

アートなトラベル

こども
アート
2019
アドベンチャー

入場・参加
無料

8/21(水) 10:00～17:00

ココネリ3階(練馬1-17-1)

国内外で活躍している版画家の蟹江杏さん(=写真)や元たまの石川浩司さんなど、プロのアーティストによるステージイベントや子ども向けアート体験ワークショップです。子育て世代の家族みんなで、芸術の楽しさに触れてみませんか。



▶ 問合せ:文化振興係 ☎5984-1284 FAX 5984-1228

みんなで完成させよう!

ステージイベント

オープニングライブ (10:00～10:20)
絵と音のライブペインティング (①10:20から②12:00から③14:00から④16:00から)
みどりちゃんのパントマイムショー (11:30～12:00)
ひびけ! 未来へつなぐ歌声! (13:00～13:30)
久保田慎吾うたごえショー 熱唱! 絶唱! 声はみんなのパスポート! (14:30～15:00)
劇団飛行船スペシャルショー (15:30～16:00)
エンディングライブ (16:30～17:00)



久保田慎吾
うたごえショー



劇団飛行船
スペシャルショー



みどりちゃん
パントマイムショー



練馬果樹あるファーム

摘みたてのブドウを味わおう

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。8月からは、ブドウ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。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。 ※なくなり次第終了。

問合せ 農業振興係 ☎5984-1403

二次元バーコード



摘み取り園

場所・問合せ	開園時期	栽培品種
吉田ブドウ園(谷原5-20-8) ☎3996-9194	8月20日～9月上旬	藤稔、巨峰

直売所

場所・問合せ	栽培品種
吉田ブドウ園(谷原5-20-8) ☎3996-9194	藤稔、巨峰
杉浦ぶどう園(谷原6-15-29) ☎3997-5436	藤稔、黄玉、シャインマスカット、ブラックビート
みやべぶどう園(谷原1-21-5) ☎3995-8783	藤稔、ゴルビー、ハニービーナス、シャインマスカット
中井川富治(土支田2-16-9) ☎3922-5928	高尾
五十嵐一男(土支田4-21-10) ☎3922-1263	高尾、藤稔、高妻、クイーンニーナ
内堀満(西大泉6-6-1) ☎3924-4104	シャインマスカット、安芸クイーン、紫玉、ブラックオリンピア
田中正夫(西大泉1-36-22)	高尾
高橋竹男(西大泉2-1-22) ☎3978-7973	高尾、藤稔、竜宝、紅伊豆
田中農園(西大泉2-8-33) ☎080-1302-0732	高尾
小川和徳(下石神井5-6-49) ☎5936-7611	高尾、藤稔、竜宝、シャインマスカット

世界都市農業サミット連載企画 Vol.10

Do you know 練馬の農?

「みんなde農コンテスト」企画実施部門の受賞企画② ＝ねりまみどりの教室＝

中学生・高校生が、小学生を対象に「ねりまみどりの教室」を開校しています。ワークショップやフィールドワークを通して練馬の都市農業を学んでいます。農家の協力のもと、収穫・出荷体験や都市農業の魅力を発信する動画作りに取り組み、練馬まつりで成果を発表します。



畑でのフィールドワーク

ぶどう畑のミツオさん「収穫祭」の参加者を募集

企画の集大成として、ブドウの直売や摘み取り、雑貨の販売のほか、ぶどう染めなどが体験できる収穫祭を開催します。▶日時:8月25日(日)午前10時～午後3時(雨天9月1日(日)) ▶場所:みやべぶどう園(谷原1-21-5) ▶申込:当日会場へ ▶問合せ:NPO法人みどり環境ネットワーク!事務局 ☎3922-1890



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(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



第38回 練馬児童劇団発表会

9/23
祝

サーカス物語

入場
無料

小学4年生～20歳の劇団員が、日頃の練習の成果を発表します。

▶日時:9月23日(祝) 午後2時⑧午後6時開演 ▶場所:練馬文化センター ▶定員:各550名(抽選) ▶申込:往復ハガキで①催し名(⑧⑨の別も)②代表者の住所・氏名・電話番号③観覧者全員(4名まで)の氏名を、9月4日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341



昨年の発表会の様子

「みどりの風 練馬薪能」関連イベント 能楽体験ワークショップ

能面をかける体験や所作(すり足)体験、謡の稽古など能を身近に感じることができます。参加者は、9月29日(日)開催の「みどりの風 練馬薪能」の舞台を見学できます。

▶対象:小学生以上 ▶日時:9月28日(土)午後2時～3時30分 ▶場所:石神井松の風文化公園管理棟 ▶定員:30名(抽選) ▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①催し名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、9月2日(必着)までに〒176-8501 区役所内文化振興係 ☎5984-1284 ☐bunkashougai@city.nerima.tokyo.jp ※抽選結果は9月6日(金)ごろにお知らせします。



熱中症にご注意を!

暑さが厳しいときには、室内でも小まめに水分を取りましょう。室温が28度を超えないように、無理をせずにエアコンや扇風機を使用しましょう。▶問合せ:健康推進課計画担当係 ☎5984-1636

来年
4月から

障害者自立支援(通所)施設などの利用者を募集

申し込みは
9/20～6金

生活介護事業

福祉園などで実施します。常に介護が必要な方に食事や健康管理などの支援や創作・生産活動の機会を提供します。また、氷川台・大泉学園町福祉園、中村橋福祉ケアセンターでは、医療的ケアを必要とする重症心身障害者を対象とした通所事業を行っています。▶
対象:区内在住の18歳以上で、障害支援区分が3以上(50歳以上の方は2以上)の方

施設名	所在地
貫井福祉園	貫井2-16-12
氷川台福祉園 ※	氷川台2-16-2
光が丘福祉園	光が丘2-4-10
石神井町福祉園	石神井町2-12-5
関町福祉園	関町南3-15-35
大泉町福祉園	大泉町3-29-20
大泉学園町福祉園 ※	大泉学園町3-9-20
田柄福祉園	田柄3-14-9
中村橋福祉ケアセンター ※	貫井1-9-1

※重症心身障害者通所事業実施施設。

主に知的障害のある方を対象に、区立の障害者自立支援(通所)施設などで行う生活介護や就労支援など各種事業の来年4月からの利用者を募集します。 ※定員の都合で利用できない場合があります。▶
申込:事前に連絡の上、9月2日(月)～6日(金)に直接、申込先へ

就労移行支援事業

福祉工房などで実施します。一定期間、就労に必要な知識や能力の向上のための訓練を行います。 ※標準利用期間は2年間です。▶
対象:区内在住の18～64歳で、一般企業などへの就労を希望する方

施設名	所在地
貫井福祉工房	貫井2-16-12
かたくり福祉作業所	大泉町3-27-10

就労継続支援B型事業

福祉作業所で実施します。働く場を提供し、知識や能力の向上のための訓練を行います。▶
対象:区内在住の18歳以上で、一般企業などでの就労が困難な方

施設名	所在地
北町福祉作業所	北町8-2-12
白百合福祉作業所	石神井町5-13-10
大泉福祉作業所	東大泉2-11-22
かたくり福祉作業所	大泉町3-27-10



申込先・問合せ

担当地域	総合福祉事務所障害者支援係
〒176	練馬(区役所西庁舎2階) ☎5984-4609 FAX 5984-1213
〒179	光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7796 FAX 5997-9701
〒177	石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2816 FAX 3995-1137
〒178	大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5272 FAX 5905-5277

障害のある方
難病の方

各種福祉手当などがあります

表1 各種福祉手当などの一覧

種類	対象(いずれも区内在住の方)	手当額など
①特別障害者手当(国の制度)	20歳以上で①②のいずれかに当てはまり、常時特別な介護を必要とする方 ①身体障害者手帳1・2級程度、愛の手帳1・2度程度の障害が重複している ②前記①と同程度の疾病・精神障害がある ※専用の診断書で判定。	月額2万7200円 ※申請月の翌月から支給。
②障害児福祉手当(国の制度)	20歳未満で①～③のいずれかに当てはまり、常時介護を必要とする方 ①身体障害者手帳1・2級程度 ②愛の手帳1・2度程度 ③前記①②と同程度の疾病・精神障害がある ※専用の診断書で判定。	月額1万4790円 ※申請月の翌月から支給。
③重度心身障害者手当(都の制度)	原則として65歳未満で①～③のいずれかに当てはまる方 ①重度の知的障害で、著しい精神症状がある ②重度の知的障害と重度の身体障害がある ③両上肢と両下肢の機能が失われ、座っていることが困難	月額6万円 ※申請月から支給。
④心身障害者福祉手当(区の制度)	原則として65歳未満で①～④のいずれかに当てはまる方 ①身体障害者手帳1・2級 ②愛の手帳1～3度 ③区で指定する難病の方で、難病等医療費助成または小児慢性特定疾病医療費助成を受けている ④脳性まひまたは進行性筋萎縮(いしゆく)症 ※20歳未満で育成障害手当を受けている方を除く。	月額1万5500円 ※申請月から支給。
	原則として65歳未満で①～③のいずれかに当てはまる方 ①身体障害者手帳3級 ②愛の手帳4度 ③精神障害者保健福祉手帳1級 ※20歳未満で育成障害手当を受けている方を除く。	月額1万円 ※申請月から支給。
⑤紙おむつの支給(区の制度)	在宅の3～64歳で身体障害者手帳1・2級または愛の手帳1・2度の方 ※他の制度で紙おむつの支給を受けている方を除く。	紙おむつを支給 ※申請月から1割の利用者負担で支給(8,000円を超える分は利用者負担)。
⑥心身障害者医療費助成(都の制度)	原則として65歳未満で①～③のいずれかの手帳をお持ちの方 ①身体障害者手帳1・2級(内部障害は1～3級) ②愛の手帳1・2度 ③精神障害者保健福祉手帳1級 ※後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちで特別区民税・都民税(住民税)が課税の方などを除く。	保険診療分の医療費について、他の公費で助成されない自己負担額の一部を助成

障害のある方や難病の方を対象とした福祉手当などがあります(表1参照)。対象となる方で、まだ申請していない方は、申請してください。 ※本人や扶養義務者の所得が制限額(表2参照)を超えている方は対象になりません。 ※施設に入所・入院中の方は対象にならない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

対象	申込先・問合せ
身体障害者手帳・愛の手帳・難病に係る医療受給者証をお持ちの方	〒176の地域…練馬(区役所西庁舎2階) ☎5984-4612 FAX 5984-1213
	〒179の地域…光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7060 FAX 5997-9701
	〒177の地域…石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2817 FAX 3995-1104
	〒178の地域…大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5274 FAX 5905-5277
精神障害者保健福祉手帳をお持ちで、表1の④⑥を申請する方	保健予防課精神保健係 ☎5984-4764 FAX 5984-1211

新しい㊟受給者証を8月20日㊞までに発送

現在お持ちの㊟受給者証(心身障害者医療費助成受給者証)の期限は8月31日(土)です。該当する方には、新しい㊟受給者証を8月20日(木)までに発送します。所得が制限額(表2参照)を超えるなど該当しなくなる方には、消滅通知を送付します。

表2 所得制限額(平成30年中の年間所得)

扶養親族の人数	本人(20歳未満は扶養義務者)	配偶者・扶養義務者(国の制度のみ)
0人	360万4000円	628万7000円
1人	398万4000円	653万6000円
2人	436万4000円	674万9000円
3人	474万4000円	696万2000円
1人増ごとの加算額	38万円	21万3000円

お知らせ

皆さまからの寄付(6月分) ＝ありがとうございました＝

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

区へ 練馬みどりの 葉っぱい基金	18万3557円(5件)
練馬区社会福祉協議会へ	54万9593円(11件)

弁護士による無料相談会

▶**対象**:借金や税金・家賃の滞納、労働問題などでお困りの方 ▶**日時**:8月23日(金)午後1時～4時30分の間の1時間以内 ▶**場所**:練馬区社会福祉協議会生活サポートセンター(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階) ▶**申込**:電話で同所 ☎3993-9963

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歳～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**:8月31日(土)午後2時～4時 ▶**場所**:上石神井南地域集会所 ▶**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)

令和2年度練馬区社会福祉協議会助成事業説明会

赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動募金を活用して地域福祉団体に助成を行っています。助成を希望する団体は必ず説明会に参加してください。▶**対象**:区内で一定期間福祉活動または福祉施設の運営を行う非営利の団体 ※法人格の有無は問いません。▶**助成の申請期間**:赤い羽根配分…10月1日(火)～31日(木)、歳末たすけあい配分…12月2日(月)～来年1月10日(金) ▶**説明会**

▶**日時**:①9月2日(月)午後1時30分～3時②18日(水)午後6時～7時30分 ▶**場所**:区役所本庁舎20階 ▶**定員**:各60名(先着順) ▶**申込**:電話またはファクスで①参加日(①②の別)②団体名③参加者全員の氏名④電話番号を、①8月29日(木)②9月13日(金)までに練馬区社会福祉協議会へ ◎**問合せ**:練馬区社会福祉協議会 ☎3992-5600 FAX 3994-1224

事業者向け

ビジネス講座「伸び続けるキャッシュレス決済の最新動向」

▶**対象**:事業者、創業を考えている方 ▶**日時**:9月19日(木)午後7時～9時 ▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**講師**:中小企業診断士/磯島裕樹 ▶**定員**:50名(先着順) ▶**申込**:電話またはファクスで①講座名②参加者の氏名(ふりがな)③事業所の郵便番号・住所・名称・業種・電話番号・ファクス番号または電子メールアドレス(ある方のみ)を、9月17日(火)までに練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX 6757-1014 ※同ホームページ(<http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込みます。

国民年金

厚生年金に加入している配偶者の扶養から外れたときは届け出を

会社員や公務員などの厚生年金加入者に扶養されている方(20歳以上60歳未満)は、次のいずれかに該当する場合、第1号被保険者に切り替える届け出が必要です。

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

▶**問合せ**:国民年金係 ☎5984-4561

60歳以上の方でも任意加入ができます

国民年金の加入期間は、60歳の誕生日の前日までです。ただし、60歳になっても受給資格期間が不足し

ているために年金が受けられない方や、受給資格があっても年金額を満額に近づけたい方は、65歳になるまで任意加入できます。また、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、65歳になっても受給資格期間が不足する方は、70歳に達するまでの間で受給資格期間を満たすまで、任意加入ができます。加入の手続きは、60歳の誕生日の前日から行えます。加入期間は申し込んだ月からになります。届け出に必要な書類など詳しくは、お問い合わせください。▶**届け出先・問合せ**:国民年金係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4561

住まい・まちづくり

住宅修築資金融資あっせん制度のご利用を

住宅の修繕・リフォームなどの工事資金が必要な方に、金融機関への融資をあっせんしています。工事内容、世帯の所得などの要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。▶**申込資格**:区内に1年以上居住していること、70歳までに完済できることなど ▶**融資限度額**:500万円 ▶**返済方法**:84カ月(7年)以内の元金均等月賦返済 ▶**利率**:固定年利2.0% ※世帯の所得などにより、区が利子の一部または全部を補給します。▶**問合せ**:住宅課管理係 ☎5984-1289

家庭用生ごみ処理機・コンポスト化容器の購入費を助成

問合せ 清掃リサイクル課リサイクル推進係 ☎5984-1097

生ごみの減量やリサイクルに役立つ機器の購入費の一部を助成します。処理された生ごみは、土などと混ぜて肥料として使えます。▶**助成対象機器**:**1**家庭用生ごみ処理機(乾燥式・バイオ式など)**2**コンポスト化容器(区のあっせんで購入も可)**3**ディスポーザー((公社)日本下水道協会認証機種) ▶**対象**:次の①～⑤の全てに当てはまり、これから機器を購入する方、または購入から6カ月以内の方 ①区内在住②区内で継続して機器を使用する③同一世帯で過去3年以内に助成を受けていない④区のアンケートなどに協力できる⑤特別区民税・都民税(住民税)・軽自動車税を滞納していない ▶**助成額**:購入費の2分の1(上限2万円。消費税を含む) ※助成は1世帯1台のみ。▶**申込**:①区民事務所(練馬を除く)②リサイクルセンター③資源循環センター④清掃リサイクル課(区役所本庁舎18階)にある申請書に記入の上、領収書を添えて、直接⑥～⑨へ ※⑨に郵送も可。 ※申請書は、区ホームページにも掲載しています。



羽田空港施設見学会



問合せ 国土交通省東京空港事務所環境・地域振興課 ☎5757-3021

国は羽田空港の機能強化を図るため、新飛行経路での運航を検討しています。今回、区民の皆さまに羽田空港の現状や機能強化の必要性についてご理解いただくため、施設見学会を開催します。空港では、管制塔や滑走路周辺、航空機の整備工場(格納庫)を見学できます。

申し込みは国土交通省で受け付けます。詳しくは、区民事務所にあるチラシや国土交通省東京航空局ホームページ(<https://www.cab.mlit.go.jp/tcab/r1tourinfo.html>)をご覧ください。▶**区の担当**:環境規制係

見学会開催日	
10月	4(金)・5(土)・11(金)・13(日)
11月	1(金)・3(祝)・7(木)・9(土)・14(木)・17(日)・21(木)・22(金)・24(日)・29(金)・30(土)

※時間はいずれも12:00～17:00。

平和祈念の黙とうを

全国戦没者追悼式が、8月15日(木)に行われます。戦争でお亡くなりになった方々のご冥福を祈り、世界の恒久平和を願って、正午から1分間の黙とうをささげましょう。▶**問合せ**:総務係 ☎5984-2600

初心者向け障害者パソコン教室

▶**日時**:9月15日(日)**1**午前9時30分～正午**2**午後1時30分～4時 ▶**場所**:中村橋福祉ケアセンター ▶**定員**:**1****2**各4名(抽選) ▶**費用**:1,000円 ▶**申込**:電話またはファクスで①教室名(**1****2**と**A**～**E**の別も)②住所③氏名(ふりがな)④障害名と手帳の種類⑤電話番号またはファクス番号(ある方のみ)を、8月29日(木)までに中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 FAX 3970-5676 ※手話通訳が必要な方は、その旨もお知らせください。 ※介助が必要な方は、介助者を同伴してください。

コース	対象
A パソコン入門	次のいずれかをお持ちの方 ・愛の手帳 ・身体障害者手帳 ・精神障害者保健福祉手帳
B ワード(文書作成など)	
C エクセル(表計算など)	
D タブレット(携帯端末)相談・体験	
E 視覚障害(読み上げソフト)	身体障害者手帳を持っている視覚障害のある方

※**A**は以前受講した方、**B****C**は、パソコンの基本操作・文字入力ができない方は受講できません。

7月の放射線量測定結果

詳しい測定結果は、区ホームページ「東日本大震災関連情報」の「放射線量等の測定結果(分類別)」をご覧ください。▶**問合せ**:環境規制係 ☎5984-4712
【測定点】区立12施設 【測定値】単位:マイクロシーベルト/時
●地表面から50cm 0.025～0.076 ●地表面から5cm 0.027～0.074

耐震改修相談会

耐震改修工事費用の助成制度や建築物に関する相談に、(一社)練馬区建築設計事務所協会の建築士などがお応えします。▶日時:9月8日(日)午後1時～4時の間の30分間▶場所:大泉北地域集会所▶申込:9月6日(金)までに電話で耐震化促進係☎5984-1938

施工事業者向け耐震改修工事講習会

▶対象:耐震改修工事の施工事業者、個人施工者(大工など)▶日時:9月17日(火)午後1時15分～5時▶場所:区役所本庁舎20階▶定員:50名(先着順)▶申込:建築課(区役所本庁舎15階)や区ホームページにある申込用紙に記入の上、建築課耐震化促進係☎5984-1938

働く

保育のお仕事セミナー&就職相談・面接会

保育施設への就職を希望する方を対象にセミナーと相談・面接会を行います。また、手遊びやエプロンシアターなどの紹介も行います。▶日

時:9月1日(日)午後1時～4時▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶申込:当日会場へ▶問合せ:私立保育所係☎5984-1634

練馬区文化振興協会契約職員(事務)

▶期間:来年4月から1年間(正職員登用の場合あり)▶日時:週5日午前8時30分～午後8時15分の間の7時間45分(土・日曜、祝休日勤務、変則勤務あり)▶場所:練馬文化センターなど▶内容:庶務・経理事務、施設管理、事業運営など▶採用予定数:若干名(書類選考・筆記選考・面接)▶申込:練馬文化センターまたは(公財)練馬区文化振興協会ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/>)にある募集案内をご覧ください、9月3日(必着)までに(公財)練馬区文化振興協会☎3993-3311

①短時間保育補助②保育補助③調理④用務【臨時職員】

登録制で欠員状況により採用します。▶期間:6カ月以内▶勤務日:月～土曜(月20日程度)▶時間:①朝…午前7時30分から、夕…午後4時15分から(それぞれ2～3時間程度)②～④原則として午前8時30分～午後5時

15分の間の4～7時間45分▶場所:区立保育園▶賃金:①時給1,300円(土曜1,400円)②時給1,100円(土曜1,200円)③④時給1,040円(土曜1,140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

①学校事務②学校・幼稚園用務③学校栄養士【臨時職員】

登録制で、欠員状況により採用します。▶対象:栄養士の有資格者(③のみ)▶期間:6カ月以内▶勤務日:

月～金曜(月20日以内。原則として祝休日を除く)▶時間:①午前8時15分～午後5時の間の学校が指定する時間(1日7時間以内)②午前7時45分～午後4時30分の間の4～7時間③1日7時間▶場所:①③区立小中学校②区立小中学校・幼稚園▶内容:①事務補助②施設整備・清掃③学校給食の栄養士業務▶賃金:①時給1,020円②時給1,040円③日給1万1200円※交通費支給。▶申込:教育総務課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある登録票(写真貼付)を、教育総務課職員係☎5984-5629

モバイルバッテリーは不燃ごみスマートフォンは小型家電回収ボックスか不燃ごみへ

清掃車の火災が発生

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】
小型家電について…リサイクル推進係☎5984-1097

5月と7月に、モバイルバッテリーやスマートフォンが可燃ごみに出されたことが原因とみられる清掃車の火災が発生しました。幸い大事故には至らなかったものの、収集作業が遅れるなどの大きな影響を及ぼしました。



モバイルバッテリーは不燃ごみで、スマートフォンは小型家電回収ボックスに入れるか不燃ごみで出してください。※小型家電回収ボックスの設置場所など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

個人事業税 第1期分の納期限は9月2日(日)です

▶問合せ:豊島都税事務所☎3981-1211

※口座振替については、東京都納税推進課☎3252-0955。

* 来年3/22(日)に開催決定! *

練馬こぶしハーフマラソン2020

問合せ

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

満開のこぶしや桜を楽しみながら走ることできる区内の公道を主体としたコースや、沿道からの途切れない応援が大会の魅力です。

参加者の募集は、区報10月21日号でお知らせする予定です。



区民相談(法律・交通)のご利用を 無料

対象

区内在住の方

申し込み方法

電話などで予約してください(予約は相談希望日の1週間前の午前9時から受け付けます)。※表中の「予約不要」の相談を除く。

申込先

練馬区区民相談所【区役所東庁舎5階】
☎5984-4523 (練馬)

石神井庁舎区民相談室【石神井庁舎2階】
☎3995-1100 (石神井)

男女共同参画センターえーる相談室
☎3996-9050 (えーる)

問合せ

練馬区区民相談所
☎5984-4523 FAX 3993-4106

相談内容	場所・申込先	相談日	相談時間
法律相談(弁護士) 借地・借家、相続、交通事故の示談など ※利用回数は1年に1人3回まで。	練馬	月・水・金曜	13:00～16:00の間の30分以内
	石神井	火・木曜	
	えーる	土曜	
交通事故相談(専門相談員) 損害賠償手続き、各種保険請求方法など	練馬 (電話相談可)	火曜	10:00～12:00・13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井 (電話相談可)	金曜	
身の上相談(家庭裁判所調停委員) 離婚、家庭内のこと	練馬	月・木曜	13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井	金曜	
税務相談(税理士) 国税(相続税・贈与税など)	練馬 (電話相談可)	金曜	10:00～12:30・13:30～16:00の間の50分以内
	石神井 (電話相談可)	水曜	
不動産取引事前相談(宅地建物取引士) 紛争や事故を未然に防ぐための相談	練馬	火曜	13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井	水曜	
表示登記(調査・測量)相談(土地家屋調査士) 土地、建物の調査・測量など	練馬	第1・3木曜	13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井	第1月曜	
暮らしと事業の手続相談(行政書士) 遺言・相続など官公署に提出する書類作成	練馬	第1火曜	10:00～12:00・13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井	第3月曜	
権利登記・供託相談(司法書士) 不動産の権利登記など	練馬	第2・4木曜	13:00～16:00の間の30分以内
	石神井	第4月曜	
心の相談(カウンセラー) 孤独、挫折、不安などの精神的な悩み	練馬 (電話相談可)	火曜	10:00～16:00の間の1時間以内
人権擁護相談(人権擁護委員) 差別、名誉失墜など	練馬	第1木曜	13:00～16:00の間の1時間以内
	石神井	第2月曜	
行政相談(行政相談委員) 国や独立行政法人への要望など	練馬 (予約不要 電話相談可)	第1水曜	13:00～16:00
	石神井 (予約不要 電話相談可)	第3水曜	
一般区民相談 区政の窓口や専門相談の案内など	練馬 石神井 (予約不要 電話相談可)	月～金曜	9:00～17:00

※予約・相談とも土・日曜、祝休日、年末年始はお休みです(男女共同参画センターえーるの法律相談を除く)。

休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

小児科 内科・小児科

練馬区夜間救急こどもクリニック(区役所東庁舎2階)☎3994-2238
練馬休日急患診療所(区役所東庁舎2階)☎3994-2238
石神井休日急患診療所(石神井庁舎地下1階)☎3996-3404

▶受付時間:土曜午後6時～9時30分、日曜・祝休日午前10時～11時30分、午後1時～4時30分、午後6時～9時30分 ※練馬区夜間救急こどもクリニックは平日午後8時～10時30分も対応しています。

特集

認知症～大切なのは受け入れ支え合うこと

大切な家族が、身近な人が、認知症になったら…。認知症を正しく理解し、サポートすることで、本人や家族は穏やかに過ごすことができます。ここでは、ご自身が認知症の家族を抱える当事者であり、認知症カフェ「オレンジカフェホワイエこだ」のスタッフである伊藤さんのお話や、区のサポート体制などを紹介します。

▶問合せ:在宅療養係 ☎5984-4597

築90年の古民家で開く「オレンジカフェホワイエこだ」で談笑する伊藤さん(=写真右)

気付いたきっかけは
母の行動の変化

伊藤さんの実母が認知症を発症したのは80歳を超えてから。ひとり暮らしをしていましたが、約束していた日に訪ねて行くと伊藤さんが来ることを覚えていませんでした。

「母を見て、これはおかしいなと思いました。すっかり忘れていたのではなく、全く記憶になかった。そのことに自分も気付いて混乱してしまったのだと思います。今までに見たことのない母の表情でした。それまでも薬の飲み忘れや待ち合わせができないことがありました。これをきっかけに『専門の先生に診てもらいましょう』と母に話をしたところ、自分でもおかしいなと感じていたのでしょう、受診を受け入れてくれました」

早期発見・治療が
その後を大きく変える

「診断はアルツハイマー型認知症でした。予想はしていても『まさか、自分の母が…』という衝撃がありました。でも母とこれからの生活について話をすることができ、考える時間を持てたことは本当によかったと思います」

本人に話をしても病院へ行くことを嫌がるケースがありますが、「本人の不安を軽減するためにも早めの受診が必要」と伊藤さんは言います。

早い時期に受診することは、薬で進行を遅らせることができたり、本人が認知症への理解を深めることでトラブルになりにくくなったりするなどのメリットがあると言われています。

病気になっても「その人らしさ」は
変わらない

ひとり暮らしを続けていく母親のために伊藤さんがしたことは、要介護認定を受け、日常生活が困らないよう工夫することでした。例えばお風呂の掃除は外部の人に頼むなど、自分でできるというプライドは傷つけず、外部の人と関わる環境を作るように心を配ったそうです。

そして2年後、地域のグループホームへの入所を提案しました。ゆるやかに、そして確実に進行していくのだから、新しい環境に適応できるうちにという判断でした。

「母は『まだいろいろできるのに、どうして?』という反応でしたが、『いい雰囲気のが見つかったよ』と言って一緒に見学し、『入所しても気に入らなかった

みんなで支える認知症～いろいろな「支え合い」を紹介

問合せ 在宅療養係 ☎5984-4597 ※街かどケアカフェは地域包括支援係 ☎5984-2774。

相談・交流・介護予防の拠点
「街かどケアカフェ」

高齢者など地域住民が気軽に集い、お茶を飲みながら介護予防について学んだり、相談をしたりできる地域の拠点(23カ所)です。

だれでも自由に集まれる
「認知症カフェ・ケアラズカフェ」

認知症の方や家族、地域住民、支援者、専門家の方などが交流・相談できる場所で、地域団体が運営しています。また、家族を介護している方(ケアラー)たちが集まるケアラズカフェもあります。

医療と介護の相談窓口
「地域包括支援センター」

認知症や介護だけでなく、健康・福祉・医療・生活について総合的に相談できる区の窓口(25カ所)です。

会員同士で安心して参加できる
「家族介護の会」

家族を介護している方や介護経験者などが情報交換を行っています。

認知症介護家族による
「介護なんでも電話相談 ☎6904-5080」

介護する家族の心の悩みについて認知症介護の経験者に相談できます。▶受付日時:水曜午前10時～午後3時 ※年末年始を除く。

認知症について
知りたい! 考えたい!
「認知症サポーター養成講座」
と「N-impro(ニンプロ)」

認知症サポーター養成講座では、正しい基礎知識を学びます。受講者には、サポーターであることを示すオレンジリングを差し上げます。

ニンプロでは、参加者がカードゲームで楽しく意見交換しながら、認知症の方への対応や地域の見守りについて考えます。



ニンプロの様子

らいつでも家に帰れるから』と話すと、なんとか納得してくれました。症状が軽い今のうちに、将来のことを一緒に考えておきたいこと、症状が進んでから新しい環境に移ると混乱し、ますます進行を深めてしまうことなどを話すと、『あなたに任せるわ』と言ってくれました」

「病気になっても我を通すのではなく、娘を信頼して受け入れてくれる、この気質は変わりませんでした。私にとって母は素晴らしい人です」

「認知症になると人格が変わったように感じられるかもしれませんが、それは病気になってからの症状が目立つのであって、その人らしさは損なわれずに保たれます」と伊藤さんは言います。

認知症は本人に寄り添うことが大事

実は伊藤さんには、母親のSOSを受け止められなかったという悔いがあります。毎年参加していた町会の旅行に「今年是一緒に行ってほしい」と言われたのを、「仕事を休めない」と断ってしまいました。おそらくこの頃から自分の異変に気付き、一人で旅行に参加するのを不安に思い、娘に助けを求める気持ちが言葉に表れたのでしょう。気付かなかった自分を「責めた」そうです。そうした経験から、「認知症は人によって現れる症状も対応も異なりますが、本人に寄り添い、不安を共有することが大事」と伊藤さんは強調します。

「今」を生きているのが認知症の方たち

認知症の症状に家族は戸惑ってしまうのも事実です。変わっていく姿に「どうして?」と受け入れられず、ともに傷つくこともあります。「認知症になると少し前のことでも忘れてしまうし、これから先の予定も覚えていられない。つまり『今』を生きているんです。『さっき言ったじゃない』と怒ってもしかたがないことです。今、この瞬間を生きていることを事実として尊重して、否定しないことです。私はこの瞬間を楽しみ気分、笑顔になってもらいたいという気持ちで母に接してきました」



認知症の方にとって「今」が大切だと語る伊藤さん

高齢者の5人に1人が認知症になる時代に～地域の見守りが大切

伊藤さんの所属する「認知症の人と家族の会東京都支部」では、昨年6月、認知症の方と家族、関係者などが気軽に交流できる場として、「オレンジカフェホワイエえこだ」を開きました。2カ月に1回のペースで開催し、「ニンプロ(6面参照)」体験、認知症をテーマにした絵本を読む、音楽を聴くなど、さまざまな講座を通じて認知症につながる情報を発信しています。

「認知症を抱える家族の方たち、そして本人も、問題を一人で抱え込まないことが大切です。東京都支部では、39年間にわたって、『つどい』を開催し、本人や家族の悩み、不安に寄り添ってきました。『こんなに大変』『落ち込んだ』『なんだか不安』という



お茶を飲みながらグループで情報交換をします

声をあげれば、誰かが応えてくれる。そうした地域であり、社会でありたいですね。このカフェに参加していただくなかで認知症の理解が進み、必要な情報や知識を得て、皆さんの不安な気持ちが軽くなるよう、これからもスタッフと一緒に頑張っていきます」と笑顔で語る伊藤さん。

2025年には、65歳以上の方の5人に1人が認知症になると言われています。認知症になったことを「人に言えない」のではなく、周りの方と悩みを共有し、支え合いながら地域で見守っていくことが大切ではないでしょうか。

オレンジカフェホワイエえこだの利用者に聞きました

義母が認知症を発症したのをきっかけに参加しました。初めはどうか悩んでいましたが、皆さんの話を伺い、私なりの接し方を見つけることができました。義母の自然な笑顔が見られるようになり、何よりもうれしいです。来るたびに学ぶことがありますが、勉強という雰囲気ではないのが魅力です。



A.N.さん

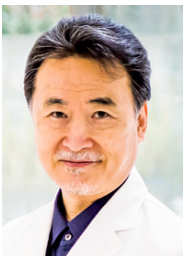


オレンジカフェホワイエえこだ(旭丘1-33-10)は奇数月の第2水曜午後1時30分から開催。問い合わせは認知症の人と家族の会 東京都支部 ☎5367-8853(火・金曜午前10時～午後3時)

認知症のことをもっと知ろう！学ぼう！

講演会 医師が話す認知症基礎講座～早期対応・診断・ケアのポイント

地域医療のプロから、認知症の「基本」を学びます。
▶日時: 9月7日(土)午後2時～4時 ▶場所: 区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶講師: 健育会大泉学園複合施設施設長／酒向正春 ▶定員: 100名(先着順) ▶申込: 電話で在宅療養係 ☎5984-4597



〈他にもさまざまな講演会を実施〉

講演会名	対象・日時・場所	講師	定員(先着順)	申込
認知症とともに暮らしていく～希望・家族・環境をつむぐ認知症ケアの取り組み	▶日時: 8/31(土)10:00～12:00 ▶場所: 区役所アトリウム地下多目的会議室	慈雲堂病院 デイケア TUMUGI / 安保志文ほか	80名	電話で在宅療養係 ☎5984-4597
認知症と生きる～注文をまちがえる料理店からのメッセージ	▶日時: 9/5(木)10:00～12:00 ▶場所: 光が丘図書館	(一社)注文をまちがえる料理店代表理事 / 和田行男	70名	電話で光が丘図書館 ☎5383-6500
「朗読の力」で認知症予防～ライブラリハビリ活動をしてみよう！	▶対象: 中学生以上 ▶日時: 9/14(土)14:00～16:00 ▶場所: 大泉図書館	専門理学療法士 / 結城俊也	40名	電話で大泉図書館 ☎3921-0991

講座 みんなで脳活しませんか～認知症予防脳活プログラムの説明会

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: 自分で通える65歳以上の方で、脳活プログラム終了後もグループで活動ができる方 ▶日時: 9月10日(火)午前9時30分～正午 ▶場所: サンライフ練馬 ▶定員: 80名(先着順) ▶申込: 電話で介護予防係 ☎5984-2094

〈今回のプログラム〉

内容	日時	場所
運動編 【二重課題・有酸素運動】	10/4～11/22、12/20、来年1/31の金曜10:00～11:30【10日制】	スポーツクラブルネサンス 富士見台(貫井3-12-33)
絵本読み聞かせ編 【技術の習得と実践】	10/15～来年2/25の毎火曜14:00～16:00【10/22、12/31、来年2/11を除く。17日制】	貫井図書館など
パソコン編 【ネット検索・フェイスブックの活用】	10/24～来年1/23の毎木曜①10:00～12:00 ②13:30～15:30【11/14、来年1/2を除く。12日制】	勤労福祉会館

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

ボランティア**高齢者支え合いサポーター
の活動紹介・相談会**

高齢者支え合いサポーターは高齢者自身が、地域を支える人材として活動しています。今回、地域でボランティア活動を考えている方を対象に活動紹介と相談会を行います。▶**日時**:9月21日(土)午前10時～11時30分▶**場所**:大泉北敬老館▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話で大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー ☎3922-2422

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

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員になるための講習会です。修了後は、援助会員(有償ボランティア)として、利用会員のお子さんを午前7時～午後8時の間で預かっていただきます。▶**対象**:次の①②の両方に当てはまる方 ①20歳以上②月1回の定例会に参加できる▶**日時**:9月17日(火)・18日(水)・25日(水)～27日(金)午前9時30分～午後4時30分【5日制】▶**場所**:石神井庁舎5階▶**定員**:

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

**日本語ボランティア実践研修
～新たな在留資格と日本語教室への影響**

日本に住む外国人のビザの基本を学び、外国人相談の現場で生まれる課題を考えます。▶**日時**:9月11日(水)午後2時～4時30分▶**場所**:文化交流ひろば▶**講師**:行政書士／青柳りつ子▶**定員**:60名(先着順)▶**申込**:電話で事業推進係 ☎5984-1523

環境・リサイクル**落書きの処理に困っていませんか？**

落書きは、まちの美観を損ねるもので犯罪です。落書きをされたら警察に被害届を出し、早めに消しましょう。塀や壁に落書きをされた場合、被害者からの申請により、区が業者に委託し落書きを消すことができます。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ**:まち美化推進係 ☎5984-4709

お休みします

〈豊玉リサイクルセンター ☎5999-

3196)…8月25日(日)【害虫駆除のため】 ※図書館豊玉受取窓口 ☎3992-1600も利用できません。

健康・衛生**講演会「食品表示を知っていますか？栄養成分表示を中心に」**

▶**日時**:9月17日(火)午後2時～4時▶**場所**:区役所アトリウム地下多目的会議室▶**講師**:消費生活コンサルタント／森田満樹▶**定員**:100名(先着順)▶**申込**:電話または区ホームページ「電子申請」で栄養指導担当係 ☎5984-4679

**ゲートキーパー養成講座
「うつ病の理解と周囲の対応」**

ゲートキーパーとは、悩んでいる方に気付き、話を聴いて、必要な支援につなぎ見守る方です。講座では、病気への理解や周囲の対応方法などを学びます。▶**日時**:①9月13日(金)午後7時～9時②10月4日(金)午後2時30分～4時30分▶**場所**:①区役所アトリウム地下多目的会議室②区役所本庁舎20階▶**講師**:埼玉県済生会鴻巣病院副院長／白石弘巳▶**定員**:各50名(先着順)▶**申込**:電話または電子メールで①講座

名(㊤㊦の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月6日(金)までに精神保健係 ☎5984-4764 ☒ hokenyobou05@city.nerima.tokyo.jp

双極性障害のウソとホント

▶**日時**:9月17日(火)午後2時～4時▶**場所**:関保健相談所▶**内容**:講義▶**講師**:慈雲堂病院医師／船木まどか▶**定員**:50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住所③氏名④電話番号を、同所 ☎3929-5381 FAX 3929-0787 ☒ sekihoso@city.nerima.tokyo.jp

外来昆虫対策の講習会

▶**日時**:9月3日(火)午後1時～3時▶**場所**:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**内容**:講義 ※参加者にオリジナルクリアフォルダーとエコバッグを差し上げます。▶**講師**:国立環境研究所／五箇公一▶**定員**:150名(先着順)▶**申込**:電話またはハガキ、ファクス、電子メールで①講習会名②住所③氏名④電話番号を、8月30日(必着)までに〒176-8501区役所内環境衛生監視担当係 ☎5984-2485 FAX 5984-1211 ☒ seikatueisei03@city.nerima.tokyo.jp

**指定葬儀場使用料助成制度・
特別区区民葬儀制度のご利用を**

問合せ 地域振興課事業推進係(区役所本庁舎9階) ☎5984-1523

**3万円を限度に会場使用料を助成します
～指定葬儀場使用料助成制度**

区が指定した葬儀場(下表参照)で、通夜や葬儀(社葬を除く)を行った場合、会場使用料を負担した方に、3万円を限度に助成します。使用料を負担した方、または亡くなった方が区民であることが条件です。

▶**申込**:①葬儀場や地域振興課、区ホームページにある申請書②会場使用料の領収書の原本(「練馬区提出用」の表示があるもの)③申請者(使用料を負担した方)または亡くなった方の住所を確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)の写しを、葬儀の翌日から1年以内に持参または郵送で〒176-8501区役所内事業推進係へ ※使用料を負担した方(領収書の宛名の方)以外の方が申請する場合は委任状が必要です。 ※葬儀場の利用は、各葬儀場にお問い合わせください。

葬儀場名	所在地	電話番号
江古田斎場	小竹町1-61-1	☎3958-1192
豊島園会館	練馬3-22-6	☎3991-2234
東高野会館	高野台3-10-3	☎3995-3724
石神井寶亀閣斎場	石神井台1-2-13	☎3996-0214
大泉橋戸会館	大泉町6-24-26	☎3925-1325

**23区に住んでいる方が利用できます
～特別区区民葬儀制度**

葬儀費用の負担を軽減するための制度です。練馬区では17カ所の葬儀業者が取り扱っています(他区の取扱店も可)。亡くなった方、または葬儀を行う方の住所が東京23区内にあることが条件です。

▶**申込**:取扱店に申し込んだ後、戸籍住民課戸籍第一係(区役所本庁舎2階)または戸籍第二係(石神井庁舎2階)へ死亡届を提出する際に申し出て、区民葬儀券を受け取ってください。 ※制度や取扱店については、区民事務所、戸籍第一係、戸籍第二係、地域振興課で配布している案内や、区ホームページをご覧ください。

**児童虐待を防止するために
LINE相談を開始
～子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京**

東京都では、児童虐待を防止するため、お子さんや保護者を対象にLINEを利用した相談窓口を開設します。子育ての悩みや困っていることなどを、ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください。

▶**時間**:午前9時～午後9時(土・日曜、祝休日は午後5時まで)

▶**区の担当**:練馬子ども家庭支援センター▶**問合せ**:東京都少子社会対策部計画課 ☎5320-4137

二次元バーコード

**区内全域で歩きたばこは禁止です**

区は、練馬区歩行喫煙等の防止に関する条例により、区内全域で歩きたばこやたばこのポイ捨てを禁止しています。安全で快適なまちを目指し、地域の皆さまや事業者と連携を図り、より一層の喫煙マナーの向上に取り組みます。▶**問合せ**:まち美化推進係 ☎5984-4709

〈マナー向上のための区の取り組み〉**● マナーアップ指導員による啓発活動**

駅周辺を指導員が巡回し、歩きたばこなどの注意・指導や条例の啓発活動をしています。

● 啓発グッズの配布

歩きたばこやたばこのポイ捨てでお困りの方に、自宅の塀などに貼るシールや看板(=写真)を配布しています。

● 喫煙所の設置

公共の場所での喫煙マナー向上やたばこのポイ捨て防止対策として、区内の駅周辺に喫煙所を設置しています。

**喫煙者の皆さまへ**

区内全域の公共の場所(道路・公園など)で、次の行為を禁止しています。

✕歩きたばこ ✕たばこのポイ捨て

✕自転車やオートバイを運転中の喫煙

喫煙する場合は、決められた喫煙場所や携帯灰皿を使用して、喫煙マナーを守りましょう。周囲の方への十分な配慮をお願いします。



高齢者



いつでも、どこでも、すこしでも「ねりま ゆる×らく体操講習会」

▶**対象**:65歳以上の方 ▶**内容**:ひざの曲げ方など日常の動作に役立つ実技指導 ▶**区の担当**:健康づくり係 ▶**申込**:電話でスポーツクラブルネサンス練馬高野台 ☎5372-1006(月曜を除く午前11時～午後7時)

場所	日時	定員 (先着順)
街かどケアカフェ	こぶし (練馬高野台駅前地域集会所内)	9/10(火) 10:30～12:00
	けやき (南大泉地域集会所内)	9/17(火) 10:30～12:00
	つつじ (中村橋区民センター内)	9/19(木) 10:30～12:00
保健相談所	大泉	9/2(月) 10:30～12:00
	光が丘	9/6(金) 14:30～16:00
	関	9/18(水) 10:30～12:00
	北	9/24(火) 14:30～16:00
	石神井	9/30(月) 14:30～16:00

お口とカラダの元気を引き出すトレーニング～ねりまお口すっきり体操講習会

▶**対象**:65歳以上の方 ▶**日時**:9月13日(金)午前9時30分～11時30分 ▶**場所**:はつらつセンター豊玉 ▶**内容**:講義、運動実技 ▶**講師**:健康運動指導士／原眞奈美 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**申込**:電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

シニア就職支援セミナー「発見！生涯現役、これからの自分に合った働き方」

▶**対象**:おおむね60歳以上の方 ▶**日**

時:①8月30日(金)②9月11日(水)④午後1時30分～3時50分(講義)⑧午後3時50分～4時50分(個別相談会) ▶**場所**:①石神井庁舎5階②光が丘区民センター6階 ▶**講師**:キャリアコンサルタント／岩井奈保美 ▶**定員**:④各30名⑧各6名(先着順) ▶**区の担当**:いきがい係 ▶**申込**:電話で(株)シグマスタッフ ☎0120-916-898(平日午前9時～午後4時)

子ども・教育①



9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】
北 ☎3931-1347	2(月)・9(月)
豊 玉 ☎3992-1188	3(火)・10(火)
石神井 ☎3996-0634	13(金)・20(金)
大 泉 ☎3921-0217	17(火)・24(火)

※時間はいずれも13:15～16:00。

9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**:9月28日(土)午前9時～11時30分 ▶**場所**:光が丘保健相談所 ▶**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 ☎5997-7722

夏休み！親子で学ぼう練馬の夜空

▶**対象**:小学生と保護者 ▶**日時**:8月24日(土)午後7時～8時30分 ▶**場所**:向山庭園 ▶**内容**:望遠鏡を使って月や星を観察する ▶**講師**:練馬の星空を楽しむ会代表／山川徹 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**費用**:1人300円 ▶**持ち物**:双眼鏡(ある方のみ) ▶**申込**:電話で同所 ☎3926-7810

9月の2歳6カ月児歯科健診

2歳10カ月ごろまで受けられます。担当地域の保健相談所で受けてください。 ▶**持ち物**:母子健康手帳、歯ブラシ ▶**申込**:当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	受付日時
豊 玉 ☎3992-1188	11(水)・25(水) 13:00～15:00
北 ☎3931-1347	13(金)9:00～11:00
光が丘 ☎5997-7722	3(火)9:00～11:00 24(火)13:00～15:00
石神井 ☎3996-0634	6(金)・27(金) 13:00～15:00
大 泉 ☎3921-0217	20(金)9:00～11:00
関 ☎3929-5381	30(月)9:00～11:00

診療所や店舗
共同住宅などの

バリアフリー改修費用の一部を助成～福祉のまちづくり整備助成

問合せ 福祉のまちづくり係 ☎5984-1649 **FAX** 5984-1225

申し込みに必要な書類や要件など詳しくは、工事契約前にお問い合わせください。

▶**助成対象**:中小企業者、管理組合など

▶**対象工事**:スロープの設置、階段の手すりの設置、入り口の自動ドア化、和式トイレの洋式化など ※個人住宅、共同住宅の住戸内の整備は対象外。

▶**助成額**:対象工事費の2分の1かつ上限額以内(上限額は建物の用途・規模により異なります)

助成対象となる建物の用途・規模

建物の用途	規模(床面積の合計)
共同住宅	1,000㎡以上
店舗、診療所など	全ての規模

※平成15年4月までに竣工した建物に限る。



施工前



施工後

パネル展

**まちに笑顔が増える！
店舗や診療所のバリアフリーとおもてなし**

店舗のバリアフリー改修助成について紹介します。

▶**日時**:8月23日(金)までの午前8時45分～午後8時(23日は正午まで)

▶**場所**:区役所本庁舎2階通路

9月2日(日)
から

幼児教育・保育無償化の対象となるための認定受け付けを開始

問合せ 幼稚園…学務課幼稚園係 ☎5984-1347
保育所など…保育課保育認定係 ☎5984-1479

10月1日(火)から幼児教育・保育の無償化が始まります。対象となるのは、保育所・幼稚園などを利用する3歳～5歳の全てのお子さんと、0歳～2歳の住民税非課税世帯で保育の必要性のあるお子さんです。無償化の対象となるためには、区からの「認定」が必要です。認定申請が必要な方は下表の通りです。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。 ※利用施設などにより、無償化の上限があります。 ※10月から無償化の対象となるためには、9月30日(必着)までに申請が必要です。

利用種別 クラス	認可保育所 認定こども園 (2・3号) 地域型保育事業	幼稚園 認定こども園(1号) 預かり保育	認可外保育施設 一時預かり事業 病児保育事業 ファミリーサポート 事業など
3～5歳児	不要	申請が必要な方には、各園からご案内します。	必要
0～2歳児 (住民税非課税世帯)		—	

※必要書類は、区ホームページに掲載しています。また、各保育施設や区役所保育課(本庁舎10階)、各子ども家庭支援センターなどで配布します。
※就学前の児童発達支援などの利用については、無償化のための手続きは不要です。

区立保育園の民間委託

令和7年度から委託する10園をお知らせします

区は、これまで区立保育園の運営業務委託を行い、保育サービスの充実に取り組んできました。今回、平成29年3月に公表した10園に続き、令和7年度から委託する10園が決まりましたのでお知らせします。

問合せ 保育計画調整課 ☎5984-4687

基本的な考え方

区では、平成17年度から区立保育園の運営業務委託を開始し、28年度までに20園で委託を実施しています。いずれの委託園でも、保護者アンケートや東京都福祉サービス第三者評価などで、高い評価を受けています。

また、28年10月に策定した区政改革計画では、「保護者の多様なニーズに応えて、サービスを充実するため、区立保育園の委託を拡大」する方針を示し、公共施設等総合管理計画で、「おおむね10年間を目途に20園の委託を実施」することとしました。

令和7年度から委託する園	委託開始年度	委託対象園
対象となる保育園は、地域ごとの園数のバランスや延長保育のニーズなどを踏まえて選定しました。	7年度	旭町保育園(旭町3-11-6) 南田中保育園(南田中5-25-16)
	8年度	貫井保育園(貫井4-24-9) 上石神井保育園(上石神井4-21-3)
	9年度	春日町保育園(春日町5-17-10) 富士見台こぶし保育園(富士見台3-10-1)
	10年度	豊玉第三保育園(豊玉南3-32-37) 光が丘第十一保育園(光が丘2-4-11)
	11年度	光が丘第九保育園(光が丘2-4-9) 大泉学園保育園(大泉学園町8-9-5)

子ども・教育 ②**産後ママの簡単エクササイズ教室
～赤ちゃんと一緒に運動しよう！**

▶**対象:**首のすわった0歳児と母親▶**日時:**9月6日(金)午前10時～正午▶**場所:**光が丘保健相談所▶**内容:**講義、運動実技▶**講師:**SSC光が丘指導員／高田朝美▶**定員:**25組(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎5997-7722

講座・催し**勤労福祉会館の催し**

▶**場所:**勤労福祉会館▶**申込:** **1**9月6日(金) **2**18日(水) **3**19日(木)までに電話で同所 ☎3923-5511
1 **マンションライフ・ガイド講座**

**練馬区民による観光おでかけ情報****「よりどりみどり練馬」****連載 38**

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

投稿された記事を紹介

夏の青空に映える
蔵と井戸のある風景が
練馬区にあります。



7月28日投稿。

フェイスブックで **よりどりみどり練馬** と **検索**<https://www.facebook.com/yoridorimidorinerima/>**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

◆**公衆浴場で親子ふれあい入浴(ローズマリー湯)**▶**日程:**8月18日(日)▶**場所:**区内公衆浴場▶**費用:**460円(小学生180円、未就学児80円) ※親子は未就学児2名まで無料。▶**問合せ:**練馬区公衆浴場組合・風間 ☎3991-5092
◆**中学校卒業程度認定試験**▶**対象:**病気などの理由で、義務教育を修了できなかった方▶**願書受付期間:**8月19日(月)～9月6日(金)▶**試験日:**10月24日(木)▶**願書の配布場所・問合せ:**東京都義務教育課(都庁第一本庁舎北側40階) ☎5320-6752 ※9月2日(月)～6日(金)は都庁第二本庁舎16階で配布。
◆**消費税軽減税率説明会**▶**対象:**事業者▶**申込:**当日会場へ
●**練馬東税務署** ☎6371-2332▶**日時:**8月21日(水)・28日(水)、9月3日(火)・6日(金)⑨午前10時～正午⑩午後2時～4時▶**定員:**各50名(先着順)
●**練馬西税務署** ☎3867-9711▶**日時:**8月22日(木)、9月6日(金)・13日(金)⑨午前10時～11時⑩午後2時～3時▶**定員:**各30名(先着順)

◆**人生100年時代に備える成年後見セミナー「制度の概要から利用まで」**▶**日時・内容:**⑧8月24日(土)、9月1日(日)(基礎)⑨9月7日(土)・29日(日)(応用) いずれも午前10時～午後4時【2日制】▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**講師:**弁護士／土肥尚子ほか▶**定員:**各20名(先着順)▶**資料代:**2,000円▶**申込:**電話またはファクス、電子メールで①講座名(⑧⑨の別も)②氏名③電話番号を、NPO法人成年後見のぞみ会・佐藤 ☎FAX 3995-5354 ✉ zuckers3@ii.em-net.ne.jp
◆**区民健康医学講座「足が喜ぶ。体も喜ぶ“足のお悩み循環器医が解決します!”**▶**日時:**8月31日(土)午後2時～3時▶**場所:**マグノリア横山ビル(高野台1-8-9)▶**定員:**150名(先着順)▶**申込:**8月28日(水)までに電話で順天堂大学医学部附属練馬病院 ☎5923-3111
◆**チャレンジジョット体験教室**▶**対象:**小学4年生以上 ※小中学生は保護者同伴。▶**日時:**⑨9月1日(日)⑩15日(日)⑪23日(祝)午前10時～午後4時▶**場所:**東京夢の島マリーナ(江東区夢の島)▶**定員:**各8名(先着順)▶**保険料など:**1,100円▶**申込:**電話またはファクスで①教室名(⑨～⑪の別も)②氏名③年齢④電話番号を、SSC大泉 ☎FAX 3921-

1300

◆**普通救命講習会**▶**内容:**心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など▶**テキスト代:**1,400円▶**申込:**電話で各消防署へ
●**石神井消防署石神井公園出張所**(石神井町2-16-1) ☎3995-0119▶**日時:**9月15日(日)午前9時～正午▶**定員:**20名(先着順)
●**練馬消防署** ☎3994-0119▶**日時:**9月22日(日)午前9時～正午▶**定員:**30名(先着順)
◆**古刹(こさつ)・九品仏浄真寺～等々力渓谷を歩く**▶**日時・場所:**9月16日(祝)午前9時東急東横線自由が丘駅集合～九品仏浄真寺～等々力渓谷～午後0時30分東急大井町線山野毛駅解散(約7km)▶**定員:**50名(先着順)▶**入館料など:**1,000円▶**申込:**往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、9月2日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井 ☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)
◆**武蔵大学公開講座「これからの働き方」**▶**日時:**9月21日(土)・28日(土)、10月12日(土)・19日(土)午後1時30分～3時30分【4日制】▶**場所:**武蔵大学▶**講師:**武蔵大学経済学部教授／竹内広宜

ほか▶**定員:**250名(先着順)▶**費用:**2,000円▶**申込:**ハガキまたはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、〒176-8533豊玉上1-26-1 (株)武蔵エンタープライズ ☎5984-3785(問い合わせは平日午前9時～午後5時) FAX 5984-3787 ✉kouza@musashi.ac.jp
◆**光丘高校公開講座「入門中国語講座」**▶**日時:**9月22日～10月20日の毎日曜午後2時～5時【5日制】▶**定員:**20名(抽選)▶**テキスト代など:**3,660円▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、8月20日(消印有効)までに〒179-0071旭町2-1-35 光丘高校 ☎3977-1501
◆**区民健康講座「子どものけいれん」**▶**日時:**9月28日(土)午後2時～3時30分▶**場所:**練馬光が丘病院▶**定員:**70名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3979-3611(午前9時～午後4時)

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
◆**自宅で出来る生活リハビリ**▶**日時:**8月28日(水)午後1時30分～3時30分▶**場所:**練馬中学校デイサービスセンター▶**内容:**講義、実技▶**定員:**10名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎5241-

5451

朝・夕・青空市

◆**江古田ゆうゆうロード**▶**日時:**8月15日(木)午前10時～午後8時▶**問合せ:**萩原 ☎090-7735-1804
◆**早宮商店街**▶**日時:**8月16日(金)・17日(土)午後3時～6時▶**問合せ:**山崎 ☎3993-3388

リサイクル・マーケット

▶**出店申込:**往復ハガキで①住所②氏名③電話番号を、8月27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。
◆**長光寺橋公園**(石神井町1-1-58)▶**日時:**9月1日(日)午前10時～午後0時30分(雨天中止)▶**申込先:**〒177-0035 南田中4-7-10-301 リサイクル・タンポポ ☎090-5423-8684(先着50店。問い合わせは午後7時～9時)

地区祭

◆**桜台地区祭**▶**日時:**8月31日(土)午後3時～8時▶**場所:**旭丘中▶**内容:**相撲大会、模擬店 ※特別ゲストに旭大星関と友綱親方(元旭天鵬関)が来場。▶**問合せ:**実行委員会・佐藤 ☎3974-2633

▶**日時:**9月15日(日)午後2時～3時▶**場所:**貫井図書館▶**定員:**40名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3577-1831

**えーるシネサロン夏休み
上映会「ネコのミヌース」
(日本語字幕付き)**

▶**対象:**小学生以上▶**日時:**8月26日(月)⑨午前10時～正午⑩午後3時～5時▶**場所:**男女共同参画センターえーる▶**定員:**各30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(⑨⑩の別も)②氏名③学年(小学生のみ)④電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 ✉ oubo@nerima-yell.com ※未就学児の同伴可。

中高層住宅向け防災講習会

大地震発生時、中高層住宅は戸建て住宅とは異なる特有の地震被害が生じる恐れがあります。講習会では災害時の設備点検や復旧方法などを学びます。▶**対象:**3階建て以上の中高層住宅の居住者・所有者・管理人▶**講師:**マンション管理士／飯田勝啓▶**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講習会名(**A**～**C** の別も)②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、9月1日(日)までに防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472 ✉ kuminbousai04@city.nerima.tokyo.jp

日時	場所
A 9/7(土) 10:00～12:00	防災学習センター
B 9/11(水) 19:00～21:00	石神井公園区民交流センター
C 9/13(金) 10:00～12:00	ココネリ3階 (練馬1-17-1)

スポーツ**初心者スポーツ教室**

▶**申込:**往復ハガキで①教室名(**2**

広告**介護職員初任者研修**

(旧ホームヘルパー2級)

費用: 59,500円(教材費込み)
期間: 9/6金～12/6金特別養護
老人ホーム**練馬高松園**
練馬区高松2-9-3**TEL.03(3926)8341**

※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。

区民体育大会

▶**問合せ:**スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※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。

●ゲートボール

▶**日時・場所:**【地区予選】9月3日(火)午前9時～正午 第1地区…練馬総合運動場公園(練馬2-29-10)、第2地区…総合体育館、第3地区…西大泉地区区民館、第4地区…光が丘公園 【決勝大会】9月11日(水)午前9時～午後4時…練馬総合運動場公園 ▶**費用:**1人1日10円(保険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、8月20日(必着)までに練馬区ソフトボール協会へ

(必着)までに練馬区ゲートボール協会へ

●ソフトボール(一般男子・一般女子・少女)

▶**申込:**実施要項をご覧の上、8月20日(必着)までに練馬区ソフトボール協会へ

対象	日程	場所
一般男子の部(18歳以上)	9/15(日)・23(祝)、10/6(日)	北大泉野球場
一般女子の部(18歳以上)	9/16(祝)・22(日)	
少女の部(小学生)	10/13(日)・14(祝)	練馬総合運動場公園(練馬2-29-10)

※時間はいずれも9:00から。

●ダンススポーツ

▶**日時:**9月22日(日)午前10時から ▶**場所:**光が丘体育館 ▶**費用:**1組500円(保険料など) ▶**申込:**実施要項をご覧の上、9月15日(必着)までに練馬区ダンススポーツ連盟・石川へ

●馬術

▶**対象:**傷害保険に加入している方 ▶**日時・場所:**①10月6日(日)…日本乗馬倶楽部(埼玉県三芳町)②10月20日(日)…観音山乗馬クラブ(茨城県境町) いずれも午前9時～午後4時 ▶**申込:**ハガキまたはファクスで①大会名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦職業を、9月10日(必着)までに〒177-0032谷原3-16-8 練馬区

馬術連盟・福井 FAX 5934-2913 ※10月5日(土)午後2時から、日本乗馬倶楽部で代表者会議があります。

泳げない人の水泳教室

▶**対象:**20歳以上の方 ▶**日時:**9月12日～12月5日の毎木曜午後3時～5時【11月14日を除く。12日制】 ▶**場所:**旭町南地区区民館 ▶**定員:**30名(抽選) ▶**保険料:**1,850円(65歳以上の方1,200円) ▶**申込:**ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢⑥電話番号を、8月23日(必着)までに〒179-0075高松5-23-15 旭町南地区区民館 ☎3904-5191

NHK連続テレビ小説「なつぞら」パネル展

▶**日時:**8月12日(休)～16日(金)午前9時～午後9時(12日は正午から。16日は午後6時まで) ▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**内容:**「なつぞら」の魅力が詰まった番組紹介パネルや出演者の等身大パネルの展示 ▶**問合せ:**ねりま観光センター ☎4586-1199



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



今年いただいた写真から【昭和30年代 北町(左)、平成元年 関のボロ市(右)】

日本大学芸術学部公開講座「映画学再考」

▶**対象:**18歳以上の方 ▶**場所:**日本大学芸術学部 ▶**定員:**各100名(先着順) ▶**申込:**9月19日(木)までに電話で生涯学習センター ☎3991-1667

日程	テーマ	講師
9/21(土)	俳優の心～悪くても感謝	俳優／船越英一郎
10/5(土)	チャップリンと映画学科と「この世界の片隅に」	アニメーション監督／片淵須直
10/12(土)	日本映画史における練馬と映画	映画学科教授／田島良一

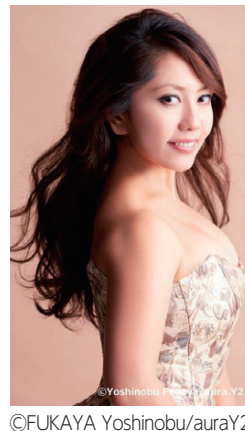
※時間はいずれも14:00～15:30。
※車での来場はご遠慮ください。



9/1(日)～7(土)

ねりま手工芸公募展

16歳以上のアマチュアの方から募集した手工芸作品約50点を展示します。▶**日時:**9月1日(日)～7日(土)午前10時～午後5時 ※2日(月)は休館。▶**場所:**石神井公園ふるさと文化館 ▶**問合せ:**伝統文化係 ☎5984-2442



©FUKAYA Yoshinobu/auraY2

第272回 8/21(水) 入場無料 アトリウムミニステージ

▶**日時:**8月21日(水)午後0時15分～0時45分 ▶**場所:**区役所アトリウムステージ ▶**曲目:**山田耕筰／からたちの花など ▶**出演:**藤田美奈子(ソプラノ)ほか ▶**問合せ:**(公財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311 ※事前の申し込みは不要です。 ※車での来場はご遠慮ください。

区民のひろば

- この欄は、区民の方のサークル活動などを紹介しています。内容などの確認は当事者間をお願いします。
- 掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。
- 場所は施設の予約状況により変更になる場合があります。

■**卓球(ラージボール)** ひかりラージ 多少経験のある方対象 月4回火曜午後0時30分～3時30分 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費500円 初めの1カ月は無料体験可 赤石 ☎3904-6240(要予約)

■**初心者向けストレッチヨガ** 女性対象 月4回月曜午前10時30分～正午 豊玉地域集会所など 会費1回1,000円 川端 ☎090-6177-1508(要予約)

■**民謡 瑠声会** 毎木曜午後1時～5時 生涯学習センター 講師 日本コロムビア専属／太田瑠声 月会費3,000円 吉田 ☎090-6784-4877

■**ハタ・ヨーガ** 毎日曜午前10時～正午 北町地区区民館ほか 月会費3,000円 堀田 ☎3939-2301

■**パドルテニス すずしろパドルテニスクラブ** 毎土曜①午後0時30分～3時30分②午後4時～6時 桜台体育館 ①②とも会費1回300円 初回は無料体験可 竹内 ☎090-3310-4476(要予約)

■**ヨガ MARIYOGA** 初心者対象 月3回日曜午前10時～11時 光が丘地区区民館など 会費1回1,000円 初回は500円で体験可 奥村 ☎090-3451-0776(要予約)

■**太宰治生誕110年記念講演「太宰治と檀一雄」** 9月1日午後1時30分開場 石神井図書館 講師 石神井公園ふるさと文化館分室長／山城千恵子ほか 参加費500円 ちいくタイム練馬・トモタ ☎090-6016-7869 HP https://chiiku.info/dazai2019(要予約)

■**死について語る会** 8月18日午前10時～正午 区役所本庁舎19階 参加費無料 島田 ☎080-3128-4757

■**囲碁 烏鷲の友の会** 初級者対象 月4回土曜午後1時～5時 生涯学習センター分館 月2回講師が指導 入会金1,000円 月会費1,000円 中村 ☎090-2426-9774

区民のひろば・投稿のきまり

▶**掲載の対象:**区民の方や区内の団体(代表者と構成員の半数以上が区民の方)が、区内の公的施設を利用して行う自主的な活動で、原則として1回の会費が1,500円以内のもの ※営利活動、売名行為、政治・宗教関係、対象が著しく限定されているもの、物品などの交換は掲載できません。 ▶**申込:**持参または郵送、ファクスで〒176-8501区役所内広聴広報課(本庁舎7階) FAX 3993-1194 ※区ホームページからも申し込めます。 ※掲載は先着順(申し込みからおおむね3カ月後)です。日付指定の催しは、掲載希望号の1カ月前が原稿締

め切りです。 ※掲載後、次回掲載まで8カ月以上あけていただきます。 ※掲載内容は練馬区が編集・決定を行います。 ▶**掲載内容の確認:**掲載日の10日ほど前に、区報の編集委託会社・㈱文化工房が掲載内容の確認を行います。【記載事項】①団体名②活動内容・催し名③対象(経験や年齢、性別などを限定している場合)④日時⑤場所⑥講師⑦入会金・月会費など⑧予約の有無⑨問い合わせ先の方の氏名・電話番号・住所(掲載はされません) ⑩掲載希望号(日付指定の催しのみ) ◎**問合せ:**広報係 ☎5984-2690

広告 **起業家募集!** 新規開業者の半数超えが入会 (公社)全日本不動産協会 東京都本部練馬支部 03-3261-1010

※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。

8/21(水) 10:00~17:00 こどもアートアドベンチャー

汚れてもよい服でお越しください。
※整理券が不要なワークショップは午前10時30分から午後4時30分まで自由に参加できます。
▶問合せ:文化振興係 ☎5984-1284

アート体験ワークショップ



ダンボールでかイニシャルバッヂ



危機一髪風ドラム缶



アートお面作り



アートなティッシュボックス



アートな旅を本にしよう!

アートな旅を本にしよう！ ※1回25分程度。	左記は整理券が必要なワークショップです。 整理券は、当日午前9時から配布します。配布場所など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご確認ください。
ダンボールでかイニシャルバッヂ ※1回25分程度。	
ガラクタ楽器作り ※1回50分程度。	
アートお面作り ※1回20分程度。	
アートなティッシュボックス ※1回25分程度。	
こどもアトリエ、いろんな帽子・おもしろかぶりもの、アートなバッグを作ろう、サカベコスタジオ、絵手紙を描こう、危機一髪風ドラム缶	

料理&野菜の直売

Nerima若手ChefsClubなどによる練馬産野菜を使った料理と野菜の販売



※写真はイメージです。

こどもアート展

「3.11 ふくしま そうまのこどもの描きたいせつな絵」展



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。

NTT docomo ドコモショップ **大泉学園店・石神井公園店・上石神井店**

らくらくスマートフォン体験教室

らくらくスマートフォンのご紹介と皆様の疑問やご質問に講師がお答えします。

大泉学園店	石神井公園店	上石神井店
日程…… 8月17日(土)、25日(日)	日程…… 毎週 水曜日開催!! 8月14日(水)、21日(水)、28日(水)	日程…… 毎週 金曜日開催!! 8月16日(金)、23日(金)、30日(金)
時間帯……14:00-15:00 定員数……5名まで	時間帯……14:00-15:00 定員数……3名まで	時間帯……14:00-15:00 定員数……3名まで
専用ダイヤル 0120-086-006	専用ダイヤル 0120-367-900	専用ダイヤル 0120-737-900

店頭にて直接お申込みいただくか、もしくはお電話にてお申込みください。

広告 **住まいを強くする！耐震補強で安心・安全のおうちに！**

立花建設株式会社
TEL:0120-137-111