

手洗いの徹底、マスクの着用、こまめな換気、「密閉」「密集」「密接」の回避などを心掛けましょう。



練馬区長
前川 耀男

あけましておめでとうございます

新春を迎え、皆さま、今年にける決意を新たにしていच्छることと思います。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が、世界中で猛威を振るった年となりました。練馬区で

も多数の感染者を出し、区民の皆さまの生活に甚大な影響を与えています。

区は、感染拡大の防止と医療提供体制の充実、区民・事業者への支援、社会インフラの維持など、国や都と連携し、対策を進めてきました。今も収束は見通せず、予断を許さない状況が続いています。引き続き、区民の皆さまの命と健康を守り、日々の暮らしを支えるため、全力で取り組んでまいります。

今年は、皆さまと力を合わせて、新型コロナウイルス感染症を乗り越える年にしていきたいと思っています。お力添えを心からお祈り申し上げます。



練馬区議会議長
小泉 純二

区議会を代表し、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。本年が区民の皆さまにとって、幸多い年となりますよう心からお祈り申し上げます。

新型コロナウイルス感染症は、全世界で猛威を振るい、人々の健康や生活、社会経済活動に深刻な影響を与えています。

区においても、危機的な財政状況が見込まれる中、全ての事業について見直しを行い、歳出の削減に取り組むことが必要です。そして、区民の皆さまの健康と生活を守るため真に必要な事業については、臨機応変にかつ時機を逸することなく実施していくことが重要です。

区議会といたしましては、旧来の発想にとらわれることなく、真剣かつ活発な議論を通じて、課題に迅速・的確に対応し、誰もが安心して希望を持って暮らせるよう全力を注いでまいります。

今後とも区議会へのご理解とご支援をお願いいたします。

毎日笑顔で過ごせますように

～応募いただいた写真を紹介！

昨年新型コロナウイルスの影響で日常が大きく変化した1年でした。「今年は笑顔あふれる1年になりますように」という願いを込めて、11月1日号で募集したお子さんの写真をお届けします。写真は120件を超える応募がありました。たくさんの応募、ありがとうございました。▶問合せ:広報係 ☎5984-2690 FAX 3993-1194



きょうだいなかよし!

あかちゃんかわいい!

Cute

だいすき♡

おそろいだよ!

おたんじょうびおめでとう 🎂

2さいになったよ!

HAPPY BIRTHDAY

おいしいものだいすき 😊

GOOD!

おおきいスイカ!

おいし〜い!

CUTE ♡

かぶりものおしゃれでしょ

ヒヒーン!

鏡餅のぼうしだよ!

家族みんな毎日笑顔! ~“笑顔で過ごせる秘訣”を紹介😊

区内に住む5組のご家族に、今年の目標や笑顔で過ごすための秘訣を伺いました。

大石さんファミリー

下石神井在住



大変なことがあっても娘がいるおかげで頑張れます。まさに、娘がいるところが私のパワースポット!娘は東京ディズニーリゾートに行ったり、動画を見てダンスをしたりすることが好きです。今年も2人で笑って過ごしたいです。

笑顔になれるイベント

照姫まつり



娘は稚児童姫として照姫行列に参加したことがあります。本人は、目立つことは恥ずかしいようですが、私としてはいつか照姫姿の娘を見てみたいです。

笑顔になれる場所

石神井公園



自然が多く、散歩もしやすいので気に入っています。区外では、何ととっても東京ディズニーリゾート!キャラクターや、音楽に癒やされます。

ねりまのココが好き♡

区の職員の方が親切なところ。ひとりで子育てをすることになったとき、とても親身に对应してくれました。娘の成長や毎日楽しく過ごしていること、「今、幸せです」と伝えたいです!

関さんファミリー

中村在住



新型コロナウイルスの影響で在宅勤務が増えた分、家族で過ごす時間が増えました。今年も一緒に過ごす時間を作り、9月に生まれた娘の成長を瞬たりとも見逃さないようにしたいです。夫婦の目標はダイエットと筋トレです(笑)。

笑顔になれること

ねりコレ店巡り



練馬のイチオシ商品が楽しめる「ねりコレ」を巡っています。ねりコレがきっかけで、近所のお店を開拓しました。娘が成長したら、遠いお店にも行きたいです!

ねりまのココが好き♡

住環境がいいところです。近所に商店街や公園が多くあり、ちょっとした散歩も楽しめます。交通の利便性もいいところも魅力的です。また、子育て世代が多く、安心して生活できます。

笑顔になれるもの

写真



娘の写真を撮ることに熱中しています。季節感を大事にしなが、成長を記録しています。将来、一緒にその写真を見て、愛情が伝わればいいなと思います。

原さんファミリー

光が丘在住



全員、運動が大好きです。公園を巡り、10km歩いたことがあります。虫や珍しい草木を見つけるなどウォーキングならではの発見がありました。今は、家族でテニスに夢中です。たくさん運動をして健康な1年を過ごしたいです。

笑顔になれる場所

光が丘公園



バードサンクチュアリで鳥を見つけたら、テニスをしたりいろいろな楽しみ方ができます。図書館も近くにあり、公園で遊んだ後、本を借りるのが定番です。

笑顔になれること

果樹あるファーム



区内でキウイ狩りができると知り、家族で行きました。想像以上に甘くて驚きました。ブルーベリー狩りは毎年行っています。次はミカン狩りに挑戦したいです!

ねりまのココが好き♡

果物の摘み取りや大根の引っこ抜きなど、都会なのにさまざまな体験ができる場所です。少し歩けば豊かな自然と出会える環境も魅力的で、直売所もよく利用します。

大川さんファミリー

大泉学園町在住



新型コロナウイルスの影響がある中、3人の子どもを連れての旅行は簡単ではありませんが、旅行を通じて子どもの成長を感じたいです。旅先で手に入れた食材を使って、おいしい料理を作り家族で食べたいと思っています。

笑顔になれるもの

手作りのピワの葉茶



子どもと一緒に庭のピワの葉を摘んでお茶を作っています。子どもたちには勉強だけでなく、体験で得られる知識も身に付けてもらいたいです。

ねりまのココが好き♡

身近にみどりが多くあるところです。娘は、植物にもあいさつをする心優しい子に成長しています。区民農園で野菜作りにも挑戦し、夏には作ったトマトを丸かじりしました!

笑顔になれる絵本

「もいもい」



子どもの視線をくぎ付けにする評判の絵本「もいもい」を娘も気に入っています。キャラクターのぬいぐるみも手作りしました。

西元さんファミリー

石神井町在住



石神井公園で元気いっぱい遊んでいる娘は、489gというとても小さな体で生まれました。今年七五三の年なので、健康に毎日過ごし、夫が七五三をした奈良県の春日大社にお参りに行くことが目標です。

笑顔になれる場所

石神井公園ふるさと文化館



館内にある「エン座」のうどんがお気に入りです。館では「作品作りカード」を配布していて、石神井公園でどんぐりを拾い、家族で作っています。

ねりまのココが好き♡

福祉サポートが充実しているところです。福祉関係の手続きでは保健師さんが何度も同行してくれました。練馬産の採れたて野菜が身近で手に入るなど、いい意味で都会過ぎないところも好きです!

笑顔になれる絵本

図書館の布の絵本



図書館のボランティアの方が製作した布の絵本は、パーツの取り外しができて、娘も楽しんでます。図書館に布の絵本が充実していてうれしいです。



成人の日のつどい

～新型コロナウイルス対策を行い、2会場・2部制で実施

1/11祝

練馬文化センター、南町小

▶対象:平成12年(2000年)4月2日～13年(2001年)4月1日に生まれた区内在住の方 ▶日時:1月11日(祝)①午前11時から②午後2時30分から ※受け付けは、①午前10時15分から②午後1時45分から。▶問合せ:育成支援係 ☎5984-1292

会場・時間を確認し来場してください

感染拡大の防止にご協力ください



「新成人スタッフ」の皆さん

中止になる場合は、区ホームページやツイッターでお知らせします。

二次元
バーコード



案内状が
緑色の方
練馬文化センター

案内状が
オレンジ色の方
南町小

※時間は ①午前11時から ②午後2時30分からの2部制です。

感染症の拡大防止のために

- 来場前に検温を行ってください。
- マスクを着用してください。
- かぜ症状がある場合、身近に感染が疑われる方がいる場合は来場を控えてください。
- 式典の時間を短縮します。
- 会場やその周辺では密集、長時間の滞在をご遠慮ください。
- 会場内での飲食、会場外での大人数や長時間に及ぶ飲食は控えてください。
- 厚生労働省の接触確認アプリ「COCOA」を活用してください。



二次元
バーコード

1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。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、診療内容や診療体制を変更する場合があります。事前に各機関に電話で確認してください。

▶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。	1日(祝)～4日(月)・日曜・祝休日の 10:00～11:30、13:00～16:30、 18:00～21:30 土曜の18:00～21:30 平日の20:00～22:30 (こどもクリニックのみ)
内科・小児科 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	※予約不要。 ※混雑により、お待ちいただく ことや、受付・診療時間を変 更する場合があります。
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	※15歳以下の方は保護者同伴。 ※換気のため室内が寒くなるの で、暖かい服装でお越しくだ さい。
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	1日(祝)～3日(月)・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:1月1日(祝)～3日(月)・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
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262

●歯科休日診療当番医療機関

当日、事前に電話で連絡してください。

▶診療時間:午前9時～午後5時

1日(祝)	はすいけ歯科医院(富士見台4-44-2)	☎3990-1188
	富村歯科医院(石神井台8-22-1)	☎3922-1023
2日(土)	山本歯科医院(北町1-5-17)	☎3937-1322
	岩田歯科医院(石神井町3-24-7)	☎3996-0269
3日(日)	しのぶ歯科クリニック(田柄5-5-21)	☎3825-0414
	タロウ歯科(上石神井2-23-17)	☎5991-8002

●年始当番薬局

▶受付時間:午前10時～午後5時

1日(祝)	武蔵堂ファーマシー薬局(旭丘1-76-3)	☎3951-0861
	日の丸薬局(貫井2-5-5)	☎3990-5397
	アイセイ薬局東大泉店(東大泉6-34-47)	☎5947-7158
	リヴィン光が丘調剤薬局(光が丘5-1-1)	☎3976-0165
2日(土)	日本調剤練馬旭丘薬局(旭丘1-20-7)	☎6909-0701
	日の丸薬局(貫井2-5-5)	☎3990-5397
	アイセイ薬局東大泉店(東大泉6-34-47)	☎5947-7158
	イオン薬局練馬店(光が丘5-1-1)	☎3976-3821
3日(日)	武蔵堂ファーマシー薬局(旭丘1-76-3)	☎3951-0861
	みとよ堂薬局(中村1-6-15)	☎3970-9839
	アイン薬局練馬店(高野台3-11-12)	☎5910-6020
	雄飛堂薬局光が丘IMA店(光が丘5-1-1)	☎3976-7511

●テレホンサービス

●東京消防庁救急相談センター

「病院へ行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったら…」

携帯電話など ☎#7119

ダイヤル回線 ☎3212-2323

●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(祝)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
	小池接骨院(西大泉1-33-4)	☎3923-3044
2日(土)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
3日(日)	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
	マキノ接骨院(練馬4-26-11)	☎5999-3776
	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
10日(日)	杏文接骨院(氷川台3-29-4)	☎5920-2121
	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)	☎5848-8034
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
11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
	市毛接骨院(関町南2-2-6)	☎3928-0346
17日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
24日(日)	あかつ接骨院(豊玉中3-13-14)	☎3991-9303
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	学園通り整骨院(大泉学園町4-23-8)	☎5387-3560
31日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789

新型コロナウイルス感染症の相談窓口

東京都発熱相談センター

☎5320-4592
(毎日24時間)

発熱や咳、息苦しさなど気になる症状があり、受診先をお探しの場合は、東京都発熱相談センターにお電話ください。症状や経過を伺い、受診可能な医療機関を案内します。