

8月の育児栄養歯科相談

▶対象:0~3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	21(水) 9:00~10:20	60名
北 ☎3931-1347	9(金) 9:00~10:00	40名
光が丘 ☎5997-7722	21(水) 9:00~10:15	40名
石神井 ☎3996-0634	30(金) 9:00~10:00	60名
大泉 ☎3921-0217	19(月) 9:00~10:00	40名
関 ☎3929-5381	5(月) 13:00~15:00	40名

8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	10(土) ①9:00~11:30 ②13:00~15:30	各30組
北 ☎3931-1347	26(月) 13:30~15:30	20組
石神井 ☎3996-0634	3(土) 9:00~11:00	30組
大泉 ☎3921-0217	24(土) 9:00~11:30	20組
関 ☎3929-5381	19(月) 13:30~15:30	15組

※時間はいずれも1時間30分程度。

8月の2カ月児相談

グループで、育児や栄養について相談できるほか、体重測定ができます。 ▶対象:おおむね2・3カ月児 ▶持ち物:母子健康手帳、バスタオル ▶申込:当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日程・受付時間
豊玉 ☎3992-1188	9(金) 9:30~10:00
北 ☎3931-1347	19(月) 9:30~10:00
光が丘 ☎5997-7722	5(月) 13:15~13:30
石神井 ☎3996-0634	7(水) 9:30~10:00
大泉 ☎3921-0217	19(月) 13:30~14:00
関 ☎3929-5381	5(月) 13:15~13:30

※時間はいずれも受付時間終了後1時間30分程度。

講座・催し①

手作り品販売市場「ねりいち」

障害者施設で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	7/4(木)・11(木) 11:00~13:30
ココネリ2階	7/16(火)~19(金) 11:00~14:00
光が丘IMA	7/24(水) 11:00~14:00

講演会「健康食品ウソ?ホント?」

健康食品についての正しい知識を学びます。 ▶日時:7月23日(火)午前10時~正午 ▶場所:石神井公園区民交流センター ▶講師:群馬大学名誉教授/高橋久仁子 ▶定員:60名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、7月12日(金)までに消費生活係 ☎5910-3089 [Eメール] syohi@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、7月10日(水)までにお知らせください。

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:7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、7月26日(金)までに同所 ☎6758-0145 FAX 5383-7421

社会を明るくする運動

フェスティバルとつどいを開催

7月は“社会を明るくする運動”強調月間です。犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。 ▶問合せ:青少年係 ☎5984-4691

- フェスティバル ▶日時:7月14日(日)午前9時30分~正午(雨天15日(祝)) ▶場所:平成つつじ公園 ▶内容:ステージ(ダンス・和太鼓など)、チャリティバザー、模擬店、アートバルーンなど
- つどい ▶日時:7月22日(月)午後1時30分~4時(午後1時開場) ▶場所:練馬文化センター ▶内容:作文コンテスト応募作品の朗読、講演会(元NHKアナウンサー/塚本堅一)、琉球エイサー演舞(日本ダルク) ▶申込:当日会場へ

特別児童扶養手当

~新たに対象となる方は申請が必要です

問合せ 児童手当係 ☎5984-5824

一定程度の障害のある児童を養育している保護者は、特別児童扶養手当の支給対象となります。新たに対象となる方は事前にお問い合わせの上、申請してください。申請日の翌月分から支給します。 ※既に受給している方は、新たに申請する必要はありません。

対象 心身に一定程度(身体障害者手帳1~3級<4級の一部を含む>程度、愛の手帳1~3度程度、その他の障害・疾病などにより日常生活に著しい制限を受ける)の障害がある20歳未満の児童を養育している保護者 ※所得制限があります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ※児童が公的年金の給付を受けていたり、施設に入所していたりすると受給できない場合があります。

手当月額 重度の障害(身体障害者手帳1・2級程度または愛の手帳1・2度程度)のある方...5万5350円、中度の障害(身体障害者手帳3級程度<4級の一部を含む>または愛の手帳3度程度)のある方...3万6860円

NEW

ベビーシッター利用料を補助します



自宅などで子どもを預かるベビーシッターの利用料の一部を補助します。補助要件や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。 ▶区の担当:子育て事業係

- 対象** 区内在住の未就学児の保護者
- 上限時間(年度)** お子さん1人につき144時間 ※多胎児は1人につき288時間。
- 上限額(1時間)** 2,500円 ※午後10時~午前7時は3,500円。

問合せ 練馬区ベビーシッター利用支援事業コールセンター (株)パソナライフケア ☎0120-212-115(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。

英会話 スティーブと話そう 中級者対象 第2・4火曜午前11時~午後0時30分 上石神井北地域集会所 イギリス人男性講師が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 亀井 ☎090-4015-4544 (要予約)

玄暉会囲碁倶楽部 毎火曜午後1時~5時 勤労福祉会館 月会費500円 月1回懇親会あり 新井 ☎080-5687-2525

武蔵関歌謡ボイス(発声・新曲指導) 第1・3木曜午後2時~4時 関区民センター 講師 日本歌謡指導者協会理事長/しんま多井地 入会金2,000円 月会費2,500円 初回は1,000円で体験可 米田 ☎FAX 3970-6261

ゴルフ 芝楽会 第3金曜日に埼玉県のゴルフ場で活動 プレー代・交通費実費 7月13日午後1時~5時に豊玉リサイクルセンターで説明会あり 矢島 ☎090-4536-3955 [Eメール] shibarakukai@gmail.jp (要予約)

中国語 チャイニーズガーデン ①初級者②中級者対象 毎火曜①午後6時~7時②午後7時10分~9時 生涯学習センターなど 中国人女性講師が指導 月会費 ①3,000円②4,500円 教材費年2,500円程度 初回は無料体験可 鈴木 ☎FAX 6915-8062(要予約)

ピラティス ONE&ONLY ①18歳以上の女性②産後2カ月以上の母親(お子さん連れ可)対象 毎木曜①午前9時20分~10時10分②午前10時30分~11時20分 向山庭園 講師 理学療法士/伊波あゆみ ①②とも会費1回1,500円 長谷川 ☎3993-3811 [Eメール] oneandonly.yoga@gmail.com(要予約)

英会話 オーロラ 50歳以上の初心者対象 月3回水曜午前9時~9時50分 サンライフ練馬など 講師 クリス・フォックス 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 芝原 ☎080-5803-4729(要予約)

齋藤賢・杉山満男、米寿と傘寿の絵画二人展 7月2日~7日午前9時~午後10時(2日は午後1時から。7日は午後3時まで) 勤労福祉会館 入場無料 齋藤 ☎080-1233-0385

ハピネス歌広場 50歳以上の方対象 主に第2・4火曜午前10時30分~午後0時15分 関町北地区区民館など 会費1回1,000円 初回は無料体験可 山根 ☎090-5533-0544 [Eメール] sparoweye1000@gmail.com(要予約)

プラネアウクレレサークル 中高年齢の初心者対象 第2・4金曜午後1時30分~3時30分 北大泉地区区民館 会費1回1,500円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 小林 ☎090-7173-6258(要予約)

書道・ペン字 桑文会 月2回土曜午前10時~正午 勤労福祉会館 産経国際書会審査員が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 産経国際書展への出品あり 河口 ☎080-3489-7548 [Eメール] zmr.723@gmail.com(要予約)

親子いけば教室 小学生~高校生と保護者 7月28日、8月4日・11日、9月1日・15日、10月6日、11月17日・24日、12月8日・22日 午前9時30分~11時 生涯学習センター分館 花材代1回1,600円 創美流知香会・岡田 ☎3998-0138 [Eメール] soubi@car.ocn.ne.jp(要予約)

おとなストレッチ体験 初心者の女性対象 7月5日・17日・29日、8月5日・30日午前9時15分~10時45分 石神井台みどり地域集会所 講師 寺尾寿実 参加費800円(初回は無料) 例会...①未就学児②小学生対象 毎月曜①午後2時40分~3時40分②午後3時40分~4時40分 石神井台みどり地域集会所 ①②とも月会費4,000円 初回は無料体験可 エトワールパルエ・角館 ☎080-2562-4726(要予約)