

# 牛と触れ合おう! 酪農体験の参加者を募集

東京23区唯一の牧場で、乳しぼり体験などができます。

▶対象:小中学生と保護者▶

日時:5月17日(日)午前10時~正午 ※荒天時は24日(日)。

▶場所:小泉牧場(大泉学園町2-1-24) ※車で来場はご遠慮ください。▶定員:100名(抽選)▶費用:1人530円▶申込:ハガキまたは電子メールで①酪農体験②参加者全員の住所・氏名・年齢③代表者の氏名・電話番号を、4月10日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係 ☎5984-1403

▶Eメール tosinou02@city.nerima.tokyo.jp



※事前に予約が必要です。 ※体組成の測定・育児栄養歯科相談を除く。

内容	場所	日程・受付時間
<b>健康相談</b> ▶内容:病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談	豊北	7(火)・28(火) 13:00~15:00 7(火)・21(火) //
<b>体組成の測定</b> ▶内容:体組成計を使用し、ご自身でBMIなどを計測	光石	2(木) 9:30~11:15 14(火) 13:30~15:15 14(火) 13:30~15:30 28(火) 9:00~11:00
<b>禁煙に関する相談</b> ▶内容:禁煙外来を行っている医療機関の紹介など	大関	7(火)・23(木) 13:00~15:00 6(月)・20(月) 9:00~11:00
<b>育児栄養歯科相談</b> ▶持ち物:母子健康手帳	豊北	8(水)・22(水) 9:00~10:00 3(金) //
<b>おとなの歯磨き相談</b> ▶内容:歯肉の健康チェックと歯磨き相談 ▶持ち物:歯ブラシ	光石大関	15(水) // 10(金)・24(金) // 6(月)・27(月) //
<b>心身障害者(児)歯科相談</b>	つ	4~25の毎土曜 14:30~16:30
<b>◆こころの健康相談</b> ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどでお困りの方、精神疾患の方や家族	豊北	8(水) 13:30~16:30 16(木) 14:00~16:15 16(木) 14:00~16:00
<b>◆うつ相談</b> ▶対象:気持ちが沈む・悲観的になるなどでお困りの方や家族	光石石関	20(月) 14:00~15:00 14(火) 14:00~15:30 22(水) 14:00~16:00 24(金) 14:00~15:30
<b>◆子育てこころの相談</b> ▶対象:子育てで悩んでいる方	大	15(水) 14:00~16:00
<b>◆思春期・ひきこもり相談</b> ▶対象:ひきこもりと思われる方の家族(◎は、家族グループ相談のみ)	豊豊	15(水) 14:00~16:15 22(水)◎ 14:00~16:00
<b>◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談</b> ▶対象:依存症などでお困りの方や家族	石	2(木) 9:00~10:30
<b>HIV(エイズウイルス)即日検査・梅毒検査(匿名)</b>	豊	10(金) 9:00~10:00
<b>認知症相談</b> ▶対象:もの忘れなどでお困りの方や家族	25カ所の地域包括支援センターで実施(要予約)。詳しくは、在宅療養係 ☎5984-4597	

豊北 豊北保健相談所 ☎3992-1188  
北 北保健相談所 ☎3932-7631  
光 光が丘保健相談所 ☎5997-7722  
石 石神井保健相談所 ☎3997-3279  
大 大泉保健相談所 ☎3924-0261  
関 関保健相談所 ☎3929-1200

※練馬つじ歯科診療所 ☎3999-3995  
※は事前に担当地域の保健相談所へご相談ください  
※担当地域は、わたしの便利帳「あなたを受け持つ窓口」をご覧ください  
※診断書の発行ができる医療機関については、医療連携センター ☎3997-0121へお問い合わせください。

## 子ども・教育

### お子さんのことばの心配にお答えします~ことばの教室

区立小学校に通っているお子さんのことばの相談を随時受け付けています。年齢相応の育ちをしているのに、発音がおかしい、ことばを繰り返したり引き伸ばしたりする、ことばの発達に遅れや偏りがあるなどの心配がある場合は、ご相談ください。

▶問合せ:就学相談係 ☎5984-5664

相談先	南町小 ☎3993-4500
	北町西小 ☎3932-7631
	石神井小 ☎3997-3279
	関町小 ☎3929-1200
	大泉小 ☎3924-0261

### 4月から区の特定不妊治療費助成の対象者を拡大 ~事実婚の方も申請できます

これまで、特定不妊治療費助成は法律上の夫婦に限定していましたが、

4月受け付け分から事実婚の夫婦も助成が受けられるようになります。東京都の特定不妊治療費助成の決定を受け、区の助成条件に当てはまる方で、住民票の続柄に夫(未届)または妻(未届)の記載のある方が対象です。

▶問合せ:母子保健係 ☎5984-4621

### 4月の「赤ちゃんからの飲む食べる相談」 ~離乳期の赤ちゃんがいる家族の食事

少人数のグループで、試食を交えながら食事の相談ができます。▶対象:0歳児の保護者(1歳ごろまで参加可)▶申込:当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日時(いずれも40分程度)
豊玉 ☎3992-1188	3(金)①10:00②11:00 15(水)・27(月) ①14:00②15:00
北 ☎3931-1347	24(金)①10:00②11:00
光が丘 ☎5997-7722	8(水)①10:00②11:00 28(火)①14:00②15:00
石神井 ☎3996-0634	8(水)・14(火) ①10:00②11:00
大泉 ☎3921-0217	6(月)①10:00②10:50
関 ☎3929-5381	17(金)①10:15②11:00

## 3/23(月)から 介護保険の手続きが電子申請でできます

3月23日(月)から、マイナンバーカードをお持ちの方が利用できるサイト「マイナポータル」のぴったりサービスを活用して、要介護認定や被保険者証・負担割合証の再発行が電子申請でできます。詳しくは、お問い合わせください。

▶問合せ:介護保険の手続き…介護保険課管理係 ☎5984-2863  
マイナポータル…情報化推進係 ☎3825-0211

## 風しんの定期予防接種を実施

風しんが30代~50代の男性を中心に流行しています。昭和37年4月2日~54年4月1日生まれの男性を対象に、風しんの定期予防接種を実施します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶問合せ:予防係 ☎5984-2484

- 〈昭和37年4月2日~47年4月1日生まれの男性〉  
3月末までに案内を送付します。届かない方は、ご連絡ください。
- 〈昭和47年4月2日~54年4月1日生まれの男性〉  
既に案内を送付しています。届いていない方は、ご連絡ください。



## 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。

- 中国水墨画会(花・山水画など) 第2・4水曜午前9時30分~正午 勤労福祉会館 講師 丁長林 月会費3,000円 教材費1回300円 池田 ☎080-1361-9944(要予約)
- 文章・エッセイ・小説などの書き方・添削指導 言の葉倶楽部めらんじゅ 第2金曜午前10時~午後1時 向山庭園 月会費1,500円 教材費500円 池下 ☎080-5540-2974(要予約)

- 健康体操・自演術無料体験会 4月3日・17日午後1時30分~3時 石神井公園区民交流センター 例会…月3回金曜午後1時30分~3時 石神井公園区民交流センター 年会費3,000円 月会費2,000円 並木 ☎6760-9101(月・水・金・日曜午後5時以降) Eメール nori73abelia@gmail.com
- 硬式テニス 楽しいテニス 毎火・木曜午前9時~11時 石神井松の風文化公園庭球場など 入会金1,000円 月会費1,000円 荒木 ☎3904-3437(要予約。午前9時~午後9時)
- 英検学習会 初級者~中級者対象 月4回土曜午前10時~正午 石神井庁舎5階など 入会金1,000円 月会費1,000円 熊野 ☎090-7228-1155

- 英会話 レモンの会 中級程度の方対象 月3回木曜午後3時10分~4時30分 石神井公園区民交流センターなど アメリカ人講師が指導 入会金2,000円 月会費4,500円 初回は500円で体験可 岩崎 ☎080-6783-5097 Eメール tatemi175@gmail.com(要予約)
- 社交ダンス(ワールドスタイル) ロイヤル60'sクラブ 60歳以上の初心者対象 毎火・水曜午前10時30分~正午 石神井庁舎5階 月会費2,000円 初回は無料体験可 宮木 ☎090-9367-1202
- ハーモニカ(唱歌・童謡) スイム・ハーモニー 毎水曜午後1時~5時 石神井公園区民交流センター 会費無料 塚野 ☎3921-3082

- 詩吟(漢詩・歌謡民謡入り吟・俳句など) 富士吟鈴会 ①第1・3金曜②第2・4水曜午後1時30分~4時 ①石神井公園区民交流センター②石神井公園ふるさと文化館 ①②とも月会費2,700円 初回は無料体験可 古畑 ☎090-2565-0257(要予約)
- 卓球 ポピー 中級者対象 毎火曜午後0時45分~4時 サンライフ練馬 講師 渡辺恵子ほか 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 辻 ☎6795-3355(要予約)
- 話し方学習 大泉STG話の会 第2・4土曜午後1時30分~3時30分 東大泉中央地域集会所など 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 古川 ☎090-4092-8397(要予約)

- 英会話サロン体験クラス 小学5年生以上対象 4月7日①午後6時~8時②午後8時~9時30分、14日③午後1時15分~2時45分④午後3時~4時30分、21日⑤午後6時~8時⑥午後8時~9時30分 ココネリ3階 外国人講師などが指導 ①~⑥とも参加費1,000円 例会…小学5年生以上対象 月2回火曜⑦午後1時15分~2時45分⑧午後3時~4時30分⑨午後6時30分~8時⑩午後8時~9時30分 ココネリ3階 ⑦~⑩とも月会費3,000円 NPO法人ライトシップ・風間 ☎050-5437-5962 Eメール info@lightshiplink.com(要予約)

広告 **お売り下さい。使わなくなった物。** 〒179-0076 東京都練馬区土支田 3-47-8 電話(FAX)03-3922-0422 / 携帯電話 090-5500-5923 **古道具くら**

※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。