

- 生活の不安や悩みをご相談ください .....3面
- 「けんしん」でリスクを早期発見 ...4面
- 入りませんか?町会・自治会 ...12面



# 大切なみどりを未来へ

## みどりを守り育てよう!

区には、公園や農地など豊かなみどりがあります。大切なみどりを守り、未来に引き継ぐため、区民の皆さんと共に守り育てる「みどりを育むムーブメント」の輪を広げていきます。  
▶問合せ:みどり推進課協働係 ☎5984-2418 FAX 5984-1227

詳しくは2面へ

南高松憩いの森で活動するご家族



# みどりを育むムーブメントの輪を広げよう

あなたの応援お待ちしております!

## 寄付で応援!

応援したいプロジェクトを選んで寄付できます。寄付は税控除の対象にもなります。

▶問合せ:みどり推進課協働係 ☎5984-2418



### 新しいプロジェクトを紹介

博士をモデルにした連続テレビ小説もスタート!

### ● 牧野記念庭園プロジェクト

**目的** 博士ゆかりの貴重な植物を保全するほか、展示設備を充実します

**目標額** 300万円

**特典** 1万円以上で庭園内のプレートに氏名を掲載!



牧野富太郎博士  
個人蔵



300種類の植物が生育!

ホタルが見られる貴重な施設!

### ● 中里郷土の森ホタルプロジェクト

**目的** より多くの人がホタルを観察できるよう展示設備を充実します

**目標額** 100万円

**特典** 大人気のホタル観察会に優先して招待!(抽選)



ホタルの光をじっくり観察!

### まだまだ選べる!みどりへの寄付

- 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。
- 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、みどり全般への取り組みに活用します。

詳しくは、パンフレットや葉っぱい基金ホームページへ

▶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



## ボランティアで応援!

森の保全や花壇管理など、みどりを育む活動をしたい方と団体をつなぐ「練馬みどりの人材バンク」。あなたも登録してみませんか。▶問合せ:みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451



### 🔪登録している皆さんに聞きました!



山口さん

#### 憩いの森の管理・落ち葉清掃に参加

知識が増えるのが面白い!

団体の方はさまざまなみどりの知識を丁寧に教えてくれます。参加する度に知識が増えていくのが面白いです。



吉田さん

#### 憩いの森の管理に参加

練馬の魅力を見つけましょう!

雑木林にはクワガタや小鳥もいて、みどりが多い練馬の魅力に触られます。みどりを守る活動にとってもやりがいを感じています。



海道さん

#### みどりのイベントに参加

登録だけでも!みどりの情報をたくさん知れる

子どもと一緒に活動したいと思い登録しました。みどりに関する活動やイベント情報が届くので、私も周りの人に広めたいと思います!

### 📍いろいろな場所で活躍中!

#### 憩いの森の管理



#### 花壇の管理



#### 落ち葉清掃



自分のペースで参加OK!一緒に活動しませんか

#### 南高松憩いの森管理団体 高橋さん

幅広い年代の方が集まって、アイデアを出し合いながら自由に活動しています。みどりの中で活動すると、気分もリフレッシュできますよ!



興味を持ったら練馬みどりの人材バンクへ

お気軽にみどりのまちづくりセンターへお問い合わせください。▶対象:中学生以上



# 生活の不安や悩みを ご相談ください

ひとり親家庭や生活にお困りの方の  
相談窓口を紹介



## ひとり親家庭の方へ

**相談窓口** ひとり親家庭支援係（区役所本庁舎10階）  
☎5984-1319 FAX 3993-1181

20歳未満のお子さんがあるひとり親家庭のさまざまな相談を受け付け、自立を支援します。離婚を考えている方などもご相談ください。

### 事業数23区No.1 ひとり親家庭自立応援プロジェクトをさらに充実!

#### 相談窓口を充実!

- Zoomによるオンライン相談を開始
- 土曜の法律相談を開始

対面・電話・オンラインで相談できます **要予約**

	相談内容	日時
総合相談	キャリアコンサルタントに相談できます	平日8:30~20:00 第2・4土曜10:00~16:00
出張相談	専門相談員がご自宅に伺います	平日10:00~16:00の間の1時間程度
法律相談	弁護士に養育費などの相談ができます	平日…月4回、 土曜…年4回 <b>充実</b>
家計相談	ファイナンシャルプランナーに家計などの相談ができます	平日…月2回



#### 助成を充実!

- 養育費を取り決めるADR(※)費用の助成を開始

**助成額** 上限5万円

※裁判ではなく民間機関が調停を行い、話し合いで解決する方法。

- 高等職業訓練促進給付金を増額

資格取得のために修業する期間の生活費を支援します。管轄の総合福祉事務所やひとり親家庭支援係へお問い合わせください。

**助成額** 月16万円 **区独自に加算**

第2子以降は子ども1人当たり2万円加算

#### 他の支援サービスはコチラから | リニューアル!

- ひとり親家庭サポートブック  
▶配布場所:総合福祉事務所、ひとり親家庭支援係など
- 練馬区ひとり親家庭支援ナビ  
相談窓口の予約もできます



## 生活にお困りの方へ

**相談窓口** 生活サポートセンター（区役所西庁舎3階）  
☎3993-9963 FAX 3993-1180

経済的に困りの方の相談に応じ、関係機関と連携しながら一緒に解決策を考えます。

#### 住居確保給付金の相談を受け付けています

失業などで住居を失った、または失う恐れのある方を対象に、家賃相当額を給付し就職などに向けて支援します。

相談日時	相談場所
平日8:30~17:15	生活サポートセンター
第1・2木曜14:00~16:00	石神井障害者地域生活支援センターういんぐ <b>要予約</b>
第3・4木曜14:00~16:00	石神井総合福祉事務所 <b>要予約</b>

## 不安や悩みを抱えている方へ

ひきこもり状態にある方など、不安や悩みを抱え、どこに相談してよいか分からない方はご相談ください。地域福祉コーディネーターが相談に応じるほか、状況に応じて個別訪問を行うなど適切な支援につなげます。

**相談窓口** 練馬ボランティア・地域福祉推進センター（豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階）  
☎3994-0208 FAX 3994-1224

### 総合福祉事務所は福祉の総合相談窓口です

生活保護の相談をはじめ、高齢者・障害のある方・ひとり親家庭の方などを支援します。▶問合せ:総合福祉事務所相談係【〒176の地域…練馬☎5984-4742、〒179の地域…光が丘☎5997-7714、〒177の地域…石神井☎5393-2802、〒178の地域…大泉☎5905-5263】



# 「私は大丈夫」と思っていませんか？ 「けんしん」で リスクを早期発見

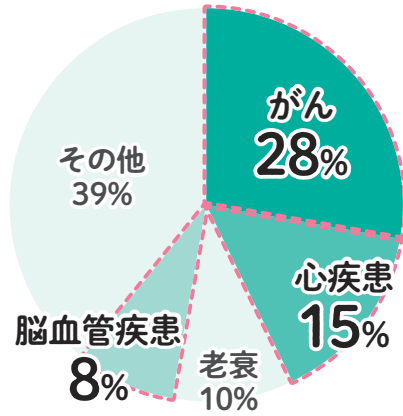


問合せ 成人保健係 ☎5984-4669

## 気付かないうちに進行するのが**生活習慣病**

高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、食事や運動・喫煙・飲酒など日々の習慣に深く関係しています。知らないうちに進行し、病気が発症することもあります。

**8割の人に生活習慣病のリスクがあります**  
(令和2年度特定健診受診者)



(死因・令和4年度「ねりまの保健衛生」より)

**3大生活習慣病**  
日本人の死因上位を占める  
「がん・心疾患・脳血管疾患」

**5割の人が生活習慣病が関連する病気により亡くなっています**

がんは早期発見・治療で**9割以上**が助かります

## 自覚症状がなく進行します 早期発見のために健診へ！

▼ 区の健診を受けましょう **自費で受けるより90%もお得！**

種類	対象(来年3月31日(日)現在)	費用
健康診査(※)	30歳以上の方	300円
肝炎ウイルス検診	30歳以上で未受診の方	無料
骨粗しょう症検診★	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	500円
眼科(緑内障等)健診★	50・55・60・65歳の方	900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	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

※40歳以上で社会保険に加入している方は対象外。

★の健診と**がん検診**  
(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん)

**3月下旬に受診券(チケット)を送付しました**  
まずは中身を確認！詳しくは、案内をご覧ください

▼ 対象の方に健康診査の案内を送付します

対象(来年3月31日(日)現在)	発送時期	
30代の方	4月下旬	
40代以上の方	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

**健康診査時に保育サービスを実施します**  
詳しくは、区ホームページをご覧ください。

## 高齢者の方へ

**5/1(月)から もの忘れ検診を受けましょう ~対象を拡大**

認知症は早期に発見すれば、症状を改善したり進行を遅らせたりすることができます。対象の方に受診券を送付します。▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597

対象	受診券の送付
来年3/31日現在 70・75歳の方	4月下旬に送付します
70歳以上で「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」の結果が20点以上の方 <b>拡大</b>	地域包括支援センターに申し込んでください

### 自分でできる認知症の気づきチェックリスト

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)、区ホームページでご覧になれます。



### 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(日)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月上旬▶自己負担額:1,500円▶問合せ:予防接種係 ☎5984-2484

# 妊娠中・子育て中の方へ



## ● 出産育児一時金を50万円に増額します

支給額を42万円から50万円に引き上げます。申請方法など詳しくは、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。▶**対象**:4月以降に出産した国民健康保険加入者  
▶**問合せ**:こくほ給付係☎5984-4553



## ● 1万円相当のカタログギフトを配布します ～バースデーサポート事業

対象の家庭にアンケートを送付します。回答した方に、育児用品などがもらえるカタログギフトを配布します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**対象**:1歳の誕生日を迎えるお子さんのいる家庭▶**問合せ**:出産・子育て応援担当係☎5984-1336



## 電子母子手帳アプリ「ねりすく」のご利用を

子どもの成長記録や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▶



## ● 予防接種の予診票を発送します

対象の方に発送します。協力医療機関で受けてください。  
▶**問合せ**:予防接種係☎5984-2484

予防接種名	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 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	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歳の誕生月の月上旬
日本脳炎第2期	9歳の誕生月の月上旬
DT(2種混合)第2期	11歳の誕生月の月上旬
MR(麻しん風しん混合)第2期	3月下旬に発送済み(平成29年4月2日~30年4月1日生まれのお子さんが対象)

# 国民健康保険のお知らせ

## ● 安心して医療サービスを受けるために ～医療費を大切に

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、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

日頃から気を付けるポイント
<input type="checkbox"/> かかりつけ医を持ち、同じ病気の重複受診を避ける
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 「お薬手帳」を活用し、薬の飲み合わせや重複に注意する
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 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**:退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 ※郵送可。  
▶**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

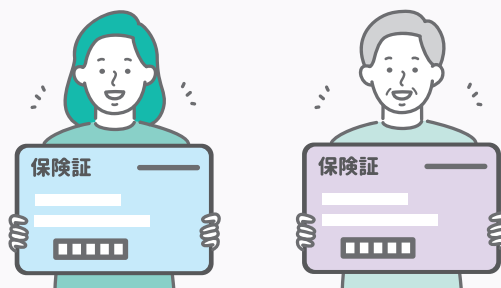
## ● 今年度の保険料率が決まりました

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(※) ×7.17%	+	均等割額 4万5000円 ×加入者数	=	<b>A</b> 基礎(医療)分 (限度額65万円)
所得割額 賦課基準額(※) ×2.42%	+	均等割額 1万5100円 ×加入者数	=	<b>B</b> 後期高齢者 支援金分 (限度額22万円)
所得割額 40~64歳の加入者 の賦課基準額(※) ×2.23%	+	均等割額 1万6200円 ×40~64歳の 加入者数	=	<b>C</b> 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。





## お知らせ

### ねりま区報令和4年縮刷版を発行

4年に発行したねりま区報を掲載しています。▶**閲覧場所**:図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階) ※区民情報ひろばでは、1冊1,400円で販売します。▶**問合せ**:広報係 ☎5984-2690

### 令和4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 ☎5997-7724

### 男女共同参画情報紙「MOVE」52号を発行

▶**配布場所**:区内・周辺の各駅、区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、図書館、男女共同参画センター、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)など ▶**問合せ**:人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

### 外国人住民向け冊子「練馬区くらしのガイド」を発行

区の窓口・サービスなどを英語・中国語・韓国語で紹介しています。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

### 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4年度の調査結果は、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。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。▶**問合せ**:青少年係 ☎5984-4691

### 生活習慣病に関する講座を企画・運営する団体を募集

▶**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ください。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

### 大泉学園少年野球場が閉場しました

3月31日に閉場しました。▶**問合せ**:総合体育館 ☎3995-2805

## 税

### 令和5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(4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(水)、それ以外の方は6月9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5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(金)までの平日午前8時

30分～午後5時 ▶**場所・問合せ**:練馬都税事務所 ☎3993-2261

## 国民年金

### 令和5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、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。 ※4年度の承認を5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。▶**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

## 事業者向け

### 公衆浴場活用事業「フロ・マエ・フィットネス」の運営を行う事業者を募集

6月から公衆浴場を活用したフレイル予防事業の運営を行う事業者を募集します。事業者の選定は、プロポーザル(事業提案)方式で行います。応募する事業者は、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)や区ホームページにある募集要領をご覧ください。▶**問合せ**:高齢社会対策課介護予防係 ☎5984-2094

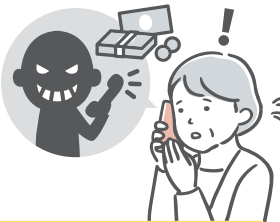
## 福祉・障害のある方

### 障害者福祉のしおりを配布

障害のある方を対象にした相談窓口や各種サービスを紹介しています。各ページには「音声コード」が印字され、アプリなどで音声情報を得られます。▶**配布場所**:区民事務所(練馬を除く)、総合福祉事務所、保健相談所、図書館、障害者施策推進課(区役所西庁舎1階) ※区ホームページでもご覧になれます。 ※障害者施策推進課では、点字・デージー版も配布しています。▶**問合せ**:障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598 FAX 5984-1215

### 4月は特殊詐欺被害防止月間

## 特殊詐欺被害が急増中!



被害者の約7割が70歳以上の女性

被害額 約2億5000万円(令和4年)

被害件数	令和3年	125
	令和4年	154

### 電話でお金の話は詐欺!

#### オレオレ詐欺～タンス預金も狙われています!

携帯電話の番号が変わったんだ。  
会社のカバンを落としちゃって今日中にお金がいる。

#### 還付金詐欺～ATMでお金は戻りません!

区役所です。医療費の還付があります。  
今日までならATMで手続きできます。



#### すぐに電話を切り、警察に通報してください

▶**区の担当**:安全安心係 ▶**問合せ**:警察署【練馬 ☎3994-0110、光が丘 ☎5998-0110、石神井 ☎3904-0110】

## 区の計画を策定しました

### 第2期子ども・子育て支援事業計画中間見直し

安心して子どもを産み育てられ、子どもたちが健やかに成長できる環境の実現を目指す計画です。児童人口の推移などを踏まえ、中間見直しを行いました。▶**問合せ**:こども施策企画課(区役所本庁舎11階) ☎5984-1306 FAX 5984-1220

#### いただいたご意見(28件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
子育てスタート応援券の枚数を増やし、3歳まで使えるようにしてほしい。また、使い道を増やしてほしい。	事業の目的や利用者の声を踏まえ、交付枚数や利用年齢の引き上げ、対象事業の拡充を検討していきます。

昨年、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伺いました。ご意見と区の方針や計画の全文は、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、区ホームページでご覧になれます。

### 取組体制強化プラン～区民協働 DX 人事・人材育成

区は「グランドデザイン構想」で示した将来像の実現に向けて政策を進めています。政策を実現する具体的な取り組みと体制を強化するための計画です。▶**問合せ**:区政改革担当課(区役所本庁舎6階) ☎5984-1092 FAX 3993-1195

#### いただいたご意見(94件)の一部を紹介

意見の要旨	区の考え方
「8050問題・ヤングケアラーなど、新たな課題への対応が必要」との記載があるが、これらは地域でもともとあった課題ではないか。	区はこれまで複合的な課題を抱える世帯の発見と支援に努めてきました。ご意見を踏まえ、「多様化・複雑化した課題への対応」に修正します。



**福祉団体の運営費を補助**

障害のある方やその家族などで構成され、福祉のために活動する区内団体に運営費の一部を補助します。詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。▶**申請期間**:5月31日(水)まで▶**問合せ**:障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598 FAX 5984-1215

**手話通訳のご利用を**

窓口到手話通訳者を配置しているほか、遠隔手話通訳も利用できます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。**〈手話通訳者〉**

**●区役所・総合福祉事務所**

場所	日程
区役所本庁舎 (庁舎案内1・2階)	毎月曜・水曜
光が丘総合福祉事務所 (光が丘区民センター2階)	毎火曜
石神井総合福祉事務所 (石神井庁舎4階)	第2・4木曜
大泉総合福祉事務所 (大泉学園ゆめりあ1(4階))	第1・3金曜

\*時間はいずれも10:00~12:00・13:00~17:00。

**●障害者地域生活支援センター**

場所	日程
①きらら(豊玉北5-15-19)	毎土曜 または日曜
②ういんぐ(石神井町7-3-28)	
③すてっぷ (光が丘区民センター6階)	第1・3木曜
④さくら(東大泉5-35-2)	第2・4金曜

\*時間は①②13:00~16:00、③④10:00~12:00・13:00~17:00。

**〈遠隔手話通訳〉**

タブレットを通して、手話オペレー

ターが通訳します。▶**実施場所**:練馬区役所、区民事務所、総合福祉事務所、保健相談所など  
◎**問合せ**:障害調整係 ☎5984-1456 FAX 5984-1215

**働く**

**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)を、4月17日(必着)までに教育指導課サポート人材推進係 ☎5984-1312

**●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、日常生活の介助など▶**採用予定数**:20名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,375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**:10名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,297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(サービス管理・調査対応などの事務)の補佐▶**採用予定数**:10名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,585円 ※交通費支給。\*期末手当あり。

**●部活動指導員**

▶**対象**:次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①部活動やスポーツクラブなどで指導の経験がある②教員免許がある③指導と管理運営の知識・経験がある▶**日時**:平日午後3時~7時の間の3時間程度、土・日曜・祝休日午前7時~午後7時の間の4時間程度(週16時間以内)▶**内容**:区立中学校で実技指導、学校外活動の引率など▶**採用予定数**:2名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,624円 ※交通費支給。\*期末手当あり。

**診療報酬明細書点検員  
【会計年度任用職員】**

▶**対象**:医療事務技能審査試験や診療報酬請求事務能力認定試験に合格した方、またはレセプト点検に関する知識・経験がある方▶**期間**:7月~来年3月(再任する場合あり)▶**日時**:平日午前8時30分~午後5時15分(月16日)▶**場所**:国保年金課(区役所本庁舎3階)▶**内容**:医科、薬剤などのレセプト点検▶**採用予定数**:1名(小論文・面接)▶**報酬**:月額19万5339円 ※交通費支給。\*社会保険あり。▶**申込**:国保年金課や区ホームページにある募集案内をご覧ください。4月21日(必着)までに国保年金課こくほ給付係 ☎5984-4553

**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)	6/15(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	5/9(火)
自衛官候補生		随時

**ボランティア**

**日本語等指導講師【登録制】**

▶**対象**:日本語教育能力検定合格者または日本語教師養成講座420時間修了者▶**日時**:1日2時間程度(週1・2回)▶**場所**:区立小中学校▶**内容**:日本語の習得が不十分な児童・生徒への指導▶**謝礼**:1時間当たり2,000円▶**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請書(写真貼付)と登録要件を確認できる証書などの写しを、教育指導課サポート人材推進係 ☎5984-1312

**学校サポーター【登録制】**

▶**場所**:区立小中学校・幼稚園▶**内容**:授業の補助、部活動の指導補助など ※内容により謝礼あり。▶**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を、教育指導課サポート人材推進係 ☎5984-1312

**事業者の方へ  
インボイス制度の  
申請期限が9月末に延長されました**

10月からの制度開始に向け、申請が必要です。▶**問合せ**:インボイスコールセンター ☎0120-205-553(平日午前9時~午後5時) 詳しくはコチラ▶



**説明会を開催**

▶**申込**:電話で税務署【練馬東 ☎6371-2332、練馬西 ☎3867-9711】

場所(税務署)	日時	定員(先着順)
練馬東	4/13(木)・20(木) 16:10~16:40	各20名
練馬西	4/18(火) *課税事業者向け。	各15名
	4/20(木)・25(火) *免税事業者向け。	

**東京都パートナーシップ宣誓制度**

**区営住宅の入居申し込みなどに  
利用できます**

都は、多様な性に関する理解の推進と、性的マイノリティーの方の困りごとを軽減し、暮らしやすい環境づくりにつなげるため、昨年11月から「東京都パートナーシップ宣誓制度」を開始しました。パートナーシップ関係にあると宣誓した方に対し、都が受理証明書を交付する制度です。利用できるサービスなど詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**問合せ**:人権啓発担当係 ☎5984-1452



**来年5月分から  
練馬文化センターの利用抽選会を再開します**

改修工事が終了する来年5月分から、大ホール・小ホールの利用抽選会を再開します。来年5月分の抽選会は、5月1日(月)に行います。詳しくは、練馬文化センターホームページをご覧ください。▶**場所**:大泉学園ゆめりあホール▶**問合せ**:練馬文化センター ☎3993-3311

**狂犬病予防注射を  
お忘れなく  
~4月の集合注射のご利用を**

生後91日以上の子犬は、毎年1回(4~6月)の狂犬病予防注射が義務付けられています。2月28日までに犬の登録をした方には、予防注射の案内を送付しました。問診票に記入の上、お越しください。\*日時・場所は、案内や区ホームページをご覧ください。▶**費用**:3,750円(注射料金3,200円、注射済票交付手数料550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。**

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)。証明書は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)。

**〈犬を飼い始めたら環境省データベースへの登録を〉**

ペットショップなどで犬を購入したときは、装着されているマイクロチップの情報を、環境省のデータベースに登録する必要があります。詳しくは、「犬と猫のマイクロチップ情報登録」ホームページをご覧ください。





## 高齢者



### 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12日(水) 2 14日(金)までに電話  
で同所 ☎5912-6401

#### 1 和菓子教室

▶**日時:**4月24日、5月8日・22日、6月  
12日・26日、7月10日の月曜午前  
10時～正午【6日制】 ▶**講師:**料理研

究家/柴崎真保 ▶**定員:**16名(抽選)  
▶**費用:**2,000円

#### 2 川柳講座～川柳を生きがいに

▶**日時:**4月19日～5月3日の毎水曜  
午後1時～3時【3日制】 ▶**講師:**練馬  
区川柳連盟理事長/岡村水無月 ▶**定  
員:**24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  
レイルチェックなどを行い、アドバ

イスをします。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  
中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ルネ  
サンス石神井公園 ☎5910-3975  
(午前11時～午後7時)

場所	日程
田柄地区区民館	4/19(水)
下石神井地区区民館	4/21(金)
西大泉地区区民館	4/26(水)

※時間はいずれも9:15～11:00。

### 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)や区ホーム  
ページ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  
※申し込み多数の場合は抽選。

## 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	4万3070円	4万4140円
	一部 支給	1万160～ 4万3060円	1万410～ 4万4130円
特別児童 扶養手当	特児 1級	5万2400円	5万3700円
	特児 2級	3万4900円	3万5760円

※2人目以降は手当月額が異なります。

## 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、悩みや不安を相  
談してみませんか。成人期の発達障害に関する相談も受け付けます。

### こんな悩みや不安を抱えていませんか

専門機関には相談しづらい

子どもへの  
接し方が分からない



今後の進路に  
不安がある

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

#### ● 区の相談窓口もご利用ください

18歳以下 のお子さん	こども発達支援センター ☎3975-6251
18歳以上の方	保健相談所【豊玉 ☎3992-1188、北 ☎3931-1347、 光が丘 ☎5997-7722、石神井 ☎3996-0634、 大泉 ☎3921-0217、関 ☎3929-5381】

#### 4/2～8は発達障害啓発週間

### パネル展「知ることからはじめる障害への理解」

発達障害の特性や生活場面ごとの手助けの方法を紹介します。こ  
の機会に、発達障害について学んでみませんか。 ▶**日時:**4月3日(月)～  
6日(木)午前8時30分～午後8時(3日は正午から。6日は午後3時まで)  
▶**場所:**区役所アトリウム ▶**問合せ:**事業計画担当係 ☎5984-4602

#### 4月は20歳未満飲酒防止強調月間



## 20歳未満の飲酒は 禁止されています

成年年齢は18歳ですが、20歳未満の飲酒は禁止されています。成長  
過程にある方の飲酒は、心身に大きな影響を及ぼします。ご家庭や地域  
で飲酒防止にご協力ください。

#### ◆ 小売店で年齢確認を実施しています

東京小売酒販組合加入店などでは、酒類販売時に年齢確認を実施して  
います。ご理解をお願いします。

**問合せ** 青少年係 ☎5984-4691

## 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。  
▶**問合せ:**地域医療課 ☎5984-4673

#### ● 休日急患診療所

	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。	平日の20:00～22:30 土曜・日曜・祝休日の 18:00～21:30 ※15歳以下の方は保護者同伴。 <b>予約も可</b>
	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、 15:00～16:30、18:00～21:30 ※15歳以下の方は保護者同伴。 <b>予約も可</b>
内科・小児科	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	土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30、 13:00～14:00、18:00～21:30 ※15歳以下の方は保護者同伴。 <b>予約も可</b>
	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。

**予約も可** …開始30分前～終了1時間前に電話で各診療所へ

#### ● 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

### 新型コロナの抗原検査 要予約

(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)

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:**日曜・祝休日 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



#### ● 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)	ジョージ歯科クリニック(中村北2-24-15)	☎3998-8041
	みやもと歯科医院(石神井台7-22-3)	☎3594-4618
30日(日)	相田歯科医院(田柄2-51-7)	☎3939-0631
	梅津歯科医院(石神井台6-18-4)	☎5387-6018

#### ● 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

2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
	秋山接骨院(大泉町5-32-9)	☎5387-1741
9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
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556
16日(日)	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎3958-4325
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
23日(日)	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	☎3993-0890
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
	日高アスリート接骨院(関町北2-28-3)	☎6882-3979
29日(祝)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
30日(日)	桶谷整骨院(桜台4-1-6)	☎3948-7665
	たがら接骨院(田柄2-27-16)	☎3939-3659
	大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288



**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や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

**5月の育児栄養歯科相談**

▶**対象:**0歳児▶**内容:**育児・食事・歯科相談▶**持ち物:**母子健康手帳▶**申込:**区ホームページ ※おとなの歯磨き相談も実施。

場所(保健相談所)・問合せ	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	17(水) 9:00~10:00	40名
北 ☎3931-1347	12(金) 9:00~10:00	35名
光が丘 ☎5997-7722	17(水) 9:00~10:15	30名
石神井 ☎3996-0634	26(金) 9:00~10:00	40名
大泉 ☎3921-0217	15(月) 9:00~10:00	25名
関 ☎3929-5381	8(月) 13:00~15:00	30名

**5月の赤ちゃん準備教室  
～沐浴体験コース**

▶**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:**区ホームページ

場所(保健相談所)・問合せ	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	14(日) ①9:00~11:00 ②13:00~15:00	各30組
北 ☎3931-1347	20(土) 9:00~12:00	30組
光が丘 ☎5997-7722	26(金) 13:00~17:00	16組
石神井 ☎3996-0634	12(金) 13:00~17:00	20組
大泉 ☎3921-0217	27(土) 9:00~12:00	20組
関 ☎3929-5381	22(月) 13:30~15:00	10組

※時間はいずれも1時間30分程度。

**子育て講習会「子どもを伸ばすほめ方、しかり方」**

▶**対象:**小学生~中学1年生の保護者▶**日時:**5月6日(土)、6月3日(土)、7月1日(土)、8月5日(土)午前10時~正午【4日制】▶**場所:**学校教育支援センター▶**講師:**公認心理師/マーシャル理恵子▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話または電子メールで①講習会名②氏名③お子さんの学年④電話番号⑤参加人数を、同所☎6385-9911 [Eメール oubo@city.nerima.tokyo.jp](mailto:oubo@city.nerima.tokyo.jp)

**講座・催し①**

**障害の理解を深める研修に参加してみませんか**

▶**場所:**練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶**定員:**各30名(先着順)▶**申込:**電話またはファクス、同ホームページで①研修名(A/Bの別)②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、開催日の前日までに同所☎6758-0145 [FAX 5383-7421](tel:5383-7421)

研修名	日時
A合理的配慮と障害者差別解消法	4/18(火) 14:30~16:30
B障害者への意思決定支援と障害者権利条約	4/21(金) 9:30~11:30

**手作り品販売市場「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](tel:5984-1215)

場所	日時
大泉図書館	4/6(木)・13(木)・27(木) 11:00~13:30
ココネリ2階	4/17(月)~21(金) 11:00~14:00

**五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート  
～ショパンの名演奏**

▶**対象:**中学生以上▶**日時:**4月22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:**往復ハガキまたは石神井公園ふるさと文化館ホームページで①催し名(A/Bの別も)②

代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)を、4月7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▶**問合せ:**石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060

**勤労福祉会館の催し**

▶**場所:**勤労福祉会館▶**定員:**①16名②③各30名(先着順)▶**申込:**①5月16日(火)②③17日(水)までに電話で同所☎3923-5511  
①**スピードクッキング教室ビギナーズ**  
▶**日時:**5月19日(金)午後6時30分~

8時30分▶**献立:**豚ロース肉のネギ塩包み、チンゲン菜のミルク煮など▶**講師:**料理研究家/千葉聖子▶**費用:**2,000円

**②就労支援講座「自己肯定感を高めよう」**

▶**日時:**5月19日(金)午後6時~8時▶**講師:**特定社会保険労務士/萩原一郎

**③ライフプラン講座「年金制度改正などにより年金生活や働き方がどうなる?」**

▶**日時:**5月20日(土)午後2時~4時▶**講師:**社会保険労務士/平尾博康▶**費用:**200円

**生誕160年・朝ドラ化決定記念 連載企画**

**牧野富太郎図鑑**

**最終巻 植物への感謝**



**生まれながらの植物好き**

博士は、自分を「草木の精」と呼ぶほど植物を愛しました。特にきっかけは無く、「ただなんとなく好きだった」と自叙伝で述べています。この気持ちが生涯変わらなかったのも、さまざまな困難を乗り越えて研究を続けることができたのです。妻・壽衛をはじめとする家族の支えや友人たちの協力も忘れることはできません。



昭和2年 秋田県蒸ノ湯にて 個人蔵▶

**博士からのメッセージ**

「人間の生活は植物のおかげで成り立っているから、植物に感謝せねばならない」と博士は述べています。さらに、「植物を愛することで思いやりの気持ちを養えば、戦争も起きない」と説いたのです。研究に一生を捧げた博士からの、今を生きる私たちへの貴重なメッセージです。



昭和9年 高知県室戸岬にて 個人蔵▶

**書齋再現展示を4月3日(月)から公開!**

場所・問合せ: 牧野記念庭園☎6904-6403



**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**

**◆ゆるゆるリセットヨガ体験会▶**

**対象:**18歳以上の方▶**日時:**4月4日~25日の毎火曜午前11時~11時50分▶**場所:**平和台体育館▶**講師:**元綿本ヨーガスタジオ講師/Hiroko▶**定員:**各18名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**電話または電子メールで①催し名(参加希望日も)②住所③氏名④性別⑤電話番号を、開催日の前日までにSSC平和台☎5921-7800(平日午前9時~午後5時) [Eメール ssc-heiwadai@nerimassc.gr.jp](mailto:ssc-heiwadai@nerimassc.gr.jp)

**◆いすに座って健康体操▶****対象:**18歳以上の方▶**日時:**①4月5日~26日②5月10日~31日③6月7日~28日の毎水曜午前10時45分~11時45分【4日制】▶**場所:**光が丘体育館▶**定員:**各20名(先着順)▶**費用:**2,500円▶**申込:**電

話でSSC光が丘・太田☎090-4745-8498

**◆シニアこそ貯筋&脳トレ体験会**

**◆行きたい所に行ける体づくり▶****対象:**60歳以上の方▶**日時:**4月7日~28日の毎金曜午後2時~3時30分▶**場所:**桜台体育館▶**定員:**各10名(先着順)▶**費用:**1,000円(初回は無料)▶**申込:**電話または電子メールで①催し名(参加希望日も)②住所③氏名④年齢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](mailto:sakuradai.staff3@gmail.com)

**◆えこだパンさんぽwith桜台~パン屋を巡るスタンプラリー▶****日時:**4月8日(土)・9日(日)午前9時30分~午後5時▶**場所:**江古田駅南口駅前広場▶**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をご覧ください。

**◆ノルディックウォーキング教室▶****日時:**4月17日(月)午前10時30分~11時30分▶**集合場所:**大泉中央公園▶

**定員:**10名(先着順)▶**費用:**1,140円(ボールのない方は別途200円)▶**申込:**電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、4月15日(土)までにSSC大泉☎3921-1300 [FAX 3921-1691](tel:3921-1691)

**◆シャンソンを楽しく歌う会▶****日時:**4月23日(日)午後1時~2時10分▶**場所:**男女共同参画センターエー▶**講師:**シャンソン歌手/清水智子▶**定員:**10名(先着順)▶**費用:**1,300円▶**申込:**電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④電話番号を、練馬シャンソンを楽しむ会・下河☎080-6607-4321 [Eメール h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp](mailto:h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp)

**◆映画上映会「①われ弱ければ矢嶋 桐子伝②山本慈昭 望郷の鐘 満蒙 開拓団の落日」▶****日時:**5月2日(火)①午前10時30分~午後0時40分②午後2時~4時10分▶**場所:**大泉学園ゆめりあホール▶**定員:**各164名(先着順)▶**費用:**1,200円▶**申込:**電話で(現代

ぶろだくしょん☎5332-3991

**献血にご協力を**

**◆光が丘体育館横▶****日時:**4月8日(土)午前10時~正午・午後1時30分~4時▶**問合せ:**東京都赤十字血液センター 武蔵野出張所☎0422-32-1100

**朝・夕・青空市**

**◆光が丘IMA南館前▶****日時:**4月2日(日)午前10時~午後3時▶**問合せ:**富永☎090-4374-3888

**◆南ヶ丘商店街▶****日時:**4月7日(金)午前9時から▶**問合せ:**栗原☎3998-3800

**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、4月11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。  
**◆平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶****日時:**4月16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~8時)

**◆和田堀公園(石神井町1-1-11)▶****日時:**4月16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)

**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**

**◆レーウエンフークの顕微鏡を作ろう!▶****対象:**小中学生と保護者▶**日時:**4月16日(日)①午後2時~3時30分②午後4時~5時30分▶**場所:**区役所本庁舎20階▶**定員:**各20組(先着順)▶**費用:**1人300円(保護者は500円)▶**申込:**電話でぶんかサイエンスカフェ・伊藤☎090-1771-0901



### 講座・催し②

#### パネル展 「女性の日・男女共同参画」

▶日時:4月7日(金)~12日(水)午前8時45分~午後8時(7日は午前10時から。12日は午後4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

#### 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16日(日)⑥6月11日(日)午後6時~8時③5月23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

#### おうちでできるシンプル ヨーガ「おうちでトライ! ヨガポーズ」

▶日時:5月24日(水)午前10時~11時30分▶場所:サンライフ練馬▶講師:気づきのヨーガ主宰/堀内美加▶定員:12名(抽選)▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、4月27日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬 ☎3990-0185

せ:練馬区バレーボール連盟・佐藤 ☎090-3684-4046

#### 初心者スポーツ教室

▶対象:①~④15歳以上の方(中学生を除く)⑤中学生以上▶申込:往復ハガキまたは区ホームページで①教室名(①~⑤の別。①はA②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号⑦用具の貸し出し希望の有無(①③のみ。①は利き手も)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ゴルフ

▶日時:④5月8日~6月26日の毎週火曜午後2時~3時30分⑤5月9日~6月27日の毎火曜午後3時~4時30分【8日制】▶場所:④アサヒゴルフ倶楽部(富士見台4-13-13)⑤学園ゴルフセンター(大泉町3-26-22)▶定員:各20名(抽選)▶費用:1万2304円 ※用具の貸し出しあり。

#### ②バレーボール

▶日時:5月11日~6月15日の毎週木曜午前10時~正午【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:50名(抽選)▶費用:500円

#### ③卓球

▶日時:5月12日~6月16日の毎週金曜午前10時~正午【6日制】▶場所:中村南スポーツ交流センター▶定員:40名(抽選)▶費用:500円 ※用具の貸し出しあり。

#### ④やさしいエアロビクダンス

▶日時:5月12日~6月16日の毎週金曜午後7時~9時【6日制】▶場所:光が丘体育館▶定員:60名(抽選)▶費用:228円

#### ⑤アーチェリー

▶日時:5月12日~6月16日の毎週金曜午後7時~9時【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:15名(抽選)▶費用:2,000円 ※用具の貸し出しあり。

### スポーツ

#### 令和5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、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

#### 女性スポーツ大会 バレーボール

▶対象:PTAチームまたはクラブチーム▶日時:5月28日(日)・30日(火)、6月2日(金)・11日(日) いずれも午前9時から▶場所:総合体育館▶内容:9人制リーグ▶費用: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ください▶問合せ:

**新連載スタート!**

全国都市農業フェスティバル 連載企画 Vol.1 **農フェスNEWS** 推し ねりま 2023ま

11月19日(日)に光が丘公園で開催される「全国都市農業フェスティバル」。連載企画の第1回は、フェスティバルの内容を紹介します。▶問合せ:事業調整担当係 ☎5984-1498

**都市農業の魅力を発信!**

都市農業に積極的に取り組む4都市(国分寺市・松戸市・名古屋市・京都市)を招聘するほか、全国の自治体に参加を呼びかけ、一緒にフェスティバルを盛り上げます。

**楽しめるイベント盛りだくさん!**

- 買う** 練馬産の採れたて農産物のほか、江戸東京野菜や京野菜など全国の珍しい農産物を販売します。
- 食べる・体験する** 全国の農産物を使った料理を販売するキッチンカーが集結します。親子で体験できるワークショップもあります。
- 学ぶ** 全国の都市農業者が、都市農業の魅力や各地の「推し」農産物などを熱く語ります。

最新情報は、区ホームページをご覧ください ▶▶▶  
次回以降は参加都市や農業者の声などを紹介します!



### 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。

- 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0時15分④第1または第2土曜午後1時30分~3時30分①サンライフ練馬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 綱 ☎090-8436-4028(要予約)
- フレイル予防体操教室 元気アッププログラム 60歳以上の方対象 第2・4日曜①午前9時30分~10時15分②午前10時45分~11時30分 勤労福祉会館 ①②とも会費1回700円 岡本 ☎080-6757-1965(要予約)
- 女声コーラス ヴィオレッタ 60歳以上の女性対象 第1・3金曜午後3時~5時 はつらつセンター豊玉 講師 二期会会員/石井恵子 入会金1,000円 月会費2,000円 教材費600円(初回のみ) 初回は無料体験可 高橋 ☎090-5789-4132(要予約)

- ハイキングクラブ・ぐるうぶ山人 年40回程度ハイキングや縦走、名所めぐり、街歩き 第1水曜午後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
- メロディーコーラス(ジャズ・ポップス・アカペラ・映画音楽) 40~60代の女性対象 月3回水曜午後2時~4時 生涯学習センターなど 会費1回1,000円 福家 ☎090-5399-3614 Eメール tfmelody@ybb.ne.jp(要予約)
- マジック 上石神井マジックパーティー 初心者対象 第2・4土曜午後2時30分~4時30分 上石神井南地域集会所 入会金1,000円 月会費1,000円 初めの1カ月は無料体験可 松風 ☎080-5509-2901(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・芸術などの話) 初級者対象 月3回水曜①午前10時~11時30分②午後2時~3時30分 男女共同参画センターえーる イタリア人講師が指導 ①②とも月会費2,700円 大沢 ☎090-4413-0778(要予約)
- フラダンス アイラナ 40歳以上の方対象 毎水曜午後1時~2時 厚生文化会館 講師 川辺ヨシコ 会費1回1,200円 初回は無料体験可 年1回発表会・イベント出演あり 伊藤 ☎3992-2160 Eメール noelani.n.b@gmail.com(要予約)

- 健康維持サークル アクティブ(①太極拳②ヨガ③社交ダンス) 毎水曜①午前10時15分~11時20分②午前11時30分~午後0時35分③午後1時~3時 土支中央地域集会所など 月会費①②3,000円③3,500円 初めの1カ月は無料体験可 石川 ☎3922-7664 Eメール you@nerimadsf.jp(要予約)
- 太極拳無料体験会 4月15日午後6時~8時 練馬東中 例会…月3回土曜午後6時~8時 練馬東中 月会費2,000円 初回は無料体験可 太極拳春日クラブ・相川 ☎070-6651-4208(要予約)
- 気功・健康体操など 練馬気功の会 毎火曜午前10時~正午 春日町地域集会所 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 すみた ☎080-3127-3875(要予約)
- コントラクトブリッジ(トランプゲーム) 練馬春日町ブリッジクラブ 初級者~中級者対象 毎火曜午後1時15分~5時 春日町地域集会所 会費6カ月2,000円 初回は無料体験可 石井 ☎090-9206-0742(要予約)
- 英語の会 ピュア 初心者の方女性対象 第2・4①火曜午後1時~3時②木曜午前9時30分~11時30分 ①春日町青少年館②勤労福祉会館 ①②とも月会費2,000円 三浦 ☎080-5679-8848(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 練馬総合運動場公園(少年野球場) 年会費2,400円 初回は無料体験可 富吉 ☎3992-1352
- 健康体操 和の会 高齢者対象 毎木曜午後7時~8時20分 田柄地区区民館 月会費2,000円 大高 ☎3990-9931(午後5時以降)
- 手品の学校 練馬教室 初心者対象 主に第2月曜・第4金曜午後2時~4時 生涯学習センターなど 講師 高橋正樹 会費1回1,500円 初回は無料体験可 年2回発表会あり 奥澤 ☎3999-0434(要予約)
- カントリーラインダンス無料体験会 ①4月6日②13日午後1時~2時 ①光が丘区センター5階②文化交流ひろば 高田 ☎080-5186-6994(要予約)
- 健康体操 さわやか体操 高齢者対象 毎金曜午後1時30分~2時45分 平和台体育館 月会費2,000円 横田 ☎3990-9931(午後5時以降)
- 水泳・水中運動 火曜会 おおむね55歳以上の初心者対象 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歳以上の方1,200円) 初回は無料体験可 鈴木 ☎FAX 3979-9647 Eメール tskszk1045@docomo.ne.jp(要予約)

- 睦会「写真の集い」第23回写真展 4月10日~16日午前10時~午後6時(10日は午後1時から。16日は午後5時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 例会…奇数月の第3火曜午後1時~5時 生涯学習センター分館 講師 庄村勝男 年会費6,000円 年数回撮影会あり 小槻 ☎090-9645-6517 Eメール yuki.otsuki0928@gmail.com
- 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)
- 民謡(丹田発声法) 峰謡会 毎土曜午後1時~5時 中村地域集会所 会費1回800円 伊藤 ☎090-5398-2137
- 石神井山の会(登山、ハイキング、クライミング、沢登りなど) 月2回関東近郊で山行、第3木曜午後7時~8時30分に男女共同参画センターえーるで例会あり 入会金1,000円 月会費850円 交通費実費 4月5日午後7時~8時30分に男女共同参画センターえーるで入会説明会あり 本間 ☎3995-3067 Eメール info@shakujiiyama.club(要予約)

広告 **家電を正しくリサイクル!** [テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン・小型家電] 回収致します ※家電リサイクル法・小型家電リサイクル法に則り処理をしますので回収料金を頂戴しております。

株式会社サン・グリーン TEL: 03-3994-1422 お申込みはWEBかお電話で 〒176-0012東京都練馬区豊玉北4-1-3 (平日10-17時 土日祝休み)

※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。



4/23は子ども読書の日

4/23~5/12はこどもの読書週間

# ひらいてとじた 笑顔がふえた

(2023年こどもの読書週間標語)

5/7(日)

## 講演会「読者から書き手へ ～小説家になろうと思ったとき」

中高生に人気がある、区ゆかりのライトノベル作家・川原礫さんに、小説家になったきっかけを伺います。代表作「ソードアート・オンライン」は第12回東京アニメアワード原作賞を受賞し、全世界での累計発行部数は3000万部を超えています。

▶日時:5月7日(日)午前10時～正午▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶定員:150名(先着順)▶申込:4月6日(木)から電話で光が丘図書館☎5383-6500



川原礫



ソードアート・オンライン  
アインクラッド  
KADOKAWA電撃文庫



たのしいイベントがいっぱい!

▶申込:電話で各図書館へ ★は当日会場へ



図書館名・問合せ	内容・日時・定員(先着順)など
練馬 ☎3992-1580	★本の探検ラリー▶対象:幼児～小学生▶日時:4/29(祝)・30(日)10:00～16:30 科学あそび「アンモナイトのレプリカ作り」▶対象:①小学1～3年生②小学4～6年生▶日時:5/6(土)①10:00～10:45②11:00～11:45▶定員:①8名②12名 ※申し込みは4/21(金)から。
貫井 ☎3577-1831	よみかせ大臣(小学生によるおはなし会)▶対象:幼児と保護者▶日時:5/7(日)14:00～15:00▶定員:30名 ※申し込みは4/7(金)から。
小竹 ☎5995-1121	人形劇「おむすび座公演」▶対象:4歳児～小学生▶日時:4/23(日)11:00～11:45▶定員:25名 ★春の青空紙しばい▶対象:0～5歳児と保護者▶日時:4/28(金)10:30～11:00▶場所:こどもの森▶定員:15組 ※小雨決行。 科学あそび「LEDで実験」▶対象:小学生▶日時:4/29(祝)10:00～12:00▶講師:科学読物研究会/坂口美佳子▶定員:25名
南田中 ☎5393-2411	やってみよう!調べる学習2023「みどりのカーテンをつくらう」▶対象:小学3～6年生▶日程:5～8月の第1・3・5土曜[9日制]▶定員:10名 ※申し込みは4/6(木)から。
石神井 ☎3995-2230	★工作会「ブックカバーをつくらう」▶対象:幼児～小学生▶日時:4/23(日)14:00～15:00▶定員:15名 はるのスペシャルおはなし会▶対象:幼児～小学生▶日時:5/3(祝)14:00～14:45▶定員:30名
関町 ☎3929-5391	★テラスでおはなし会▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:5/3(祝)15:30～16:00▶定員:30組
大泉 ☎3921-0991	英語でよみかせ「絵本『せんそうがやってきた日』から知る難民ってどんな人」▶対象:小学生▶日時:4/23(日)14:00～15:30▶講師:翻訳家/長友恵子▶定員:24名

図書館名・問合せ	内容・日時・定員(先着順)など
稲荷山 ☎3921-4641	はるのおたのしみ会▶対象:3歳児～小学生▶日時:4/23(日)11:00～12:00▶出演:パネルシアターこんぺいとう▶定員:15名 工作会「こいのぼりのリースを作ろう!」▶対象:4歳児～小学生▶日時:4/29(祝)11:00～12:00▶定員:10名 ※申し込みは4/8(土)から。
南大泉 ☎5387-3600	★スペシャルおはなし会▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:5/3(祝)15:00～15:30▶講師:ねりまおはなしの会会員▶定員:5組 こうさく会「うごくおもちゃをつくらう」▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:5/5(祝)14:00～15:00▶定員:10名
南大泉図書館分室 こどもと本のひろば ☎3925-4151	人形劇「おむすび座公演」▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:4/29(祝)14:00～14:30▶定員:7組 ※申し込みは4/14(金)から。 工作会「こいのぼりをつくらう」▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:5/3(祝)14:00～14:30・15:00～15:30▶定員:各7組 ※申し込みは4/18(火)から。
光が丘 ☎5383-6500	科学あそび「おっと音の実験だ～エコマイクとおどるへび君をつくらう」▶対象:小学2～6年生▶日時:5/6(土)14:00～16:00▶講師:科学読物研究会/坂口美佳子▶定員:15名
春日町 ☎5241-1311	人形劇「おむすび座公演」▶対象:3歳児～小学生と保護者▶日時:5/7(日)14:00～14:30・15:00～15:30▶定員:各25名 ※申し込みは4/23(日)から。
平和台 ☎3931-9581	らくごであそぼう!こどもへいわだいよせ▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:4/29(祝)11:00～12:00▶定員:15組 スペシャルおはなし会▶対象:幼児～小学生と保護者▶日時:5/3(祝)11:00～11:45▶定員:15組 ※申し込みは4/11(火)から。

## 地区区民館に 遊びにきてね!

### ～新入生歓迎行事を開催

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。※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	4/3(月)～7(金)9:30～16:50	記念品のプレゼント
南大泉☎3978-9791	4/10(月)13:30から	紙コップロケット工作など
春日町南☎3926-4971	4/12(水)15:30から	人形劇、ゲーム大会など
立野☎3928-6216	4/17(月)14:30から	ストラックアウト体験会
	4/19(水)14:30から	プラバン工作
北町第二☎3931-1270	4/19(水)15:00～15:30	ゲーム大会など
光が丘☎3979-6911	4/19(水)15:00から	ゲーム大会など
豊玉北☎3948-3061	4/19(水)15:00～16:00	プラバン工作など(要予約)
桜台☎3993-5461	4/19(水)15:30～16:30	人形劇、ゲーム大会など
田柄☎3926-4932	4/19(水)15:30～16:30	スタンプラリーなど

※上記以外の地区区民館でもイベントを実施しています。



# あなたも入りませんか?

## 町会・自治会

問合せ 地域振興課地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039

### 上久保町会(下石神井)の防災訓練で聞きました

#### 気軽に参加できました

##### なぜ参加したのですか?

町会には入っていませんが、チラシを見て家族で参加してみました。ちょうど3月11日に近い時期ということもありました。



湯村さんご家族

##### 感想を教えてください

ホースを使った消火訓練を体験しました。水圧にびっくりしましたが、これで万一のときにも安心です。思ったよりも参加者が多く、地域の方とつながる大切さを感じました。

##### 町会に入りたいと思いますか?

引っ越してきたばかりなので、近所の方と仲良くなりたいと思っています。子育てや仕事で全てに参加するのは難しいかもしれませんが、活動に興味はあります。



防災訓練に参加しました!

町会で活動しています

#### いざというときに安心です

##### 町会活動に参加したきっかけは?

祖父母が町会で役員をしていたので、幼いときから身近な存在でした。子育てが落ち着いたときに、地域の方と仲良くなりたいと思い、活動に携わるようになりました。



小菅さん

##### どんな活動をしていますか?

防災活動を中心に携わっています。いざというときの安心につながり、地域の人たちの交流の場にもなっています。お祭りやパトロールなども行っています。

##### 入会を迷っている人にメッセージ

多くの町会イベントは、会員でなくても気軽に参加できます。まずは、近所のイベントを覗いてみることから始めてみませんか。だんだんと地域のつながりが増えていきますよ。

#### まずはお気軽に参加を!

町会に入ったからといって、すぐに何かしなければいけないということはありません。どのイベントも参加は自由です。興味があること・楽しそうなことから参加してみませんか。



パトロール

防災訓練

お祭り



町会・自治会の活動



情報発信

まちの美化

※内容は町会・自治会ごとに異なります。

### 興味を持った方はコチラ

#### ☎ 電話で

お気軽に地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039へお問い合わせください。

#### 📄 区ホームページで

町会・自治会の活動を紹介しています。



#### 📄 リーフレットで

▶ 配布場所: 区民事務所、地区区民館、地域集会所、地域振興課(区役所本庁舎9階)



## 企画展

観覧無料

# 産業で振り返る練馬の近代

練馬区立 石神井公園 ふるさと文化館  
NERIMA SHAKUJIKOEN FURUSATO MUSEUM

4/8(土) ~ 6/4(日) 9:00~18:00 ※月曜休館。

場所・問合せ 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

江戸時代~昭和期の練馬では、練馬大根などの栽培のほか、養蚕・製糸業、製茶業、醤油醸造業などさまざまな産業が発展しました。本展では、かつて盛んだった産業を通して、練馬の近代を振り返ります。

#### 会期中の催し

催し名など	日時	定員
<b>A</b> 講演会「江戸・東京の変遷と近郊農村」 ▶ 講師: 青山学院大学経済学部教授/落合功	5/20(土) 14:00~15:30	90名(抽選)
<b>B</b> 展示解説会	4/26(水)、5/28(日) 14:00~14:30	各50名(先着順)

▶ 申込: **A** 往復ハガキまたは同ホームページで①催し名②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)を、4月25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へ **B** 当日会場へ



上州座繰器



茶摘みばさみ

代表作「JIN-仁」  
「龍-RON」など

#### 区在住の漫画家・村上もとかさんが館長に就任しました

私が練馬に居を構えたのは46年前。この地に住む数多くの漫画家と出会い、刺激を受けてきました。これまで培ってきた知識や経験を生かし、館所蔵のアニメ資料や区ゆかりの漫画家に関する展示などを展開していきます。



問合せ 伝統文化係 ☎5984-2442