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。

Nerima ねりま区報

11/1 令和6年(2024年)

第2060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/

11/20(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

全国から集まった旬の農産物を販売！

全国都市農業フェスティバル2025

プレイベント

JA東京あおば農業祭と共同開催！

11/16(土)・17(日)
10:00～16:00
光が丘公園 けやき広場

△区ホームページ

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 FAX 3993-1451

開催決定！

全国都市農業フェスティバル2025

来年11/15(土)・16(日) 光が丘公園けやき広場

「全国都市農業フェスティバル2025」を来年11月に開催します。都市農業に積極的に取り組む自治体や農業者と共に、都市生活に新たな豊かさをもたらす都市農業の魅力と可能性を、全国に発信します。どうぞお楽しみに！

◀▲昨年の様子
3万6000人が来場！

秋は農のイベント盛りだくさん！　2・3面へ続く

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。

11/16(土)・17(日) 10:00～16:00 光が丘公園 けやき広場

全国都市農業フェスティバル2025 プレイベント

▶**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

全国から集まった旬の農産物を販売!

千葉県松戸市

東京都八王子市

東京都国分寺市

神奈川県横浜市

静岡県浜松市

愛知県名古屋市

京都市

兵庫県神戸市

広島市

都市農業課職員

全国28自治体と「全国都市農業フェスティバル2025」の準備をしています。練馬区が全国の先頭に立って、都市農業を盛り上げていきますよ!今年開催するプレイベントでは9都市の農産物が味わえます。ぜひ遊びに来てください!

JA東京あおば農業祭

▶**問合せ:農業祭について**…JA東京あおば地域振興部☎5910-3066
練馬大根の販売について…農業振興係☎5984-1403

農業祭のシンボル!
野菜など作物の豊作を
願う宝船

貴重な練馬大根を販売!

▶**販売予定数:**2,000本
▶**販売価格:**1本230円
※1人10本まで。
※なくなり次第終了。

伝統の干し方
「たち編み」を展示

練馬大根の
漬物も販売!

昆布手割漬(こぶてわりづけ)
(1袋500円)

▶**問合せ:**おか田のおつけもの☎3995-6601(月・火曜を除く午前11時～午後6時)
※11月22日(金)から、おか田のおつけもの(高松5-17-9)やJA東京あおば(右上表参照)、ねりま・石神井観光案内所でも販売します。

新鮮な練馬産野菜
などは大人気!

自慢の逸品がズラリ!
野菜や花の品評会

練馬産の
きれいな花もあるよ!

農業祭で買えなかった方にも!

JA東京あおばで練馬大根を販売!

▶**販売価格:**1本230円

販売開始日	販売場所・問合せ
11/22(金)	**ふれあいの里**(桜台3-35-18)☎3991-8711
	こぐれ村(大泉学園町2-12-17)☎3925-3113
	にりん草(板橋区高島平3-12-21)☎3975-2189
11/25(月)	**練馬地区アグリセンター**(春日町1-17-34)☎3999-7851
12/4(水)	**とれたて村石神井**(石神井町5-11-7)☎3995-3132

※なくなり次第終了。

ひと味違う!

練馬大根料理を味わえるレストラン!

場所・問合せ		販売期間	メニュー	価格
区役所	**展望レストラン**(本庁舎20階)☎3948-3315	11/11(月)から	ふろふき大根 ステーキ仕立て膳 大根のフリットのせ	1,680円
	職員レストラン(西庁舎地下1階)☎3993-8805	11/18(月)～22(金)	練馬大根と鶏のあんかけそば・うどんなど	580円
和風レストラン「かど36」(勤労福祉会館内)☎3921-5535		11/13(水)から	とりのみぞれ煮・和食御膳(豚角煮大根)など	1,190円から
和風レストラン「かど26」(東大泉5-40-28)☎3921-3077			練馬大根を使ったお弁当	590円から
小料理石井(東大泉5-36-14)☎4283-1430		11/18(月)から	練馬大根みぞれ鍋(コース料理の一部)	7,920円(コース料理)
ホテルカデンツァ東京(高松5-8)	**中国料理「白楽天」**☎5372-4500	11月下旬から	練馬大根とポークスペアリブの土鍋スープなど	1,800円
	日本料理「むさしの」☎5372-4501		練馬大根とサーモンの黄金蒸し	1,600円

※なくなり次第終了。　※メニューや価格は変更になる場合があります。

11/23(祝)・24(日)10:00～16:00

南大泉with農フェスタ2024

～クイズラリーで収穫体験

南大泉3・4丁目は、まとまった農地や屋敷林が残る「農の風景育成地区」です。地区内の農業者が中心となって、農の魅力を楽しむイベントを開催します。詳しくは、南大泉農の風景育成地区実行委員会ホームページをご覧ください。▶**問合せ:**農業振興係☎5984-1403

STEP1 チェックポイントを確認

実行委員会ホームページで5カ所のチェックポイントを確認します

STEP2 キーワードを見つけよう

全てのチェックポイントでクイズを解き、キーワードを完成させます

STEP3 収穫体験チケットを購入

▶**時間:**午前10時～正午・午後1時～4時　※なくなり次第終了。
▶**受付場所:**加藤農園(南大泉3-15-3)▶**費用:**1農園200円

STEP4 収穫体験を楽しもう!

マルシェも開催!

練馬産農産物やお弁当などを販売します。▶**場所:**いずみ児童遊園(南大泉3-29)、南大泉三丁目緑地(南大泉3-27)

キッチンカーも登場!

チェックポイント周辺で練馬産農産物を使用した料理を販売します。

野焼きにご理解を
～都市農地を未来に残すために

野外や小型焼却炉での焼却は原則、禁止されていますが、農業でやむを得ず行う野焼きは例外として認められています。農業者は野焼きを行う場合、必要最小限の量にするほか、風の弱い日を選ぶなど周辺地域の生活環境に配慮しています。▶**問合せ:**都市農業係☎5984-1398

11月から

秋・冬の農産物を味わおう!

▶**問合せ:**農業振興係☎5984-1403

練馬果樹(カジュアル)あるファーム

ミカン、キウイフルーツ、柿の摘み取りができるほか、直売所で購入できます。詳しくは、区ホームページや冊子「練馬果樹あるファーム」をご覧ください。

品目(収穫時期)	場所・問合せ
ミカン(11～12月)	荘埜園(大泉町1-51)☎090-5506-7700
	シトラスファーム髙橋(南大泉3-21)☎3924-3723
	文さんみかん園(土支田3-33-12)☎090-2759-8500
キウイフルーツ(11月)	おざわ農園(高松5-3)☎3996-8701(19:00まで)
柿(11～12月上旬)	荘埜園(大泉町1-50)☎090-5506-7700

※なくなり次第終了。

気軽に野菜収穫体験 ねりまベジかるファーム

「ねりまベジかるファーム」は、野菜の収穫を「気軽に」体験できる農園です。収穫体験の申し込み方法や日程など詳しくは、アプリ「とれたてねりま」をご覧ください。

収穫野菜	場所
ダイコン、カブ	横山農園(谷原6-18-2)
サツマイモ、ダイコン、ネギ	えのもとファーム(南田中1-6-13)
エダマメ、黒枝豆、カブ	斉藤農園(南田中3-28-1)
ハーブ、ラディッシュ、カブ	豊田園芸(石神井町4-27)
ダイコン、カブ	田中農園(立野町16-24)
サツマイモ	かとちゃんファーム(大泉学園町2-27-59)
ブロッコリー、キャベツ	ファーム大泉学園(大泉学園町3-17-72)
ダイコン、ブロッコリー	おおいずみ加藤ファーム(大泉学園町5-32)
練馬大根、長ネギ、サツマイモ、カブなど	白石農園(大泉町1-54)
サツマイモ、ブロッコリー、キャベツ、ダイコンなど	加藤農園(東大泉7-34)
サツマイモ、練馬大根、白菜	井口農園(南大泉1-22-2)
ダイコン	シトラスファーム髙橋(南大泉3-19-35)
ダイコン、ブロッコリー	高橋農園(南大泉3-25-6)
サツマイモ	村田農園(大泉町1-51-2)
キャベツ、ブロッコリー	みやもとファーム(高松1-39-5)
ダイコン	イガさんの畑(土支田1-21)

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。

区民表彰受賞者が決定

区民表彰は、区の自治の振興・発展や区民の生活と文化の向上などに功労のあった方をたたえるために行うものです。令和6年度の受賞者145名をお知らせします(氏名は功労別の50音順。敬称略)。

▶**問合せ:**総務係☎5984-2600

自治功労
大越　邦彦(上石神井1)
小河　耕一郎(埼玉県新座市)
鹿島　正雄(南大泉3)
加藤　雄次(大泉学園町5)
川澄　雅彦(下石神井)
庄司　元(神奈川県大和市)
武田　誠一郎(西大泉4)
野島　正(氷川台3)
宮﨑　牧子
山下　紀美子(大泉町3)
山本　和浩(中野区)
吉賀　成子(神奈川県川崎市)

地域社会育成功労
青山　正(旭町3)
朝日　美智子(埼玉県新座市)
浅見　貫弘(氷川台1)
阿部　美智子(下石神井6)
飯野　恵美子(富士見台2)
池之谷　正江(北町3)
伊藤　直子(豊玉北3)
伊橋　雪路(富士見台1)
岩本　守人(大泉町3)
因間　晃(大泉町1)
上野　健樹(田柄1)
宇多川　勝(富士見台2)
内山　晶(東大泉3)
江田　徳江(貫井3)
生越　幸子(富士見台1)
越智　薫(南大泉2)
影山　美紀(石神井台7)
加藤　潤香(桜台4)
加藤　時男(大泉学園町2)
金元　由希(富士見台1)
草間　幸子(向山4)
黒川　左奈江(豊玉北4)
黒木　幸郎(光が丘5)
小松本　幸美(東大泉1)
今　信子(光が丘2)
佐々木　道子(貫井5)
佐々木　義友(旭町2)
笹本　満(石神井町2)
篠　稔(氷川台3)
島野　早百合(早宮1)
杉田　道昭(豊玉北6)
炭谷　拓美(西大泉4)
関口　宏一(貫井4)
関口　満夫(貫井2)
髙木　貫子(桜台4)
髙城　康彦(石神井町1)
高橋　かほる(高松1)
田中　さつ紀(土支田4)
鳥居　喜代次(南田中5)
中居　由美子(中村2)
永堀　榮三郎(桜台1)
中村　光一(豊玉中2)
並木　久美子(大泉学園町7)
成瀬　文子(富士見台1)
藤井　千恵子(桜台5)
藤川　益子(富士見台2)
保戸塚　三郎(貫井3)
堀部　和枝(石神井台6)
増井　多恵子(東大泉5)
宮腰　規方(南大泉4)
望月　映子(富士見台3)
本門　操子(富士見台2)
本橋　照夫(下石神井3)
森田　明男(豊玉中3)
森田　英世(貫井4)
山﨑　鎮夫(桜台6)
吉川　加代子(旭町2)
渡邊　裕(土支田1)

税務功労
水吉　愛子(豊玉中3)
本橋　稔(石神井台8)

消防・防犯・交通安全功労
相原　敦彦(田柄5)
赤岩　宏治(向山3)
荒川　友男(中村3)
今井　大輔(旭丘1)
因間　久晃(大泉町1)
鹿島　浩(春日町6)
栗原　章友(富士見台2)
小嶋　健太郎(大泉町1)
佐久間　清二(高松2)
篠田　善郎(春日町1)
清水　三砂男(羽沢1)
田中　大造(石神井台3)
内藤　清吾(富士見台2)
永田　新洋(旭町1)
畑添　良介(旭町1)
本楢　誠司(下石神井1)
山下　朋子(大泉町2)

社会福祉功労
太巻　光俊(旭町3)
片山　えり子(桜台2)
篠　順三(桜台2)
園田　眞弓(中村南1)

保健衛生功労
植村　光雄(南大泉6)
奥水　淳(田柄4)
齋藤　文洋(千葉県市川市)

環境保全功労
区営上石神井一丁目第2アパート自治会
関町北三丁目町会

農林水産功労
内田　喜一(北町1)
加藤　直正(大泉学園町3)
杉浦　政雄(谷原6)
関口　豊子(東大泉7)
高橋　正悦(南大泉3)
本橋　喜一(旭町1)
吉田　靜榮(田柄2)

商工業功労
渥美　まゆみ
有川　高利(関町北1)
上原　良心(向山1)
植松　和宏(石神井台4)
荻野　嘉彦(中野区)
栗原　重信(大泉町2)
増島　隆行(高野台1)
吉田　久美子(大泉町6)

学校教育功労
井川　淳一(大泉学園町7)
池田　頼宣(杉並区)
海老名　昌子(田柄1)
太田　里佳
尾崎　けさ枝
北川　加世子(富士見台3)
中村　直己(中野区)
森田　琢(豊玉北6)
渡邊　久之

社会教育(体育)功労
森藤　才(東村山市)
山縣　泰彦(石神井台2)
和田　俊彦(南田中4)

人命救助
上原　晴美(光が丘3)
小田桐　亮(向山3)
橘田　充彦(春日町5)
小甲　正人(三原台1)
平　千裕(向山4)
竹澤　香理
谷口　竜真(早宮4)
中込　淳(埼玉県川越市)
西原　奈緒(練馬4)
山﨑　幸司(三原台1)
吉川　皇(足立区)

寄付
内田　市五郎(早宮3)

※本人の希望により、8名を非掲載、7名を一部非掲載としています。

10/27執行 衆議院議員選挙投開票結果

問合せ 選挙管理委員会事務局☎5984-1399

小選挙区候補者別得票数

投票区	候補者名	届出政党名	得票数
第9区	当選　山岸　一生	立憲民主党	75,474
	すがわら　一秀	−	64,798
	大河内　しげた	日本維新の会	23,488
	大津　あやか	みんなでつくる党	7,245
第28区	当選　高松　さとし	立憲民主党	50,626
	安藤　たかお(比例代表選出にて当選)	自由民主党	50,290
	奥村　よしひろ	国民民主党	34,930
	たかの　直美	日本共産党	14,530
	藤川　たかし	日本維新の会	12,344
	江崎　さなえ	参政党	11,109

比例代表党派別得票数

名簿届出政党等名称(届け出順)	得票数(練馬区) 第9区	第28区
日本共産党	12,571	13,593
立憲民主党	39,711.292	36,130.386
れいわ新選組	12,119	11,940
社会民主党	2,944	2,659
公明党	15,660	14,580
日本維新の会	14,329	12,607
参政党	5,605	7,130
国民民主党	24,970.707	32,146.613
自由民主党	39,969	39,227
日本保守党	5,185	5,503
みんなでつくる党	1,575	752

※小数点以下は按分票。

投票率(小選挙区選出)など

		当日有権者数	投票者数	投票率(%)
練馬区	第9区	307,404	178,072	57.93
	第28区	313,446	179,168	57.16
都全体		11,532,823	6,465,382	56.06

エアコンや冷蔵庫などを買い替えよう

東京ゼロエミポイントでお得に！

東京都では、家庭の省エネ行動を促すため、省エネ性能の高い機器への買い替えなどに対して「東京ゼロエミポイント」を付与しています。登録店舗での購入時にポイント相当額がその場で値引きされます。登録店舗など詳しくは、東京ゼロエミポイントホームページをご覧ください。▶**対象機器:**エアコン、冷蔵庫、給湯器、LED照明器具▶**区の担当:**地球温暖化対策係▶**問合せ:**東京ゼロエミポイントコールセンター☎0120-083-255(午前9時～午後5時〈年末年始を除く〉)

「二十歳のつどい」の案内状を送付します

練馬文化センターで開催

来年1月13日㈷に開催する「二十歳のつどい」の案内状を11月上旬に送付します。案内状が届かない場合はご連絡ください。参加には申し込みが必要です。詳しくは、区ホームページや案内状をご覧ください。▶**対象:**平成16年4月2日～17年4月1日に生まれた区内在住の方▶**問合せ:**育成支援係☎5984-1292

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。

お知らせ❶

ねりま区報11月11日号は11月10日㈰の朝刊に折り込まれます

発行日が新聞休刊日のため、11月10日㈰の朝刊に折り込まれます。▶**問合せ:**広報係☎5984-2690

男女共同参画講座を企画・運営する団体を募集

▶**対象:**代表者が区内在住・在勤(在学)で、主に区内で活動する団体▶**実施期間:**令和7年6月～8年3月▶**内容:**男女共同参画(仕事と子育てや介護の両立、男性の家事・育児への参加促進など)をテーマにした講座の企画・運営▶**募集数:**10団体程度(選考)▶**委託料:**1講座につき3万円程度(保育を行う場合は加算あり)▶**申込:**男女共同参画センターえーるホームページや同センターにある募集要項をご覧の上、12月5日(必着)までに同センター☎3996-9007

国民健康保険

11月15日㈮に11月～来年3月納期分の納付書を送付

納期限は毎月末日(金融機関が休みの場合は翌営業日)です。10月期分以前の納付書を紛失した方には、納付書を再発行しますので、こくほ収納係☎5984-4559へご連絡ください。　※口座振替の方・年金からの徴収のみの方を除く。

期限内に納められない方は、納付案内センター☎5984-4547へご相談ください。

国民年金

「ねんきんネット」のご利用を～11月30日は年金の日

「ねんきんネット」では、年金記録の確認や受給見込額の試算ができます。この機会に、将来の生活設計について考えてみませんか。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

〈年金相談会を開催〉

▶**日時:**11月29日㈮午前10時～午後3時▶**場所:**区役所アトリウム▶**申込:**当日会場へ

◎**問合せ:ねんきんネットについて…**練馬年金事務所☎3904-5491、**相談会について…**東京都社会保険労務士会練馬支部・萩原☎090-5190-3466(平日午前10時～午後4時)

住まい・まちづくり

「重点地区まちづくり計画を検討する区域」がご覧になれます

外環の2沿道富士街道北部地区(石神井町4・7・8丁目、石神井台3丁目、東大泉1・5丁目)を、練馬区まちづくり条例に基づき「重点地区まちづくり計画を検討する区域」に指定しました。意見のある方は、意見書を提出できます。▶**縦覧・意見書提出の期間:**11月22日㈮まで▶**縦覧・意見書提出の場所:**都市計画課(区役所本庁舎16階)　※区ホームページでもご覧になれます。▶**問合せ:**新宿線・外環沿線まちづくり課☎5984-1278

都営住宅の入居者を募集(都公募分・地元割当分)

申し込み資格など詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。　※都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込めます。　※地元割当分は、1～2人世帯向け2戸。▶**申込書・募集案内の配布期間:**11月12日㈫まで▶**配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階)▶**問合せ:都公募分…**東京都住宅供給公社☎3498-8894、**地元割当分…**住宅課住宅係☎5984-1619

耐震相談会

(一社)練馬区建築設計事務所協会の建築士が、耐震改修や助成に関する相談にお応えします。▶**日時:**11月24日㈰午後1時～4時30分の間の45分間▶**場所:**石神井庁舎5階▶**申込:**11月22日㈮までに区ホームページまたは電話で耐震化促進係☎5984-1938

福祉・障害のある方

障害者福祉のしおりを配布

障害のある方を対象にした相談窓口や各種サービスを紹介しています。各ページには音声コードが印字され、アプリなどで音声情報を得られます。▶**配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、総合福祉事務所、保健相談所、図書館、障害者施策推進課(区役所西庁舎1階)　※区ホームページでもご覧になれます。　※障害者施策推進課では、点字・デイジー版も配布しています。▶**問合せ:**障害者施策推進課管理係☎5984-4598 FAX 5984-1215

事業者向け

合同企業説明会の参加事業者を募集

▶**対象:**区内事業者▶**日時:**来年2月6日㈭午後1時～4時▶**場所:**ココネリ3階▶**募集予定数:**20社(抽選)▶**区の担当:**産業振興調整係▶**申込:**11月15日㈮までに練馬区人材確保支援事業事務局ホームページ▶**問合せ:**同事務局☎0120-13-2711(平日午前9時～午後5時)

介護予防事業の運営を行う事業者を募集

来年4月から「高齢者筋力向上トレーニング」「いきがいデイサービス」の運営を行う事業者を募集します。事業者の選定は、プロポーザル(事業提案)方式で行います。区ホームページや高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある募集要領をご覧の上、申し込んでください。▶**問合せ:**高齢社会対策課介護予防係☎5984-2094

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。▶**申込期限:**11月29日㈮

●パンフレット「すぐわかる介護保険」

▶**掲載位置:**中面▶**広告サイズ(縦㎜×横㎜)・料金:**①127×90…3万円②60×185…3万円③127×185…6万円④260×185…12万円▶**刷色:**4色カラー▶**発行月:**来年4月▶**発行部数:**3万5000部▶**配布先:**地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、介護保険課(区役所東庁舎4階)など▶**問合せ:**介護保険課管理係☎5984-2863

●スポーツガイドブック

▶**掲載位置:**巻末▶**広告サイズ(縦㎜×横㎜)・料金:**①280×180…4万円②138×180…2万円③68×180…1万円④68×88…5,000円▶**刷色:**1色(色指定不可)▶**発行月:**来年4月▶**発行部数:**6,500部▶**配布先:**区民事務所、区立スポーツ施設など▶**問合せ:**スポーツ振興課管理係☎5984-1372

労働保険への加入はお済みですか？～11月は労働保険未手続事業一掃強化期間

労働保険は、労働者が失業したときの失業給付(雇用保険)、労働災害に遭ったときの労災給付(労災保険)などを行うものです。1人でも労働者を雇用している事業主は雇用形態を問わず、労働保険への加入義務があります。▶**問合せ:雇用保険について…**ハローワーク池袋雇用保険適用課☎3988-6662、**労災保険について…**池袋労働基準監督署労災課☎3971-1259

税のお知らせ　税の申告・年末調整に向けて準備を始めませんか?

区民の皆さまへ

ご自宅で確定申告ができます

マイナンバーカードや税務署で発行するID・パスワードを使って、ご自宅からパソコンやスマートフォンで申告できます。国税庁ホームページでは動画で入力方法を紹介しています。▶**問合せ:**税務署【練馬東☎6371-2332、練馬西☎3867-9711】

税理士による無料申告相談会

▶**日時:**11月16日㈯・17日㈰午前10時～午後3時▶**場所:**リヴィンオズ大泉店1階▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**東京税理士会練馬西支部☎3922-0311

所得税および復興特別所得税の予定納税(第2期分)の納期限は12/2㈪

キャッシュレスでも納付できます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。▶**問合せ:**税務署【練馬東☎6371-2332、練馬西☎3867-9711】

事業主の皆さまへ

年末調整の必要書類を配布しています

年末調整に必要な用紙や給与支払報告書を配布しています(下表参照)。給与支払報告書は、区ホームページからもダウンロードできます。年末調整の手順など詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。▶**対象:**源泉徴収義務者▶**問合せ:**税務署【練馬東☎6371-2332、練馬西☎3867-9711】、税務課区税第一～第四係☎5984-4537

▲国税庁ホームページ

日時	場所	配布書類
平日8:30～17:00	練馬東・西税務署、税務課(区役所本庁舎4階)	源泉所得税・支払調書関係書類、給与支払報告書
平日8:30～19:00	区民事務所(練馬を除く)	給与支払報告書

個人住民税は特別徴収が義務付けられています

地方税法では、従業員(給与所得者)の住民税は、事業主が毎月従業員に支払う給与から差し引きし、納入すること(特別徴収)とされています。▶**問合せ:**税務課区税第一～第四係☎5984-4537

個人事業税(第2期分)の納期限は12/2㈪

お支払いは、納め忘れのない便利な口座振替をご利用ください。詳しくは、東京都主税局ホームページをご覧ください。▶**問合せ:**豊島都税事務所☎3981-1211

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。

お知らせ❷

働く

図書館専門員【会計年度任用職員】

▶**対象:**司書の資格または図書館の勤務経験がある方▶**期間:**来年1月～3月(再任する場合あり)▶**日時:**午前8時30分～午後5時15分(月16日)※土・日曜、祝休日勤務あり。▶**場所:**練馬図書館▶**内容:**資料の利用案内・相談・選定、企画立案支援など▶**採用予定数:**1名(書類選考・面接)▶**報酬:**月額20万4734円　※交通費支給。　※期末・勤勉手当、社会保険あり。▶**申込:**区ホームページや光が丘図書館にある募集案内をご覧の上、11月11日(必着)までに光が丘図書館☎5383-6500

介護・福祉のお仕事フェアinねりま「スタートセミナー＆相談・面接会」

働きやすい事業所を選ぶポイントを紹介するほか、就職相談や面接会を行います。▶**日時:**11月23日㈷Ⓐ午後1時30分～4時30分(セミナー、相談・面接会)Ⓑ午後2時30分～4時30分(相談・面接会)▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**各70名(先着順)▶**申込:**練馬福祉人材育成・研修センターホームページまたは電話で同センター☎6758-0145　※お子さん連れ可。　※参加法人など詳しくは、同ホームページをご覧ください。

(公財)練馬区環境まちづくり公社契約社員

①自転車駐車場の集金②放置自転車の撤去・保管返還③自転車問い合わせセンターの電話対応の契約社員を募集します。▶**対象:**60歳以上の方(①②のみ)▶**採用予定日:**①来年4月1日㈫②③随時▶**日時:**週5日①午前7時30分～午後4時15分②午前8時30分～午後5時45分の間の7時間45分③月10～15日の午前9時30分～午後5時30分　※①～③とも土・日曜、祝休日勤務あり。▶**場所:**同公社など▶**採用予定数:**各若干名(書類選考・面接)▶**報酬:**①②月額18万3100円③時給1,300円　※交通費支給。　※社会保険あり。　※①②は賞与あり。▶**申込:**同ホームページにある募集要項をご覧の上、同公社☎3993-8011

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
一般曹候補生		18歳以上33歳未満の方	11/28㈭
自衛官候補生			随時
高等工科学校	推薦	中卒(見込み含む)以上17歳未満の男子	11/29㈮
	一般		来年1/16㈭

子育て世代の就活講座～社会保険や税金などの基礎知識

▶**対象:**20歳未満のお子さんがいる方▶**日時:**12月10日㈫午前10時～正午▶**場所:**男女共同参画センターえーる▶**講師:**J-FLEC認定アドバイザー／音川敏枝▶**定員:**40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②氏名(ふりがな)③電話番号を、同センター☎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10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、11月25日㈪までにお知らせください。

動画配信「練馬区で保育のお仕事をしませんか？～求人施設紹介」

区内にある民間保育施設の求人情報などを紹介します。▶**視聴期間:**12月20日㈮まで▶**視聴方法:**YouTube「練馬区保育園チャンネル」▶**問合せ:**保育人材育成係☎5984-1708

ボランティア

ブックスタート運営スタッフ

▶**対象:**20歳以上の方▶**内容:**0～1歳児と保護者への絵本の配布や読み聞かせ、手遊びの紹介など▶**募集人数:**各若干名(選考)▶**申込:**11月14日㈭までに電話で光が丘図書館☎5383-6500　※説明会を12月11日㈬午前10時から春日町図書館で開催します(先着30名)。

図書館名	活動日
練馬	毎木曜
平和台	第2・4木曜、第3日曜
大泉	毎木曜
春日町	第2・4金曜、第1・3土曜

※時間はいずれも午前中の2時間程度。

歯科衛生士【登録制】

▶**対象:**有資格者▶**期間:**来年4月から1年間▶**日時:**午前8時30分～午後5時15分の間の4時間程度(月2・3日)▶**場所:**保健相談所▶**内容:**歯科保健指導、小中学校での歯磨き指導など▶**謝礼:**日額6,600円▶**申込:**区ホームページや豊玉保健相談所にある申込書(写真貼付)を、11月15日(必着)までに豊玉保健相談所☎3992-1188

環境・リサイクル

資源の集団回収を始めませんか？

集団回収は、地域の方々による自主的なリサイクル活動です。家庭から出る新聞・雑誌・段ボール・古着(古布)・缶などの資源を集めて回収業者に引き渡します。町会・自治会・PTA・マンションの管理組合など、10世帯以上であれば団体登録ができ、回収量1kgにつき6円の報奨金が受け取れます(区内登録業者と契約した場合は、報奨金が1割加算されます)。登録方法など詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ:**資源循環センター☎3995-6711

11月は美化活動月間～みんなでまちをきれいに

自宅や店舗、事業所周辺の清掃をお願いします。また、11月24日㈰は区内一斉清掃日です。町会・自治会を中心に地域の清掃をお願いします。集めたごみは分別し、通常の資源・ごみ収集日に出してください。▶**問合せ:**美化啓発係☎5984-4709

健康・衛生

介護フェスティバル2024～11月11日は介護の日

高齢者が住み慣れた地域でいつまでも暮らせるよう、介護について学ぶイベントを開催します。▶**日程:**11月13日㈬▶**場所:**ココネリ3階▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**介護保険課管理係☎5984-2863

内容など	時間
イスヨガ ▶**定員:**各30名(先着順)	13:00～13:30、14:00～14:30、15:00～15:30
介護サービス説明会 ▶**定員:**各30名(先着順)	13:35～13:55、14:35～14:55、15:35～15:55
福祉用具展示・体験	13:00～16:00
介護・看護相談会	

介護相談・交流カフェ～納得の介護施設選び

介護に役立つお話のほか、介護経験のある支援者による相談会を行います。▶**日時:**11月18日㈪午後2時～4時▶**場所:**練馬高野台駅前地域集会所▶**講師:**平和台介護老人保健施設アバンセ主任介護支援専門員／里見茂郎▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**在宅介護支援係☎5984-4597

11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病には1型と2型があり、2型糖尿病は生活習慣や遺伝的な要因などで発症し、脳卒中や心臓病など、命に関わる合併症を引き起こすこともあります。この機会に、自分の健康について考えてみませんか。

〈パネル展〉

▶**日時:**11月8日㈮～15日㈮午前8時45分～午後8時(8日は午後2時から。15日は午後1時まで)▶**場所:**区役所本庁舎2階通路

◎**問合せ:**健康づくり係☎5984-4624

お悩み解決！お薬・健康相談会～そうだ薬剤師にきいてみよう

▶**日時:**11月10日㈰午後2時～4時▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**申込:**11月7日㈭までに電話でこくほ給付係☎5984-4553

11月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ず保険証をお持ちください。往診はしません。

▶**問合せ:**地域医療課☎5984-4673

●休日急患診療所

	場所	診療日時
小児科	練馬区夜間救急こどもクリニック(豊玉北6-12-1　区役所東庁舎2階)予約専用 ☎050-5810-4682(自動音声)▶**問合せ:**☎3994-2238※小児科医が診療。	平日の20:00～22:30土曜・日曜・祝休日の18:00～21:30※保護者同伴。予約も可
内科・小児科	練馬休日急患診療所(豊玉北6-12-1　区役所東庁舎2階)予約専用 ☎050-5810-4682(自動音声)▶**問合せ:**☎3994-2238	土曜の18:00～21:30日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30、18:00～21:30※15歳以下の方は保護者同伴。予約も可
	石神井休日急患診療所(石神井町3-30-26　石神井庁舎地下1階)予約専用 ☎050-5526-1262(自動音声)▶**問合せ:**☎3996-3404	
歯科	練馬歯科休日急患診療所(豊玉北6-12-1　区役所東庁舎3階)☎3993-9956	日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30※当日、電話で要予約。

●休日診療当番医療機関

診療科目を必ず電話で確認の上、来院してください。

▶**診療時間:**日曜・祝休日の午前9時～午後7時

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●テレホンサービス

●東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら…」
携帯電話など　☎#7119
ダイヤル回線　☎3212-2323

●東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303(毎日24時間自動応答)

予約も可…開始30分前～終了1時間前に練馬区医師会ホームページまたは電話で各診療所の予約専用へ

●休日施術当番接骨院

▶**施術時間:**午前9時～午後5時

3日㈷	**篠整骨院**(栄町36-5)	☎3991-6623
	ゆう整骨院(旭町1-15-30)	☎6904-1602
	たかつか接骨院(大泉学園町4-18-41)	☎3978-1127
4日㈫	**にだいら整骨院**(桜台1-5-4)	☎3993-7866
	こさべ接骨院(石神井町2-15-8)	☎6913-4702
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556
10日㈰	**ごとう接骨院**(桜台2-1-5)	☎3994-7804
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	フカサワ整骨院(上石神井2-30-20)	☎3594-3289
17日㈰	**町田接骨院**(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	秋山接骨院(大泉町5-32-9)	☎5387-1741
23日㈷	**名倉堂氷川台整骨院**(氷川台4-6-4)	☎5399-0777
	紅の葉整骨院(石神井町3-19-14)	☎6763-3022
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183
24日㈰	**杏文接骨院**(氷川台3-29-4)	☎5920-2121
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	日高アスリート接骨院(関町北2-28-3)	☎6882-3979

ねりまほっとライン　練馬区情報番組　11月の放送内容

●にぎわい続々！江古田の魅力店

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。

高次脳機能障害を知る
～主な症状と対応のヒント

▶**日時:**11月30日㈯午前10時～正午▶**場所:**光が丘区民センター2階▶**内容:**講義▶**講師:**武蔵野赤十字病院リハビリテーション科部長／秋元秀昭▶**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22日㈮までに心身障害者福祉センター☎5984-1496 FAX 5984-1215

リウマチ治療の最新情報～知っておきたい薬物療法や生活の工夫

▶**日時:**12月5日㈭午後2時～4時▶**場所:**勤労福祉会館▶**内容:**講義▶**講師:**順天堂練馬病院膠原病・リウマチ内科診療科長／天野浩文▶**定員:**60名(先着順)▶**申込:**電話で大泉保健相談所☎3921-0217

腎臓を守るために今できること～生涯自分の腎臓で生活するために

▶**日時:**12月13日㈮午前10時～正午▶**場所:**光が丘区民センター2階▶**内容:**講義▶**講師:**日本大学医学部附属板橋病院腎臓・高血圧・内分泌内科長／丸山高史▶**定員:**80名(先着順)▶**申込:**区ホームページまたは電話で光が丘保健相談所☎5997-7722

医師から学ぶ統合失調症
～知っておきたい情報とサポートのコツ

▶**日時:**12月17日㈫午後2時～4時▶**場所:**豊玉保健相談所▶**内容:**講義▶**講師:**陽和病院長／牛尾敬▶**定員:**50名(先着順)▶**申込:**12月10日㈫までに区ホームページまたは電話で同相談所☎3992-1188

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:**11月5日㈫・19日㈫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

ネズミにお困りの方はご相談を

家屋に侵入したネズミの駆除に関する相談を受け付けるほか、殺そ剤・粘着板のサンプルを生活衛生課(区役所東庁舎6階)で配布しています。※殺そ剤の配布は来年4月30日㈬まで。▶**問合せ:**生活衛生課環境衛生監視担当係☎5984-2485

高齢者

シニアボランティア活動セミナー

▶**対象:**おおむね60歳以上の方▶**日時:**12月9日㈪午後1時30分～3時30分　※午後3時30分～4時30分に個別相談会あり。▶**場所:**区役所本庁舎19階▶**定員:**30名(先着順)▶**区の担当:**いきがい係▶**申込:**㈱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)

頭と体を動かそう！健康長寿はつらつまつり

▶**日時:**11月16日㈯午前9時30分～午後3時30分▶**場所:**関区民センター▶**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、ビデオゲームを使ったスポーツ体験、物作りなど▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**介護予防係☎5984-2094

理学療法士が伝える！介護予防・フレイル予防！

健康維持の知識や運動方法を学びます。　※オンラインでも配信します。詳しくは、お問い合わせください。▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**日時:**11月21日㈭午後2時30分～3時30分▶**場所:**はつらつセンター豊玉▶**申込:**電話で同所☎5912-6401

〈下記の会場で同時視聴できます〉
▶**申込:**電話で各申込先へ

場所・申込先	
はつらつセンター	光が丘☎5997-7717
	関☎3928-1987
	大泉☎3867-3180
敬老館	栄町☎3994-3286
	南田中☎3995-5538
	高野台☎3996-5135
	三原台☎3924-8834
	石神井☎3996-2900
	石神井台☎3995-8270
	上石神井☎3928-8623
	東大泉☎3921-9129
	西大泉☎3924-9545
	大泉北☎3925-7105

はつらつシニアクラブ
～「はつらつ度」測定します

姿勢や体組成(脂肪や筋肉の量など)の測定、フレイルチェックなどを行い、アドバイスをします。近隣の運動・文化活動団体の情報も提供します。　※ペースメーカーを使用中の方は一部の測定ができません。▶**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:**電話でシンコースポーツ㈱西東京支店☎042-512-9394(月～金曜午前9時～午後5時)※申し込みは1人1会場です。

場所	日程
田柄地区区民館	11/19㈫
サンライフ練馬	11/21㈭
関区民センター	11/26㈫
西大泉地区区民館	11/27㈬

※時間はいずれも9:30～10:45。

ひと汗かいて、ひとっ風呂！
～11月のフロ・マエ・フィットネス

公衆浴場の営業開始前に筋力トレーニングや体操などを行います。運動後は入浴できます。▶**対象:**医師から運動を止められていない65歳以上の方▶**費用:**200円(入浴料込み)▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**介護予防係☎5984-2094

浴場名	日時	定員(先着順)
浅間湯(栄町38-3)	毎火曜 10:00～11:00	各15名
貫井浴場(貫井2-20-16)	毎水曜 14:00～15:00	各15名
川場湯(桜台3-15-14)	毎木曜 14:00～15:00	各15名
辰巳湯(桜台4-42-2)	毎金曜 13:15～14:15	各10名

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:**12月6日㈮午前10時～正午▶**場所:**光が丘保健相談所▶**講師:**健康運動指導士／原眞奈美▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所☎5997-7722

子ども・教育

12月の赤ちゃん準備教室
～沐浴(もくよく)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)
北☎3931-1347	21㈯ 9:30～11:30	30組
光が丘☎5997-7722	20㈮ 13:15～16:05	24組
石神井☎3996-0634	6㈮ 13:30～15:00	24組
大泉☎3921-0217	7㈯ 9:00～11:30	20組
関☎3929-5381	14㈯ Ⓐ9:15～11:15 Ⓑ13:30～15:30	各20組

※時間はいずれも1時間30分程度。

12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	6㈮ 9:30～10:00
北☎3931-1347	16㈪ 9:30～10:00
光が丘☎5997-7722	2㈪ 13:15～13:30
石神井☎3996-0634	4㈬ 9:30～10:00
大泉☎3921-0217	16㈪ 13:30～14:00
関☎3929-5381	16㈪ 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。

12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	11㈬ 9:00～10:20	60名
北☎3931-1347	13㈮ 9:00～10:00	40名
光が丘☎5997-7722	18㈬ 9:00～10:15	40名
石神井☎3996-0634	20㈮ 9:00～10:00	60名
大泉☎3921-0217	16㈪ 9:00～10:00	40名
関☎3929-5381	16㈪ 13:00～15:00	40名

講演会「自閉スペクトラム症のこどもは、どのように自立していくのか」

▶**日時:**11月30日㈯午前10時～11時45分▶**場所:**こども発達支援センター▶**講師:**横浜市西部地域療育センター長／岩佐光章▶**定員:**50名(先着順)▶**申込:**11月22日㈮までに区ホームページまたは電話で同支援センター☎3975-6251　※オンラインでも配信します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

朗読を聞いて子育てにほっとひといき

▶**対象:**17歳以下のお子さんの保護者▶**日時:**12月11日㈬午前10時～11時30分▶**場所:**貫井図書館▶**内容:**重松清など子育てや家族をテーマとした小説の朗読、子育て家庭との交流▶**講師:**俳優／森田順平▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所☎3577-1831

講座・催し❶

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	11/7㈭・14㈭・28㈭ 11:00～13:30
ココネリ2階	11/11㈪～15㈮ 11:00～14:00
光が丘IMA	11/27㈬ 11:00～14:00

「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」入賞作品を紹介

問合せ 歯科保健担当係☎5984-4682

パネル展 ▶**日時:**11月8日㈮までの午前8時45分～午後8時(8日は午後1時まで)▶**場所:**区役所アトリウム

動画配信 ▶**視聴期限:**11月28日㈭ ▶**視聴方法:**区ホームページ

毎日午前9時・正午の2回、ケーブルテレビJ:COMチャンネル東京(地上デジタル11チャンネル)で放送中。
※区ホームページやYouTubeの練馬区公式チャンネルからもご覧になれます。▶**問合せ:**広報戦略係☎5984-2693

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。

講座・催し❷

多世代交流ひろば ～デコレーションバッグを作ろう

▶**日時:**11月30日㈯午前10時～正午▶**場所:**はつらつセンター大泉▶**講師:**ソーイング講師／小山綾子ほか▶**定員:**30名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**11月20日㈬までに電話で同所☎3867-3180

練馬つながるフェスタin光が丘

地域活動団体がワークショップや物品販売を行います。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**日時:**11月9日㈯午後1時～3時30分▶**場所:**光が丘IMA▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**区民協働交流センター☎6757-2025

対人関係の悩みを解消し楽になれるワークショップ「ソーシャル・スキルズ・トレーニング」

▶**日時:**12月2日・9日・16日の月曜午前10時～午後0時30分【3日制】▶**場所:**豊玉障害者地域生活支援センターきらら▶**講師:**SST普及協会認定講師／河島京美▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所☎3557-2020　※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員3名)を利用したい方は、11月21日㈭までに併せて申し込んでください。

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

◆JA東京あおば　直売所フェスタ～秋の収穫祭▶**日程:**11月2日㈯・3日㈷▶**場所:**ふれあいの里(桜台3-35-18)、こぐれ村(大泉学園町2-12-17)、とれたて村石神井(石神井町5-11-7)▶**問合せ:**JA東京あおば地域振興部☎5910-3066

◆パークロード石神井カレーDay 2024▶**日程:**11月2日㈯～4日㈪▶**場所:**石神井公園駅周辺▶**内容:**期間限定メニューの販売、抽選会▶**問合せ:**石神井公園商店街振興組合・土屋☎3996-7419

◆秋のえこだパンさんぽwith桜台▶**日時:**11月2日㈯・3日㈷午前10時～午後5時▶**場所:**江古田駅南口駅前広場▶**問合せ:**運営委員会・萩原☎090-7735-1804　※詳しくは、「とにかく江古田！」プロジェクトホームページをご覧ください。

◆たしざん福祉作業所の催し▶**日時:**11月2日㈯午前10時30分～午後0時30分▶**場所:**ノウフクたしざん畑(西大泉4-18)▶**問合せ:**たしざん福祉作業所☎6337-2719(火～土曜午前9時～午後6時)

●ノウフクたしざんマーケット▶**内容:**自主生産品・野菜の販売▶**申込:**当日会場へ

●野菜収穫体験大会▶**定員:**10名(先着順)▶**申込:**電話で同作業所へ

◆秋のマルシェ▶**日時:**11月9日㈯午前11時30分～午後2時(小雨決行)▶**場所:**橋戸新田公園(土支田3-27-29)▶**内容:**大泉・土支田地域の産地直売会、福引大会など▶**問合せ:**共栄商店会・田中☎080-3127-2519

◆健康フェスティバル「フレイル予防～頭も身体(からだ)も生涯現役」▶**日時:**11月9日㈯午後1時～4時▶**場所:**平和台体育館▶**内容:**講演会、フレイルチェック、介護や服薬の相談、福祉用具体験など▶**講師:**ライフサポートひなた施設長／藤岡高弘▶**定員:**80名(先着順)▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**ケアサービス伊東☎3934-1282

◆第47回住宅デー▶**日時:**11月10日㈰午前10時～午後3時(受け付けは午後2時まで)▶**場所:**関区民センターなど27会場▶**内容:**無料住宅相談、耐震相談、包丁研ぎなど▶**問合せ:**東京土建練馬支部☎3825-5522　※詳しくは、同支部ホームページをご覧ください。

◆江古田オータムプチバザール▶**日時:**11月10日㈰午前11時～午後3時▶**場所:**江古田駅北口駅前通り▶**内容:**屋台村、抽選会、射的▶**問合せ:**江古田駅北口商店会・佐久間☎080-3203-8859

◆護身術と合気道体験講習会▶**対象:**小学生以上▶**日時:**11月19日㈫・26日㈫午後4時～5時30分【2日制】▶**場所:**大泉学園町体育館▶**費用:**200円(小学生無料)▶**申込:**電話またはハガキで①講習会名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、11月15日(必着)までに〒194-0202町田市下小山田町3554-1　練馬区合気道連盟・新元☎042-798-2335

◆不動産取引無料相談会▶**日時:**11月21日㈭午前11時～午後3時▶**場所:**区役所アトリウム▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**(公社)東京都宅地建物取引業協会第九ブロック(練馬区支部)☎6845-8240

◆行政書士による講演会「相続問題と終活の勧め・空き家対策」と無料相談会▶**日時:**11月22日㈮午後2時～4時30分▶**場所:**区役所本庁舎20階▶**申込:**11月20日㈬までに電話で東京都行政書士会練馬支部・二階堂☎090-6119-0564(平日午前11時～午後4時)

◆ノルディックウオーキングin多摩川▶**対象:**小学生以上　※小中学生は保護者同伴。▶**日時・場所:**11月23日㈷午前9時西武拝島線拝島駅集合～龍津寺はけの下～くじら運動公園～多摩大橋～午後3時JR東中神駅解散(約12㎞)▶**定員:**30名(先着順)▶**費用:**1,000円(小中学生は500円)　※ポールのない方は別途500円。　※交通費実費。▶**申込:**電話または電子メールで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③ポールの有無を、11月20日㈬までにSSC桜台・南波☎090-1408-9900 Eメール sakuradai.staff3@gmail.com

◆区民公開講座「糖尿病と骨～いつまでも元気で動き続けられるために」▶**日時:**12月1日㈰午後2時30分～4時▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室▶**講師:**練馬総合病院副院長／東宏一郎ほか▶**定員:**100名(先着順)▶**申込:**電話またはファクスで①氏名②電話番号または電子メールアドレスを、11月28日㈭までに練馬総合病院☎5988-2200(平日午前8時30分～午後5時30分) FAX 5988-2250

◆再就職に役立つワード・エクセル基礎科▶**対象:**結婚、出産、育児、介護などで離職し、ハローワークで求職登録をした女性▶**日時:**12月2日㈪～6日㈮午前10時～午後3時【5日制】▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**定員:**10名(抽選)▶**費用:**2,200円▶**申込:**区ホームページや男女共同参画センターえーる、石神井公園区民交流センター、図書館、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)などにある募集案内をご覧の上、11月8日(必着)までに募集案内に記載の申込先へ▶**問合せ:**事務局☎6261-7524　※保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

◆シルバー人材センターの保育補助セミナー▶**対象:**60歳以上の方▶**日時:**12月5日㈭午後2時～4時30分▶**場所:**ココネリ3階▶**講師:**ニチイ学館／伊野直美▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で練馬区シルバー人材センター☎3993-7168

◆第23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:**12月8日㈰午前9時～午後4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、11月22日㈮までにSSC平和台☎5921-7800 Eメール ssc.heiwadai@gmail.com

◆SSC光が丘総合スポーツスクール▶**対象:**①3・4歳児②5歳児～小学3年生▶**日時:**来年3月までの月3回木曜①午後4時～5時②午後5時～6時▶**場所:**光が丘体育館など▶**講師:**biima sports／遠藤克仁▶**定員:**各10名(先着順)▶**費用:**月6,600円▶**申込:**SSC光が丘ホームページ▶**問合せ:**同SSC・大熊☎090-1765-2482

◆井草高校公開講座「はじめてのミシン～オリジナル巾着を作ろう」▶**対象:**小学5年生以上▶**日時:**12月14日㈯・15日㈰午前9時30分～正午【2日制】▶**定員:**12名(抽選)▶**費用:**500円(高校生以下無料)▶**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(学生は学年も)⑥性別⑦電話番号を、11月13日(必着)までに〒177-0044上石神井2-2-43　井草高校☎3920-0319

献血にご協力を

▶**問合せ:**東京都赤十字血液センター武蔵野出張所☎0422-32-1100

◆石神井東小(谷原地区祭会場)▶**日時:**11月3日㈷午前9時30分～午後1時30分　※地区祭が中止の場合は献血も中止。

◆練馬西税務署駐車場▶**日時:**11月11日㈪午前10時～午後4時

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めます。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

◆茶道体験▶**対象:**小中学生と保護者▶**日時:**11月17日㈰Ⓐ午前10時～11時30分Ⓑ午前11時30分～午後0時30分Ⓒ午後1時～2時30分Ⓓ午後2時30分～3時30分▶**場所:**石神井松の風文化公園管理棟▶**定員:**各10組(先着順)▶**費用:**1人500円▶**申込:**電話で来帰庵の会・新倉☎3997-8147(午前9時～午後8時)

◆ねりまみんなでプラネタリウム▶**対象:**中学生以下のお子さんと保護者▶**日時:**来年1月4日㈯Ⓐ午前10時30分からⒷ午前11時30分からⒸ午後0時30分からⒹ午後1時30分からⒺ午後2時30分からⒻ午後3時30分から　※時間はいずれも45分程度。▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**各30名(先着順)▶**費用:**1人500円▶**申込:**電話でねりパパ・藤田☎090-3008-8602(月～水曜午後5時～午後9時、木～日曜午前9時～午後9時)

すまいるねりま遊遊スクール

◆ペガーボール体験会！▶**対象:**主に知的障害のある小中学生と保護者▶**日時:**11月17日㈰午前10時～11時30分▶**場所:**光が丘区民センター3階▶**定員:**15組(先着順)▶**申込:**電話で練馬区ペガーボール協会・原田☎090-3234-5584

◆やってみよう！パラスポーツ▶**対象:**主に知的障害のある小中学生と保護者▶**日時:**11月24日㈰午前10時～11時30分▶**場所:**光が丘区民センター3階▶**定員:**15組(先着順)▶**申込:**電話で練馬区パラスポーツ研究会・原田☎090-6509-0989

子育て学習講座

◆誰もが自分らしく生きる子育て講座▶**対象:**子育て中の保護者▶**日時:**11月30日㈯午後2時～4時▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**20名(先着順)▶**申込:**電話でFamily+・福島☎080-3495-7218(午前9時～午後8時)

子供安全学習講座

◆小豆川先生のみんなで放射線ラボ！▶**対象:**子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶**日時:**11月9日㈯午後1時30分～3時30分▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**20名(先着順)▶**費用:**100円▶**申込:**電話で子どもたちを放射能から守るねりまネットワーク・カクタ☎090-8021-6906(午前8時～午後8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、11月12日(必着)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。

◆平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶**日時:**11月17日㈰午前9時30分～正午(雨天中止)▶**申込先:**〒177-0035南田中4-7-10-201　リサイクル・ゆう☎080-1980-6310(先着80店。問い合わせは午後6時～8時)

◆和田堀公園(石神井町1-1-11)▶**日時:**11月17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)

朝・夕・青空市

◆江古田いちば通り商店街▶**日時:**11月1日㈮午前10時～午後6時▶**問合せ:**内田☎3991-1243

◆氷川台商店街▶**日時:**11月9日㈯午後3時～7時▶**問合せ:**篠☎3931-6015

◆光が丘IMA南館前▶**日時:**11月10日㈰午前10時～午後3時▶**問合せ:**冨永☎090-4374-3888

学校応援団・開放まつり

▶**持ち物:**上履き▶**申込:**当日会場へ▶**問合せ:**学校応援団・開放係☎5984-1057

◆大泉小▶**日時:**11月3日㈷正午～午後2時45分▶**内容:**ミニドーナツ・綿あめ・ポップコーンの提供、ねり丸グリーティングなど

◆大泉桜学園▶**日時:**11月17日㈰午前9時30分～午後0時30分▶**内容:**迷路、ボールキャッチゲーム、面打ち体験

地区祭

◆第六地区祭▶**日時:**11月10日㈰午前10時～午後3時▶**場所:**旭町小▶**内容:**ステージ、展示、模擬店など▶**問合せ:**実行委員会・斉藤☎3939-0374

◆桜台地区祭▶**日時:**11月16日㈯午後1時30分～午後3時30分(雨天決行)▶**場所:**開進第三中▶**内容:**演奏、ダンス、お菓子釣りゲームなど▶**問合せ:**実行委員会・森谷☎070-8500-5227

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。
●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。

▌太田マサ子パッチワーク教室作品展2024年　12月6日～8日午前10時～午後6時(6日は正午から。8日は午後4時まで)　練馬区立美術館　入場無料　太田☎3926-2663

▌夢の色彩クリスマススペシャルコンサート　5歳児以上対象　12月13日午後7時開演　練馬文化センター出演　伊藤万桜ほか　入場無料　MIグループ・伊藤☎080-9704-8611 Eメール vnfunmi@gmail.com(要予約)

▌硬式テニス　楽しいテニス　火曜または木曜午前10時～正午　石神井松の風文化公園庭球場など　会費1回500円　細谷☎080-4126-8834(要予約。午後5時～9時)

▌水泳同好会スイスイ　5歳児～中学生対象　毎火曜①午後5時25分～6時15分(初級・中級)②午後6時5分～7時15分(中級・上級)　三原台温水プール　講師　嵯峨慶子ほか　①②とも入会金1,000円、月会費2,500円　保険料年800円　初回は無料体験可　2カ月に1回検定あり　鈴木 Eメール suisui.s.club@gmail.com(要予約)

▌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　サンライフ練馬　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)

▌お手玉で遊ぼう　小学生以上対象　11月23日午後2時～4時　早宮地区区民館　参加費無料　例会…①第1土曜午後1時30分～3時30分(お手玉作り)②第3金曜午前9時30分～11時30分(技の練習)　早宮地区区民館　年会費3,000円　練馬おてだまの会・奥野☎090-5798-6278(要予約。午後6時～9時)

▌第32回写団すずしろ写真展　11月8日～14日午前10時～午後6時(8日は午後1時から。14日は午後4時まで)　大泉学園ゆめりあギャラリー　入場無料　例会…第4土曜午後2時～5時　東大泉中央地域集会所　講師　深尾憲英　入会金1,000円　月会費1,000円　初回は無料体験可　木下☎090-9950-2189

▌視覚障害者のためのメイク教室「使い方は1つじゃない！あなたに合ったコスメの使い方とは」　11月17日午後1時～4時　ココネリ3階　講師　伊作智子ほか　参加費無料　材料費など実費　(一社)セルフサポートマネージメント・石井☎080-8743-1138 Eメール s.1312002338@gmail.com(要予約)

▌子育てコーチング講座「親子の幸せな未来を引き寄せる～すぐできる褒める子育ての3つのステップ」　子育て中の保護者対象　11月17日午後2時～3時30分　石神井公園区民交流センター　参加費1,500円　追い風コーチング・中村☎090-3310-2985(先着10名)

▌硬式テニス体験会　11月30日①午前9時～11時(初級以上)②午前11時～午後1時(中級以上)　豊玉中庭球場　参加費400円　例会…15～60歳までの初級者以上対象　主に土・日曜、祝休日午前9時～11時　石神井松の風文化公園庭球場など　会費1回500円　松風テニスクラブ・坂井☎090-3511-6232 Eメール sss315315@yahoo.co.jp(要予約)

▌俳句　ふうの木句会　初心者～中級者対象　第4金曜午後1時～4時30分　サンライフ練馬　講師「繪硝子」主宰／和田順子　月会費1,000円　倉橋☎ FAX 3999-0018 Eメール 0348290401@jcom.home.ne.jp(要予約)

▌第2回ゆめりあコンサート「日本の抒情歌を歌う」　11月12日午後2時～4時　大泉学園ゆめりあホール　入場無料　例会…月4回火曜午前10時～正午　勤労福祉会館　講師　中山京子　入会金1,000円　月会費4,000円　女声合唱団こーるぽぷり・川人☎070-1306-2244(要予約)

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。

座談会「専門家とまちづくりを語ろう！」

区のまちづくりに関わる専門家と、まちづくり活動について語り合います。▶**日時:**11月17日㈰午後2時～5時▶**場所:**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)▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**同センターホームページまたは電話で同センター☎3993-5451

クリスマスハートポプリ作り

▶**日時:**11月21日㈭午前11時～午後3時の間の20分程度▶**場所:**区役所本庁舎20階▶**講師:**NPO法人自然工房めばえスタッフ▶**定員:**45名(抽選)▶**申込:**11月8日㈮までに区ホームページ▶**問合せ:**保全係☎5984-1683

絵手紙教室 ～いろいろな紙に絵手紙をかこう

▶**日時:**11月30日㈯午後1時～3時▶**場所:**サンライフ練馬▶**講師:**日本絵手紙協会公認講師／田代修子▶**定員:**30名(抽選)▶**申込:**往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、11月12日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18　サンライフ練馬☎3990-0185

地域活動支援講座

地域活動に役立つ知識とスキルを学びます。▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**各30名(先着順)▶**申込:** 1 11月12日㈫ 2 15日㈮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

1 伝わる！響く！チラシ・コンテンツ作成講座

▶**日時:**11月18日㈪午前10時～正午▶**講師:**ウェブデザイナー／山本和泉

2 つながるカレッジねりま公開講座～地域活動の実践と展開

▶**日時:**11月23日㈷午前9時30分～11時30分▶**講師:**東洋大学福祉社会デザイン学部准教授／齋藤博　※オンラインでも配信します。詳しくは、同ポータルサイトをご覧ください。

身近にある食品添加物を知ろう！

食品添加物について、実験を交えながら学びます。▶**対象:**中学生以上▶**日時:**11月30日㈯午前10時～11時30分▶**場所:**光が丘図書館▶**講師:**東京都消費者啓発員／倉本晃▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**電話で同所☎5383-6500

ふるさと文化講座「江戸上水と練馬」

▶**日時:**12月15日㈰午後2時～3時30分▶**場所:**石神井公園ふるさと文化館▶**講師:**東京都水道歴史館学芸員／金子智▶**定員:**90名(抽選)▶**申込:**同文化館ホームページまたは往復ハガキで①講座名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、11月19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☎3996-4060

勤労福祉会館の催し

▶**定員:**各30名(先着順)▶**申込:**開催日の2日前までに電話で同館☎3923-5511

1 元気はつらつ生活講座「若さを保つ！いきいき食生活」

▶**日時:**12月10日㈫午後1時30分～3時30分▶**講師:**介護福祉士／志寒浩二

2 働き方改革講座「年収の壁106万円・130万円対策と年金を考える」

▶**日時:**12月13日㈮午後6時～8時▶**講師:**特定社会保険労務士／角山史朗

3 知って役立つ労働法「雇用保険の更新・終了と失業保険講座」

▶**日時:**12月20日㈮午後6時～8時▶**講師:**特定社会保険労務士／萩原一郎

文化交流カフェ ～一緒に触れよう！各国の絵本

▶**日時:**11月30日㈯午後2時～4時▶**場所:**石神井公園区民交流センター▶**定員:日本人の方**…24名、**外国人の方**…24名(いずれも先着順)▶**費用:**200円▶**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④国籍を、地域振興課事業推進係☎5984-1523 Eメール chiiki17@city.nerima.tokyo.jp

わたしの「これからライフ」2024

▶**対象:**ひきこもりなどの状態にある女性▶**場所・問合せ:**男女共同参画センターえーる☎3996-9007 FAX 3996-9010▶**申込:**同センターホームページ　※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、手話通訳を希望する方は、開催日の2週間前までに併せて申し込んでください。

●ゆるヨガ女子会

▶**日時:**①12月3日㈫②来年2月18日㈫午前10時～正午▶**講師:**全米ヨガアライアンスRYT200／滝沢菜穂▶**定員:**各30名(先着順)

●ねんどで作ろう！くまのマスコット

▶**日時:**来年1月28日㈫午後2時～4時▶**講師:**おもちゃコンサルタントマスター／剣持明子▶**定員:**20名(先着順)▶**費用:**300円

ユニバーサルデザイン講座

誰もが出掛けたくなるまちをつくるために必要な、合理的配慮や環境整備のあり方を考えます。▶**日時:**12月7日㈯午後1時30分～5時▶**場所:**ココネリ3階▶**講師:**東洋大学人間科学総合研究所客員研究員／川内美彦ほか▶**定員:**30名(先着順)▶**申込:**みどりのまちづくりセンターホームページまたは電話、ファクスで①講座名②住所③氏名(事業者の場合は事業者名も)④電話番号⑤電子メールアドレス(ある方のみ)を、12月2日㈪までに同センター☎ FAX 3993-5451　※手話通訳・点字資料などを希望する方は、11月22日㈮までにお知らせください。

サークル合同発表会

▶**場所・問合せ:**春日町青少年館☎3998-5341▶**申込:**当日会場へ

日時	内容
11/9㈯・10㈰ 10:00～16:00 ※10㈰は15:00まで。	書道や絵画などの作品展示
11/10㈰ 10:30～14:30	そばの提供
11/10㈰ 13:00～15:10	ダンスの発表

エンディングノート記入支援セミナー

▶**日時:**①11月25日、12月2日・9日の月曜午前10時30分～正午②12月11日・18日・25日③来年1月8日・15日・29日の水曜午後2時～3時30分④来年2月5日・12日・19日の水曜午前10時30分～正午【3日制】▶**場所:**街かどケアカフェ①けやき(南大泉地域集会所内)②かしわ(中村2-25-3)③こぶし(練馬高野台駅前地域集会所内)④さくら(桜台地域集会所内)▶**定員:**各10名(先着順)▶**申込:**電話で地域福祉係☎5984-2716

スポーツ

初心者スポーツ教室

▶**申込:**区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(1 2 の別。 2 はⒶⒷ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⑦保護者の氏名(2 のみ)を、11月11日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

1 硬式テニス

▶**対象:**15歳以上の方(中学生を除く)▶**日時:**12月6日～来年1月17日の毎金曜午前9時～11時【1月3日を除く。6日制】　※予備日1月24日㈮。▶**場所:**土支田庭球場▶**定員:**60名(抽選)▶**費用:**2,000円

2 ぜんそく児水泳

▶**対象:**気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児～小学4年生で、医師に参加を認められたお子さん　※当選後に医師の健康調査書が必要です。▶**日時:**Ⓐ来年1月6日～3月31日の毎月曜午後4時～6時【1月13日、2月10日・24日、3月10日を除く。9日制】Ⓑ来年1月9日～3月27日の毎木曜午後4時～6時【2月13日、3月20日を除く。10日制】▶**場所:**Ⓐ中村南スポーツ交流センターⒷ大泉学園町体育館▶**定員:**各45名(抽選)

区民スポーツ大会　銃剣道

▶**日時:**12月14日㈯午前9時から▶**場所:**平和台体育館▶**内容:**Ⓐ個人戦Ⓑ団体戦▶**申込:**ハガキで①大会名(ⒶⒷの別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦段位を、11月27日(必着)までに〒179-0081北町2-36-8　練馬区銃剣道連盟事務局・根本へ▶**問合せ:**スポーツ振興課事業係☎5984-1947

石神井公園で

＼素材を見つけて／

ねりま観光ツアー Nerima Sightseeing Tour

オリジナルリース作り体験ツアー

松ぼっくりを使ってミニリースとツリーを作ります。使いたい素材を持ち込むこともできます。▶**対象:**小学生以下のお子さんと保護者▶**日時・場所:**12月14日㈯Ⓐ午前9時Ⓑ午後1時30分石神井観光案内所集合～石神井公園～ワークショップ石神井～Ⓐ正午Ⓑ午後4時30分集合場所解散(約2.5km)▶**定員:**各6組(抽選)▶**費用:**1組1,500円▶**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(ⒶⒷの別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、11月15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11月下旬に通知します。

11月9日～15日 秋の火災予防運動

「目で確認 声出し確認 火の用心」

火災が発生しやすい季節に備え、火災予防について考える催しです。詳しくは、各消防署ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。▶**区の担当:**防災訓練支援係▶**申込:**当日会場へ

日時・場所など	問合せ(消防署)
防災訓練車がやってくる！ ▶**日時:**11/10㈰10:00～11:30(雨天中止) ▶**場所:**大泉公園(大泉学園町6-26)	石神井 ☎3995-0119
防火のつどい(火災予防功労表彰式、講演会「ガス・石油燃焼機器の安全・安心な使い方」) ▶**日時:**11/14㈭13:30～16:00▶**場所:**光が丘IMA ▶**定員:**500名(先着順)	光が丘 ☎5997-0119
防火のつどい(火災予防功労表彰式、武蔵野音楽大学学生による演奏会) ▶**日時:**11/15㈮13:30～15:15▶**場所:**生涯学習センター ▶**定員:**300名(先着順)	練馬 ☎3994-0119

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。

第52回 消費生活展ねりま 2024

知って学んで伝えよう 世代を超えて

入場無料

11/23㈷10:00～16:00

場所 石神井公園区民交流センター ※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。

暮らしや環境に関わる情報を楽しみながら学べます。ぜひ、お越しください。▶問合せ:消費生活係 ☎5910-3089 Eメール syohi@city.nerima.tokyo.jp ▲区ホームページ

ステージイベント

A10:30～11:30
講演会「今日なに食べる? 体がよろこぶ食の選び方」

▶講師:料理研究家／浜内千波

B13:30～14:30
生活展寄席「落語から知る食文化 ～目黒のさんまを聞いてみよう」

▶対象:小学生以上
▶出演:落語家／橘家文吾

▶定員:各100名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①催し名(ABの別)②住所③氏名(ふりがな)④年齢(Bのみ)⑤電話番号を、11月14日㈭までに消費生活係へ ※保育室(Aのみ。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、11月8日㈮までにお知らせください。

パネル展示・実演

区内の消費者団体などが食・環境・消費者問題について、日頃の活動成果をパネルと実演で発表します。

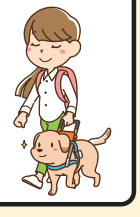
1日出張図書館

食に関する本の展示・閲覧のほか、大型絵本の読み聞かせ・パネルシアターを行います。

〈読み聞かせ・パネルシアター〉
▶時間:①午前11時30分～午後0時15分 ②午後2時30分～3時15分
▶申込:当日会場へ

盲導犬と歩こう!

アイメイト(盲導犬)と歩行体験ができます。▶対象:小学生以上▶時間:①午前10時30分～11時10分②午前11時30分～正午③午後1時30分～2時10分④午後2時30分～3時10分▶定員:①③④各30名②25名(先着順)▶申込:当日会場へ ※開始20分前から整理券を配布。



他にも暮らしに役立つ情報がいっぱい!

- 手作りおもちゃの配布、おもちゃの病院
- リサイクルバザー
- エコな料理の実演・試食
- 不要になった鍋・フライパンの回収 など

※牛乳パックは回収しません。

入場無料 牧野記念庭園の催し

場所・問合せ 牧野記念庭園☎6904-6403

企画展 植物たちの声を聴く ～岩谷雪子の世界

11/2㈯～来年1/22㈬
9:30～16:30 ※火曜・年末年始は休園。

岩谷雪子は、植物の気付かれない魅力を表現する造形作家です。牧野富太郎博士が好んだバイカオウレンなどを使った作品をお楽しみください。

バイカオウレン

トークイベント

▶申込:開催日の前日までに同ホームページ

岩谷雪子によるトーク
▶日時:11月3日㈷午前10時30分～11時・午後2時30分～3時▶定員:各20名(先着順)

学芸員によるギャラリートーク
▶日時:12月7日㈯午前10時30分～10時50分・午後2時30分～2時50分▶定員:各15名(先着順)

花マルシェ

11/9㈯9:00～14:00
(小雨決行)

地域の農業者が育てた花や植物のほか、牧野博士の生誕の地・高知県の特産品の販売や観光情報を紹介します。

広告 お庭のお手入れ承ります 剪定・伐採・防草シート 害虫防除・除草など 見積相談無料 ☎090-6142-4649 直通 非通知非対応 植木屋庭舟 加藤航 練馬区大泉学園町8-29-3ドリームハイツ202
※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。

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。

向山庭園 観楓会

紅葉が美しい日本庭園で秋の催しをお楽しみください

※体が不自由な方を除き、車での来園はご遠慮ください。

場所・問合せ　向山庭園☎3926-7810

11/16(土) 庭園コンサート
～バイオリンとピアノの音色を楽しむ

▶**申込:**当日会場へ

●午前の部
▶**時間:**午前11時～11時30分▶**曲目:**「四季」より秋など▶**出演:**長瀬清正(指揮)、正源久瑠美(バイオリン)、馬場春英(ピアノ)

長瀬清正

正源久瑠美

馬場春英

●午後の部
▶**時間:**午後2時～2時30分▶**曲目:**愛の挨拶など▶**出演:**芝田愛子(バイオリン)、村本麻里子(ピアノ)

芝田愛子

村本麻里子

11/23(祝)

いけ花展示
▶**時間:**午前10時～午後3時

●いけ花体験会
▶**時間:**Ⓐ午前10時30分～11時30分Ⓑ午後1時30分～2時30分▶**定員:**各6名(先着順)▶**費用:**1,000円▶**申込:**電話で同所へ

もみじ茶会
▶**時間:**Ⓐ午前10時30分からⒷ午前11時からⒸ午前11時30分からⒹ午後1時からⒺ午後1時30分からⒻ午後2時からⒼ午後2時30分から▶**定員:茶室**…各7名、**和室**…各14名(先着順)▶**費用:**500円▶**申込:**電話で同所へ

※練馬区華道茶道連盟協力。

他にもイベントを楽しもう!

紅葉のライトアップ
▶**日時:**11月下旬～12月上旬の日没～午後8時30分(雨天中止)
※詳しくは、同ホームページでお知らせします。

ソプラノコンサート
▶**対象:**中学生以上▶**日時:**11月30日㈯午後6時30分～7時30分▶**曲目:**アニー・ローリーなど▶**出演:**声楽家／須能愛▶**定員:**30名(先着順)▶**費用:**1,000円▶**申込:**電話で同所へ

須能愛

コンサートガイド

問合せ　練馬文化センター ☎3993-3311

公益財団法人 練馬区文化振興協会 nerima cultural promotion association

練馬文化センター(大ホール)

割引 小学生

来年3/16日 14:00開演

練馬交響楽団スプリングコンサート
～シュトラウスとウィーン

ウィーンの作曲家J.シュトラウス2世の生誕200年を祝います。

出　演　小森康弘(指揮)、高橋維(ソプラノ)、山本耕平(テノール)、練馬交響楽団(管弦楽)

曲　目　J.シュトラウス2世／喜歌劇「こうもり」序曲、レハール／喜歌劇「メリー・ウィドウ」より唇は黙して　など

入場料　1,000円(全席自由)

購　入　11月8日㈮午前10時から❶❷❸

小森康弘

高橋維

山本耕平

練馬交響楽団

チケット予約・購入はこちらで
❶練馬文化センターチケット予約電話
☎3948-9000(午前10時～午後5時)
❷練馬文化センターホームページ
❸練馬文化センター・大泉学園ゆめりあホール窓口
※車いす席を利用したい方は、❶にお問い合わせください。

割引 友の会会員は1割引きで購入できます(2枚まで)。

小学生 未就学児は入場できません。

友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。

募集期限 11/29(必着)

第56回 練馬区民美術展 作品募集

来年2月13日㈭～18日㈫(前期)、23日㈷～28日㈮(後期)に練馬区立美術館で開催する美術展への出展作品を募集します。▶**対象:**15歳以上の方(中学生を除く)▶**部門:前期**…Ⓐ洋画Ⅰ(油彩画)Ⓑ日本画(水墨画を含む)Ⓒ彫刻・工芸(刺繍(ししゅう)、切り絵、陶芸、染織など)、**後期**…Ⓓ洋画Ⅱ(油彩画以外)▶**作品の規格:**平面作品は33.3㎝×24.2㎝(F4号)～116.7㎝×91.0㎝(F50号)、立体作品は幅75㎝×奥行き75㎝×高さ150㎝以内(台座を含む)　※1人1点。▶**申込:**往復ハガキで①住所(区外在住の方は勤務先・学校名も)②氏名(ふりがな)③年齢(学生は学年も)④電話番号⑤電子メールアドレス(ある方のみ)⑥出品部門(Ⓐ～Ⓓの別)⑦ジャンル・素材⑧題名(ふりがな。素材・技法〈希望者のみ〉。申し込み後の変更不可)⑨作品の大きさを、11月29日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16　練馬区立美術館☎3577-1821　※搬入は前期分2月8日㈯、後期分19日㈬。
※搬入方法など詳しくは、1月上旬までにお知らせします。

広告　安心安全な婚活をもっと身近に。エナ結婚相談所　入会金0円・登録費0円　お見合い料0円・成婚料0円　月会費5,000円　50代からの婚活も応援します。親御さまのご相談も承っております。　東京都練馬区田柄3-17-20　070-9076-1122
※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。

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。

来年3/23㈰

全国ランニング大会100撰(せん)に6大会連続で選出！

練馬こぶしハーフマラソン ランナーを募集！

大会要項など詳しくは、練馬こぶしハーフマラソンホームページやチラシをご覧ください。▶**チラシの配布場所**：区民事務所（練馬を除く）、図書館、体育館、シティマラソン係（区役所本庁舎8階）など

申し込みはコチラ！

問合せ 練馬こぶしハーフマラソン実行委員会事務局（シティマラソン係）☎5984-3555

種目	対象	スタート時刻	費用	申込区分	募集人数	申込期間
ハーフマラソン（21.0975㎞）	次の①②の両方に当てはまる方 ①平成21年4月1日以前生まれ ②2時間30分以内に完走できる	時差スタート 8:00 8:05 8:10	7,700円 （平成18年4月2日～21年4月1日生まれの方は3,300円）	区民先行（抽選）	3,000名	11/8㈮～11㈪ ※結果は11/19㈫に発表。
				一般（先着順）	2,000名	11/21㈭20:00から
マイルラン（1.6㎞）	次の①②の両方に当てはまる方 ①小学生1名と中学生以上1名の2人1組 ②15分以内に完走できる	8:35	1組2,200円	一般（抽選）	400組	11/21㈭～28㈭

※ホテルカデンツァ東京では、大会前日の宿泊と大会への出走がセットになった「出走権付き宿泊プラン」を用意しています。
詳しくは、同ホテル☎5372-4412へお問い合わせください。

ハーフマラソンコース

2色から選べるオリジナルTシャツをプレゼント！

マイルランコース（光が丘公園）

完走したペアにメダルをプレゼント！

ゲストランナー

柏原竜二さん

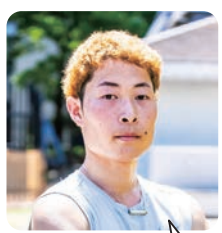
谷川真理さん

吉田香織さん

デフアスリートも参加します！

耳の聞こえないアスリートのためのスポーツ大会「デフリンピック」が、来年11月に東京で開催されます。今回、デフリンピックに出場経験のある選手が練馬こぶしハーフマラソンに参加するほか、大会後にトークショーを行います。

▲デフリンピックホームページ



中野洸介選手
デフ陸上・マラソン

岡田海緒選手
デフ陸上800m・1500m
（トークショーのみ）

練馬こぶしハーフマラソンで一緒に走りませんか？