

詐欺を撃退!

自動通話録音機を 無料で貸し出し



オレだけど、
実はお金に困ってるんだ

65歳以上
の方がいる世帯対象

申込期限

9/30 (必着)

貸し出し開始

12月上旬

申し込みはハガキ・電子メール・区ホームページで!

自動通話録音機を設置すると、呼び出し音が鳴る前に電話の発信者に通話内容を録音する旨の警告メッセージが流れます。詐欺の犯人は録音されることを嫌がるため、電話に出ずに犯人を撃退することができます。

問合せ 自動通話録音機専用ダイヤル☎5984-3666 FAX 3993-1194

詳しくは2面へ

新型コロナウイルス感染症対策

PCR検査体制強化 のための第3弾 補正予算を決定

区民の皆さまの生命と健康を守るため、5・6月に補正予算を策定するなど、区独自のコロナ対策を充実・強化してきました。この度、緊急を要する施策について、補正予算8億527万円を専決処分により8月18日に決定しました。PCR検査体制を充実するとともに、陽性患者の治療を受け入れている医療機関を支援します。▶問合せ:財政課☎5984-2465

①PCR検査検体採取センターの設置・運営	6808万円
②診療所のPCR検査費用の助成	2628万円
③福祉施設におけるPCR検査費用の助成	3440万円
④病院経営の支援	6億7651万円

詳しくは、
区報9月1日号で
お知らせします。

自動通話録音機の申し込み方法

対象 区内在住の65歳以上の方がいる世帯
※過去に東京都や区、警察署から貸し出しを受けた世帯を除く。

申込期限 9月30日(必着)

貸出台数 5,000台
(申し込み多数の場合は抽選)

貸出方法 12月上旬から個別配送



※電話線の取り外しができないものや緊急通報装置が付いているものは、設置できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

申込 ● **ハガキで申し込み** 下記の内容を記入してください。

〈表面〉

切手 〒176-8501

区役所内危機管理課

安全安心係

〈裏面〉

- ①自動通話録音機の申し込み
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④生年月日
- ⑤年齢
- ⑥電話番号(自動通話録音機を設置する固定電話)
- ⑦世帯構成(Ⓐ65歳以上のみの世帯
 Ⓑ65歳以上の単身世帯
 Ⓒ65歳以上の方がいる世帯 のいずれか)

※代理人の場合は、代理人の氏名(ふりがな)・電話番号・本人との続柄も記入。

● **電子メールで申し込み**

ハガキ裏面の項目を記入してください。**Eメール** kikikanri@city.nerima.tokyo.jp

● **区ホームページで申し込み**

申し込みフォームは
 コチラ▶



二次元
 バーコード

問合せ 自動通話録音機専用ダイヤル ☎5984-3666

「私はだまされない」そんなあなたは要注意! ~ 特殊詐欺の手口を紹介

区内で詐欺の電話や被害が多発しています。実際に被害に遭った方の9割以上が「私はだまされない」と考えていました。「自分は大丈夫」と思わずに、巧妙化する手口を知って、被害に遭わないための対策を考えましょう。怪しい電話がかかってきたらすぐに警察へ連絡してください。▶ 問合せ:警察署【練馬 ☎3994-0110、光が丘 ☎5998-0110、石神井 ☎3904-0110】

会社のお金を
 使い込んだ。
 お金貸してくれない?



オレオレ詐欺

家族を名乗り、「お金が必要になった」と連絡をします。その後、知人を名乗る者が現金を取りにきたり、レターパックや宅配便で現金を送ったりするよう指示をします。

だまされないポイント! 家族を名乗っても、お金に関わる話はすぐに切り、**以前から知っている電話番号にかけ直しましょう!**

あなたのキャッシュ
 カードが不正に
 使われています。



キャッシュカード詐欺盗

警察官や銀行員などになりすました犯人が自宅を訪れ、あなたのカードをだまし取ろうとします。カードを渡すと、現金を引き出されてしまいます。

だまされないポイント! 警察官や銀行員が、**カードを取りに来たり暗証番号を聞いたりすることはありません!**

医療費や保険料が
 戻ってきます。
 ATMに行ってください。



還付金詐欺

自治体の職員などを装い、還付金があると嘘の連絡をします。ATMに行くよう指示され、言われた通りに操作すると犯人の口座にお金を振り込んでしまいます。

だまされないポイント! 自治体の職員などが、**現金の引き出しや振り込みをお願いすることはありません!**

9/12(土)

シネマミュージック～NeRima's Choice

動画上映会の観覧者を募集

抽選で250名



5月下旬に皆さまから募集した「好きな映画音楽」を、練馬区ゆかりの音楽家が演奏する動画を制作しました。今回、練馬区文化振興協会公式YouTube(ユーチューブ)チャンネルでの公開(9月11日(金)配信予定)に合わせて、動画の上映会を開催します。

▶対象:小学生以上▶日時:9月12日(土)午後3時～3時45分▶場所:練馬文化センター▶出演:牧原正洋(トランペット) ※生演奏あり。

▶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)を、9月2日(必着)までに〒176-8501区役所内文化芸術担当係 ☎5984-1358 ※練馬区文化振興協会ホームページ(<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。

動画の出演者



牧原正洋(トランペット)

武蔵野音楽大学卒業。練馬区在住。宮間利之&ニューハードビッグバンドのメンバーとして活動し、NHK「セッション505」などの番組に出演。

収録曲

「ニュー・シネマ・パラダイス」より
愛のテーマ など



大西宇宙(バリトン)

武蔵野音楽大学・大学院、ジュリアード音楽院卒業。第30回五島記念文化賞オペラ新人賞などを受賞。練馬区独立70周年記念「真夏の第九」にソリストとして出演。

収録曲

「千と千尋の神隠し」より
いつも何度でも



紗理(ボーカル)

洗足学園音楽大学ジャズボーカル科卒業。大阪アジアンドリームスジャズボーカルコンペティション2013優勝。ねりぶんJAZZ、ゆめりあJAZZに出演。

収録曲

「ティファニーで朝食を」より
ムーン・リバー など

新型コロナウイルスで生活にお困りの方は

生活相談コールセンター にご相談ください!

家賃が
払えない

生活費が
足りない

☎5984-4703(平日午前9時～午後5時(祝休日を除く))

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業などで生活にお困りの方に、下記の制度や相談内容に応じた窓口をご案内しています。

制度名	対象など
住居確保給付金	住居を失う恐れのある世帯に家賃相当額を支給します。▶対象:次の①②のいずれかに当てはまる世帯 ①離職や廃業から2年以内②休業などにより減収し、離職などと同程度の状況にある▶支給期間:原則3カ月以内(最長9カ月)▶限度額:家賃相当額月5万3700円～8万3800円 ※世帯人数によって限度額が異なります。 ※収入・資産要件があります。
緊急小口資金特例貸付	▶対象:休業などにより収入が減少し、緊急かつ一時的に貸し付けを必要とする世帯▶限度額:20万円
総合支援資金特例貸付	▶対象:収入の減少や失業などにより、日常生活の維持が困難な世帯▶貸付期間:原則3カ月以内▶限度額:月20万円(単身月15万円)

8/29(土)17:00～30(日)3:00

区ホームページの機能を一部停止します

システムメンテナンスのため、ホームページの閲覧はできますが、問い合わせメールの送信ができなくなります。▶問合せ:広聴広報課庶務係 ☎5984-2694

8/31(月)12:00～22:00

図書館のサービスを休止します

図書館ホームページ 図書館情報ボックス 図書館豊玉受取窓口

本やCDの貸し出し・検索・予約などができなくなります。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:光が丘図書館 ☎5383-6500

納期限は8/31(月)

特別区民税・都民税(第2期)

納付が難しいときは、納付の猶予や分割納付の相談ができます。新型コロナウイルス感染症の影響による猶予が認められた場合、納期限から1年間は延滞金がかかりません。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:納税案内センター ☎5984-4547

9月中旬から

国勢調査員が調査票を配布します

新型コロナウイルス感染防止のため、インターホン越しに訪問するなど、接触の機会を減らして国勢調査を実施します。インターネットでの回答が便利です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶調査基準日:10月1日(日)▶問合せ:統計係 ☎5984-2459

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**:管財係 ☎5984-2807

練馬区のため	5万円(1件)
練馬みどりの葉っぱい基金	7万6500円(7件)
高齢者福祉のため	1000万円(1件)
ひとり親家庭の支援のため	1万9400円(1件)
新型コロナウイルス感染症対策への支援のため	52万4000円(9件)
新型コロナウイルス感染症にかかるひとり親家庭支援のため	32万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ	26万5000円(15件)

事業者向け

ビジネス講座「成功を手にする事業承継計画の作り方」

▶**対象**:経営者、後継候補者 ▶**日時**:

9月24日(木)午後7時~9時 ▶**場所**:ココネリ3階 ▶**講師**:税理士/新原章吾 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**申込**:電話またはファクスで①講座名②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18日(金)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。

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お応えします。▶**日時**:9月20日(日)午後1時~4時の間の30分間 ▶**場所**:勤労福祉会館 ▶**申込**:9月18日(金)までに電話で耐震化促進係 ☎5984-1938

ボランティア

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。高齢者との接し方や車いすの操作方法など、現場で役立つ技術を学びます。修了後は、一人ひとり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。▶**対象**:区内在住の方 ▶**定員**:30名(先着順) ▶**申込**:9月25日(金)までに電話で練馬介護人材育成・研修センター ☎6758-0145

	日程[7日制]	場所
講義	10/9・23・30、11/6・13の金曜	ココネリ3階
救命講習	①10/12(月) ②10/15(木) ※①②のいずれかを選択。	練馬消防署
施設実習	③10/24(土) ④10/31(土) ※③④のいずれかを選択。	練馬介護人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)

※時間はいずれも3~6時間程度。
※来年3/5(金)にフォローアップ研修を実施。

子ども・教育

区立中学校の学校案内を配布

新入学時に入学を希望する中学校を選択できる「学校選択制度」を実施

しています。小学6年生を対象に、各中学校の特色などを掲載した学校案内を、9月上旬に区立小学校で配布します。区立以外の小学校に通っている児童には郵送します。9月4日(金)までに届かない場合は、ご連絡ください。▶**問合せ**:学事係 ☎5984-5659

9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	10(木) 13:30~15:30 16(水) 9:30~11:30 28(月) 13:30~15:30
北 ☎3931-1347	17(木) 13:30~15:30
光が丘 ☎5997-7722	15(水) 13:30~15:30
石神井 ☎3996-0634	8(月) 13:30~15:30 16(水) 9:00~11:00 30(水) 9:00~11:00
大泉 ☎3921-0217	14(月) 9:00~11:00
関 ☎3929-5381	18(金) 9:00~11:00

コロナ禍の熱中症にご注意を!

マスクをつけると体温調整がしづらくなり、熱中症のリスクが高まります。コロナ禍の夏を乗り切るために、「熱中症予防」と「新しい生活様式」を両立させましょう。

▶**問合せ**:保健相談所【豊玉 ☎3992-1188、北 ☎3931-1347、光が丘 ☎5997-7722、石神井 ☎3996-0634、大泉 ☎3921-0217、関 ☎3929-5381】

「新しい生活様式」の熱中症対策 ~5つのポイントを紹介

- 1 屋外では適宜マスクを外す**

- 2 日傘や帽子を活用し暑さを避ける**

- 3 のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を**

- 4 エアコンは換気しながら**

- 5 体温を測って体調管理を**

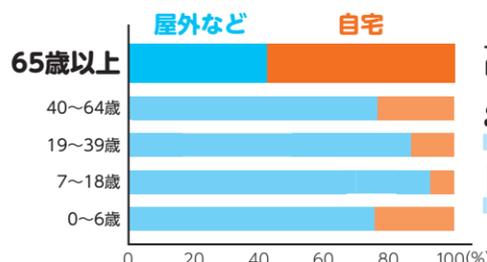

知っておきたい! 熱中症情報



熱中症による死亡者の数は
真夏日(30℃)から増加



熱中症による死亡者の
約8割が高齢者



高齢者の熱中症は
半数以上が自宅で発生

出典:環境省・厚生労働省リーフレット

熱中症警戒アラートを 確認しましょう

気象庁は、今年から暑さ指数(WBGT※)が33℃を超える場合に「熱中症警戒アラート(試行)」を発表しています。発表状況は、環境省熱中症予防情報サイト(<https://www.wbgt.env.go.jp/>)をご覧ください。 ※暑さ指数…①気温②湿度③日射など周辺の熱環境の、3つを取り入れた暑さの厳しさを示す指標。



二次元バーコード

世帯と人口 [8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	日本人	外国人	年齢別人口
381,396 (-193)	741,864(-532)	721,380(-302)	20,484(-230)	14歳以下 88,000(-36)
	男 359,781	男 350,247	男 9,534	15~64歳 492,926(-573)
	女 382,083	女 371,133	女 10,950	65歳以上 160,938(+77)

健康・衛生



介護する人がひとりで悩まないための講座～後悔しない老人ホームの選び方

▶日時:9月25日(金)午後2時～4時
 ▶場所:ココネリ3階 ▶内容:講義 ▶講師:介護・医療ジャーナリスト/長岡美代 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話または区ホームページ「電子申請」で在宅養係 ☎5984-4597

講座・催し



上映会えーるシネサロン「ビリーブ 未来への大逆転」

▶日時:9月12日(土)午前10時～午後0時15分 午後2時～4時15分
 ▶場所:男女共同参画センターえーる ▶定員:各20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上映会名(ⒶⒷの別も)②氏名③電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010
 Eメール oubo@nerima-yell.com
 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員各6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢を、8月28日(金)までにお知らせください。

勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館 ▶申込:11月9日(金)23日(火)までに電話で同所 ☎3923-5511

1 手軽でおいしい中国料理

▶日時:9月16日(水)午前10時30分～午後0時30分 午後1時30分～3時30分 ▶献立:ナスの四川風炒め煮、ニラの包み焼きなど ▶講師:中国料理研究家/齊藤朝子 ▶定員:各14名(先着順) ▶費用:2,000円

2 就労支援講座「自己肯定感・自己効力感の身に付け方」

▶日時:9月18日(金)午後6時～8時 ▶講師:2級キャリア・コンサルティング技能士/萩原一郎 ▶定員:15名(先着順)

3 ライフプラン講座「老後のマネープランを考える」

▶日時:9月19日(土)午後2時～4時 ▶講師:社会保険労務士/平尾啓泰 ▶定員:15名(先着順) ▶費用:200円

スポーツ



初心者スポーツ教室

●アクアエクササイズ

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く) ▶日時:9月28日～11月16日の毎月曜午後7時30分～9時30分【10月12日、11月9日を除く。6日制】

▶場所:三原台温水プール ▶定員:30名(抽選) ▶保険料:228円 ▶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、8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

●ワンポイント水泳指導(9月分)

▶対象:個人利用の方 ▶プール入場料:1時間につき小中学生100円・一般200円 ▶申込:プール内で申し込み

場所・問合せ	日時
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	月・火曜 9:00～11:00
平和台体育館 ☎5920-3411	火曜 9:00～11:00
三原台温水プール ☎3924-8861	火曜 11:00～13:00
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651	水曜 9:00～11:00
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 11:00～13:00

※祝日、休館日は実施しません。
 ※講習会などで実施しない場合があります。

ねりま防災カレッジ 女性防災リーダー育成講座

「災害時のやさしさ」をテーマに、さまざまな立場の方にも分かりやすく情報を伝える方法や、より良い避難生活を送るための他の被災者への思いやりについて学びます。 ▶対象:女性 ▶日時:10月3日(土)・10日(土)・17日(土)午前10時～正午【3日制】 ▶場所:防災学習センター ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話またはファクス、区ホームページ「電子申請」で

①講座名②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、9月26日(土)までに同所 ☎5997-6471 FAX 5997-6472 ※保育室(未就学児対象。定員10名。保険料1人1回50円)を利用したい方は、お子さんの年齢・性別もお知らせください。



二次元バーコード

9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 ▶内容:病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談	豊北	8(水)・29(水) 13:00～15:00 10(水)・15(水) //
	光光	8(水) 13:30～15:15 24(木) 9:30～11:15
	石石	3(木) 13:30～15:30 24(木) 9:00～11:00
	大関	15(水)・29(水) 13:00～15:00 7(月)・28(月) 9:00～11:00
禁煙に関する相談 ▶内容:禁煙外来を行っている医療機関の紹介など	大関	15(水)・29(水) 13:00～15:00 7(月)・28(月) 9:00～11:00
心身障害者(児)歯科相談	つ	5～26の毎土曜 13:00～16:30
◆こころの健康相談 ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどで困りの方、精神疾患の方や家族	豊豊	11(金) 9:30～12:00 17(木) 14:00～16:15
	豊豊	30(水) 13:30～16:30
	北北	28(月) 14:00～16:00
	光光	2(水) 14:10～15:40 10(水) 14:00～15:30
◆うつ相談 ▶対象:気持ち沈む・悲観的になるなどで困りの方や家族	大関	15(水) 14:00～16:00
	大関	24(木) 14:30～16:00
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	北北	16(水) 14:00～16:00
	石石	9(水) //
◆思春期・ひきこもり相談 ▶対象:ひきこもりと思われる方の家族(◎は、家族グループ相談のみ)	豊豊	16(水) 14:00～16:15
	豊豊	23(水)◎ 14:00～16:00
	光光	30(水) 14:40～16:20
◆大人の発達障害相談 ▶対象:18歳以上で発達障害と思われる方	石	14(月) 14:00～15:20
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ▶対象:依存症などで困りの方や家族	豊豊	2(水) 9:45～12:00
	石石	24(木) 9:00～10:30
HIV(エイズウイルス)即日検査(匿名)	豊	11(金) 9:00～10:00
認知症相談 ▶対象:もの忘れなどで困りの方や家族	25カ所の地域包括支援センターで実施(要予約)。詳しくは、在宅養係 ☎5984-4597	

豊北保健相談所 ☎3933-9922
 北保保健相談所 ☎3933-1134
 光が丘保健相談所 ☎5997-7742
 石神井保健相談所 ☎3999-6772
 大泉保健相談所 ☎3922-1063
 関保保健相談所 ☎3929-5381

つ:練馬つじじい歯科診療所 ☎3999-9956
 ※は事前に担当地域の保健相談所へご相談ください
 (担当地域は、わたしの便利帳「あなたを受け持つ窓口」をご覧ください)
 ※診断書の発行ができる医療機関については、医療連携センター ☎3999-7012 へお問い合わせください。

小中学校特別支援学級見学会

来年4月に小中学校の特別支援学級(知的障害学級)への就学や転学を考えている方を対象に、見学会を開催します。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来年度の就学予定でない方は参加できません。

▶申込:当日会場へ ▶問合せ:就学相談係 ☎5984-5664

学校名	見学会の日時
旭丘	9/25(金) 8:50～11:30
豊玉第二	9/9(水) 8:50～11:30
開進第二	9/17(木) 8:45～11:30
北町	10/9(金) 8:45～11:25
練馬第三	9/14(月) 8:50～11:30
練馬東	9/4(金) 8:50～11:30
光が丘春の風	9/23(水) 8:30～11:10
光が丘第八	10/6(水) 8:45～11:25
石神井西	9/29(水) 8:50～11:35
上石神井北	9/1(水) 8:45～11:25
谷原	9/16(水) 8:50～11:30
大泉	9/18(金) 8:55～11:35
大泉第三	9/8(水) 8:45～11:25
大泉東	9/28(月) 8:40～11:25
大泉学園	9/11(金) 8:30～11:10
南田中	10/1(木) 8:45～11:25
旭丘	9/7(月) 8:45～11:35
中村	9/23(水) 8:45～11:35
練馬	10/1(木) 8:50～11:40
光が丘第三	10/7(水) 8:45～11:35
石神井	9/14(月) 8:50～11:40
南が丘	9/16(水) 8:35～11:25
谷原	9/1(水) 8:45～11:35
大泉	9/2(水) 8:35～11:40

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。

8/30(日)~9/5(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を約40点展示します。

▶日時:8月30日(日)~9月5日(土)午前10時~午後5時 ※31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



昨年の様子

練馬区民によるフェイスブックページ 「よりどりみどり練馬」連載 46

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

としまえんでの最後の夏の思い出を作ろうと多くの家族連れでにぎわっていました。



7月25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

◆旭出学園(特別支援学校) 学校説明会・進学相談会 ▶日時:④幼稚園・小学部…9月17日(木)午前9時30分~午後0時30分 ⑤高等部…18日(金)午前9時~午後0時30分 ⑥オープンスクール(全学部対象)…19日(土)午前9時30分~11時30分 ⑦中学部…24日(木)午前9時~正午 ⑧高等部専攻科…28日(月)午前9時~正午 ▶申込:電話またはファクス、電子メールで①学校説明会(④~⑥の別も)②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎3922-4134 FAX 3923-4009 Eメール miki-1950@asahide.ac.jp

◆練馬区水泳連盟秋の教室 ▶対象:18歳以上の方 ▶定員:各40名(抽選) ▶申込:往復ハガキで①教室名(1~4の別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、11月10日②18日③11日(必着)までに〒178-0065西大泉3-23-11練馬区水泳連盟・佐竹 ☎6795-3414(問い合わせは木曜を除く午後6時~9時)

■泳法講習会 ▶日時:9月24日~11月19日の毎木曜午前11時~午後1時[9日制] ▶場所:大泉学園町体育館 ▶費用:9,900円

■上石神井水中ウォーキング ▶日時:10月2日~12月25日の毎金曜午前11時~午後1時[10月30日を除く。12日制] ▶場所:上石神井体育館 ▶費用:1万1880円

■2期中村南水中ウォーキング ▶日時:

9月28日~12月28日の毎月曜午前11時~午後1時[第2月曜、11月23日を除く。10日制] ▶場所:中村南スポーツ交流センター ▶費用:5,000円

■3期中村南水中ウォーキング ▶日時:来年1月4日~3月22日の毎月曜午前11時~午後1時[第2月曜、2月1日、3月1日を除く。7日制] ▶場所:中村南スポーツ交流センター ▶費用:6,930円

◆国立競技場から秋の靖国通り・外堀通りを神楽坂まで歩く ▶日時・場所:9月26日(土)午前9時都営大江戸線国立競技場駅集合~靖国通り~外堀通り~神楽坂下~正午JR飯田橋駅解散(約6km) ▶保険料など:500円 ▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、9月2日(必着)までに〒177-0032谷原4-15-12 練馬区ウォーキング協会・鯉淵 ☎5372-1559(問い合わせは午後3時~6時)

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

◆子どもの個性を伸ばすママになる! ▶対象:小学生以下のお子さんの保護者 ▶日時:9月15日(木)午前10時30分~正午 ▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶定員:100名(先着順) ▶申込:電話でこねくとついで事務局 ☎070-2263-5091(平日午前9時~午後5時)

ねりま遊遊スクール

◆ハイハイからのママとあそぼう リトミック&アート ▶対象:7カ月以

上の未就学児と保護者 ▶日時:9月6日(日)午前10時30分~11時30分 ▶場所:立野地区区民館 ▶定員:13組(先着順) ▶費用:1組500円 ▶申込:電話でリトミックサークルチャチャチャ・藤木 ☎3929-6601(午後8時~10時)

◆親子でリトミック ▶対象:①1~2歳児と保護者②4カ月~1歳6カ月児と保護者 ▶日時:9月22日(祝)①午前9時40分~10時40分②午前11時~正午 ▶場所:早宮地域集会所 ▶定員:各9組(先着順) ▶費用:1組100円 ▶申込:電話でキラキラプロジェクト・戸ヶ崎 ☎080-4426-2295

◆スポーツなど ▶申込:A~C日 当日会場へD電話で日本テニス協会練馬区連盟・庄司 ☎090-3517-2021(正午~午後1時) E電話でSSC平和台 ☎5921-7800 ※未就学児は保護者同伴。 ※A~Dは保護者の参加可。

■桜台体育館 ▶対象:5歳児~中学生 ▶日時:9月5日(日)①午前9時15分~10時45分②午前10時~11時45分 ▶内容:①ダブルダッチ②スラックライン ▶定員:各20名(先着順)

■日光が丘体育館 ▶対象:小学生 ▶日時:①9月5日(日)②③12日(土)午前9時~正午 ▶内容:①ストーンペインティング②キッズフットサル③キッズチアダンス ▶定員:①15名②30名③40名(先着順) ▶保険料:50円

■大泉学園町体育館 ▶対象:3歳児~中学生 ▶日時:9月19日(土)午前9時30分~11時30分 ▶内容:マット運動、跳び箱、トランポリンなど ▶定員:30名

(先着順) ■大泉学園少年野球場 ▶対象:3歳児~小学生 ▶日時:9月19日(土)午前10時~正午 ▶内容:ティーボール ▶定員:30名(先着順)

■平和台体育館 ▶対象:4歳児~小学2年生と保護者 ▶日時:9月19日(土)①午前10時~11時②午前11時~正午 ▶内容:ヨガ ▶定員:各10組(先着順)

■上石神井体育館 ▶対象:4歳児~小学生 ▶日時:9月26日(土)午前9時20分~11時45分 ▶内容:跳び箱、鉄棒、トランポリンなど ▶定員:40名(先着順)

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。

■対話的講演会「生老病死と介護を語る 人は人として存在するだけで尊い」 9月12日午後1時30分~4時 石神井公園区民交流センター 講師(社福)小田原福社会長/時田純 資料代500円 対話的講演会準備委員会・入江 ☎090-2642-0435

■英会話サークルフジフラワー無料体験会 50歳以上の初心者の方対象 8月25日午後1時20分~2時20分 生涯学習センター 外国人講師が指導 笠原 ☎070-3519-7394(要予約。平日午後3時まで)

■日光が丘公園サービスセンター ▶対象:小学生 ▶日時:9月26日(土)午前10時~正午 ▶内容:木工細工 ▶定員:30名(先着順) ▶保険料:50円

朝・夕・青空市

◆江古田いちば通り商店街 ▶日時:8月25日(火)、9月1日(火)午前10時~午後7時 ▶問合せ:目黒 ☎3994-8068

◆光が丘IMA南館前 ▶日時:8月30日(日)午前10時~午後4時 ▶問合せ:畠 ☎090-4374-3888

■高齢者水泳体験会(水泳・水中歩行・体操) 60歳以上の方対象 ①9月4日②11日③18日午前11時~午後1時 平和台体育館 ①~③とも保険料100円 シルバースイミングクラブ平和台・かねこ ☎080-3461-1108(要予約。午後1時~7時)

■第53回さきもりの会(患者会、講演会「大病予防のコツ」) 9月19日午後1時30分~4時30分 ココネリ3階 参加費無料 例会…毎月第3土曜午後1時30分から ココネリ3階 年会費1,000円 初回は無料体験可 やまざき ☎ FAX 6913-3131 Eメール admin-pip@sakimori-w.jp(要予約)

■ストレッチ・軽い筋トレ・リズム体操クラブ 50~70代の方対象 毎水曜午後7時30分~9時 光が丘地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 タブセ ☎6763-6777(午後3時以降)

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。

介護付有料老人ホーム

コンシェル徳丸 9月4日(金)・5日(土)個別見学会開催

核家族化や高齢化が進む日本では、今後ますます需要が見込まれる高齢者住宅。老後の過ごし方や住まいの選択肢が幅広くなっている今、自分や親が安心感のある暮らしができる住まいを探すために、早めの対策を考える必要があると言えます。

全国50拠点93事業所で介護事業を展開する「リエイ」が運営する板橋区徳丸の自然豊かな住環境が魅力の介護付有料老人ホーム「コンシェル徳丸」では、9月4日(金)・5日(土)に施設の雰囲気や設備を個別に見学できる送迎付きの見学会を開催します。

同社の介護サービスシリーズの中で、最も上質な「住環境」と「サポート」で自分らしい生活を送ることができる「ハイグレード・サービスレジデンス」のひとつである同施設。元気なうちから介護が必要になっても、上質で快適な日常を送るために「人」を想う3つの視点である「ゆとり・やすらぎ・おもてなし」を提供してくれます。個別に見学できるこの機会に気軽に参加を。参加ができない人のために資料請求も受け付けています。

●日時 ▶9月4日(金)・5日(土)①10:30~②13:00~③14:30~※希望の時間を伝えて申し込みを
●集合場所 ▶①都営三田線「高島平」駅 ②東武東上線「成増」駅 ③都営大江戸線「光が丘」駅④現地集合※無料駐車場有り

●会場 ▶コンシェル徳丸 板橋区徳丸7-17-1(都営三田線「高島平」駅徒歩 約17分)

●見学会の申し込み・資料請求 ▶見学会事務局(フジサンケイ企画内) ☎0120-505-470 10:00~17:00 無休



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**

通勤・通学・お買い物に! シェアサイクルを利用してみませんか

ココが便利!

- 電動アシスト付き自転車だから、楽に移動ができる!
- 借りた場所に返さなくてOK!
サイクルポートであればどこでも返却できます。
- 利用前に会員サイトから予約ができる!

複数のサイクルポート(自転車置き場)で、いつでもどのポートでも自転車の貸し出し・返却ができます。区では来年の3月まで社会実験を行っています。ぜひご利用ください。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、自転車のご利用前後に手洗いや消毒を行ってください。▶問合せ:自転車対策係 ☎5984-1993



光が丘地区	
1 光が丘駅前広場	8 セブン-イレブン 練馬高松6丁目店
2 ホテルカデンツァ光が丘(1日パス販売所(有人))	9 ローソン 練馬旭町一丁目店
3 四季の香公園	10 月見大橋下
4 春の風公園	11 むつみ台
5 夏の雲公園	12 ファミリーマート 高松六丁目店
6 秋の陽公園	13 ファミリーマート 練馬土支田二丁目店
7 土支田一丁目(笹目通り)	14 ファミリーマート 練馬高松五丁目北店

大泉・石神井・上石神井地区	
15 総合体育館	32 NPC24H大泉学園南口パーキング
16 ファミリーマート 高野台二丁目店	33 ウインドヒルズ189
17 上石神井駅北第三自転車駐車場(1日パス販売所(無人))	34 セブン-イレブン 練馬南大泉5丁目店
18 ファミリーマート 石神井台七丁目店	35 大泉学園駅北口
19 石神井図書館	36 ファミリーマート 練馬東大泉四丁目店
20 ファミリーマート 石神井台二丁目店	37 ファミリーマート 南大泉六丁目店
21 ファミリーマート 練馬富士見台店	38 セブン-イレブン 練馬東大泉NTTビル店
22 ファミリーマート 練馬高野台一丁目店	39 リヴィンオズ大泉店
23 石神井公園駅南口	40 セブン-イレブン 練馬石神井町8丁目店
24 石神井松の風文化公園	41 セブン-イレブン 練馬インター店
25 ファミリーマート 練馬石神井町八丁目店	42 こぐれの森緑地
26 NPC24H東大泉第6パーキング	43 ファミリーマート 練馬大泉町一丁目店
27 勤労福祉会館	44 ファミリーマート 大泉学園町四丁目店
28 パークサイド石神井	45 ファミリーマート 大泉長久保通り店
29 ファミリーマート 石神井台六丁目店	46 サントピアテニスパーク
30 ファミリーマート 練馬西税務署前店	47 上石神井2丁目
31 大泉学園駅南口	

シェアサイクルを利用するには



まずは会員登録

運営会社「ドコモ・バイクシェア」のホームページ(<https://docomo-cycle.jp/nerima/>)で、会員登録ができます。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。



二次元バーコード

料金表(税抜き)

	月額会員	1回会員
基本料金	2,000円/月 (1回ごとに最初の30分無料)	最初の30分 150円
延長料金	30分ごとに100円	
支払方法	クレジットカード、ドコモ払い	

1日パスも購入できます

会員登録は不要です。1日パス販売所やコンビニ、インターネットからも購入できます。
▶料金:1,500円▶支払方法:クレジットカード、交通系ICカード、現金 ※有人窓口の場合、支払方法は現金のみで、専用ICカード発行料として+500円。



二次元バーコード

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。

お庭の事なら個人邸専門の
~(株)庭屋中村へ~

※見積無料 ☎0120-194-284 (株)庭屋中村
〒352-0017 新座市菅沢2-11-11

植木剪定1本の高さと値段 (1~3m未満) 3,000円 (3~4m未満) 6,000円 (4~5m未満) 8,000円	造園・土木作業の価格の目安 (コンクリートうち) 1㎡/8,000円 (ブロック3段積) 1㎡/11,300円 (白砂利敷き) 1㎡/3,000円
---	--

造園1級施工管理士 中村 健人

詳しくは! (株)庭屋中村 検索

- ・親切、丁寧な対応をお約束いたします
- ・植木1本でもお伺いさせていただきます
- ・小さなお庭づくりもお任せ下さい
- ・1級施工管理士・女性庭師がご相談に乗ります

ねりまプレミアム付商品券 取扱店

表替え ¥4,700~	新畳 ¥11,200~	裏返し ¥3,800
----------------	----------------	---------------

即日仕上げ 朝引き取り→夕方納品

防虫シート・竹炭シート 取扱 見積り無料!!

★重たい家具の移動 無料
★仕上げの拭き掃除 無料

有限会社 白澤畳店

ご注文 0120-75-1153
お問い合わせ

詳しくはホームページへ <http://www.shirasawa-tatami.co.jp> 練馬区旭丘1-63-6

広告 使わなくなったテレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコンの家電リサイクル回収承ります

お申込みは Webかお電話で

練馬電機商会(株式会社サン・クリーン)
〒176-0012 東京都練馬区豊玉北4-1-3 ☎03-3994-1422
<https://nerimadenkisyoukai.net> FAX 03-3994-1357

誰もが輝ける 職場に

～9月は障害者雇用支援月間

テニススクール「トップインドアステージ氷川台」を運営する高木工業(株)では、多くの障害のある方を雇用しています。この会社が目指すのは「障害のある方が長く働ける環境づくり」。勤続14年を迎える清水道子さん(=写真中央)は、レインボーワークの支援を受けながら、清掃員として生き生きと働いています。今回、障害者雇用を担当する相澤輝雄さん(=写真右から2人目)に障害のある方が働きやすい環境づくりについてお話を伺いました。



目標は障害者が長く働ける職場

「トップインドアステージ氷川台」は、人材派遣なども行う高木工業(株)のスポーツ事業部門です。障害者雇用を始めた当時の統括部長の「法定雇用率をクリアできるように全力で取り組もう」という強い決意のもと、障害者雇用推進グループを立ち上げました。現在は会社全体で44名、氷川台では2名の障害のある方が働いています。

せっかく働いてもらうなら長く雇用したいというのが会社の思い。そのために、じっくりと時間



人事部障害者雇用推進グループ長・相澤さん

をかけて指導しています。清水さんが入社以来続けているのが「チャレンジド チェック表」。清掃の仕上がりだけでなく、対人関係や言葉遣いなど社会人としてのマナーができていないかを「○」「×」で自己評価してもらい、私がコメントを返しています。初めは「×」がたくさんありましたが、アドバイスや励ましの言葉がモチベーションになったようで、今では全部が「○」です。できないことがあっても、やりがいを損なわず、仕事が楽しいと思えるように工夫しています。

レインボーワークの担当者も一緒に「チャレンジド チェック表」を確認しながら、良かったことや不安に感じていることなどについて定期的に清水さんと面談をしてくれます。私や社員に清水さんの仕事の様子を聞いてアドバイスをくれるので、双方にとって働きやすい環境がつけられています。

仕事が楽しいと思える環境づくり

当社は、障害の有無に関わらず、みんなが働きやすい環境を目指しています。障害者雇用を理解のある社員が多く、積極的にサポートしてくれる

人もいます。周りの社員が自然に受け入れてくれる環境からか長く働く方も増加。清水さんもその一人です。掃除が得意な彼女が懸命に働く姿はスクールの生徒さんにも評判が良く、彼女も「皆さんに褒められてうれしい」「仕事が楽しい」と話してくれます。

一定の支援があれば企業で働ける方はたくさんいます。そのような方が一緒に働けるように、障害者の新しい雇用の場を創出していきたいです。今後も清水さんのように、長く、楽しく働ける環境づくりを進めていきます。



丁寧に清掃の仕事をされる清水さん

レインボーワークは障害者の“働く”を支援します

障害者・事業主をさまざまな形でサポート

練馬区障害者就労支援センター(レインボーワーク)では、障害者や障害者を雇いたい事業主に対し、職場選びや安心して働ける環境づくりのお手伝いをしています。

問合せ **レインボーワーク** ☎3948-6501 FAX 3994-1224

障害のある方へ

- 職業相談や就職活動サポートなどその人に適した就労を支援
- 個別面談や企業への訪問など仕事を続けるための支援

事業主へ

- 障害者雇用の進め方、職場環境づくりのアドバイス
- 利用できる制度・補助金などの情報提供

※共同受注窓口として、封入や印刷などの仕事の依頼を取りまとめ、福祉施設へ振り分けを行っています。

障害者雇用支援月間の催し

●働く障害者パネル展

- ▶ 日時: 9月1日(火)～15日(火)午前9時～午後5時(15日は午後3時まで)
- ▶ 場所: 区役所アトリウム

●障害者施設 自主生産品販売会

- ▶ 日時: 9月16日(水)・17日(木)午前10時～午後2時
- ▶ 場所: 区役所アトリウム



●講演会「十人十職～ひとりひとりが生き生きと働くために」

- ▶ 日時: 9月25日(金)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: SAKURA池袋センター/湯村貴文 ▶ 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氏名③電話番号④参加人数⑤手話通訳や要約筆記、点字資料の希望の有無を、レインボーワークへ