

暮らしの課題をみんなで解決!

～やさしいまちづくり支援事業を紹介

課題 子どもや高齢者もゆるやかに
つながることが出来る拠点がほしい…



解決 拠点がなければ
自分たちで作ろう!
(どんぐりの家)

スタッフ 小美濃 千鶴子さん

「どんぐりの家」では、誰でも気軽にお茶を飲みながらおしゃべりができる「ふれあいサロン」や、手作りの食事を安価で楽しめる「どんぐり食堂」「どんぐり子ども食堂」を定期的で開催しています。世代を超えて皆さんが楽しそうにお話ししている姿を見ると、ふれあいの輪が地域へ広がっているのを実感します。

区は、心身の状態や年齢、性別などにかかわらず、誰もがいきいきと暮らせるまちを目指しています。そのために、区民が主体となり地域の課題を自ら解決する事業に、活動費の一部を助成するほか、アドバイザー派遣などの支援をしています。今回、制度を利用し活躍している区民活動グループを紹介します。

▶問合せ：ひと・まちづくり推進係 ☎5984-1296 FAX 5984-1214

課題 障害がある人もそうでない人も
自分らしく暮らせるまちにしたい…



解決 障害を理解できる私たちから
情報発信をしよう!
(皆賀一番町)

課題 世代や障害を超えて、
地域で一緒に楽しみたい…



解決 誰でも気軽に参加できる
ポッチャで盛り上がりよう!
(練馬ポッチャクラブ)



パンフレットを作って
情報発信をしています

つながりの輪が
広がっています!

11/27日 やさしいまちづくり支援事業 中間報告会

平成28年度やさしいまちづくり支援事業を利用している団体の活動報告と団体同士のグループディスカッションを行います。

▶日時：11月27日(日)午後1時～5時 ▶場所：ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶定員：100名(先着順) ▶申込：当日会場受け付け ※A保育室(1歳以上の未就学児対象) B要約筆記 C点字資料を利用したい方は、電話またはファクスで①催し名(A～Cの別も) ②氏名③電話番号を、11月16日(水)までにひと・まちづくり推進係へ

一人ひとりに合った介護予防を地域で推進します

区は、高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らせるよう介護予防事業の取り組みを進めています。個人で参加できるものだけでなく、団体に専門職を派遣する取り組みも行っています。ぜひご利用ください。
▼問合せ：介護予防係 ☎5984・2094



個人向け はつらつシニアクラブ を開催

体力、体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度、脳年齢などの測定会を実施し、身体のアドバイスをするほか、運動や文化活動など、測定会場の近隣で活動している団体の紹介も行います。
※ペースメーカーを使用している方は一部の測定ができません。
※申し込みは1人1回限りです。
▼対象：区内在住の65歳以上

測定会場	日時
関区民センター	11/14(月) 9:30~12:00 13:30~16:00
田柄地区区民館	11/22(水) 9:30~12:00
	11/30(水) 9:30~12:00

上の方▼定員：各50名(先着順)
申込：電話で介護予防係へ

団体向け リハビリ専門職 を派遣

地域で活動している団体(運動や文化活動をしているサークルなどに、リハビリ専門職を派遣します。普段活動しているメンバーと一緒に介護予防や健康づくりについて学ぶことができます。
※申し込みは1団体につき年度内1回限りです。
▼対象：65歳以上の方が半数以上いる区内の団体
▼申込：電話で介護予防係へ

4/1開始 小規模保育事業の利用者募集

10月1日号に掲載した来年4月に開設する保育施設に下記の小規模保育事業を追加します。利用を希望する方は、申込書に就労証明書などの必要書類を添えて、12月2日(必着)までに持参または郵送で申込先へ提出してください。

※申込書などは区ホームページ「子育て」の「保育が必要とき」の「小規模保育事業」にも掲載しています。

＜申込書の配布場所・申込先＞

●入園相談係(区役所本庁舎10階)
☎5984・5848

●総合福祉事務所
光が丘(光が丘区民センター2階)
☎5997・7714

●石神井(石神井庁舎3階)
☎5393・2802

●大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階))
☎5905・5263

※施設に関する問い合わせは、整備計画担当 ☎5984・4687。

施設名(仮称)・所在地	定員(名)		
	0歳児	1歳児	2歳児
ねりま王子保育園(練馬1-10)	6	7	6
練馬さくらんぼの森保育園(練馬3-22)	6	6	6
アイル平和台第一小規模保育園(春日町2-14-45)	3	12	4
アイル平和台第二小規模保育園(春日町2-14-45)	3	9	4
さつき保育園大泉ルーム(東大泉1-35-14)	5	16	

※開所日は月～土曜(祝休日、年末年始を除く)です。

秋の火災予防運動の催し

火災が発生しやすい季節を迎えることから、11月9日(水)～15日(火)は秋の火災予防運動が行われます。この期間に合わせて消防あんしん窓口を開設するほか、催しを行います。

▶申込：当日会場受け付け

防火・救急に関する疑問に消防署員がお答えします ～消防あんしん窓口を開設

住宅の防火対策や救急車を呼ぶ際の注意点など、日頃の防火・救急に関する疑問に、消防署員がお答えします。

問合せ 安全安心係 ☎5984-1027

日時	場所
11/9(水) 9:30~15:00	豊玉高齢者センター
11/10(木) 10:00~12:00	光が丘区民センター2階



消防署の催し

問合せ	催し名
練馬消防署 ☎3994-0119	●防火のつどい(火災予防業務協力者などの表彰と北村姉妹による三味線・和太鼓の演奏)▶日時:11/10(木)13:20~16:00▶場所:生涯学習センター
光が丘消防署 ☎5997-0119	●いちようコンサート(火災予防業務協力者などの表彰とピアノ・サクソのコンサート)▶日時:11/10(木)13:30~15:30▶場所:光が丘IMAホール(光が丘5-1-1)
石神井消防署 ☎3995-0119	●防火のつどい(火災予防業務協力者などの表彰とお笑いパフォーマンス、石黒サンペイさんによる防火講演)▶日時:11/11(金)13:00~15:00▶場所:大泉学園ゆめりあホール

第4次一般廃棄物処理基本計画(平成29～38年度)(素案)にご意見を

区は、みどりあふれる循環型都市をめざすため、家庭から出されるごみの発生抑制やリサイクルの推進に取り組む練馬区第4次一般廃棄物処理基本計画(平成29～38年度)の策定に取り組んでいます。今回、計画の素案がまとまりましたので、あらましを紹介します。今後、区民の皆さまからご意見を伺い、今年度中に策定する予定です。

■取り組み内容

清掃・リサイクル事業の特徴や課題を踏まえ、20の取り組み項目を設定しました。その中で重点取り組み項目として「食品ロスの削減」「不燃ごみの資源化」「紙類やびんなどの資源とごみの分別の周知徹底」「区収集による事業系ごみ排出事業者に対する指導」「災害廃棄物処理計画の策定」の5つを設定しました。

■計画の実施による達成効果

区民1人1日あたりのごみの排出量を、27年度の500gから38年度には454gと46g削減します。

■ご意見を募集します

素案の全文は、図書館(関町を除く)、リサイクルセンター、清掃事務所、練馬区資源循環センター、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、清掃リサイクル課(同本庁舎18階)、区ホームページ「お知らせ」でご覧になれます。

ご意見は、区民意見反映制度により募集します。意見のある方は①意見②住所③氏名を、11月30日(必着)までに持参または郵送、ファクス、電子メールでお寄せください。 ※ご意見は、匿名で公表する場合があります。

ご意見の送付先
・問合せ

〒176-8501区役所内清掃リサイクル課計画調整係
☎5984-1095 FAX 5984-1227
✉seisoukanri02@city.nerima.tokyo.jp

自治功勞	
篠 佳恵	平和台4
山浦 順子	豊玉中2
地域社会育成功勞	
橋本 正	旭町3
伊藤 康孝	—
見留 隆利	大泉町1
芹澤 泰治	早宮4
越後 勝彦	大泉町3
高橋 日出夫	豊玉南3
佐々木 正男	大泉町1
斉藤 進	錦2
宇多川 武雄	富士見台2
内田 隆行	北町1
市川 留男	豊玉南1
村田 博文	大泉町1
永井 昭	南大泉5
森島 信子	大泉町2
漆原 好夫	北町2
野瀬 邦夫	北町1
島野 正敏	—
小峰 茂留	東大泉3
土屋 晴代	西大泉4
小林 俊雄	向山4
田中 務	北町7
加藤 實	大泉町3
大野 勝三	富士見台4
小林 五作	錦2
清水 富美	早宮3
高橋 和子	—
太田 美代子	東大泉3
守屋 久美子	北町2
桶田 敏正	豊玉中4

地域社会育成功勞	
増田 貴啓	春日町5
飯塚 輝子	桜台4
本橋 靖雄	高松5
上野 正巳	田柄1
篠田 大之進	高松6
宮部 浩幸	谷原3
宮部 啓子	高野台2
瀧澤 邦雄	—
荻野 行光	大泉町5
榎本 繁	石神井町2
宇多川 俊明	富士見台2
大山 孝雄	大泉町3
塩野 均	下石神井1
奥田 弘之	東大泉3
榎本 智廣	関町南3
八波 正明	桜台5
鈴木 美津恵	関町北5
堤竹 光子	上石神井2
須永 敏夫	豊玉南2
成田 尚己	豊玉北3
長谷川 裕美	豊玉中1
高橋 恭子	春日町6
濱名 貞美	氷川台2
窪田 操	向山4
矢島 タミ子	中村1
上原 雅裕	中村北2
佐久間 初枝	高松1
井賀 眞一	土支田4
魚田 のり子	旭町1
上野 一幸	田柄4
長山 三男	田柄2
杉山 栄子	富士見台4

地域社会育成功勞	
関川 節子	石神井台6
本橋 正	石神井台2
本橋 利光	石神井台6
石田 かおる	石神井台8
関根 正子	東大泉6
黒田 保昌	大泉町4
納税功勞	
佐久間 日出子	土支田1
社会福祉功勞	
土田 秀行	小竹町1
沼山 陽子	富士見台2
岸田 明子	高野台5
山本 茂生	中村北1
上野 千賀子	北町3
高橋 昭	上石神井1
北川 乃貴	田柄2
市川 明臣	上石神井3
保健衛生功勞	
田中 賦彦	新宿区
湯上 俊之	大泉町2
内山 正義	石神井町3
まちづくり功勞	
関口 安治	土支田2
労働精励功勞	
山本 準一	板橋区
技能功勞	
貫井 チヨ	埼玉県所沢市
農林水産功勞	
島野 仁一	平和台3
吉田 利子	田柄1
相原 勝義	田柄5
関口 守朗	土支田3

農林水産功勞	
大沢 光男	富士見台3
鈴木 和夫	南大泉3
白石 祐輝	大泉町1
商工業功勞	
相原 光良	田柄5
高橋 和博	南大泉3
谷口 光男	石神井台1
高橋 典子	桜台1
森 武士	南大泉1
及川 雅義	北町3
学校教育功勞	
後町 浩二	大泉学園町4
長村 洋	春日町2
岩崎 章宣	—
田村 慎悟	高野台3
中島 美恵子	中村南3
上杉 恵介	文京区
木戸 康明	—
金子 雅恵	下石神井6
張替 ひとみ	桜台5
社会教育体育功勞	
横瀬 幸男	田柄2
梶原 陽子	石神井台4
文化事業功勞	
酒井 邦夫	下石神井5
高山 知也	大泉学園町4
石川 須妹子	小竹町1
鎌田 理楓	向山4
佐藤 涼山	東大泉6

※本人の希望により、1名を非掲載、6名を一部非掲載としています。

区民表彰受賞者が決定

区民表彰は、区の自治の振興・発展や区民の生活と文化の向上などに功勞のあった方をたたえるために行っているものです。平成28年度の受賞者114名をお知らせします(氏名は表彰区分順。敬称略)。

▼問合せ:総務係 ☎5984・2600

ねりま景観まちづくり ホームページを公開

練馬区が支援を行っている景観まちづくり活動を紹介するホームページを開設しました。

お住まいの近くにある「とっておきの風景(地域景観資源)」の検索ができるほか、ご近所同士で練馬らしいまちなみを、自分たちのルールで作っていく「景観まちなみ協定」締結地区の活動内容をご覧になれます。また、区が主催する景観の講座やイベント情報も掲載しています。

▶ ホームページアドレス: <http://nerima-keikan.jp> ▶ 問合せ: 土地利用計画担当係 ☎5984-1544



景観まちなみ協定(春日町)



とっておきの風景(混ぜ垣)

10月23日実施 衆議院議員補欠選挙(東京都第10区*)

投開票結果

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399

候補者別得票数

候補者名	候補者届出政党	得票数	
		練馬区	第10区計
当選 わかさ 勝	自由民主党	28,652	75,755
鈴木 ようすけ	民進党	17,429	47,141
吉井 としみつ	—	1,245	2,824

投票率など

		当日有権者数(人)	投票者数(人)	投票率(%)
練馬区	男性	66,764	23,649	35.42
	女性	69,679	24,523	35.19
	合計	136,443	48,172	35.31
第10区計		367,179	127,965	34.85

*東京都第10区…練馬区の一部と豊島区の合区

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(推薦)	中卒(見込み含む)以上17歳未満の男性	12/2(金)まで
高等工科大学(一般)	同上	来年1/6(金)まで
自衛官候補生(男子)	18歳以上27歳未満の男性	随時

※いずれも年齢は来年4月1日現在。

練馬区環境まちづくり公社 契約社員(資源循環推進員)

▶**対象:**資源・ごみの収集ができる体力のある方 ▶**期間:**来年4月から1年間(再任する場合あり) ▶**日時:**週5日午前7時40分～午後4時25分(土・日曜、祝休日勤務あり) ▶**場所:**資源循環センターなど ▶**内容:**容器包装プラスチックや粗大ごみの収集作業など ▶**採用予定数:**若干名(書類選考・面接・体力測定) ▶**報酬:**月額19万8000円(年齢に応じて加算あり) ※交通費支給。 ※賞与・社会保険あり。 ▶**申込:**履歴書(写真貼付)と「リサイクルとごみ処理について」をテーマとした作文(800～1,200字。A4判横書き400字詰め原稿用紙(手書き)、返信用封筒(82円切手貼付)を、11月14日(消印有効)までに持参または郵送(簡易書留)で〒177-0032谷原1-2-20 資源循環センター ☎3995-6711

ボランティア

公園や駅前の福祉花壇づくりに参加しませんか～園芸福祉初心者ボランティア講習会

福祉花壇とは、ボランティアの方と福祉施設の利用者が管理している花壇です。今回、ボランティアとして活動できる方を対象に講座を実施します。 ▶**日時:**11月25日(金)午前10時30分～午後3時45分 ▶**場所:**生涯学習センター ▶**講師:**(有)庭樹園グリーンアドバイザー/杉下裕紀ほか ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**電話ま



または電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、11月17日(休)までにみどりのまちづくりセンター ☎3993-5451 ✉machi@nerimachi.jp

学校サポーター【登録制】

学校の教育活動を支援する協力者を募集します。 ▶**場所:**区立小中学校・幼稚園 ▶**内容:**授業の補助、補習での指導など ▶**申込:**教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページ「区政参加・市民活動・選挙」の「ボランティア・NPO情報」にある申込書を、持参または郵送で教育指導課管理係 ☎5984-5746 ※協力内容により謝礼あり。

ブックスタート運営スタッフ

▶**対象:**20歳以上で、12月1日(木)午前10時から光が丘図書館で行う説明会に参加できる方 ▶**内容:**乳児への絵本の配布や読み聞かせ、手遊びの紹介など ▶**定員:**各若干名 ▶**申込:**11月15日(火)までに電話で光が丘図書館 ☎5383-6500

図書館名	活動日時
大泉	毎木曜午前
南田中	第2・4金曜午前、第1・3土曜午前
稲荷山	第1・3金曜午前
貫井	第1・3・4水曜午前、第2土曜午前

※時間はいずれも1時間30分程度。

環境

アイドリングをやめましょう

自動車のアイドリングストップ(停車時のエンジン停止)は、燃料節約と排ガス削減に効果があるエコドライブの一種です。次のようなときは、アイドリングをやめましょう。特に自動車を使用する事業者の方は、従業員などに呼び掛けてください。 ▶**問合せ:**環境規制係 ☎5984-4712

- 運転者が車から離れるとき
- 荷物の積み下ろし作業をするとき
- 人を待つとき
- 車内で休憩するとき

資源の集団回収を始めませんか

集団回収は、地域の方々による自主的なリサイクル活動です。家庭から出る新聞・ダンボール・古布(古着)・缶などの資源を集めて資源回収業者に引き渡します。町会・自治会・PTA・マンションの管理組合など、10世帯以上の団体であれば団体登録ができ、回収量1kgにつき6円の報奨金が受け取れます。登録方法など詳しくは、お問い合わせください。 ▶**問合せ:**資源循環センター ☎3995-6711

事業者向け

**経営者の皆さまへ
～ケーススタディーで学ぶ
事業承継セミナー**

▶**日時:**11月28日(月)午後6時30分～8時 ▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1) ▶**講師:**1級ファイナンシャル・プランニング技能士/仙田博明 ▶**定員:**50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事業所の郵便番号・住所・名称・業種・電話番号・ファクス番号または電子メールアドレスを、11月22日(火)までに練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX 6757-1014 ※同ホームページ(<http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込みます。

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「事業者向け情報」をご覧ください。

1 **消費者だより「ぷりずむ」**
▶**掲載位置:**裏表紙 ▶**広告サイズ:**縦55mm×横185mm ▶**刷色:**2色(色指定不可) ▶**料金:**3万円 ▶**発行時期:**来年1月上旬(予定) ▶**発行部数:**2万部 ▶**配布先:**町会・自治会、商店会、区立保育園・幼稚園、区立施設など ▶**申込期限:**11月24日(木) ▶**問合せ:**

消費生活係 ☎5910-3089

2 **スポーツガイドブック**

▶**掲載位置:**巻末 ▶**広告サイズ(縦mm×横mm):**①280×180…4万円 ②138×180…2万円 ③68×180…1万円 ④68×88…5,000円 ▶**刷色:**1色(色指定不可) ▶**発行時期:**来年4月 ▶**発行部数:**1万2000部 ▶**配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、区立スポーツ施設など ▶**申込期限:**11月22日(火) ▶**問合せ:**スポーツ振興課管理係 ☎5984-1372

3 **ひとり親家庭のしおり**

▶**掲載位置:**巻末 ▶**広告サイズ(縦mm×横mm):**①138×180…2万円 ②68×180…1万円 ③68×88…5,000円 ▶**刷色:**1色(色指定不可) ▶**発行時期:**来年4月 ▶**発行部数:**8,000部 ▶**配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、総合福祉事務所、子ども家庭支援センターなど ▶**申込期限:**11月30日(水) ▶**問合せ:**地域福祉係 ☎5984-2716

住まい・まちづくり

都営住宅の入居者(都公募分・地元割当分)を募集

申し込み資格など詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。 ※都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込みます。 ※地元割当分は、3人以上世帯向け1戸。 ▶**申込書・募集案内の配布期間:**11月11日(金)まで ▶**配布場所:**区民事務所(練馬を除く)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(区役所本庁舎13階) ※11月3日(祝)・5日(土)・6日(日)は、土・日・休日区政案内(同2階)のみで配布。 ▶**問合せ:**都公募分…東京都住宅供給公社 ☎3498-8894、地元割当分…住宅課住宅係 ☎5984-1619

お休みします

〈光が丘体育館 ☎5383-6611〉…11月14日(月)～17日(木)【器具点検などのため】

**生活にお困りの方は
ご相談ください**

**就職や家計再生に向けた
支援、住居確保給付金の
相談を受け付けます**

生活サポートセンターでは、さまざまな理由で経済的に困りの方の相談に応じています。ぜひ、ご利用ください。 ※生活保護の相談は、管轄の総合福祉事務所へお問い合わせください。 ▶**相談日時:**平日午前8時30分～午後5時15分 ▶**相談窓口・問合せ:**練馬区社会福祉協議会生活サポートセンター(豊玉北5-14-6新練馬ビル5階) ☎3993-9963 ※電話相談もできます。

住居確保給付金とは

住居確保給付金は、失業などで住居を失った、または失うおそれのある、区内在住の方を対象に、期間を決めて家賃相当額を給付し、就職に向けた支援を行うものです。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

平成27年度 環境マネジメントシステムの取り組み結果をお知らせします

区は、自らの事業活動において、省エネルギー・省資源に重点を置く取り組みを行っています。ここでは、27年度の取り組み結果をお知らせします。

問合せ 環境計画推進係 ☎5984-4702

省エネルギー・省資源活動

照明の間引きや昼休み・残業時の照明の部分消灯、紙の両面印刷や裏紙の再利用、ごみ分別の徹底などを行いました。主な実施結果は下表の通りです。

省エネルギー・省資源活動の実施結果(抜粋)

取り組み項目(単位)	目標値	使用量	取り組み結果
温室効果ガス排出量(t-CO _{2eq}) ※	43,928	43,321	達成
電気使用量(kWh)	77,074,114	72,993,487	達成
都市ガス使用量(m ³)	4,516,568	4,621,724	未達成
自動車燃料(ガソリン換算)使用量(ℓ)	268,620	193,433	達成
水道使用量(m ³)	1,634,837	1,539,079	達成
用紙(A4換算)使用量(枚)	105,573,660	118,918,890	未達成
廃棄物排出量(t)	3,241	2,361	達成

※算定には21年度の排出係数を使用しています。

夏期節電の目標を達成

区立施設で、22年度比15%以上の電気使用量の削減を目標として取り組んだ結果、目標を上回る約18.5%の削減を達成しました。

お知らせ

区民農園の利用者募集

区民農園は、区が借りた土地を整備して、区民の皆さまに貸し出す農園です。利用方法など詳しくは、募集案内をご覧ください。▶**対象**:区内在住の方(世帯単位)または過半数が区内在住の方で構成される団体 ※現在、区民農園・市民農園を利用している場合は、申し込めません。▶**農園名・所在地**:①羽沢三丁目区民農園(羽沢3-37)②上石神井三丁目区民農園(上石神井3-2)▶**区画数**:①48区画②50区画(抽選)▶**利用期間**:平成29年2月1日(水)~30年1月31日(水)(12カ月間)▶**1区画の面積**:約15㎡▶**使用料**:月額400円▶**申込**:区民事務所(早宮・石神井)、出張所(桜台・上石神井)、桜台地区区民館、都市農業課(区役所本庁舎9階)で配布している募集案内をご覧ください。11月25日(必着)までに都市農業係へ ※募集案内は区ホームページ「区政情報」の「農業」にも掲載しています。 ※募集案内の郵送を希望する方は、都市農業係までお問い合わせください。▶**問合せ**:都市農業係 ☎5984-1398

まちのみどりにご理解を

区内の多くのみどりは住宅地の中にあり、所有者や地域の皆さまの努力で守られています。みどりは私た

ちにやすらぎを与えてくれる一方、落ち葉などにより、近隣の皆さまの負担になる場合もあります。みどりの保全のためには、地域の皆さまのご理解が不可欠です。引き続きご協力をお願いします。▶**問合せ**:みどり推進課管理係 ☎5984-1359

男女共同参画センターえーるで行う講座を企画・運営する団体を募集

▶**対象**:代表者が区内在住・在勤(在学)で、主に区内で活動する団体▶**講座実施期間**:平成29年4月~30年3月▶**内容**:男女共同参画に関すること(仕事と子育てや介護の両立、女性の健康、男性の家事・育児への参加促進など)をテーマにした講座の企画・運営▶**募集数**:8団体(選考)▶**委託料**:1講座につき1~2万円(保育を行う場合は加算あり)▶**申込**:男女共同参画センターえーるにある申込書に記入の上、12月7日(必着)までに持参または郵送で男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 ※申込書は、同ホームページ(<http://www.nerimayell.com/>)にも掲載しています。

インターネットによる自動車再公売

詳しくは、区ホームページ「税金(公売情報)」をご覧ください。 ※下見を希望する方は11月17日(木)までにご連絡ください。 ※予告なく公売を中止する場合があります。▶**対象物件**:自動車▶**申込期間**:11月8

日(火)午後1時~21日(月)午後11時▶**入札期間**:11月29日(火)午後1時~12月1日(水)午後11時 ※入札は競り売り方式。▶**問合せ**:債権回収支援係 ☎5984-1291

豚肉全品半額セール

11月8日(火)に、食肉組合が豚肉全品を通常価格の半額で販売します。ポスター(=写真)のある精肉店でお買い求めください。 ※実施店舗の一覧は、区ホームページ「学ぶ・楽しむ」の「イベント情報一覧」の「その他」でご覧になれます。▶**問合せ**:中小企業振興係 ☎5984-1483



労働保険の加入はお済みですか~11月は労働保険適用促進強化期間です

労働保険は、労働者が失業したときの失業給付、労働災害にあった時の労災給付などを行うものです。一人でも労働者を雇用している事業主は雇用形態を問わず、労働保険への加入義務があります。加入方法など詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ**:ハローワーク池袋雇用保険適用課 ☎3988-6662

税

税理士による税の無料申告相談会

▶**日時・場所**:①11月17日(木)・18日(金)午前10時~午後4時...区役所アトリウム②11月12日(土)・13日(日)午前10時~午後3時...リヴィンオズ大泉店1階(東大泉2-10-11)▶**申込**:当日会場受け付け▶**問合せ**:東京税理士会【①練馬東支部 ☎3993-6281②練馬西支部 ☎3922-0311】

納税証明書は事前にインターネットで請求すると便利です

国税電子申告・納税システム e-Taxで納税証明書を請求すると、手数料が安くなるほか、待ち時間が短縮されます。利用方法など詳しくは、e-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp/>)をご覧ください。▶**問合せ**:税務署【練馬東 ☎3993-3111、練馬西 ☎3867-9711】

国民健康保険

11月~来年3月納期分の納付書を発送

納付書は11月17日(木)に発送します(口座振替の方・年金からの徴収のみの方を除く)。納期限は毎月末日(金融機関が休みの場合は、翌営業日)です。10月期分以前の納付書を紛失した方には、納付書を再発行しますので、こくほ収納係 ☎5984-4559へご連絡ください。

保険料に未納のある方は、こくほ整理係 ☎5984-4560へ納付のご相談をお願いします。

保険料の減額・免除の相談を

災害や傷病など、特別の事情により保険料の支払いが一時的に難しい方は、保険料の減額・免除の制度が

ありますので、ご相談ください。世帯の平均収入額や預貯金など資産の合計が、生活保護の基準額の100分の115を下回る場合は減額・免除を行います。納付期限前の保険料(最大3カ月分)が対象となります。▶**相談先・問合せ**:こくほ資格係(区役所本庁舎3階) ☎5984-4554

働く

産業保健指導員【非常勤職員】

▶**対象**:保健師の有資格者▶**期間**:来年1月~3月(再任する場合あり)▶**日時**:月~金曜午前8時30分~午後5時15分(月16日)▶**場所**:練馬区職員研修所(豊玉北5-27-2)▶**内容**:職員の健康に関する相談や助言・指導、安全衛生に関することなど▶**採用予定数**:1名(書類選考・面接)▶**報酬**:月額22万1000円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込**:職場環境係または区ホームページ「区政情報・職員採用情報」にある申込書(写真貼付)に記入の上、11月22日(必着)までに持参または郵送で練馬区職員研修所内職場環境係 ☎3993-3286

介護給付調査員【非常勤職員】

▶**対象**:介護支援専門員の資格があり、実務経験が3年以上の方▶**期間**:来年3月まで(再任する場合あり)▶**日時**:月~金曜午前8時30分~午後5時15分(月16日)▶**場所**:区役所▶**内容**:介護保険居宅サービス計画の内容の把握、評価など▶**採用予定数**:1名(作文・面接)▶**報酬**:月額19万9000円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**申込**:電話で介護保険課事業者係 ☎5984-4589

看護師【臨時職員】

▶**対象**:有資格者▶**期間**:12月~来年3月▶**日時**:月~金曜午前9時30分~午後3時30分(月20日以内)▶**場所**:氷川台福祉園▶**内容**:障害者の医療介護など▶**採用予定数**:1名(書類選考・面接)▶**賃金**:時給1,325円 ※交通費支給。▶**申込**:履歴書(写真貼付)と資格証の写し、住所・氏名を記入し82円切手を貼った返信用封筒を、11月25日(必着)までに持参または郵送で〒179-0084氷川台2-16-2氷川台福祉園 ☎3931-0167

再就職をめざす女性のための職業訓練~ワード・エクセル基礎科

▶**対象**:再就職を希望する女性で、ハローワークで求職登録をした方▶**日時**:12月5日(月)~9日(金)午前10時~午後3時【5日制】▶**場所**:石神井公園区民交流センター▶**定員**:10名(抽選)▶**テキスト代**:2,160円▶**募集案内の配布場所**:石神井公園区民交流センター、男女共同参画センターえーる、図書館(関町を除く)、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)など ※区ホームページ「区政情報」の「お知らせ」にも掲載しています。▶**区の担当**:人権・男女共同参画課▶**申込**:11月14日(月)までに募集案内に記載の申込先へ▶**問合せ**:東京都能力開発課 ☎5320-4807 ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

事業主の皆さまへ税についてのお知らせ

給与所得者の年末調整等説明会を開催

年末調整の方法や法定調書・給与支払報告書の書き方を説明します。年末調整に必要な用紙や給与支払報告書は、説明会開始の30分前から配布します。 ※事前の申し込みは不要です。▶**対象**:源泉徴収義務者▶**問合せ**:税務署【①練馬東 ☎3993-3111②練馬西 ☎3867-9711】、税務課区税調整係 ☎5984-2703 ※給与支払報告書は、税務課(区役所本庁舎4階)で配布しているほか、区ホームページ「暮らしのガイド」の「税金」の「事業者(給与支払者)の方へ」の「平成29年度(28年分)給与支払報告書の提出について」にも掲示しています。

場所・日時		場所	
①練馬東税務署	11/7(月)	10:30~12:30	光が丘区民センター3階 ココネリ3階(練馬1-17-1)
	11/9(水)	13:30~15:30	
②練馬西税務署	11/8(火)	10:30~12:30 14:00~16:00	大泉学園ゆめりあホール
	11/10(木)	13:30~15:30	関区民センター
	11/15(火)		石神井公園区民交流センター

※車での来場はご遠慮ください。

個人住民税の特別徴収義務者の指定

地方税法では、従業員(給与所得者)の住民税は、事業主が毎月従業員に支払う給与から差し引きし、納入する(特別徴収)こととされています。来年度から、東京都と都内62区市町村は、原則全ての事業主を特別徴収義務者として指定します。ご協力をお願いします。▶**問合せ**:税務課区税調整係 ☎5984-2703

消費税の届け出はお早めに

27年分の課税売上高が1,000万円を超える個人事業主は、29年分の消費税の申告・納税が必要です。「消費税課税事業者届出書」を提出してください。また、29年分から簡易課税制度を利用する場合は、12月31日(土)までに「消費税簡易課税制度選択届出書」を提出してください。▶**問合せ**:税務署【練馬東 ☎3993-3111、練馬西 ☎3867-9711】

赤ちゃんと一緒にできるパトレ!楽しく遊んでシェイプアップ講習会

▶**対象:**4~12カ月児と父親 ※母親の参加も可。▶**日時:**12月3日(土)午後2時~4時▶**場所:**大泉保健相談所▶**内容:**講義、運動実技など▶**講師:**健康運動指導士/加藤有里▶**定員:**20組(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3921-0217

紙すきではがきを作ろう

▶**対象:**小学生以上 ※小学2年生以下は保護者同伴。▶**日時:**12月3日(土)午前10時~午後0時30分▶**場所:**関町リサイクルセンター▶**定員:**12名(先着順)▶**費用:**50円▶**持ち物:**牛乳パック1個▶**申込:**電話で同所 ☎3594-5351

和風づくり教室

▶**対象:**小学生 ※小学1~3年生は保護者同伴。▶**日時:**12月11日(日)午後1時~4時▶**場所:**南大泉青少年館▶**講師:**大泉風の会代表/小倉博人ほか▶**定員:**20名(抽選)▶**教材費:**1,000円▶**申込:**往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号を、11月25日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341

ねりま子ども将棋教室

▶**対象:**小中学生 ※㉔~㉔は2人1組で参加。保護者などとの参加も可。▶**場所:**生涯学習センター▶**講師:**日本将棋連盟所属/佐藤康光(九段)ほか▶**申込:**往復ハガキまたは電子メールで①講座名(㉔~㉔の別も)②住所③氏名(ふりがな)。㉔~㉔は同伴者の氏名も④学年⑤電話番号を、11月30日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター ☎3991-1667 ✉s-center@city.nerima.tokyo.jp

内容	日時	定員(抽選)
指導対局コース(プロ棋士との対局)	12/11(日) ⑨9:15~12:45 ⑩13:15~16:50	各34名
はじめて教室コース(初心者向け)	12/11(日) ㉔10:20~11:50 ㉔12:40~14:00 ㉔14:30~15:50	各15組

サポーターズ講座「子どもいけ花教室」

▶**対象:**小学生▶**日時:**11月19日、12月3日・24日、来年1月21日、2月4日・25日、3月11日・25日の土曜午前10時~11時30分【8日制】▶**場所:**生涯学習センター▶**講師:**練馬区華道茶道連盟華道部会員▶**定員:**25名(抽選)▶**材料費など:**

7,500円▶**申込:**往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④学年⑤電話番号⑥保護者の氏名を、11月12日(必着)までに〒176-0012豊玉北6-8-1 生涯学習センター ☎3991-1667

高齢者

ねりまお口すっきり体操講習会~体とお口のストレッチ

▶**対象:**65歳以上の方▶**日時:**11月30日(水)午前10時~正午▶**場所:**北保健相談所▶**内容:**講義、運動実技▶**講師:**健康運動指導士/原真奈美▶**定員:**20名(先着順)▶**申込:**電話で同所 ☎3931-1347

高齢者に多い目の病気

▶**日時:**11月30日(水)午後2時~4時▶**場所:**石神井庁舎5階▶**内容:**講義▶**講師:**東京都健康長寿医療センター医師/寺田裕紀子▶**定員:**100名(先着順)▶**申込:**電話で石神井保健相談所 ☎3996-0634

健康長寿はつらつ教室(プールで足腰しゃっきりトレーニング(水中運動))

▶**対象:**区内在住の65歳以上の方▶**日時:**12月20日~来年3月28日の毎火曜午後1時30分~3時【1月3日・10日、2月14日を除く。12日制】▶**場所:**大泉学園町体育館▶**定員:**22名(抽選)▶**費用:**1,000円▶**申込:**11月14日(月)までに電話で総合事業係 ☎5984-4596

本格イタリア料理教室

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方▶**日時:**12月12日(月)午前10時~午後1時▶**場所:**豊玉高齢者センター▶**講師:**イタリアン「オーブル」オーナーシェフ/双木幸康▶**定員:**16名(抽選)▶**材料費:**1,000円▶**申込:**往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月25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

子育ての輪
入場無料

乳幼児の保護者を対象に、区内の保育所や児童館などが、子育てに関する相談や情報の提供などを行います。

11/10(木) 光が丘区民センター2・3階

▶**日時:**11月10日(木)午前10時~午後3時
▶**問合せ:**光が丘第九保育園 ☎3976-9011

11/22(火) 石神井公園区民交流センター

▶**日時:**11月22日(火)午前10時~午後3時
▶**問合せ:**富士見台こぶし保育園 ☎3926-1071



楽しいイベントがいっぱい!!
離乳食の作り方の紹介、身体計測、小麦粉粘土遊び・手遊びの紹介、パネルシアター、おもちゃの紹介、保育園の紹介など

▶**申込:**当日会場受け付け(受け付けは午後2時30分まで)
※自転車で来場する方は、自転車駐車場をご利用ください。

講演会 11/26(土)

幼児期の気になる行動を解き明かす
— こども発達支援センター地域支援事業 —

子どもの気になる「くせ・こだわり」は、「いつなくなる?」「やめさせるべき?」など悩みはありませんか。今回、子どもの精神医学の視点から、こころの発達について学びます。▶**日時:**11月26日(土)午前10時~11時40分▶**場所:**ココネリ3階(練馬1-17-1)▶**講師:**東京大学准教授/金生由紀子(=写真)▶**定員:**70名(先着順)▶**申込:**ハガキまたはファクス、電子メールで①講演会名②氏名③電話番号を、11月21日(必着)までに〒179-0072光が丘3-1-1 こども発達支援センター ☎3975-6251 FAX 3975-6252 ✉kodomohattatu@city.nerima.tokyo.jp



講演会

11/19(土)

**高次脳機能障害者
~社会参加促進のために**

高次脳機能障害とは病気や事故などで脳の一部が損傷し、記憶や言語などの機能に障害が起こることをいいます。今回、高次脳機能障害について理解を深めるための講演会を開催します。▶**日時:**11月19日(土)午前10時~11時45分▶**場所:**サンライフ練馬▶**講師:**目白大学保健医療学部作業療法学科長/會田玉美(=写真)▶**定員:**80名(先着順)▶**申込:**電話またはファクスで①講演会名②氏名③電話番号を、11月11日(金)までに中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 FAX 3970-5676
※手話通訳・要約筆記が必要な方は、その旨もお知らせください。



**日々の積み重ねで糖尿病予防を
~11月14日は世界糖尿病デーです**

平成26年の厚生労働省の調査によると、糖尿病患者数は過去最高の316万人となりました。糖尿病は自覚症状がないまま進行します。血糖値が高いままだと、体中の血管を傷つけ、目や腎臓、神経などに重大な合併症を引き起こします。糖尿病を予防するために、日々の生活の中でできることから始めてみませんか。▶**問合せ:**健康づくり係 ☎5984-4624

糖尿病を予防するポイント

体重管理

定期的に体重を量り、適正体重を維持しましょう。



食事は腹8分目で3食規則正しく

脂肪は控えめに、食物繊維を多く含む食品(野菜、海藻、きのこなど)を中心に、ゆっくりよくかんで食べましょう。



毎日できる運動を

1日8,000歩(そのうち中強度(息が少し弾むくらい)の運動20分)を目標に運動しましょう。



年に一度は健診を受ける

健康診査を受けて健康状態を確認することも大切な対策です。 ※保健相談所では健康相談(要予約)も行っていきます。





健康・衛生

大人の発達障害

～自分を理解するポイントとは

日時:11月21日(月)午後2時～4時
場所:石神井保健相談所
内容:講義
講師:ランディック日本橋クリニック医師/林幸哲
定員:50名(先着順)
申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎3996-0634

在宅療養講演会～住み慣れたわが家で安心して最期まで生きる

住み慣れた自宅で医療や介護を行う「在宅療養」についての講演会です。
日時:12月10日(土)午後2時～4時
場所:光が丘区民センター5階
講師:大泉生協病院院長/齋藤文洋
定員:60名(先着順)
申込:電話で地域医療課 ☎5984-4673

精神保健福祉ボランティア講座～体験と交流からはじめよう

場所:石神井障害者地域生活支援センターういんぐなど
定員:20名(先着順)
保険料:300円(ボランティア保険未加入者のみ)
申込:ハガキまたはファクスで①講座名②住所③氏名④電話番号を、11月18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

Table with 2 columns: 内容, 日時[3日制]. Includes lecture, volunteer experience, and exchange dates.

たのしく食べて健康に！～秋から冬の食養生

日時:11月29日(火)午前10時～11時30分

時30分▶場所:石神井保健相談所
内容:講義、献立紹介▶定員:30名(先着順)▶申込:11月28日(月)までに電話または区ホームページ「電子申請」で同所 ☎3996-0634

潰瘍性大腸炎とクローン病～最新治療と付き合い方

日時:12月7日(水)午後2時～4時
場所:大泉保健相談所
内容:講義
講師:東京山手メディカルセンター副院長/高添正和
定員:60名(先着順)
申込:電話で同所 ☎3921-0217

身近に起こりうる依存症の話～こころのすき間を埋めるものとは？

日時:12月4日(日)午後1時30分～3時30分
場所:石神井庁舎5階
内容:講義
講師:井之頭病院副理事長/奈良圭之輔
定員:100名(先着順)
申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号を、12月1日(休)までに保健相談所 ☎3929-5381 FAX 3929-0787

子ども・教育

育児と離乳食

1～4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(先着順)▶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:11月10日(水)午前10時～11時30分

2 光が丘保健相談所 ☎5997-7722
日時:11月18日(金)午前10時～11時30分

3 関保健相談所 ☎3929-5381
日時:11月18日(金)午前10時～11時30分

4 石神井保健相談所 ☎3996-0634
日時:11月30日(水)午前10時～11時30分

親子で健康アップ教室～めざせ！スッキリボディ！！

▶対象:2・3歳児と母親▶日時:12月2日(金)午前10時30分～正午▶場

所:関町児童館▶内容:運動実技▶講師:健康運動指導士/須藤浩代▶定員:20組(先着順)▶申込:電話で保健相談所 ☎3929-5381

小児救急ミニ講座「子どもの病気とその対応」

1 2とも▶対象:乳幼児の保護者▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で各保健相談所へ

1 豊玉保健相談所 ☎3992-1188
日時:12月1日(水)午前10時～11時30分▶講師:高橋医院医師/長谷川望

2 北保健相談所 ☎3931-1347▶日時:12月1日(水)午後2時～3時30分▶講師:田村内科小児科医院医師/田村幸子

パパとママの準備教室

▶対象:出産を控えた夫婦 ※家族での参加も可。▶日時:12月3日(土)午前9時～11時30分▶場所:大泉保健相談所▶内容:お風呂の入れ方の実演指導、妊婦ジャケットの体験など▶定員:25組(抽選)▶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②住所③夫婦の氏名(ふりがな)・年齢④電話番号⑤出産予定月を、11月15日(必着)までに〒178-0061大泉学園町5-8-8 大泉保健相談所 ☎3921-0217

妊婦さん＆パートナー講座～出産・育児に向けて

助産師や保健師が出産・育児の不安や疑問などにお答えします。▶対象:出産を控えた夫婦 ※1人での参加も可。▶日時:12月10日(土)午後2時～4時▶場所:練馬子ども家庭支援センター練馬駅北分室▶内容:講義、体操実技▶定員:12組(先着順)▶申込:電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

光が丘公園観察会～樹木編

▶対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴。▶日時:12月3日(土)午前10時～正午▶場所:光が丘公園▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で春日町リサイクルセンター ☎3926-2501

ネズミの被害を防ぐために

ネズミは食品を食べたり、家具や柱をかじったりするなど、さまざまな問題を引き起こします。区では、ネズミの被害を防ぐため、講習会や防除工事費用の助成などを行っています。

問合せ 生活衛生課環境衛生監視担当係(区役所東庁舎6階) ☎5984-2485

ネズミ駆除の講習会を開催

▶日時・場所:①11月14日(月)…石神井保健相談所②18日(金)…北保健相談所
いずれも午後2時～3時30分▶講師:東京都ペストコントロール協会副会長/清水一郎▶定員:各50名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

ネズミの防除工事費用を助成

ネズミの防除工事費用の一部

(限度額3万円)を助成します。事前に申し込みが必要です。▶対象:介護保険の要支援・要介護の方のみの世帯、または介護保険の要支援・要介護の方と同居する65歳以上の方のみの世帯

ネズミに関する相談にお応えします

窓口や電話で駆除の相談にお応えするほか、殺そ剤・粘着板のサンプルを無料配布しています(殺そ剤の配布は、来年4月28日(金)まで)。

11月の休日医療関係機関

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

Table with 2 columns: 場所, 受付日時. Lists emergency services for children's clinic, general medicine, and dentistry.

急病者の応急診療を行います。

●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

Table with 2 columns: 名称, 電話番号. Lists on-call medical institutions like Sasaki Hospital and Daijinkyo Hospital.

●テレホンサービス

●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

●東京消防庁救急病院案内
練馬消防署 ☎3994-0119
光が丘消防署 ☎5997-0119
石神井消防署 ☎3995-0119

●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

Table with 2 columns: 名称, 電話番号. Lists on-call chiropractors like Misaki Chiropractic and Nishino Chiropractic.



練馬区情報番組

11月の放送内容

[1日～15日] ●初開催!「みどりの風 練馬新能」をレポート

[16日～30日] ●見どころ たっぶり! 練馬まつり&アニメカーニバル&産

景観まちづくり講座「生活景からまちづくりへ～暮らしの風景発見術」

まちの風景を生かした提案と専門家を交えた意見交換を行います。▶日時:12月10日(土)午後2時～4時▶場所:区役所本庁舎20階▶講師:東京大学都市工学専攻助教/中島伸ほか▶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講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、みどりのまちづくりセンター☎3993-5451 FAX 3993-8070✉machi@nerimachi.jp

お正月しめ縄アレンジメント～フラワーセラピー教室

▶対象:区内在住の方▶日時:12月12日(月)午後1時30分～3時30分▶場所:豊玉高齢者センター▶講師:フラワーセラピー研究会会員▶定員:16名(抽選)▶材料費:1,600円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月24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

講演会「リーダーシップの未来～女性のリーダー、男性のリーダー」

男女のリーダーのあり方を通して、これからの社会におけるリーダーの姿を考えます。▶日時:11月26日(土)午後2時～4時▶場所:武蔵大学▶講師:武蔵大学社会学部教授/江上節子▶定員:200名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、11月18日(金)までに生涯学習センター☎3991-1667✉s-center@city.nerima.tokyo.jp

くらしのエネルギー・スキルアップ講座

地球温暖化の現状や、最新のエコ家電、空調に頼らない生活を学びながら、家庭や地域でできることを考えます。 ※参加者には、簡易電力計を差し上げます。▶対象:電子メール、簡単なワード・エクセルを使える区内在住の方▶日時:11月18日、12月16日、来年1月20日、2月3日・17日の金曜午前10時～正午【5日制】 ※1月20日は午前8時30分～

午後2時30分。▶場所:区役所本庁舎19階など▶講師:気象キャスターネットワーク/橋詰尚子ほか▶定員:30名(抽選)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②住所③氏名④電話番号⑤電子メールアドレスを、11月10日(木)までにねり☆エコ☎3993-8011 FAX 3993-8070✉info@nerieco.com

どなたでも楽しめる歌声広場

▶日時:11月13日(日)午後1時～3時▶場所:かたくり福祉作業所▶講師:音楽療法士/平野真穂▶定員:60名(先着順)▶申込:電話で同所☎5387-4610

年末掃除と簡易補修

▶対象:18歳以上の方▶日時:12月4日(日)午後1時～3時▶場所:豊玉リサイクルセンター▶内容:お風呂のカビ取りやタイル目地の補修方法などを学ぶ▶講師:DIYアドバイザー/吉村美紀▶定員:12名(抽選)▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月24日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-22-15 豊玉リサイクルセンター☎5999-3196 ※リサイクルセンターホームページ(https://www.nerima-rc.jp/)からも申し込みます。

絵手紙教室～年賀状を絵手紙で描こう

▶日時:①11月29日(火)②12月2日(金)午後2時～4時▶場所:サンライフ練馬▶講師:日本絵手紙協会公認講師/田代修子▶定員:各30名(抽選)▶申込:往復ハガキで①教室名(①②の別も)②住所③氏名④電話番号を、11月15日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬☎3990-0185

地域福祉入門セミナー～光が丘地域編

地域福祉団体や福祉施設を訪問・見学します。▶日時・場所:11月29日(火)午前9時30分光が丘区民センター集合～光が丘なかよし児童館～光が丘福祉園～田柄デイサービスセンター～午後3時集合場所解散▶定員:12名(抽選)▶昼食代など:850円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①セミナー名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、

11月18日(金)までに地域福祉係☎5984-2716 FAX 5984-1214✉tiikifukushi02@city.nerima.tokyo.jp

ラジオを聴かなくなったあなたにおくる「ラジオのはなし」

▶対象:中学生以上▶日時:11月12日(土)午後4時～5時▶場所:光が丘図書館▶内容:講演▶講師:(株)TBSラジオ編成局制作部担当部長/池田卓生▶定員:70名(先着順)▶申込:電話で同所☎5383-6500

ボタニカルアート講座

▶日時:11月30日～12月21日の毎水曜午前10時～正午【4日制】▶場所:牧野記念庭園▶内容:植物を細部まで写実的に描く方法を学ぶ▶講師:植物画家/石川美枝子▶定員:16名(抽選)▶教材費:1,200円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、11月15日(必着)までに〒178-0063 東大泉6-34-4 牧野記念庭園記念館☎6904-6403

犯罪被害者週間行事講演会 交通犯罪被害者遺族の声～娘を交通事故で奪われて

犯罪被害者やその家族は、直接心身に被害を受けるだけではなく、さまざまな苦難に見舞われることがあります。今回、悪質な交通事故の被害者遺族である佐藤清志さんの講演を通じて、被害者やその家族を支えるために必要なことを学びます。▶日時:11月22日(火)午後6時30分～8時30分▶場所:区役所本庁舎20階▶定員:40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代表者の住所・氏名・電話

番号③参加人数を、人権・男女共同参画課☎5984-1452 FAX 3993-6512✉jinkendanjo@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員4名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、11月15日(火)までにお知らせください。

男女共同参画ファシリテーター入門講座

地域活動などの場で、男女共同参画の視点に沿った進行役(ファシリテーター)になるための講座です。▶日時:12月1日(休)・8日(休)、来年1月12日(休)・19日(休)・26日(休)午前10時～正午【5日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:NPO法人日本ファシリテーション協会会員/杉村郁雄ほか▶定員:20名(先着順)▶資料代:500円▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、男女共同参画センターえーる☎3996-9007✉oubu@nerima-yell.com ※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、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、11月20日(日)までにお知らせください。

災害シンポジウム2016 災害にどう備える～日頃からのつながりが地域を守る

▶日時:11月23日(祝)午後2時～4時30分▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:認定NPO法人災害福祉広域支援ネットワーク・サンダーバード理事/高橋洋ほか▶定員:150名(先着順)▶申込:電話でボランティア・地域福祉推進センター☎3994-0208

11/27 講座「和」を学ぶシリーズ 茶掛鑑賞入門～茶室で愛でられた名作を読む

茶室で掛けられる書画の使われ方や鑑賞方法などを学びます。▶対象:中学生以上▶日時:11月27日(日)午後2時～3時30分▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶講師:五島美術館副館長/名児耶明▶定員:100名(抽選)▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①講座名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、11月15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☎5372-2572✉event-bunshitsu@neribun.or.jp

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でお願いします。 ●掲載を希望する方は、区ホームページ「ねりま区報」の「区民のひろば掲載申し込みについて」をご覧ください。

- 太極拳同好会・鶴舞会 火曜を除く毎日主に午前6時40分～7時50分 石神井公園 入会金500円 月会費500円 初回は無料体験可 坂本☎FAX 3996-6461
- 女声コーラス すみれ会 第2・4 金曜午後1時30分～3時 大泉学園地区区民館 講師 二期会会員/酒井えり子 入会金500円 月会費1,500円 松本☎3922-4862
- 林檎の絵画展(水彩画) 11月22日～27日午前10時～午後6時(22日は午後2時から。27日は午後3時まで) 練馬区立美術館 入場無料 窪田☎080-3200-5033

- 60歳からはじめる英会話 60～70代の初心者対象 毎金曜午後2時40分～4時10分 石神井公園区民交流センター 講師 山口恵一 1回1,500円 斎藤☎070-3204-3847(要予約)
- 第1回石彩会発表展(水彩画) 11月25日～12月4日午前9時～午後6時(25日は午後1時から。4日は午後3時まで。11月28日を除く) 入場無料 石神井公園ふるさと文化館 例会…毎火曜午前10時～午後2時30分 石神井公園 年会費500円 茂木☎090-1054-2622✉m.motegi@jcom.home.ne.jp
- 第26回シャドー写真展「四季折々」 11月16日～20日午前9時～午後5時(16日は午後1時から。20日は午後4時まで) 花とみどりの相談所 入場無料 例会…第3日曜午後1時30分～5時 花とみどりの相談所 年会費6,000円 月1回撮影会あり 小野寺☎3577-1426(例会のみ要予約)

- コン・フォートクラブ写真展 11月23日～27日午前10時～午後6時(23日は午後2時から。27日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 例会…偶数月の最終日曜午後1時～4時30分 石神井公園区民交流センター 入会金2,000円 年会費8,000円 月1回撮影会、年数回学習会・写真展などあり 平井☎FAX 3904-6329(午後8時～9時)
- ばくてんA倶楽部(バク転、宙返りなど) 小学4年生～25歳位の方対象 毎月曜午後6時30分～9時 上石神井体育館など 入会金1,000円 年会費1,200円 月会費5,000円 棚瀬☎090-4373-6475(要予約)
- 歌声サロン(童謡、叙情歌、青春の歌、ボイストレーニングなど) ①11月18日②25日③12月16日午後2時～4時 ①③春日町図書館②光が丘図書館 参加費1回500円 コミュニティカフェチャイナ光が丘・吉村☎070-5015-7182(要予約)

- 「母となってはたらく」を語り合う ①11月5日午前9時45分～11時45分 ②26日午前10時～正午 ①上石神井地域集会所②高野台地域集会所 ①②とも参加費500円 NECワーキングマザーサロン・牛山☎080-5510-3156✉wms8tokyonishi@gmail.com(要予約)
- むさしの水墨画会展 11月9日～13日午前10時～午後5時(9日は午後1時から。13日は午後4時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 古川☎3938-1725
- 10回まつり(バザー、ゲーム、模擬店など) 11月3日午前11時～午後2時 開進第一小 入場無料 日本ボーイスカウト東京連盟練馬地区第10団・大沢☎FAX 3933-9279
- 茜短歌会 初心者～中級者対象 第3木曜午後1時30分～4時 生涯学習センター 講師 沢口英美 月会費1,000円 年1回短歌集発行のため積立金あり 小林☎3990-0559

- 書道1日体験会(般若心経) ①11月3日②10日③17日午前10時30分～11時30分 石神井公園区民交流センター 講師 國學院大學講師/野村ひかり ①～③とも参加費1,500円、材料費実費 書に親しむ・中嶋☎090-1458-7620(要予約)
- 先輩パパママによる保育園入園説明会 11月13日午後1時30分～3時30分 練馬区職員研修所 参加費無料 練馬区保育園父母連合会・岩城☎FAX 3992-6846✉vivoakira@jcom.home.ne.jp
- アトリエグレープフルーツ作品展(絵画) 11月8日～13日午前10時～午後6時(8日は午後1時から。13日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 井坂☎080-3084-5089
- 社交ダンス ハッピープレイス 月4回日曜午前10時30分～正午 北町地区区民館 入会金1,000円 月会費4,000円 森☎080-2026-1353

催し

区立中学校特別支援学級 8校合同文化発表会 ～みんなで協力して絆を深めよう

▶日時:11月18日(金)午前10時10分～午後3時40分▶場所:練馬文化センター▶内容:歌や劇など▶出演:午前の部…大泉中、石神井中、旭丘中、練馬中 午後の部…谷原中、中村中、南が丘中、光が丘第三中▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:就学相談係☎5984-5664、各中学校

国際交流のつどい

区内在住の外国籍の方と、お互いの文化の紹介や会話などを通じて交流します。▶日時:11月23日(祝)午後1時30分～4時30分▶場所:文化交流ひろば▶定員:50名(先着順)▶申込:電話で事業推進係☎5984-1523

サークル合同発表会

▶日時・内容:11月19日(土)・20日(日)午前10時～午後4時…書道・絵画などの作品展示、20日午前10時～午後4時…料理の発表、20日午後1時～4時…ダンスなどの発表▶場所・問合せ:春日町青少年館☎3998-5341 ※19日・20日はレクリエーションホール・学習室・談話室の個人利用はできません。

大泉町福祉園・かたくり福祉作業所の施設公開

▶日時:11月17日(木)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時▶場所・問合せ:大泉町福祉園☎5387-4681、かたくり福祉作業所☎5387-4610▶内容:施設見学、自主生産品の販売など▶申込:当日会場受け付け

練馬区家庭的保育者の会 写真展 ～元気いっぱい!! 笑顔の子どもたち

家庭的保育者(保育ママ)は、保育士などの資格を持ち、自宅の一部を使用してお子さんを保育する区認定の保育者です。今回、子どもたちの元気いっぱいの写真展を開催します。▶日時:11月18日(金)～24日(木)午前8時45分～午後5時15分▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:保育事業者係☎5984-5845

11月の映画鑑賞会

▶日時:11月17日(木)午後2時から▶場所・問合せ:生涯学習センター☎3991-1667▶上映作品:パリ・ルーヴル美術館の秘密(1990年・フランス)▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

座・サポーターズの催し

1 2とも▶場所・問合せ:生涯学習センター☎3991-1667▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

1 音楽塾～なるほど! おもしろ楽器学(トロンボーン)

▶日時:11月16日(水)午後7時～8時(午後6時45分開場)▶出演:日本大学芸術学部音楽学科助教/竹田香子ほか

2 練馬寄席

▶日時:11月18日(金)午後6時30分～8時40分(午後6時開場)▶出演:練馬区素人寄席芸連盟

スポーツ

初心者スポーツ教室

1 2とも▶申込:往復ハガキで①教室名(1はA～D、2はA②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢(1の②は学年も)⑤性別⑥電話番号を、11月10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 水泳

▶日時・対象:12月19日～来年3月27日の毎月曜A60歳未満の女性…午前10時～正午B60歳以上の方…午後1時～3時C来年4月に小学校入学予定のお子さん…午後3時～4時30分D小学生…午後4時30分～6時【1月2日・9日、2月13日、3月13日・20日を除く。10日制】▶場所:中村南スポーツ交流

センター▶定員:A②各50名C②各45名(抽選)▶保険料:240円

2 ぜんそく児水泳

▶対象:気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児～小学4年生で、医師にこの教室への参加を認められたお子さん ※当選後に医師の健康調査書が必要です。▶日時:A来年1月5日～3月23日の毎木曜午後3時30分～5時30分B1月12日～3月30日の毎木曜午後4時～6時【12日制】▶場所:A上石神井体育館B光が丘体育館▶定員:各55名(抽選)

区民体育大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947 ※実施要項は、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「学ぶ・楽しむ」の「各種大会等」の「区民体育大会」などでご覧になれます。

●銃剣道

▶日時:12月11日(日)午前9時から▶場所:平和台体育館▶内容:個人戦、団体戦▶申込:実施要項をご覧の上、11月25日(必着)までに申し込んでください。

●卓球

▶内容・対象・日時:Aシングルス(中学生を除く15歳以上、40歳以上・50歳以上・60歳以上・70歳以上の男女各部)…11月27日(日)Bダブルス(男子・女子・混合の各部)…12月4日(日) いずれも午前9時から▶場所:総合体育館▶保険料など:A400円B1組800円▶申込:実施要項をご覧の上、11月7日(必着)までに練馬区卓球連盟・吉浦へ ※1人でシングルス2種目、ダブルス2種目まで申し込みます。

●駅伝

▶対象:高校男子・一般男子(中高生を除く40歳未満)・壮年男子(40歳以上)・一般女子(中学生を除く15歳以上)の各部4名で構成するチーム ※補欠2名。▶日時:12月11日(日)午前8時50分から▶場所:光が丘公園▶内容:光が丘公園内周回コース(1人2.48km。高校男子・一般男子の1・4区は4.96km)▶保険料など:1チーム2,400円▶申込:実施要項をご覧の上、11月14日(必着)までに申し込んでください。

ベルデ(少年自然の家)

(冬休み(12月23日(祝)～来年1月8日(日))利用分の空き室の申し込みは、旅行サービスコーナーへ)

空き室の予約は、11月10日(木)から利用日の1週間前まで旅行サービスコーナーで受け付けます(10日は電話予約のみ)。 ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは11日(金)から受け付け。 ※軽井沢・武石のグラウンドとテニスコートは冬季閉鎖のため利用不可。▶問合せ:旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階)☎5984-1234

講座・講演会

歴史と古典の講座

▶対象:区内在住の60歳以上の方▶日時:11月30日～12月21日の毎水曜午後2時～4時【4日制】▶場所:光が丘区民センター3階▶内容:源氏物語の新しい読み方について学ぶ▶講師:元昭和女子大学教授/西沢正史▶定員:100名(抽選)▶費用:1,000円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月9日(必着)までに〒179-0072光が丘2-9-6 光が丘高齢者センター☎5997-7717

初めてのフラワーアレンジメント～クリスマスリース作り

▶日時:11月26日(土)午後2時～4時▶場所:花とみどりの相談所▶講師:フラワーコーディネーター/永友光恵▶定員:24名(抽選)▶材料費:2,000円▶持ち物:花ばさみ▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、11月11日(必着)までに〒179-0072光が丘5-2-6 花とみどりの相談所☎3976-9402 ※親子で参加する場合は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

女性のためのフェイスブック活用講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる方▶日時:12月2日(金)・9日(金)午前10時～正午【2日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:マイクロソフトオフィスマスター/長安透▶定員:10名(抽選)▶資料代:500円▶持ち物:携帯電話、スマートフォンなど▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥使用しているパソコンのOS名⑦活用目的(50字程度)を、11月21日(必着)までに〒177-0041石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる☎3996-9007 ※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、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。

早朝の植物観察会

▶日時:11月13日(日)午前8時30分～9時20分▶場所:花とみどりの相談所周辺の公園▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で花とみどりの相談所☎3976-9402

盆点前体験と初心者のための飲み方講座

▶対象:中学生以上▶日時:11月21日(月)・28日(月)午前10時30分～正午【2日制】▶場所:向山庭園▶定員:10名(先着順)▶費用:2,000円▶申込:電話で同所☎3926-7810

第48回 練馬区民美術展作品募集

来年2月4日(土)～12日(日)に開催する美術展に出展する作品を募集します。▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶場所:練馬区立美術館▶部門:A洋画I(油彩画)B洋画II(油彩画以外)C日本画(水墨画を含む)D彫刻・工芸▶作品の規格:平面作品は33.5cm×24.0cm(F4号)～116.5cm×91.0cm(F50号)以内、立体作品は幅75cm×奥行75cm×高さ150cm以内(台座を含む) ※1人1点。搬入は2月1日(水)、搬出は12日(日)。▶申込:往復ハガキで①住所(区内在住でない方は勤務先・学校名も)②氏名(ふりがな)③年齢(学生は学年も)④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)⑥出品部門(A～Dの別。Dは素材・ジャンルも)⑦題名(ふりがな。申し込み後の変更不可)⑧作品の大きさを、11月30日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館☎3577-1821

11/24 水 ハーブテラスでクリスマスハートポプリ作り

ハーブテラスで収穫したハーブを使ったポプリを作ります。▶日時:11月24日(木)午前11時～午後3時 ※製作時間は20分程度です。▶場所:区役所西庁舎10階ハーブテラス▶講師:NPO法人めばえ会員▶定員:30名(先着順)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:みどり事業係☎5984-1683



音楽に触れ合えるまち

練馬

練馬区は、みどりや農とともに、音楽も楽しめるまちです。
この機会にぜひ区の施設へお越しください。

豊玉高齢者センター

11/26 秋のコンサート

▶対象:区内在住の方▶日時:11月26日(土)午後2時~3時▶場所・問合せ:豊玉高齢者センター ☎5912-6401▶内容:東京音楽大学付属高校の学生によるピアノ連弾とバイオリン演奏▶定員:50名(先着順)▶申込:当日会場受け付け



関区民センター

12/4 冬のコンサート ~世代間交流事業



▶対象:区内在住の方▶日時:12月4日(日)午後2時~3時30分▶場所:関区民センター▶内容:「音のコンサート」によるピアノ・管楽器の演奏▶定員:200名(先着順)▶申込:電話で関高齢者センター ☎3928-1987

石神井松の風文化公園

いずれも▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶問合せ:石神井公園ふるさと文化館分室 ☎5372-2572

11/5 蓄音器コンサート

~SP盤でいろいろな音楽を!

▶日時:11月5日(土)正午~午後1時▶定員:100名(先着順)▶申込:当日会場受け付け



11/13 武蔵野音楽大学学生によるサロンコンサート ~ソプラノ独唱と木管五重奏

▶日時:11月13日(日)正午~午後1時▶定員:100名(先着順)▶申込:当日会場受け付け



11/26 五味康祐オーディオレコードコンサート ~スピーカーの名機・タンノイオートグラフで音色を楽しむ

▶対象:中学生以上▶日時:11月26日(土)①午後1時30分~3時②午後3時30分~5時▶定員:各20名(抽選)▶費用:300円▶申込:往復ハガキで①レコードコンサート(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、11月12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 ※石神井公園ふるさと文化館ホームページ (<http://www.neribun.or.jp/furusato.html>) から申し込みます。

情報あらかると①

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

- ◆裁判所の調停委員による「**無料調停相談**」▶日時:11月12日(土)午前10時~午後3時30分▶場所:西武池袋本店7階▶内容:土地建物、金銭債務などの無料相談▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:東京家事調停協会 ☎3502-8822(平日午前10時~午後4時)
- ◆紅葉の等々力渓谷とノルディック▶対象:18歳以上の方▶日時・場所:11月12日(土)午前8時30分西武池袋線練馬駅集合~田園調布~等々力渓谷~午後0時30分東急田園都市線二子玉川駅解散(約6km)▶定員:25名(先着順)▶費用:1,300円(ポールの有無を、11月9日(休)までにSSC桜台・南波 ☎090-1408-9900 FAX 5912-9900 sakuradai.staff3@gmail.com
- ◆ターゲットボードゴルフ初心者体験会▶対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)▶日時:11月12日(土)午前10時~正午(雨天中止)▶場所:練馬総合運動場▶保険料など:500円(小学生は無料)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:練馬区ターゲットボードゴルフ協会・小野塚 ☎3934-5289
- ◆田柄福祉園施設公開▶日時:11月19日(土)午前10時30分~11時30分、午後1時30分~2時30分▶場所・問合せ:田柄福祉園 ☎3577-2201▶内容:活動見学・体験、自主生産品の販売など▶申込:当日会場受け付け
- ◆ウォークラリー大会~中村橋駅周辺の文化財を訪ねて▶日時・場所:

- 11月23日(木)午前9時30分サンライズ練馬集合~午後1時30分同所解散▶費用:500円(小学生以下無料)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:練馬区レクリエーション協会・下関 ☎6763-3260
- ◆今から始めよう介護の準備セミナー~知って得する介護の諸制度▶日時:11月20日(日)午前10時~正午▶場所:ココネリ3階(練馬1-17-1)▶講師:特定社会保険労務士/河内よしひ▶定員:30名(先着順)▶申込:電話でねりまファミリーパック ☎3993-6600
- ◆「みんなで体感!すべてはここからはじまる!~1964東京オリンピック、あの感動をもう一度!」講演と上映会▶日時:11月20日(日)午後1時30分~4時30分(午後1時15分開場)▶場所:光が丘区民センター3階▶講師:元聖火ランナー伴走者/笠松孝男▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:光連協オリパラ2020光が丘プロジェクト・大熊 ☎090-1765-2482 olypara-2020@hikarigaoka.sakura.ne.jp ※参加者に記念品を差し上げます。
- ◆第15回練馬まちづくり「歴史と文化講座」戦国時代はどのように終焉(しゅうえん)したのか?▶日時:11月27日(日)午後2時~4時▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶講師:歴史コラムニスト/上永哲矢▶定員:80名(先着順)▶費用:500円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、南田中のまちを考える会・下河 ☎ FAX 5393-7381 h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp
- ◆秋の「横浜三深園」とその周辺の散策を楽しもう!▶日時:11月29日(火)午前7時45分西武池袋線練馬駅集合~三深園~間門小(海水水族館)~午後3時みなとみらい線元町中華街駅解散(約8km)▶定員:60名(抽選)▶入園料など:

- 700円▶申込:往復ハガキで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、11月10日(必着)までに〒179-0083平和台3-15-8 練馬区ウォーキングの会・飯田 ☎3933-1929
- ◆トップアスリートによるスポーツ教室(ミニバスケットボール、タグラグビー、トランポリン、バレーボール)▶対象:小学3~6年生▶日時:12月8日~来年3月9日の毎木曜午後4時30分~6時【12月29日、1月5日を除く。12日制。12月8日・15日・22日は午後5時~6時30分】▶場所:平和台体育館▶講師:トランポリン世界選手権団体優勝者/坂本鷹志ほか▶定員:30名(先着順)▶費用:1万2000円▶申込:直接またはファクスで①トップアスリート教室②住所③氏名(ふりがな)④学年⑤生年月日⑥電話番号を、11月16日(休)までにSSC平和台(平和台体育館内) ☎ FAX 5921-7800
- ◆練馬わくわくスキースクール▶対象:区内在住の小学3年~中学生の初心者~中級者(2級程度)▶日時:来年1月28日(土)・29日(日)1泊2日▶場所:菅平高原スキー場(長野県上田市)▶定員:80名(先着順)▶交通費・宿泊費など:小学生1万9500円、中学生2万円 ※リフト代実費。 ※スキー用具の貸し出しあり(有料)。▶申込:体育館にある募集要項をご覧ください。▶対象:①都内在住で、大学院・大学・短大・専修学校(専門課程)に在学または進学予定の方②都内の大学院・大学・短大・専修学校(専門課程)に在学または進学予定

- の方▶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
- ◆農家主催のマルシェ▶東京ねりま高松マルシェ▶日時:11月12日(土)・13日(日)午前9時30分~午後1時30分(なくなり次第終了。雨天決行)▶場所・問合せ:みやもとファーム(高松2-15-18) ☎080-8436-3555(平日午前9時~午後5時)▶内容:練馬産の野菜や漬物、軽食などの販売
- ◆朝・夕・青空市▶江古田いちば通り商店街▶日時:11月1日(火)午前10時~午後7時▶問合せ:林 ☎3991-0888
- ◆南ヶ丘商店街▶日時:11月4日(金)午前9時から▶問合せ:村上 ☎3999-4874
- ◆富士見台ほんちよう通り商店街▶日時:11月5日(土)午後2時から▶問合せ:牧田 ☎3926-4580(月・水・金曜)
- ◆氷川台商店街▶日時:11月5日(土)午後4時~7時▶問合せ:菅野 ☎3932-8626
- ◆家族介護者教室▶区内の団体に委託して実施。▶問合せ:在宅療養係 ☎5984-4597
- ◆免疫力アップ!毎日の食事で体温を上げて健康になろう▶日時:11月12日(土)午前10時~正午▶場所:豊玉高齢者センター▶内容:講義、調理実習▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で豊玉デイサービスセンター ☎3993-1341
- ◆身体(からだ)に負担のかからない介護技術~お互いの力を引き出す介護方法を学ぶ▶日時:11月12日(土)午後2時~4時▶場所:錦デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3937-5031

- ◆認知症サポーター養成講座~認知症の理解を深める▶日時:11月12日(土)午後1時~3時▶場所:田柄デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3825-1551
- ◆ポール運動で普段使っていない筋肉を意識してみましょう▶日時:11月13日(日)午前10時~正午▶場所:第二光陽苑デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5991-9917
- ◆認知症サポーター養成講座▶日時:11月16日(水)午後1時30分~3時30分▶場所:土支田デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5387-6760
- ◆人生のエンディングを支える家族(おくりびと)の心の準備~今を大切に開くヒントにしませんか?▶日時:11月26日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:練馬キングス・ガーデンデイサービスセンター▶内容:講義▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5399-5315
- ◆言語リハビリ教室▶日時:11月26日(土)午後2時~4時▶場所:大泉デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5387-2201
- ◆どう使う?!リハビリサービスと気軽にできるリラクゼーション▶日時:11月27日(日)午前10時~正午▶場所:光陽苑デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3923-5264
- ◆献血にご協力を▶練馬西税務署駐車場▶日時:11月11日(金)午前10時~午後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

広告 **相談無料** 弁護士・税理士と話せる相続ガイド **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 ■SL15-1480-0099



ねりマルシェを開催

Yori Dori Midori
よりどりみどりねりま

11/5 土

9:00~14:00

区内の農家の方などが、練馬産の野菜や花のほか、練馬産の農産物を使った飲食物・加工品などを販売する「ねりマルシェ」を開催します。ぜひお越しください。 ※小雨決行。▶問合せ:農業振興係 ☎5984-1403



生産者と触れ合える!



朝から大盛況!



旬の野菜が盛りだくさん!



季節の花が色とりどり!

開催場所はコチラ!

▶交通:練馬駅下車中央北口徒歩1分 ※車で来場する方は、練馬駅北口地下駐車場(有料)をご利用ください。



主な販売品目

数量限定! なくなり次第終了!

- キャベツ、ブロッコリー、カブなどの旬の野菜
- 江戸東京野菜(亀戸大根、馬込三寸人参など)
- パンジー・ガーデンシクラメンなど
- 東京初のワイン醸造所「東京ワイナリー」の新酒ワイン
- 練馬産ブルーベリーを使った発泡酒
- 練馬産の野菜を使った餃子・焼き芋など

キッチンカーで、練馬産の食材を使った中華料理などを販売します。



(公財)練馬区文化振興協会の催し

問合せ

☎3993-3311

http://www.neribun.or.jp/



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

練馬文化センター(小ホール)

日本大学芸術学部連携事業 **割引** **小学生**

来年 **1/9 祝**

練馬ゆかりの名作映画会

午後1時開演

内容 溝口健二監督作品 西鶴一代女(出演/田中絹代ほか)、近松物語(出演/長谷川一夫ほか)

入場料 900円(全席指定)

※日本大学芸術学部映画学科学生の卒業制作を、午前11時から上映(入場無料)。

チケット予約・購入方法

電話予約...11月18日(金)午前10時から①
購入...11月19日(土)午前10時から①②



西鶴一代女

練馬文化センター(小ホール)

優先 **割引** **小学生**

来年 **2/25 土**

ねりぶんJAZZ「マイルス・デイビスのすべて」

~ジャズの「帝王」生涯のヒット曲をさぐる

午後3時開演

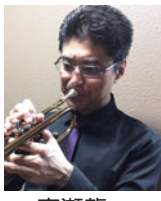
ジャズの「帝王」と称されたトランペッター、マイルス・デイビスの代表曲を、1日限りのスペシャルグループでお送りします。

出演 高瀬龍一(トランペット)スペシャルグループ、瀬川昌久(司会・解説)

入場料 3,000円(全席指定)

チケット予約・購入方法

電話予約...11月26日(土)午前10時から①
購入...11月27日(日)午前10時から①②



高瀬龍一

大泉学園ゆめりあホール

練馬区演奏家協会コンサート **割引** **小学生**

来年 **1/27 金**

ホルンの世界を楽しもう!

午後2時開演

4重奏から8重奏のホルンだけのアンサンブルに加え、ゴムホースホルンを楽器解説付きで演奏します。

出演 澤敦(ホルン)ほか

曲目 ワーグナー/ローエングリンファンタジー、リチャード・ロジャース/サウンド・オブ・ミュージック(メドレー)など

入場料 1,000円(全席自由)

チケット購入方法

11月2日(水)午前10時から①②



澤敦

練馬文化センター(大ホール)

割引 **小学生**

来年 **3/12 日**

練馬交響楽団スプリングコンサート

春はつばさののって~とりをめぐる音楽

午後2時開演

出演 佐藤寿一(指揮)、練馬交響楽団(管弦楽)

曲目 バレエ音楽「白鳥の湖」より、組曲「動物の謝肉祭」など

入場料 1,000円(全席自由)

チケット購入方法

11月11日(金)午前10時から①②



佐藤寿一

©Masaki ARİYAMA

大泉学園ゆめりあホール

割引 **小学生**

来年 **2/18 土**

第8回ゆめりあ若手寄席

~2017大泉早春ハレの日

午後2時開演

新春にふさわしい期待の若手が大集結します。

出演 春風亭柳朝(真打ち)、古今亭始(二ツ目)、ストレート松浦(ジャグリング)

入場料 1,500円(全席自由)

チケット購入方法

11月5日(土)午前10時から①②



古今亭始 春風亭柳朝 ストレート松浦

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)) ※車いす席は半額です。 ※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。

乳幼児 乳幼児も入場できます。

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。