

来て見て食べて! 練馬の魅力を再発見!

第46回

# 練馬まつり

10/15日

10:00~15:00(小雨決行)  
練馬駅北口~練馬総合運動場

▶区の担当:まつり係  
▶問合せ:練馬まつり事務局 ☎050-3627-8907 FAX 050-3488-9223  
※開催状況は、練馬まつりホームページまたは自動応答サービス ☎050-3085-3327  
で確認できます(10月14日(土)午後8時~15日(日)正午)。



▲練馬まつりホームページ

詳しくは  
2面へ



## アプリ「とれたてねりま」デジタルスタンプラリー

スタンプを集めると、練馬まつり当日にオリジナルねり丸グッズをプレゼントします。

▶引換場所:南町小

ダウンロードはこちら



アイフォン

アンドロイド

スタンプラリーは2種類!

- 練馬まつり応援! 商店街スタンプラリー 開催中  
練馬駅・豊島園駅周辺の商店街12カ所にあるスタンプを4つ以上集めよう!
- 練馬まつりスタンプラリー 当日  
会場内5カ所にあるスタンプを3つ以上集めよう!



# 10/15日 10:00~15:00 **練馬まつり**をみんなて楽しもう!

問合せ 練馬まつり事務局 ☎050-3627-8907

**ココネリ3階**  
同時開催 練馬産業見本市

**見どころ**  
●農フェスPRエリア  
●つつじステージ  
●飲食エリア

**南町小**  
●ブース出展  
●体験コーナー  
●ねり丸グリーティング

**開進第二中**  
●すずしろステージ  
●飲食店などのブース出展  
●飲食エリア  
●体験コーナー

**マロニエ通り**  
●「ワナー ブラザース スタジオ ツアー東京・メイキング・オブ・ハリー・ポッター」フォトブース  
●はたらくくるまコーナー  
●シティ・ウィザード・ストリート  
コスプレをして来場するとお菓子をプレゼント!  
(先着500名)

**練馬総合運動場**  
●スポーツひろば  
●いちようステージ  
●仮面ライダー 観覧無料  
ガッチャードショー  
(午前11時から・午後1時30分から)  
©2023 石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映

**ペDESTリアンデッキ**  
大道芸などのパフォーマンス

**練馬駅**

至所沢 至池袋

## 見どころを紹介!

同時開催 **練馬産業見本市 ねりまEXPO2023**  
いいものたくさん 見て触れて

区内の47事業者が出展し、優れた技術や特徴ある商品・サービスを紹介します。  
▶区担当: 中小企業振興係  
▶問合せ: 練馬産業見本市事務局 ☎4565-6008

- 特別企画**
- デジタル技術展  
最新デジタル技術を活用した製品やサービスの展示・体験を行います。
  - 牧野富太郎博士PRブース  
博士のふるさと高知県の観光キャンペーンとフォトスポットの設置をします。



## 農フェスPRエリア 11/19(日)は全国都市農業フェスティバル!

練馬産農産物を使った料理や加工品、多肉植物などを販売します。

買い物をするとエコバッグをプレゼント!  
(先着500名)

- モザイクアートのお披露目  
区民の皆さんから募集した写真で制作した巨大なモザイクアートを展示します。
- ねり丸トラクターの展示  
トラクターに乗って記念写真を撮れます。



### 交通規制にご協力を

10/15(日) 6:15~18:00  
マロニエ通り周辺

● 車両通行止め  
● 車両通行止め ※住民は通行可。  
● 停留所  
● 休止の停留所  
● みどりバス迂回経路  
※途中の停留所には止まりません。

10/27~11/9は **読書週間**



# 読書の秋、図書館に行こう！

▶ 申込: 電話で各図書館へ ★は当日会場へ 🌿は全国都市農業フェスティバル連携企画

| 図書館名・問合せ          | 内容・日時・定員(先着順)など  |
|-------------------|--|
| 練馬<br>☎3992-1580  | 時代小説おすすめ合戦▶対象:中学生以上▶日時:10/25(木)14:00~16:00▶場所:生涯学習センター▶定員:30名                                  |
|                   | 多言語でよみきかせ▶日時:11/5(日)11:00~12:00▶場所:生涯学習センター▶定員:40名   |
|                   | 絵本と歯ブラシで親子のコミュニケーション▶対象:0~2歳児と保護者▶日時:11/7(火)①10:00~10:30②11:00~11:30▶定員:各10組 ※申し込みは10/13(金)から。 |
| 貫井<br>☎3577-1831  | スペシャルおはなし会▶対象:4歳児以上▶日時:11/3(祝)①14:30~15:00②15:10~15:40▶出演:ねりまおはなしの会▶定員:各30名                    |
| 小竹<br>☎5995-1121  | あかちゃんのおはなし会スペシャル▶対象:0~3歳児と保護者▶日時:11/3(祝)10:30~11:10▶定員:15組                                     |
|                   | 文学講座「宮沢賢治の世界」▶対象:中学生以上▶日時:11/11(土)14:00~16:00▶講師:日本大学芸術学部教授/ソコロフ山下聖美▶定員:25名                    |
| 南田中<br>☎5393-2411 | 絵本と歯ブラシで親子のコミュニケーション▶対象:1~2歳児と保護者▶日時:11/7(火)11:00~11:30▶定員:10組                                 |
| 石神井<br>☎3995-2230 | こわいおはなし会▶対象:小学生と保護者▶日時:10/29(日)17:30~18:15▶定員:20名  |
| 関町<br>☎3929-5391  | テラスでおはなし会▶対象:3歳児~小学生と保護者▶日時:11/1(木)16:30~17:00▶定員:30名  |
| 大泉<br>☎3921-0991  | ★🌿全国都市農業フェスティバル応援企画展示▶日程:10/24(火)~11/26(日)   |
|                   | 絵本と歯ブラシで親子のコミュニケーション▶対象:0~2歳児と保護者▶日時:11/7(火)11:00~11:40▶定員:10組                                 |
|                   | 大泉特選落語会「滑稽ばなしあれこれ」▶対象:小学生以上▶日時:11/19(日)13:00~15:00▶講師:大泉落語研究会▶定員:35名                           |
| 稲荷山<br>☎3921-4641 | ★読書ビンゴ▶対象:2歳児~小学生▶日程:11/26(日)まで  |
|                   | ★🌿大泉町1丁目農園ラリー2023▶日程:11/3(祝)~17(金)   |

| 図書館名・問合せ                            | 内容・日時・定員(先着順)など   |
|-------------------------------------|---|
| 南大泉<br>☎5387-3600                   | おむすび座の人形劇▶対象:3歳児~小学生と保護者▶日時:11/5(日)14:00~14:40▶定員:15組   |
| 南大泉図書館分室<br>こどもと本のひろば<br>☎3925-4151 | 🌿講演会「練馬の農業とおいしい野菜」▶日時:10/28(土)14:00~14:40▶講師:加藤農園/加藤義松▶定員:10組   |
|                                     | 絵本と歯ブラシで親子のコミュニケーション▶対象:0~2歳児と保護者▶日時:11/8(水)11:00~11:45▶定員:10組 ※申し込みは10/24(火)から。                            |
| 光が丘<br>☎5383-6500                   | 人形劇▶対象:4歳児以上▶日時:10/28(土)14:00~14:40▶出演:モモ、ぴーかぶー▶定員:40名 ※申し込みは10/13(金)から。                                    |
|                                     | 大人のための朗読会▶対象:中学生以上▶日時:10/29(日)14:00~15:30▶講師:ちょっといいお話の会▶定員:55名  |
| 春日町<br>☎5241-1311                   | おはなし会「子どもの本で世界を旅しよう!」▶対象:5歳児~小学生▶日時:10/29(日)14:00~14:45▶定員:25名 ※申し込みは10/15(日)から。                            |
|                                     | 科学あそび「紫外線ってなんだろう~UVチェックストラップをつくろう」▶対象:小学生▶日時:11/5(日)14:00~16:00▶講師:科学読物研究会会員/坂口美佳子▶定員:24名 ※申し込みは10/22(日)から。 |
| 平和台<br>☎3931-9581                   | 🌿農フェスタ講演会「江戸東京野菜には物語がある」▶日時:10/28(土)14:00~15:30▶講師:江戸東京・伝統野菜研究会代表/大竹道茂▶定員:30名                               |
|                                     | 短歌教室▶日時:11/4(土)14:00~15:30▶講師:歌人/東直子▶定員:30名   |
|                                     | 海外文芸講座▶対象:中学生~大学生▶日時:11/12(日)15:30~17:00▶講師:翻訳家/三辺律子▶定員:20名   |

各図書館では、読書週間にあわせて「図書館利用者懇談会」を開催します。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、図書館ホームページをご覧ください。



全国都市農業フェスティバル連載企画

Vol.7

## 農フェスNEWS 推しりま 2023

問合せ 全国都市農業フェスティバル実行委員会事務局(事業調整担当係) ☎5984-1498

11月19日(日)に光が丘公園で「全国都市農業フェスティバル」を開催!

参加都市と練馬区の農業者が、それぞれの「都市農業の推し」を紹介します。



千葉県松戸市の農業者

### 成嶋伸隆さんが推す松戸の農

私の推しは、関東では珍しい青ネギ「あじさいねぎ」です。1年を通して収穫でき、シャキシャキした食感と深い香り、辛みが特徴です。どんな料理にも彩りを添えることができます。市内の飲食店や給食にも使われ、「千産千消(※)」が進められています。農フェス当日に販売予定です。ぜひお越しください!

※「地産地消」を千葉県にかけています。



練馬区の農業者

### 吉田絵美さんが推す練馬の農 (吉田園芸 田柄1-29-5)

私の推しは、「生活を彩るお花」です。花屋であるわが家は、10月から色とりどりのお花でにぎわいます。これからの季節に人気なのが「シクラメン」「パンジー」「ビオラ」です。同じ色でも少しずつ違う顔を見せてくれます。あなただけの「輝く一番の花」を見つけに、ぜひ農フェスに遊びに来てください!



## お知らせ

### 若者自立支援事業(ねりま若者サポートステーション・居場所)の家族懇談会

▶**対象:**15~49歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族 ▶**日時:**10月21日(土)午後2時~4時 ▶**場所:**春日町青少年館 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**ねりま若者サポートステーションホームページまたは電話で同ステーション ☎5848-8341(木・日曜を除く)

### 10月16日~22日は行政相談週間 秋の特設行政相談窓口を開設

国などの仕事に関する意見・要望に、行政相談委員が応じます。▶**申込:**当日会場へ ▶**問合せ:**練馬区区民相談所 ☎5984-4523

| 場所                | 日時                      |
|-------------------|-------------------------|
| 南町小<br>(練馬まつり会場内) | 10/15(日)<br>10:00~15:00 |
| リヴィンオズ大泉店<br>1階   | 10/28(土)<br>13:00~16:00 |
| 光が丘区民センター<br>2階   | 11/11(土)<br>13:00~16:00 |

### 弁護士による無料相談会

▶**対象:**借金や税金の滞納、労働問題、離婚などで経済的に困りの方 ▶**日時:**11月1日(水)、12月6日(水)午後1時~4時30分の間の1時間以内 ▶**場所:**生活サポートセンター(区役所西庁舎3階) ▶**申込:**電話で同所 ☎3993-9963

### 地域福祉計画策定に関するアンケートにご協力を

地域福祉計画(令和7~11年度)の策定にあたり、区民ニーズ調査などを実施します。区内在住の18歳以上の方の中から、3,000名を無作為に抽出し、10月中旬までに調査票を発送します。▶**問合せ:**地域福祉係 ☎5984-2716

### ボランティア

#### 災害ボランティアコーディネーター入門講座

▶**日時:**11月10日(金)・24日(金)、12月8日(金)午後2時~5時【3日制】 ▶**場所:**石神井庁舎5階 ▶**講師:**認定NPO法人災害福祉広域支援ネットワーク・サンダーバード副代表理事/高橋洋ほか ▶**定員:**20名(先着順) ▶**申込:**電話またはファクスで①講座名②氏名

(ふりがな)③電話番号を、練馬ボランティア・地域福祉推進センター ☎3994-0208 FAX 3994-1224

#### 保育サービス講習会

~空いた時間を活用して、子育てのお手伝いをしませんか

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員(有償ボランティア)になるための講習会です。修了後は、午前7時~午後8時の間の都合の良い時間に利用会員のお子さんを預かっていただきます。▶**対象:**20歳以上で、月1回の定例会に参加できる方 ▶**日時:**11月20日(月)・21日(火)・29日(水)・30日(木)、12月1日(金)午前9時30分~午後4時30分【5日制】 ▶**場所:**光が丘区民センター6階 ▶**定員:**30名(選考) ▶**費用:**2,000円 ▶**申込:**10月31日(火)までに電話で練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100

#### 障害者フェスティバルのボランティア

12月2日(土)に光が丘区民センターなどで開催する障害者フェスティバルのボランティアを募集します。※謝礼あり。▶**募集人数:**18名(選考) ▶**申込:**10月31日(火)までに電話で障害者フェスティバル実行委員会(関町福祉園内) ☎3594-0217

## 練馬つながるフェスタ

### 参加団体を募集します



地域で活動するさまざまな団体の魅力を紹介しながら交流を深めるイベントです。今回、来年3月2日(土)にココネリ3階で開催するフェスタの参加団体を募集します。

- ▶**対象:**区内の町会・自治会やNPO法人、ボランティアグループなど
- ▶**内容:**ワークショップ出展...17団体程度、物品販売...9団体程度、体験コーナー...5団体程度
- ▶**申込:**区民協働交流センター(ココネリ3階)や区ホームページにある募集要項をご覧の上、11月6日(月)までに区民協働交流センター ☎6757-2025



## 11月は児童虐待防止推進月間

# 地域で見守るみんなの子

問合せ 子ども家庭支援センター ☎3993-8155

全ての子どもには健やかに育つ権利があり、社会全体で虐待から子どもを守る必要があります。区は、虐待の防止と早期発見に努めています。気になることや悩んでいることがあれば、すぐにご相談ください。

### 子どもへの虐待とは

- 身体的虐待...殴る、蹴る、たたく、激しく揺さぶるなど
- 性的虐待...性的行為を見せる・強要する、児童ポルノの被写体にするなど
- 養育の放棄(ネグレクト)...不潔なまま放置する、食事を与えない、家や車に放置するなど
- 心理的虐待...言葉で脅す、無視、きょうだい間での差別、家庭内暴力を見せるなど

**「しつけ」のためでも、体罰や暴言は法律で禁止されています**

### このようなときは相談してください

#### 保護者の方へ

- 子育てがづらい・苦しい
- 育児に疲れている
- イライラして子どもに手をあげてしまう
- 子どもといるのが嫌になり、無視してしまう など

#### 地域の方へ

- 子どもに不自然な傷やあざがある
- 泣き声が絶えず聞こえる
- 子どもを残して親がよく外出している
- 子どもが長時間、家の外に出されている など

#### 児童虐待の相談・通告

| 相談窓口          | 問合せ           | 受付日時                                |
|---------------|---------------|-------------------------------------|
| 子ども家庭支援センター   | ☎0120-248-551 | 月~土曜8:30~19:00(土曜は17:00まで) ※祝休日を除く。 |
| 児童相談所虐待対応ダイヤル | ☎189(いちはやく)   | 毎日24時間                              |

**子どもの命が危ないときは警察☎110へ!**

#### 子育て相談

| 相談窓口          | 問合せ  | 受付日時                                |
|---------------|--|-------------------------------------|
| 地域子ども家庭支援センター | 貫井 ☎3577-9820<br>光が丘 ☎5997-7759<br>大泉 ☎3925-6713<br>関 ☎5927-5911 | 月~土曜9:00~17:00<br>※祝休日を除く。          |
|               | 練馬 ☎6758-0141  | 月~土曜9:00~19:00(土曜は17:00まで) ※祝休日を除く。 |

### 講演会 11/11(土)

#### 第1部 里親による養育家庭体験発表

#### 第2部 “つながる”社会で子どもたちを笑顔に ~子ども、そして親にも支援と寄り添いを

▶**日時:**11月11日(土)午後1時30分~4時30分 ▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶**講師:**弁護士/福田笑美(第2部) ▶**定員:**100名(先着順) ▶**申込:**区ホームページまたは電話、ファクスで①講演会②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤参加人数を、11月9日(木)までに子ども家庭支援センター ☎3993-8155 FAX 3993-8215 ※保育室(生後58日以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は11月1日(水)までに、手話通訳を希望する方は11月9日(木)までにその旨もお知らせください。 ※里親制度相談コーナーあり(午後2時30分~4時30分)。



### パネル展 10/27(金)~11/10(金)

児童虐待防止の取り組みや、地域の子育て支援サービスなどを紹介します。▶**日時:**10月27日(金)~11月10日(金)午前8時45分~午後8時(10日は正午まで) ▶**場所:**区役所本庁舎2階通路

## ねりま区報をご自宅にお届けします

▶**問合せ:**広報係 ☎5984-2690

新聞未購読で、区報の入手が困難な方に無料でお届けしています。希望する方は、区ホームページから申し込むか、お問い合わせください。



### 福祉・障害のある方

#### 初心者向け 障害者パソコン教室

▶日時:11月12日(日) 1 午前9時30分~正午 2 午後1時30分~4時▶場所:中村橋福祉ケアセンター▶定員:1、2各4名(抽選)▶費用:1,000円▶申込:電話またはファクスで①教室名(1、2とA~Eの別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号またはファクス番号(ある方のみ)⑤障害名と手帳の種類を、10月26日(木)までに同所 ☎3926-7211 FAX 3970-5676 ※手話通訳を希望する方は、その旨もお知らせください。※介助が必要な方は、介助者を同伴してください。

| コース                | 対象  |
|--------------------|---|
| Aパソコン入門            | 次のいずれかをお持ちの方<br>・愛の手帳<br>・身体障害者手帳<br>・精神障害者保健福祉手帳 |
| Bワード(文書作成など)       |   |
| Cエクセル(表計算・グラフなど)   |   |
| Dタブレット(携帯端末の相談・体験) |   |
| E視覚障害(読み上げソフト)     | 身体障害者手帳を持っている視覚障害のある方                             |

※Aは以前受講した方、B/Cはパソコンの基本操作・文字入力ができない方は受講できません。

### 働く

#### ①短時間保育②保育③調理 ④用務【会計年度任用職員 (サポートスタッフ(登録制))】

▶期間:来年3月まで(再任する場合あり)▶勤務日:月~土曜(月20日程度)▶時間:①朝...午前7時30分から、夕...午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度)②~④原則として午前8時30分~午後5時15分の間の4~7時間45分▶場所:区立保育園▶報酬(時給):①1,375円②1,183円③④1,130円 ※交通費支給。※勤務条件により期末手当・社会保険あり。▶申込:保育課(区役所本庁舎10階)や区ホームページにある申込書を、保育課管理係☎5984-5839

### 事業者向け

#### 福祉事業所向け防災講習会

災害時の福祉事業所での課題や対策を学びます。▶対象:福祉事業所の職員▶日時:11月21日(火)午後1時30分~5時▶場所:練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶講師:(株)フォーサイトコンサルティング代表取締役社長/浅野睦▶定員:50名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①講習会名②参加者全員の氏名(ふりがな)③事業所の郵便番号・住所・名称・電話番号を、11月14日(火)までに防災学習センター☎5997-6471 FAX 5997-6472

### お休みします

〈男女共同参画センターえーる☎3996-9005〉...10月22日(日)【定期清掃のため】  
〈勤労福祉会館☎3923-5511〉...10月23日(月)【全館清掃のため】

### 高齢者



#### 高齢者実態調査にご協力を

75歳以上の方のみの世帯(介護サービス利用者と生活保護受給者を除く)を対象に、10月中旬に調査票を送付します。11月2日(木)までに返送してください。調査結果を基に、一人ひとりの心身の状況に合わせたアドバイスや地域の介護予防事業などを記載した結果通知書を送付します。▶区の担当:高齢者支援課管理係▶問合せ:練馬区高齢者実態調査コールセンター☎0120-926-148

#### 健康長寿はつらつ教室

▶対象:区内在住の65歳以上の方▶費用:500円▶申込:10月20日(金)までに区ホームページまたは電話で介護予防係☎5984-2094

わかわか かむかむ 元気応援教室(調理実習、栄養と口腔(こうくう)について学ぶ)

▶日時:11/14~12/19の毎火曜9:30~11:30【6日制】▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:10名

足腰しゃっきりトレーニング教室(室内で行う筋力強化、ストレッチなど)▶定員:各25名

▶日時:11/14~12/19の毎火曜10:00~11:30【6日制】▶場所:勤労福祉会館

▶日時:11/15~12/20の毎水曜10:00~11:30【6日制】▶場所:光が丘区民センター2階

▶日時:11/16~12/28の毎木曜10:00~11:30【11/23を除く。6日制】▶場所:関区民センター

プールで足腰しゃっきりトレーニング教室(水中運動など)

▶日時:11/20~来年1/22の毎月曜13:00~14:30【1/1・8を除く。8日制】▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)▶定員:20名

※初めての方を優先の上、抽選。

#### 心とからだ すこやかに! 健康長寿はつらつまつり

▶日時:10月21日(土)午前10時~午後3時▶場所:光が丘区民センター2階など▶内容:運動・口腔・認知機能の低下予防や栄養摂取などに関する講座、eスポーツ(ビデオゲームを使った対戦)体験、物作りなど▶申込:当日会場へ▶問合せ:介護予防係☎5984-2094

#### はじめてのフィットネス

ヨガやマシントレーニングなどを体験できます。▶対象:65歳以上の方▶日時:11月9日~12月21日の毎木曜午前10時~11時30分【11月23日を除く。6日制】▶場所:ティップネス練馬(練馬1-5-16)▶定員:15名(抽選)▶費用:500円▶申込:10月20日(金)までに区ホームページまたは電話で介護予防係☎5984-2094

### 子ども・教育



#### 小学校の入学準備費を支給

経済的に困っているご家庭に、小学校の入学準備費を来年3月下旬に支給します。希望する方は申請が必要です。申請書は就学時健診で配布します。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。▶申請期限:来年1月12日

(消印有効)▶問合せ:学務課管理係☎5984-5643

#### 11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:0~1歳児▶申込:区ホームページ

| 場所(保健相談所)・問合せ  | 日時(いずれも40分程度)                          | 定員(先着順) |
|----------------|--|---------|
| 豊玉 ☎3992-1188  | 17(金)①10:00②11:00<br>20(月)①13:00②14:00 | 36組     |
| 北 ☎3931-1347   | 28(火)①9:30 ②10:30                      | 32組     |
| 光が丘 ☎5997-7722 | 27(月)①9:30 ②10:30                      | 32組     |
| 石神井 ☎3996-0634 | 1(火)①9:30 ②10:30<br>14(火)①13:30②14:30  | 36組     |
| 大泉 ☎3921-0217  | 13(月)①9:30 ②10:30                      | 24組     |
| 関 ☎3929-5381   | 17(金)①9:45 ②10:50                      | 24組     |

#### 11月の2歳6カ月児歯科健診

2歳10カ月ごろまで受けられます。担当地域の保健相談所で受けてください。▶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  | 16(木)<br>13:00~15:00 | 32名     |
| 北 ☎3931-1347   | 16(木)<br>9:00~11:00  | 24名     |
| 光が丘 ☎5997-7722 | 14(火)<br>9:00~11:00  | 24名     |
| 石神井 ☎3996-0634 | 10(金)<br>9:00~11:00  | 32名     |
| 大泉 ☎3921-0217  | 29(火)<br>9:00~11:00  | 24名     |
| 関 ☎3929-5381   | 20(月)<br>9:00~11:00  | 24名     |

#### 知って安心!子どものアレルギー(①光が丘保健相談所 ②オンラインで開催)

▶対象:未就学児の保護者 ※お子さん連れ可。▶日時:11月21日(火)午前10時~正午▶内容:講義▶講師:武蔵野赤十字病院小児科部長/大柴晃洋▶定員:①20名②80名(先着順)▶申込:区ホームページ▶問合せ:光が丘保健相談所☎5997-7722

### 健康・衛生



#### お薬手帳の活用を

お薬手帳は、服用している薬を記録するものです。薬の相互作用による悪影響などを防ぐため、手帳は1冊にまとめ、医療機関・薬局に持参しましょう。▶問合せ:医務薬事係☎5984-1352

#### 認知症フォーラム「認知症、予防だけで安心?介護とお金の備えも始めましょう」

▶日時:11月11日(土)午後6時~8時

### 10/22(日) 区役所内各施設の利用を休止します

電気設備点検のため、①展望レストラン・展望ロビー・会議室②練馬休日急患診療所、練馬区休日・夜間薬局③練馬歯科休日急患診療所の利用を休止します。 ※②は午後6時以降は利用できます。

▶問合せ:庁舎管理係☎5984-1091

20分▶場所:ココネリ3階▶内容:講演会、地域団体の紹介▶講師:(一社)らふ理事/柴本美佐代▶定員:100名(先着順)▶費用:100円▶区の担当:在宅介護支援係▶申込:電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、NPO法人認知症サポートセンター・ねりま☎090-8772-9157(午前10時~午後5時)▶Eメール saponeri26913@gmail.com

#### 血圧が気になる方へ ~生活と食事

▶日時:11月15日(水)午後2時~3時30分▶場所:豊玉保健相談所▶内容:講義▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎3992-1188

#### 血糖値が高めと言われた方へ ~糖尿病と運動・歯と食生活

▶日時:11月17日(金)・29日(水)午後2時~4時【2日制】▶場所:大泉保健相談所▶内容:講義、実技▶講師:健康運動指導士/加藤有里ほか▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎3921-0217

#### 講演会「高次脳機能障害の症状と接し方を知ろう」

▶日時:11月18日(土)午前10時~正午▶場所:貫井地区区民館▶講師:豊島病院リハビリテーション科部長/中島英樹▶定員:50名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①講演会名②氏名③電話番号を、11月10日(金)までに中村橋福祉ケアセンター☎3926-7211 FAX 3970-5676

### 講座・催し①



#### 男性向け講座 「おとこの上手な暮らし方!」

▶対象:40~60代の男性▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:各30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(A~C)の別も。複数申し込み可②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、同所☎3996-9007 FAX 3996-9010▶Eメール 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。

| 講座名・講師  | 日時                      |
|---|-------------------------|
| A 正しく学ぼう男性更年期障害<br>▶講師:メンズヘルスコーディネーター/看護師マッキー   | 11/11(土)<br>10:00~12:00 |
| B おとこの暮らしを支える片づけと習慣の技術▶講師:整理収納アドバイザー/飛永友        | 11/19(日)<br>14:00~16:00 |
| C 職場、地域、家庭で役立つコミュニケーションスキル▶講師:キャリアコンサルタント/岩井奈保美 | 12/3(日)<br>14:00~16:00  |

### 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

## 講座・催し②

### 地域福祉活動実践報告会 「ねりWakka(わか)2023」

区内で活動する地域団体の活動報告会と相談会を行います。▶日時:11月26日(日)午後2時~4時30分▶場所:ココネリ3階▶定員:100名(先着順)▶申込:練馬区社会福祉協議会

ホームページまたは電話、ファクスで①催し名②氏名(ふりがな)③電話番号④参加理由(20字程度)を、練馬ボランティア・地域福祉推進センター☎3994-0208 FAX 3994-1224

### 映像を通してSDGsを考える

『生きる』大川小学校 津波裁判を闘った人たち』を上映後、監督の寺田和弘さんと映像文化批評家の四方繁利さんが対談します。▶日時:

11月11日(土)午後1時30分~4時15分▶場所:南田中図書館▶定員:35名(先着順)▶申込:電話で同所☎5393-2411

### ちょこっとライブ~ギター・エレクトーンなどの演奏会

▶日時:10月28日(土)午後2時~4時30分▶場所・問合せ:春日町青年館☎3998-5341▶曲目:曇天、また逢う日まで、春の海など▶定員:90名(先着順)▶申込:当日会場へ

### わたしの「これからライフ」2023

▶対象:ひきこもりなどの状態にある女性、その家族・支援者の女性▶場所:男女共同参画センターエーる▶定員:各30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(12)の別。1はA~Cの別も。複数申し込み可)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、同所☎3996-9007 FAX 3996-9010 Eメール 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。

| 講座名・講師   | 日時   |
|--|--|
| 1 ゆるヨガ女子会▶講師:全米ヨガアライアンス RYT200/滝沢菜穂                    | A 11/16(木)<br>B 12/5(火)<br>C 来年2/8(木)<br>10:00~12:00 |
| 2 わたしの思いを伝える「アサーティブコミュニケーションを学ぼう」▶講師:メンタルケア心理専門士/岩井奈保美 | 来年1/30(火)<br>13:30~15:30                             |

## 古賀忠雄展 関連イベント

11月17日(金)から練馬区立美術館で開催する「生誕120年 古賀忠雄展 塑造(像)の楽しみ」の関連イベントです。

場所・問合せ 練馬区立美術館☎3577-1821

| 催し名                               | 対象            | 日時  | 定員(抽選) | 申込期限(必着) |
|-----------------------------------|---------------|---|--------|----------|
| 1 アートdeねりまち「まちあるき~屋外彫刻とまちの記憶を巡ろう」 | 中学生以上         | 11/18(土)A 10:30~12:30<br>B 14:00~16:00<br>19(日)C 10:30~12:30<br>D 14:00~16:00 | 各10名   | 11/2     |
| 2 鑑賞プログラム「トコトコ美術館 vol.47テーマ:かお」   | 3歳以上の未就学児と保護者 | 11/25(土)A 10:30~12:00<br>B 14:00~15:30<br>26(日)C 10:30~12:00<br>D 14:00~15:30 | 各5組    | 11/10    |

▶申込:同ホームページまたは往復ハガキで①催し名(12)とA~Dの別)②参加者全員(1は2名まで。2は3名(お子さん2名、保護者1名)までの住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、申込期限までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館へ



## 11/11(土) 新しく生まれ変わる「ふるさと練馬」を、ゲストと参加者で考える

石神井公園ふるさと文化館にあるうどん屋エン座の加藤智春さんと映画配給会社(株)さらプロダクションの小倉美恵子さんと由井英さんが参加者の皆さんと一緒に練馬の魅力と可能性について語り合います。▶日時:11月11日(土)午後1時~3時30分▶場所:ココネリ3階▶定員:40名(先着順)▶申込:ねりま観光センターホームページまたは往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、10月25日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光センター☎4586-1199



あなたが決める!ねりまのオススメメニュー

## ねりコレ2024 「メニュー部門」に 投票しよう!

投票した方の中から抽選で50名に、ねりコレ店で利用できる1,000円割引券をプレゼント!

### ねりコレとは?

「ねりまのオススメ商品コレクション」のこと。ご自宅用やちょっと気の利く贈り物、隠れた名店のメニューまで、厳選した商品が勢ぞろいしています。



ねりコレキャラクター「ねりこ」

ねりコレ2024にエントリーされたメニューの投票を行います。あなたのイチオシメニューに投票してください。

▶問合せ:ねりま観光センター☎4586-1199

11/30(土)まで ねりま観光センター ホームページから投票



※写真はイメージです。

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。

## 家族葬は、 公益社



相談無料・  
随時受付中  
事前相談  
承ります。

オンラインでもご相談いただけます

公益社 練馬会館 練馬区 豊玉北4-16-3  
公益社 上板橋会館 板橋区 上板橋2-3-2 230050  
「終活セット」資料をプレゼント!  
お電話にてお申込みください。

## 健康麻雀 始めませんか!



麻雀はできるけど  
点数計算が苦手  
人数が集まらない

麻雀を始めたい  
更に上手になりたい  
お友達を作りたい

女性も多く和やかで  
一人からでも楽しく過ごせる

レベル別レッスン  
女性講師在籍!

今なら体験2時間半800円!! 麻雀ひろば 麻雀教室  
健康麻雀コミュニティの会 予約制  
定休日:木曜日 練馬区大泉学園町7-16-19-B1  
TEL:03-5387-0541 まずはお電話ください! http://kenko-community.jp/

## 広告 包丁切れなくて困っていませんか?

丁寧な研ぎで好評です! ☎3993-7168 平日8:30~17:15 開催場所と日時は→

公益社団法人 練馬区シルバー人材センター 練馬区豊玉北5-29-8練馬センタービル5階

スポーツ



区民体育大会 駅伝

日時:12月10日(日)午前8時30分から
場所:練馬総合運動場公園
費用(1チーム):高校生3,600円、中学生・一般・壮年4,000円
申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページなどにある実施要項をご覧ください

10/18(水) 第285回 アトリウムミニステージ

入場無料

日時:10月18日(水)午後0時15分~0時45分
場所:区役所アトリウム
曲目:モーツァルト/バイオリンとビオラのための二重奏曲ト長調K.423より第1楽章、ハルボルセン/ヘンデルの主題によるパッサカリアなど
出演:早淵綾香(バイオリン)、立石さくら(ビオラ)
問合せ:練馬文化センター ☎3993-3311



早淵綾香



立石さくら

来年度のアトリウムミニステージの出演者を募集
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。

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

庚申の会ビッグサービスデー
日時:10月15日(日)
場所:江古田ゆうゆうロード
内容:ボックスティッシュをプレゼント

パラグアイ・フェスティバルin TOKYO.2023
日時:10月15日(日)午前10時~午後4時
場所:光が丘公園けやき広場
内容:民族音楽の演奏、ダンス、中南米料理・民芸品の販売、ワークショップなど

ロハスフェスタ東京2023
日時:10月20日(金)~22日(日)午前10時~午後4時30分
場所:光が丘公園芝生広場
内容:環境に配慮した生活雑貨や食品など350店舗以上が出展

桜台フードフェスタ2023
日時:10月21日(土)・22日(日)午前11時~午後5時
場所:桜台駅周辺飲食店
内容:クイズに答えると抽選で景品をプレゼント、フリーマーケット

江戸四宿を歩く~旧東海道・品川宿
日時:11月12日(日)午前9時30分
場所:品川駅集合~ハツ山橋~品川神社~東海寺~午後0時30分

氏名・年齢・電話番号を、10月23日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウオーキング協会

親子グラウンドゴルフ大会
対象:4歳児~小学生と保護者
日時:11月12日(日)午前9時30分~正午
場所:大泉さくら運動公園

更年期セミナー「人生がより輝く!女性ホルモンのトリセツ」
対象:女性
日時:11月16日(木)午前10時~11時30分
場所:男女共同参画センター

晩秋の都心を歩く~変わる渋谷、ふるい渋谷
日時:11月23日(木)午前9時30分
場所:JR渋谷駅集合~渋谷ヒカリエ~しづや百軒店~代々木公園

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

さくらの辻公園(上石神井3-19-10)
日時:10月29日(日)午前9時~正午(雨天中止)
申込先:〒177-0045 石神井台8-23-21

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。
在宅介護支援係 ☎5984-4597
認知症治療の今後について
日時:10月14日(土)午後2時~3時30分

自宅での認知症ケアのコツ
日時:10月22日(日)午前10時30分~正午
場所:めぐみガーデン(石神井町3-10-25)

子どものための講座

区内の団体に委託して実施。
育成支援係 ☎5984-1292

ねりま遊遊スクール

ボッチャあそび
対象:4歳児~小学生
日時:10月21日(土)午前10時~11時
場所:富士見台地区区民館

反射ってなんだろう~水の万華鏡をつくろう
対象:5歳児~小学生と保護者
日時:11月4日(土)午前10時~正午

子育て学習講座

楽しいダンスあそびをしよう!
対象:主に知的障害のある小中学生と保護者
日時:11月4日(土)午前10時~11時30分

子育て学習講座

簡単楽しい布おもちゃ「ふわふわおぼけちゃん」
対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方
日時:10月20日(金)午前10時~11時30分

画センターえる
日時:10月21日(土)午前9時~午後2時
場所:田柄小

地区祭

模擬店や地域の方が参加できる催しを行います。

第七地区祭(田柄)
日時:10月15日(日)午前9時~午後2時
場所:田柄小

第二地区祭
問合せ:実行委員会・岡崎 ☎3994-6708

早宮地域集会所
日時:10月21日(土)・22日(日)午前9時30分~午後3時(22日は午後2時30分まで)

開進第一小
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後1時

大泉西地区祭(南大泉)
日時:10月22日(日)午前9時~正午
場所:大泉第六小

第四地区祭(春日町)
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後2時30分

場所:練馬小
問合せ:実行委員会 ☎3999-0873

第三地区祭(中村東)
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後3時
場所:中村小

第五地区祭
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後3時30分
場所:豊深小

第七地区祭(光が丘)
日時:10月22日(日)午前10時~午後2時
場所:むつみ台団地(光が丘1-3)

大泉東地区祭
日時:10月22日(日)午前10時~午後2時
場所:大泉東小

第八地区祭
日時:10月22日(日)午前11時~午後2時30分
場所:北町小

朝・夕・青空市

光が丘IMA南館前
日時:10月15日(日)午前10時~午後3時
問合せ:富永 ☎090-4374-3888

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。

第20回ロトヌ絵画展(油彩・パステル・水彩)
10月19日~23日
午前10時~午後5時(19日は午後1時から。23日は午後4時まで)

ピアノ演奏レッスン「クレメンティーのソナチネ&ブルグミュラー25をレパートリーにしよう」

プナレアウクレレサークル
初心者対象
第2・4金曜午後1時30分~3時30分

シニア体操教室 木曜会
70歳以上の方対象
第1~4木曜午後1時~3時

親子で茶道体験(裏千家)
中学生以下のお子さんと保護者対象
10月22日午後2時~4時

お喋り会~知的障がいや発達障がいになるお子さんについてお話ししませんか

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。

美しく心地よくくつろぐ畳替え
創業75年
お見積り無料!
朝お預かり、夕方お届け
家具の移動、畳下の掃除 無料!

お一人様 美容室
「毎月一回、虹色サンデーの日」
美容室を利用しにくい子供から大人の方や、障がいがあり、他のお客様を気にせずにカットやその他のサービスを受けられる日を作りました。

弁護士による無料法律相談会
10月18日(水) 13時~17時
IKE・Biz としま産業振興プラザ

10月25日(水) 18時~20時
11月8日(水) 17時~19時
辻山・五十嵐法律事務所 ☎03-6912-8801



第35回

# 練馬区伝統工芸展

伝統の  
心と技

10/27(金)~29(日)10:00~17:00 (29(日)は16:00まで) ココネリ3階



区には100年以上継承されてきた魅力ある伝統工芸があります。本展では、伝統工芸13業種の作品展示や実演、体験、販売を行います。ぜひお越しください。  
▶ 問合せ: 中小企業振興係 ☎5984-1483

職人の技が  
間近で見られる!



江戸刺繍

## お茶席

入れたての抹茶と和菓子が楽しめます。  
▶ 日時: 10月28日(土)・29日(日)午前10時30分~午後3時30分  
▶ 定員: 各120名(先着順) ▶ 費用: 500円 ▶ 申込: 当日会場へ

## 展示・実演・販売する伝統工芸品

東京手描友禅・尺八・和裁・江戸筆・組紐・江戸刺繍・陶芸・江戸木彫刻・手織・椅子張・東京額縁・螺鈿時絵・江戸表具

## チャリティー即売会

練馬区伝統工芸会会員の作品を販売します。収益金の一部は練馬みどりの葉っぱい基金などに寄付されます。▶ 日程: 10月28日(土)・29日(日)

## 体験コーナー

職人から技を教わりながら、オリジナルの作品が作れます。▶ 日程: 10月27日(金)~29日(日) ▶ 申込: 当日会場へ

### 椅子張

足置き作り



▶ 時間: 午前10時~午後2時30分(29日(日)は午後1時30分まで)  
▶ 定員: 1日8名(先着順)  
▶ 費用: 5,000円

### 東京手描友禅

友禅ハンカチ作り



▶ 対象: 10歳以上の方  
▶ 時間: 午前10時~午後3時(29日(日)は午後2時まで)  
▶ 定員: 1日20名(先着順)  
▶ 費用: 1,500円

### 尺八

尺八作り



▶ 時間: 午前10時~午後4時(29日(日)は午後3時まで)  
▶ 定員: 1日15名(先着順)  
▶ 費用: 2,000円

### 江戸刺繍

ブローチ・ヘアゴム・帯留め作り



▶ 時間: 午前10時から、午後2時から(27日(金)は午前10時30分から)  
▶ 定員: 各8名(先着順)  
▶ 費用: 2,000円から

### 江戸木彫刻

コースター作り



▶ 時間: 午前11時~午後2時(28日(土)は午後3時まで)  
▶ 定員: 1日15名(先着順)  
▶ 費用: 1,500円

※写真はイメージです。