

記事のタイトルをクリックすると、当該記事のホームページに遷移します。 ※ページがない場合は、遷移しません。

# ねりま区報

Nerima

5/11 令和6年(2024年)

第2043号 毎月1日・11日・21日発行

発行/練馬区 編集/広聴広報課  
〒176-8501 豊玉北6-12-1  
☎3993-1111(代表) FAX 3993-1194  
<https://www.city.nerima.tokyo.jp/>

今号の注目情報

- 学んで災害に備えよう! ..... 4面
- こころの悩みをご相談ください... 5面
- 中里郷土の森 ホタルの観察会... 8面



## 子育てを

# 頼れる人と場所! がある

## ファミリーサポート

お任せください!

楽しく遊んできてね!

援助会員

利用会員

ファミリーサポートは、育児のお手伝いをしてほしい方(利用会員)にお手伝いをしたい方(援助会員)を紹介し、お子さんの預かりや保育施設への送迎などを行う会員制の活動です。地域で助け合いながら子育てをする有償ボランティア活動で、子育て家庭を支援しています。ぜひ、ご利用ください。

問合せ 練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100 FAX 3993-8205

2・3面へ続く

区報は、朝日・産経・東京・日経・毎日・読売の各新聞に折り込んでいます。駅・金融機関・郵便局・公衆浴場・薬局・ファミリーマート・セブン・イレブン・西友・ライフ・サミット・ヤマダデンキ・コジマ・ルネサンスや区立施設にも置いています。

【掲載内容について】 講座などは、原則として区内在住・在勤(在学)の方が対象で、発行日(施設が休館の場合はその翌日)以降に申し込みます。 ※申し込みは1人1通です。 ※費用などの記載がないものは無料です。 ※区役所へ郵送する場合の宛先は、郵便番号(〒176-8501)と部署名のみで届きます。

# ねりまの子育てサポートを紹介します!

## 地域の方に預けて安心!

### ファミリーサポート

問合せ 練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100 ☎FAX 3993-8205



#### 利用会員の声

初対面の方に預けることに気が引けて、利用を諦めていましたが、事前に顔合わせがあることを知り、安心して預けることができました! 頼れる援助会員の方の存在が心強いです!



満足度  
約87%!  
(令和5年度利用者アンケート)

#### 理由を問わずお預かりします

- 病院や学校行事の際のお預かり
- 保育園や習い事への送迎
- パパやママのリフレッシュ など



#### まずは会員登録を!

- 対象** 区内在住の生後58日~小学生の保護者
- 保育時間** 午前7時~午後8時
- 保育場所** 援助会員宅、利用会員宅、ファミサポホーム(保健相談所内)など
- 保育料金** お子さん1人につき1時間800円(土・日曜、祝休日、年末年始は900円)



詳しくは  
区ホームページ

#### 利用の流れ



## 子どもが好き・子育ての経験を生かしたい方へ

約300名の方が活躍中!



### 子育てのサポートをしませんか

子どもを預かる援助会員を募集します。区内在住で、保育サービス講習会を修了した方が対象です。

#### 援助会員の声

預かったお子さんが喜んでくれたときや親御さんから感謝されたときは、本当にうれしいです。責任もありますが、大きなやりがいがありますよ!

#### 保育サービス講習会

▶対象:20歳以上で、月1回の定例会に参加できる方 ▶日時:6月17日(月)~19日(水)・27日(水)・28日(金)午前9時30分~午後4時30分【5日制】▶場所:ココネリ3階など▶定員:30名(選考)▶費用:2,500円▶申込:5月31日(金)までに電話で練馬区ファミリーサポートセンターへ

## 保育園に遊びに行こう!

保育園では、乳幼児と保護者を対象に催しを行っています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。各保育園にお問い合わせください。



#### 園庭開放

主に平日の午前中に園庭を開放しています。砂場やすべり台などの遊具で安心して遊べるほか、園児との触れ合いも楽しめます。

#### ふれあい給食

区立保育園では、旬の食材を使った給食を園児と一緒に食べることができます。お子さんの食事の悩みなども相談できます。▶費用:大人・幼児250円、乳児170円

#### 子育て相談

乳幼児の睡眠や食事、発達、しつけなどの相談にお応えします(電話相談も可)。▶日時:平日午前10時~午後3時

#### 季節の行事・イベント

七夕・正月遊びなどの伝統行事のほか、手遊び・わらべ歌など、園児と一緒に遊べます。

身体計測や体験学習なども行っています

#### 0~3歳児と保護者対象

## 親子で遊べる場所がたくさん!



詳しくは  
区ホームページ



### 子育てのひろば

満足度  
約98%!  
(令和5年度利用者アンケート)

親子で楽しく遊んだり、保護者が交流したりできます。お気軽にお越しください。▶問合せ:育児支援係 ☎5984-5673

#### 区立施設「ぴよぴよ」



施設名(所在地)	電話番号	曜日	時間
練馬ぴよぴよ(ひろば室)(豊玉北5-18-12)	3993-8200	毎日	9:00~16:00
貫井ぴよぴよ(貫井3-25-15)	3577-9823	月~水・金・土	9:00~17:00
関井ぴよぴよ(関町北1-21-15)	5991-4711	月・火・木~土	
立野地区区民館ぴよぴよ(立野町15-42)	3928-6217	月~土(祝休日は休室)	10:00~17:00
大泉ぴよぴよ(東大泉5-35-1)	3925-6716	月・火・木~土	9:00~17:00
北大泉児童館ぴよぴよ(大泉町4-15-15)	3921-4856	月~土(祝休日は休室)	
田柄地区区民館ぴよぴよ(田柄3-28-13)	3926-4934	月~土(祝休日は休室)	10:00~17:00
春日町南地区区民館ぴよぴよ(春日町5-20-25)	3926-4974		
光が丘児童館ぴよぴよ(光が丘1-3-1)	3975-7137	毎日	9:00~17:00
光が丘ぴよぴよ(ひろば室)(光が丘5-2-5)	3979-8101		

#### 民設子育てのひろば



施設名(所在地)	電話番号	曜日	時間
さくらひろば(豊玉北1-12-3)	5999-0209	月~金	10:00~15:00
みんなのいえ 小竹さくらひろば(小竹町2-25-3)	070-1295-1053		9:30~14:30
おやこのひろば tocotoco(中村南3-6-14)	070-8510-2115	月・水・土	10:00~15:00
谷原いすきあ(谷原5-1-20)	070-1300-5120	火~金・日	10:00~16:00
未来こどもランドすまいる高野台(高野台3-12-9)	5923-7555		9:00~14:00
ほっぴ・すてっぴ(南田中1-6-14)	3995-1720		10:00~15:00
あいあいあい石神井台(石神井台5-9-6)	6767-2588	月~金	
未来こどもランドすまいる石神井(石神井町3-27-14)	3995-5575		10:00~15:30
千川パンピ(下石神井1-1-3)	6807-0977		10:00~16:00
3丁目いすきあ(東大泉3-11-7)	6755-6029	火~金・日	10:00~16:00
あいあいあい東大泉(東大泉3-41-7 2階)	3924-3508		10:00~15:00
あいあいあい南大泉(南大泉1-44-16)	6750-7081	月~金	
大泉子育てのひろば わと(大泉学園町7-13-17)	5935-7453		9:30~14:30
かがるも親子・氷川台(氷川台3-24-17)	3934-5314	月~金	
光が丘プレパひろば(旭町1-16-1)	3976-3113		10:00~15:00
かがるも親子の家(北町2-21-5)	090-5777-0104	月・木・金	

## 学童クラブ室を活用したひろば

小学生が利用していない午前中の学童クラブ室を親子で利用できます。※学校休業期間中などは利用できない場合があります。

#### 区立施設「にこにこ」

69カ所の学童クラブで実施しています。実施施設・曜日など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問合せ:児童館 ☎5984-5827



#### 民間学童保育施設

一部有料の施設があります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。▶問合せ:放課後対策第二係 ☎5984-1078

施設名(所在地)	電話番号	曜日(※1)	時間
りっこう学童クラブ(小竹町2-43-12)	5986-0261		9:30~12:00
colors桜台二丁目学童クラブ(桜台2-46-12)	6914-5691		11:00~12:00
学童保育あそびーむ(羽沢3-39-15)	070-5021-3297		11:00~13:30
キッズボイス中村橋学童クラブ(中村北4-2-6)	5848-6786	月~金	12:00~13:00
石保学童クラブ(南田中5-20-2)	3996-0040		10:00~12:00(※2)
こどもフローラ(下石神井2-35-16)	3996-6699		
明光学童クラブ石神井公園(石神井町3-17-16)	3904-5255		11:00~12:00
関町南アフタースクール(関町南4-19-6)	6904-8090	月8回	10:00~11:30
こどもくらぶじゃんけんぼん(西大泉2-12-5)	3925-2150		10:00~13:00
明光学童クラブ大泉学園(西大泉1-1-16 2階)	3978-0550	月~金	11:00~12:00
明光学童クラブ南大泉(南大泉4-55-6)	3921-0025		

※1 いずれも祝休日、春・夏・冬休みは休室。 ※2 9月からは13:00まで。

## 外で遊べる「おひさまぴよぴよ」

外遊びを楽しめるほか、常駐する相談員に子育て相談できます。▶問合せ:子ども家庭支援センター ☎3993-8155



施設名(所在地)	曜日	時間
豊玉公園(豊玉北6-8-3)	火	9:30~13:30
中村かしわ公園(中村1-17-1)	木	
石神井公園A野球場横くぬぎ広場(石神井台1-26-1)	金	
立野公園(立野町32-1)	水	
井頭の森緑地(東大泉7-26-8)	水	
大泉中央公園砂場周辺(大泉学園町9-4-3)	火	
光が丘公園芝生広場南側(光が丘4-1-1)	木・金	
城北中央公園ひだまり広場(氷川台1-3-1)	木	

※いずれも祝休日、春・夏・冬休みを除く。

## 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:**5月25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)

## 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):**①1,434円②1,228円③④1,173円 ※交通費支給。 ※勤務条件により、期末・勤勉手当、社会保険あり。▶**申込:**区ホームページや保育課(区役所本庁舎10階)にある申込書を、保育課管理係☎5984-5839

## 住まい・まちづくり

### 私道の整備費を助成

舗装(再舗装)する場合や、排水設備(下水)を設置・改修する場合の工事費用を助成します。現地調査しますので、希望する方はご相談ください。▶**主な助成条件:**①私道や私道に隣接する土地の所有者など全員の同意が得られる②道幅が1.2m以上ある③利用戸数が2戸以上ある ※他にも条件あり。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**問合せ:**総合治水係☎5984-2074

種類	種類	助成額(※)
舗装	通り抜け道路	90%
	行き止まり道路	80%
排水設備	新設	90%
	改修	50%

※区が算定した工事費に対する割合。

### 練馬区地域公共交通活性化協議会

地域公共交通計画を検討するための会議です。傍聴を希望する方は申し込んでください。▶**日時:**5月29日(水)午前10時~11時30分▶**場所:**練馬区職員研修所(豊玉北5-27-2)▶**定員:**10名(先着順)▶**申込:**電話または電子メールで①氏名②電話番号を、交通企画担当係☎5984-1274 [Eメール](mailto:kotsu-k@city.nerima.tokyo.jp) kotsu-k@city.nerima.tokyo.jp

## 福祉・障害のある方

### 初心者向け障害者パソコン教室

▶**日時:**6月9日(日)1午前9時30分~正午2午後1時30分~4時▶**場所:**光が丘区民センター7階▶**定員:**112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(112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、5月23日(木)までに心身障害者福祉センター☎5984-1496 [FAX](tel:5984-1215) 5984-1215 ※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 ・愛の手帳 ・身体障害者手帳 ・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スマートフォン・タブレット(携帯端末の相談・体験)	身体障害者手帳を持っている視覚障害のある方
E視覚障害(読み上げソフト)	

※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。

## 選挙で郵便等投票ができます

下表に当てはまり自書できる方は、郵便等で投票できます。また、下表に当てはまり、上肢または視覚の障害の程度が1級の方は、代理人に投票の記載をさせることもできます。いずれも事前に選挙管理委員会への申請が必要です。▶**問合せ:**選挙管理委員会事務局☎5984-1399 [FAX](tel:5984-1226) 5984-1226

区分	等級	
介護保険被保険者証	要介護5	
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級・2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級・3級
	免疫・肝臓	1級~3級

※戦傷病者手帳をお持ちで、一定の要件に当てはまる方も可。

### (封筒に点字を付けられます)

選挙のお知らせなど区から送付する一部の封筒に、点字シールを貼付できます。併せて、発送する旨を電子メールでお知らせすることもできます。▶**申込:**電話または電子メールで①点字付き封筒②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤電話番号⑥電子メールによるお知らせの希望の有無(有の場合は電子メールアドレス)を、ひと・まちづくり推進係☎5984-1296 [Eメール](mailto:tiikifukushi08@city.nerima.tokyo.jp) tiikifukushi08@city.nerima.tokyo.jp

# 学んで災害に備えよう!

**問合せ** 防災学習センター☎5997-6471 [FAX](tel:5997-6472) 5997-6472

## 講座 ねりま防災カレッジ 自助講座

災害時の安否確認の方法など、自分でできる災害対策を学びます。

▶**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講座名(112とA~Cの別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、6月12日(水)までに防災学習センターへ



日時	場所・実施方法	
	1	2
A 6/26(水)、7/3(水)・10(水)14:00~16:00【3日制】	防災学習センター	オンライン
B 6/29(土)、7/6(土)9:00~12:00【2日制】		
C 6/26(水)、7/3(水)・10(水)18:30~20:30【3日制】		

## 企画展 防災を楽しく学ぶ

動物との触れ合いやバッテリーカー、段ボール迷路などを通して、楽しみながらペット防災などについて学びます。▶**日時:**5月26日(日)午前10時~午後1時▶**場所:**防災学習センター▶**申込:**当日会場へ



## 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:**6月21日(金)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)▶**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、6月14日(金)までに防災学習センターへ

5/22(水)11:00

## Jアラートの試験放送を実施

無線放送塔からJアラート(全国瞬時警報システム)の試験放送を行います。放送内容は、自動音声応答サービス☎0120-707-111でも確認できます。▶**問合せ:**防災施設係☎5984-2602

5/16(木) 6:30~13:00

## コンビニ交付サービスと証明書発行機を休止します

システムメンテナンスのため、利用できません。

▶**問合せ:**区民事務所担当課調整担当係☎5984-1031

## 東京外かく環状道路シールドトンネル工事のオープンハウスを開催

国土交通省・NEXCO東日本・NEXCO中日本が東京外かく環状道路(関越~東名)事業における大泉ジャンクション付近やシールドトンネル工事の状況などについてパネルを使って紹介します。

また、意見交換の場を設けます。申し込み方法など詳しくは、東京外環プロジェクトホームページをご覧ください。

※オープンハウスは、事前の申し込みは不要です。▶**区の担当:**交通企画担当係▶**問合せ:**国土交通省東京外かく環状国道事務所☎0120-34-1491(平日午前9時15分~午後6時)



日時	場所
5/19(日)10:00~12:00・14:00~16:00	大泉インフォメーションセンター(大泉町4-9)
5/20(月)18:00~20:00※	石神井庁舎5階
5/21(火)18:00~20:00※	上石神井南地域集会所

※意見交換を実施。時間はいずれも19:00~20:00。

ねりま区報をご自宅にお届けします

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。▶**問合せ:**広報係☎5984-2690



### 事業者向け

#### 有料広告を募集 消費者だより「ぶりずむ」

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。▶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:7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:5月29日(水)▶問合せ:消費生活係 ☎5910-3089

### 環境・リサイクル

#### あき地の除草はお早めに

梅雨の時期は雑草の成長が早くなります。放置すると、害虫やネズミの繁殖、ごみの不法投棄につながり、近隣の方の迷惑となります。所有者・管理者の方は、早めに除草や清掃をしてください。▶問合せ:空き家等対策係 ☎5984-1192

#### 光化学スモッグにご注意を! 5~9月は発生しやすくなります

光化学スモッグ注意報が発令・解除されたときは、防災無線放送や区ホームページなどでお知らせします。注意報が出たら、なるべく外出は避け、激しい運動は控えましょう。目がチカチカしたり、喉が痛くなつ

たりしたときは、洗眼やうがいをしてください。症状が改善しないときは、医師の診察を受け、保健予防課管理係(区役所東庁舎7階) ☎5984-2484へ届け出てください。 ※光化学スモッグ情報は、東京都光化学スモッグ情報ホームページや東京都大気汚染テレホンサービス ☎5640-6880でも確認できます。▶問合せ:環境規制係 ☎5984-4712

### 高齢者



#### シニア就業支援セミナー 「生涯現役!シニア世代の働き方と仕事選びのコツ」

▶対象:おおむね60歳以上の方▶日時:①6月11日(火)②27日(木)午後1時30分~3時50分 ※いずれも午後3時50分~4時50分に個別相談会あり。▶場所:①ココネリ3階②勤労福祉会館▶定員:各30名(先着順)▶区の担当:いきがい係▶申込:(株)シグマスタッフホームページまたは電話で同社 ☎0120-916-898(平日午前9時~午後5時)

#### いつも笑顔! 健康長寿はつらつまつり

▶日時:5月22日(水)午前9時30分~午後3時30分▶場所:はつらつセンター大泉▶内容:運動・口腔(こうくう)・認知機能の低下予防や栄養摂取など

に関する講座、血管年齢・転倒リスクの測定、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▶問合せ:介護予防係 ☎5984-2094

#### 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:5月20日(月)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、栄養と口腔について学ぶ)▶定員:各10名

▶日時:6/11~7/16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

▶日時:6/14~7/19の毎金曜9:30~11:30【6日制】▶場所:光が丘区民センター2階

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)

▶日時:6/11~7/16の毎火曜10:00~11:30【6日制】▶場所:勤労福祉会館▶定員:25名

▶日時:6/12~7/17の毎水曜10:00~11:30【6日制】▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:25名

▶日時:6/14~7/19の毎金曜10:00~11:30【6日制】▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)▶定員:15名

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)▶定員:各20名

▶日時:6/14~8/2の毎金曜13:00~14:30【8日制】▶場所:ルネサンス富士見台(貫井3-12-33)

▶日時:6/14~8/2の毎金曜13:00~14:30【8日制】▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)

▶日時:6/24~8/26の毎月曜13:00~14:30【7/15・8/12を除く。8日制】▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)

※初めての方を優先の上、抽選。

### 健康・衛生



#### 認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族が安心して日常生活を送るための理解者・応援者を養成する講座です。参加者には、認知症サポーターを示すカードを差し上げます。▶日時:5月31日(金)午後2時~4時▶場所:ココネリ3階▶講師:陽和病院相談心理室/塚本寿美雄▶定員:60名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で在宅介護支援係 ☎5984-4597

#### 高血圧が気になる方へ ~食生活を見直しましょう

▶日時:6月14日(金)午前10時~正午▶場所:大泉保健相談所▶内容:講義▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3921-0217

#### HbA1cや血糖値が気になる方へ ~運動・食事、歯周病との関係

▶日時:①6月11日(火)②25日(火)午後2時~3時30分▶場所:豊玉保健相談所▶内容:①講義、運動実技②講義、献立紹介▶講師:スポーツプログラマー/山内道子(①のみ)▶定員:各25名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3992-1188

### 子ども・教育①



#### ひとり親家庭向け 家庭訪問型学習支援事業

学習支援員が自宅に伺い、お子さんの学習支援と保護者の悩み相談を行います。▶対象:区内在住の小学4年~中学2年生のお子さんのいる家庭で児童扶養手当を受給しているひとり親家庭など▶日時:8月~来年3月の月3回(1回2時間)▶定員:35世帯(選考)▶区の担当:ひとり親家庭支援係▶申込:電話で(株)トライグループ ☎3237-8077(日曜、祝休日を除く午後1時~10時)

#### 明るい選挙啓発ポスターを募集

選挙について感じることを表現した絵や、みんなが選挙に行きたくなくなるような絵をお送りください。応募者全員に記念品を差し上げます。▶対象:区内在住(在学)の小学生~高校生▶申込:四つ切り(54.2cm×38.2cm)または八つ切り(38.2cm×27.1cm)の画用紙に描いた作品の裏右下に①住所②氏名(ふりがな)③学校名・学年④電話番号を記入の上、9月6日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内選挙管理委員会事務局(本庁舎16階) ☎5984-1399

### 7年連続!

#### 「ねりま区報」が東京都広報 コンクールで受賞しました

東京都広報コンクールは、都内区市町村の広報活動の充実を図るため、毎年行われています。令和5年度も3つの部門(広報紙・1枚写真・組写真)で入賞しました。

今後も、より一層、区民の皆さまに分かりやすく親しみやすい紙面を制作していきます。

▶問合せ:広報係 ☎5984-2690



▲区ホームページ



### 不安な気持ち、話してみませんか?

## こころの悩みをご相談ください

気持ちが落ち込んだり、イライラするときは、ひとりで抱え込まず、誰かに相談しましょう。▶区の担当:精神支援担当係

相談窓口		受付日時
東京いのちの電話	☎3264-4343 ☎0120-061-338	毎日24時間
#いのちSOS	チャット相談	毎日 8:00~22:00
生きづらびっと	SNS相談 (LINE、Facebookなど)	
保健相談所	豊玉 ☎3992-1188	月~金曜 8:30~17:00
	北 ☎3931-1347	
	光が丘 ☎5997-7722	
	石神井 ☎3996-0634	
	大泉 ☎3921-0217 関 ☎3929-5381	

## 蚊の発生を防ぎ、感染症の予防を!

暑さとともに蚊の発生もピークを迎え、10月ごろまでは注意が必要です。蚊が増えると、デング熱などの感染症が人から人へ広がる可能性が高まります。日頃から自分でできる対策を心掛けましょう。▶問合せ:環境衛生監視担当係 ☎5984-2485



#### 幼虫の発生場所をなくす

蚊の幼虫(ボウフラ)は少量の水たまりがあれば生息できます。家の周りの水たまりをなくしましょう。



#### 潜む場所を減らす

樹木の剪定や草むしりなどをして、蚊が潜む場所を減らしましょう。虫よけ剤を使ったり、肌の露出を避けたりする工夫も大切です。

#### 都や区の取り組み

石神井公園や光が丘公園、豊玉公園、こどもの森、武蔵関公園、大泉さくら運動公園で蚊の監視調査を実施します。調査結果は、区ホームページでご覧になれます。区では、感染症が拡大する恐れが生じた場合に、速やかに駆除などの対応を行います。

## 休日急患診療所

※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

## 子ども・教育②

### 6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	7(金)①9:45 ②10:45 19(水)①13:00②14:00	36組
北 ☎3931-1347	17(月)①9:30 ②10:30	32組
光が丘 ☎5997-7722	24(月)①13:30②14:30	32組
石神井 ☎3996-0634	5(水)①9:30 ②10:30 18(水)①13:30②14:30	36組
大泉 ☎3921-0217	25(水)①9:50 ②10:50	24組
関 ☎3929-5381	21(金)①9:45 ②10:50	24組

### 講演会「学校や勉強が苦手な子どもたちの進路選択」

▶**対象**:中高生の保護者▶**日時**:6月22日(土)午前10時~正午▶**場所**:学校教育支援センター▶**講師**:NPO法人まほろび理事長/守矢俊一▶**定員**:40名(先着順)▶**申込**:区ホームページまたは電話で同センター☎6385-9911

### 6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	27(木) 13:00~15:00	32名
北 ☎3931-1347	21(金) 9:00~11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	11(水) 9:00~11:00	24名
石神井 ☎3996-0634	7(金) 9:00~11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	21(金) 9:00~11:00	24名
関 ☎3929-5381	17(月) 9:00~11:00	24名

## スポーツ

### 初心者スポーツ教室 なぎなた

▶**対象**:15歳以上の方(中学生を除く)▶**日時**:①6月20日(木)・27日(木)午後1時~2時30分②7月5日(金)・12日(金)午前10時~11時30分【2日制】▶**場所**:①中村南スポーツ交流センター ②桜台体育館▶**定員**:各10名(抽選)▶**費用**:74円▶**申込**:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(①②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電話番号を、5月21日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

## 講座・催し

### 友好都市・長野県上田市物産販売会

野菜やみそ、お酒など上田市の名産品を販売します。▶**日時**:5月23日(休)午前11時~午後3時▶**場所**:区役所アトリウム▶**問合せ**:国際・都市交流担当係☎5984-1302

### 消費生活パネル展

消費者団体の活動や、暮らし・環境に関わる情報を紹介します。▶**日時**:5月16日(休)~24日(金)午前8時45分~午後8時(16日は午後1時から。24日は午後2時まで)▶**場所**:区役所アトリウム▶**問合せ**:消費生活係☎5910-3089

### ハーブティーづくり

▶**日時**:5月23日(休)午前11時~午後3時 ※1回15分程度。▶**場所**:区役所西庁舎10階▶**講師**:NPO法人自然工房めばえスタッフ▶**持ち物**:お湯を入れた保温水筒▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:保全係☎5984-1683

### 講演会「発達障害は私にとってギフトでした~捉え方ですべては変わる」

発達性読み書き障害の当事者から、障害と向き合って生きるために大切なことを伺います。▶**日時**:6月12日(水)午後2時~4時▶**場所**:光が丘IMA▶**講師**:落語家/柳家花緑▶**定員**:500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講演会名②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)⑤参加理由(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

### 創業!ねりま塾「基礎から学ぶ起業塾(夏)」

▶**対象**:3年以内に起業したい方▶**講師**:中小企業診断士/齋藤司昂▶**費用**:1,000円▶**申込**:6月7日(金)までに練馬ビジネスサポートセンターホームページ ※1は電話も可。▶**問合せ**:同センター☎6757-2020  
**1 ココネリ3階で開催**  
▶**日時**:6月15日(土)午前10時~午後1時▶**定員**:40名(先着順)  
**2 Zoomで開催**  
▶**日時**:6月19日(水)午後6時~9時▶**定員**:20名(先着順)

### 浴衣の着付け教室

▶**対象**:18歳以上の女性▶**日時**:6月10日(月)・17日(月)・24日(月)①午前9時30分~10時45分②午前11時~午後0時15分【3日制】▶**場所**:向山庭園▶**定員**:各6名(先着順)▶**費用**:3,600円▶**持ち物**:浴衣など▶**申込**:電話で同所☎3926-7810

### ユニバーサルデザインの今を学ぶ(①UDの進化について②見た目では分からない障害とは)

▶**日時**:①6月15日(土)②16日(日)午後1時~3時30分▶**場所**:練馬区職員研修所(豊玉北5-27-2)▶**定員**:各50名(先着順)▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①催し名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号④手話通訳や要約筆記、点字資料の希望の有無を、6月7日(金)までにひと・まちづくり推進係☎5984-1296 FAX 5984-1214 **Eメール** tiikifukushi08@city.nerima.tokyo.jp

## 6月は環境月間

### 6/2(日) 講演会 「海の哺乳類からのメッセージ」

問合せ **ねり☆エコ事務局**☎3993-8011

海岸に打ちあげられたクジラやイルカから、彼らの生き方や海を取り巻く環境の「今」をクイズなどで楽しみながら考えます。

- ▶**対象**:小学4年生以上
- ▶**日時**:6月2日(日)午後2時~4時
- ▶**場所**:区役所アトリウム地下多目的会議室
- ▶**講師**:国立科学博物館/田島木綿子
- ▶**定員**:100名(先着順)
- ▶**申込**:ねり☆エコホームページ



### 5/15(水) 入場無料

## 第292回アトリウムミニステージ

- ▶**日時**:5月15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/きらきら星変奏曲、シューマン/子供の情景 Op.15よりトロイメライなど
- ▶**出演**:岩下真麻(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。



©平舘平

**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。

## “不動産を売るとき”って、どうしたらいいの? 専門家に学ぶ「不動産の上手な売り方無料個別講座」

5月14日(火)~5月31日(金) 石神井公園と池袋で開催 参加無料・要予約

日本では相続財産の半数以上の割合を占めるのが不動産だそう。いざ、相続が発生してから不動産を売却しようとしても、思い通りにいかなかったり、時間がかかってしまうケ-

スも見られます。そこで、三井住友信託銀行グループの「三井住友トラスト不動産」では、不動産売買の悩みを解決するための無料個別講座を石神井公園駅と池袋駅の駅チカ会場で開催。この機会に参加を(要予約)。  
●**講座概要**  
▶**日時**:5月14日(火)~5月31日(金) 午前10時~午後5時【時間予約制・水

祝定休・希望の日時を伝えてください※物件の所在地により対応できない場合があります▶**会場**:【石神井公園会場】石神井公園ピアレスA2階石神井センター会議室(練馬区石神井町2-14-1・地図参照)【池袋会場】菊邑91ビル4階池袋センター会議室(豊島区東池袋1-41-6・地図参照)▶**参加特典**:不動産売買ガイドブック(写真)▶**申込**:講座事



務局(わかば企画内)☎0120-661-339受付時間午前10時~午後5時▶**WEB申込**:左記の二次元コードから※個人情報 は受付と会場案内に利用



**広告** 相続・遺言等初回無料相談! 電話 **03-6913-1420** 石神井法律事務所 練馬区石神井町7-2-1-302 弁護士 家村邦雄(東京弁護士会)

# 四季の香 ローズガーデンの催し

▶**申込:**同ホームページまたは往復ハガキで①催し名(1①2)の別。②は①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1①5月24日2②6月7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



## 1 夏バラの処理講座

▶**日時:**6月8日(土)午前10時~11時30分▶**講師:**バラ栽培家/入谷伸一郎▶**定員:**30名(抽選)▶**費用:**500円



## 2 サッパリ気持ちいいハーブローションづくり

▶**日時:**6月23日(日)①午前10時~11時②午後2時~3時▶**講師:**アロマセラピーインストラクター/高原千英美▶**定員:**各28名(抽選)▶**費用:**1,200円

### 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

- ◆**区民健康医学講座「がんとうまく向きあう〜放射線を味方にしませんか?」**▶**日時:**5月18日(土)午後2時~3時▶**場所:**順天堂練馬病院▶**講師:**順天堂練馬病院放射線科医師/岡野奈緒子▶**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。
- ◆**大泉高校公開講座「ミニバスケットボール教室」**▶**対象:**小学4~6年生▶**日時:**6月1日・8日、7月6日、9月14日・28日、10月5日・12日の土曜午後6時~9時[7日制]▶**費用:**800円▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢・学年⑥性別⑦電話番号を、5月27日(必着)までに〒178-0063東大泉5-3-1大泉高校☎3924-0318
- ◆**ライフ・チャレンジ・ザ・ウォーク〜ゲームを楽しみながらウォーキング(A3kmコース@5kmコース)**▶**日時:**6月2日(日)午前8時30分~正午(雨天9日(日))▶**集合場所:**光が丘公園けやき広場▶**定員:**300名(先着順)▶**費用:**100円▶**申込:**電話またはファクスで①催し名(①②の別も)②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、5月23日(休)までにSSC大泉☎3921-1300 FAX 3921-1691
- ◆**区民健康づくりセミナー「百寿者研究に見る長寿者の特徴」**▶**日時:**6月2日(日)午前9時30分~11時30分▶**場所:**練馬区医師会館(高野台2-23-20)▶**講師:**慶應義塾大学医学部百寿総合研究センター教授/新井康通▶**定員:**100名(先着順)▶**申込:**練馬区医師会ホームページまたはハガキ、ファクスで①セミナー名②住所③氏名④電話番号⑤参加人数を、5月24日(必着)までに〒177-8508高野台2-23-20 練馬区医師会☎3997-7500 FAX 3997-7511
- ◆**第23回練馬まちづくり歴史と文化講座〜江戸の成り立ちと江戸城天守を再建する運動**▶**日時:**6月2日(日)午後2時~4時▶**場所:**石神井公園ふるさと文化館▶**講師:**歴史家/太田資暁▶**定員:**60名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**電話または電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、南田中のまちを考える会・下河☎080-6607-4321 Eメール h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp

- ◆**ねりまのねり歩き(A@光が丘バラコースC@白子川源流と牧野記念庭園コース)**▶**日時・場所:**①6月8日(土)②10日(月)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合~四季の香ローズガーデン~バードサンクチュアリ~午後0時30分光が丘公園けやき広場解散(約3.5km)③6月17日(月)④20日(休)午前9時20分西武池袋線大泉学園駅集合~大泉井頭公園~午後0時30分牧野記念庭園解散(約4.5km)▶**定員:**各15名(抽選)▶**費用:**500円▶**申込:**往復ハガキで①催し名(①~④の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、5月24日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1ねりま観光案内所☎3991-8101
- ◆**ユニバーサルスポーツチャレンジ**▶**対象:**4歳児以上▶**日時:**6月9日(日)①午前10時~正午②午後1時~3時▶**場所:**平和台体育館▶**内容:**ポッチャ、風船バレー、ペガールボール、モルックなど▶**定員:**各100名(先着順)▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**SSC平和台☎5921-7800
- ◆**区民企画講座「更年期のこと、正しく知れば楽しい!私らしく心地よく生きよう!」**▶**対象:**30~50代の女性▶**日時:**①6月11日(火)②7月10日(休)午前10時~正午▶**場所:**男女共同参画センターえーる▶**講師:**(一社)体力メンテナンス協会認定産後指導士/小宮知子ほか▶**定員:**各30名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**電話または電子メールで①講座名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、コレット・石本☎090-7295-2999(平日午前9時~午後5時) Eメール collet2022.nerima@gmail.com ※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、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、⑤5月27日(月)⑥6月25日(火)までにお知らせください。
- ◆**帝都の事件を追って桜田門から皇居外周を歩く**▶**日時・場所:**6月16日(日)午前9時東京メトロ有楽町線桜田門駅集合~半蔵門~千鳥ヶ淵~大手門~午後0時30分集合場所解散(約6km)▶**定員:**60名(先着順)▶**費用:**800円▶**申込:**往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を、5月27日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウォーキング協会・五十嵐☎080-1207-5512
- ◆**ねりま体操フェスティバル参加者募集**▶**対象:**音楽に合わせて振り付けができ

るグループ▶**日時:**10月20日(日)午前10時から▶**場所:**光が丘体育館▶**費用:**1人700円▶**申込:**電話または電子メールで①グループ名②代表者の氏名・電話番号を、6月15日(土)までにねりまリズムムーブメント協会・風祭☎3994-5969 Eメール nerifes.dance@gmail.com

### 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  
◆**介護予防と介護になっても安心して自宅で生活するために**▶**日時:**5月19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、相談▶**定員:**13名(先着順)▶**申込:**電話で同所☎5372-2782

### 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。 ※車でのご来場・搬入はご遠慮ください。  
◆**さくら社公園(上石神井3-19-10)**▶**日時:**5月26日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶**申込先:**〒177-0045石神井台8-23-21 グループ・ミモザ☎090-5788-4578(抽選50店)  
◆**秋の陽公園(光が丘2-5-2)**▶**日時:**6月2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50店)

### 朝・夕・青空市

◆**光が丘IMA南館前**▶**日時:**5月12日(日)午前10時~午後3時▶**問合せ:**富永☎090-4374-3888

### 献血にご協力を

◆**石神井氷川神社(石神井台1-18-24)**▶**日時:**5月26日(日)午前9時30分~正午・午後1時30分~3時30分▶**問合せ:**東京都赤十字血液センター武蔵野出張所☎0422-32-1100

### 子どものための講座

区内の団体に委託して実施しています。講座によっては電子メールなどでも申し込みます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**問合せ:**育成支援係☎5984-1292  
◆**ねりま遊遊スクール**  
◆**春の石神井川の観察会**▶**対象:**小学2~6年生と保護者▶**日時:**5月26日(日)午前10時~正午▶**場所:**茜歩道橋付近の石神井川▶**定員:**20組(先着順)▶**費用:**1人500円(保護者は300円)▶**申込:**電話で川と水辺を楽しむプロジェクト/佐藤☎5910-7056(火・木・土曜午前8時~9時)  
◆**親子 de English**▶**対象:**1~3歳児と保護者▶**日時:**5月30日(休)午前10時30分~11時30分▶**場所:**光が丘地区

区民館▶**定員:**10組(先着順)▶**費用:**1組500円▶**申込:**電話でKidsbox親子Englishサークル/松本☎090-7243-6967(午前9時~午後5時)

◆**すまいるねりま遊遊スクール**  
◆**みんなで楽しくダンスしよう!**▶**対象:**主に知的障害のある小中学生と保護者▶**日時:**6月1日(土)午前10時30分~11時30分▶**場所:**勤労福祉会館▶**定員:**10名(先着順)▶**申込:**電話で旭出学園でまえ教室/岡田☎3922-4134(平日午前9時~午後5時30分)

◆**子育て学習講座**  
◆**講演会「(A)寝め上手(B)怒り上手になる方法(C)HSP・HSCの世界(D)ひといちばい敏感な子育て」**▶**対象:**子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶**日時:**①5月30日(休)②6月6日(休)③7月12日(金)④15日(日)午前10時~正午▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**定員:**各100名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**電話でこねくどういず事務局☎070-8441-8008(平日午前9時~午後5時)

◆**ねりまイクメン講座**  
◆**パパといっしょにベビーマッサージとバランスボール体操**▶**対象:**3歳以下のお子さんと父親▶**日時:**6月23日(日)午前10時~11時▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**定員:**12組(先着順)▶**費用:**1組500円▶**申込:**電話でコレット・石本☎090-7295-2999(平日午前9時~午後5時)

### 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。
- ◆**トールペイント体験会(フレンチカントリーな缶・お花のイースターエッグ)**①5月23日②24日午前10時~正午 石神井公園区民交流センター ①②とも参加費1,500円、材料費1,500円 ハピネス・のまた☎070-6948-4422 Eメール nomatanoriko@gmail.com(要予約)
- ◆**社交ダンス ダンスサークルチャーム** 多少踊れる方対象 毎水曜午前10時~11時30分 勤労福祉会館 男女プロが指導 入会金1,000円 会費1回1,500円 青山☎3996-8911(要予約)

- ◆**余人展~7人の作家による油彩・水彩・木工作品展覧会** 5月27日~31日午前11時~午後5時(27日は午後2時から。31日は午後4時まで) 練馬文化センター 入場無料 余人会・坂田☎6824-8516
- ◆**オカリナ無料体験会** 初心者対象 ①5月16日②30日午後1時30分~3時 ①光が丘区民センター5階②光が丘区民センター6階 杉本☎090-6199-2021(要予約)
- ◆**すずしろ卓球クラブ(ラージボール)** 60歳以上の方対象 毎火曜午後4時~6時 総合体育館 入会金1,000円 月会費750円 初回は無料体験可 木村☎5998-0342(要予約)
- ◆**エアロビックダンス・ストレッチ AFDアルファ** 40~60代の女性対象 月3・4回金曜午前10時~正午 勤労福祉会館 入会金2,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 佐藤☎3996-7081(要予約)

- ◆**ストレッチヨガ会** 初心者の女性対象 主に月4回日曜午後1時~1時45分 豊玉地域集会所など 会費1回1,200円 初回は500円で体験可 川端☎3994-4069(要予約)
- ◆**エイサー かみさぎ舞太鼓人** 5歳以上の方対象 主に月3・4回日曜午前9時~正午 文化交流ひろば 年会費6,000円 初めの2回は無料体験可 年10回程度イベント参加あり 佐々木☎080-5494-1975 Eメール sakky.no19@ezweb.ne.jp(要予約)
- ◆**囲碁 青林会** 月4回主に土曜または日曜午後1時~5時 生涯学習センターなど 会費無料 年4回大会、年2回合宿あり 小坂☎090-7281-1800(要予約)
- ◆**第21回二彩会水彩画展** 5月21日~26日午前10時~午後6時(21日は午後2時から。26日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 原田☎090-6045-1431

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。

**AOBA** アオバジャパン・インターナショナルスクール  
AOBA-JAPAN INTERNATIONAL SCHOOL

サマースクールプログラム2024開講

AOBAでドキドキワクワク世界体験! 視野を広げよう!

日時: 2024年 7/15~8/9(9時~15時)  
内容: アート、陶芸、理科実験、音楽、ダンス、ミュージカル  
英語を通じた体験型の学び  
対象: 年中~中学生 受付: 4月より

詳細・申込はホームページへアクセス  
<https://www.japaninternationalschool.com/ja/neighborhood-programs/>  
[問い合わせ]Email: [extension\\_programs@aobjapan.jp](mailto:extension_programs@aobjapan.jp)  
Tel: 03-4578-8832  
場所: アオバ光が丘キャンパス(練馬区光が丘7-5-1)

コミュニティ・イングリッシュスクール(ACES)  
申込受付中!

地域の方対象の英会話セッションです。楽しく英語に親しみましょう!

毎週水曜日 17時~18時  
費用: 15,000円(10回)  
登録料: 11,000円(初回のみ)  
対象: 小学校3年以上、初心者  
講師: アオバ教員

## 雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント解明 壁、天井のしみをみつけたらまず、ご一報下さい

修繕費の無駄はカット 見積無料

検査・修繕 03-6762-0800

東京都練馬区練馬2丁目19-3練馬三角ビル1F(株)サーベイ

## 中里郷土の森

# ホタルの観察会

場所・問合せ:中里郷土の森 ☎3922-3021

夜の小川でヘイケボタルを観察しながら、解説や展示を楽しめます。▶日時: 6月14日~23日、7月5日~14日の金・土・日曜午後8時~9時▶定員:各150名(抽選)▶申込:同ホームページまたは往復ハガキで①希望日(3つまで)②代表者の氏名・年齢・電話番号③参加する家族の氏名④身体障害者用駐車場使用の有無(1日1台のみ)を、5月30日(必着)までに〒178-0062大泉町1-51-2 中里郷土の森へ



中里郷土の森の  
自然解説員に聞いた!

## ホタルの光って奥が深いんです!

!!!  
一生を通じて  
光るんだ!



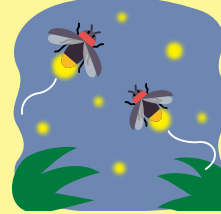
成虫のときだけでなく、卵や幼虫、さなぎのときも光るよ!

!!!  
光で  
会話してるんだ!



オスとメスが出会うために、光で交信をするよ!

!!!  
光り方でオスとメスを見分けられるんだ!



点滅が速いのと、飛びながら点滅させているのはほとんどがオスだよ!

観察会で待ってます!  
ぜひ、お越しください!



自然解説員 / 吉村翔太さん

## 中里郷土の森とは

100年以上前からある屋敷林を生かした自然体験施設です。自然解説員が常駐し、自然や生き物について学べます。



〈ホタルプロジェクトへの寄付ありがとうございました〉

目標額の100万円を大きく超える、約165万円の寄付が集まりました。寄付金を活用し、ホタル観察用の展示設備を充実させます。

地域団体にも  
支えられています

### 中里ホタルを楽しむ会

中里郷土の森の開園前からホタルの保護活動を行う団体です。町会や商店会の会員で構成され、ホタルの観察会の展示解説のほか、ホタルを観察しやすいように草刈りをしたり、清掃したりしています。

### 体験型イベント

毎日曜開催

### 「自然体験プログラム」が充実!

昆虫や植物、野鳥など毎回異なるテーマで実施しています。申し込み方法など詳しくは、同ホームページをご覧ください。

