

平成を振り返る

—くもんの子ども浮世絵コレクション—

練馬区立美術館
NERIMA ART MUSEUM

遊べる浮世絵展

4/28(日)～6/9(日) 10:00～18:00

※月曜休館(ただし4/29(祝)、5/6(休)は開館。5/7(火)は休館)。(入館は17:30まで)

お休みします【展示作業のため】4/22(月)～27(土)

江戸の庶民の生活を描いた浮世絵には、子どもたちが無邪気に遊び、成長する姿が数多く描かれています。本展では、公文教育研究会所蔵作品の中から江戸時代の子どもの生活や遊びを題材に、浮世絵、絵巻、絵本、玩具など約170点を展示します。

1

面

▶観覧料:一般1,000円、高校・大学生と65～74歳の方800円、中学生以下と75歳以上の方無料 ※一般以外の方は、年齢を確認できるものが必要です。



会期中の催し

催し名など	対象	日時	講師・出演
1 講演会 「もっと!遊べる浮世絵!」 ▶定員:60名(抽選)	中学生以上	6/2(日) 15:00～16:30	国学院大学 文学部教授／ 藤澤紫
2 鑑賞プログラム 「トココ美術館vol.27 テーマ:おもちゃ」 ▶定員:各5組(抽選)	①～④ 3歳以上の未就 学児と保護者 ⑤⑥ 小学1・2年生と 保護者	5/18(土) ①10:30～12:00 ②14:00～15:30 5/19(日) ③10:30～12:00 ④14:00～15:30 5/26(日) ⑤10:30～12:30 ⑥14:00～16:00	—
3 オープニング ミニコンサート	—	4/28(日) 11:30～12:00	こ と 箏・三味線／ 松浪千紫ほか
4 さんでー工作 おもちゃ絵を組み立てよう! ▶材料費:100円	—	5/5～6/9の毎日曜 10:30～17:00 ※受け付けは当日 10:00～16:00。	—
5 学会員による ギャラリートーク	—	4/28(日)10:30から 5/16(木)15:00から	—

※**1**観覧券の半券(当日以外も可)が必要です。**2**～**5**当日の観覧券が必要です。

▶申込:**1****2**往復ハガキで①催し名(**1****2**の別。**2**は①～⑥の別も)②参加者全員(**1**は2名まで。**2**は3名(お子さん2名、保護者1名)まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、**1**5月17日**2**7日(必着)までに練馬区立美術館へ ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/museum/>)からも申し込めます。 ※**3**～**5**は事前の申し込みは不要です。

場所・申込先

練馬区立美術館(〒176-0021貫井1-36-16) ☎3577-1821

ゴールデンウィーク中の休日医療関係機関

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

●休日急患診療所

	場所	受付日時
小児科	練馬区夜間救急 こどもクリニック (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 ※小児科専門医が診療。	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。
	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。
内科・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	※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者 同伴。
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:午前9時～午後7時

4月28日(日)～30日(休)	川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
	大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
	田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
	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
5月1日(休)～6日(休)	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
	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

●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

4月	28日(日)	三晴接骨院(小竹町2-8-8) ☎3958-4325 たがら接骨院(田柄2-27-16) ☎3939-3659 植村接骨院(東大泉6-50-9) ☎3922-2911 牧内整骨院(北町1-1-18) ☎3931-1050
	29日(祝)	さくらい接骨院(富士見台4-13-2) ☎3999-9334 池島接骨院(関町北2-31-7) ☎3920-5556 にだいら整骨院(桜台1-5-4) ☎3993-7866
	30日(休)	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17) ☎5848-8034 フカサワ整骨院(上石神井2-30-20) ☎3594-3289
	1日(休)	にだいら整骨院(桜台1-5-4) ☎3993-7866 ゆうし接骨院(高松3-13-7) ☎5848-3252 植村接骨院(東大泉6-50-9) ☎3922-2911
	2日(休)	にだいら整骨院(桜台1-5-4) ☎3993-7866 たけくま整骨院(高松6-26-2) ☎3995-7378 てらす整骨院(南大泉4-55-7) ☎6767-8348 坂口接骨院(氷川台4-49-11) ☎3937-0660 たがら接骨院(田柄2-27-16) ☎3939-3659 大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29) ☎3924-2288
5月	3日(祝)	桶谷整骨院(桜台4-1-6) ☎3948-7665 塚田接骨院(石神井町3-27-7) ☎3996-0397 関口接骨院(東大泉7-29-22) ☎3921-4970
	4日(祝)	町田接骨院(桜台3-14-14) ☎3991-2475 大幸接骨院(旭町1-15-11) ☎5997-3232 小池接骨院(西大泉1-33-4) ☎3923-3044
	5日(祝)	篠整骨院(栄町36-5) ☎3991-6623
	6日(休)	さくらい接骨院(富士見台4-13-2) ☎3999-9334 関町整骨院(関町北2-4-4) ☎3920-3997

●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

4月	28日(日)	古田歯科医院(向山4-12-8) ☎3825-8455 森山歯科クリニック(大泉学園町7-8-30) ☎3925-5825
	29日(祝)	沼口歯科医院(小竹町1-36-5) ☎5995-0804 大川内歯科医院(石神井台3-24-20) ☎3997-2535
	30日(休)	高梨歯科クリニック(光が丘3-7-1) ☎5998-8211 岩田歯科医院(石神井町3-24-7) ☎3996-0269
	1日(休)	市川歯科医院(平和台1-31-16) ☎3932-3719 かぶらぎ歯科(高野台3-7-8) ☎5372-1182
	2日(休)	治田歯科医院(早宮2-16-31) ☎3933-1513 いくた歯科クリニック(大泉町1-1-29) ☎3924-5070
5月	3日(祝)	ナカムラ歯科(旭町3-11-1) ☎3979-1182 田中歯科医院(南大泉5-31-16) ☎3921-4180
	4日(祝)	堀内歯科医院(向山4-22-8) ☎3990-2525 石塚歯科医院(石神井町2-31-29) ☎3996-2882
	5日(祝)	結城歯科医院(高松2-3-15) ☎3970-4123 おおの歯科医院(下石神井4-5-20) ☎3996-1118
	6日(休)	小杉歯科医院(田柄2-6-21) ☎3930-8888 かわべ歯科医院(東大泉1-30-13) ☎3867-6769

●順天堂練馬病院・練馬光が丘病院

4月30日(休)～5月2日(休)は通常診療を行います。診療科目など詳しくは、お問い合わせいただくか各病院ホームページをご覧ください。

順天堂練馬病院 ☎5923-3111
練馬光が丘病院 ☎3979-3611

●その他の医療機関

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303(24時間自動応答)。同ホームページ(<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>)や区ホームページをご覧ください。

あなたの家は大丈夫ですか？

～ **5月～8月の防火防災診断の申し込み** を受け付けます **無料**

消防署では、高齢者などを対象に「防火防災診断」を実施しています。火災や地震、家庭内で発生する事故の危険性を診断するもので、区も協力して取り組んでいます。診断後、家具転倒の危険性があった場合は、ご希望により区から1カ所分の転倒防止器具を差し上げます。
▶ **問合せ**：区民防災第二係 ☎5984-1654 **FAX** 3993-1194

防火防災診断の流れ **4/22(月)** から受け付け開始！

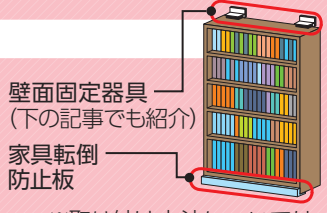
STEP 1
まずは電話で区役所内区民防災第二係 ☎5984-1654 へ応募。



STEP 2
事前に消防署から連絡の上、ご自宅の中を消防署と区の職員が拝見し、安全性の診断とアドバイスを行います。



STEP 3
診断の結果、家具の転倒の危険性がある場合は、**区から1カ所分の転倒防止器具を差し上げます。**



壁面固定器具
(下の記事でも紹介)
家具転倒防止板

※取り付け方法についてはご相談ください。

対象 次のいずれかに当てはまる世帯

- ①65歳以上の方がいる
- ②介護保険の要介護・要支援の方がいる
- ③身体障害者手帳をお持ちの方がいる
- ④愛の手帳をお持ちの方がいる
- ⑤精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方がいる
- ⑥人工呼吸器を使用している方がいる
- ⑦難病医療費助成を受けている方がいる

※すでに利用した世帯は申し込みできません。

対象を
拡大

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



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

※透明度の高い袋に入れ、回収時間内にお持ちください。
※雨天でも回収します。
※区立施設28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
5/19日、6/9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)
5/26日、6/16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)

災害に備えよう ～防災用品をあっせん



防災用品を定価よりも安い価格であっせんしています。あっせん品は、自宅または勤務先(いずれも区内のみ)に配送します。代金は、商品と引き換えにお支払いください。あっせん品の一覧など詳しくは、パンフレットをご覧ください。

▶ **パンフレットの配布場所**：区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、区民防災課(同本庁舎7階)、防災学習センターなど ※区ホームページでもご覧になれます。

▶ **問合せ**：防災学習センター ☎5997-6471

※パンフレットの郵送を希望する方は、92円切手を貼った返信用封筒(長形3号)を、〒179-0072光が丘6-4-1 防災学習センターへ送付してください。
※あっせん品の一部を、区民防災課や防災学習センターで展示しています。

〈あっせん品の例〉 ※価格は税抜き。



不動王T型固定式(2個1組) 2,640円
家具の転倒を防止します



吸水バッグ(吸水量5リットル〈2枚入〉960円、10リットル〈2枚入〉1,600円、20リットル〈1枚入〉1,600円)
水を吸収して膨張し、土のうの代わりになります

区内の中小企業の方へ～ビジネスサポートセンターのご利用を

練馬ビジネスサポートセンターでは、区内の中小企業・個人事業主・創業希望者などを支援しています。利用の要件など詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020

専門家に相談してみませんか

● **総合相談**…ビジネスマネジャーが経営全般について相談に応じます。
▶ **日時**：平日午前9時～午後5時

● **専門相談**…専門の相談員が各種相談に応じます。

日時		相談分野	相談員
月～金曜	午前9時～午後5時	起業・創業	ビジネスマネジャー
第1・3月曜	午前9時～11時	法律	弁護士
火曜	午後1時～5時	労務(経営者向け)	社会保険労務士
水曜	午前9時～午後5時	販路拡大・集客	ビジネスマネジャー
木曜	午後1時～5時	経営全般	中小企業診断士
金曜		税務	税理士

補助金のご利用を

①～⑥とも先着順です。必ず事業の実施前に申し込んでください。

補助内容	補助対象
① ホームページの新規作成	ホームページの新規作成委託費など
② 見本市などへの出展(※1)	出展料、展示装飾の経費、出品物の輸送委託費
③ 各種認証などの取得(※2)	認証取得審査費、コンサルタントの派遣や内部監査員の養成研修の経費
④ 事業者などの連携による製品開発などの補助	原材料、部品などの調達費、外部委託費など
⑤ 商店街空き店舗入居促進事業(店舗改修費・賃借料)	3カ月以上入居者のいない区内の商店街の店舗へ出店する事業者
⑥ 産業財産権(特許権・商標権など)の取得 新規	出願料・出願審査請求料、特許料・登録料、弁理士または弁護士に対する報酬

※1 補助回数は年度1回で通算3回まで。 ※2 各種認証など…ISO(国際標準化機構)規格やJIS(日本工業規格)などが定める規格への適合認証。

お知らせ

皆さまからの寄付(2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	練馬みどりの葉っぱい基金	18万4344円(2件)
	農業振興のため	30万円(1件)
	ひとり親家庭の支援のため	5,000円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ		27万8540円(11件)

事業者向け

区立保育園の運営を委託する事業者を募集

再来年4月から保育園の運営を委託する事業者を募集します。事業者の選定は、プロポーザル(事業提案)方式で行います。事業者には、通常の保育のほか、障害児保育や2時間を超える延長保育を行っていただきます。詳しくは、保育計画調整課(区役所本庁舎11階)や区ホームページにある募集要項をご覧ください。▶**対象保育園**: **1**豊玉保育園 **2**田柄第二保育園 ▶**委託期間**:再来年4月から5年間 ※来年4月から1年間は準

備委託期間。▶**申込**:募集要項に添付の申込書と必要書類を、5月28日(必着)までに保育計画調整課へ〈説明会・施設見学会〉▶**日時**:5月12日(日) **1**午前10時から **2**午後2時から ▶**場所**: **1**豊玉保育園 **2**田柄第二保育園 ▶**申込**:電話で保育計画調整課へ
◎**問合せ**:保育計画調整課 ☎5984-4687

働く

自衛官など

▶**問合せ**:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所 ☎3991-8921

種目	対象	募集期限
①技術海上・航空幹部	大卒以上で2年以上の業務経験のある方	5/24(金)
②技術海曹・空曹	国家資格のある20歳以上の方	
③自衛官候補生	18歳以上33歳未満の方	随時

※年齢は①②来年4月1日③採用月の翌月1日現在。

住まい・まちづくり

重点地区まちづくり計画を検討する区域がご覧になれます

補助233号線沿道周辺(大泉学園町4・8丁目、大泉町3丁目)地区を、

練馬区まちづくり条例に基づき「重点地区まちづくり計画を検討する区域」に指定しました。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**:5月20日(月)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝休日を除く)▶**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**:大江戸線延伸推進課 ☎5984-1564

重点地区まちづくり計画の案がご覧になれます

放射36号線等沿道周辺(羽沢・桜台・氷川台・平和台・早宮)地区の重点地区まちづくり計画の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。併せて、オープンハウスと説明会を開催します。オープンハウスでは、東京都と区が共同でパネルを展示し、質問にお答えします。また、公聴会を開催しますので、公述(意見を述べることを希望する方は申し出てください。▶**縦覧・意見書提出の期間**:5月20日(月)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝休日を除く)▶**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。

〈オープンハウス・説明会〉

日時	内容	場所
4/23(火) 13:00～16:00	オープンハウス(都・区)	早宮地域集会所
4/27(土) 13:00～14:30	説明会(区)	開進第四小
4/27(土) 14:30～16:00	オープンハウス(都・区)	

〈公聴会〉

▶**日時**:5月27日(月)午後6時30分から
▶**場所**:早宮地域集会所 ▶**公述の申し出方法**:都市計画課や区ホームページにある申出書を、5月20日(必着)までに持参または郵送で都市計画課へ ※公述人がいない場合は、公聴会は行いません。傍聴を希望する方は、事前に開催の有無を確認し

てください。

◎**問合せ**:東部地域まちづくり課 ☎5984-1594

ボランティア

外国人おもてなし語学ボランティア育成講座

簡単な英語で外国人に道案内などをするボランティアを育成する講座です。 ※東京都共催。▶**対象**:英語で簡単な日常会話ができる方 ▶**日時**:6月4日(火)午後2時～5時30分、6月11日・18日・25日、7月2日の火曜午後2時～4時【5日制】▶**場所**:文化交流ひろば▶**定員**:36名(抽選)▶**申込**:区ホームページ「電子申請」または電話で事業推進係に申込書を請求の上、5月15日(必着)までに申し込んでください。 ※申込書は区ホームページにも掲載しています。▶**問合せ**:事業推進係 ☎5984-1523

お休みします

〈男女共同参画センターえーる ☎3996-9005〉…4月28日(日)午後5時から【害虫駆除のため】

子ども・教育

5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歳ごろまで参加可)▶**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	31(金)①10:00②11:00 15(水)・20(月) ①14:00②15:00
北 ☎3931-1347	23(木)①10:00②10:50
光が丘 ☎5997-7722	17(金)①10:00②11:00
石神井 ☎3996-0634	9(木)・16(木)・23(木) ①10:00②10:50
大泉 ☎3921-0217	13(月)①10:00②10:50
関 ☎3929-5381	17(金)①10:15②11:00

外国語での相談を受け付けています

英語・中国語・韓国語などの言語で相談が受けられる外国語相談を実施しています。電話相談もできます。知り合いの外国人に紹介してください。

●地域振興課(区役所本庁舎9階) ☎5984-4333

▶**相談日時**:月～金曜午後1時～5時

▶**対応言語**:英語・中国語(月曜はタガログ語、金曜は韓国語も)

●文化交流ひろば ☎3975-1252

日本語を勉強するための情報や外国人住民が地域で生活するための情報を提供しています。

対応言語	曜日	時間
韓国語	月曜	午前10時～午後1時 ※祝休日は午後1時～4時。
英語	火曜	
中国語	水曜	
英語	木曜	
中国語	金曜	午後1時～4時
英語	土曜	
中国語	日曜	



▶**交通**:光が丘駅下車A5出口徒歩10分

※左記以外の言語は予約制です。詳しくは、お問い合わせください。



世界都市農業サミット参加都市②ロンドン



増え続けるコミュニティ農園

2012年のオリンピック・パラリンピックロンドン大会に向けて地域の住民が交流できる農園を2,012カ所開設する目標を掲げました。現在、約2,700カ所まで増えています。食育に関心の高い団体や市民などが学校や公園などを活用して農園を運営しています。一部の農園では、収穫した野菜をマーケットや近隣住民へ届けて販売するシステムが確立されています。



市民が憩うリージェンツ・パーク農園

「みんなde農コンテスト」アイデア(絵画)部門の優秀作品① ＝20年後の農のある練馬の姿＝

この作品は、「新農業改革」をコンセプトに、20年後、若者たちが農業に従事している様子を描いたものです。練馬のみどりをイメージした、若者が着くなるような農業服のデザインもポイントです。



中学生の部 鈴木悠さんの作品

問合せ 国際会議担当係 ☎5984-1498



世界都市農業サミットは11/29(金)～12/1(日)に開催! 詳しくは、区ホームページをご覧ください。

二次元
バーコードからも
ご覧になれます▶



世帯と人口【4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	734,689(+2,048)	日本人	714,719(+1,872)	外国人	19,970(+176)	年齢別人口		
373,661(+2,717)	男	356,983	男	347,658	男	9,325	14歳以下	15～64歳	65歳以上
	女	377,706	女	367,061	女	10,645	87,814(-90)	487,124(+2,007)	159,751(+131)

今がチャンス！ 子育てママの骨盤体操

▶**対象:**首のすわった0歳児と母親
▶**日時:**5月22日(水)午前10時～正午
▶**場所:**平和台体育館 ▶**内容:**講義、実技 ※希望者を対象に午前9時30分～10時に体組成測定あり。▶**講師:**健康運動指導士／加藤有里ほか
▶**定員:**30組(先着順) ▶**申込:**電話で北保健相談所 ☎3931-1347

パパも赤ちゃんも楽しめる！ パパビクスとベビーマッサージ

▶**対象:**首のすわった0歳児と父親 ※母親の参加も可。▶**日時:**5月25日(土)午前10時～正午 ▶**場所:**平和台体育館 ▶**内容:**講義、実技 ※希望者を対象に午前9時30分～10時に体組成測定あり。▶**講師:**健康運動指導士／オコイエ浩未ほか ▶**定員:**30組(先着順) ▶**申込:**電話で北保健相談所 ☎3931-1347

スマホでかわいく子どもを撮る方法、教えます！

▶**対象:**小学生以下のお子さんと保護者 ▶**日時:**5月5日(木)午後1時30分～3時 ▶**場所:**春日町青少年館 ▶**講師:**プロカメラマン／後藤竜典 ▶**定員:**15組(抽選) ▶**持ち物:**スマートフォン ▶**申込:**電話またはファクス、区ホームページ「電子申請」で①講座名②住所③親子の氏名・年齢④電話番号⑤電子メールアドレス(ある方のみ)を、4月27日(土)までに同所 ☎3998-5341 FAX 3998-5394

高齢者



風薫る公園で脳活ウォーキングはじめませんか！

▶**対象:**65歳以上の方 ▶**日時:**5月14日(火)・21日(火)午前10時～正午【2日制】 ▶**場所:**石神井公園ふるさ

と文化館など ▶**内容:**講義、実技、グループワーク ▶**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

健康・衛生



体と心をリフレッシュ！ ～練馬区健康いきいき体操講習会～

▶**日時:**5月21日(火)午後2時～3時

30分 ▶**場所:**北保健相談所 ▶**講師:**スポーツプログラマー／山内道子 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3931-1347

高血圧予防と改善のための食事と生活

▶**日時:**5月22日(水)午前10時～正午 ▶**場所:**石神井保健相談所 ▶**内容:**講義など ▶**定員:**35名(先着順) ▶**申込:**電話で同所 ☎3996-0634

5月の健康相談などの日程(無料)			事前に予約が必要です。 ※体組成の測定・育児 栄養歯科相談を除く。
内容	場所	日程・受付時間	
健康相談 ▶ 内容: 病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談	豊北	7(火)・21(水) 13:00～15:00	
	光	7(火)・21(水) //	
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	光	14(水) 13:30～15:15	
	光	23(木) 9:30～11:15	
	石	14(水)・30(木) 9:00～11:00	
禁煙に関する相談 ▶ 内容: 禁煙外来を行っている医療機関の紹介など	大関	14(水)・30(木) 13:00～15:00	
	大関	13(月)・27(月) 9:00～11:00	
育児栄養歯科相談 ▶ 持ち物: 母子健康手帳	豊北	8(水)・22(水) 9:00～10:00	
	光	10(金)・21(火) //	
	光	8(水) //	
	光	22(水) //	
◆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	石	10(金)・24(金) //	
	大関	13(月) //	
	大関	13(月)・27(月) 13:00～14:00	
心身障害者(児)歯科相談	つ	11～25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	豊北	17(金) 9:30～12:00	
	光	20(月) 14:00～15:30	
	光	17(金) 9:00～11:00	
	石	16(木) 14:00～15:30	
	大関	15(水) 14:00～16:00	
◆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	大関	30(木) //	
	大関	20(月) 9:30～12:00	
◆子育てこころの相談 ▶ 対象: 子育てで悩んでいる方	豊光	8(水) 13:30～16:30	
	石	29(水) 14:00～16:00	
	石	22(水) //	
◆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)	豊豊	15(水) 14:00～16:15	
	光	◎29(水) 14:00～16:00	
	光	23(木) 14:40～16:20	
◆大人の発達障害相談 ▶ 対象: 18歳以上で発達障害と思われる方	豊	20(月) 14:00～16:00	
◆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	23(木) 13:30～15:30	
HIV(エイズウイルス)抗体即日検査・梅毒検査(匿名)	豊	10(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		

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：練馬つつじ歯科診療所 ☎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。



2次募集



「子どものための講座」を 企画・運営する団体を募集

子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、9月～来年3月に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。

▶**問合せ:** 青少年課育成支援係(区役所本庁舎11階) ☎5984-1292

募集する講座

講座名	対象	内容
ねりま遊遊スクール	子ども・親子	子どもが体験する・発見する・創作する・感じる・学ぶをテーマにした講座(15企画程度)
すまいるねりま遊遊スクール	主に知的障害のある小中学生と保護者	遊び・体験・交流を通しての成長・発達をテーマにした講座(7企画程度)
子育て学習講座	大人	子育てや子どもの教育をテーマにした講座(24企画程度)
子供安全学習講座	子ども～大人	地域で暮らす子どもの安全・安心・防犯をテーマにした講座(9企画程度)
ねりまイクメン講座	父親・父子	父親の育児や家事参加、父と子の触れ合いをテーマにした講座(5企画程度)

申し込み方法など

▶**募集団体:** 次の①～③のいずれかに当てはまる団体

- ①区内の小中学校・幼稚園・保育園などのPTAや父母会
- ②練馬区生涯学習届出団体
- ③代表者が区内在住・在勤(在学)の20歳以上の方で、主に区内で活動している団体

▶**開催場所:** 区内の小中学校や幼稚園・保育園、公共施設など
※ねりま遊遊スクールのみ、区外で開催するものも応募できます。

▶**申込:** 図書館や体育館、青少年館、区ホームページなどにある申込用紙に必要書類を添えて、5月31日(必着)までに青少年課育成支援係へ
※申し込み多数の場合は、内容を審査の上、抽選。

説明会を開催

応募する団体は参加してください。

▶**日時:** 5月15日(火)①午前10時～11時30分 ②午後6時30分～8時

▶**場所:** 区役所本庁舎19階

▶**申込:** 当日会場へ



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:** 6月25日(火)～28日(金)に1日4～5時間程度、ココネリ3階(練馬1-17-1)で開催する研修の全日程に参加できる方 ※28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。▶**区の担当:** 高齢社会対策課計画係

《説明会を開催》

▶**日時:** 6月20日(木)午前10時～11時30分 ▶**場所:** ココネリ3階 ▶**定員:** 80名(区内在住の方を優先の上、抽選) ▶**申込:** 6月5日(水)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6月13日(木)に発送。 ※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。

スポーツ

区民体育大会

1**2**とも▶**問合せ**:スポーツ振興課事業係(区役所本庁舎8階) ☎5984-1947 ※区ホームページで実施要項をご覧ください。

1ゴルフ

▶**日程**:6月7日(金)▶**場所**:日本カントリークラブ(埼玉県越生町)▶**内容**:男女年齢別、新ペリア方式▶**定員**:80名(先着順)▶**費用**:3,000円(保険料など) ※プレー代実費。▶**申込**:体育館やスポーツ振興課にある実施要項をご覧くださいの上、中村ゴルフクラブへ

2アクアスロン

▶**対象**:小学生以上▶**日時**:6月2日(日)午前9時30分から▶**場所**:光が丘体育館、光が丘公園▶**内容**:小学生…スイム60m・ラン1.2km、中学生・50歳以上の方…スイム180m・ラン3.7km、15歳以上(中学生を除く)…

スイム240m・ラン5.6km▶**費用**:800円(保険料、ゼッケン代など)▶**申込**:体育館や三原台温水プール、スポーツ振興課にある実施要項をご覧くださいの上、5月18日(必着)までにトリアスロン連合事務局へ

女性スポーツ大会

1**2**とも▶**区の担当**:スポーツ振興課事業係▶**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の上、**1**5月10日**2**6月7日(必着)までに各申込先へ

1バドミントン

▶**対象**:区内在住・在勤、または練馬区バドミントン協会登録の女性▶**日時**:6月1日(土)…3部・4部、9日(日)…1部・2部 いずれも午前9時から▶**場所**:総合体育館▶**内容**:ダブルスの個人戦トーナメント(4部制)▶**費用**:1組1,000円(保険料、シャトル代)▶**問合せ**:練馬区バドミントン協会 ☎3995-7435

2卓球

▶**対象**:①PTAチーム(区内の同一小学校の児童の母親)②クラブチーム(区内在住・在勤の30歳以上の女性)▶**日時**:6月22日(土)午前9時から▶**場所**:光が丘体育館▶**内容**:団体戦(①2シングルス・1ダブルス②5シングルス)▶**費用**:1人400円(保険料など)▶**問合せ**:練馬区卓球連盟・吉浦 ☎090-8941-7447

区民交流事業 近藤欽司さんの卓球教室

▶**対象**:小学生以上でラリーができる方▶**日時**:5月26日(日)午後1時～4時▶**場所**:中村南スポーツ交流センター▶**講師**:元日本代表女子卓球監督／近藤欽司▶**定員**:100名(先着順)▶**持ち物**:ラケット▶**申込**:電話で同所 ☎3970-9651

講座・催し

映画上映会えーるシネサロン 「筆子その愛～天使のピアノ」

▶**日時**:5月17日(金)④午前10時～正午⑥午後2時～4時、①18日(土)午後2時～4時▶**場所**:男女共同参画センターえーる▶**定員**:各30名(先着順)▶**費用**:500円▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①講座名(④～⑥の別も)②氏名③電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉oubo@nerima-yell.com ※④⑥で保育室(1歳以上の未就学児対象。定員各6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢を、5月7日(火)までにお知らせください。

区民歩行会「秩父あるき 自然と歴史文化にふれる旅」

▶**対象**:小学生以上 ※小学生は保護者同伴。▶**日時**・**場所**:5月26日(日)午前10時30分西武秩父線横瀬駅集合～羊山公園～秩父神社～秩父今

宮神社～午後3時西武秩父線西武秩父駅解散(約8km)▶**定員**:50名(抽選)▶**費用**:500円(小学生250円)▶**申込**:往復ハガキで①区民歩行会②参加者全員(4名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号③代表者の氏名を、5月7日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

かんたん点前で抹茶を楽しもう

▶**対象**:18歳以上の方▶**日時**:5月9日(木)・16日(木)④午前9時～10時15分⑥午前10時45分～正午【2日制】▶**場所**:向山庭園▶**定員**:各15名(先着順)▶**費用**:2,000円▶**申込**:電話で同所 ☎3926-7810

石神井公園ふるさと文化館の催し

▶**場所**・**問合せ**:石神井公園ふると文化館 ☎3996-4060▶**費用**:①50円③150円⑤100円▶**申込**:当日会場へ

内容	日時	定員(※) (先着順)
ふれあい土曜事業		
①とり笛を作っ てならそう	5/4(祝) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
②いろいろ端で楽 しむ紙しばい	5/11(土) ④13:00から ⑥14:00から	—
③江戸のおもちゃ を作って遊ぼう	5/18(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
④クイズラリーふ るさと文化館を 探検しよう	5/25(土) 13:00～16:00	—
ゴールデンウィーク事業		
⑤立体かぶとを 作って遊ぼう	5/3(祝) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
⑥昔遊び・伝承 遊びを楽しもう	5/5(祝) 13:00～15:00	—
⑦タイムスリップ! 昔の衣装体験	5/6(休) 13:00～15:00	—
⑧季節展示「五 月人形飾り」	4/27(土)～5/6(休)	—

※④の定員を超えた場合は⑥の整理券を配ります。

ご自慢の作品を
披露してみませんか？

募集期間
6/19～7/19(必着)

ねりま手工芸公募展作品募集

9月1日(日)～7日(土)に石神井公園ふるさと文化館で開催される公募展に出品する作品を募集します。▶**対象**:区内在住・在勤(在学)の16歳以上の方▶**募集する作品**:応募者本人が制作した手工芸作品▶**作品の規格**:原則、平面作品は150cm×150cm以内、立体作品は60cm×60cm×60cmのスペースに展示できる大きさ▶**申込**:石神井公園ふるさと文化館や練馬区立美術館、生涯学習センター、地区区民館、文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)などにある募集要項をご覧くださいの上、6月19日～7月19日(必着)に石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060 ※募集要項は、同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)にも掲載しています。

区民のひろば

- この欄は、区民の方のサークル活動などを紹介しています。内容などの確認は当事者間でお願いします。
- 掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。
- 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。

■**彩炎画会作品展(油彩画)** 4月25日～5月1日午前10時～午後6時(25日は午後1時から。1日は午後4時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 例会…毎土曜午後1時～5時 大泉南小 講師 宮澤歳男 入会金1,000円 月会費2,000円 柏岡 ☎3922-8928(要予約)

■**石神井南中OB吹奏楽団第38回定期演奏会(スラブ行進曲・ドラゴンクエスト・万華鏡など)** 5月6日午後2時開演 練馬文化センター 入場無料 伊東 ☎3996-2933

■**楽しい中国語会話サークル** 月4回水曜①午後6時～7時20分(初級)②午後7時30分～9時10分(中級) 男女共同参画センターえーる 中国人講師が指導 ①②とも入会金1,000円、月会費4,000円 初回は無料体験可 野口 ☎090-2734-6621(要予約)

■**高齢者の心身共の勉強会** 4月29日午後1時30分～4時30分 ココネリ3階 参加費無料 そしある・茂木 ☎080-5084-2559

■**小竹小開放ラケットテニス大会** 5月6日午後1時～5時 小竹小 参加費無料 子育て支援課開放授業・峰木 ☎080-5659-1354 ✉vein19413853@jcom.home.ne.jp

■**合気道 平和台合気会** 中学生～82歳の初心者対象 毎火曜午後7時10分～8時30分 平和台体育館 会費無料 奈良谷 ☎080-4958-5754 ✉ryo1978tak@yahoo.co.jp

■**ストレッチ&リズムムーブメント キャッスル** 毎水曜午後7時～8時30分 光和小 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 大橋 ☎3923-8459(午後7時以降)

■**レインボー(ストレッチ・ダンベル体操・バドミントン・ラケットテニスなど)** 月3回金曜午後7時～9時 上石神井北小など 講師 犬塚よしみ 月会費1,500円 年会費2,200円 永田 ☎3996-0335(要予約)

■**フットサル FCリベルダーチ** 中学生・高校生対象 毎水曜午後7時～9時 学校教育支援センター 講師 成田暁季 入会金2,000円 月会費4,000円 初回は無料体験可 赤坂 ☎080-8722-0318 ✉akatai0318@icloud.com(要予約)

■**太極拳・気功 ゆうゆう太極拳** 月3回火曜午前10時～11時30分 生涯学習センター 入会金1,000円 月会費3,500円 川辺 ☎080-5899-4437

■**野の花スケッチひまわりの会** 月2回午後1時～4時 勤労福祉会館 入会金2,000円 会費1回1,500円 教材費実費 太田 ☎5933-1330(要予約)

■**練馬武術太極院無料体験会(8・24・42式太極拳、32式太極剣、氣功)** ①4月23日～5月21日の毎火曜②4月25日～5月16日の毎木曜③4月28日～5月19日の毎日曜 いずれも午前10時～11時30分 ①早宮地域集会所②光が丘区民センター5階③桜台体育館 中国人女性講師が指導 例会…④毎火曜⑤毎木曜⑥毎日曜午前10時～11時30分 ④早宮地域集会所⑤光が丘区民センター5階⑥桜台体育館 ④～⑥とも入会金3,000円、月会費5,000円 黄 ☎090-4244-8435(要予約)

■**硬式テニス 火曜テニス** 初級者対象 毎火曜午前9時～11時 石神井松の風文化公園 会費6ヵ月2,000円 初回は無料体験可 石井 ☎090-9206-0742(要予約)

■**野草の育成・保護活動 練馬・野草四季の会** 第1水曜、第3土曜午前9時30分～11時30分 田中山憩いの森(谷原) 年会費1,000円 狩野 ☎5910-6650(要予約)

■**第60回雪国カラオケ発表会** 4月29日午前10時～午後4時30分 生涯学習センター 入場無料 若林 ☎080-5177-5321

■**アフガン編み 美浦会** 初心者対象 第2・4金曜午前9時30分～11時45分 練馬文化センター 講師 伊藤幸枝 月会費2,000円 山崎 ☎FAX 3991-7001

■**リトミック** ①平成28年4月～29年3月生まれのお子さんと保護者②平成29年4月～30年3月生まれのお子さんと保護者対象 毎火曜①午前9時50分～10時30分②午前10時40分～11時20分 高野台地域集会所 ①②とも月会費4,000円 初回は無料体験可 リトミっこ ☎090-4072-3285(要予約)

■**社交ダンス スパイラル** 主に毎火曜午後1時～4時 光が丘区民センター5階 有資格者が指導 入会金1,000円 月会費2,800円 倉井 ☎3979-6880(要予約)

■**石神井公園ストレッチフラ&タヒチアンダンス** 初心者の女性対象 週1・2回主に火・金曜午前10時～正午 石神井公園区民交流センターなど 参加費1回500円 初回は無料体験可 お子さん連れ可 プアアロハ岩本 ☎050-5435-8717 ✉stretchhulatahiti@gmail.com

■**ピラティス マーメイド** 初心者対象 ①毎水曜②毎金曜午前9時15分～10時15分 男女共同参画センターえーる ①②とも会費1回1,000円 佐藤 ☎090-7909-4972(要予約)

■**FC大泉フットサル** 毎金曜①午後5時～6時(小学1～3年生)②午後6時30分～7時40分(小学4～6年生)③午後7時50分～9時10分(中学生) 大泉学園町体育館 ①～③とも入会金1,000円、月会費3,000円、保険料年800円 渡辺 ☎090-6171-5455(要予約)

■**プリザーブドフラワー講習会(①母の日②ハーバリウム)** ①5月8日午後4時～6時②6月13日午前10時～正午 区役所本庁舎19階 ①②とも参加費1,500円、花材費実費 ksh 本卦 ☎FAX 3998-2910(要予約)

■**親子体操(ボール・フラフープ・平均台など) いちごクラブ** おおむね1歳6ヵ月～3歳児と保護者対象 毎水曜午前11時～正午 旭町北地区区民館 講師 犬塚よしみ 会費1回400円 初回は無料体験可 岩下 ☎080-2058-6077 ✉nerima_ichigoclub@yahoo.co.jp

■**フラダンス フラ・プルメリア** 45歳以上の初心者～初級者対象 月3回木曜午前10時40分～11時40分 大泉中 月会費3,500円 初回は無料体験可 橋本 ☎080-9355-4923(要予約)

■**ストレッチ・軽い筋トレ・リズム体操 光クラブ** 毎水曜午後7時30分～9時20分 光が丘地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 タブセ ☎090-9147-9158(平日は午後3時以降)

広告

お売り下さい。使わなくなった物。

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

古道具くら

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

若年女性のためのわたしの「これからライフ」2019

1～**3**とも▶**対象**:19～39歳の女性▶**場所**:男女共同参画センターえーる▶**定員**:30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(**1**～**3**)の別。**1**は④～⑥の別も。複数申し込み可)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5月10日(金)までにお知らせください。

催し名・講師	日程
1 ゆるヨガ体験▶ 講師 :全米ヨガアライアンスRYT200／滝沢菜穂	④5/26(日) ⑤8/4(日) ⑥9/8(日)
2 ハーブでティーセラピー体験▶ 講師 :JAMHA認定ハーバルセラピスト／佐藤暁	6/25(火)
3 おしゃべり女子会@えーる▶ 講師 : (一社) ひきこもりUX 会議代表理事／林恭子	7/23(火)

※時間はいずれも14:00～16:00。各回終了後、参加者同士で交流できます(希望者のみ)。

ふるさと文化講座「江戸のくらしと食べ物」

江戸時代の料理書などを通して、江戸の食文化の魅力についてお話しします。▶**日時**:5月25日(土)午後2時～3時30分▶**場所**:石神井公園ふ

るさと文化館▶**講師**:東京家政学院大学名誉教授／江原絢子▶**定員**:90名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎3996-4060

障害者通所施設合同運動会

区内の通所施設に通っている障害のある方やボランティア、職員、関係者の総勢1,000人による運動会です。区民の皆さまもぜひ応援にお越しください。▶**日時**:6月1日(土)午前10時～午後3時30分(雨天中止)▶**場所**:南町小 ※駐車場はありません。〈ボランティアを募集〉

運動会当日の午前8時30分～午後4時30分に、進行などを手伝っていただける方を募集します。▶**申込**:電話で実行委員会(ねりま高松事業所)・増渕☎5848-8311 ◎**問合せ**:障害者施策推進課管理係☎5984-4598 **FAX** 5984-1215

歩いて自然をさがす教室～新緑の中でいきものとのつながり！

▶**日時**:5月5日(祝)午前10時～正午▶**場所**:花とみどりの相談所周辺の公園▶**講師**: (公財)日本自然保護協会自然観察指導員／川上典子▶**定員**:30名(先着順)▶**保険料**:50円▶**申込**:電話で花とみどりの相談所☎3976-9402

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

◆**福祉音楽祭inねりま**▶**日時**:4月25日(木)午前10時～午後4時▶**場所**:練馬文化センター▶**内容**:障害者団体などによる演奏・歌・ダンス、自主生産品の販売など▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:東京石泉ライオンズクラブ・神山☎090-5319-8001

◆**JA東京あおばの催し**

1夏野菜苗即売会▶**日時**:4月26日(金)～30日(休)午前10時～午後5時▶**場所**・**問合せ**:ふれあいの里(桜台3-35-18)☎3991-8711

2夏野菜苗・花・野菜・田舎まんじゅうなどの即売会▶**日時**:4月27日(土)・28日(日)午前10時～午後4時▶**場所**:こぐれ村(大泉学園町2-12-17)▶**問合せ**:大泉地区アグリセンター☎3925-3112

3野菜苗の即売会▶**日時**:4月29日(祝)午前8時～正午▶**場所**:とれたて村石神井(石神井町5-11-7)▶**問合せ**:石神井地区アグリセンター☎3995-4955

◆**ハワリンパル2019(モンゴルの春祭り)**▶**日時**:5月4日(祝)午前11時～午後5時、5日(祝)午前10時～午後4時▶**場所**:光が丘公園けやき広場▶**内容**:モンゴル料理の販売、民族音楽の演奏、モンゴル相撲大会など▶**問合せ**:実行委員会☎090-1662-2383

◆**練馬清掃工場個人見学会**▶**日時**:5月11日(土)午後1時30分～3時▶**定員**:50名(先着順)▶**申込**:5月9日(木)までに電話で練馬清掃工場☎3995-5311

◆**光が丘在住・オリンピック三大会柔道連続メダリスト田辺陽子氏「講演・実技指導」** オリンピックメダルを首にかけて記念撮影ができます。▶**日時**:5月11日(土)午後2時～4時(午後1時30分開場)▶**場所**:光が丘IMAホール(光が丘5-1-1)▶**講師**:日本大学法学部准教授／田辺陽子▶**定員**:500名(先着順)▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:光

連協オリパラ2020光が丘プロジェクト・大熊☎090-1765-2482

◆**ねり歩きガイドの会が案内するねりまのねり歩き(④武蔵関コース⑤北町コース⑥光が丘コース)**▶**日時**・**場所**:④5月16日(木)午前9時20分西武新宿線武蔵関駅集合～武蔵関公園～立野公園～正午集合場所解散(約4km)⑤17日(金)午前9時20分東京メトロ地下鉄赤塚駅集合～田柄川緑道～浅間神社富士塚～正午東武東上線東武練馬駅解散(約3.5km)⑥18日(土)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合～四季の香ローズガーデン～バードサンクチュアリ～午後0時30分光が丘公園けやき広場解散(約3.5km)▶**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(④～⑥の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、5月9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

◆**荒川土手を歩き岩淵水門を訪ねる**▶**日時**・**場所**:5月19日(日)午前9時JR浮間舟渡駅集合～浮間公園～荒川知水資料館～午後0時30分JR赤羽駅解散(約7km)▶**保険料など**:500円▶**申込**:往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、5月7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)

◆**区民企画講座「自分らしく生きるために～多様な性を切り口に考える」**▶**日時**:5月25日(土)午後1時～3時▶**場所**:男女共同参画センターえーる▶**講師**: (一社)Get in touch事務局／渡邊あき▶**定員**:42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、5月7日Allyの会☎050-5308-4626(平日午前10時～午後6時) ✉nerimaally@gmail.com ※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、5月15日(火)

までにお知らせください。

◆**設立10周年記念「石神井にゆかりのある作家の語りと朗読の会」**

▶**日時**:5月25日(土)午後2時～3時▶**場所**:南田中図書館▶**出演**:千夜一夜座座長／田中千寿江▶**定員**:30名(先着順)▶**費用**:500円▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、南田中のまちを考える会・下河☎**FAX** 5393-7381 ✉h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp ※5月24日(金)～26日(日)午前10時～午後4時に「南田中のまちづくり活動のパネル展」を開催。

◆**大泉桜高校公開講座「中国語入門～ピンインを声に出して読もう！」**

▶**対象**:20歳以上の方▶**日時**:6月1日～29日の毎土曜午前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、4月25日(消印有効)までに〒178-0062大泉町3-5-7 大泉桜高校☎3978-1180

◆**2DAYハイク「ベルデ岩井泊で房総の山ハイキング」**▶**日時**・**場所**:6月8日(土)午前7時30分西武池袋線練馬高野駅集合～関東ふれあいの道～権現の森～笠森観音～9日(日)午後5時集合場所解散(約21km)▶**定員**:40名(抽選)▶**宿泊費**・**交通費など**:1万5000円(中学生以下は1万円)▶**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、5月15日(必着)までに〒177-0032谷原1-7-5 SSC谷原☎3997-2500

花とみどりの展示会

◆**花の表情展2019**▶**日時**:4月28日(日)～5月4日(祝)午前9時～午後5時(4日は午後4時まで)▶**場所**・**問合せ**:花とみどりの相談所☎3976-9402

朝・夕・青空市

◆**江古田いちば通り商店街**▶**日時**:4月25日(木)午前10時～午後7時▶**問合せ**:林☎3991-0888

平成つつじ公園のツツジが見頃です

平戸系、霧島系など各種のツツジが5月末まで咲き続けます。見頃は久留米ツツジが満開となる4月下旬です。また、園内には樹齢約70年の久留米ツツジなど高さ2～3mの大株も多数植えられています。美しい花園の風景をお楽しみください。▶**問合せ**:東部公園出張所☎3994-8141



4/29
(祝)

第5回練馬つつじフェスタ

模擬店やステージショー、小学生写生大会などを実施します。また、ペDESTリアンデッキ(歩行者回廊)では、練馬産野菜や花などを販売します。▶**日時**:4月29日(祝)午前9時30分～午後5時(小雨決行)▶**区の担当**:商工係▶**問合せ**:渡部☎090-9819-4761

子どものための講座

区内の団体に委託して実施。▶**問合せ**:育成支援係☎5984-1292

◆**ねりま遊遊スクール**

◆**親子で英語で体験!お歌やお話であそぼう**▶**対象**:1～3歳児と保護者▶**日時**:5月10日(金)午前10時～11時▶**場所**:西大泉地区区民館▶**定員**:15組(先着順)▶**費用**:1組100円▶**申込**:電話でぺこぺこあおむしの会・金☎080-5193-2844(午前9時～午後8時)

◆**みんなで田んぼ体験塾**▶**対象**:3歳児～中学生と保護者▶**日時**:5月19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)

◆**親子でリトミック**▶**対象**:①1～2歳児と保護者②4カ月～1歳6カ月児と保護者▶**日時**:5月28日(火)①午前9時40分～10時40分②午前11時～正午▶**場所**:早宮地域集会所▶**定員**:各14組(先着順)▶**費用**:1組100円▶**申込**:電話でキラキラプロジェクト・戸ヶ崎☎080-4426-2295

◆**スポーツなど**▶**申込**:**A B C D**～**E**当日会場へ**C**電話でSSC平和台☎5921-7800 ※未就学児は保護者同伴。

A光が丘体育館▶**対象**:小学生▶**日時**:5月11日(土)午前9時30分～11時30分▶**内容**:少女バレー▶**定員**:30名(先着順)▶**保険料**:50円**B**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**:5月18日(土)午前9時30分～正午▶**内容**:ティーボール▶**保険料**:50円**C**平和台体育館▶**対象**:小学1～3年生▶**日時**:5月18日(土)午前10時～正午▶**内容**:かけっこ▶**定員**:30名(先着順)**D**総合体育館▶**対象**:5歳児～中学生 ※保護者の参加も可。▶**日時**:5月25日(土)午前9時～正午▶**内容**:トランポリ

ン、ボクシングミット打ちなど▶**定員**:50名(先着順)▶**保険料**:50円

E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**:5月25日(土)午前9時20分～11時45分▶**内容**:鉄棒、跳び箱、トランポリンなど▶**定員**:80名(先着順)

F中村南スポーツ交流センター▶**対象**:①5歳児～中学生②小中学生 ※いずれも保護者の参加も可。▶**日時**:5月27日(月)午後4時～6時▶**内容**:①フラッグフットボール②バドミントン▶**定員**:40名(先着順)

◆**5月の水泳ワンポイントレッスン A～E**とも▶**対象**:4歳児～中学生 ※小学3年以下のお子さんには水着を着用した保護者が付き添ってください。▶**内容**:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。▶**費用**:プール利用料(保護者のみ)▶**持ち物**:水着、水泳帽▶**申込**:当日会場へ

A三原台温水プール…5月11日(土)・18日(土)・25日(土)午前9時～11時

B上石神井体育館…5月11日(土)・18日(土)・25日(土)午前9時～11時

C光が丘体育館…5月11日(土)・25日(土)午前9時～11時

D中村南スポーツ交流センター…5月11日(土)・18日(土)・25日(土)午前9時～11時

E平和台体育館…5月18日(土)午前9時～11時

リサイクル・マーケット

▶**出店申込**:往復ハガキで①住所②氏名③電話番号を、5月7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。

◆**こぶし公園**(富士見台3-53-1)▶**日時**:5月12日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)▶**申込先**:〒177-0034富士見台3-62-13-203 島裕子☎090-6496-5366(先着10店。問い合わせは午後6時～10時)

広告 **相談無料** **弁護士・税理士と話せる相続ガイド** **お申し込みはコチラ!** **090-6039-1334**

※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。

※ご相談内容によって専門家をご紹介します。※ご希望によってはお取扱いできない内容がございます。

東京都港区赤坂2丁目19番4号FORUM赤坂8階 ファイナンシャル・プランナー 川村 憲史

見て

すぐに役立つ
防災の知識が満載!



体験する

起震車で震度7の地震を体験!



学んで

消火器の使い方を学ぶ!



防災体験祭

5/6 (休)

10:00~13:00

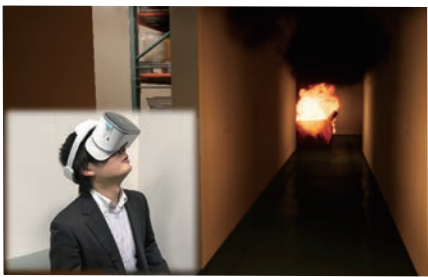
(受け付けは 12:15まで)

災害時に適切な行動をとるためには、日頃から防災知識を身に付けておくことが大切です。防災体験祭では、いざという時に必要な行動を、「見て」「学んで」「体験する」ことができます。ぜひ、お越しください。1面

場所・問合せ 防災学習センター ☎5997-6471



降雨体験車で豪雨体験



VR(バーチャルリアリティ)を使った避難訓練

※ゴーグルを着けながら、火災を想定した避難を体験します。

他にも催しが盛りだくさん!

- 火おこし体験
- ワークショップ (風向計づくり)
- 防災クイズ



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。

10連休 GW をお得にあそぼう

水と緑の遊園地 **としまえん**

フリーパス

一般(大) 4,200円 ▶ **1,800円**

一般(小) 3,200円 ▶ **800円**

まだまだあるぞ! お得なサービス!

西武園ゆうえんち

Tokyo Dome City

ハイブリッド・レジャーランド 東武動物公園

詳しくは HP をみてね!

入会キャンペーン

練馬区内で働く方ならどなたでもご入会できます

期間 **5月1日(水) ~ 6月29日(土)**

特典

1. 入会金 (200 円)
2. 会費 2 か月分 (1,000 円) ▶ **0 円**

☎03-3993-6600

5/1・2 は営業します!

営業時間: 月~土 9:00 ~ 17:00 (休業日: 日曜・祝日・年末年始)

練馬区練馬 1-17-1 Coconeri 4 階 (練馬駅中央北口すぐ)

畳

畳を替えて、**無料** 見取り **熊本** を応援しよう!

表替え	新畳	裏返し
¥4,700~	¥10,700~	¥3,800

即日仕上げ

朝引き取り→夕方納品

重たい家具の移動 **無料**

仕上げの拭き掃除

防虫シート・竹炭シート 取扱

ご注文の方に「カードケース」プレゼント!!

私たちが伺います!!

二代目 白澤 聡

三代目 白澤 聡一

地元で80余年 三代続く畳店です!!

有限会社 白澤畳店

ご注文 お問い合わせ **0120-75-1153**

詳しくはホームページで 練馬区旭丘 1-63-6

<http://www.shirasawa-tatami.co.jp>

広告

5/11(土) リフォームイベント開催

可愛いお花やハーブの苗木プレゼント♪ 先着100組様

詳しくは...

立花建設 練馬 検索

TEL: 0120-137-111

〒176-0022 東京都練馬区向山4-35-18

立花建設株式会社

平成を振り返る



平成を振り返る

