

練馬のみどりを未来につなぐ ~みどりを守り、増やしていこう



練馬区は、公園や緑地、農地など豊かなみどりに恵まれています。大切なみどりを守り、未来に引き継ぐための取り組みを紹介します。
▶問合せ:みどり推進課計画係 ☎5984-1659
FAX 5984-1227

🌲🌲 詳しくは2・3面へ 🌲

みんなでつなげよう！ 練馬のみどりを未来へ

問合せ みどり推進課計画係 ☎5984-1659

練馬のみどりが減少しています

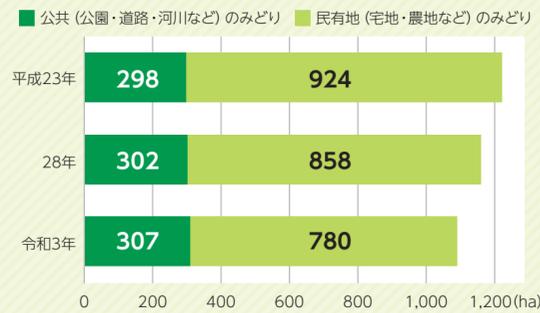
区は、みどりに関する施策を検討するために、5年ごとに「みどりの実態調査」を行っています。令和3年度の調査では、民有地のみどりが大きく減少していることが分かりました。
※調査結果は、夏ごろ公表予定です。詳しくは、後日区報などでお知らせします。

ランドデザインに基づき みどりのネットワークを形成します

公園を整備し、都市計画道路や河川などつなぐ「みどりのネットワーク」の形成には長い年月を要します。平成30年に策定した「都市のランドデザイン」に基づき、みどり豊かな成熟都市を目指します。

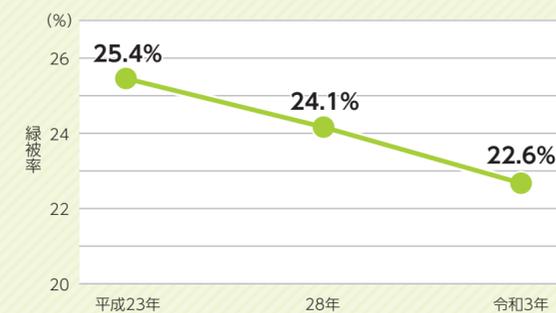
民有地のみどりが減少

公園の整備などにより公共のみどりは増加していますが、民有地のみどりが減少しています。



緑被率が低下

上空から見て、樹木地や草地、農地で覆われている土地の面積割合が年々低下しています。



公共のみどりは約9ha増加しています



清水山の森
大泉学園町希望が丘公園

(10年間の区の取り組み)

- こどもの森の開園
- 清水山の森の開園
- 練馬総合運動場公園の開園
- 上石神井こもれび公園の開園
- 大泉学園町希望が丘公園の拡張
- 補助132号線の整備 など

位置は3面の地図参照

みどり全体は減少しています

10年間でみどり全体の1割(約135ha)が失われています



石神井公園(22.6ha)

約6個

目指す将来像と取り組みの状況

公園の整備

みどりや水に触れるなど、区民が思い思いに過ごす場所や防災拠点として利用されています。

道路や河川の緑化

街路樹が大きく成長し、みどり豊かで快適な空間となっています。

樹林地の保全

雑木林や屋敷林、湧水池など、貴重な植物と出会える区民のオアシスになっています。

都市農地の保全

住宅地と農地が共存するなど、農を活かしたまちづくりが進み、区の魅力が高まっています。



区民の皆さまと共に進めます

～みどりのムーブメントの輪を拡大

区民の皆さまから

「公園や緑地のさらなる整備」が望まれています

みどりの実態調査の区民アンケートでは、「今後の必要な取り組み」として6割以上の区民の皆さまが公園や緑地の整備を望んでいます。

1位 (64.3%)

豊かなみどりをつくるため、道路や河川沿いに公園や緑地を整備する

2位 (61.2%)

誰もが気軽に利用できるように、身近な公園や緑地を整備する

3位 (44.5%)

練馬のみどりを守るために、民有樹林地や農地の所有者を積極的に支援する

みどりを守り育てる活動

樹林地の保全や落ち葉清掃など、民有地のみどりを地域で守る活動を行っています。



練馬みどりの葉っぱい基金

4面に関連記事を掲載

練馬のみどりを未来へつなぐための基金です。稲荷山公園の整備のために、多くの方から約2000万円の寄付をいただきました。

〈稲荷山公園基本計画(整備イメージ)を策定〉

長期プロジェクトとして都市計画決定されている区域の整備イメージを示しています。今後も節目ごとに地域の皆さまに説明し、ご意見を伺いながら進めていきます。計画は、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)、道路公園課(区役所本庁舎14階)、区ホームページでご覧いただけます。

▶ 問合せ: 道路公園課公園係 ☎5984-1365

魅力もりもり！ねりまの“農”

練馬区は、大都市東京の都心近くに立地しながら、市民生活と融合した“生きた農業”があるまちです。都市生活に豊かさをもたらす“ねりまの農”を楽しみませんか。

みんなで楽しむ畑！

(仮称) 農の風景公園 来年3月オープン

(仮称)農の風景公園は、「農の景観を区民とともに育て・守る畑」をコンセプトとした区立の畑です。オープンに向けてプレイベントを行います。▶問合せ：農業振興係 ☎5984-1403

見る

自由に散策して作物の成長を観察できる！

楽しむ

マルシェなど、イベント盛りだくさん！

触れる

種まきや収穫など、農業体験ができる！

他にもイベントがいっぱい！

- ・野菜の即売会
- ・移動図書館
- ・トラクターの試乗

プレイベント

7/2(土) 夏野菜の収穫体験

とうもろこしや枝豆、じゃがいもなどを収穫して持ち帰れます。 ※収穫できる野菜は、生育状況により変更になる場合があります。▶対象：区内在住の方▶日時：7月2日(土)午前10時～正午の間の1時間 ※雨天時は7月3日(日)。▶定員：500名 ※申し込み多数の場合は抽選。▶申込：ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①収穫体験②代表者の住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号③参加者全員(4名まで)の氏名(ふりがな)を、6月17日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係へ ※結果は6月29日(水)までに通知します。



練馬みどりの葉っぱい基金～トラクターを調達するための寄付を募集

野菜作りや農業体験イベントなどで使うトラクターの調達に活用します。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)など▶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(抽選)▶問合せ：みどり推進課協働係 ☎5984-2418



(仮称)農の風景公園 (高松2-23)



昨年のプレイベントの様子



弾ける白味とほど良い酸味

農の情報をゲット！

アプリ「とれたてねりま」



農に関するさまざまな情報を発信しています。ぜひ、ご利用ください。▶問合せ：農業振興係 ☎5984-1403

3つが便利

- 1 直売所や飲食店の場所が一目で分かる！
- 2 最新の販売情報がリアルタイムに届く！
- 3 マルシェなどのイベント情報が手に入る！

ダウンロードはこちら

とれたてねりま



アイコン アイフォン アンドロイド

“農”

魅力を再発見！



農の恵みと風景を巡る

旬の野菜やブルーベリーの収穫体験を通じて、区内の農の風景が広がるエリアを満喫するツアーです。▶日時・場所：①7月10日(日)②11日(月)午前9時30分西武池袋線保谷駅集合～鈴木農園～高橋ベリーガーデン2～正午緑と農の体験塾解散▶定員：各15名(抽選)▶費用：1,500円▶申込：往復ハガキで①催し名(①②の別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、6月17日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1ねりま観光センター ☎4586-1199 ※同ホームページ(https://www.nerimakanko.jp/)からも申し込みます。



区役所アトリウムに!?

農産物自動販売機「ねり丸直売所」

区内の農産物直売所で実際に置かれている農産物自動販売機を、区役所アトリウムに設置しています。ぜひお買い求めください。▶営業日：平日午前10時30分～午後7時(年末年始を除く) ※悪天候や品切れにより販売を休止する場合があります。▶問合せ：農業振興係 ☎5984-1403

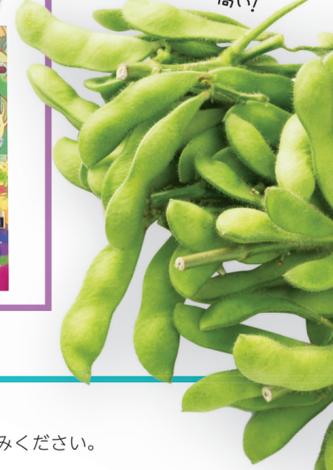
夏野菜がおいしい季節ねり！



©2011練馬区ねり丸



栄養価が高い！



旬の農産物が味わえる！

マルシェ



採れたての野菜や加工品など、旬の練馬産農産物をお楽しみください。▶区の担当：農業振興係

催し名	日時	場所	問合せ
軽トラマルシェ	6/9(木) 11:00～15:00	JA東京あおば 石神井公園支店跡地 (石神井町3-30-33)	JA東京あおば 石神井地区アグリセンター ☎3995-4955 (平日9:00～16:30)
ねりまde女子マルシェ	6/17(金) 10:00～14:00	区役所アトリウム	チームねりまde女子マルシェ・白石 ☎080-6510-6022 (平日11:00～17:00)
大泉ファーマーズマーケット	6/26(日) 9:00～15:00	大泉図書館、西本村憩いの森	Best Dishes!・荏荦 ☎090-5506-7700
麦わらマルシェ	7/3(日) 9:00～14:00	夏の雲公園みらいの広場 (月見大橋南側) (光が丘3-4)	JA東京あおば 練馬地区アグリセンター ☎3999-7851 (平日9:00～16:30)

※なくなり次第終了。



生産量は都内ナンバーワン！

令和4年度 特別区民税・都民税(住民税)のお知らせ

納税通知書を発送します

4年度住民税は、3年1月～12月の所得に対して課税され、4年1月1日現在お住まいの区市町村に納めることになっています。個人で納める方と公的年金から差し引かれる方には、4年度特別区民税・都民税納税通知書を6月10日(金)に発送します。個人で納める方の第1期分の納期限は6月30日(木)です。
※3月16日以降に申告した方は、申告内容が反映されていない場合があります。その場合は、後日変更通知書を送付します。 ※給与から差し引かれる方には、5月10日に税額通知書を勤務先に発送しました。

問合せ 課税内容(税額)などについて
…区税第一～第四係 ☎5984-4537
納付について
…納付案内センター ☎5984-4547

住民税の証明書が必要な方へ

4年度の住民税の課税(非課税)証明書・納税証明書は6月10日(金)から交付します。

問合せ 税務課税証明・軽自動車税担当
(区役所本庁舎4階) ☎5984-4536

証明書の交付が受けられる方

- ①税務署または練馬区に税の申告をした
 - ②勤務先が区に給与支払報告書を提出した
 - ③前年中に公的年金等を受給した
 - ④前記①～③の方に税法上扶養されている(証明内容に一部制限があります)
- ※①～④以外の方は、事前に申告の手続きが必要です。
※証明書は、4年1月1日現在お住まいの区市町村で交付します。

証明書の交付窓口・受付時間

- **区民事務所**…平日午前8時30分～午後7時
※練馬区民事務所のみ土曜午前9時～午後5時も受け付けています。
- **税務課**…平日午前8時30分～午後5時
- **郵便局(下表の11カ所)**…平日午前9時～午後4時
※申請時に区に住民登録している本人や住民票上同一世帯の親族に限ります。

郵便局名(所在地)	
練馬桜台二(桜台2-17-13)	練馬北町(北町1-32-5)
練馬貫井(貫井5-10-4)	練馬高野台駅前(高野台1-7-3)
練馬春日南(春日町1-12-3)	練馬関一(関町南1-6-1)
練馬土支田(土支田2-29-16)	練馬南大泉五(南大泉5-21-24)
練馬旭町(旭町2-43-11)	大泉(大泉学園町4-20-23)
練馬田柄二(田柄2-19-36)	

〈証明書の交付に必要なもの〉

本人による申請
本人確認ができるもの ○1点の提示でよいもの…官公署発行の写真付き証明書(運転免許証、マイナンバーカード、在留カードなど) ○2点以上の提示が必要なもの…官公署発行の写真のない証明書(健康保険証、介護保険証など)
代理人による申請 ※郵便局ではできません。 ①委任状(申請者本人が自署したもの) ※わたしの便利帳や区ホームページに見本があります。 ②代理人の本人確認ができるもの(前記「本人による申請」と同じもの)

※本人による申請の場合は、郵送でも取得できます。申請方法など詳しくは、わたしの便利帳や区ホームページをご覧ください。

夜間や休日に受け取ることができます

受け取る日(土・日曜、祝休日の場合は直前の平日)の午後5時までに、来庁する方が電話で税務課税証明・軽自動車税担当に予約してください。
※本人または区に同一世帯として住民登録している親族に限ります。
▶**交付窓口**:区役所西庁舎1階

マイナンバーカードをお持ちの方

コンビニや区民事務所の証明書発行機で証明書を取得できます

利用には、マイナンバーカードに登録した電子証明書の暗証番号(数字4桁)が必要です。コンビニでの交付は、セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップなどで取得できます。▶**時間**:午前6時30分～午後11時
※マイナンバーカードの申請は、個人番号カード事務センター ☎5984-4595。



証明書の種類と交付手数料

1 課税(非課税)証明書

所得金額や課税額を記載したもの ※前年中の所得証明書としても利用できます(例:4年度の証明書には3年1月～12月中の所得金額を記載)。

2 納税証明書

1の課税証明書に納税額を記載したもの

〈交付手数料〉

いずれも1通300円。マイナンバーカードを利用してコンビニや区民事務所の証明書発行機で取得する場合は、1通200円。
※新型コロナウイルス感染症の影響により、貸付や融資などの手続きを行う方は無料になります(コンビニ、証明書発行機を除く)。

インターネットで

区民事務所の混雑状況が確認できます



住民税など au PAY 請求書支払いや d払い 請求書払いで納付できます

納付書(30万円以下)のバーコードを、スマートフォンなどの決済アプリのカメラで読み取ると納付できます。▶**対象**:①住民税(普通徴収分)②軽自動車税種別割③国民健康保険料 ▶**問合せ**:①②個人収納係 ☎5984-4542③こくほ収納係 ☎5984-4559

au PAY



<https://wallet.auone.jp/contents/lp/billpayment/>

d払い



https://nttdocomo-ssw.com/keitai_payment/guide/invoice/index.html

住民税や保育料など インターネットで口座振替の申し込みができます

住民税や保育料などの口座振替の申し込みが、インターネットでできます。利用できる金融機関など詳しくは、区ホームページをご覧ください。



対象	問合せ
住民税(普通徴収分) ※	個人収納係 ☎5984-4542
保育所保育料	保育認定係 ☎5984-1479
学童クラブ保育料	放課後対策第一係 ☎5984-1519
介護保険料(普通徴収分)	資格保険料係 ☎5984-4593
後期高齢者医療保険料	後期高齢者保険料係 ☎5984-4588
国民健康保険料 ※	こくほ収納係 ☎5984-4559

※収納課(区役所本庁舎4階)にキャッシュカードをお持ちいただくと、その場で申し込みができます。詳しくは、お問い合わせください。

6月は環境月間 エコについて考えよう!

リサイクルセンターのイベント

- リサイクル工作体験
- スケルトン清掃車の展示
- 環境・清掃事業に関する展示 など

▶ 申込: 当日会場へ

日程	場所・問合せ
6/5(日)	関 町 ☎3594-5351
6/12(日)	春日町 ☎3926-2501
6/19(日)	豊 玉 ☎5999-3196
6/26(日)	大 泉 ☎3978-4030



※時間はいずれも10:00~15:00。

フードドライブにご協力を

ご家庭で使い切れない未利用食品を持ち寄っていただき、必要としている団体などに提供する取り組みを3年ぶりに開催します。

▶ 問合せ: 清掃事業係 ☎5984-1059

食品の受付日時・場所

日時	場所 (リサイクルセンター)
6/5(日)10:00~15:00、6(月)・7(火)9:00~17:00	関 町
6/12(日)10:00~15:00、13(月)・14(火)9:00~17:00	春日町
6/19(日)10:00~15:00、20(月)・21(火)9:00~17:00	豊 玉
6/26(日)10:00~15:00、27(月)・28(火)9:00~17:00	大 泉

● これらの食品をお持ちください

缶詰、調味料、乾物、嗜好品、インスタント・レトルト食品

● 持ち寄る前にチェック!

- 未開封で、包装や外装が破損していない
- 冷蔵・冷凍・生鮮食品ではない
- 賞味期限が明記されていて、
期限が1カ月以上先である
- 瓶詰ではない
- お酒ではない



「ねり☆エコ」ホームページで地球温暖化を学ぼう!

クイズで学ぶ「ねり☆エコ eラーニング」や動画で学ぶ「たのしく学ぼう! 地球温暖化」、家庭での省エネのコツが分かる「ねりまのエコ暮らし帳」など、おうちでの学習や夏休みの自由研究のきっかけになる内容が盛りだくさんです。ぜひ、ご活用ください。

▶ 問合せ: ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011



電気自動車の活用を進めています ~災害時にご協力いただける所有者を募集

区は、走行中に排ガスを出さず、災害時の緊急電源としても利用できる電気自動車の導入を進めています。

練馬区で震度6弱以上の地震が発生した際に、区民の皆さまがお持ちの電気自動車などを避難拠点(区立小中学校)で活用する「災害時協力登録車制度」に登録していただく方を募集します。登録した方は、電気自動車に蓄えた電力を家庭などで使う装置(ビークル・トゥ・ホームシステム(V2H))の設置費用の補助を受けられます。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

▶ 問合せ: 環境課庶務係 ☎5984-1047



区が使用する電気自動車

地球にいいことはじめよう! こどもエコクラブの会員を募集します

子どもたちの自主的な環境学習や環境保全活動を支援する、全国規模の環境活動クラブです。3~18歳の方と活動を支えるサポーター(18歳以上)がいれば、会員登録ができます。

会員にはメンバーズバッジなどが送られます。登録料、年会費は無料です。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、こどもエコクラブホームページ(<http://www.j-ecoclub.jp/>)をご覧ください。

▶ 問合せ: 地球温暖化対策係 ☎5984-4705



フィットネスクラブでメタボ予防!

~子育て・仕事で忙しい方のための個人指導型プログラム

▶ 対象: 次のA~Eの全てに当てはまる方 A 6月1日現在、区内在住の30~64歳 B 医師から運動・入浴を止められていない C 令和3年度、この事業を利用していない D 右表のクラブの会員ではない(休会者も含む) E 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) で算出した数値(BMI)が18.5以上 ※妊娠中の方は申し込みできません。▶ 参加費: 1万1000円 ▶ 申込: ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①フィットネスプログラム②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤生年月日・年齢⑥性別⑦電話番号⑧BMIの数値⑨希望店舗名を、6月15日(必着)までに〒176-8501区役所内健康づくり係 ☎5984-4624 ※申し込みは、1人1通で1店舗のみです。 ※結果は7月上旬に通知します。 ※詳しくは、

区ホームページをご覧ください。



プログラム内容

- 体成分測定を行い、個人に合った健康づくり計画を作成します。
- プールやジムなどの施設と、エアロビクスなどのプログラムを3カ月間利用できます(3回の個人指導を含めた12回)。

プログラム実施店舗

営業時間・施設内容などは、各店舗のホームページをご覧ください。

スポーツクラブルネサンス (<https://www.s-renaissance.co.jp/>)



スポーツクラブティップネス (<https://tip.tipness.co.jp/>)



店舗名	定員 (抽選)
光が丘(高松5-8)	40名
石神井公園(石神井町2-14-14)	45名
富士見台(貫井3-12-33)	30名
東伏見(西東京市東伏見3-4-1)	45名

店舗名	定員 (抽選)
大泉学園(東大泉1-27-14)	40名
東武練馬(北町2-22-17)	30名
練馬(練馬1-5-16)	70名
氷川台(桜台3-34-2)	40名

お知らせ

6月5日～11日は危険物安全週間「危険物 しっかりまもろう 使い方」

新型コロナウイルスの感染予防のため、消毒用アルコールを使用する機会が増えています。濃度の高い消毒用アルコールは引火しやすく、火の近くで使用すると火災になる恐れがあります。製品に記載された注意書きを読み、正しく取り扱いましょう。▶**問合せ**:防災調整係 ☎5984-1686、消防署【練馬 ☎3994-0119、光が丘 ☎5997-0119、石神井 ☎3995-0119】

住まい・まちづくり

都市計画の変更案がご覧になれます

東京都が定める「住宅市街地の開発整備の方針」[補助229号線の都市計画]「石神井公園の都市計画」の各変更案がご覧になれます。意見のある方は、意見書を提出できます。▶**縦覧・意見書提出の期間**:6月9日(木)～23日(木)▶**縦覧・意見書提出の場所**:東京都都市計画課(都庁第二本庁舎12階) ※都市計画課(区役所本庁舎16階)でもご覧になれます。▶**問合せ**:東京都都市計画課 ☎5388-

3225、区役所内都市計画課 ☎5984-1534

桜台東部地区重点地区まちづくり計画の案がご覧になれます

意見のある方は意見書を提出できます。また、説明会と公聴会(区からの説明や質疑応答を行わず、案に対してご意見を伺う場)を開催します。公述(意見を述べることを希望する方は申し出てください)▶**縦覧・意見書提出の期間**:6月22日(水)まで▶**縦覧・意見書提出の場所**:都市計画課(区役所本庁舎16階) ※区ホームページでもご覧になれます。

〈説明会〉
▶**日時**:④6月12日(日)午前10時から⑤13日(月)午後7時から▶**場所**:開進第三中▶**定員**:各60名(先着順)▶**申込**:電話または電子メールで①参加希望日(④⑤の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名・電話番号を、6月10日(金)までに防災まちづくり課 ☎5984-4749 **〈Eメール〉** boumachi02@city.nerima.tokyo.jp **〈公聴会〉**

▶**日時**:7月12日(火)午後7時から▶**場所**:桜台地域集会所▶**公述の申し出方法**:都市計画課や区ホームページにある申出書を、6月22日(必着)までに持参または郵送で都市計画課へ ※公述人がいない場合は、公聴会はいりません。傍聴(先着順)

を希望する方は、事前にお問い合わせください。

◎**問合せ**:都市計画課都市計画担当係 ☎5984-1534

ボランティア

日本語講師ボランティア、通訳ボランティア【登録制】

▶**申込**:電話で事業推進係 ☎5984-1523

●**日本語講師ボランティア**

▶**対象**:日本語教育に関する資格や経験があり、ボランティア日本語教室での指導や個人への日本語教育活動ができる方

●**通訳ボランティア**

▶**対象**:ウクライナ語・韓国語・タガログ語・ネパール語・ベトナム語などの通訳ができる方

地域猫推進ボランティア、災害時ペット管理ボランティア【登録制】

▶**申込**:事前に電話で連絡の上、直接、生活衛生課管理係 ☎5984-2483

●**地域猫推進ボランティア**

飼い主のいない猫によるトラブルを減らし、地域環境を改善するため、地域を定めて活動します。▶**対象**:18歳以上の方を2名以上含むグループ

●**災害時ペット管理ボランティア**

災害時にペットが原因の混乱を防ぐため、避難拠点(区立小中学校)などでペットの適正管理をします。▶**対象**:適正な飼育の技術や経験がある18歳以上の方

働く

練馬区文化振興協会契約職員①学芸員②事務

▶**期間**:10月から1年間(正職員登用の場合あり)▶**日時**:週5日午前8時30分～午後8時15分の間の7時間45分(土・日曜、祝休日勤務、変則勤務あり)▶**場所**:石神井公園ふるさと文化館など▶**内容**:①郷土・文学に関する調査・研究、展示など②庶務・経理事務、施設管理、事業運営など▶**採用予定数**:若干名(①書類選考・面接②書類選考・筆記選考・面接)▶**申込**:練馬区文化振興協会(豊玉北5-28-3 豊玉館3階)や同ホー

ムページ(<https://www.neribun.or.jp/>)にある募集案内をご覧の上、6月20日(必着)までに(公財)練馬区文化振興協会 ☎6914-7305

環境まちづくり公社臨時社員①資源・ごみの収集②車両誘導・資源回収

▶**対象**:ごみの収集や作業所、屋外で作業できる体力のある方 ※②は60歳以上の方。▶**期間**:6～9月▶**日時**:①午前7時40分～午後4時25分②週4・5日午前8時25分～午後4時25分 ※①②とも土曜、祝休日勤務あり。▶**場所**:資源循環センターなど▶**採用予定数**:各若干名(書類選考・面接)▶**報酬(時給)**:①1,385円②1,200円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込**:資源循環センターや同ホームページ(<http://nerima-shigen.jp/>)にある募集要項をご覧の上、資源循環センター ☎3995-6711

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	募集期間
航空学生	海上	高卒または高専3年次修了以上23歳未満の方
	航空	高卒または高専3年次修了以上21歳未満の方
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7/1(金)～9/5(月)
防衛大学校(一般)	高卒または高専3年次修了(見込みを含む)以上21歳未満の方	7/1(金)～10/26(水)

看護師向け再就職支援ナースセミナー

在宅看護の知識や介護・障害福祉サービスの仕事内容などを紹介します。▶**日時**:6月18日(土)午前10時～正午▶**場所**:ココネリ3階▶**定員**:45名(先着順)▶**申込**:電話で練馬福祉人材育成・研修センター ☎6758-0145 ※お子さん連れ可。 ※同ホームページ(<https://www.nerimacarenet.jp/>)からも申し込めます。

9/30(金)まで ウクライナ人道危機救援金の受け付けを延長します



▶**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▶**問合せ**:総務係 ☎5984-2600

5月16日までにお寄せいただいた救援金55万7165円は、日本赤十字社へ振り込みました。

10/1(土)～来年3/31(金)

改修工事のため総合体育館を休館します

▶**問合せ**:総合体育館 ☎3995-2805

6/1(水)～21(火) 第二回区議会定例会

ねりま区報5月21日号4面に掲載した開催日程に変更がありました。新しい日程は次の通りです。

- 6月 1日(水) 議会運営委員会、本会議(会期の決定など)
- 6月 7日(火) 議会運営委員会、本会議(議長・副議長選挙)
- 6月 8日(水) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)、予算特別委員会
- 6月 9日(木)・10日(金)・13日(月) 本会議(一般質問)
- 6月14日(火) 常任委員会
- 6月15日(水) 特別委員会、予算特別委員会
- 6月16日(木) 常任委員会
- 6月17日(金) 常任委員会、特別委員会
- 6月21日(火) 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

コロナ禍の不安やうつ 心の悩みをご相談ください

長引くコロナ禍で、気持ちが落ち込んだり、イライラしたりしていませんか。ひとりで抱え込まず、誰かに相談しましょう。

▶**問合せ**:精神保健係 ☎5984-4764

相談窓口	受付日時
東京いのちの電話 ☎3264-4343	毎日24時間
相談ほっとLINE@東京(LINE相談)	毎日 15:00～22:30
保健相談所 豊玉 ☎3992-1188 石神井 ☎3996-0634 北 ☎3931-1347 大泉 ☎3921-0217 光が丘 ☎5997-7722 関 ☎3929-5381	月～金曜 8:30～17:00
男女共同参画センターえーる ☎3996-9050 ※男性の悩みや性的マイノリティの相談にもお応えします(要予約)。	毎日 9:00～19:00 (祝休日は17:00まで)

国民年金

65歳になったら老齢基礎年金の受給手続きを

国民年金(老齢基礎年金)は、原則として受給資格期間が10年以上ある方が、65歳から受け取れます。老齢基礎年金を受ける資格がある方は、受給開始年齢を60~64歳に繰り上げたり、66~75歳に繰り下げたりすることもできます。

年金を受けるためには請求手続きが必要です。手続きの時期や場所、必要書類などは事前にお問い合わせください。 ※特別支給の老齢厚生年金や退職共済年金を受給中の方が、65歳になって老齢基礎年金を請求する場合は、誕生月に送付される年金請求書のハガキを日本年金機構へ郵送してください。 ▶問合せ:国民年金第1号被保険者(自営業者など)期間のみで受給資格期間を満たした方…国民年金係 ☎5984-4561、上記以外の方…練馬年金事務所 ☎3904-5491

事業者向け

ねりま区報の有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ▶掲載募集号:9月1日号~11月21日号(毎月1日・11日・21日発行) ▶掲載位置:①②中面記事下③中面欄外 ※1日号

は③のみ募集。 ▶広告サイズ(縦mm×横mm)・料金(1回):①60×120…8万円②60×243…16万円③10×235…1万円 ▶刷色:①②4色カラー③2色(黒・青) ▶発行部数:約21万部 ▶配布先:新聞折り込み、区内・周辺の各駅、区内金融機関・郵便局、区立施設など ▶申込期限:7月1日(金) ▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

介護保険

「負担限度額認定証」「生計困難者に対する利用者負担額軽減確認証」の更新をお忘れなく

認定証・確認証の有効期限は7月31日(日)です。現在、認定証・確認証をお持ちの方には、必要書類を6月上旬に送付します。引き続き認定を希望する方は、7月29日(金)までに申請してください。 ※郵送可。 ▶申請先・問合せ:介護保険課給付係(区役所東庁舎4階) ☎5984-4591

お休みします

〈桜台体育館 ☎3992-9612〉…6月13日(月)・14日(火)【器具点検のため】

子ども・教育 ①

児童手当・児童育成手当の現況届をお忘れなく

手当を受給中の方のうち、届け出

が必要な一部の方に現況届を順次発送します。6月30日(必着)までに提出してください。提出しないと、10月支給分からの手当が受けられなくなります。 ▶問合せ:児童手当係 ☎5984-5824

7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出産予定日を、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	15(金)	16組
石神井 ☎3996-0634 FAX 3996-0590	8(金)	20組
大泉 ☎3921-0217 FAX 3921-0106	19(火)	10組

※時間はいずれも13:00~17:00の間の1時間30分程度。

7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(4は④~⑥の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定日を、6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	30(土) 9:00~11:00	30組
2 北 (〒179-0081 北町6-35-7) ☎3931-1347	3(日) 9:00~10:30	30組
3 大泉 (〒178-0061 大泉学園町5-8-8) ☎3921-0217	2(土) 9:00~11:30	20組
4 関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	23(土) ①9:15~10:35 ②11:00~12:20 ③14:30~15:50	各10組

※時間はいずれも1時間30分程度。

赤ちゃんと一緒にエクササイズ ~子育てパパの健康講座

▶対象:首のすわった4~12カ月児と父親 ※母親の参加も可。 ▶日時:7月2日(土)午前10時~11時30分 ▶場所:豊玉保健相談所 ▶内容:講義、運動実技 ▶講師:健康運動指導士/加藤有里 ▶定員:8組(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3992-1188

6月は東京都HIV検査・相談月間 ~早期発見・治療が重要です!

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染で引き起こされる「後天性免疫不全症候群」を略した病気の名称です。HIVによって体の免疫力が低下すると、普段なら病気にならない程度の弱い病原菌などに感染してしまいます。HIVに感染後、治療しないと10年前後でエイズを発症するといわれています。早期発見・治療で発症を防ぎましょう。 ▶問合せ:感染症対策係 ☎5984-4671

HIV検査の申込先(要予約)

- 豊玉保健相談所 ☎3992-1188 (平日午前8時30分~午後5時)
※HIV検査と梅毒検査は月1回実施(梅毒のみの検査はできません)。
- 東京都新宿東口検査・相談室(新宿区歌舞伎町2-46-3 SIL新宿ビル2階)
☎6273-8512 (月~金曜午後3時30分~7時30分、土・日曜午後1時~4時30分(祝日を除く))

理学療法士が伝えるフレイル予防! ~自宅からZoomによるオンライン参加もできます

ひざ痛予防など、健康維持のための知識や運動方法を学びます。 ※オンラインでの参加方法など詳しくは、お問い合わせください。 ▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:6月16日(木)午後2時30分~3時30分 ▶場所:はつらつセンター関 ▶講師:東京都理学療法士協会会員 ▶申込:電話で同所 ☎3928-1987
〈講座を同時放映します〉▶申込:電話で各施設へ

場所・申込先		場所・申込先	
はつらつセンター	豊玉 ☎5912-6401	敬老館	石神井 ☎3996-2900
	大泉 ☎3867-3180		石神井台 ☎3995-8270
	光が丘 ☎5997-7717		上石神井 ☎3928-8623
敬老館	栄町 ☎3994-3286		東大泉 ☎3921-9129
	南田中 ☎3995-5538		西大泉 ☎3924-9545
	高野台 ☎3996-5135		大泉北 ☎3925-7105
	三原台 ☎3924-8834		

6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 練馬区夜間救急子どもクリニック(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・日曜、祝休日の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

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
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●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)
- 東京消防庁救急病院案内
練馬消防署 ☎3994-0119
光が丘消防署 ☎5997-0119
石神井消防署 ☎3995-0119

●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

5日(日)	小間沢接骨院(早宮4-25-3)	☎5999-1550
	たけくま整骨院(高松6-26-2)	☎3995-7378
	たかつか接骨院(大泉学園町4-18-41)	☎3978-1127
12日(日)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	みさと接骨院(上石神井1-16-6)	☎3929-0801
19日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	秋山接骨院(大泉町5-32-9)	☎5387-1741
26日(日)	あかつ接骨院(豊玉中3-13-14)	☎3991-9303
	マキノ接骨院(練馬4-26-11)	☎5999-3776
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789

子ども・教育 ②

赤ちゃんと一緒にエクササイズ ～子育てママの健康講座

▶対象:首のすわった4～12カ月児と妊娠中に血圧・血糖値が高めと言われた母親▶日時:7月20日(水)午前10時～正午▶場所:大泉保健相談所▶内容:講義・運動実技▶講師:健康運動指導士/加藤有里▶定員:8組(先着順)▶申込:電話で同所☎3921-0217

7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。

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

◆**スラックライン教室**▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴▶日時:6月4日～25日の毎土曜午前10時～11時45分▶場所:桜台体育館▶定員:各25名(先着順)▶費用:500円▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:SSC桜台・南波☎090-1408-9900

◆**第45回住宅デー**▶日時:6月5日(日)午前10時～午後3時(受け付けは午後2時まで)▶場所:関区民センターなど6会場▶内容:無料住宅相談、耐震相談、包丁研ぎ(費用実費)など▶問合せ:建設ユニオン練馬支部☎3925-0009

◆**一緒に楽しもう!たまみずきフェスティバル2022**▶日時:6月11日(土)午後2時～4時▶場所:練馬文化センター▶内容:声優によるオリジナル絵本の朗読、和太鼓の演奏、音楽コンサートなど▶出演:アーティスト/戸留美ほか▶定員:300名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①住所②氏名③電話番号を、事務局☎5923-7188 [Eメール] info@tamamizuki.org

◆**ほんちよう通りのエイサー祭り**▶日時:6月11日(土)午後3時～7時(小雨決行)▶場所:富士見台ほんちよう通り商店街▶内容:お菓子の配布など ※なくなり次第終了。▶問合せ:富士見台本町通り商店会・牧田☎3999-2257

◆**第20回練馬区民ウォークラリー大会～練馬区にある鎌倉街道の今**▶日時:6月12日(日)午前9時30分から▶集合場所:サンライフ練馬▶保険料など:500円(小学生以下は無料)▶申込:電話またはファクスで①大会名②氏名③電話番号を、練馬区ウォークラリー研究会・藤田☎FAX 3922-4269

◆**インボイス制度の説明会**▶対象:事業者▶申込:電話で各税務署へ ※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/)でもご覧いただけます。

●**練馬東税務署**☎6371-2332▶日時:6月13日(月)～15日(水)午前10時～正午⑧午後2時～4時▶定員:各30名(先着順)

●**練馬西税務署**☎3867-9711▶日時:6月16日(木)午前10時30分～11時30分⑧午後1時～2時▶定員:各20名(先着順)

◆**石神井の歴史と文化を訪ねるまち歩き**▶日時・場所:6月26日(日)午後1時西池袋線石神井公園駅集合～池淵史跡公園～石神井城址～石神井

場所(保健相談所)・申込先	日時
豊玉☎3992-1188	6(水) 9:00～10:00
北☎3931-1347	8(金) 9:00～10:00
光が丘☎5997-7722	13(水) 9:00～10:30
石神井☎3996-0634	29(金) 9:00～10:30
大泉☎3921-0217	11(月) 9:00～10:00
関☎3929-5381	11(月) 13:00～15:00

歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクールの作品を募集

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。虫歯の予防やかむことの大切さなど、歯・口の健康に関する図画・ポスターのコンクールを開催します。応募作品の中から特賞、優秀賞、

歯科医師会賞を区役所内に展示します。▶対象:小学校(図画)の部…区内在住の小学1～3年生、小学校(ポスター)の部…区内在住の小学4～6年生、中学校の部…区内在住の中学生、特別支援学校(学級)の部…特別支援学校(学級)に在籍する小中学生▶内容・募集作品:54cm×38cmの画用紙に絵の具、クレヨンなどで描いた作品▶申込:電話で応募要領を請求の上、9月5日(必着)までに歯科保健担当係☎5984-4682 ※応募要領は区ホームページでもご覧いただけます。

健康・衛生

介護相談・交流カフェ ～老後のお金・安心の知恵5カ条

介護に役立つお話のほか、介護経験のある支援者による相談会を行います。▶日時:7月4日(月)午後1時30分～3時30分▶場所:練馬高野台駅

前地域集会所▶講師:日本エルダースライフ協会代表理事/柴本美佐代▶定員:10名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:在宅介護支援係☎5984-4597

講演会「肝炎の最新治療」

▶日時:7月6日(水)午後2時～3時30分▶場所:豊玉保健相談所▶講師:順天堂大学練馬病院消化器内科先任准教授/大久保裕直▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所☎3992-1188

井戸水を飲む方はご注意を

家庭にある浅い井戸は、雨水や地表の影響を受けやすく、細菌や化学物質が検出される場合があります。井戸水を飲む場合は、事前に専門の検査機関による水質検査で安全性を確認しましょう。▶問合せ:環境衛生監視担当係☎5984-2485

◆**大泉高校公開講座「ソフトテニス講座」**▶対象:小学4年～中学生▶日時:7月3日(日)、10月9日(日)、16日(日)、12月3日(土)、4日(日)、来年2月23日(日)▶26日(日)午後1時～4時[7日制]▶保険料など:1,000円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢・学年⑥性別⑦電話番号⑧ファクス番号(ある方のみ)を、6月20日(必着)までに〒178-0063大泉5-3-1 大泉高校☎3924-0318

◆**志村学園(就業技術科)学科説明会**▶日時:7月7日(水)、14日(水)午前10時～正午、18日(土)午前10時～正午・午後2時～4時▶内容:説明会、校内見学など▶申込:電話で同所☎3931-2323 ※同ホームページ(http://www.shimuragakuen-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/)からも申し込みます。

◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶日時:7月8日(金)午前9時20分から▶内容:授業見学、校内見学など▶定員:30名(先着順)▶申込:ハガキで①学校見学会②住所③氏名④電話番号を、7月1日(必着)までに〒175-0082板橋区高島平3-7-2 高島特別支援学校☎3938-0415 ※同ホームページ(http://www.takashima-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/)からも申し込みます。

◆**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:主に結婚、出産、育児、介護で退職後、再就職を希望し、ハローワークで求職登録をした方▶日時:6月27日(月)～7月1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エー▶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エーや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の上、6月10日(金)までに募集案内に記載の申込先へ ※保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。▶問合せ:東京都能力開発課☎5320-4705

◆**映画上映会「われ弱ければ矢島楯子伝」**▶日時:6月28日(火)午後2時～4時▶場所:練馬文化センター▶定員:160名(先着順)▶費用:1,200円▶申込:電話で(株)現代ぶろくしょん☎5332-3991

◆**区民企画・子育て応援講座「A寝上手になる方法B怒り上手になる方法」**▶対象:小学生以上のお子さんの保護者、子育て支援に携わる方▶日時:①6月30日(水)②7月11日(月)午前10時～11時30分▶場所:男女共同参画センターエーエー▶講師:こねくとういず副代表/くぼあやの▶定員:各50名(先着順)▶費用:300円▶申込:電話または電子メールで①講座名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、こねくとういず事務局☎070-2263-5091(平日午前9時～午後5時) [Eメール] connectw0180@gmail.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)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、①6月16日(水)②27日(月)までにお知らせください。

◆**子どもが育つ学習講座**▶日時:7月3日(日)、10月9日(日)、16日(日)、12月3日(土)、4日(日)、来年2月23日(日)▶26日(日)午後1時～4時[7日制]▶保険料など:1,000円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢・学年⑥性別⑦電話番号⑧ファクス番号(ある方のみ)を、6月20日(必着)までに〒178-0063大泉5-3-1 大泉高校☎3924-0318

◆**志村学園(就業技術科)学科説明会**▶日時:7月7日(水)、14日(水)午前10時～正午、18日(土)午前10時～正午・午後2時～4時▶内容:説明会、校内見学など▶申込:電話で同所☎3931-2323 ※同ホームページ(http://www.shimuragakuen-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/)からも申し込みます。

◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶日時:7月8日(金)午前9時20分から▶内容:授業見学、校内見学など▶定員:30名(先着順)▶申込:ハガキで①学校見学会②住所③氏名④電話番号を、7月1日(必着)までに〒175-0082板橋区高島平3-7-2 高島特別支援学校☎3938-0415 ※同ホームページ(http://www.takashima-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/)からも申し込みます。

朝・夕・青空市

◆**南ヶ丘商店街**▶日時:6月3日(日)午前9時から▶問合せ:鈴木☎3990-6004

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

◆**石神井川で魚とり**▶対象:小学2～6年生と保護者▶日時:6月19日(日)午前9時30分～正午▶場所:平成みあい橋付近の石神井川▶定員:20組(先着順)▶費用:1人200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8時～10時)

◆**ハイハイからのおやこであそぼう!リトミック&アート**▶対象:3歳以下のお子さんと保護者▶日時:6月19日(日)午前10時30分～11時30分▶場所:立野地区区民館▶定員:20組(先着順)▶費用:お子さん1人につき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)

すまいるねりま遊遊スクール

◆**みんなで楽しく絵を描こう!～色と形の抽象画**▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:6月25日

(土)午前10時30分～11時30分▶場所:こども発達支援センター▶定員:5組(先着順)▶費用:1人30円▶申込:電話で旭学園でまえ教室・岡田☎3922-4134(午前9時～午後5時30分)

子育て学習講座

◆**子どもができる衣類の整理術・親子で一緒に!簡単おやつ紹介**▶対象:3歳児～小学生の保護者▶日時:6月16日(水)午前10時15分～11時30分▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:12名(先着順)▶費用:200円▶申込:電話で東京第一友の会光が丘方面・金子☎6676-0057(午後6時～10時)

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でお願いします。
●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。

■**健康体操 やまぶき豊玉クラブ** 60歳以上の方対象 月4回木曜午前10時～11時30分 生涯学習センター 講師 小林澄味 入会金1,000円 月会費2,000円 伊藤☎3557-0583

■**ハタ・ヨーガ** 毎日曜午前10時～正午 早宮地区区民館など 月会費3,000円 初回は無料体験可 鬼塚☎080-5695-8421(要予約)

■**女声コーラス(歌曲・日本の名歌) コーロ・チェレスティーナ** 月3回木曜午前10時～11時30分 男女共同参画センターエーエー 講師 声楽家/笹嶋真夫 入会金1,000円 月会費4,500円 6月30日午後1時～3時30分に大泉学園ゆめりあホールで演奏会あり(入場無料) 中條☎3997-0312(例会のみ要予約)

■**空手 大泉少年少女空手道育成会** 年長児～中学生対象 月3回火曜午後4時～6時 大泉学園町体育館 NPO 法人日本空手道明鏡塾指導員が指導 入会金1,000円 月会費2,800円 初回は無料体験可 今西☎5387-0512(要予約)

■**詩吟(漢詩・俳句・歌謡吟など) 富士吟道会早宮教室** 第1・3水曜午後1時～4時 早宮地域集会所 月会費2,000円 初回は無料体験可 丸田☎090-2300-0498(要予約)

■**軟式野球 練馬すすしろ野球クラブ** 60歳以上の方対象 毎月曜・木曜午前9時～11時 北大泉野球場 月会費2,000円 年2回公式戦あり 高崎☎080-1044-6514

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、6月14日(必着)までに申込先へ ※1区画700円以下の出店料が掛かります。 ※車の来場・搬入はご遠慮ください。

◆**平成つづじ公園(練馬1-17-6)**▶日時:6月19日(日)午前9時30分～正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0035南田中4-7-10-201 リサイクル・ゆう☎080-1980-6310(先着100店。問い合わせは午後6時～8時)

■**書道 香墨会** 60歳以上の方対象 第1・3火曜午後1時～3時 はつらつセンター関 講師 松川玉堂 月会費3,000円 宮崎☎5991-6712

■**体力の維持・向上を目標とする水泳・水中体操無料体験会** 60～80代の方対象 ①6月14日②21日午後1時～3時 三原台温水プール ネリマシルバースイミングクラブ・宮原☎090-5444-4637(要予約)

■**孫も喜ぶ本格マジックを教わる光が丘マジッククラブ** 中高年齢の初心者対象 第2・4月曜午前9時30分～11時30分 光が丘区民センター3階 プロのマジシャンが指導 入会金1,000円 月会費1,000円 山本☎3976-1978(要予約)

■**エアロビックダンス&ストレッチ AFDアルファ** 40～60代の女性対象 毎金曜午前10時～正午 勤労福祉会館 入会金2,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 佐藤☎3996-7081(要予約)

■**初級英会話 E-Z English** 50歳以上の初心者対象 月3回主に土曜午後1時30分～3時 練馬第三小 講師 高田マリ子 月会費3,500円 初回は無料体験可 斎藤☎090-3420-1933(要予約)

■**武蔵関歌謡ボイス(発声・新曲指導)** 第1・3木曜午後2時～4時 関区民センター 講師 日本歌謡指導者協会理事長/しんま多井地 入会金2,000円 月会費2,500円 初回は500円で体験可 米田☎FAX 3970-6261

■**親子で楽しむおとあーとコンサート** 7月23日午前10時30分～11時15分 練馬文化センター 入場料1,200円(2歳児～中学生500円、1歳以下のお子さん無料) 木村☎050-6879-3268 [Eメール] otoart@live.jp(要予約)

広告 **お庭のお手入れ承ります** 剪定・伐採・害虫防除・除草など

見積相談無料 ☎090-6142-4649 植木屋庭舟 加藤航 練馬区大泉学園町8-29-3ドリームハイツ202

※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。

ペット相談

獣医師がしつけや病気などについて無料で相談を受け付けます。 ※ペットを連れての来場はご遠慮ください。 ▶日時:6月7日(火)午後1時30分~4時30分 ▶場所:区役所アトリウム ▶申込:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111(代表)もできます。 ▶問合せ:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

高齢者



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)や血管年齢、骨の健康度などの測定、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。 ※3は健康・生活相談あり(要予約)。 ※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	日程
1 関区民センター	6/14(火)
2 大泉学園地区区民館	6/22(水)
3 石神井公園区民交流センター	6/24(金)

※時間はいずれも9:30~12:00。

和菓子教室

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:6月20日・27日、7月11日の月曜午前10時~正午【3日制】 ▶場所:はつらつセンター豊玉 ▶講師:料理研究家/柴崎真保 ▶定員:16名(抽選) ▶材料費:1,000円 ▶申込:6月13日(月)までに電話で同所 ☎5912-6401

講座・催し



青年自主企画講座
「なるほど さ わーるど！」

青少年館の利用者が企画した講座です。多文化共生をテーマに、生活習慣などから、互いの違いや共通を見つける座談会を行います。 ▶対象:中学生以上 ▶日時:6月25日(土)午後2時~4時 ▶場所:春日町青少年館 ▶定員:15名(先着順) ▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号または電子メールアドレスを、同所 ☎3998-5341 FAX 3998-5394 Eメール youth1@city.nerima.tokyo.jp

市民後見人と一緒に学びませんか

地域住民が後見活動を行う市民後見人の養成研修を公開し、研修受講生と一緒に学びます。 ▶場所:ココネリ3階 ▶定員:各10名(先着順) ▶申込:電話またはファクスで①講座名(A~Eの別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、7月6日(水)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

講座名	日時
A 知的障害の理解	7/13(水) 14:00~16:00
B 成年後見制度	7/26(火) 10:00~12:00
C 精神障害の理解	7/27(水) 10:00~12:00
D 認知症の理解	7/28(木) 10:00~12:00
E 社会保障制度	7/29(金) 10:00~12:00

勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館 ▶申込:1 7月11日(月) 2 13日(水) 3 27日(水)までに電話で同所 ☎3923-5511
1 働く人の料理教室ビギナーズ ▶日時:7月15日(金)午後6時30分~8時30分 ▶献立:まぐろのカラフル

野菜ソース、鶏肉じゃがなど ▶講師:料理研究家/千葉聖子 ▶定員:16名(先着順) ▶費用:2,000円

2 健康生きがい講座「歌と音楽に合わせて、笑って楽しく脳トレを！」

▶日時:7月16日(土)午後2時~4時 ▶講師:元国立大学附属学校教諭/山本カヨ子 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:200円

3 太極拳でいきいきライフ

▶日時:7月30日~9月3日の毎土曜午前10時~11時30分【6日制】 ▶講師:日本太極養生健身会会長/竹内彰一 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:3,000円

手づくり品販売市場
「ねりいち」

障害のある方が作ったお菓子や雑貨などを販売します。 ▶問合せ:就労支援係 ☎5984-1387 FAX 5984-1215

場所	日時
大泉図書館	6/2(木)・9(木)・23(木)・30(木) 11:00~13:30
ココネリ2階	6/20(月)~24(金) 11:00~14:00

ふれあいバザールねりま
~障害者自立支援施設の自主製品展示・販売会

▶日時:6月7日(火)・8日(水)午前10時~午後2時 ▶場所:区役所アトリウム ▶内容:フッキーや織物、雑貨などの

展示・販売 ▶問合せ:障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598 FAX 5984-1215

対人関係の悩みを解消し楽になれるワークショップ「ソーシャル・スキルズ・トレーニング」

▶日時:6月16日(木)・23日(木)・30日(木)午前10時~午後0時30分【3日制】 ▶場所:豊玉障害者地域生活支援センターきらら ▶講師:SST普及協会認定講師/河島京美 ▶定員:15名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3557-2020 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員3名)を利用したい方は、6月10日(金)までに併せて申し込んでください。

五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート
~音と心の復活の物語

▶対象:中学生以上 ▶日時:6月25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(A②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、6月10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

7/3(日) ユニバーサルスポーツフェスティバル

車いすラグビーのデモ試合&体験会

東京2020パラリンピック車いすラグビー銅メダルチームによるデモ試合を観覧できるほか、車いすラグビーを体験できます。 ▶対象:小学生以上 ▶日時:7月3日(日)午後1時~3時 ▶場所:中村南スポーツ交流センター ▶定員:観覧...200名、体験...50名(いずれも先着順) ▶申込:電話で中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651



7/21(木) 石神井公園で音あつめ

石神井公園で聴こえるさまざまな音を録音し、自分だけのサウンドを作るワークショップです。 ▶対象:小学生と保護者 ▶日時:7月21日(木)午前10時~正午 ▶場所:石神井公園ふるさと文化館など ▶講師:音楽家/シーナアキコ ▶定員:20組(抽選) ▶費用:500円(スマートフォンやタブレットのない方は別途1,000円) ▶申込:往復ハガキで①催し名②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お子さんの氏名(ふりがな)・学年④参加人数⑤タブレットの貸し出し希望の有無を、6月24日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 練馬文化センター ☎3993-3311 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>)からも申し込みます。



サークル文化祭

場所・問合せ 生涯学習センター ☎3991-1667 申込 当日会場へ

舞台発表会 ▶定員:各300名(先着順)

日時	内容
6/5日 12:00~16:00	民謡、日本舞踊、新舞踊、三曲(琴・三絃・尺八)、唄と三味線、民謡踊り
6/12日 12:00~15:30	コーラス、ギター演奏、社交ダンス、ダンス、フラダンス

作品展 ▶日時:6月24日(金)~26日(日)午前10時~午後5時(26日は午後4時まで)

●展示 似顔絵、障害者の水彩画、油絵、水彩画、シャドーボックス、パンフラワー、アートフラワー、書道、篆刻、俳画、木版画、仏像彫刻、木彫り、バードカービング、陶芸、パッチワーク ●チャリティー作品の販売 ●似顔絵の実演 ※時間・費用などはお問い合わせください。

真夏の音楽会 (vol.5)
大谷康子と楽しむ

音楽の旅

— イギリス —



©尾形正茂

問合せ

文化振興係 ☎5984-1284 FAX 5984-1228
※チケット販売に関する問い合わせは練馬文化センター ☎3993-3311。

日時

9/1 (木) 19:00開演

場所

練馬文化センター
大ホール

入場料
(全席指定)

S席3,500円、A席2,500円
車いす席1,000円(同伴者1名は無料)

申込
(先着順)

6/17(金)10:00から電話で練馬文化センター
☎3948-9000(10:00~17:00)

大谷康子

人気・実力ともに日本を代表するバイオリニスト。東京芸術大学、同大学院博士課程修了。文化庁「芸術祭大賞」受賞。東京音楽大学教授、東京芸術大学客員教授などを務め、平成28年4月から(公財)練馬区文化振興協会理事長。

出演

大谷康子(バイオリン)、原田慶太楼(指揮)、NHK交響楽団(管弦楽)

曲目

エルガー／愛の挨拶、行進曲「威風堂々」第1番
メンデルスゾーン／序曲「フィンガルの洞窟」
ブリテン／青少年のための管弦楽入門 など

※練馬文化センターホームページ(<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>)からも申し込めます。
※6月18日(土)から練馬文化センターや大泉学園ゆめりあホールの窓口でも販売します。17日(金)に完売した場合、窓口での販売はありません。 ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、電話で練馬文化センターに申し込んでください。 ※未就学児は入場できません。



企画構成協力:伊藤裕太