



12/3~9は障害者週間

## 障害のある方へ 必要な手助けを



障害のある古田茉優さんは大泉特別支援学校に通っています。家族や先生は茉優さんの気持ちを尊重し、毎日楽しく過ごせるように支えています。誰もが暮らしやすいまちをつくるためには、周りの人の理解やちょっとした手助けが必要です。身近でできることを考えてみませんか。

▶問合せ:障害者施策推進課事業計画担当係☎5984-4602 FAX 5984-1215

2・3面へ続く

古田茉優さん(=写真中央)・古田朋美さん(=写真左)・大泉特別支援学校の先生(=写真上・右)

# “ちょっと”でも障害を知って自然に接してほしい

問合せ 障害者施策推進課事業計画担当係  
☎5984-4602 FAX 5984-1215



古田茉優さん(=写真中央)・古田朋美さん(=写真左下)・大泉特別支援学校の先生方



障害によって車いすの形もさまざまです

脳性まひで肢体不自由のある古田茉優さんは大泉特別支援学校に通う16歳。喉の気管切開と胃ろうの医療的ケアが必要です。今回、お母さんの古田朋美さんに、日常生活の困りごとや望むことなどを伺いました。

### — 茉優さんについて教えてください

コミュニケーションをとるのが大好き。人の表情をよく見ていて、学校やデイサービスなど、関わる人によって対応を変えます。年下の子と一緒にいるときは、「お世話をしなきゃ」という意識があり、舌を鳴らしたり、目線を使って「あの子、泣いているよ」と先生に伝えたりもします。

う反応をされたり、ショッピングモールや観光地などでは、車いすがあると歩行者が通りづらくなるので、直接苦情を言われたりすることもありました。

### — 日常生活でもう少しくわしくしてほしいと思うことはありますか

病院に行くと、小さな子どもが茉優の前で立ち止まってじっと見ることがあります。自分の生活にはない景色なので興味があるのだと思うのですが、それを見た親御さんが気まずそうに黙って手を引っ張って連れて行く、ということがあって…。何も言わないんですね。もう少し自然に接してほしいです。

### — そのようなときどうしてほしいですか

物おじしない子は、喉を見て「これ何?」と聞

いてきて、それをきっかけに話したこともあります。茉優自身も人に興味があるので、ちょっとニコッとしてみたり。皆さん、どうしても話すことを敬遠してしまいがちですが、声掛けでお互いちょっと発展があればいいのかなと思います。

### — 地域の方に望むことはありますか

こういう障害者もいるのだとちょっとでも知ってもらい、自然に接してほしいです。特別なことをしてほしいわけではないです。ベビーカーや車いすの高齢者などには、道を空けたり、手を貸したりしますよね。私たちの使っている車いすは皆さんが普段あまり目にするものではないのですが、普通の車いすと同じように接してもらえたらうれしいです。

## “ちょっと”した手助けがうれしい

### 視覚障害

#### 困りごと

横断歩道を渡るときはとても不安です。

#### 手助けポイント

「今“赤”ですよ、“青”になったらお知らせしますね」と声を掛けてください。



### 聴覚障害

#### 困りごと

音声だけの会話は内容が分かりません。

#### 手助けポイント

会話をするときは、紙やスマートフォンを使い文字で表してください。



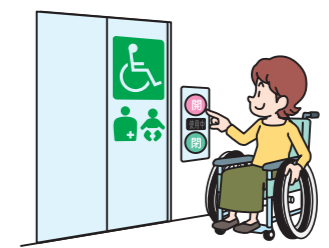
### 肢体不自由

#### 困りごと

優先駐車場やバリアフリートイレしか使えません。

#### 手助けポイント

必要がない方は利用を控えてください。



### 知的障害

#### 困りごと

複雑な会話や抽象的な表現が苦手です。

#### 手助けポイント

理解しているか確認しながら、身ぶりをつけてゆっくり分かりやすい言葉で伝えてください。



### 精神障害・発達障害

#### 困りごと

初めての場所や人混みが苦手です。

#### 手助けポイント

静かで落ち着いた場所を案内してください。



### ご存じですか? ヘルプマーク

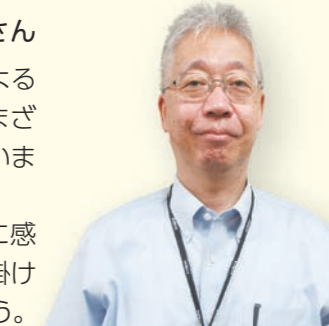
内部障害の方や義足を使用している方、妊娠初期の方などが、周囲の人へ手助けや配慮が必要であることを伝えるためのマークです。身に付けている方を見掛けただけで席を譲る、困っていれば声を掛けるなど、思いやりのある行動をお願いします。



### 障害のある方への理解と手助けを

光が丘障害者地域生活支援センター所長 石野哲朗さん  
障害は、生まれたときからある人もいれば、病気や事故による人もいて、誰にでも起こりうる身近なものです。障害にはさまざまな種類があり、同じ障害でもその人ごとに症状や程度は違います。また、外見だけでは分からない障害もあります。障害のある人は、日常生活を送る上で、不便なことや困難に感じていることがたくさんあります。皆さんも困っている人を見かけたときは、見て見ぬふりをせず、積極的に声を掛けてみましょう。

#### INTERVIEW

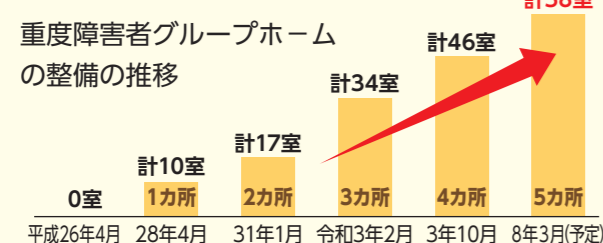


## 区の取り組み

～障害者が住み慣れた地域で、自分らしい生き方ができるまちへ

### 重度障害者の生活基盤の整備

大泉つつじ荘を重度障害者グループホームに転換したほか、福祉園やショートステイの整備を進めてきました。令和7年度には多機能型地域生活支援拠点となる重度障害者グループホームを開設します。



### 障害児支援の充実

「障害児保育園ヘレン中村橋」の開設や居宅訪問型児童発達支援事業などを実施してきました。こども発達支援センターでは、障害児一時預かりやオンライン相談を開始しました。



### 就労支援の充実

企業や支援機関と連携し、障害者の就労を支援してきました。障害者施設に経営コンサルタントを派遣するほか、自主生産品の販売サイト「ねりいちポータル」を開設しました。



### 障害者の意思疎通支援の充実

「練馬区障害者の意思疎通の促進と手話言語の普及に関する条例」を制定しました。聴覚障害のある方と意思疎通を図るため、「遠隔手話通訳」を25カ所の窓口で開始しました。



## 障害者週間の催し

### 障害者フェスティバル

福祉団体などによる作品展や障害者施設の自主製品などの販売を行います。▶日時:12月3日(土)午前10時～午後3時 ▶場所:光が丘区民センター、光が丘ふれあいの径



### パネル展・作品展

▶場所:区役所アトリウム

催し名	日程
① 障害理解に関するパネル展	12/2(金)～7(水)
② 障害者ふれあい作品展	12/13(火)～16(金)

※時間はいずれも8:45～20:00(①2日は16:00から。7日は16:00まで。②16日は15:00まで)



# 令和5年度からの **会計年度任用職員** (サポートスタッフ)を募集 **登録制**

登録制で選考により決定します。任用期間は1年以内です(再任する場合あり)。申し込み方法など詳しくは、職員課(区役所本庁舎6階)や区民事務所(練馬を除く)、区ホームページにある募集案内をご覧ください。  
※4月1日(土)採用を希望する方は、12月16日(必着)までに申し込んでください。



職・内容	対象(資格など)	勤務場所	日時(※1)	報酬(※2)	申込先・問合せ
事務 (データ入力など)	—	区役所、区立施設	月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間45分以内(月20日以内)	時給1,083円	職員課会計年度職員係 ☎5984-1601
学校事務 (データ入力など)	—	区立小中学校・幼稚園	月～金曜午前8時15分～午後5時の間の7時間以内(月20日以内)	時給1,083円	学校…教育総務課職員係 ☎5984-5629 幼稚園…学務課幼稚園係 ☎5984-1347
児童指導 (子どもの対応など)	—	区立児童館・学童クラブなど	月～土曜午前8時30分～午後6時15分の間の4時間程度(月8日程度。主に午後)	時給1,147円	子育て支援課庶務係 ☎5984-5817
児童指導 (中高生の居場所づくり事業補助)	—	区立児童館	月～土曜午後5時15分～7時15分(月5日程度)	時給1,341円	
短時間保育 (保育補助)	—	区立保育園	月～土曜①午前7時15分②午後3時30分からそれぞれ2～3時間程度(月20日程度)	時給1,341円	保育課管理係 ☎5984-5839
保育 (保育補助)			月～土曜午前8時30分～午後5時15分の間の4～7時間45分(月20日程度)	時給1,147円	
保育 (業務補助)	—	北大泉児童館ぴよぴよ	月～土曜午前9時45分～午後5時45分(月10日以内)	時給1,147円	子ども家庭支援センター ☎3993-8155
		田柄・立野・春日町南地区区民館ぴよぴよ	月～土曜午前9時15分～午後5時15分(月10日以内)		
スクールソーシャルワーカー (学校訪問、個別支援など)	臨床心理士・公認心理師・社会福祉士・精神保健福祉士の有資格者、1年以上の実務経験がある方	学校教育支援センター	月～土曜午前7時30分～午後8時15分の間の7時間45分以内(月16日以内)	時給1,614円	学校教育支援センター ☎6385-9911
心理教育相談 (心理面談など)	臨床心理士・公認心理師・社会福祉士・精神保健福祉士の有資格者、大学院で心理学を専攻し修了した方、教育相談に関する知識・経験がある方		月～土曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間45分以内(月16日以内)		
介助員 (支援の必要な園児の介助)	幼稚園または小学校の教員免許がある方、保育士の有資格者、障害児保育の経験がある方	区立幼稚園	月～金曜午前8時40分～午後5時の間の3～7時間(月20日以内)	時給1,341円	学務課幼稚園係 ☎5984-1347
介助員 (①給食介助②日中介助)	—	氷川台・大泉学園町福祉園	月～金曜①午前11時30分～午後1時30分(月20日以内)②午前9時30分～午後3時30分(年18日以内)	時給1,341円	氷川台福祉園 ☎3931-0167 大泉学園町福祉園 ☎3923-8540
保健師または看護師 (乳幼児健診業務など)	有資格者	豊玉・光が丘・石神井保健相談所	月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の4～7時間45分(月20日以内)	時給1,609円	豊玉保健相談所☎3992-1188 光が丘保健相談所☎5997-7722 石神井保健相談所☎3996-0634
保健師または看護師 (妊娠・子育て相談など)	有資格者	大泉・関保健相談所、健康推進課	月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の6～7時間(月20日以内)	時給1,609円	大泉保健相談所☎3921-0217 関保健相談所☎3929-5381 健康推進課母子保健係 ☎5984-4621
保健師 (特定保健指導業務など)	有資格者	健康推進課	月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間以内(月15日以内)	時給1,609円	健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624
栄養士 (特定保健指導業務など)				時給1,605円	
歯科衛生士 (業務補助)	有資格者	豊玉・石神井保健相談所	月～金曜午前8時30分～午後5時15分(月16日以内)	時給1,605円	豊玉保健相談所☎3992-1188 石神井保健相談所☎3996-0634
学校栄養士 (学校給食の栄養士業務)	有資格者	区立小中学校	月～金曜午前8時15分～午後5時の間の7時間以内(月20日以内)	時給1,605円	教育総務課職員係 ☎5984-5629
用務 (施設整備・清掃)	—	区立小中学校・幼稚園	月～金曜午前7時45分～午後4時30分の間の4～7時間(月20日以内)	時給1,093円	教育総務課職員係 ☎5984-5629
		区立保育園	月～土曜午前8時30分～午後5時15分の間の4～7時間45分(月20日程度)		保育課管理係 ☎5984-5839
		福祉園、土木出張所など	月～金曜午前8時30分～午後5時15分の間の7時間45分以内(月20日以内)		職員課会計年度職員係 ☎5984-1601
調理 (給食の調理補助)	—	区立保育園	月～土曜午前8時30分～午後5時15分の間の4～7時間45分(月20日程度)	時給1,093円	保育課管理係 ☎5984-5839
		氷川台福祉園	月～金曜午前9時15分～午後3時15分(月20日以内)		氷川台福祉園 ☎3931-0167
		大泉学園町福祉園	月～金曜午前8時30分～午後3時30分(月20日以内)		大泉学園町福祉園 ☎3923-8540
養護 (保健室運営など)	有資格者	区立小中学校	月～金曜午前8時15分～午後4時45分(月16日以内)	日額1万976円	教育指導課教職員係 ☎5984-5749
ごみ収集作業員 (集積所のごみ収集作業)	ごみ収集ができる体力のある方	練馬・石神井清掃事務所	月～土曜午前7時40分～午後4時25分(月16日以内)	日額1万745円(特殊勤務手当を含む)	練馬清掃事務所 ☎3992-7141 石神井清掃事務所 ☎3928-1353

※1 職場により勤務日時が異なる場合があります。 ※2 交通費支給。勤務条件により、期末手当・社会保険あり。

# お知らせ

## 12月1日～7日はTOKYO交通安全キャンペーン

年末は交通量が増え、交通事故が起こりやすい時期です。交通ルールやマナーを守り、交通事故を防ぎましょう。▶問合せ:安全対策係☎5984-1309

- 交通事故の死者数のうち、約4割が歩行者で、その半数が高齢者でした。
- 自転車の法令違反による事故が多く発生しています。

## 政治家からの寄附は禁止されています

公職選挙法は、政治家が有権者に対して寄附をすることを禁止しています。また、有権者が政治家に対して、寄附をするよう勧めたり、求めたりすることも禁止です。

### 〈罰則をもって禁止されている寄附に当たる行為の例〉

- 病気見舞い●入学・卒業祝い●中元・歳暮●落成式・開店祝いの花輪・祝儀●結婚祝い●香典(本人が出席しない場合)●地域の行事への寸志・差し入れ など

年賀状などを出すことも、答礼のための自筆によるものを除き禁止されています。▶問合せ:選挙管理委員会事務局☎5984-1399

## 「女性手帳2023メモリー」を配布

男女共同参画に関する法制度のほか、仕事、子育て、介護などの資料を掲載しています。▶配布場所:区民事務所(練馬を除く)、総合福祉事務所、男女共同参画センターえーる、区役所本庁舎1階庁舎案内など ※1人1冊。 ※郵送を希望する方は、140円切手を貼った返信用封筒(17cm×11cm以上)に住所・氏名を記入の上、12月15日(消印有効)までに〒176-

8501区役所内人権・男女共同参画課へお送りください。▶問合せ:人権・男女共同参画課☎5984-4518

## 若者自立支援事業(ねりま若者サポートステーション・居場所) ①家族講演会②家族懇談会

▶対象:15～49歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族・支援者 ▶日時:12月24日(土)①午後1時30分～3時②午後3時～4時30分 ▶場所:春日町青少年館 ▶講師:認定NPO法人文化学習協同ネットワーク代表理事/佐藤洋作 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話でねりま若者サポートステーション☎5848-8341(木・日曜を除く)

## コミュニティ助成事業で備品を整備

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業(※)による宝くじの助成金を受け、光が丘パークタウン大通り中央3号棟団地自治会が事業で使用する備品を整備しました。 ※コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。▶問合せ:地域コミュニティ支援係☎5984-1039

## 男女共同参画の集い・ねりまフォーラム2023の実行委員を募集

男女共同参画社会について考える場として、毎年、区民と協働でねりまフォーラムを開催しています。10月に開催予定のフォーラムを企画・運営する実行委員を募集します。実行委員には、男女が抱える身近な問題を話し合いながら、テーマなどを考えていただきます。 ※交通費程度の謝礼あり。 ※保育あり(6カ月以上の未就学児対象)。▶対象:区内在住・在勤(在学)で、10回程度(1回2時間)、主に平日の昼間に開催する会議に出席できる方 ▶募集人数:6名

程度(選考)▶申込:人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)や区ホームページにある申込書を、12月16日(必着)までに人権・男女共同参画課☎5984-4518

## 福祉・障害のある方

### 初心者向け障害者パソコン教室

▶日時:1月15日(日)1午前9時30分～正午2午後1時30分～4時 ▶場所:中村橋福祉ケアセンター ▶定員:12各4名(抽選) ▶費用:1,000円 ▶申込:電話またはファクスで①教室名(12)とA～Eの別も②住所③氏名(ふりがな)④電話番号またはファクス番号(ある方のみ)⑤障害名と手帳の種類を、12月15日(木)までに同所☎3926-

7211 FAX 3970-5676 ※手話通訳を希望する方は、その旨もお知らせください。 ※介助が必要な方は、介助者を同伴してください。

コース	対象
A パソコン入門	次のいずれかをお持ちの方 ・愛の手帳 ・身体障害者手帳 ・精神障害者保健福祉手帳
B ワード(文書作成など)	
C エクセル(表計算・グラフなど)	
D タブレット(携帯端末)相談・体験	身体障害者手帳を持っている視覚障害のある方
E 視覚障害(読み上げソフト)	

※Aは以前受講した方、B/Cはパソコンの基本操作・文字入力ができない方は受講できません。

# ねりま区報 をお届けします!

新聞に折り込んでお届けしているほか、駅や金融機関、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、区立施設にも置いています。

▶問合せ:広報係☎5984-2690 FAX 3993-1194



©2011練馬区ねり丸

## ご自宅にお届けします

新聞未購読で、上記施設で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、区ホームページから申し込むか、お問い合わせください。



## 音声版・点字版を発行

視覚障害のある方には、区報のカセットテープ版、デイジー版CD、点字版を無料で送付しています。希望する方は、お問い合わせください。音声データは区ホームページでも公開しています。



# 医療費・介護サービス費 自己負担限度額を超えた額を支給します

同一世帯(※)で医療費と介護サービス費の両方で自己負担があった場合、自己負担の限度額が決められています。年間(8月～翌年7月分)の限度額を超えた場合は、超えた額が支給されます。加入する医療保険に申請してください。

※令和4年7月31日現在、同じ医療保険に加入している方のみを指します。

## 対象

3年8月1日～4年7月31日に医療保険と介護保険の両方で自己負担のあった世帯

## 加入している保険により申請手続きが異なります

### 〈対象期間を通して同じ保険に加入していた世帯〉

①国民健康保険	2月中に区から申請書を送付します。
②後期高齢者医療制度	3月中に東京都後期高齢者医療広域連合から申請書を送付します。
③社会保険・共済組合・国民健康保険組合	7月31日現在、加入している医療保険へお問い合わせください。申請時に、介護保険自己負担額証明書が必要となります。

### 〈対象期間内に加入していた医療保険が変わった世帯〉

7月31日現在、加入している医療保険へお問い合わせください。

## 支給額の計算式

$$\text{医療費と介護保険の自己負担の合計額} - \text{高額療養費や高額介護サービス費など} - \text{対象世帯の負担限度額(右表参照)} = \text{支給額}$$

※保険適用外の診療やサービスは除きます。  
※70歳未満の方は、1つの医療機関で同月内に支払った医療費が2万1000円未満のものは除きます。  
※支給額が500円以下の場合、支給対象外です。

## 世帯の負担限度額

### 70歳未満の方

4年7月現在の所得区分	世帯の負担限度額(年額)
901万円超(※)	212万円
600万円超～901万円以下(※)	141万円
210万円超～600万円以下(※)	67万円
210万円以下(※)	60万円
世帯全員が住民税非課税世帯	34万円

※国民健康保険加入者全員の前年の総所得金額などから住民税基礎控除額(43万円)を差し引いた金額の合計(旧ただし書き所得)。

### 70歳以上の方

4年7月現在の所得区分	世帯の負担限度額(年額)
現役並み所得Ⅲ(690万円以上)	212万円
現役並み所得Ⅱ(380万円以上)	141万円
現役並み所得Ⅰ(145万円以上)	67万円
一般	56万円
住民税非課税Ⅱ	31万円
住民税非課税Ⅰ	19万円

・現役並み所得Ⅰ～Ⅲ…70歳以上で住民税課税所得が145万円以上の国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者がいる世帯

・住民税非課税Ⅱ…世帯全員が住民税非課税

・住民税非課税Ⅰ…世帯全員が住民税非課税で、所得が一定基準以下(年金受給額80万円以下など)

・一般…上記以外の世帯

## 問合せ

①国民健康保険	こくほ給付係☎5984-4553
②後期高齢者医療制度	後期高齢者資格係☎5984-4587
③社会保険・共済組合など	保険証に記載されている医療保険 ※介護保険自己負担額証明書については、介護保険課給付係☎5984-4591。

# お知らせ

## 働く

### 練馬区職員(技能Ⅵ)

▶**対象:**昭和63年4月2日以降に生まれた方 ▶**採用予定日:**4月1日(土) ▶**場所:**区内清掃事務所、清掃事業所 ▶**内容:**ごみの収集作業など ▶**採用予定数:**9名(筆記選考・面接・体力測定) ▶**申込:**清掃事務所や区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、職員課(同本庁舎6階)、区ホームページにある募集案内をご覧の上、12月20日(必着)までに職員課採用係 ☎5984-4153

### 区立小中学校のスタッフ【会計年度任用職員】

▶**期間:**4月から1年間(再任する場合あり) ▶**場所:**区立小中学校 ▶**申込:**教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある申込書(写真貼付)と作文を、1月10日(必着)までに教育指導課サポート人材推進係 ☎5984-1312

#### ●学校生活支援員

▶**対象:**次の①～③のいずれかに当てはまる方 ①教員免許がある②保育士・介護福祉士・心理士の資格などがある③学校教育や障害者施策などに関する知識・経験がある ▶**日時:**1日7時間(月17日) ▶**内容:**児童・生徒への学習支援、日常生活上の介助など ▶**採用予定数:**40名(書類選

考・面接) ▶**報酬:**時給1,341円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

#### ●学力向上支援講師

▶**対象:**小学校全科または中学校の数学・英語の教員免許がある方 ▶**日時:**1日4～5時間(週5日) ▶**内容:**児童・生徒への学習指導補助 ▶**採用予定数:**10名(書類選考・面接) ▶**報酬:**時給2,008円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

#### ●スクール・サポート・スタッフ

▶**対象:**教員経験や民間企業などでの事務経験がある方 ▶**日時:**午前8時15分～午後5時の間の4時間(月17日) ▶**内容:**一般教員の業務の補助 ▶**採用予定数:**10名(書類選考・面接) ▶**報酬:**時給1,263円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。

#### ●副校長補佐

▶**対象:**学校運営などに関する知識・経験や民間企業などでの事務経験がある方 ▶**日時:**午前8時15分～午後5時の間の5時間(月16日) ▶**内容:**副校長の業務(事務管理・調査対応などの事務)の補佐 ▶**採用予定数:**30名(書類選考・面接) ▶**報酬:**時給1,572円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。

#### ●部活動指導員

▶**対象:**次の①～③のいずれかに当てはまる方 ①部活動やスポーツクラブなどで指導の経験がある②教員免許がある③指導と管理運営の知識・経験がある ▶**日時:**平日午後3時～7時の間の3時間程度、土・日曜・祝日休 日午前7時～午後7時の間の4時

間程度(週16時間以内) ▶**内容:**区立中学校で実技指導、学校外活動の引率など ▶**採用予定数:**5名(書類選考・面接) ▶**報酬:**時給1,614円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。

### 学校事務補助員、学校栄養士【会計年度任用職員】

▶**期間:**4月から1年間(再任する場合あり) ▶**日時:**午前8時15分～午後4時45分の間の7時間(月17日) ▶**場所:**区立小中学校など ▶**申込:**教育総務課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある申込書(写真貼付)を、12月21日(必着)までに教育総務課職員係 ☎5984-5629

#### ●学校事務補助員

▶**対象:**ワード・エクセルの基本的な操作ができる方 ▶**採用予定数:**7名(書類・実技選考、面接) ▶**報酬:**日額8,846円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

#### ●学校栄養士

▶**対象:**有資格者 ※3月31日(金)までに取得見込みも可。 ▶**内容:**献立作成、児童・生徒の食物アレルギー対応など ▶**採用予定数:**10名(書類選考・面接) ▶**報酬:**日額1万1623円 ※交通費支給。 ※期末手当・社会保険あり。

### 業務協力員【会計年度任用職員】

▶**対象:**障害者手帳をお持ちの方 ▶**期間:**4月から1年間(再任する場合あり) ▶**日時:**平日の1日7時間30分(月16日) ▶**場所:**区立施設 ▶**内容:**事務・用務の

補助 ▶**採用予定数:**15名程度(実技選考・面接) ▶**報酬:**時給1,086円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。 ▶**申込:**職員課(区役所本庁舎6階)や区ホームページにある募集案内をご覧の上、12月22日(必着)までに職員課人事係 ☎5984-5782 FAX 3993-1195

### 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	募集期間
高等工科大学(一般)	中卒(見込み含む)以上17歳未満の男子	1/6(金)まで
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の方	随時

## ボランティア

### 歯科衛生士(乳幼児歯科健診など)【登録制】

▶**対象:**有資格者 ▶**期間:**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 ※交通費は支給しません。 ▶**申込:**大泉保健相談所や区ホームページにある申込書(写真貼付)を、12月16日(必着)までに大泉保健相談所 ☎3921-0217

# 税・国民健康保険料の納付は期限内に!

～12月はオール東京滞納STOP強化月間

問合せ 納付案内センター ☎5984-4547

都と区が連携して収納対策を集中的に実施します。区では、12月に令和3年度以前の住民税や、4年度の国民健康保険料に滞納がある方へ一斉に催告書を発送します。

納付できるのに納付しない方や再三の催告に応じず納付相談のない方に対しては、滞納金額にかかわらず、財産調査や滞納処分(差し押さえ)を強化し、早期の滞納解消に取り組みます。

タイヤロックなどを行い、滞納処分を強化!



#### ●納付が困難な方はまずご相談を!

病気や失業などやむを得ない事情や、新型コロナの影響で期限内の納付が困難な方は、必ずご相談ください。放置すると、延滞金が増えるとともに、滞納処分の対象となります。

#### 納め忘れのない口座振替をご利用ください

申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

※区ホームページからも申し込みます。



# 令和5年カレンダーを配布

いずれも配布は1人1枚です。なくなり次第終了します。

## 消費者トラブル被害防止カレンダー

契約トラブルなどに遭わないために知っておきたい情報を掲載しています。 ▶**配布場所:**区民事務所(練馬・石神井・光が丘を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、地区区民館(北大泉を除く)、地域包括支援センター、敬老館、はつらつセンター、総合福祉事務所、男女共同参画センターえーる、消費生活センター ▶**問合せ:**消費生活係 ☎5910-3089



縦42cm×横30cm

## 健やかカレンダー

区内の小中学生が描いた各月の出来事や風景などで彩られています。 ▶**配布場所:**区民事務所(練馬・石神井を除く)、図書館、地区区民館(北大泉を除く)、児童館、春日町青少年館、石神井庁舎1階、男女共同参画センターえーる、厚生文化会館、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階) ▶**問合せ:**青少年係 ☎5984-4691

縦42cm×横30cm・縦84cm×横60cmの2種類



## 住まい・まちづくり

### 用途地域等の一括変更の都市計画案がご覧になれます

道路整備が進展し、用途地域の境界の基準となる道路の位置や形状が変化していることなどから、都は用途地域等を一括して変更することとしました。区は、特別用途地区、高度地区、防火地域及び準防火地域、地区計画の各都市計画変更案を作成しました。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**:12月15日(木)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。 ※都が作成した用途地域・区域区分の変更案は東京都都市計画課(都庁第二本庁舎12階)▶**問合せ**:都市計画課土地利用計画担当係☎5984-1544、東京都都市計画課☎5388-3225

## 事業者向け

### 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**:12月28日(水)

#### ●ねりま区報

▶**掲載募集号**:3月1日号～5月21日号(毎月1日・11日・21日発行)▶**掲載位置**:①②中面記事下③中面欄外※1日号は③のみ募集。▶**広告サイズ(縦mm×横mm)**・**料金(1回)**:①60×120…8万円②60×243…16万円③10×235…1万円▶**刷色**:①②4色カラー③2色(黒・青)▶**発行部数**:約21万部▶**配布先**:新聞折り込み、区内・周辺の各駅、区内金融機関・郵便局、区立施設など▶**問合せ**:広報係☎5984-2690

#### ●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mm×横mm)**・**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**:4月▶**発行部数**:3万5000部▶**配布先**:介護保険課(区役所東庁舎4階)、地域包括支援センターなど▶**問合せ**:介護保険課管理係☎5984-2863

#### ●健康診査受診券などの発送用封筒

▶**掲載位置**:封筒の裏面▶**広告サイズ(縦mm×横mm)**・**料金**:①50×80…

20万円②60×90…20万円▶**刷色**:4色カラー▶**印刷枚数**:①約57万枚②約20万枚▶**問合せ**:成人保健係☎5984-4669

#### ●練馬区一般郵便用封筒

▶**掲載位置**:封筒の裏面(①角形2号②長形3号)▶**広告サイズ(縦mm×横mm)**・**料金**:①80×100…11万円②50×90…35万円▶**刷色**:1色(緑)▶**掲載予定期間**:6月～令和6年5月▶**印刷枚数**:①約25万枚②約75万枚▶**問合せ**:出納係☎5984-5796

### ゲートキーパー養成講座「命を守るゲートキーパーとは」

ゲートキーパーとは、悩んでいる方に気づき、話を聴いて、必要な支援につなぎ見守る方です。講座では、自殺を防ぐために一人ひとりができることを学びます。▶**対象**:事業者、会社員など▶**日時**:11月17日(火)22月7日(火)午後7時～8時45分▶**講師**:NPO法人ゲートキーパーTONARINO/森本美花▶**申込**:電子メールで①講座名(112とAB)の別も②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月6日(金)227日(金)までに精神保健係☎5984-4764 Eメール hokenyobou05

@city.nerima.tokyo.jp ※Aは電話でも申し込みます。

### A区役所アトリウム地下多目的会議室で開催

▶**定員**:100名(先着順)

### B Zoomで開催

▶**定員**:100名(先着順)

### 来年度の見守り配食事業の登録事業者を募集

お弁当の配達時に高齢者などの見守りや安否確認を行う事業者を募集します。登録した事業者は、利用者に配布するパンフレットに記載されます。希望する事業者は、高齢者支援課(区役所西庁舎3階)や区ホームページにある実施要綱をご覧の上、12月26日(月)までに申し込んでください。▶**問合せ**:高齢者支援課地域包括支援係☎5984-1187

## お休みします

〈練馬図書館☎3992-1580〉…12月5日(月)～9日(金)【館内整理のため】

〈上石神井体育館☎5991-6601〉…12月12日(月)・13日(火)【器具点検などのため】 ※温水プールは14日(水)・15日(木)も利用できません。

## 歳末たすけあい運動募金にご協力を

**問合せ** 練馬区社会福祉協議会☎3992-5600

練馬区社会福祉協議会は、12月31日(土)まで町会連合会や民生児童委員協議会と募金活動を行います。寄せられた募金は、福祉活動団体への助成事業や新入学児童へのランドセル贈呈など、区内の地域福祉活動のために活用します。募金は、練馬区社会福祉協議会(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階)のほか、郵便振り込みなどでも受け付けます。



## ハクビシン・アライグマの被害でお困りの方へ

ハクビシンやアライグマによる天井裏への侵入や庭木の果樹の食べ荒らしなどでお困りの方はご相談ください。専門事業者が現地調査を行い、無料でわなを設置します。 ※設置には一定の条件があります。

**問合せ** 美化啓発係☎5984-4709



出典:東京都環境局

## 12月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ず健康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	練馬区夜間救急子どもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎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 ※15歳以下の方は保護者同伴。 <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)☎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。 <b>予約も可</b>
	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)☎3996-3404	土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～14:00、18:00～21:30 ※15歳以下の方は保護者同伴。 <b>予約も可</b>
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。

**予約も可** …開始30分前～終了1時間前に電話で各診療所へ。

### 抗原定性検査 要予約

検査費用は無料です(初診料などは掛かります)。▶**対象**:新型コロナの感染が疑われる方▶**日時**:日曜、祝休日午後3時～5時▶**場所**:石神井休日急患診療所▶**持ち物**:新型コロナワクチンの接種記録が分かるもの▶**申込**:当日午前9時30分～11時30分に電話で同所☎3996-3404

予約も可 要予約  
練馬区医師会ホームページでも予約できます

<http://www.nerima-med.or.jp/>



### ●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
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262

### ●休日施術当番接骨院

認め印を必ずお持ちください。▶**施術時間**:午前9時～午後5時

4日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
11日(日)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
18日(日)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	学園通り整骨院(大泉学園町4-23-8)	☎5387-3560
25日(日)	坂口接骨院(氷川台4-49-11)	☎3937-0660
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183

毎日午前9時・正午・午後8時の3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(<https://www.youtube.com/user/nerimach>)からもご覧になれます。  
※番組へのご意見、ご要望を広報戦略係にお寄せください。▶**問合せ**:広報戦略係☎5984-2693



## 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。※ペットを連れての来場はご遠慮ください。  
▶日時:12月6日(火)・20日(火)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

### 精神保健福祉講座～精神科医から学ぶ「双極性障害」の基礎知識

▶日時:12月15日(木)午後2時～4時▶講師:慈雲堂病院精神科医師/船木まどか▶申込:電話またはハガキ、ファクス、電子メールで①講座名(12)の別も②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、12月9日(必着)までに〒177-0041石神井町7-3-28 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ ☎3997-2181 FAX 3997-2182 Eメール info@neri-shakyo.com

#### 1石神井保健相談所で開催

▶定員:25名(先着順)

#### 2オンラインで開催

▶定員:100名(先着順)

### 介護入門講座～介護サービスの種類を学び、今後に活かそう

▶日時:12月22日(木)午後2時～3時30分▶場所:練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶講師:練馬区介護サービス事業者連絡協議会/中迫誠▶定員:40名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①講座名②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、12月21日(火)までに同所 ☎6758-0145 FAX 5383-7421 ※同ホームページ(<https://www.nerima-carenet.jp/>)からも申し込めます。

### 講演会「難病当事者からのメッセージ～難病ピア相談室スタート」

▶日時:1月15日(日)午後2時～4時▶場所:ココネリ3階▶定員:50名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講演会名②氏名③電話番号④参加人数を、1月6日(金)までに

大泉障害者地域生活支援センターさくら ☎3925-7371 FAX 3925-7386 Eメール o\_sakura@ikuseikai-ky.or.jp

### 介護相談・交流カフェ

～知らないと思える薬のお話し

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:1月16日(月)午後1時30分～3時30分▶場所:南大泉地域集会所▶講師:大泉薬局薬剤師/杉山貴典▶定員:10名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597

## 子ども・教育



### 第41回練馬区学校保健大会

「みんなで育てよう 心も体もすこやかな児童・生徒」をテーマとした研究発表と特別講演を行います。▶日時:12月15日(木)午後1時30分～4時30分▶場所:生涯学習センター▶講師:ラビット発達臨床研究所代表/平岩幹男▶定員:100名(先着順)▶申込:12月9日(金)までに電話で学校保健係 ☎5984-5729

### 児童劇教室

発声・発音などを学び、寸劇を行います。▶対象:区内在住の小学3年～中学生▶日時:1月8日(日)・15日(日)午前9時30分～11時30分、22日(日)・29日(日)午前9時30分～午後0時30分、2月5日(日)午前9時30分～午後2時【5日制】▶場所:春日町青少年館▶講師:俳優/岩本えりほか▶定員:30名(抽選)▶費用:250円▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤性別⑥電話番号を、12月15日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341 Eメール youth1@city.nerima.tokyo.jp

### 冬の自然観察会

▶対象:小学生以上 ※小学1・2年生は保護者同伴。▶日時:1月21日(土)午前9時～正午▶場所:石神井公園▶講師:プロナチュラリスト/ささき隊長ほか▶定員:30名(抽選)▶費用:50円▶申込:電話または電子メールで①催

し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・性別・電話番号を、12月20日(火)までに春日町青少年館 ☎3998-5341 Eメール youth1@city.nerima.tokyo.jp

### 子育て講習会「思春期はこわくない～思春期の子どもへの関わり方」

▶対象:小中学生の保護者▶日時:1月28日(土)、2月25日(土)、3月25日(土)午前10時～正午【3日制】▶場所:学校教育支援センター▶講師:公認心理師/マーシャル理恵子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講習会名②氏名③お子さんの学年④電話番号⑤参加人数を、同所 ☎6385-9911 Eメール oubo@city.nerima.tokyo.jp

### 赤ちゃんと一緒にエクササイズ～子育てパパの健康講座

▶対象:首のすわった4～12カ月児と父親 ※母親の参加も可。▶日時:1月28日(土)午前10時～正午▶場所:大泉保健相談所▶内容:講義、運動実技▶講師:健康運動指導士/加藤有里▶定員:8組(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3921-0217

### 1月の赤ちゃん準備教室～沐浴体験コース(平日)

▶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:電話またはファクスで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定日を、各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日程	定員(先着順)
光が丘 ☎5997-7722 FAX 5997-7719	20(金)	16組
石神井 ☎3996-0634 FAX 3996-0590	13(金)	20組

※時間はいずれも13:00～17:00の間の1時間30分程度。

### 1月の赤ちゃん準備教室～沐浴体験コース(土・日曜)

▶対象:平日の参加が難しい妊娠中の方 ※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:往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名(14)は(A)(B)の別も②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定日を、12月14日(必着)までに各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(抽選)
1豊玉 (〒176-0012 豊玉北5-15-19) ☎3992-1188	21(土) ①9:00～11:00 ②13:00～15:00	各30組
2北 (〒179-0081 北町6-35-7) ☎3931-1347	14(土) 9:00～12:00	30組
3大泉 (〒178-0061 大泉学園町5-8-8) ☎3921-0217	7(土) 9:00～12:00	20組
4関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	28(土) ①9:00～10:30 ②10:30～12:00	各10組

※時間はいずれも1時間30分程度。

### 1月の育児栄養歯科相談

▶対象:0歳児▶内容:育児・食事・歯科相談▶持ち物:母子健康手帳▶申込:開催日の1カ月前から電話で各保健相談所へ ※おとなの歯磨き相談も実施しています。希望する方は、併せて申し込んでください。

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	18(水) 9:00～10:00	30名
北 ☎3931-1347	13(金) 9:00～10:00	30名
光が丘 ☎5997-7722	18(水) 9:00～10:15	30名
石神井 ☎3996-0634	20(金) 9:00～10:00	30名
大泉 ☎3921-0217	23(月) 9:00～10:00	20名
関 ☎3929-5381	16(月) 13:00～15:00	20名

## ワクチン接種・検診で

# 子宮頸がんを予防しよう

日本では毎年約1万1000人が子宮頸がんと診断され、約2,900人が亡くなっています。患者は20代から増え始め、治療により子宮を失う場合もあります。予防には、ワクチン接種と検診が大切です。

**ポイント 1** **ワクチン接種**  
～対象の方は無料で接種できます



▲詳しくはコチラ

- 予診票は発送済みです。紛失した方はお問い合わせください。
- 定期接種  
▶対象:区内在住で、平成18年4月2日～23年4月1日生まれの女性
  - キャッチアップ接種(接種の機会を逃した方)  
▶対象:区内在住で、次の①②の両方に当てはまる方 ①平成9年4月2日～18年4月1日生まれの女性②過去に子宮頸がんワクチンを3回接種していない▶接種期間:令和7年3月31日(月)まで

### 問合せ

ワクチン接種について…予防係 ☎5984-2484  
検診について…成人保健係 ☎5984-4669

**ポイント 2** **子宮がん検診**  
～2年に1回受診しましょう



▲詳しくはコチラ

▶対象:区内在住で、来年3月31日(金)現在20歳以上の女性 ※令和3年度に受けた方は受診できません。▶期間:来年3月31日(金)まで▶内容:問診、視診、内診、頸部細胞診検査 ※医師が必要と認める場合は体部細胞診検査も行います。▶費用:700円(体部細胞診検査も受診した場合は1,000円) ※75歳以上の方は無料。住民税非課税世帯の方などは受診前に手続きをすると免除。▶申込:電話で協力医療機関へ ※協力医療機関の一覧は、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

# 高齢者



## 理学療法士が伝えるフレイル予防!

脳卒中の予防など、健康維持のための知識や運動方法を学びます。  
 ※Zoomを使ったオンライン配信も行います。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:**12月15日(木)午後2時30分~3時30分  
**▶場所:**はつらつセンター豊玉  
**▶講師:**東京都理学療法士協会会員  
**▶申込:**電話で同所 ☎5912-6401

(講座を同時放映します)

▶申込:電話で各申込先へ

場所・申込先	
はつらつセンター	大 泉 ☎3867-3180
	光が丘 ☎5997-7717
	関 ☎3928-1987
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

体組成(脂肪や筋肉の量など)・血管年齢・骨の健康度などの測定やフレイルチェックなどを行い、アドバイスをします。また、運動や文化活動など近隣で活動している団体の紹介も行います。  
 ※2は健康・生活相談あり(要予約)。 ※ペースメーカーを使用の方は一部の測定ができません。  
 ※申し込みは1人1会場です。  
**▶対象:**区内在住の65歳以上の方  
**▶定員:**各50名(先着順)  
**▶区:**担当:介護予防係  
**▶申込:**電話でスポーツクラブルネサンス石神井公園 ☎5910-3975(午前11時~午後7時)

場所	日程
1 平和台体育館	12/14(水)
2 石神井公園区民交流センター	12/16(金)
3 大泉学園地区区民館	12/21(水)
4 生涯学習センター分館	12/23(金)

※時間はいずれも9:30~12:00。

## 講演会「加齢性難聴と補聴器」

実物の補聴器を見ながら、認定補聴器技能者からお話を伺います。  
**▶日時:**12月6日(火)午後3時30分~4時  
**▶場所:**街かどケアカフェはるのひ

(北保健相談所内) ▶定員:30名(先着順)  
**▶申込:**電話またはファクスで  
 ①講演会名②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、高齢給付係 ☎5984-2774 FAX 5984-1214

## はつらつセンター豊玉の催し

▶対象:区内在住の60歳以上の方  
**▶場所:**はつらつセンター豊玉  
**▶申込:**12月8日(水)217日(土)までに電話で同所 ☎5912-6401

1 **いきいき美容教室**  
**▶日時:**12月22日(木)午前10時30分~11時30分  
**▶講師:**資生堂ジャパン(株)/泉田綾子 ▶定員:20名(抽選)  
 (講座を同時放映します)

▶場所:栄町敬老館 ▶定員:12名(抽選)  
**▶申込:**電話で同所 ☎3994-3286

2 **和菓子教室**  
**▶日時:**1月16日・30日、2月13日・27日、3月6日・13日の月曜午前10時~正午【6日制】  
**▶講師:**料理研究家/柴崎真保 ▶定員:16名(抽選)  
**▶費用:**2,000円

## 講座・催し ①

### 勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館 ▶申込:12月28日(水)21月17日(火)318日(水)までに電話で同所 ☎3923-5511

1 **発酵教室「みそ講座~おいしい手前みそを作ろう」**

▶日時:1月11日(水)午前10時30分~午後0時30分  
 ②午後1時30分~3時

30分 ▶講師:発酵ライフアドバイザー/プロフェッショナル/原田浩子 ▶定員:各16名(先着順) ▶費用:2,000円

2 **ライフプラン講座「やさしい経済学・2023年の世界の動きと経済展望」**

▶日時:1月21日(土)午後2時~4時 ▶講師:経済評論家/小泉有史 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:200円

3 **簡単おもてなし家庭料理教室**

▶日時:1月22日(日)午前11時~午後2時 ▶献立:冬野菜たっぷり筑前煮、関東風雑煮、栗あんまんじゅうなど ▶講師:食育栄養インストラクター/須沼三枝子 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:2,000円

## 青年リーダーパネル展

ジュニアリーダー養成講習会で小中学生を指導する青年リーダーの活動を紹介します。  
**▶日時:**12月10日(土)正午~11日(日)午後6時  
**▶場所:**区役所アトリウム  
**▶問合せ:**青少年係 ☎5984-4691

## 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:1月14日(土)・21日(土)・28日(土)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:20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6名)を利用したい方は、12月16日(金)までに併せて申し込んでください。

## 参加者を募集

# 60歳以上のひとり暮らしの方 電気の使用状況でフレイルチェック!

電気の使用状況からフレイルの兆候を見つけ、予防を目指す取り組みの参加者を募集します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



▶申込期間:1月31日(必着)まで  
 ▶区の担当:介護予防係  
 ▶申込先・問合せ:東京電力パワーグリッド(株)事業開発室 ☎050-3152-0166(平日午前10時~午後5時)

## 特典

- 1 1,000円分の商品券をプレゼント
- 2 認知機能の状態をお知らせ(年2回程度)
- 3 家電見守りアプリの無料体験(1年間)

## 食育推進講演会 「家庭から始まる食育 ~共食で伝える家庭の味」

YouTubeで配信!



家族と一緒に料理や食事をするこの大切さについて、パパ料理研究家の滝村雅晴さんにお話を伺います。併せて、練馬大根を使った料理の紹介動画を12月8日(木)から配信します。  
**▶問合せ:**栄養食育係 ☎5984-4679

コチラからご覧ください  
 YouTube  
 ねりま健康ちゃんねる ▶



## 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。

1 **俳画 穂有・虹の会** 中高年齢者対象 第2月曜午後1時~4時 石神井庁舎5階 月会費1,500円 初回は無料体験可 佐藤 ☎3926-3243

2 **日本舞踊おさらい会「春待月の陽に舞う」** 12月7日午前11時30分開演 生涯学習センター 入場無料 蝶寿会(正派若柳流)・桶田 ☎3994-2311

3 **60代からのらくらくピアノ無料体験会** ①12月12日②23日③25日午後1時30分~3時 男女共同参画センターえーる 例会…月2回日曜または月曜午後1時30分~3時 男女共同参画センターえーる 会費1回1,500円 石神井公園らくらくピアノサークル・工藤 ☎090-2474-2753(要予約)

4 **表千家茶道(立礼卓など) きぬがさ会** 初心者女性対象 第2・4日曜午後1時~5時 向山庭園 月会費3,000円 水屋料実費 関 ☎3923-6216

5 **第15回芸墨会水墨画展** 12月1日~4日午前10時~午後6時(1日は午後1時から。4日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 例会…第1・3①水曜②日曜午後1時30分~4時

6 **第25回DO会銅版画展** 12月20日~25日午前10時~午後6時(20日は午後1時から。25日は午後5時まで) 練馬区立美術館 入場無料 岡本 ☎5934-3366

7 **水彩と色鉛筆 エビス絵画** 第1・3木曜午前10時~正午 石神井庁舎5階 講師 宇都宮敦子 入会金3,000円 月会費3,000円 教材費月500円 村田 ☎090-5534-8538

8 **水彩画 水彩スケッチクラブ** 経験者対象 月3回木曜午前10時~正午 向山庭園 月会費1,000円 大前 ☎090-1462-5611 Eメール kaz31592@sea.plala.or.jp(要予約)

9 **オンライン講座「パーキンソン病治療最前線~前向きに生きるために知っておきたいこと」** 12月3日午後2時~3時 参加費無料 例会…パーキンソン病の患者と家族対象 月1回午後1時30分~4時 貫井地区区民館 入会金1,000円 年会費5,500円 初回は無料体験可 パーキンソン病友の会・山本 ☎SMS 090-3048-0864(要予約)

10 **光が丘メダカスイミングクラブ** 60歳以上の方対象 毎火曜午後1時~3時 光が丘体育館 講師 岩上幸子 ほか 月会費2,500円 初回は無料体験可 植田 ☎3995-5093

11 **5kmのウォーキング&ランニング 光が丘公園パークラン** 小学生以上対象 毎土曜午前7時50分から1時間程度 光が丘公園売店前集合 会費無料 小林 ☎090-3149-3310

12 **女声合唱団アルドール** 毎水曜午後1時30分~4時 生涯学習センター 講師 淵上千里 入会金1,000円 月会費5,000円 初回は無料体験可 松田 ☎090-1794-1236

13 **脳と身体の運動プログラム無料体験会** 12月7日午後1時30分~3時 富士見台地区区民館 講師 高口江里子 脳活サークルかえで・岩崎 ☎FAX 3904-1307 Eメール tatemi175@gmail.com(要予約)

14 **日本・世界の名曲を歌う会 歌サロサンライズ** 12月19日、1月からの第4月曜午前10時~正午 サンライズサーカス(西大泉4-20-17) 会費1回500円 中越 ☎FAX 5905-7127 Eメール miccosoprano@gmail.com(要予約)

15 **混声合唱練習会 合唱団しじゅう** から 18歳以上の方対象 月2回金曜午後1時30分~4時30分 北町地区区民館 講師 声楽家/稲見里恵 会費1回1,500円 宮崎 ☎FAX 3975-6737(要予約)

16 **剣道 武蔵剣友会(①基本②一般)** 小学生以上対象 ①毎火曜午後6時~8時、毎土曜午後5時~7時②毎火曜午後6時~9時、毎土曜午後5時~8時、毎日曜午前9時~正午 光が丘夏雲小など

③②とも月会費3,000円 初めの1カ月は無料体験可 田中 ☎090-8688-0833 Eメール musashi\_kenyuukai@yahoo.co.jp(要予約)

17 **ゴルフ友の会 興友会** 60歳以上の方対象 第2金曜 浦和ゴルフ倶楽部(さいたま市) 年会費2,400円 プレー代・交通費実費 森 ☎080-6753-7085

18 **北町ヨガ** 月3回木曜午前10時~正午 北町地区区民館 講師 北村洋子 会費1回1,000円 木村 ☎FAX 3550-7468(要予約。午後3時~8時)

19 **みんなでプログラミング! 迷路を突破しよう!** 小学生以上対象 1月7日①午後1時~2時②午後2時30分~3時30分③午後4時~5時 ココネリ3階 参加費500円(一社)イクシア・小林 ☎090-4368-2453 Eメール r.kobayashi@ixsia.net(要予約)



### 講座・催し②

#### 手作り品販売市場「ねりいち」

障害のある方が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	12/1(木)・8(木)・22(休) 11:00~13:30
ココネリ2階	12/12(月)~16(金) 11:00~14:00

#### 家族や友人と柿を育ててみませんか

柿の栽培や収穫などを体験します。▶対象:18歳以上の方を含む、次の①②のいずれかに当てはまるグループ ①区内在住の家族②区内在住の方が半数以上いるグループ▶日時:2~11月の土曜5日程度(午前中)▶場所:大泉学園町3丁目の畑など ※駐車場はありません。▶定員:15組(抽選)▶費用:1組4,000円 ※別途、保険料1人165円。▶申込:ハガキまたはファクスで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢③代表者の氏名・電話番号を、12月12日(必着)までに〒176-8501 区役所内農業振興係☎5984-1403 FAX 3993-1451

#### 五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート ~年の瀬に「第九」などを聴く

▶対象:中学生以上▶日時:12月24日(土) ①午後1時30分~3時②午後3時30分~5時▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶定員:各16名(抽選)▶費用:300円▶申込:往復ハガキで①催し名(①②の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、12月9日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室へ ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)からも申し込みます。▶問合せ:石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060

#### 日本大学芸術学部によるサロンコンサート「彩り煌めくコンサート~フルーツとピアノ」

▶対象:小学生以上▶日時:1月29日(日) 午後2時~3時▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶定員:100名(抽選)▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、1月6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 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)からも申し込みます。

#### 上映会えーるシネマサロン「アイ・コンタクト~もう一つのなでしこジャパン ろう者女子サッカー」

▶日時:1月20日(金)①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分▶場所:

男女共同参画センターえーる▶定員:各20名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①上映会名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、同所☎3996-9007 FAX 3996-9010 Eメール [oubo@nerimayell.com](mailto:oubo@nerimayell.com) ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、1月6日(金)までにお知らせください。 ※日本語字幕付き。

#### 来年度アトリウムミニステージの出演者を募集

来年度、区役所アトリウムで開催予定のコンサートの出演者を募集します。▶申込:大泉学園ゆめりあホールや文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)、練馬文化センターホームページ(<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>)にある募集要項をご覧ください。12月20日(必着)までに練馬文化センター☎3993-3311

## スポーツ

### 区民体育大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

#### ●自転車(競技用)

▶対象:中学生以上▶日時:1月22日(日)午前9時から▶場所:西武園競輪場(埼玉県所沢市)▶内容:一般男子29歳以下・39歳以下・49歳以下・59歳以下・69歳以下・70歳以上の部、一般女子の部 ※400・1,200mのタイムトライアル。▶保険料など:500円▶持ち物:競技用自転車、ヘル

ムレット▶申込:往復ハガキで①部別②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、1月13日(必着)までに〒179-0085早宮1-29-2 自転車連盟・斎藤へ

#### ●キャッチバレーボール(一般)

▶対象:中学生以上の男子チーム・女子チーム、25歳以上の女子チーム▶日時:1月22日(日)・29日(日)午前9時から▶場所:平和台体育館▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧ください。12月23日(金)までに練馬区キャッチバレーボール協会へ

### スキー大会①区民体育大会 ②練馬区選手権大会

▶対象:小学生以上▶日時:1月15日(日)午前8時30分から▶場所:牧の高原スノーパーク(長野県下高井郡) ※現地集合・解散。▶内容:①大回転競技②回転競技▶費用:2,000円(中学生以下1,500円)▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧ください。1月5日(休)までに大会事務局へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

### 都民体育大会練馬区選考会 バドミントン(個人)

▶日時:2月5日(日)午前9時から▶場所:光が丘体育館▶保険料など:1組2,000円▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧ください。1月10日(火)までに練馬区バドミントン協会・塩澤へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

## 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

◆歳末バラエティーセール▶日程:12月15日(木)まで▶場所:江古田駅北口駅前通り▶内容:買い物をした方に抽選で景品をプレゼント▶問合せ:江古田駅北口商店会・佐久間☎080-3203-8859

◆JA東京あおば シクラメンなど贈答花の売り出し▶日時:12月7日(火)~11日(日)午前10時~午後5時▶場所・問合せ:ふれあいの里(桜台3-35-18)☎3991-8711

◆魚介類共同販売▶日程:12月9日(金)▶場所:石神井魚商親睦会共同販売参加店▶内容:かずのこ、イクラ、タラバガニなどを通常価格より安く販売▶問合せ:石神井魚商親睦会・若杉☎3995-3958

◆とれたて練馬の野菜市▶日時:12月9日(金)・10日(土)午前10時30分~午後3時▶場所:武蔵関駅前郵便局南側▶問合せ:武蔵関駅北口商店会・平岩☎090-5819-7171

◆スポーツ吹き矢教室▶日時:①12月10日②24日③1月14日④28日⑤2月25日⑥3月11日⑦25日の土曜午前10時~正午▶場所:平和台体育館▶定員:各20名(先着順)▶費用:800円▶申込:電話またはファクスで①教室名(①~⑦の別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、開催日の前日までにSSC平和台☎FAX 5921-7800

◆光アートの祭典「ねりま光が丘光ページェントフェスタ2022&23」▶日時:12月17日(土)・18日(日)午前10

時~午後8時 ※ふれあいの里では1月15日(日)までの午後4時~10時に13万球のイルミネーションを点灯。▶場所:光が丘公園けやき広場など▶内容:光アートステージ、音楽ダンス、出店など▶問合せ:ねりま光が丘地域活性化プロジェクト実行委員会事務局・大熊☎090-1765-2482

◆ミニラグビー体験会▶対象:4歳児~小学5年生▶日時:12月18日(日)午前9時10分~11時30分▶場所:練馬総合運動公園▶内容:実技指導、模範試合▶講師:日本ラグビーフットボール協会公認育成コーチほか▶申込:12月17日(土)までに電話で練馬ラグビースクール・大嶋☎080-4413-2703 ※専用の申し込みフォーム(<https://forms.gle/eW15kaJFL2YRSztz9>)からも申し込みます。

◆外で遊ぼうin石神井公園~自然と友達になろう!▶対象:小学生以上のお子さんと保護者▶日時:12月18日(日)午前10時~正午▶場所:石神井公園▶講師:自然体験活動指導者/岩田信二ほか▶定員:25組(先着順)▶費用:1組500円(3名以上は1名につき300円追加)▶申込:電話または電子メールで①催し名②参加者全員の氏名・年齢③電話番号を、12月15日(休)までにSSC桜台・南波☎090-1408-9900 Eメール [sakuradai.staff3@gmail.com](mailto:sakuradai.staff3@gmail.com)

◆元Jリーガーによるサッカークリニック▶対象:①小学3・4年生と保護者②小学5・6年生▶日時:12月24日(土)①午前10時~正午②午後1時30分~4時30分▶場所:大泉さくら運動公園▶講師:元日本A代表/酒井友之ほか▶定員:①50組②100名(先着順)▶費

用:1人1,000円▶申込:電話でSSC光が丘・大熊☎090-1765-2482 ※同ホームページ(<http://www.nerimassc.gr.jp/sschikar/>)からも申し込みます。◆新春!浅草七福神巡り▶日時・場所:1月5日(休)午前9時30分東京メトロ銀座線原町駅集合~矢先稲荷神社~浅草寺~待乳山聖天~午後0時30分東京メトロ銀座線浅草駅解散(約6km)▶定員:60名(先着順)▶費用:800円▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を、12月12日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウオーキング協会・五十嵐☎080-1207-5512

◆新春初歩き~地元練馬を歩く▶日時・場所:1月8日(日)午前9時30分西武池袋線石神井公園駅集合~南田中稲荷天祖神社~観蔵院~長命寺~午後0時30分西武池袋線練馬高野駅解散(約6km)▶定員:50名(先着順)▶拝観料など:1,100円▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を、12月12日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午前10時~午後3時)

◆テニス教室(一般)▶費用:6,000円▶申込:往復ハガキで①教室名(①~④の別も)②住所③氏名④性別⑤電話番号⑥会員・一般の別を、開始日の2週間前までに〒177-0053関町南1-12-3-305国分房 練馬区テニス協会☎080-3123-6840

◆土支田庭球場▶日時:1月10日~2月14日の毎火曜午前9時~10時50分[6日制]▶定員:60名(先着順)

◆夏雲公園庭球場▶日時:2月2日~3月16日の毎木曜①午前9時~10時50分②午前11時5分~午後0時55分[2月23日を除く。6日制]▶定員:各45名(先着順)

◆初心者水泳教室(水泳が苦手な方)▶日時:①1月13日~3月31日の毎金曜午後3時~4時30分[12日制]②③1月12日~4月13日の毎木曜午後5時30分~7時[1月19日、2月23日を除く。12日制]▶場所:①光が丘体育館②旭町南地区区民館▶定員:①25名②③各8名(先着順)▶費用:8,000円▶申込:往復ハガキで①教室名(①~③の別も)②住所③氏名(ふりがな)④学年⑤性別⑥電話番号を、12月15日(必着)までに〒179-0075高松3-7-25-601 練馬区水泳リーダールン結会・松本☎3990-8870

◆奨学金の希望者募集 詳しくは、(公財)福太郎奨学財団事務局(豊島区集鴨2-12-10 奥野信用金庫研修会館内)または同ホームページ(<http://www.fukutaro-zaidan.jp/>)にある募集要項をご覧ください。▶対象:次の①②のいずれかに当てはまる方 ①都内在住で、大学などに在学または進学予定②都内の大学などに在学または進学予定▶申込期限:2月3日(金)▶貸与金額:月額5万円(無利息)▶問合せ:(公財)福太郎奨学財団事務局☎3940-0495

### 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、12月13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:12月18日(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:12月18日(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)

### 朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街▶日時:12月2日(金)午前9時から▶問合せ:栗原☎3998-3800

◆光が丘IMA南館前▶日時:12月4日(日)・11日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永☎090-4374-3888

### 献血にご協力を

◆光が丘体育館横▶日時:12月3日(土)午前10時~正午・午後1時30分~4時▶問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所☎0422-32-1100

### 子どものための講座

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:育成支援係☎5984-1292

### ねりま遊遊スクール

◆音を楽しむクリスマスコンサート▶対象:中学生以下のお子さんと保護者▶日時:12月24日(土)午後1時30分~3時▶場所:光が丘夏の雲小▶定員:100組(先着順)▶申込:電話でチャオズウインドアンサンブル・末永☎090-9008-7723(午後6時~8時)

広告 包丁切れなくて困っていませんか?

丁寧な研ぎで 今年最後です! 来年は3月から好評です! ☎090-9642-2427

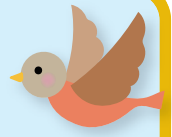


包丁・ハサミ研ぎグループ練馬 練馬区下石神井2-10-13

※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。

12/7(水)～2/27(月)  
9:00-16:30 ※火曜・年末年始休園。

# 中里郷土の森 冬のとり見展!



双眼鏡の使い方など野鳥観察の方法や、バードウォッチングの楽しみ方、区内の公園で観察できる野鳥などを紹介します。

場所・問合せ 中里郷土の森 ☎3922-3021

## とりコレカードを集めよう!

野鳥観察をすると、野鳥の生態などが分かるカードをゲットできます。集めた枚数に応じて景品もプレゼント。

全25種類!



## こんな野鳥が見られる!?

- オナガ** ..... 青みがかった羽と長い尾が特徴。カラスの仲間です。
- モズ** ..... 他の鳥や生き物の鳴きまねがうまく、漢字では「百舌」と書きます。
- ジョウビタキ** ..... 冬にやってくる渡り鳥。1羽でいることを好みます。



## 中里郷土の森とは

100年以上前からある屋敷林を生かした公園です。自然解説員が常駐し、自然や生き物について学べます。



詳しくはコチラ



## 四季の香 ローズガーデンの催し ～クリスマスイルミネーション

12/25(日)までの  
午後4時～5時

※火曜休園。土・日曜は午後7時まで。



昨年の様子

### 他にもイベントを開催

催し名など	日時	申込
冬の花鉢販売会 ～ポインセチアやシクラメンなど ※なくなり次第終了。	Ⓐ12/11(日) ⓑ18(日) 10:00～14:00 (ⓑ雨天時は13:00～16:00)	当日会場へ
クリスマスコンサート ▶出演:武蔵野音楽大学4corde	12/18(日) Ⓐ12:10～12:50 ⓑ17:00～17:40	当日会場へ
バラの育て方講座～冬剪定を学ぼう ▶講師:第一園芸(株)/小河紀子 ▶定員:各28名▶費用:500円	1/22(日) Ⓐ10:00～11:30 ⓑ14:00～15:30	要予約

要予約 往復ハガキで①催し名(Ⓐⓑの別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1月6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へ ※同ホームページ(<https://www.shikinokaori-rose-garden.com/>)からも申し込みます。

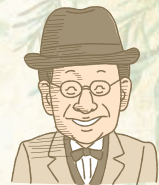


場所・問合せ 四季の香ローズガーデン ☎6904-2061

## 生誕160年・朝ドラ化決定記念 連載企画

# 牧野富太郎図鑑

## 第8巻 博士の書齋



### 枝や草が伸び茂る書齋

牧野記念庭園には、博士が亡くなるまで使っていた書齋と書庫の一部が展示されています。博士は、「繇條書屋(ようじょうしょおく)」「枝や草が伸び茂る書齋」と名づけた書齋で、原稿を執筆したり植物を描いたりしました。現在、書齋には博士の机がひっそりと置かれていますが、来春には、文房具や用紙などが所狭しと置かれた当時の様子を再現し、公開する予定です。

昭和28年書齋にて 個人蔵▶



### 「繇條書屋」の額

平成22年に庭園がリニューアルオープンする前、書庫の壁には「繇條書屋」の額が掲げられていました。この額の文字は、牧野博士が、尾張(現・愛知県)の医学者・博物学者である伊藤圭介博士に頼み書いてもらったものです。牧野博士が東京大学理学部植物学教室へ出入りできるようになったのは、伊藤博士の力添えによるものではないかといわれています。

個人蔵▶



### 牧野記念庭園書齋再現プロジェクトへの寄付をお待ちしています

▶問合せ:みどり推進課協働係 ☎5984-2418



広告 家電を正しくリサイクル! [テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン・小型家電] 回収致します

※家電リサイクル法・小型家電リサイクル法に則り処理をしますので回収金を頂戴しております。



株式会社サン・グリーン TEL: 03-3994-1422

お申込みはWEBかお電話で

〒176-0012東京都練馬区豊玉北4-1-3 (平日10-17時 土日祝休み)

※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。

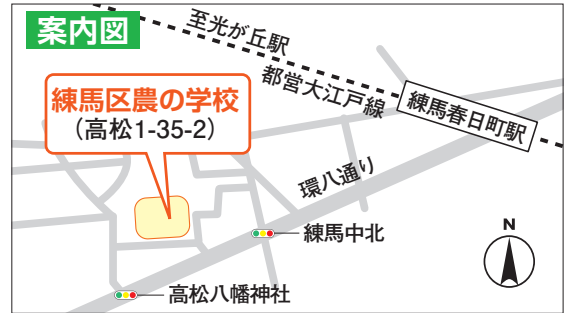
# 練馬区農の学校の受講生を募集

農の学校は、農家を支える人材を育成し、支え手を必要とする農家とつなぐ役目を担っています。今回、2つのコースの受講生を募集します。詳しくは、つながるカレッジねりまポータルサイト (<https://www.collegenerima.jp/>) をご覧ください。

※結果は、2月3日(金)までに通知します。



▲申し込みはコチラ



▶交通:都営大江戸線練馬春日町駅下車A3出口徒歩10分  
※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。

## 初級コース

農家を支援するために必要な作業、基礎知識などを講義と実習で学びます。修了後は「ねりま農サポーター」として、農家のお手伝いや区の農業イベントに協力していただきます。また、技術の定着と向上を目的とした中級コースに進むことができます。

▶対象:区内在住の18歳以上の方 ▶日程:4~12月の土・日曜、祝休日20日程度(各半日程度) ▶定員:15名(選考) ▶費用:1万円 ▶申込:「援農活動への意気込み」をテーマにした作文(400字以内。様式自由)に①コース名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤生年月日⑥電話番号を記入の上、1月6日(必着)までに郵送またはポータルサイトで農業振興係へ



### 説明会を開催

▶日時:12月10日(土)午前10時~11時 ▶場所:練馬区農の学校 ▶申込:電話または電子メールで①氏名(ふりがな)②電話番号③電子メールアドレスを、アゴラ造園(株) ☎3997-2300 [Eメール info@agora-zoen.co.jp](mailto:info@agora-zoen.co.jp)

## 農とのふれあい・体験コース

野菜の作付けや収穫体験を通して、農とふれあう楽しさを学びます。▶対象:15歳以下のお子さんを含む区内在住の2~4名のグループ ※未就学児1名につき保護者1名の参加が必要です。▶日程:4~7月の土・日曜、祝休日4日間程度(各半日程度) ▶定員:10組(抽選) ▶費用:1組2,000円 ※別途、保険料1人120円。▶申込:ハガキまたはポータルサイトで①コース名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・生年月日を、1月6日(必着)までに農業振興係へ



## 練馬文化センターの催し

問合せ

☎3993-3311 (平日午前9時~午後5時)  
<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>



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

大泉学園ゆめりあホール

0歳以上 入場無料

1/11(水) **アフタヌーン・ミニコンサート1月**  
14:00開演

出演 石綿千乃(オーボエ)、鈴木結佳(クラリネット)、秋山富義(ファゴット)  
曲目 シューマン/トロイメライ、宮城道雄/さくらさくらなど  
定員 150名(抽選)  
申込 往復ハガキで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・電子メールアドレス(ある方のみ)③参加人数(2名まで。座席が不要なお子さんを除く)を、12月15日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-28-3練馬文化センターへ ※②からも申し込みます。 ※車いす席を利用したい方は、その旨もお知らせください。



大泉学園ゆめりあホール

小学生

2/4(土) **いちやりばちよーでー~琉球の風に乗って**  
14:00開演

出演 棚原健太(歌三線)、町田倫士(琉球箏)、入高西諭(琉球笛)  
曲目 ていんさぐぬ花、上り口説など  
入場料 500円(全席指定)  
購入 12月15日(水)午前10時から  
**123**



棚原健太 町田倫士 入高西諭

関区民センター

1 0歳以上 2 小学生

2/19(日) **お届け!ねりぶん音楽便in関町**  
1 13:00開演 2 15:30開演 (1乳幼児の部 2一般の部)

出演 金子淳(ピアノ)、野上剛(ピアノ)、齊藤千穂(司会)  
曲目 1 動物の謝肉祭より「水族館」「白鳥」など  
2 ハンガリー舞曲第5番など  
入場料 500円(全席指定)  
購入 12月21日(水)午前10時から②、22日(木)午前10時から**13**



金子淳 野上剛 齊藤千穂

チケット  
予約・購入  
はこちらで

①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)  
②練馬文化センターホームページ <https://www.neribun.or.jp/nerima.html>  
③大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅下車北口徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))  
※車いす席を利用したい方は、①にお問い合わせください。

0歳以上 該当年齢から入場できます。

小学生 未就学児は入場できません。