

商店街でお得なお買い物

## ねりま プレミアム付商品券を発売!

最大**3**万円  
お得!  
プレミアム率30%



区内商店街の約1,300店舗で使える30%のプレミアム(お得分)が付いた商品券を、練馬区商店街連合会が発売します。お得な商品券でお買い物を楽しんでみませんか。▶問合せ:練馬区商店街連合会 ☎3991-2241 FAX 3991-2276、区役所内商工係☎5984-2675

**対象** 区内在住・在勤(在学)の方

**販売価格** 1組5,000円  
(500円券×13枚綴り。額面6,500円)  
※おつりは出ません。

**購入限度** 1人20組(10万円)まで

**使えるお店** 区内商店街の約1,300店舗  
(大型店は除く)

※お店の一覧は、ねりまプレミアム付商品券ホームページ(<https://premium.nerima-shotengai.jp>)でご覧になれます。



二次元バーコード

**有効期限** 来年2月28日(日)まで

### 購入までの流れ



① 郵送またはインターネットで申し込み

8/14(必着)まで

② 抽選結果を通知(当選者のみ)

9月上旬

③ 商品券を購入

9/10(木)～10/9(金)

練馬区商店街連合会



金融機関など



申し込み方法は2面で紹介



# ◆◆新型コロナウイルス感染症 関連情報②◆◆

## ひとり親家庭の生活を支援します

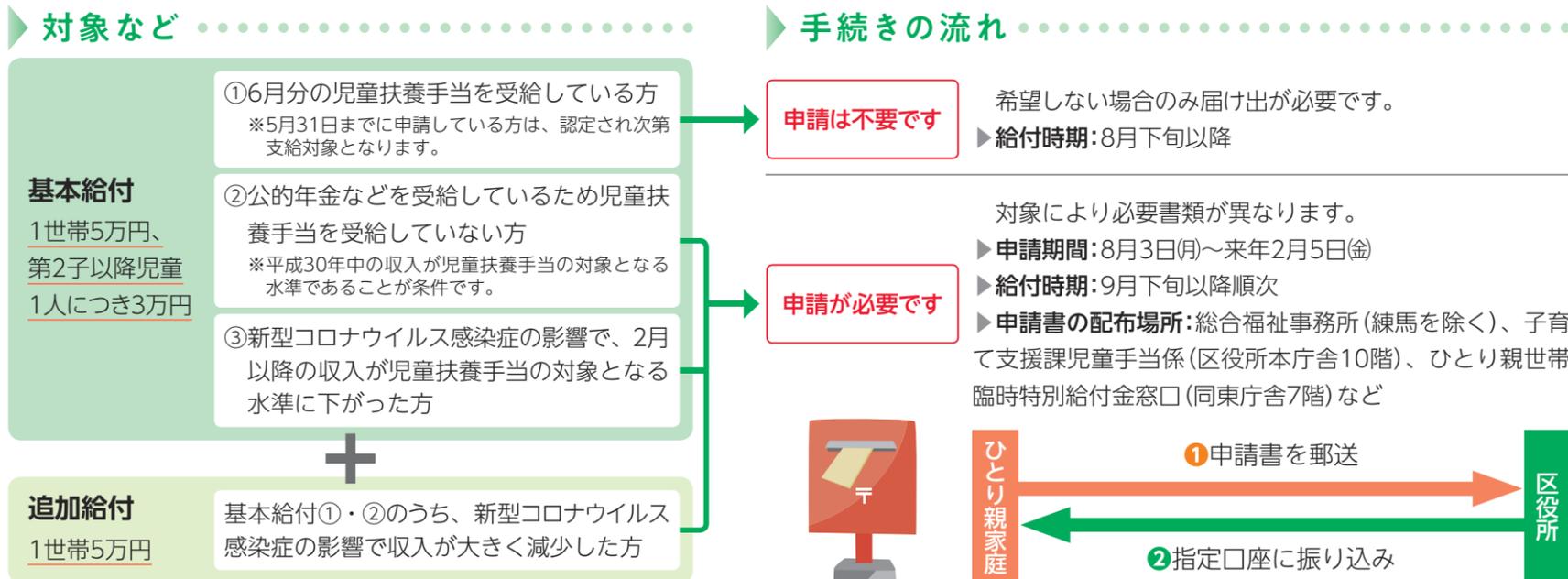
新型コロナウイルス感染症の影響を受けているひとり親家庭に対し、国と都がそれぞれ支援を行います。



### 国の支援 「ひとり親世帯臨時特別給付金」を支給します

下記に当てはまる方が対象です。児童扶養手当・児童育成手当・ひとり親家庭等医療費助成を受給している方には、区から8月上旬までに案内を送付します。詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

**問合せ** 厚生労働省コールセンター ☎0120-400-903 (平日午前9時～午後6時)、区役所内ひとり親世帯臨時特別給付金窓口 ☎5984-1269 (9月30日(水)まで)



### 都の支援 食料品やおむつなどが受け取れます

区を通じて、食料品やおむつなどを無料で受け取るカタログと申込書を送付します。詳しくは、送付する案内をご覧ください。

- ▶対象:①6月分の児童扶養手当を受給している方  
②7月31日(金)までに新たに児童扶養手当を受給することになった方
- ▶送付時期:①7月下旬②8月中旬以降

**問合せ** 事業について………東京都育成支援課 ☎5320-4125、申込書の送付について…区役所内児童手当係 ☎5984-5824

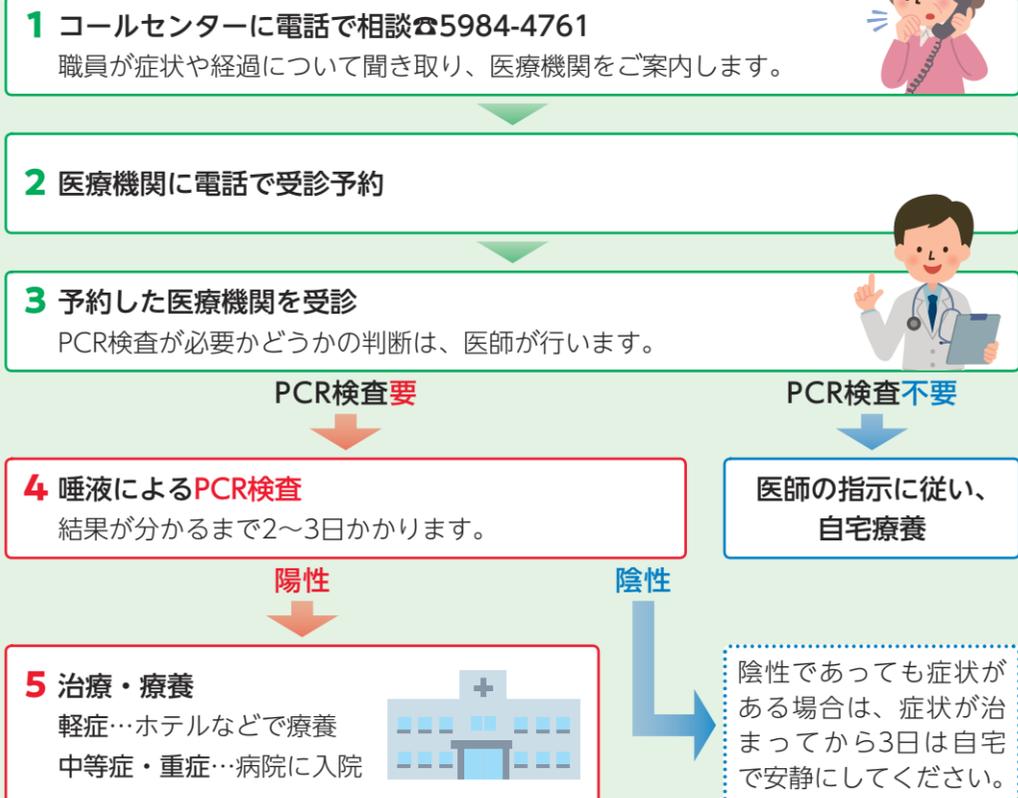


## 都の認定を受けた 区内診療所でPCR検査(唾液)を実施します

都の認定を受けた区内の診療所で、唾液によるPCR検査を実施しています(予約制)。熱が続いているなど、新型コロナウイルスに感染の疑いがある方は、練馬区コールセンターにご相談ください。なお、出勤や帰省、出入国などを理由とする陰性確認の検査はできません。

- ▶費用:無料  
※初診料など検査以外の費用はかかります。
- ▶問合せ:練馬区コールセンター ☎5984-4761 (平日午前9時～午後5時)

### 検査の流れ



# 区立施設の子ども向けイベントを紹介

(7/21<sup>火</sup>～8/31<sup>月</sup>)

▶申込:当日会場へ ★は事前の申し込みが必要です。

※お住まいの地域にかかわらず参加できます。

※施設の休館日を除きます。詳しくは、各施設にお問い合わせください。



## 練馬地区(〒176の地域)

施設名	内容【対象など】	日時
小竹図書館 ☎5995-1121	★科学あそび教室	8/2(日) 10:00～12:00
	★夏のこわい!おはなし会	8/8(土) 13:30～14:10
	★夏のスペシャルおたのしみ会 (人形劇・絵本など)	8/30(日) 11:00～11:45
練馬図書館 ☎3992-1580	夏のおたのしみ袋(おすすめ本の貸し出し) ▶対象:小学生	7/25(土)～8/23(日)
	夏休みシールラリー▶対象:未就学児	8/23(日)まで
貫井図書館 ☎3577-1831	よみきかせ	第3を除く毎木曜 15:30～16:00
	小中学生のためのしらべる応援隊	8/1(土)～23(日) 13:00～17:00
		8/20(木) 10:00～10:50・ 11:00～11:50・ 15:30～16:00
	夏のスペシャルおはなし会	

## 大泉地区(〒178の地域)

施設名	内容【対象など】	日時
南大泉図書館 ☎5387-3600	★絵本をつくらう(オリジナルの絵本作り) ▶対象:小学生▶定員:8名	8/2(日) 10:00～11:00
	おはなし会	8/5(水) 15:00～15:30
	★科学あそび ▶対象:小学生▶定員:15名	8/23(日) 11:00～11:45
南大泉分室 こどもと本のひろば ☎3925-4151 ※申し込みは8/8(土)から。	★こわいおはなし会 ▶対象:幼児～小学生(保護者1名の参加も可) ▶定員:各5名	8/22(土) 11:00～11:30・ 15:00～15:30
	夏休み!本よみ隊 ▶対象:小中学生	8/1(土)～3(月) 13:00～17:00
稲荷山図書館 ☎3921-4641	カブトムシえさやり体験	8/3(月)～16(日) 16:30～17:00
	こわいおはなし会 ▶対象:①幼児②小学生▶定員:各15名	8/8(土)①15:00～15:30 ②15:40～16:10
大泉図書館 ☎3921-0991	おはなし会	8/8(土) 15:30～16:00
	★子ども司書(図書館員体験) ▶対象:小学4～6年生▶定員:7名	8/9(日)・10(月)・16(日) 9:15～12:00【3日制】
	★夏のおたのしみ会(こわいおはなし会) ▶対象:幼児～小学生▶定員:20名	8/17(月) 18:00～19:00
大泉学園地区区民館 ☎3922-4101	スイカ割り大会 ▶対象:①幼児と保護者②小学生	8/19(水) ①10:30～12:00 ②14:00～16:00
南大泉地区区民館 ☎3978-9791 ※申し込みは8/4(火)から。	★夏休みだよ!水あそび大会 ▶対象:小学生▶定員:各16名	8/19(水) 10:00～12:00・ 14:00～16:00
北大泉地区区民館 ☎3978-0324	★藍染め ▶対象:小学生以下 ▶定員:各10名 ▶持ち物:染めたい布(ハンカチなど)	8/5(水)13:00～15:00、 6(木)10:00～12:00・ 13:00～15:00
	夏休み工作デー ▶対象:小学生	8/20(木)・21(金) 14:00～16:00
南大泉青少年館 ☎3924-3500	卓球教室 ▶対象:①親子②小学生 ▶持ち物:上履き	①8/1(土)・22(土)・29(土) 14:30～16:30 ②8/5(水)・19(水) 15:00～17:00

## 石神井地区(〒177の地域)

施設名	内容【対象など】	日時
南田中図書館 ☎5393-2411	土曜おはなし会 ▶対象:①未就学児②小学生以上 ▶定員:各20名	7/25(土)、8/22(土) ①14:30～15:00 ②15:30～16:00
	打ち水作戦2020! ▶定員:20名	8/2(日) 16:30～17:00
石神井図書館 ☎3995-2230	よみきかせ ▶対象:幼児～小学生	8/5(水)・12(水)・26(水) 15:00～15:30
	★こわいおはなし会 ▶対象:小学生▶定員:15名	8/9(日) 18:30～19:00
	★なつのおたのしみ会(人形劇) ▶対象:幼児～小学生▶定員:30名	8/23(日) 14:00～15:00
関町図書館 ☎3929-5391	★立体POPを作ろう! ▶対象:11～18歳の方(保護者の参加も可) ▶定員:各8名(②③のみ)	①7/26(日)②8/9(日) ③16(日) 13:00～16:00
	小中学生のためのしらべもの応援隊	8/1(土)～23(日)
富士見台地区区民館 ☎3926-1091	★お楽しみ工作 「革細工・おさいふをつくろう」 ▶定員:各7名	8/5(水) 14:00～15:30・ 15:30～17:00
	★お楽しみ工作 「マジックスクリーンをつくろう」 ▶定員:各10名	8/6(木) 14:00～15:30・ 15:30～17:00
立野地区区民館 ☎3928-6216	卓球 ▶対象:小中学生	毎火曜 15:30～16:45

## 光が丘地区(〒179の地域)

施設名	内容【対象など】	日時
平和台図書館 ☎3931-9581	★本からしらべる・まなべる教室 ▶対象:小学3年生以上	8/1(土) 11:00～12:30
春日町図書館 ☎5241-1311 ※★は①のみ。	本の探検ラリー (本を読んでクイズに答える)	8/1(土)・2(日) 10:00～16:30
	★おはなし会 ▶対象:①2～5歳児②0～2歳児 ③3歳児～小学生	①8/17(月)②20(木) 11:00～11:45 ③毎水曜15:30～16:00
光が丘図書館 ☎5383-6500	ひとりできけるこのじかん(よみきかせ) ▶対象:幼児～小学3年生	8/2(日)・12(水)・16(日)・ 26(水) 15:00～15:20
	おやこのじかん(よみきかせ) ▶対象:幼児と保護者	8/5～26の毎水曜 11:00～11:20
光が丘地区区民館 ☎3979-6911	あかちゃんのじかん(よみきかせ) ▶対象:乳児と保護者	8/28(金) 11:00～11:20
	★科学あそび「ふわふわスライムを作ろう」 ▶対象:小学生▶定員:30名	8/5(水) 14:00～17:00
春日町青少年館 ☎3998-5341	★ヤングダンス講座 ▶対象:小学生以上▶定員:各30名 ※小学生は保護者同伴。	8/2(日)・23(日) 18:00～20:00
	将棋	8/2～23の毎日曜 9:00～11:45
	バスケットボール ▶対象:小学生以上▶持ち物:上履き	8/3(月)・5(水)・7(金)・12(水)・ 14(金)・17(月)・19(水)・ 21(金)15:15～16:45



新型コロナウイルス  
感染拡大防止のため、  
ご協力をお願いします

- ・体調に不安のある方は、参加をご遠慮ください。
- ・マスクを着用してお越しください。
- ・咳エチケット、手洗いなどにご協力ください。



## 世帯と人口(7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 742,396(-226)			外国人 20,714(-206)			年齢別人口			
	男	女	合計	男	女	合計	14歳以下	15～64歳	65歳以上	
381,589 (-14)	360,111	382,285	742,396	350,470	371,212	721,682	9,641	88,036(-48)	493,499(-158)	160,861(-20)

# お知らせ

## 皆さまからの寄付(5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:管財係 ☎5984-2807

練馬区のため	3,000円(1件)
練馬みどりの葉っぱい基金	20万9000円(6件)
児童福祉のため	9,939円(1件)
まちの安全・安心のため	2,000円(1件)
ひとり親家庭の支援のため	2万円(1件)
人と動物の共生のため	2万円(3件)
練馬区の子どものため	10万円(1件)
新型コロナウイルス感染症対策への支援のため	27万円(6件)
練馬区社会福祉協議会へ	30万5000円(4件)

## 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=

地域福祉や福祉のまちづくり活動を行う区民活動団体に、活動費の一部助成や活動への助言などを行っています。応募する団体は、事前に相談してください。▶**限度額:はじめの一步助成部門…5万円、やさしいまちづくり活動助成部門…20万円**  
▶**選考方法:書類選考**▶**申込期間:7月31日(金)~8月28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**

## 環境・リサイクル

### 令和元年度 区内のダイオキシン類とアスベスト調査結果

●**ダイオキシン類**  
年4回、区内3カ所で大気中のダイオキシン類濃度を調査しました。いずれも環境基準(※)以下の値でした。  
※環境基準…健康を保護する上で維持することが望ましい国の基準。

●**アスベスト(石綿)**  
年4回、区内4カ所で大気中のアスベスト濃度を調査しました。いずれも平常値でした(環境基準は設定されていません)。  
◎**問合せ:環境規制係 ☎5984-4712**

## 介護保険

### 平成30年~令和2年度分の保険料が未納の方へ ~催告書を7月30日(木)に発送

65歳以上で平成30年6月~令和2年4月分の保険料が未納の方が対象です。8月12日(水)までに納めてください。未納の場合、介護保険サービスを利用する際、滞納期間に応じて自己負担割合が3~4割に増えることがあります。一括で納められない方は、ご相談ください。▶**問合せ:資格保険料係 ☎5984-4592**

## 税

### 休日の臨時納税相談窓口を開設

失業や新型コロナウイルス感染症の影響による収入減などで納期限内に特別区民税・都民税(住民税)、軽自動車税の納付が困難な方などを対象に、分割納付などの支払いに関する相談を受け付けます。※予約不要。※電話相談も可。※納税の相談のみ。▶**日時:8月8日(土)午前9時~午後4時**▶**場所・問合せ:収納課個人徴収第一係(区役所本庁舎4階) ☎5984-4547**

## 国民健康保険

### 保険料に未納がある方は納付相談を

必ず納期限までにお支払いください。納期限を過ぎた保険料は、原則一括で納めていただきます。一括で納められない方は、ご相談ください。ただし、納付方法などには一定の条件があります。  
〈未納の世帯には収納対策として、次の対応をします〉  
①法令に基づき督促状を送付します。  
②文書、電話、訪問による納付推奨の催告を行います。

③督促状を送付後、一定期間を過ぎても納付がない場合、法令に基づき財産調査・滞納処分を行います。  
※昨年度の滞納処分実績は約1,100件です。  
◎**問合せ:こくほ整理係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4560**

## 働く

### ①短時間保育②保育③調理④用務【会計年度任用職員(サポートスタッフ〈登録制〉)】

▶**期間:**来年3月まで(再任する場合あり)▶**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▶**報酬:**①時給1,341円②時給1,147円③④時給1,093円 ※交通費支給。※勤務条件により期末手当・社会保険あり。▶**申込:**保育課(区役所本庁舎10階)や区ホームページにある申込書を、保育課管理係 ☎5984-5839

## お休みします

〈勤労福祉会館 ☎3923-5511〉…7月27日(月)【全館清掃のため】

## 子ども・教育

### 講演会「学校や勉強が苦手な子どもたちの進路選択~不登校経験者のさまざまな進路について」

▶**対象:**小学生~18歳の方の保護者

▶**日時:**9月5日(土)午前10時~正午  
▶**場所:**学校教育支援センター▶**講師:**NPO法人元気プログラム作成委員会理事/守矢俊一▶**定員:**45名(先着順)▶**申込:**電話または電子メールで①講演会名②氏名③電話番号を、学校教育支援センター ☎6385-9911 [Eメール oubo@city.nerima.tokyo.jp](mailto:oubo@city.nerima.tokyo.jp)

### 8月の「赤ちゃんからの飲む食べる相談」

離乳食や家族の食事について、個別に相談ができます。▶**対象:**0歳児の保護者(1歳ごろまで参加可)▶**申込:**電話で各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時(いずれも20分程度)
豊玉 ☎3992-1188	21(金) 9:30~11:30 26(水) 13:30~15:30
北 ☎3931-1347	27(木) 9:00~11:00
光が丘 ☎5997-7722	5(水) 9:00~11:00 25(水) 13:30~15:30
石神井 ☎3996-0634	4(水) 13:30~15:30 26(水) 9:00~11:00
大泉 ☎3921-0217	3(月) 9:00~11:00
関 ☎3929-5381	21(金) 9:00~11:00

### 親子で新聞スクラップ(切り抜き)!~新聞を読む習慣をつけよう

▶**対象:**小学生と保護者▶**日時:**8月12日(水)・13日(木)午前10時~正午【2日制】▶**場所:**区役所本庁舎19階▶**講師:**新聞教育支援センター代表/吉成勝好▶**定員:**15組(抽選)▶**申込:**7月30日(木)までに電話で育成支援係 ☎5984-1292

# 練馬区社会福祉協議会の会員を募集

練馬区社会福祉協議会は、皆さまが住み慣れたまちで安心して生活することができる「福祉のまち」を目指し、地域活動やボランティア活動の支援などさまざまな活動を行っています。活動は、会費や寄付金で支えられています。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、同ホームページ(<https://www.neri-shakyo.com/>)をご覧ください。  
▶**年会費:**正会員…500円以上、特別会員…3,000円以上、団体会員…5,000円以上 ※会費・寄付金には、税制上の優遇措置があります。  
▶**問合せ:**練馬区社会福祉協議会 ☎3992-5600 FAX 3994-1224

## 会費はこのような活動に役立っています

### 🍀 地域を災害から守るために

大規模災害時に、ボランティアの受け入れなどを行う「災害ボランティアセンター」の運営を行います。

### 🍀 その人らしい生活を応援するために

高齢者や障害のある方が安心して生活できるよう、通帳や年金証書などをお預かりするサービスなどを行っています。

### 🍀 円滑なボランティア活動のために

地域のボランティア活動団体を支援する拠点「ボランティア・地域福祉推進コーナー」を運営しています。



# 7月からレジ袋が有料になりました

レジ袋の有料化をきっかけに、身近なところからプラスチックごみを減らしましょう。

▶**問合せ:**清掃事業係 ☎5984-1059



マイバッグを利用しましょう。

# 所得税の予定納税(第1期分)の期限は7月31日(金)です

新型コロナウイルス感染症の影響で納付が困難なときは、猶予できる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

▶**問合せ:**税務署【練馬東 ☎6371-2332、練馬西 ☎3867-9711】

## 休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

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

▶**受付時間:**土曜午後6時~9時30分、日曜・祝休日午前10時~11時30分、午後1時~4時30分、午後6時~9時30分 ※練馬区夜間救急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。

**健康・衛生**



**認知症サポーター・ステップアップ講座～認知症の方への声掛けの仕方や接し方を学ぼう**

▶**対象:**認知症サポーター養成講座を受講した方 ▶**日時:**8月27日(木)午後1時30分～4時 ▶**場所:**勤労福祉会館 ▶**講師:**(株)PAO代表取締役/北田信一 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話または区ホームページ「電子申請」で在宅療養係 ☎5984-4597

**講座・催し**



**初級日本語講座 ～にほんごのきょうしつ**

▶**対象:**日本語が母語でない外国人住民の方 ▶**日時:**9月1日～12月18日の毎火・金曜午前9時45分～11時45分【9月22日、11月3日を除く。30日制】 ▶**場所:**文化交流ひろば ▶**定員:**20名(面接) ▶**費用:**3,000円 ※教材をお持ちでない方は別途2,750円。 ▶**申込:**電話で事業推進係 ☎

5984-4333 ※保育室(1歳児以上対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

**上映会「描きたい、が止まらない」**

ボールペンと色鉛筆だけで精密画を描く自閉症の画家に密着したドキュメンタリー映画です。 ※音声ガイド・日本語字幕・手話通訳付き。 ▶**対象:**中学生以上 ▶**日時:**8月23日(日)午後2時～3時30分 ▶**場所:**貫井図書館 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話またはファクスで①催し名②氏名③電話番号を、同所 ☎3577-1831 FAX 3577-1834 ※介助が必要な方は、その旨もお知らせください。

**勤労福祉会館の催し**

▶**場所:**勤労福祉会館 ▶**定員:**各15名(先着順) ▶**申込:**①8月3日(月)②11日(火)③16日(日)までに電話で同所 ☎3923-5511

**1 スマートフォン(アンドロイド)の使い方を学ぼう**

▶**日時:**8月5日～26日の毎水曜

午後2時～4時【4日制】 ▶**講師:**ITコーディネーター/好澤一穂 ▶**費用:**4,000円

**2 マンションライフ・ガイド講座**

▶**日時:**8月13日(木)・20日(木)午後6時30分～8時 ▶**講師:**NPO法人匠リニューアル技術支援協会会員 ▶**費用:**500円

**3 分かりやすい簿記3級講座**

▶**日時:**8月23日～9月27日の毎日曜午前10時～正午【6日制】 ▶**講師:**税理士/堀部京介 ▶**費用:**8,500円

**学びませんか? 権利擁護と成年後見**

**～市民後見人等養成研修説明会**

▶**日時:**8月18日(火)午後2時～4時 ▶**場所:**ココネリ3階 ▶**講師:**立教大学コミュニティ福祉学部准教授/飯村史恵 ▶**定員:**60名(先着順) ▶**申込:**電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④電話番号を、8月11日(火)までに権利擁護センターほっとサポートねりま ☎5912-4022 FAX 3994-1224

**子どものための講座を企画・運営する団体を募集**



**3次募集**

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、11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**

- ★**ねりま遊遊スクール**(子ども・親子対象)  
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です。
- ★**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対象)  
遊び・体験・交流を通しての成長・発達をテーマにした講座です。
- ★**子育て学習講座**(大人対象)  
子育てや子どもの教育をテーマにした講座です。
- ★**子供安全学習講座**(子ども～大人対象)  
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です。
- ★**ねりマイクメン講座**(父親・父子対象)  
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です。

**申し込み方法など**

- ▶**募集团体:**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:**区立施設など ※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:**青少年課や区ホームページなどにある募集のしおりをご覧の上、8月17日(必着)までに育成支援係へ ※申し込み多数の場合は、内容を審査の上、抽選。

**8月の健康相談などの日程(無料)**

事前に予約が必要です。

内容	場所	日程・受付時間
健康相談 ▶ <b>内容:</b> 病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談	豊	4(火)・18(火) 13:00～15:00
	北	4(火)・18(火) //
	光	18(火) 13:30～15:15
	石	27(木) 9:30～11:15
禁煙に関する相談 ▶ <b>内容:</b> 禁煙外来を行っている医療機関の紹介など	石	6(木) 13:30～15:30
	大	18(火) 9:00～11:00
心身障害者(児)歯科相談	つ	1～29の毎土曜 13:00～16:30
	豊	7(金) 14:00～16:15
◆ <b>こころの健康相談</b> ▶ <b>対象:</b> 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	北	7(金) 14:00～16:00
	光	20(木) 9:00～10:00
◆ <b>うつ相談</b> ▶ <b>対象:</b> 気持ちが沈む・悲観的になるなどでお困りの方や家族	石	19(水) 14:00～16:00
	大	4(火)・27(木) //
◆ <b>子育てこころの相談</b> ▶ <b>対象:</b> 子育てで悩んでいる方	豊	28(金) 14:00～15:30
	豊	5(水) 13:30～16:30
◆ <b>思春期・ひきこもり相談</b> ▶ <b>対象:</b> 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	19(水) 14:00～16:15
	豊	26(水)◎ 14:00～16:00
◆ <b>大人の発達障害相談</b> ▶ <b>対象:</b> 18歳以上で発達障害と思われる方	豊	24(月) 14:00～16:00
	豊	24(月) 14:00～16:00
◆ <b>酒・ギャンブルなど依存、家族相談</b> ▶ <b>対象:</b> 依存症などでお困りの方や家族	光	26(木) 14:40～16:20
	石	20(木) 14:00～15:30
HIV(エイズウイルス)即日検査・梅毒検査(匿名)	豊	14(金) 9:00～10:00
認知症相談 ▶ <b>対象:</b> もの忘れなどでお困りの方や家族	豊	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

豊玉保健相談所 ☎3999-2118  
北保健相談所 ☎3999-1347  
北光保健相談所 ☎3999-7772  
石神井保健相談所 ☎3999-0263  
大泉保健相談所 ☎3929-5381  
関保健相談所 ☎3929-1021

※**練馬つつじ歯科診療所** ☎3999-3995  
◆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。

**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**

**ドコモスマホ教室、再開しました ☺**

**参加費無料!**

インターネット、文字入力、電話、メール、カメラ、マップ、アプリ、LINEなど  
様々な講座をご用意しております!

大泉学園店 定員数:4名 専用ダイヤル:0120-376-600	石神井公園店 定員数:3名 専用ダイヤル:0120-367-900	上石神井店 定員数:4名 専用ダイヤル:0120-737-900
-------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------

他にも、講座は多数ございます。店頭にて直接お申込みいただくか、WEBもしくはお電話にてお申込みください。

**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:9/5(土)～12/5(土)** **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**

### 区民文化祭「練馬書道展」の作品を募集

▶日時:11月11日(水)~15日(日)午前10時~午後5時30分(15日は午後3時まで)▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶内容:書、篆刻(てんこく)、刻字 ※いずれも課題なし▶定員:70名(先着順)▶費用:1点3,000円(1人3点まで)▶区の担当:生涯学習センター▶申込:9月3日(木)までに電話で金澤☎6760-1166 ※練馬区書道連盟ホームページ(<http://nerimasyodou.pya.jp/>)からも申し込みます。

### スポーツ

#### 区民体育大会 ソフトテニス(男女団体・個人)

▶日時:9月6日(日)…団体戦、20日(日)…個人戦 いずれも午前9時から ※体育会所属の大学生と高体連所属の高校生は参加できません▶場所:土支田庭球場▶保険料など:1人300円▶申込:体育館や庭球場、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、団体戦8月22日、個人戦9月4日(いずれも必着)までに練馬区ソフ

トテニス連盟・久下へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

#### 初心者スポーツ教室

▶申込:往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名(1は④⑤の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢・学年⑤性別⑥電話番号⑦保護者の氏名(1のみ)を、7月31日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

#### 1 ぜんそく児水泳

▶対象:気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児~小学4年生で、医師にこの教室への参加を認め

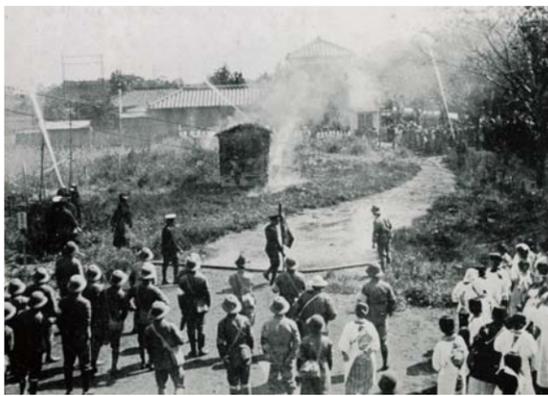
られたお子さん ※当選後に医師の健康調査書が必要です▶日時・場所:④9月10日~11月26日の毎木曜午後3時30分~5時30分【12日制】…三原台温水プール⑤9月7日~12月28日の毎月曜午後4時~6時【9月14日・21日、10月12日、11月9日・23日、12月14日を除く。11日制】…中村南スポーツ交流センター▶定員:各25名(抽選)

#### 2 ジュニア陸上

▶対象:小中学生▶日時:9月13日(日)、10月31日(土)、11月7日(土)午前9時45分~11時45分【3日制】▶場所:練馬総合運動場公園▶定員:30名(抽選)▶保険料など:336円

### 平和祈念パネル展

東京大空襲や広島・長崎の原爆被害、戦時下の練馬の様子を中心としたパネルを展示します。



戦時中の防火演習(中村橋付近)

▶日時:7月31日(金)~8月18日(火)④午前8時45分~午後8時⑤午前9時~午後6時(いずれも18日は午後4時まで)▶場所:④区役所アトリウム⑤石神井公園ふるさと文化館▶問合せ:総務係☎5984-2600

8/12 (水)

### ねりぶんアフターヌーン・ミニコンサート vol.2

▶日時:8月12日(水)午後3時~3時30分▶場所:練馬文化センター▶曲目:プッチーニ/オペラ「トスカ」より妙なる調和など▶出演:工藤和真(テノール)ほか▶定員:250名(抽選)▶申込:往復ハガキで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加人数(2名まで。座席が不要なお子さんを除く)を、8月3日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会☎3993-3311 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/>)からも申し込みます。 ※車いす席を利用したい方は、その旨もお知らせください。



### 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

- ◆普通救命講習会▶日時:8月23日(日)午前9時~正午▶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:1,500円▶申込:電話で各消防署へ
- 練馬消防署☎3994-0119▶定員:10名(先着順)
- 石神井消防署石神井公園出張所(石神井町2-16-1)☎3995-0119▶定員:8名(先着順)
- ◆再就職をめざす女性のための職業訓練~ワード・エクセル基礎科▶対象:結婚、出産、育児、介護などで退職後、再就職を希望し、ハローワークで求職登録をした方▶日時:9月14日(月)~18日(金)午前10時~午後3時【5日制】▶場所:男女共同参画センターエー1▶定員:10名(抽選)▶テキスト代:2,200円▶申込:男女共同参画センターエー1の石神井公園区民交流セン

- ター、図書館、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)、区ホームページなどにある募集案内をご覧ください、8月3日(月)~14日(金)に募集案内に記載の申込先へ ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込みください▶問合せ:東京都能力開発課☎5320-4807
- ◆泳力検定会▶対象:週1回以上水泳の練習をしている方▶日時:9月27日(日)午前9時~午後1時▶場所:大泉学園町体育館▶保険料など:600円 ※別途、1種目につき検定料500円▶申込:体育館にある申込書に記入の上、検定料を添えて8月15日(日)までにSSC大泉☎3921-1300

#### 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
- ◆ささ舟ながしで楽しくあそぼう▶対象:小学生 ※小学2年生以下は保護者同伴▶日時:8月1日(土)午後1時~3時▶場所:春の風公園(光が丘7-4-1)

- ▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で光が丘エコークラブ・宮澤☎080-1106-6847(午前9時~午後3時)
- ◆石神井川ジャブジャブ歩き▶対象:小学2~6年生と保護者▶日時:8月2日(日)午前9時30分~正午▶集合場所:西武池袋線練馬高野台駅南口駅前広場▶定員:20組(先着順)▶費用:1人100円▶申込:電話で川と水辺を楽しむプロジェクト・佐藤☎5910-7056(火・木・土曜午前9時~11時)
- ◆やってみよう!ペーパーボール▶対象:小中学生 ※保護者の参加も可▶日時:8月9日(日)午前10時~11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で練馬区ペーパーボール協会・原田☎090-3234-5584
- ◆スポーツなど
- ◆光が丘体育館▶対象:小学生▶日時:8月8日(土)午前9時~正午▶内容:キッズフットサル▶定員:30名(先着順)▶保険料:50円▶申込:当日会場へ
- 平和台体育館▶対象:小学1~3年生▶日時:8月29日(土)午前10時~正午▶

- 内容:かけっこ▶定員:20名(先着順)▶申込:電話でSSC平和台☎5921-7800
- 朝・夕・青空市
- ◆江古田いちば通り商店街▶日時:7月25日(土)、8月1日(土)午前10時~午後7時▶問合せ:目黒☎3994-8068
- ◆光が丘IMA南館前▶日時:7月26日(日)午前10時~午後4時▶問合せ:富永☎090-4374-3888
- ◆春日町本通り商店会▶日時:7月29日(水)午前11時~午後3時▶問合せ:小泉☎3998-1010

#### 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。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。
- ◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:8月2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☎080-2567-3071(先着50店。問い合わせ

- は平日午後2時~5時)
- ◆夏の雲公園(光が丘3-4-1)▶日時:8月16日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒178-0065西大泉2-17-26 オアシス☎080-2256-4508(先着50店)

### 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。
- 練馬区俳句連盟 主に第2日曜午前11時~午後4時30分 ココネリ3階など 月会費1,000円 春秋年2回俳句大会を開催 定立☎3922-0917
- ストレッチ&有酸素運動 さざんか 中高年齢者対象 毎木曜午後6時~7時 はつらつセンター豊玉 講師 健康指導員/小林いずみ 月会費1,500円 トサカ☎090-3437-2239 (要予約)

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。

## 庭木1本から承ります!

お客様へのお約束

- 庭木1本より明瞭料金
- 土日でもOKです
- トイレはお借りしません
- お茶はご遠慮します

ねりま区報 をご覧の方に

生垣剪定幅1m(高さ2m) 通常2,000円を 先着10名のみ (税別) 1,000円!

見積無料

東京中央支店 練馬区土支田 3-19-12 株式会社ガーデンエクスプレス 03-5933-2811

営業時間 9:00~17:00

## 畳の香りでリラックス&リフレッシュ!

創業70年

くまもと産畳表 ※税別表替え: 7,000円~ 裏返し: 3,500円~ 新畳: 14,000円~

お見積もり無料!

朝お預かり、夕方お届け 家具の移動、畳下の掃除 無料!

「練馬区内共通商品券」もご利用いただけます。 ★月刊Kacceでも広告掲載中!

HPはこちらから! <http://www.miuura-tatamiten.com>

練馬区春日町6-3-1 (株)三浦畳店 ☎3999-1767

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

# 地球にいいこと始めよう!

## 区の環境への取り組みを紹介

区は、みどりを大切にしながら、皆さまが快適に暮らすための事業を実施しています。

7/22~8/23は  
ねりま打ち水強化月間

### おうちで打ち水大作戦!

打ち水は、夏を涼しく過ごすための手軽な方法の1つです。今年は、米のとぎ汁などの捨てる水を使って、家の前で打ち水を楽しんでみませんか。歩行者や車に水が掛からないよう注意しましょう。



#### 用具を貸し出します

ひしゃく、バケツ、温度計を貸し出します。 ※数に限りがあります。 ▶対象:区内在住の方 ▶貸出場所:環境課(区役所本庁舎18階) ▶申込:電話で環境課地球温暖化対策係 ☎5984-4705

#### なぜ打ち水で涼しくなるの?

温度の高いところに水をまくと、水蒸気となって蒸発します。水は地面や空気中の熱を奪いながら蒸発するので、気温が下がります。

#### 打ち水のポイント

##### ・朝や夕方にまく

朝に打ち水をすると、気温の上昇を和らげて、朝の涼しい時間が長続きします。また、夕方に打ち水をすると、昼間の熱気を冷まして、夜が過ごしやすくなります。

##### ・日陰にまく

日陰は、水がすぐには蒸発せずゆっくりと地面の熱を奪うため、涼しさを長く感じることができます。



### こどもエコ・コンクール

入賞作品は、パネル展示など地球温暖化対策の啓発に活用します。入賞者には賞状と副賞を、応募者全員に記念品を差し上げます。 ▶対象:区内在住・在学の小学3年~中学2年生 ▶申込:A5判の画用紙に描いた作品(裏面に①学校名②学年・クラス③氏名④作品名を記入)を、9月4日(必着)までに郵送で〒176-0012豊玉北5-29-8 ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011

#### 参考テーマ

- 守りたい練馬の自然
- 自然エネルギーのあるまち
- 温暖化から美しい地球を守ろう
- わたしのエコじまん



中学生部門 最優秀賞(令和元年度)



小学生部門 最優秀賞(令和元年度)

### 地域のみどりを増やしませんか

問合せ みどり推進課協働係 ☎5984-2418

#### 生け垣の設置、沿道緑化などの費用を助成

みどりを増やし育てるため、新たに設置する生け垣や、沿道部分などの緑化費用と、緑化に伴うブロック塀などの撤去費用の一部を助成しています。詳しくは、パンフレットや区ホームページをご覧ください。 ※助成を希望する方は、事前にお問い合わせください。

##### 緑化前



##### 緑化後



助成項目(例)	主な助成要件	助成限度額(※)
生け垣化	道路に面した部分に連続して1m以上設置	1mにつき1万2000円 ※緑化を伴う塀の撤去は1mにつき1万1000円。
沿道緑化	緑化部分が2m以上道路に面していて、緑化面積が1㎡以上	1㎡につき7,000円 ※緑化を伴う塀の撤去は1mにつき1万1000円。

※令和5年3月まで助成限度額を拡大しています。

#### 〈ブロック塀の撤去費用を助成〉

危険なブロック塀の撤去費用の一部を助成しています。助成対象など詳しくは、お問い合わせください。

▶問合せ:危機管理課庶務係 ☎5984-2762

#### 緑化を進める団体を支援~「みどりの協定」を紹介

町会や自治会などと「みどりの協定」を結び、緑化を推進する活動を5年間支援します。区は年1回、緑化用の苗木を提供します。また、同区域内で生け垣などの助成制度を使って緑化を行う場合、助成額が増えます。 ▶対象:①10戸以上の住宅がまとまっている地域②敷地面積500㎡以上の集合住宅③敷地面積1,000㎡以上の事業所

### 花火などのごみは水に浸して可燃ごみへ

花火・マッチをそのままごみとして出すと、清掃車両の火災の原因となり危険です。使用済みのものは水に浸し、可燃ごみに出してください。未使用のものは、一晩水に浸し、ぬれた状態で可燃ごみに出してください。

▶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】

