19) ☎3923-5556	📍		
10/14(日)10:00~15:00、 10/15(月)、11/19(月)13:30~15:00	NPO法人アクト練馬たすけあいワーカーズ ふるしき(練馬4-17-2) ☎5999-1030	📍	11/24(土)14:00~15:30	練馬キングス・ガーデン(早宮2-10-22) ☎5399-2201	📍		
10/20(土)13:00~16:00	いまここ大泉学園(大泉学園町8-7-35) ☎5935-6753	📍	11/28(水) 10:00~11:30、13:30~15:00	大泉町福祉園(大泉町3-29-20) ☎5387-4681	📍		
10/21(日)10:00~14:00	富士見台特別養護老人ホーム (富士見台1-22-4) ☎5241-6010	📍					

※施設によっては、バリアフリーとなっていない場合があります。

## オリジナルグッズを手に入れよう!

スタンプの数に応じて、オリジナルグッズを差し上げます。  
施設の種類によって、スタンプの色(赤・青・緑)が異なります。

### スタンプ1個

ねり丸シール



### スタンプ2個

ねり丸折りたたみうちわ  
またはペットボトルホルダー



### スタンプ2色以上

ユニバーサル  
デザイングッズ(抽選)



©練馬区

**事業者向け**

**食品衛生実務講習会「最近の食品衛生事情について」**

▶**対象:**食品関係施設の食品衛生責任者 ▶**日時:**9月5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/清水みつ子 ▶**申込:**当日会場へ ▶**問合せ:**食品衛生担当係 ☎5984-4675

**国有地を活用した特別養護老人ホームなどの整備事業者を募集**

国有地(旭町2-8)で特別養護老人ホームなどを整備・運営する社会福祉法人を募集します。応募する事業者は、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)や区ホームページにある募集要項をご覧ください。説明会に必ず参加してください。

**〈説明会〉**

▶**日時:**9月13日(木)午前10時から ▶**場所:**区役所本庁舎19階  
◎**問合せ:**高齢社会対策課施設係 ☎5984-4586

**働く**

**障害者施設看護員【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:**正看護師の有資格者 ▶**期間:**10月~来年3月(再任する場合あり) ▶**日時:**月~金曜午前9時30分~午後3時30分(月10日) ▶**内容:**心身障害者に対する看護、医療的ケアなど ▶**採用予定数:**1名(書類選考・面接) ▶**報酬:**月額1万800円 ※交通費支給。▶**申**

込期限:9月10日(必着) ▶**問合せ:**中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211

**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:練馬…〒176の地域、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:**各若干名(面接) ▶**賃金:**時給1,000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)までに希望する総合福祉事務所管理係【練馬 ☎5984-2768、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1,000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、職員課人事企画担当係 ☎5984-5784

**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7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

**①短時間保育補助②保育補助③調理④用務【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 ▶**勤務日:**月~土曜(月20日程度) ▶**時間:**①朝…午前7時30分から、夕…午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度)②~④原則として午前8時30分~午後5時15分の間の4~7時間45分 ▶**場所:**区立保育園 ▶**賃金:**①時給1,300円(土曜1,400円)②時給1,100円(土曜1,200円)③④時給1,020円(土曜1,120円) ※交通費支給。 ※勤務時間により社会保険あり。▶**申込:**履歴書(写真貼付)に希望する職種(①~④の別)を記入の上、持参または郵送で〒176-8501区役所内保育課管理係(本庁舎10階) ☎5984-5839

**在宅でのパソコン技術習得と実務体験【ひとり親家庭の保護者向け】**

自宅でパソコン技術の習得や在宅での仕事の実務体験ができます。パソコンと通信環境は期間中無料で貸し出します。▶**対象:**在宅勤務を希望する区内在住のひとり親家庭の保護者 ▶**実施期間:**10月1日(月)~12月27日(木) ※10月1日(月)午前10時~正午に区役所西庁舎10階で説明会あり。▶**定員:**30名(選考) ▶**区の担当:**ひとり親家庭支援係 ▶**申込:**9月20日(木)までに電話ではびシェア事務局 ☎3349-8441

**ボランティア**

**保育サービス講習会 ~空いた時間を利用して、子育てのお手伝いをしませんか**

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員になるための講習会です。修了後は、援助会員(有償ボランティア)として、利用会員のお子さんを午前7時~午後8時の間で預かっていただきます。▶**対象:**次の①②の両方に当てはまる方 ①20歳以上②月1回の定例会に参加できる ▶**日時:**9月18日(火)・19日(水)・26日(水)~28日(金)午前9時30分~午後4時30分【5日制】 ▶**場所:**石神井庁舎5階

▶**定員:**30名(選考) ▶**テキスト代:**2,000円 ▶**申込:**8月31日(金)までに電話で練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100

**練馬まつりの当日スタッフ**

10月21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3日(必着)までにまつり係 ☎5984-2389 ※申込用紙は練馬まつり公式サイト(<http://www.nerima-matsuri.com/>)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26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。 〈男女共同参画センターえーる ☎3996-9005〉…9月5日(水)午後5時から【害虫駆除のため】

**健康・衛生**

**特定健康診査の受診はお済みですか**

練馬区国民健康保険に加入している40~74歳の方を対象に、特定健康診査の案内を送付しています(=写真)。期間内に忘れずに受診しましょう。



▶**問合せ:**成人保健係 ☎5984-4669  
〈メタボリックシンドロームの判定を行います〉

特定健康診査を受けなかった方で、人間ドックなどを受診した方は、その結果を区に送付すると、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)かどうかの判定を行うほか、健康に役立つガイドブックなどを差し上げます。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ:**健康づくり係 ☎5984-4624

**講演会「今日からできる糖尿病の予防と管理!~次の健診が楽しみにする生活習慣改善虎の巻」**

▶**日時:**9月26日(水)午前10時~正午 ▶**場所:**石神井保健相談所 ▶**講師:**かたやま内科クリニック院長/片山隆司 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3996-0634

**身に覚えのない不審なハガキが送られてきたらご注意を**

「訴訟」や「差し押さえ」などと記載されている場合が多く、電話をさせるように仕向けてありますが、絶対に電話をかけないでください。不審なハガキが送られてきたら無視をするか、消費生活センターにご相談ください。▶**問合せ:**消費生活センター ☎5910-4860



**白熱電球などの提示でLED電球を受け取れます ~7/9までに交換した方も対象**

東京都では、白熱電球や電球形蛍光灯1個を地域の家電店などの参加協力店に提示すると、LED電球1個を受け取れるとともに、省エネに関するアドバイスを受けられる事業を行っています。参加協力店など詳しくは、お問い合わせいただくか、チラシ、区ホームページをご覧ください。

※受け取りは1人1個。▶**対象:**都内在住の18歳以上の方 ※受け取りには運転免許証などの本人確認書類が必要です。▶**チラシの配布場所:**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) ▶**区の担当:**環境課地球温暖化対策係 ▶**問合せ:**クール・ネット東京コールセンター ☎6704-4299(午前9時~午後5時)



**ねりま手工芸公募展**

9/2日(日)~8(土)

**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60点を展示します。▶**日時:**9月2日(日)~8日(土)午前10時~午後5時 ※3日(月)は休館。▶**場所:**石神井公園ふるさと文化館 ▶**問合せ:**伝統文化係 ☎5984-2442



**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	731,963(+97)	日本人	712,921(-118)	外国人	19,042(+215)	年齢別人口		
369,982(+159)	男	356,264	男	347,413	男	8,851	14歳以下	15~64歳	65歳以上
	女	375,699	女	365,508	女	10,191	88,036(-78)	484,761(+43)	159,166(+132)

### 講演会「統合失調症～治療と回復に必要なこと」

▶日時:9月21日(金)午後2時～4時▶  
場所:豊玉保健相談所▶講師:新宿東メンタルクリニック院長/三浦勇太▶  
定員:50名(先着順)▶申込:電話で同所☎3992-1188

### 医師が話す認知症基礎講座

▶日時:9月13日(木)午前10時～正午▶  
場所:勤労福祉会館▶講師:大泉生協病院院長/齋藤文洋▶定員:60名(先着順)▶  
申込:電話で在宅療養係☎5984-4597

### 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、早めに手続きをしてください。(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(料金は動物病院により異なる)、獣医師が発行する注射済票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

### カラダの中からアンチエイジング(老化防止)～30歳からの食事と運動

▶日時:10月2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 ※希望者に体組成測定あり。▶講師:

健康運動指導士/加藤有里ほか▶定員:40名(先着順)▶  
申込:電話で同所☎3931-1347

### 自殺防止講座「死に向かうところの理解と周囲の対応」

▶日時:④9月12日(水)午後7時～9時⑧21日(金)午後2時30分～4時30分▶  
場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:埼玉県済生会鴻巣病院副院長/白石弘巳▶  
定員:各80名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講座名(④⑧の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月6日(木)までに精神保健係☎5984-4764  
✉hokenyobou05@city.nerima.tokyo.jp

### 介護する人がひとりで悩まないための講座～在宅で療養する人・介護する人が悩まないために

▶日時:9月20日(木)午後1時30分～4時▶  
場所:区役所本庁舎20階▶内容:講義、交流会▶  
講師:メディケアクリニック石神井公園総括マネージャー/長濱秀幸▶  
定員:50名(先着順)▶  
申込:電話で在宅療養係☎5984-4597

## 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☎6757-0077(10月11日(木)までの平日午前9時～午後5時)

### ねりまお口すっきり体操講習会～お口と体のストレッチ

▶対象:65歳以上の方▶  
日時:9月28日(金)午前10時～正午▶  
場所:豊

玉保健相談所▶内容:講義、運動実技▶  
講師:健康運動指導士/原真奈美▶  
定員:30名(先着順)▶  
申込:電話で同所☎3992-1188

### 「練馬発わかわか かむかむ元氣ごはん」料理教室

高齢者向け料理本「練馬発わかわか かむかむ元氣ごはん」の料理を作ります。 ※初めての方には料理本を差し上げます。

12とも▶講師:いきいきクッキングねりま会員▶  
定員:20名(先着順)▶  
材料費:600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

場所	日時
1 光が丘区民センター2階	9/14(金) 10:30～13:00
2 生涯学習センター	10/12(金) 10:30～13:30

## 子ども・教育

### 区立中学校の学校案内の配布と学校公開・学校説明会

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7日(金)までに届かない場合は、ご連絡ください。

### 9月の健康相談などの日程(無料)

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 4(火)・18(水) 北 4(火)・18(水) 光 4(火) 13:30～15:15 石 20(木) 9:30～11:15 石 6(木) 13:30～15:30 大 25(火) 9:00～11:00 関 11(火)・20(木) 13:00～15:00 3(月)・10(月) 9:00～11:00	13:00～15:00 // 13:30～15:15 9:30～11:15 13:30～15:30 9:00～11:00 13:00～15:00 9:00～11:00
体組成の測定 ▶内容:体組成計を使用し、ご自身でBMIなどを計測	豊 5(水)・26(水) 北 7(金)・18(火) 光 5(水)・19(水) 石 14(金)・28(金) 大 10(月) 関 10(月)	9:00～10:00 // // // // 13:00～14:00
◆おとなの歯磨き相談 ▶内容:歯内の健康チェックと歯磨き相談▶ 持ち物:歯ブラシ	豊 5(水)・26(水) 北 7(金)・18(火) 光 5(水)・19(水) 石 14(金)・28(金) 大 10(月) 関 10(月)	9:00～10:00 // // // // 13:00～14:00
心身障害者(児)歯科相談	つ	1～29の毎土曜 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 7(金) 9:30～12:00 豊 12(水) 13:30～16:30 北 3(月) 14:00～16:00 石 6(木) 14:00～15:30 石 12(水) 14:30～16:00 大 6(木) 14:00～16:00 関 26(水) 14:00～15:30	9:30～12:00 13:30～16:30 14:00～16:00 14:00～15:30 14:30～16:00 14:00～16:00 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 19(水) 14:00～16:15 光 19(水) 14:00～16:00 石 26(水) //	14:00～16:15 14:00～16:00 //
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	豊 19(水) 14:00～16:15 光 19(水) 14:00～16:00 石 26(水) //	14:00～16:15 14:00～16:00 //
◆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 光 ◎26(水) 3(月) //	14:00～16:00 //
◆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 3(月)	14:00～15:20
◆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 20(木)	13:00～15:00
HIV(エイズウイルス)抗体即日検査(匿名)	豊 14(金)	9:00～10:00
認知症相談 ▶対象:もの忘れなどでお困りの方や家族	25カ所の地域包括支援センターで実施(要予約)。詳しくは、在宅療養係☎5984-4597	

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

### 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	10(月)・19(水) ①14:00②15:00 28(金)①10:00②11:00
北 ☎3931-1347	20(木)①10:00②10:50
光が丘☎5997-7722	10(月)①10:00②10:50
石神井☎3996-0634	6(木)・20(木)・27(木) ①10:00②10:50
大 泉☎3921-0217	21(金)①10:00②10:50
関 ☎3929-5381	14(金)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8日～12月15日の毎土曜午前10時～正午【11月3日を除く。14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

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

つ:練馬つづじ歯科診療所☎3993-9956  
◆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)  
※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。

## 週1日でも! 短時間でも! 働きたい方の 介護スタッフ研修の 受講生を募集



介護の仕事の基礎を学ぶ研修です。修了者は、区内で要支援相当の方を対象とした訪問サービス(家事援助のみ)に従事できる資格を取得できます。希望する方は、必ず説明会に参加してください。▶  
対象:10月15日(月)～18日(木)に1日4～5時間程度、石神井公園区民交流センターで開催する研修の全日程に参加できる方▶  
説明会の日時:10月11日(木)午前10時～11時30分▶  
場所:石神井公園区民交流センター▶  
定員:80名(区内在住の方を優先の上、抽選)▶  
区の担当:高齢社会対策課計画係▶  
申込:10月1日(月)までに電話で共創未来メディカルケア(株)☎6279-1101(土・日曜、祝休日を除く午前9時30分～午後5時) ※結果は10月4日(木)に発送。 ※18日の研修修了後、区内の訪問介護サービス事業者が集まる就職相談会を行います。 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員5名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

## 休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

小児科 練馬区夜間救急子どもクリニック(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 ※練馬区夜間救急子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。

## 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**:**A**10月14日(日)・女子1部・2部複、男子105歳以上複 **B**10月28日(日)・女子95歳以上・115歳以上複、男子1部・2部・3部・4部複 **C**11月10日(土)・女子3部・105歳以上複、男子95歳以上・115歳以上複 **D**11月11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ください。 **A B 9**

月14日 **C D** 10月14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

▶**申込**:12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、8月31日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 **3** プール内で申し込み  
**1** **バレーボール**  
▶**対象**:15歳以上の方(中学生を除く) ▶**日時**:9月13日~10月18日の毎木曜午前10時~正午【6日制】 ▶**場所**:平和台体育館 ▶**定員**:50名(抽選) ▶**保険料など**:500円  
**2** **アкваエクササイズ**

▶**対象**:15歳以上の方(中学生を除く) ▶**日時**:10月15日~11月26日の毎月曜午後7時30分~9時30分【11月12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

### 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
平和台体育館 ☎5920-3411	火曜 9:00~11:00
三原台温水プール ☎3924-8861	火曜 11:00~13:00
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651	水曜 9:00~11:00
上石神井体育館 ☎5991-6601	金曜 9:00~11:00
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 11:00~13:00

※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。

## 講座・催し

### ビジネスサポートセンターの講座

**1 2** とも ▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**申込**:電話またはファクスで①講座名(1はA②の別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号⑥ファクス番号または電子メールアドレス(ある方のみ)を、9月18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。 ※1

で保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名・年齢もお知らせください。

### 1 創業!ねりま塾「女性のためのここから起業~想いを、きっとビジネスにする」

▶**対象**:18歳以上の女性 ▶**日時**:A9月27日(休)B29日(土)午前9時30分~午後4時30分 ▶**講師**:中小企業診断士/大江栄ほか ▶**定員**:各40名(先着順) ▶**費用**:3,000円

### 2 ビジネス講座「やってみて初めてわかった!クラウドファンディング成功の秘訣」

▶**対象**:事業者や起業を考えている方 ▶**日時**:9月20日(木)午後7時~9時 ▶**講師**:中小企業診断士/横山加代子 ▶**定員**:80名(先着順) ▶**費用**:500円

### 勤労福祉会館の催し

**1 ~ 3** とも ▶**場所**:勤労福祉会館 ▶**申込**:1 9月8日(土) 2 14日(金) 3 18日(火)までに電話で同所 ☎3923-5511

### 1 ライフプラン講座「人生90年、100年時代のセカンドライフの充実へ」

▶**日時**:9月15日(土)午後2時~4時 ▶**講師**:生涯生活設計コンサルタント/栗澤定彦 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**費用**:200円

### 2 国家資格取得支援講座「宅建直前講座」

▶**日時**:9月17日(祝)午前9時30分~午後0時30分 ※8日(土)午後8時から事前説明会を開催します。 ▶**講師**:国家資格研修センター所長/藤田和幸 ▶**定員**:50名(先着順) ▶**費用**:8,000円

### 3 分かりやすい簿記3級講座

▶**日時**:9月23日~10月21日の毎日曜午前10時~正午【5日制】 ▶**講師**:塾講師/宮崎恵美子 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**費用**:7,800円

9/23(祝) 区民交流事業

いろいろなボールで遊ぼう!!

ラグビー元日本代表の齊藤祐也さん(=写真)とフットサル元日本代表の北原巨さんを講師に招き、ラグビーボールやフットサルボールなどさまざまな種類のボールで楽しむイベントを開催します。



▶**対象**:小学生

▶**日時**:9月23日(祝)午後1時~3時

▶**場所**:中村南スポーツ交流センター

▶**定員**:40名(先着順)

▶**申込**:電話で同所 ☎3970-9651



## 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。

■ **ビーズ教室(ベビーパール指輪の制作)** 8月30日午後1時~5時 ココネリ3階 参加費500円 材料費1,500円 内野 ☎090-4922-1987 (要予約)

■ **ウクレレサークル コオリナ** 第2・4土曜午前10時~正午 土支田中央地域集会所 月会費3,000円 初回は無料体験可 碓石 ☎090-6047-3612

■ **練馬ボトルシップ愛好会** 第1・3土曜午後1時~4時30分 鶴の里ホール(羽沢) 会費1回700円 材料費実費 群上 ☎3921-0519 (要予約)

■ **着物教室 衣の会** 第2・4土曜午前10時~正午 男女共同参画センターえーる 入会金1,000円 会費1回1,500円 塚本 ☎ FAX 3970-4461 (要予約)

■ **第3回写真展(花・緑・野鳥・昆虫)** 9月6日~10日午前9時30分~午後4時30分(10日は午後3時まで) 花とみどりの相談所 入場無料 光が丘野鳥写真クラブ・白鳥 ☎090-8941-5379

■ **ドライフラワー・アートフラワー** 女性対象 月1回水曜午前10時~正午 大泉町地域集会所 会費無料 花材代1回3,500円 フラワーアレンジの会・木元 ☎080-5514-0339 (要予約)

■ **タイ語サークル サーボーディー** 第1~3水曜午前9時30分~11時30分 生涯学習センター タイ人講師が指導 月会費4,500円 資料代月500円 米野 ☎ FAX 3979-6641 ✉mieko-y-s@s2.dion.ne.jp (要予約)

■ **社交ダンス ダンシングゆう** 初心者対象 毎木曜午前9時~正午 勤労福祉会館など 入会金1,000円 月会費3,500円 中田 ☎3923-2766 ✉you@nerima-dsf.jp

■ **韓国語会話ノリゲ無料体験会** 初心者対象 8月28日午後1時~2時30分 練馬図書館 例会...初心者対象 月3回火曜午後1時~2時30分 練馬図書館 講師 金榮愛 入会金2,000円 月会費4,000円 松本 ☎090-4384-8676 (要予約)

■ **大泉絵手紙サークル無料体験会** 9月27日午後1時~4時 東大泉中央地域集会所 例会...第1・3木曜午後1時~4時 東大泉中央地域集会所 月会費2,000円 内田 ☎090-5793-9466 (要予約)

■ **初秋の武蔵野を楽しむ、コスモス鑑賞ウォーキング** 60歳以上の方対象 9月19日午前10時JR五日市線秋川駅集合 参加費500円 交通費実費 ねりま歩会・永峰 ☎080-3358-2131 ✉nerima\_arukukai@yahoo.co.jp (要予約)

■ **英会話 国際サロン** 中級者対象 月4回水曜午後1時30分~3時 石神井公園区民交流センター カナダ人男性講師が指導 入会金1,000円 月会費6,000円 石崎 ☎3926-0767 (要予約)

■ **がんばろう筋トレ(筋力トレーニングとストレッチ)** 月4回月曜①午後3時15分~4時15分②午後4時30分~5時30分 立野地区区民館 講師 大谷景 ①②とも月会費2,000円 小林 ☎3928-0430

■ **練馬童謡を歌う会(季節の童謡・唱歌・世界の民謡など)** 第1~3金曜午前10時~正午 生涯学習センター 会費1回1,000円 酒井 ☎090-6533-2490 (要予約)

■ **水泳・水中歩行 アメンボ火曜会** 初心者~中級者対象 毎火曜午後1時~3時 上石神井体育館 入会金1,000円 月会費2,500円 落合 ☎3997-6643

■ **さきもりの会(重病の方などの心のケア)** 9月15日からの第3土曜午後1時30分~5時 ココネリ3階 参加費無料 山崎 ☎6913-3131 ✉adain-pip@sakimori-w.jp (要予約)

■ **フォークダンス初心者講習会** 9月3日~10月29日の毎月曜午後6時15分~8時40分(9月17日、10月8日を除く) 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)

■ **中国語の学習 チャイニーズガーデン** ①初心者②初級者③中級者対象 月4回火曜①午後1時30分~3時②午後6時~7時③午後7時10分~9時 生涯学習センターなど 中国人女性講師が指導 月会費①③4,500円②3,000円 初回は無料体験可 小澤 ☎3952-3799 (要予約)

■ **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 ✉druming0927@gmail.com (要予約。午後7時以降)

■ **「戦争の時代 私体験」お話を聞く会** 8月26日午後1時30分~5時 大泉北地域集会所 資料代500円 例会...主に第2木曜午後2時~4時 大泉学園町地域集会所 入会金500円 会費無料 資料代実費 大泉学園町九条の会・大槻 ☎080-5040-6764 (例会のみ要予約)

■ **今、食の安全は! ? ~食の安全の実験とお話** 9月9日午後1時30分~4時 男女共同参画センターえーる 講師 食品分析センター/八田純人 参加費無料 稲本 ☎090-7243-6816 ✉fujin\_nerima@iaa.itkeeper.ne.jp

■ **バドミントン みずほクラブ** 毎火曜午前9時30分~正午 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費2,500円 安部 ☎ FAX 3976-6798 (要予約)

■ **ミュージック・アンサンブル(オペラやミュージカルの合唱)** 多少経験のある方対象 第1・3土曜午後2時~4時 桜台地区区民館など 月会費1,000円 来年4月28日に発表会あり 景山 ☎080-5014-7632 ✉singing-flower.7.11@i.softbank.jp (要予約)

■ **ヨーガ研修会** 毎月曜午後1時~3時 東大泉地区区民館 講師 栗山 さつき 月会費2,000円 町井 ☎ FAX 3922-8915

■ **着付教室(①自分で着物を着る②子どもに袴を着せる)** 初心者対象 ①第2②第4木曜午後6時~8時 光が丘区民センター5階 入会金500円 会費1回800円 瀬戸口 ☎ FAX 3926-0336 ✉setochan3@icloud.com (要予約)

■ **英会話 FECC** 初級者以上対象 月4回金曜①午前9時~10時30分②午前10時30分~正午 石神井公園区民交流センターなど 入会金3,000円 (①のみ) 月会費①4,000円②5,000円 初回は無料体験可 平田 ☎5387-3664 (要予約)

■ **マージャン入門教室** 60歳以上の未経験者対象 9月~来年3月の第1・4日曜午後1時~5時と月2回平日午前中 はつらつセンター豊玉 月会費1,000円 クラブ練馬事務局・小瀧 ☎3926-6506 (要予約)

■ **ストレッチフラ&タヒチアンダンスサークル** 女性対象 主に平日の24分間 スタジオジョイII(石神井町)など 参加費1回500円 お子さん連れ可 プアアロハ岩本 ☎050-5435-8717 ✉stretchhulatahiti@gmail.com (要予約)

■ **こぶし俳句会** 第1木曜、第4火曜午後1時~4時 男女共同参画センターえーる 会費1回500円 坊平 ☎6885-5525 (要予約)

■ **NPO法人ライトシップ(英会話教室・国際交流会)** 第2・4火曜午後6時30分~8時 ココネリ3階 月会費500円 参加費1回1,000円 新田 ☎5241-1729 ✉lightshiplink@gmail.com (要予約)

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。

9月のふれあい土曜事業

▶場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060 ▶費用:①100円⑤200円 ▶申込:当日会場へ

内容	日時	定員(先着順)
①十五夜飾りを作ろう	1(土) ①13:00から ②14:00から	各20名
②いろいろ端で聞く昔ばなし	8(土) ①13:00から ②14:00から	-
③トントン相撲を作って楽しもう	15(土) ①13:00から ②14:00から	各20名
④石神井公園ふるさと文化館を探検しよう	22(土) 13:00~15:00	-
⑤和柄のブックカバー作り	29(土) ①13:00から ②14:00から	各20名

対人関係の悩みを解消し楽になれるワークショップ「ソーシャル・スキルズ・トレーニング」

▶日時:9月20日(木)、10月11日(木)

25日(木)午前10時~午後0時30分 ※1日のみの参加も可。▶場所:豊玉障害者地域生活支援センターきらら ▶講師:SST普及協会認定講師/河島京美 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3557-9222 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員6名(先着順))を利用したい方は、併せて申し込んでください。

講演とシンポジウム 「不登校・親はどう支えるか~経験者の話から学ぶ」

▶対象:不登校や登校渋りのあるお子さんと保護者 ▶日時:10月6日(土)午後1時30分~5時 ▶場所:学校教育支援センター ▶講師:NPO法人東京シューレ理事長/奥地圭子ほか ▶定員:60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お子さんの学年④電話番号⑤参加人数⑥お子さんの参加の有無を、〒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

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26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、輪投げ ▶問合せ:田柄神明商店会・上野 ☎090-3060-3963

◆夏祭り会 ▶日時:8月26日(日)・27日(月)午後6時~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・内堀 ☎3924-4040

◆中村橋阿波おどり ▶日時:9月2日(日)午後5時30分~8時30分 ※1日(日)午後2時30分~8時30分に前夜祭を開催。 ▶場所:西武池袋線中村橋駅周辺 ▶問合せ:サンツ中村橋商店街振興組合・向井 ☎3990-4609

◆交通安全の催し ▶日時・場所:①9月2日(日)午後1時30分~3時 光が丘公園 けやき広場 ②9月24日(木)午前10時から~大泉交通公園 ▶内容:①スタントマンによる交通事故の再現など②交通安全教室など ▶申込:当日会場へ ▶問合せ:警察署 ☎110 ☎光が丘 ☎5998-0110 ☎石神井 ☎3904-0110

◆ロコモティブシンドロームを知って、健康寿命を延ばそう ▶日時:9月11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7日(金)までに電話で練馬総合病院 ☎5988-2200

◆高齢者水泳教室無料体験会(水泳・水中運動・体操) ▶対象:60歳以上の方 ▶日時:9月14日(金)・21日(金)・28日(金)午後1時~3時[3日制] ▶場所:平和台体育館 ▶定員:10名(先着順) ▶申込:電話で平和台マスターズスイミングクラブ・服部 ☎3932-8451(問い合わせは午後6時~9時)

◆ねり歩きガイドの会が案内するねりまのねり歩き(大泉映画コース) ▶日時・場所:①9月11日(火)②13日(木)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0時30分T・ジョイSEIBU大泉解散(約2km) ▶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、9月3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

◆元気はつつ卓球教室 ▶日時:①9月17日・24日、10月1日 ②10月15日・22日、11月5日③11月12日・19日・26日の月曜の午前9時30分~10時30分④午前10時45分~11時45分[3日制] ▶場所:勤労福祉会館 ▶定員:各20名(先着順) ▶費用:1,500円 ※保険料など実費。 ▶持ち物:ラケットなど ▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④電話番号を、8月28日(火)までにSSC大泉 ☎FAX 3921-1300

◆健康セミナー「元気に仕事を続けるために!動脈硬化と今日からはじめた生活習慣」 ▶日時:9月19日(火)午後2時~4時 ▶場所:練馬西法人会 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名を、9月10日(月)までに同所 ☎3923-7272 FAX 3923-7285

◆武蔵大学公開講座「変わる東アジアの社会」 ▶日時:9月22日(土)・29日(土)、10月13日(土)・20日(土)午後1時30分~3時30分[4日制] ▶場所:武蔵大学 ▶講師:武蔵大学社会学部教授/永田浩三ほか ▶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)武蔵エントプライズ ☎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

◆高麗の里にマンジュシャゲを訪ねるウォーク ▶日時・場所:9月24日(木)午前9時西武池袋線高麗駅集合~聖天院~高麗神社~巾着田~午後0時30分集合場所解散(約7km) ▶保険料など:700円 ▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、9月4日(必着)までに〒177-0032谷原4-15-12 練馬区ウォーキング協会・鯉淵 ☎5372-1559(問い合わせは午後3時~6時)

◆やすらぎの杜 社祭り ▶日時:9月30日(日)午前11時~午後3時 ▶場所・問合せ:やすらぎの杜(関町北5-7-10) ☎3928-3315 FAX 3928-3310 ▶内容:模擬店、パザー、ゲームなど

◆練馬区水泳連盟秋の教室 ①~③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(①~③の別も)②住所③氏名④年齢

⑤電話番号を、①8月31日②9月20日③10月9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7日~12月21日の毎金曜午前11時~午後1時[11月23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27日~11月22日の毎木曜午前11時~午後1時[11月15日を除く。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:10月15日~来年3月25日の毎月曜午前11時~午後1時[第2月曜、12月24日、31日を除く。17日制] ▶場所:中村南スポーツ交流センター ▶費用:1万5300円

◆練馬清掃工場個人見学会 ▶日時:9月8日(土)午後1時30分~3時 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:9月6日(木)までに電話で練馬清掃工場 ☎3995-5311

◆大泉桜高校公開講座「やさしい会話で始める初級中国語Part2」 ▶対象:20歳以上の方 ▶日時:10月6日(土)・13日(土)・27日(土)、11月3日(日)・10日(土)午前10時~正午[5日制] ▶定員:20名(抽選) ▶費用:1,000円 ▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、9月14日(消印有効)までに〒178-0062大泉町3-5-7 大泉桜高校 ☎3978-1180

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24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:在宅療養係 ☎5984-4597

◆認知症サポーター養成講座~認知症の理解を深める ▶日時:9月8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

朝・夕・青空市

◆江古田いちば通り商店街 ▶日時:8月25日(土)午前10時~午後7時 ▶問合せ:林 ☎3991-0888

◆光が丘IMA南館前 ▶日時:8月26

練馬区民による観光おでかけ情報 「よりどりみどり練馬」



フェイスブックを活用した情報ページ「よりどりみどり練馬」では、公式PRサポーターになった区民の皆さまが、身近な地域情報や四季折々の風景など、区のさまざまな魅力を発信しています。ぜひ、ご覧ください。 ▶問合せ:広聴広報課「よりどりみどり練馬」担当 ☎5984-1089

投稿された記事を紹介

大泉中央公園は大きな水遊び場(じゃぶじゃぶ池)があることで有名です。もちろん無料です!ここは監視の方がいらっしゃるの、みんなルールを守って楽しく遊んでいます。水の広場は子連れの家族でにぎわっていました!

7月21日投稿。



フェイスブックで「よりどりみどり練馬」と検索

<https://www.facebook.com/yoridorimidorinerima/>



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

◆わらべうたとあそぼう ▶対象:子育て中の保護者 ▶日時:9月4日(火)午前10時~正午 ▶場所:貫井図書館 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:100円 ▶申込:電話でわらべうたの会・工藤 ☎5936-4792(午後7時~9時)

ねりま遊遊スクール

◆子ども向け環境映画上映会 ▶対象:小学生 ※保護者の参加も可。 ▶日時:9月1日(土)午前10時~11時 ▶場所:生涯学習センター ▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話でエコピプル勉強会・渋谷 ☎090-6197-0524(午前8時~正午)

◆バドミントンを楽しもう! ▶対象:小学3~6年生 ▶日時:9月2日(日)午前9時~正午 ▶場所:中村中 ▶定員:25名(先着順) ▶費用:100円 ▶企画:中村中バドミントン部 ▶申込:電話で同所 ☎3990-4436

◆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:9月8日(土)午後2時~4時 ▶場所・問合せ:田柄中 ☎3990-4403 ▶定員:40名(先着順) ▶企画:田柄中ソフトテニス部 ▶申込:当日会場へ

◆オリジナルピザを作ろう! ▶対象:小学生 ▶日時:9月8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・小向 ☎3929-8942(午後6時~10時)

◆ワクワクどきどきバレエのレッスン! ▶対象:①3・4歳児②5歳児~小学1年生 ▶日時:9月9日(日)午前11時~正午②午後1時~2時 ▶場所:光和小 ▶定員:①10名②15名(先着順) ▶費用:300円 ▶申込:電話で石神井クラシックバレエ普及会・南雲 ☎080-8023-6359(金・土曜を除く午後1時~3時)

◆稲刈りに行こう! ▶対象:3歳児~中学生と保護者 ▶日時:9月16日(日)午前8時~午後5時 ▶場所:埼玉県吉見

町の田んぼ ▶定員:40名(先着順) ▶費用:1人1,000円 ※交通費実費。 ▶申込:電話でNPO法人練馬発・ひと・むし自然フォーラム・小山 ☎3920-7124(平日午前9時~午後5時)

◆スポーツなど ▶申込:AI(日)当日会場へB(電話)でSSC平和台 ☎5921-7800 ※未就学児は保護者同伴。

◆大泉学園少年野球場 ▶対象:4歳児~小学生 ※保護者の参加も可。 ▶日時:9月15日(土)午前9時30分~正午 ▶内容:ティーボール ▶保険料:50円

◆平和台体育館 ▶対象:小学1~3年生 ▶日時:9月15日(土)午前10時~正午 ▶内容:かけっこ ▶定員:30名(先着順)

◆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22日(土)午前9時20分~11時45分 ▶内容:跳び箱、鉄棒、トランポリンなど ▶定員:80名(先着順)

◆桜台体育館 ▶対象:5歳児~中学生 ※保護者の参加も可。 ▶日時:9月29日(土)①午前9時15分~10時30分②午前9時30分~11時45分 ▶内容:①ダブルダッチ②ラケットテニス ▶定員:各20名(先着順)

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28日(火)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。

◆秋の陽公園(光が丘2-5-2) ▶日時:9月2日(日)午前9時~正午(雨天中止) ▶申込先:〒178-0065西大泉3-25-6 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17日(木)午前8時30分~午後3時 ▶定員:8チーム ▶申込:8月31日(金)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

◆石神井地区祭 ▶日時:9月1日(土)午前10時~午後3時(雨天2日) ▶場所:石神井公園 ▶内容:ステージ、模擬店、子どもコーナーなど ▶問合せ:実行委員会・大野 ☎5393-2875

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。

# ねりまちレポーターを募集

問合せ 広聴担当係 ☎5984-4501 FAX 3993-4106



## ねりまちレポーターとは

区内の道路や遊具などの不具合を区民の皆さまから投稿していただくことで、区が素早く対応する仕組みです。8月1日現在、約1,000名が登録しています。

スマートフォンで投稿!

区役所がすぐに対応!

すぐに対応しました!

## ねりまちレポーターによる投稿

ブランコ乗り場の水たまりをなくしました



折れたポールを直しました



※カーブミラーの新設などの設置要望や、道路拡張、施設の建て替えなど、長期の検討が必要な案件は対象外です。

## ねりまちレポーターになるには?

ねりレポホームページをご覧の上、専用アプリ「ねりレポ」をダウンロードして登録してください。区内在住・在勤(在学)の方であれば、どなたでもレポーターになれます。

ねりレポ ホームページ  
http://nerirepo.jp



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。

docomo ドコモショップ 大泉学園店・石神井公園店・上石神井店

## らくらくスマートフォン4.me体験教室

らくらくスマートフォン4.meのご紹介と皆様の疑問やご質問に講師がお応えします。

大泉学園店	石神井公園店	上石神井店
日程 毎週 火・水曜日開催!!	日程 毎週 月・金曜日開催!!	日程 毎週 木・金曜日開催!!
時間帯 ①9:00-10:00 ②14:00-15:00	時間帯 10:00-11:00	時間帯 12:00-13:00
定員数 各回5名まで	定員数 各回3名まで	定員数 各回3名まで
*タブレット体験会も大泉学園店のみ開催!!		
8/24⑧8/31⑨14:00-15:00 定員数 各回3名まで		

店頭にて直接お申込みいただくか、もしくはお電話にてお申込みください。らくらく4体験教室専用ダイヤル ☎0120-086-006

心機一転。リフレッシュ! お部屋も気分も明るく!

畳 岡山県倉敷産 (たたみべり) 倉敷と熊本の復興を応援します!

畳表 熊本産 (たたみおもて) 国産 表替え: 7,000円~ ※税別 裏返し: 3,500円~ 新畳: 14,000円~

★月刊kacceでも広告掲載中!

お見積り無料! 朝お預かり、夕方お届け 無料 家具の移動、畳下の掃除 「練馬区内共通商品券」もご利用いただけます。

http://www.miura-tatamiten.com

(株)三浦畳店 練馬区春日町6-3-1 ☎3999-1767