CONTENTS

Nerima

地域 ／ 暮らしの広告インデックス

Advertisement of the local living

141 医療
146 暮らし
150 介護・福祉・子育て・教育
152 住まい
156 葬儀

関町南

心と心がふれあう
サポートを

看護師・
看護助手
募集中

医療法人社団じうんどう

慈雲堂病院

デイケア
就職支援

あなたのこころ、疲れていませんか？

ときには、こころも途中下車…

東京都指定 認知症疾患医療センター（地域連携型）

精神科外来初診予約制
認知症デイケア、申込受付中

精神科　内科

診療時間

9:00～11:00／13:00～15:00

（休診：土曜の午後、日曜、祝日、年末年始）

武蔵関駅 南口より徒歩15分 または、
保谷駅から西武バス「吉祥寺駅行」にて慈雲堂前下車

練馬区関町南4-14-53

TEL：（代表）03-3928-6511

慈雲堂病院　検索

https://www.jiundo.or.jp/

栄町

急患随時受付対応

日本医療機能評価機構認定病院／東京都指定二次救急医療機関

在宅療養支援病院（機能強化型）

外科／消化器外科／呼吸器内科／糖尿病内科／内科
循環器内科／整形外科／泌尿器科／大腸・肛門外科
訪問診療／内視鏡（胃・大腸）

診療受付時間 月～土/8:30～11:30 13:00～16:30
休診日 日曜・祝日

医療法人 浩生会スズキ病院

病院代表 **TEL.03-3557-2001**

健診予約受付 ☎3557-3003

健診施設（2F）

●人間ドック ●前立腺がん検診 ●大腸がん検診
●乳がん検診 ●胃がん検診 ●肺がん検診 ●成人病検診

院長：鈴木　浩之

西武池袋線 江古田駅下車南口3分
大江戸線 新江古田駅下車A2出口8分

練馬区栄町7-1（駐車場有）

詳しくは当病院のホームページをご覧下さい。
https://www.suzuki-hospi.or.jp

大泉町

「住み慣れた地域で、できるだけ永く、
活き活きと笑顔で暮らせるように」

外来診療・訪問診療・通所リハビリ・訪問看護

ねりま西クリニック

◆外来診療　内科・整形外科・消化器内科・循環器内科・皮膚科
各種健康診断　**通院無料送迎あり**

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:15	内/整	循/整	消/整	内/整	内/整	内/整	休
午後 14:00～17:15	内/整	循/整	消	内/整	内/整	休	休

皮膚科は第2・第4水曜午後15:00～
変更になる場合があります。電話にてご確認下さい。

◆訪問診療　強化型在宅療養支援診療所
在籍医師30名（2024年6月現在）
内科（呼吸器・循環器・消化器・腎臓・血液）、リウマチ科、呼吸器外科
消化器外科、心臓血管外科、脳神経外科、整形外科、皮膚科
精神科、耳鼻咽喉科、眼科、小児科、緩和ケア内科

練馬区大泉町3-2-9（北大泉交番よこ）

☎03-5933-3077（代）

https://www.nerimanishi-clinic.com/

下石神井

地域に根差した整形外科専門医が
皆様の健康維持のお手伝いをします。

日本整形外科学会 整形外科専門医
院長 村木重之

医療法人社団康重会

むらき整形外科クリニック

整形外科　リハビリテーション科　リウマチ科

骨粗鬆症　ケガ　交通事故　腰痛　膝痛　骨折　捻挫　脱臼

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:30	●	●	―	●	●	●	―
15:00~18:30	●	●	―	●	●	●	―

休診日：水曜・日曜・祝日

ご予約不要
直接ご来院ください

土曜日も診療
18:30 まで

★アクセスしやすい新青梅街道沿い
★福祉車両も駐車可能な大型駐車場あり

上井草駅から徒歩 7 分

詳しくは
ホームページを
ご覧ください

むらき整形外科クリニック

tel. 03-6913-3739

練馬区下石神井 4-7-28

中村北

医療法人社団 秀佑会

東海病院

診　療　科　目

月	火	水	木	金	土
内科 循環器内科 血液内科	内科 泌尿器 血液内科	内科 循環器内科 泌尿器 外科	内科 循環器内科 血液内科	内科 腎臓内科 外科 血管外科	内科 (第1・3・5) 循環器内科

診療時間：月～土9:00～11:45／13:00～16:00　休診日：日曜

東海病院へのお問い合わせは

TEL.03-3999-1131

中村橋駅から徒歩7分

練馬区中村北2丁目10-11

東海病院 練馬区

平和台

地域密着型 皮フ科クリニック

平和台 皮フ科

皮フ科　小児皮フ科　美容皮フ科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 10:00～13:00 土曜日は 最終受付 12:45 まで	●	●	●	休	●	9時～●	休
午後 15:00～19:00 最終受付 18:45 まで	●	●	●	●	●	休	休

※最終受付時間（診療終了15分前）を過ぎますと、診察することができません。
（順番待ち予約アイチケットの順番も無効となります）

当院の5つの魅力

1 患者さんに寄り添い最善の治療を提案
2 スマホから簡単予約で待ち時間短縮スムーズ診療
3 清潔で快適な院内
4 teamLabコラボのキッズスペースでお子さまも楽しめる
5 アートメイクからお肌のお悩みまで充実の美容診療

お気軽にご相談ください。
03-6909-7041
平和台 皮フ科
webにて順番待ち受付中（当日のみ）
https://heiwadai-skin.clinic/

高野台

慈誠会・練馬高野台病院

Jiseikai Nerima Takanodai Hospital

診療科目

●内科 ●消化器内科 ●循環器内科 ●呼吸器内科
●腎臓内科 ●リウマチ科 ●外科 ●消化器外科
●整形外科 ●脳神経外科 ●泌尿器科
●リハビリテーション科

（診療時間）

午前　9:00～12:30（受付／ 9:00～12:00）
午後 13:30～17:00（受付／13:30～16:30）
休診日／日曜・祝日・年末年始

練馬区高野台3-8-8

☎03-3904-5300（代表）

練馬高野台病院　検索

石神井町

医療法人社団　悠歯会

すぎもと歯科クリニック

SUGIMOTO DENTAL CLINIC

+Kids

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	○	○	○	○	○	□
14:30~19:00	○	○	△	○	○	△

△…14:30～18:00まで　□…9:00～13:00まで

休診日　日曜・祝日

保育士在籍

院長 杉本一野

0120-03-3696

練馬区石神井町 6-15-8 ウエルシア 2F

※提携コインパーキング 15 台無料

谷原

田中医院

内科、循環器内科／訪問診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	●	●	●	●	／
15:00～18:00	●	／	●	／	●	／	／

【休診日】火・木・土曜午後、日曜祝日、夏季・年末年始

練馬区谷原6-9-8

☎03-3996-5700

http://www.tanakaiin.net/

南田中

医療法人社団 平真会 在宅支援診療所

薬師堂診療所

練馬区乳がん検診指定クリニック

乳腺外科・乳腺内科・腫瘍内科・外科・内科

予約はこちらから

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	●	●	－	●	●	●	－
14:00～18:00	●	●	－	●	●	▲	－

▲土曜日のみ14:00～17:00

〒177-0035
練馬区南田中3-26-3
Tel.03-3997-2657

氷川台

氷川台かたくら眼科

Hikawadai Katakura Eye Clinic

日帰り涙道手術・白内障手術／レーザー治療

めがね・コンタクトレンズ処方

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	－	○	☆	－
14:30～18:00	○	手術	○	－	○	－	－

☆:土曜日は9:00～13:00
最終受付は診療終了30分前です。

氷川台3-40-10-2F

☎03-6915-8258

精神科・心療内科

大泉学園町

医療法人財団厚生協会

大泉病院

☎03-3924-2111

練馬区大泉学園町６－９－１

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～11:30	●	●	●	●	●	●	—	—
13:00～15:00	●	●	—	●	●	—	—	—

水・土曜日午後、日曜、祝日、年末年始休診

緑多い閑静な住宅街の中で開放的な施設づくりに取り組み明るい病院として地域医療に貢献しています。救急医療・地域医療を柱として、患者様一人ひとりに合った医療を心がけております。

関連施設 大泉メンタルクリニック ☎03-5905-7750
大泉学園訪問看護ステーション ☎03-5933-2800

桜台

内科
小児科
皮膚科

反町医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
15:30～18:30	●	●	／	●	●	／

休診日：日曜・祝日・水曜午後・土曜午後

☎03-3991-2969

練馬区桜台 3-14-16

石神井町

よしかわ★こどもクリニック

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	休診	○	○	※	休診
15:30～18:30	○	○		○	○	休	

※土曜日は午前のみ

休診日 水曜・日曜・祝日

受付専用電話番号 18603-4530-0255
web受付専用URL https://ykcl.atat.jp/

〒177-0041 東京都練馬区石神井町6-15-8 2F
TEL.03-5923-7373

https://y-kidscl.jp/

光が丘

公益社団法人地域医療振興協会

練馬光が丘病院

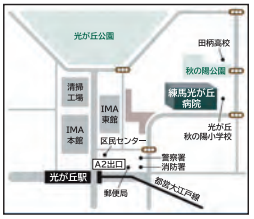
受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:00～11:30	●	●	●	●	●	●	／
13:00～16:00	●	●	●	●	●	／	／

各診療科によって異なります。
詳細はホームページの外来診療予定表をご覧下さい。

https://hikarigaoka-jadecom.jp

練馬区光が丘2-5-1

TEL 03-3979-3611



錦

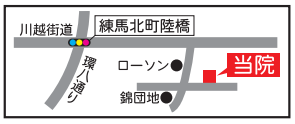
外科・内科・循環器内科

宮本外科内科

☎03-3933-5656

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～13:00	●	●	／	●	●	●	／
15:00～18:00	●	●	／	●	●	／	／

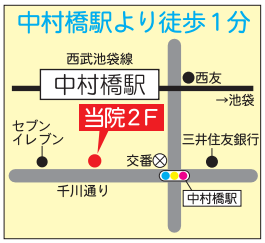
練馬区錦2-8-5
錦団地近く P あり



中村北
中村橋眼科医院
日帰り白内障手術

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00〜12:00	●	●	休	●	●	●	休
14:00〜18:00	●	●	休	●	●	休	休

バリアフリー・各種レーザー治療対応
TEL03-3990-8200
〒176-0023 練馬区中村北 4-2-7

中村橋駅より徒歩１分


http://nakamurabashiganka.com

平和台
医療法人社団善和会
小船内科医院
内科・循環器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9：00〜12：00	○	○	休	○	○	○	休
15：00〜18：00	○	○	休	○	○	休	休

休診日　土曜日午後・水曜日・日曜祝日
練馬区平和台 3-9-1
TEL 03-3931-7161

www.kofune-clinic.com/

大泉町
認知症　物忘れ　などお気軽にご相談ください
医療法人社団 翠会
陽和病院
精神科

外来診療時間
月〜金　9:00〜17:00
※新規受診の際は、事前予約をお願いいたします。
TEL.03-3923-0221
練馬区大泉町 2-17-1
陽和病院　検索

関連施設 介護老人保健施設 練馬ゆめの木 TEL.03-3923-0222

関町南
市毛診療所
整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00〜12:00	●	●	●	●	●	★	／	●
15:00〜19:00	●	▲	●	／	●	／	／	／

▲第1、3は休診　★9:00〜14:00まで
東京都練馬区関町南2-1-14
TEL.03-5991-2585

貫井
中村橋耳鼻咽喉科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00〜12:30	●	／	●	●	▲	●
15:00〜18:30	●	／	●	●	●	／

【休診日】火曜・日曜・祝日
▲：金曜午前の診療は9:30〜12:30
西武池袋線「中村橋」駅徒歩2分　P：提携駐車場有
練馬区貫井1-7-28高山ビル2F
TEL.03-3926-7298
https://www.n-ent.jp/

石神井町
いしざき内科
全身超音波検査と睡眠時無呼吸CPAP治療を提供します。
石神井公園駅から徒歩４分

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 12:00	○	○	○	○	○	○
14:00 ～ 18:00	○	○	○	○	○	—

休診日
土曜午後
日曜・祝日
振替休日

お問合せは診療時間内に
tel. 03-6913-3925
練馬区石神井町3-30-20
いしざき内科

土支田
医療法人社団　平成会
たいら整形外科クリニック
整形外科・外科・リハビリテーション科・リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00〜12:30	○	○	○	○	○	△	—
15:00〜18:30	○	○	○	○	○	—	—

△…土曜は9:00〜12:00
※デイケア土支田ののはな併設（2F）
☎03-5947-3699
東京都練馬区土支田 2-29-19

このページは有料広告ページです　株式会社サイネックスによる編集記事ページです

終活あんしん相談室
認知症発症後の任意後見人としての支援
葬儀、納骨、遺品整理等のご逝去後の手続き支援
※その他に様々なプランもご用意しておりますのでなんでもご相談ください
吉田資材株式会社
担当：吉田
相談無料：048-423-2842
〒352-0011 埼玉県新座市野火止 7-4-3

豊玉北
仕事のご依頼は… 会員募集中！
シルバー人材センターに!!
丁寧　技術
親切　真心
仕事の依頼 代金の支払い
発注者様（依頼主）
就業
契約・請求
仕事の応募 就業実績の報告
仕事の依頼 配分金の支払い
シルバー人材センター
登録会員
公益社団法人
練馬区シルバー人材センター
練馬区豊玉北5-29-8 練馬センタービル5階
03-3993-7168

高松
芳吹かせよう ありがとうの和
JA東京あおば
東京都練馬区高松5－23－27
電話　03－5372－1311（代表）
https://www.ja-tokyoaoba.or.jp

困っている人を見かけたら、なんと声をかけますか？

社会環境に「バリア」があることによって、困っている人がいます。
まちなかや駅、学校などでバリアに困っている人を見かけたら、あなたはどうしますか？

「○○しましょうか？」

困っていることがわかり、自分が何をすればよいかが察知できたら「私が○○しましょうか？」などと声をかけてみましょう。具体的な提案をすると、わかりやすいでしょう。

Point

- ▶付添い者や介助者でなく本人に声をかけましょう。
- ▶見ることが困難な人には、正面または横から声をかけましょう。
- ▶聞くことが困難であることがわかった場合には、文字や絵を書いたりして伝えてみましょう。

わからなければ、何ができるか「聞く」

困っていそうだけれど、何に困っているのかがわからない、何をすべきかがわからない場合もあります。そのようなときには、「何かお困りでしょうか？」「私ができることがありますか？」と聞いてみましょう。

Point

- ▶困っていてサポートが必要な場合には、具体的にその内容や方法を聞きましょう。
- ▶相手の気持ちを尊重し、言われたこと以外はしないようにしましょう。

出典元：国土交通省「障害ってどこにあるの？こころと社会のバリアフリーハンドブック」https://www.mlit.go.jp/sogoseisaku/barrierfree/content/001707532.pdf

accessibility

町会・自治会がつくる地域のつながり
こんな活動をしています

町会・自治会の主な活動

防災
訓練

防犯・防火
パトロール

交通安全
登下校の見守り

情報発信
掲示板、回覧板

親睦
お祭り

子育て支援
子ども向け
イベント

資源回収
リサイクル

まちの美化
清掃活動

※活動は自由参加です。
※内容は町会・自治会ごとに異なります。

身近にある「当たり前」… それが町会・自治会です

子どもを見守る地域の目

家族で楽しむまちのイベント

みんなで守るきれいなまち

いざというときに備えています

いつ起きるか分からない災害への備えや、火災や犯罪を防ぐためのパトロールなど、まちの安全・安心を守ることも町会・自治会の役割です。

お住まいの町会・自治会がわからない、もっと詳しい情報を知りたい方はお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

練馬区 地域文化部 地域振興課 地域コミュニティ支援係
〒176-8501 練馬区豊玉北6-12-1 練馬区役所 本庁舎9階
TEL 03-5984-1039（直通） FAX 03-3557-1351 MAIL CHIIKI02@city.nerima.tokyo.jp
月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（祝休日、12月29日～翌年1月3日を除く）

練馬区公式HP ＞
町会・自治会について▶

WARNING WARNING WARNING WARNING WARNING

特殊詐欺

あれ？っと思ったら、
詐欺かも…と疑いましょう。

気づいて防ごう！

オレオレ詐欺

対　策

犯人グループは、事前に多くの個人情報を入手してから、電話をかけています。
「息子の名前」「同級生の名前」「息子が卒業した高校や大学名」などは、犯人は当然に知っているものと用心する必要があります。

①「携帯電話の番号が変わった」は振り込め詐欺の可能性大。必ず元の番号に電話で確認しましょう！

②ご家族と普段から連絡を密に。合言葉など特殊詐欺の対策を準備しておけばいざというときも安心です。

③警察などを称して連絡を指示されても安易に信じてはいけません。言われた電話番号を信じることなく、電話帳や電話番号案内(104*)などで調べましょう。

④他人には絶対にキャッシュカードなどの暗証番号を教えてはいけません。

＊1案内ごとに番号案内料がかかります

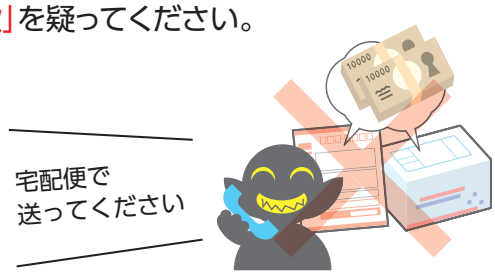
架空料金請求詐欺(サポート詐欺)

対　策

①心当たりのない請求には応じないことが大切です。
不安に思った時(心当たりがあるかどうかもわからない場合)は、各種相談窓口までご相談ください。
メールなどに記載された連絡先には連絡してはいけません！

②使用したサイト名の記載がない請求、利用した時間の記載のない請求、明確な料金内訳の記載のない請求、料金の請求以外の文言(身辺調査の開始、会社へ訪問する等)が記載してある請求、は要注意です。

③宅配便や、コンビニで購入した電子マネーを利用して送金を求められたら「詐欺」を疑ってください。



生活の安全に関する不安や悩みはこちらまで

特殊詐欺を未然に防ぐ4カ条

- ☑ **日頃から家族でよく話し合う**
  詐欺を見破った人の多くは、「息子(孫)と声や話し方が違った」「話に矛盾があった」といいます。
- ☑ **電話でお金の話をしないと約束しておく**
- ☑ **家族で事前に「合言葉」を決めておく**
- ☑ **常に「留守番電話」に設定しておく**

融資保証金詐欺

対　策

①正規の貸金業者では「保証金」や「借入金データの抹消手続料」など、いかなる名目であっても、融資を前提にお金の振り込みを要求することはありません。

②実在する貸金業者を装っている場合がありますので、融資を申し込む場合は、電話帳や電話番号案内などで、その業者の電話番号を調べ、確認してください。ハガキなどに記載された連絡先には連絡してはいけません！

③会員登録をしていない会社から届いたダイレクトメールやFAXは、その時点で注意が必要です。

還付金詐欺

対　策

① 医療費や税金などの「還付金」をＡＴＭで返還することは絶対にありません。「携帯電話を持ってＡＴＭへ行け」は詐欺です！

②特に、ＡＴＭの操作に不慣れな高齢者を対象として被害が多く発生しています。携帯電話をかけながらＡＴＭを操作しているご高齢の方を見かけたら、詐欺の被害を疑い、一声掛けていただくようお願いします。

警察相談専用電話　#9110

出典元：警視庁ホームページ「特殊詐欺とは」ページから、編集・作成https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/tokushu/furikome/furikome.html

東大泉

伝統 信頼 実績

ココロとカラダの健康づくり
全世代に愛され続けて

体育という身体活動を通して
将来の自立に向けた逞しさを育む

水泳

体操

トランポリン

63年

チャイルドスクール

ベビー&マタニティ

成人コース

体験・入会 募集中 tel 03-3925-6006

大泉スワロー体育クラブ
SINCE1961
〒178-0063 東京都練馬区東大泉4－31－6
URL www.ostc.jp / mail info@ostc.jp

西大泉 石神井台

施設見学・個別相談随時お受けしています

「日差しが差し込む広々空間で交流を楽しみながら充実の暮らし」をご提供します

西おおいずみ翔裕館
練馬区西大泉1-23-7
☎03-3921-4165

しゃくじい台翔裕館
練馬区石神井台7-12-22
☎03-6904-8265

●類型／介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）
●居住の権利形態／利用権方式●利用料の支払い方式／月払い方式
●入居時の要件／入居時要介護
●介護保険／東京都指定特定施設入居者生活介護事業者（一般型）
●居室区分／全室個室●介護にかかわる職員体制／3：1以上

資料請求・ご見学お問合わせ
入居相談室 ☎048-229-3830

東大泉 豊玉北

キミの可能性は無限大！

七田式 SHICHIDA 認めて ほめて 愛して 育てる
胎教コース 赤ちゃんコース 幼児コース プログラミングコース
0歳から始める幼児教室

大泉スワロー教室 電話 03-3925-6006
練馬教室 電話 03-3994-3970
所沢教室 電話 04-2936-7283

田柄 関町北 豊玉上

NIHON KYOIKU GAKUIN
日本教育学院

対象学年 小3～6 中1～3 高1～2 集団授業 個別指導
中学受験 高校受験 英検 漢検 数検 学校別

安心の専任教師制であなたの頑張りを徹底的にサポートします！

光が丘校 田柄5-22-4（大江戸線 光が丘駅） ☎03-3998-0001
武蔵関校 関町北1-23-12（西武新宿線 武蔵関駅） ☎03-3928-2221
桜台校 豊玉上2-13-11（西武池袋線 桜台駅） ☎03-5912-2388

資料請求・無料体験受付中

東大泉

セサミクラブ 完全【個別対応】教室

「ひとりでするから見ていてね！」
そんなお子さまの心のつぶやきを大切に育てていきます。

幼児教室
完全個別対応の指導です。
1さい ちいく リズム
2さい そうさく うんどう
3さい
4さい ことば かず
5さい しらき 小学校準備

ピアノ教室
2歳～5歳の個人レッスン
リズム きく ひく かく うたう

無料レッスン動画
Youtubeレッスン動画
【おうちdeせさみ】
・セサミクラブ公式チャンネル
・Season1 全27本

キリンさんがお出迎えをしています。
03-3978-6161
練馬区東大泉5-41-24 セサミクラブ
西武池袋線[大泉学園駅]南口ホーム前

(株)武蔵野楽器

貫井

NPO法人 柏の友

「住み慣れた場所で自分らしく暮らす」

居宅介護支援
介護保険が適用されます
●ケアプラン作成
●要介護認定の申請代行など

訪問介護サービス
介護保険が適用されます
●身体介護 ●生活援助
●通院介護など

障害者自立支援
●居宅介護 ●重度訪問介護
●移動支援サービス

自費サービス
●大掃除 雪かき 草むしり
外出同行 など

利用者様の毎日に寄り添い、サポートします

お問い合わせ・ご相談はこちらまで
03-3926-8261
練馬区貫井3-5-6ドンズビル302

思いやりのある子どもに育ってほしい

むかいはら幼稚園
mukaihara kindergarten

令和６年度より満３歳児保育を実施しております

教育方針

■豊かな知能の育成
心のひずみを取り除き、生来持っている豊かな知能を引き出します。
■体感を伴った知識の育成
アニミズム思考により、体感を伴った知識を身に付けさせます。
■柔軟な思考力の育成
柔軟な思考力（柔軟なゲシュタルト）を育成します。

預かり保育
7:30～18:30
3・4・5歳児対象

未就園児教室
入園前のお子様を対象としています。
詳しくはお問い合わせ下さい。

板橋区向原2-31-3　HP https://www.mukaihara.ed.jp/
TEL03-3958-2266　FAX03-3958-2589　板橋向原幼稚園　検索

プレママ安心タクシー

定期検診やお買い物にも！

こども商品券 ご利用いただけます

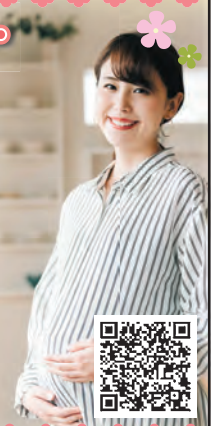
出産を控えたプレママの
みなさんを安心送迎サポート

登録無料

ご登録はホームページから！
https://www.tokyomusen.or.jp/premama

タクシーのご注文　03-5962-0140

「お出かけは まかせて安心　東京無線」
東京無線タクシー
〒169-0073 新宿区百人町2-18-12



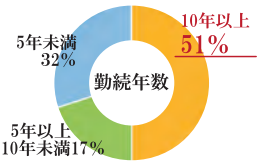
関町東

Since1984 Silver City Series

介護付有料老人ホーム シルバーシティでは
自立の方から要支援・要介護の方まで
”その方らしい暮らし”をサポートしています。

手厚いサービス
ご入居者様：職員
1.5：1※
介護保険法に定める人員配置基準3:1の2倍

勤続年数の長いスタッフ多数在籍



（介護職のみ　令和6年3月末現在 全社）

※週36.2時間換算でご入居者様3.0人に対し介護職2.0人（常勤0.4人、非常勤1.6人）、看護職0.8人（常勤0.5人、非常勤0.2人）。夜間最少介護職員2人以上（23時～1時35分）令和6年4月1年平均。石神井南館の場合

シルバーシティ石神井北館

ホームでの暮らしを楽んでいただけるよう、リハビリに力を入れています。
TEL 03-5991-5291
東京都練馬区関町東1-15-12
土地建物の権利形態：賃借

シルバーシティ石神井南館

陶芸室や図書館、ギャラリーなど、ホームの中に学びの場をご用意しています。
TEL 03-5991-8151
東京都練馬区関町東1-16-14
土地建物の権利形態：賃借

株式会社 太平洋シルバーサービス
総合相談室
0120-7575-37

〔東京都有料老人ホーム設置運営指導指針に基づく類型及び表示事項〕類型：介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）／居住の権利形態：利用権方式／利用時の支払い方式：選択方式／入居時の要件：混合型（自立含む）／介護保険：東京都指定（介護予防）特定施設入居者生活介護事業者（一般型）／居室区分：定員1～2人（親族を対象）／介護に係る職員体制1.5：1以上

みその幼稚園

健康・素直・創造

心身ともに健康で、
素直で思いやりのある、
創造性豊かな子どもの育成

芝生のお庭でのびのび保育

〒175-0091 東京都板橋区三園1-30-1
☎03-3930-6610
みその幼稚園　検索
https://misono.ed.jp
二次元バーコードから簡単アクセス!!

室内で楽しもう！ ひと工夫でおうち遊びをENJOY

① 折って吹いて「折り紙遊び」

はじめての折り紙遊びでおすすめなのが三角折りです。机の上に立て、息を吹きかけたり、子どもたちは飛び散る様子に大興奮。

用意するもの　折り紙

富士見台

介護の総合窓口

介護のことなら
ご相談ください

関連施設
薬師堂ショートステイ
小規模多機能ホーム薬師堂
小規模多機能ホーム薬師堂ふじみ
薬師堂グループホームキミ
薬師堂グループホーム澄
薬師堂介護サービス
薬師堂デイサービスみのる
介護支援薬師堂すみ

医療法人社団平真会
薬師堂介護グループ
練馬区富士見台3-55-3　代表番号 03-6915-9661

室内で楽しもう！ ひと工夫でおうち遊びをENJOY

② マスキングテープ de「おうち遊び」

幾何学図形に切ったマスキングテープをフローリングに貼ります。線路に見立てて、電車や車を並べたり、人形を歩かせたり手軽に遊べます。

用意するもの　マスキングテープ
おうちにあるおもちゃ

安心して住まいを取得していただくために。
私たちは、全期間固定金利の住宅ローン
【フラット35】を通じてこどもが健やかに
成長できる環境づくりを応援します。

住まいのしあわせを、ともにつくる。
住宅金融支援機構

全国の子育て世帯を住宅ローンの金利引下げで応援！

【フラット35】子育てプラス

新登場

こどもの人数等に応じて 金利引下げ

金利引下げ幅 最大年▲1.0%

【フラット35】子育てプラスについて詳しくはこちら

全期間固定金利の住宅ローン
【フラット35】について詳しくはこちら
フラット35 検索 https://www.flat35.com

お電話でのお問合せ（お客さまコールセンター） 0120-0860-35 通話無料
お気軽にお電話ください。営業時間9:00～17:00（祝日、年末年始を除き、土日も営業しています。）ご利用いただけない場合は、Tel 048-615-0420へ（有料）

⚠ 【フラット35】は第三者に賃貸する目的の物件などの投資用物件の取得資金にはご利用いただけません。機構では、申込ご本人またはご親族の方が実際にお住まいになっていることを定期的に確認しています。

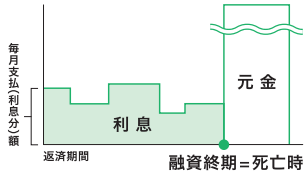
60歳からの住宅ローン

【リ・バース60】

住宅金融支援機構と提携している金融機関が提供する住宅ローン

毎月のお支払は利息のみ

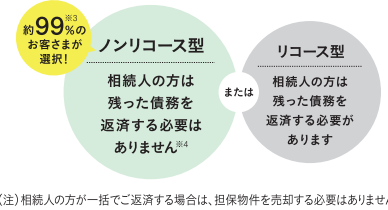
借入申込日現在で満60歳以上※1のお客さまにご利用いただけます。元金は、お客さまが亡くなられたとき※2に、相続人の方から一括してご返済いただくか、担保物件（住宅および土地）の売却によりご返済いただきます。



（注）変動金利の場合は、金利が見直されると毎月の支払額が変わります。

相続人のことを考えた返済方法

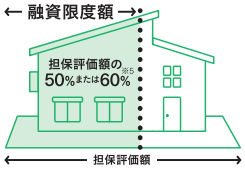
お客さまが亡くなられたとき※2に、相続人の方が担保物件（住宅および土地）の売却代金でご返済した後に債務が残った場合は、次のうちいずれかの取扱いとなります。



（注）相続人の方が一括でご返済する場合は、担保物件を売却する必要はありません。
（注）金融機関によって、取扱可能な商品タイプは異なります。

住まいの幅広いニーズに対応

住宅の建設、購入、リフォームなどに加え、住宅ローンの借換えにもご利用いただけます。融資限度額は、担保評価額（住宅および土地）の50%または60%※5です。ただし、8,000万円以下で、所要資金以内とします。



（注）担保評価額によっては、自己資金が必要になる場合があります。

※1 満50歳以上満60歳未満のお客さまもご利用可能です。この場合は、ご融資の限度額が異なります。 ※2 連帯債務でお借入れをされた場合は、主債務者および連帯債務者が共に亡くなられたときです。
※3 2023年度のお申込件数に占める割合です。 ※4 ノンリコース型の場合は、返済が不要となる残債務分については、債務免除益とみなされ、一時所得が発生し、所得税等が課税される可能性があります。詳しくは、税務署や税理士にご相談ください。 ※5 お客さまの年齢が満50歳以上満60歳未満の場合は「担保評価額の30%」となります。

⚠ ご注意 | 生活資金および投資用物件の取得資金にはご利用いただけません。お借入れの内容により、自己資金が必要になる場合があります。

お借入れに当たってのご注意
■融資対象住宅および土地に対して、金融機関を抵当権者とする第1順位の抵当権を設定いただきます。■お申込前に金融機関担当者からお客さまにご注意事項をご説明いたします。■ご融資に伴い発生する諸費用は、お客さまの負担となります。諸費用の具体的な内容、金額等は金融機関により異なる場合があります。■【リ・バース60】の返済期間と一般的な住宅ローン（元利均等返済）の返済期間が同じ場合は、金利が同じでも【リ・バース60】の方が総返済額（元金＋利息）が多くなります。■【リ・バース60】のお借入れには、金融機関および機構の審査があります。審査結果によっては、お客さまのご希望に沿えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。■担保物件を売却する場合で、売却代金が当該物件の当初取得価格を上回ったときは、売却益分について、譲渡所得が発生し、所得税等が課税される可能性があります。詳しくは、税務署や税理士にご相談ください。■ご融資の対象となったセカンドハウスを第三者に賃貸することはできません。

【リ・バース60】ダイヤル（通話無料）
0120-9572-60
営業時間 9：00～17：00
（土日、祝日および年末年始を除きます）
リバース60 検索

お申込先 【リ・バース60】取扱金融機関
金利、利用条件等の商品内容は、金融機関ごとに異なりますので、【リ・バース60】サイトに掲載の取扱金融機関にお問い合わせください。

南大泉

塗装のことならおまかせください！

雨漏りのお悩みお任せください！

株式会社 大装

東京都知事許可（般-5）第140610号

一級塗装技能士の代表が
自ら塗装する塗装専門店！
低価格で高品質を目指します

外壁塗装
屋根塗装

相談・見積り無料

0120-450-329

東京都練馬区南大泉3-28-4

https://daisou.design/ 大装 検索

石神井台

創業37年

信頼のリフォーム

内装リフォーム工事・外装リフォーム工事
各種リフォーム工事・原状回復工事

あらゆるところに真心こめて

株式会社 建和（たてわ）

0120-5121-33

国土交通大臣許可（般-3）第21782号

JIOリフォームかし保険
建和 検索

Better Life Reform 17000557

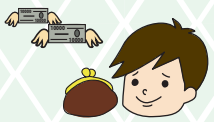
東京都練馬区石神井台5-26-13
TEL.03-3594-5121　FAX.03-3594-5126

Basic knowledge of remodeling

リフォームについて

Q リフォームの費用は?

建物の一部分の改装も、全面改装もリフォームです。手を加えれば加える程かかる費用は増えていきます。例えば、畳敷きの6畳間をフローリングに替える場合は十数万円ですが、家全体に及ぶ大掛かりな改装の場合は、建替えの方が安くなることもあります。



Q 信頼のおける業者とは?

Ⓐ 2～3社は候補を挙げて比較しましょう

- 費用の安さで決めずに、契約内容に納得した上で契約をかわしましょう。
- 建築士や増改築相談員などの資格者がいるか確認しましょう。
- 経験豊富で実績がある事業者かどうか確認しましょう。
- アフターフォローはどうなのか、必ず確認しましょう。

西大泉
地元で30年以上の信頼と実績
新築・中古・土地・マンション
Glory Trust 株式会社 グローリートラスト
不動産業・建設業・建築設計事務所
売買・賃貸・仲介・管理業務
■査定無料 ■買取相談可
■ローン相談 ■社有物件有
■リフォーム ■注文建築
■家じまい相談 ■相続相談
東京都知事(7)第72280号
東京都知事(般－4)第129941号
練馬区西大泉3-29-33 03-3923-7778
https://www.glory-t.co.jp fudousan@glory-t.co.jp

東大泉
住快環は地域と共に
鈴木工務店
鈴木工務店 練馬区
練馬区東大泉7-21-39
03-3922-3088
e-mail:info@suzuki-koumutenn.com
FAX:03-3978-5657
東京都知事許可(特-4)第40704号

高松
株式会社 山方商事
引越等の片付(什器・植木の剪定等)
多少に係らず承ります!!
外構工事 舗装工事 リフォーム 足場工事
建築工事 基礎工事 解体工事
03-3904-5231
住 所:練馬区高松5-7-9 山方ビル2F
産業廃棄物収集運搬業許可 第13-00-172365号 東京都知事許可(般-1)第56467号

外注・下請けを一切使わない
住まいの 塗替え専門店
南海の110番東久留米店
東京都知事許可(般-5)第149243号
さらに詳しくはHPをチェック
株式会社コートレックス 検索
代表含め全員が塗装職人!!
外壁塗装のことならコートレックスにお任せください
お見積り無料です
株式会社 コートレックス
0120-174-162 いーなよい いろに
〒203-0053 東京都東久留米市本町4-9-2 s-k@coatreqs.com

我々は不動産にまつわる様々な問題解決を行います。
○貸宅地に関する問題～借地人との関係が…
○不動産の相続問題～誰にどう分けたらよいか…
○再建築不可の問題～残せるのか売れるのか…
○賃貸経営診断～赤字ではないけど…
弊社は様々な不動産の問題を解決するプロフェッショナル集団です。
30年の実績で豊富な知識とネットワークによる交渉力。
相談無料
PLUS1 株式会社 プラスワン 03-3255-2305
https://www.kkplus1.com/ MAIL info@kkplus1.com
〒101-0044 千代田区鍛冶町1-9-11石川COビル5階 プラスワン 不動産 検索
受付時間/平日9:00～18:00 宅建免許:東京都知事(4)第88586号

羽沢
総合建設業
建設工事に関する、企画、設計、施工業務
国土交通大臣許可(特-05)第17959号
株式会社 吉原組
〒176-0003 東京都練馬区羽沢1-19-9
TEL 03-3993-0126(代)
FAX 03-3994-6680

錦
東京都指定給水装置・排水設備工事事業者
給排水・衛生・空調・設計・施工
TOMIHARI 株式会社 富張設備
練馬区錦2-2-1
(3934)0710(代)
FAX (3550)7345

究極 断熱 エコリフォーム
おすすめ 家には自然素材
断熱は蓄熱性能家の暑さに有効!
部屋の空気をかえて
心も身体もかえてみませんか?
ホタテ貝使用
自然素材100%で
つくる高級な空氣
無暖房・無冷房・無結露 究極断熱の家をつくる
山本順三
その家づくり、ちょっと待った!
耐震・防音・長寿命 奇跡の工法
書籍発売中
株式会社 ゼットテクニカ
朝霞市浜崎4-1-55 TEL048-472-1385
担当:大山 研 090-3388-1230

葬儀について

※掲載の記事に関しましては、一般的な仏式の慣習を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合がございます。

悲しみの中にも故人への真心を込めてしきたりや作法を心得ておきましょう。

日常生活の中で、できるだけ考えたくないことかもしれませんが、どのような人生にも終焉は訪れます。誰もがいつかは遺族になり、告別式の参列者になることも避けられません。悲しみに打ちひしがれ、心も動転するような場面で、遺族や親しい人たちを支えるために、しきたりや作法があるともいえます。最近は死を忌むべきことと考えるより、人生を全うすることとして、自らの葬儀の演出を前もって指示しておいたり、希望を伝えておいたりすることも広まってきました。いざというとき慌てないために、基本的な葬儀や法要の流れ、会葬のマナーは心得ておきましょう。

弔事の流れ～臨終から法要まで～

葬儀は人生最後の儀式。弔事の一つひとつにしきたりがあり、意味があります。地方によって、また宗教や宗派によって名称や作法は異なりますが、大方の流れは次のようになります。

臨　終
遺体を北枕に安置し、喪主、儀式の形式と日取り、葬儀社を決めて依頼し、寺院や知らせるべき人に連絡します。

通夜の準備
枕飾りをして遺体を安置。喪服、遺影の準備と世話役との打ち合わせ。戒名の依頼や隣近所への挨拶、死亡届の手配も行います。

通　夜
故人との別れを惜しみ、夜通し香と灯火を絶やさず遺体を守ったのが本来の通夜ですが、最近では数時間ほどで終わる形式が多くなりました。通夜が終了した後は、通夜ぶるまいとして親族や親しい人に食事を振る舞ったり、代わりに折り詰めなどを渡したりすることもあります。

葬儀・告別式
通夜の翌日に、死者を弔うのが葬儀で、故人に別れを告げるのが告別式です。読経の後、遺族、親族が焼香し、参列者の焼香へと移ります。

出棺・火葬
最後の対面の後、別れの花などを行い、遺族の手で霊柩車へ。会葬者は合掌して見送ります。
※葬儀・告別式の前に行う場合もあります。

火葬・骨上げ
火葬の前に全員が焼香。火葬終了後は、二人一組になって箸で遺骨をはさみ骨壺にいれる骨上げを行います。
※葬儀・告別式の前に行う場合もあります。

還骨回向
持ち帰った遺骨、位牌を祭壇に安置し、僧侶が読経する中、遺族による焼香が行われます。このとき、本来7日目に行う初七日法要を、繰り上げてとりおこなう場合が多くなっています。

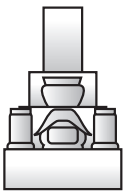
精進落とし
法要後、お世話になった人に感謝と慰労の気持ちを込めて喪主が挨拶。遺族が酒と料理でもてなし、故人をしのびます。

追善供養
初七日に始まり、三十五日、四十九日、百か日と、お経を上げて、お香で供養します。このとき納骨を行う場合もあります。

年忌法要
一周忌に始まり、2年目の三回忌、6年目の七回忌、その後十三回忌、十七回忌、二十三回忌、二十七回忌、三十三回忌、三十七回忌、五十回忌と法要を続けます。三十三回忌または五十回忌をもって、弔い上げ（最終の年忌法要）とする場合が多くなっています。

お墓の形いろいろ

現在、墓地や霊園などで多く見られる形のお墓は、江戸時代の中頃から広く使われるようになったと言われています。鎌倉時代から室町時代にかけて多く作られた、五輪塔（ごりんとう）など供養塔型のお墓も一部で見られます。近年は、背が低く横幅が広い洋型のお墓も増えてきました。また、既成の型にこだわらない自由なデザインのお墓も見られます。



和　型
標準的な形のお墓です。竿石（さおいし）の下に上台石（じょうだいいし）、下台石（げだいいし）を重ねた形が多く見られます。下台石の下に芝台石（しばだいいし）を置いたり、竿石と上台の間にスリンと呼ばれる石を置く場合もあります。また、付属品として香炉（こうろ）、水鉢（みずばち）、花立て（はなたて）、墓誌（ぼし）、卒塔婆立て（そとばたて）なども、必要に応じて設置されます。

和型供養塔
現在の和型墓石が広く普及する以前に多く作られた、供養塔の形をしたお墓です。五輪塔（ごりんとう）、多宝塔（たほうとう）、宝篋印塔（ほうきょういんとう）、無縫塔（むほうとう）などの種類があります。

洋　型
芝生墓地やガーデニング霊園、西洋風霊園などの増加とともに、西洋風のお墓も増えてきました。台石の上に、和型と比べて背が低く、横幅が広い竿石を置いたお墓で、竿石の前面を斜めに加工した「オルガン型」や、垂直に加工した「ストレート型」などがあります。また、芝生墓地などで多く見られる「プレート型」もあります。

デザイン墓石
伝統的な形にとらわれず、故人の趣味や個性を反映したオリジナルのデザインを施したお墓を選ぶ方も増えています。ただし、墓地や霊園によっては特異なデザインのお墓を建造できない場合がありますので、事前に確認する必要があります。

サンメモリー和光

安心のセットプラン
地域密着の品質＆安心価格
充実のアフターサポート

顧客満足でリピート率100％を目指します

お客様の大切な想いを形に。

～大切な人の最期に… 心に残るお別れを～

ご逝去時のお迎えからご葬儀、アフターサポートまで
経験豊富な担当者が一貫して担当いたします

お気軽にご連絡ください　通話料無料・24時間365日受付中
葬儀相談ダイヤル 0120-365-501

24時間ご指定の場所にお伺いします

初めまして。
代表の長島啓之(ながしま ひろゆき)と申します。
10年以上前に葬儀社をはじめるにあたり、最初に決めた事があります。それは葬儀が出せない人を何とかしたい、と言う気持ちでした。お金がないから葬儀を出したくても出せないと言うお客様が大勢いらっしゃいます。そんな方々の力になりたいと思い、今に至ります。
今現在、サンメモリー和光で施行したお客様には満足していただき、大変有り難く思っています。
これからも全てのお客様のご希望にあう葬儀を行える様に力を尽くしていく所存です。

火葬式(直葬)
簡素に行うお葬式の形です。お客様のご要望により必要な事は別途選んで頂けます。
14.3(税込)万円～

一日葬 告別式
告別式のみを執り行うご葬儀です。故人様を偲びながら近しい人々で静かに、でも温かく見送らせて頂くお葬式です。
ご対応人数の目安 10人～20人 30.8(税込)万円～

家族葬 通夜 告別式
ご家族、親戚、ごく親しいお友達等が集まり、故人様に思いを寄せながら静かに温かくお見送りさせていただくお葬式です。
ご対応人数の目安 10人～30人 41.8(税込)万円～

一般葬 通夜 告別式
従来のお葬式の形態です。家族、親戚、お友達、お知り合いなど、故人様とご家族に縁のある方々がご参列して行うご葬儀です。
ご対応人数の目安 30人～ 54.78(税込)万円～

※火葬料・移送費・霊柩車・式場使用料・ご飲食代・香典返し・お寺への謝礼(お布施など)は含みません。

サンメモリー和光

〒351-0111 埼玉県和光市下新倉3-11-18
https://www.sanmemory.com/

HPはこちら

ご対応エリア
埼玉県 東京都 千葉県 神奈川県
栃木県 茨城県 群馬県
※その他エリアもご相談ください。

小竹町

練馬区指定葬儀場

社会福祉法人　東京福祉会　直営斎場

江古田斎場

「江古田斎場」は社会福祉法人が
運営する葬儀社です
どなたでもご利用いただけます

練馬区では区が指定した葬儀場の会場において通夜・葬儀(社葬は除く)を
行った場合、**会場使用料の一部を助成しています**

区内斎場・寺院等でのご葬儀も承ります＜東高野会館・石神井寶亀閣斎場・大泉橋戸会館など＞

会友制度特典

加入金1万円(年会費など無)で基本葬祭料金30%割引
式場使用料50%割引☚江古田斎場利用の場合

ほかにも特典あり

年中無休24時間受付
葬儀申込・問合せ・事前相談は

FreeDial 0120-62-1192

練馬区小竹町1-61-1　江古田駅北口徒歩2分　納骨堂・ご遺体安置施設・駐車場完備

谷原

真宗会館は京都にある東本願寺(浄土真宗)の
首都圏における仏事の拠点です。

仏事のトータルサポート

仏事に関するお悩み・疑問にお答えし、サポートします

突然の通夜葬儀 → 仏事代行

お寺のご縁がない → お寺の紹介

仏事の疑問 → 仏事相談

首都圏の
通夜・葬儀　お寺の紹介

ご相談はこちら

東本願寺 仏事サポートセンター
東京専用ダイヤル (9:00～17：00)
03-6913-2273

葬儀受付専用ダイヤル
(24 時間)
03-3996-3339

東本願寺仏事サポートセンター東京
東京都練馬区谷原1-3-7 東本願寺真宗会館内

確かな家族葬を約束する

千代田セレモニー

ワンフロア１件のご利用
大切な方々とプライベートな空間で心ゆくまでゆったりとしたお時間をお過ごしください。

所在地：東京都練馬区練馬 3-22-6

車でお越しの場合
環七通りから目白通りへ入り練馬区役所前の信号を右折
駐車場12台

電車でお越しの場合
都営大江戸線「豊島園」駅　A１出口徒歩4分
西武豊島線「豊島園」駅徒歩5分

ご葬儀の事前相談、式場見学など承っております。
まずはお気軽にお電話ください。

練馬区指定葬儀場 千代田豊島園会館

千代田セレモニー　検索
www.chiyoda-ceremony.com

通話無料 0120-17-9876

家族葬のご依頼・事前のご相談は
24時間・365日受付

About a digital book

練馬区 わたしの便利帳が電子書籍に!!

パソコンやあなたのお手持ちの携帯端末でご覧になれます!

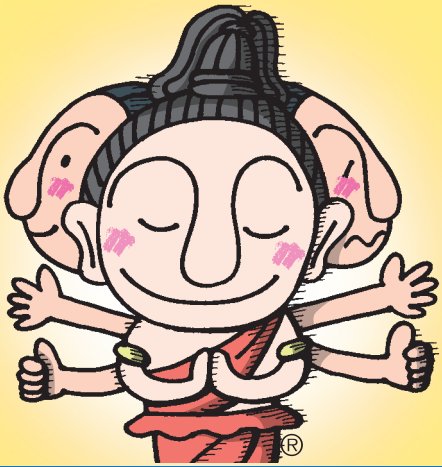
わが街事典®

無料
閲覧に伴う通信料はご負担ください

いつでもどこでも知りたい情報を「わが街事典」でチェック

上石神井

区民葬儀取扱店



感謝のセレモニー

マキノ祭典

練馬区内に5店舗

ヨイ　セレモニー
24 0120-41-7062

本　　社：練馬区上石神井 4-9-24
相談サロン：東大泉店・大泉学園町店・石神井公園駅前店・大泉学園駅前店

豊玉北

無料 **終活相談**

遺言のこと、お葬式のこと、お墓のことなど
毎日無料で承ります。出張相談も OK。
ご希望の内容でお葬式のお見積りも作成します。

対面での
終活相談をご利用いただいた方に
「終活ブック」A4 版フルカラー 32 ページ
「エンディングノート」
「オーガニックタオル」を**プレゼント**

まずは電話でご予約を。「わたしの便利帳を見た」とお伝えください。

練馬駅 0 分
豊玉北 5-17-8
石山葬儀社
24 時間
無料通話 **0120-4243-00**

石神井町

創業安永元年（1772年）

石のことなら･･･

IGUCHI

株式会社 井口石材

営 業 品 目
墓石・墓地外柵工事（設計施工）建築石材
彫刻・各種砂利・修景工事

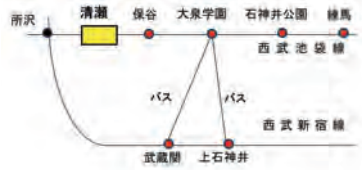
〒177-0041 東京都練馬区石神井町4-4-6
TEL.03-3996-0035㈹
FAX.03-3996-8128
（工場）茨城県桜川市真壁町
URL：https://iguchisekizai.co.jp
E-mail：iguchisekizai@xui.biglobe.ne.jp

相続・遺言・遺産整理・相続税申告・家族信託・成年後見・その他裁判

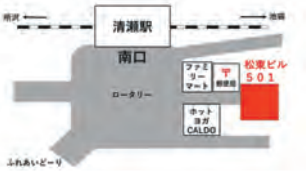
地域のみなさまの「これから」の安心を創造する

東京けやき法律事務所

【アクセス】西武池袋線清瀬駅南口降りてすぐ（エレベーターあり）



■上石神井駅→大泉学園駅［西武バス・関東バス］
■　武蔵関駅→大泉学園駅［西武バス］



清瀬市松山1-4-20 松東ビル501
地図は「清瀬駅前郵便局」で検索。

第二東京弁護士会所属
清瀬市特定空き家等判定委員
東京三弁護士会多摩支部
高齢者障害者委員会委員長

TEL 042-497-1425

○法律相談 30分 3,000円（税込）
○ホームページ・電話でご予約下さい。

東京けやき法律事務所

弁護士 小池 良