

## 健康・衛生



### ハチの巣を見つけたら

アシナガバチやスズメバチは、夏から秋にかけて活発に活動します。生活に支障が出る場合は、早めに駆除しましょう。▶**区の担当**:環境衛生監視担当係▶**相談先**:練馬区害虫相談ダイヤル☎3995-1220

#### 〈アシナガバチの駆除方法〉

- ①スプレー式の殺虫剤を用意します。
- ②長袖・長ズボン・帽子・手袋などで、できるだけ肌の露出をなくしましょう。
- ③日が暮れてから、殺虫剤を巣に向けて15秒程度噴射します。
- ④翌日、手袋を着用して死んだハチと巣を処分してください。



アシナガバチの巣

#### 〈スズメバチの巣ができたときは〉

スズメバチに刺されると危険です。巣ができたときは、相談してください。



スズメバチの巣

### 特定健康診査を受診しましょう

国民健康保険に加入している40～74歳の方を対象に、特定健康診査の案内(=写真)を送付しています。期間内に忘れずに受診しましょう。☒成人保健係☎5984-4669



#### 〈生活習慣病の発症リスクを判定します〉

特定健康診査を受けず、人間ドックなどを受診した方は、その結果を区に送付すると、生活習慣病の発症リスクが分かるほか、健康に役立つガイドブックがもらえます。詳しくは、お問い合わせください。☒健康づくり係☎5984-4624

### 気管支ぜんそくの医療券の更新をお忘れなく～大気汚染医療費助成

都内に1年(3歳未満のお子さんは6カ月)以上在住の18歳未満の方で、気管支ぜんそくにかかっている方などに、医療費を助成しています。

有効期間満了後も引き続き助成を受けるには、期限までに手続きが必要です。認定を受けている18歳以上の方は、期限までに手続きを行わないと、再度認定を受けられなくなります。☒保健予防課管理係☎5984-2484

### 令和7年度食品衛生監視指導結果がまとまりました

食品の安全性を確保するため、区が食品取り扱い施設を監視・指導した結果をまとめました。結果は、生活衛生課(区役所東庁舎6階)や同石神井分室(石神井保健相談所内)で配布するほか、区HPや区民情報ひろば(区役所北庁舎1階)でご覧になれます。☒生活衛生課食品衛生担当☎5984-4675

### 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。☒7月7日(火)・21日(火)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

### 高齢者



#### 笑って体力作り～体と心に優しいレクリエーション体操

☒60歳以上の方☒④8月8日～11月28日⑤12月5日～来年3月20日の土曜午後1時30分～2時30分【8日制】☒はつらつセンター豊玉☒東京都福祉レクリエーション・ネットワーク理事/湯川恵子☒各17名(抽選)☒¥300円☒7月15日(水)までに電話で同センター☎5912-6401

### ひと汗かいて、ひとつ風呂！～7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。☒医師から運動を止められていない55歳以上の方☒¥200円(入浴料込み)☒当日会場へ☒介護予防係☎5984-2094

| 浴場名                   | 日時                       | 定員(先着順) |
|-----------------------|--------------------------|---------|
| 江古田湯(旭丘1-17-3)        | 毎火曜 13:15～14:15          | 各10名    |
| 練馬湯遊廊 松の湯(石神井台7-11-1) | 毎火曜 13:45～14:45          | 各10名    |
| 桑の湯(北町8-5-2)          | 毎水曜 14:00～15:00【7/29を除く】 | 各10名    |
| 第二亀の湯(関町北1-15-7)      | 7/2(木)・16(木) 10:45～11:45 | 各10名    |
| 天然温泉 久松湯(桜台4-32-15)   | 7/3(金)・10(金) 10:00～11:00 | 各10名    |

### 寿文化祭「芸能大会」の出演者を募集

高齢者の趣味の発表と相互交流の場として、練馬区老人クラブ連合会

が開催します。☒60歳以上の方☒10月19日(月)・20日(火)午前10時～午後5時☒練馬文化センター▶**区の担当**:いきがい係☒7月31日(金)までに、老人クラブに所属している方…直接、所属している老人クラブへ 所属していない方…直接、練馬区老人クラブ連合会事務局(豊玉北5-27-2)へ ☒同事務局☎6914-5125(平日午前10時～午後4時)

## 子ども・教育



### 高校・大学受験の費用を支援～受験生チャレンジ支援貸付事業

都は、所得が一定以下の世帯主に、高校・大学受験のための学習塾や受験の費用を無利子で貸し付けています。また、所定の要件を満たせば、貸付金の返済が免除されます。所得以外にも要件があります。詳しくは、区HPをご覧ください。☒総合福祉事務所相談係【〒176の方…練馬(区役所西庁舎2階)☎5984-4742、〒179の方…

## 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HP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…5万8450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…3万8930円

## 7月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ずマイナ保険証または資格確認書をお持ちください。往診はしません。☒地域医療課☎5984-4673

### ●休日急患診療所

| 診療科    | 場所   | 診療日時  |
|--------|--|---|
| 小児科    | 練馬区夜間救急子どもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)<br>予約専用 ☎050-5810-4682(自動応答)<br>問合せ ☎3994-2238 | 平日の20:00～22:30<br>土・日曜・祝休日の18:00～21:30<br>※保護者同伴。 <b>予約も可</b>                               |
|        | 練馬休日急患診療所(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)<br>予約専用 ☎050-5810-4682(自動応答)<br>問合せ ☎3994-2238       | 土曜の18:00～21:30<br>日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30、18:00～21:30<br>※15歳以下の方は保護者同伴。 <b>予約も可</b> |
| 内科・小児科 | 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)<br>予約専用 ☎050-5526-1262(自動応答)<br>問合せ ☎3996-3404   | 同上  |
|        | 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)<br>☎3993-9956                                      | 日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30<br>※当日、電話で要予約。   |

**予約も可** …開始30分前～終了1時間前に練馬区医師会HPまたは電話で各診療所の **予約専用** へ



### ●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 |
| 田中吉祥寺病院(関町南3-9-23)    | ☎3920-6263 |
| 久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10) | ☎3922-0262 |
| 練馬総合病院(旭丘1-24-1)      | ☎5988-2290 |
| 忠医会病院(高松3-6-11)       | ☎5848-8761 |

### ●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)
- 医療情報ネット(ナビイ) 全国の医療機関・薬局について 検索・情報収集ができます



### ●休日施術当番接骨院

▶**施術時間**:午前9時～午後5時

|        |                       |            |
|--------|-----------------------|------------|
| 5日(日)  | 豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4) | ☎6914-5320 |
|        | たけくま整骨院(高松6-26-2)     | ☎3995-7378 |
|        | 愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)  | ☎3923-6789 |
| 12日(日) | コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)     | ☎3991-1231 |
|        | サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)   | ☎5848-8034 |
| 19日(日) | 大賀接骨院(大泉学園町7-19-5)    | ☎3867-0702 |
|        | 桶谷整骨院(桜台4-1-6)        | ☎3948-7665 |
|        | 沢田接骨院(富士見台2-17-22)    | ☎3990-2272 |
| 20日(祝) | 赤坂接骨院(関町北1-26-7)      | ☎3920-4021 |
|        | にだいら整骨院(桜台1-5-4)      | ☎3993-7866 |
|        | 塚田接骨院(石神井町3-27-7)     | ☎3996-0397 |
| 26日(日) | 池島接骨院(関町北2-31-7)      | ☎3920-5556 |
|        | にだいら整骨院(桜台1-5-4)      | ☎3993-7866 |
|        | 大幸接骨院(旭町1-15-11)      | ☎5997-3232 |
|        | フカサワ整骨院(上石神井2-30-20)  | ☎3594-3289 |

広告 ご相談無料! 預託金不要!

終活 身元保証 地域の専門家がサポート!

☎070-8365-9179 10:00-19:00 やさしい るーごいなく

(一社)ねりま終活身元保証センター 東京都練馬区谷原5-13-40-105

HPはこちら

※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。