

🔍 さくいん 2

➡ 練馬区のプロフィール 8

🏠 防災特集 10

地震発生時の対応…10p/被害想定…13p
日頃から準備しておくこと…13p/地域を守ろう…15p
区の災害対策…16p/防災学習センター…16p
火災・水害…17p/安全安心な暮らし…19p

👥 窓口案内 20

転入された方へ…20p/転居・転出する方へ…21p
あなたを受け持つ窓口…22p
区役所、区民事務所案内…23p

📄 各種届出 29

届出、登録、証明…29p/国民健康保険…36p
国民年金…40p/税金…42p

👶 出産、子ども、教育 46

👨👩👧 保健、福祉 55

保健、医療…55p/障害のある方…61p/高齢者…69p
介護保険…77p/生活の援助…81p

🏠 暮らし 85

町会・自治会、葬儀、消費生活、ペット、交通など…85p
仕事、事業主の方…89p/住まい…93p
上・下水道、道路・河川…98p

♻️ リサイクル、ごみ、環境 100

リサイクル、ごみ…100p/生活環境…103p

💬 各種相談、広聴広報 106

各種相談…106p/行政への意見・要望、広報…109p

👥 区議会、選挙、情報公開 112

🏰 各種施設 115

観光、文化、スポーツ、余暇…115p

☎️ テレホンガイド 131

📠 ファクスガイド 161

📖 暮らしの広告 162

🌿 よりどりみどり練馬区ガイド
裏表紙から

区の紋章



区の紋章は、練馬区が平和で、健康で、明るいまちに発展していくようにという願いをこめて、昭和28年12月に制定されました。デザインは公募で選ばれ、ネリマの「ネ」の字と「馬のひづめ」を組み合わせ、図案化したものです。

練馬区公式アニメキャラクター

「ねり丸」

練馬の「ねり」と、愛らしく丸みのある容姿から名付けられました。練馬区の特産品「練馬大根」と区名の「馬」をイメージしています。



UD FONT 見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

リサイクル適性 ㊤ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

令和元年10月発行
表紙撮影場所：区立石神井松の風文化公園

🔍 2

➡ 8

🏠 10

👥 20

📄 29

👶 46

👨👩👧 55

🏠 85

♻️ 100

💬 106

👥 112

🏰 115

☎️ 131

📠 161

📖 162

練馬区ガイド
裏表紙から



さくいん

さくいん

あ

愛の手帳	61
あき地の適正管理(除草)	103
空き家等の適正管理	103
アスベスト(調査費・除去工事費用の助成)	104
アニメ産業特別貸付	92
アライグマ対策	103
あんしん共済	91
安全・安心情報(ねりま情報メール)	19・111
安全・安心情報マップ	19
安全・安心パトロールカーの地域貸出	19

い

育児栄養歯科相談	57
育児支えあい(ファミリーサポート)	48
育児支援ヘルパー	47
憩いの森	105・127
遺族基礎年金	41
一時預かり(保育)	49
一般区民相談	107
委任状(見本)	33
医療機関案内	55・147
医療機関案内サービス「ひまわり」	55
医療費の助成(給付)	
(子ども)	47
(障害者)	62
(難病)	60
(妊産婦)	47
(ひとり親家庭)	82
(不妊治療)	47
(未熟児)	47
印鑑登録	31
印鑑登録証明書	32
飲食用のびん・缶・ペットボトル回収	100

う

運転免許証の返納	69
運転免許の相談	109
運動場	123

え

エイズ相談・検査 (HIV/エイズ・性感染症検査)	59
英訳証明書	34
NPOのこと	109
園芸相談	107

お

応急小口資金	83
大泉学園ゆめりあホール	116
大泉交通公園	127

か

外国語での生活相談	108
外国語便利帳	110
介護保険	
(加入)	77
(サービスの種類)	78
(サービスの利用)	77
(自己負担)	79
(転入・転出の際の手続き)	77
(保険証)	77
(保険料)	79
(要介護・要支援認定)	77
介護療養型医療施設	78・132
介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	78・132
介護老人保健施設	78・132
介助犬	65
害虫対策	103
街頭消火器	18
街路灯の補修・新設	99
家屋の工事の業者紹介	96
家具転倒防止器具の取付費助成	
(高齢者)	75
(障害者)	66
学童クラブ	51・138
火災・水害にあつたら	19
火災がおきたら	18
火災警報器の給付	73
家事援助(ホームヘルプサービス)	
(高齢者)	72
(ひとり親)	82
ガスの復帰方法	12
課税	42
課税証明書	44
河川	99
火葬許可申請	29
学校	
(学校施設開放)	126
(教室開放)	118・142
(施設の一般利用)	126
(費用の援助)	51
家庭相談	106
家庭的保育者(保育ママ)	48・137
可燃ごみ	101

寡婦年金	41
紙おむつなどの支給(高齢者)	72
紙おむつの支給(障害者)	65
紙パック回収	100
仮ナンバー(自動車の臨時運行許可)	88
肝炎ウイルス検診	59
環境啓発活動	103
環境美化	103
がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸・前立腺)	59
観光・イベント案内	115
監査請求	114
患者の声相談窓口	57

き

議会	112
期日前投票	113
技術・事業革新等支援貸付	92
基準地価格(地価公示)	98
喫茶コーナー(区役所)	25
記念苗木の配付(出生記念)	105
キャンプ場(秩父)	130
休日急患診療所	55
休日当番医療機関	55
求職	89
休養ホーム(ひとり親)	82
狭あい道路拡幅整備等費用の助成	94
教育資金の相談	52
教育相談	52
狂犬病予防注射	86
教室開放	118・142
行政機関への苦情・相談	110
行政相談	108
行政相談委員	110
居宅生活支援(重症患者)	66
居宅訪問型保育事業	48・137
緊急一時保護(障害者)	67
緊急通報システム(高齢者)	73
緊急用車いすの貸し出し	57
勤労者への融資	91
勤労福祉会館	119
<	
クーリング・オフ	85
区営住宅	82・93
区議会	112
区政情報(ねりま情報メール)	111
区税の相談	42
区政への意見・要望	109
区長への手紙	109

区報	110	講習会・教室(障害者)	67	個人融資(さわやか)	91
区民協働交流センター	109	公衆浴場	143	戸籍	
区民交通傷害保険	89	厚生文化会館	118	(戸籍謄本・抄本)	32
区民事務所	23・27・28	交通機関など公共料金の割引(障害者)	66	(証明書)	32
区民情報ひろば	24・114	交通事故	89	(届出)	29
区民税	42	交通事故相談	89・107	(郵送請求)	34
区民葬儀	85	校庭開放(小学校)	126	子育て・介護支援融資(すくすく・ささえ)	91
区民相談	106	高齢者等の雇用助成金	90	子育てスタート応援券	47
区民農園	128	広報	110	子育て相談	52・106
区民ホール	116	向山庭園	117・126	子育てのひろば	50・134
区役所会議室	118	「公有地の拡大の推進に関する法律」 に基づく届出、申出	98	骨髄等提供者支援事業	61
区役所庁舎案内	23	高齢者		子ども医療費の助成	47
暮らしと事業の手続相談	108	(いきいき健康事業)	76	子ども家庭支援センター	48・134
車いすなどの貸し出し	57	(お困りごと支援事業)	72	子どもショートステイ	49
け					
景観の届出・相談	96	(各種割引)	75	子ども相談	53
景観まちなみ協定制度	96	(居住支援)	94	子どもトワイライトステイ	50
景気対策特別貸付	92	(緊急ショートステイ)	73	こどもの森	127
警察署	144	(健康診査)	59	こども発達支援センター	67・132
軽自動車税	43	(健康長寿はつらつ教室)	71	古布・古着回収	100
軽自動車税の納税証明書	45	(サークルへの助成)	75	ごみの戸別訪問収集(高齢者・障害者)	102
軽費老人ホーム(大泉ケアハウス)	74	(在宅生活あんしん事業)	73	婚姻届	29
敬老祝品の贈呈	76	(就業相談)	76・106	コンビニ交付サービス	34
敬老館・敬老室	76・132	(集合住宅)	93	コンポスト化容器	102
ゲートボール場	124	(食事サービス)	72	さ	
健康診査		(民間賃貸住宅の提供)	74	災害貸付(事業者)	92
(後期高齢者)	59	国際・都市交流と多文化共生	126	災害時ペット管理ボランティアの募集	15
(高齢者)	59	国税の相談	42	在外選挙制度	113
(国民健康保険)	39・59	国民健康保険		災害見舞金	19
(成人)	58	(加入・脱退)	36	災害用伝言ダイヤル・伝言板	11
(乳幼児)	58	(高額療養費)	37	再生可能エネルギー・省エネルギー	103
(妊婦)	46	(交通事故などでけがを負わされたとき)	38	在宅サービス事業(社会福祉協議会)	72
健康相談	57	(高齢受給者証)	36	さわやか(個人融資)	91
建設リサイクル法に基づく届出	96	(出産育児一時金)	37	産後ケア事業	47
建築確認申請	94	(葬祭費)	37	産後相談	46
建築協定	96	(特定疾病の認定申請)	37	サンライフ練馬	91・119・125
建築物のエネルギー消費性能の認定	95	(入院時食事代)	38	三療サービス	71
原爆被爆者の援護など	84	(納付相談)	39	し	
権利登記・供託相談	108	(保険給付)	37	歯科	
権利擁護センター (ほっとサポートねりま)	62・65・69	(保険証)	36	(休日急患診療所)	55
こ					
公園	126	(保険料)	38	(心身障害者(児)の相談・診療)	63
公園出張所	144	(保険料の納付)	39	(妊産婦歯科健診)	46
公害	104	(保養施設)	130	(要介護高齢者の診療)	70
光化学スモッグ	104	(療養費の支給)	37	視覚障害者の相談	62
後期高齢者医療制度	69	国民年金		視覚障害のある方への広報	110
公共駐車場	88	(加入)	40	時間外窓口サービス	25
公共賃貸住宅	93	(受給)	40	四季の香ローズガーデン	127・144
口座振替による納付	39・43	(種類)	41	事業系の資源・ごみ	102
公社一般賃貸住宅	94	(相談)	42	事業者等の規制	104
		(保険料)	40	事業所内保育事業	48・137
		心の相談	107	資源回収	100
		古紙回収	100	資源循環センター	144
		個人情報保護	114		

指定葬儀場	142	手話通訳者の派遣	67	寝具クリーニング(高齢者)	72
指定保養施設	129	巡回(訪問)入浴		人権擁護相談	107・108
自転車駐車場	87	(介護保険)	78	申告(特別区民税・都民税)	42
私道		(障害者)	67	心身障害者(児)の摂食・ えん下リハビリテーション診療	63
(公道にするとき)	98	生涯学習		心身障害者福祉集会所	68・132
(整備)	99	(施設)	117	心身障害者福祉手当	63
児童委員(民生・児童委員)	81	(団体の届出、紹介)	121	新生児聴覚検査	58
児童育成手当	54	生涯学習センター	117	身体障害者相談	62
児童館(室)	50・138	障害基礎年金	41	身体障害者手帳	61
自動車		障害児福祉手当	63		
(運転教習費の助成)	66	障害者虐待防止センター	62		
(改造費の助成)	66	障害者就労支援センター(レインボーワーク)	62・134		
(検査登録事務所)	146	障害者就労・職業相談	62		
(燃料費の助成)	66	障害者相談員	62・133		
(臨時運行許可)	88	障害者地域活動支援センター	68・133		
児童手当	54	谷原フレンド			
児童扶養手当	54	障害者地域生活支援センター	62・68・133		
児童養護施設	139	障害のある児童・生徒の就学	51		
シニア職場体験事業	76	障害福祉サービス(介護給付等)	64		
シニアナビねりま(シニア向けホームページ)	76	障害を理由とする差別に関する相談	62		
死亡一時金(国民年金)	41	奨学金の相談	52		
死亡届	29	浄化槽	98		
市民農園	128	小学校	51・140		
石神井公園区民交流センター	118	小規模保育事業	48・137		
石神井公園ふるさと文化館	117	焼却の規制	105		
石神井庁舎	27・147	上下水道	98		
就学援助費(学校でかかる費用の援助)	51	使用済み食用油の回収	101		
就学の相談	52	商店会活動への支援	90		
住居番号の届出	97	少年自然の家(ベルデ)	128・143		
住居表示	97	消費生活センター	118・142		
住宅		消費生活相談	85・107		
(改修費の支給(介護サービス))	78	情報公開	114		
(公営住宅)	93	消防署	144		
(公的住宅)	94	証明書のコンビニ交付サービス	34		
(修築資金融資のあっせん)	97	条例の制定・改廃(直接請求)	114		
(自立支援住宅改修(高齢者))	75	ショートステイ			
重度心身障害者手当	63	(介護)	73・78		
重度身体障害者等緊急通報システム	66	(高齢者)	72		
重度脳性まひ者の介護	67	(子ども)	49		
住民監査請求	114	職業紹介(高齢者)	76		
住民基本台帳カード	35	職業相談(障害者)	62		
住民記録関係の証明	33	食事サービス(高齢者)	72		
住民税	42	食のほっとサロン	71		
住民票	33	初心者スポーツ教室	121		
住民票コード変更請求	35	女性の相談	81・106		
就労定着支援事業	68	女性福祉資金	83		
受水槽	98	除籍謄本・抄本	32		
出産育児一時金	37・47	自立支援医療費助成(精神通院)	60		
出産費用(入院助産)の助成	47	自立支援用具給付(高齢者)	73		
出生届	29	シルバー人材センター	76		
出張調髪(高齢者)	72	シルバーパス	75		
(障害者)	66	シルバーピア	93		
樹木・樹林の保護	105	新旧債務一本化貸付	92		

す

水害にあったら	19
水害に備えて	18
出納コーナー(区役所)	24
すくすく・ささえ(子育て・介護支援融資)	91
スポーツ安全保険	121
スポーツ教室(初心者)	121
スポーツ事業	121
スポーツ施設	122
住まい確保支援事業	74

せ

生活サポートセンター	81
生活相談	81
生活福祉資金	83
生活保護	81
請願・陳情	112
性感染症相談・検査	59
青少年館	117・143
精神障害者保健福祉手帳	61
精神保健相談	57・62
清掃事務所	22・144
性的マイノリティ特設相談	81・107
税の証明	44
税の納付	43
税務相談(税理士)	107
世帯変更届	30
摂食・えん下リハビリテーション診療	63・70
選挙	113
戦傷病者の特別援護	84
戦争犠牲者の援助	84

そ

騒音	104
葬儀	85
創業支援貸付(事業者)	92
総合福祉事務所	22・81・147
葬祭費	
(後期高齢者医療)	70
(国民健康保険)	37
粗大ごみ	101

た	
体育館	122
体育館開放(学校)	126
大学	141
大気汚染医療費助成(都制度)	60
大規模建築物の建築	95
第3子誕生祝金	47
退職金共済制度	90
退職者医療制度	36
耐震シェルター・防災ベッド設置費用の助成	14
耐震診断・耐震改修工事等費用の助成	14
体操(健康いきいき、ゆる×らく、お口すっきり)	57
体力測定	121
宅地	97
宅地等の開発調整	97
立野公園	127
多目的会議室(区役所)	118
多目的広場	124
短期特例保育	49
男女共同参画センターえーる	81・118
男性のための悩み相談	81
ち	
地域活動のための施設	118
地域集会所	118・142
地域包括支援センター	69・131
チェアキャブ(障害者)	67
地価公示	98
地下室等設置に係る浸水対策の届出	95
地球温暖化等環境対策特別貸付	92
地区区民館	50・118・142
秩父青少年キャンプ場	130
知的障害者の相談	62
中学校	51・141
中学校卒業程度認定試験	51
中高層の建築	96
中国残留邦人等への支援	84
駐車場	
(区役所)	25
(公共)	88
(路外駐車場設置届)	89
中小企業	
(相談)	90
(練馬ビジネスサポートセンター)	90
(融資あっせん)	92
町会・自治会	85・109
長期優良住宅の認定	95
庁舎案内図	23
聴導犬	65
町名地番変更証明書	97
直接請求	114
陳情	112

つ	
通算老齢年金	41
て	
手当	
(児童)	54
(障害者)	63
庭園	126
庭球場(テニスコート)	123
デイケア(通所リハビリテーション)	78
デイサービスセンター	132
適応指導教室	52
手帳	
(愛の手帳)	61
(身体障害者手帳)	61
(精神障害者保健福祉手帳)	61
(母子健康手帳)	46
テレホンガイド	131
転居・転出する方	21
転居届	30
電子証明書(公的個人認証)	35
電磁調理器・ガス安全システム	73
転出届	30
転籍届	29
電池回収	101
転入学	51
転入された方	20
転入届	30
展望レストラン(区役所)	25
展望ロビー(区役所)	25
と	
登記と税金	96
東京ガス	145
東京しごとセンター	89
東京しごとセンター(シニアコーナー)	76
東京新卒応援ハローワーク	89
東京善意銀行	109
東京都動物愛護相談センター	86
東京都ナースプラザ	89
東京都ひとり親家庭支援センター	83
道路	98
都営住宅	82・93
都営住宅(り災者)	19
特定健康診査	39・59
特定保健指導	39・59
特定用途建築物の建築	95
特別区民税・都民税	42
特別支援学校	141
特別児童扶養手当	54
特別障害給付金	41
特別障害者手当	63

特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)	78・132
都市型軽費老人ホーム	74
都市宣言	9
土支田農業公園	127
図書館	119・143
都心共同住宅供給事業	98
都税事務所	42・145
都税の証明書	45
都税の相談	42
都庁	146
土・日・休日区政案内	107
都民住宅	94
都立公園	128
都立高校	141
都立職業能力開発センター・校	89
都立専門学校(看護師)	90
な	
ナースプラザ	89
内職求人事業所の情報提供	89
中里郷土の森	127
中村橋福祉ケアセンター(心身障害者福祉センター)	67
生ごみ処理機	102
難病医療費助成	60
に	
にこにこ(子育てのひろば)	50
西本村憩いの森	127
日常生活用具の給付	65
日本年金機構「ねんきんダイヤル」	42
入院資金の貸付(高齢者・障害者)	83
入院時食事代などの減額申請	38・70
入院助産(出産費用)の助成	47
入学通知	51
入湯税	43
乳幼児一時預かり	49
乳幼児医療費助成制度	47
入浴証の交付(高齢者)	72
認証保育所	48・136
妊娠届(母子健康手帳)	46
認知症介護家族による介護なんでも電話相談	57・69・80
認知症高齢者位置情報提供サービス利用料助成	73
認知症てれほん相談	69・80
認定こども園	48・140
妊婦の健康診査	46
ね	
ネズミ対策	103
ねりっこクラブ	51・139
練馬区障害者就労支援センター (レインボーワーク)	62・134
練馬区の歌	9

ねりま子育てサポートナビ…………… 46・58
 練馬こども園…………… 48・140
 ねりま情報メール…………… 111
 ねりまタウンサイクル(貸し自転車)…87・146
 ねりまちてくてくサブリ(健康管理アプリ)・ 58
 ねりまちレポーター…………… 109
 練馬年金事務所…………… 42
 練馬ビジネスサポートセンター…………… 90
 練馬文化センター…………… 116
 ねりまほっとライン(練馬区情報番組)…110
 ねりまマンション“未来塾”セミナー…………… 94
 年金
 (受給)…………… 40
 (種類)…………… 41
 (相談)…………… 42
 年金生活者支援給付金制度…………… 41
 ねんきんダイヤル…………… 42
 年末短期貸付(事業者)…………… 92

の

農業体験農園…………… 128
 納税…………… 43
 納税証明書…………… 44
 農の学校…………… 128
 納付相談(税金)…………… 44

は

廃棄物の焼却の規制…………… 105
 配偶者等の暴力に対する専門相談… 81・107
 バイク・軽自動車などの手続き(申告) …… 88
 ハフビシン対策…………… 103
 パスポート…………… 109
 ハチ対策…………… 103
 伐採の届出…………… 105
 はつらつセンター…………… 76・116・132
 花とみどりの相談所…………… 105
 パパとママの準備教室…………… 46
 バリアフリー改修等費用の助成…………… 95
 ハローワーク池袋…………… 89

ひ

B型・C型ウイルス肝炎治療医療助成制度… 60
 非課税証明書…………… 44
 被災(り災)証明書…………… 19
 美術館…………… 117・143
 引っ越し…………… 20・21
 ひとり親家庭
 (医療費助成)…………… 82
 (休養ホーム)…………… 82
 (居住支援)…………… 82
 (高等職業訓練促進給付金等事業) …… 82
 (自立支援教育訓練給付金事業)…………… 82

(総合相談窓口)…………… 82
 (東京都ひとり親家庭支援センター) …… 83
 (ホームヘルプサービス)…………… 82
 ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業…………… 73
 避難拠点…………… 10・13
 避難行動要支援者…………… 15
 病院
 (休日急患診療所)…………… 55
 (休日診療当番医療機関)…………… 56
 (区内医療機関名簿)…………… 147
 (夜間救急子どもクリニック)…………… 55
 病児・病後児保育…………… 49
 表示登記(調査・測量)の相談…………… 108
 ぴよぴよ(子育てのひろば)…………… 50
 びん回収…………… 100

ふ

ファクスガイド…………… 161
 ファミリーサポート…………… 48
 ファミリーパック…………… 91
 風しん抗体検査・予防接種…………… 58
 風致地区…………… 96
 プール…………… 122
 プール開放(学校)…………… 126
 福祉園…………… 68・133
 福祉作業所・福祉工房…………… 68・133
 福祉資金の貸付…………… 83
 福祉タクシー券の交付…………… 66
 福祉手当(障害者)…………… 63
 福祉のまちづくり整備…………… 95
 福祉用具の相談・展示…………… 73
 不在者投票…………… 113
 普通貸付…………… 92
 ブックスタート事業…………… 46
 不動産取引事前相談…………… 108
 布団の乾燥消毒(高齢者)…………… 72
 不妊治療費助成…………… 47
 不燃ごみ…………… 101
 古着・古布回収…………… 100
 ブロック塀などの撤去費用の助成等…………… 95
 文化事業…………… 115
 文化施設…………… 116
 分譲マンションの維持・管理…………… 94
 紛争の予防・調整(中高層の建築)…………… 96

へ

平成つつじ公園…………… 127
 ペット…………… 86
 ペットボトル回収…………… 100
 ベルデ(少年自然の家)…………… 128
 ヘルプカード…………… 61
 ヘルプマーク…………… 61

弁護士による法律相談…………… 107

ほ

保育園…………… 48・52・134・135
 保育ママ(家庭的保育者)…………… 48・137
 防音工事助成制度…………… 94
 放課後児童等の広場(民間学童保育)… 51・139
 防災…………… 10
 防災学習センター…………… 16
 防災気象情報(ねりま情報メール)…………… 111
 防災の手引…………… 16
 防災ベッド設置費用の助成…………… 14
 防災用品の購入(あっせん事業)…………… 14
 放置自転車…………… 87
 防鳥用ネットの貸出…………… 102
 防犯ブザーの配布
 (高齢者)…………… 73
 (小・中学生)…………… 51
 防犯用品などのあっせん…………… 19
 訪問指導(妊産婦・乳児)…………… 46
 訪問入浴サービス(障害者)…………… 67
 法律相談…………… 107
 ホームページ…………… 111
 ホームヘルプサービス
 (介護保険)…………… 78
 (障害のある方)…………… 64
 (ひとり親)…………… 82
 保険給付
 (後期高齢者医療制度)…………… 69
 (国民健康保険)…………… 37
 保健指導票の交付…………… 47
 保健所・保健衛生施設…………… 131
 保険証(被保険者証)
 (介護保険)…………… 77
 (後期高齢者医療制度)…………… 69
 (国民健康保険)…………… 36
 保健福祉サービス苦情調整委員…………… 109
 保健福祉サービスに関する苦情や相談… 109
 保険料
 (介護保険)…………… 79
 (後期高齢者医療制度)…………… 70
 (国民健康保険)…………… 38
 (国民年金)…………… 40
 母子及び父子福祉資金…………… 83
 母子健康手帳…………… 46
 母子生活支援施設…………… 82
 母子相談…………… 81
 補助犬…………… 65
 補装具費の支給…………… 65
 保養施設(国民健康保険・後期高齢者医療制度)… 130
 ボランティア…………… 109

ま

マイナンバーカード(個人番号カード)の交付 34
 牧野記念庭園 126
 街かどケアカフェ事業 71
 まちづくり・景観・みどり・ユニバーサルデザインに関する相談 107
 ㊦医療証 82
 ㊦㊧医療証 47

み

未熟児のための養育医療費給付 47
 みどり 105
 身の上相談 107
 民生委員(民生・児童委員) 81

む

武蔵関公園 127・144

も

盲導犬 65
 モバイルレジ 39・43

や

野球場(成人・少年) 123・125
 谷原フレンド 68

ゆ

融資あっせん
 (勤労者) 91
 (中小企業向け) 92
 郵送請求(戸籍・住民票) 34
 郵便局での住民票の写し等の請求 33
 郵便等投票 113
 郵便物の転送 21
 優良建築物等整備事業 98
 有料老人ホーム 75
 ゆめりあホール 116

よ

養育医療費給付(未熟児) 47
 要介護・要支援の認定 77
 容器包装プラスチック回収 100
 養護老人ホーム 74
 幼稚園 50・139・140
 用途地域 97
 要約筆記者の派遣 67
 予防接種(高齢者・子ども) 58

ら

落書き消し 103
 ランニングコース 124

り

離婚届 29
 リサイクル
 (情報掲示板) 102
 (センター) 103・144
 (マーケット) 102
 リフト付タクシー 66・72
 療養費の支給
 (後期高齢者医療制度) 70
 (国民健康保険) 37
 緑化計画の事前協議 97
 緑化費用の助成(生け垣、沿道、壁面、屋上など) 105
 旅行サービスコーナー 24

れ

レインボーク
 (練馬区障害者就労支援センター) 62・134

ろ

老人クラブ 75
 老人保健施設(介護老人保健施設) 78・132
 労働講座 91
 労働相談 91・108
 労務相談(社会保険労務士) 108
 老齢基礎年金 41
 老齢年金 41
 老齢福祉年金 41
 路外駐車場設置届 89

郵便番号案内

ア	旭丘	176-0005
	旭町	179-0071
オ	大泉学園町	178-0061
	大泉町	178-0062
カ	春日町	179-0074
	上石神井	177-0044
キ	上石神井南町	177-0043
	北町	179-0081
コ	向山	176-0022
	小竹町	176-0004
サ	栄町	176-0006
	桜台	176-0002
シ	下石神井	177-0042
	石神井台	177-0045
セ	石神井町	177-0041
	関町北	177-0051

セ	関町東	177-0052
	関町南	177-0053
タ	高野台	177-0033
	高松	179-0075
	田柄	179-0073
	立野町	177-0054
ト	豊玉上	176-0011
	豊玉北	176-0012
	豊玉中	176-0013
	豊玉南	176-0014
ナ	土支田	179-0076
	中村	176-0024
	中村北	176-0023
ニ	中村南	176-0025
	西大泉	178-0065
	西大泉町	178-0066

ニ	錦	179-0082
ヌ	貫井	176-0021
ネ	練馬	176-0001
ハ	羽沢	176-0003
	早宮	179-0085
ヒ	光が丘	179-0072
	氷川台	179-0084
フ	東大泉	178-0063
	富士見台	177-0034
ヘ	平和台	179-0083
ミ	南大泉	178-0064
	南田中	177-0035
ヤ	三原台	177-0031
	谷原	177-0032

上記に記載がない場合…176-0000