

ますます便利に!

練馬区公式アプリを使ってみよう

生活が便利になったり、さまざまな情報が手に入ったりするアプリがあります。ぜひ使ってみてください。



道路や公園遊具などの不具合を投稿

ねりまちレポーター
練馬区

写真を撮って投稿すると、区はいただいた情報を基に素早く対応します。

▶問合せ: 広聴担当係 ☎5984-4501

歩いて楽しく健康づくり

ねりまちてくてくサプリー

健康づくりにつながるさまざまな情報もお届けします。

▶問合せ: 健康づくり係 ☎5984-4624

分別方法などを確認できる

練馬区資源・ごみ分別アプリ

地域別の回収・収集日の検索機能や、出し忘れを防止するアラート機能などがあります。

▶問合せ: 清掃事業係 ☎5984-1059

農家の庭先直売所などを調べられる

とれたてねりま

マルシェや収穫体験などのイベント情報をいち早く入手することができます。

▶問合せ: 農業振興係 ☎5984-1403

妊娠期～子育て期に活用できる

ねりますくすくアプリ (電子母子手帳アプリ)

乳幼児健診の記録や予防接種のスケジュール管理ができ、妊婦・子育て情報もお届けします。

▶問合せ: 健康推進課庶務係 ☎5984-2482

敬老館でスマホ相談も開催!
詳しくは、4面へ

練馬区公式アプリ一覧 **検索**

9/18(日) 区民交流事業 走り方教室

アテネ世界陸上10,000m銅メダリストの千葉真子さんによる走り方教室です。

▶対象: 小学生以上 ▶日時: 9月18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: 40名(先着順) ▶申込: 電話で同所 ☎3970-9651



9/4(日)～10(土) ねりま手工芸公募展



16歳以上のアマチュアの方から募集した手工芸作品を展示します。

▶日時: 9月4日(日)～10日(土)午前10時～午後5時 ※5日(月)は休館。▶場所: 石神井公園ふるさと文化館 ▶問合せ: 伝統文化係 ☎5984-2442



昨年の様子

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

◆謎解きスタンプラリー ▶日時: 8月27日(土)・28日(日)午前10時～午後5時 ▶場所: 江古田駅北口駅前通り ▶内容: 正解した方に景品をプレゼント ※なくなり次第終了。▶問合せ: 江古田駅北口商店会・佐久間 ☎080-3203-8859

◆不動産街頭無料相談会 ▶日時: 9月8日(日)午前10時30分～午後4時 ▶場所: 区役所アトリウム ▶定員: 30名(先着順) ▶申込: 電話またはファクス、電子メールで①氏名②年齢③電話番号を、9月6日(木)までに(公社)全日本不動産協会東京都本部練馬支部 ☎5912-0733(平日午前11時～午後4時) FAX 5912-0734 Eメール nerima@tokyo.zennichi.or.jp

◆練馬区水泳連盟秋の教室 ▶対象: 18歳以上の方 ▶定員: ①40名②～④各30名(抽選) ▶申込: 往復ハガキで①教室名②～④の別も②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、①8月26日②9月15日③20日④12月26日(必着)までに〒178-0065西大泉3-23-11 練馬区水泳連盟・佐竹 ☎6795-3414(問い合わせは木・金曜を除く午後6時～9時) ①上石神井水中ウォーキング ▶日時: 9月9日～12月23日の毎金曜午前11

時～午後1時[9月23日を除く。15日制] ▶場所: 上石神井体育館 ▶費用: 1万4850円

②泳法講習会 ▶日時: 9月22日～11月24日の毎木曜午前11時～午後1時[11月3日・17日を除く。8日制] ▶場所: 大泉学園町体育館 ▶費用: 9,900円

③しゃきしゃき足腰改善トレーニング ▶日時: 10月3日～12月26日の毎月曜午前11時～午後1時[第2月曜を除く。10日制] ▶場所: 中村南スポーツ交流センター ▶費用: 5,000円

④中村南水中ウォーキング ▶日時: 来年1月16日～3月27日の毎月曜午前11時～午後1時[第2月曜を除く。9日制] ▶場所: 中村南スポーツ交流センター ▶費用: 8,910円

◆ねりまのねり歩き(A・B・C中村橋・練馬コース・D石神井公園コース) ▶日時・場所: ①9月13日(火)②21日(水)午前9時20分西武池袋線中村橋駅集合～昔みそ「靴屋三郎右衛門」～南蔵院～正午区役所解散(約3.5km) ③20日(火)④28日(水)午前9時20分西武池袋線石神井公園駅集合～石神井池～三宝寺～正午豊島屋解散(約3km) ▶定員: 各15名(抽選) ▶保険料など: 500円 ▶申込: 往復ハガキで①催し名(A～D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、9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

◆健康セミナー「元気に仕事をするために～おもしろ健口(けんこう)、長生きのひみつ」 ▶日時: 9月15日(休)午後1時30分～4時 ▶場所: 勤労福祉会館 ▶講師: 歯科衛生士/精田紀代美 ▶定員: 30名(先着順) ▶申込: 電話またはファクスで①セミナー名②住所③氏名④電話番号を、8月30日(火)までに練馬西法人会 ☎3923-7272 FAX 3923-7285

◆大泉桜高校公開講座「油彩で静物画を描く」 ▶日時: 10月1日～22日の毎土曜午後1時～3時30分[4日制] ▶定員: 12名(抽選) ▶費用: 1,000円 ▶持ち物: 油彩道具、キャンパス ▶申込: 往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、9月1日(消印有効)までに〒178-0062大泉町3-5-7 大泉桜高校 ☎3978-1180

◆秋の陽公園(光が丘2-5-2) ▶日時: 9月4日(日)午前9時～正午(雨天中止) ▶申込先: 〒179-0073田柄2-8-2 リサイクルマーケットジョイ ☎080-6739-1024(先着50店。問い合わせは月～土曜午後1時～4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、8月30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。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆親子 de English ▶対象: 1～3歳児と保護者 ▶日時: 9月8日(休)午前10時30分～11時30分 ▶場所: 光が丘地区区民館 ▶定員: 10組(先着順) ▶費用: 1組500円 ▶申込: 電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)

◆親子でリトミック ▶対象: ①1～3歳児と保護者②4カ月～1歳6カ月児と保護者 ▶日時: 9月16日(日)①午前9時40分～10時40分②午前11時～正午 ▶場所: 早宮地域集会所 ▶定員: 各10組

朝・夕・青空市 ▶江古田いちば通り商店街 ▶日時: 8月25日(休)、9月1日(休)午前10時～午後7時 ▶問合せ: 内田 ☎3991-1243

◆光が丘IMA南館前 ▶日時: 8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 ▶ルール・マナーを守り、持続可能な釣りを! ▶対象: 小学生と保護者 ▶日時: 9月4日(日)午前9時～午後0時15分 ▶集合場所: 都営新宿線東大島駅 ▶定員: 12組(先着順) ▶費用: 1組800円 ▶申込: 電話で東京都釣りインストラクター連絡機構・鈴木 ☎090-7952-7605(平日午前9時～正午)

◆親子 de English ▶対象: 1～3歳児と保護者 ▶日時: 9月8日(休)午前10時30分～11時30分 ▶場所: 光が丘地区区民館 ▶定員: 10組(先着順) ▶費用: 1組500円 ▶申込: 電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)

◆親子でリトミック ▶対象: ①1～3歳児と保護者②4カ月～1歳6カ月児と保護者 ▶日時: 9月16日(日)①午前9時40分～10時40分②午前11時～正午 ▶場所: 早宮地域集会所 ▶定員: 各10組

(先着順) ▶費用: 1組100円 ▶申込: 電話でキラキラプロジェクト・戸ヶ崎 ☎090-9684-9655

◆スポーツなど ▶申込: A/B/D当日会場へC電話で日本テニスボール協会練馬区連盟・庄司 ☎090-3517-2021(午後5時～8時) ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加も可。

⑥総合体育館 ▶対象: 5歳児～中学生 ▶日時: 9月17日(日)午前9時～正午 ▶内容: トランポリン、ボクシングミット打ちなど ▶定員: 20名(先着順) ▶費用: 50円

⑦大泉学園町体育館 ▶対象: 3歳児～中学生 ▶日時: 9月17日(日)午前9時30分～11時30分 ▶内容: 体操、トランポリンなど ▶定員: 30名(先着順) ▶費用: 50円

⑧大泉学園少年野球場 ▶対象: 5歳児～小学4年生 ▶日時: 9月17日(日)午前10時～正午 ▶内容: ティーボール ▶定員: 40名(先着順) ▶費用: 100円

⑨光が丘体育館 ▶対象: 小学生 ▶日時: 9月24日(日)午前9時30分～正午 ▶内容: 木工細工 ▶定員: 30名(先着順) ▶費用: 50円

子育て学習講座 ◆ゆっくり育つ子どもの思春期を迎える前に ▶対象: 子育て中の保護者、子育て支援に携わる方 ▶日時: 9月23日(日)午後3時～4時30分 ▶場所: 勤労福祉会館 ▶定員: 20名(先着順) ▶申込: 電話で旭出学園でまえ教室・岡田 ☎3922-4134(午前9時～午後5時30分)

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・18:00～21:30④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30