

平成31年

第1856号 每月1日·11日·21日発行

☎3993-1111(代表) 係 3993-1194

https://www.city.nerima.tokyo.jp/

発行/練馬区 編集/広聴広報課 〒176-8501 豊玉北6-12-1

(2019年)

今号の注目情報

■転入・転居・転出などの手続きは

お近くの区民事務所へ ………3面 ■商店街の魅力を発見! ………4面

■3月は自殺対策強化月間 ………12面









新元号が公表されていないため、平成31年度以降の年次についても「平成」で表示しています。



3/30 向山庭園観桜会

桜の美しい日本庭園で春の催しをお楽しみください。

向山庭園 ※車での来園はご遠慮くださ

場所・

向山庭園 **☎**3926-7810

観桜茶会 (練馬区華道茶道連盟協力)

▶時間: A午前11時からB午 前11時30分から©正午から® 午後0時30分から⑥午後1時か ら⑤午後2時から▶定員:各12 名(先着順) ▶費用:500円 ▶申 込:電話で向山庭園へ



庭園コンサート

春の庭園でバイオリンとピア ノのデュオをお楽しみください。 ▶時間:午前11時~11時30分▶ 曲目:ビバルディ/四季「春」など ▶出演:伊藤万桜(バイオリン)、 平松夏実(ピアノ)

※事前の申し込みは不要です。 ※雨天時は室内で実施します。





お花見弁当と桜を楽しむ

樹木医の和田博幸さんの解説を聞きなが ら庭園の桜を観賞します。また昼食に野菜 ソムリエの石井公平さんプロデュースの練 馬産野菜を使った弁当を座敷で楽しみます 食事の後、希望者を対象に茶席があります。 ▶時間: 正午~午後1時30分 ▶ 定員:30名 (抽選) ▶費用:2,500円 ※茶席希望者は別 途500円。▶申込:往復ハガキまたは電子

向山庭園 ☑ koyamateien@ceres.ocn.ne.jp



メールで①催し名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加人数(2名ま で) ④茶席の希望の有無を、3月17日回までに〒176-0022向山3-1-21

いけ花展示(練馬区華道茶道連盟協力)

▶時間:午前9時~午後3時 ※事前の申し込みは不要



●桜のライトアップ

▶日時:3月29日(金)~4月4日(休)午後8時30 分まで(雨天中止) ※開花状況により日 程が変更になる場合があります。

●都立文化財庭園の歩き方~その歴史と魅力

日本庭園の歴史や文化、名勝庭園について学ぶ講座です。▶**対象:**中学生以上 ▶日時:4月6日出午前10時30分~正午▶講師:旧古河庭園副サービスセンター 長/古山道太▶定員:30名(先着順) ▶費用:700円▶申込:電話で向山庭園へ

区民意識意向調査の主な結果を紹介

区は毎年度、さまざまな行政課題について区民の皆さまの考えを伺う区民意識意向調査を行っています。今年度の調査結果がまとまりましたので、その一部を紹介します。 ※調査は、区内在住の20歳以上の男女3,000名(無作為抽出)を対象に実施(有効回答数1,208、回収率40.3%)。 ※端数処理のため、合計が100%にならない場合があります。



9割以上の方が 住みよいと感じています

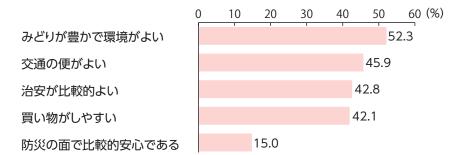
練馬区の住みごこちを聞いたところ、「住みよい」と「まあ住みよい」を合わせて9割を超えました。

住みごこち を表にくい0.7% を表している。 無回答1.3% はみよくない 4.1% 住みよい 35.8% 住みよい 58.1%

5割以上の方が練馬区を 「みどりが豊かで環境がよい」と感じています

練馬区が住みよいと感じる理由として、「みどりが豊かで環境がよい」が5年連続で1位となりました。区は、みどりに満足している区民の割合80%を目指し、区民の皆さまとともにみどりを地域で守り育てる取り組みを推進します。

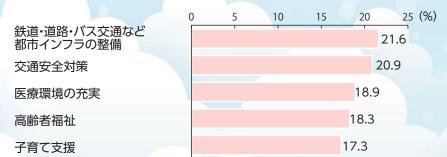
練馬区が住みよいと感じるところ(複数回答。上位5項目)



特に力を入れてほしい施策は「都市インフラの整備」

「鉄道・道路・バス交通など都市インフラの整備」が4年続けて1位となりました。区は「みどりの風吹くまちビジョン」に基づき、都営大江戸線の延伸や西武新宿線の立体化など都市インフラの整備や医療環境の充実、高齢者福祉などの施策に取り組んでいきます。

施策への要望(複数回答。上位5項目)



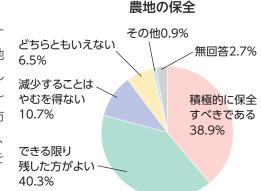
問合せ

広聴担当係☎5984-4501 FAX 3993-4106

約8割の方が「区の農地は残した方がよい」

と考えています

区は、生きた農と共存するまちを目指し、都市農地の保全に積極的に取り組んでいます。11月29日金~12月1日日には「世界都市農業サミット」を開催し、都市農業の魅力と可能性を世界に発信します。

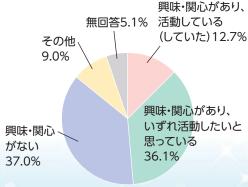


約5割の方が地域福祉活動に興味・関心を

持っています

区は、地域のさまざまな活動を担う人材の育成などを目的とした学習の場である「パワーアップカレッジねりま」を、今までの福祉分野に防災・農・みどり・エコスタイルを加え5分野に拡大するなど、地域活動に参加したいという区民の背中を後押しします。

地域福祉活動への興味・関心



調査結果がご覧になれます

調査の結果は、次の場所でご覧になれるほか、概要版を配布しています。 ▶閲覧場所:地区区民館、区民事務所(練馬を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、青少年館、学校教育支援センター、男女共同参画センターえーる、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階) ※調査結果と概要版は、区ホームページでもご覧になれます。

お花見散歩まっぷを配布

これから見頃を迎える桜の名所や文化財・野鳥観察スポットなどを巡る、6つのお散歩コースを紹介しているほか、各コース内にある練馬ならではのお土産や食事を楽しめる「ねりコレ店」も掲載しています。 ▶配布場所:区民事務所、図書館、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▶問合せ:ねりま観光センター☎4586-1199



鏡水山の森のカタケリを 鑑賞しましょう

対象:18歳以上の方▶日時:4月2日以午前9時30分~正午▶場



所:清水山の森(大泉町1-6) ▶ 定員:30名(抽選) ▶ 申込:往復ハガキで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、3月25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 ※リサイクルセンターホームページ(https://www.nerima-rc.jp/)からも申し込めます。

3~4月は練馬区民事務所が大変混み合います

転入・転居・転出などの手続きはお近くの区民事務所へ

混雑状況によっては 長時間お待ち いただくことがあります。

〈 区民事務所の混雑予想 〉

混雑状況 など		混み時間	大変混みます 混みます 時間帯により混みます 休み				
	日	月	火	水	木	金	土(※)
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
3 月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24 31	25	26	27	28	29	30
	B	月	火	水	木	金	生(※)
		1	2	3	4	5	6
4	7	8	9	10	11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

※3/30出、4/6出は、臨時で全区民事務所 を開庁します。それ以外の土曜は、練馬 区民事務所のみ開庁します。

東京メトロ 早宮区民事務所 成増駅 区民事務所の場所と混雑状況 (早宮1-44-19)… 平和台駅徒歩8分、 下赤塚駅 東武. 成增駅 光が丘区民事務所 大泉区民事務所 氷川台駅徒歩10分 練馬駅 (東大泉1-28-1 リズモ (光が丘区民センター **☎**3994-6705 東武東上線 大泉学園4階)…大泉学 2階)…光が丘駅直結 1131件 赤塚駅 園駅直結 **☎**5997-7711 **☎**3922-1171 1422件 平和台駅 1054件 光が丘駅 大江戸線 西武池袋線 氷川台駅 練馬春日町駅 大泉学園駅 石神井公園駅 保谷駅 小竹向原駅 練馬駅 桜台駅 練馬 富士見台駅 高野台駅 I古田駅 村橋駅 東伏見駅 武蔵関駅 新江古田駅 西武新宿線 大変混み 石神井区民事務所 練馬区民事務所 合います 上石 神井駅上井草駅 (石神井庁舎1階)… (区役所本庁舎1階) 関区民事務所 石神井公園駅徒歩5分 練馬駅徒歩5分 (関区民センター1階)… **2**5984-4528 ☎3995-1103 武蔵関駅徒歩5分 1625件 7307件 **☎**3928-3046 1053件

〈届け出ができる窓口など〉

(油)山かできる窓口など /			
届け出などの種類	窓口	受付日時 ※1	
転入·転居·転出·世帯変更届 ※2 印鑑登録	区民事務所	月〜金曜8:30〜19:00 ◎練馬区民事務所のみ土曜9:00〜17:00も受け付けます。	
住民票の写し	区民事務所	月〜金曜8:30〜19:00 ◎練馬区民事務所のみ土曜9:00〜17:00も受け付けます。	
印鑑登録証明書 住民税の課税(非課税)・納税証明書	税務課税証明・軽自動車税担当 (区役所本庁舎4階) ◎住民税の証明書のみ取り扱います。	月~金曜8:30~17:00	
国民健康保険の加入・脱退 国民健康保険証の再交付	こくほ資格係(区役所本庁舎3階) こくほ石神井係(石神井庁舎2階) 早宮・光が丘・大泉・関区民事務所	月~金曜8:30~17:00	
国民年金の加入・変更	国民年金係(区役所本庁舎3階) 区民事務所(練馬を除く)		
転入・転居に伴う区立小中学校の 転入学手続き ※3	区民事務所	月〜金曜8:30〜19:00 ◎練馬区民事務所のみ土曜9:00〜17:00も受け付けます。	
も 一	学務課学事係(区役所本庁舎12階)	月~金曜8:30~17:00	

- ※1 月~金曜午後5時以降と土曜 は、住民基本台帳カードやマイ ナンバーカードを利用した特 例の転入届や、海外からの転入 などで、他の自治体への照会・ 確認が必要となる場合には、届 け出が受け付けられないこと があります。
- ※2 転出届のみ、郵送でも受け付け ます。詳しくは、お問い合わせ ください。
- ※3 外国籍のお子さんの手続きは、 学務課学事係でのみ受け付け ます。

住民票の写しなどの証明書を取得する方は、 コンビニではゴールデンウィーク中も取得できます マイナンバーカードを使ったコンビニ交付が便利です

- ◆全国のセブン-イレブン、ファミリーマート、ローソンのマルチコピー 機で取得できます
- ◆早朝や深夜(午前6時30分~午後11時)、土・日曜、祝休日でも取得 できます(年末年始と点検日を除く)
- ◆手数料は、窓口より100円安くなります



■コンビニ交付サービスについて

※件数は昨年3月の転入・転居・転出届の合算数。

- …戸籍住民課庶務係☎5984-2791
- ■マイナンバーカードについて
- …練馬区個人番号カード事務センター **2**5984-4595
- ※平日午前9時~午後5時。

バイク・軽自動車・自動車などの 廃車手続き期限は3/29金

4月1日現在でバイクや軽自動車、自動車の所有者などに、1年分の軽自 動車税や自動車税が課税されます。他人に譲ったり、廃棄したりした方で、 まだ廃車などの手続きをしていない方は、3月29日 金までに手続きをして ください。原動機付自転車(125cc以下のバイク)、ミニカー、小型特殊自 動車に限り、郵送による廃車手続きができます。詳しくは、お問い合わせ ください。▶問合せ:税証明・軽自動車税担当☎5984-4536 ※下表以 外の自動車は東京都自動車税コールセンター☎3525-4066。

車両区分	窓口(開設時間はお問い合わせください)		
原動機付自転車小型特殊自動車ミニカー	税務課 税証明・軽自動車税担当 (区役所本庁舎4階) ☎5984-4536 石神井区民事務所 (石神井庁舎1階) ☎3995-1103		
□二輪の軽自動車□二輪の小型自動車雪上車	東京運輸支局 練馬自動車検査登録事務所 (北町2-8-6) ☎050-5540-2032		
軽自動車(四輪以上および三輪)被けん引車(ボートトレーラーなど)	軽自動車検査協会 東京主管事務所練馬支所 (板橋区新河岸1-12-24) ☎050-3816-3101		

3/31

~大江戸線延伸地域に行ってみよう



参加者にはオリジナルグッスなどをプレゼント!

大江戸線延伸による利便性の向上や効果を講演会で紹介するほか、 新駅予定地周辺や延伸地域の魅力である清水山の森のカタクリ、地域 のイベントをバスで巡ります。 ※中学生以下は保護者同伴。▶日時: 3月31日(日)午前11時~午後3時30分▶集合場所:光が丘区民センター 5階▶講師:日本大学理工学部教授/大沢昌玄(講演会のみ)▶定員:70

名(抽選) ▶**申込:**往復ハガキまたはファクス、電子 メールで①イベント名②参加者全員(4名まで)の住 所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、3月11日(必 着)までに〒176-8501区役所内大江戸線延伸推進 担当係☎5984-1584 FAX 5984-1226 ☑ enshin@ city.nerima.tokyo.jp



大沢昌玄





練馬のその味覚念楽



マルシェで

採れたてのイチゴやトマトなどの練馬産の新鮮野菜や花のほか、練 馬産のおいしい食べ物などと出会えるマルシェに出掛けてみません か。▶区の担当:農業振興係

3/9⊕ ねりまde女子マルシェ

▶日時:3月9日出午前10時30分~午後2時(なくなり次第終了。雨天 決行) ▶場所:平成つつじ公園(練馬1-17-6) ▶問合せ:チームねりまde 女子マルシェ・白石☎080-6510-6022(平日午前11時~午後5時)

【 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)





練馬区や西武線沿線で採れた旬を迎える農 産物や、加工品などを販売します。▶日時:3月 16日出午前10時~午後3時▶場所:石神井公園 駅中央□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)

練馬果樹あるファー

区内では、四季を通じてさまざまな果実を 味わうことができます。3月~5月ごろまで、 下表の農園でイチゴの摘み取りができるほ か、農家の直売所で購入することもできます。

▶問合せ:農業振興係☎5984-1403



●摘み取り園・農家の直売所 ※事前に電話で予約してください。

場所・問合せ	開園時期	栽培品種
みやもとファーム (高松1-39-5) ☎080-8436-3555 (平日9:00~17:00)	5月上旬まで (なくなり次第終了)	章姫、紅ほっぺ

●農家の直売所 ※なくなり次第終了。

場所	栽培品種
加藤農園 (三原台3-7)	章姫、紅ほっぺ
かとちゃんファーム (大泉学園町3-18)	とちおとめ
関口いちごファーム (東大泉7-15-7)	25828



各園の開園日など詳しくは、区ホームページや冊子「練馬果樹あるファーム」をご覧 ください。

商店街の魅力を発見

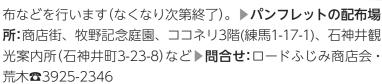
~「商店街×Art」イベントの紹介

区は、まちの魅力を高めるため、商店街などと連携して、特色のあ る取り組みのPRを進めています。今回、この春に行う2つのイベント を紹介します。▶区の担当:商工係

大泉学園駅南口周辺商店街

商店街ギャラリー ~春のボタニカルアート展

牧野記念庭園のオオカンザクラが見頃を迎え る時期に合わせて、商店街の69店舗で牧野富太 郎にゆかりのある、ボタニカルアートのレプリカ を飾ります。期間中、参加店では「植物の種」の配



RONIOUR!

中村橋

-でくてく Art 街歩きー

ノツ中村橋商店街

Bonjour! 中村橋 ~てくてくArt街歩き

"美術館のある街 中村橋" の楽しみ方を 紹介する情報誌[Bonjour! 中村橋]ができ ました。期間中、商店街では練馬区立美術 館のキャラクターや所蔵作品がデザインさ

れたポケットティッシュを配布します(なくなり次第終了)。

また、練馬区立美術館の来館者に、参加店で割引などが受けら れるサービス券を配布します(1,000枚〈先着順〉)。▶情報誌の配布 場所: 商店街、練馬区立美術館、ココネリ3階、石神井観光案内所 など▶**問合せ:**サンツ中村橋商店街振興組合・江村☎3970-0300

高齢者のご自宅を訪問する ボランティアを募集



区では、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯への訪問支援事業を実施 しています。今回、高齢者のご自宅を定期的に訪問し、玄関先での声掛けな どの見守りを行うボランティアを募集します。活動に当たっては、地域包括 支援センターがボランティアの方々を支援します。申し込み方法など詳しく は、担当の地域包括支援センターへお問い合わせください。

※地域包括支援センターの電話番号は、 わたしの便利帳[テレホンガイド]や区

ホームページをご覧ください。

らホームページにア



▋東大泉5丁目を担当する地域包括支援センターが変わります

4月から東大泉5丁目の担当が大泉地域包括 支援センター☎5387-2751へ変更となりま す。その他の地域に変更はありません。**▶問合** せ:高齢者支援課管理係☎5984-4582





みんなで脳活しませんか 〜脳活プログラムの説明会を開催

脳活プログラムとは、認知機能の低下を予防する講座です。受講を希望 する方は説明会に参加してください。**▶対象:**65歳以上の方で、脳活プロ グラム終了後も活動を続けられる区内在住の方▶**日時:**4月4日㈱午後1時 30分~4時30分▶場所:勤労福祉会館▶定員:120名(先着順)▶申込:電話 で介護予防係☎5984-2094

今回募集するプログラム -

パソコン編

インターネット検索やフェイスブックを使った交流

▶ **日時:**5月9日~7月25日の毎木曜

⑤午前10時~正午

⑥午後1時30分~3 時30分【12日制】▶場所:勤労福祉会館

絵本読み聞かせ編認知機能の低下予防と子どもとの交流

▶日時:5月28日~9月24日の毎火曜午後2時~4時【8月13日を除く。17日 制】▶場所:貫井図書館など

運動編

二重課題運動や有酸素運動にグループで取り組む

▶日時:5月10日~6月28日、7月26日、8月30日の金曜午前10時~11時30 分【10日制】▶場所:スポーツクラブルネサンス富士見台(貫井3-12-33)

お知らせ

男女共同参画の集い・ねり まフォーラム2019の実行 委員を募集

男女共同参画社会について考え る場として、毎年、区民と協働で ねりまフォーラムを開催していま す。今回、10月に開催予定のフォー ラムを企画・運営する実行委員を 募集します。実行委員の方には、 男女が抱える身近な問題を話し合 いながら、テーマ・講師・内容な どを考えていただきます。 通費程度の謝礼あり。 ※保育あ り(1歳以上の未就学児対象)。**▶対** 象:区内在住で、8回程度(1回2時 間)、主に平日の昼間に開催する会 議に出席できる方**▶募集人数:**6名 (選考) ▶申込:人権・男女共同参画 課(区役所東庁舎5階)や区ホーム ページにある申込書に記入の上、3 月18日(必着)までに人権・男女共 同参画課☎5984-4518

練馬区食育推進ネットワー ク会議の委員を募集

区の食生活の課題や、農地が身近 な練馬区ならではの食育の推進に取 り組む会議の委員を募集します。▶ 対象:区内在住で、任期中10回(1回 2時間)、平日の午後に開催する会議 に出席できる方**▶任期:**5月~平成 33年3月▶募集人数:6名(選考)▶申 込:食育に関する意見や今後行いた い食育活動をまとめた作文(800字 程度。様式自由)と①住所②氏名(ふ りがな)③年齢④電話番号⑤職業⑥

区の審議会・懇談会などの委員の経 験のある方はその名称と任期を記入 したものを、3月29日(必着)までに 持参または郵送で〒176-8501区役 所內健康推進課栄養指導担当係(東 庁舎6階) ☎5984-4679

障害者フェスティバルに 参加しませんか

12月7日出に光が丘区民セン ターとその周辺で開催予定の障害 者フェスティバルの参加者(団体) を募集します。参加者(団体)には、 事前準備から実行委員として、企 画・運営に携わっていただきます。 ※保険料などの費用が掛かります。 ▶内容・対象: △模擬店…区を拠点 に活動している非営利の障害者関 係団体®ふれあいコンサート©作 品展示…非営利の障害者関係団体 や区内在住・在勤(在学)の障害の ある方と家族**▶申込:**電話または ファクスで①住所(団体の場合は所 在地)②氏名(団体の場合は団体名 と代表者の氏名) ③電話番号④ファ クス番号(ある方のみ)⑤参加内容 (A~Cの別。複数参加も可)と簡 単な内容説明を、3月22日 金までに 障害者施策推進課管理係☎5984-4598 FAX 5984-1215

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相談に応じま す。 ※来所相談も可。▶日時:3 月4日 (月) · 5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

特別相談 「若者のトラブル110番」

29歳以下の契約当事者を対象に、 悪質商法による被害や契約トラブル などに関する電話相談を受け付けま す。 ※来所相談も可。▶日時:3 月11日 例・12日 以午前9時~午後4 時30分▶相談先・問合せ:消費生活 センター☎5910-4860

ねりま若者サポートステー ション活動報告会

若者の就労や進路選択を支援する ねりま若者サポートステーションの 平成30年度活動報告会を行います。 ▶日時:3月23日出午後1時30分~ 4時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶定員:100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)



第10回 被災者支援 チャリティーコンサ

▶日時:3月17日回午後2時~3時30分**▶場所:**関区民センター**▶内容:**

クラシック、唱歌など**▶出演:**㈱リムインター ナショナル所属演奏家▶定員:200名(先着順)▶ 申込:電話ではつらつセンター関☎3928-1987



東日本大震災から学ぶねりまの防災 企画展

大震災の壮絶さを物語る生活用品の展示や被 災体験談、演劇、ゲームなどを通して首都直下 地震などへの備えを学びます。 ▶ 日時:3月16 日出・17日回午前10時~午後4時(受け付けは 午後3時30分まで) ▶場所・問合せ: 防災学習セ ンター☎5997-6471▶申込:当日会場へ

来場者には 防災グッズを プレゼント!

黙とうをささげましょう

総務係 **☎**5984-2600

東京都平和の日 3月10日(日)午後2時

東京大空襲をはじめ、戦災で亡くなられた方々のご冥福を祈り、世界 の恒久平和の実現を願って、1分間の黙とうをささげましょう。

東日本大震災 3月11日(月) 午後2時46分

東日本大震災により犠牲になられた方々のご冥福と被災地の復興を祈 り、1分間の黙とうをささげましょう。

3,400トンの食品がごみ箱に!?



7

区の平成30年度資源・ごみ排出実態調査結果によると、家庭から出る可燃ごみのうち、利用 されずに捨てられてしまった食品(食品ロス)が約2.9%ありました。これを区の1年間のごみ量 に換算すると、およそ3,400トンとなります。この機会に、食品ロスの削減に取り組みませんか。 ▶問合せ:清掃事業係☎5984-1059



簡単な工夫で 食品ロスを 減らせます

- ●食材は買いすぎない、余らせない
- 消費期限と賞味期限の違いを知ろう
- 外食時は食べきれる分だけ注文しよう

スプレー缶などを他の不燃ごみと混ぜないで!

ご家庭で使用したスプレー缶やカセット式ガスボンベ、ガスライターなど を中身が残ったまま出すと、清掃車両の火災などの原因になります。中身を 使い切り、他の不燃ごみとは別の袋にまとめて出してください。

🔔 中身を使い切りましょう

中身を使い切れない場合などは、管轄の清掃事務所にお問い合わせくださ い。 ※スプレー缶などに穴をあけることは危険です。 **▶問合せ:**清掃事務所 【〒176・179の方…練馬☎3992-7141、〒177・178の方…石神井☎3928-1353

粗大ごみの申し込みはお早めに

引っ越しの時期は、粗大ごみの申し込みが集中するため、 電話がつながりにくくなります。お早めに電話またはイン ターネットで粗大ごみ受付センターへ申し込んでください。

粗大ごみ受付センター

☎5703-5399(月~土曜午前8時~午後7時) HP https://www.sodai-city.jp/nerima





スクールソーシャルワー カー【臨時職員】

働く

▶対象:次の①②のいずれかに当て はまる方 ①社会福祉士・精神保健 福祉士・臨床心理士のいずれかの資 格がある②1年以上のスクールソー シャルワークまたは同等の実務経験 がある▶期間:4月~9月▶日時:月~ 金曜午前9時~午後5時(月16日以 内) ▶場所: 学校教育支援センター▶ **採用人数:**1名(書類選考・面接) **▶賃** 金: 時給1,600円 ※交通費支給。 ▶申込:学校教育支援センターや区 ホームページにある申込書(写真貼 付)を、3月15日(必着)までに学校 教育支援センター☎6385-9911

1 児童館・学童クラブ補助 2 児童館での中高生の居場 所づくり事業補助【臨時職員】

登録制で欠員状況により採用します。 1 2 とも ▶期間:6カ月以内 ▶申込: 履歴書(写真貼付)に12の別(1は 勤務できる地域・日数・曜日・時間 も。2はA~Gの別も)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) 25984-5817

11児童館・学童クラブ補助

▶日時:月~土曜午前8時30分~午 後6時15分の間の4時間以上(週2・ 3日。主に午後) ※施設により異 なります。**▶場所:**児童館、学童ク ラブ▶内容:子どもの対応など(施設 により障害児対応あり) ▶賃金: 時給 1,100円(土曜1,200円) ※勤務条 件により交通費支給。

2児童館での中高生の居場所づく り事業補助

▶**日時:**午後5時15分~7時15分(週 1・2日) ※施設により異なります。

▶場所:児童館(A石神井B北大泉C) 土支田②春日町⑤中村⑤南田中⑤西 大泉)▶賃金:時給1,300円(土曜1,400 ※勤務条件により交通費支給。

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) ③ ④ 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

自衛官など

種目	対象	募集期間
①一般幹部候補生	22歳以上26歳未満 の方(修士課程修了 者などは28歳未満)	5/1(株) まで
②一般曹 候補生	18歳以上33歳未満	5/15例 まで
③自衛官 候補生	の方	随時

※年齢は①②来年4月1日③採用月の翌月1日

〈自衛隊採用説明会を開催〉

▶対象:大学生、大学院生、第二新 卒者、専門学校生など▶日時:3月 16日出 合午前9時~正午 图午後1時 ~4時▶場所:自衛隊東京地方協力 本部(新宿区市谷本村町10-1)▶申 込:3月15日 金までに電話で問い合 わせ先へ

◎問合せ:自衛隊東京地方協力本部 練馬地域事務所☎3991-8921

ボランティア

点字教室(点訳ボランティア養成) =練馬Enカレッジ事業(人材育成事業)=

▶対象:区内在住・在勤(在学)で点 訳ボランティアとして活動すること ができる15歳以上の方(中学生を除 く) ※過去に修了した方は申し込 めません。▶**日時:**4月20日~来年3 月7日の土曜午後2時~5時【20日制】 ▶場所:中村橋区民センター▶定員: 15名(抽選)▶費用:2,400円 ※別 途、テキスト代600円程度。**▶申込**: 往復ハガキで①教室名②住所③氏名 (ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥障害 者手帳の有無⑦応募の動機を、3月 14日(必着)までに〒176-0021貫井 1-9-1 中村橋福祉ケアセンター▶ 問合せ:中村橋福祉ケアセンター☎ 3926-7211 FAX 3970-5676

不登校などの児童・生徒を 支援するネリマフレンド

▶対象:次の①②のいずれかに当て はまる方 ①大学または大学院で社 会福祉系、心理系、教育系の科目を 専攻中または修了した方②社会福祉 士や精神保健福祉士、臨床心理士、 教員免許などの資格がある実務経験 者▶期間:4月から1年間▶日時:週 1・2回平日午前8時~午後5時の間 の指定する1~3時間程度▶場所:区 立小中学校など▶謝礼:1時間当たり 1,000円 ※交通費支給。▶申込: 学校教育支援センターや区ホーム ページにある申込書(写真貼付)を、 3月22日(必着)までに学校教育支援 センター☎6385-9911

国民年金

退職したときは届け出を

会社を退職して厚生年金の資格を

失った60歳未満の方は、国民年金 (第1号被保険者)へ切り替えの届け 出が必要です。本人確認できるもの (運転免許証など)とマイナンバーを 確認できるもの(マイナンバーカー ドや通知カードなど)、年金手帳、 退職の日付が分かる書類を届け出先 にお持ちください。また、退職した 配偶者に扶養されている60歳未満 の方(第3号被保険者)も、必ず第1 号被保険者への変更の届け出をして ください。なお、保険料の免除・猶 予を希望する方はお問い合わせくだ さい。▶届け出先:区民事務所(練馬 を除く)、国民年金係(区役所本庁舎 3階) ▶問合せ:国民年金係☎5984-

住まい・まちづくり

カーブミラーに異常があっ たらご連絡を

交差点などに設置されているカー ブミラーの鏡面に傷や割れなどの破 損があったり、取り付け角度がずれ ていたりする場合は、支柱に貼って あるシールの番号と設置場所を土木 出張所へご連絡ください。支柱や ガードパイプに異常があった場合も ご連絡ください。▶問合せ:土木出 張所【東部☎3994-0083、西部☎ 3995-0083

光が丘地区地区計画の 変更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: 3月15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。**▶問合せ:**東部 地域まちづくり課☎5984-1594

まちを笑顔にする地域の アイデアに費用を助成

やさしいまちづくり 支援事業

問合せ

福祉部管理課ひと・まちづくり推進係(区役所西庁舎3階) ☎5984-1296 FAX 5984-1214

地域福祉や福祉のまちづくり活動を行う区民活動グループに、活動費 の一部を助成するほか、活動への助言などの支援を行います。今回、来 年度の助成を希望する団体を募集します。

▶選考方法:プレゼンテーション(企画提案など) ▶申込:福祉部管理課や 区ホームページにある応募の手引きをご覧の上、4月8日例~26日金に 福祉部管理課ひと・まちづくり推進係へ

【部門・限度額】

はじめの一歩助成部門(5万円)

やさしいまちづくり活動助成部門(20万円)

これから福祉のまちづくり活動を始め るための準備段階にあたる活動

| 地域福祉や福祉のまちづくりの課題を解 決するための活動

【説明会を開催】

▶日時・場所:右下の表の通り▶申込:電話またはファクスで①参加日② 氏名③電話番号またはファクス番号を、開催日の前日までにひと・まち

づくり推進係へ ※手話通訳・ でください。

場所 要約筆記を希望する方は、3月 3/22億 18:00~19:00 区役所本庁舎19階 13日 (水までに併せて申し込ん) 3/25 (月) 10:00~11:00 区役所本庁舎20階 ※車での来場はご遠慮ください。

写真の寄付をお願いします

練馬区にまつわる写真を探しています。写真は、後世に伝える貴重な 資料として、庁舎内での展示や区ホームページの掲載などに使用しま す。お気軽にご連絡ください。▶問合せ:情報公開担当係☎5984-4513





練馬駅南口十川通り【昭札20年代(左)、昭札40年代(右)】

住民税(特別区民税・ 都民税)の申告期限

3月15日 🖨

問合せ

区税個人係 **2**5984-4537

所得税の確定申告書 の提出期限と納期限

3月15日 🖨

問合せ

税務署 練馬東☎6371-2332 練馬西☎3867-9711



【 1日~15日】●やってみませんか? 地域活動~練馬つながるフェスタ

西武新宿線連続立体交差事 業に関する環境影響評価調 査計画書がご覧になれます

西武新宿線(井荻駅~西武柳沢駅 間)の連続立体交差事業による環境 影響評価調査計画書です。意見のあ る方は、意見書を提出できます。提 出方法など詳しくは、お問い合わせ ください。**▶縦覧・閲覧期間:**3月5 日火~14日休午前9時30分~午後4 時30分**▶縱覧場所:**環境課(区役所 本庁舎18階) ▶閲覧場所: 石神井・ 関区民事務所、関町北・立野・下石 神井地区区民館、石神井清掃事務所、 関保健相談所▶意見書提出の期間: 3月5日(火)~25日(月) ▶ 区の担当: 環 境規制係**▶問合せ:**東京都環境政策 課☎5388-3406

事業者向け

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ねりま区報

▶掲載募集号:6月1日号~8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▶広告サイズ(縦 mm×横mm) • 料金:①42×80…4万円 ②88×80···8万円③88×164···16 万円 ④88×248…24万円 ⑤10× 235…1万5000円⑥10×235…1万 円 ※1円号は⑥のみ募集。▶刷色: ①~⑤4色カラー⑥2色(黒・青)▶ **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:4月1日(月) ▶ 問合せ:広報 係☎5984-2690

2高齢者の生活ガイド

▶掲載位置:巻末 ▶広告サイズ(縦mm ×横mm)・料金:①127×90…3万円 ②60×185···3万円③127×185··· 6万円④260×185…12万円 ▶ 刷 **色:**2色(黒・緑) ▶**発行月:**7月(予 定) ▶ 発行部数: 2万8000部 ▶ 配布 先:区民事務所(練馬を除く)、総合 福祉事務所、地域包括支援センター、 はつらつセンター、敬老館、高齢社 会対策課(区役所西庁舎3階)など▶ 申込期限:3月29日金▶問合せ:高齢 社会対策課計画係☎5984-4584

福祉・障害のある方

中学校を卒業するお子さんの障 受給者証の手続きをお忘れなく

子医療証の受給資格がなくなる方 で、心身に障害のある方は引き続き 医療費の助成が受けられる場合があ ります。**▶対象:**中学校を卒業する 方で、次の①~③のいずれかをお持 ちの方 ①身体障害者手帳1・2級 (内部障害の方は3級も含む)②愛の 手帳1・2度③精神障害者保健福祉 手帳1級▶扶養義務者の所得制限: 扶養親族1人の場合…398万4000 円以下(扶養親族1人増すごとに38 万円を加算) **▶申込:**お持ちの手帳と 認め印、健康保険証を持参の上、各 申込先へ

申込先			電話・ファクス番号
		練馬 (区役所西庁舎2階)	☎ 5984-4612 FAX 5984-1213
① ②	福祉事務所	光が丘 (光が丘区 民センター2階)	☎ 5997-7060 FAX 5997-9701
① ② の 方		石神井 (石神井庁舎4階)	☎ 5393-2817 FAX 3995-1104
		大泉 (大泉学園ゆめりあ1〈4階〉)	☎ 5905-5274 FAX 5905-5277
		健予防課精神保健 (区役所東庁舎6階)	☎ 5984-4764 FAX 5984-1211
	保健相談所	豊玉 (豊玉北5-15-19)	☎ 3992-1188 FAX 3992-1187
		北 (北町8-2-11)	☎3931-1347 FAX 3931-0851
③の方		光が丘 (光が丘区 民センター1階)	☎ 5997-7722 FAX 5997-7719
ני		石神井 (石神井町7-3-28)	☎3996-0634 FAX 3996-0590
		大泉 (大泉学園町5-8-8)	☎3921-0217 FAX 3921-0106
		関 (関町東1-27-4)	☎ 3929-5381 FAX 3929-0787

お休みします

〈平和台体育館☎5920-3411〉…3 月11日側・12日火【器具点検など のため】 ※温水プールは13日似・ 14日休も利用できません。

〈男女共同参画センターえーる☎ 3996-9005>…3月17日(□【空調設 備の改修工事のため】

高断石



健康長寿はつらつ教室

▶対象:区内在住の65歳以上の方▶ 費用:500円▶申込:3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:4/15~6/3の毎月曜10:00~11:30 【4月29日、5月6日を除く。6日制】▶場所: ルネサンス光が丘(高松5-8) **▶定員:**25名

▶ 日時:4/16~5/28の毎火曜10:00~ 11:30【4月30日を除く。6日制】▶**場所:** 勤労福祉会館▶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:4/12~6/7の毎金曜13:00~14: 30【5月3日を除く。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:4/15~6/17の毎月曜13:00~14: 30【4月29日、5月6日を除く。8日制】▶場所: ルネサンス光が丘(高松5-8)▶**定員:**20名

※初めての方を優先の上、抽選。

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 メーカーを使用中の方は一部の測定 ができません。 ※申し込みは1人 1会場です。▶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(地区区民館)	日程
高松	3/13休)
東大泉	3/19(火)

※時間はいずれも9:30~12:00。

健康講座「脳と健康」

▶対象:区内在住の60歳以上の方▶ **日時:**4月13日出午後2時~3時30 分▶場所:関区民センター▶内容:講 義▶**講師:**富田いきいきクリニック 院長/富田修一▶定員:200名(先着

順) ▶申込:電話ではつらつセンター 関☎3928-1987

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:**3 月5日 以午後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

医療講座「血圧のお話~高 血圧から体を守るには」

▶対象:中学生以上▶日時:3月23日 出午後2時~3時▶場所:南大泉青少 年館▶内容:講義▶講師:保谷病院副 院長/宇都宮保典▶定員:40名(先 着順) ▶申込:電話で南大泉図書館☎ 5387-3600

子ども・教育

石神井中演劇部による絵本 とおはなしの会

絵本を芝居にして演じます。▶日 **時:**3月9日出午後2時~3時 **▶場所:** 石神井松の風文化公園管理棟 ▶ 定 **員:**100名(先着順) ▶**申込:**当日会場 ヘ▶問合せ:石神井公園ふるさと文 化館分室☎5372-2572

バスケットボールクリニック

▶対象:小学生 ▶ 日時:3月29日 ⑥午 後1時30分~3時30分 ▶ **場所:**上石 神井体育館▶講師:JX-ENEOSバス ケットボールクリニック専任コーチ ▶定員:50名(抽選) ▶ 持ち物:バス ケットボール(ある方のみ) **▶申込:** ハガキまたはファクスで①催し名② 住所③氏名④学校名・学年⑤性別⑥ 保護者の電話番号⑦バスケットボー ル経験の有無を、3月14日(必着)ま でに〒177-0044上石神井1-32-37 上石神井体育館☎5991-6601 FAX 5991-6604

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	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	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。	
科	小児科	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
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
- ●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 **3**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	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎ 3958-4325
		たけくま整骨院(高松6-26-2)	☎ 3995-7378
	(H)	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎ 3923-6789
	10	小間沢接骨院(早宮4-25-3)	☎ 5999-1550
	Ħ	小林接骨院(練馬4-20-6)	3 3992-9805
	(\square)	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎ 3922-2634
	17	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
		てらす整骨院(南大泉4-55-7)	2 6767-8348
	21 日 祝	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎ 6914-5320
		さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	3 3999-9334
		フカサワ整骨院(上石神井2-30-20)	☎ 3594-3289
	24	石田接骨院(北町2-41-5)	☎ 3550-9036
	\Box	マキノ接骨院(練馬4-26-11)	2 5999-3776
	(\square)	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎ 6904-7183
	31	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	3 3993-0890
	\Box	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎ 5848-3252
		みさと接骨院(上石神井1-16-6)	3 3929-0801

子ども・教育 2

4月の母親学級(平日2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	日程【2日制】	
光が丘☆ 5997-7722	5金・12金	
関 ☎3929-5381	8例・15例	
豊 玉☎3992-1188	9似・16似	
石神井☎3996-0634	12金・19金	

: ※時間はいずれも13:15~16:00。

5月のがん検診

成人保健係 **2**5984-4669

6月からは大変混み合いますので5月の検診をご利用ください

胃がん

別がん

A 胃がん検診(エックス線検査)

▶対象:区内在住で、来年3月31日(火) 現在40歳以上の方 ※過去に胃の手 術を受けた方、現在胃の疾患で治療 中の方、妊娠中の方、指示に従って 自力で動けない方、平成30年度区の 内視鏡検査を受けた方は受診できま せん。▶場所:健康診査室(区役所東 庁舎2階)、練馬区医師会医療健診セ ンター▶内容:問診、胃部エックス線 撮影(バリウム検査) ※食道撮影は 行いません。

B 乳がん検診

▶対象:区内在住で、来年3月31日火 現在40歳以上の女性 ※妊娠・授乳 中の方、断乳後6カ月以内の方、乳房 の疾患で治療中・経過観察中の方、 平成30年度に受診した方は受診でき ません。▶**内容:**問診、視触診、マン モグラフィ(乳房エックス線検査)

Bの場所一覧

練馬総合病院(旭丘1-24-1) 小山クリニック(石神井町3-19-17) じぶクリニック(石神井台7-22-3) 島村記念病院(関町北2-4-1) 大泉生協病院(東大泉6-3-3)

つかさクリニック(東大泉1-28-6) 関根ウィメンズクリニック(早宮2-24-10) 練馬駅前内視鏡・乳腺クリニック(練馬1-4-1) 薬師堂診療所(南田中3-26-3)

練馬区医師会医療健診センター(高野台2-23-20)

C 肺がん検診

▶対象:区内在住で、来年3月31日 (火現在40歳以上の方 ※妊娠中の 方は受診できません。**▶場所:**練馬 区医師会医療健診センター▶内容: 問診、胸部エックス線撮影、喀痰(か くたん)細胞診検査(50歳以上で喫 煙指数〈1日の喫煙本数×年数〉が 600以上の方のみ)

費用・申し込み方法など

▶費用: A1,000円 B900円 C300円 (喀痰細胞診検査も受診する場合は 600円) ※75歳以上の方は無料。 ※住民税非課税世帯の方、生活保護 受給中の方などは受診前に手続きを すると免除。**▶申込:**ハガキで①希望 するがん検診名(Bは希望の会場名 も)②氏名(ふりがな)③生年月日④年 齡⑤性別⑥郵便番号⑦住所⑧電話番 号を、3月31日(日)までに〒177-0033 高野台2-23-20 練馬区医師会医療 健診センター計画調整課 ※受診日 時・場所は4月下旬に通知します。 ※ACは受診日時・場所を選べませ ※Bの場所は変更できません。

二次元バーコードを読み取り、練馬 区医師会ホームページ (http://www.nerimamed.or.jp/)から申し込む こともできます。



胃がん(内視鏡検査)

※エックス線検査との選択です。

胃がん検診(内視鏡検査)の 申し込みを開始~対象者を拡大

▶対象:区内在住で、来年3月31日(火) 現在50歳以上の偶数年齢の方▶期 間:4月~来年3月 ※申し込みは来 年2月末まで。▶内容:問診、経□ま 診、視診、内診、頸(けい)部細胞 たは経鼻内視鏡検査**▶費用:**2,000円 診検査 ※医師が必要と認める場 ※詳しくは、区ホームページや健康 合は体部細胞診検査も行います。 推進課(区役所東庁舎6階)、保健相 談所にある「胃内視鏡検査(胃カメラ) 受診券兼同意書」をご覧ください。 ※受診には受診券が必要です。 ※ 対象者には、4月下旬以降順次受診 券が送付されます。

子宮がん検診

▶対象:区内在住で、来年3月31日 年度に受けた方は受診できません。 **▶時期:**4月~来年3月 **▶内容:**問

▶費用:700円 (体部細胞診検 査も受診した場 合は1,000円)



75歳以上の方は無料です。 ※住民税非課税世帯の方、生活保護受給 中の方などは受診前に手続きをすると免除。▶場所:協力医療機関 ※協 力医療機関の所在地は、お問い合わせください。▶申込:電話で協力医療 機関へ▶問合せ:成人保健係☎5984-4669

4月の母親学級(土曜1回コース)

▶対象:平日参加が難しい妊娠中の 方▶日時:4月27日出午後1時30分 ~4時**▶場所:**北保健相談所**▶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 **☎**3931-1347

4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(2はA) ®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、3 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大泉(〒178-0061	4/6仕
大泉学園町5-8-8)	9:00~11:30
☎3921-0217	(25組)
2.石神井 (〒177-0041 石神井町7-3-28) ☎3996-0634	4/20仕 例9:00~11:30 图13:30~16:00 (各40組)
3北(〒179-0081	4/27生
北町8-2-11)	9:00~11:30
☎3931-1347	(25組)

楽しく遊んでエコロジー! こどもクラブメンバーを募集

リサイクル工作や自然散策など、 楽しく遊びながら学び、エコロジー 体験ができる「こどもクラブメン バー」を募集します。**▶対象:**新小学 1~6年生▶日程:4月~来年3月の主 に第3土曜▶場所:各リサイクルセン ター▶定員:各20名(抽選)▶申込:往 復ハガキで①こどもクラブ②住所③ 氏名(ふりがな)④新学年⑤電話番号 ⑥保護者の氏名(ふりがな)を、3月 23日(必着)までに参加を希望するリ サイクルセンターへ【豊玉(〒176-0011豊玉上2-22-15) 25999-3196、 関町(〒177-0051関町北1-7-14) ☎ 3594-5351、大泉(〒178-0061大泉 学園町1-34-10)☎3978-4030、春 日町(〒179-0074春日町2-14-16) ☎3926-2501】 ※リサイクルセン ターホームページ(https://www. nerima-rc.jp/)からも申し込めます。

講座・催しの

オーディオレコードコン サート「バロック音楽の醍 醐味~バッハを中心に」

▶対象:中学生以上▶日時:3月23日 出 A 午後1時30分~3時 B 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催し名(@圏の別も)②参加者全員 (2名まで)の住所・氏名(ふりが な)・電話番号を、3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)からも申し込めます。

映像を通して環境を考える

映画[幻を見るひと~京都の吉増 剛造」を上映後、監督の井上春生さ んと映像文化批評家の四方繁利さん が対談します。▶日時:4月6日出午 後1時30分~4時15分▶場所:南田 中図書館 ▶ 定員: 45名 (先着順) ▶ 申 込:電話で同所☎5393-2411

子育て支援のサービスを充実します

問合せ 練馬子ども家庭支援センター☎3993-8155



●子育てスタート応援券の有効期限を延長

お子さんが産まれた家庭に、乳幼児一時預かりなどの子育てサービ スに利用できる「子育てスタート応援券」を送付しています。4月から 有効期限を「お子さんが2歳に到達した月の月末まで」に延長します。 ※送付済の応援券の有効期限も同様です。

●育児支援ヘルパー事業の期間を拡大

産前産後の体調不良などにより家事支援を必要とする家庭に、日常的 な家事を手伝うホームヘルパーを派遣する「育児支援ヘルパー事業」を実 施しています。4月以降の申請から「妊娠期からお子さんが2歳に到達した 月の月末まで」に利用対象期間を拡大します。 ※1歳6カ月に到達した月 の月末までの承認期間が終了した方は、4月以降に再度申請が必要です。

お子さんの予防接種を お忘れなく

3/1~7は子ども予防接種週間

4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接 種を済ませましょう。特にMR(麻しん風しん混合) 2期の定期予防接種は、小学校就学前の1年間が接 種期間で、3月31日回が接種期限です。予診票が ない方はご連絡ください。▶問合せ:予防係☎ 5984-2484



公開講座「災害時の心の準備 をしておきませんか]

被災した方の心の変化やケアの重 要性を実際の事例を通じて学びま す。▶日時:3月12日以午後6時30 分~8時 ▶ **場所:** ココネリ3階(練馬 1-17-1) **▶講師:**精神保健福祉士/ 笹川真紀子**▶定員:**80名(先着順)▶ **申込:**電話またはファクス、電子メー ルで①講座名②郵便番号③住所④氏 名⑤電話番号を、3月9日出までに 防災学習センター☎5997-6471 FAX 5997-6472 M kuminbousai 04@city.nerima.tokyo.jp

講演会「紙芝居の世界を知ろう!」

▶対象:中学生以上▶日時:3月16日 出午後2時~4時▶場所:石神井図書 館▶**講師:**翻訳家/野坂悦子▶**定員:** 60名(先着順) ▶申込:電話で同所☎ 3995-2230

勤労福祉会館の講座

1~3とも**▶場所:**勤労福祉会館▶ 申込: 14月2日(※23日(※324日) (水までに電話で同所☎3923-5511 1 国家資格取得支援講座(A行政書 士Bマンション管理士・管理業務主 任者©宅地建物取引士)

▶日時:4月3日~5月15日の毎水曜 △午後7時~7時40分®午後7時50 分~8時30分©午後8時40分~9時 20分【5月1日を除く。6日制】▶講 師: 国家資格研修センター所長/藤 田和幸▶定員:各50名(先着順)▶費 用:1万5000円 ※4月2日 以午後8 時から事前説明会を開催します。

2分かりやすい簿記3級講座

▶日時:4月7日~5月12日の毎日曜 午前10時~正午【5月5日を除く。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 3 勤福落語会

▶ 日時: 4月28日(日)午後2時~4時 ▶ 講師:大泉落語研究会/柳家福治▶ 定員:150名(先着順) ▶費用:500円

ビブリオバトル(知的書評合戦) in石神井図書館

発表者がえりすぐりの本を紹介 し、観覧者を含めた参加者全員の投 票で最も読みたくなった本を決めま す。▶対象:中学生以上(発表者のみ) ▶ **日時:**3月23日出午後2時~3時 30分 ▶ 場所: 石神井図書館 ▶ 定員: ①発表者10名②観覧者50名(先着 順) ▶申込:①3月15日 金までに電話 で同所☎3995-2230②当日会場へ

初級日本語講座 ~にほんごのきょうしつ

▶対象:日本語が母語でない区内在 住・在勤(在学)の外国人住民の方▶ 日時:4月2日~7月19日の毎火・金 曜午前9時45分~11時45分【4月30 日、5月3日を除く。30日制】▶場所: 文化交流ひろば**▶定員:**30名(面接) ▶費用:3,000円 ※教材をお持ちで ない方は別途2,700円。▶申込:電話 で事業推進係☎5984-4333 ※保 育室(1歳児以上対象)を利用したい 方は、併せて申し込んでください。

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

1 ラテン・ジャズコンサート

▶ 日時: 3月23日出午後3時~4時 ▶ **出演:**スウィング・アウェイ▶**申込**: 当日会場へ

2自分らしく輝くファッション ショー

センター利用者によるファッショ ンショーです。▶日時:3月30日出 午後2時から▶申込:当日会場へ

3 初心者混声コーラス教室~音楽 を作り上げる

▶日時:4月9日~9月10日の第2・ 4火曜、7月30日 火午前10時30分 ~正午【12日制】 ※9月14日出に 発表会あり。**▶講師:**ソプラノ歌手/ 林えい子▶定員:35名(抽選)▶費 **用:**200円 ▶ **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、3月18 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

牧野記念庭園 春の植物観察会

▶ 日時:3月17日(□) ○ 午前10時~ 11時30分®午後1時30分~3時▶ **場所:** 牧野記念庭園 **▶ 定員:** 各16名 (先着順) ▶申込:電話で花とみどり の相談所☎3976-9402

介護家族の会ポスター展

介護家族の会や区の支援事業な ど、認知症の方やその家族を地域で 支えるための情報を紹介します。▶ **日時:**3月19日 W~26日 W午前8時 45分~午後8時(26日は正午まで) ▶場所:区役所本庁舎2階通路▶問 合せ:在宅療養係☎5984-4597

趣味と仲間づくり講座 4~5月開催 倶楽部

縁ジョイ倶楽部は、同じ興味や関心を持つ区民が集い、つながるきっ かけづくりの場として、区内で活動する団体が行う講座です。新たな活 動にチャレンジして地域の仲間をつくりませんか。

▶対象:区内在住・在勤(在学)の18歳以上の方
▶場所:生涯学習センター ▶申込:生涯学習センターや生涯学習センター分館、図書館、体育館、地 区区民館、敬老館、はつらつセンター、文化・生涯学習課(区役所本庁舎 8階)などにあるチラシや区ホームページをご覧の上、生涯学習センターへ

講座の 内容

詩吟、民謡、川柳、俳画、日本舞踊 フラダンス、大正琴、木工模型



■ 学びと文化の情報サイトのホームページ ② (https://www.asobiosentova.ip/) **全性** (https://www.asobiosentoya.jp/) にも掲載しています。

問合せ

生涯学習センタ-**2**3991-1667

- ●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。

江本☎ FAX 5968-4595 (要予約)

~中級者対象 3月9日・23日午後1 体験可 永田☎3996-0335(要予約) 材費実費 にじいろ画会・小沼☎090- 6518-0915(要予約) jp(要予約)

■ストレッチ 例会…女性対象 月4回金曜午後1時 存会・渡辺☎070-6407-8763(要予約) (要予約)

■社交ダンス 大泉友の会 初級者 com(要予約) 崎☎090-7006-9466

「春眠暁を覚えず」) 初心者〜初級 に月2回水曜午前10時40分〜11時20 園区民交流センターなど 講師 安藤 渡邊☎3993-5165 5時③4月2日午前9時30分~午後0時 800円 清水☎090-1665-0552 ☑ 円 初回は1,000円で体験可 上田☎ 未経験者対象 3月9日・23日・30日 30分 区役所本庁舎19階 講師 元 ritokoara@gmail.com(要予約) 生涯学習センターなど 講師 堀田あ 高年齢者対象 第1~3水曜午前10時~ 2,000円 初回は無料体験可 田中☎ 野☎090-5320-7299(要予約) や 入会金1,000円 月会費2,000円 11時30分 都営石神井町8丁目アパー 090-9299-4772(要予約) **『水彩、色鉛筆無料体験会** 初心者 2,500円 3月6日・13日・20日は無料 幼児~小学生対象 3月17日午前10時 ど 講師 学習院大学教授/鶴間和幸 内 海 🗗 🗛 6318-5724 🗹 miyato

れば、角力甚句など) 初心者対象 参画センターえーる 参加費1,000円 1,200円で体験可 中田☎090-2323- urnoriko@gmail.com(要予約) • リズム体操無料体験 3月25日午前10時~11時30分 ココネ 例会…月2回月曜午後1時30分~3時 5246(要予約)

10時~午後6時(12日は午後2時から。 図書館 入会金1,000円 月会費1,000 co.jp(要予約)

3921-7236(要予約)

ト集会所 入会金1,000円 月会費 **■第31回練馬人形劇フェスティバル** 30分~3時30分 サンライフ練馬な 鍋嶋 月会費3,000円 年会費500円 〜午後4時10分 光が丘区民センター 月会費 3,000円 初回は無料体験可 2000@gmail.com 時~5時 東大泉地区区民館 例会… **▮ハワイアンダンス体験会** ①3月 4階 入場無料 練馬人形劇サークル きじや☆ 🐼 3977-3361 🗹 t-kijiya **▮春のコサージュ・お花のトール** 初心者~中級者対象 第2·4土曜午後 11日②18日午後3時~4時30分 高 連絡会議·中納☎ FAX 5936-4182 ☑ 1945@ezweb.ne.jp(要予約)

3976-7772(要予約)

3996-9804(要予約)

日中学院副学院長/鈴木繁 ①~③ **▮プラーナ(腹式呼吸とヨガ、筋ト ▮いきいき健康マージャン土支田の** 階 講師 リオス・フアン 例会…月 とも参加費500円 練馬日中交流促進 レ) 60歳以上の方対象 主に第1・ 会 毎土曜午後1時~4時 土支田中 4回主に土曜 光が丘区民センター5 ■練馬囲碁サークル 初級者~高段 会・大坪☎090-6652-6095(要予約) 3火曜午前10時~正午 土支田中央 央地域集会所 講師 佐川正高 会費 階など 月会費5,500円 鎌倉☎080-者対象 毎火・木曜午後1時~5時 **|野菊(らせん体操、健康体操)** 中 地域集会所 入会金1,000円 月会費 1回1,500円 年1回交流大会あり 荻 5089-4103(要予約)

■ 史記を読む会 月2回月曜午後1時 ~午後1時 南大泉地区区民館 講師

hase0528@jcom.home.ne.jp 図書館 講師 吉井あづさ 参加費無 入会金2,000円 会費6カ月1,500円 **ブリッジクラブ** 多少経験のある方 会…③乳幼児と保護者④2・3歳児対 **■第22回都展・練馬支部展(洋画・**料 例会…1~3歳児と保護者対象 第 初回は無料体験可 栗原☎050-5583- ~中級者対象 毎月曜午後1時~5時 象 月2回木曜③午前10時10分~11 日本画など) 3月12日~17日午前 2水曜午前10時30分~11時10分 関町 4020 🗹 o4indoor_kuri@yahoo. 春日町地域集会所 入会金1,000円 時④午前11時10分~11時50分 光 会費6カ月2,000円 初回は無料体験 が丘区民センター6階 ③④とも入会 17日は午後5時まで) 練馬区立美術 円 ぽこあぽこ・高力☎080-5188- **【子どもと親の音楽体験 バンビー** 可 石井☎090-9206-0742(要予約) 金1,000円 参加費1回③1,000円④

館 入場無料 萩原☎3978-3681 6534 🗹 pocoapoco4834@gmail. ニ 4·5歳児と保護者対象 月3回① 📕 **第8回江古田映画祭3.11福島を忘** 1,250円 イワキ☎080-3558-5544 金曜主に午後3時10分~4時②木曜主に れない」の映画17本上映とトーク&展 **■第47回定期演奏会(ベートーベ** 〜中級者対象 毎金曜①午後1時30分 **| ストレッチ体操 いずみ会** 毎 午後3時25分〜4時10分 ①光が丘地 示 3月2日〜14日午後1時から ギャ ン交響曲第8番・ブラームス交響 ~2時30分②午後3時~4時 勤労福 木曜午前10時30分~正午 南大泉地 区区民館②西大泉地区区民館 ①②と ラリー古藤など 講師 アーサー・ビ **曲第1番など)** 3月30日午後2時開 祉会館 女性プロが指導 ①②とも入 区区民館 入会金1,000円 月会費 も入会金1,000円、月会費4,000円 4 ナードほか 参加費1作品1,000円 大 演 練馬文化センター 入場料1,000 会金1,000円、会費1回1,000円 松 2,000円 初回は無料体験可 上田☆ 月4日・5日は無料体験可 田中☆ FAX 崎☆090-4362-1160 ☑ fwge7555 円 フロイデ・シンフォニーオーケス @mb.infoweb.ne.jp(要予約)

■楽しく学ぶ中国語発音公開講座 ■親子リトミックサークル こあら ■リラックスヨガの会 女性対象 ■第10回早宮音楽祭 3月9日午後2 **(①スキット②歌「草原情歌」③唐詩** 1~2歳のお子さんと保護者対象 主 毎月曜午後2時~3時45分 石神井公 時開演 早宮小 入場無料 早宮小・

者対象 ①3月16日②21日午後2時~ 分 東大泉地区区民館 参加費1回 ゆかり 入会金2,000円 会費7回1万 **【アルゼンチンタンゴ無料講習会** 午後6時~8時 光が丘区民センター5

■ヨガ ママズサーズ 毎木曜正午

ペイント小物作り体験会 3月9 1時~5時 東大泉地区区民館 講師 野台地域集会所 ①②とも参加費1回 sumikonakano@jcom.home.ne.jp **▮ピラティス光** 第1・3火曜午後7 日・15日午前10時~正午 石神井公 よしだのぶひこ 月会費2,700円 教 1,000円 プアリリア・宮川☎080- **■初めてのピアノ「らくらくピアノ」** 時~8時 光が丘地区区民館 ピラ 園区民交流センター 参加費1回 **体験会** 中高年齢者対象 3月18日・ ティスインストラクターが指導 月会 1,500円 材料費1回1,500円 ハピ

■①3 親子ヨガ・アロマヨガ②4は 会 女性対象 3月1日~29日の毎金 リ3階 講師 英流師範/英鳳亜 参 男女共同参画センターえーる 会費1 **▮詩吟(漢詩・俳句・和歌・歌謡吟な じめてのピアノ体験会** ①乳幼児と 曜午後1時30分~3時 総合体育館 加費1,200円 端唄三味線日本芸能保 回1,500円 工藤☎090-2474-2753 **ど) 富士吟道会早宮教室** 第1・3 保護者②2・3歳児対象 ①3月7日・ 水曜午後1時~4時30分 早宮地域集会 14日午前9時10分~10時、午前10時 30分~3時 総合体育館 入会金 **■親子リトミックと英語の歌遊び体 ■硬式テニス 大泉インドアテニス** 所 月会費2,000円 初回は無料体験 10分~11時②3月14日午前11時10 1,000円 会費3カ月4,000円 クイー **験会** 1~3歳児と保護者対象 3月 **クラブ** 初級者以上対象 主に第2・ 可 丸田☎090-2300-0498(要予約) 分~11時50分 光が丘区民センター ンズクラブ・長谷川☎3996-1853 ☑ 13日午前10時30分~11時10分 関町 4日曜午後1時~5時 大泉第四小など **▮コントラクトブリッジ 春日町** 6階 ①②とも参加費1回300円 例

トラ・中島☎5912-7250

講座・催し❷

関町リサイクルセンターまつり

▶ 日時:3月17日(□)午前10時~午後 3時**▶場所・問合せ:**関町リサイクル センター☎3594-5351▶内容:リサ イクルおもちゃ体験、フランクフル ト・あさまんじゅうの販売、紙パッ クのリサイクル(紙パック5枚とトイ レットペーパー1個を交換)など



練馬区少年野球大会

▶ **日時:**4月7日・14日・21日・28 日·30日、5月1日·2日·6日· 12日の日曜・祝休日 ※開会式は4 月7日
月7日
回午前10時から。
▶場所: 練 馬総合運動場公園 (練馬2-29-10) な ど**▶申込:**スポーツ振興課(区役所本 庁舎8階) や区ホームページにある 実施要項をご覧の上、3月6日(必着) までに練馬区体育協会へ ※申し込 みは1団体1チームに限ります。▶ 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: 1~8往復ハガキで①教室 名(1~8の別。5はA~0、 78はAB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、3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 9 プール内で申し込み

1 ローラースケート

▶対象:5歳児以上 ※小学3年生以 下は保護者同伴。▶日時:4月7日~ 21日の毎日曜午前10時~正午【3日 制】▶場所:総合体育館▶定員:150 名(抽選) ▶ 保険料: 285円

2 ジュニア陸上

▶ 対象: 小中学生 ▶ 日時:4月6日 (土)·27日(土)、5月12日(日)·19日(日)、 6月9日(日)・16日(日)午前9時45分~ 11時20分【6日制】 ▶場所:練馬総合 運動場公園(練馬2-29-10) ▶定員: 40名(抽選) ▶ 保険料: 282円

3健康ジョギング

▶対象:15歳以上の方(中学生を除 <)▶日時:4月6日(土)・27日(土)、5月 12日(□)・19日(□)、6月9日(□)・16日 (日)午前9時45分~11時20分【6日制】 ▶場所:練馬総合運動場公園▶定員: :

40名(抽選) ▶ 保険料: 282円

▶対象:15歳以上の方(中学生を除 く)▶日時:4月5日~5月17日の毎 金曜午後7時~9時【5月3日を除く。 6日制】 ※予備日5月24日。▶場所: 夏の雲公園庭球場**▶定員:**80名(抽 選)▶保険料など:1,500円

5 水泳

4 硬式テニス

▶対象: △60歳未満の女性®60歳 以上の方©来年4月に小学校入学予 定のお子さん◎新小学1~6年生▶ 日時:4月11日~6月20日の毎木曜 ▲午前10時~正午®午後1時~3時 ◎午後3時~4時30分◎午後4時30 分~6時【5月2日を除く。10日制】 ▶場所:上石神井体育館 ▶ 定員: A B 各50名◎ ② 各45名(抽選) ▶ 保険 料:290円

6 少林寺拳法

▶対象:小学生以上 ※小学3年生以 下は保護者同伴。▶**日時:**4月21日 (日)・28日(日)午前9時30分~11時30 分【2日制】▶場所:大泉学園町体育館 ▶定員:40名(抽選) ▶保険料:94円

7 相撲

▶対象: A幼児B小中学生 ▶日時: A 4月7日~21日®5月26日~6月9日 の毎日曜午前10時~正午【3日制】▶

場所:総合体育館▶定員:各30名(抽 選)▶保険料:141円

8 少年少女体操(跳び箱、マット運 動、トランポリン、鉄棒など)

▶**対象:** △小学1・2年生 B小学3~6 年生▶日時:4月13日~5月25日の 毎土曜〇午後1時45分~3時10分® 午後3時20分~4時45分【5月4日・ 18日を除く。5日制】▶場所:総合体 育館 **▶ 定員:** 各40名(抽選) **▶ 保険** 料:145円

9 ワンポイント水泳指導

▶対象:個人利用の方
プール入場 料:1時間につき小中学生100円・ 一般200円

場所・問合せ	日時	
大泉学園町体育館	月曜・火曜	
☎5905-1161	9:00~11:00	
平和台体育館	火曜	
☎5920-3411	9:00~11:00	
三原台温水プール	火曜	
☎3924-8861	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	金曜	
☎5991-6601	9:00~11:00	
光が丘体育館 ☎5383-6611		

※7・8月、祝休日、休館日は行いません。 ※講習会などで実施しない場合があります。

情|報|あ|ら|か|る|

ここで紹介する事業は、区が支援したり、 官公署などが実施したりするものです。

ミニガイド

◆ A 交通安全のつどい(講義・ス 跡~午後0時30分集合場所解散(約10 わせは午後3時~6時) ど5名で構成されたチーム▶**日時:** △3 ポーツ振興課振興係**☎**5984-1948 から**▶場所:** ⑥大泉学園ゆめりあホール **れ▶対象:** 小学生**▶日時:** 3月26日巛~ ®ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶申込: @ 28日休午前10時~11時30分【3日制】 当日会場へ®3月7日休までに電話で練 ☎3904-0110®練馬☎3994-0110】

大〜神田明神®柳瀬川沿いの桜) ▶ **対象:**18歳以上の方▶**日時・場所:**⑥3 操指導員連絡会・犬塚☎3922-0854 月9日出午前8時30分都営大江戸線練 ◆大楠山「三浦半島で春色ハイキン 馬駅集合~東京大学赤門~湯島天満宮 グ」▶日時・場所:3月31日(日)午前7時 桜~午後1時30分集合場所解散(約7 km) ▶**定員:**40名(抽選) ▶**バス代など:** 080-3123-6840 ®の別も)②住所③氏名④年齢⑤電 谷原1-7-5 SSC谷原☎3997-2500 話番号⑥ポールの有無を、3月7日休 staff3@gmail.com

時30分▶場所:光が丘区民センター3 5月2日を除く。12日制】▶場所:@光 k@jcom.home.ne.jp 階▶**定員:**150名(先着順) ▶**企画:**光が が丘体育館®©旭町南地区区民館▶**定** 丘地区連合協議会・地域福祉おたすけ **員**: △25名® ○各8名(先着順) **費用**: 隊▶申込:当日会場へ▶問合せ:区民防 8,000円▶申込:往復ハガキで①教室 災第三係☎5984-4504 ※参加者に 名(⑧~◎の別も)②住所③氏名(ふり せ:在宅療養係☎5984-4597 記念品を差し上げます。

分~午後3時▶**場所:**光が丘体育館▶**内** 絡会・松本☎3990-8870 ン協会・下間☎090-9369-6191

<練馬▶対象:小学生以上 ※小中学 生は保護者同伴。▶日時・場所:3月

▶場所: 桜台体育館 ▶ 定員: 30名(先着 で①教室名②住所③氏名④学年⑤性別 ◆ノルディックウォーキング(A東 ⑥電話番号を、3月11日(必着)までに 〒177-0045石神井台6-1-3 練馬区体

◆初心者水泳教室(A)水っていいな

ターゲットバードゴルフ、スタンプラ るさとを訪ねて▶日時・場所:4月6 ☎3929-2208 解散(約5km) ▶入園料など:600円 ▶申 所:練馬キングス・ガーデンデイサー ご遠慮ください。

号を、3月14日(必着)までに〒177- 5315 23日出午前9時15分西武池袋線石神 0032谷原4-15-12 練馬区ウオーキ

内在住の方®新小学1年生と保護者な 会▶申込:3月18日 同までに電話でス 日の毎火曜△午前9時~10時55分B ◆認知症の在宅生活のこれから~ 11-302 HAND TO HAND ☎090-月6日 例午後2時から®17日 例午後1時 ◆逆上がり・とび箱苦手な子あつま 日~6月20日の毎木曜 ■午前9時~10 の利用や相談方法について▶日時: ◆和田堀公園(石神井町1-1-11)▶日 時55分 **□**午前11時5分~午後0時55 3月16日出午後2時~4時 **▶場所:**錦デ 分、6月10日~7月22日の毎月曜日午 前9時~10時55分 ☐ 午前11時5分~ 馬警察署へ▶問合せ:警察署【函石神井 順)▶費用:3,000円▶申込:往復ハガキ 午後0時55分、 65月31日 ~7月5日 3937-5031 の毎金曜午後7時~9時【EE7月15日 を除く。6日制】▶場所: AB目目目6夏 祉用具の選びかた ▶日時:3月16日 時:3月31日

回午前10時~午後0時30 の雲公園庭球場CD土支田庭球場▶ **定員: ABEFG**各60名**CD**各80名 (先着順)▶費用:6.000円▶申込:往復 ハガキで①教室名(A~Gの別も)②住 ~神田明神~午後0時30分JR御茶ノ水 30分西武池袋線練馬高野台駅集合~ 所③氏名④電話番号を、開始日の2週 駅解散(約5km)®30日出午前8時30分 湘南国際村センター~衣笠山公園~ 間前までに〒177-0053関町南1-12- **の今と未来を考える▶日時:**3月17日 西武池袋線清瀬駅集合~柳瀬川沿いの 三笠公園~午後5時集合場所解散(約7 3-305国分方 練馬区テニス協会☎ (印午前10時~11時30分 ▶ 場所:光陽

1,000円(ポールのない方は別途500 往復ハガキで①催し名②参加者全員 **象:**@新小学3~6年生®中学生以上の 話で同所☎3923-5264 円) ※交通費実費。▶申込:電話また の住所・氏名・年齢・性別・電話番号 女性▶日程:4月~来年3月の主に第2 はファクス、電子メールで①催し名(图 を、3月5日(必着)までに〒177-0032 日曜【12日制】▶場所:練馬総合運動場 公園(練馬2-29-10) ▶定員:各30名(先 着順)▶費用: △6,000円®7,000円▶ までにSSC桜台・南波☎090-1408- **®きちっと平泳ぎ©泳げるように 申込:**電話または電子メールで①教室 9900 FAX 5912-9900 ☑ sakuradai. なりたい) ▶対象: @年長児~小学生 名(@®の別も) ②住所③氏名(ふりが ®◎小学3年~中学生▶日時: @4月5 な) @生年月日⑤性別⑥電話番号⑦学 月1日幽午前10時~午後7時▶問合せ: ◆みんなで考えよう! 「液状化現象 日~6月28日の毎金曜午後3時~4時 校名・4月からの学年(学生のみ)を、3 林☎3991-0888 **の被害、ある日突然我が家を襲うか** 30分® ©4月18日 ~7月11日の毎木 月15日(必着)までに練馬区サッカー協 ◆富士見台ほんちょう通り商店街 ▶ 付!) ▶対象:子育て中の保護者 ▶ 日 も】▶日時:3月9日出午後6時30分~8 曜午後5時30分~7時【@5月3日®© 会・神藤☎090-3331-6558 ☑ early. 日時:3月2日出午後2時から▶問合せ: 時:3月12日似午前10時~正午▶場所:

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。▶問合

遊ぼう▶日時:3月10日(日午前9時30 3-7-25-601 練馬区水泳リーダー連 4時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶内容:講義 ▶定員:30名(先着順) ▶申 容:グラウンド・ゴルフ、インディアカ、 ◆お花見ウオーク~染井吉野のふ 込:電話でミニケアホームきみさんち ▶出店申込:往復ハガキで①住所②氏 (日)午前10時~11時30分、午後1時~4

リーなど▶**持ち物:**上履き▶申込:当日 日出午前9時JR駒込駅集合~六義園~ ◆高齢者の食事について▶日時:3 に申込先へ ※700円以下の出店料が ◆練馬消防署▶日時:3月8日巤午前 会場へ▶問合せ:練馬区レクリエーショ 飛鳥山公園~午後0時30分JR王子駅 月9日出午後1時30分~3時30分▶場 掛かります。 ※車での来場・搬入は 9時30分~11時30分、午後1時~3時

◆ウォーキング事業〜発見!てくて 込:往復ハガキで①催し名②参加者全 ビスセンター**▶内容:**講義**▶定員:10**名 **◆たがら公園**(田柄2-45-1)**▶日時:**3

井公園駅集合~池淵遺跡~石神井城 ング協会・鯉渕☎5372-1559(問い合 時:3月9日出午後1時30分~3時30分 店。問い合わせは午後6時~8時) ▶場所:富士見台デイサービスセンター ◆夏の雲公園(光が丘3-4-1) ▶日時: テージ発表など)®がんばれ新1年 km) ▶定員:20名(先着順) ▶費用:100 ◆テニス教室(四~国一般教室団ナ ▶内容:講義 ▶定員:20名(先着順) ▶申 3月17日回午前9時~正午(雨天中止)

> 午前11時5分~午後0時55分、5月16 認知症の方々への対応とサービス 8584-3074(先着50店) イサービスセンター▶**内容:**講義▶**定** 時30分(雨天中止)▶**申込先:** 〒177-員:15名(先着順) ▶申込:電話で同所☎

> > ◆ご本人や家の環境に基づいた福 出午後2時~4時▶場所:第2育秀苑デ イサービスセンター▶**内容:**講義▶**定** 南田中4-7-10-201 リサイクル・ゆ 員:14名(先着順) ▶申込:電話で同所☎ 3991-0523

◆終活に向けた準備と理解~自分 苑デイサービスセンター▶**内容:**講義、 **せ:**育成支援係**☎**5984-1292 km) ▶定員: 各20名(先着順) ▶費用: 6,000円(中学生以下4,000円) ▶申込: ◆小学生・女性サッカー教室▶対 実技 ▶定員: 30名(先着順) ▶申込:電

朝・夕・青空市

◆江古田駅北口商店会▶日時:3月1 日逾午前10時~午後6時▶問合せ:佐 久間☎3993-4435

牧田☎3926-4580(月・水・金曜)

3990-4609

◆光が丘IMA南館前 ▶日時:3月10 がな)④学年⑤性別⑥電話番号を、3 ◆ゲームで考える認知症の人の幸 日回午前10時~午後3時▶問合せ:富 永☎090-4374-3888

リサイクル・マーケット

名③電話番号を、開催日の5日前まで 時

員の住所・氏名・年齢・性別・電話番 (先着順)▶申込:電話で同所☎5399- 月9日出午前10時~正午(雨天中止)▶ **申込先:** 〒179-0073田柄2-8-13 渡 ◆**認知症サポーター養成講座**▶日 辺真貴子☎090-6487-0857(先着30

▶申込先: 〒179-0083平和台4-20-

時:3月17日 回午前9時30分~午後1 0041石神井町1-3-7 斉藤理子☎ 3997-4333(先着50店)

◆平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶日 分(雨天中止) ▶申込先: 〒177-0035 う☎080-1980-6310(先着100店。問 い合わせは午後6時~8時)

子どものための講座

区内の団体に委託して実施。▶問合

■ねりま遊遊スクール■

◆魔法の小枝でキーホルダーづく り▶対象:4歳児~小学生と保護者▶日 時:3月16日出午前10時~正午▶場所: 光が丘図書館▶定員:20名(先着順)▶ 費用:1人500円 ▶申込:電話で子どもと 楽しむネイチャー=アート研究会・太 ◆江古田いちば通り商店街▶日時:3 田☎3921-6994(午前9時~午後2時) - 子育て学習講座

◆市販のヘルシーおやつ選び(試食 光が丘区民センター6階▶定員:15名 ◆サンツ中村橋商店街▶日時:3月 (先着順)▶費用:500円▶申込:電話で 9日出午後4時~7時▶問合せ:向井☎ 子育ちプレイスふわり・松本☎090-7243-6967(午前9時~午後5時)

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

◆光が丘公園売店前 ▶ 日時: 3月3日

30分

都民体育大会練馬区選考会

1~3とも▶対象:区内在住、また は都内在住で区内在勤(在学)の方 ※小中学生、高校生、高等専門学校 生、体育・スポーツ団体に登録して いる大学生は参加できません。▶問 合せ:スポーツ振興課事業係(区役所 本庁舎8階) ☎5984-1947 ※12 の実施要項は、体育館やスポーツ振 興課、区ホームページでご覧になれ ます。

1卓球

▶日時:4月6日出午前9時から▶場 所:総合体育館▶内容:シングルス男 子…①一般②40代③50代④60代⑤ 70代以上、**女子**…⑥一般⑦40代⑧ 50代960代⑩70代以上 ※一般・ 年代別の2種目に参加できます。▶ 保険料など:1種目500円▶申込:実 施要項をご覧の上、3月15日(必着) までに練馬区卓球連盟・吉浦へ

2 バスケットボール

▶日時:4月7日~28日の毎日曜午 : カーナ
対与馬料など:1万円 ※

前9時から【4日制】▶場所:総合体育 館、光が丘体育館、中村南スポーツ 交流センター**▶費用:**1チーム1万円 ▶申込:実施要項をご覧の上、3月8 日(必着)までに練馬区バスケット ボール連盟・秋田へ

3 馬術

▶日時:3月17日(3)年前9時から▶ 場所: 観音山乗馬クラブ(茨城県境 町) ▶**内容:** △小障害飛越®馬場馬 術A3(女子)・L1(男子)課目©ジム

馬を持ち込む場合は保険料1,000 円のみ。**▶申込:**ハガキまたはファ クスで①大会名(A~©の別も)② 住所(区外在住の方は勤務先の住 所・名称・電話番号も) ③氏名(ふ りがな)④年齢⑤性別⑥職業(学校 名・学年) ⑦電話番号⑧馬名(持ち 込む場合のみ)を、3月11日(必着) までに〒177-0032谷原3-16-8 練 馬区馬術連盟・福井 FAX 0280-33-3250

未来につなぐ文化財 ~平成30年度新規登録文化財の紹介

練馬区文化財保護審議会の意見に基づき、文化財の指定・登録を行っ ています。今回の登録により、区の登録文化財は212件となりました。 ▶問合せ:伝統文化係☎5984-2442



こん じょう いん さん もん 金乗院山門

錦2-4 宗教法人金乗院所有・公開

薬医門の形式で、部材の装飾に 江戸時代後期の特徴があります。 築後100年以上経過していると推 定されています。



有形文化財

山口家資料

区所有・一部公開

北町で練馬三陽種苗商会として 種子屋を営んでいた山口家に伝 わった民具・写真類・文書類が 743点あります。大正~昭和期の 商業用具や写真のほか、地域に関 する資料も残っています。現在は、 石神井公園ふるさと文化館で所蔵 しており、5月12日回まで一部を 展示・公開しています。



(公財) 練馬区文化振興協会の催し

23993-3311 問合せ

https://www.neribun.or.jp/

練馬文化センター(小ホール)

6/29 ■

19:00開演

6/30₀

15:00開演

出 演 イッセー尾形

入場料 5,000円(全席指定)

練馬文化センター(大ホール)





「妄ソー劇場 文豪シリーズ」その2

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

割引 小学生

練馬文化センター(大ホール)

7/29 🗉 松竹大歌舞伎 昼14:00 夜18:30開演

松本幸四郎改め二代目松本白鸚、市川染五郎改 め十代目松本幸四郎の襲名披露を行います。

出 演 松本白鸚、松本幸四郎、市川猿之助ほか

演目「襲名披露口上」「引窓」「色彩間苅豆」

入場料 一等席5,800円、二等席4,800円、三等 席3,000円(全席指定)

優先 割引 小学生 学生券

予約 3月24日(日)午前10時から●③ (購入は25日(月)午前10時から●②③) ※保育あり(3カ月以上の未就学児対象。定員各5名〈先着順〉。費用 2,000円)。詳しくは、(公財)練馬区文化振興協会へ。

練馬文化センター(小ホール)

優先 割引 小学生

1 1 水 歌舞伎プレセミナー

古典芸能解説者の葛西聖司さんが、「松竹大歌舞伎」の見どころ や歌舞伎の基礎知識を解説します。

入場料 500円(全席自由)

予 約 3月24日(日)午前10時から ● 3 (購入は25日(月)午前10時から ● 2 3)



練馬文化センターとその周辺

3/30□

9:30~16:30

チケット

予約・購入

はこちらで

みんなであそぼ! 森と劇場のサーカスフェスタ

練馬文化センター周辺が、みんなで楽しめるサーカス広場になる!

出演 浅草雑芸団、シャボン玉くりちゃんほか

演 目 大道芸ショー、シャボン玉ショー、人形音楽大行進など ※その他、有料イベントやマルシェなどもあります。詳 しくは、お問い合わせください。



☎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〉)

※電話予約で完売の場合は、窓口での販売はありません。

19:00開演

7/21 🗉 練馬交響楽団第69回定期演奏会 14:00開演

予 約 3月3日(日)午前10時から●3 (購入は4日(月)午前10時から●23)

出演 小森康弘(指揮)、練馬交響楽団(管弦楽)

演 目 ゴーゴリ「外套」、太宰治「斜陽」など

■ ドボルザーク/交響曲第8番、小山清茂/管弦楽のため の木挽き歌など

文豪たちの名作に登場する人物を演じる一人芝居です。

入場料 1,000円(全席自由)

購入 3月8日金午前10時から 123



大泉学園ゆめりあホール 練馬区演奏家協会コンサート 割引 小学生 **6/7全** ヨハン・シュトラウス2世~ワルツからオペレッタへ

演 野尻小矢佳(パーカッション)、瀧村依里(バイオリン)、吉

岡次郎(フルート)、乗松恵美(ソプラノ)、新崎誠実(ピアノ)

■ ヨハン・シュトラウス2世/美しく青きドナウ、 オッフェンバック/「天国と地獄」より序曲など

入場料 1,000円(全席指定)

購入 3月7日休午前10時から 123



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、●にお問い合わせください。 小学生 未就学児は入場できません。

優先 友の会会員へ優先予約受け付け を行います。

友の会会員は1割引きで購入でき 割引ます(各公演2枚まで)。 -般料金の半額で購入できます

学生券 (要学生証)。

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。

お問い合わせはコチラ! 050-7586-2223

3月は自殺対策強化月間

あなたの一言で、つながるいのち

~その言葉を待っている人がいます

あなたの周りに悩みや不安を抱えている方はいませんか。ちょっとした一言がその人の助けになります。また、 家族や友人などの変化に気付いたときに、相談できるところがあります。▶問合せ:精神保健係☎5984-4764



区内では年間100人以上の方が自殺で命を失っています

~悩んでいる方や悩みに気付いた方は、下記相談窓口へ

まずはご相談ください!

窓口		窓口	受付日時
	東京都自殺相談ダイヤル~こころといのちのほっとライン ☎0570-087478		毎日14:00~翌5:30
東京	いのちの	の電話☎3264-4343	年中無休
東京	東京自殺防止センター☎5286-9090		毎日20:00〜翌5:30 (火曜は17:00〜翌2:30、 木曜は20:00〜翌2:30)
保健	建相談所	豊 玉☎3992-1188 北 ☎3931-1347 光が丘☎5997-7722 石神井☎3996-0634 大 泉☎3921-0217 関 ☎3929-5381	月〜金曜8:30〜17:00 ※祝休日と年末年始を除く。



| LINEでも相談を受け付けて

死にたい、消えてしまいたいほどつらい悩 みを抱えた方への相談窓□です。



【アカウント名】相談ほっとLINE@東京 二次元バーコード

パネル展

区の現状やゲートキーパーの役割などを紹介していま す。▶日時:3月6日 必までの午前8時45分~午後8時(6 日は正午まで) ▶場所:区役所アトリウム