

ねりま区報

Nerima

よりどりみどりねりま



9/1

令和元年
(2019年)

第1874号 毎月1日・11日・21日発行

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

今号の注目情報

- 来年度入園の幼稚園児を募集3面
- マイナンバーカードは便利です4面
- 敬老の日の催し7面
- 小学生の放課後の居場所説明会..8面



世界都市農業サミットは
11/29(金)~12/1(日)
に開催!



ちびっこレスキュー



起震車で震度7を体験



子どもと一緒に初期消火訓練



長野県上田市の給水車が登場



開進第二中や南町小の区民防災組織の皆さんによる
豚汁などの炊き出し(限定1,500食)

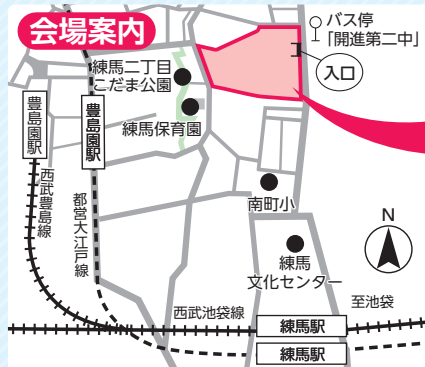


煙の怖さを体験

来て! 見て! 感じて! 防災フェスタ♪

9/8(日)10:00~12:30

防災を身近に感じることができる「防災フェスタ」を開催します。ぜひご参加ください。
※荒天や災害発生時は中止になる場合があります。▶問合せ:区民防災第一係 ☎5984-2601



今年は
開進第二中
(練馬2-27-28)
で開催!!

▶交通:豊島園駅下車徒歩6分、練馬駅下車徒歩8分、みどりバス(氷川台ルート)で「開進第二中」下車すぐ ※車での来場はご遠慮ください。

ぜひ体験しに
来てね!!



警察・消防車両
などの乗車体験

ほかにも警察・消防などの防災機関やライフライン機関による展示など、企画がいっぱい!



はしご車体験

3歳児以上対象(未就学児は保護者同伴。安全ベルトを装着できない方は搭乗できません)。午前9時50分から抽選券を配布。定員30組(2人1組)。※強風などにより中止になる場合があります。



9/14(日) 避難拠点訓練に参加しよう!

避難拠点(全区立小中学校)で、9月14日(日)に開設訓練を行います。光が丘第三中では、午後1時30分~3時20分に機器の操作訓練や炊き出し訓練などを行います。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:区民防災第三係 ☎5984-4504

2面も

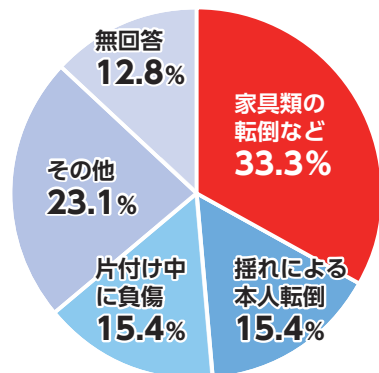
防火防災診断などの
防災特集



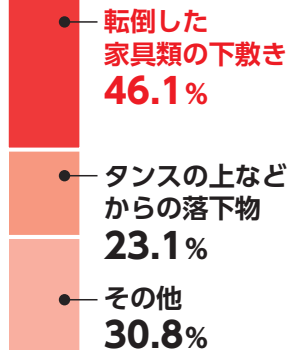
平成28年
熊本地震**約3割**の方が家具類の転倒などで負傷

問合せ 区民防災第二係 ☎5984-1654 FAX 3993-1194

家具類の転倒・落下・移動が原因のけが人の割合



内訳



平成28年熊本地震でけがをした方のうち家具類の転倒などによる割合は、33.3%でした。

家具類の転倒・落下を防ぐためにも家具転倒防止対策は重要です。



▲熊本地震による被害の様子

9月～12月
まで**防火防災診断! いっやるの? 今でしょ!**診断の申し込みを受け付けます **無料**

消防署では、区と協力して高齢者などを対象に「防火防災診断」を実施しています。診断後、家具転倒の危険性があつた場合は、区から1カ所分の転倒防止器具(=写真)を差し上げます。

**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。

診断の流れは3つのステップ **簡単****ステップ1** まずは電話

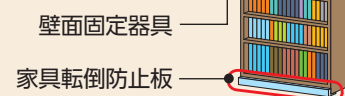
区民防災第二係 ☎5984-1654へ

**ステップ2** ご自宅を診断

事前に連絡の上、消防署と区の職員が自宅を訪問して診断

**ステップ3** 診断結果に応じて
転倒防止器具を差し上げます

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



備えよう!

防災を学んで!体験しよう!

ねりま防災カレッジクラス別講座

申込先・問合せ 防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472
✉ kuminbousai04@city.nerima.tokyo.jp

▶定員:各40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(A～Eの別)②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、A～C 9月26日(木) D/E 11月9日(土)までに申込先へ

講座	内容	日時【4日制】	場所
A自助(平日)	災害時に必要な防災対策や知識を時間的な流れに沿って学ぶ	10/9(水)・16(水)・23(水)・30(水) 14:00～16:00	防災学習センター
B自助(週末)		10/6(日)・12(土)・26(土)・11/9(土) 10:00～12:00	
C自助(夜間)		10/10(木)・17(木)・23(水)・30(水) 19:00～21:00	
D共助(平日)	共助活動に必要な知識や技術、安否確認方法、ボランティア活動について学ぶ	11/19(火)・26(火)・12/3(火)・10(火) 10:00～12:00	防災学習センター
E共助(週末)		11/23(木)・30(土)・12/7(土)・14(土) 10:00～12:00	

2日間の講習で学び、本番で披露する
軽可搬ポンプ取り扱い講習会～石神井地域

災害時の初期消火活動で使用する軽可搬ポンプ(D級)の取り扱いについて学び、石神井軽可搬ポンプ操法大会で成果を披露します。▶対象:〒177・178地域に在住・在勤(在学)の中学生以上 ▶講師:石神井消防署員など ▶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講習会名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月27日(金)までに区民防災第二係 ☎5984-2605 FAX 3993-1194 ✉ kuminbousai02@city.nerima.tokyo.jp

	日時【3日制】	場所
講習会	10/5(土)13:00～15:00、19(土)10:00～12:00	光和小
大会	10/27(日)9:30～12:00	東京学芸大学附属大泉小

地震発生時に避難拠点で活動する
練馬区災害ボランティアを募集

震度5弱以上の地震発生時に、事前に登録した避難拠点(区立小中学校)に集まり、被災した避難者の支援活動や自力での避難が難しい方の安否確認をしていただきます。▶対象:18歳以上の方 ※災害時に活動する団体などに所属している方を除く。▶申込:区民防災課(区役所本庁舎7階)や区ホームページにある申請書に記入の上、区民防災課区民防災第二係 ☎5984-2605

がんを知る。がんと生きる。

～日本人の2人に1人はがんになる時代です

がんは自分には関係ないと思っていても、誰でもかかる可能性があるとても身近な病気です。以前は「治らない」病気というイメージでしたが、最近では治療をしながら「向き合って生きていく」病気へと変わりつつあります。9月のがん征圧月間を機会に、改めて自分や周囲の方の健康について考えてみませんか。



「たまには立ちどまって」
早足で過ぎていく日々。
仕事と生活。私たちもつい駆け足。
でも、たまには立ちどまって、ゆっくり周りを見渡してみてもいい。
自然、人の表情、私たちが築いてきたもの。
病気は私に少しの試練を与えたけれど、同時に立ちどまる勇気を与えてくれた。
忙しさを言い訳に、見過ごしてきたものを見えるようにしてくれた。
悪いことばかりじゃない。
だから顔をあげていこう。
世界はまだ見えていない大切なものたちに溢れているから。

提供者：女性 子宮体がん

がん患者の方から、ことばとともに提供された写真を紹介しています(下の写真展とパネル展でご覧になれます)。

がん征圧月間の催し

●写真展とパネル展

順天堂大学練馬病院で展示された写真と、患者家族の支援者のお話などを紹介します。▶日時:9月13日(金)までの午前8時45分～午後8時(13日は正午まで)
▶場所:区役所本庁舎2階通路▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624

●順天堂大学練馬病院 出張講座&交流会

がん医療チームによるシンポジウム
～がんってなに?いま自分にできること

▶日時:9月7日(土)午後2時～3時 ※シンポジウム終了後、交流会あり。▶場所:南大泉青少年館▶講師:順天堂大学練馬病院医師・看護師など▶定員:40名(先着順)
▶申込:9月6日(金)までに電話で南大泉図書館 ☎5387-3600

おはなし会&ママパパのなんでも相談会(健康・育児)

▶日時:9月7日(土)午前11時～午後0時30分▶場所:南大泉青少年館▶内容:「カラダ」をテーマにした絵本のよみきかせやパネルシアター▶申込:当日会場へ▶問合せ:南大泉図書館 ☎5387-3600

がん検診を受けましょう！

区では、6つのがん検診を実施しています。受診期間や申し込み方法など詳しくは、お送りした案内や区ホームページをご覧ください。▶問合せ:成人保健係 ☎5984-4669

がんを知るための コラムを連載

ねりまちてくてくサブリでは、がん経験者の視点からのコラムを開始します。詳しくは、アプリをダウンロードしてご覧ください。▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624

ねりまち
てくてく

アプリのダウンロード
はこちら↓



アイフォン



アンドロイド

来年度入園の

幼稚園児を募集

区立幼稚園

9月25日(水)・26日(木)に各幼稚園で受け付け

区立幼稚園では、来年4月に入園するお子さんを募集します。

▶対象:区内在住の4歳児(平成27年4月2日～28年4月1日生まれ)▶幼稚園名・募集人数:右表の通り ※募集人数を超えた場合は抽選。▶申込:区立幼稚園や区民事務所(練馬・石神井を除く)、石神井庁舎1階案内、学務課(区役所本庁舎12階)にある入園案内をご覧の上、申込書に必要書類を添えて、9月25日(水)・26日(木)午後1時30分～3時に直接、入園を希望する幼稚園へ▶入園決定:11月上旬に「入園決定のお知らせ」を郵送します。 ※申し込みは1園に

限ります。 ※入園前に面接と健康診断を行います。 ※注意事項など詳しくは、入園案内をご覧ください。▶問合せ:学務課幼稚園係 ☎5984-1347

幼稚園名(所在地)	電話番号	募集人員
光が丘さくら(光が丘2-4-8)	3976-2562	84名
光が丘むらさき(光が丘3-3-5)	3976-7221	84名
北大泉(大泉町2-46-6)	3925-6092	78名

※各園とも、特別に支援を要すると思われ、身の回りのことがおおむね自分でできるお子さんを若干名募集します。

私立幼稚園

10月15日(火)から入園案内・願書を配布

区内の私立幼稚園では、10月15日(火)から、来年度の入園案内書・願書などを配布します。願書は11月1日(金)から受け付けます。詳しくは、入園を希望する幼稚園にお

問い合わせください。 ※私立幼稚園の所在地・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。▶問合せ:各私立幼稚園

羽田空港に関するお知らせ



問合せ

国土交通省航空局 ☎0570-001-160
▶区の担当:環境規制係

空港の機能強化に関する展示

国は、今後増大する航空需要に対応するため、発着枠の増加が可能となる新飛行経路(南風のとき区の上空を通過する計画)を決定しました。今回、この取り組みを紹介するため、新飛行経路のパネルや航空機の音の体験ができる機器を展示します。▶日時:9月2日(月)～7日(土)午前9時～午後5時▶場所:区役所アトリウム(豊玉北6-12-1)

飛行検査の実施

国は、来年3月29日(日)に羽田空港の新飛行経路の運用を開始します。新飛行経路は区内上空を通過する予定です。運用に先立ち新飛行経路を離着陸する航空機が安全に飛行できるよう、航空法の規定に基づき今年12月下旬まで飛行検査を実施しています。詳しくは「羽田空港のこれから」(<http://www.mlit.go.jp/koku/haneda/>)をご覧ください。

お知らせ**9月11日(水)、10月1日(火)に
特設行政相談窓口を開設**

国などの仕事に関する意見・要望に、行政相談委員が応じます。▶**日時・場所**:①9月11日(水)…関区民センター1階入り口②10月1日(火)…練馬駅1階 いずれも午後1時～4時▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:練馬区民相談所 ☎5984-4523

区民意識意向調査にご協力を

区民の皆さまの声を区政に反映させるため、毎年度、区民意識意向調査を実施しています。今年度のテーマは「区の施策および評価」「災害時の避難」です。調査は、区内在住の20歳以上の方の中から、3,000名を無作為に選り出しに行います。対象となる方には、9月2日(月)に調査票を発送します。ご記入いただいた調査票は、9月25日(消印有効)までに返送してください。▶**問合せ**:広聴担当係 ☎5984-4501

ねりま若者サポートステーション家族セミナー・懇談会

▶**対象**:15～39歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族・支援者▶**日時**:9月13日(金)午後2時～4時30分▶**場所**:春日町青少年館▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話でねりま若者サポートステーション ☎5848-8341(木・日曜、祝日を除く)

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

▶**対象**:15～39歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方やその家族・支援者▶**日時**:9月28日(土)午後2時～4時▶**場所**:勤労福祉会館▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話でねりま若者サポートステーション ☎5848-8341(木・日曜、祝日を除く)

男女共同参画センターえーるフェスティバル実行委員を募集

フェスティバルは、講演会や利用団体の発表などを通じて、楽しみながら男女共同参画社会の実現につい

て考える催しです。今回、来年6月6日(土)・7日(日)に開催するフェスティバルの企画・立案・実施に携わる実行委員を募集します。実行委員会は10回程度、主に平日の昼間に開催する予定です。▶**募集人数**:20名程度(抽選)▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①実行委員募集②住所③氏名④電話番号を、9月20日(金)までに男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉oubo@nerima-yell.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)・年齢もお知らせください。

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(はじめの一步部門)=

これから福祉のまちづくり活動を始めるための準備を行う区民団体に、活動費の一部助成や活動への助言などを行っています。今回、助成を希望する団体を募集します。希望する団体は、事前に相談してください。▶**限度額**:5万円▶**選考方法**:書類選考▶**申込期間**:9月2日(月)～10月18日(金)▶**相談先・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

税**白色申告者向け記帳講習会**

▶**対象**:不動産貸し付け所得または事業所得があり、白色で確定申告を

する方▶**日時**:9月20日(金)④午前10時～正午(不動産貸し付け所得)⑤午後2時～4時(事業所得)▶**場所**:(一社)練馬西青色申告会(東大泉4-16-3)▶**内容**:記帳の仕方や収支内訳書の書き方などを学ぶ▶**定員**:各30名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①講習会名(④⑤の別も)②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎5387-6211 FAX 5387-6222

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応えます(予約制)。▶**日時**:10月12日(土)午後1時～4時の間の30分▶**場所**:区役所本庁舎20階▶**申込**:10月11日(金)までに電話で耐震化促進係 ☎5984-1938

ねりまマンションセミナー「未来塾」

▶**対象**:区内分譲マンション管理組合役員・区分所有者▶**日時**:10月5日(土)午後1時30分～4時50分▶**場所**:区役所本庁舎20階▶**内容**:建物診断についての講義や建物調査器具などの展示、質疑応答▶**講師**:一級建築士/佐藤稔▶**定員**:80名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①講座名②マンション名③住所④氏名⑤電話番号を、9月30日(月)までに住宅課管理係 ☎5984-1289 FAX 5984-1237

**固定資産税・都市計画税
第2期分の納期限は9月30日(月)**

問合せ 練馬都税事務所 ☎3993-2261

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。
※口座振替については、東京都納税推進課 ☎3252-0955。

マイナンバーカードはこんなに便利です

マイナンバーカードは、さまざまな場面で利用でき、とても便利です。また申請方法も簡単で、初回交付は無料です。今後は健康保険証としての利用も予定されています。ぜひご利用ください。

問合せ 個人番号カード事務センター ☎5984-4595(平日午前9時～午後5時)



顔写真付きの公的な
身分証明書として使える



確定申告や児童手当の
申請などがインターネットからできる



コンビニで住民票の写しや
印鑑登録証明書が取れる(窓口より100円お得)

簡単に申請できます**おすすめ!****窓口申請**

▶**対象**:初めて申請する方▶**場所**:①区民事務所(練馬を除く)②個人番号カード交付窓口(区役所東庁舎7階) ※平日午前9時～午後5時。②は第3を除く土曜も開設(要予約)。▶**持ち物**:通知カード、顔写真、免許証などの本人確認書類(写真付きでない場合は健康保険証や年金手帳など2点)。

約1カ月後

**郵送
で受け取り**

本人限定受取郵便
で郵送します。

オンライン申請補助サービスの手順【予約制】

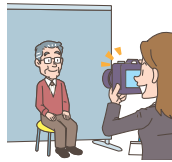
区役所東庁舎7階では、インターネットを使ったオンライン申請をお手伝いします
※土曜も申請できます(第3を除く)。

希望日の前日までに
電話で予約



電話で事務センター ☎5984-4595に利用日時を予約します

職員が写真を
撮影(無料)



予約した日時に区役所に行き、カードに掲載する写真を撮影します

申請手続きを
職員がお手伝い



補助を受けながらパソコンを使って申請します

約1カ月後
マイナンバーカードを受け取り



通知カードをお持ちの方は、郵送で受け取れます(ない方は窓口で受け取り)

郵送やパソコン・スマートフォン、申請機能付きの証明写真機からも申請できます。

働く

学校生活臨時支援員【臨時職員】

登録制で、欠員状況により採用します。▶**対象:**次の①②のいずれかに当てはまる方 ①小中学校の教員免許を持っている②学校教育や障害者施策などに関する知識・経験がある▶**期間:**6カ月以内▶**日時:**原則として月～金曜午前8時15分～午後5時の間で学校が指定する時間(月90時間以内)▶**場所:**区立小中学校▶**内容:**通常の学級や特別支援学級の児童・生徒への学習支援、日常生活上の介助など▶**賃金:**時給1,100円※交通費支給。▶**申込:**教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある履歴書(写真貼付)を、教育指導課管理係☎5984-5746

心理教育相談員【臨時職員】

▶**対象:**次の①～③のいずれかに当てはまる方 ①臨床心理士・社会福祉士・精神保健福祉士のいずれかの資格がある②大学院で心理学を専攻し、修了した③教育相談に関する知識・経験がある▶**期間:**10月～来年3月▶**日時:**月～土曜午前9時～午後5時(月16日以内)▶**場所:**学校教育支援センター▶**採用予定数:**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、9月10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。▶**期間:**6カ月以内▶**申込:**履歴書(写真貼付)に1 2 の別(1 は勤務できる地域・日数・曜日・時間も。2 は㉠㉡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)☎5984-5817

1 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(㉠北大泉㉡土支田)▶**賃金:**時給1,300円(土曜1,400円)※勤務条件により交通費支給。

女性のためのプチ起業講座
「“やってみたい”をカタチにする～得意なこと、好きなことで起業」

▶**対象:**女性▶**日時:**10月4日(金)・18日(金)、11月1日(金)午前10時～正午【3日制】▶**場所:**男女共同参画センターえーる▶**講師:**中小企業診断士／古屋由美子▶**定員:**30名(先着順)▶**資料代:**500円▶**申込:**電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、同所☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉oubo@nerima-yell.com ※手話通訳を希望する方は9月20日(金)までに、保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、9月24日(火)までにお子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

看護師向け再就職支援セミナー「ナースCafe & ふくしの仕事相談会」

介護・障害福祉サービスの仕事内容や夜勤がない仕事、短時間の仕事

も紹介します。併せて、AED・たん吸引体験会も開催します。▶**対象:**離職中または転職を希望する看護師▶**日時・内容:**9月27日(金)㉠午前10時～11時(セミナー)㉡午前11時～午後0時30分(相談会) ※㉡のみの参加者は事前の申し込みは不要です。▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で練馬介護人材育成・研修センター☎6758-0145 ※お子さん連れ可。 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員8名)を利用したい方は、9月19日(木)までに併せて申し込んでください。 ※参加法人名など詳しくは、同ホームページ(<https://www.nerima-carenet.jp/>)をご覧ください。

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	募集期間
防衛大学校学生	高卒(見込み含む)以上21歳未満の方	9/5(木)～30(月)
防衛医科大学校学生(医学科・看護学科)		

※年齢は来年4月1日現在。

9/4(水)～10/11(金) 令和元年第三回区議会定例会

問合せ

議会事務局☎5984-4732 FAX 3993-2424

9月4日(水)	議会運営委員会、 本会議(区長所信 表明、議案上程)、 決算特別委員会	10月1日(火)	本会議(追加上程)、 予算特別委員会
9月5日(木)～9日(月)	本会議(一般質問)	10月2日(水)	決算特別委員会
9月10日(火)	常任委員会	10月4日(金)	予算特別委員会
9月11日(水)	特別委員会	10月7日(月)	決算特別委員会
9月12日(木)	常任委員会	10月8日(火)	常任委員会、 特別委員会
9月13日(金)～27日(金)	決算特別委員会	10月9日(水)	決算特別委員会
9月30日(月)	議会運営委員会、 決算特別委員会	10月11日(金)	議会運営委員会、 本会議(議決)

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

軽自動車の税金についてのお知らせ

問合せ

区税事務係☎5984-1694

グリーン化特例の延長

現在実施されているグリーン化特例(軽課)が2年間延長されます。排出ガス性能と燃費性能の優れた軽自動車は、令和2・3年度の税が軽減されます。 ※軽減は初めて車両番号の指定を受けた年度の翌年度限りです。 ※手続きは不要です。▶**対象:**平成31年4月1日～令和3年3月31日に初めて車両番号の指定を受けた軽自動車

車両区分			グリーン化特例(軽課)適用の車両			グリーン化 特例(軽課) 適用外の車両
			おおむね 75%軽減	おおむね 50%軽減	おおむね 25%軽減	
四輪以上	乗用	自家用	2,700円	5,400円	8,100円	10,800円
		営業用	1,800円	3,500円	5,200円	6,900円
	貨物用	自家用	1,300円	2,500円	3,800円	5,000円
		営業用	1,000円	1,900円	2,900円	3,800円
	三輪		1,000円	2,000円	3,000円	3,900円

10月1日(火)から軽自動車税の名称変更

軽自動車税は、軽自動車税種別割に名称が変わります。

10月1日(火)から軽自動車税環境性能割を導入

自動車取得税が廃止され、軽自動車税環境性能割が導入されます。税率は、非課税～2%です。また、10月1日(火)～来年9月30日(水)に取得した自家用軽自動車は、税率が1%軽減されます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

10月から

原動機付自転車などの登録・廃車手続き

時間外窓口サービスを水曜に変更

原動機付自転車(125cc以下のバイク)、ミニカー、小型特殊自動車の登録・廃車手続きについて、時間外窓口サービスの開設曜日を変更します。▶**開設曜日:**水曜午後5時～7時30分 ※祝休日を除く。▶**申込:**当日午後5時までに電話で税証明・軽自動車税担当☎5984-4536

世界都市農業サミット連載企画 Vol.12

Do you know 練馬の農?

「みんなde農コンテスト」アイデア(絵画)部門の優秀作品⑧ =20年後の農のある練馬の姿=

校庭にある農園で、子どもたちが農業をしています。育てた野菜を給食の食材として使うことで、「食育」にもつながります。農園がたくさんあることで、練馬区に住みたい人が増えるといいな、という思いを込めて描きました。

小学生中学年の部 鈴木秀一朗さんの作品

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

ボランティア

障害のある方へのIT支援ボランティア養成講座(初心者向け) ＝練馬Enカレッジ事業(人材育成事業)＝

障害のある方へのパソコンなどの活用を支援するために必要な技術や知識を学ぶ講座です。▶**対象**:講座修了後に区内で障害のある方へIT支援ボランティアができる方▶**日時**:10月13日(日)午前9時30分～午後4時▶**場所**:中村橋区民センター▶**講師**:NPO法人練馬ぱそぼらん会員▶**定員**:10名(抽選)▶**費用**:1,000円▶**申込**:往復ハガキまたは電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、9月30日(必着)までに〒176-0021貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター☎3926-7211✉sinshocenter01@city.nerima.tokyo.jp

布の絵本製作講習会 ＝練馬Enカレッジ事業(人材育成事業)＝

完成した作品は、子ども向けの図書館の蔵書として利用されます。▶**日時**:10月3日～24日の毎木曜午前10時～正午【4日制】▶**場所**:貫井図書館▶**講師**:ボランティアサークルフェルトブック会員▶**定員**:15名(先着順)▶**申込**:9月13日(金)までに電話で同所☎3577-1831 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定

員6名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

福祉有償運送運転者講習会

障害のある方や高齢者の送迎を行う有償運送ボランティアになるための講習会です。乗降介助の方法などを学びます。▶**対象**:運転免許証をお持ちの方▶**日時**:10月19日(土)午前8時30分～午後7時▶**場所**:練馬区社会福祉協議会(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階)▶**定員**:12名(抽選)▶**費用**:1万1500円(区内在住の方、区内福祉有償運送団体所属の方は6,500円)▶**申込**:電話またはファクスで申込用紙を請求の上、10月9日(水)までに直接、練馬区社会福祉協議会☎3992-5600 FAX 3994-1224 ※申込用紙は同ホームページ(<https://www.neri-shakyo.com/>)にも掲載しています。

事業者向け

ユニバーサルデザイン事業者研修「小さな店舗などのバリアフリー改修の勉強会」

店舗などのバリアフリーについて、障害のある方の利用方法や事例を学び、福祉のまちづくり整備助成の活用方法を紹介します。▶**対象**:建物の設計や改修に携わる事業者▶**日時**:10月1日(火)午後6時30分～8時30分▶**場所**:区役所本庁舎20階▶**定員**:

40名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①催し名②参加者の氏名③事業者の所在地・名称・電話番号を、みどりのまちづくりセンター☎3993-5451 FAX 3993-8070

食品衛生実務講習会 「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理など」

▶**対象**:食品関係施設の食品衛生責任者▶**日時**:9月11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**: (公社)日本食品衛生協会/栗田滋通▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:食品衛生担当係☎5984-4675

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。

●ねりま区報

▶**掲載募集号**:12月1日号～来年2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▶**刷色**:①～⑤4色カラー⑥2色(黒・青)▶**発行部数**:約21万部▶**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**:10月1日(火)▶**問合せ**:

せ:広報係☎5984-2690

●みどりバスの車内広告

▶**申込期限**:①②掲載希望月の前々月末日③来年3月31日(火)▶**問合せ**:交通企画課☎5984-1274

〈関町・大泉・南大泉ルート〉

▶**掲出場所・料金(税別)など**:①車内窓上ポスター(B3サイズ)…月額1万8000円②車内チラシ(A4サイズ以下)…月額3万6000円③車内放送(30文字まで。片道につき停留所間ごとに1件で放送。来年6月16日(火)から1年間)…4万円

〈保谷ルート〉

▶**掲出場所・料金(税別)など**:①車内窓上ポスター(B3サイズ)…月額6,000円②車内チラシ(A4サイズ以下)…月額2万円③車内放送(30文字まで。片道につき停留所間ごとに1件で放送。来年6月16日(火)から1年間)…4万円

専門家による経営無料相談会

区内の中小企業・団体・個人事業主や創業を考えている方を対象に、中小企業診断士や社会保険労務士、税理士などの専門家が経営の相談に応じます。▶**日時**:9月29日(日)午前10時～午後5時の間の50分間▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**申込**:電話で練馬ビジネスサポートセンター☎6757-2020 ※同ホームページ(<http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込みます。

中小企業・小規模事業者向け

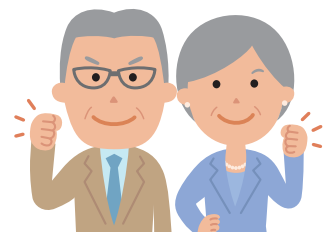
軽減税率対策補助制度などのご活用を!

10月から行う消費税率10%への引き上げと同時に、飲食料品(酒類・外食を除く)などに係る税率を8%とする「軽減税率制度」が実施されます。制度の実施にあわせて、国は複数税率対応レジの導入や受発注システム改修費用の一部補助、キャッシュレス決済端末の導入への助成などを行っています。補助の内容など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**区の担当**:中小企業振興係▶**問合せ**:軽減税率対策の補助…軽減税率対策補助金事務局☎0120-398-111(平日午前9時～午後5時)、キャッシュレス決済端末などの助成…ポイント還元窓口☎0570-000-655(平日午前10時～午後6時)



9月から シニア職場体験が始まります!

高齢者が永年培ってきた技能や知識・経験をいかして働けるよう、中小企業とマッチングする「シニア職場体験」が始まります。詳しくは、お問い合わせください。▶**区の担当**:いきがい係▶**問合せ**:㈱シグマスタッフ☎0120-916-898(平日午前9時～午後4時) ※ハローワーク池袋またはワークサポートねりまで求職登録が必要です。



9月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

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

●休日急患診療所

	場所	受付日時
小児科	練馬区夜間救急こどもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎3994-2238 ※小児科専門医が診療。	平日の20:00～22:30 土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30、18:00～21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
	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	
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
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●テレホンサービス

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

●休日施術当番接骨院

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

1日(日)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
8日(日)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789
15日(日)	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎3958-4325
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	学園通り整骨院(大泉学園町4-23-8)	☎5387-3560
16日(祝)	篠整骨院(栄町36-5)	☎3991-6623
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288
22日(日)	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	☎3993-0890
	マキノ接骨院(練馬4-26-11)	☎5999-3776
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
23日(祝)	牧内整骨院(北町1-1-18)	☎3931-1050
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	みさと接骨院(上石神井1-16-6)	☎3929-0801
29日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)	☎5848-8034
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556

国民健康保険

新しい国民健康保険証を発送

現在の保険証の有効期限は9月30日(月)です。8月3日を基準日として作成した新しい保険証を、世帯主宛てに簡易書留郵便で発送します(事前に普通郵便での送付を希望した世帯には、普通郵便で発送します)。▶**問合せ:**こくほ資格係☎5984-4554

お休みします

〈**買井図書館**☎3577-1831〉…9月9日(月)～13日(金)【館内整理のため】
〈**練馬区立美術館**☎3577-1821〉…9月17日(火)～28日(土)【展示作業のため】

高齢者①



いきいき健康券のご利用を

高齢期を迎えた方が、より健康でいきいきとした生活を送れるよう「いきいき健康券」を交付しています。次の①～⑩から1つを利用できます。利用期限は来年3月31日(火)です。 ※申し込みは年度内1人1回です。▶**対象:**来年3月31日現在65歳以上で、練馬区に住民登録をしている方▶**申込:**区民事務所(練馬を除く)や地区区民館、敬老館、はつら

つセンター、総合福祉事務所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)などにある申込ハガキに記入の上、来年2月29日(消印有効)までに申し込んでください。▶**問合せ:**高齢者いきいき健康事業担当☎3993-3711

いきいき健康券メニュー
①練馬区指定保養施設(3,000円補助券)
②区内公衆浴場(7回無料券)
③区内理容店・美容店(3,000円補助券)
④区内はり・きゅう・マッサージ・指圧施術所(1回無料券)
⑤豊島園庭の湯(2回無料券)
⑥区立体育館・プール、練馬区立美術館(3,000円分プリペイドカード)
⑦区内映画館(3回無料券)
⑧ベルデ〈少年自然の家〉(3,000円補助券)
⑨区内スポーツクラブ(2回無料券)
⑩練馬区いきがいデサービス(5回無料券)

はつらつシニアクラブ～「はつらつ度」測定します

体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度などの測定やフレイルチェック(心身の活力低下の有無を確認)などを行い、アドバイスをします。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	日程
高松地区区民館	9/18(水)
東大泉地区区民館	9/20(金)
早宮地区区民館	9/25(水)
上石神井南地域集会所	9/27(金)

※時間はいずれも9:30～12:00。

地域の老人クラブに入りませんか

おおむね60歳以上の方が、趣味や社会奉仕、健康づくりに関する活動などを行っています。地域の老人クラブの活動内容など詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ:**練馬区老人クラブ連合会事務局☎6914-5125(平日午前10時～午後4時)、区役所内いきがい係☎5984-4763

敬老祝品を贈呈

永年にわたり社会に貢献された高齢者に感謝し、長寿を祝福するため、敬老祝品を贈呈しています。今年度、100歳以上の方、白寿(99歳)、米寿(88歳)を迎える方へ、9月中旬から民生・児童委員が訪問してお渡しします。▶**問合せ:**いきがい係☎5984-4763

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:**9月11日(火)までに電話で介護予防生活支援サービス係☎5984-4596

足腰しゃっきりトレーニング教室 (室内で行う筋力強化、ストレッチなど)
▶ 日時: 9/30～11/18の毎月曜10:00～11:30【10/14、11/4を除く。6日制】▶ 場所: ルネサンス練馬高野台(高野台1-7-17)▶ 定員: 25名
▶ 日時: 10/3～11/7の毎木曜10:00～11:30【6日制】▶ 場所: 田柄特別養護老人ホーム(田柄4-12-10)▶ 定員: 15名
▶ 日時: 10/15～11/26の毎火曜10:00～11:30【10/22を除く。6日制】▶ 場所: 勤労福祉会館▶ 定員: 25名
▶ 日時: 10/16～11/20の毎水曜10:00～11:30【6日制】▶ 場所: 光が丘区民センター3階▶ 定員: 25名
▶ 日時: 10/17～11/21の毎木曜10:00～11:30【6日制】▶ 場所: 関区民センター▶ 定員: 25名
▶ 日時: 10/17～11/21の毎木曜10:00～11:30【6日制】▶ 場所: ティップネス練馬(練馬1-5-16)▶ 定員: 25名
▶ 日時: 10/21～12/2の毎月曜10:00～11:30【11/4を除く。6日制】▶ 場所: 羽沢高齢者集合住宅(羽沢3-36-16)▶ 定員: 10名
▶ 日時: 10/21～12/2の毎月曜10:00～11:30【11/4を除く。6日制】▶ 場所: ルネサンス光が丘(高松5-8)▶ 定員: 25名
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: 10/30～12/18の毎水曜11:00～12:30【8日制】▶ 場所: 大泉学園町体育館▶ 定員: 20名
▶ 日時: 11/1～12/20の毎金曜13:00～14:30【8日制】▶ 場所: ルネサンス富士見台(買井3-12-33)▶ 定員: 20名
▶ 日時: 11/1～12/20の毎金曜13:00～14:30【8日制】▶ 場所: ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)▶ 定員: 20名

※初めての方を優先の上、抽選。

はつらつセンターや敬老館、地区区民館では、敬老の日になみ、さまざまな催しを行います。 ※時間は開始時間または開催時間です。 ※参加費無料。 ※★は事前に各施設に申し込みが必要です。その他は直接、各施設にお越しください。

60歳以上の方へ 敬老の日の催し

施設名・問合せ		日時・内容
練馬地域(〒176の地域)	栄町敬老館 ☎3994-3286	9/16(祝)10:00～14:20…演芸大会、15:15…初心者コーラス教室発表会、15:30…コンサート 9/26(木)13:30～15:30…スマートフォン体験会(★) 9/27(金)13:30～15:30…浪曲を楽しむ会
	中村敬老館 ☎3998-2036	9/16(祝)10:00～16:00…演芸大会 9/21(土)14:00～15:30…初めての折り紙ブローチ作り(★) 9/28(土)14:00～15:00…アンサンブルコンサート
	はつらつセンター豊玉 ☎5912-6401	9/14(土)9:30…和太鼓コンサート・バザー・作品展、10:30…サークル発表会、12:00…パソコンで名刺作り 9/15(日)9:30…バザー・作品展、10:00…こんにちわコンサート・縁日、11:00…セーフティ教室、15:30…ポップスコンサート
石神井地域(〒177の地域)	南田中敬老館 ☎3995-5538	9/14(土)15:00～15:30…児童館太鼓発表会 9/16(祝)10:00～15:30…演芸大会・作品展示会
	高野台敬老館 ☎3996-5135	9/16(祝)11:00…スペシャル体操、13:00…ジャズコンサート・コーヒーコーナーなど 9/26(木)10:00～11:00…ほのぼのコーラス
	三原台敬老館 ☎3924-8834	9/9(月)10:00～10:45…にこやか体操 9/16(祝)9:00…作品展(18(水)12:00まで)、10:00…演芸大会 9/24(火)13:30～15:30…ディスコン(ニュースポーツ) 9/27(金)10:00～11:30…書道教室(★)
	石神井敬老館 ☎3996-2900	9/14(土)14:40～15:40…懐かしい歌の会 9/16(祝)9:45～15:00…演芸大会、作品展 9/25(水)10:00～11:00…ストレッチ体操
	石神井台敬老館 ☎3995-8270	9/10(火)11:00～11:30…保育園交流会 9/11(水)16:00～16:20…キッズダンスショー 9/16(祝)10:00…演芸大会・作品展・ダンスショー
	上石神井敬老館 ☎3928-8623	9/5(木)10:00～11:30…筋力トレーニングスタート事業体験会(★) 9/16(祝)10:00～12:00…ゆったりストレッチ・体力測定、13:30～15:00…演芸会
	はつらつセンター関 ☎3928-1987	9/14(土)9:00…作品展・絵手紙体験会・雑誌のバックナンバーの配布(なくなり次第終了)、10:00～16:00…サークル・個人発表会
	関町北地区区民館 ☎3594-2603	9/13(金)13:30～16:00…南京玉すだれ・フラダンス・みんなで歌おうなつかしの歌

施設名・問合せ		日時・内容
大泉地域(〒178の地域)	東大泉敬老館 ☎3921-9129	9/6(金)10:00～11:30…ねりまお口すっきり体操 9/16(祝)9:00～15:30…作品展、10:00～15:30…演芸大会 9/19(木)9:30～11:30…水彩色えんぴつ交流会(★)
	西大泉敬老館 ☎3924-9545	9/10(火)9:10～10:10…練馬区健康いきいき体操 9/16(祝)10:00～15:00…演芸大会
	大泉北敬老館 ☎3925-7105	9/14(土)10:00～11:00…練馬区健康いきいき体操(★) 9/16(祝)9:30～15:00…演芸大会、10:00～15:00…囲碁
	はつらつセンター大泉 ☎3867-3180	9/7(土)9:30～10:30…げんきアップ体操、9:30～12:00…アイパッド体験、11:00～12:00…フルート＆フラダンス、13:00～16:00…ボッチャ、14:00～15:00…バカモンダ楽団演奏 9/8(日)9:30～12:00…卓球ラリー大会・カップinゲーム・ものづくり・ボッチャ、13:00～16:00…フリスビー、13:30～16:00…アイパッド体験、14:00～15:00…津軽三味線の演奏
	東大泉地区区民館 ☎3921-8296	9/13(金)11:00…落語、12:00…カラオケ
	南大泉地区区民館 ☎3978-9791	9/15(日)14:00…落語(★)
	西大泉地区区民館 ☎3921-6493	9/11(水)10:00～15:00…カラオケ・踊り・合唱など
	北大泉地区区民館 ☎3978-0324	9/12(木)10:00…認知症予防体操・落語
光が丘地域(〒179の地域)	春日町敬老館 ☎3998-8798	9/16(祝)10:00～10:40…落語口演会、10:40～15:30…演芸大会 9/17(火)13:30～14:30…練馬区健康いきいき体操 9/20(金)14:00～15:00…ピアノに合わせてハーモニー
	はつらつセンター光が丘 ☎5997-7717	9/14(土)10:10～15:50…演芸大会 9/16(祝)9:00～16:30…卓球、11:00～16:00…祝いの湯、14:00～15:30…落語会
	早宮地区区民館 ☎3994-7961	9/14(土)10:00～14:30…演芸大会、9:30～14:00…囲碁・将棋
	春日町南地区区民館 ☎3926-4971	9/4(水)14:00…春南落語会
	北町第二地区区民館 ☎3931-1270	9/13(金)10:00…落語など

毎日午前9時・正午・午後8時の3回、ケーブルテレビJ:COM(ジェイコム)チャンネル東京(地上デジタル11チャンネル)で放送中。
※区ホームページ「ねりまほっとライン」や動画共有サイト「YouTube(ユーチューブ)」の練馬区公式チャンネル(https://www.youtube.com/user/nerimach)からもご覧になれます。 ※番組へのご意見、ご要望を広報戦略係にお寄せください。▶**問合せ:**広報戦略係☎5984-2693

高齢者②

高齢者被害特別相談

悪質商法による被害や契約トラブルなどでお困りの高齢者を対象に、専門相談員が無料で電話相談を受け付けます。 ※来所相談もできます。 ▶日時:9月9日(月)～11日(水)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

健康・衛生

気管支ぜん息の医療券の更新をお忘れなく
～大気汚染医療費助成

有効期間満了後も引き続き医療費助成を受けるには、更新手続きが必要です。有効期間満了の2カ月前に更新のお知らせを送付しますので、窓口で手続きをしてください。現在、認定を受けている18歳以上の方は、更新手続きを行わないと、再度認定を受けられなくなります。 ▶問合せ:予防係 ☎5984-2484

よくかんで食べることから始めましょう～人生100歳時代

▶日時:10月1日(火)午前10時～正午 ▶場所:光が丘区民センター2階 ▶講師:明海大学歯学部教授／横瀬敏志 ▶定員:60名(先着順) ▶申込:電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722

体と心をリフレッシュ！
～練馬区健康いきいき体操講習会

▶内容:運動実技 ▶定員:各30名(先着順) ▶申込:電話で同所 ●サンライフ練馬 ☎3990-0185 ▶日時:9月26日(木)午後2時～3時 ▶講師:健康運動指導士／オコイエ浩未 ●豊玉保健相談所 ☎3992-1188 ▶日時:9月27日(金)午後2時～3時30分 ▶講師:スポーツプログラマー／須藤浩代

自殺防止！練馬キャンペーン

東京都が行う自殺対策強化月間に合わせ、区では西武鉄道(株)と連携し、自殺防止に関するキャンペーンを実施します。 ▶日時:9月11日(水)午前9時～10時 ▶場所:西武池袋線練馬駅 ▶内容:普及啓発グッズなどの配布 ▶問合せ:精神保健係 ☎5984-4764

健康づくり講習会「これであな
なたも姿勢マスター！美しく
歩いて不調をなくそう」

▶日時:9月28日(土)午前10時～11時45分 ▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶講師:健康運動指導士／黒田恵美子 ▶定員:45名(先着順) ▶申込:電話で健康づくり係 ☎5984-4624

ペット相談

獣医師がしつけや病気などの相談に無料で応じます。 ※ペットを連れての来場はご遠慮ください。 ▶日

時:9月3日(火)・17日(火)午後1時30分～4時30分 ▶場所:区役所アトリウム ▶申込:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111(代表)もできます。 ▶問合せ:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

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証明書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

ぐっすり眠って目覚めスッキリ
～睡眠のしくみや良い睡眠の取り方

▶日時:10月4日(金)午前10時～正午 ▶場所:関保健相談所 ▶内容:講義 ▶講師:東京家政大学人文学部准教授／岡島義 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、同所 ☎3929-5381 ✉sekihoso@city.nerima.tokyo.jp

ういんぐ精神保健福祉講座
～うつ病の理解と心がけたいこと

▶日時:9月27日(金)午後2時～4時 ▶場所:石神井保健相談所 ▶内容:講義 ▶講師:大泉病院医師／酒井良江 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話またはハガキ、ファクスで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月20日(必着)までに〒177-0041石神井町7-3-28 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ ☎3997-2181 FAX 3997-2182

子ども・教育

10月の「パパとママの準備教室」

▶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㉒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、9月17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 大泉学園町5-8-8) ☎3921-0217	10/5(土) 9:00～11:30 (25組)
2 石神井(〒177-0041 石神井町7-3-28) ☎3996-0634	10/12(土) ㉒9:00～11:30 ㉓13:30～16:00 (各40組)
3 北(〒179-0081 北町8-2-11) ☎3931-1347	10/26(土) 9:00～11:30 (25組)

10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	日時【2日制】
石神井 ☎3996-0634	4(金)・11(金)
関 ☎3929-5381	7(月)・21(月)
豊 玉 ☎3992-1188	8(火)・15(火)
光が丘 ☎5997-7722	11(金)・18(金)

※時間はいずれも13:15～16:00。

10月の母親学級(土曜1回コース)

▶対象:平日の参加が難しい妊娠中の方 ▶日時:10月26日(土)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

小児救急ミニ講座「子どもの病気とその対応」

▶対象:乳幼児の保護者 ▶日時:9月19日(木)午前10時～11時30分 ▶場所:豊玉保健相談所 ▶講師:高橋医院医師／長谷川望 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3992-1188

小学生の放課後の居場所説明会
～「小1の壁」への不安に児童館長がお答えします

問合せ	子ども育成係 ☎5984-5827
-----	-------------------

来年度、小学1年生になるお子さんの保護者向けの説明会です。説明会では、児童館や地区区民館、ねりっこクラブ、学童クラブ、各小学校で実施している学校応援団ひろば事業など、放課後の居場所となる施設の概要や利用方法について、児童館長が説明します。併せて、「急激な環境変化にお子さんが対応できない」「戸締まりの練習が必要」など、いわゆる「小1の壁」への対応や心構えについても紹介します。 ▶申込:当日会場へ

地域	日時	場所
練馬	9/7(土)10:30～11:30	中村児童館
	10/12(土)9:30～10:30	栄町児童館
	10/12(土)11:00～12:00	開進第三小ねりっこ学童クラブ
	10/12(土)14:00～15:00	中村児童館
	10/19(土)14:00～15:00	練馬第二小学学童クラブ
光が丘	9/14(土)10:00～11:00	早宮さくら学童クラブ
	9/16(祝)10:30～11:30	平和台児童館
	10/5(土)10:30～11:30	光が丘なかよし児童館
	10/12(土)10:00～11:00	土支田児童館
	10/12(土)11:00～12:00	光が丘児童館
	10/12(土)14:00～15:00	北町児童館
	11/2(土)10:00～11:00	春日町児童館
石神井	9/14(土)10:30～11:30	関町北学童クラブ
	9/21(土)10:00～11:00	南田中児童館
	9/21(土)14:00～15:00	石神井台けやき学童クラブ
	9/28(土)14:00～15:00	石神井児童館
	10/5(土)10:30～11:30	石神井小学学童クラブ
	10/5(土)14:00～15:00	関町児童館
	10/5(土)14:00～15:00	石神井台児童館
	10/6(日)10:00～11:00	上石神井児童館
	10/19(土)10:00～11:00	三原台児童館
大泉	9/28(土)10:00～11:00	大泉東小第二学童クラブ
	9/28(土)10:30～11:30	大泉西小学学童クラブ
	10/4(金)18:00～19:00	東大泉児童館
	10/5(土)10:00～11:00	
	10/5(土)10:30～11:30	北大泉児童館

練馬

En

エンカレッジ

地域の高齢者のために、
あなたの力をお貸しください

高齢者支え合いサポーター
育成研修の受講生を募集

地域で高齢者を支える人材を育成するための学習の場です。修了後は、受講生が自分に合った活動に参加できるよう、コーディネーターが支援します。 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:9月27日(金)までに電話で練馬介護人材育成・研修センター ☎6758-0145

内容	日程【7日制】	場所
講義、救命講習など	10/11～11/15の毎金曜	練馬介護人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)など
施設実習	㊦10/27(日) ㊧11/3(祝) ※㊦㊧のいずれかを選択。	㊦大泉特別養護老人ホーム ㊧富士見台特別養護老人ホーム

※時間はいずれも3～6時間程度。
※来年3月6日(金)にフォローアップ研修を実施。

パパとママで守ってあげる
～赤ちゃんの健康なお口

▶**対象:**出産を控えた夫婦、6カ月未満のお子さんがある夫婦▶**日時:**10月6日(日)午前10時～正午▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**内容:**講義、唾液の簡易検査▶**講師:**日本歯科大学附属病院小児歯科臨床准教授／山崎てるみ▶**定員:**30組(抽選)▶**申込:**往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①講座名②住所③夫婦の名前(ふりがな)④電話番号⑤出産予定日またはお子さんの月齢を、9月18日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-15-19 豊玉保健相談所 ☎3992-1188

子どものストレスサインを見逃さない～子どもが不登校・ひきこもりにならないために親ができること

▶**日時:**10月4日(金)午前10時～正午▶**場所:**光が丘区民センター1階▶**講師:**駒木野病院副院長／笠原麻里▶**定員:**50名(先着順)▶**申込:**電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、光が丘保健相談所 ☎5997-7722 ✉ hikarihoso@city.nerima.tokyo.jp

講習会「知って安心！子どものアレルギー～最新治療とスキンケア」

▶**対象:**0～3歳児の保護者▶**日時:**10月8日(火)午前10時～正午▶**場所:**関保健相談所▶**講師:**武蔵野赤十字病院小児科部長／大柴晃洋▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3929-5381

子育て講習会「子どもを伸ばすほめ方、しかり方～思春期に向けて」

▶**対象:**小学生～中学1年生の保護

者▶**日時:**10月5日・19日、11月2日・16日の土曜午前10時～正午【4日制】▶**場所:**学校教育支援センター▶**講師:**臨床心理士／マーシャル理恵子▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話またはハガキ、電子メールで①講習会名②氏名③お子さんの学年④電話番号⑤参加人数を、〒179-0072光が丘6-4-1 学校教育支援センター ☎6385-9911 ✉ oubo@city.nerima.tokyo.jp

講座・催し①

上映会「いただきます みそをつくるこどもたち」

福岡市高取保育園の和食給食を取り上げたドキュメンタリー映画です。▶**対象:**㉠小学3年生以下のお子さんと保護者㉡小学4年生以上▶**日時:**10月5日(土)㉠午前10時～午後0時5分㉡午後2時～4時5分▶**場所:**貫井図書館▶**定員:**各40名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3577-1831

谷原地域交流会

▶**日時:**9月21日(土)午後1時～3時▶**場所:**谷原小▶**内容:**ポッチャ体験、昔遊び、バルーンアート、作品展示など▶**問合せ:**障害者地域活動支援センター谷原フレンド ☎5910-8488 FAX 3996-9522

かたくりマーケット

▶**日時:**第4水曜午前10時～午後4時▶**場所・問合せ:**かたくり福祉作業所 ☎5387-4610 FAX 5387-4612▶**内容:**自主生産品や乾物の販売

じっくり学ぶ9月の着付け教室

▶**対象:**20歳以上の女性▶**日時:**9月12日(木)・19日(木)・26日(木)㉠午前9

時30分～10時45分㉡午前11時～午後0時15分【3日制】▶**場所:**向山庭園▶**定員:**各15名(先着順)▶**費用:**3,000円▶**申込:**電話で同所 ☎3926-7810

講演会「共に生きよう練馬で～親子の高齢化8050問題地域で生きる」

▶**日時:**10月5日(土)午前10時30分～午後0時30分▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室▶**講師:**武蔵野大学人間科学部人間科学科教授／岩本操▶**定員:**50名(先着順)▶**申込:**電話またはファクスで①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号またはファクス番号⑤参加人数を、事業計画担当係 ☎5984-4602 FAX 5984-1215

牧野記念庭園
秋の植物観察会

▶**日時:**9月16日(祝)㉠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

消費者教室
「ヨーグルトの秘密を知る」

▶**日時:**9月24日(火)午前10時～正午▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**講師:**(株)明治管理栄養士／小峰佑美▶**定員:**50名(先着順)▶**申込:**電話または電子メールで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号

を、9月20日(金)までに消費生活係 ☎5910-3089 ✉ syohi@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢を、9月11日(火)までにお知らせください。

はつらつセンター豊玉の催し

▶**場所・問合せ:**はつらつセンター豊玉 ☎5912-6401▶**申込:**往復ハガキで①講座名(1～3の別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦相談会参加の有無(2のみ)を、1 9月7日 2 3 17日(必着)までに 〒176-0013豊玉中3-3-12 はつらつセンター豊玉へ

1 講義&個別相談会「もめない相続ともめやすい相続～法改正で変わる

こと、気を付けること」▶**対象:**区内在住の方▶**日時:**9月18日(火)午後2時30分～4時▶**講師:**NPO法人相続アドバイザー協議会®評議員／大澤順一▶**定員:**50名(抽選)

2 遺言を書くために知っておくこと

▶**対象:**区内在住の方▶**日時:**9月30日(月)㉠午後2時～3時(講演会)㉡午後3時～5時(相談会)▶**講師:**行政書士／鈴木正子▶**定員:**㉠50名㉡10名(抽選)

3 文学講座～言葉とともに生きる俳句と短歌

▶**対象:**区内在住の20歳以上の方▶**日時:**10月6日(日)午後2時～4時▶**講師:**石神井公園ふるさと文化館分室長／山城千恵子▶**定員:**70名(抽選)

9～12月

ベルデに泊まって
イベントを楽しもう!

施設名	日程・内容
ベルデ軽井沢 (長野県)	9/13(金)…中秋の名月鑑賞(和菓子の提供) 9/28(土)…野鳥図鑑家の谷口高司さんによる鳥のお絵かき教室 9/29(日)…野鳥観察会 10/12(土)…秋のプラスバンドコンサート 10/31(木)…ハロウィーンの飾り付けやお菓子の提供(中学生以下) 11/4(木)～8(金)・10(日)～15(金)…地酒・グラスワイン1杯の提供 11/17(日)・24(日)…焼き芋の提供 11/21(木)…ボージョレ・ヌーボーのグラスワイン1杯の提供 12/22(日)…かぼちゃ料理の提供 12/24(火)・25(水)…クリスマスの飾り付けやお菓子の提供(中学生以下) 12/31(火)…年越しそばの提供
ベルデ下田 (静岡県)	9/21～11/16の毎土曜…地元の金目鯛を使った秋の食事フェア
ベルデ武石 新館(長野県)	9/7(土)…月の観察会、ロビーコンサート 10/1(火)～31(木)…ハロウィーンの飾り付け 10/26(土)…シェフオリジナルかぼちゃ料理の提供 11/23(祝)・24(日)…新そば祭り(要予約) 12/21(土)…ロビーコンサート、ケーキの提供 12/31(火)…年越しそばの提供
ベルデ岩井 (千葉県)	12月末まで…アンケート回答者へ竹細工の提供、 地元の貝殻細工の作成(有料) 9/24(火)…中秋の名月鑑賞 10/1(火)～31(木)…ハロウィーンの飾り付け 10/21(月)…十三夜の鑑賞 11/25(月)～12/25(水)…クリスマスの飾り付けや お菓子の提供(小学生以下) 12/28(土)…正月飾り・手作り門松の設置 12/31(火)…年越しそばの提供

宿泊の予約方法

電話で旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階)☎5984-1234

インターネットでも申し込みます

予約受け付けサイトはこちら

https://verde.city.nerima.tokyo.jp/shizen/

二次元
バーコード

10/27(日) 10:00～15:10

ねりま
ユニバーサルフェス

ノーマライゼーション水泳フェスティバル
& ユニバーサルスポーツチャレンジ

ねりまユニバーサルフェスの一環として、**A**ノーマライゼーション水泳フェスティバル(障害のある方もない方も楽しめるゲームや競技)や**B**ユニバーサルスポーツチャレンジ(トップアスリートの演技発表や技術指導、ユニバーサルスポーツの体験)を行います。▶**日時:**10月27日(日)午前10時～午後3時10分▶**場所:**大泉学園町体育館▶**定員:****A**200名**B**150名(先着順)▶**保険料など:**500円(**A**のみ)▶**区の担当:**スポーツ振興課振興係▶**申込:**体育館にある申込用紙に必要事項を記入の上、9月14日(必着)までにSSC大泉 ☎ FAX 3921-1300

時間	内容	
	A ノーマライゼーション 水泳フェスティバル	B ユニバーサル スポーツチャレンジ
10:00	みんなで踊ろう♪(準備体操)	
10:10	ゲームで遊ぼう(どんぶらこ、玉入れ)	トランポリン、エアートランポリン、ラート体験(クルクル回って3次元体験)、風船バレー、ポッチャ、スポーツ吹き矢
10:25	記録にチャレンジ(補助ありレース、自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)	
12:00	開会式、演技発表(フラダンス・チャリリーディングなど)	
13:20	アーティスティックスイミング	ユニバーサルスポーツチャレンジ
14:15	トゥリトネスによる水中パフォーマンスショー	
15:10	閉会式	

講座・催し②

障害への理解を深める研修に参加してみませんか

▶**場所**:区役所西庁舎10階など▶**定員**:各40名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①研修名(**A**～**G**の別)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)を、練馬障害福祉人材育成・研修センター☎3993-9985 **FAX** 3994-1224 ※同ホームページ(<https://kensyu.neri-shakyo.com/>)からも申し込みます。

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

◆**エンジョイフットサル～お一人様も！みんなでフットサル**▶**対象**:16歳以上の方▶**日時**:9月7日～来年3月28日の土曜午後6時30分～9時 ※詳しい日程はお問い合わせください。▶**場所**:平和台体育館▶**定員**:各20名(先着順)▶**費用**:1回500円(18歳以下の方は300円)▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:SSC平和台☎5921-7800(平日午後1時～5時)
◆**高齢者水泳体験会(水中歩行・体操など)**▶**対象**:区内在住の60歳以上の方▶**日時**:④9月11日⑥18日⑦25日⑩10月2日の水曜午後1時～3時▶**場所**:大泉学園町体育館▶**定員**:各15名(先着順)▶**保険料**:100円▶**申込**:電話でシルバースイミングクラブ大泉・畠山☎3922-3045(午後6時～8時)
◆**行政書士による「暮らしと事業の無料相談会」**▶**日時**:9月13日(金)午前11時～午後4時▶**場所**:石神井庁舎1階▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:東京都行政書士会練馬支部・橋本☎5393-5133(平日午前11時～午後4時)
◆**こけ玉教室～障害者の皆さんと**▶**日時**:9月15日(日)午前10時～正午▶**場所**:区役所本庁舎20階▶**講師**:フラワーセラピスト／長吉ひとみ▶**定員**:30名(先着順) ※障害のある方15名を含む。▶**申込**:電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)⑥障害の有無を、F.C.A.・おおば☎090-8687-7176✉flacomu@yahoo.co.jp
◆**若者と市民の環境会議～持続可能な開発目標達成と脱炭素社会づくりを目指して**▶**日時**:9月15日(日)④午前10時～正午⑥午後1時～4時50分▶**場所**:武蔵大学▶**内容**:④大学構内エコツアー、ミツバチ園採蜜作業見学、採れたてのハチミツ試食(見学は雨天中止)⑥環境への取り組みを行う学校や企業・官公庁、自然エネルギー財団などによる発表、武蔵野音楽大学生によるコンサートなど▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:環境教育支援プロジェクト・谷口☎090-1056-2591
◆**講演会「元気に動きつつげられるために」**▶**日時**:9月17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13日(金)までに電話で練馬総合病院☎5988-2200
◆**消費税軽減税率説明会**▶**対象**:事業者▶**申込**:当日会場へ
●**練馬西税務署**☎3867-9711▶**日時**:9月20日(金)④午前10時～11時⑥午後2時～3時▶**定員**:各30名(先着順)
●**練馬東税務署**☎6371-2332▶**日時**:9月24日(火)④午前10時～正午⑥午後2時～4時▶**定員**:各50名(先着順)

日時	研修名
A 10/7(月) 10:00～12:00	視覚・言語・聴覚障害者へのコミュニケーション支援
B 10/11(金) 10:00～12:00	障害者権利条約批准後の意思決定支援のあり方
C 10/21(月) 10:00～12:00	高次脳機能障害を知る
D 10/24(木) 10:00～12:00	障害者総合支援法を知る
E 10/28(月) 14:00～16:00	障害者差別解消法について知る
F 11/19(火) 10:00～12:00	子どものことばの発達支援
G 11/19(火) 14:00～16:00	ALS患者の在宅ケアを考える

交通安全練馬区民のつどい

▶**日時**:9月12日(木)午後2時～4時▶**場所**:練馬文化センター▶**内容**:交通安全教室、アトラクションなど▶**出演**:マジシャン／ウィズほか▶**定員**:1,500名(先着順)▶**区の担当**:安全対策係▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:石神井警察署☎3904-0110

勤労福祉会館の催し

▶**場所**:勤労福祉会館▶**申込**:**1**10月10日(木)**2**16日(水)**3**22日(木)までに電話で同所☎3923-5511
1**経理の基本「仕訳」を学ぶ**
▶**日時**:10月13日(日)午前10時～正午▶**内容**:簿記の基本について学ぶ

◆**練馬区介護老人保健施設大会**▶**日時**:9月26日(木)午後6時30分～8時50分▶**場所**:生涯学習センター▶**内容**:施設の取り組み事例の発表▶**定員**:300名(先着順)▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:介護老人保健施設エスポワール練馬・栗山☎5903-5267

◆**貯筋運動～いつまでも行きたい所に行ける体力づくり**▶**対象**:60歳以上の方▶**日時**:9月27日(金)午後1時～3時30分、10月25日(金)・11月22日(金)午後1時30分～3時、9月30日～12月23日の第1・3・4・5月曜午前10時～11時30分(11月4日を除く)▶**場所**:桜台体育館▶**定員**:各20名(先着順)▶**費用**:1回500円▶**申込**:電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥希望日(複数申し込み可)を、開催日の2日前までにSSC桜台・南波☎090-1408-9900✉sakuradai.staff3@gmail.com

◆**乳がんのこと何でも話そう！乳がんカフェ**▶**日時**:④9月28日(土)⑥10月26日(土)午後1時30分～3時30分▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**内容**:交流会▶**定員**:各15名(先着順)▶**参加費**:300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、ピンクリボンinNERIMA・西貝☎**FAX** 3926-6913✉knishi51@gmail.com ※お子さん連れ可。

◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶**日時**:10月3日(木)午前9時20分～正午▶**内容**:授業参観、校内見学など▶**申込**:ハガキまたはファクスで①学校見学会②住所③氏名④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)を、9月27日(金)までに〒175-0082板橋区高島平3-7-2 高島特別支援学校☎3938-0415 **FAX** 3938-0420

◆**慈雲堂病院公開講座「ちゃんと知りたいネットゲーム依存」**▶**日時**:10月5日(土)午後2時～4時▶**定員**:100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氏名③電話番号を、9月27日(金)までに慈雲堂病院☎3928-6511 **FAX** 3928-6626✉kouza@jiundo.or.jp

◆**石神井特別支援学校 学校見学会**▶**日時**:10月8日(火)午前9時20分～11時30分▶**内容**:授業見学など▶**申込**:電話またはファクスで①学校見学会②住所③氏名④学校名・学年⑤電話番号⑥ファクス番号(ある方のみ)を、9月30日(月)までに同所☎3929-0012 **FAX** 3929-1911

◆**大泉桜高校公開講座「油彩で静物画を描く」**▶**日時**:10月12日～11月9日の毎土曜午後2時～4時[5日制]▶**定員**:12名(抽選)▶**費用**:1,000円▶**持ち物**:油彩道具、キャンバス▶**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12日(消印有効)までに〒178-0062大泉町3-5-7 大泉桜高校☎3978-1180
◆**練馬工業高校公開講座「日常で使える自動車整備」**▶**対象**:中学生以上

▶**日時**:10月19日(土)午前9時～午後3時▶**定員**:12名(抽選)▶**費用**:530円▶**申込**:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、9月19日(必着)までに〒179-8909早宮2-9-18 練馬工業高校☎3932-9251

◆**東京都子育て支援員研修 保育や子育て支援分野の仕事に従事する上で、必要な知識や技能を学びます。申し込み方法など詳しくは、(株)東京リーガルマインドホームページ(<http://partner.lec-jp.com/ti/tokyo-kosodate/>)をご覧ください。**▶**問合せ**:(株)東京リーガルマインド☎5913-6225

◆**身元不明相談所の開設**▶**日時**:9月30日(月)までの終日▶**場所**・**問合せ**:警察署【練馬☎3994-0110、光が丘☎5998-0110、石神井☎3904-0110】

花とみどりの展示会

◆**花めぐり写真展**▶**日時**:9月11日(火)～15日(日)午前9時～午後5時(11日は午後1時から。15日は午後4時まで)▶**場所**・**問合せ**:花とみどりの相談所☎3976-9402

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

◆**STOP！詐欺被害 高齢者の詐欺被害を未然に防ごう！**▶**日時**:9月7日(土)午後1時30分～3時▶**場所**:高松デイサービスセンター▶**内容**:講義▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎3995-5107

◆**認知症の方と上手に付き合う**▶**日時**:9月8日(日)午後1時30分～3時30分▶**場所**:大泉学園デイサービスセンター▶**内容**:講義▶**定員**:20名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎5933-0742

◆**認知症サポーター養成講座**▶**日時**:9月14日(土)午後2時～4時▶**場所**:錦デイサービスセンター▶**内容**:講義▶**定員**:20名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎3937-5031

◆**正しい福祉用具の選び方と使い方**▶**日時**:9月21日(土)午後1時30分～3時30分▶**場所**:富士見台デイサービスセンター▶**内容**:講義▶**定員**:15名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎5241-6010
◆**もしもに備えて…エンディングノートの書き方**▶**日時**:9月21日(土)午後2時～3時▶**場所**:第2育秀苑デイサービスセンター▶**内容**:講義▶**定員**:15名(先着順)▶**申込**:電話で同所☎3991-0523

朝・夕・青空市

◆**江古田駅北口商店会**▶**日時**:9月2日(日)午前10時～午後6時▶**問合せ**:佐久間☎3993-4435
◆**江古田いちば通り商店街**▶**日時**:9月2日(日)午前10時～午後7時▶**問合せ**:林☎3991-0888

◆**南ヶ丘商店街**▶**日時**:9月6日(金)午前9時から▶**問合せ**:内藤☎3926-6404
◆**光が丘IMA南館前**▶**日時**:9月8日(日)午前10時～午後4時▶**問合せ**:富永☎090-4374-3888

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

◆**わらべうたと昔話を子どもたちへ**▶**対象**:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶**日時**:9月20日(金)午前10時～正午▶**場所**:貫井図書館▶**定員**:60名(先着順)▶**申込**:電話でねりまおはなしの会・古川☎3924-2843(午後7時～9時)

◆**おとなのためのCAP(子どもへの暴力防止)ワークショップ公開講座**▶**対象**:子育て中の保護者など▶**日時**:10月4日(金)午後2時30分～4時30分▶**場所**:区役所本庁舎19階▶**定員**:20名(先着順)▶**費用**:500円▶**申込**:電話でNPO法人青い空ー子ども・人権・非暴力・丸田☎080-5687-4334(午前9時～午後8時)

ねりま遊遊スクール

◆**サッカーを楽しもう！**▶**対象**:5歳児～小学6年生▶**日時**:9月10日(火)午後5時～6時▶**場所**:大泉南小▶**定員**:20名(先着順)▶**申込**:電話でNPO法人サウスユーベFC・池田☎090-8040-4587(午前10時～午後6時)

◆**親子でティーボールを楽しもう**▶**対象**:小学生と保護者▶**日時**:9月16日(例)午前9時～10時30分▶**場所**:東京女子学院▶**定員**:40名(先着順)▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:電話でティーボール同好会・小山☎3920-7124(平日午前9時～午後5時)

◆**親子リズムはじめませんか！**▶**対象**:1～4歳児と保護者▶**日時**:9月21日(土)午前10時～正午▶**場所**:男女共同参画センターえーる▶**定員**:15組(先着順)▶**費用**:1組100円▶**申込**:電話で新日本婦人の会子育てアイアイ・川人☎070-1306-2244

◆**どんぐりでアクセサリや自由作品づくり**▶**対象**:4歳児～小学生と保護者▶**日時**:9月21日(土)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・太田☎3921-6994(午前9時～正午)

◆**親子理科教室 レモンで電池を作ろう！**▶**対象**:小学生と保護者▶**日時**:9月21日(土)午後2時30分～4時▶**場所**:区役所本庁舎20階▶**定員**:54名(先着順)▶**費用**:1人400円▶**申込**:電話でぶんかサイエンスカフェ・伊藤☎090-1771-0901 ※保育あり(9月13日(金)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。費用100円)。
◆**ワクワクどきどきバレエのレッスン！**▶**対象**:①4歳以上の未就学児②

▶**講師**:一級簿記講師／細谷明子▶**定員**:30名(先着順)▶**費用**:2,000円
2**勤福落語会**

▶**日時**:10月20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

3**国家資格取得支援講座 (④行政書士⑧マンション管理士・管理業務主任者)**

▶**日時**:10月23日～11月6日の毎水曜④午後7時～8時⑧午後8時10分～9時10分[3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**:7,500円 ※10月22日(木)午後8時から事前説明会を開催します。

小学1～3年生▶**日時**:9月22日(日)①午前11時～正午②午後1時～2時▶**場所**:光和小▶**定員**:各15名(先着順)▶**費用**:300円▶**申込**:電話で石神井クラシクバレエ普及会・南雲☎080-8023-6359(金・土曜を除く午後1時～3時)

リサイクル・マーケット

▶**出店申込**:往復ハガキで①住所②氏名③電話番号を、開催日の5日前までに申込先へ ※700円以下の出店料が掛かります。 ※車でのお来場・搬入はご遠慮ください。

◆**たがら公園**(田柄2-45-1)▶**日時**:9月14日(土)午前10時～正午(雨天中止)▶**申込先**:〒179-0073田柄2-8-13 渡辺真貴子☎090-6487-0857(先着30店。問い合わせは午後6時～8時)

◆**夏の雲公園**(光が丘3-4-1)▶**日時**:9月15日(日)午前9時～正午(雨天中止)▶**申込先**:〒178-0065西大泉2-17-26 リサイクルマーケットジョイ☎080-2256-4508(先着120店。問い合わせは平日午後2時～5時)

◆**和田堀公園**(石神井町1-1-11)▶**日時**:9月15日(日)午前9時30分～午後1時30分(雨天中止)▶**申込先**:〒177-0041石神井町1-3-7 物々☎3997-4333(先着50店)

◆**平成つつじ公園**(練馬1-17-6)▶**日時**:9月22日(日)午前10時～午後0時30分(雨天中止)▶**申込先**:〒177-0035南田中4-7-10-201 リサイクル・ゆう☎080-1980-6310(先着100店。問い合わせは午後6時～8時)

◆**さくらの辻公園**(上石神井3-19-10)▶**日時**:9月29日(日)午前9時～正午(雨天中止)▶**申込先**:〒177-0045石神井台8-23-21 有川久美子☎090-5788-4578(抽選30店)

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
◆**巣鴨信用金庫田柄支店**(田柄2-5-27)▶**日時**:9月1日(日)午前9時30分～午後1時30分 ※地区祭が中止の場合は献血も中止。

◆**練馬消防署**▶**日時**:9月6日(金)午前9時30分～11時30分、午後1時～3時30分
◆**巣鴨信用金庫土支田支店**(土支田4-7-7)▶**日時**:9月11日(火)午前9時30分～11時30分、午後1時～3時30分

地区祭

◆**石神井地区祭**▶**日時**:9月7日(土)午前10時～午後3時(雨天8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

◆**第三地区祭(向山西地区)**▶**日時**:9月8日(日)午前10時～午後0時30分▶**場所**:向山西こどもひろば(向山4-35)▶**内容**:こどもゲーム大会、山車、お囃子(はやし)の演奏▶**問合せ**:実行委員会・草間☎3999-1280

広告

玉川温泉の整体師 小川哲男

大泉図書館にあります!!
余命と向き合う人たちにささげる笑顔の1時間

練馬駅そばのリラクゼーション店で働いております。
区民の皆さまよろしくお願ひします。

※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。

就職活動や地域活動をしている女性のためのエクセル基礎講座

▶**対象:**パソコンで文字入力ができる女性 ▶**日時:** ①10月23日(水)・24日(木)②12月5日(木)・6日(金)③来年3月11日(水)・12日(木)午前10時～正午【2日制】▶**場所:**男女共同参画センターえーる ▶**講師:**MOSインストラクター／後藤悦子 ▶**定員:**各10名(抽選) ▶**費用:**1,000円 ▶**持ち物:**USBメモリー ▶**申込:**往復ハガキで①講座名(①～③の別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、①10月10日②11月16日③来年2月28日(必着)までに〒177-0041 石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 ※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)・年齢もお知らせください。

スポーツ

区民体育大会

▶**問合せ:**スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※**2～6**の実施要項は、体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページなどでご覧になれます。

1 弓道

▶**対象:**中学生以上 ※中学生は保護者同伴。 ▶**日時:**9月22日(日)午前9時から ▶**場所:**総合体育館 ▶**内容:**競技方法…8射競射(4矢2回)、近的中制 部別…初級(初段以下)、中級

(2・3段)、上級(4・5段)、称号者(錬士・教士・範士) ▶**費用:**500円(保険料など) ▶**申込:**ハガキで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦部別を、9月12日(必着)までに〒179-0073 田柄5-14-15-102 伊藤方 練馬区弓道連盟事務局へ

2 少林寺拳法

▶**日時:**9月23日(祝)午前9時から ▶**場所:**光が丘体育館 ▶**申込:**実施要項をご覧の上、9月7日(必着)までに練馬区少林寺拳法連盟事務局へ

3 卓球(中学生の部)

▶**日時・場所:**①10月5日(土)…光が丘体育館⑥6日(日)…貫井中 いずれも午前9時から ▶**内容:**④個人戦(シングルス)⑥団体戦(学校対抗4単1複) ▶**費用:**1人8円(保険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、9月13日(必着)までに田柄中・竹野へ

4 柔道

▶**日時:**10月6日(日)午前9時から ▶**場所:**総合体育館 ▶**費用:**500円(保険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、9月18日(必着)までに練馬区柔道会事務局へ

5 ボウリング

▶**対象:**中学生以上 ▶**日時:**10月14日(祝)午前9時から ▶**場所:**練馬トーホーボール(錦2-19-1) ▶**定員:**80名(抽選) ▶**費用:**1,000円(保険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、9月30日(必着)までに練馬区ボウリング連盟へ

6 合気道演武会

▶**対象:**合気会登録者、連盟所属団体の方 ▶**日時:**11月3日(祝)午前9時から ▶**場所:**桜台体育館 ▶**内容:**演武型式(個人・団体) ▶**費用:**500円(保

険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、10月5日(必着)までに練馬区合気道連盟事務局・鎌守へ

初心者スポーツ教室

▶**申込:****1 3** 往復ハガキで①教室名(**1**は①⑥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、9月10日(必着)までに〒176-8501 区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 **2** 当日会場へ

1 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・日時:**10月5日～11月16日の毎土曜④午後1時45分～3時10分(小学1・2年生) ⑥午後3時20分～4時45分(小学3～6年生)【11月2

日を除く。6日制】▶**場所:**上石神井体育館 ▶**定員:**各30名(抽選) ▶**保険料:**174円

2 ファミリースポーツ(ゲーム、トランポリンなど)

▶**対象:**家族 ▶**日時:**10月5日～11月16日の毎土曜午後6時～8時【11月2日を除く。6日制】▶**場所:**上石神井体育館 ▶**保険料:**1人60円 ▶**持ち物:**上履き

3 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:**10月13日(日)・20日(日)・27日(日)午前9時30分～11時30分【3日制】▶**場所:**総合体育館 ▶**定員:**40名(抽選) ▶**保険料:**141円

10/5(土)
14:00～16:00

ねりまフォーラム2019 男女共同参画の集い

どの人もどの人も自分らしく ～感謝と喜びを渡す生き方働き方～

「笑い文字」の実演と「笑い文字」から広がる生き方や働き方についてお話しします。

▶**日時:**10月5日(土)午後2時～4時 ▶**場所:**生涯学習センター ▶**講師:**(一社)笑い文字普及協会代表理事／廣江まさみ(=写真) ▶**定員:**300名(先着順) ▶

申込:電話またはファクス、電子メールで①催し名②代表者の氏名(ふりがな)・電話番号③参加人数(3名まで)を、人権・男女共同参画課 ☎5984-4518 **FAX** 3993-6512 ✉ jinkendanjo@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。 ※手話通訳あり。



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。

■**高齢者向け水泳教室(初級クラス・中級クラス)** 60歳以上の方対象 第2を除く月曜午前9時～11時 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費2,000円 保険料年1,850円(65歳以上の方1,200円) 初回は無料体験可 野田☎090-9243-9233(午後7時～9時)

■**グランマーズヒップホップ** 55歳以上の初心者対象 第2・4水曜午後1時～2時20分 ココネリ3階など 月会費2,500円 高橋 ☎080-5516-2048(要予約)

■**健康太極拳 ディアマークス** 第1～3月曜午前10時～11時50分 ココネリ3階など 月会費2,500円 初回は無料体験可 今中☎3948-3701(要予約)

■**世界のフォークダンス初心者講習会** 9月14日～10月12日の毎土曜午後6時15分～8時30分 上石神井小 教材費5回1,000円 関町フォークダンス友の会・二宮☎**FAX** 3929-7158 ✉n.kikue21@kyj.biglobe.ne.jp(要予約)

■**第10回ユキブーケ・ド・シャンテコンサート** 10月9日午後2時開演 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 例会…第1・3金曜午後1時30分～3時30分 富士見台地区区民館など 月会費3,000円 教材費月1,000円 初回は無料体験可 シャンソンの会・飯塚☎**FAX** 3998-7528(コンサートのみ要予約)

■**社交ダンス「カトレア会」無料講習会** 初心者対象 9月5日・12日・19日・26日午後7時～9時 生涯学習センター 日本社交舞踊教師協会の講師が指導 例会…毎水曜午後7時～9時 生涯学習センター 入会金1,000円 月会費3,000円 馬場☎5946-5486(要予約) ■**会員の作品展 第23回GENKI展** 9月10日～15日午前10時～午後6時(10日は午後2時から。15日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 練馬退職教職員の会・酒井☎**FAX** 6357-4911

■**グッピー・スイミングクラブ(アクアビクス・水泳)** 中高年齢者対象 毎水曜午前9時～11時 大泉学園体育館 女性コーチが指導 入会金1,000円 月会費2,500円 神山☎3904-2382 ✉mo_richan@hotmail.co.jp

■**ぐるっぺ光と花 第30回写真展(花と風景)** 9月11日～15日午前9時～午後5時(11日は午後1時から。15日は午後4時まで) 花とみどりの相談所 入場無料 例会…月1回土曜または日曜午後1時～4時 花とみどりの相談所 プロが指導 入会金2,000円 会費6カ月9,000円 月1回東京近郊で撮影会あり 大口☎3993-5712

■**国際共通語エスペラント語初心者講習会** 中学生以上の初心者対象 9月14日・28日、10月・11月主に第2・4土曜午後2時～4時30分 生涯学習センター 教材費500円 例会…基礎文法習得者対象 第2・4土曜午後2時～4時30分 生涯学習センター 会費3カ月1,000円 練馬エスペラント会・尼子☎5913-8679 ✉jamako@coast.ocn.ne.jp(要予約)

■**懐かしい歌! 思い出の歌! 忘れていた歌! 皆で一緒に歌いましょう!!** 9月25日午後2時～4時 勤労福祉会館 参加費800円 うたごえ仲間ドレミファソ・池田☎090-2337-7881

■**英語・英会話サークル** 中高年齢者対象 第1・2・4金曜午後1時30分～3時30分 関町リサイクルセンター 元英会話学校講師が指導 月会費4,000円 初回は無料体験可 鈴木☎090-9328-7741(要予約)

■**軟式野球 練馬すずしろ** 58歳以上の方対象 毎月曜・木曜午前9時～11時(11月～3月は午前10時～正午) 北大泉野球場 月会費2,000円 三住☎080-1162-6967

■**日本舞踊教室(花柳流)基本練習・端唄・小唄体験会** 10月1日・8日・15日午前10時～11時30分 上石神井北地域集会所 参加費3回2,000円 小雪会・鈴木☎3920-3627(要予約)

■**親子で英会話体験レッスン** 1歳6カ月～3歳児と保護者対象 9月12日・26日午前10時30分～11時30分 男女共同参画センターえーる ネイティブ講師が発音指導 参加費1,000円 例会…1歳6カ月～3歳児と保護者対象 月2回木曜午前10時30分～11時30分 男女共同参画センターえーる 会費1回1,500円 教材費など1回300円 ママと一緒にABC♪・杉岡☎3997-5981 ✉yk.jupiter39@jcom.home.ne.jp

■**剣道練成演武会(足払い・組打ちのある試合、居合、試し切り)** 9月16日午前9時15分～午後1時 高松小 参加費無料 日本剣道協会・山田☎090-2326-3114

■**バク転・バク宙の練習 ばくてんA倶楽部** 小学生～25歳くらいの方対象 毎月曜午後6時30分～9時(小学生は午後8時30分まで) 上石神井体育館など 入会金1,000円 年会費1,200円 月会費5,000円 スポーツ安全保険料実費 初回は1,500円で体験可 棚瀬☎090-4373-6475 ✉setsu.1129.baku10@docomo.ne.jp(要予約) ■**日練書道(楷・行・草・かな)** 第1・3土曜①午後1時～3時(小学生)②午後3時～4時(中学生以上) 光が丘区民センター5階 入会金①1,000円②2,000円 月会費①2,000円②3,000円 教材費①月600円②実費 檜村☎3993-9780

■**剣道 誠心剣友会** 5歳児以上対象 毎日曜午前9時30分～正午、毎火曜午後4時30分～6時 光和小 有段者が指導 入会金1,500円 月会費2,000円 保険料年1,850円(小中学生800円) 初回は無料体験可 小松☎090-2324-1439

■**中国語公開講座「①日中文化の比較あれこれ、実践～テレビで中国語②スキットで中国語発音総点検」** 初心者～初級者対象 ①9月21日午後3時30分～5時30分②23日午後1時30分～4時30分 区役所本庁舎19階 講師 NHKテレビ中国語講座講師／陳淑梅ほか ①②とも参加費1,000円 練馬中文教室・鈴木☎090-3509-2021(要予約)

■**英会話レッスン Y・E・S** 毎月曜午後6時～7時30分 厚生文化会館 外国人講師が指導 入会金1,000円 月会費4,000円 角☎3991-9698(要予約。午後4時～7時)

■**第6回マイカイウクレサークル&フラ発表会** 9月27日午後0時30分開場 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 梁瀬☎090-3512-1519

■**和楽器による合奏団第16回定期演奏会** 9月22日午後1時30分開演 練馬文化センター 入場料1,000円 邦楽アンサンブル来音・関口☎3904-6730 ✉info@raion.org

■**社交ダンス いずみ会** 初級者～中級者対象 毎土曜午後1時～5時 春日町地域集会所 女性プロが指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 穴澤☎080-6727-0718(要予約)

■**大人の算数・数学再学習とプログラミング(Python)学習会・無料説明会** 9月11日①午後1時15分～2時45分②午後3時15分～4時45分 生涯学習センター 例会…ノートパソコンを持参でき、基本操作と電子メールができる方対象 主に3月平日午後 生涯学習センターなど 会費1回1,200円 斎藤☎080-7008-8905(午前9時～午後6時) ✉pfc03114@nifty.com(要予約)

■**書道(楷書・行書・草書・写経)** 月3回火曜午後6時～8時30分 南大泉青少年館 入会金1,000円 月会費2,000円 年2回検定あり 日本教育書道連盟・モリタ☎3924-3598(午後6時以降)

■**練馬レディースソフトテニス教室** 初級～中級の女性対象 9月30日、10月7日・21日午前9時30分～午後0時30分(予備日10月28日) 豊玉中公園庭球場 参加費1回500円 竹松☎090-2642-6569

広告 結婚相談 ☆お見合い結婚しませんか☆

経済産業省指導
特定商取引法重視

☆インターネット使用
しない仲人型です

☆親御様も歓迎
ご相談無料

☆全国仲人連合会・新宿
03-5386-3161木曜(休)

※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。

特別展

「^{やまい}病退散—江戸の知恵と医術—」

会 期 9月14日(土)～11月4日(休) 午前9時～午後6時
※月曜休館(ただし、祝休日の場合は翌日休館)。

場所・問合せ 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

漢方の知識や江戸時代の生活の知恵は、現在の医療に生きていることが多くあります。本展では、江戸時代から続く健康に対する考え方や病への対処について紹介します。▶**観覧料**: 一般300円、高校・大学生200円、65～74歳の方150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。 ※練馬区立美術館の展覧会と相互割引あり。

〈会期中の催し〉

催し名	日時	講師	定員 (先着順)
1 講演会「江戸の知恵に学ぶ食養生～薬膳から見た食生活と健康」	10/14(祝) 14:00～15:30	東京薬膳研究所代表／武鈴子	各90名
2 講演会「漢方医学のルーツと大切な考え方」	10/27(日) 14:00～15:30	北里大学客員教授／小曾戸洋	
3 展示解説会 ※当日の観覧券が必要です。	9/29(日)、10/23(水)、11/4(休) 14:00～14:45	—	—

▶**申込**: **1****2** 電話で石神井公園ふるさと文化館へ **3** 当日会場へ



世の中万病りやうち所 1868年
順天堂大学日本医学教育歴史館蔵



五臓六腑図 江戸時代
国立科学博物館蔵



飲食養生鑑 1854～1860年ごろ たばこと塩の博物館蔵



心学身之要慎(部分) 江戸時代後期
たばこと塩の博物館蔵

(公財)練馬区文化振興協会の催し

問合せ

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



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

練馬文化センター(小ホール)

割引! 0歳以上

11/4 休
13:30開演

みんなであそぼ!
森と劇場のサーカスフェスタ

出 演 チクリーノ・フレディーノ(パントマイム)ほか
入場料 500円(全席指定)
購 入 9月3日(火)午前10時から**1****2****3**
※コンサートやワークショップなども開催します。詳しくは**3**へ。



練馬文化センター(小ホール)

割引! 小学生 学生券

12/4 水
18:30開演

第34回練馬区新人演奏会

出 演 岩倉宗二郎・小西光太(トロンボーン)、和田華音・佐藤陽十(ピアノ)、上野正博(指揮)、東京フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

入場料 1,000円(全席自由) ※学生は500円。

購 入 9月5日(木)午前10時から**1****2****3**

※区内在住・在学の小中学生・高校生と保護者を招待します。詳しくは**3**へ。



岩倉宗二郎

和田華音

練馬文化センター(大ホール)

優先! 割引! 小学生 学生券

来年**3/8** 日
15:00開演

フレッシュ名曲コンサート
ショパン&ムソルグスキー

出 演 広上淳一(指揮)、野上真梨子(ピアノ)、東京フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

曲 目 ショパン/ピアノ協奏曲第1番、ムソルグスキー/組曲「展覧会の絵」

入場料 S席3,800円、A席3,000円

予 約 9月23日(祝)午前10時から**1****3**(購入は24日(火)午前10時から**1****2****3**)



広上淳一



野上真梨子

練馬文化センター(大ホール)

割引! 小学生

12/14 土
13:00・17:00開演

東京、練馬でジェントルなLive vol.2

オークラ氏が演出を担当するコントとジャズのコラボ公演です。

出 演 東京03、Gentle Forest Jazz Band

入場料 5,500円(全席指定)

予 約 9月8日(日)午前10時から**1****3**(購入は9日(月)午前10時から**1****2****3**)



東京03



Gentle Forest Jazz Band

**チケット
予約・購入
はこちらで**

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

優先 友の会会員へ優先予約受け付けを行います。

小学生 未就学児は入場できません。

0歳以上 該当年齢から入場できます。

割引 友の会会員は1割引で購入できます(各公演2枚まで)。

学生券 一般料金の半額で購入できます(要学生証)。

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。