



## 年末年始に熱が出たら?



問合せ 練馬区コールセンター☎5984-4761(平日午前9時~午後5時)  
FAX 5984-1211

高齢者・基礎疾患のある方・妊婦など(重症化リスクが高い方)、小学生以下

速やかに発熱外来やかかりつけ医を受診してください

※受診を迷った場合は、東京都発熱相談センター☎5320-4592(毎日24時間)や救急相談センター☎#7119、小児救急相談☎#8000。



医療機関の一覧はコチラ▲

上記以外の方(重症化リスクが低い方)

新型コロナの抗原検査キットを使い自宅で検査



入手方法などはコチラ▶

陽性

東京都陽性者登録センターに登録後、自宅療養

※不安や困りごとがある方は、うちさぼ東京☎0120-670-440(毎日24時間)。



登録はコチラ▲

陰性

受診を希望する方は、かかりつけ医またはお近くの医療機関へお問い合わせください

抗原検査キットによる検査後、オンライン診療や薬の処方を希望する方は、東京都臨時オンライン発熱診療センター☎050-5530-4347(毎日24時間)をご利用ください。



詳しくはコチラ▲

医薬品や食料品を準備しておきましょう

熱が出たときのために、検査キットや解熱鎮痛薬、食料品などを購入しておきましょう。

⚠ 1週間分を目安に備えましょう



年末年始の休日医療関係機関・区立施設のお休みは8面で紹介



# これからの図書館構想を策定しました



「みどりの中で優れた文化芸術を楽しめるまち」を実現するため、世界につながる彩り豊かな知の情報拠点をめざす「これからの図書館構想」を策定しました。

問合せ

光が丘図書館計画調整係  
☎5984-1325

## おおむね10年後の将来像

- 世界の情報、知識を届ける
- 練馬の文化を次世代に繋<sup>つな</sup>ぎ、発信する
- 交流が生まれ、新たな知が創造される
- デジタルを活用し、誰もが情報を得られる

## 構想の実現イメージ～貫井図書館を例に

将来像の実現に向け、4つのコンセプトを掲げます。まずは、美術館と一体的に再整備を行う貫井図書館を例に、構想の実現イメージを紹介します。貫井図書館は「練馬区立美術館再整備基本構想」で示す美術館との機能的・空間的な融合を図りながら、取り組みを進めます。

### コンセプト1

世界の知と出会い、学びを豊かにする

- 美術館の企画展に合わせた本の紹介
- 美術館の蔵書を合わせた管理・閲覧



群馬県太田市美術館・図書館

### コンセプト2

練馬の文化を継承・発信する

- 都市農業などと連動した事業や企画展の実施
- 貫井周辺の地域資料の収集とデジタル化



大泉ファーマーズマーケット

### コンセプト3

知が交わり、創造を生み出す

- エントランスホール(美術館との共用部)や、お絵かきなどができるブック・アート・キッズスペースの設置
- グループ学習などができる空間の整備

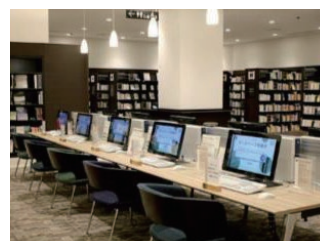


神奈川県海老名市立中央図書館

### コンセプト4

情報へのアクセスを支援する

- 自由に使えるパソコンなどの充実
- ICタグの導入などによる貸し出し・返却のセルフ化



北海道札幌市図書・情報館

ご意見と構想の全文をご覧になれます

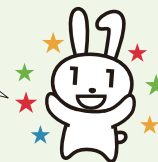
図書館(南大泉図書館分室を除く)や区民事務所(練馬を除く)、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、区ホームページでご覧になれます。



## 1/4(水)から 区役所アトリウム

# マイナポイントの申し込みをサポート!

2月末まで  
マイナポイントは  
最大2万円分もらえるよ!



マイナポイントの申し込み方法が分からない方などを対象に、マイナポイントの申し込みや健康保険証の利用登録、公金受取口座の登録をお手伝いします。

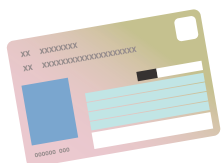
- ▶ 対象:12月末までにマイナンバーカードを申請した方
- ▶ 受付日時:1月4日(水)～2月28日(火)の平日午前8時30分～午後4時
- ▶ 場所:区役所アトリウム ▶ 申込:当日会場へ

問合せ

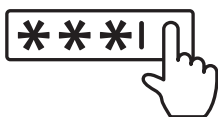
- マイナポイントについて…マイナンバー総合フリーダイヤル  
☎0120-95-0178(午前9時30分～午後8時)
- マイナンバーカードの申請について…個人番号カード事務センター  
☎5984-4595(平日午前9時～午後5時)

持ち物

☑マイナンバーカード



☑マイナンバーカード取得時に設定した暗証番号(4桁)



☑マイナポイントを受け取る電子マネーなどの情報(決済サービスのIDなど)



☑本人名義の口座情報(通帳など)

※公金受取口座の登録をする場合のみ。





# 区職員の給与の状況などをお知らせします

「練馬区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、区職員の給与や職員数の状況などをお知らせします。 ※区ホームページでもご覧になれます。 ※令和4年特別区人事委員会勧告は反映していません。

問合せ 人事係 ☎5984-5782

## 給与などの決定の仕組み

### ■一般職員の給与

特別区人事委員会が民間企業の給与実態を調査し、23区職員の給与について勧告を行っています。この勧告に基づき、区議会の審議を経て、条例で定めています。

### ■区長や区議会議員など特別職の給料・報酬

学識経験者などで構成される練馬区特別職報酬等および議会政務活動費審議会の答申に基づき、区議会の審議を経て、条例で定めています。

## ■職種別給与支給実績(主な職種のみ)

(4年4月1日現在)

区分	職員数	平均年齢	平均給料月額	3年度実績				
				年間平均期末・勤労手当支給額	年間給与支給額合計	年間平均給与支給額	年間平均共済費等事業主負担金	年間平均職員人件費
一般事務	2,048人	40歳	28万9019円	161万5204円	132億9017万9770円	648万3014円	131万6565円	779万9579円
部長級	13人	58歳	45万9384円	317万 581円	1億6670万2645円	1190万7331円	220万8772円	1411万6103円
課長級	59人	50歳	41万3303円	265万7426円	6億3093万1835円	1017万6319円	204万2934円	1221万9253円
係長級	533人	50歳	37万 505円	211万2624円	44億5953万7976円	833万5585円	170万5968円	1004万1553円
主任級	669人	45歳	29万4645円	165万3009円	44億3310万1228円	648万1142円	133万5311円	781万6453円
主事	774人	30歳	21万5708円	111万4050円	35億9990万6086円	476万8087円	94万7456円	571万5543円
福祉	278人	43歳	30万6616円	170万8924円	18億3194万6550円	686万1223円	140万9028円	827万 251円
保育士	799人	48歳	32万1732円	181万9148円	57億 760万7797円	681万 987円	140万 7円	821万 994円
児童指導	177人	48歳	32万 648円	180万3082円	12億2202万4790円	671万4421円	138万7645円	810万2066円
土木	166人	41歳	29万7315円	162万6308円	10億7476万 8円	659万3619円	131万6192円	790万9811円
調理	145人	55歳	29万5950円	158万5154円	9億5623万5743円	597万6473円	123万3199円	720万9672円
用務	99人	57歳	27万8220円	138万4661円	6億 283万5298円	558万1808円	115万6599円	673万8407円
作業Ⅲ	179人	51歳	29万5739円	165万4410円	12億4696万2307円	696万6269円	140万6143円	837万2412円
全職員	4,418人	44歳	29万9591円	167万6220円	295億5390万3048円	659万6853円	134万2635円	793万9488円

※一般事務以外の区分には、部長級・課長級・係長級などを含む。 ※給与支給額は、給料に諸手当を加えたもの。

### ■人件費

(3年度)

住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支(黒字額)	人件費(B)	人件費率(B/A)	(参考)2年度の 人件費率
73万8358人	3046億7061万円	102億2799万円	438億8901万円	14.4%	12.9%

※数値は、3年度普通会計(国の定める基準による。練馬区は、一般会計のみ)決算による。

※住民基本台帳人口は、4年1月1日現在。

※人件費には、諸手当、共済費(社会保険料の事業主負担分)、特別職に支給される給料・報酬などを含む。

### ■一般行政職の初任給

(4年4月1日現在)

区分	練馬区	東京都	国
大学卒	18万3700円	18万3700円	総合職 18万6700円 一般職 18万2200円
高校卒	14万7100円	14万5600円	15万600円

※国の総合職・一般職は、国家公務員採用試験区分による。

### ■特別職の報酬など

(4年4月1日現在)

区分	給料		報酬		
	区長	副区長	議長	副議長	議員
月額	113万8000円	91万円	91万円	78万5000円	61万5000円
期末手当	6月期1.50月分 12月期1.50月分 3月期0.20月分 合計で3.20月分		6月期1.50月分 12月期1.65月分 3月期0.20月分 合計で3.35月分		

## 給与の概要(4年4月1日現在)

職員1人当たりの支給額は、3年度支給実績によるものです。

### ■毎月決まって支給されるもの

#### ●給料

仕事の内容や責任に応じて6種類の給料表、級などにより定められています。

#### ●地域手当

民間における賃金や、物価が特に高い地域に勤務する職員に支給されます。支給額は、給料・扶養手当・管理職手当の合計額の20%(職員1人当たりの平均支給月額6万1127円)です。

#### ●扶養手当

配偶者	6,000円
子	9,000円
父母など	6,000円

#### ●住居手当

月額2万7000円以上の家賃を支払っている職員	8,300円
27歳以下	1万8700円加算
28~32歳	9,300円加算

#### ●その他

通勤手当、管理職手当、初任給調整手当など

### ■勤務実績に応じて支給されるもの

#### ●超過勤務手当

勤務時間を超えて勤務したときに支給

職員1人当たりの平均支給月額	2万8469円
----------------	---------

#### ●特殊勤務手当

著しく特殊な勤務に従事したときに支給

手当の種類	全4種類
手当支給職員の割合	11.7%
支給職員1人当たりの平均支給月額	9,936円

#### ●その他

休日給、宿日直手当など

### ■一定の時期に支給されるもの

#### ●期末・勤労手当

給料月額に対する支給率は下表の通りです。職務の級などにより加算措置があります。

区分	6月期	12月期	3月期	合計
期末手当	1.05月分	1.1月分	0.25月分	2.4月分
勤労手当	1.025月分	1.025月分	—	2.05月分

#### ●退職手当

退職時の給料月額に、勤続年数や退職事由に応じた支給率を乗じて計算します。3年度に退職した職員1人当たりの平均支給額は普通(自己都合)退職で、263万8000円、定年・勤奨退職で1997万5000円でした。

## 職員数など

### ■職員数適正化への取り組み状況

平成29年に職員定数管理計画を策定し、30年度から5年間で職員定数を200削減する数値目標を定め、令和3年4月1日現在で199削減しました。

(各年度4月1日現在/単位:人)

区分	平成29年度	30年度	令和元年度	2年度	3年度	4年度
職員定数	4,758	4,736	4,736	4,736	4,537	4,537
増減数	—	△22	—	—	△199	—
職員数	4,444	4,487	4,522	4,513	4,480	4,418
増減数	—	43	35	△9	△33	△62

### ■職層別職員数

(4年4月1日現在/単位:人)

区分	部長級	課長級	課長補佐級	係長級	主任級	一般	合計
男	19	71	172	464	653	607	1,986
女	2	19	59	446	1,292	614	2,432
合計	21	90	231	910	1,945	1,221	4,418

※課長補佐級には統括技能長を、係長級には技能長を、主任級には技能主任を含む。

### ■懲戒処分

(3年度/単位:人)

区分	免職	停職	減給	戒告	合計
人数	0	0	3	5	8

※懲戒処分とは、地方公務員法や地方公務員法に基づく条例などに違反した場合に行う処分。

## 区立施設の指定管理者が決まりました

指定管理者制度は、区立施設の管理を民間事業者・団体が行い、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。4月から区立施設を管理する指定管理者が決定しました。

問合せ 制度について…  
経理用地課管理係 ☎5984-2801  
施設について…各問合せ先

施設名	指定管理者	問合せ
向山庭園	アゴラ造園(株)	生涯学習センター ☎3991-1667
北町福祉作業所	(社)武蔵野会	就労支援係 ☎5984-1387
大泉町福祉園		地域生活支援係 ☎5984-1043
高野台敬老館	生活協同組合・東京高齢協	高齢社会対策課管理係 ☎5984-1068
自転車駐車場(74施設)、 ねりまタウンサイクル(7施設)	(公財)練馬区環境まちづくり公社	交通施設係 ☎5984-1996
稲荷山図書館	(株)ヴィアックス	光が丘図書館運営調整係 ☎5984-1682
南大泉図書館	日本コンベンションサービス(株)	
上石神井児童館、 上石神井児童館学童クラブ	(株)東急キッズベースキャンプ	児童館係 ☎5984-5827
光が丘児童館	(社)福雲社	



# お知らせ

## 皆さまからの寄付(10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

練馬みどりの葉っぱい基金	23万1064円(23件)
区へ ウクライナ避難民支援のため	12万5000円(1件)
人も動物も幸せに生きられるまち実現のため	1万8000円(4件)
練馬区社会福祉協議会へ	1万9624円(7件)

## 条例・計画など

### 令和5年度食品衛生監視指導計画(素案)にご意見を

食品の検査や食品取扱施設への立ち入り、監視指導の重点項目などを定めています。3月までに計画を策定する予定です。

#### ●計画(素案)を配布します

生活衛生課や同石神井分室(石神井保健相談所内)で配布します。また、図書館(南大泉図書館分室を除く)や区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、区ホームページでもご覧になれます。

#### ●ご意見を募集します

①意見②住所③氏名を、1月13日(必着)までに持参または郵送、ファクス、区ホームページ「電子申請」でお寄せください。 ※ご意見は、匿名で公表する場合があります。

#### 〈問合せ・ご意見の送付先〉

〒176-8501区役所内生活衛生課食品衛生担当係(東庁舎6階) ☎5984-4675 FAX 5984-1211

### 予防接種に関する事務の特定個人情報保護評価書を再評価

国が構築したワクチン接種記録システム(VRS)の使用に伴い、特定個人情報保護評価書の再評価を行いました。区民意見反映制度により、区民の皆さまからご意見を伺ったほか、専門家などによる第三者点検を受け、妥当性・適合性が認められました。評価書の全文など詳しくは、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**:住民接種担当係 ☎5984-1475

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度

# 傷病手当金の適用期間を3/31(金)まで延長します

新型コロナに感染した方を対象に傷病手当金を支給しています。支給には申請が必要です。▶**問合せ**:国民健康保険…こくほ給付係 ☎5984-4553、後期高齢者医療制度…東京都後期高齢者医療広域連合 お問い合わせセンター ☎0570-086-519

対象

国民健康保険または後期高齢者医療制度の加入者で、会社などに雇われて給与の支払いを受けており、次の①②のいずれかに当てはまる方  
①新型コロナに感染し、療養のため働くことができない  
②発熱などの症状があり感染が疑われ、療養のため働くことができない

## 税

### 中学生の「税についての作文」と「税の標語」受賞者発表

税について理解を深めるため、全国納税貯蓄組合連合会と全国間税会総連合会が毎年行うコンクールです。「作文」は区内36校から3,829点、「標語」は34校から9,888点の応募がありました。区が贈呈した賞の受賞者は下表の通りです。なお、受賞作品は区ホームページでご覧になれます。

#### 〈受賞作品を展示〉

▶**日時**:1月27日(金)~30日(月)午前8時45分~午後8時 ▶**場所**:区役所アトリウム

◎**問合せ**:収納課管理係 ☎5984-4541

### 税についての作文

賞	氏名(敬称略)	学校名・学年
練馬区長賞	岩崎 光	田柄中3年
	徳田 峰	石神井中3年
練馬区議会議長賞	沖本 結菜	光が丘第三中3年
	竹田 雛乃	大泉西中3年
練馬区教育委員会教育長賞	畑中 愛友海	光が丘第一中3年
	池田 江里菜	大泉高等学校附属中2年

### 税の標語

賞	氏名(敬称略)	学校名・学年
練馬区長賞	長ヶ部 慶	開進第二中3年
	林 花鈴	関中3年
練馬区議会議長賞	中村 香音	中村中2年
	中塚 徹朗	大泉第二中3年
練馬区教育委員会教育長賞	大島 実桜	開進第一中2年
	岡本 由衣	大泉中2年

## 事業者向け

### 練馬ビジネスチャンス交流会

区内農業者との取引のきっかけづくりを目的とした交流会です。▶**日時**:2月27日(月)午後1時~3時 ▶**場所**:ココネリ3階 ▶**募集予定数**:30社(抽選) ▶**申込**:経済課(区役所本庁舎9階)などにある申込書を、1月23日(必着)までに経済課中小企業振興係 ☎5984-1483 ※区ホームページからも申し込みます。

### ビジネス講座「小さな事業をM&Aした経営者のドラマ」

▶**対象**:経営者、創業を考えている方 ▶**日時**:1月17日(火)午後7時~9時 ▶**講師**:Lumiena Ginzaオーナー/木下綾子 ▶**費用**:500円 ▶**申込**:1月10日(火)までに練馬ビジネスサポートセンターホームページ(https://www.nerima-idc.or.jp/bsc/)から

申し込みください ※1は電話でも申し込みます。▶**問合せ**:練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020

#### 1 ココネリ3階で開催

▶**定員**:30名(先着順)

#### 2 Zoomで開催

▶**定員**:30名(先着順)

## 住まい・まちづくり

### 和光都市計画事業に関する環境影響評価準備書をご覧になれます

(仮称)和光北インター東部地区土地区画整理事業の環境への影響を評価する準備書です。意見のある方は意見書を提出できます。また、説明会を開催します。▶**縦覧期間**:1月10日(火)~2月10日(金) ▶**縦覧場所**:環境課(区役所本庁舎18階)、埼玉県環境政策課(さいたま市浦和区高砂3-15-1)、和光市都市整備課(和光市広沢1-5) ※和光市ホームページ(http://www.city.wako.lg.jp/)でもご覧になれます。

▶**意見書提出の期間・場所**:1月10日(火)~2月24日(金)に和光市都市整備課へ ▶**区の担当**:環境課環境規制係(説明会)

▶**日時**:1月15日(日)午後5時から ▶**場所**:旭町地域集会所 ▶**申込**:当日会場へ ◎**問合せ**:和光市都市整備課 ☎048-424-9158

### 松山の森緑地の都市計画原案をご覧になれます

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、原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**:1月4日(水)~25日(水) ▶**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**:1月18日(水)午後7時から ▶**場所**:石神井台小 ▶**申込**:電話または電

子メールで参加者全員(2名まで)の住所・氏名・電話番号を、1月4日(水)~16日(月)にみどり推進課計画係 ☎5984-1659 **メール** midorisuisin@city.nerima.tokyo.jp (公聴会)

▶**日時**:1月30日(月)午後7時から ▶**場所**:石神井台みどり地域集会所 ▶**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、1月25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、公聴会は行いません。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

## 働く

### スクールソーシャルワーカー【会計年度任用職員】

▶**対象**:次の①②のいずれかに当てはまる方 ①社会福祉士・精神保健福祉士・臨床心理士・公認心理師のいずれかの資格がある②福祉または教育に関する専門的な知識・経験がある ▶**期間**:4月から1年(再任する場合あり) ▶**日時**:月~土曜午前7時30分~午後8時15分の間の7時間45分(月16日) ▶**場所**:学校教育支援センター ▶**採用予定数**:若干名(書類選考・面接) ▶**報酬**:月額26万748円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。 ▶**申込**:学校教育支援センターや区ホームページにある申込書(写真貼付)を、1月5日(必着)までに同所 ☎6385-9911

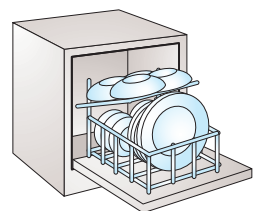
### 保育のお仕事就職相談・面接会

保育施設への就職を希望する方を対象に、区内の保育事業者の紹介や就職相談・面接会を行います。▶**日時**:1月21日(土)午後1時~4時 ▶**場所**:ココネリ3階 ▶**定員**:50名(先着順) ▶**申込**:電話または区ホームページ「電子申請」で保育人材育成係 ☎5984-1708

## コロナ禍の在宅子育てを応援! 児童1人当たり5万円相当

# 家事支援用品の購入を補助します

コロナ禍での家事・育児の負担を軽減するため、ロボット掃除機や食洗機などと交換できるポイントを付与します。専用サイトから希望する商品を選択できます。



▶**区の担当**:児童相談調整担当係

#### 対象

申込日時時点で、次の①②の両方に当てはまる世帯

- ①区内在住で、平成31年4月2日~令和4年4月1日生まれのお子さんを養育している
- ②対象のお子さんが保育園などの保育サービスを利用していない

#### 申し込み方法

対象と思われる世帯に、12月下旬に案内を送付します。2月28日(火)までに希望する商品を購入してください。

#### 問合せ

練馬区家事支援用品の購入支援事業コールセンター ☎0120-702-037 (平日午前9時~午後6時。祝休日、12月31日~1月3日を除く)

## 世帯と人口【12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	739,193(-261)	日本人	718,407(-319)	外国人	20,786(+58)	年齢別人口		
385,213 (-138)	男	357,752	男	348,015	男	9,737	14歳以下	15~64歳	65歳以上
	女	381,441	女	370,392	女	11,049	86,088(-75)	490,877(-186)	162,228(0)



### ハローワーク池袋就職面接会

参加企業名など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶日時:1月20日(金)午後1時~5時▶場所:ココネリ3階▶持ち物:履歴書(写真貼付)、職務経歴書、紹介状 ※いずれも面接を希望する企業数分。▶区  
の担当:中小企業振興係▶申込:電話でハローワーク池袋職業相談第1部門☎5911-8609(部門コード41#)

### お休みします

〈三原台温水プール☎3924-8861〉  
…1月10日(火)~13日(金)【清掃のため】

### 健康・衛生



### オンライン開催・ 順天堂練馬病院公開講座 「区民の健康医学」

▶対象:18歳以上の方▶申込:区ホームページ「電子申請」で申し込んでください

内容	日程・講師	申込期限
耳鼻咽喉科の救急疾患 ~中耳炎・鼻血から窒息まで	▶日程:1/28(土) ▶講師:耳鼻咽喉・頭頸科医師 角田篤信	1/24(火)
手術前にも歯医者さんに! ~かかりつけ歯科医院は健口づくりの第一歩	▶日程:2/25(土) ▶講師:歯科医師 秀真理子	2/21(火)
リウマチ・膠原病ってどんな病気?	▶日程:3/25(土) ▶講師:膠原病・リウマチ内科医師 天野浩文	3/22(水)

※時間はいずれも14:00~15:00。

〈会場で同時視聴できます〉

▶場所:生涯学習センター▶定員:各300名(先着順)▶申込:申込期限までに電話で同所へ

◎問合せ:同所☎3991-1667

### 体と心をリフレッシュ!

~練馬区健康いきいき体操講習会

▶日時:1月20日(金)午後2時~3時30分▶場所:大泉保健相談所▶講師:スポーツプログラマー/山内道子

▶定員:8名(先着順)▶申込:電話で同所☎3921-0217

### 高齢者



### 理学療法士が伝えるフレイル予防!

「むせ」の予防など、健康維持の知識や運動方法を学びます。 ※Zoomを使ったオンライン配信も行います。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:1月19日(木)午後2時30分~3時30分▶場所:はつらつセンター光が丘▶講師:東京都理学療法士協会会員▶申込:電話で同所☎5997-7717

〈会場で同時視聴できます〉

▶申込:電話で各申込先へ

場所・申込先	定員(先着順)
はつらつセンター	豊玉☎5912-6401 関☎3928-1987 大泉☎3867-3180
敬老館	栄町☎3994-3286
	南田中☎3995-5538
	高野台☎3996-5135
	三原台☎3924-8834
	石神井☎3996-2900
	石神井台☎3995-8270
	上石神井☎3928-8623
	東大泉☎3921-9129
西大泉☎3924-9545	
大泉北☎3925-7105	18名

### 1月の①スマホ教室②相談会

スマートフォンの基本操作を学べるほか、個別に相談できます。 ※スマートフォンをお持ちでない方には、無料で貸し出します。▶対象:区内在住の60歳以上の方▶申込:①電話で各申込先へ②当日会場へ

場所・申込先	日時
はつらつセンター 大泉☎3867-3180	23(月) ①9:30~12:30 ②13:00~17:00
はつらつセンター 光が丘☎5997-7717	23(月) ①9:30~12:30 ②13:00~16:00
大泉北敬老館 ☎3925-7105	27(金) ①9:30~12:30 ②13:00~16:00

### 子ども・教育①



### 1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 ※参加者には歯ブラシを差し上げます。

場所(保健相談所)・申込先	日程	定員(先着順)
豊玉☎3992-1188	26(木)	30名
北☎3931-1347	25(水)	18名
光が丘☎5997-7722	11(水)	18名
石神井☎3996-0634	18(水)	30名
大泉☎3921-0217	18(水)	18名
関☎3929-5381	19(木)	18名

※時間はいずれも9:00~11:00。

### 1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▶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	20(金)①9:30 ②10:30 30(月)①13:30 ②14:30	36組
北☎3931-1347	24(月)①9:30 ②10:30	32組
光が丘☎5997-7722	27(金)①13:30 ②14:30	32組
石神井☎3996-0634	11(水)①9:30 ②10:30 25(水)①9:30 ②10:30	36組
大泉☎3921-0217	23(月)①9:30 ②10:30	24組
関☎3929-5381	20(金)①9:45 ②10:50	24組

### 1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・禁煙相談 ▶内容:病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談など	豊玉	10(水)・31(水) 13:30~15:30
	北	10(水)・24(水) 13:00~15:00
	光	19(水) 9:00~11:00
	光	31(水) 13:30~15:30
	石	19(水) //
	石	24(水) 9:00~11:00
	大	17(水)・26(水) 13:00~15:00
	関	16(月)・30(月) 9:00~11:00
	つ	7~28の毎土曜 13:00~16:30
	つ	7~28の毎土曜 13:00~16:30
◆こころの健康相談 ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどでお困りの方、精神疾患の方や家族	豊玉	20(金) 14:00~16:15
	北	24(水) 14:00~16:00
	石	17(水) 14:00~15:30
	大	13(金) 14:00~16:00
	関	27(金) 14:00~15:30
◆うつ相談 ▶対象:気持ち沈む・悲観的になるなどでお困りの方や家族	豊玉	18(水) 13:30~16:30
	北	11(水) 14:00~16:00
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	光	25(水) 14:10~15:40
	豊玉	11(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	25(水) 14:40~16:15
	豊玉	30(月) 14:00~16:00
◆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	23(月) 14:00~15:20
	豊玉	11(水) 9:45~12:00
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ▶対象:依存症などでお困りの方や家族	石	19(水) 14:00~15:30
	豊玉	11(水) 9:45~12:00
認知症相談 ▶対象:もの忘れなどでお困りの方や家族	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	

豊玉保健相談所☎3999-2118  
北保健相談所☎3931-1347  
光が丘保健相談所☎5999-7722  
石神井保健相談所☎3996-0634  
大泉保健相談所☎3921-0217  
関保健相談所☎3929-5381  
ついでに歯科診療所☎3993-9956

※◆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・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。

### 子どものための講座を 企画・運営する団体を募集



子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、4月1日(土)~令和6年3月17日(日)に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。▶問合せ:青少年課育成支援係(区役所本庁舎11階)☎5984-1292 [Eメール] seishonen03@city.nerima.tokyo.jp

### 募集する講座

- ねりま遊遊スクール(子ども・親子対象)  
子どもが体験する・発見する・創作する・感じる・学ぶをテーマにした講座です。
- すまいるねりま遊遊スクール(主に知的障害のある小中学生と保護者対象)  
遊び・体験・交流を通しての成長・発達をテーマにした講座です。
- 子育て学習講座(大人対象)  
子育てや子どもの教育をテーマにした講座です。
- 子供安全学習講座(子ども~大人対象)  
地域で暮らす子どもの安全・安心・防犯をテーマにした講座です。
- ねりまイクメン講座(父親・父子対象)  
父親の育児や家事参加、父と子の触れ合いをテーマにした講座です。

### 申し込み方法など

- ▶募集团体:次の①~③のいずれかに当てはまる団体  
①区内の小中学校のPTAや幼稚園・保育園などの保護者会  
②練馬区生涯学習届出団体  
③代表者が区内在住・在勤(在学)の20歳以上の方で、主に区内で活動している団体
- ▶開催場所:区立施設など  
※ねりま遊遊スクールのみ、区外で開催するものも応募できます。
- ▶申込:図書館や体育館、青少年館、青少年課、区ホームページなどにある募集のしおりをご覧くださいの上、1月31日(必着)までに育成支援係へ  
※申し込み多数の場合は、内容審査の上、抽選。

### 説明会を開催

初めて応募する団体は参加してください。  
▶日時:1月17日(火)①午前10時30分~11時30分②午後6時30分~7時30分▶場所:区役所本庁舎19階▶定員:各30名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①説明会(A②の別も)②氏名③電話番号を、1月13日(金)までに育成支援係へ ※②はZoomを使ったオンライン配信も行います。詳しくは、募集のしおりをご覧ください。

### 休日急患診療所

※健康保険証が必要です。

- 小児科 ①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 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平日20:00~22:30、土・日曜・祝休日18:00~21:30②③土曜18:00~21:30、日曜・祝休日10:00~11:30・13:00~16:30(②は15:00から。③は14:00まで)④18:00~21:30④日曜・祝休日10:00~11:30・13:00~16:30



### 子ども・教育②

#### 区立中学校の入学通知書を配布

4月に中学校に入学する区内在住のお子さん(平成22年4月2日~23年4月1日生まれ)の保護者に、区立中学校の入学通知書を1月上旬に配布します(区立小学校在籍の方は小学校で配布。それ以外の方は郵送)。

通知後、特別な事情がある方は、通学区域外の学校に変更できる場合があります。1月20日(金)までにご相談ください。▶問合せ:学事係 ☎5984-5659

### スポーツ

#### 硬式テニス大会①都民体育大会練馬区選考会(男女シングルス)②ベテラン男子シングルス大会

▶対象:①18歳以上の方(高校生を除く)②50歳以上の方▶日時:2月26日(日)、3月5日(日)・12日(日)午前9時から ※予備日3月19日(日)。▶場所:土支田庭球場、夏の雲公園庭球場▶保険料など:1,500円▶申込:体育館や庭球場、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ください。▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

#### 区民体育大会①ロードレース競技会②小学生駅伝

▶対象:①中学生以上②小学3~6年生4名で構成されたチーム▶日時:2月12日(日)午前9時から▶場所:練馬総

合運動場公園▶内容:①3km、5km(部門によって異なります)②800m×4区間▶費用:①1,000円(中学生800円・高校生900円)②1チーム3,200円▶申込:体育館や練馬総合運動場公園、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ください。1月18日(水)までに練馬区陸上競技協会へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

#### 初心者スポーツ教室 ワンポイント水泳指導(1~3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
上石神井体育館 ☎5991-6601	金曜 9:00~11:00
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 11:00~13:00

※実施日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。

### 講座・催し

#### 明るい選挙政治教養講座

政治問題などを題材に、政治を分かりやすく解説します。▶日時:1月12日(木)午後2時~3時(午後1時45分開場)▶場所:生涯学習センター▶講師:NHK解説委員/田中泰臣▶定員:

300名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399

#### 初心者向けよみきかせ講習会 ~おうちでよみきかせ

▶日時:2月2日(木)午後2時30分~4時▶場所:光が丘図書館▶講師:出版文化産業振興財団読書アドバイザー/児玉ひろ美▶定員:30名(先着順)▶申込:1月19日(木)までに電話で同所 ☎5383-6500 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名。保険料50円)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

#### つながるカレッジねりま オンライン公開講座 ~ゲートキーパー養成講座

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Zoomで公開します。▶日時:1月17日(火)午前9時30分~午後0時50分▶講師:NPO法人OVA/江田暁子▶申込:1月11日(水)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/>)からも申し込みます。

#### 就職活動や地域活動をしている女性のためのパソコン講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる女性 ※過去に受講した方を除く。▶場所:男女共同参画センターえる▶講師:MOSインストラクター/後藤悦子▶定員:各10名(先着順)▶費用:1,000円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名(A~Eの別も)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号⑤電子メールアドレス⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 [Eメール] [oubo@nerima-yell.com](mailto:oubo@nerima-yell.com) ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員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、開催日の2週間前までにお知らせください。

内容	日時
A パソコン初級	1/15(日)13:30~16:00
B ワード	1/29(日)13:30~16:00
C エクセル基礎	2/22(水)13:30~16:00
D エクセル実践	2/23(祝) 9:30~12:00
E パワーポイント	3/5(日)13:30~16:30

## 防災について考えよう!

### 1/15(日) 災害は突然に!いつもの防災イベント ~今、あなたにできること

阪神・淡路大震災をきっかけに防災の普及啓発を行っている「心のあかりを灯す会」が、人形劇や朗読、防災クイズなどを行います。▶時間:午後1時30分~3時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:50名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤参加人数を、区民防災第一係 ☎5984-2601 [Eメール] [kuminbousai@city.nerima.tokyo.jp](mailto:kuminbousai@city.nerima.tokyo.jp)



### 1/16(月)・17(火) もしもの時に備えよう 企画展

ガラス飛散防止フィルム貼り体験や消防署による応急救護体験などを行います。 ※参加者には災害用簡易トイレセットなどをプレゼント。▶時間:午前9時~午後4時▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ▶問合せ:区民防災第二係 ☎5984-2605



### 健康管理アプリ「ねりまちてくてくサプリ」 歩いて「+キレイ」黒田先生のオンライン美姿勢レッスンキャンペーン

アプリを使って期間中に一定の距離を歩いた方は、Zoomで少人数のレッスンが受けられる抽選に参加できます。「キレイに歩く」「歩いてキレイになる」ために欠かせない姿勢のポイントを健康運動指導士の黒田恵美子さんがアドバイスします。▶期間:1月5日(木)~2月7日(火) ※レッスンは2月25日(土)・26日(日)。▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624

ねりまちてくてく アプリのダウンロードはコチラ



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。

## 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

### アオバジャパン・インターナショナルスクール

AOBA アフタースクールプログラム・英会話スクール

体験入学のチャンス! 過去アオバプログラムに登録済の方登録料無料! 申込はこちら▶

アフタースクールプログラム	コミュニティイングリッシュスクール
期間:2023年 1/23 ~ 6/15(週1回) ※申込締切:2023年 1/6まで 授業料:5万円/登録料:1万円 ※小・中学生対象	期間:2023年 1/17 ~ 4/19 ※申込締切:2023年 1/10まで 授業料:2万4千円(週1日参加の場合) 登録料:1万円 ※18歳以上対象

【問合せ】[extension.programs@aobajapan.jp](mailto:extension.programs@aobajapan.jp) 練馬区光が丘7-5-1 TEL:03-4578-8832

広告 年末のお買い物代行いたします! ☎090-8328-2918 年内無休 前日の8時~17時に受付 練馬区石神井台 4-9-37 健作サポート



### ヤングダンス講座

▶対象:中学生～おおむね30代の方  
▶日時:①1月8日(日)③3月21日(祝)午後6時～8時②2月21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

### ボディコントロール(体幹運動)

▶日時:1月10日(火)・24日(火)・2月21日(火)・3月7日(火)・21日(祝)午前10時～11時、2月10日(金)午後2時～3時【6日制】▶場所:石神井公園区民

交流センター▶講師:トレーナー/植田麻利子▶定員:30名(抽選)▶申込:12月25日(日)までに電話で同所☎5910-3451

### 五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート～ドボルザークとスメタナ

▶対象:中学生以上▶日時:1月28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、1月13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

### 文化交流カフェ～日本人と外国人の交流&節分と春節の紹介

▶日時:1月28日(土)午後2時～4時▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶定員:日本人の方…15名、外国人の方…15名(いずれも先着順)▶費用:100円▶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④国籍を、事業推進係☎5984-1523 [Eメール chiiki17@city.nerima.tokyo.jp](mailto:chiiki17@city.nerima.tokyo.jp)

### 人権セミナー「部落の歴史から学ぶこと」

▶日時:1月20日(金)午後6時30分～8時30分▶場所:区役所本庁舎20階▶講師:東日本部落解放研究所事務局長/鳥山洋▶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セミナー名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加人数を、人権啓発担当係☎5984-1452 [FAX 3993-6512](mailto:3993-6512) ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員4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、1月10日(火)までにお知らせください。

## 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

◆**①練馬大根地産マルシェ②クリスマスライブ**▶日時:12月25日(日)①午前10時から②午後2時30分から▶場所:北町上宿公園(北町2-35-5)▶申込:当日会場へ▶問合せ:ニュー北町商店街振興組合・村上☎090-4524-8853

◆**JA東京あおば 年末大売出し**▶日程:12月28日(火)～30日(木)▶場所:ふれあいの里(桜台3-35-18)、こぐれ村(大泉学園町2-12-17)、とれたて村石神井(石神井町5-11-7)▶問合せ:JA東京あおば地域振興部☎5910-3066

◆**公衆浴場で正月朝湯**▶日程:1月2日(休) ※時間は各浴場にお問い合わせください。▶場所:区内公衆浴場▶費用:500円(小学生200円、未就学児100円)▶問合せ:練馬区公衆浴場組合・風間☎3991-5092

◆**ほんちよう通りの鏡開き**▶日時:1月7日(土)午後2時から▶場所:富士見台本町通り商店街▶内容:ミニようかんをプレゼント ※なくなり次第終了。▶定員:400名(先着順)▶問合せ:富士見台本町通り商店会・大野☎3990-1876

◆**パークロード石神井 新春餅つき大会と獅子舞・2023年お年玉セール**▶日時:1月9日(祝)午前10時から▶場所:石神井公園商店街▶内容:餅の販売 ※なくなり次第終了。▶問合せ:石神井公園商店街振興組合・小川☎3996-0414

◆**税に関する絵はがきコンクールの作品を募集**▶対象:小学生▶申込:ハガキの裏面に税をテーマにした絵と標語を描画し、表面の下段に①住所②氏名③学校名・学年・クラス④電話番号を記入の上、1月13日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-23-10 練馬東法人会☎3994-7272 ※参加賞、優秀作品に賞品あり。

◆**自転車安全利用TOKYOセミナー**▶日時:1月20日(金)午後2時～4時40分▶場所:区役所本庁舎20階▶定員:50名(先着順)▶申込:交通安全課(区役所本庁舎13階)や東京都ホームページ(https://www.tomin-anzen.metro.tokyo.lg.jp/kotsu/)にある申込書を、1月13日(金)までに東京都総合推進課☎5388-3124 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同ホームページをご覧ください(定員50名(先着順))。

◆**伝統文化日本舞踊子ども教室発表会**▶日時:1月22日(日)午後2時～4時▶場所:生涯学習センター▶定員:200名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬・春日会・春日☎090-5302-5511

◆**ライティングディスク指導者資格認定講習**▶対象:18歳以上の方▶日時:1月29日(日)午前10時～午後4時▶場所:大泉学園町体育館▶講師:ライティングディスクインストラクター1級/井上亨▶定員:20名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①講習会名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、1月21日(土)までにSSC大泉☎3921-1300 [FAX 3921-1691](mailto:3921-1691)

◆**ねりまのねり歩き(開運・雑司が谷七福神めぐりコース)**▶日時:場所:①1月16日(月)②18日(水)午前9時45分東京メトロ有楽町線護国寺駅集合～清土出現所～雑司が谷鬼子母神堂～仙行寺～午後0時30分西武池袋線池袋駅解散(約3km)▶定員:各15名(抽選)▶費用:500円▶申込:往復ハガキで①催し名(①②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、1月4日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光案内所☎3991-8101

◆**高齢者水泳体験会(水中運動・水泳)**▶60歳以上の方対象 ①1月11日②18日③25日午後1時～3時 大泉学園町体育館 ①～③とも参加費100円 例会…60歳以上の方対象 毎水曜午後1時15分～3時 大泉学園町体育館 入会金1,000円 月会費1,500円 保険料年1,850円(65歳以上1,200円) シルバースイミングクラブ大泉・石黒☎090-9157-8044(要予約。午後1時～4時)

◆**光が丘IMA南館前**▶日時:12月25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

◆**おやこで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:1月14日(土)午後2時～3時▶場所:生涯学習センター▶定員:70名(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話でアンサンブル・ココリコー事務局☎090-6118-1739(午前9時～午後2時)

◆**1月の水泳ポイントレッスン**▶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:1月21日(土)午前9時～11時▶場所:三原台温水プール、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

ル利用料(保護者のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ

◆**サッカーを楽しもう!**▶対象:①3・4歳児と保護者②4～6歳児と保護者▶日時:1月21日(土)①午前9時30分～10時30分②午前10時45分～11時45分▶場所:学校教育支援センター▶定員:各30組(先着順)▶費用:1人500円▶持ち物:サッカーボール▶申込:電話でFCSAMURAI・岩田☎090-2562-8500(午前11時～午後3時)

◆**スポーツ(体操・トランポリンなど)**▶対象:3歳児～中学生 ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加も可。▶日時:1月21日(土)午前9時30分～11時30分▶場所:大泉学園町体育館▶定員:30名(先着順)▶費用:50円▶申込:当日会場へ

◆**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:0～3歳児と保護者▶日時:1月24日(火)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: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)

### 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、開催日の5日前までに申込先へ ※1区画700円以下の出店料が掛かります。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆**こぶし公園**(富士見台3-53-1)▶日時:1月8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 リサイクルおてだまや☎090-6496-5366(先着20店。問い合わせは午後6時～9時)

◆**平成つつじ公園**(練馬1-17-6)▶日時:1月15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80店。問い合わせは午後6時～9時)

◆**和田堀公園**(石神井町1-1-11)▶日時:1月15日(日)午前9時30分～午後1時30分(雨天中止)▶申込先:〒177-0041石神井町1-3-7 物々(もののもの)☎3997-4333(先着30店)

## 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。

■**囲碁 青林会** おおむね5級以上の方対象 月4回主に土曜または日曜午後1時～5時 生涯学習センターなど 月会費500円 年4回大会、年2回合宿あり 小坂☎090-7281-1800(要予約)

■**椅子に座って行う健康体操 ねりま健康体操部きらきらボディ** 中高年齢者対象 主に毎水曜午後1時～2時 大泉学園地区区民館など 会費1回500円 初回は無料体験可 蝦名☎090-9844-6953 [Eメール kbd3kira@yahoo.co.jp](mailto:kbd3kira@yahoo.co.jp)(要予約)

■**女性コーラス(ポピュラー・クラシックなど) ピアニッシモ** 月3回月曜午後2時～4時 旭町南地区区民館 月会費4,000円 谷口☎080-1044-8630(要予約)

■**混声合唱団こぶし(名歌・抒情歌・発声練習)** 第2・4日曜午後1時～4時 生涯学習センターなど 講師 内田裕見子 入会金1,000円 月会費2,500円 せき☎090-7256-0446 [Eメール haruko6954830@docomo.ne.jp](mailto:haruko6954830@docomo.ne.jp)(要予約)

■**「高砂」を謡おう** 1月9日・23日、2月6日・20日午前10時～正午 春日町地域集会所 参加費500円 柏樹会・八田☎090-6002-2618 [Eメール QYJ13065@nifty.com](mailto:QYJ13065@nifty.com)(要予約)

■**試写会・幻のテレビドラマ「ひとりっ子」** 1月15日午後2時～4時15分 春日町図書館 参加費500円程度 ねりま春日町九条の会・清水☎090-9976-7640 [Eメール kikukoasuka1214@gmail.com](mailto:kikukoasuka1214@gmail.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。



### 庭木1本から承ります!

お客様へのお約束  
庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
お茶はご遠慮します  
土日でもOKです

「ねりま区報」をご覧の方に  
**生垣剪定**  
長さ1m 高さ2m  
通常**2,200円**を  
先着10名様 (税込)  
**1,100円!**

1本からの  
お庭サービス **ガーデンエクスプレス**  
東京中央支店 練馬区土支田3-19-12 営業時間 9:00～17:00  
見積無料 **03-5933-2811**

# お墓の引越し

詳しく解説した準備ガイドプレゼント

通話無料 365日年中無休 9時～17時

お問合せ 資料請求先 **0120-02-8888**

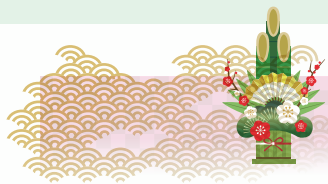
こちらから、墓じまい費用の概算計算ができます▶

**メモリアルアートの大野屋** 大野屋 墓じまいQ

東京都小平市美園町3-2-5

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**





# 年末年始の休日医療関係機関



必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。▶**問合せ**:地域医療課 ☎5984-4673

●**休日急患診療所** 急病者の応急診療を行います。

	場所	診療日時
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 ※小児科医が診療。	12/30(金)~1/4(水)10:00~11:30、13:00~16:30(練馬休日急患診療所は15:00から、石神井休日急患診療所は14:00まで)、18:00~21:30 <b>予約も可</b> …開始30分前~終了1時間前に電話で各診療所へ。 ※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。 ※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	
	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	12/29(木)~1/3(火)10:00~11:30、13:00~16:30 ※当日、電話で要予約。

**新型コロナの抗原検査** ①練馬休日急患診療所 ☎3994-2238 ②石神井休日急患診療所 ☎3996-3404 **要予約**

検査費用は無料です(初診料などは掛かります)。▶**対象**:新型コロナの感染が疑われる方 ▶**日時**:12月25日(日)・30日(金)~1月4日(水) ①午後1時30分~3時 ②午後3時~5時 ▶**持ち物**:新型コロナワクチンの接種記録が分かるもの ▶**申込**:当日午前9時30分~11時30分に電話で各診療所へ

**予約も可 要予約**  
練馬区医師会  
ホームページでも  
予約できます  
<http://www.nerima-med.or.jp/>



●**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**:午前9時~午後7時

12月29日(木)~ 1月3日(火)	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

●**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

12月	29日(木)	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
		フカサワ整骨院(上石神井2-30-20)	☎3594-3289
	30日(金)	あかつ接骨院(豊玉中3-13-14)	☎3991-9303
		たけくま整骨院(高松6-26-2)	☎3995-7378
	31日(土)	大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288
桶谷整骨院(桜台4-1-6)		☎3948-7665	
1月	1日(祝)	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
		みさと接骨院(上石神井1-16-6)	☎3929-0801
	2日(休)	にだいら整骨院(桜台1-5-4)	☎3993-7866
		ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	3日(火)	小池接骨院(西大泉1-33-4)	☎3923-3044
		名倉堂氷川台整骨院(氷川台4-6-4)	☎5399-0777
1月	2日(休)	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
		浅木接骨院(西大泉2-16-26)	☎3923-1686
	3日(火)	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
		おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
		赤坂接骨院(関町北1-26-7)	☎3920-4021

●**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

12月	29日(木)	森田歯科医院(桜台2-23-2)	☎3991-7694
		松本歯科クリニック(石神井町6-2-12)	☎3995-8861
	30日(金)	名古屋歯科医院(桜台4-1-3)	☎3994-3900
		石塚歯科医院(石神井町2-31-29)	☎3996-2882
31日(土)	梅田歯科クリニック(早宮1-34-6)	☎5999-4182	
	いくた歯科クリニック(大泉町1-1-29)	☎3924-5070	
1月	1日(祝)	関東デンタルクリニック(春日町6-16-21)	☎3990-6487
		田中歯科医院(南大泉5-31-16)	☎3921-4180
	2日(休)	おおしま歯科医院(高松3-13-9)	☎3998-8118
		西村歯科クリニック(南大泉3-27-18)	☎3867-6480
	3日(火)	堀内歯科医院(向山4-22-8)	☎3990-2525
		山崎歯科医院(上石神井1-13-4)	☎3920-2821

**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

●**東京都小児救急電話相談(子供の健康相談室)**

携帯電話など… ☎#8000、ダイヤル回線… ☎5285-8898  
保健師・医師などが対応します。  
受付時間:平日…午後6時~翌朝8時  
土・日曜、祝休日、年末年始…午前8時~翌朝8時

## 年末年始の区役所・区立施設の窓口

▶**問合せ**:各施設

施設名	区役所 石神井庁舎	大泉学園 ゆめりあホール	資源循環センター	リサイクルセンター	図書館	その他の施設
12/28(水)	△1	△1 (20:00まで)	○		○	○
12/29(木)~ 1/3(火)	×	×	△2	×	×	×
1/4(水)	△1	△1 (20:00まで)	○		○	○

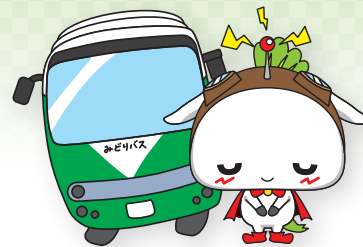
- …開いている日
- ×…お休みの日
- △1…会議室など貸し出し施設は利用できません。
- △2…12/29(木)は利用できます。

※区内11カ所の郵便局で行っている住民票の写しなどの証明書発行は、12/29(木)~1/3(火)はお休みします。

※戸籍関係の届け出(出生・死亡・婚姻など)は、区役所西庁舎1階でいつでも受け付けます。

## みどりバス(全ルート)を運休します

12/29(木)~1/3(火)



©2011練馬区ねり丸

▶**問合せ**:交通企画課 ☎5984-1274