

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



7/11

令和7年
(2025年)

第2085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

☎03-3993-1111 (代表)

FAX 03-3993-1194

<https://www.city.nerima.tokyo.jp/>

7/20(日)は参議院
議員選挙の投票日

投票時間は午前7時～午後8時です。
投票日に行けない方は、期日前投票を
ご利用ください。

固選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399

夢中になるものを 見つける夏にしよう!

90以上の
イベントを
特集!?

面白そうな
イベント
発見!

夏休みのイベントを2～4面で紹介!

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、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。 ※区役所へ郵送する場合は、郵便番号
(〒176-8501)と部署名のみで届きます。 ※☎やFAXは市外局番「03」を省略しています。

練馬地区（〒176の地域）

石神井地区（〒177の地域）

大泉地区（〒178の地域）

光が丘地区（〒179の地域）

施設名	内容・対象・定員など	日時
平和台図書館 ☎3931-9581	モネって知ってる？クレヨンで印象派体験も！ 園小学3～6年生と保護者 園 20組(抽選)	7/26(土) 10:30～12:00
	科学実験教室 園 ①小学1～3年生②小学4～6年生 園 各24名(抽選)	8/8(金) ①10:30～11:30 ②15:00～16:00
	いりやまさと先生とぎゅぎゅつとたのしんじゃおう！ 園3歳児～小学3年生 園 20名(抽選) ※申し込みは7/30(木)から。	8/30(土) 11:00～12:00
春日町図書館 ☎5241-1311	科学あそび「カレーのひみつ」 園小学生 園 20名(抽選) ※申し込みは7/19(土)から。	8/3(日) 10:00～12:00
	夏のおたのしみ会(こわい話) 園小学生 園 25名(抽選) ※申し込みは7/18(金)から。	8/8(金) 17:00～18:00
光が丘図書館 ☎5383-6500	★親子で楽しむおはなし会 「ひとりでできるこのじかん」スペシャル 園4歳児～小学生(保護者の参加も可) 園 各25名(先着順)	7/23(木)、8/3(日) 15:00～15:30
	図書館たんけんたい 園小学1・2年生 園 10名(抽選)	7/28(月) 10:30～11:30
	★本の探検ラリー 園3歳児～中学生	8/23(土)・24(日) 10:00～16:30
早宮地区区民館 ☎3994-7961	★夏休み工作「くるくるシャボン玉を作ろう！」 園小学生以下(未就学児は保護者同伴) 園 各12名(先着順)	7/23(木) 14:30～15:30・15:30～16:30
	★夏休み工作「8の字かざぐるまを作ろう！」 園小学生以下(未就学児は保護者同伴) 園 各12名(先着順)	8/27(木) 14:30～15:30・15:30～16:30
春日町南地区区民館 ☎3926-4971	夜の親子人形劇鑑賞 「おひめさまとピラボッタ」の岩戸 園 4歳児～小学生と保護者 園 20組(先着順)	8/16(土) 19:00～20:00
	親子星空観察会 園小学生と保護者 園 15組(先着順)	8/23(土) 19:00～21:00
平和台児童館 ☎3933-0297	★平和を考える一日(ワークショップなど) ※未就学児は保護者同伴。	8/6(木) 10:30～13:00
	レモン電池の実験 園小学3～6年生 園 15名(先着順)	8/26(木) 10:00～11:30
北町はるのひ児童館 ☎3933-5100	★はるのひ夏涼み会(ゲームなど) 園 ①小学生②中学生～18歳の方	7/30(木) ①15:30～17:00 ②17:00～18:00
	★クライミングウォールスペシャルチャレンジ！ 園小学生 園 靴下	8/7(木) 15:00～16:00
北町児童館 ☎3931-5481	★科学ショー 園小学生以上	8/26(火) 14:00～15:30
光が丘なかよし児童館 ☎5997-7720	ペーゴマ大会～夏の陣 園小学生以下(未就学児は保護者同伴)	7/24(木) 14:00～17:00
光が丘児童館 ☎3975-7137	★こわ～いお話会 園 18歳以下の方(未就学児は保護者同伴)	8/2(土) 14:00～14:45
土支田児童館 ☎3925-4784	★缶バッジをつくろう 園 ①未就学児と保護者②小学生以上	8/22(金) ①10:30～11:30 ②14:30～15:30
春日町青少年館 ☎3998-5341	★ヤングダンス講座 園小学生以上(小学生は保護者同伴) 園 各25名(先着順) 園 上履き	7/29(火)19:00～21:00、 8/3(日)・31(日)18:00～20:00
	★将棋(自由対局)	8/3～31の毎日 9:00～11:45
	★バスケットボール 園小学生以上 園 上履き	8/4(月)・6(水)・8(金)・12(火)・15(金) 15:15～16:45
春日町リサイクルセンター ☎3926-2501	★ガリガリとんぼ作り・ロスフラワーの花すくい体験とブーケ作り・水鉄砲アート体験 園5歳児～小学生(未就学児は保護者同伴)	7/27(日) 10:00～13:00 (受け付けは12:30まで)

まだまだイベント盛りだくさん！4面へ

危険な暑さが予想されるときは、区主催の事業を中止・延期する場合があります。その際は、区HPなどでお知らせします。

まだまだ夏休みのイベント盛りだくさん

昆虫博士になろう！

7/23(水)～9/1(月)

採って見て遊んで！ 練馬の虫展

区内で見つけられる身近な虫の豆知識や見つけ方などを紹介します。 日7月23日(水)～9月1日(月) ※火曜休園。 場 間 中里郷土の森(大泉町1-51-2) ☎3922-3021

虫を捕まえて虫捕りカードをゲット！



8/3(日)

昆虫講演会「高山に暮らす希少チョウ類の現状と保全」

対 中学生以上 日8月3日(日)午後2時～3時30分 場 稲荷山図書館 講 東京大学総合研究博物館講師／矢後勝也(=写真) 定 20名(抽選) 申 7月21日(祝)までに図書館HPまたは電話で同図書館 ☎3921-4641





介護・障害福祉を学ぼう！

8/5(火)

しらべる・ふれる介護体験会

福祉用具体験や高齢者疑似体験などを通じて、介護の知識を学びます。 対 小学生 ※保護者の参加も可。 日8月5日(火)午前10時～11時45分 場 ココネリ3階

8/7(木)

障害福祉の入門講座

誰もが安心して暮らせるまちになるために、障害について理解し、障害のある方との接し方を学びます。 対 小学生以上のお子さんと保護者 ※お子さんのみの参加も可。 日8月7日(木)午前10時～正午 場 練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)

定 各30名(先着順) 申 7月29日(火)までに練馬福祉人材育成・研修センターHPまたは電話で同センター ☎6758-0145



親子で映画を見よう！

8/22(金)

日本語吹き替え えーるシネマサロン「僕のワンドフル・ライフ」

対 小学生以上のお子さんと保護者 ※お子さんのみの参加も可。 日8月22日(金) ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分 場 間 男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 FAX 3996-9010 定 各30名(先着順) 申 同HP ※保育室(②のみ。6カ月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方、日本語字幕を希望する方は、8月6日(火)までに併せて申し込んでください。 ※未就学児のお子さん連れ可(①のみ)。





©2016 Universal Studios and Storyteller Distribution Co., LLC. All Rights Reserved.

7/19(土)～8/31(日)

四季の香ローズガーデン(光が丘5-2-6) ☎6904-2061

四季の香ローズガーデン

サマ－イベント

7/19(土) 夏まつり 17:00～19:30

ライトアップしたローズガーデンで、フラダンスなどのナイトショーをお楽しみください。花すくいやキッチンカーも出店します。 日7月19日(土)午後5時～7時30分(雨天20日(日))

花すくい

定200名(先着順) 費300円 申当日会場へ





ほかに楽しいイベントたくさん！

催し名など	日時	定員	申込期限(必着)
1 カラーサンドで作ってみよう！ 講 第一園芸(株)／中川桃 費2,500円	8/2(土) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30	各28名(抽選)	7/22
2 ハーブ染めサコッシュ作り 講 NPO法人自然工房めばえスタッフ 費800円	8/3(日)10:00～12:00	30名(抽選)	7/23
3 年間バラ講座～夏剪定(①初級②中級) 講 ローズガーデンアドバイザー／小河紀子 費500円	8/16(土) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30	各30名(抽選)	8/1
4 夏の苔玉製作教室 講 第一園芸(株)／中川桃 費2,800円	8/23(土)・24(日) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30	各28名(抽選)	8/8
5 植物を使った工作体験 講 クモリン緑化花の会スタッフ	8/17(日)10:00～12:00	67名(先着順)	—

申 1～4 同HPまたは往復ハガキで①催し名(1～4の別。134は①②の別、4は参加希望日も) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号を、申込期限までに〒179-0072 光が丘5-2-6 四季の香ローズガーデンへ 5 当日会場へ







ねりま区報をご自宅にお届けします

新聞末購読で、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HPから申し込むか、お問い合わせください。 圃広報係 ☎5984-2690



お知らせ 📢

ねりま区報7月21日号は7月20日(日)の朝刊に折り込まれます

発行日が参議院議員選挙の翌日で新聞折り込みがなくなるため、7月20日(日)の朝刊に折り込まれます。
📄広報係 ☎5984-2690

保健福祉サービスの苦情・相談は ☎3993-1344

「保健福祉サービス苦情調整委員」は、区から独立した第三者の機関で、専門相談員が保健福祉サービスの利用に関する苦情や相談を受け付けます。保健、福祉、法律などの分野に優れた識見を有する苦情調整委員に直接相談することもできます(第1～4火曜午後。要予約)。文書により苦情申し立てを受けた場合は、調査を行い、中立な立場から調整を行います。苦情や相談は、直接または電話、郵送、ファクス、電子メールで受け付けます。

▶ **受付日時:**平日午前8時30分～午後5時 ▶ **受付窓口:**〒176-8501区役所内保健福祉サービス苦情調整委員事務局(西庁舎3階) ☎ FAX 3993-1344 Eメール chousei@smile.ocn.ne.jp

〈活動報告書を配布〉

令和6年度に受け付けた苦情・相談の状況をまとめた報告書です。 ▶ **配布場所:**総合福祉事務所、介護保険課(区役所東庁舎4階)、子育て支援課(同本庁舎10階)、障害者施策推進課(同西庁舎1階)、区民情報ひろば(同西庁舎10階)、保健福祉サービス苦情調整委員事務局 ※区HPや図書館でもご覧になれます。

子ども読書活動推進会議の区民委員を募集

子どもの読書活動を推進するための計画や事業について検討する会議です。区民や学識経験者、学校関係者などで構成され、年3回程度開催します。 ※交通費程度の謝礼あり。

📍区内在住で、18歳以下のお子さんがいる方、子育て支援に携わる方 ▶ **任期:**11月から2年間 📍光が丘図書館など ▶ **募集人数:**5名(書類選考) 📄①「練馬区の子どもの読書活動の推進について」をテーマとした作文(800字程度) ②応募動機(400字程度) ③住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・区の委員の経験がある方はその名称と任期を書いたものを、8月29日(必着)までに持参または郵送で〒179-0072光が丘4-1-5 光が丘図書館 ☎5383-6500 ※様式自由。返却不可。

介護保険

負担割合証を順次発送します

介護サービスを利用するときは、所得に応じて、1～3割を負担していただきます。対象となる方に、8月以降の新しい負担割合証を順次発送します。 📄要介護または要支援の認定を受けた方、訪問サービスや通所サービスなどのサービス・活動事業を利用する方 📄介護保険課給付係 ☎5984-4591

後期高齢者医療制度

令和7年度の保険料の決定通知書を7月14日(月)に発送

7年度の保険料は、6年中の所得を基に計算します。納付方法など詳しくは、決定通知書をご覧ください。 📄後期高齢者保険料係 ☎5984-4588

国民健康保険

高齢受給者証を7月17日(木)に発送

70～74歳の方が病院や薬局で支払う医療費の自己負担割合は、特別区民税・都民税(住民税)の課税状況などにより毎年判定されます。対象となる方に、8月以降の新しい自己負担割合が記載された高齢受給者証を発送します。7月末までに届かない場合はご連絡ください。 📄こくほ資格係 ☎5984-4554

働く

区立保育園のスタッフ【会計年度任用職員(サポートスタッフ<登録制>)】

①短時間保育②保育(障害児の保育など)③保育(業務補助・軽作業など)④調理⑤用務のスタッフを募集します。 📄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15分から、夕…午後4時から(それぞれ2～3時間程度) ②～⑤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 📍区立保育園 ▶ **報酬(時給):**①②1,609円③1,405円④⑤1,344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。 📄区HP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

空き家なんでも相談会

空き家の売買・賃貸・相続登記・境界確定などを専門家に相談できます。 📍区内に空き家を所有している方など 📄7月28日(月)午前10時～正午の間の20分間(受け付けは午前11時30分まで) 📍区役所アトリウム 📄物件や権利関係が分かる書類(ある方のみ) 📄当日会場へ 📄みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451

地区区民館・地域集会所にキャッシュレス決済対応の券売機を10月から順次設置します

共通回数券の購入は10月31日(金)まで

購入した共通回数券は、来年10月31日(土)まで使用できます。詳しくは、区HPをご覧ください。 📄地域施設係 ☎5984-4573



10～20代の女性のための“まるく”がスタートします！

～安心して自由に過ごせる居場所と気軽に相談し、つながることができるLINE相談を開始

問合せ 人権・男女共同参画課 ☎5984-1497

“まるく”の居場所

📍主に10～20代の女性 📄①偶数月 ②奇数月の第3水曜午後3時～7時 📍①男女共同参画センターえーる ②区内カフェ 📄20名(先着順。②のみ) 📄①当日会場へ ②開催日の前日正午までに区HP

このような相談ができます

学校や友達のこと 家族や恋人のこと 仕事やお金のこと ところやからだのこと なんとなくつらい など



「まるく」はフランス語で「目印」という意味です。困ったり悩んだりしたとき、みんなの心を「まあるく」できるような目印になったらいいなという想いを込めています。

居場所 参加者の声

何気ないことを話したり、カードゲームをしたりして、他の参加者とコミュニケーションが取れて楽しかったです！ ゆっくり漫画を読むなど、一人で自由に過ごすこともできます。次回はスタッフさんとどんなことを話そうかなと事前に考える時間も、私にとっては楽しい時間です。ぜひ、また遊びに行きたいです。



20代女性

7/29(火)からスタート！ “まるく”のLINE相談

▶ **受付日時:**火・日曜午後4時～8時(受け付けは午後7時30分まで)

詳しくは区HP ▶ 

休日急患診療所 ※保険証が必要です。

小児科

内科・小児科

歯科

①練馬区夜間救急こどもクリニック(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 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 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18:00～21:30 ②土曜18:00～21:30、日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30・18:00～21:30 ④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30

子ども・教育

ひとり親家庭向け
学習クーポン事業のお知らせ
を発送しました

10月から学習塾などに利用できるクーポン方式による助成事業を開始します。受け取るためには申請が必要です。詳しくは、発送したお知らせをご覧ください。☎区内在住の中学1・2年生または高校1・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

(生活保護受給世帯を除く)など▶**区**の担当:ひとり親家庭支援係📄学習クーポン運営事務局☎050-1871-1896(平日午前9時～午後5時)

「健やか運動協力店」の
シンボルマークを募集

健やか運動協力店は、商店の皆さまに子どもたちへの声掛けや、非行防止の働き掛けに協力していただくものです。協力店に掲示しているステッカーの更新に伴い、新しいシンボルマークを募集します。詳しくは、区HPをご覧ください。☎区内在住・在学の小中学生📄**区立学校の方**…

学校へ(学校ごとに締め切りがあります) **区立学校以外の方**…9月11日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内青少年課青少年係(本庁舎11階)☎5984-4691※応募は1人1点まで。

スポーツ

初心者スポーツ教室
ぜんそく児水泳

☎気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児～小学生で、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。📅📅9月1日～12月22日の毎月曜午後4時30分～6時【9月8日・15日、10月13日、11月3日・10日・24日、12月8日を除く。10日制】📅9月11日～11月27日の毎木曜午後5時～6時30分【12日制】📍📍中村南スポーツ交流センター📍大泉学園町体育館📍各45名(抽選)📄区HPまたは往復ハガキで①教室名(📅📅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保護者の氏名を、7月31日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

区民スポーツ大会 バレーボール(6人制女子・男子)
☎15歳以上の方(中学生を除く)で構成されたチームと区連盟登録チーム📄**区内女子の部**…8月24日(日)、

男子の部…31日(日)、**男女決勝**…9月7日(日) いずれも午前9時から📍総合体育館など💰1チーム1,000円📄区HPや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)にある実施要項をご覧くださいの上、8月8日(金)までに練馬区バレーボール連盟へ📄スポーツ振興課事業係☎5984-1947

講座・催し

かたくり福祉作業所・大泉町
福祉園の合同施設公開

📅7月23日(水)午前10時～11時30分・午後1時30分～3時☎施設見学、自主生産品の販売など📄当日会場へ📍かたくり福祉作業所☎5387-4610📠5387-4612

中国帰国者のお話を聴く会
～中国帰国者3世が語る祖母の体験

📅8月9日(土)午後2時～4時📍男女共同参画センターえーる📄35名(先着順)▶**区**の担当:援護係📄7月31日(木)までに電話で中国「帰国者」・家族とともに歩む練馬の会☎090-2435-4823

講演会「江戸の出版事情と
篤屋重三郎」

☎中学生以上📅8月10日(日)午前10時～正午📍大泉図書館📄古文書を楽しむ会代表・羽鳥孝明📄30名(抽選)📄7月30日(水)までに図書館HPまたは電話で同所☎3921-0991

区立施設を管理する指定管理者を募集

指定管理者制度は区立施設の管理を民間事業者・団体が行い、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。

来年4月から下表の施設の管理を行う団体を募集します。応募するには、説明会への参加が必要な施設があります。詳しくは、区HPをご覧ください。☎お問い合わせください。



施設名	質問期限	問合せ
北大泉児童館	7/16(水)	子育て支援課児童館係 ☎5984-5827
北町児童館・北町児童館学童クラブ		
光が丘福祉園	7/18(金)	障害者施策推進課施設調整担当係 ☎5984-4519
心身障害者福祉センター		
石神井松の風文化公園	7/23(水)	スポーツ振興課運営調整係 ☎5984-1660
平和台図書館	7/25(金)	光が丘図書館運営調整係 ☎5984-1682

区立プールへ行こう!

利用料金(1時間)

①未就学児②75歳以上の方…無料
③小中学生…100円(土曜正午までに入場した場合は2時間無料)
④大人…200円
⑤65～74歳の方⑥障害のある方…100円
※③⑤⑥は年齢や障害の種別を確認できるものが必要です。

申 込

当日会場へ ※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。

施設名・問合せ	施設内容	時間	期間	休場日
石神井プール☎3997-6131	50m・幼児用(屋外)	9:00～19:00	9/10(水)まで	なし
光が丘体育館☎5383-6611	25m・幼児用(屋内)	9:00～21:30 ※三原台 温水プールの 幼児用は 18:00まで。	通年 ※三原台 温水プールの 幼児用は 9/10(水)まで。	第2月曜 ※休場日以外にも、事業などのため利用できないことがあります。
中村南スポーツ交流センター☎3970-9651				
平和台体育館☎5920-3411				
上石神井体育館☎5991-6601				
大泉学園町体育館☎5905-1161	25m(屋内)・幼児用(屋外)			
三原台温水プール☎3924-8861				

注意事項

- 混雑状況により、入場制限を行う場合があります。
- 小学3年生以下のお子さんには、18歳以上の方が付き添ってください(付添者1名につき2名まで。付添者も有料)。
- 石神井プール・幼児用プールは浮き輪(ドーナツ型のみ)を利用できます。

広告

広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。 ※広告掲載のお問い合わせは広報係☎5984-2690。

税理士が分かりやすくアドバイス
一次相続より怖い?! 二次相続と実家の土地活用セミナー

参加無料・予約制

8月1日(金)・2日(土)
練馬で開催

続。相続税が増え、払えないなどのトラブルもできるので、希望の方は事前に予約を。
▶日時:8/1(金)、2(土)9:30～11:00(受付開始9:20)セミナー終了後の個別相談会～11:45(要予約)▶講師:沖田不動産鑑定士・税理士・行政書士事務所 沖田豊明さん▶会場:練馬文化センター2F集会室(洋室)(練馬区練馬1-17-37)

“二次相続”とは、一次相続した配偶者が亡くなった時に発生する相続のこと。例えば父が亡くなり母が一次相続する場合、相続税は基礎控除を受けられます。続いて母が亡くなり子どもたちが継ぐのが二次相続。相続税が増え、払えないなどのトラブルになることも多いそう。また相続財産の多くを占める不動産は分割しづらく、活用には専門的な知識が必要です。セミナーでは経験豊富な税理士が備えておきたいポイントや、対策に有効な実家の土地活用について実例を挙げてわかりやすく解説します。セミナー終了後は個別相談

西武池袋線、有楽町線、都営地下鉄大江戸線(練馬駅)徒歩1分
●セミナー申込
フジサンケイ企画セミナー事務局(新宿区高田馬場4-2-9-402)
☎0120-505-470 10:00～17:00 年中無休
1日申込ページ
https://ansapo.jp/semi/3086
2日申込ページ
https://ansapo.jp/semi/3087

広告

弁護士による無料相談会
-相続・男女・遺言・不動産トラブル等-

7/16(水) 13時30分～17時
IKE・Bizとしま産業振興プラザ 予約不要
豊島区西池袋2-37-4/池袋駅南口 徒歩7分

7/24(木) 10時～12時 事前予約制
練馬区立区民・産業プラザ 3階区民福祉交流センター多目的室1
練馬区練馬1-17-1Coconeri4階/練馬駅中央北口 徒歩1分
予約・問合せ ▶ 03-6912-8801(辻山・五十嵐法律事務所)

8/13(水) 17時～19時 事前予約制
金剛院 豊島区長崎1-9-2/椎名町駅北口 徒歩1分
予約・問合せ ▶ 03-6908-3988(明治生命保険協会のライフデザイン)
※木曜・金曜は定休日のため電話受付を行っておりません

辻山・五十嵐法律事務所 ☎03-6912-8801
東京都豊島区西池袋1-7-10 ビルD79ビル6階
東京弁護士会所属 弁護士 辻山尚志、弁護士 五十嵐里絵
*無料相談会の予定はHPにも掲載しております
https://tyig-law.jp

趣味と仲間づくり講座

エン
緑ジョイ倶楽部

参加者募集！

8～11月
開催

同じ興味や関心を持つ区民が集い、つながるきっかけづくりの場として、区内で活動する団体が行う講座です。新たな活動にチャレンジして地域の仲間をつくりませんか。

対18歳以上の方 場A～E生涯学習センター F向山庭園 申区HPまたは往復ハガキで ①講座名 (A～F)の別) ②住所③氏名(ふりがな) ④電話番号を、8月13日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター ☎3991-1667 ※申し込みは1人1講座です。



講座名など	日時	定員 (抽選)	費用
A楽しく陶芸(手びねり体験) ☎エプロン	8/23(土)・30(土) 13:00～16:00【2日制】	12名	2,000円
Bやさしい日本舞踊 ☎着物(浴衣可)、足袋、扇子 ※扇子のみ貸し出しあり。	9/2～30の毎火曜 17:30～19:00【5日制】	30名	1,500円
C石で自分の印を作ろう！	9/9～23の毎火曜 13:30～16:30【3日制】	12名	1,000円
Dやさしい民謡 ～三味線・尺八で唄う	10/1～29の毎水曜 13:00～16:00【5日制】	30名	—
Eはじめての和太鼓講座 (基本編・組太鼓編)	10/3～17の毎金曜 19:30～21:00【3日制】	30名	2,500円
Fイス席で学ぶはじめての茶の湯	11/1(土)・8(土) 13:30～15:00【2日制】	12名	2,000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

- ◆中元売り出しゆうゆうセール 日7月12日(土)～26日(土) 場江古田ゆうゆうロード 抽選で景品をプレゼント 問栄町本通り商店街振興組合・諸井 ☎3991-0954
- ◆しもしゃく祭り 日7月18日(金)・19日(土)午後5時～8時45分 場下石神井商店街 ちびっ子ダンス、歌謡ショー、お笑いライブなど 問下石神井商店街振興組合・石川 ☎3995-3020
- ◆公衆浴場でハッカの湯 日7月20日(日) 料430円(小学生100円、未就学児無料) 問練馬区公衆浴場組合・野内 ☎3970-4126
- ◆区民健康医学講座「太陽ってどんな臓器?～太陽のしくみと病気のお話」 日7月26日(土)午後2時～3時 場順天堂練馬病院 問順天堂練馬病院消化器内科医師/福生有華 問30名(先着順) 日同病院HP 問同病院 ☎5923-3111 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同病院HPをご覧ください。
- ◆納涼盆踊り大会 日7月26日(土)・27日(日)午後6時～9時 場大泉つつじ公園(東大泉7-6-17) 問盆踊り、お菓子の提供(子どものみ。なくなり次第終了)など 問上泉えびす通り商店会・鈴木 ☎090-4606-6665
- ◆水泳デビュー教室 問4歳児～小学1年生 日9月6日～来年2月21日の毎土曜 ①午前11時40分～午後0時50分 ②午後0時30分～1時40分【10月25日、11月8日、12月27日、1月3日・31日、

2月7日・14日を除く。18日制】 場大泉学園町体育館 問各20名(先着順) 料1万620円 日電話またはファクスで ①教室名(A⑧の別も) ②氏名③年齢④性別⑤電話番号を、8月21日(木)までにSSC大泉 ☎3921-1300 FAX 3921-1691

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。 問在宅介護支援係 ☎5984-4597

◆家庭で役立つ介護技術体験講座 日8月23日(土)午後2時～3時 場第3育秀苑デイサービスセンター 問講義、実技 問15名(先着順) 日電話で同所 ☎6904-0105

献血にご協力を

◆光が丘公園売店前 日7月19日(土)～21日(祝)午前10時～正午・午後1時30分～4時 問東京都赤十字血液センター 武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前 日7月13日(日)午前10時～午後3時 問富永 ☎090-4374-3888

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HPをご覧ください。 問育成支援係 ☎5984-1292

◆ねりま遊遊スクール ◆子どもワークショップ～音楽の世界を体験しよう! 問小学4～6年生 日8月7日(木)午後1時～3時 場武蔵野音楽大学江古田キャンパス 問20名(先着順) 日電話で武蔵野音楽大学こどもワークショップ係 ☎3992-1036(平日午前9時～午後4時)

◆親子で体験! SDGsとお金の使い方を学ぼう 問小学1～3年生と保護者 日8月8日(金)午後1時45分～3時45分 場生涯学習センター 問10組(先着順) 日電話でねりまキッズボランティア・高見 ☎080-9817-4534(午後7時～9時)

◆すまいるねりま遊遊スクール ◆心とカラダをほぐすやさしいヨガ&アート 問主に知的障害のある小中学生と保護者 日7月27日(日)午前10時30分～正午 場こども発達支援センター 問6組(先着順) 料1組500円 日電話でぶくらの美術研究所・尾崎 ☎090-4126-2061(午前10時～午後6時)

◆子育て学習講座 ◆学校図書館に学校司書がいること 問子育て中の保護者など 日7月27日(日)午後2時～4時 場春日町図書館 問30名(先着順) 日当日会場へ 問学校図書館を考える会ねりま・田倉 ☎090-6930-9611

◆親亡き後、自分で生きていく力を育てるには～生活の中で、どう育てていくか 問子育て中の保護者、子育て支援に携わる方 日9月20日(土)午前10時～正午 場ココネリ3階 問80名(先着順) 日電話で(社福)あかねの会・大戸 ☎5933-9209(午前11時～午後6時) ※保育あり(9月13日(土)までに要予約。1歳児以上対象。定員8名。費用50円)。

地区祭

◆第一地区祭 日7月19日(土)・20日(日)午後5時30分～9時(20日は午後8時

30分まで) 場北新井公園(豊玉上1-23) 問盆踊り大会、模擬店など 問実行委員会・島田 ☎5984-5809

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、7月29日(必着)までに申込先へ ※1区画700円以下の出

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HP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。

◆水彩・日本画 樹の会 第2・4土曜午後1時～5時 男女共同参画センターえーる 月1回日本画家が指導 入会金1,500円 月会費3,000円 材料費など月1,000円 展覧会あり 海老澤 ☎FAX 3948-8455(要予約)

◆絵本おはなし会 7月20日①午前11時～11時30分(6歳以下のお子さんと保護者) ②午後2時～2時30分(3歳児～小学3年生と保護者) 石神井図書館 ①②とも参加費無料 にじいろ絵本クラブ・羽鳥 ☎070-4127-8974

◆女声アンサンブルゆらり 40歳以上の方対象 主に月2回火曜正午～午後2時 旭町南地区区民館など 講師 田中世伶奈 入会金500円 月会費3,000円 初回は無料体験可 小出 ☎3939-3498 Eメール ensembleyurari@gmail.com(要予約)

店料が掛かります。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆秋の陽公園(光が丘2-5-2) 日8月3日(日)午前8時～午後1時(雨天中止) 申〒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)

◆大泉西青少年少女合唱団 小中学生対象 毎土曜午後5時30分～7時30分 東大泉地区区民館 講師 平良光代 月会費3,000円 初めの1カ月は無料体験可 牧口 ☎080-1181-8802 Eメール utanoizumi324@gmail.com(要予約)

◆練馬親子いけばな教室 小学生～高校生と保護者 7月27日、8月3日・24日、9月7日・15日・28日、10月19日、11月16日・30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 創美流知香會・岡田 ☎3998-0138 Eメール soubi@car.ocn.ne.jp(要予約)

◆アルゼンチンタンゴ無料講習会 中高年齢のダンス未経験者対象 ①7月16日②21日③23日 午前10時30分～正午 生涯学習センター分館など 講師 リオス・フアン 例会…第1・3水曜午前10時～正午 生涯学習センター分館など 会費無料 アルゼンチンタンゴ練馬・鎌倉 ☎080-5089-4103(要予約)

◆貫井中同窓会総会 7月20日午後2時～3時30分 貫井中 参加費無料 ひだい ☎3577-0300(午後6時以降)

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。

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束

庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

「ねりま区報」をご覧の方に

生垣の剪定
長さ1m高さ2m
通常2,200円を
初回限定 先着10名様
1,100円(税込)

問 9:00～17:00 練馬区土支田3-19-12
ガーデンエクスプレス 東京中央支店
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
03-5933-2811

戸建塗り替えパック

練馬区内／木造2階限定
(築30年位迄・賃貸物件除外)

屋根+外壁“まるごと”塗り替え
【足場代】込みで長期保証付!!
夏は涼しく 冬は暖かい遮熱塗装

ウレタン 塗装パック 耐用8～10年 88万円(税込)
シリコン 塗装パック 耐用10～15年 92万円(税込)
遮熱 塗装パック 耐用12～20年 96万円(税込)

お気軽にお問い合わせください! 受付 8:00～19:00(無休)
練馬区高松2-18-8 特養老人ホーム『第2練馬高松園』裏
創業昭和61年『戸建塗り替実績3124棟』
(有)フレッシュホーム
0120-330-828

お見積り無料!

集中豪雨・台風シーズンを迎えています

ハザードマップ・避難所を確認しよう！

問合せ

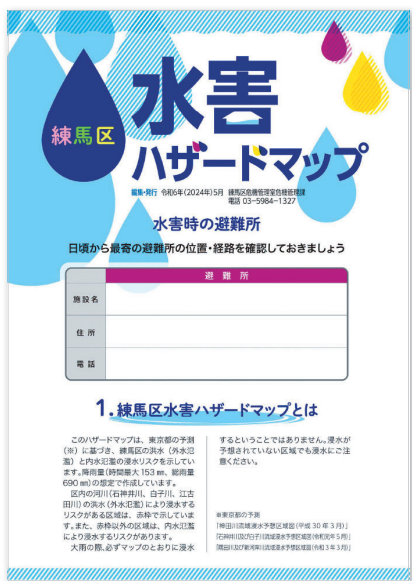
危機管理課計画係
☎5984-1327 FAX 3993-1194



区内で道路が冠水した時の様子(平成22年7月)

浸水が予想される区域があります

💡 ハザードマップを確認しよう



- 浸水が予想される区域や、浸水の深さを確認できる
- 避難所を確認できる
- 災害時の備えや避難情報を学べる

▶ 配布場所: 区民事務所、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、危機管理課(同本庁舎7階)、防災学習センター
※区HPでもご覧になります。



NEW 耳で聴くハザードマップができました

アプリ「ユニボイス ブラインドUni-voice Blind」で、ハザードマップの内容を自動音声による読み上げで確認できるようになりました。視覚障害のある方も、スマートフォンのGPS機能により、現在地の水害リスクを音声で聴くことができます。

アプリのダウンロードはコチラ！



区HP▶



この場所は、最悪の場合、洪水による浸水が発生して、その深さが50cmから1mになることが想定されています。これは床上浸水に相当する深さです。

💡 避難所を確認しよう

河川の氾濫などの水害に備え、避難所を指定しています。降雨状況や地域ごとの災害の危険性に応じて、優先度(A→B→C)の順に開設します。避難する際は、区HPや水災害専用コールセンター☎5984-2569などで開設状況を事前に確認しましょう。

〈在宅避難を検討しましょう〉

避難所に行くことだけが避難ではありません。自宅が安全な地域にある場合は、在宅避難を検討しましょう。建物の上の階へ避難することもあります。

優先度	避難所	住所
A	桜台地区区民館	桜台3-39-17
	旭町地域集会所	旭町3-11-6
	土支田地域集会所	土支田2-40-21
	南田中敬老館	南田中5-15-25
	大泉第一小	大泉町3-16-23
	関区民センター	関町北1-7-2
B	関町北地区区民館	関町北4-12-21
	39カ所	詳しくは、水害ハザードマップをご覧ください
C	28カ所	

💡 日頃から備えよう

！ 災害時の行動を決める

家族構成などに合わせてマイ・タイムラインシートを作り、災害時に「いつ・誰が・何をするのか」を整理しましょう。



東京マイ・タイムライン

検索

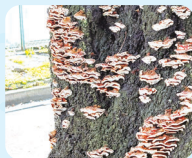
！ 防災用品を用意する

水や食料、簡易トイレのほか、停電に備えて懐中電灯やモバイルバッテリーなどを用意しましょう。



！ 自宅の樹木を剪定する

強風による倒木を防ぐため、定期的に剪定しましょう。キノコが発生している樹木は、腐朽している場合があります。専門業者などに点検を依頼しましょう。
固保全係☎5984-1683



ねりま情報メール・練馬区公式LINEに登録する

気象情報や避難情報などを受け取れます。



▲情報メール



▲公式LINE

！ 雨水ます周辺を清掃し、土のうを準備する

土のうを配布しています。
固土木出張所【東部☎3994-0083、西部☎3995-0083】



▲雨水ます

！ 止水板を用意する

地下室や半地下の駐車場などでは、周辺から雨水が大量に流れ込む場合があります。止水板も用意しましょう。

