

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

2/11 令和8年  
(2026年)

第2106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/>

インフルエンザなどの  
感染症に  
ご注意ください!

手洗いや消毒、換気などの基本的な感染防止対策をお願いします。



大江戸線延伸を基軸に、  
区民生活をより  
豊かにする施策を推進!

令和8年度当初予算案

過去  
最大

3686億8101万円

問合せ 財政課 ☎5984-2465 FAX 3993-1195

予算の内容を2~4面で紹介



## 「改革ねりま」を未来の世代へ

区長に就任して12年になります。この間、「改革ねりま」を旗印に、参加と協働を根幹に据えた区政運営を進め、全国自治体を先導する多数の政策「練馬区モデル」を実現してきました。福祉医療サービスは飛躍的に充実し、都市インフラの整備も着実に進みました。

今後は、実現に向けて大きく前進した大江戸線の延伸を基軸として、福祉医療サービスを更に充実し、文化・スポーツ・みどりなど、区民生活をより豊かにする施策を組み合わせ、一体で取り

組んでいく。これによって、練馬区はその可能性を最大限に花開かせ、「子どもから高齢者まで、誰もが安心して心豊かに暮らせるまち」として、更に発展していく。そう確信しています。

私は、今限りで区長を退任しますが、「改革ねりま」に終わりはありません。政策の継続性、一貫性を保つため、令和8年度予算案を本格予算として編成しました。

練馬区の更なる発展に向け、今後とも、区民の皆さんのご理解、ご支援を心からお願い申し上げます。



練馬区長  
前川燿男

令和8年度  
当初予算案

## 主な事業を紹介

問合せ 財政課 5984-2465

※【】内は予算額。予算案は、令和8年第一回練馬区議会定例会で審議されます。

柱  
1

## 子どもたちの笑顔輝くまち



## ●保育サービスの充実【76億7985万円】

- 10年度の開設に向け、立野町に定員100名程度の私立認可保育所を整備
- 保育ニーズの高い1・2歳児に対応するため、練馬こども園の運営費補助・人材確保支援を実施
- 虐待の未然防止と早期発見のため、保育施設などを対象に通報・相談窓口を設置 新規

## ●子育てサポートの充実【5億5588万円】

- 民設子育てのひろばの開室日時を拡大するほか、新たに1施設を開設
- ベビーシッター利用支援事業の対象を小学3年生に拡大
- 区独自に利用上限時間や実施場所を拡大し、こども誰でも通園事業を実施 新規

## PICK UP

## 発達障害児への支援を強化

早期発見の仕組みや支援体制などを強化します。福祉・健康・教育・こどもの各部が連携して、横断的に取り組みます。

## ●早期発見・気付きにつなげる仕組み

- 練馬区医師会と連携し、5歳児健診を開始 新規
- 発達障害児と保護者を支援するための短期療育プログラムを実施 新規
- 小学校就学後の支援体制を強化
- 民間支援機関と連携し、言語聴覚士などの専門的人材による指導を実施
- 配慮を必要とする子どもの支援を行う学校生活支援員を増員
- 自閉症・情緒障害学級の設置を検討

## ●調整機能の強化

- 障害児支援を強化するため、教育委員会内に子ども・保護者・学校の総合調整を担う組織を設置 新規
- 民間支援機関による就学前教育相談を実施
- 学校・保育所などの職員を支援
- 教員や保育士などを対象とした相談窓口「発達支援ホットライン」を開設 新規
- 私立認可保育所へ区独自の補助と巡回指導を実施し、発達に心配がある子どもの受け入れ体制を強化 新規

※関連する経費は、各柱に計上しています。

柱  
2

## 高齢者が住みなれた地域で暮らせるまち



## ●高齢者地域包括ケアシステムの深化・推進【9079万円】

- 地域包括支援センターでオンライン相談を開始 新規
- 認知症なんでも相談窓口のオンライン・夜間の相談枠を拡充

## ●高齢者の生活を支えるサービス提供体制と人材確保策の充実【7億8832万円】

- 特別養護老人ホームの大規模改修・改築費を補助 新規

柱  
3

## 安心を支える福祉と医療のまち



## ●障害者が地域で暮らし続けられる基盤の整備【5億2246万円】

- 三原台2丁目用地や旧石神井町福祉園用地に重度障害者の地域生活支援拠点を整備
- 重度障害者の通所定員・日数を拡大するほか、看護師が乗車する医療的ケア対応送迎車の運行を開始

## ●ひとり親家庭や生活困窮世帯などの自立を応援【3億4千万円】

- ひとり親家庭総合相談窓口に心理職を配置するほか、ひとり親の経験を持つ相談員による相談支援を開始 新規

- 失語症者と支援者の集いの場である失語症サロンを開設するほか、人工内耳用充電池・視覚障害者の誘導装置などの購入費を補助
- 困難な問題を抱える女性などを支援するため、DVに関するLINEでの相談事業を開始 新規
- 就職氷河期世代の支援ニーズを把握するためのアンケートを実施 23区初

## ●民間ならではの多様な活動と連携した地域福祉の推進【9701万円】

- 高齢者が死亡した時などのため、事前に緊急連絡先などの情報を登録できる「終活情報登録事業」を開始 新規
- 身寄りのない高齢者などの生活や死後の事務を支援する「終身サポート事業」を開始 新規
- こども食堂などの運営費の助成を拡充

## ●安心して医療が受けられる体制の整備【3015万円】

- 在宅医療を新たに始める医師が相談できる支援担当(チーフター)制度を導入 新規
- 災害医療の基礎を学ぶ研修に区内医療機関の看護師などを加えて研修事業を拡充

## ●身体とこころの健康づくりを応援【5443万円】

- 健康づくりに取り組むきっかけとなるよう、区公式LINEを活用し健康イベントを実施
- 肺がん検診後に低線量胸部CT検査を案内できる医療機関を約60カ所に拡大
- がん患者に加え、脱毛症などの方を対象にウイップなどの購入費を助成

柱  
4 安全・快適、みどりあふれるまち

## ●教育の質の向上【189億5939万円】

※

※

- 全区立小学校低学年に学級担任補佐を配置
- 情報モラル講習の対象を小中学校の全学年に拡充

## ●支援が必要な子どもたちへの取組の充実【5億9087万円】

- インターネット上の仮想空間を活用した学習・相談支援を充実
- 就学援助認定基準額・小中学生の入学準備費を引き上げ、経済的支援を充実

## ●大江戸線延伸の事業着手への取組と沿線地域のまちづくりの推進【33億6683万円】

- 田柄地区を空家等活用促進区域に指定 新規 23区初
- 木造住宅を対象に無料の耐震診断実施制度を創設 新規

## ●空き家所有者を対象に専門家を派遣するアートリーチ型の支援を実施 新規

## ●交通インフラの整備促進とまちづくりの推進【71億3182万円】

## ●さらなる発展に向けたまちづくりと人々の移動を支える交通体系の構築【9998万円】

- 交通の利便性や駅周辺にぎわいなど、都市機能を向上させるまちづくりを検討 新規
- 2040年代を見据えた新たな地域公共交通計画を策定

## ●西武新宿線連続立体交差事業の促進と沿線のまちづくりを推進

- 石神井公園駅南口西地区の再開発事業を支援

## ●練馬のみどりを未来へつなぐ【12億4582万円】

- 稲荷山公園の段階的な整備のロードマップを策定
- (仮称)公園等改修計画を策定

柱  
5 いきいきと心豊かに暮らせるまち

## ●意欲ある事業者の支援と商店街の魅力づくり【11億389万円】

- 専門相談員による出張相談事業を実施 新規
- 公衆浴場への燃料費の助成を拡充
- 商店街路灯LEDランプの個別修理・交換費用を補助 新規
- キャッシュレス決済ポイント還元事業を実施

## ●生きた農と共存するまち練馬【8億2196万円】

- 9年度に武蔵野の原風景を再現した「麦畑事業」を実施 新規

## ●全国都市農業フェスティバルイベントを開催

## ●みどりの中で優れた文化芸術を楽しめるまち【2億4083万円】

- 美術館・貴井図書館の再整備に向けた取り組み
- 「もっともっとアートプロジェクト」を展開 新規

## ●名譽区民で画家の野見山暁治さんの自宅兼アトリエを取得 新規

- 電子書籍サービスのコンテンツを充実

柱  
6 区民とともに区政を進める

## ●地域コミュニティの活性化と区民協働の推進【1億1377万円】

- 町会・自治会が開催するイベントの費用を助成する「町会・自治会まち活サポート事業」を創設 新規
- 町会・自治会、商店会などが利用できる地域活動倉庫を東部地域に開設 新規
- 外国人を対象に、地域生活を学ぶ生活オリエンテーションや、オンライン形式の初級日本語講座を実施 新規

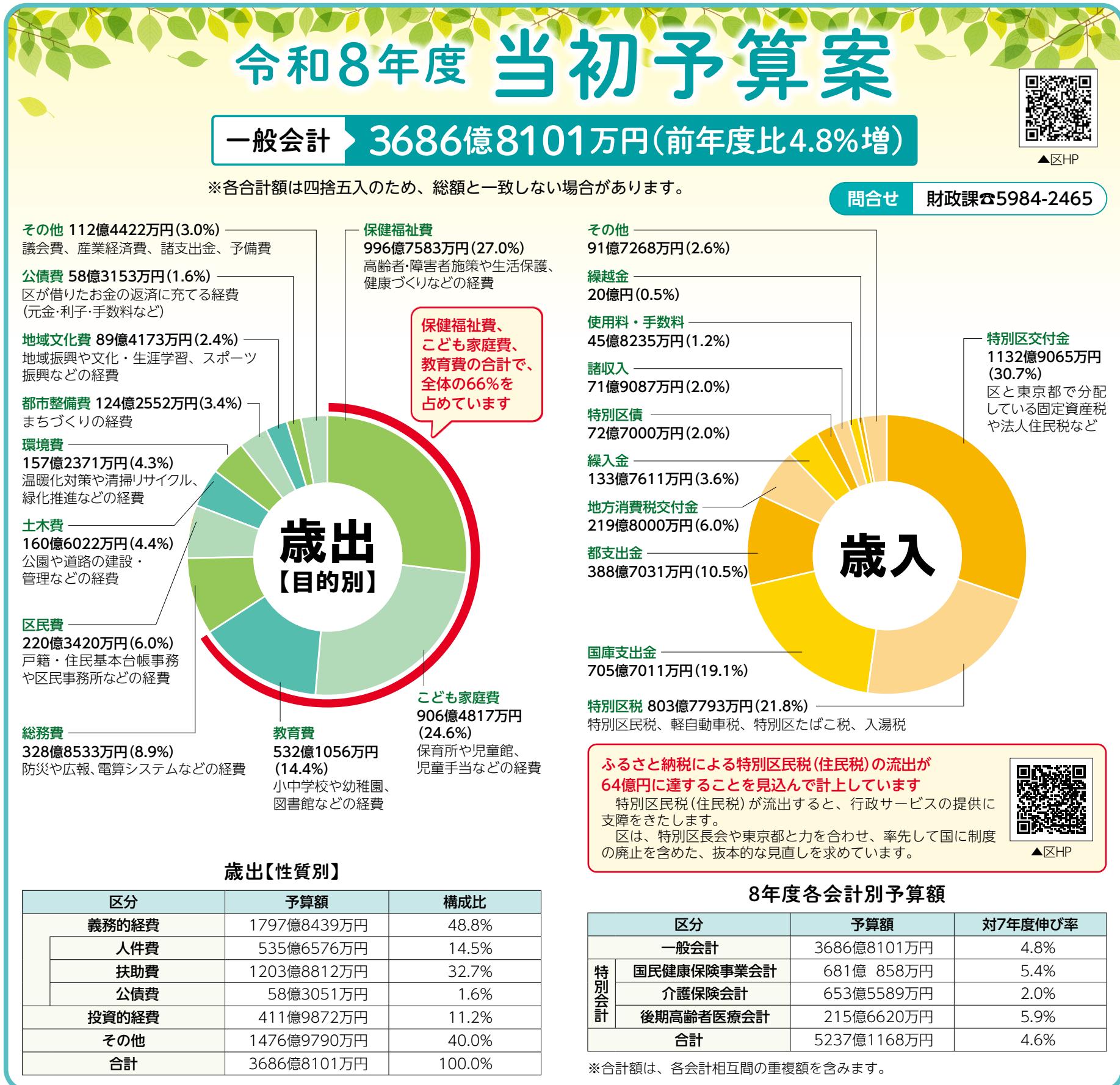
## ●DXで区民と区政を直につなぐ【38億8913万円】

- 申請に基づく区からの通知をオンラインで受け取れるサービスを試行実施 新規

## ●みどりの中で誰もがスポーツを楽しめるまち【8億1903万円】

- 石神井松の風文化公園を拡張し、スケートボードなどを楽しめる広場を整備 新規
- 障害のある小中学生を対象とした「ねりっこダンス教室」を3カ所に拡大
- 10回目の練馬こぶしハーフマラソンで記念企画を実施

- 「子育てスタート応援券」の電子化を推進 新規
- 粗大ごみ収集のキャッシュレス決済を導入 新規



3/13(金)まで

## 第一回区議会定例会

問合せ 議会事務局☎5984-4732 FAX 3993-2424

ねりま区報2月1日号4面に掲載した開催日程に変更がありました。2月12日(木)以降の日程は次の通りです。

2月12日(木)	常任委員会
2月13日(金)	特別委員会
2月16日(月)	常任委員会
2月17日(火)～27日(金)	予算特別委員会
3月2日(月)	議会運営委員会、予算特別委員会
3月3日(火)	本会議(追加上程)、予算特別委員会、常任委員会
3月4日(水)～6日(金)	予算特別委員会
3月9日(月)	議会運営委員会、本会議(先議)
3月10日(火)	常任委員会、特別委員会
3月11日(水)	予算特別委員会
3月13日(金)	議会運営委員会、本会議(議決)

※日程は変更になる場合があります。傍聴や手話通訳を希望する方は、事前にお問い合わせください。

## 練馬区地域公共交通計画(素案)に ご意見を

2040年代を見据えた交通体系のあり方や具体的な取り組みなどを定める計画です。素案の全文は、区HPや区民事務所(練馬を除く)、図書館(小竹・南大泉図書館分室を除く)、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、交通企画課でご覧になります。ご意見は、区民意見反映制度により募集します。①計画名②意見③住所④氏名⑤電話番号を、3月12日(必着)までに区HPまたは持参、郵送、ファックスでお寄せください。  
※ご意見は、匿名で公表する場合があります。



問合せ・ご意見の送付先

〒176-8501区役所内交通企画課(本庁舎16階)  
☎5984-1274 FAX 5984-1226

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HPから申し込みか、お問い合わせください。問広報係☎5984-2690



## 物価高対応子育て応援手当

## NEW お子さん1人当たり2万円を支給

※平成19年4月2日～令和8年3月31日生まれのお子さんが対象。

問合せ 児童手当係☎5984-5824

長期化する物価高騰の影響を強く受けている子育て世帯の生活を支援するため、18歳までのお子さんのいる世帯に支給します。詳しくは、区HPをご覧ください。



子育て世帯を応援!



支給対象	申請など
<ul style="list-style-type: none"> <li>7年9月分の児童手当を練馬区から受給している方</li> <li>7年10月1日以降に生まれたお子さんの児童手当を練馬区から受給している方</li> </ul>	<b>申請不要</b> 「支給のお知らせ」を発送しました。2月19日(木)に振り込みます。
<ul style="list-style-type: none"> <li>公務員など職場から児童手当を受給している方</li> <li>離婚などにより新たに児童手当の受給者となった方</li> </ul>	<b>要申請</b> 対象と思われる世帯に「申請勧奨のお知らせ」を発送しました。4月15日(水)までに区HPから申し込んでください。 ※申請から支給まで1カ月程度かかります。

※対象の方で「支給のお知らせ」や「申請勧奨のお知らせ」が届いていない場合は、お問い合わせください。

## 保育施設のご利用を

## 認可外保育施設

申し込み・問合せ

利用について…………直接、各施設へ  
保育料の助成について…保育サービス推進係  
☎5984-1622

保育事業の実施を都道府県に届け出た民間の保育施設です。このうち、都独自の設置基準に基づき認証された施設を認証保育所といいます。

施設によって対象年齢や保育時間、保育料などが異なります。利用を希望する方は、各施設に申し込んでください。※保育料の助成を受けられる場合があります。



## 認証保育所



施設名	所在地	電話番号
城西桜台保育園	桜台2-46-11	6915-8980
ピノキオ幼児舎氷川台園	桜台3-12-2 2階	5946-3551
さつき保育園練馬ルーム	桜台4-1-8	3993-3500
太陽保育園	栄町32-10	3557-8077
保育ルームフェリーチェ練馬中村橋園	貫井2-1-19 2階	3577-6540
キッズパオ石神井あおぞら園	石神井町1-22-4	6913-3050
まなびの森 保育園石神井プラ・クレイシ	石神井町3-16-19	3904-8255
さつき保育園石神井公園ルーム	石神井町6-2-12 2階	5923-9850
tenten石神井公園	石神井町6-9-1	6913-1613
HOPPAこども愛々保育園武蔵関	関町北2-27-11 2階	5927-5035
ソラスト武蔵関	関町北4-2-13 2階	5927-0667
太陽キッズ大泉学園	東大泉5-41-26	3923-8155
さんさん森の保育園大泉学園	東大泉6-34-30 2階	5387-3780
ひまわりキッズルーム大泉	東大泉6-52-1 2階	5933-0016
HOPPAこども愛々保育園南大泉	南大泉4-54-5 2階	3922-8322
エデュケアセンター・光が丘	光が丘2-10-2	3938-6961
HybridMom Nursery Preschool-Heiwadai	北町6-27-11	6906-5343

## ●その他の認可外保育施設

区HP▶



施設名	所在地	電話番号
みらいKids Garden	桜台1-4-5	6914-7321
浩生会スズキ病院院内保育所「リンリン保育園」	豊玉上1-2-11	6914-8105
Baby&Kids Space Makana	豊玉上2-27-2	5946-9949
みちか練馬保育園	豊玉北3-2-3	5912-2272
トウインクルスターインターナショナルスクール	豊玉北4-29-11	5999-9184
練馬あけみ保育園	中村北1-17-3	6914-1134
練馬あけみ保育園つぼみ	中村北2-5-12	6914-1134
小さな保育園 ともそだち	中村北4-6-12	5971-3010
スターインターナショナルプリスクール&英会話	高野台1-14-8	3904-6058
みずほスクール	石神井台3-2-25	5372-1525
KNきずな保育園 石神井台	石神井台4-7-3 3階	5903-8230
こどものおうちもののもめ もののめ保育園	関町北2-24-13	5903-9777
JOYPORT 関町保育園	関町東1-21-5 2階	3929-3233
カメリアキッズ武蔵関園	関町東2-14-4 2階	6904-8561
保育室生命の木	大泉学園町5-32-4	5905-0448
i Kids Star 大泉学園	東大泉1-37-8 2階	5935-6491
キッズナーサリー大泉学園	東大泉2-6-9 2階	3922-2800
ベビーキッズナーサリー大泉学園	東大泉2-6-9 2階	5935-4193
大泉スワロー体育クラブチャイルドスクール	東大泉4-31-6	3925-6006
chico nursery	南大泉5-38-24	5935-6309
ベルグレイヴ・インターナショナル・キンダーガーデン 第二スクール	春日町6-10-34	5848-6412
ベルグレイヴ・インターナショナル・キンダーガーデン 第一スクール	春日町6-17-20	5241-6749
保育ルームぽかぽか	高松3-24-19	5241-9698
いちご保育園	平和台3-26-15	6767-1115
氷川台いちご保育園	氷川台2-12-3	6882-9133

## 病児・病後児保育施設

保育所などに通うお子さんを、病気の回復期で集団保育の難しい期間や、回復期には至らないが当面急変の恐れのない期間に、一時的に保育します。

利用には、事前に各施設への登録が必要です。登録や利用方法など詳しくは、各施設にお問い合わせください。保育料1日2,000円 ※別途、昼食代などが掛かります。※減額・免除を受けられる場合があります。



施設名	所在地	電話番号	定員
ナーサリールーム ベリーベアー練馬 病児・病後児保育室	練馬1-17-1ココネリ4階	5946-6714	10名
ソラスト中村橋保育園 病児・病後児保育室	向山1-13-2	5241-5110	4名
みづばち ねりま	高野台1-8-15	080-2674-4636	10名
こどもディケアプリムラ	関町北1-22-10	3928-5032	8名
ぱるむ大泉	東大泉1-20-32	5947-5233	8名
ぱるむ光が丘	光が丘5-6-1	3977-9400	12名
アイル平和台病児保育室	春日町2-14-45	5848-2916	6名
病児保育室ペンギンルーム	氷川台3-40-6	5946-6590	10名

## 合同登録会

時間帯により参加施設が異なります。詳しくは、区HPをご覧ください。

対6ヶ月～9歳のお子さんの保護者 ①3月7日(土)②午前10時から③午前11時から④午後1時から⑤午後2時から⑥午後3時から⑦午後4時から ※時間はいずれも1時間程度。場区役所アトリウム地下多目的会議室 定各80名(先着順) 持乳②医療証、母子健康手帳、利用登録書(登録する施設分) 申区HP問保育サービス推進係へ

申し込み・利用登録書  
はコチラ

## 休日急患診療所

※マイナ保険証または資格確認書が必要です。

小児科 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  
 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  
 歯科 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18:00～21:30②③土曜18:00～21:30、日曜・祝休日10:00～11:30④13:00～16:30・18:00～21:30④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30

お知らせ 

## 弁護士による無料相談会

対借金や税金の滞納、労働問題、離婚などで経済的にお困りの方 日3月4日(水)午後1時~4時30分の間の1時間以内 場生活サポートセンター(区役所西庁舎3階) 申電話で同所 ☎3993-9963

## 国民健康保険

保険料仮徴収のお知らせを  
2/17(火)に発送

保険料を特別徴収(公的年金からの引き落とし)で納付している世帯と、4月から特別徴収の対象となる世帯の令和8年度の保険料は、4月~来年2月分の年金から引き落とします。8年度の保険料が決定する前の4・6月は、仮徴収額として、今年度の保険料を参考にした額を引き落とす

します。詳しくは、2月17日(火)に世帯主へ発送するお知らせをご覧ください。問こくほ資格係 ☎5984-4554

## 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。対区内に空き家を所有している方など 日2月24日(火)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) 場区役所アトリウム 持物件や権利関係が分かる書類(ある方のみ) 申当日会場へ問みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451

ねりまマンションセミナー  
「未来塾」

対区内分譲マンション管理組合役員・区分所有者 日3月14日(土)午前10時~午後0時15分 場区役所本庁舎2階内 マンションの防災対策など 講マンション管理士/野口昌弘ほか 定30名

(先着順) 申3月9日(月)までに区HPまたは電話で住宅課管理係 ☎5984-1289

## 働く

## 令和8年度特別区職員採用試験

対象や申し込み方法など詳しくは、特別区人事委員会HPをご覧ください。問特別区人事委員会事務局任用課 ☎5210-9787、職員課採用係 ☎5984-4153

採用区分	第一次試験日	申込期間
I類【早期SPI枠】(大卒程度)	3/4(水)~17(火)	2/18(水)まで

## お休みします

〈こどもの森〉…2月16日(月)~19日(木)  
【園内整備のため】問みどり推進課 施設係 ☎5984-1664  
〈関区民センター ☎3928-3046〉…2月22日(日)【施設清掃のため】

## 高齢者

オーラルフレイルを予防する!  
すこやか健口教室

対65歳以上の方 日3月13日(金)午前10時~午後0時30分 場石神井公園 区民交流センター 内講義、体操定40名(先着順) 申区HPまたは電話で歯科保健担当係 ☎5984-4682 ※参加者には、舌ブラシなどを差し上げます。※歯科相談(先着20名)も実施します。希望する方は、併せて申し込んでください。

子ども・教育 赤ちゃんと一緒にエクササイズ  
～子育てパパの健康講座

対首のすわった4~12カ月児と父親 日3月14日(土)午前9時50分~11時30分 場光が丘区民センター3階 内講義、実技講健康運動指導士/旦尾麻樹 定25組(先着順) 申区HP問光が丘保健相談所 ☎5997-7722

## 健康・衛生

体と心をリフレッシュ!  
～練馬区健康いきいき体操講習会

日3月11日(水)午前10時~11時30分 場石神井保健相談所 講スポーツプログラマー/山内道子 定30名(先着順) 申電話で同所 ☎3996-0634

災害時フレイル・  
血栓予防講習会

日3月11日(水)午後2時~3時30分 場勤労福祉会館 内講義、体操講(公社) 東京都理学療法士協会/山柴恵ほか 定40名(先着順) 申電話またはファックス、電子メールで①講習会名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥ファックス番号または電子メールアドレス(ある方のみ)を、2月25日(水)までに福祉防災・システム係 ☎5984-1337 FAX 5984-1214 Eメール tiikifukushi 16@city.nerima.tokyo.jp

2/18(水) 入場無料

## 第310回 アトリウムミニステージ

日2月18日(水)午後0時15分~0時45分 場区役所アトリウム ▶曲目: ハルヴォルセン/パッサカラリア、ウェーバー/ミュージカル「キャッツ」よりメモリーなど ▶出演: String Duo Bienen(バイオリン二重奏) 申当日会場へ問練馬文化センター ☎3993-3311



## 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。  
●(要予約)がないものは、予約不要です。

■落語の音読・歌・体操・早口ことば 気楽に歌う会 75歳以上の女性対象 第1・3木曜午前11時30分~午後0時30分 桜台地域集会所 入会金500円 会費1回500円 岩元 ☎090-8511-4044(要予約)

■中国語公開講座(①中国民歌で発音矯正②問答形式でピンポイント初級文法の復習) 初級者対象 3月8日①午前10時~正午②午後1時~3時 区役所本庁舎19階 講師 元日本学院副院長/鈴木繁 ①②とも参加費500円 練馬中文教室 ☎090-3509-2021(要予約)

## おやこ英会話無料体験会 1歳10

カ月~3歳児と保護者対象 3月5日午前10時15分~11時 生涯学習センター 例会…3月3回木曜①午前10時15分~11時(1歳10カ月~3歳児と保護者)、月3回火・金曜②午後3時~3時50分(3~6歳児)③午後4時~4時50分(小学1~3年生)④午後4時50分~5時40分(小学3~5年生)⑤午後5時40分~6時30分(小学6年生) 生涯学習センターなど ①~⑤とも入会金1,000円 月会費①3,300円②~⑤4,500円 初回は無料体験可 こども英会話サークル・岡 ☎080-6621-9678

Eメール noka1965@icloud.com(要予約)

## ■ソフトエアロビクス・ストレッチ・筋トレ ニコニコクラブ

60歳以上の女性対象 毎月曜午後1時~3時 旭町南地区区民館 講師 尾崎京子 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 たての ☎3930-3929 (要予約)

Eメール noka1965@icloud.com(要予約)

## 社交ダンス スパイ럴

毎火曜午後1時~4時 光が丘区民センター2階 入会金1,000円 月会費3,000円 保科 ☎090-3009-5111

## ■英会話無料体験会 小学生対象

2月28日午後1時30分~3時 土支田中央地域集会所 例会…小学生対象 月4回①日曜午前9時~正午②月曜午後3時30分~6時30分 土支田中央地域集会所 外国人講師が指導 ①②とも月会費5,000円(小学1~3年生4,000円) 初回は無料体験可 キッズイングリッシュ・永井 ☎090-2176-4603(要予約)

Eメール noka1965@icloud.com(要予約)

## ■俳画 穂有・虹の会

第2月曜午後1時~4時 石神井庁舎5階 月会費1,500円 佐藤 ☎3926-3243

## ■ゆうき歌謡教室(ピアノ伴奏による演歌の歌唱指導)

60歳以上の初心者対象 月2回火曜午後2時~4時 勤労福祉会館 入会金1,000円 月会費2,000円 遠山 ☎070-5571-9178 (要予約)

Eメール noka1965@icloud.com(要予約)

## ■硬式テニス コパン

初級者以上 対象 月4~6回土・日曜①午後3時~5時②午後5時~7時 夏の雲公園庭球場など ①②とも月会費1,000円 初回は無料体験可 秋元 ☎090-6545-9955(要予約)

## ■コアラスマイミングクラブ

女性対象 主に月4回火曜午前9時~11時 上石神井体育館 講師 小林秀子 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 高橋 ☎090-8646-3928 (要予約)

## ■囲碁 青林会

おおむね10歳以上の方対象 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 月会費500円 年4回大会あり 小坂 ☎090-7281-1800(要予約)

## ■中国語 チャイニーズガーデン

初級者~中級者対象 毎火曜午後6時30分~8時30分 ココネリ3階など 中國人女性講師が指導 月会費5,000円 教材費2,500円程度 初回は無料体験可 鈴木 ☎FAX 6915-8062(要予約) yahoo.co.jp(要予約)

## ■ピアノ(伴奏・独奏) Rムジーカ

月1~4回月~土曜午後1時~7時の間の1時間 栄町会館など 伴奏ピアニストが指導 会費1回1,500円 初回は無料体験可 江崎 ☎080-4200-4915 Eメール musicr.group@gmail.com(要予約)

## ■手編みサークル彩の会(カギ針・棒針・アフガン編み)

初心者・中高齢者対象 ①第1・3火曜②第2・4火曜午前10時~正午 ①石神井庁舎5階など②石神井公園区民交流センター ①②とも入会金2,000円、月会費2,000円 本郷 ☎080-1079-7539 (要予約) 午後1時~4時

## ■フェリーチェ音楽の会(イタリア

発声法で歌う世界のポップス・クラシック) 女性対象 月2回主に土曜午後1時~2時 厚生文化会館 声楽家が指導 入会金2,000円 月会費2,500円 事務局 ☎090-5767-2381 (午後3時以降) Eメール daimusika@yahoo.co.jp(要予約)

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。

不動産の売却・土地活用・老朽貸家対策のノウハウとは?  
専門家に学ぶ「土地活用まるわかり個別相談会」を開催2月23日(月・祝)無料・要予約  
練馬産業会館で開催

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいか分からないもの。不動産の悩みは多くの人が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。

そこで「アート住宅流通」「旭化成ホームズ」では2月23日(月・祝)「土地活用まるわかり個別相談会」を開催。相談会では、不動産売却の進め方のポイント、遊休地・賃貸車庫・借地・底地の有効活用、住む予定のない実家の空き家対策の選択肢、老朽化した自宅、貸家やアパートの建て替えの手順などをについて相談できます。この機会に気:

軽に参加を。

## ●相談会概要

▶日時: 2月23日(月・祝) 午前9時30分~午後5時【希望の時間を伝えください・物件の場所により取り扱いができない場合があります、事前に所在地を伝えてください】▶会場: 練馬産業会館2階中会議室(練馬区豊玉上2-23-10)▶申込: 相談会事:

務局(わかば企画内)

☎ 0120-661-339

WEBの申込は  
コチラから

受付時間午前10時~午後5時※個人情報は受付と会場案内に利用します



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Tビル6階

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://yig-law.jp>

広告 弁護士による無料法律相談会  
~相続・離婚・遺言・不動産トラブル等~

2/19(木), 3/18(水) 13:30~17:00  
会場: IKE・Biz としま産業振興プラザ  
住所: 東京都豊島区西池袋2-37-4 池袋駅南口 徒歩7分

3/11(水) 17:00~19:00  
事前予約制  
会場: 金剛院  
住所: 東京都豊島区長崎1-9-2/椎名町駅北口 徒歩1分  
予約・問合せ先: ☎03-6908-3988  
(株)立正堂利活用法人 ライブデザイン  
※本館・金剛は営業日のため電話応対を行っておりません



■=持ち物 □=申込 ▲=問合せ HP=ホームページ

**区西北部合同区民公開講座  
「糖尿病予防デー～食事・運動療法と最新の薬物療法」**

■3月14日(土)①午前11時～午後2時30分②午後1時30分～4時 場 練馬文化センター内③糖尿病に関するブース出展、服薬相談④食事・運動・薬物療法に関する講演会  
順天堂練馬病院糖尿病・内分泌内科先生准教授／川角正彦ほか定500名(先着順)⑤のみ▶区の担当:健康づくり係⑥申当日会場へ問練馬区医師会医療連携・在宅医療サポートセンター☎3997-0121(平日午前9時～午後5時)

**講座・催し**



**友好都市・長野県上田市  
物産販売会**

おやきやそば、地酒などの特産品を販売します。■2月20日(金)午前11時～午後3時 場 区役所アトリウム問国際・都市交流担当係☎5984-1302

**ひなまつり  
フラワーアレンジメント教室**

■3月1日(日)①午前10時～11時30分②午後2時～3時30分 場 四季の香ローズガーデン講第一園芸(株)/中川桃定各28名(抽選)￥3,800円申同ガ

**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**

◆ねこフェス+ワン!@パークロード

石神井 ■2月14日(土)～23日 習石神井公園商店街内 猫と犬の芸術作品の展示・販売会、スタンプラリーなど問石神井公園商店街振興組合・土屋☎3996-7419

◆庚申の会ビッグサービスデー

■2月15日(日)場江古田ゆうゆうロード内 ワーク券の配布、ボックスティッシュのプレゼント ※なくなり次第終了。問栄町本通り商店街振興組合・諸井☎3991-0954

◆公衆浴場でちんぴの湯

■2月15日(日)￥430円(小学生100円、未就学児無料)固練馬区公衆浴場組合・野内☎3970-4126

◆不動産取引無料相談会

■2月20日(金)午前11時～午後3時 場 区役所アトリウム内 当日会場へ問(公社)東京都宅地建物取引業協会第九プロック(練馬区支部)☎6845-8240

◆区民健康医学講座「てんかんを正しく知る～子どもから高齢者まで安心

デン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電話番号を、2月19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

**消費者講座**

場 石神井公園区民交流センター定各50名(先着順)申電話または電子メールで①講座名(12の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1月24日(火)2月3日(火)までに消費生活係☎5910-3089E-mail 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、1月17日(火)2月20日(金)までにお知らせください。

**1くらしをラクに!心も整う整理収納術**

■3月2日(月)午前10時～正午 場 整理収納アドバイザー／中山真由美  
**2豊かな老後のため知っておきたいお金の話**

■3月5日(木)午前10時～正午 場 金融経済教育推進機構(J-FLEC)職員／川口貴文

**“イイね”りまツア-**

区の伝統文化を学ぶほか、みそ汁など和食の調理を体験します。対外国人の方とその家族 ※知り合い

の外国人の方に紹介してください。■3月28日(土)午前10時～午後1時30分 場 石神井公園ふるさと文化館など定20名(先着順)￥300円申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⑤国籍を、地域振興課事業推進係☎5984-1523E-mail chiiki17@city.nerima.tokyo.jp

**スポーツ**

**初心者スポーツ教室  
ぜんそく児水泳**

対気管支ぜんそく(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。■4月6日～6月29日の毎月曜午後3時30分～5時【4月13日、5月4日・11日、6月8日を除く。9日制】④4月9日～6月25日の毎木曜午後5時～6時30分【12日制】場④平和台体育馆④大泉学園町体育馆定各45名(抽選)申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、2月25日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

# 郷土芸能ねりま座

区の郷土芸能である祭囃子の催しです。区内囃子団体による演奏のほか、ゲストに八王子車人形西川古柳座を迎え、「東海道中膝栗毛 赤坂並木から卯塔場の段」を披露します。

■3月8日(日)午後1時～4時(午後0時30分開場)

場 生涯学習センター▶出演:北町囃子保存会、富士見台囃子保存会、石神井台囃子連、関町囃子保存会定300名(先着順)申当日会場へ

問 伝統文化係☎5984-2442 ※当日の問い合わせは、生涯学習センター☎3991-1667。



料が掛かります。※車での来場・搬入はご遠慮ください。※雨天中止。

◆ねりまのねり歩き(ⒶⒷカタクリコース)◎練馬駅北コース

月28日(土)①午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合～やまち農園～清水山の森～正午別荘橋バス停解散(約4km)②4月1日(火)午前9時20分西武池袋線練馬駅集合～向山庭園～石神井川の桜並木～正午平成つつじ公園解散(約4km)定各15名(抽選)￥500円

※⑧はバス代実費。往復ハガキで①催し名(Ⓐ～Ⓑ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・電話番号を、3月6日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1

ねりま観光案内所☎3991-8101

**献血にご協力を**

◆練馬駅北口バスロータリー

■2月14日(土)午前10時～正午・午後1時30分～4時 場 東京都赤十字血液センター

武蔵野出張所☎0422-32-1100

**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

24日(火)午前11時～正午 場 NPO法人むすび(光が丘3-9-3-206)内講義、相談定15名(先着順)申電話で同所☎6904-3275

◆どうすればいい?教えて、認知症予防のこと

■2月28日(土)午後2時～3時30分 場 介護老人保健施設練馬ゆめの木内講義定20名(先着順)申電話で同所☎3923-0222

◆地域で支える健康づくり～ピロリ菌と胃がんの予防医療

■2月28日(土)午後3時～4時 場 ケアサービス伊東(平和台4-23-22)内講義定20名(先着順)申電話で同所☎090-9665-2220

**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

◆ゲーム「ニンプロ」で考え方!

認知症の対応

■2月22日(日)午後2時～4時 場 都営練馬駅北三丁目第3アパート集会所内講義定10名(先着順)申電話でミニケアホームきみさんち☎3929-2208

◆離れて暮らす親の介護をどうするか～事例から考える

■2月23日(火)午前10時～11時30分 場 グループホームしゃくじいの庭(上石神井2-20-13)

内講義、相談定10名(先着順)申電話

で同所☎3594-7011

◆役に立つ福祉用具の選び方

■2月

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HPをご覧ください。園育成支援係☎5984-1292

◆ねりま遊遊スクール

◆遊んで学ぼう!鬼ごっこ教室

■5歳以上の未就学児④小学生 ※④は保護者の参加可。■3月14日(土)午後1時～2時④午後2時15分～3時15分

場 光が丘体育館定各15名(先着順)￥1人100円申電話でSSC光が丘・柏木☎080-1378-2908(午前10時～午後10時)

**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。

**気づいた今が替え時です!**

表替え ￥5,500～  
新畳 ￥13,750～  
裏返し ￥4,400～

即日仕上げ

重たい家具の移動 見積り無料

朝引き取り→夕方納品

白澤畠店

練馬区旭丘1-63-6  
0120-75-1153

私がお伺いします  
三代目 白澤聰一

**外壁・屋根塗装パック**

築後20年超の屋根にはカバーアップをお勧めします。

外壁+屋根 “まるごと”塗り替え 木造戸建住宅限定  
『足場代』込みで長期保証付!! 冬は暖かく 夏は涼しい遮熱塗装

3大特典付  
①経年劣化部調整込  
②付帯物塗装一式込  
③バルコニー防水コート塗装サービス

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 戸建塗替実績 3275棟  
(有)フレッシュホーム お見積り無料!  
0120-330-828

樹木墓地一般墓地

淨土真宗本願寺派

宝林寺 合同墓地

後継者不要 過去の宗派不問 20万円～  
ご見学・ご相談承ります 詳しくはこちら



2/28(土) 11:00~16:00

ボランティアに挑戦したい方とボランティア団体をつなぎます!

# 地域活動マッチングイベント

ボランティアに関心がある方とボランティアを探す福祉団体をつなぐイベントです。ボランティアを始めてみたい方は、お気軽にご参加ください。

問ひと・まちづくり推進係 ☎5984-1296

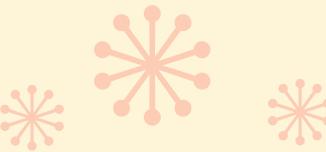


▲区HP

日時 2月28日(土)午前11時~午後4時

場所 石神井公園区民交流センター

申し込み 当日会場へ



このような人にオススメ!

自分の時間ができたので、新しいことに挑戦したい!

ボランティアを始めてみたいけど、どこに相談するんだろう?

自分に向いているボランティアはなんだろう?



20団体が参加!

～始めたいボランティアがきっと見つかる!

- ・子どもの見守り
- ・アイメイト(盲導犬)育成のお手伝い
- ・福祉施設の利用者の話し相手
- ・こども食堂や料理教室のお手伝いなど

＼マッチングした方にインタビュー!／

## ボランティアを通して得られる、新しい気付き

### 軽い気持ちでイベントに参加

仕事を退職したタイミングで、社会とのつながりがほしいと思っていた時、このイベントを知りました。さまざまな人と関わる活動に携われたらと、軽い気持ちで参加しました。現在は高齢者の方をサポートする活動をしていて、とても充実しています。

### 利用者の方と接する時間がエネルギーに

利用者の方とコミュニケーションを取ることが楽しいです。さまざまな人と話していると、新しい気付きが多く、とても勉強になります。活動を終えて帰る頃には、すごく元気をもらっています。人と話すことが好きなので、自分に合ったボランティアを見つけられたと感じています。

### ボランティアを始めるか悩んでいたら、考えるより動く!

ボランティアは特別な仕事ではなく、困っている人に声を掛けるように当たり前のことを行っている、という気持ちで活動しています。あまり大げさに考えず、軽い気持ちで一步を踏み出してほしいです。

はがき作りでは、利用者と会話を楽しめます



運動で使ったゴムバンドを、一つずつ丁寧に消毒します



NPO・ACT練馬ふろしき  
ボランティア

### ボランティアの方の興味に合った活動を提供できました

ボランティアの方が参加してくれたことで、利用者の方の会話が増え、雰囲気がより明るくなりました。スタッフだけで運営していると、準備に追われることが多いので、とても助かっています。イベントで事前に興味がある活動を聞くことができたので、その方に合った活動を提供できたと思います。

NPO・ACT練馬ふろしき スタッフ



他にもボランティアの相談ができる場所があります!

下表の施設で、ボランティアに関する相談を受け付けています。  
詳しくは、練馬区社会福祉協議会HPをご覧ください。



相談先(ボランティア・  
地域福祉推進センター(コーナー))

練 馬 ☎3994-0208  
大 泉 ☎3922-2422

光が丘 ☎5997-7721  
関 町 ☎3929-1467