

お休みします
 〈光が丘図書館 ☎5383-6500〉…6月2日(金)～8日(木)【館内整理のため】
 〈光が丘区民センター ☎5997-7718〉…6月3日(土)【害虫駆除のため】

〈練馬高野台駅前地域集会所〉…10月1日(日)～来年2月14日(水)【改修工事のため】 ※高野台地域包括支援センターの業務は行います。▶問合せ:地域施設係 ☎5984-4573

第二回区議会定例会を開催
 ▶日程(予定):6月5日(月)～27日(火) ※会議の日程や傍聴については、お問い合わせください。▶問合せ:議会事務局 ☎5984-4732

小中学校 特別支援学級見学会

来春4月に小中学校の特別支援学級(知的障害学級)への就学や転学を考えている方を対象に、見学会を開催します。日時など詳しくは、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。
 ▶申込:当日会場へ
 ▶問合せ:就学相談係 ☎5984-5664



令和5年度 高齢者いきいき健康券のご利用を

▶対象:区内在住で年度内に75歳以上になる方(昭和24年4月1日以前生まれ) ▶申込:区ホームページ「電子申請」または下記で配布する申込ハガキに記入の上、63円切手を貼って来年2月29日(消印有効)までに郵送で申込先へ ※申し込みからお届けまで1カ月程度かかる場合があります。
 ▶配布場所:地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、はつらつセンター、敬老館、総合福祉事務所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)など ※ココネリ4階では配布しません。▶問合せ:高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722

いきいき健康券メニュー 利用期限 来年3月31日(日)

次のメニューから選べます。※申し込みは1人1回。

- 区内公衆浴場(6回500円補助券)
- 区内理容店・美容店(3,000円補助券)
- 区内はり・きゅう・マッサージ・指圧施術所(1回補助券・自己負担300円)
- 豊島園庭の湯(平日2回無料券〈土・日曜、特定日は追加料金あり〉)
- ベルデ〈少年自然の家〉(3,000円食事補助券)
- 区内スポーツクラブ(2回無料券)
- 練馬区いきがいデイサービス(5回補助券・自己負担1回100円)



子ども・教育

6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:区ホームページ

場所(保健相談所)・問合せ	日程	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	29(木)	30名
北 ☎3931-1347	28(水)	18名
光が丘 ☎5997-7722	14(水)	18名
石神井 ☎3996-0634	21(水)	30名
大泉 ☎3921-0217	7(水)	18名
関 ☎3929-5381	22(木)	18名

※時間はいずれも9:00～11:00。

ひとり親家庭向け親子で収穫体験

▶対象:ひとり親家庭の中学生以下のお子さんと保護者 ▶日時:6月24日(土)午前10時～正午 ▶場所:齊藤農園(南田中3-28-1) ▶定員:20組(抽選)
 ▶区の担当:ひとり親家庭支援係 ▶申込:6月14日(水)までに電話または

ひとり親家庭支援ナビホームページで運営事務局 ☎0120-992-432(平日午前9時～午後6時)

講演会 「心の成長としつけの話」

▶対象:3歳以上の未就学児の保護者 ▶日時:6月19日(月)午前10時～正午 ▶場所:貫井図書館 ▶講師:公認心理師/永瀬春美 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話で地域子ども家庭支援センター貫井 ☎3577-9820 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

健康・衛生

講演会「子育ても『自分らしく・あなたらしく』～難病とうまく付き合いながら」

▶日時:6月28日(水)午前10時～11時30分 ▶場所:石神井保健相談所 ▶講師:(一社)てくてくぴあねっと/うえやまみか ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話または区ホームページで同所 ☎3996-0634

6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	6(火)・13(火) 13:30～15:30
	北	6(火)・20(火) 13:00～15:00
	光	15(木) 9:00～11:00
	光	20(火) 13:30～15:30
	石	8(木) //
	石	27(火) 9:00～11:00
心身障害者(児)歯科相談	大	13(火)・22(火) 13:00～15:00
	関	5(月)・19(月) 9:00～11:00
	つ	3～24の毎土曜 13:00～16:30
◆こころの健康相談 ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどで困りの方、精神疾患の方や家族	豊	9(金) 9:00～11:30
	石	28(水) 14:30～16:00
	大	26(月) 14:00～16:00
◆うつ相談 ▶対象:気持ちが沈む・悲観的になるなどで困りの方や家族	北	14(水) 9:45～11:15
	光	13(火) 9:00～11:00
	石	5(月) 14:00～15:30
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	豊	7(水) 14:00～16:00
	石	13(火) 14:00～15:30
	大	14(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	14(水)◎ 14:00～16:00
	光	21(火) 14:40～16:20
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ▶対象:依存症などで困りの方や家族	石	29(木) 13:00～14:20
	27カ所の地域包括支援センター	27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 ☎3992-1188
 北保健相談所 ☎3931-1347
 光が丘保健相談所 ☎5997-7722
 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 練馬保健相談所 ☎3997-0121
 ※(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。)

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。

笑顔満開 たたみ替え!

表替え ¥5,170～
 新量 ¥12,870～
 裏返し ¥4,180～

即日仕上げ 重い家具の移動 仕上げの拭き掃除 朝引き取り→夕方納品 防虫シート・竹炭シート 取扱

見積り 無料

琉球畳(和紙畳) 入れ替えパック 四畳半～ ¥126,000～

三代目 白澤 聡一

株式会社 白澤畳店 練馬区旭丘 1-63-6

http://www.shirasawa-tatami.co.jp

0120-75-1153

小さなお庭OK! 1本から大歓迎!!

3,300円(税込)

庭木1本 3m未滿

ねりま区報 読者限定

すべての作業代から さらに7・8月作業 **10%引き +10%引き**

若さあふれる有資格者の「プロ」が対応!

フリーダイヤル イーハナ サクヨ

(株)大和グリーン 練馬区練馬1丁目20-8 ☎0120-187-394



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**