



練馬区長選挙

練馬区議会議員補欠選挙

4/17(日)
7:00~20:00
告示日 4/10(日)

〈補欠選挙を行う議員数…2名(予定)〉

問合せ 選挙管理委員会事務局(区役所本庁舎16階) ☎5984-1399 FAX 5984-1226

投票できる方

今回の選挙で投票できるのは、次の2つの条件を満たしている方です。

- ① 出生日が平成16年4月18日以前である
- ② 令和4年1月9日までに練馬区に転入の届け出をし、投票する日まで引き続き区内に住んでいる

「選挙のお知らせ」「選挙公報」を発送します

「選挙のお知らせ」を世帯ごとに封書で発送します。投票所へお越しの際は氏名・投票所を確認の上、ご自分の「選挙のお知らせ」をお持ちください。届いていない場合や紛失した場合でも、左記の条件を満たしていれば投票できます。投票所で申し出てください。また、4月11日(月)から「選挙公報」を各世帯に順次お届けするほか、区立施設や駅、郵便局で配布します。

期日前投票

4/11(月)~16(土) 8:30~20:00

投票日に仕事や用事などで投票に行けない方は、期日前投票ができます。住所にかかわらず、どの期日前投票所でも投票できます。ご自分の「選挙のお知らせ」の裏面に必要事項を記入の上、お持ちください。

混雑状況を事前にチェック! 区ホームページから期日前投票所の混雑状況を確認できます。



期日前投票所	所在地
区役所本庁舎1階アトリウム	豊玉北6-12-1
石神井庁舎5階	石神井町3-30-26
光が丘区民センター2階	光が丘2-9-6
関区民センター2階	関町北1-7-2
勤労福祉会館1階	東大泉5-40-36
平和台体育館2階	平和台2-12-5
大泉学園町体育館地下1階	大泉学園町5-14-24

※身体が不自由な方などを除き、車での来場はご遠慮ください。

光が丘体育館で
開票します

- 当日は投票率・開票状況を区ホームページでご覧になれます。
- 当日は光が丘体育館 ☎5383-6611 を休館します(18日(月)は開館。競技場は午後2時30分まで利用できません)。

不在者投票や障害のある方への
支援を2面で紹介

練馬区長選挙・練馬区議会議員補欠選挙 (1面のつづき)

不在者投票

区外に滞在中の方や、指定施設に入院・入所している方は、事前に投票用紙を請求すると、滞在先や施設内で投票できます。希望する方は、各施設や選挙管理委員会へお問い合わせください。

※滞在先での投票の場合、マイナンバーカードをお持ちの方は、電子請求もできます。

投票所への移動を支援します

障害がある方や介護が必要な方は、投票所への移動に関して支援を受けられる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

問合せ

身体障害・難病等・知的障害のある方…管轄の総合福祉事務所へ
精神障害のある方…管轄の保健相談所へ
介護保険サービスを利用している方…担当のケアマネジャーへ
介護予防・日常生活支援総合事業を利用している方…地域包括支援センターまたは担当のケアマネジャーへ

点字投票・代理投票ができます

目や手が不自由など、自書できない方は、「点字投票」や係員の代筆による「代理投票」ができます。投票所で申し出てください。

郵便等で投票できます

下表に当てはまり自書できる方は、郵便等で投票できます。また、下表に当てはまり上肢または視覚の障害の程度が1級の方は、代理記載人に投票の記載をさせ、郵便等で投票できます。いずれも事前に選挙管理委員会へ申請が必要です。登録後、投票用紙の請求は4月13日(水)午後5時までです。

	区分	等級
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級または3級
	免疫・肝臓	1級～3級
介護保険被保険者証		要介護5

※戦傷病者手帳をお持ちで、一定の要件に当てはまる方も対象になります。

〈新型コロナウイルス感染症で療養中の方〉

保健所の外出自粛要請により、自宅または宿泊施設で療養中の方は、郵便等で投票できる場合があります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

4つの計画を策定しました

昨年、下記の計画の素案を公表し、区民意見反映制度により皆さまからご意見をいただきました。ここでは、ご意見や各計画の概要などを紹介します。ご意見と区の考え方や計画の全文は、区民事務所(練馬を除く)や図書館(南大泉図書館分室を除く)、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、各担当部署、区ホームページなどでご覧になれます。



公共施設等総合管理計画(実施計画)

区立施設の配置の最適化、改修・改築、委託・民営化などに関する計画です。平成29年に策定した「公共施設等総合管理計画」に基づき、令和4・5年度の具体的な取り組みを示しています。▶問合せ: 企画課(区役所本庁舎6階) ☎5984-2448 FAX 3993-1195

いただいたご意見(420件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
閑越自動車道高架下の地域活動倉庫は遠い。区の東部にもつくってほしい。	区の東部にある施設の跡地を活用して、地域活動倉庫を整備します。
民間の保育園を誘致して、谷原保育園を閉園にするのは反対である。老朽化が理由であるならば、今の場所、もしくは新しく取得した場所に建て替えればよい。	老朽化が進行し、将来の安定した保育の提供に課題がありました。近隣の生産緑地を取得できたため、民間保育所を誘致して、保育サービスの充実を図ります。

教育振興基本計画

教育振興のための施策に関する基本的な計画です。▶問合せ: 教育施策課(区役所本庁舎11階) ☎5984-1034 FAX 5984-1221

いただいたご意見(36件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
障害の有無に関わらず、普通学級で共に学び育つ環境の整備を進めることを求める。	学校で、障害のある子どもと、ない子どもが交流や共同学習をする機会を設けるなど、相互理解を深める取り組みを進めます。

第3次練馬区自転車利用総合計画

自転車に関する総合的な施策を推進するための計画です。▶問合せ: 交通安全課自転車対策係(区役所本庁舎13階) ☎5984-1993 FAX 5984-1237

いただいたご意見(10件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
若い世代への自転車の安全に関する注意喚起についてどのように考えているか。	若い世代の安全意識を高めることは重要と考えています。学生を対象に教育機関などと連携した自転車の安全教育の充実などに取り組みます。

練馬区立美術館再整備基本構想

美術館の再整備に向けて、基本的な考え方や方向性をまとめた基本構想です。▶問合せ: 美術館再整備担当課(区役所本庁舎9階) ☎5984-4723 FAX 5984-1902

いただいたご意見(76件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
バリアフリーについて、段差解消などに加え、特に視覚障害のある方などへの配慮がほしい。アートに出会いたいあらゆる人を受け入れられる空間を期待したい。	乳幼児から高齢者、障害者など誰もが気軽に鑑賞できる環境をつくりたい。音声案内やサイン表示の工夫など、配慮の具体例を基本構想に追記します。



新型コロナウイルスワクチン接種

集団接種会場でファイザーのワクチン接種ができます

5/1日
から

会場	ワクチンの種類
1 東京海上日動石神井スポーツセンター ※4/10日も実施。	ファイザー
2 ホテルカデンツァ東京光が丘ドーム(高松5-8) ※4/17日も実施。	
3 勤労福祉会館 ※4/24日も実施。	
4 石神井公園区民交流センター	
5 光が丘区民センター(4/30(土)~5/8日(月)のみ)	
6 サンライフ練馬	モデルナ

- 1,3……予約なしでも接種できます(各会場1日30人程度)。
- 2,4~6……当日空きがあれば、予約なしでも接種できます(空き状況は、区ホームページをご覧ください)。
- ※1~6とも開場から終了時間の30分前まで受け付けています。

12~17歳の方の3回目接種が始まります

- ・ワクチンの種類……ファイザー
- ・接種時期……2回目接種の6カ月後から
- ・接種券の発送時期……4月7日(木)以降、接種時期の1週間前を目安に発送します
- ・接種会場……区立施設など(上記1~5)、病院、診療所
※1 4月10日(日) 2 17日(日) 3 24日(日)に専用枠を設けます。



高齢者の3回目ワクチン接種率が約8割に達しました

高齢者の接種率 **79.1%**
 区民全体の接種率 **41.6%**
 区民全体の接種人数 **26万4823人**
 (3月24日時点)

最新の接種率は、区ホームページをご覧ください。



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 ☎0120-427-417(平日午前9時~午後5時)



5/16月まで

ウクライナ人道危機救援金を受け付けています

ウクライナ各地で激化している戦闘により、多くの被害が出ています。ウクライナ国内や周辺国への救援活動を支援するため、救援金を受け付けています。
 ▶問合せ:総務係 ☎5984-2600

募金箱の設置場所

区役所庁舎案内(本庁舎1階)、石神井庁舎1階案内、区民事務所(練馬・石神井を除く)、練馬文化センター
 ※いただいた救援金は、日本赤十字社 東京都支部へ振り込みます。

口座振り込みでも受け付けています

詳しくは、区ホームページをご覧ください。



練馬がもっと好きになる

地域おこしプロジェクトに参加しよう!

地域おこしプロジェクトは、区民の皆さまの自由な発想で練馬の未来に向けた取り組みを区と協働で進めていく事業です。今回、プロジェクト主催のイベントを紹介します。▶問合せ:協働事業担当係 ☎5984-1614

「ねりま」で育って良かったプロジェクト

5月~来年2月

知ってる? 「ねりま」発見ツアー



農業体験やパラパラアニメづくりなど、年間を通じてたくさんの「ねりま」の魅力に触れられるツアーです。▶対象:小学4年生▶日程:5月~来年2月の主に日曜【7日制】▶定員:20名(抽選)▶申込:電話または電子メールで①住所②お子さんの氏名(ふりがな)③学校名④保護者の氏名・電話番号・電子メールアドレスを、協働事業担当係 ☎5984-1614 [Eメール] kyodosuishin03@city.nerima.tokyo.jp



詳しくはコチラ

ツアーの例

大根の引っこ抜きを体験



抜いた大根でパスタを作ろう!!



EKOTTOプロジェクト

4/10(日) 11:00~15:30

江古田に行こっと! 子育て応援イベント「EKOTTOフェス」



親子で楽しめる抽選会や音楽会などさまざまなイベントを開催します。▶日時:4月10日(日)午前11時~午後3時30分▶場所:西武池袋線江古田駅南口駅前広場など▶申込:当日会場へ ※事前に申し込みが必要なイベントもあります。詳しくは、EKOTTOプロジェクトホームページ(https://ekotto.jp/)をご覧ください。



詳しくはコチラ

EKOTTOプロジェクトとは

江古田を子育て応援のまちにするために、お子さんの学習支援や親子交流会などを開催する取り組みです。



パパママミーティング(親子交流会)



もくもく勉強会(学習支援)

今年度実施予定のプロジェクト

春日町まるっと発見プロジェクト (団体名:練馬春日町町会)

住民同士の交流を深める、まち歩き型謎解きイベントなどを開催!



大泉パティシエクラブ(菓フェde大泉) (団体名:大泉パティシエクラブ)

大泉地域の和洋菓子店が中心となって、地場産野菜などを使ったお菓子を開発!



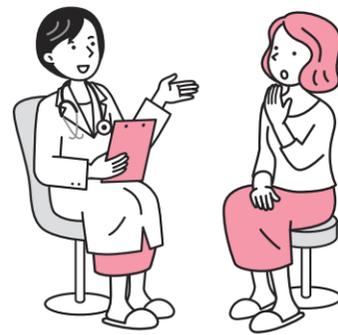
ねりまのみどりってこんなに素敵!プロジェクト (団体名:Coもれび~光と風が通る場所)

練馬の豊かなみどりを活用した森林浴体験を実施!



健康診査・がん検診が あなたを守る

～対象の方に案内を送付します



問合せ 成人保健係 ☎5984-4669

●健康診査(検診)

定期的に受診してリスクを見つけましょう。生活を改善し、生活習慣病を事前に防ぐことが大切です。

種類	対象(来年3月31日(金)現在)	検査方法	費用
健康診査	30歳以上の方	血液検査、尿検査、心電図など	300円
肝炎ウイルス検診	30歳以上でこれまで未受診の方	血液検査(B型・C型)	無料
骨粗しょう症検診 新規	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	腰椎・大腿骨DXA法、MD法などのエックス線検査	500円
成人歯科健診	30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方		500円
長寿すこやか歯科健診	76・80歳の方	口腔内診査、歯みがき指導など	無料
妊産婦歯科健診	妊娠中または産後1年未満の方(健診時)		無料
眼科(緑内障等)健診	50・55・60・65歳の方	視力検査、屈折検査など	900円

●がん検診

早い段階でがんを発見できた方が5年後に生きていられる確率は、90%以上とされています。早期発見が重要です。

種類	対象(来年3月31日(金)現在)	検査方法	費用
胃がん検診(エックス線検査)	40歳以上で令和3年度に区の胃内視鏡検査を未受診の方	胃部エックス線検査	1,000円
胃がん検診(胃内視鏡検査)	50歳以上の偶数年齢の方(※)	経口または経鼻胃内視鏡検査	2,000円
肺がん検診	40歳以上の方	胸部エックス線検査、喀痰細胞診検査(条件に合う方のみ)	300円(喀痰細胞診検査も受診すると+300円)
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血反応検査	100円
前立腺がん検診	60・65歳の男性	血液検査(PSA検査)	300円
子宮がん検診	20歳以上で3年度未受診の女性	頸部細胞診検査、体部細胞診検査(条件に合う方のみ)	700円(体部細胞診検査も受診すると+300円)
乳がん検診	40歳以上で3年度未受診の女性	マンモグラフィ(乳房エックス線検査)	900円

※エックス線検査が胃内視鏡検査のどちらかを選択できます。

【案内を送付します】

対象(来年3月31日(金)現在)	発送時期	発送するもの
30歳代の方	4月下旬	30歳代健康診査等のご案内
40歳以上で練馬区の健康診査に該当する方	4～7月生まれ	4月下旬
	8～11月生まれ	5月下旬
	12～3月生まれ	6月下旬
40歳以上で練馬区の健康診査に該当しない方	4～7月生まれ	4月下旬
	8～11月生まれ	5月下旬
	12～3月生まれ	6月下旬

健康診査時の保育サービスを実施



健康診査受診時にお子さんをお預かりします。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

70歳と75歳の方対象

無料で「もの忘れ検診」が受けられます

検診期間 5/6(金)～来年2/28(火)

問合せ 在宅介護支援係 ☎5984-4597

70歳と75歳の方に、もの忘れ検診の「受診券」と「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」を4月下旬に発送します。チェックリストの点数が一定以上の方や、もの忘れが心配な方は、医療機関で無料の検診が受けられます。 ※年齢は、来年3月31日(金)現在。



チェックリストはどなたでもご覧になれます

地域包括支援センターや高齢者支援課(区役所西庁舎3階)で配布するほか、区ホームページでもご覧になれます。



国民健康保険などのお知らせ



安心して医療サービスを受けるために ～医療費を大切に

近年、加入者の高齢化や医療技術の高度化などにより、国民健康保険の医療費が増加傾向にあります。医療費の増加は、国民健康保険財政を圧迫し、保険料の値上がりにもつながります。これからも安心して医療サービスを受けるために、一人ひとりが健康づくりへの意識を高めましょう。▶問合せ:保健事業担当係 ☎5984-4551

日頃から気を付けよう！ 5つのポイントをチェック

- かかりつけ医をもち、同じ病気の重複受診を避ける
- ジェネリック医薬品を積極的に利用し、薬は必要な分だけもらう
- 「お薬手帳」を活用し、薬の飲み合わせや重複に注意する
- 毎年の健康診査を受けるなど、定期的に健康をチェックする
- バランスの良い食生活、適度な運動など生活習慣病予防を心掛ける

失業した方の保険料を軽減します

対象となる方は届け出が必要です。

- ▶ **軽減期間:** 離職日の翌日の属する月から翌年度末まで
- ▶ **申込:** 雇用保険受給資格者証(原本)と国民健康保険被保険者証を持参の上、こくほ資格係(区役所本庁舎3階)または、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)へ ※郵送でも申し込みます。
- ▶ **問合せ:** こくほ資格係 ☎5984-4554

対象

- 次の①～③の全てに当てはまる国民健康保険加入者
- ① 雇用保険受給資格者証を交付されている(特例受給資格者を除く)
 - ② 雇用保険受給資格者証の離職理由が倒産・解雇などである
 - ③ 離職日現在、65歳未満である

今年度の保険料率が決まりました

《国民健康保険》

世帯を単位として加入者の人数や所得などを基に計算されます。保険料額は、6月下旬に世帯主宛てに送付する納入通知書でお知らせします。

▶ 問合せ: こくほ資格係 ☎5984-4554

あなたの世帯の保険料 = **A + B + C**

所得割額 賦課基準額(※) ×7.16%	+	均等割額 4万2100円 ×加入者数	=	A 基礎(医療)分 (限度額65万円)
所得割額 賦課基準額(※) ×2.28%	+	均等割額 1万3200円× 加入者数	=	B 後期高齢者 支援金分 (限度額20万円)
所得割額 40～64歳の加入者 の賦課基準額(※) ×2.43%	+	均等割額 1万6600円× 40～64歳の 加入者数	=	C 介護分 (限度額17万円)

※賦課基準額=昨年分の総所得金額等-住民税基礎控除額。

《後期高齢者医療制度 75歳以上の方》

被保険者一人ひとりにかかります。保険料は、7月中旬に送付する決定通知書でお知らせします。

▶ 問合せ: 後期高齢者保険料係 ☎5984-4588

あなたの保険料

所得割額 賦課基準額(※) ×9.49%	+	均等割額 4万6400円	=	年間保険料 (限度額66万円)
----------------------------	---	-----------------	---	--------------------

※賦課基準額=昨年分の総所得金額等-住民税基礎控除額。



予防接種のお知らせ

問合せ 予防係 ☎5984-2484

お子さんのいる世帯に予診票を発送

対象の方に予診票を発送します。協力医療機関で受けてください。

予防接種名	予診票の発送時期
BCG(結核) B型肝炎1～3回目 ヒブ初回1～3回目 ロタウイルス1～3回目(※1) 小児用肺炎球菌初回1～3回目 DPT-IPV(4種混合)第1期初回1～3回目	生後1～2カ月になる月の月上旬 ※出生届の提出日により予診票の送付が翌月になる場合があります。
ヒブ追加 小児用肺炎球菌追加 DPT-IPV(4種混合)第1期追加 MR(麻しん風しん混合)第1期 みずぼうそう1・2回目 おたふくかぜ(※2)	生後11カ月になる月の月上旬
日本脳炎第1期初回1・2回目・追加	3歳の誕生日の月上旬
日本脳炎第2期	平成24年度生まれの方…4月～9月上旬 25年度生まれの方…10月～来年3月上旬
DT(2種混合)第2期	11歳の誕生日の月上旬
子宮頸がんワクチン	4月下旬に発送(平成18年4月2日～23年4月1日生まれのお子さんが対象)
MR(麻しん風しん混合)第2期	3月31日に発送済み(平成28年4月2日～29年4月1日生まれのお子さんが対象)

※1 ロタリックスとロタテックの2種類があり、それぞれ接種回数が異なります。
※2 任意予防接種です(区が3,000円を助成(生活保護受給者は全額助成))。

高齢者用肺炎球菌の予診票を発送

▶ **対象:** これまでに肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがなく、来年3月31日(金)現在、次の①②のいずれかに当てはまる方 ①65・70・75・80・85・90・95・100歳 ②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる身体障害者手帳1級程度の障害がある ▶ **予診票の発送時期:** 4月中旬 ▶ **自己負担額:** 1,500円



電子母子手帳アプリ「ねりすく」が開始!

子どもの成長記録や子育て情報の確認、予防接種スケジュールの管理ができます。ぜひ、ご利用ください。



詳しくはコチラ ▶

日本の植物分類学の父・牧野富太郎生誕160年

今年、練馬区名誉区民で「日本の植物分類学の父」として知られる牧野富太郎博士の生誕160年を迎えます。植物をこよなく愛し、植物研究に生涯をささげた牧野博士の歩みと、生誕160年記念の取り組みを紹介します。

場所・問合せ 牧野記念庭園 ☎6904-6403



個人蔵

牧野博士の歩み

40万点に及ぶ植物標本の収集や1,500種類以上の植物の発見・命名、図鑑の編さんなどにより、日本の近代植物学の発展に大きく貢献しました。「牧野日本植物図鑑」は約3,200の図と解説が掲載され、現在も広く親しまれています。

1862年	(0歳)	4月24日、土佐国高岡郡佐川村(現・高知県佐川町)に生まれる
1884年	(22歳)	東京大学理学部植物学教室へ出入りを許され、日本植物誌の編さんを志す
1889年	(27歳)	日本で初めて新種ヤマトグサに学名をつけ、発表
1900年	(38歳)	「大日本植物志」第1巻第1集を刊行
1912年	(50歳)	東京帝国大学理科大学講師となる
1926年	(64歳)	現在の練馬区東大泉に居を構える(現・牧野記念庭園)
1928年	(66歳)	妻・壽衛逝去。新種のササにエコザサと命名
1939年	(77歳)	東京帝国大学理学部講師を勤続47年で辞任
1940年	(78歳)	「牧野日本植物図鑑」を刊行
1951年	(89歳)	第1回文化功労者となる
1957年	(94歳)	1月18日、逝去。従三位勲二等旭日重光章と文化勲章が授与される
1958年		牧野記念庭園開園
2008年		練馬区名誉区民となる
2022年		生誕160年

来年春スタート

牧野博士が朝ドラに!

NHKが来年春から放送する連続テレビ小説に、牧野博士をモデルにしたドラマが決まりました。タイトルは「らんまん」で、主演は俳優の神木隆之介さんです。

詳しくはコチラ



東京帝国大学の助手室にて 個人蔵



ホテイラン 「大日本植物志」個人蔵



「牧野日本植物図鑑」

生誕160年記念の取り組み

記念特別展「植物に彩られた我が人生」 入場無料

～牧野富太郎を描いたアート絵本「まきのまきのレター」～
牧野博士の魅力的な人柄と印象的なエピソードを描いた絵本の原画などを展示します。▶会期:4月9日(土)～6月19日(日)午前9時30分～午後4時30分 ※火曜休園(ただし、5月3日(祝)は開園。5月6日(金)は休園)



「まきのまきのレター」より イラスト:佐々木香葉子▶

関連イベント

ライブイベントで体感する牧野博士の春

▶日時:4月9日(土)午後1時30分～3時▶出演:ペイントアーティスト/佐々木香葉子▶申込:当日会場へ ※雨天時は室内で実施。

牧野記念庭園ぐるっとまるごとツアー

▶日時:4月24日(日)午前10時30分～11時30分▶午後2時～3時▶定員:各20名(先着順)▶申込:電話で牧野記念庭園へ

「まきのまきのレター」朗読と庭園案内

▶日時:5月4日(祝)・29日(日)午前10時30分～11時▶午後2時～2時30分(雨天中止)▶定員:各9名(先着順)▶申込:当日会場へ

Instagramで花や草木の写真を募集

Instagramに投稿された写真を、記念特別展のモニターで紹介し、ハッシュタグ「#花や草木に興味をもってほしい」をつけて投稿してください。



▶投稿はコチラから

牧野博士の生誕日(4月24日)にポストカードをプレゼント!

来園した方に、生誕160年記念のポストカードを差し上げます(先着500名)。▶日時:4月24日(日)午前9時から▶問合せ:みどり推進課施設係 ☎5984-1664

ヒメアジサイの記念植樹

牧野博士が名づけ、愛したヒメアジサイは、現在は牧野記念庭園で見ることができません。以前に高知県立牧野植物園に枝を送り、育ったヒメアジサイを里帰りさせ、植樹します。※詳しくは、後日区報でお知らせします。▶問合せ:みどり推進課施設係 ☎5984-1664



写真提供:高知県立牧野植物園

みどりを育むムーブメントの輪を広げませんか



皆さまの寄付をお待ちしています

問合せ みどり推進課協働係 ☎5984-2418

練馬のみどりを未来へつなぐための基金です。応援したいプロジェクトを選んで寄付することができます。募集期間限定の短期プロジェクトと、随時寄付できる長期プロジェクトがあります。寄付の方法など詳しくは、パンフレットや公式ホームページをご覧ください。▶パンフレットの配布場所:区民事務所、みどり推進課(区役所本庁舎18階)、牧野記念庭園など



▶詳しくはコチラ



みどりのボランティアに参加しませんか

～練馬みどりの人材バンクがスタート!

区内には、憩いの森の管理や、公園や駅前の花壇管理など、みどりを守り育てる活動をしている団体がたくさんあります。「練馬みどりの人材バンク」は、みどりを守り育てる活動をしたい方に活動団体を紹介します。▶対象:中学生以上▶申込:みどりのまちづくりセンターにある申請書に記入の上、申し込んでください ※同ホームページ(https://nerimachi.jp/)からも申し込みます。



▶詳しくはコチラ

問合せ みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451

短期プロジェクト 来年2月まで

①牧野記念庭園書斎再現プロジェクト

博士が研究に没頭した当時の書斎の様子を再現し、その情熱を伝えます。▶目標額:500万円▶特典:一般公開前の見学に招待(抽選)



個人蔵

②(仮称)農の風景公園プロジェクト

(仮称)農の風景公園(高松2-23)は、来年3月開設予定の区立の畑です。野菜作りや農業体験イベントなどで使用するトラクターの調達に活用します。▶目標額:100万円▶特典:(仮称)農の風景公園での農業体験イベントに招待(抽選)



イベントの様子

長期プロジェクト

③区民の森プロジェクト

公園の整備など、大規模で長期的な取り組みに活用します。稲荷山の森、大泉井頭公園、こどもの森、早宮けやきの森の4つのコースから選べます。

④練馬のみどり全般を守り育む

特定のプロジェクトを選ばずに、練馬のみどり全般への取り組みに寄付できます。

ボランティア活動例

花壇づくり

公園や区立施設、駅前広場などの花壇やプランターを手入れします。



森の保全

森の特性を大切にしながら、清掃や樹木の剪定、野草の保全、イベントなどを行います。



落ち葉清掃

落ち葉シーズンの秋・冬に、民有の樹林地周辺の公道を清掃します。



お知らせ

ねりま区報令和3年縮刷版を発行

3年に発行したねりま区報をまとめた冊子です。▶**閲覧場所**:図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階) ※区民情報ひろばでは、1冊1,300円で販売します。▶**問合せ**:広報係 ☎5984-2690

外国人住民向け冊子「練馬区くらしガイド」を発行

区の窓口・サービスなどを外国語で紹介した冊子です。英語・中国語・韓国語に対応しています。練馬区に転入する方に窓口でお渡しするほか、区民事務所や広聴広報課(区役所本庁舎7階)などでも配布します。▶**問合せ**:広聴広報課庶務係 ☎5984-2694

令和3年版練馬区統計書を発行

練馬区の人口・産業・教育・福祉などの統計資料、各種統計調査の結果を掲載しています。▶**閲覧場所**:図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階) ※区ホームページでもご覧になれます。 ※区民情報ひろばでは、1冊1,000円で販売します。▶**問合せ**:統計係 ☎5984-2459

男女共同参画センターえーるの運営委員を募集

男女共同参画センターえーるは、男女共同参画社会を推進するための施設です。今回、センターの施設利用や事業計画などについて検討する運営委員会の委員を募集します。委員会は、年4回程度、主に平日の昼

間に開催します。 ※交通費程度の謝礼あり。 ※保育あり(6カ月以上の未就学児対象)。▶**対象**:7月1日(金)現在、1年以上区内に在住・在勤(在学)の方 ※過去に3期以上務めた方を除く。▶**任期**:7月から2年間 ▶**募集予定数**:8名(選考) ▶**申込**:人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)や区ホームページにある申込書に応募理由(400字程度。様式自由)を添えて、5月2日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

成人向け雑誌自動販売機などの調査結果がまとまりました

青少年にとってよりよい環境をつくるため、区内の成人向け雑誌自動販売機などの実態調査を、青少年育成地区委員会の協力を得て行っています。令和3年度の調査結果は、次の通りです。また、販売する店舗に区分陳列や青少年への販売などの制限をお願いしています。 ※成人向け雑誌自動販売機の管理は、都への届け出が必要です。▶**問合せ**:青少年係 ☎5984-4691

調査項目	2年度	3年度
成人向け雑誌・ビデオなどの自動販売機	6台	6台
レンタルビデオ店	6店	6店
成人向けビデオなどが置いてある店	6店	6店
コンビニエンスストア	236店	235店
24時間営業の店	230店	228店
成人向け雑誌などを販売している店	45店	33店

生活習慣病に関する講座を企画・運営する団体を募集

生活習慣病の予防や改善に関する講座などを企画・運営する団体を募集します。▶**実施期間**:5月~来年2

月 ▶**募集団体数**:6団体(書類選考) ▶**委託料**:1講座につき2万5000円まで ▶**申込**:国保年金課(区役所本庁舎3階)や区ホームページにある募集の手引きをご覧の上、講座実施日の1カ月前までに国保年金課保健事業担当係 ☎5984-4551

税

令和4年度特別区民税・都民税(住民税)証明書の交付

住民税証明書(3年中の所得の証明書)の交付開始日は、給与特別徴収で納税している方(給料から住民税が差し引かれる方)と非課税の方は5月10日(火)、それ以外の方は6月10日(金)です。▶**問合せ**:税証明・軽自動車税担当 ☎5984-4536

固定資産税に係る土地・家屋の価格などがご覧になれます

▶**対象**:令和4年1月1日現在、区内に土地・家屋をお持ちの方 ※詳しくは、お問い合わせください。▶**期間**:6月30日(木)までの午前8時30分~午後5時(土・日曜、祝休日を除く) ▶**場所・問合せ**:練馬都税事務所 ☎3993-2261

都税の納付はキャッシュレス納付が便利です

スマートフォンの決済アプリやクレジットカードなどで納付できます。また、練馬都税事務所では、電子マネー(交通系ICカード、nanaco、楽天Edy、WAON)でも納付できます。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ**:練馬都税事務所 ☎3993-2071

国民年金

令和4年度の学生納付特例を受け付けます

学生で収入が少なく保険料を納められない方は、申請して承認されると、承認された期間について、保険料の後払い(10年以内)ができます。

※対象にならない学校があります。 ※3年度の承認を4年2月中旬までに受けた方は、4月中旬までに日本年金機構から申請書が送付されます。 ※後払いすると加算額が上乗せされる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ**:練馬年金事務所 ☎3904-5491、国民年金係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4561

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**:60名(先着順) ▶**申込**:5月12日(木)までに電話で練馬福祉人材育成・研修センター ☎6758-0145

内容	日程[7日制]	場所
講義	5/13(金)・20(金)、6/3(金)・17(金)	ココネリ3階
救命講習	6/10(金)	学校教育支援センター
実習	5/28(土)	

※時間はいずれも3~6時間程度。 ※9/2(金)にフォローアップ研修を実施。

働く

特別区(東京23区)区立幼稚園の臨時的任用教員[登録制]

▶**対象**:幼稚園教諭普通免許がある方 ▶**場所**:東京23区(大田区・足立区を除く) ▶**選考方法**:書類選考・面接 ▶**申込**:教育指導課(区役所本庁舎12階)や特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課(千代田区飯田橋3-5-1)にある申込書を、特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課 ☎5210-9857 ※申し込み期限など詳しくは、同ホームページ(<https://www.union.tokyo23city.lg.jp/>)をご覧ください。

石神井公園区民交流センターでテレワークや勉強をしませんか

4月から、個人で利用できるパーソナルスペースを設置しました。ぜひご利用ください。▶**時間**:午前9時~午後10時 ▶**席数**:5席 ▶**申込**:電話で石神井公園区民交流センター ☎5910-3451 ※利用希望日の2カ月前の月初から予約ができます。



年に一度の狂犬病予防注射をお忘れなく

犬の登録も受け付けます

4月に狂犬病予防集合注射を行います。生後91日以上の犬は、毎年1回(4~6月)の狂犬病予防注射と生涯1回の登録が義務付けられています。ぜひこの機会をご利用ください。 ※ペット相談コーナーあり。

▶**費用**:狂犬病予防注射...3,750円(注射料金3,200円、注射済票交付手数料550円)、登録手数料...3,000円

▶**問合せ**:生活衛生課管理係(区役所東庁舎6階) ☎5984-2483



会場で受けられない方へ

●犬の登録

区民事務所や保健相談所、生活衛生課で受け付けます(手数料3,000円)。 ※犬が死んだ場合や区内に転入、区内で転居した場合なども前記の登録窓口へ届け出が必要です。

●狂犬病予防注射

動物病院で注射を済ませ、証明書を受け取ってください(注射料金は動物病院により異なります)。その証明書を保健相談所または生活衛生課に提示し、注射済票の交付を受けてください(交付手数料550円)。

マイクロチップの装着を

飼い犬にマイクロチップを装着しておく、迷子の時や災害時に離れても、飼い主のもとに戻る可能性が高くなります。会場では、登録代だけでマイクロチップを装着できる事業の応募用紙を練馬区獣医師会が配布しています(抽選50頭)。

〈マイクロチップの装着がお済みの方へ〉

6月からマイクロチップの情報を環境省のデータベースで一元管理する制度が始まります。民間機関に登録済みの方は、移行サイトから手続きできます。

登録はコチラ▶



日程	時間・場所	
	10:00~12:00	13:30~15:30
4/11(月)	平和台図書館(平和台1-36-17)	西大泉公園(西大泉3-21-4)
4/12(火)	長光寺橋公園(石神井町1-1-58)	高稲荷公園(桜台6-40-1)
4/13(水)	豊玉公園(豊玉北6-8-3)	あおい公園(大泉学園町4-18-6)
4/14(木)	大泉井頭公園(東大泉7-34-1)	春日町青少年館(春日町4-16-9)
4/16(土)		石神井公園草地広場(石神井町5-17)
4/18(月)	北八風の子公園(北町8-31-20)	三原台公園(三原台3-7-34)
4/19(火)	北新井公園(豊玉上1-23-4)	関区民センター(関町北1-7-2)
4/20(水)	上石神井公園(石神井台4-5-56)	土支田けやき公園(土支田2-12-2)
4/21(木)	ガラクタ公園(貫井4-2-20)	
4/23(土)		光が丘公園けやき広場(光が丘4-1-1)

〈注意事項〉

- ・2月28日までに犬の登録をした飼い主の方には、予防注射のお知らせを送付しました。問診票に記入の上、お越しく下さい。
- ・雨天などの場合、開始1時間前に実施の有無を決めますので、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。

特別区(東京23区)区立幼稚園の教員採用候補者

▶**対象:**幼稚園教諭普通免許があり(来年4月1日(土)までに取得見込みも可)、昭和63年4月2日以降に生まれた方▶**場所:**東京23区(大田区・足立区を除く)▶**一次選考:**6月19日(日)▶**申込:**教育指導課(区役所本庁舎12階)や特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課(千代田区飯田橋3-5-1)にある申込書を、5月6日(消印有効)までに特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課 ☎5210-9857 ※同ホームページ(<https://www.union.tokyo23city.lg.jp/>)からも申し込みます。

区立小中学校のスタッフ【会計年度任用職員】

▶**期間:**6月~来年3月(再任する場合あり)▶**場所:**区立小中学校▶**申込:**教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある申込書(写真貼付)と作文を、4月18日(必着)までに教育指導課管理係 ☎5984-5746

●学校生活支援員

▶**対象:**次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①教員免許がある②保育士・介護福祉士・心理士の資格などがある③学校教育や障害者施策などに関する知識・経験がある▶**日時:**1日7時間(月17日)▶**内容:**児童・生徒への学習支援、日常生活上の介助など▶**採用予定数:**20名(書類選考・面接)▶**報酬:**時給1,341円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

●スクール・サポート・スタッフ

▶**対象:**教員経験や民間企業などでの事務経験がある方▶**日時:**午前8時15分~午後5時の間の4時間(月17日)▶**内容:**一般教員の業務の補助▶**採用予定数:**2名(書類選考・面接)▶**報酬:**時給1,263円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。

●副校長補佐

▶**対象:**学校運営などに関する知識・経験がある方や民間企業などでの事

務経験がある方▶**日時:**午前8時15分~午後5時の間の5時間(月16日)▶**内容:**副校長の業務(事務管理・調査対応などの事務)の補佐▶**採用予定数:**3名(書類選考・面接)▶**報酬:**時給1,572円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。

●学力向上支援講師

▶**対象:**小学校全科の教員免許がある方▶**日時:**1日4~5時間(週5日)▶**内容:**児童への学習指導▶**採用予定数:**3名(書類選考・面接)▶**報酬:**時給2,008円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

自衛官など

▶**問合せ:**自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所 ☎3991-8921

種目	対象	募集期限
一般幹部候補生	22歳以上26歳未満の方(修士課程修了者は28歳未満)	4/14(木)
歯科・薬剤科幹部候補生	専門の大学を卒業した20歳以上30歳未満の方	
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	5/10(火)
自衛官候補生		随時

子ども・教育

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給月額が変わります

4月から下表の通り変更します。▶**問合せ:**児童手当係 ☎5984-5824

手当の種類		変更前	変更後
児童扶養手当(※)	全部支給	4万3160円	4万3070円
	一部支給	1万180~4万3150円	1万160~4万3060円
特別児童扶養手当	特児1級	5万2500円	5万2400円
	特児2級	3万4970円	3万4900円

※2人目以降は手当月額が異なります。

小中学生の就学費用を援助

経済的に困っている家庭に小中学校でかかる費用の一部を援助しています。申請方法など詳しくは、学務課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある案内をご覧ください。▶**対象:**区内在住で、国公立小中学校に通学するお子さんの保護者のうち、生活保護を受給している方、または世帯の前年所得が基準所得金額以下の方など▶**申請期限:**4月30日(消印有効)▶**問合せ:**学務課管理係 ☎5984-5643

男女共同参画情報紙「MOVE」中学生向け特別号を発行

性別の違いによって起きる不平等や、SNSでの性暴力被害などを紹介しています。区立中学生に配布するほか、図書館や青少年館、学校教育支援センター、男女共同参画センターえーる、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)などで配布します。 ※区ホームページでもご覧になれます。▶**問合せ:**人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

5月の赤ちゃん準備教室~沐浴体験コース(平日)

▶**対象:**妊娠中の方 ※家族1名の参加も可。▶**内容:**お風呂の入れ方の実習など▶**持ち物:**母子健康手帳▶**申込:**電話またはファクスで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定月を、各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日程	定員(先着順)
光が丘 ☎5997-7722 FAX 5997-7719	20(金)	16組
石神井 ☎3996-0634 FAX 3996-0590	13(金)	20組
大泉 ☎3921-0217 FAX 3921-0106	24(火)	10組

※時間はいずれも13:00~17:00の間の1時間30分程度。

5月の赤ちゃん準備教室~沐浴体験コース(土・日曜)

▶**対象:**平日の参加が難しい妊娠中の方 ※家族1名の参加も可。▶**内容:**お風呂の入れ方の実習など▶**持ち物:**母子健康手帳▶**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・3はA・Bの別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定月を、4月14日(必着)までに各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(抽選)
1 豊玉 (〒176-0012 豊玉北5-15-19) ☎3992-1188	29(日) A 9:00~12:00 B 13:15~16:15	各30組
2 北 (〒179-0081 北町6-35-7) ☎3931-1347	21(土) 9:00~11:40	30組
3 関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	28(土) A 9:00~10:30 B 10:30~12:00	各20組

※時間はいずれも1時間30分程度。

5月の育児栄養歯科相談

▶**対象:**0歳児と保護者▶**内容:**育児・食事・歯科相談▶**持ち物:**母子健康手帳▶**申込:**開催日の1カ月前から電話で各保健相談所へ ※おとなの歯磨き相談も実施しています。希望する方は、併せて申し込んでください。

場所(保健相談所)・申込先	日時
豊玉 ☎3992-1188	18(水) 9:00~10:00
北 ☎3931-1347	13(金) 9:00~10:00
光が丘 ☎5997-7722	18(水) 9:00~10:30
石神井 ☎3996-0634	20(金) 9:00~10:30
大泉 ☎3921-0217	23(月) 9:00~10:00
関 ☎3929-5381	16(月) 13:00~15:00

4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。事前に各機関へ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。	平日の20:00~22:30 土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30、18:00~21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
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	土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30、18:00~21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
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	
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	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:**日曜・祝休日の午前9時~午後7時

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
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●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

29日(祝)	ジェイシー歯科吉積(高松5-8-16)	☎5372-4444
	かぶらぎ歯科(高野台3-7-8)	☎5372-1182

●テレホンサービス

- 東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら…」
携帯電話など ☎#7119
ダイヤル回線 ☎3212-2323
- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303(毎日24時間自動応答)

●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

3日(日)	にだいら整骨院(桜台1-5-4)	☎3993-7866
	たけくま整骨院(高松6-26-2)	☎3995-7378
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
10日(日)	小間沢接骨院(早宮4-25-3)	☎5999-1550
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	日高アスリート接骨院(関町北2-28-3)	☎6882-3979
17日(日)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)	☎5848-8034
	浅木接骨院(西大泉2-16-26)	☎3923-1686
24日(日)	牧内整骨院(北町1-1-18)	☎3931-1050
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288
29日(祝)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	いとう接骨院(田柄3-23-11)	☎3999-0009
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183

高齢者



会員以外の区民に参加を呼び掛けよう！高齢者サークルの事業に助成

▶対象: おおむね60歳以上の方が、定期的に活動を行っている20名以上のサークル ▶助成事業: ①会員以外の区民の参加が10名以上の事業 ②会員以外の区民を対象としたボランティア活動 ※要件など詳しくは、お問い合わせください。 ※①②の助成を両方受けることはできません。 ▶助成額: 対象事業経費の2分の1(上限年4万円) ▶申込: 高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある申込用紙に必要書類を添えて、4月20日(必着)までに高齢社会対策課いきがい係 ☎5984-4763 ※応募者多数の場合は抽選。

はつらつセンター豊玉の催し

▶対象: 区内在住の60歳以上の方 ▶場所: はつらつセンター豊玉 ▶申込: 1 4月10日(日) 2 14日(木)までに電話で同所 ☎5912-6401

1 和菓子教室

▶日時: 4月18日・25日、5月16日の月曜午前10時～正午【3日制】 ▶講師: 料理研究家/柴崎真保 ▶定員: 16名(抽選) ▶材料費: 1,000円

2 みんなで歌う春の音楽会～唱歌・昭和歌謡など

▶日時: 4月29日(祝)午後2時30分～3時30分 ▶出演: メイプルズ ▶定員: 20名(抽選)

はつらつシニアクラブ ～「はつらつ度」測定します

体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度などの測定やフレイルチェック(心身の活力低下の有無を確認)などを行い、アドバイスをします。また、運動や文化活動

など近隣で活動している団体の紹介も行います。 ※ペースメーカーを使用の方は一部の測定ができません。 ※申し込みは1人1会場です。

▶対象: 区内在住の65歳以上の方 ▶定員: 各50名(先着順) ▶区の担当: 介護予防係 ▶申込: 電話でスポーツクラブネサンス石神井公園 ☎5910-3975(午前11時～午後7時)

場所	日時
田柄地区区民館	4/20(水) 9:30～12:00
下石神井地区区民館	4/22(金) 9:30～12:00

スポーツ



令和4年度版スポーツガイドブックを発行

区立スポーツ施設などの案内や利用方法、4月から行うスポーツ教室・大会の日程などを紹介しています。

▶配布場所: 区民事務所(練馬を除く)、体育館、庭球場、練馬総合運動場公園、三原台温水プール、中村南スポーツ交流センター、石神井松の風文化公園、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、スポーツ振興課(同本庁舎8階)など ▶問合せ: スポーツ振興課管理係 ☎5984-1372

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(1～7の別も)②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤性別⑥電話番号⑦16は用具の貸し出し希望の有無を、4月11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 ソフトテニス

▶対象: 中学生以上 ▶日時: 5月7日～28日の毎土曜午前9時30分～午後0時30分【4日制】 ▶場所: 豊玉中

公園庭球場 ▶定員: 30名(抽選) ▶保険料など: 1回500円 ※用具の貸し出しあり。

2 バドミントン

▶対象: 15歳以上の方(中学生を除く) ▶日時: 5月11日～6月15日の毎水曜午前10時～正午【6日制】 ▶場所: 上石神井体育館 ▶定員: 40名(抽選) ▶保険料など: 2,500円

3 バレーボール

▶対象: 15歳以上の方(中学生を除く) ▶日時: 5月12日～6月16日の毎木曜午前10時～正午【6日制】 ▶場所: 総合体育館 ▶定員: 50名(抽選) ▶保険料など: 500円

4 健やか体操

▶対象: 65歳以上の方 ▶日時: 5月12日～6月16日の毎木曜午後1時30分～3時【6日制】 ▶場所: 大泉学園町体育館 ▶定員: 10名(抽選) ▶保険料: 198円

5 やさしいエアロビクスダンス

▶対象: 15歳以上の方(中学生を除く) ▶日時: 5月13日～6月17日の毎金曜午後7時～9時【6日制】 ▶場所: 光が丘体育館 ▶定員: 60名(抽選) ▶保険料: 198円

6 ゴルフ

▶対象: 15歳以上の方(中学生を除く) ▶日時: 5月13日～7月1日の毎金曜午後4時～5時30分【8日制】 ▶場所: 上井草ゴルフセンター(上石神井南町1-1) ▶定員: 20名(抽選) ▶保険料など: 1万2264円 ※用具の貸し出しあり。

7 親子体操

▶対象: 4歳以上の未就学児と保護者 ▶日時: 5月15日～6月19日の毎日曜午前10時～11時30分【6日制】 ▶場所: 上石神井体育館 ▶定員: 20組(抽選) ▶保険料: 1人198円

女性スポーツ大会 バレーボール

▶対象: PTAチーム(区内の同一小学校の児童の母親)またはクラブチーム(区内在住の20歳以上の既婚女性・30歳以上の未婚女性) ▶日時: 5月29日(日)・31日(火)、6月3日(金)・11日(土) いずれも午前9時から ▶場所: 総合体育館 ▶内容: 9人制トーナメント ▶保険料など: 1チーム2,000

円 ▶区の担当: スポーツ振興課事業係 ▶申込: 体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧の上、4月15日(必着)までに申し込んでください ▶問合せ: 練馬区バレーボール連盟・佐藤 ☎090-3684-4046

講座・催し



勤労福祉会館の催し

▶場所: 勤労福祉会館 ▶申込: 1 5月2日(月) 2 3 17日(火)までに電話で同所 ☎3923-5511

1 スマートフォン(アイフォーン)の使い方を学ぼう

▶日時: 5月4日～25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 ▶定員: 20名(先着順) ▶費用: 4,000円

2 就労支援講座「自己肯定感を高めよう！」

▶日時: 5月20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: 30名(先着順)

3 健康生きがい講座「お薬手帳と『社会的処方』の関係」

▶日時: 5月21日(土)午後2時～4時 ▶講師: 高齢社会エキスパート/竹内治之 ▶定員: 30名(先着順) ▶費用: 200円

五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート

～モーツァルト管楽器の作品を聴く

▶対象: 中学生以上 ▶日時: 4月23日(土) ①午後1時30分～3時 ②午後3時30分～5時 ▶場所: 石神井松の風文化公園管理棟 ▶定員: 各16名(抽選) ▶費用: 300円 ▶申込: 往復ハガキで①催し名(①②の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、4月8日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44石神井公園ふるさと文化館分室へ ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)からも申し込みます。 ▶問合せ: 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

地区区民館の 新入生歓迎行事を紹介!

地区区民館は、乳幼児から高齢者まで、さまざまな年代の方が楽しめる事業を行っています。4月に新小学1年生の歓迎行事を行います。ぜひ、お近くの地区区民館にお越しください。 ※★は要予約。催しの内容など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

地区区民館名・問合せ	日時	内容
下石神井 ☎3904-5061	4/4(月)～8(金) 9:30～17:00	手作り品のプレゼント
北町第二 ☎3931-1270	4/6(水)14:00から	ゲーム大会
	4/20(水)15:00から	記念品のプレゼント
南 大 泉 ☎3978-9791	4/7(木) 13:30～14:00・ 14:15～14:45	びっくり袋の工作
春日町南 ☎3926-4971	4/13(水)15:30から	ゲーム大会など
立 野 ☎3928-6216	4/18(月)14:30から	プラバン工作
	4/21(木)14:30から	ストラックアウト体験会
豊 玉 北 ☎3948-3061	4/20(水) 15:00～16:00	★スタンプラリーなど
西 大 泉 ☎3921-6493	4/20(水)15:30から	ゲーム大会
貫 井 ☎3926-7217	4/20(水)15:00から	★ゲーム大会
光 が 丘 ☎3979-6911	4/20(水)15:00から	ゲーム大会など
早 宮 ☎3994-7961	4/27(水)15:15から	おてだまアトラクションなど

4/2～8は 発達障害 啓発週間

発達障害のあるお子さんの 家族を支援します

発達障害のあるお子さんを育てた経験のある方に悩みを相談してみませんか。未就学や学齢期のお子さんだけでなく、成人期の方の相談も受け付けます。電話または電子メールでお問い合わせください。 ▶ 区の担当: 障害者施策推進課事業計画担当係

こんな悩みや不安を抱えていませんか

- 子どもへの正しい接し方が分からない
- 気になることがあるが、専門機関に行くのは敷居が高い
- 今後の進路に不安がある

相談窓口・問合せ

NPO法人 I am OKの会 ☎5903-8381
(毎金曜午前10時～午後3時)
Eメール mentor@oknokai.net

広告 **家電を正しくリサイクル!** 【テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機】回収を致します。 ※家電リサイクル券を発行し、リサイクル料金と収集運搬料金を頂戴しております。



お申込みは WEBか お電話で

株式会社サン・グリーン/練馬電機商会
〒176-0012東京都練馬区豊玉北4-1-3 (平日10-17時 土日祝日休) TEL: 03-3994-1422

※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。

手づくり品販売市場 「ねりいちinココネリ」

障害のある方が作ったお菓子や雑貨などを販売します。▶日時:4月18日(月)~22日(金)午前11時~午後2時▶場所:ココネリ2階▶問合せ:就労支援係☎5984-1387

パネル展 「女性の日・男女共同参画」

▶日時:4月2日(土)~7日(木)午前8時45分~午後8時(7日は午後3時まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:男女共同参画担当係☎5984-4518

つながるカレッジねりま オンライン公開講座 ~地域活動とコミュニケーション

つながるカレッジねりまは、地域活動に役立つ知識とスキルを学ぶ場です。今回、カリキュラムの一部をYouTubeで公開します。▶日時:4月30日(土)午前10時~正午▶講師:おたがいさまの会代表/志寒浩二▶申込:4月26日(火)までに電話でカレッジ担当係☎5984-1613 ※ポータルサイト(https://www.collegenerima.jp/)からも申し込みめます。

ヤングダンス講座

▶対象:中学生~おおむね30代の方▶日時:④4月10日(日)⑥6月5日(日)午後6時~8時⑤5月17日(火)午後7時~9時▶場所:春日町青少年館▶内容:ヒップホップダンスなど▶講師:ダンスインストラクター/湖都美▶定員:各25名(先着順)▶申込:電話で同所☎3998-5341

ふるさと文化講座 「現代に生きる柳生新陰流」

▶日時:5月22日(日)午後2時~3時30分▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶内容:講演会、演武▶講師:柳生新陰流兵法第二十二世宗家/柳生耕一平蔵信▶定員:80名(抽選)▶申込:往復ハガキで①講座名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、4月21日(必着)までに〒177-0041石神井町5-12-16 石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060 ※同ホームページ(https://www.neribun.or.jp/furusato.html)からも申し込みめます。

オンライン見学会 「京都大学飛騨天文台 ~太陽の観測と研究の紹介」

太陽のライブ映像や天文台の様子、

研究内容をZoomで配信します。▶対象:小学生以上▶日時:4月24日(日)午前10時~11時▶定員:30名(先着順)▶申込:4月12日(火)までに、リサイ

クルセンターホームページ(https://www.nerima-rc.jp/)から申し込んでください▶問合せ:豊玉リサイクルセンター☎5999-3196

四季の香ローズガーデンの催し

1 カモミール蒸留・化粧水づくり講座

ジャーマンカモミール水を使って、肌に優しい化粧水を作ります。▶日時:5月4日(祝)午前10時30分~正午⑥午後2時~3時30分▶講師:NPO法人自然工房めばえ/橋本ゆうこ▶定員:各15名(抽選)▶費用:2,000円

2 春のグリーンハーブと山菜の楽しみ方

▶日時:5月5日(祝)午前10時~11時30分⑥午後1時~2時30分▶講師:NPO法人自然工房めばえ/金近ひろ▶定員:各15名(抽選)▶費用:3,000円

3 河合伸志さんのバラと 草花のお庭のつくりかた講座

▶日時:5月14日(土)午前11時~正午⑥午後1時~2時▶定員:各28名(抽選)



▶申込:往復ハガキで①講座名(1~3と④⑥の別)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、124月18日328日(必着)までに〒179-0072光が丘5-2-6 四季の香ローズガーデン☎6904-2061 ※同ホームページ(https://www.shikinokaori-rose-garden.com/)からも申し込みめます。 ※他にもさまざまな催しを開催します。詳しくは、同ホームページをご覧ください。

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

◆ダブルタッチ教室▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:④4月2日(土)⑥10日(日)⑥16日(日)②23日(土)午前9時~10時30分▶場所:④⑥校台体育館②校台地区区民館▶講師:JDDA公認インストラクター/金子寧々▶定員:各15名(先着順)▶費用:500円▶申込:電話または電子メールで①教室名(④~⑥の別)②住所③氏名④年齢(学生は学年も)⑤電話番号を、開催日の前日まで

にSSC桜台・南波☎090-1408-9900 [Eメール] sakuradai.staff3@gmail.com

◆リトミック教室▶対象:1~3歳児と保護者▶日時:4月5日・19日、5月17日・31日、6月7日・21日の火曜④午後1時15分~2時⑥午後2時10分~2時55分▶場所:平和台体育館▶講師:キラキラプロジェクト/戸ヶ崎幸子ほか▶定員:各12組(先着順)▶費用:1組1,000円▶申込:開催日の前日までに電話でSSC平和台☎5921-7800(平日午前9時~午後5時)

◆キッズフラダンス▶対象:4歳児~小学生▶日時:4月5日~6月28日の毎火曜午後4時30分~5時30分(5月3日を除く)▶場所:光が丘体育館▶定員:各20名(先着順)▶費用:1回500円▶申込:電話でSSC光が丘・太田☎090-4745-8498

◆えこだパンさんぼwith桜台▶日時:4月9日(土)・10日(日)午前10時~午後5時▶場所:西武池袋線古田駅・桜台駅周辺▶内容:パン屋を巡るスタンプラリー▶問合せ:運営委員会・萩原☎090-7735-1804 ※詳しくは、とにかく江古田! プロジェクトホームページ(https://tonikakuekoda.jimdofree.com/)をご覧ください。

◆インボイス制度の説明会▶対象:事業者▶日時:4月14日(休)午前10時30分~11時30分⑥午後1時~2時▶場所:勤労福祉会館▶定員:各20名(先着順)▶申込:電話で練馬西税務署☎3867-9711 ※インボイス制度については、国税庁ホームページ(https://www.nta.go.jp/)でもご覧になれます。

◆オンライン配信・区民健康づくりセミナー「相手は新型コロナ! 我ら練馬の総力戦!」6月13日(月)から配信します。視聴方法など詳しくは、練馬区医師会ホームページ(http://www.nerima-med.or.jp/)をご覧ください。▶問合せ:練馬区医師会☎3997-7500

◆ねりま遊遊スクール▶わお!おやこの会~手遊びや絵本▶対象:0~4歳児と保護者▶日時:4月24日(日)①午前10時~10時40分②午前11時~11時40分▶場所:生涯学習センター▶定員:各8組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話で(一社)わお!事務局☎080-5348-2052(午前9時~午後5時)

◆朝・夕・青空市▶南ヶ丘商店街▶日時:4月8日(金)午前9時から▶問合せ:鈴木☎3990-6004▶光が丘IMA南館▶日時:4月10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

◆わお!おやこの会~手遊びや絵本▶対象:0~4歳児と保護者▶日時:4月24日(日)①午前10時~10時40分②午前11時~11時40分▶場所:生涯学習センター▶定員:各8組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話で(一社)わお!事務局☎080-5348-2052(午前9時~午後5時)

朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街▶日時:4月8日(金)午前9時から▶問合せ:鈴木☎3990-6004▶光が丘IMA南館▶日時:4月10日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永☎090-4374-3888

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。

■書道(漢字・かな・ペン字・インテリア書道など) ①第1・3②第2・4火曜午前9時30分~正午、③第2水曜午前10時~午後1時④第1または第2土曜午後1時30分~3時30分 ①サンライズ練馬②勤労福祉会館③貫井地区区民館④東大泉中央地域集会所 練馬区書道連盟所属の講師が指導 ①~④とも入会金500円 月会費①②3,000円③④1,500円 初回は無料体験可 網☎090-8436-4028(要予約)

■フラダンス ナ ポーアカラー 初心者の女性対象 月3回土曜午前10時30分~11時30分 富士見台地区区民館 月会費3,500円 初回は無料体験可 酒井☎090-9849-6348 [Eメール] nokko.pikake@au.com(要予約)

■楽しく泳いで健康づくり スイマーズ 3泳法で25m泳げる女性対象 毎水曜午前11時~午後1時 上石神井体育館 月会費2,000円 初回は無料体験可 高橋☎FAX 3929-3880(要予約)

■音声ガイド作成講座 (一社)ウイスタイムハウス 5月からの第2・4土曜午後1時30分~4時30分 勤労福祉会館など 講師 美月めぐみほか 会費1回500円 5月14日に勤労福祉会館などで説明会あり 加藤木☎5935-4955 [Eメール] info@withtimehouse.org(要予約)

■第12回アートフロンティア展(絵画・彫刻など) 4月11日~17日午前11時~午後6時(11日は午後2時から。17日は午後4時まで) 練馬文化センター 入場無料 実行委員会・青木☎090-8500-0237

■水泳 火曜会 おおむね55歳以上の初心者~初級者対象 毎火曜午後3時~5時 光が丘体育館 講師 ミズノスポーツサービス(株)社員/唐島田未紗 入会金1,000円 月会費3,000円 保険料年1,850円(65歳以上1,200円) 初回は無料体験可 鈴木☎FAX 3979-9647 [Eメール] tskszk1045@yahoo.co.jp(要予約)

■①②リトミック③キーボード体験会 4月5日・12日・19日・26日①午前9時20分~10時(0・1歳児)②午前10時10分~11時(2~4歳児)③午前11時10分~11時40分(2~4歳児) 光が丘区民センター5階 ①~③とも参加費1回100円 ジャックと豆の木・横山☎090-9360-0051 [Eメール] aria.mamemari@gmail.com(要予約)

■日本太鼓伝承塾 月4回以上(初級12回・中級24回・上級36回) 豊玉第二小など 入会金2,000円 会費1回1,000円 初回は無料体験可 4月9日午後1時から区役所アトリウム地下多目的会議室で説明会あり(資料代500円) 和田☎080-4000-2729(要予約)

■書道と漢字の勉強 書学会 第4土曜①午後4時30分~5時15分②午後5時25分~6時10分③午後6時20分~7時5分④午後7時15分~8時 三原台地域集会所 練馬区書道連盟所属の講師が指導 ①~④とも入会金500円、月会費500円、教材費月660円 初回は無料体験可 羽田☎090-9156-8246(要予約)

■少年少女体操教室 キリンクラブ 小学生対象 毎木曜午後4時~6時 上石神井体育館 練馬区体操指導員が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 佐藤☎080-5516-4170 [Eメール] kirin-club@hotmail.com(要予約)

■東アジア近現代史セミナー「ウイグル人からの告発」 4月9日午後1時45分~4時30分 ココネリ3階 講師 ウイグル文学研究者/ムカイダイス 参加費700円(学生は500円) オンライン配信あり(電子メールで申し込み) 小沼☎FAX 3991-7087 [Eメール] watanabeyosuke0526@yahoo.co.jp(要予約)

■ハイキングクラブ・ぐるうぶ山人年50回程度ハイキングや縦走、名所めぐり、街歩き 第1木曜午後7時~9時に貫井地区区民館で例会あり 入会金1,500円 月会費1,000円 石井☎3999-6097

■すみれ華道会(池坊) 初心者対象 第1水曜午前10時~正午 下石神井地区区民館 講師 新倉敏子 会費1回1,000円 花材代1回2,000円 橋本☎3920-2360(要予約)

■大泉太極拳クラブ(楊名時・健康太極拳) 20歳以上の初心者対象 月4回金曜午後7時~8時45分 大泉学園町体育館 日本健康太極拳協会認定師範が指導 月会費3,000円 初回は無料体験可 北☎080-5460-2898(要予約)

■イタリア語サークル(イタリア語とイタリアの文化などの話) 初級者対象 毎水曜午後2時~3時30分 生涯学習センター分館 イタリア人講師が指導 月会費3,500円 大沢☎090-4413-0778(要予約)

■日本・世界の名曲を歌う会 4月25日午前10時~正午 サンライズサーカス(西大泉4-20-17) 参加費500円 例会...第4水曜午前10時~正午 サンライズサーカス 会費1回500円 歌サロサンライズ・中越☎FAX 5905-7127 [Eメール] miccosoprano@gmail.com(要予約)

■フラダンス会・カイヒクローニ 50歳以上の多少経験のある方対象 月3回金曜午後2時15分~3時45分 小竹地域集会所 月会費4,500円 初めの3回は無料体験可 西村☎FAX 3991-7125 [Eメール] kalanilokomaikai@gmail.com(要予約)

■認知症予防紙芝居と続続講演会 4月27日午後1時30分~3時30分 高野台地域集会所 参加費無料 認知症予防講座ライフプランを考える会・二階堂☎090-6119-0564 [Eメール] nikaidogyouseishosi@aol.com(要予約)

■ラジオ体操・練功十八法 練馬すずしろ会 毎日午前6時30分~7時 練馬総合運動公園(少年野球場) 年会費2,400円 初回は無料体験可 富吉☎3992-1352

■60代からのらくらくピアノ無料体験会 4月10日・24日午後1時30分~3時 男女共同参画センターえーる 例会...月2回午後1時30分~3時 石神井公園区民交流センター 会費1回1,333円 石神井公園らくらくピアノ・工藤☎090-2474-2753(要予約)

■表千家茶道 きぬがさ会 初心者の女性対象 第2・4日曜午後1時~5時 向山庭園 月会費3,000円 水屋料実費 関☎3923-6216



シェアサイクルを使ってみよう!

同じ事業者のサイクルポート(自転車置き場)であれば、いつでもどこでも自転車の貸し出し・返却ができます。4月からポートの設置場所が増え、他自治体との相互乗り入れも可能になりました。▶区担当:自転車対策係

ここが便利
ポートの設置場所が区内全域に!

ここが便利
区外との相互乗り入れ開始!

名称	
ドコモ・バイクシェア 	ハローサイクリング 
区内のポート数 ※随時増設予定。	
58カ所	34カ所
1回会員の基本料金(税込み)	
30分ごとに165円	最初の30分130円 (15分ごとに100円)
問合せ	
▶事業者名:株式会社ドコモ・バイクシェア ▶問合せ:運営事務局 ☎0570-783-677  https://docomo-cycle.jp/nerima/	▶事業者名:オープンストリート株式会社 ▶問合せ:お客様サポート窓口 ☎050-3821-8282  https://www.hellocycling.jp/



〈サイクルポート設置場所を募集しています〉
 私有地やマンション、店舗などで設置を検討していただける方は、各事業者にお問い合わせください。

練馬文化センターの催し

問合せ ☎3993-3311
<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>



公益財団法人 練馬区文化振興協会
 nerima cultural promotion association

練馬文化センター(小ホール) **0歳以上 入場無料**

5/18水 アフタヌーン・ミニコンサート5月
 14:00開演

出演 Daichi Kuruwa Trio(ジャズ)
 曲目 J.マクヒュー／オン・ザ・サニー・サイド・オブ・ザ・ストリートなど
 定員 400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・電子メールアドレス(ある方のみ)③年齢(未就学児のみ)④参加人数(2名まで。座席が不要なお子さんを除く)を、4月18日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 練馬文化センターへ ※③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。



練馬文化センター(大ホール) **優先 割引 小学生**

8/7日 フレッシュ名曲コンサート
 15:00開演 **熱狂のボレロ×カルメン**

出演 大友直人(指揮)、前田妃奈(バイオリン)、東京交響楽団(管弦楽)
 曲目 ビゼー／カルメン組曲より、ラベル／ボレロなど
 入場料 S席3,800円、A席3,000円、B席2,500円
 予約 5月15日(日)午前10時から①②③(購入は16日(月)午前10時から①②③)
 ※ワークショップあり。詳しくは③へ。





大友直人 ©Rowland Kirishima
 前田妃奈 ©Taira Tairadate
 東京交響楽団 ©T.Tairadate/TSO

練馬文化センター(小ホール) **優先 割引 小学生**

7/24日 厳選!ヴィルトゥオーゾシリーズvol.6
 14:00開演 **佐藤晴真チェロ・リサイタル**

出演 佐藤晴真(チェロ)ほか
 曲目 ベートーベン「魔笛」の主題による7つの変奏曲など
 入場料 3,500円(全席指定)
 予約 5月1日(日)午前10時から①②③
 (購入は2日(月)午前10時から①②③)



練馬文化センター(小ホール) **優先 割引 小学生**

6/25日 19:00開演 **イッセー尾形の妄ソノ劇場その5**
6/26日 15:00開演 **ここまで来ればみんなおんなじ(笑)**

ユーモアあふれる人々が登場する一人芝居です。
 入場料 5,000円(全席指定)
 予約 4月29日(祝)午前10時から①③
 (購入は30日(土)午前10時から①②③)



チケット
 予約・購入
 はこちらで

①練馬文化センター(練馬駅下車中央北口徒歩1分)
 ☎3948-9000 (チケット予約電話。午前10時～午後5時)
 ②大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅下車北口徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))
 ③練馬区文化センターホームページ <https://www.neribun.or.jp/nerima.html>
 ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①にお問い合わせください。
 ※電話予約で完売の場合は、窓口での販売はありません。

優先 友の会会員は優先予約ができます。
割引 友の会会員は1割引きで購入できます(各公演2枚まで)。
小学生 未就学児は入場できません。
0歳以上 該当年齢から入場できます。
 友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。