

新型コロナワクチンと同時接種が  
できます。昨年9月に発送した予診票  
が届いていない方は、ご連絡ください。

- ▶自己負担額:2,500円
- ▶問合せ:予防接種係 ☎5984-2484



## ともに練馬を守る

# 消防団員募集!

- ▶対象:区内在住・在勤(在学)の18歳以上の方
- ▶報酬:年間一定額の報酬のほか、火災や訓練で出勤するごとに手当が支給されます。  
また、負傷した際などの補償制度があります。

問合せ 防災調整係 ☎5984-1686 FAX 3993-1194

団員のインタビューなど詳しくは2面へ

# 一緒に安全・安心なまちをつくらう!

消防団は、会社員や学生などの本業がある地域の方たちが、発災時に消火・救助活動を行う組織です。消防署だけでなく、消防団の力が必要です。▶ **問合せ:防災調整係 ☎5984-1686**



## 防災への意識が生まれます!

会社員 / 杉浦耕平さん

結婚後にこの地域に引っ越してきました。子どもたちが育った地域に恩返ししたい、という思いが活動の力になっています。少なかった知り合いも、次第にあいさつできる方が増え、地域とのつながりができました。団員同士の交流も楽しみのひとつです。

消防団の活動を通じて、それまで無かった防災への意識が生まれました。地域住民の一人として、自分たちでまちを守らなければならないと強く感じています。あなたも一緒に地域を守りませんか。

## 学生でも無理なく参加できます!

大学生 / 市川まなみさん

主に平日の放課後や土・日曜に活動しています。都合が良いときに参加できるので、学業との両立も心配りません。消防操法大会や火災予防運動など、消防団には想像以上に学生や女性が活躍できる場があります。私は、活動を通じて地域の皆さんとの連携が大切だと気付きました。

昔お世話になった方に再会したり、世代の違う先輩と話をしたりすることも。普段の生活ではなかなかできない経験ができるので、ぜひ一度参加してみてください。



## 消防団の活動を紹介!

### 平常時



#### 住民を守る訓練

火災現場での活動を想定して訓練します。



#### 防火・防災指導

地域の方に防火・防災指導や応急救護指導を行います。



#### 広報活動

地域の行事に参加し、火災予防などの呼び掛けを行います。

### 発災時



火災発生時は、消火活動や救助活動のほか、鎮火後の警戒活動を行います。地震発生時は、安否確認や救助活動などを行います。

## あなたもなれる。まちの守護神に!

石神井消防団長 / 榎本優

消防団では、「自分たちのまちは自分たちで守る」という強い信念のもと、学生やさまざまな職業の方が消火活動や地域・学校での防火・防災指導などに取り組んでいます。

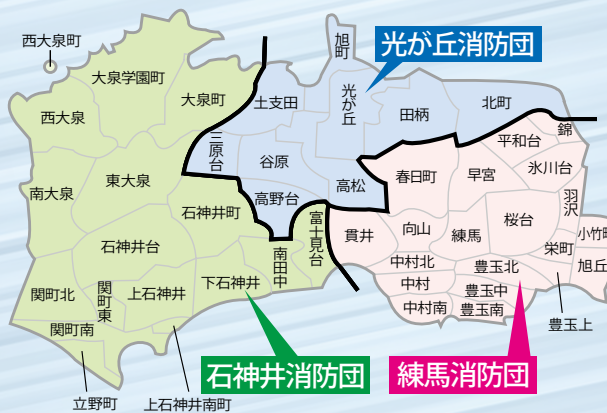
活動を通じて幅広い世代の団員や地域の方とのつながりを深め、日常生活や災害時に役立つ知識や技術も身に付けることができます。

災害に強いまちを目指し、皆さんの入団を心からお待ちしています。



## 入団や問い合わせはお近くの消防署へ

▶ 区の担当:防災調整係



- **練馬消防団** …練馬消防署 ☎3994-0119 Eメール nerima2@tfd.metro.tokyo.jp
- **光が丘消防団** …光が丘消防署 ☎5997-0119 Eメール hikarigaoka2@tfd.metro.tokyo.jp
- **石神井消防団** …石神井消防署 ☎3995-0119 Eメール syakuji2@tfd.metro.tokyo.jp

仲間を募集中です!  
お気軽にどうぞ!!



## 消防少年団も活躍中!

月1回程度のロープワークや応急救護訓練、広報活動など防火・防災の知識や技術を身に付けるための活動をしています。石神井消防少年団には、小学3年~高校3年生の43名が所属しています。

入団方法など詳しくは、各消防署へお問い合わせください。



軽可搬ポンプ操法大会の様子

● 石神井消防団が都の消防操法大会で

**3位になりました**

第51回東京都消防操法大会で可搬ポンプ操法の部に出場し、第3位になりました。



# 避難行動要支援者名簿を全面更新します

調査にご協力を

災害時に自力避難が難しい方を、あらかじめ登録する名簿です。災害時には名簿をもとに、地域全体で安否確認や避難支援を行います。既に登録している方と新たに対象となる方へ、お知らせを1月中旬に発送します。同封の案内をご覧ください。

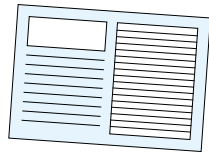
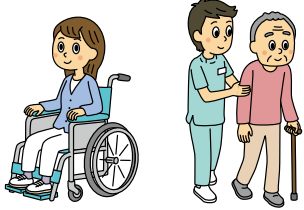
▶**区の担当:**福祉防災・システム係

▶**問合せ:**避難行動要支援者対策コールセンター ☎5984-1630(平日午前8時30分~午後5時15分) FAX 5984-1214

◆**対象** 次のいずれかに当てはまる方

- 要介護3以上の認定を受けている
- 身体障害者手帳1・2級を持っている
- 愛の手帳を持っている
- 精神障害者保健福祉手帳1級を持っている

※上記以外の方で、登録を希望する方は、お問い合わせください。



▲詳しくは  
区ホームページ

NEW

## 区が個別避難計画を作成します

災害時に「どこへ(避難先)」「だれと(避難支援者)」避難するかをあらかじめ決めておく計画です。

### 地域の方へ 避難支援にご協力を

計画の作成には、避難支援者を決める必要があります。自力避難が難しい方から声を掛けられたら、ご協力をお願いします。

# 災害に備えよう!



## 危険箇所を確認して備えよう!

無料

申込先・問合せ 区民防災課区民防災第二係 ☎5984-1654

区職員と消防署員がご自宅を訪問し、火災や地震、家庭内の事故で被害が発生する危険性を診断します。危険性が認められた場合は、家具転倒防止器具をお渡しします。

◆**対象** 次のいずれかに当てはまる世帯

- 65歳以上の方がいる
- 介護保険の要介護・要支援の方がいる
- 障害のある方などがいる

※すでに利用した世帯は申し込みできません。

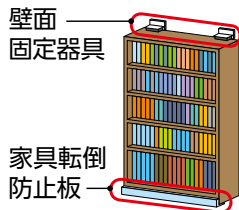


◆**診断の流れ**

1 電話で区民防災課へ申し込み  
☎5984-1654



2 区職員と消防署員が訪問し、ご自宅を診断



3 結果に応じて家具転倒防止器具をお渡しします

## 学んで備えよう!

申込先・問合せ 防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472

### ●中高層住宅向け防災講習会(1)防災学習センター(2)オンラインで開催)

マンションの防災対策や共助活動を学びます。▶**対象:**3階建て以上の中高層住宅の居住者・所有者・管理人▶**日時:**①2月16日(金)午後2時~4時②17日(土)午前10時~正午▶**定員:**1)各40名2)各50名(先着順)▶**申込:**区ホームページまたは電話、ファクスで①講習会名(1)2)と③④の別も②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、2月2日(金)までに同センターへ

### ●食と防災「災害時の食事はどうする?」

ライフラインが止まってもご自宅にあるもので温かい食事を作る方法を学びます。▶**対象:**小学4年生以上 ※小学生は保護者同伴。▶**日時:**①2月22日(木)②23日(金)午前10時~正午▶**場所:**防災学習センター▶**内容:**講義、調理実習▶**定員:**各20名(先着順)▶**費用:**300円▶**持ち物:**エプロン、三角巾▶**申込:**区ホームページまたは電話、ファクスで①催し名(③④の別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、2月15日(木)までに同センターへ ※保育室(③のみ)。6カ月以上の未就学児対象。定員5名(先着順)。費用50円)を利用したい方は、お子さんの年齢・性別もお知らせください。

## 災害時、区と前橋市は相互に情報を発信します

区と群馬県前橋市は、いずれかで大規模な災害が発生したとき、相互のホームページで被害状況やライフライン、避難所などの行政情報を発信する協定を結び、定期的に訓練を行っています。今回、区ホームページが閲覧できない状況を想定して、前橋市ホームページに区の被災状況を掲載する訓練を1月13日(土)~31日(木)に実施します。▶**問合せ:**広報調整係 ☎5984-1283



▲前橋市  
ホームページ

## まちづくり 活動 助成事業

# アイデアあふれるまちづくりの活動に助成します!

問合せ みどりのまちづくりセンター(豊玉北5-29-8 練馬センタービル3階) ☎3993-5451(平日午前9時~午後5時)

区民の方が主体となって行う、身近な生活空間の保全・改善・創造のためのまちづくり活動に対して、費用の一部を助成します。みどりのまちづくりセンターホームページや同センターにある募集要項をご覧ください。事前相談(予約制)を受けてから応募してください。※オンライン相談も可。詳しくは、お問い合わせください。



### たまご部門

空きスペースを地域の「憩いのガーデン」にする活動



### みどり・はばたき部門

練馬城址公園の未開園部分についてアイデアを出し合うワークショップ



〈対象となる活動など〉

部門名	対象	主な活動内容	助成上限額	審査方法	応募期間
たまご部門	これからまちづくり活動を始めようとしている3名以上の団体	学習や調査、アイデアの試行、体制づくりなど	10万円	書類審査	2/20(木)~9/30(月) ※事前相談は1/19(金)~9/13(金)
みどり・はばたき部門	まちづくり活動の成果が期待できる3名以上の団体	地域資源を生かした課題解決や空間づくりなど	30万円×助成率 ※助成率は助成を受けた回数によって異なります。	公開審査	2/20(木)~3/15(金) ※事前相談は1/19(金)~3/1(金)

## 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)の講演会

▶**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・支援者 ▶**日時:**1月20日(土)午後2時~4時30分 ▶**場所:**春日町青少年館 ▶**講師:**認定NPO法人文化学習協同ネットワーク/高橋薫 ▶**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)

### 男女共同参画推進懇談会の委員を募集

男女共同参画や女性活躍推進に関する区の施策を検討する会議です。区民や学識経験者などで構成され、

年4回程度、主に平日夜間に開催します。 ※謝礼あり。 ※保育あり(6カ月以上の未就学児対象)。 ▶**対象:**今年4月1日現在、一年以上区内に在住・在勤(在学)の方 ※過去に3期以上務めた方を除く。 ▶**任期:**4月から2年間 ▶**募集人数:**8名程度(選考) ▶**申込:**区ホームページや人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)にある募集要領をご覧くださいの上、2月13日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

## 事業者向け

### 有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

### ●男女共同参画情報紙「MOVE(ムーブ)」

▶**掲載位置:**裏表紙 ▶**広告サイズ(縦mm×横mm):**55×90 ▶**料金:**1万8000円 ▶**刷色:**4色カラー ▶**発行月:**

4月 ▶**発行部数:**2万2000部 ▶**配布先:**区立保育園・幼稚園、学童クラブを利用している保護者、区立施設、区内・周辺の各駅など ▶**申込期限:**1月25日(木) ▶**問合せ:**人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

### ●消費者だより「ぶりずむ」

▶**掲載位置:**裏表紙 ▶**広告サイズ(縦mm×横mm):**55×185 ▶**料金:**3万円 ▶**刷色:**2色(色指定不可) ▶**発行月:**3月上旬 ▶**発行部数:**2万部 ▶**配布先:**町会・自治会、商店会、区立保育園・幼稚園、区立施設など ▶**申込期限:**1月31日(水) ▶**問合せ:**消費生活係 ☎5910-3089

### ●図書館だより

▶**掲載位置:**裏表紙 ▶**広告サイズ(縦mm×横mm):**55×90...1万5000円②55×180...3万円 ▶**刷色:**4色カラー ▶**発行月:**3月中旬 ▶**発行部数:**8,000部 ▶**配布先:**図書館、区立小中学校・幼稚園・保育園、区立施設など ▶**申込期限:**1月31日(水) ▶**問合せ:**光が丘図書館 ☎5383-6500

支援センターにある募集案内をご覧の上、1月22日(必着)までに同所 ☎6385-9911

## 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
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満の方	1/31(水)

## 税

### 償却資産の申告期限は1月31日(水)

償却資産(事業用の構築物・機械・器具・備品)を所有している方は、1月1日現在の資産を申告してください。エルタックスホームページからも申告できます。詳しくは、お問い合わせください。 ▶**問合せ:**練馬都税事務所 ☎3993-2261

## 国民年金

### 20歳になった方へ国民年金加入のお知らせを送付

日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」が、20歳の誕生日からおおむね2週間で届きます。保険料の支払いが困難な方や学生には、免除などの制度があります。 ※厚生年金に加入している方を除く。 ▶**問合せ:**練馬年金事務所 ☎3904-5491

### 前払いすると保険料が割り引かれます

前払いには、6カ月、1年、2年などがあり、納付書や口座振替、クレジットカードで納付できます。詳しくは、お問い合わせください。 ▶**問合せ:**練馬年金事務所 ☎3904-5491

## 平成つつじ公園のトイレのデザインとアイデアを募集します

**対象**  
区内在住・在学の  
小中学生

応募者全員に  
記念品を  
プレゼント!

テーマ:花とみどりにつつまれたトイレ

公園の全面リニューアルに伴い、新しくなるトイレのデザインとアイデアを募集します。

▶**申込:**区ホームページをご覧くださいの上、3月15日(金)までに公園係 ☎5984-1365



▶**交通:**練馬駅下車中央北口徒歩1分

## 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年間(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26万1634円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。 ▶**申込:**区ホームページや学校教育

# 税の申告はお早めに

問合せ

練馬東税務署 ☎6371-2332  
練馬西税務署 ☎3867-9711

## 確定申告書はスマートフォンで作成・提出できます

国税庁ホームページの確定申告書等作成コーナーでは、スマホやパソコンで確定申告書を作成できます。さらに、マイナンバーカードや税務署で発行するID・パスワードがあれば、スマホやパソコンで提出もできます。

### NEW

### マイナンバーカードで もっと便利に!

マイナポータルと連携すると、給与所得の源泉徴収票や医療費、ふるさと納税などの内容を自動入力できます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。



## 令和5年分の法定調書の提出は1/31(水)まで

「給与所得の源泉徴収票等の法定調書合計表」と「法定調書」は、管轄の税務署へ提出してください。e-Taxの利用が便利です。



## 税理士による無料申告相談会を開催 ~整理券が必要です

小規模納税者の所得税(復興特別所得税を含む)と消費税、年金受給者と給与所得者の所得税の申告が対象です。土地、建物、株式などの譲渡所得と退職所得は除きます。

### 〈整理券の入手方法〉 ※整理券がなくなり次第、受け付けを終了します。

#### ①インターネット・電話で事前に申し込み

※電話予約は平日午前9時~午後4時。

**練馬西税務署管轄区域**

☎6745-6329

**練馬東税務署管轄区域**

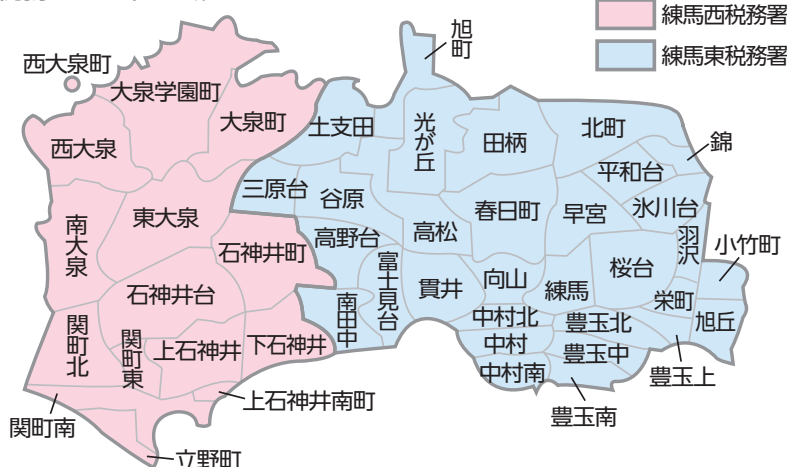
☎6745-6327

#### ②当日会場で申し込み

管轄	日程(土・日曜を除く)	受付時間	場所
練馬東税務署	1/25(木)~2/6(火)	9:30~16:00	光が丘区民センター2階
	1/22(月)、2/13(火)・14(水)		ココネリ3階
練馬西税務署	1/30(火)~2/2(金)	9:30~11:30	関区民センター
	2/6(火)~9(金)	13:00~15:30	石神井庁舎5階

※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。  
※申告書の提出のみの場合は、管轄の税務署へ直接または郵送で提出してください。

### 税務署の管轄区域



## 国民健康保険

### 医療費のお知らせを 1月31日(水)に発送

国民健康保険に加入中で、令和5年1月～11月に医療機関を受診した方へ発送します。 ※75歳になった方や社会保険に加入した方などは送付されない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ:**こくほ給付係 ☎5984-4553

## ボランティア

### 心のふれあい相談員【登録制】

申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**期間:**4月から1年以内▶**日時:**原則として平日午前8時～午後5時の間の5時間程度(週2・3日)▶**場所:**区立小中学校・小中一貫教育校▶**内容:**児童・生徒の悩み相談など▶**謝礼:**1時間当たり1,300円 ※交通費は支給しません。▶**申込期限:**1月31日(水)▶**問合せ:**学校教育支援センター ☎6385-9911

### 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けます。▶**対象:**20歳以上で、月1回の定例会に参加できる方▶**日時:**2月19日(月)～21日(水)・29日(木)、3月1日(金)午前9時30分～午後4時30分【5日制】▶**場所:**男女共同参画センターえーる▶**定員:**30名(選考)▶**費用:**2,000円▶**申込:**1月31日(水)までに電話で練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100

## 福祉・障害のある方

### 区内障害福祉サービス事業所(通所)の利用説明会

▶**対象:**障害があり通所を希望する

方、特別支援学校高等部を来年3月に卒業見込みの方など▶**日時:**2月16日(金)午後1時15分～3時30分▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**説明を行う施設:**就労移行支援事業所、就労継続支援事業所、生活介護事業所など▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**地域生活支援係 ☎5984-1043 FAX 5984-1215

### 障害者青年学級生を募集

申し込み後、面談を行います。▶**対象:**次の①～⑥の全てに当てはまる方 ①区内在住で下表の障害があり、障害者手帳を持っている②15～39歳(在学中の方を除く)③看護師などによる医療管理や介護を必要としない④着替え・食事・排せつの介助を必要としない(あすなろ青年学級は応相談)⑤集団活動に適應できる⑥自分で施設まで通える▶**募集人数:**各若干名(面談)▶**費用:**年1,850円 ※教材費など実費。▶**申込:**電話またはファクス、電子メールで①希望学級(A～D)の別も②氏名③年齢④電話番号⑤希望面談日(第2希望まで)を、1月23日(火)までに春日町青少年館 ☎3998-5341 FAX 3998-5394 Eメール youth1@city.nerima.tokyo.jp

学級・対象	場所	日時	主な活動内容
A あすなろ青年学級(肢体不自由な方)	光が丘区民センター2階	主に第1日曜 13:00～16:00	絵画、陶芸
B ひまわり青年学級(重度の知的障害のある方)	春日町青少年館	主に第2日曜 10:30～15:00	ハイキング、音楽、スポーツ
C ともしび青年学級(中度の知的障害のある方)		主に第3日曜 10:00～14:30	クラブ活動、スポーツ、音楽
D 日曜青年学級(軽度の知的障害のある方)		主に第4日曜 10:00～14:30	クラブ活動、スポーツ

〈面談日時〉

▶**日時:**1月28日(日)・29日(月)、2月3日(土)・4日(日)午前9時～午後5時の間の30分程度

### バリアフリー映画会(音声ガイド・日本語字幕付き)

▶**申込:**電話またはファクスで①作品名②氏名(ふりがな)③電話番号を、各申込先へ

上映作品	日時・定員(先着順)	場所(図書館)・申込先
新・男はつらいよ(1970年・日本)	2/3(土) 14:00～16:00 (25名)	大泉 ☎3921-0991 FAX 3921-0993
夜霧よ今夜も有難う(1967年・日本)	2/4(日) 13:30～16:00 (14名)	南田中 ☎5393-2411 FAX 5393-2413
大河への道(2022年・日本)	2/11(祝) 14:00～16:20 (30名)	貫井 ☎3577-1831 FAX 3577-1834
最強のふたり(2012年・フランス)	2/12(休) 14:00～16:20 (25名)	石神井 ☎3995-2230 FAX 3995-2624
東京家族(2013年・日本)	2/17(土) 14:00～16:30 (20名)	関町 ☎3929-5391 FAX 3929-5394

## 環境・リサイクル

### 積雪時は資源・ごみの収集を中止する場合があります

積雪や路面の凍結により、資源・ごみの収集時間が通常と異なることや、収集を中止することがあります。中止する場合は、区ホームページや「資源・ごみ分別アプリ」などでお知らせします。▶**問合せ:**可燃・不燃ごみ、容器包装プラスチック、古紙…清掃事務所【〒176・179の方…練馬 ☎3992-7141、〒177・178の方…石神井 ☎3928-1353】、びん・缶・ペットボトル…リサイクル推進係 ☎5984-1097

### お休みします

〈稲荷山図書館 ☎3921-4641〉…1月15日(月)～19日(金)【館内整理のため】  
〈春日町図書館 ☎5241-1311〉…1月29日(月)～2月2日(金)【館内整理のため】

## 高齢者①

### ワンコインで作るランチ ～フレイル予防は食卓から

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**日時:**1月29日(月)午後2時～3時30分、

31日(水)午前9時30分～11時30分【2日制】▶**場所:**はつらつセンター豊玉▶**内容:**講義、調理実習▶**講師:**管理栄養士▶**定員:**16名(抽選)▶**費用:**500円▶**持ち物:**エプロン、三角巾▶**申込:**1月20日(土)までに電話で同所 ☎5912-6401

### お口とカラダの元気を引き出すトレーニング ～ねりまお口すっきり体操講習会

▶**対象:**65歳以上の方▶**日時:**1月31日(水)午前10時～正午▶**場所:**石神井保健相談所▶**講師:**健康運動指導士/原真奈美▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3996-0634

### 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の方は一部の測定ができません。▶**申し込み:**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(金曜を除く午前11時～午後7時)

場所	日程
桜台地域集会所	1/17(水)
光が丘区民センター3階	1/24(水)
南大泉青少年館	1/26(金)

※時間はいずれも9:30～11:00。

### 健康長寿はつらつ教室

▶**対象:**区内在住の65歳以上の方▶**定員:**各15名(初めての方を優先の上、抽選)▶**費用:**500円▶**申込:**1月19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

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)	
▶ <b>日時:</b> 2/16～3/29の毎金曜10:00～11:30【2/23を除く。6日制】▶ <b>場所:</b> ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)	
▶ <b>日時:</b> 2/19～3/25の毎月曜10:00～11:30【6日制】▶ <b>場所:</b> ルネサンス光が丘(高松5-8)	

## 手話講習会

# 手話を学びませんか

申込先・問合せ

〒176-0021 貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 FAX 3970-5676

▶**日時:**4月16日～来年3月4日の火曜または水曜  
1 午前9時45分～11時45分 2 午後6時45分～8時45分【祝日などを除く。42日制】 ※他の自治体の登録通訳者は受講できません。 ※教材費実費。

## 中途失聴者・難聴者、初級～上級クラス

▶**対象:**区内在住・在勤(在学)の15歳以上の方(中学生を除く)▶**申込:**区ホームページまたは往復ハガキで①講習会名(112とA～D)の別も②住所(区外の方は勤務先(学校名)・所在地も)③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥応募動機⑦手話の学習歴を、申込期限までに中村橋福祉ケアセンターへ

クラス	曜日	場所	定員	費用	申込期限(必着)
A 中途失聴者・難聴者	水曜	光が丘区民センター7階	各15名(抽選)	無料	2/9
B 初級(初心者のみ)	火曜	光が丘区民センター2階	各40名(抽選)	2,400円(障害者手帳をお持ちの方は無料)	
C 中級	水曜	勤労福祉会館	各若干名(選考)		1/29
D 上級	火曜	光が丘区民センター7階			

※B～D過去に修了した方は申し込みません。

※C2/13(火)に光が丘区民センターD2/6(火)に中村橋区民センターで実技試験を行います(時間はいずれも112)。

## 手話通訳者養成クラス

曜日:火曜

▶**対象:**区内在住・在勤(在学)の19歳以上で、練馬区手話講習会上級クラス修了程度の方 ※過去に2回受講した方は申し込みません。▶**場所:**光が丘区民センター7階など▶**定員:**各15名(選考)▶**費用:**2,400円(障害者手帳をお持ちの方は無料)▶**申込:**区ホームページまたは往復ハガキで①講習会名(112)の別も②住所(区外の方は勤務先(学校名)・所在地も)③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥職業⑦手話の学習場所・年数⑧このクラスの受講経験の有無(有の場合は受講年度も)⑨聴覚障害者に関するボランティアなどの活動経験⑩簡潔な志望動機を、2月9日(必着)までに中村橋福祉ケアセンターへ ※2月18日(日)午前9時50分～午後1時に中村橋区民センターで実技試験を行います。

## 高齢者②



### 令和5年度いきいき健康券の申し込み期限は2月29日(木)

まだ申し込んでない方は、早めに申し込んでください。利用期限は3月31日(日)です。 ※6年度分については、後日区報でお知らせします。  
▶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」または区民事務所(練馬を除く)などにある申込ハガキで、2月29日(消印有効)までに高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722 ※ココネリ4階では配布しません。

## 健康・衛生



### ペット相談

獣医師がしつけや病気などについて無料で相談を受け付けます。 ※ペットの同伴は不可。 ▶日時:1月23日(火)午後1時30分～4時30分 ▶場所:区役所アトリウム ▶申込:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111 (代表)もできます。 ▶問合せ:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

### 今がチャンス!今日からできる糖尿病予防～体を知る、運動、食生活、口腔ケア

▶日時:1月23日(火)、2月1日(木)午後2時～4時【2日制】 ▶場所:光が丘区民センター3階 ▶内容:運動実技、講義

▶講師:健康運動指導士/黒田恵美子  
▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722

### 中性脂肪・コレステロールが気になりはじめたら!～予防に役立つ食事と生活

▶日時:2月6日(火)午後2時～3時30分  
▶場所:石神井保健相談所 ▶内容:講義 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3996-0634

### 更年期以降も女性ホルモンと上手に付き合いイキイキと!～生涯、心も身体も健やかに過ごすために

▶日時:2月28日(水)午後2時～4時 ▶場所:勤労福祉会館 ▶内容:講義 ▶講師:よしの女性診療所院長/吉野一枝 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話で大泉保健相談所 ☎3921-0217

## 子ども・教育



### ネリビラボ

～好きな材料で自由に造る/描く! 実験室

▶対象:小中学生 ▶日時:2月18日(日)、3月17日(日)・31日(日)午前10時30分～午後4時の間の都合の良い日時 ▶場所:練馬区立美術館 ▶定員:15名(抽選) ▶費用:1,500円 ▶申込:同ホームページまたは往復ハガキで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④年齢・学年⑤電話番号を、1月26日(必着)までに ☎176-0021 貫井1-36-16 練馬区立美術館 ☎3577-1821

## 2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	7(水) 9:00～10:20	50名
北 ☎3931-1347	9(金) 9:00～10:00	35名
光が丘 ☎5997-7722	21(水) 9:00～10:15	40名
石神井 ☎3996-0634	2(金) 9:00～10:00	50名
大泉 ☎3921-0217	5(月) 9:00～10:00	25名
関 ☎3929-5381	26(月) 13:00～15:00	30名

## 2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	16(金)①10:00②11:00 19(月)①13:00②14:00	36組
北 ☎3931-1347	27(水)①9:30 ②10:30	32組
光が丘 ☎5997-7722	26(月)①13:30②14:30	32組
石神井 ☎3996-0634	7(水)①9:30 ②10:30 22(水)①9:30 ②10:30	36組
大泉 ☎3921-0217	20(水)①9:30 ②10:30	24組
関 ☎3929-5381	16(金)①9:45 ②10:50	24組

## 子ども体操教室

▶対象:運動が苦手な区内在住の小学1～3年生 ▶日時:2月4日～3月10日の毎日曜午前10時～11時30分【6日制】 ▶場所:南大泉青少年館 ▶内容:鉄棒、跳び箱、マット運動など ▶定員:20名(初めての方を優先の上、抽選) ▶費用:300円 ▶申込:1月21日(日)までに区ホームページ ▶問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341

## 2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	27(水) 13:15～15:40	24組
北 ☎3931-1347	5(月) ①13:30～14:45 ②15:15～16:30	各10組
光が丘 ☎5997-7722	3(土) ①9:00～12:00 ②13:00～17:00	各30組
石神井 ☎3996-0634	10(土) ①9:00～12:00 ②13:15～16:15	各30組
大泉 ☎3921-0217	13(水) 13:30～16:00	20組
関 ☎3929-5381	17(土) ①9:00～10:30 ②10:30～12:00	各10組

※時間はいずれも1時間30分程度。

## 2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	22(水) 13:00～15:00	32名
北 ☎3931-1347	16(金) 9:00～11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	13(水) 9:00～11:00	24名
石神井 ☎3996-0634	9(金) 9:00～11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	16(金) 9:00～11:00	24名
関 ☎3929-5381	26(月) 9:00～11:00	24名

## 絵本とあそぶ会「テーマ:冬をたのしむ」

▶対象:幼児～小学生と保護者 ▶日時:2月11日(水)午後2時～2時45分 ▶場所:石神井公園ふるさと文化館 ▶定員:50名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3996-4060

# 見て、聴いて、体験! オンライン健康セミナーに参加しませんか

「無理なく」「楽しく」「継続して」取り組める健康づくりのヒントを紹介します。 ▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624



### ● オンライン健康セミナー

▶定員:各100名(先着順)  
▶申込:申込期限までに区ホームページ



セミナー名	日時	講師	申込期限
1日0分の尿漏れ対策!習慣にしよう! 骨盤底筋トレーニング	1/31(水) 14:00～15:00	健康運動指導士/黒田恵美子	1/28(日)
便潜血は「痔」だと思いませんか?～大腸がんの危険信号を知ろう!	2/3(土) 10:00～11:00	医師/吉田卓義	1/31(水)
いびきと生活習慣病と夜間頻尿の深い関係～睡眠時無呼吸症候群	2/15(木) 14:00～15:00	医師/塩見美帆	2/8(木)

### ● 動画配信



YouTube「ねりま健康ちゃんねる」で健康づくりに役立つ動画をご覧になれます。歯の健康や糖尿病などについての動画を順次配信します。



## 1/21(日)

### 講演会

# 「らんまん」の脚本家 長田育恵さん 牧野富太郎を語る

### ① 牧野記念庭園 ② オンラインで開催

練馬区名誉区民の植物学者・牧野富太郎博士をモデルとしたNHK連続テレビ小説「らんまん」の脚本を書いた長田育恵さん(=写真)に、博士の魅力などを伺います。  
▶日時:1月21日(日)午後2時～3時30分  
▶定員:①20名(抽選)②500名(先着順)  
▶問合せ:同庭園 ☎6904-6403



申し込み方法など詳しくは、牧野記念庭園ホームページをご覧ください。



### 講座・催し



#### 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

場所	日時
大泉図書館	1/11(木)・25(木) 11:00~13:30
ココネリ2階	1/15(月)~19(金) 11:00~14:00
光が丘IMA	1/24(水) 11:00~14:00

#### 勤労福祉会館の催し

▶申込:1月12日(木)2月14日(水)3月15日(木)までに電話で同館☎3923-5511

#### 1春闘期の情勢講座「労働者のストライキについて」

▶日時:2月14日(水)・21日(水)・26日(月)午後6時30分~9時▶講師:ジャーナリスト/東海林智▶定員:各60名(先着順)

#### 2ポッチャ体験会

▶日時:2月16日(金)午後1時30分~3時30分▶講師:練馬ポッチャクラブ代表/稲木祐二▶定員:30名(先着順)

#### 3健康生きがい講座「カギは糖質オフ食生活」

▶日時:2月17日(土)午後2時~4時▶講師:認知症予防支援相談士/金宮正植▶定員:30名(先着順)▶費用:200円

#### コミュニケーション講座「その会議、満足?~みんなで決める話し合いの方法」

講義とグループワークを通じて、会議でのマナーや進行方法を学びます。▶日時:2月15日(木)・22日(木)午後7時~8時30分【2日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:プロセスクリエイティブ代表/杉村郁雄▶定員:30名(先着順)▶申込:電話または

はファクス、電子メールで①講座名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、1月31日(水)までにお知らせください。

#### 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20日(土)午後2時~3時30分(午後1時30分開場)▶場所:生涯学習センター▶講師:NHK解説委員室特別主幹/山下毅▶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

#### 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

地域活動に役立つ知識とスキルを学びます。カリキュラムの一部を公開します。▶日時:1月23日(火)午前9時30分~11時40分▶講師:NPO法人OVA/江田暁子▶申込:1月17日(水)までにつながるカレッジねりまポータルサイトまたは電話でカレッジ担当係☎5984-1613

#### 講座「生きづらさを抱えた人への支援」

不登校や引きこもり状態で孤立し、社会とのつながりを失っている若者たちに対する支援について学びます。▶日時:1月29日(月)午後2時30分~4時30分▶場所:練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶定員:30名(先着順)▶申込:同ホームページまたは電話、ファクスで①講座名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、1月26日(金)までに同所☎6758-0145 FAX 5383-7421

#### 地域パトロール団体の活動紹介パネル展

▶日時:1月25日(水)~31日(水)午前8時45分~午後8時(31日は午後3時まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:安全安心係☎5984-1027

#### 大切な人に贈るバレンタインブーケ作り

▶日時:2月4日(日)①午前10時~11時30分②午後2時~3時30分▶場所:四季の香ローズガーデン▶講師:第一園芸(株)/中川桃▶定員:各21名(抽選)▶費用:6,000円▶申込:同ホームページまたは往復ハガキで①催し名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1月25日(必着)までに〒179-0072光が丘5-2-6 四季の香ローズガーデン☎6904-2061

### スポーツ



#### 都民体育大会練馬区選考会 軟式野球

▶対象:区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方で構成された年間登録可能チーム ※小中学生、体育・スポーツ団体に登録している高校生・高等専門学校生・大学生は参加できません。▶日程:4月7日(日)から▶場所:東台野球場など▶内容:トーナメント方式▶申込:チーム全員の参加資格を証明できるものを用意して、申込書を受け取りに2月4日(日)午後1時~3時に石神井公園区民交流センターへ ※申込書は、2月18日(日)

午前10時~午後3時に提出。▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

#### 区民体育大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947 ※実施要項は、区ホームページや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)などでご覧になります。

#### ●キャッチバレーボール(小学生の部)

▶対象:小学生15名以内と成人の監督(責任者)1名で構成されたチーム ※1団体から複数チームの参加も可。▶日時:①3月3日(日)②10日(日)午前9時から▶場所:①光が丘体育館②総合体育館▶申込:実施要項をご覧の上、2月2日(金)までに練馬区キャッチバレーボール協会へ

#### ●合気道演武会

▶日時:3月10日(日)午前9時から▶場所:桜台体育館▶内容:演武形式(個人・団体)▶費用:500円▶申込:実施要項をご覧の上、2月11日(水)までに練馬区合気道連盟事務局・石原へ

#### 初心者スポーツ教室 タグラグビー

▶対象:小学1~4年生▶日時:2月3日(土)午前9時~午後3時、4日(日)午前9時~正午【2日制】▶場所:練馬総合運動場公園▶定員:40名(抽選)▶費用:76円▶申込:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日・学年⑤性別⑥電話番号を、1月22日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

## 練馬産のイチゴ狩り&オリジナルパフェ作り体験ツアー



イチゴ狩りや摘み取ったイチゴを使ったパフェ作りのほか、春日町・高松周辺の散策を楽しめます。

▶日時・場所:①2月16日(金)②17日(土)午後1時都営大江戸線練馬春日町駅集合~タオルのお店 フルーツ~農産物直売所~午後3時30分みやもとファーム解散(約1km)▶定員:各15名(抽選)▶費用:2,000円 ※摘み取り代200g分を含む。▶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(①②の別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、1月19日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光センター☎4586-1199 ※結果は1月下旬に通知します。 ※パフェ作りの材料は仕入れ状況により変わる場合があります。



※写真は全てイメージです。

新しいことにチャレンジする人を応援

## 縁ジョイ倶楽部

2/3(土)

### 講演会

## 「人生を豊かにするための 趣味のを見つけ方 発見×体験」



## 縁ジョイ倶楽部オープンキャンパス

元フジテレビアナウンサーの須田哲夫さん(=写真)から趣味のを見つけ方やその大切さについてお話を伺います。その後、フラダンスや篆刻などの団体の活動を見学できます。4団体見学した方へねり丸グッズをプレゼントします。▶対象:18歳以上の方▶日時:2月3日(土)午後2時~3時30分(講演会)、午後3時30分~4時30分(オープンキャンパス)▶場所:生涯学習センター▶定員:300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④電話番号を、同所☎3991-1667 [Eメール] s-center@city.nerima.tokyo.jp



### 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18:00~21:30②土曜18:00~21:30、日曜・祝休日10:00~11:30、13:00~16:30、18:00~21:30③日曜・祝休日10:00~11:30、13:00~16:30

# お店の技術を楽しく学べる 「まちゼミねりま」に 参加しよう!



1/19(金)~2/22(木)  
申し込みは1月11日(木)から

商店街の店主が講師となり、専門知識を伝授します。新たな出会いと発見をお楽しみください。▶申込:練馬区商店街連合会ホームページや区立施設、商店街で配布するチラシをご覧くださいの上、直接各店舗へ  
▶区の担当:商工係▶問合せ:練馬区商店街連合会 ☎3991-2241 (平日午前9時~午後5時)



## 個性豊かな全64講座!



プロに学ぶ!  
上手な眉の描き方



楽しく織ろう!  
ランチョンマット



ミラーレス一眼カメラ  
撮影体験会



素敵なお店を知ることができた!

プロの知識や技術を  
得られて勉強になった!



お店の人や受講者とも仲良くなれた!



東京商店街グランプリで  
優秀賞を受賞しました!

都が表彰する東京商店街グランプリで、練馬区商店街連合会に加盟する「ニュー北町商店街振興組合(下練馬宿まつり(徳川御殿・鷹狩りショー))」と「東大泉商栄会(第1回ゆめーてる商店街でいっぴぐらんぷり)」が、優秀賞を受賞しました。▶問合せ:商工係 ☎5984-2675

### 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

- ◆ほんちょう通りの鏡開き▶日時:1月13日(土)午後4時から▶場所:富士見台本町通り商店街▶内容:おしるこまたはどら焼きの提供 ※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・川口 ☎6784-2461
- ◆メンタルヘルス公開講座「私たちの健康と睡眠」▶日時:1月13日(土)午後2時~4時▶場所:ステーションコンファレンス池袋(豊島区西池袋1-11-1)▶定員:150名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:慈雲堂病院 ☎3928-6511
- ◆保護猫の譲渡会▶日時:1月14日(日)午後1時~5時▶場所:リヴィンオズ大泉店3階▶内容:保護された猫の里親を募集 ※譲渡の条件あり。当日の引き渡しは不可。▶申込:当日会場へ▶問合せ:NPO法人ねこけん ☎070-6971-0281
- ◆高齢者水泳無料体験会▶対象:60歳以上の方▶日時:①1月17日(水)②24日(水)③31日(水)午後1時~3時▶場所:大泉学園町体育館▶定員:各10名(先着順)▶申込:電話でシルバースイミングクラブ大泉・石黒 ☎090-9157-8044 (午後1時~4時)
- ◆伝統文化日本舞踊子ども教室発表会▶日時:1月21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
- ◆区民健康医学講座「あなたのもうひとりの主治医「病理医」~顕微鏡でみるがん細胞の顔つき」▶日時:1月27日(土)午後2時~3時▶場所:順天堂練馬病院▶講師:順天堂練馬病院病理診断科医師/小倉加奈子▶定員:30名(先着順)▶申込:同病院ホームページ▶問合せ:同病院 ☎5923-3111 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同病院ホームページをご覧ください。
- ◆さくらスポーツフェスタ冬▶対象:3歳児以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶場所:桜台体育館▶定員:各60名(先着順)▶問合せ:SSC

- 桜台・南波 ☎090-1408-9900 [Eメール] sakuradai.staff3@gmail.com
- ◆Aフェンシング⑧おもしろスポーツ▶日時:1月28日(日)午前10時~正午⑨午前10時~正午・午後1時~3時▶費用:100円▶申込:当日会場へ
- ◆ポッチャ大会▶日時:1月28日(日)午後1時~4時▶費用:1人300円▶申込:電話または電子メールで①大会名②氏名③年齢④電話番号を、1月21日(日)までにSSC桜台・南波へ
- ◆第22回バドミントン親睦交流大会▶対象:16歳以上の初級者~中級者▶日時:2月11日(日)午前9時~午後5時▶場所:平和台体育館▶定員:60名(先着順)▶費用:1,000円▶申込:電子メールで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦初級・中級の別を、1月31日(木)までにSSC平和台 ☎5921-7800 [Eメール] ssc-heiwadai@gmail.com
- ◆少年少女サッカー教室~元日本代表のJリーガーによる指導▶対象:小学生 ※保護者の参加も可。▶日時:2月11日(日)午前9時30分~正午▶場所:立野小▶講師:元鹿島アントラーズ/大野俊三ほか▶定員:70名(先着順)▶費用:500円(保護者は300円)▶申込:ハガキまたは電子メールで①教室名②郵便番号③住所④氏名⑤学校名・学年⑥性別⑦電話番号を、1月31日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井 ☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午前10時~午後3時) [Eメール] ssc-kamisayakuji@nerimassc.gr.jp
- ◆ねりまさんさん将棋団体交流戦▶対象:高校生以下で構成された3人1組のチーム(3人の認定棋力が⑨級以下⑩5級以下⑪初段以下⑫制限なし)▶日時:2月12日(土)⑨午前9時30分から⑩午後0時30分から▶場所:生涯学習センター分館▶定員:各14チーム(先着順)▶費用:1チーム6,000円▶申込:ファクスまたは電子メールで①チーム名(A~Dの別も)②参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)③代表者の電話番号を、日本将棋連盟翔風館支部・鈴木 ☎ FAX 3934-1107 [Eメール] tls\_syofuukan\_rob@hotmail.com
- ◆志村学園(就業技術科) 学科説明会▶日時:②2月15日(土)②2日(木)

- ②29日(木)午前10時から▶内容:説明会、校内見学など▶申込:志村学園ホームページまたは電話、ファクスで①説明会(A~Dの別も)②氏名③学校名・学年④電話番号⑤参加人数を、同学園(板橋区西台1-41-10) ☎3931-2323 FAX 3931-3366
- ◆練馬東法人会・お笑いコンビバックマックン講演会▶日時:2月19日(月)午後5時~6時30分▶場所:ホテルカデンツァ東京▶定員:100名(先着順)▶申込:ハガキまたはファクス、電子メールで①講演会名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名・電話番号を、2月1日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-23-10 練馬東法人会 ☎3994-7272 FAX 3948-9205 [Eメール] houjinkai@nerima.or.jp
- ◆ポッチャ(A大会⑧指導者講習会)▶対象:③3歳児以上 ※未就学児は保護者同伴。④18歳以上の方▶日時:2月24日(土)午前9時30分~午後4時30分▶場所:光が丘体育館▶講師:日本ポッチャ協会公認審判員/増田健一▶定員:①70名②30名(先着順)▶費用:①300円(中学生以下無料)②1,000円▶申込:電話でSSC光が丘・青柳 ☎090-6509-0989
- ◆石神井特別支援学校 学校見学会▶日時:2月27日(火)午前10時15分から▶内容:授業見学など▶申込:石神井特別支援学校ホームページ▶問合せ:同学校 ☎3929-0012

#### 朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街▶日時:1月12日(金)午前9時~午後5時▶問合せ:栗原 ☎3998-3800

#### 地区祭

◆第一地区祭▶日時:1月14日(日)午前10時~正午(雨天決行)▶場所:豊玉第二小▶内容:豚汁や甘酒の提供、昔遊び、子ども向けゲームなど▶問合せ:実行委員会・齋藤 ☎5984-5809

#### 学校体育館でスポーツを

◆豊漁小 卓球教室▶対象:16歳以上の方▶日時:1月23日(火)・30日(火)、2月6日(火)・13日(火)午後7時~8時30分▶持ち物:上履き、ラケット(ある方のみ)▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

#### 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
- ◆科学工作「じしゃくで遊ぼう」▶対象:小学3~6年生と保護者▶日時:1月21日(日)午前10時~正午▶場所:サンライフ練馬▶定員:20名(先着順)▶費用:1人300円▶申込:電話でNPO法人子どもの夢と思い出作り舎・山本 ☎6760-3378(午後7時~9時)
- ◆すまいるねりま遊遊スクール
- ◆声優・俳優による名作児童文学朗読劇▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:2月24日(土)午前10時30分~11時30分▶場所:関区民センター▶定員:120名(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話でHexaBeat・宮下 ☎090-4421-4761(午前10時~午後6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。

- ◆和田堀公園(石神井町1-1-11)▶日時:1月21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(ものもの) ☎3997-4333(先着30店。問い合わせは午後6時~8時)
- ◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:1月28日(日)・2月4日(日)午前8時~午後1時(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(先着各50店)

#### 介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597

- ◆グループホームを見学しよう!▶日時:1月21日(日)⑨午前10時30分~11時30分⑩午後2時~3時▶場所:グループホームまささんの家(大泉学園町2-20-22)▶内容:講義、見学▶定員:各10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5933-3317
- ◆介護食の工夫と嚥下(えんげ)機能▶日時:1月21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)▶内容:講義、実技、相談▶定員:14名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5372-2782
- ◆福祉用具の使い方~車いすの基本的な操作を学びましょう▶日時:1月21日(日)午前10時30分~11時30分⑨午後1時30分~2時30分▶場所:大泉学園デイサービスセンター▶内容:講義、実習▶定員:各10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5933-0742
- ◆ボードゲームで介護や認知症を調べてみましょう▶日時:1月21日(日)午後2時~4時▶場所:都営練馬関町北三丁目第3アパート集会所▶内容:講義、相談▶定員:10名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:ミニケアホームきみさんち ☎3929-2208
- ◆美しく歩き続けるための健康講座▶日時:1月23日(火)午前10時30分~11時30分▶場所:NPO法人むすび(光が丘3-9-3-206)▶内容:講義、実技▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎6904-3275
- ◆測ってみよう!私の血圧▶日時:1月23日(火)午後1時30分~2時30分▶場所:豊玉デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3993-1341
- ◆大切なあの人のために応急救護を学びませんか▶日時:2月3日(土)午後2時~3時30分▶場所:介護老人保健施設ミレニアム桜台▶内容:講義、実技、相談▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5946-5508
- ◆ニッポンで考えよう 認知症にやさしいまちづくり▶日時:2月10日(土)午後2時~4時▶場所・問合せ:ケアサービス伊東(平和台4-23-22) ☎3934-1282▶内容:講義、実技▶定員:20名(先着順)▶申込:当日会場へ
- ◆特別養護老人ホームの食事について学ぼう▶日時:2月11日(日)午後2時~3時30分▶場所:上石神井特別養護老人ホーム▶内容:講義、試食▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5903-3051

#### 献血にご協力を

◆区役所アトリウム地下多目的会議室▶日時:1月22日(月)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



ベルデ(少年自然の家)

# 春休み期間(3/26㊟～4/6㊟)の抽選申し込みを開始

軽井沢(長野県軽井沢町)・武石(上田市)、岩井(千葉県南房総市)にある宿泊施設です。春休み期間の利用は、団体と一般に分けて受け付けます。利用は1グループ1回のみで3泊までです。 ※2通以上の申し込みは無効です。 ※軽井沢・武石はスキー用具(板・ブーツ・ストック)の貸し出しあり(1日1,000円。中学生以下は無料)。 ※軽井沢・武石のグラウンドとテニスコートは閉鎖中です。



ベルデ武石

問合せ

**団体利用**…少年自然の家係 ☎5984-2441  
**一般利用**…ベルデ【軽井沢 ☎0267-46-4141、武石本館 ☎0268-86-2526、武石新館 ☎0268-86-2525、岩井 ☎0470-57-4141】

**☎ 団体利用 1/18(木)までに電話で**

- 【対象】** 10名以上で利用する区内の少年団体や生涯学習団体など  
 ※親睦のみを目的とする場合は一般利用となります。
- 【申込】** 1月18日(木)までに電話で少年自然の家係に連絡の上、必要書類を1月23日(火)までに提出してください
- 【抽選・予約会】**  
 1月23日(火)午前10時から区役所本庁舎19階で行います。代表者は必ず参加してください

**📧 一般利用 1/24(必着)までにインターネットや往復ハガキで**

- 【対象】** 区内在住・在勤(在学)の方など  
 ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは、申し込みができません。
- 【申込】** 右の申込書を往復ハガキの往信の裏面に貼って、1月24日(必着)までに〒176-8501区役所内少年自然の家係へ
- 【結果】** 2月1日(木)に発送予定 ※当選者は2月14日(木)までに予約手続きをしてください。



ベルデ宿泊予約サイトはこちら▶



抽選後の空き室予約方法

- インターネットまたは電話で各ベルデへ
- 区内在住・在勤(在学)の方…2月21日(水)から
- 区内在住・在勤(在学)でない方…2月22日(木)から

ベルデ春休み一般利用抽選申込書(3/26㊟～4/6㊟)

①希望施設と日程(3泊まで)を第3希望まで(和室、洋室の指定はできません)	②希望する部屋数(下表参照)
第1希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	..... 人定員部屋を 部屋数..... 室
第2希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	..... 人定員部屋を 部屋数..... 室
第3希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	..... 人定員部屋を 部屋数..... 室
③利用者数 大人.....人・中学生.....人・小学生.....人 幼児(布団あり.....人・布団なし.....人) (うち車いす利用者.....人)	
④代表者 〒..... 住所 練馬区..... 区外在住で区内在勤(在学)の方は勤務先(学校名) ふりがな 氏名..... ☎..... 利用日まで連絡の取れる電話番号を記入してください	
⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、付帯設備名、利用日時を○で囲み、どちらかの□にチェックを入れてください。 【付帯設備名】 体育館・研修室・グラウンド・テニスコート 【利用日時】 初日午後/2日目午前・午後/3日目午前・午後/4日目午前 <input type="checkbox"/> 付帯設備が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 付帯設備が利用できなくても、宿泊を希望する	

部屋の種類と個室利用料金 ※別途、基本料金などが掛かります。

施設名	定員3名 (3,000円/室)	定員4名 (4,000円/室)	定員8名 (無料/室)
軽井沢	8室	11室	24室
武石本館	6室	-	18室
武石新館	1室(※1)	14室	-
岩井	4室(※2)	6室	16室(※2)

※1 車いす対応の部屋です。 ※2 団体のみ利用できます。

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。

■俳句 石神井句会 初心者～中級者対象 第1月曜午後1時～4時 石神井公園区民交流センターなど 講師「秋」同人/阿部周二ほか 月会費1,000円 小山 ☎ FAX 6761-3446 (要予約)

■体操 菊の会 中高年齢者対象 月3回水曜午前10時～11時10分 サラフ練馬など 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 久保 ☎090-8775-1570

■第2回家族でバンザイ・みんなのぶんかさい(コーラス・指笛・児童合唱・詩吟舞踊など) 1月27日午後1時開演 生涯学習センター 入場無料 NPO法人健全会・竹内 ☎090-9647-0710

■フラダンス 大泉カプアエ 18歳以上の女性対象 月3回火曜午前10時15分～11時30分 大泉学園地区区民館 入会金3,000円 年会費600円 月会費4,000円 初回は無料体験可 長内 ☎080-5539-5075 [Eメール] leimamokalehua@gmail.com (要予約)

■俳句 ねりま句会 初心者～中級者対象 第3日曜午後1時～4時 サラフ練馬など 講師「秋」主宰/佐賀賀正美 月会費1,000円 堀 ☎090-7815-4548 (要予約)

■ストレッチ体操 カサブランカ 女性対象 第2・4月曜午前10時～正午 高松地区区民館 月会費1,500円 初回は無料体験可 竹下 ☎090-6924-3448

■源氏物語・百人一首・日本史など紫の会 第1・3金曜午後1時30分～3時30分 光が丘区民センター5階など 講師 国文学者/上原作和 月会費1,500円 永野 ☎3976-8233

■童謡・愛唱歌・ポピュラーソング フラワーソング 月2回①月曜②木曜午後1時45分～3時45分、③月2回火曜午前9時45分～11時45分 ①光が丘区民センター5階②③春日町図書館 ①～③とも入会金1,000円、会費1回1,300円 塩島 ☎ FAX 6670-0284 (要予約)

■講演会「震災・原発避難者はいまPART9 東京電力福島第一原発災害をかたきつぐ～福島の声をあなたへ」 1月27日午後6時30分～8時30分 ココネリ3階 講師 東日本震災原子力災害伝承館語り部/高村美春 参加費500円(高校生以下と避難者は無料) NPO法人福島子ども保養プロジェクト・練馬・伊丹 ☎070-3982-9514 [Eメール] info@hoyounerima.org

■詩吟(漢詩・和歌・俳句・歌謡吟など) 富士吟道会白秀すみれ練馬教室 月3回火曜午後1時～4時30分 ココネリ3階など 月会費3,000円 初めの1カ月は無料体験可 新井 ☎080-1147-7089 [Eメール] h.arai@hb.tp1.jp (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回火曜午前10時～11時30分 石神井庁舎5階など イタリア人講師が指導 月会費4,000円 初回は無料体験可 大沢 ☎090-4413-0778 (要予約)

■女性同士の喋り場 ウィメンズスマイル4 女性対象 第2日曜午後1時30分～3時30分 光が丘地区区民館 会費1回250円程度 初回は無料体験可 声部 ☎090-7170-5782 [Eメール] hirabou\_uodes@docomo.ne.jp (要予約)

■たんぽぽ歌の会(童謡・唱歌・合唱) 毎木曜午前9時45分～11時45分 勤労福祉会館など 講師 久里きなこ 会費1回1,000円 初回は無料体験可 竹内 ☎090-4830-5740

■都展・練馬支部展(洋画・日本画など) 1月30日～2月4日午前10時～午後6時(30日は午後2時から。4日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 実行委員会・石崎 ☎080-5494-4184 [Eメール] kasugaishizaki@gmail.com

■話上手になる講座 石神井STG話の会 第2・4日曜午後1時30分～3時30分 男女共同参画センターエー入会金1,000円 月会費1,200円 初回は無料体験可 宝田 ☎080-6685-5767 (要予約)

■パンチングボクシング 九輪八卦和芸会 2月からの第2・4日曜午後1時～3時 桜台体育館 スポーツ保険料実費 山本 ☎080-7023-8672 (要予約)

■演奏会 クリスタルボウル七色サウンズ ①第2日曜午前10時40分～11時10分②第3火曜午後1時40分～2時10分 上石神井北地域集会所 ①②とも入場料1回500円 佐藤 ☎080-8813-5159 [Eメール] happy.bigfortune888@gmail.com (要予約)

■卓球 ゆず 中級者で試合に出場できる女性対象 毎金曜午前10時～正午 高松地区区民館 入会金1,000円 藤本 ☎3979-1522 (要予約。午後5時～7時)

■社交ダンス 夢 初級者～中級者対象 毎土曜午後2時～5時 桜台地域集会所 入会金1,000円 会費1回1,300円 内田 ☎080-9401-9924

■高齢者水泳体験会(水中運動・水泳など) 60歳以上の方対象 ①2月5日②19日③26日午後1時～3時 上石神井体育館 ①～③とも保険料100円 シルバースイミング上石神井・五十嵐 ☎090-5205-2194 (要予約。午後5時～7時)

■書道(漢字・かな・写経・実用筆耕など) 総合書道会 第1・3①水曜午後2時～4時②日曜午前10時～正午 サラフ練馬 全日本書道連盟正会員の書道師範が指導 ①②とも入会金1,000円、月会費3,000円 初回は無料体験可 泊 ☎090-3802-7812 (要予約)

■水彩と色鉛筆 エビス絵画 第1・3木曜午前10時～正午 石神井公園区民交流センター 講師 宇都宮敦子 入会金3,000円 月会費3,000円 教材費月500円 村田 ☎090-5534-8538

■ウクレレ練習会 マカハ 第2・4火曜午後4時～6時 東大泉中央地域集会所 月会費3,000円 初回は無料体験可 中尾 ☎080-2012-7838 (要予約)

■気功・操体・動作トレーニング 空の会 月2回水曜午前10時～11時45分 春日町青少年館 講師 安藤昌子 月会費3,000円 初回は無料体験可 山崎 ☎3996-1764 (要予約)

■フラダンス リコレファ 50歳以上の初心者～中級者対象 月3回日曜午後2時～4時 春日町南地区区民館など 講師 高橋三四子 入会金2,000円 会費1回1,500円 初回は無料体験可 志村 ☎090-2752-5535 [Eメール] kellyaneki@yahoo.co.jp (要予約)

1/20(土)・21日  
10:00~18:00

まちで美術を楽しもう!

# アートマルシェを開催!



練馬区立美術館では、これまで「アートdeねりまち」として、まちと美術を楽しむイベントを行ってきました。アートマルシェはその集大成です。美術館を中心にさまざまな人が行き交う2日間をお楽しみください。

**問合せ** ①練馬区立美術館 ☎3577-1821 ②③東部地域まちづくり課 ☎5984-1288



詳しくは、  
練馬区立美術館  
ホームページ



交通:西武池袋線  
中村橋駅徒歩3分  
※車や自転車での来場  
はご注意ください。



## ① 練馬区立美術館・貫井図書館でイベントを楽しむ

**ワークショップ** ▶ 申込:当日会場へ

催し名など	時間
大沢昌助展ブース「組み合わせて描く抽象画」 ▶費用:100円	10:30~16:00の間の 15分程度
植物展ブース「自分だけの植物を作ろう」 ▶費用:100円	
宇川直宏展ブース「コラージュで作る練馬の風景」 ▶費用:100円	
古賀忠雄展ブース「彫刻を探せ!」	10:30~16:00の間の 30分程度
所蔵品カードブース ▶内容:カードを使ってゲームをしながら作品鑑賞 ▶定員:各6名(先着順) ※受付は10:00から。	10:30・12:30・14:00・ 15:30からの30分程度

**その他のイベント** ▶ 申込:当日会場へ ※②は事前販売あり。  
詳しくは、劇団サムホームページ ▶

催し名など	時間
① 作品上映「HEROES」 ▶内容:アーティストの山本高之さんと富士見中学校 高等学校の生徒が制作した作品を上映	繰り返し上映 (30分程度)
② 演劇「あゆみ 弘前中央高校版」 ▶出演:劇団サム▶費用:1,000円(中学生以下無料)	14:00~15:00 (13:30開場)
③ 絵本読み聞かせ ▶対象:3歳児以上	11:00~11:30・ 14:30~15:00
④ リサイクル本頒布会	10:30~12:00・ 13:00~15:00



## ② 美術の森緑地で地域のお店を楽しむ

地域で親しまれているお店のイチオシ商品などを楽しめます。

▶時間:午前10時~午後3時

- 糀屋三郎右衛門(みそ・甘酒) ● 西貝農園(野菜)
- 竹中育英会(パネル展示・木工ワークショップ)
- 貫井福祉工房(パン) ※20日(土)のみ出店。
- サンツ中村橋商店街振興組合 (YOU(焼菓子)、練馬風月堂(和菓子)、十一屋酒店(甘酒)、まめせん(コーヒー))



## ③ サンライフ練馬で中村橋の魅力を語る

中村橋について熱く語る会

参加者の皆さんと一緒に「美術館のある街 中村橋」の魅力を語り合います。

▶時間:午後2時~3時30分(午後1時50分開場) ▶ 申込:当日会場へ



区ホームページで  
中村橋のまちの  
魅力を募集中!



### 企画展

ナニコレ!?! ~ 収蔵品の **なぞ** を解明しよう

# ねりまコレクション

1/20(土)~3/17日

9:00~18:00

**観覧無料**

※月曜休館(ただし、2/12(休)は開館、13(火)は休館)。

**場所・問合せ** 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

当館にある練馬区の歴史や文化を特徴づける資料の多くは、区民の皆さまからの寄贈によるものです。本展では、一見何に使われたか分からないものや、今は見かけない生活必需品など、さまざまな収蔵品を「ねりまコレクション」として展示します。「なぞ解き」をしながらお楽しみください。

会期中の催し

催し名など	日時	定員
① 講演会「文化の蔵としての博物館」 ▶講師:桜美林大学教授/浜田弘明	2/24(土) 14:00~15:30	90名(抽選)
② 展示解説会	2/4(日)、3/13(休) 14:00~14:30	—

▶ 申込: ①石神井公園ふるさと文化館ホームページまたは往復ハガキで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、1月24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②当日会場へ



これで〇〇を  
捕まえる!?

練馬の有名な〇〇〇〇を  
運んでいた!?

なんと全長1メートル!!

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

広告 **お庭のお手入れ承ります** 剪定・伐採・害虫防除・除草など

見積相談無料 ☎090-6142-4649

植木屋庭舟 加藤航  
練馬区大泉学園町8-29-3 ドリームハイソ202

伝統文化記録映画

「野村万作から萬齋、裕基へ」  
上映会&トークショー

3/6(水)

入場無料



人間国宝・野村万作さん、萬齋さん、裕基さんの狂言師三代を中心に描く、ドキュメンタリー映画(42分)を上映します。練馬区名誉区民の万作さんが上映前に挨拶し、上映後には萬齋さん、裕基さんのトークショーを行います。

▶対象:区内在住・在勤(在学)の小学生以上 ▶日時:3月6日(水)午後6時30分~8時

▶場所:武蔵大学 ▶定員:660名(抽選) ▶申込:練馬文化センターホームページ

または往復ハガキで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・電子メールアドレス(ある方のみ)③参加人数(2名まで)を、1月22日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-28-3練馬文化センターへ ※車いす席を利用したい方はその旨もお知らせください。



司会 葛西聖司



問合せ 練馬文化センター ☎3993-3311



野村万作

昭和6年生まれ。「万作の会」主宰。3歳で初舞台。芸術祭大賞など、受賞多数。平成19年に人間国宝(重要無形文化財保持者)に認定。23年に練馬文化センター名誉館長に就任。27年に文化功労者に選定。令和5年に文化勲章を受章。



野村萬齋

昭和41年生まれ。重要無形文化財総合認定保持者。3歳で初舞台。狂言の普及に貢献する一方、現代劇や映画・テレビ出演、舞台演出など幅広く活躍。芸術祭優秀賞、観世寿夫記念法政大学能楽賞、松尾芸能大賞など、受賞多数。



野村裕基

平成11年生まれ。能楽協会会員。3歳の時「靉猿」で初舞台。子方として国内外を問わず多数の舞台に出演。令和4年に「釣狐」を抜き、若手狂言師の一人として舞台を勤めている。

3/9  
(土)

練馬区ジュニア・オーケストラ  
第39回定期演奏会

入場  
無料



▶対象:4歳児以上 ▶日時:3月9日(土)午後4時開演 ※午後3時15分からロビーコンサートあり。▶場所:所沢市民文化センターミュージズ(埼玉県所沢市並木1-9-1) ▶曲目:久石譲/オーケストラストーリーズ「となりのトトロ」、ビゼー/「カルメン」組曲など ▶出演:石毛保彦(指揮)ほか ▶申込:1月12日(金)午前10時から練馬文化センターホームページまたは電話で同センター ☎3948-9000(チケットの引き換えは大泉学園ゆめりあホール窓口のみ)

入団オーディションを開催

▶対象:4月1日(月)現在、次の①~③に当てはまる方 ①区内在住・在学の小学4年生~17歳②月3回土曜午後生涯学習センター分館で行う練習に参加できる③楽譜が読める ▶日時:4月13日(土)午後2時から ▶場所:生涯学習センター分館 ▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①オーディション②住所③氏名(ふりがな)④令和6年4月1日現在の年齢⑤学生は4月からの学校名・学年⑥電話番号⑦電子メールアドレス(ある方のみ)⑧保護者の氏名⑨希望する楽器と経験年数⑩応募動機を、3月18日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-28-3練馬文化センター ☎3993-3311 [Eメール] neri.jr.ok@neribun.or.jp

募集する楽器

弦楽器…バイオリン、ビオラ(バイオリン経験者も可)、チェロ(1)、コントラバス(1)

管楽器…フルート、オーボエ(2)、クラリネット、ファゴット(2)、ホルン(2)、トランペット(2)、トロンボーン(2)

打楽器(1)

1…ピアノなどの経験があり、楽譜が読めれば未経験者も応募可。

2…1と同様で中学生以上。

※1,2以外は経験者のみ応募可。

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。



1/17(水) 入場無料

第288回 アトリウムミニステージ

▶日時:1月17日(水)午後0時15分~0時45分 ▶場所:区役所アトリウム ▶曲目:ショパン/英雄ポロネーズ、カプースチン/アリー・パロツソの「ブラジルの水彩画」によるパラフレーズなど ▶出演:原田千明(ピアノ)

▶問合せ:練馬文化センター ☎3993-3311 ※事前の申し込みは不要です。



季節の恵みを作付けから収穫まで!

# 農業体験農園で 野菜作りを始めよう



農業体験農園は、区内の農家が運営している農園です。園主の指導を受けながら、野菜作りを体験できるので、初めての方も安心して取り組みます。

問合せ 農業振興係 ☎5984-1403



「どろんこ・わあるど」の利用者の皆さん



**ポイント1**

20種類以上の野菜が作れる!



**ポイント3**

必要な道具は園で用意!



**ポイント2**

講習は週末が中心! お勤めの方にもオススメ!



## おいしい野菜を楽しく育てる!

初めての方でも安心して野菜を作れるように、私たちが丁寧に教えます。利用者さんからは「家族で大切に育てた野菜のおかげで、野菜が苦手な子どもでもおいしく食べられるようになった」という声も! 私たちと一緒に楽しく野菜を育ててみませんか。



どろんこ・わあるど 園主 内堀雅巳さん

### 注意事項

- 栽培する作物の選定などは園主が行います。
- 農作業に必要な種・苗・資材・肥料などは園主が用意します。追加で資材を希望する場合は、利用者の負担となります。
- 駐車場はありません。

- 対象** 18歳以上の方 ※家族での参加も可。
- 利用期間** 3月~来年1月末 ※更新は園主と相談。
- 年間利用料** 4万3000円(区外在住の方は5万5000円)

**申込** 往復ハガキに①農園名②住所③氏名④年齢⑤電話番号と、返信面に返信先を記入の上、1月31日(消印有効)までに各農園の申込先へ ※申し込みは、1農園につき1通です。 ※結果は、2月中旬に各園主から通知します。

### 農園一覧

下表の★は、練馬区農業体験農園園主会ホームページからも申し込めます▶



農園名(所在地)	申込先	募集区画数(抽選)
学田体験農園 (中村南1-4)	〒176-0025中村南1-10-1 神田耕	若干数
田柄すずしろ農園 (田柄1-29)	〒179-0073田柄1-7-2 吉田忠男	10
春日の森ファーム (春日町5-11)	〒179-0074春日町5-23-5 増田貴啓	20
イガさんの畑★ (土支田1-35)	〒179-0076土支田1-34-8 五十嵐透	30
楽農くらぶ★ (三原台3-27)	〒177-0031三原台3-28-19 荘光男	20
農の詩 (石神井町5-15)	〒177-0041石神井町5-13-1 富岡忠明	43
農学校「石泉愛らんど」★ (石神井台6-5)	〒177-0045石神井台6-5-27 本橋邦浩	70
あーばん あぐりぱーく石神井台 (石神井台8-2)	〒177-0045石神井台4-21-9 尾崎賀一	10
関町グリーンガーデン★ (関町北3-20)	〒177-0051関町北3-20-8 田中秀一	22

農園名(所在地)	申込先	募集区画数(抽選)
緑の散歩道★ (大泉学園町3-4)	〒178-0061大泉学園町3-6-47 小美濃昌一	30
百の里★ (大泉学園町3-17)	〒178-0061大泉学園町2-30-45 加藤正明	15
百の里第二★ (大泉学園町3-12)		15
大泉 風のがっこう★ (大泉町1-54)	〒178-0062大泉町1-44-14 白石好孝	30
井頭体験農園★ (東大泉7-27)	〒178-0064南大泉3-15-3 加藤義貴	30
旬感倶楽部★ (南大泉1-6)	〒178-0064南大泉1-6-19 井口和喜	20
緑と農の体験塾★ (南大泉3-17)	〒178-0064南大泉3-15-3 加藤義松	30
南大泉やさい村 (南大泉4-39)	〒178-0064南大泉4-37-16 山口幸治	20
どろんこ・わあるど★ (西大泉2-25)	〒178-0065西大泉2-25-21 内堀雅巳	56