


新しい春 新しい練馬、始まる!

春を迎え、4月から始まる区の新たな施策を紹介します。
▶問合せ:広報係 ☎5984-2690 FAX 3993-1194

妊娠期からの切れ目のない子育て支援を行います



保健師などの資格を持つ「妊娠・子育て相談員」が中心となって妊娠期から支援を行うほか、親子で楽しめる遊び場を拡充します。

放課後も小学校で安心して過ごせます



小学校の施設で、放課後や夏休みなどに小学生が利用できる「ねりっこクラブ」を豊玉小・田柄第二小・向山小で開始します。
※将来的には全小学校で実施予定です。

「街かどケアカフェこぶし」を開設します



高齢者の相談と交流の場として谷原出張所内に開設し、介護予防の拠点とします。
※詳しくは、区報4月11日号をご覧ください。

私たちは、フェイスブックページ「よりどりみどり練馬」の公式PRサポーターです。区民ならではの身近な地域情報などを発信しているので、ぜひチェックしてね!

<https://www.facebook.com/yoridorimidorinerima/>




魅力ある個店づくりを応援します



店舗同士が連携して取り組むイベント事業や商品開発などを支援します。
※詳しくは、区報4月11日号をご覧ください。

広報キャンペーン「よりどりみどり練馬」2年目スタート!



今年は「未来の練馬区がこうなったらいいな」という“願い”を募集し、その願いを活用した区民参加型テレビCMを撮影します。
※詳しくは、区報4月21日号をご覧ください。

区民参加型の区政改革を推進します



区民サービスの向上と持続可能性の確保の両立を図り、区民参加と協働を進めるために区政改革に取り組んでいます。10月頃に計画を策定します。

春のスタートは、健康チェックから!
6・7面で**区**の健康診査・がん検診を紹介

今年度20・40歳の女性必見!
がん検診(子宮・乳)無料体験チケットを送付

低所得の高齢者に年金生活者等支援臨時福祉給付金を支給します

～3月30日に対象と思われる方に申請書を発送～

所得の底上げなどを目的に、低所得の高齢者を対象に給付金を支給します。支給を受けるには申請が必要です。対象と思われる方に3月30日に申請書を発送しました。申請期限は8月1日(月)です。

問合せ

臨時給付金コールセンター ☎0120-921-152 (通話料無料)
【受付時間】午前9時～午後5時 ※土・日曜、祝日を除く。

支給対象

以下の①～③の全てに当てはまる方

- ① 昭和27年4月1日以前に生まれた
 - ② 平成27年1月1日時点で練馬区に住民登録をしている
 - ③ 平成27年度の住民税(特別区民税・都民税)が課税されていない
- ※生活保護を受給している場合や、住民税が課税されている方に扶養されている場合などは対象になりません。

住民税が課税されない方の収入額の目安

給与所得者

区分	非課税限度額目安 (給与収入相当額)
単身(本人)	100万円
本人+扶養親族等1人	156万円
本人+扶養親族等2人	205万9999円
本人+扶養親族等3人	255万9999円

※家族構成や控除額などにより異なります。

公的年金等受給者

区分	非課税限度額目安 (年金収入相当額)
65歳以上 単身(本人)	155万円
本人+扶養親族等1人	211万円

支給額

1人につき3万円 ※支給は1回限りです。

申請方法

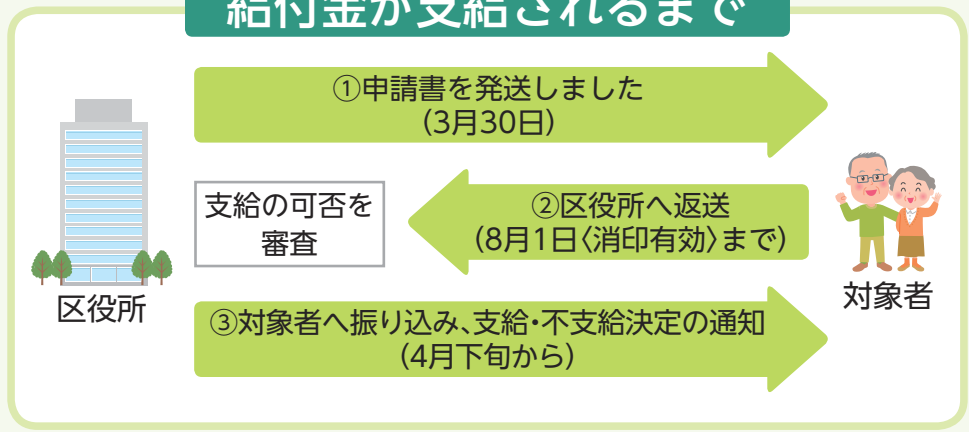
申請書は同封の返信用封筒で区役所へ返送してください。

※区民事務所・出張所などには提出できません。

- ▶ 申請先: 〒176-8501 区役所内臨時給付金担当課
- ▶ 申請期限: 8月1日(消印有効)
- ▶ 提出書類: 申請書、添付書類(詳しくは、申請書の裏面をご覧ください)



給付金が支給されるまで



よくある質問にお答えします

- Q 年金を受給していないと給付金はもらえませんか。
A 年金の受給の有無に関わらず支給要件を満たせば、支給の対象になります。
- Q 平成27年1月2日以降練馬区に引っ越してきた場合はどうなりますか。
A 27年1月1日現在で住民登録のある区市町村から支給されます。手続き方法は、転入前の区市町村にお問い合わせください。
- Q 亡くなった場合は支給されますか。
A 支給が決定されるまでの間に亡くなった場合は、支給の対象となりません。

「振り込め詐欺」や「個人情報の搾取」にご注意を

申請内容に不明な点があった場合、区から問い合わせをすることがあります。しかし、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることや、手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。不審な電話がかかってきたり、郵便が届いたりしたら、区や最寄りの警察署、警察相談専用電話(#9110)に連絡してください。



認知症ガイドブックを配布

認知症の方の状態に応じたサービスなどを紹介しています。▼配布場所: 区民事務所(練馬を除く)、出張所、総合福祉事務所、敬老館、高齢者相談センター、高齢者センター、図書館、高齢者支援課(区)

役所西庁舎3階など▼問合せ: 在宅療養係 ☎5984・4597



認知症予防 脳活プログラムの参加者募集説明会

パソコンを使った交流や、絵本の読み聞かせをすることで認知機能の低下を予防する講座の説明会を行います。受講を希望する方は必ず参加してください。▼対象: 介助なしで通える65歳以上の方で、過去にこのプログラムに参加していない方▼日時: 4月5日(火)午後2時～4時30分▼場所: ココネリ3階(練馬1の17の1)▼定員: 120名(先着順)▼申込: 当日会場受け付け

今回募集するプログラム

- パソコン編
▼日時: 5月12日～7月28日の毎木曜(午前10時～正午)⑥午後1時30分～3時30分(12日制)▼場所: 勤労福祉会館
 - 絵本の読み聞かせ編
▼日時: 5月31日～9月20日の毎火曜午後2時～4時(17日制)▼場所: 貴井図書館など
- ◎ 問合せ: 介護予防係 ☎5984・2094

東京における都市計画道路の整備方針(第四次事業化計画)を策定

東京都と特別区(東京23区)などは、都市計画道路を計画的、効率的に整備するため、今後10年間で優先的に整備すべき路線などを示した「東京における都市計画道路の整備方針(第四次事業化計画)」を策定しました。

ルーム(都庁第一本庁舎3階、東京都ホームページ(http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/kiban/tokyo/iken_kohyo.html))をご覧ください。

整備方針は、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、区役所内交通企画課(同本庁舎16階)、都民情報

問合せ

東京都街路計画課
☎5388・3379
区役所内交通企画課
☎5984・1274

倒産や解雇などで失業した方への保険料の軽減措置

「保険料の算定で使用される給与所得」と「高額療養費の所得区分の判定で使用される給与所得」を70%軽減します。対象となる方は届け出が必要です。

▼対象：次の①～③の全てに当てはまる国民健康保険加入者

①雇用保険受給資格者を交付されている

②雇用保険受給資格者証の離職理由が倒産・解雇など自発的でない

③離職日の時点で65歳未満である(高齢受給資格者でない)

▼申込：雇用保険受給資格者証(原本)と国民健康保険被保険者証を持参の上、こくほ資格係(区役所本庁舎3階)またはこくほ石神井係(石神井庁舎2階)へ

28年度の国民健康保険料の計算方法



国民健康保険料は、世帯を単位として加入者の人数や所得などを基に計算されます。3月に、保険料算定の基礎となる28年度の保険料率が決まりましたので、お知らせします。併せて、28年度の保険料の計算方法もお知らせします。

平成28年度

国民健康保険料の保険料率が決まりました

問合せ

こくほ資格係 ☎5984・4554

4/4 から 石神井高齢者相談センター 富士見台支所が谷原出張所内に移転

高齢者相談センター支所では、高齢者や介護している家族に、介護・福祉・医療に関する総合的な相談などを行っています。4月4日(月)から、石神井高齢者相談センター富士見台支所が、谷原出張所内に移転します。※担当地域(富士見台、高野台1・2丁目、南田中1~3丁目)の変更はありません。

▶問合せ：高齢者支援課管理係 ☎5984-4582



未成年者の飲酒は法律で禁じられています ~4月は未成年者飲酒防止強調月間

成長期にある未成年者の飲酒は、成人に比べて心身により大きな影響を及ぼします。ご家庭や地域で、未成年者の飲酒防止にご協力ください。

〈小売店で年齢確認を実施〉

東京小売酒販組合加盟店などの小売店では、酒類販売時に年齢確認を実施しています。ご理解をお願いします。

▶問合せ：青少年課 ☎5984-4691

東日本大震災義援金の受け付けを来年3/31(金)まで延長します

▶募金箱の設置場所：早宮・光が丘・大泉・関区民事務所、出張所、区役所本庁舎1階庁舎案内、石神井庁舎1階案内、生涯学習センター、練馬文化センター、春日町青少年館 ※日本赤十字社への振り込みを希望する方は、お問い合わせください。

▶問合せ：総務係 ☎5984-2600

区内の中小企業の方へ ビジネスサポートセンターのご利用を

区内の中小企業・団体・個人事業主などを支援するため、補助金の交付のほか、相談業務を行っています。利用の要件など詳しくは、お問い合わせください。

▶問合せ：練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020

補助金のご利用を

①～⑤とも申込順です。

補助項目	補助対象	補助率	限度額	募集数
①ホームページの新規作成	ホームページの新規作成委託費など	1/2以内	4万円	35企業
②見本市などへの出展(※1)	出展料、展示装飾の経費、出品物の輸送委託費	1/2以内	10万円 (2社以上で組織する中小企業・団体は20万円)	15企業・1団体
③各種認証など(※2)の取得	認証取得審査費、コンサルタントの派遣や内部監査員の養成研修の経費	1/3以内	50万円	2企業
④事業者などの連携による製品開発などの補助	原材料、部品などの調達費、外部委託費など	1/2以内	20万円	4企業
⑤商店街空き店舗入居促進事業(店舗改修費・賃借料)	3カ月以上入居者のいない区内の商店街の店舗へ出店する事業者	2/3以内 (店舗改修費・賃借料)	100万円(店舗改修費)、月2~5万円(賃借料) 最大36カ月分まで	30企業

※1 補助回数は年度1回で3回まで。
 ※2 各種認証など…ISO(国際標準化機構)規格やJIS(日本工業規格)などが定める規格への適合認証。

相談してみませんか

- 総合相談
 ビジネスマネージャーが経営全般について相談に応じます。▶日時：平日午前9時~午後5時
- 専門相談
 税理士や社会保険労務士、中小企業診断士などが相談に応じます。▶日時：平日午後1時~5時 ※水曜は午前9時から。



ボランティア

通訳ボランティア

区立施設でのタガログ語・ネパール語・ベトナム語などの通訳をするボランティアを募集します。登録は随時受け付けています。▶**申込:**電話で事業推進係☎5984-1523

条例・計画など

平成28年度食品衛生監視指導計画を策定

食品の安全管理や飲食店などへの監視指導などについて定めた計画です。計画は、生活衛生課(区役所東庁舎6階)、同石神井分室(石神井保健相談所内)で配布しています。また、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、区ホームページ「区政情報」の「計画・報告・方針」でご覧になれます。▶**問合せ:**生活衛生課食品衛生担当係☎5984-4675

高齢者

振り込め詐欺撃退！自動通話録音機を無料で貸し出します

録音機を設置すると、電話の発信者に対し、これから会話を録音する旨の警告メッセージが流れます。これにより、振り込め詐欺の犯人は声が残ることを嫌がり、電話を切ることが期待できます。先着順で貸し出します。 ※数に限りがあります。 ※利用料金は無料ですが、年間323円程度の電気代が掛かります。▶**対象:**区内在住の65歳以上の方がいる世帯▶**申込:**電話で安全安心係☎5984-1027または各警察署【練馬☎3994-0110、光が丘☎5998-

0110、石神井☎3904-0110】(平日午前9時～午後5時)

会員以外の区民に参加を呼び掛ける高齢者サークルの事業に助成

▶**対象:**おおむね60歳以上の方が、定期的に活動を行っている20名以上のサークル▶**助成事業:**①会員以外の区民の参加が10名以上の事業②会員以外の区民を対象としたボランティア活動 ※要件など詳しくは、お問い合わせください。 ※①②の助成を両方受けることはできません。▶**助成額:**対象事業経費の2分の1(上限年4万円)▶**申込:**高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある申込用紙に必要書類を添えて、4月22日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内いきがい係☎5984-4763 ※応募者多数の場合は抽選。

機械を使って筋力トレーニングを始めてみませんか～筋トレマシンスタート事業

1～3とも▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**内容:**筋力トレーニングマシンの使い方を学ぶ▶**申込:**1 4月23日(土) 2 28日(木) 3 15日(金)までに直接、各高齢者センターへ
1 **豊玉高齢者センター**☎5912-6401▶**日時:**5月16日～6月23日の毎月曜・木曜午後2時～3時30分【12日制】▶**定員:**10名(抽選)
2 **関高齢者センター**☎3928-1987▶**日時:**5月17日～6月24日の毎火・金曜午後1時30分～3時【12日制】▶**定員:**8名(抽選)
3 **光が丘高齢者センター**☎5997-7717▶**日時:**5月24日～7月1日の毎火・金曜午後3時40分～4時50分【12日制】▶**定員:**8名(抽選)

豊玉高齢者センターの講座

1 2とも▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**場所:**豊玉高齢者センター▶**申込:**往復ハガキで①講座名(1 2)の別も。往復ハガキ1通につき1講座②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、4月23日(必着)までに〒176-0013豊玉中3-3-12豊玉高齢者センター☎5912-6401

1 和菓子教室

▶**日時:**5月9日・23日・30日、6月13日・20日・27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:**20名(抽選)▶**材料費:**1,200円

2 3B体操(ボールなどを使用した体操)

▶**日時:**5月12日～7月28日の毎木曜午後4時～5時30分【12日制】▶**講師:**3B体操協会公認指導士/宮崎初恵▶**定員:**15名(抽選)▶**保険料:**90円

高齢者のための健康講座「脳と睡眠」

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**日時:**4月23日(土)午後2時～3時30分

▶**場所:**関区民センター▶**講師:**富田いきいきクリニック院長/富田修一▶**定員:**200名(申込順)▶**申込:**電話で関高齢者センター☎3928-1987

健康長寿はつらつ教室

1～3とも▶**対象:**区内在住の65歳以上の方▶**申込:**電話で総合事業係☎5984-4596

教室名・費用	日時・場所
1 足腰しゃっきりトレーニング(筋力強化、ストレッチなど)▶費用:1,000円	5/11～7/27の毎水曜10:00～11:30【12日制】…光が丘高齢者センター 5/10～7/26の毎火曜10:00～11:30【12日制】…勤労福祉会館
2 プールで足腰しゃっきりトレーニング(水中歩行や浮力を利用した運動など)▶費用:1,000円	5/6～7/22の毎金曜13:00～14:30【12日制】…④ルネサンス富士見台(貫井3-12-33)⑤ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)
3 わかわか かむかむ元気応援(栄養と口腔〈こうくう〉について学ぶ)▶費用:500円	5/17～6/21の毎火曜9:30～11:30【6日制】…石神井公園区民交流センター



年に一度の狂犬病予防注射をお忘れなく～犬の登録も受け付けます

4月に狂犬病予防集合注射を行います。生後91日以上の子犬は、毎年1回(4～6月)の狂犬病予防注射と生涯1回の登録が義務付けられています。ぜひこの機会をご利用ください。

▶**費用:**狂犬病予防注射…3,650円(注射料金3,100円、注射済票交付手数料550円) **登録手数料**…3,000円 ※釣り銭のないようにお願いします。

▶**問合せ:**生活衛生課管理係☎5984-2483

実施日	実施会場	
	午前の部(午前10時～正午)	午後の部(午後1時30分～3時30分)
4月11日(月) [雨天18日(月)]	ガラクタ公園(貫井4-2-20)	豊玉公園(豊玉北6-8-3)
	平和台図書館(平和台1-36-17)	
	長光寺橋公園(石神井町1-1-58)	北田中児童遊園(三原台1-19-1)
	大泉井頭公園(東大泉7-34-1)	
4月12日(火) [雨天19日(火)]	江古田駅北公園(小竹町1-60-3)	北保健相談所(北町8-2-11)
	中村公園(中村北3-6-1)	
	天祖神社境内(下石神井6-1-6)	あおい公園(大泉学園町4-18-6)
	西大泉公園(西大泉3-21-4)	
4月13日(水) [雨天20日(水)]	中新井公園(豊玉上2-18-1)	羽沢ふじ公園(羽沢2-19-9)
	高稲荷公園(桜台6-40-1)	
	もみじ公園(大泉町1-42-21)	関区民センター(関町北1-7-2)
	上石千川児童遊園(上石神井1-8-3)	
4月14日(木) [雨天21日(木)]	春日町青少年館(春日町4-16-9)	上練馬公園(旭町2-28-1)
	第五出張所(土支田2-32-8)	
	東京都石神井学園(石神井台3-35-23)	大泉西出張所(南大泉5-26-19)
東大泉弁天池公園(東大泉3-37-9)		
4月17日(日) [雨天中止]		石神井保健相談所(石神井町7-3-28)

注意事項

※2月29日までに犬の登録をした飼い主の方には、予防注射のお知らせを送付しました。必要事項を記入の上、お持ちください。 ※犬を十分に押さえられる方が連れてきてください。 ※車でのご来場はご遠慮ください。 ※雨天などの場合、午前実施分は午前9時に、午後実施分は午後0時30分に実施の有無を決めますので、お問い合わせください(4月17日(日)は、石神井保健相談所☎3996-0633(午後0時30分～4時))。 ※区ホームページ「保健・医療・健康・衛生」でもご覧になれます。

会場で受けられない方へ

●狂犬病予防注射

動物病院などで注射を済ませ、証明書を受け取ってください。その証明書を保健相談所、生活衛生課(区役所東庁舎6階)に提示し、注射済票の交付を受けてください(注射料金は動物病院などにより異なります。注射済票の交付手数料は550円)。

●犬の登録

区民事務所、保健相談所、生活衛生課で受け付けています(手数料は3,000円)。 ※犬が死んだ場合や、区内に転入、区内で転居した場合なども前記の犬の登録窓口へ届け出が必要です。

地区区民館で新小学1年生歓迎行事を開催

地区区民館で4月に開催する新小学1年生の歓迎行事を紹介します。

地区区民館名・問合せ	日時	内容
豊玉北☎3948-3061	4/20(水)15:00から	ゲーム大会
桜台☎3993-5461	4/13(水)15:30から	輪投げ、ビンゴ大会
	4/15(金)15:30から	おはなしの会
貫井☎3926-7217	4/20(水)14:30から	ゲーム大会
氷川台☎3932-3656	4/20(水)15:00から	ゲーム大会
早宮☎3994-7961	4/18(月)14:30から	ミニコンサート
春日町南☎3926-4971	4/13(水)15:00から	ゲーム大会
	4/20(水)15:00から	ゲーム大会
旭町北☎5998-0511	4/27(水)14:00から	プラバン工作
	4/13(水)15:00から	
北町第二☎3931-1270	4/13(水)15:00から	
田柄☎3926-4932	4/15(金)15:00から	ゲーム大会
富士見台☎3926-1091	4/6(水)15:00から	
下石神井☎3904-5061	4/13(水)15:30から	パネルシアター・クイズなど
関町北☎3594-2603	4/8(金)15:00から	ゲーム大会
西大泉☎3921-6493	4/27(水)15:30から	
南大泉☎3978-9791	4/13(水)16:00から	
北大泉☎3978-0324	4/13(水)15:00から	
	4/20(水)13:30から	プラバン工作
大泉学園☎3922-4101	4/20(水)15:00から	ゲーム大会



お知らせ

ねりま区報4月11日号は、4月10日(日)の朝刊に折り込まれます

ねりま区報4月11日号は、発行日
が新聞休刊日のため、4月10日(日)
の朝刊に折り込まれます。▶**問合せ:**
広報係 ☎5984-2690

区ホームページ「よくある質問と回答」を充実

区ホームページにある「Q&Aよくある質問と回答」の質問項目を約1,000問から約3,000問に増やしました。ぜひ、ご活用ください。▶**掲載位置:** トップページ画面左中央部 ▶**問合せ:** 広聴広報課庶務係 ☎5984-2694

外国人住民向けに「練馬区くらしガイド」を配布

「練馬区くらしガイド」は、区の窓口・サービスなどを外国語で紹介した冊子です。英語・中国語・ハンガルの3カ国語を1冊にまとめています。外国人住民の方が練馬区に転入する際に窓口でお渡しするほか、区民事務所、広聴広報課(区役所本庁舎7階)、地域振興課(同9階)などでも配布します。また、希望する方には郵送しますので、お問い合わせください。▶**問合せ:** 広聴広報課庶務係 ☎5984-2694

平成27年版練馬区統計書を発行

練馬区の人口・産業・教育・福祉などの統計資料、各種統計調査の結果を掲載しています。▶**閲覧場所:** 図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階) ※区ホームページ「区政情報」の「統計・調査」でもご覧になれます。 ※区民情報ひろばでは、1冊900円で販売します。▶**問合せ:** 統計係 ☎5984-2459

地価公示価格がご覧になれます

1月1日現在の地価公示価格(国が区内の一般的な画地を抽出し、1㎡あたりの価格を公表したもの)が区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、経理用地課(同東庁舎3階)でご覧になれます。▶**問合せ:** 経理用地課管財用地係 ☎5984-2807

男女共同参画センターえーるの運営委員を募集

男女共同参画センターえーるは、男女共同参画社会を推進するための施設です。今回、センターの施設利用や事業計画などについて検討する

運営委員会の委員を募集します。委員会は、年4回程度開催します。また、毎年6月に開催する男女共同参画センターえーるフェスティバルの企画・運営もしていただきます。▶**対象:** 7月1日(金)現在、区内に1年以上在住している方 ※過去に3期以上務めた方は除く。▶**任期:** 7月から2年間▶**募集数:** 8名程度(選考)▶**申込:** 人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)または区ホームページ「区政情報」の「お知らせ」にある申込書に応募理由(400字程度。様式自由)を添えて、5月2日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

成人向け雑誌自動販売機などの調査結果がまとまりました

青少年にとってよりよい環境をつくるため、区内の成人向け雑誌自動販売機などの実態調査を、青少年育成地区委員会の協力を得て行っています。平成27年度の調査結果は、下表の通りです。また、販売する店舗に区分陳列や青少年への販売などの制限をお願いしています。 ※成人向け雑誌自動販売機の管理は、都への届け出が必要です。▶**問合せ:** 青少年係 ☎5984-4691

調査項目	26年度	27年度
成人向け雑誌・ビデオなどの自動販売機	6台	6台
レンタルビデオ店	15店	13店
成人向けビデオなどが置いてある店	15店	13店
コンビニエンスストア	216店	248店
24時間営業の店	207店	225店
成人向け雑誌などを販売している店	175店	191店

生活習慣病に関する講座などを企画・実施する団体を募集

生活習慣病の予防や生活習慣の改善につながる講座などを5月~来年2月に企画・実施する団体を募集します。▶**委託料:** 上限2万5000円▶**募集団体数:** 6団体(申込順に書類選考)▶**申込:** 国保年金課(区役所本庁舎3階)または区ホームページ「暮らしのガイド」の「年金・国保・後期高齢者医療」にある募集の手引きをご覧の上、講座実施日の1カ月前までに国保年金課保健事業担当係 ☎5984-4551

NPO活動の相談は区民協働交流センターへ

NPO活動支援センターが実施していたNPO法人やボランティアに関する相談事業は、区民協働交流センター(練馬1-17-1(ココネリ3階))の相談事業に統合します。曜日により相談できる内容が異なります。詳

しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページ「施設案内」の「区民・産業プラザ」の「区民協働交流センター」をご覧ください。▶**問合せ:** 区民協働交流センター ☎6757-2025

税

平成28年度住民税(特別区民税・都民税)証明書の交付

住民税証明書(27年中の所得の証明書)の交付開始日は、給与特別徴収で納税している方(給料から住民税が差し引かれる方)と非課税の方は5月10日(火)、それ以外の方は6月10日(金)です。▶**問合せ:** 税証明・軽自動車税担当 ☎5984-4536

都税の納付は口座振替で

固定資産税・都市計画税、個人事業税の納付は口座振替が便利です。口座振替を開始しようとする月の前月10日までに金融機関や郵便局の窓口で申し込んでください。▶**問合せ:** 東京都納税推進課 ☎3963-2177

固定資産税に係る土地・家屋の価格などがご覧になれます

▶**対象:** 平成28年1月1日現在、区内に土地・家屋をお持ちの方(本人確認ができるものをお持ちください)▶**期間:** 6月30日(木)までの午前9時~午後5時(土・日曜、祝休日を除く)▶**場所・問合せ:** 練馬都税事務所 ☎3993-2261

国民年金

平成28年度の学生納付特例を受け付けます

学生で収入が少なく保険料を納められない方は、申請して承認されると、承認された期間について、保険料の後払い(10年以内)ができます。 ※対象にならない学校があります。 ※27年度の承認を28年2月末までに受けた方は、4月中旬までに日本年金機構から申請書が送付されます。▶**問合せ:** 練馬年金事務所 ☎3904-5491、区役所内国民年金係 ☎5984-4561

福祉・障害のある方

「わたしの便利帳」の点字版・音声版を作成

区の窓口・サービスなどを紹介する「わたしの便利帳」の点字版・音声版(カセットテープ版・デジター版CD)を作成しました。送付を希望する方はご連絡ください。▶**問合せ:** 広聴広報課庶務係 ☎5984-2694 FAX 3993-1194

まちづくり

重点地区まちづくり計画を検討する区域がご覧になれます

放射36号線等沿道周辺(羽沢2・3丁目、桜台2・3・6丁目、氷川台3・4丁目、平和台3丁目、早宮1丁目)地区を、練馬区まちづくり条例に基づき「重点地区まちづくり計画を検討する区域」に指定しました。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:** 4月22日(金)までの午前8時30分~午

後5時15分(土・日曜を除く)▶**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「区政情報」の「まちづくり・都市計画」の「都市計画決定・変更」でもご覧になれます。▶**問合せ:** 東部地域まちづくり課 ☎5984-1594

雨水浸透施設・雨水タンクの設置費用を助成

屋根に降った雨水を地下に浸透させることで、大雨による浸水・洪水被害を軽減する「雨水浸透ます」「雨水浸透トレンチ管(穴の開いた排水管)」の設置費用を助成します。また、併せて「雨水タンク」を購入する場合、購入費用の一部を助成します(雨水浸透施設の設置が困難な場合、雨水タンクの購入のみでも助成します)。申し込み方法など詳しくは、設置・購入前にお問い合わせいただくか、区ホームページ「住まい・交通・道路」の「総合治水」をご覧ください。▶**主な助成条件:** 敷地面積が500㎡未満の敷地の所有権または借地権がある ※他にも条件があります。▶**助成額:** 雨水浸透施設…40万円まで(付帯工事は、うち10万円まで) 雨水タンク…購入価格の半額(2万5000円まで) ※予算額の範囲内で申込順に受け付け。▶**問合せ:** 総合治水係 ☎5984-2074

私道の整備費を助成

私道を舗装する場合(再舗装を含む)や、私道に排水設備(下水)を設置する場合の工事費用を助成します。現地へ伺い調査しますので、希望者はお相談ください。▶**主な助成条件:** ①私道敷地の土地所有者や私道に隣接する土地所有者など全員の同意が得られる②道の幅が1.2m以上ある③利用戸数が2戸以上ある ※他にも条件があります。詳しくはお問い合わせいただくか、区ホームページ「住まい・交通・道路」の「道路」をご覧ください。▶**助成額:** 下表の通り ▶**問合せ:** 総合治水係 ☎5984-2074

種類	助成額	
舗装	通り抜け道路	区算定工事費の90%
	行き止まり道路	区算定工事費の80%
排水設備(下水)	新設	区算定工事費の90%
	改修	区算定工事費の50%

働く

学校生活臨時支援員【臨時職員】

登録制で、欠員状況により採用します。▶**期間:** 6カ月以内▶**勤務日時:** 原則として月~金曜午前8時15分~午後5時の間で学校が指定する時間(月90時間以内)▶**場所:** 区立小中学校▶**内容:** 通常の学級や特別支援学級の児童・生徒に対する学習支援、日常生活上の介助など▶**賃金:** 時給1,100円 ※交通費支給。▶**申込:** 教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページ「職員採用情報」にある履歴書(写真貼付)を、持参または郵送で教育指導課管理係 ☎5984-5746

4/1
から

マイナンバー制度 (社会保障・税番号制度)

の問い合わせ先が下表のとおりになります



内容	窓口・電話番号	受付日時
制度全般に関する問い合わせ	マイナンバー総合フリーダイヤル(全国コールセンター) ☎0120-95-0178	平日9:30~20:00 土・日曜、祝休日 9:30~17:30
マイナンバーカード(個人番号カード)の申請・交付に関する問合せ	練馬区個人番号カード事務センター ☎5984-4595	平日9:00~17:00

平成 28 年度 区の“けんしん”を紹介します

～受診できる健康診査・がん検診を確かめましょう

●表中の年齢は、平成29年3月31日現在の年齢です。●申し込み方法など詳しくは、案内や区ホームページをご覧ください。

	20～29歳の方	30～39歳の方	40～74歳の方	75歳以上の方
健康診査(※1)		30歳代健康診査 対象 30～39歳の方(加入している健康保険の種類にかかわらず受診できます) 期間 6～11月 会場 健康診査室(区役所東庁舎2階)・練馬区医師会医療健診センター 費用 300円	練馬区国民健康保険特定健康診査・特定保健指導 対象 練馬区国民健康保険に加入している40～74歳の方 期間 送付される案内をご覧ください 会場 40～64歳…協力医療機関・健康診査室(区役所東庁舎2階)・練馬区医師会医療健診センター、65～74歳…協力医療機関 費用 300円(64歳以下の方は、一般胸部エックス線検査を併せて受けると+200円)	75歳健康診査 対象 75歳の方 期間 送付される案内をご覧ください 会場 協力医療機関 費用 無料 後期高齢者健康診査 対象 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方 期間 送付される案内をご覧ください 会場 協力医療機関 費用 無料
			医療保険未加入者健康診査・保健指導 対象 生活保護の医療給付を受給している40歳以上の方、または中国・樺太残留邦人の方で、医療支援給付を受給している40歳以上の方 期間 送付される案内をご覧ください 会場 協力医療機関 費用 無料	
がん検診(※2)		胃がん検診 対象 30歳以上の方 期間 通年 会場 各保健相談所・健康診査室(区役所東庁舎2階)・石神井庁舎・練馬区医師会医療健診センター 費用 400円		
		肺がん検診 対象 40歳以上の方(区が実施する健康診査で、一般胸部エックス線検査を受診する方は対象外) 期間 会場 6～11月…協力医療機関、6月～来年3月…健康診査室(区役所東庁舎2階)・練馬区医師会医療健診センター 費用 300円(喀痰(かくたん)細胞診検査を併せて受けると+300円)		
		大腸がん検診 対象 30歳以上の方 期間 会場 6月～来年3月…協力医療機関、6～11月…健康診査室(区役所東庁舎2階)・練馬区医師会医療健診センター 費用 100円		
		男性のみ 前立腺がん検診 対象 60・65歳の方 期間 会場 6～11月…協力医療機関・健康診査室(区役所東庁舎2階)、6月～来年3月…練馬区医師会医療健診センター 費用 300円		
	女性のみ 子宮がん検診 対象 20歳以上で平成27年度に受診していない方 期間 通年 会場 区内と中野区内の協力医療機関 費用 700円(体部細胞診検査を併せて受けると+300円)			
		女性のみ 乳がん検診 対象 40歳以上で平成27年度に受診していない方 期間 通年 会場 協力医療機関・練馬区医師会医療健診センター 費用 900円		
肝炎・眼科・歯科(※2)		肝炎ウイルス検診 対象 30歳以上でこれまで受診したことがない方 期間 会場 6～11月…協力医療機関・健康診査室(区役所東庁舎2階)、6月～来年3月…練馬区医師会医療健診センター 費用 無料		
		眼科(緑内障等)健康診査 対象 50・55・60・65歳の方 期間 6～11月 会場 指定眼科専門医療機関 費用 900円		
		成人歯科健康診査 対象 30・40・45・50・60・70歳の方 期間 通年 会場 協力歯科医療機関 費用 500円		
	女性のみ 妊婦歯科健康診査 対象 妊娠中の方(母子健康手帳をお持ちの方) 期間 通年 会場 協力歯科医療機関 費用 無料			

※1 40歳以上で社会保険に加入している方やその被扶養者は、加入している健康保険組合が健康診査を実施しますので、区の健康診査は受診できません。
 ※2 加入している健康保険の種類にかかわらず受診できます。
 ●費用(自己負担金)は、75歳以上の方は無料です。また、生活保護を受給している方、中国・樺太残留邦人の方で支援給付を受給している方、住民税非課税世帯(同じ世帯の方全員が非課税)の方は事前に手続きをして、受診当日に所定の書類を提出すると免除になります。詳しくは、お送りする案内をご覧ください。

“けんしん”って 受けた方がいいの？

「健診やがん検診は受けるのが面倒だし、お金もかかりそう…。そう思うってしまう方々のさまざまな疑問にお答えします。

▶ 問合せ: 成人保健係 ☎5984-4669

健康だから健診・がん検診に行く必要はないよ!



♥ **気付かないうちに病気が進行しています**

生活習慣病やがんの病状は、初期の段階では自覚症状がないことがほとんど。病気が進行してからだと、治療期間が長引くことがあります。健康なときこそ、健診・がん検診を受けましょう。

仕事が忙しくて受診できない…



♥ **忙しいときほど健康管理が大切です**

生活習慣病の発症リスクのある方は約7割、がんと診断される方は2人に1人とされています。元気に働き続けるためには、忙しいときでも自分の健康管理を優先して、年に1回の健診・がん検診を受けましょう。

区の健診・がん検診は、お金がかかるんでしょ?



♥ **実は大変お安く受診できます**

血液検査や尿検査を行う健康診査は300円で受診できます。がん検診も種類によって、100円～1,000円で受診できます。自費で健診・がん検診を受けるより大変お得です。

がん経験者の私が今伝えたいこと



39歳のときに乳がん手術を受け、現在は、乳がんに関するさまざまな啓発活動を行う西貝圭子さん(中村南在住)が、検診の重要性を語ってくださいました。

がんは誰にでも起こる病

私の場合、家系に乳がん患者もいなかったですし、乳腺症での検査でも問題がなかったので、乳がんと分かったときは、「まさか」という思いでした。手術後は幸い再発もなく、以前と同じような生活を送れるようになりました。

乳がんは30代後半からかかりやすく、40代がピーク。まさに子育てや仕事などで忙しい時期に発症が増えています。検診に行く時間をつくることはなかなか難しいかもしれませんが、がんは誰にでも起こりうる病気。対処が遅ければ、家族など周囲の人にまでつらい思いをさせることになってしまいます。

自分の身体に関心を持つこと

これまで、区との協働事業の出張講座で、自分の体験談や検診を受けることの大切さをお話ししてきました。そこで話すのは、「乳がん検診の対象でない40歳以下の方にも、乳がんは自分でも発見できる病気なので、自分の身体に関心を持ち、月に1回は鏡の前で触ってチェックする習慣を持つこと」。そして、「少しでも異常があれば、専門医に相談すること」です。

早期発見・早期治療により生存率は大きく違うので、必ず健診(検診)は受けるようにしてほしいです。

今年度から 子宮がん・乳がん検診の無料体験チケットを送付!

区の子宮がん・乳がん検診を初めて受診できる年齢の方に、受診のきっかけにさせていただくため、無料体験チケットを送付します。
▶ 対象: 子宮がん検診…区内在住の20歳の女性、乳がん検診…区内在住の40歳の女性 ※いずれも年齢は平成29年3月31日現在。▶ 発送時期: 4月下旬

〈区のがん検診の場合〉

子宮がん検診
700円または1,000円
乳がん検診
900円

無料体験チケットで

無料
0円に!

個人で診療を受ける場合は、子宮がん検診で約7,000円、乳がん検診で約1万円掛かります。

※無料体験チケットは、区の子宮がん・乳がん検診以外には利用できません。

子宮がん・乳がん検診だけでなく、この機会にその他の健診・がん検診も受けてみましょう。詳しくは、右表をチェック!

平成28年度の健康診査とがん検診等の案内を対象の方にお送りします

対象者	発送時期	発送するもの
30歳代の方	4月下旬	30歳代健康診査・がん検診等のご案内
40歳以上で右表の「健康診査」の 対象 に該当する方	4～7月生まれ	健康診査・がん検診等のご案内
	8～11月生まれ	
	12～3月生まれ	
40歳以上で右表の「健康診査」の 対象 に該当しない方	4～7月生まれ	がん検診等のご案内
	8～11月生まれ	
	12～3月生まれ	

●がん検診、成人歯科健康診査は、案内が届く前から受診できます。

●「胃がん・肺がん・乳がん・子宮がん検診のお知らせ」、協力歯科医療機関の一覧は**4月1日(金)**から、「30歳代健康診査・がん検診等のご案内」は**5月2日(月)**から、協力医療機関の一覧、「がん検診等のご案内」は**6月1日(水)**から、区民事務所(練馬を除く)、出張所、保健相談所、健康推進課(区役所東庁舎6階)で配布します。また、区ホームページ「保健・医療・健康・衛生」でもご覧になれます。

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、気軽にご相談ください。▶相談先:南町小☎3993-4500、北町西小☎3932-7631、

石神井小☎3997-3279、大泉小☎3924-0261▶問合せ:就学相談係☎5984-5664

認証保育所の保育料を助成

▶対象:区内在住で、都内の認証保育所と月160時間以上利用する月決め契約を行い、保育料を納入した保護者 ※一時保育は除く。 ※途中契約の月は対象外。▶助成額:0歳児…月2万円、1～2歳児…月1万5000円、3歳児以上…月1万円 ※4月1日現在の年齢です。▶申込:区内の認証保育所や総合福祉事務所(練馬を除く)、保育課(区役所本庁舎

10階)、区ホームページ「子育て」の「手当・助成を受ける」にある申請書に記入の上、入所日から30日以内に保育課保育事業者係☎5984-5845 ※毎年度更新が必要です。 ※転園した場合は、再度申請が必要です。

子どもによる盆点前のお茶会

▶対象:小学生以上▶日時:4月24日(日)①午前10時30分～正午②午後1時30分～3時▶場所:向山庭園▶定員:各10名(申込順)▶費用:1,000円▶申込:電話で向山庭園☎3926-7810

育児と離乳食

1～3とも▶対象:6～10カ月児と保護者▶内容:講義、献立紹介▶定員:30組(申込順)▶持ち物:母子健康手帳▶申込:電話で各保健相談所へ
1 豊玉保健相談所☎3992-1188▶日時:4月8日(金)午前10時～11時30分
2 北保健相談所☎3931-1347▶日時:4月12日(火)午前10時～11時30分
3 光が丘保健相談所☎5997-7722▶日時:4月22日(金)午前10時～11時30分

産後ママのエクササイズ教室～赤ちゃんと一緒に運動しよう!

▶対象:4～12カ月児と母親▶日時:4月13日(水)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター6階▶内容:講義、運動実技▶講師:健康運動指導士/河辺幸子▶定員:25組(申込順)▶申込:電話で光が丘保健相談所☎5997-7722

目指そう!イクメンパパの理想のカラダ!

～赤ちゃんと一緒にトレーニング

▶対象:5カ月～1歳児と父親 ※母親の参加も可。▶日時:5月21日(土)午前10時～11時30分 ※午前9時30分から希望者に血管年齢の測定あり。▶場所:光が丘区民センター2階▶内容:講義、運動実技▶講師:健康運動指導士/オコイ浩未▶定員:30組(申込順)▶申込:電話で光が丘保健相談所☎5997-7722

春のこども日本語教室

▶対象:日本語を母語としない小学生 ※知り合いの外国人住民の方に紹介してください。▶日時:4月9日～7月9日の毎土曜午前10時～正午【14日制】▶場所:区役所本庁舎19階など▶内容:少人数のグループでレベルに合わせて初級日本語を学ぶ▶申込:電話で事業推進係☎5984-4333

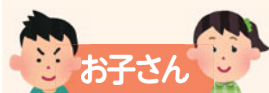
児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給月額が変わります

児童扶養手当、特別児童扶養手当の支給月額を、4月分から下表の通り変更します。▶問合せ:児童手当係☎5984-5824

	児童扶養手当	特別児童扶養手当	
		特児1級	特児2級
変更前	42,000～9,910円	51,100円	34,030円
変更後	42,330～9,990円	51,500円	34,300円

予防接種のお知らせ

問合せ 予防係☎5984-2484



予防接種票を発送

対象となる方へ、下表の時期に予防接種票を発送します。協力医療機関で予防接種を受けてください。

予防接種票の発送時期

発送時期	予防接種名
生後1～2カ月になる月の中旬(※1)	ヒブ初回1～3回目 小児用肺炎球菌初回1～3回目 DPT-IPV(4種混合)1期初回1～3回目 BCG(結核)
生後11カ月になる月の中旬	ヒブ追加 小児用肺炎球菌追加 MR(麻しん風しん混合)1期 DPT-IPV(4種混合)1期追加 みずぼうそう1・2回目 おたふくかぜ(※2)
3歳の誕生日の中旬	日本脳炎1期初回1・2回目・追加
9歳の誕生日の中旬	日本脳炎2期
11歳の誕生日の中旬	DT(2種混合)2期
3月22日に発送済み(平成22年4月2日～23年4月1日生まれのお子さん対象)	MR(麻しん風しん混合)2期

※1 出生届け出日より送付が翌月になる場合があります。
※2 任意予防接種です(区が3,000円を助成)。



高齢者用肺炎球菌の予防接種票を発送

▶対象:過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次の①②のいずれかに当てはまる方 ①平成29年3月31日時点で65・70・75・80・85・90・95・100歳 ②29年3月31日時点で60～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器やHIV(ヒト免疫不全ウイルス)による身体障害者手帳1級程度の障害がある。▶自己負担額:4,000円▶予防接種票の発送時期:4月上旬

妊娠期から切れ目なく子育てをサポートします! 「ねりま子育てサポートナビ」を開設～お子さん向け「予防接種サポートシステム」も一緒になります

「ねりま子育てサポートナビ」では、妊娠～子育て期の成長過程に応じて、子育て情報を電子メールでお知らせする「妊娠・子育て応援メール」や、お子さんの予防接種のスケジュール作成などを行う「予防接種サポートシステム」(4月から統合)が利用できます。ぜひご利用ください。▶問合せ:母子保健係☎5984-4621(予防接種サポートシステムについては予防係☎5984-2484)

ねりま子育てサポートナビ <http://nerima.city-hc.jp/>

※二次元バーコードを読み取って登録画面に簡単にアクセスできます。



4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	受付日時
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 ※小児科専門医が、診療にあたります。	平日の20:00～22:30 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 ※予約はいりません。
内科・小児科 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 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・13:00～16:30・18:00～21:30 ※予約はいりません。
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、事前に電話で連絡の上、受付時間内に来所してください。

※石神井歯科休日急患診療所は、3月で運営を終了しました。

●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。

▶診療日時:日曜・祝休日の午前9時～午後7時

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
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●歯科休日診療当番医療機関

当日、事前に電話で連絡してください。

▶診療時間:午前9時～午後5時

29日(祝) 齊藤ビル歯科診療所(豊玉北2-20-11 2階)	☎3948-2700
はすいけ歯科医院(富士見台4-44-2 2階)	☎3990-1188

●テレホンサービス

- 東京都保健医療情報センター(医療機関案内ひまわり)☎5272-0303(毎日24時間自動応答)
- 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

●休日診療当番接骨院

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

3日(日)	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎3958-4325
	生江接骨院(石神井町2-27-2)	☎3996-5243
	大賀接骨院(大泉学園町7-19-5)	☎3867-0702
10日(日)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
	浅木接骨院(西大泉2-16-26)	☎3923-1686
17日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	仁愛堂前田整骨院(春日町4-16-21)	☎3970-0550
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
24日(日)	牧内接骨院(北町1-1-18)	☎3931-1050
	沢田接骨院(富士見台2-17-22)	☎3990-1818
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183
29日(祝)	坂口接骨院(氷川台4-49-11)	☎3937-0660
	沢田接骨院(富士見台2-17-22)	☎3990-1818
	赤坂接骨院(関町北1-26-7)	☎3920-4021

ヤングダンス講座

▶対象:中学生~おおむね30代の方
▶日時:④4月10日(日)、5月8日(日)、6月5日(日)午後6時~8時⑤4月19日(火)、5月17日(火)、6月21日(火)午後7時~9時 ※1日だけの参加も可。
▶場所・問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341 ▶内容:ヒップホップダンスなど ▶講師:ダンスインストラクター/湖都美 ▶持ち物:上履き
▶申込:当日会場受け付け

スポーツ

初心者スポーツ教室

1~11とも ▶申込:往復ハガキで①教室名(1~11)の別。2 3 9は④⑤の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、4月11日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

1アーチェリー

▶対象:中学生以上 ※中学生は保護者同伴。▶日時:5月6日~6月10日の毎金曜午後7時~9時【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:20名(抽選)▶保険料など:2,000円

2キャッチバレーボール

▶対象:小学1~4年生▶日時:④5月7日(土)・14日(土)⑤5月21日(土)・28日(土) いずれも午後4時~6時【2日制】▶場所:④大泉学園町体育館⑤平和台体育館▶定員:④50名⑤80名(抽選)▶保険料:16円

3少年少女体操

▶対象:④小学1・2年生⑤小学3~6年生▶日時:5月7日~6月25日の毎土曜④午後1時45分~3時10分⑤午後3時20分~4時45分【5月21日・28日を除く。6日制】▶場所:総合体育館▶内容:跳び箱、マット運動、トランポリン、鉄棒など▶定員:各60名(抽選)▶保険料:144円

4卓球

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:5月11日~6月15日の毎水曜午前10時~正午【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:40名(抽選)▶保険料など:500円

5バドミントン

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:5月12日~6月16日の毎木曜午前10時~正午【6日制】▶場所:大泉学園町体育館▶定員:50名

(抽選)▶費用:2,500円(保険料、シャトル代)

6バレーボール

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:5月12日~6月16日の毎木曜午前10時~正午【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:50名(抽選)▶保険料など:500円

7弓道

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:5月12日~6月16日の毎木曜午前10時~正午【6日制】▶場所:総合体育館▶定員:30名(抽選)▶保険料など:2,000円

8エアロビックダンス

▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:5月13日~6月17日の毎金曜午後7時~9時【6日制】▶場所:光が丘体育館▶定員:80名(抽選)▶保険料:48円

9ゴルフ

▶対象:15歳以上の女性(中学生を除く)▶日時:5月13日~7月15日の毎金曜④午前10時30分~正午⑤午後2時30分~4時【10日制】▶場所:④大泉ゴルフセンター(大泉学園町1-11-2)⑤城西ゴルフセンター(関町南2-6-26)▶定員:④18名⑤20名(抽選)▶費用:1万2270円(保険料、ボール代など)

10ソフトテニス

▶対象:中学生以上▶日時:5月14日(土)・21日(土)・28日(土)午前9時~正午【予備日6月4日(土)。3日制】▶場所:豊玉中公園庭球場▶定員:60名(抽選)▶費用:1,500円(保険料、ボール代など)

11健やか体操

▶対象:60歳以上の方▶日時:5月20日~6月24日の毎金曜午後1時30分~3時【6日制】▶場所:平和台体育館▶定員:25名(抽選)▶保険料:48円

平成28年度版 スポーツガイドブックを発行

区立スポーツ施設などの案内や利用方法、4月から行うスポーツ教室・大会の日程などを紹介しています。▶配布場所:区民事務所(練馬を除く)、出張所、体育館、庭球場、野球場、練馬総合運動場、三原台温水プール、中村南スポーツ交流センター、石神井松の風文化公園管理棟、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、スポーツ振興課(区役所本庁舎11階)(4月4日(月)以降は同8階)など▶問合せ:スポーツ振興課管理係 ☎5984-1372

みどりのカーテンプロジェクト

みどりのカーテンを育ててみませんか

Yori Dori Midori よりどりみどりねりま

問合せ・申込先 〒176-8501 区役所内みどり協働係 ☎5984-2418 ✉708@nkndinc.co.jp

講習会を開催するほか、みどりのカーテンの育成記録を募集します。

講習会

1 2とも▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:20名(抽選)▶費用:1,500円▶申込:ハガキまたは電子メールで①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥ぴいちゃんファンクラブの会員番号(ある方のみ)を、4月15日(必着)までに申込先へ ※参加者にはゴーヤーの苗などを差し上げます。

1ゴーヤーの育て方講習会(初心者対象)

▶日時:5月14日(土)午前10時~正午

2メロンでみどりのカーテンを育ててみよう(経験者対象)

▶日時:5月14日(土)午後2時~4時

育成記録を募集

育成記録はみどりのカーテンプロジェクトホームページ(http://www.nerima-midorinokaten.com/)などで紹介します。 ※応募は1回3点までです。 ※写真やCDなどは返却しません。▶申込:写真(★)と①住所②氏名(ふりがな)③電話番号④現在の育成状態についてのコメントを記載したものを、郵送または電子メールで申込先へ

★写真の提出形式 デジタルデータ...JPEG形式で3MB程度の容量、郵送の場合はCDなどの記録媒体に保存したもの。

写真プリント...L判(89mm×127mm)以上のサイズ。

夏に写真コンテストを開催

作品の募集方法については、後日区報でお知らせします。



昨年度の写真コンテストの入選作品

豊かなみどりを未来へ 23

清水山憩いの森のカタクリが見頃

東京23区内で最大のカタクリ自生地である清水山憩いの森で、薄紫色のかれんな花が4月上旬まで楽しめます。 ※晴天の日中に開花します。開花状況など詳しくは、区ホームページ「ねりまの案内」の「ねりまの風景」の「ねりまの憩いの森」をご覧ください。

▶問合せ:みどり事業係 ☎5984-1683



▶交通:国際興業・西武バスで「土支田二丁目」下車 徒歩3分 ※車での来場はできません。

Yori Dori Midori よりどりみどりねりま



まるで春の妖精 みたいだっぴい!



練馬みどりの葉っぱい基金 キャラクター「ぴいちゃん」

5/22 23区唯一の牧場で牛と触れ合ってみよう!

~酪農体験参加者募集

乳搾りなどを通じて、牛との触れ合いを体験してみませんか。

▶対象:小中学生と保護者▶日時:5月22日(日)午前10時~正午 ※悪天候の場合は6月12日(日)に延期。▶場所:小泉牧場(大泉学園町2-1-24) ※車での来場はできません。▶定員:100名(抽選)▶費用:1人530円 ▶申込:ハガキまたはファクスで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15日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係 ☎5984-1403 FAX 3993-1451



参加無料 遺産相続はじめてガイド

お申し込みはコチラ! 03-4334-5205

※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。

東京都千代田区1-7-2 東京サンケイビル29F ☎03-4334-5205 SL-1480-0095

4/23は子ども読書の日

4/23~5/12はこどもの読書週間



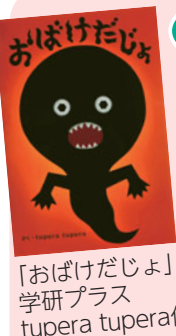
四角い本にまあるい心



各図書館で記念事業を開催します。ぜひお越しください。▶問合せ:各図書館

図書館名	催し名	日時	対象・定員など
光が丘 ☎5383-6500	人形劇「ねずみのぼうし」など	4/30(土)14:00から	▶定員:70名(先着順)
	★科学あそび「化石・ふしぎな石」	5/14(土)14:00~16:00 ※4/19(火)から申し込み可。	▶対象:小学2~6年生 ▶定員:35名(申込順)
練馬 ☎3992-1580	★科学あそび「水のふしぎを知ろう 表面張力の実験とマープリング」	4/23(土)14:00から	▶対象:小学生 ※小学2年生以下は保護者同伴。 ▶定員:16名(申込順)
	よみきかせ広場(小学生によるよみきかせ)	5/21(土)14:00から	—
石神井 ☎3995-2230	朗読会「子どもの本を楽しもう！」	4/23(土)14:00から	▶定員:40名(先着順)
	こうさく会「しおり作り」	5/8(日)14:00~16:00	▶対象:幼児~小学生
	劇団「こんぺいとう」によるパネルシアター	5/15(日)10:30~11:30	▶定員:80名(先着順)
平和台 ☎3931-9581	日本大学芸術学部落語研究会による「落語の会」	4/29(祝)14:00から	▶定員:50名(先着順)
大泉 ☎3921-0991	庭園おはなし会	4/24(日)14:00から	—
	スタンプラリー	4/26(火)~5/22(日) (5/2月・9月を除く)	—
関町 ☎3929-5391	おたのしみ会(人形劇など)	4/23(土)14:00から	▶対象:幼児~小学生 ▶定員:30名(先着順)
	おはなし会	4/27(水)15:00から	—
	乳幼児向けおはなし会	4/30(土)11:00から	—
貫井 ☎3577-1831	よみきかせ大臣(小学生によるよみきかせ)	4/17(日)14:00~15:00	▶対象:幼児と保護者 ▶定員:50名(先着順)
稲荷山 ☎3921-4641	春のスペシャルおたのしみ会(パネルシアターなど)	4/23(土)15:00~16:00	▶対象:幼児~小学生 ▶定員:50名(先着順)
小竹 ☎5995-1121	青空かみしばい	4/22(金)11:00~11:30	▶対象:5歳以下のお子さんと保護者 ▶定員:50名(先着順)
	春のスペシャルおたのしみ会(人形劇など)	4/29(祝)11:00~11:45	▶対象:4歳児~小学生 ▶定員:30名(先着順)
	★英語の絵本とあそびうた~色と数字	5/8(日)10:00~11:30 ※4/8(金)から申し込み可。	▶対象:4歳児~小学1年生 ▶定員:20名(申込順)
	★科学あそび教室	5/8(日)14:00~16:00 ※4/8(金)から申し込み可。	▶対象:小学生 ▶定員:25名(申込順)
南大泉 ☎5387-3600	本の探検ラリー(本を探しながらクイズに答える)	4/23(土)・24(日)10:00~16:30	—
南大泉図書館分室こども本のひろば ☎3925-4151	春のおたのしみ会(人形劇)	4/29(祝)14:00から	▶定員:30名(先着順)
	すてきなむかしばなし	5/5(祝)①11:00から②15:00から	—
春日町 ☎5241-1311	こどもひろばたんけんクイズ	4/26(火)~5/1(日)・5/3(祝)~5/8(日)	▶対象:小学生
	おはなし会	5/8(日)14:30~15:30	▶対象:幼児~小学生
南田中 ☎5393-2411	★「世界のともだち」ギャラリートーク	4/23(土)14:00から	▶定員:40名(申込順)
	ジュニアreader(リーダー)おはなし会	4/24(日)15:00から	—
	あおぞら紙芝居	5/7(土)14:00から	▶定員:60名(先着順)

※★は事前に各館へ申し込みが必要です。その他は直接会場にお越しください。



4/24(日) 読み聞かせ&ミニワークショップ~ゴリゴリゴリラをつくろう!

絵本やイラストレーションの制作をはじめ、舞台美術、アニメーションなどさまざまな分野で幅広く活動しているtupera tupera(ツペラ ツペラ)の亀山達矢さんが、自作絵本の読み聞かせや、ペットボトルを使った工作などを行います。 ※小学2年生以下は保護者同伴。▶日時:4月24日(日)午後2時~4時▶場所:光が丘図書館▶定員:80名(申込順)▶申込:電

話で同所 ☎5383-6500 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、4月13日(水)までに併せて申し込んでください。

〈終了後にサイン会を開催〉

サイン会へは、亀山さんの著作をお持ちください(色紙などは不可。1人1冊)。整理券を午後1時40分から先着50名に配布します。



ゴリゴリゴリラ

(公財)練馬区文化振興協会の催し

チケットの ☎3948-9000 予約・購入 (午前10時~午後5時) 問合せ ☎3993-3311 <http://www.neribun.or.jp/>

大泉学園ゆめりあホール 第46回ゆめりあワンコイン・コンサート 割引!

6/11(土) もうすぐ夏がやってくる! 木管五重奏のSummer Music!

3歳のお子さんからみんなで楽しめるコンサートです。

午後2時開演

出演 井山夏実(クラリネット)ほか
 曲目 サミュエル・バーバー/サマーミュージック、アラン・メンケン/アンダー・ザ・シーなど
 入場料 500円(全席自由) ※車いす席は250円。
 ※2歳以下のお子さんは入場できません。



井山夏実

チケット予約・購入方法 電話予約...4月9日(土)午前10時から① 購入...4月10日(日)午前10時から①②

小中学生参加ミュージカル「ピーターパン」体験ワークショップ&出演者オーディション

体験ワークショップでは、初心者でも気軽にミュージカルを体験できます。また、希望者は8月7日(日)に行われる本公演のオーディションを受けることができます。 ※オーディションは体験ワークショップと、11回の練習日などに参加できる方に限ります。日程など詳しくは、お問い合わせいただくか、(公財)練馬区文化振興協会ホームページをご覧ください。



昨年のワークショップの様子

▶対象:区内在住(在学)の小学3年~中学生 ▶日時:6月4日(土)午後0時30分~2時30分(体験ワークショップ)、午後2時45分~4時30分(オーディション) ▶場所:練馬文化センター ▶講師:劇団M.M.C ▶定員:80名(抽選) ▶保険料など:500円(オーディションを合格した方は別途2,000円) ▶申込:往復ハガキで①ミュージカル体験参加希望②住所③氏名(ふりがな)④学年(区外在住の方は学校名も)⑤性別⑥電話番号⑦保護者の氏名⑧オーディションへの参加の有無を、5月14日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (公財)練馬区文化振興協会へ ※申し込みは1人1通まで。

チケット予約・購入はこちらで

- ① 練馬文化センター(練馬駅下車中央北口徒歩1分) ☎3948-9000 (チケット予約専用電話。午前10時~午後5時)
- ② 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・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①に申し込んでください。 ※電話予約で完売の場合は、窓口・ホームページでの販売はありません。

- 優先 練馬文化センター友の会会員へ優先予約受け付けを行います。
 - 割引 練馬文化センター友の会会員は1割引きで購入できます(各公演2枚まで)。
 - 小学生 未就学児は入場できません。
 - 学生券 一般料金の半額で購入できます(要学生証)。
- 友の会に入会すると、(公財)練馬区文化振興協会が開催する主催・共催事業で各種特典が利用できます。詳しくは、お問い合わせください。