

ねりま Nerima 区報

よりどりみどりねりま

⇒ 11/21 令和3年 (2021年)

第1954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/>

11/21 公衆浴場で
ちんぴの湯

「ちんぴ」はみかんの皮を乾燥させたもので、この時期にぴったりの季節湯です。



※小学生以下は無料。保護者同伴。

©2011 練馬区ねり丸

そうだ！ 銭湯に行こう



問合せ 中小企業振興係 ☎5984-1483 FAX 5984-1902

2・3面へ続く

※撮影のためマスクを外しています。

5階の窓から



練馬区民のコロナ感染は、昨年3月5日に陽性が確認された方が最初です。今回の第5波で8月12日に記録した304人が最多であり、その後10月11日に0人となりました。今は、ほぼ0人の日が続いています。この間、真に残念ながら、102人の方が亡くなられました。改めて、深く哀悼の意を表し、現在も療養されている皆様の一日も早い回復を祈念申し上げます。

増減は、国全体で見ても同じ傾向です。8月20日の2万5975人をピークに、今は200人前後と落ち着きました。急速に鎮静化した最大の要因がワクチン接種の急進展にあることは、大方の異論がないところだと思えます。今や日本は、先進国でもトップクラスの接種率を誇るに至りました。日本で陽性者数が急減したのは、ワクチンに加え、市民が力を合わせて、総力で立ち向かったからだと思います。ワクチン接種や治療に当たった医療関係者をはじめ、保育所・特養など福祉事業者、都市インフラや公衆衛生・産業関係者など、多くの市民が黙々と職責を果たしました。手前味噌ですが、保健所などの区職員も、公務員の名に値する仕事をしてくれました。ワクチン接種「練馬区モデル」の構築とともに、私は密かに誇りとしています。

問題はこれからです。自画自賛は驕りの印、パンデミックとの闘いで楽観論や精神論は禁物です。何処に落とし穴があるか、人類は未だ知らないのです。私は、人間が前に進む力を信じています。危機を克服するため、区民の皆様とともに、引き続き全力を尽くしてまいります。

練馬区長 前川 輝男

令和3年11月15日

区報は、朝日・産経・東京・日経・毎日・読売の各新聞に折り込んでいます。また、駅・金融機関・郵便局・公衆浴場・ファミリーマート・セブン-イレブン・西友・ライフ・サミット・ヤマダデンキや区立施設にも置いています。

【掲載内容について】 講座・大会などは、原則として区内在住・在勤(在学)の方が対象で、発行日(施設が休館の場合はその翌日)以降に申し込みができます。 ※申し込みは、1人1通です。 ※参加費など記載のないものは無料です。 ※区役所へ郵送する場合の宛先は、郵便番号(〒176-8501)と部署名のみで届きます。

銭湯で温まろう

身近な観光地!? “親子”で楽しもう!

銭湯は湯船に入る前から楽しめます。趣のある「宮造り」の外観や番台、富士山のペンキ絵など、お子さんにとって初めて見るものが多いのではないですか。年3回、未就学児2名まで無料で入れる「親子ふれあい入浴」も実施しています。親子で一緒に温まり、楽しい時間を過ごしてみませんか。

銭湯のココが好き♡

最初は緊張していた子どもも、今ではマナーを心得て楽しみながら入浴しています。銭湯は子どもの成長を感じられる場です。(貫井在住/井手さん)



宮造りの銭湯は東京近辺にしかありません(たつの湯⑤)



大迫力! 赤富士のペンキ絵を見たことはありませんか(たつの湯⑤)



魚を見ながら入れば気分はまるで水族館!?(三原台 富士の湯⑩)

自宅では味わえない“お湯”でリラックス

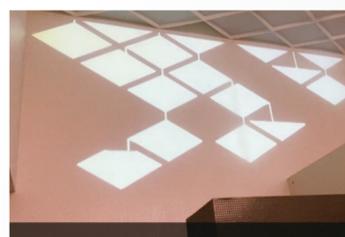
銭湯の魅力は浴槽の広さだけではなく、炭酸泉や薬湯、電気風呂など、バラエティー豊かなお湯が楽しめます。中には天然温泉や露天風呂があるところも。銭湯によってお湯が熱めだったり、ぬるめだったり、井戸水を使ったりと、湯質が違うのも魅力のひとつ。お気に入りの銭湯を見つけに出掛けませんか。

銭湯のココが好き♡

気分転換をしたいときに利用しています。その時期ならではの湯が楽しめる季節湯は、特におすすめです!(小竹町在住/新井さん)



地下1,500mまで掘削した天然温泉を露天で楽しめます(天然温泉 久松湯④)



夜は浴室の壁に映像を投影するプロジェクションマッピングも!(天然温泉 久松湯④)



週2回、薬湯が楽しめる銭湯もあります(江古田湯⑥)

季節湯を楽しもう!

12/21②・22③ ゆず湯

冬至の日にはゆず湯に入ると、風邪をひかずに冬を越せると言われています。※実施日は、浴場によって異なります。※75歳以上の方は200円で入れます。

1/2④ 正月朝湯

1年に一度だけ朝の銭湯を楽しめるお正月の恒例行事です。※開始時間は、浴場によって異なります。

銭湯の心得

- 湯船・サウナに入る前に体を洗う
- 湯船にタオルを入れない
- 脱衣所に戻るときは体を拭く
- マスクなしでの会話は控え、入浴は短時間で

※来年1月1日頃から混浴制限年齢が10歳以上から7歳以上に引き下げられます。

銭湯に行ったことはありますか。区内には銭湯が20カ所あります。寒さが厳しくなるこの季節、お近くの銭湯に行ってゆっくり温まりませんか。▶問合せ:中小企業振興係 ☎5984-1483

入浴料金	持ち物
480円 小学生180円 未就学児80円 ※11月21日現在。	せっけん、シャンプー、リンス、タオル、小銭

高齢者にとっての“安心”が銭湯に!

銭湯に行けば誰かと顔を合わせ、人とのつながりを感じることができます。また、銭湯では誰もが利用しやすいように、浴槽に手すりを付けたり、滑りにくいタイルを使ったりとそれぞれの工夫が施されています。時代とともに変化する銭湯ですが、地域のコミュニティの場であることはいつの時代も変わりません。

銭湯のココが好き♡

広々とした浴槽を楽しむために通っています。しばらく会っていない友人と銭湯で顔を合わせると、うれしいですね。(北町在住/須田さん)



館内は段差がなく、浴室は滑りにくいタイルを使用しています(ゆ〜ポッポ⑫)



入浴用の車いすで浴室に入ることができます(ゆ〜ポッポ⑫)



食事ができる休憩スペースで交流を深めませんか(貫井浴場⑩)

高齢者の方へ

お得に銭湯へ行こう! 申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

ひとりぐらし高齢者入浴証

▶対象:65歳以上でひとり暮らしの方 ※居住形態によっては、対象にならない場合があります。▶利用回数:52回まで ※申し込んだ月により異なります。▶費用:1回200円▶問合せ:高齢給付係 ☎5984-2774

いきいき健康券

▶対象:来年3月31日(休)現在75歳以上で、練馬区に住居登録をしている方▶利用回数:7回まで▶費用:1回40円▶申込期限:来年2月28日(消印有効)▶問合せ:高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722

区内公衆浴場一覧

浴場名(所在地)	電話番号	営業時間	定休日
1 江古田湯(旭丘1-17-3)	☎3953-9275	15:00~23:00	水曜
2 浅間湯(栄町38-3)	☎3991-2406	16:00~23:30、土・日曜、祝休日 15:00~23:30	金曜
3 川場湯(桜台3-15-14)	☎3991-7381	15:00~0:00	月曜 ※1
4 天然温泉 久松湯(桜台4-32-15)	☎3991-5092	11:00~23:00	火曜
5 辰巳湯(桜台4-42-2)	☎3994-2680	14:30~0:30	水曜
6 玉の湯(豊玉中1-11-12)	☎3992-0450	16:00~21:00	月曜
7 豊玉浴場(豊玉北2-7-18)	☎3992-9024	15:00~21:00、日曜8:00~12:00、16:00~21:00	金曜
8 平和湯(中村南3-11-2)	☎3990-1666	15:30~0:00	金曜
9 中村浴場(中村北3-3-11)	☎3999-2610	15:30~0:00	月曜
10 貫井浴場(貫井2-20-16)	☎3970-4126	15:00~0:00	月曜 ※1
11 北町浴場(北町2-28-13)	☎3933-0580	14:00~22:00	金曜
12 ゆ〜ポッポ(北町6-4-13)	☎3933-3564	15:00~23:00	月曜 ※1
13 桑の湯(北町8-5-2)	☎3933-5040	15:00~22:00	月曜 ※2
14 喜久の湯(小川バスマンション)(田柄2-32-20)	☎3939-0639	15:30~22:00	金曜
15 たつの湯(石神井台6-19-26)	☎3922-0753	14:00~22:00、土・日曜13:00~22:00	月曜

浴場名(所在地)	電話番号	営業時間	定休日
16 武蔵関松乃湯(石神井台7-11-1)	☎3920-4005	14:00~20:40、日曜12:00~20:40	月・火曜
17 豊宏湯(石神井町3-14-8)	☎3996-8650	15:30~23:00	木曜
18 第二亀の湯(関町北1-15-7)	☎3920-3542	12:00~23:00	月曜
19 三原台 富士の湯(三原台1-30-1)	☎3923-5811	15:00~22:00	月曜
20 美寿々湯(大泉町6-10-2)	☎3924-5010	16:00~22:30、日曜、祝休日 15:00~22:30	月・金曜 ※1

※1 定休日が祝休日の場合は営業、翌日休み。 ※2 定休日が祝休日の場合は営業。



災害時に入浴支援を行います

区と練馬区公衆浴場組合は、災害により家屋が倒壊・焼失し自宅の風呂に入浴できない方を対象に、入浴場所を提供する協定を結んでいます。▶問合せ:防災計画係 ☎5984-1327

お知らせ

皆さまからの寄付(9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	15万2000円(5件)
練馬みどりの葉っぱい基金	11万9923円(6件)
新型コロナウイルス感染症対策への支援のため	1万4000円(1件)
医療機関のため	15万8000円(6件)
国民健康保険事業のため	4万円(1件)
障害者福祉のため	10万円(1件)
人と動物の共生のため	9万3000円(11件)
大江戸線延伸の実現のため	10万円(1件)
子育て支援のため	3万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ	42万7527円(64件)

地域活動倉庫の利用団体を募集

関越自動車道高架下にあり、地域活動に使用する物品を収納するための倉庫です。使用料など詳しくは、お問い合わせください。▶**対象**:区内で活動している地域活動団体(町会・自治会・商店会を除く)▶**利用期間**:令和4年4月~9年3月▶**場所**:地域活動倉庫H区画(大泉町4-28-3)▶**募集数**:1区画(抽選)▶**申込**:地域振興課(区役所本庁舎9階)や区ホー

ムページにある申請書に必要な書類を添えて、12月3日(必着)までに地域振興課地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039

若者自立支援事業(ねりま若者サポートステーション・居場所)の家族講演会

▶**対象**:15~49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**:12月4日(土)午後1時30分~4時30分▶**場所**:ココネリ3階▶**講師**:KHJ全国ひきこもり家族会連合会/上田理香▶**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)

介護保険

平成31年~令和3年度分の保険料が未納の方へ ~催告書を11月30日(火)に発送

65歳以上で令和元年10月~3年8月分の保険料が未納の方が対象です。12月15日(水)までに納めてください。未納の場合、介護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。また、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方は、減免の対象となる場合があります。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**:資格保険料係 ☎5984-4593

税・国民健康保険

12月5日(日)に臨時納付相談窓口を開設 ~未納がある方は納付相談を

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)、国民健康保険料などの納付が困難な方を対象に、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。※納付の相談のみ。▶**日時**:12月5日(日)午前9時~午後4時
相談がなく未納の場合には、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、訪問により、納付のご案内をします。
 - 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。
- ◎**場所・問合せ**:収納課納付相談係(区役所本庁舎4階) ☎5984-4547

働く

介護の仕事を知ろう!セミナー

▶**日時**:12月14日(火)午後2時~3時30分▶**場所**:練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶**講師**:**(社福)**練馬区社会福祉事業団職員▶**定員**:40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電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、12月10日(金)まで

に同所 ☎6758-0145 FAX 5383-7421 ※同ホームページ(<https://www.nerima-carenet.jp/>)からも申し込みます。

住まい・まちづくり

西武新宿線(井荻駅~西武柳沢駅間)連続立体交差事業の環境影響評価書がご覧になれます

▶**縦覧・閲覧の期間**:11月26日(金)~12月10日(金)▶**縦覧場所**:環境課(区役所本庁舎18階)、東京都環境政策課(都庁第二本庁舎19階)▶**閲覧場所**:石神井・関区民事務所、上石神井南地域集会所、関町北・立野・下石神井地区区民館、石神井清掃事務所、関保健相談所、石神井・関町図書館 ※区ホームページでもご覧になれます。▶**区の担当**:環境規制係▶**問合せ**:東京都環境政策課 ☎5388-3406

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、地域で高齢者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**:12月10日(金)午前10時~正午▶**場所**:北町アートプラザ(北町2-35-4)▶**定員**:20名(先着順)▶**申込**:電話で光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー ☎5997-7721

事業者向け

インボイス制度の登録を受け付けています

インボイス制度(適格請求書等保存方式)とは、売り手の事業者が、買い手から求められたときに、正確な適用税率や消費税額などを請求書で伝えるものです。制度導入後、買い手が仕入税額控除の適用を受けるには、帳簿のほかに事業者が交付した請求書の保存が必要となります。

令和5年10月の制度導入に向け、事業者の登録を受け付けています。申請手続きは、e-Taxの利用が便利です。郵送でも申請できます。詳しくは、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp/>)をご覧ください。▶**問合せ**:軽減・インボイスコールセンター ☎0120-205-553(平日午前9時~午後5時)



11/26(金)~
12/10(金)

第四回区議会定例会

11月26日(金)	議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)	12月3日(金)	特別委員会
11月29日(月)~12月1日(水)	本会議(一般質問)	12月6日(月)	常任委員会
12月2日(木)	常任委員会	12月8日(水)	常任委員会、特別委員会
		12月10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。傍聴や手話通訳を希望する方は、事前にお問い合わせください。

▶**問合せ**:議会事務局 ☎5984-4732 FAX 3993-2424

新型コロナウイルスワクチン接種

2回目接種後に区へ転入した方へ ~3回目接種券の申請が必要です

3回目の接種を希望する方で、下記の①②のいずれかに当てはまる場合は、申請が必要です。区ホームページ「電子申請」で住民接種担当課へ申し込んでください。※郵送でも申請できます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

対象

- ①2回目接種後に練馬区へ転入した
- ②海外で接種をした

※他にも対象となる場合があります。



▲詳しくはコチラ

3回目接種の概要など詳しくは、12月1日号の区報でお知らせします。

接種率 8割を超えました

「練馬区モデル」の本格開始から6カ月間で、対象者の8割を超える方が2回目接種を終えました。接種を希望する方は、早めに予約をしてください。

電話予約

☎4565-0123

ネット予約

予約専用ホームページ



▲予約専用ホームページについてはコチラ



問合せ 練馬区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎5984-1633(平日午前9時~午後5時)

世帯と人口 [11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	739,115(-564)	日本人	720,116(-428)	外国人	18,999(-136)	年齢別人口		
382,249(-333)	男	358,208	男	349,294	男	8,914	14歳以下	15~64歳	65歳以上
	女	380,907	女	370,822	女	10,085	87,019(-86)	490,132(-536)	161,964(+58)

事業者向け

外遊び型子育てのひろば事業(おひさまぴよぴよ)の運営を行う事業者を募集

来年4月から外遊び型子育てのひろば事業の運営を行う事業者を募集します。事業者の選定は、プロポーザル(事業提案)方式で行います。応募する事業者は、練馬子ども家庭支援センター(豊玉北5-28-3)や区ホームページにある募集要領をご覧ください。▶問合せ:練馬子ども家庭支援センター ☎3993-8155

お休みします

〈大泉さくら運動公園多目的運動場〉…来年2月1日(火)～3月31日(木)【改修工事のため】▶問合せ:スポーツ振興課運営調整係 ☎5984-1660

子ども・教育

12月の1歳児子育て相談・1歳からの食事講習会

▶対象:おおむね10カ月～1歳4カ月児 ▶内容:歯磨き・育児・食事相談 ▶持ち物:母子健康手帳 ▶申込:電話で各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	9(木) 9:00～11:00	30名
北 ☎3931-1347	15(水) 9:00～11:00	18名
光が丘 ☎5997-7722	22(水) 9:00～11:00	18名
石神井 ☎3996-0634	13(月) 13:00～15:00	30名
大泉 ☎3921-0217	8(水) 9:00～11:00	18名
関 ☎3929-5381	16(木) 9:00～11:00	18名

12月の「赤ちゃんからの飲む食べる相談」

少人数のグループで、乳幼児のいる家庭の食事について相談できます。▶対象:0～3歳児と保護者 ▶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40分程度)	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	3(金) 9:30 @10:30 20(月) 13:30 @14:30	36組
北 ☎3931-1347	23(木) 9:30 @10:30	32組
光が丘 ☎5997-7722	17(金) 9:30 @10:30	32組
石神井 ☎3996-0634	8(水) 9:30 @10:30 14(火) 14:00 @15:00	36組
大泉 ☎3921-0217	6(月) 9:30 @10:30	24組
関 ☎3929-5381	17(金) 9:45 @10:50	24組

区立中学校新1年生学校選択の公開抽選

下表の学校で受け入れ可能人数を超えたため、公開抽選を行います。抽選は、12月2日(木)・3日(金)に区役所で行います。※抽選の対象となる方には、別途通知します。▶問合せ:学事係 ☎5984-5659

学校名	受け入れ可能人数	希望者数
中村中	20名	36名
開進第二中	40名	82名
田柄中	40名	65名
光が丘第一中	40名	68名
光が丘第二中	40名	68名
石神井中	20名	74名
石神井東中	40名	59名
石神井西中	10名	44名
大泉中	10名	60名
大泉学園中	40名	64名

12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	豊玉 北 光が丘 光が丘 石神井 大泉 関	7(火)・21(火) 13:30～15:30 7(火)・21(火) 13:00～15:00 16(木) 9:00～11:00 21(火) 13:30～15:30 2(木) 9:00～11:00 23(木) 13:30～15:30 7(火)・23(木) 13:00～15:00 6(月)・20(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	石神井 大泉 関	2(木) 9:00～11:00 23(木) 13:30～15:30 7(火)・23(木) 13:00～15:00 6(月)・20(月) 9:00～11:00
心身障害者(児)歯科相談	つ	4～25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	豊玉 北 光が丘 大泉 関	3(金) 9:30～12:00 23(木) 14:00～16:15 13(月) 14:00～16:00 16(木) 9:00～11:00 1(火) 13:30～15:30 9(木) 14:00～15:30
◆うつ相談 ▶対象:気持ちが沈む・悲観的になるなどで困りの方や家族	大泉 関	1(火) 13:30～15:30 9(木) 14:00～15:30
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	豊玉 北 石神井 大泉	22(水) 13:30～16:30 8(水) 14:00～16:00 1(火) 14:30～16:00 15(水) 14:00～16:00
◆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)	豊玉 北 光が丘	8(水)◎ 14:00～16:00 6(月) // 8(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	石神井	23(木) 14:00～15:30
◆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	石神井	16(木) 14:00～15:30
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、在宅介護支援係 ☎5984-4597	

つ 関 大 石 光 北 豊
練 馬 大 石 光 北 豊
馬 保 保 保 保 保
子 子 子 子 子
健 健 健 健 健
康 康 康 康 康
相 相 相 相 相
談 談 談 談 談
所 所 所 所 所
☎ 3 9 9 3 - 8 1 5 5
☎ 3 9 9 2 - 1 1 8 8
☎ 3 9 3 1 - 1 3 4 7
☎ 5 9 9 7 - 7 7 2 2
☎ 3 9 9 6 - 0 6 3 4
☎ 3 9 2 1 - 0 2 1 7
☎ 3 9 2 9 - 5 3 8 1

※は事前に担当地域の保健相談所へ相談ください(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・在宅医療サポートセンター ☎3997-0121へお問い合わせください。

高齢者

シニア職場体験をしてみませんか?

未経験の仕事への不安をなくするため、選考を受ける前に企業などで見学・体験ができます。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。▶対象:おおむね60歳以上の方 ※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。▶区の担当:いきがい係 ▶問合せ:(株)シグマスタッフ ☎0120-916-898 (平日午前9時～午後4時) ※職場

体験を実施できる企業も募集します。詳しくは、お問い合わせください。

知っておきたい!シニア世代の安心・安全スマホ利用術

スマートフォンを利用する際の注意点やトラブルの回避方法を学びます。▶日時:12月10日(金)午前10時～正午 ▶場所:石神井公園区民交流センター ▶内容:講義 ▶講師:消費生活相談員 ▶定員:40名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①住所②氏名(ふりがな)③電話番号を、12月8日(水)までに消費生活係 ☎5910-3089 Eメール syohi@city.nerima.tokyo.jp

区立高齢者集合住宅の入居者を募集

11月上旬の都営住宅入居者募集に申し込んだ方も、申し込み資格を満たしていれば申し込みます。詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。 ※区ホームページ「電子申請」からも申し込みます。▶募集戸数:単身者向け19戸、2人世帯向け5戸 ▶申込書の配布期間:11月22日(月)～30日(火) ▶申込書の配布場所:区民事務所(練馬を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階) ▶問合せ:住宅課住宅係 ☎5984-1619

区立高齢者集合住宅	主な申し込み資格(全てを満たすこと)
羽 沢(羽沢3-36-16)	・区内に3年以上在住している
土 支 田(土支田2-40-18)	・申込者が65歳以上の方で、単身者または60歳以上の方と2人世帯である
豊 玉(豊玉南3-9-13)	・所得が基準内である
高 松(高松6-3-24)	・自立して生活できる ・住宅に困っている など

インフルエンザを予防しよう

感染すると、38℃以上の高熱や筋肉痛、関節痛などの症状が見られます。特に、高齢者や乳幼児は重症化する恐れがあります。

▶問合せ:感染症対策係 ☎5984-4671

◆予防のポイント

- こまめに手洗いをする(2度洗いが有効)
- 人ごみを避ける ● マスクを着用する
- 適度な湿度を保つ(50～60%前後)
- 十分な睡眠・バランスのよい食事をとる ● 早めに予防接種を受ける



◆インフルエンザかな?と思ったら

- 早めに医療機関を受診する
- 十分な栄養と水分をとる
- 安静にする ● 外出・登校・出勤を控える

事前に医療機関へ連絡し、受診方法などを確認してください。

〈高齢者インフルエンザ予防接種の費用を一部助成〉

接種日現在65歳以上の方などに、予防接種費用の一部を助成しています。対象の方には、9月末に案内と予診票を発送しました。

▶問合せ:予防係 ☎5984-2484

ノロウイルスにご注意を

感染すると、1～2日の潜伏期間の後におう吐、下痢、発熱などの症状が見られます。二枚貝の生食や、感染した方のおう吐物・ふん便からうつります。

▶問合せ:食品衛生担当係 ☎5984-4675

◆予防のポイント

- 食品は中心温度が85～90度で90秒以上加熱 ※特に、二枚貝は加熱してから食べることをお勧めします。
- せっけんで手洗いをする(2度洗いが有効)
- 感染した方のおう吐物やふん便が床や衣服に付着した場合は、拭き取って塩素系漂白剤や熱湯で消毒する



休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

- 小児科 ①練馬区夜間救急子どもクリニック(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238
- 内科・小児科 ②練馬休日急患診療所(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238
- ③石神井休日急患診療所(石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404
- 歯科 ④練馬歯科休日急患診療所(区役所東庁舎3階) ☎3993-9956

▶受付時間:①～③土曜18:00～21:30、日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30・18:00～21:30 ※①は平日20:00～22:30も対応しています。④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30

講座・催し



手軽に楽しむ テーブルお点前体験

▶対象:18歳以上の方▶日時:12月1日(水)・8日(水)・15日(水)④午前9時30分~10時45分⑤午前11時~午後0時15分【3日制】▶場所:向山庭園▶定員:各6名(先着順)▶費用:3,000円▶申込:電話で同所☎3926-7810

文化交流カフェ~アオバジャパン・インターナショナルスクールによる文化紹介・交流会

▶日時:12月4日(土)午後3時~4時30分

分▶場所:文化交流ひろば▶定員:25名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、事業推進係☎5984-1523
Eメール chiiki17@city.nerima.tokyo.jp

スポーツ



スポーツ指導者研修会~実践!スポーツ指導に役立つ運動方法

▶日時:12月4日(土)午後3時から▶場所:光が丘体育館▶定員:140名(先着順)▶区の担当:スポーツ振興課事業係▶申込:電話で練馬区体育協会☎5393-5420

講演会

地球温暖化リスクと脱炭素への道 ~みらいの地球に今私たちができること



地球温暖化は、熱波や大雨・干ばつの増加など、さまざまな気候変動を引き起こすといわれています。今回、国立環境研究所地球システム領域副領域長の江守正多さんに、私たちが取り組むべき課題について伺います。

▶日時:来年2月5日(土)午後2時~4時▶場所:ココネリ3階▶定員:200名(抽選)▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、来年1月13日(必着)までに〒178-0061大泉学園町1-34-10 大泉リサイクルセンター☎3978-4030 FAX 3978-4209 ※手話通訳を希望する方は、その旨もお知らせください。 ※リサイクルセンターホームページ(<https://www.nerimarc.jp/>)からも申し込みます。 ※Zoomを使ったオンライン配信も行います。詳しくは、同ホームページをご覧ください(定員100名(先着順))。

12/26(日)

区民交流事業

冬うらら~中村南落語の会

▶日時:12月26日(日)午後1時~2時▶場所:中村南スポーツ交流センター▶定員:80名(先着順)▶申込:電話で同所☎3970-9651



春風亭昇羊



桂笹丸



春風亭昇りん

ハクビシン・アライグマの被害でお困りの方へ

ハクビシンやアライグマによる天井裏への侵入や庭木の果樹の食べ荒らしなどでお困りの方はご相談ください。専門事業者が現地調査を行い、無料でわなを設置します。

※設置には一定の条件があります。
▶問合せ:美化啓発係☎5984-4709



(出典:東京都環境局)

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

◆歳末売り出し2021ゆうゆうセール▶場所:江古田ゆうゆうロード▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井☎3991-0954

●前夜祭▶日時:11月27日(土)午後4時15分~7時30分▶内容:機関車トーマスの撮影会、チャリディングショー、マーチングショーなど

●歳末売り出し▶日時:11月28日(日)~12月15日(水)午前10時~午後8時▶内容:抽選で区内共通商品券などをプレゼント

◆江古田フェスティバルオーケストラ▶日時:12月1日(水)午後7時開演▶場所:練馬文化センター▶費用:3,000円▶問合せ:EKO ON!!江古田音楽祭実行委員会・三澤☎5926-4778 ※チケットの販売方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、同ホームページ(<https://www.eko-on.jp/>)をご覧ください。

◆ねりまのねり歩き「A・B・C・D・E・F・G・H・I・J」美術館コース◎白子川周辺の五山を

往(ゆ)く健脚コース▶日時・場所:①12月10日(金)②15日(水)午前9時20分西武新宿線井草駅集合~御嶽神社~午後0時30分ちひろ美術館解散(約4km)③11日(土)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合~八坂神社~中里郷土の森~午後1時大泉中央公園解散(約4.5km)▶定員:各15名(抽選)▶保険料など:①②③1,300円④500円 ※バス代実費。▶申込:往復ハガキで①催し名(A~Cの別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、12月2日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光案内所☎3991-8101

◆女性再就職サポートプログラム「プランクがあっても大丈夫!働きたい!のはじめの一步コース」▶対象:結婚、出産、育児、介護などで離職し、パソコンの基本操作ができる54歳以下の女性▶日時:来年1月24日(月)~28日(金)午前10時~午後4時【5日制】 ※1月6日(休)・7日(金)・11日(水)・12日(水)に面接あり。▶場所:男女共同参画センターエー ▶定員:25名(面接)▶申込:電話で東京しごとセンター女性しごと応援テラス☎5211-2855

※同ホームページ(<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>)からも申し込みます。 ※保育あり。

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

◆光が丘IMA光の広場(光が丘5-1-1)▶日時:11月27日(土)午前10時~正午・午後1時30分~4時
◆石神井氷川神社(石神井台1-18-24)▶日時:11月28日(日)午前10時~午後3時30分

朝・夕・青空市

◆春日町本通り商店会▶日時:11月24日(水)午前11時~午後3時▶問合せ:小泉☎3998-1010

◆江古田いちば通り商店街▶日時:11月25日(木)午前10時~午後7時▶問合せ:目黒☎3994-8068

◆光が丘IMA南館前▶日時:11月28日(日)午前10時~午後3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

ねりま遊遊スクール

◆はじめてのバレエを楽しもう!▶対象:4歳以上の未就学児▶日時:12月5日(日)午前10時~11時▶場所:春日町青少年館▶定員:10名(先着順)▶申込:電話でバレエR・前川☎090-1547-2604(午後4時~8時)

◆おやこでのたのしむコンサート!▶対象:小学4年生以下のお子さんと保護者▶日時:12月12日(日)午前10時30分~11時30分▶場所:生涯学習センター▶定員:60組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でアンサンブル・ココリノ事務局☎090-6118-1739(午前9時~午後2時)

◆12月の水泳ワンポイントレッスン▶対象:4歳児~中学生 ※小学3年以下のお子さんには水着を着用した保護者が付き添ってください。▶日時:12月4日(土)午前9時~11時▶場所:上石神井体育館、平和台体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。▶費用:プール利用料(保護者のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ
◆スポーツなど▶対象:小学生 ※保

護者の参加も可。▶日時:12月27日(月)午後4時~6時▶場所:中村南スポーツ交流センター▶内容:フラッグフットボール▶定員:30名(先着順)▶申込:当日会場へ

◆すまいるねりま遊遊スクール◆親子で名画鑑賞とアートワークを楽しもう!▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:12月5日(日)午前10時30分~正午▶場所:中村橋福祉ケアセンター▶定員:8組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でばくらの美術研究所・尾崎☎090-4126-2061(午前11時~午後5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、12月7日(必着)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。
◆こぼし公園(富士見台3-53-1)▶日時:12月12日(日)午前10時~正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0034富士見台3-62-13-203 島裕子☎090-6496-5366(先着10店。問い合わせは午後6時~10時)

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 2021年12月31日(金)まで

ドコモスマホ教室 予約受付中!!

参加費 無料!

デジタル活用支援講座のご紹介

- LESSON.01 マイナンバーを申請してみよう!
- LESSON.02 マイナポータルの使い方を覚えよう!
- LESSON.03 オンライン診療の利用を覚えよう!
- LESSON.04 マイナポイントを申し込んでみよう!

参加者にはノベルティプレゼント!

WET TISSUE

大泉学園店 東京都練馬区東大泉5-43-1 ゆめりあフェンテB館 3階 各講座定員数:4名 専用ダイヤル:0120-376-600

石神井公園店 東京都練馬区石神井町3-20-14 HSTower 1階 各講座定員数:3名 専用ダイヤル:0120-367-900

上石神井店 東京都練馬区上石神井1-5-11 秋葉ビル 1階 各講座定員数:4名 専用ダイヤル:0120-737-900

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

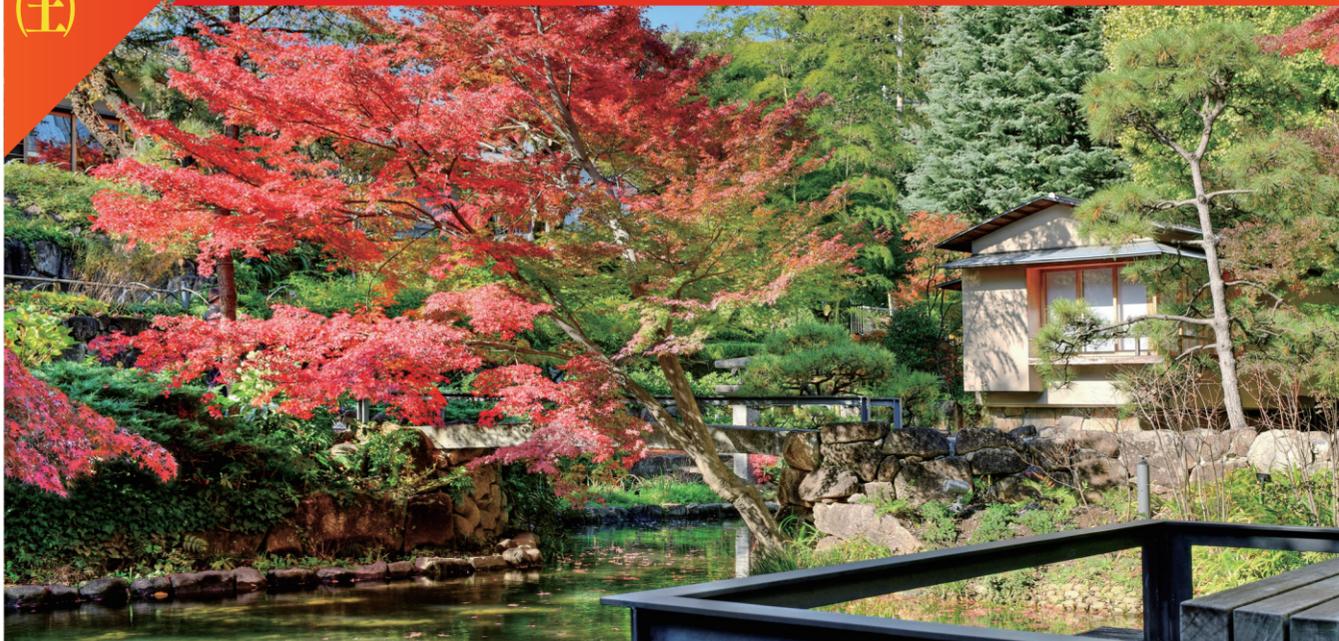
11/27
(土)

向山庭園観楓会

紅葉が美しい日本庭園で
コンサートをお楽しみください

観覧
無料

当日
会場へ



※車での来園はご遠慮ください。
※混雑時は入場制限を行う場合があります。

場所・問合せ 向山庭園
☎3926-7810

庭園コンサート

- ◆フルートの音色を楽しむ
 - ▶時間:午前11時~11時30分
 - ▶曲目:情熱大陸、糸など
 - ▶出演:吉原りえ(フルート)
- ◆バイオリンとチェロのデュオを楽しむ
 - ▶時間:午後1時~1時30分
 - ▶曲目:タイスの瞑想曲、オー・シャンゼリゼ、紅葉など
 - ▶出演:菅野朝子(バイオリン)、井尻兼人(チェロ)



©深堀瑞穂

紅葉のライトアップ

11/25(木)~12/1(水) 日没~午後8時30分
(雨天中止)



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。

■第36回究美展(油彩・水彩・水墨・パステルなど) 11月23日~28日午前10時~午後6時(23日は午後1時から。28日は午後5時まで) 練馬区立美術館 入場無料 例会(クッキー・デッサン)…毎土曜または日曜午後1時~4時 春日町地域集会所 会費6カ月3,000円 モデル代1回1,000円 究美会・末岡 ☎3923-6752

■女声合唱 サザンコール 毎金曜午後4時~6時30分 富士見台地区区民館 声楽家が指導 入会金500円 月会費4,000円 田名見 ☎3997-4018 **Eメール** southernchor200112@gmail.com(要予約)

■第12回水彩早描きスケッチ展 11月30日~12月5日午前10時~午後6時(30日は午後1時から。5日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 水彩早描きスケッチ会 ☎3577-6884

■カラオケ・サークル(発声・歌唱指導) ①第1・3金曜午後1時30分~3時 ②毎火曜午後1時30分~3時30分 ③毎金曜午後6時30分~8時 スタジオオルミエール(大泉学園町) ①~③とも入会金2,000円、会費1回1,500円 篠田 ☎090-3964-8208

■手品の学校 練馬教室 50歳以上の初心者対象 第2月曜・第4金曜午後2時~4時 貫井地区区民館など 講師 高橋正樹 会費1回1,500円 初回は無料体験可 奥澤 ☎3999-0434(要予約)

■英会話 Happy Family 初級者~中級者対象 月3回または4回水曜午後3時~4時30分 生涯学習センター イギリス人講師が指導 月会費3回4,000円、4回5,000円 初回は1,000円で体験可 大河原 ☎080-3443-4607(要予約)

■書道(毛筆・漢字・かな) 清流書会 初心者~中級者対象 第1・3月曜午前9時30分~11時30分 サンライフ練馬 月会費2,500円 教材費月500円 鈴木 ☎3998-3475(要予約)

■道中展(油絵・水彩・仏画・水墨など) 12月1日~5日午前11時~午後6時(5日は午後4時まで) 練馬文化センター 入場無料 事務局・上野 ☎3992-7492

■混声合唱 コールカノン 中高年齢者対象 月3回水曜午後2時~4時 生涯学習センターなど 講師 九貫達也 入会金1,000円 月会費2,000円 初めの2回は無料体験可 高橋 ☎090-2663-8699(要予約)

■シニアの仲間作り(カラオケ・麻雀・ボウリング・ぬり絵など) 12月3日午後1時~2時 石神井庁舎5階 参加費無料 例会…2カ月に1回日曜午後1時~5時 区役所本庁舎20階 会費6カ月2,500円 メロウ・メイツずばる・高木 ☎FAX 3978-6790(要予約)

■混声コーラス サウンドオブフリージア 初心者~中級者対象 第2・4金曜午後1時~4時 勤労福祉会館 講師 声楽家/清水映子 入会金1,000円 月会費3,000円 楽譜代月1,000円 中山 ☎080-3554-6178 **Eメール** hironkym09@ybb.ne.jp(要予約)

■石彩会 水彩画展 11月25日までの午前10時~午後4時(25日は午後3時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 例会…中高年齢者対象 毎火曜午前10時~午後2時 石神井公園けやき広場 講師 吉田伸彦 年会費3,000円 茂木 ☎090-1054-2622 **Eメール** m.boyaki1945@icould.com

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。

ねりまプレミアム付商品券 取扱店

表替え	新畳	裏返し
¥5,170~ <small>税込</small>	¥12,320~ <small>税込</small>	¥4,180~ <small>税込</small>

琉球畳 (和紙畳) 入れ替えパック 四畳半~ ¥125,000~税込

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

★重たい家具の移動
★仕上げの拭き掃除
★見積り 無料

有限会社 白澤畳店

ご注文 お問い合わせ ☎0120-75-1153

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

雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント解明 壁、天井のしみをみつけたらまず、ご一報下さい

修繕費の無駄はカット 見積 無料

検査・修繕 03-5876-5801

東京都葛飾区立石 7-31-7 株式会社サーベイ

広告 練馬区産の新鮮野菜毎日ライフ土支店・石神井公園店で販売中! 収穫体験イベントなど順次開催中! 詳しくはwebへ

白石農園 検索 白石農園 練馬区大泉町 1-54 TEL 080-5087-5238





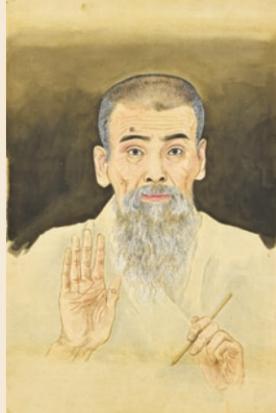
「九段坂五月夜」 明治13年 大判錦絵



「写生帖」 明治11年～大正2年ごろ 水彩・紙



土屋光逸「雪の堅田 浮見堂」 昭和9年 木版画



「自画像」 明治末年ごろ 紙本淡彩



「立雛図」 明治時代後期 絹本着色



「アラビアンナイト」 水彩・紙



「芥川函手箱」 木製紙貼着色

SCULPTURE

メンサリ増補

小林清親

収蔵作品による

11.23 [祝] ー 来年 1.30 [日] 10:00~18:00 (入館は17:30まで)

※月曜休館(ただし、1/10祝は開館。1/11火・年末年始は休館)。

小林清親(弘化4年(1847年)~大正4年(1915年))は江戸から変貌を遂げた明治の東京の風景を、光と影の表現を使った新しい感覚の木版画として発表するなど、若い芸術家に大きな影響を与えました。本展では、“最後の浮世絵師”とも呼ばれる清親の初公開のスケッチなど、貴重な作品を紹介します。

場所・問合せ 練馬区立美術館 ☎3577-1821

観覧無料

練馬区立美術館
NERIMA ART MUSEUM