

# お知らせ

## 税・国民健康保険

**3/8(日)に臨時的納付相談を受け付けます**  
～督促状が届いた方へ

生活困窮などにより納付が困難な方を対象に相談を受け付けます。督促状の指定期限を過ぎても納付がない場合、法令に基づき財産調査・差押えなどの滞納処分を行います。※会場で納付も可。 ※電話相談も可。

☒3月8日(日)午前9時～午後4時  
📍納付案内センター(区役所本庁舎4階) ☎5984-4547 ☒当日会場へ

## お休みします

〈貫井図書館☎3577-1831〉…3月2日(月)～6日(金)【館内整理のため】

## 健康・衛生

### 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。 ☒3月3日

☒午後1時30分～4時30分 📍区役所アトリウム ☒当日会場へ ※電話相談☎3993-1111(代表)もできます。 📍生活衛生課管理係☎5984-2483

**介護相談・交流カフェ**  
～急な介護で困らないために、今できる事、調べておきたい事

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。 ☒3月7日(土)午後2時～4時 📍南大泉地域集会所 ☒30名(先着順) ☒電話で南大泉地域包括支援センター☎3923-5556

## 子ども・教育

### 集中型子ども体操教室

☒体操が苦手な区内在住の小学1～3年生 ☒3月27日(金)～30日(月)午前10時～11時30分【4日制】 📍春日町青少年館 ☎3998-5341 ☒鉄棒、跳び箱、マット運動など 📍練馬区体操指導員連絡会代表/犬塚よしみほか ☒30名(初めての方を優先の上、抽選) 💎200円 ☒3月2日(月)までに区HP

## 予防接種はお早めに

問合せ 予防接種係☎5984-2484

### 高齢者の方へ

**新型コロナワクチン接種の費用助成は3/31(火)まで**

☒次の①②のいずれかに当てはまる方

- ①接種日現在65歳以上
- ②接種日現在60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級程度の障害がある

▶自己負担額:2,500円 ※生活保護受給者などは全額助成。

### お子さんがいる方へ

**お子さんの予防接種をお忘れなく**

3/1～7日は  
子ども予防接種週間

4月からの入園・入学に備えて、予防接種歴を確認し、必要な予防接種を済ませましょう。

特にMR(麻しん風しん混合)第2期の接種率は、第1期と比べて低い傾向です。接種期間は小学校就学前の1年間で、3月31日(火)が接種期限です。予診票がない方はご連絡ください。



▲区HP



▲区HP

## 3/1～8は女性の健康週間です

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために、健康について考えてみませんか。

### パネル展

☒2月27日(金)～3月12日(休)午前8時45分～午後8時(27日は午後3時から。12日は正午まで) 📍区役所本庁舎2階通路 📍健康づくり係☎5984-4624

### 動画視聴会

「動画で学ぶ、女性のカラダとその変化～思春期・性成熟期編」をテーマに、東京大学医学部附属病院女性診療科医師の泉玄太郎さんが解説します。 ☒各50名(先着順) ☒当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日時
石神井☎3996-0634	3/5(木)10:00～11:00
北☎3931-1347	3/9(月)14:00～15:00



### 健康相談

☒平日午前9時～午後5時 📍保健相談所【豊玉☎3992-1188、北☎3931-1347、光が丘☎5997-7722、石神井☎3996-0634、大泉☎3921-0217、関☎3929-5381】

## 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。

■英語で日本語を読む会 60歳以上の女性対象 ①第1・3水曜②第2・4水曜午後1時～2時30分 光が丘図書館 ①②とも月会費2,000円 松田☎6915-6502(要予約。午前10時～午後2時)

■第15回江古田映画祭～3.11福島を忘れない(「宝島」など) 2月28日～3月11日午後1時から ギャラリー古藤など 参加費1回1,000円 実行委員会・大崎☎3948-5328(要予約) fwge7555@nifty.com(要予約)

■歌のアンサンブル グループR 女性対象 第1・3火曜午前10時～11時 栄町会館など 月会費3,000円 初回は無料体験可 事務局☎080-4200-4915(要予約) musicr.group@gmail.com(要予約)

■ウォーキング カタクリの会 初級者対象 月3回火曜に都内近郊などで活動、第4火曜午前10時～正午に石神井庁舎5階で例会あり 入会金1,000円 年会費4,000円 初回は無料体験可 小倉☎090-6192-6912(要予約)

■司馬遷「史記」の読解と解釈 史記を読む会 初心者対象 月2回月曜午後1時30分～3時30分 サンライフ練馬など 講師 学習院大学名誉教授/鶴間和幸 月会費3,000円 初回は無料体験可 事務局☎080-9887-1501(午前10時～午後6時) andorin@nifty.com(要予約)

■軟式野球 練馬マンデーズ 50歳以上の方対象 毎月曜午前10時～午後2時 東台野球場 月会費500円 坂根☎090-2231-3502(要予約)

■高齢者水泳体験会(準備体操・水中運動・水泳) 60歳以上の方対象 3月6日・13日・27日午後1時～3時 平和台体育館 保険料1回100円 例会…60歳以上の方対象 毎金曜午後1時～3時 平和台体育館 入会金1,000円 月会費2,000円 保険料年500円 初めの3回は100円で体験可 平和台マスターズスイミングクラブ・服部☎FAX 3932-8451(要予約。午後6時～9時)

■タイ語 サヌックディ タイ語で簡単な日常会話ができる方対象 月2回金曜午後2時30分～4時30分 生涯学習センター 講師 中島マリン 月会費3,000円 初回は無料体験可 高橋☎090-9840-6631(要予約) saisachi@i.softbank.jp(要予約)

■演歌・発声 あすなる 女性対象 月3回土曜①午前9時～11時45分②午後1時～3時30分 勤労福祉会館 ①②とも月会費3,000円 井口☎090-5400-0335(要予約)

■詩吟(漢詩・和歌・新体詩) 晴山流晴翔会 第2・4木曜午後2時～4時 上石神井北地域集会所 会費6カ月2,500円 初めの2回は無料体験可 庄野☎3920-7291(午前7時～9時)

■練馬区民謡連盟 初心者～初級者対象 毎月曜午後1時～4時 生涯学習センター分館 年会費2,400円 月会費2,000円 國分☎090-3081-8340(要予約)

■豊玉東太極拳同好会(24式・42式太極拳・32式剣・功夫扇) 月4回金曜午後6時30分～8時30分 豊玉東小 講師 TFA太極拳友好協会準指導員/理寺恵子 月会費3,000円 石野☎090-1654-6983(要予約)

■硬式テニス エンジェルス 初心者対象 毎金曜午前9時～11時 石神井松の風文化公園庭球場など 入会金500円 会費1回200円程度 初回は無料体験可 矢島☎080-3510-0980(要予約) yajimamilio@gmail.com(要予約)

■練馬すこやか演芸場(落語・講談) 3月27日午後2時～4時 石神井公園区民交流センター 出演 春風亭昇咲ほか 参加費300円 東京保健生活協同組合練馬協議会・いけまつ☎090-9238-6033(要予約) sosiki@tokyo-health.coop(要予約)

■講演会「お子様と会話ができますか」 3月3日午前10時～正午 ココネリ3階 講師 NPO法人メンタル協議会副理事長/西村由紀 参加費無料 練馬精神保健福祉会事務局☎090-9809-8591(要予約) rsc03465@yahoo.co.jp(先着40名)

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」

2月22日(日)～3月22日(日) 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約4割を占めるのが不動産だそう。いざ、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ースも見られます。そこで、

「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)。

### ●無料講座概要

▶日時:2月22日(日)～3月22日(日)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)▶石神井会場申込:☎0120-331-713

▶池袋会場申込: ☎0120-11-9972 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

