

ねりま 区報

4/1

平成26年(2014年) 第1679号
毎月1日・11日・21日発行

発行/練馬区 編集/広聴広報課広報係
〒176-8501 豊玉北6-12-1
☎3993-1111(代表) FAX 3993-1194
(夜間・休日) ☎3993-1101
<http://www.city.nerima.tokyo.jp/>

今号の注目情報

- みどりバス氷川台ルートが延伸 2面
- ぴいちゃんファンクラブの会員募集 3面
- 国民健康保険料の保険料率が決まりました 4面

目次

- ・お知らせ/住まい・まちづくり/
国民年金/障害のある方/
計画・条例など/働く/ボランティア/
お休みします 5面
- ・健康・衛生/高齢者/子ども・教育/
スポーツ 8・9面
- ・講座・講演会/催し 10・11面

練馬駅北口に開設!

ココネリ
Coconeri 特集号本日発行

※区報と同じ新聞に折り込まれています。



3月上旬に開催した写真展「女性の健康」での1枚。区と日本大学芸術学部写真学科生が共同で行ったもので、写真は学生が撮影しました。

いま、受ける。未来のために

区健康診査・がん検診特集(6・7面へ続く)

問合せ 成人保健係 ☎5984-4669

区の健(検)診って私でも受けられますか?

健康診査は30歳以上の方、がん検診は20歳以上の方を対象に実施しています。

※40歳以上で社会保険に加入している方や被扶養者は、加入している健康保険組合の実施する健康診査を受診してください。区の健康診査は受診できません。

健(検)診の費用は?

健康診査は300円、がん検診は1000〜10000円で受診できます。

※区の健康診査と同じような内容のものを自費で受けた場合には、1万2000円程度の費用が掛かります。

受けたことがないので、不安です...

実際に受診した方にお聞きしました。

思っていたより簡単な検査でした



大城 喜和子さん (春日町在住)

大腸がん・子宮がん・乳がん検診を受けました。どれも思っていたよりも手軽で簡単な検査だったので、皆さんも大切な家族のために一度は受けてみた方が良くと思います。健康診査も自分の健康状態を把握するために、定期的に受診するようにしています。

検診を受けると安心できます



海老原 淑子さん (谷原在住)

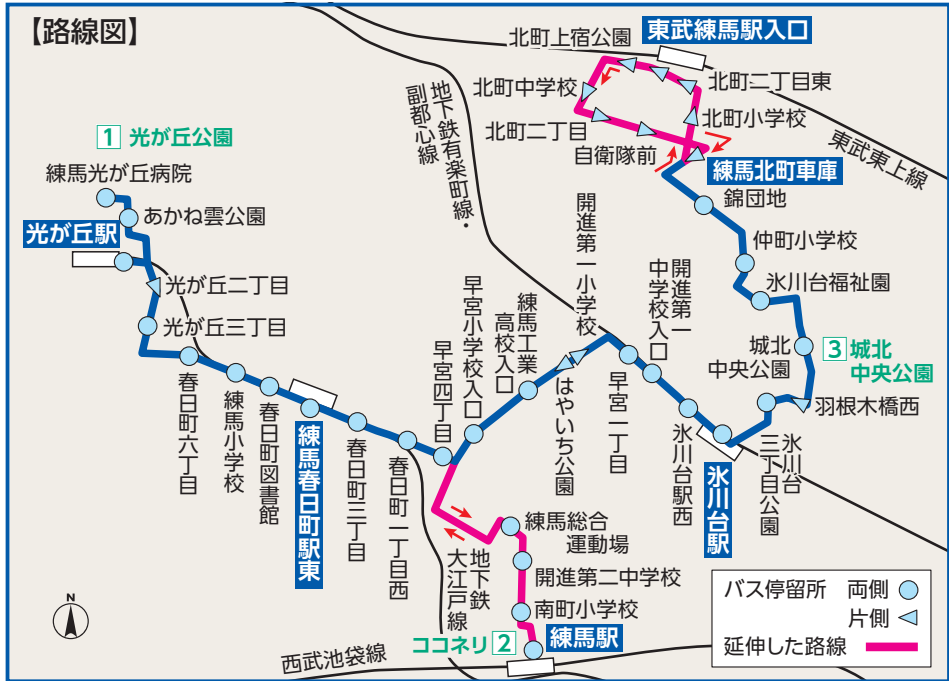
胃がん検診で「再検査が必要」といわれて驚きましたが、幸い、何の問題もなくほっとしました。検査で何もないことが分かるので、1年間安心して過ごせるので、以来、毎年がん検診を受けています。自分は大丈夫と思っていてる方でも、定期的な受診をお勧めします。

4/16(水)から

みどりバス氷川台ルートが 練馬駅・東武練馬駅に 乗り入れます!



公共交通を利用しづらい地域を改善するため、みどりバスを運行しています



4月16日(水)から、みどりバス氷川台ルートは、現在乗り入れている光が丘駅・練馬春日町駅・氷川台駅の3駅に、練馬駅・東武練馬駅が加わり、鉄道5駅を結ぶルートになります。これに伴い、ルートとダイヤを変更します。どなたでも利用できますので、ぜひご利用ください。

問合せ
交通企画課 ☎5984・1274

みどりバスの運賃
(全区間均一)

現金のほか、PASMO(パスモ)、Suica(スイカ)、東京都シルバーパスも利用できます。

●大人：220円(ICカード利用時は216円)

●次の①〜④の方：110円(ICカード利用時は108円)

①子ども(小学生)
②65歳以上の方
③身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方
④写真付きの精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

※乗車時に②年齢の分かるもの③④手帳を提示してください。 ※身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方の付きがあります。詳しくは、お問い合わせください。

時刻表・路線図を配布

みどりバスの時刻表・路線図は、バス停留所近くの区立施設、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)などで配布しています。 ※区ホームページ「みどりバス」でもご覧になれます。

みどりバスで 出掛けよう

①光が丘公園(バス停「光が丘駅」「練馬光が丘病院」下車)

サクラ、イチヨウ、ツツジ、ケヤキなどの樹木が多く、春はお花見を楽しむ方で賑わいます。



練馬区の素敵な風景100選から

②ココネリ(バス停「練馬駅」下車)

練馬駅北口に開設する官民複合施設です。詳しくは、同じ新聞に折り込まれている特集号をご覧ください。



③城北中央公園(バス停「城北中央公園」下車)

公園内には栗原遺跡があり、屋根を復元した古墳～奈良時代の竪穴住居がご覧になれます。



4月16日(水)からのみどりバス氷川台ルートの時刻表

※年末年始(12月29日～1月3日)を除く毎日運行。

練馬光が丘病院→光が丘駅→練馬駅→東武練馬駅入口→練馬北町車庫

練馬光が丘病院	6:50		7:10	18:10	19:10
あかね雲公園	6:51		7:11	18:11	19:11
光が丘駅	6:54		7:14	18:14	19:14
光が丘二丁目	6:55		7:15	18:15	19:15
光が丘三丁目	6:56		7:16	18:16	19:16
春日町六丁目	6:58		7:18	18:18	19:18
練馬小学校	6:59		7:19	18:19	19:19
春日町図書館	7:00		7:20	18:20	19:20
練馬春日町駅東	7:01		7:21	18:21	19:21
春日町三丁目	7:02		7:22	18:22	19:22
春日町一丁目西	7:03		7:23	18:23	19:23
早宮四丁目	7:04		7:24	18:24	19:24
練馬総合運動場			7:30	18:30	19:30
開進第二中学校			7:31	18:31	19:31
南町小学校			7:32	18:32	19:32
南町小学校		8:42	7:42	18:42	19:42
開進第二中学校		8:43	7:43	18:43	19:43
練馬総合運動場		8:44	7:44	18:44	19:44
早宮小学校入口	7:05	8:50	7:50	18:50	19:50
練馬工業高校入口	7:06	8:51	7:51	18:51	19:51
はやいち公園			7:53	18:53	19:53
開進第一小学校	7:08	8:53	7:54	18:54	19:54
早宮一丁目	7:09	8:54	7:55	18:55	19:55
開進第一中学校入口	7:10	8:55	7:56	18:56	19:56
氷川台駅西	7:11	8:56	7:57	18:57	19:57
氷川台駅	7:12	8:57	7:59	18:59	19:59
氷川台三丁目公園	7:14	8:59	8:01	19:01	20:01
羽根木橋西			8:03	19:03	20:03
城北中央公園	7:16	9:01	8:05	19:05	20:05
氷川台福祉園	7:18	9:03	8:07	19:07	20:07
仲町小学校	7:20	9:05	8:20	19:20	20:20
錦団地	7:22	9:07	8:21	19:21	20:21
北町小学校	7:26	8:20	9:20	19:22	20:22
北町二丁目東	7:27	8:21	9:21	19:23	20:23
東武練馬駅入口	7:28	8:22	9:22	19:24	20:24
北町上宿公園	7:29	8:23	9:23	19:26	20:26
北町中学校	7:30	8:24	9:24	19:28	20:28
北町二丁目	7:32	8:26	9:26	19:35	20:35
自衛隊前	7:34	8:28	9:28		
練馬北町車庫	7:42	8:30	9:30		

右時刻表へ続く

練馬北町車庫→練馬駅→

光が丘駅→練馬光が丘病院

練馬北町車庫	7:00		7:30	18:30
錦団地	7:02		7:32	18:32
仲町小学校	7:03		7:33	18:33
氷川台福祉園	7:05		7:35	18:35
城北中央公園	7:07		7:37	18:37
羽根木橋西	7:09		7:39	18:39
氷川台三丁目公園	7:09		7:39	18:39
氷川台駅	7:11		7:41	18:41
氷川台駅西	7:12		7:42	18:42
開進第一中学校入口	7:13		7:43	18:43
早宮一丁目	7:14		7:44	18:44
開進第一小学校			7:45	18:45
はやいち公園	7:15		7:46	18:46
練馬工業高校入口	7:16		7:48	18:48
早宮小学校入口	7:18		7:55	18:55
練馬総合運動場			7:56	18:56
開進第二中学校			7:57	18:57
南町小学校			7:57	18:57
練馬駅	★	8:06	19:06	
南町小学校		8:07	19:07	
開進第二中学校		8:08	19:08	
練馬総合運動場		8:09	19:09	
早宮四丁目	7:19	8:15	19:15	
春日町一丁目西	7:20	8:16	19:16	
春日町三丁目	7:21	8:17	19:17	
練馬春日町駅東	7:22	8:18	19:18	
春日町図書館	7:23	8:19	19:19	
練馬小学校	7:24	8:20	19:20	
春日町六丁目	7:25	8:21	19:21	
光が丘三丁目	7:27	8:23	19:23	
光が丘二丁目		8:26	19:26	
光が丘駅	7:30	8:28	19:28	
あかね雲公園	7:32	8:28	19:28	
練馬光が丘病院	7:40	8:45	19:45	

★練馬光が丘病院6:50発と練馬北町車庫7:00発の便は、車両通行規制時間帯などのため、練馬駅を経由しません。

ぴいちゃんファンクラブ

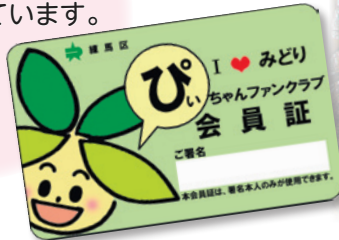
会員募集

みどりに親しむきっかけとしていただくため、練馬みどりの葉っぱい基金のキャラクター「ぴいちゃん」のファンクラブ会員を募集します。入会すると、植物や園芸用品と交換できる引換券と、会員証・缶バッジなどが送られるほか、園芸教室への参加などみどりに関する特典が受けられます。

▼問合せ：みどり推進課みどり協働係 ☎5984・2418

会員には3,000円相当のお得な引換券と
ぴいちゃんグッズをお届けします！

※この事業には、練馬みどりの葉っぱい基金を活用しています。



入会期間・会費

- ▼期間：平成28年3月まで
- ▼会費：2,500円 ※返金はできません。

申込

左記で配布するチラシの申し込みハガキまたは区ホームページ「電子申請」で来年1月31日(消印有効)までに申し込みください。申し込み後に区から送付される納付書で会費を納入すると、会員証・引換券などが届きます。引換券の有効期限は来年3月31日(火)です。※複数申し込みはできません。



会員を対象とした園芸教室

会員特典

植物や園芸用品などと交換できる1,500円相当の引換券を2回(計3,000円相当)、会費納入後と来年3月末頃に送付します。引き換えは、ぴいちゃんファンクラブの指定店で行います。
※指定店の一覧は、チラシ(配布場所は下記参照)または区ホームページ「暮らしのガイド」の「みどり・緑化」の「ぴいちゃんファンクラブ」をご覧ください。

チラシの配布場所

区民事務所(練馬を除く)、出張所(上石神井を除く)、地区区民館、図書館、児童館、子育てのひろばおよびよ、保健相談所、リサイクルセンター、石神井公園ふるさと文化館、花とみどりの相談



所、土支田農業公園、牧野記念庭園、みどり推進課(区役所本庁舎18階)

「引換券を利用できる指定店を募集」
申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

4月1日(火)から

自転車放置禁止区域を拡大

歩行者や車両の通行の妨げとなつている放置自転車を解消するため、4月1日(火)から、西武池袋線石神井公園駅と西武池袋線・地下鉄大江戸線練馬駅周辺の放置禁止区域を、下図の通り拡大します。自転車などを利用する方は、駅周辺の自転車駐車をご利用ください。

▼問合せ：自転車対策係 ☎5984・1993 ※撤去・返還については、自転車問い合わせセンター ☎3993・5100。

■放置禁止区域内に放置された自転車・原動機付自転車は撤去します

置いていた時間・理由にかかわらず撤去します。

■撤去された自転車・原動機付自転車の返還方法

撤去日の翌日から1カ月以内に引き取りに来てくださいます。1カ月を過ぎたものは、

法令に基づき処分します。※返還場所は、撤去した場所により異なります。

▼返還日時：毎日午前9時30分～午後5時30分(年末年始を除く)

▼返還に必要なもの

- ①身分を証明するもの(健康保険証・運転免許証・学生証など)
- ②撤去された自転車などの鍵
- ③撤去料(自転車4,000円、原動機付自転車7,000円)
- ④返還通知ハガキ(受け取った方のみ)

指定葬儀場使用料助成制度・特別区区民葬儀制度のご利用を

指定葬儀場使用料助成制度

区が指定した葬儀場(下表参照)で、通夜や葬儀(社葬を除く)を行った場合、会場使用料を負担した方に、3万円を限度に助成しています。使用料を負担した方または亡くなった方が区民であることが条件です。

▼申込：①葬儀場、地域振興課、区ホームページ「死亡」にある申請書②会場使用料の領収書の原本(練馬区提出用)の表示があるもの③申請

指定葬儀場一覧

葬儀場名	所在地	電話番号
江古田斎場	小竹町1-61-1	3958-1192
豊島園会館	練馬3-22-6	3991-2234
東高野会館	高野台3-10-3	3995-3724
石神井寶亀閣(ほうきかく)斎場	石神井台1-2-13	3996-0214

※大泉橋戸会館(大泉町6-24-26)は、改修工事のため休館中です。

者(使用料を負担した方)または亡くなった方の住所を確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)の写しを、

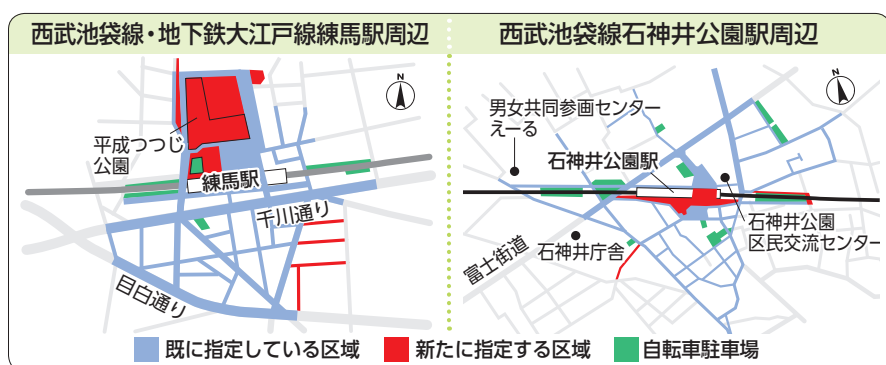
葬儀の翌日から1年以内に持参または郵送で〒176-8501区役所内事業推進係 ※使用料を負担した方以外の方が申請する場合は委任状が必要です。

特別区区民葬儀制度

葬儀費用の負担を軽減するための制度です。練馬区では14カ所の葬儀業者が取り扱っています(他区の取扱店も利用可)。亡くなった方または

問合せ

地域振興課事業推進係
(区役所本庁舎9階)
☎5984・1523



葬儀を行う方の住所が東京23区内にあることが条件です。
▼申込：取扱店に直接申し込み込んだ後、戸籍住民課戸籍第一係(区役所本庁舎2階)または戸籍第二係(石神井庁舎1階)へ死亡届を提出する際に申し出て、区民葬儀券を受け取ってください。
※制度や取扱店については、区民事務所(練馬を除く)、出張所、戸籍第一係、戸籍第二係、地域振興課で配布している案内や、区ホームページ「死亡」をご覧ください。

平成26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

あなたの世帯の26年度分国民健康保険料

※保険料額は、6月中旬に世帯主宛てに送付する納入通知書でお知らせします。

26年度の国民健康保険料の計算方法

●医療分保険料

所得割額
加入者全員の旧
ただし書き所得
金額×6.30%
※昨年度は6.02%

均等割額
3万2,400円×
加入者数
※昨年度は
3万600円

医療分保険料
(世帯の最高限度額)
51万円

●後期高齢者支援金分保険料

所得割額
加入者全員の旧
ただし書き所得
金額×2.17%
※昨年度は2.34%

均等割額
1万800円×
加入者数
※昨年度も
1万800円

後期高齢者
支援金分保険料
(世帯の最高限度額)
16万円

●介護分保険料(第2号被保険者<40~64歳>の加入者がいる世帯)

所得割額
40~64歳の加
入者の旧ただし
書き所得金額×
1.63%
※昨年度は1.76%

均等割額
1万5,300円×
40~64歳の
加入者数
※昨年度は
1万5,000円

介護分保険料
(世帯の最高限度額)
14万円

所得割額:旧ただし
書き所得金額に比例
して掛かる金額

均等割額:加入
者全員に定額で
掛かる金額

旧ただし書き
所得金額 = 25年分の
総所得金額等

基礎控除
(33万円)

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する
給与所得」と「高額療養費の所
得区分の判定で使用する給与
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①~④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証を交
付されている方

②雇用保険受給資格者証の離
職理由が倒産・解雇など自
発でない方

③雇用保険受給資格者証に記
載の離職日が21年3月31
日以降の方

④離職日の時点で65歳未満の
方(「高齢受給資格者」で
ない方)

▼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

住民税が非課税の方への 保険料の軽減措置

26年度は、所得割額の算定
基礎となる旧ただし書き所得
から25%を控除して所得割額
を計算します。

減額基準額が変更

税の申告内容に基づき、前
年中の世帯の所得が一定基準
以下の場合、均等割額を減額
します。26年度から、減額対
象となるかを判定する基準が
緩和されます。

税に関するお知らせ

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

間:6月30日(月)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

都税の納付は 口座振替で

▼対象:平成26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
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 ☎5912・7520

平成26年度の 住民税(特別区民税・ 都民税)証明書の発行

住民税証明書(25年中の所

得の証明書)の発行の開始は、
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)と非課税の方が5
月9日(金)から、それ以外の方
が6月10日(火)からです。

▼問合せ:税務課税証明・
軽自動車税担当 ☎5984・
4536



アスベスト(石綿)の 除去工事費用を助成 ～工事前に申請を

区民の皆さまの健康を守るため、住宅や事業所などの民間
建築物も含めたアスベスト対策を行っています。民間建築物
でアスベストを含有する吹き付け材の除去工事を行う場合
に、工事費用の一部を助成します(表1参照)。助成は、事前
に申請が必要です。申請方法など詳しくは、お問い合わせせ
ください。

問合せ 環境規制係 ☎5984・4712

対象となる方

次の①②の両方に当てはま
る建築物を区内に所有してお
り、住民税・法人住民税・軽
自動車税を滞納していない個
人・中小企業の事業者、また
は分譲共同住宅の管理者
①平成9年3月31日以前に建
設され、アスベスト含有吹
き付け材を使用している

対象となる工事

②工事後も引き続き5年以
上使用する
・露出したアスベスト含有吹
き付け材の除去
・既に囲い込み・封じ込め
処理された部分で、改修
に伴うアスベスト含有吹
き付け材の除去

調査費用の助成も 行っています

吹き付け材中のアスベ
スト調査などの費用の助成を
行っています(表2参照)。助
成は、事前に申請が必要で
す。申請方法など詳しくは、
お問い合わせください。

表1 アスベストの除去工事費用の助成内容

対象建築物	補助率(【 】は限度額) ※
一戸建て住宅 分譲共同住宅(専有部分)	工事費用の3分の2 【200万円】
分譲共同住宅(共用部分) 賃貸共同住宅・事業所など	工事費用の2分の1 【400万円】

※助成対象は、除去工事費用のうち、アスベスト含有吹き付け材の除
去・処分に掛かる費用です。

表2 調査費用の助成内容

対象建築物	助成率(【 】は限度額)
一戸建て住宅 分譲共同住宅(専有部分)	調査費用の2分の1 【5万円】
分譲共同住宅(共用部分) 賃貸共同住宅・ 事業所など	調査費用の2分の1 【10万円】

その他の支援制度

工事の際に、住宅修
築資金融資あっせんや、
産業融資資金あっせん
が受けられる場合があ
ります。申請方法など
詳しくは、お問い合わせ
ください。

▼問合せ:住宅修築資
金融資あっせん:住宅
課管理係 ☎5984・
1289、産業融資資金
あっせん:経済課融資係
☎5984・2673



お知らせ

平成25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」でもご覧になります。 ※区民情報ひろばでは、1冊800円で販売します。▶**問合せ**: 統計係 ☎5984-2459

皆さまからの寄付

2月にいただいた寄付は次の通りです。ありがとうございます。▶**問合せ**: 管財用地係 ☎5984-2807

■区へ
【練馬みどりの葉っぱい基金】
74万316円(4件)
■練馬区社会福祉協議会へ
69万1,062円(12件)

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。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日現在、20歳以上で区内に1年以上在住の方(性別は問いません)▶**任期**: 7月から2年間▶**募集人数**: 8名程度(書類選考)▶**申込**: 電話で申込用紙を請求の上、5月2日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

健診受診率アップ事業などを行う地域団体を募集

健康診査の受診率アップや生活習

慣病予防につながる取り組みを企画し、実施する地域団体を募集します。取り組み内容は、健康診査の受診をPRするチラシの配布、生活習慣病に関する講座の開催などです。▶**実施期間**: 6~11月▶**委託料**: 1万2,000~2万4,000円(内容や実績により異なります)▶**募集団体数**: 5団体程度(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くださいの上、4月30日(水)までに国保年金課保健事業担当係 ☎5984-4551

地価公示価格がご覧になります

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㎡当たりの価格を公表したもの)が経理用地課(区役所本庁舎8階)でご覧になります。▶**問合せ**: 経理用地課管財用地係 ☎5984-2807

住まい・まちづくり

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「雨水浸透ます」「雨水浸透トレンチ管(穴の開いた排水管)」を設置する方に、設置費用を助成します。これらの施設は、雨水が河川や下水道へ直接流出するのを抑制し、大雨による浸水・洪水被害を軽減します。また、雨水浸透施設の設置に併せて「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。雨水タンクは、雨水をためて樹木の水やりなどに利用できます。いずれも申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。▶**助成条件**: 次の①~④の全てに当てはまる方 ①敷地面積が500㎡(約150坪)未満②敷地の所有権または借地権がある(法人所有の建物は対象外)③東京都指定排水設備工事事業者が設置する④特別区民税・都民税、軽自動車税を滞納

していない▶**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(2万5,000円まで) ※予算額の範囲内で申込順で受け付け。▶**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、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 ※他にも要件があります。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%

国民年金

平成26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。 ※2年度を過ぎると当時の保険料に加算金が付きます。 ※対象にならない学校があります。 ※25年度の承認を26年3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

障害のある方

4月1日(火)から障害者虐待通報専用ダイヤルのファクス番号が ☎5984-4721 に変わります

電話番号(☎5984-1334)に変更はありません。電話・ファクスとも24時間受け付けます。障害のある方への虐待を見つけたときは、速やかに通報してください。▶**問合せ**: 障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598

計画・条例など

平成26年度食品衛生監視指導計画を策定しました

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「平成26年度食品衛生監視指導計画」を策定しました。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」でご覧になります。▶**問合せ**: 生活衛生課食品衛生担当係 ☎5984-4675

働く

①短時間保育補助②保育補助③調理④用務【臨時職員】

交通費は支給しません。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**: 月~土曜(月20日程度)▶**時間**: ①朝…午前7時30分から、夕…午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度)②~④原則として午前8時30分~午後5時15分の間の4~8時間▶**場所**: 区立保育園▶**賃金**: ①時給1,300円(土曜1,400円)②時給1,100円(土曜1,200円)③④時給940円(土曜1,040円)▶**申込**: 履歴書(写真貼付)に希望する職種(①~④の別)を記入の上、持参または郵送で〒176-8501区役所内保育課管理係(本庁舎10階) ☎5984-5839

介護給付調査員

▶**対象**: 介護支援専門員の有資格者で3年以上の実務経験のある方▶**勤務場所**: 区役所など▶**内容**: 介護保険居宅サービス計画などの調査▶**期間**: 5月~来年3月(再任する場合あり)▶**勤務日時**: 月~金曜午前8時30分~午後5時15分(月16日)▶**報酬**: 月額19万9,000円 ※交通費支給。 ※社会保険あり。▶**採用予定数**: 1名(書類選考・面接)▶**申込**: 履歴書(写真貼付)と介護支援専門員登録証明書の写し、「適正なケアプランのあり方」をテーマとした作文(A4判400字詰め原稿用紙に600~800字程度)を、4月10日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内介護保険課事業者係(東庁舎4階) ☎5984-4589

自衛官等

▶**種目**: 医科・歯科幹部▶**対象**: 医師免許または歯科医師免許を有し、医療・医学研究などの業務の従事歴が一定以上ある方▶**募集期間**: 4月25日(金)まで▶**問合せ**: 自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所 ☎3991-8921

ボランティア

ホストファミリー【登録制】

研修や留学で日本に滞在している外国人を半日~2泊程度受け入れていただける家庭を随時募集しています。▶**対象**: 区内在住で、受け入れについて家族全員の了解を得られる世帯▶**申込**: 電話または電子メールで登録用紙を請求の上、国際・都市交流課 ☎5984-1302・電子メール kokusaitosi@city.nerima.tokyo.jp ※電子メールで請求する場合は、①登録用紙希望②住所③氏名を記載してください。

お休みします

〈練馬区立美術館 ☎3577-1821〉…4月8日(火)~12日(土)【展示作業のため】

みんなでつながろう 脳活プログラムの輪!

認知症予防プログラム(パソコン・麻雀編)

▶**対象**: ①~④の全てに当てはまる方 ①区内在住の65歳以上で、介護保険の要支援・要介護認定を受けていない②プログラム修了後も、グループで自主的に活動が続けられる③ある程度の文字入力ができる(パソコン編のみ)④初心者(麻雀編のみ) ※過去に受講された方はご遠慮ください。▶**申込**: 往復ハガキに①プログラム名(A/Bの別。Aは①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、4月21日(必着)までに〒176-8501区役所内介護予防係 ☎5984-4596

Aパソコン編

グループで協力しながらインター

ネットの検索方法やフェイスブック(※)を使った情報交換の技術を身に付けます。▶**日時**: 5月8日~7月24日の毎木曜①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分【いずれも12日制】▶**場所**: 勤労福祉会館▶**定員**: 各10名(抽選)

※フェイスブック…実名で、現実の知り合いとインターネット上でつながり、交流するサービス。

B麻雀編

グループで協力しながら麻雀の基本ルールを学びます。▶**日時**: 5月9日~7月25日の毎金曜午後1時30分~3時30分【12日制】▶**場所**: NPOむすび(光が丘3-9-3-206)▶**定員**: 16名(抽選)

平成26年度 区の健診・がん検診を紹介します

～受診できる健(検)診を確かめましょう

▶問合せ:成人保健係☎5984-4669

●表中の年齢は、平成27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	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			
	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: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・協力医療機関、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	
がん検診	がん検診は、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			
	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、6~11月:協力医療機関 費用 300円(かく痰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			
	前立腺がん検診 男性のみ 対象 60・65歳の方 期間 会場 6~11月:健康診査室(区役所東庁舎2階)・協力医療機関、6月~来年3月:練馬区医師会医療健診センター 費用 300円			
	子宮がん検診 女性のみ 対象 20歳以上で平成25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)			
乳がん検診 女性のみ 対象 40歳以上で平成25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	肝炎ウイルス検診、眼科・歯科健診は、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			
	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:健康診査室(区役所東庁舎2階)・協力医療機関、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			
	妊婦歯科健康診査 女性のみ 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			

注1 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)の方は手続きをすと免除になります。詳しくは、お送りする案内をご覧ください。
 注2 「30歳代健康診査・がん検診等のご案内」[胃がん・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(火)から、協力医療機関・指定眼科専門医療機関の一覧、「がん検診等のご案内」は6月2日(月)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。

平成26年度の健康診査とがん検診の案内を 対象の方にお送りします

- 健康診査とがん検診の対象となる方に発送
対象となる方には、健康診査とがん検診の案内を誕生日により3回に分けて郵送します。
●4~7月生まれ→5月下旬発送
●8~11月生まれ→6月下旬発送
●12~3月生まれ→7月下旬発送
- がん検診のみ対象となる方に発送
区が実施する健康診査の対象とならない40歳以上の方には、がん検診などの案内のみを誕生日により2回に分けて郵送します。
●4~9月生まれ→9月上旬発送
●10~3月生まれ→9月下旬発送
- 30歳代健康診査とがん検診は案内が届く前から受診できます
30歳代健康診査とがん検診の案内は、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。いずれも受診期間内であれば、案内が届く前から受診できます。

区ホームページ「暮らしのガイド」の「保健・医療・健康・衛生」で、区の健康診査・がん検診についてお知らせしています。

Q&A

よくある質問

Q1 区の健康診査は、近くの医療機関でも受けられますか？

医院・クリニックなど、区内約300の協力医療機関で健康診査(30歳代健康診査を除く)を受診できます。医療機関にお申し込みいただく際に、受診日時も相談できます。

Q2 健康診査・がん検診はどんな検査をするのですか？

健康診査は、身体計測、検尿、血圧・血液検査、心電図などです。胃がん検診は胃部エックス線検査(バリウムを飲みます)、大腸がん検診は検便検査、乳がん検診はマンモグラフィ検査(乳房エックス線撮影)を行います。
※その他のがん検診の検査内容など詳しくは、案内や区ホームページをご覧ください。

Q3 時間が掛かるイメージがあるのですが…

受付から終了まで、1~2時間程度です。

Q4 案内が届かないと受診できないのですか？

30歳代健康診査とがん検診は、案内が届く前から申し込みができます。特定健康診査・後期高齢者健康診査・75歳健康診査・医療保険未加入者健康診査は、案内に同封の「受診券」が自宅に届いてから、お申し込みください。

Q5 平成26年度はがん検診の無料クーポン券は配布されますか？

子宮がん・乳がん・大腸がん検診の無料クーポン券の対象者と発送時期については、後日、区報・区ホームページでお知らせします。

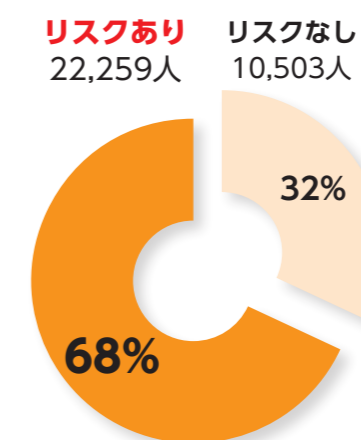


10人に7人が生活習慣病のリスクあり?

長年の生活習慣(食生活や運動習慣など)が原因で、お腹周りの内臓に脂肪がたまり、高血糖、高血圧、脂質異常が重なった状態をメタボリックシンドロームといいます。この状態が長く続くと、動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞・脳卒中などの重大な生活習慣病の原因になります。特定健康診査の結果によれば、生活習慣病の発症リスクを持つ方(肥満、高血糖、高血圧、脂質異常のいずれかがメタボリックシンドロームの

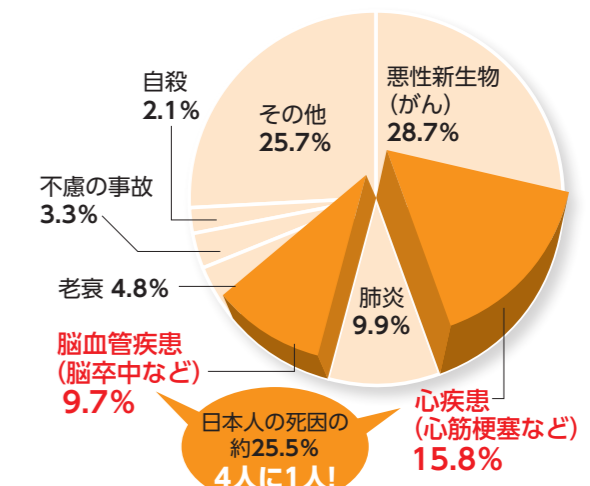
基準に該当する方)の割合は、7割近くにもなります(グラフ1参照)。生活習慣病は自覚症状が少ない場合が多く、気付いた時には重症ということもあります。実際、日本人の4人に1人が生活習慣病で亡くなっています(グラフ2参照)。生活習慣病を予防するためには、健康診査を毎年継続して受診し、健康状態の変化などを正しく知ることが大切です。

生活習慣病リスクの保有状況【グラフ1】



(出典)練馬区特定健康診査・特定保健指導の分析報告書(平成23年度版)

日本人の死因【グラフ2】



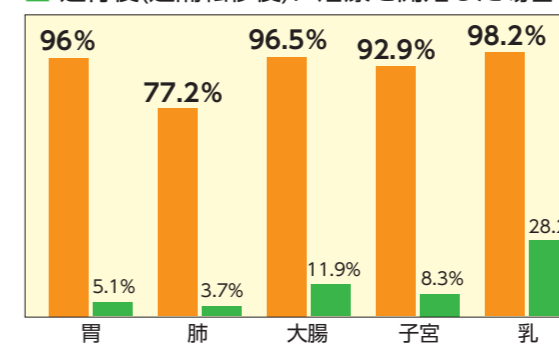
(出典)平成24年人口動態統計(厚生労働省)

がんは、早期発見が大切!

がんの5年生存率

(がんを診断されてから5年後に生存している割合)

■検診などで早期発見・早期治療をした場合
■進行後(遠隔転移後)に治療を開始した場合



(出典)全国がん罹患モニタリング集計 2003-2005年生存率報告(独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センター、2013年)、独立行政法人国立がん研究センターがん研究開発費「地域がん登録精度向上と活用に関する研究」平成22年度報告書

がんは、日本人の死因の第1位で、3人に1人ががんで亡くなっています。また、一生のうちにがんと診断されるのは2人に1人(男性約6割、女性約4割)ともいわれています。

一方、現在がんは、早期(※)に発見すれば治せる病気となりました。特に、胃がん・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がんの5つのがんは、検診で早期に発見できれば、治る可能性が格段に上がります(左のグラフ参照)。がん検診を受診して、がんの早期発見に努めましょう。

※早期…がんが最初に発生した臓器に留まっているものを指します。

**高齢者相談センター
休日・夜間専用電話
☎3993-7474を開設**

高齢者相談センター・同支所の受付時間外の相談や緊急の連絡は、休日・夜間専用電話☎3993-7474をご利用ください。▶**問合せ**: 高齢調整係☎5984-4582

**子ども・教育
～子育て応援～**

春のこども日本語教室

▶**対象**: 日本語を母語としない小中学生 ※知り合いの外国籍の方に紹介してください。▶**日時**: 4月12日～7月12日の毎土曜午前10時～正午【5月3日(例)を除く。13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習する▶**申込**: 電話で事業推進係☎5984-4333

育児と離乳食

- ①～③とも▶**内容**: 講義、献立紹介▶**持ち物**: 母子健康手帳、スプーン▶**申込**: 電話で各保健相談所へ
- ①**豊玉保健相談所**☎3992-1188(2・3回食)▶**対象**: 7～10カ月児と保護者▶**日時**: 4月11日(金)午前10時～11時30分▶**定員**: 30組(申込順)
- ②**光が丘保健相談所**☎5997-7722(1回食)▶**対象**: 5・6カ月児と保護者▶**日時**: 4月18日(金)午前10時～11時30分▶**定員**: 30組(申込順)
- ③**石神井保健相談所**☎3996-0634(2・3回食)▶**対象**: 7～10カ月児と保護者▶**日時**: 4月23日(水)午前10時～11時30分▶**定員**: 35組(申込順)

**お子さんのことばの心配にお
答えします～ことばの教室**

南町小・北町西小・石神井小・大泉小にある「ことばの教室」では、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。発音が正しくない(「先生」を「テンテイ」と言うなど)、ことばが滑らかに出来ない、ことばの発達が遅れているなどの心配があるお子さんの保護者は、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

**4月から児童扶養手当・特別児童
扶養手当の支給額が変わります**

父母の離婚などにより単身で児童を扶養している保護者に支給する児童扶養手当と、障害のあるお子さんを扶養している保護者に支給する特別児童扶養手当の支給月額を、物価変動などのため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	41,140～9,710円	50,050円	33,330円
変更後	41,020～9,680円	49,900円	33,230円

**読み聞かせと工作
～おはなしポケット**

▶**対象**: 未就学児と保護者▶**日時**: 4月28日(月)午前10時30分～11時30分▶**場所**: 豊玉リサイクルセンター▶**定員**: 12名(申込順)▶**申込**: 電話で豊玉リサイクルセンター☎5999-3196

認証保育所の保育料を助成

認証保育所にお子さんを預けている方の負担を軽減するため、保育料の一部を助成しています。▶**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…月2万円、1～2歳…月1万5,000円、3歳以上…月1万円 ※4月1日現在の満年齢です。▶**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「手当て・助成を受ける」にある申請書に必要事項を記入の上、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。

スポーツ

初心者スポーツ教室

▶**対象**: 往復ハガキに①教室名(☐は④⑤の別も)②住所③氏名(ふりがな。☐はお子さんの氏名も)④年齢⑤性別⑥学年(学生のみ)⑦電話番号を記入の上、4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

☐バレーボール

▶**対象**: 15歳以上の方(中学生を除く)▶**日時**: 5月8日～6月12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

☐バドミントン

▶**対象**: 15歳以上の方(中学生を除く)▶**日時**: 5月8日～6月12日の毎木曜午前10時～正午【6日制】▶**場所**: 中村南スポーツ交流センター▶**定員**: 50名(抽選)▶**費用**: 2,500円(保険料、シャトル代)

☐ソフトテニス

▶**対象**: 中学生以上の方(中学生は

保護者同伴)▶**日時**: 5月10日～24日の毎土曜午前9時～正午【予備日5月31日(土)。3日制】▶**場所**: 豊玉中公園庭球場▶**定員**: 60名(抽選)▶**費用**: 1回500円(保険料、ボール代など)

☐ゴルフ

▶**対象**: 15歳以上の女性(中学生を除く)▶**日時**: ④5月12日～7月14日の毎月曜午後3時～4時30分⑤5月13日～7月15日の毎火曜午前10時30分～正午【いずれも10日制】▶**場所**: ④中村ゴルフクラブ(中村南3-20-20)⑤学園ゴルフセンター(大泉町3-26-22)▶**定員**: 各20名(抽選)▶**費用**: 12,480円(保険料、ボール代など)

☐親子体操

▶**対象**: 4歳以上の未就学児と保護者▶**日時**: 5月11日～6月22日の毎日曜午前10時～11時30分【5月25日を除く。6日制】▶**場所**: 上石神井体育館▶**定員**: 25組(抽選)▶**保険料**: 114円

平成26年度版スポーツガイドブックができました

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、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、スポーツ振興課(同本庁舎11階)▶**問合せ**: スポーツ振興課管理係☎5984-1372

**みずぼうそう・高齢者肺炎球菌
予防接種が定期予防接種化へ**

みずぼうそう、高齢者肺炎球菌の2種類の任意予防接種について、国が定期予防接種化に向けて検討しています。予防接種の対象者・接種期間など詳しくは、決まり次第、区報や区ホームページでお知らせします。▶**問合せ**: 予防係☎5984-2484

定期予防接種…予防接種法により国や自治体が接種を奨めるワクチンで、無料または実費で受けられます。

地区区民館に遊びに行こう!

**新1年生
歓迎行事を
開催** 地区区民館は、地域の子どもたちに放課後や土曜の遊び場を提供しています。4月に開催する新入生の歓迎行事を紹介いたします。▶**問合せ**: 各地区区民館

地区区民館	日時	内容
豊玉北☎3948-3061	4/23(水)15:00から	施設紹介、ゲーム大会
桜台☎3993-5461	4/16(水)15:30から	子ども輪投げ&ピンゴ大会
氷川台☎3932-3656	4/16(水)14:30から	施設紹介
春日町南☎3926-4971	4/23(水)15:00から	施設紹介、ゲーム大会
高松☎3999-7911	4/9(水)15:00から	
旭町北☎5998-0511	4/16(水)15:00から	プラバン工作
光が丘☎3979-6911	4/9(水)15:00から	
北町☎3937-1931	4/16(水)14:00から	施設紹介、ゲーム大会
北町第二☎3931-1270	4/9(水)15:00から	
富士見台☎3926-1091	4/16(水)15:00から	
関町北☎3594-2603	4/15(火)15:00から	施設紹介、パネルシアターなど
西大泉☎3921-6493	4/23(水)15:00から	
北大泉☎3978-0324	4/16(水)15:00から	
大泉学園☎3922-4101	4/16(水)15:00から	

**子どもの予防接種票を
郵送します**

対象となる方へ、下表の時期に予防接種票を発送します。予防接種票に必要事項を記入の上、協力医療機関で予防接種を受けてください。▶**問合せ**: 予防係☎5984-2484

予防接種票の送付時期	予防接種名
生後1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-IPV1期初回1～3回目
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 DPT-IPV1期追加 麻しん風しん混合1期 みずぼうそう1・2回目(※2) おたふくかぜ(※2)
3歳の誕生月の中旬	日本脳炎1期初回1・2回目・追加
11歳の誕生月の中旬	DT2期
4月上旬(平成20年4月2日～21年4月1日生まれのお子さん対象)	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 任意予防接種のため自己負担があります。

年に一度の狂犬病予防注射をお忘れなく 生涯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。 ※ペット動物無料
相談コーナーも設けます。 ▶費用:狂犬病予防注射…3,550円(注射料金
3,000円、注射済票交付手数料550円) / 生涯登録…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

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、証明書をもって
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)。

生涯登録 区民事務所、出張所、
保健相談所、生活衛生課で受け付
けています(登録料は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も前記の
生涯登録窓口へ届け出が必要です。

平成26年度 狂犬病予防集合注射会場一覧

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7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)	
[雨天代替日 4月14日(月)]	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8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)	
[雨天代替日 4月15日(火)]	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9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)	北町あおば公園(北町2-41-17)
[雨天代替日 4月16日(水)]	上石千川児童遊園(上石神井1-8-3)	関区民センター(関町北1-7-2)
	もみじ公園(大泉町1-42-21)	
4月10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)	
[雨天代替日 4月17日(木)]	東京都石神井学園(石神井台3-35-23)	石神井庁舎(石神井町3-30-26)
	東大泉弁天池公園(東大泉3-37-9)	大泉西出張所(南大泉5-26-19)

※2月28日までに生涯登録をした犬の飼い主には、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来てください。
※車での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、お問い合わせいただくか、区ホームページ「保健・医療・健康・衛
生」をご覧ください。各会場へお問い合わせはご遠慮ください。
※犬がフン・尿をしたときは、飼い主が責任を持って始末してください。



健康・衛生

区民健康づくりセミナー 「高齢者が気をつける肺の病気」

▶日時:6月8日(日)午前9時30分~
11時30分 ※午前8時30分から肺
機能検査(定員20名(抽選))を受け
られます。▶場所:練馬区医師会館
(高野台2-23-20)▶内容:講義▶講
師:日本大学医学部内科学系呼吸器
内科学分野准教授/権寧博▶定員:
150名(申込順)▶区の担当:健康推
進課庶務係▶申込:ハガキまたは
ファクスで①セミナー②住所③氏名
④電話番号⑤肺機能検査希望の有無
⑥質問(ある方のみ)を、5月10日(必
着)までに〒177-8508高野台2-23-
20 練馬区医師会 ☎3997-7500
3997-7511 ※練馬区医師会ホーム
ページ([http://www.nerima-med.
or.jp/](http://www.nerima-med.or.jp/))からも申し込みます。

認知症サポーター養成講座

認知症の方や家族が安心して日常
生活を送るには、地域の方の理解や
応援が必要です。今回、地域の理解
者・応援者である認知症サポーター
の養成講座を開催します。参加者には、
認知症サポーターであることを示す
オレンジリングを差し上げます。
▶日時:4月24日(木)午前10時~正午▶
場所:区役所アトリウム地下多目的
会議室▶講師:居宅介護支援センター
練馬ゆめの木センター長/塚本寿美
雄▶定員:100名(申込順)▶申込:電
話で認知症対策係 ☎5984-4597

認知症介護家族による 介護なんでも電話相談 ☎6904-5080

介護経験や専門知識のある相談員
が、介護の悩みや不安を抱えている
方の相談に電話で応じます。▶相談
日時:毎水曜午前10時~午後3時(祝
休日、年末年始を除く)▶問合せ:認

知症対策係 ☎5984-4597

講演会

「知っておきたい認知症の医学」

▶日時:4月23日(水)午前10時~正
午▶場所:区役所本庁舎20階▶講
師:隆記会田中医院院長/田中秀明
▶定員:40名(申込順)▶申込:電話
で認知症対策係 ☎5984-4597



高齢者

高齢者のための健康講座 ~脳と音楽について

▶対象:区内在住の60歳以上の方
▶日時:4月19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

歌舞伎の世界

▶対象:区内在住の60歳以上の方
▶日時:4月29日(祝)午前10時~正午
▶場所:豊玉高齢者センター▶内容:
歌舞伎の歴史や役者の生い立ちをた
どる▶講師:歴史研究家/山岡昭▶
定員:70名(抽選)▶申込:往復ハガ
キに①講座名②住所③氏名(ふりが
な)④年齢⑤電話番号を記入の上、
4月15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

いきいきクッキング

▶対象:区内在住の60歳以上の方
▶日時:4月25日(金)午前10時30分~
午後1時▶場所:豊玉高齢者センター
▶内容:季節の食材を使った調理実
習▶講師:食のサポーターねりま会
員▶定員:16名(抽選)▶材料費:500
円▶申込:往復ハガキに①教室名②
住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電
話番号を記入の上、4月14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

4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

	場 所	受付時間
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。
	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	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	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。
	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、事前に電話連絡の 上、受付時間内に来所して ください。
歯科	石神井歯科休日急患診療所 (石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階) ☎3996-3424	日曜・祝休日の10:00~ 11:30・13:00~16:30 ※当日、事前に電話連絡の 上、受付時間内に来所して ください。

●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。急病
者の応急診療を行います。

▶診療時間:日曜・祝休日の午前9時~午後5時

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
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
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263

●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
ダイヤル回線 ☎3212-2323

●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

●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)

●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

6日(日)	あおい接骨院(北町2-25-11)	☎3550-3250
	仁愛堂前田整骨院(春日町4-16-21)	☎3970-0550
	昭和接骨院(下石神井4-14-10)	☎5393-3871
13日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	まこと接骨院(高松4-24-16)	☎3926-4348
20日(日)	小間沢接骨院(早宮4-16-6)	☎5999-1550
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
27日(日)	赤坂接骨院(関町北1-26-7)	☎3920-4021
	三晴接骨院(小竹町2-8-8)	☎3958-4325
29日(祝)	沢田接骨院(富士見台2-17-22)	☎3990-1818
	永昌接骨院(上石神井3-6-29)	☎3997-7786
29日(祝)	桶谷整骨院(桜台4-1-6)	☎3948-7665
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	たかつか接骨院(東大泉4-24-1)	☎3978-1127



初春の尾瀬ヶ原探勝

▶対象:18歳以上の方▶日時・場所:6月7日(土)午前8時30分西武池袋線練馬駅集合～尾瀬ヶ原(群馬県)～8日(日)午後7時集合場所解散 ※雨天決行。 ※至仏山荘に宿泊。▶内容:往復約15kmの山道をガイドと一緒に歩く▶定員:20名(抽選)▶費用:2万円(バス代、宿泊費など)▶申込:往復ハガキに①催し名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を記入の上、4月30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(http://www.nerima-rc.jp/)からも申し込みます。 ※事前説明会を

5月11日(日)午前10時から豊玉リサイクルセンターで行います。

開館記念！石神井公園ふるさと文化館分室の催し

①②とも▶場所:石神井松の風文化公園管理棟(石神井台1-33-44)▶問合せ:石神井公園ふるさと文化館分室☎5372-2572 ※事前の申し込みは不要です。

①五味康祐遺愛のピアノ・ベーゼンドルファーによるサロンコンサート▶日時:4月5日(土)・6日(日)午後2時～3時▶出演:ピアニスト/澤井俊佑

②古本交換会 古本は5冊までお持ち帰りいただけます。▶日時:4月12日(土)・13日(日)午前10時～午後4時 ※本がなくなり次第終了。

〈読まなくなった本をお持ちください〉 不用になった本をお持ちください。元払いによる郵送もできます。 ※

1人段ボール2箱まで。 ※返却不可。▶日時:4月1日(火)～6日(日)・8日(火)～13日(日)午前10時～午後5時(12日・13日は午後2時まで)▶本の種類:文学、美術、音楽、実用、漫画、

童話など▶郵送先:〒177-0045石神井台1-33-44石神井松の風文化公園管理棟内 石神井公園ふるさと文化館分室

酪農体験参加者募集

5/18(日)牛とふれあおう!

東京23区唯一の牧場で、乳搾り体験などを通じて牛とふれあってみませんか。▶対象:区内在住の小学生以上の方 ※小中学生は保護者同伴。▶日時:5月18日(日)午前10時～正午 ※悪天候の場合は25日(日)に延期。▶場所:小泉牧場(大泉学園町2-1-24) ※車での来場はご遠慮ください。▶定員:90名(抽選)▶保険料など: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18日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係☎5984-1403☎3993-1451



情報あらかると

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

●4月6日～15日は春の全国交通安全運動(①光が丘交通安全フェスティバル②練馬交通安全自転車教室)▶日時・場所:①4月6日(日)午後1時30分から…光が丘公園けやき広場②4月13日(日)午前9時から…豊玉小▶内容:①スタントマンによる交通事故の再現など②小学生対象の自転車安全教室など▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:警察署交通総務係①光が丘☎5998-0110②練馬☎3994-0110

●ノルディックウォーキング▶対象:18歳以上の方▶日時・場所:4月12日(土)午前9時30分練馬文化センター集合～南蔵院～正午集合場所解散(約5km)▶定員:15名(申込順)▶費用:500円 ※別途レンタルポール代500円。 ※4月10日(木)までに事前に申し込みが必要です。詳しくは、スポーツ振興課振興係☎5984-1948にお問い合わせください。

●江古田遺跡現地説明会▶日時:4月12日(土)午前11時～午後3時▶場所:江古田遺跡(中野区江古田3-14)▶講師:東京都埋蔵文化財センター職員▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:東京都埋蔵文化財センター江古田三丁目分室☎5942-8493

●陸上自衛隊第1師団創立52周年・練馬駐屯地創立63周年記念行事▶日時:4月13日(日)午前9時～午後2時30分▶場所・問合せ:陸上自衛隊練馬駐屯地(北町4-1-1)☎3933-1161▶内容:記念式典、自衛隊車両体験乗車、装備品展示、音楽演奏など

●光が丘清掃工場個人見学会▶日時:4月19日(土)午後1時30分～3時▶定員:50名(申込順)▶申込:4月17日(木)までに電話で光が丘清掃工場☎3977-5311

●慈雲堂内科病院公開講座「不眠症について」▶日時:4月19日(土)午後2時～4時▶場所:慈雲堂内科病院▶定員:100名(申込順)▶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、慈雲堂内科病院総務課☎3928-6511☎3928-6626・電子メールkouza@jiundo.or.jp

●みどりめぐり隊～制覇！新緑の練馬富士に登ろう！▶日時・場所:4月20日(日)午前9時30分地下鉄有楽町線平和台駅集合～どんぐり山憩いの森～氷川神社の富士塚～田柄川緑道～正午下練馬の富士塚解散(約3.5km。小雨決行)▶定員:20名(申込順)

▶費用:300円▶申込:4月11日(金)までに電話で練馬みどりの機構事務局☎5999-9577

●練馬つつじ祭りフリーマーケット出店者募集▶日時:4月29日(日)午前10時～午後3時▶場所:南町小▶費用:1区画1,500円 ※複数申し込み可。 ※事前に申し込みが必要です。申し込み方法など詳しくは、商工係☎5984-2675にお問い合わせください。

●SSC桜台の教室 ①～④とも▶場所:桜台体育館 ※②を除き事前に申し込みが必要です。詳しくは、スポーツ振興課振興係☎5984-1948にお問い合わせください。

①ダブルダッチクラブ▶対象:5歳以上の方▶日時:4月5日から主に第1・3・4土曜、第2日曜午前9時15分～正午▶定員:30名(申込順)▶費用:入会金2,000円、月会費2,500円

②スラックライン教室▶対象:5歳以上の方▶日時:4月5日～9月27日の第1・3・4土曜午前10時～正午[5月3日を除く。17日制]▶定員:15名(先着順)▶費用:会費6,000円▶申込:当日会場受け付け

③ヒップホップダンス▶対象:小学生以上の方▶日時:4月8日から毎火曜午後6時30分～8時▶講師:ダンサー/酒井夏子▶定員:20名(申込順)▶費用:入会金2,000円、月会費2,500円

④健康体操▶対象:50歳以上の方▶日時:4月7日から毎月曜午前10時～正午▶講師:体操指導員/工藤和桂子▶定員:20名(申込順)▶費用:入会金2,000円、月会費2,000円

●SSC平和台の教室▶場所:①～⑩平和台体育館⑪開進第一小▶申込:電話またはファクスで①教室名(①～⑪の別。①④⑥⑦は④⑧の別も)②住所③氏名④年齢(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、SSC平和台☎5921-7800

①ヨーヨークラブ▶対象:女性▶日時:毎火曜④午前11時～午後0時10分(ビューティフルヨガ)⑥午後0時30分～1時40分(ヒーリングヨガ)▶定員:各30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費6,000円(60歳以上の方4,800円)

②ストレッチ&バランスボールクラブ▶日時:毎水曜午前10時～正午▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費2,500円、年会費6,000円(60歳以上の方4,800円)

③アロハフラ▶日時:第2を除く月曜午前10時～11時30分▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費6,000円(60歳以上の方4,800円)

用:月会費2,000円、年会費6,000円(60歳以上の方4,800円)

⑤よさこいダンス[華鼓舞]▶対象:小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。▶日時:毎火曜午後7時～9時▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費2,500円、年会費6,000円(60歳以上の方4,800円)

⑥プレキッズ体操クラブ▶対象:④1歳児と保護者②2～3歳児と保護者▶日時:④第2・4火曜⑥毎火曜午後1時15分～2時30分▶定員:各20組(申込順)▶費用:月会費④2,000円⑥3,000円、年会費4,800円

⑦ベビーマッサージ&ママビクス教室▶対象:2～10カ月児と母親▶日時:第1・3月曜④午前10時～11時30分⑥午後0時30分～2時▶定員:各20組(申込順)▶費用:6回9,000円

⑧バレーボールジュニアクラブ▶対象:小学6年～中学生▶日時:毎木曜午後7時～9時▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費4,800円

⑨ジュニアスイミングクラブ▶対象:自由形で25m泳げる小学生▶日時:第1・3・4月曜午後5時30分～6時40分▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費4,800円

⑩バスケットボールジュニアクラブ▶対象:中学生～18歳の方▶日時:毎土曜午後7時～9時▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費4,800円

⑪バドミントンジュニアクラブ▶対象:小学4年生～18歳の方▶日時:毎土曜午後7時～9時▶定員:30名(申込順)▶費用:月会費3,000円、年会費4,800円

●石神井バレエ・アカデミー公演「バレエ・ラビンス～パロッドダンスからクラシックバレエへ」(公財)練馬区文化振興協会舞台芸術支援事業▶日時:7月5日(土)午後6時開演▶場所:練馬文化センター▶内容:パロッドダンス、「ラ・シルフィード」より、グラン・パ・クラシック、「眠れる森の美女」第3幕など▶出演:吉田ほほか▶入場料:S席6,000円、A席5,000円▶申込:電話でカンフェティケットセンター☎0120-240-540(平日午前10時～午後6時)※カンフェティホームページ(http://www.confetti-web.com/)からも申し込みます。 ※3歳以下のお子さんは入場不可。

〈抽選で区内在住の方と区内在住の車いすの方をご招待〉 区内在住の方24名と、区内在住の車いすの方と介助の方8組16名をご招待します。▶申込:往復ハガキに①催し名(①⑧の別も)②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を記入の上、4月10日(必着)までに〒177-0041石神井町2-1-2 石神井バレエ・ア

カデミー区民招待係☎3996-9041

春の区民文化祭

▶場所:①②④生涯学習センター(豊玉北6-8-1)③練馬文化センター⑤石神井公園区民交流センター▶問合せ:生涯学習センター☎3991-1667

①俳句大会▶日時:4月13日(日)午前11時～午後5時(当日参加は午後1時まで受け付け)▶講師:俳誌「豈・船団」同人/池田澄子▶費用:1,000円▶持ち物:未発表の雑詠3句 ※欠席投句の希望者は、4月5日(必着)までに申し込みが必要です。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

②いけ花とお茶の会▶日時:4月19日(土)・20日(日)午前10時～午後4時※茶席は20日のみ。当日参加可(費用2席1,000円)。

③民謡大会▶日時:4月20日(日)午前10時～午後7時30分

④詩吟詩舞剣舞大会▶日時:4月27日(日)午前10時～午後4時30分

⑤川柳大会▶日時:4月29日(日)午前10時30分～午後5時(当日参加は午後0時45分まで受け付け)▶費用:1,000円▶持ち物:兼題「照る」「やさしい」、詠み込み不可「そろそろ」「太陽」の句3句以内(席題は当日発表)※欠席投句の希望者は、4月15日(必着)までに申し込みが必要です。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

花とみどりの展示会

▶場所・問合せ:花とみどりの相談所☎3976-9402

●春の小品盆栽展▶日時:4月4日(金)～6日(日)午前9時～午後5時(6日は午後4時まで)

●春の山野草とスケッチ展▶日時:4月11日(金)～13日(日)午前9時～午後5時(13日は午後4時まで)

朝・夕・青空市

▶問合せ:商工係☎5984-2675

●江古田いちば通り商店街▶日時:4月1日(火)午前10時～午後7時

●南ヶ丘商店街▶日時:4月4日(金)午前9時から

家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:認知症対策係☎5984-4597

●言語リハビリ教室▶日時:4月19日(土)午後1時30分～3時30分▶場所:関町デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:10名(申込順)▶申込:電話で関町デイサービスセンター☎3928-5030

●正しいオムツの選び方▶日時:4月26日(土)午後1時30分～3時30分▶場所:特別養護老人ホームやすらぎミ

ラージュ▶内容:講義▶定員:15名(申込順)▶申込:電話でやすらぎミラージュデイサービスセンター☎5905-1191

リサイクルマーケット

▶問合せ:リサイクル推進係☎5984-1097

●こぐれの森緑地(大泉学園町4-2-4)▶日時:4月12日(土)午前10時～午後1時(雨天19日)

●北町ふれあい公園(北町2-17-6)▶日時:4月13日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)

●夏の雲公園(光が丘3-4-1)▶日時:4月20日(日)午前9時～正午(雨天中止)

●むくのき公園(石神井町2-18-7)▶日時:4月20日(日)午前9時～午後1時(雨天中止)

●和田堀公園(石神井町1-1-11)▶日時:4月20日(日)午前9時30分～午後1時(雨天27日)

●美術の森緑地(貫井1-36-26)▶日時:4月20日(日)午前10時～正午(雨天中止)

●平成つつじ公園(練馬1-17-6)▶日時:4月27日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)

学校応援団・開放まつり

●田柄小 東北復興支援ミュージカル「桜さくら」▶日時:4月13日(日)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)▶定員:150名(先着順)▶持ち物:上履き▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:学校応援団・開放係☎5984-1057

個人情報については、削除してあります。



講座・講演会

時事問題を考える

▶対象:18歳以上の方▶日時:4月23日~来年3月25日の第4水曜午後7時~8時30分▶場所・問合せ:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)☎3991-1667▶内容:その月のニュースを解説▶講師:元毎日新聞社ソウル支局長/長田達治▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

ダンス・オープン・スクール

▶対象:中学生~おおむね30代の方▶日時:①4月6日(日)、5月11日(日)、6月8日(日)午後6時~8時②4月22日(火)、5月20日(火)、6月24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

早朝の植物観察会

▶日時:4月13日(日)午前8時~9時15分▶場所:花とみどりの相談所周辺の公園▶内容:解説を聞きながら季節の植物を観察▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で花とみどりの相談所☎3976-9402

新宿御苑「自然“感”察会」

▶対象:18歳以上の方▶日時:4月26日(土)午前9時40分~正午▶場所:新宿御苑(新宿区内藤町11)▶内容:動植物の観察▶講師:プロ・ナチュラルリスト/佐々木洋▶定員:35名(抽選)▶入園料など:190円▶申込:

往復ハガキに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、4月15日(必着)までに〒176-0012 豊玉北6-8-1 生涯学習センター☎3991-1667

リサイクルセンターの講座

①②とも▶対象:18歳以上の方▶申込:往復ハガキに①講座名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入の上、①4月12日②17日(必着)までに各申込先へ※リサイクルセンターホームページ(http://www.nerima-rc.jp/)からも申し込めます。

①旬を味わう! たけのこづくし

▶日時:4月26日(土)午前11時~午後1時▶場所・申込先:春日町リサイクルセンター(〒179-0074春日町2-14-16)☎3926-2501▶内容:圧力鍋で、たけのこ飯や土佐煮などを作

る▶定員:10名(抽選)▶費用:300円▶持ち物:エプロンなど②かんたんツールペイントで作るガーデンピック(庭の飾り)

▶日時:4月27日(日)午前10時~午後0時30分▶場所・申込先:関町リサイクルセンター(〒177-0051関町北1-7-14)☎3594-5351▶定員:16名(抽選)▶費用:200円▶持ち物:エプロン、発泡スチロールトレーなど

バンド演奏ができる南大泉青少年館音楽練習室利用講習会

▶対象:中学生以上の職業音楽家でない方▶日時:4月6日(日)午前10時~正午▶場所:南大泉青少年館▶定員:15名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、南大泉青少年館☎3924-3500 FAX3924-3302

区民のひろば

- この欄は、区民の方の自主的なサークル活動などを紹介しています。区の事業ではありませんので、内容などの確認は当事者間でお願いします。●記事中の会場は主催者が利用を予定しているものです。▶問合せ:広報係☎5984-2690

個人情報が含まれているため、「区民のひろば」(サークル紹介)については、削除してあります。

区民のひろば・投稿のきまり

◎掲載の対象 区民の方や区内の団体(代表者と構成員の半数以上が区民の方)が、区内の公的施設を利用して行う自主的な活動で、原則として1回の会費が1,500円以内のもの ※次の活動は掲載できません。★営利活動★売名行為★政治・宗教関係★対象が著しく限定されている★物品などの交換 ◎申込 原稿を持参するか郵送・ファクスで〒176-8501区役所内広聴広報課広報係(本庁舎7階) FAX3993-1194 ※区ホームページ「ねりま区報」からも申し込めます。 ※掲載は申込順(申し込みからおおむね3カ月後)。催し物など日時確定のものは、掲載希望号の1カ月前が原稿締め切り。 ※掲載後、

次回掲載まで8カ月以上あけていただきます。 ※掲載は無料。

【記載事項】①団体名②活動内容③対象(経験や年齢を限定している場合のみ)④活動日時・場所⑤入会金・月会費など⑥問い合わせ先の方の名前・電話番号・電子メールアドレス(希望する方のみ)・住所(掲載はされません)

◎掲載内容の確認 掲載日の2週間程前に、区報の編集委託会社・(株)読売プラスが掲載内容の確認を行います。掲載内容以外の項目をお聞きすることはありません。

〈問い合わせ先に電子メールアドレスを掲載できるようになりました〉 希望する方は原稿に電子メールアドレスも記入してください。

～人が地域を育て、地域が人を育てる～

ねりま人

18

スポーツの力で
地域交流を活発に



花見に来た多くの方がパフォーマンスに足を止めました

光が丘公園に桜が咲く頃、音楽、スポーツ、アートなど多彩な内容で盛り上がるチェリーブロッサムフェスタ、通称「チェリプロ」が開催されます。その発起人である大熊さんに、立ち上げの経緯やチェリプロにかける思いを伺いました。



プロフィール

おおぐまあつし 昭和33年、岡山県倉敷市生まれ。小さい頃からアイススケート、ソフトボール、卓球、サッカーなどいろいろなスポーツにチャレンジしてきた。子どもが5歳の時に光が丘に移り住み、会社勤めの傍ら、スポーツを中心とした地域活動に携わっている。

「最近では、参加団体の方から積極的に問い合わせをいただくことが増えましたが、もっと地域団体の交流の場として活用

「イベントの主催なんて初めてで、勝手が分からず、光が丘の地区祭を主催する方にノウハウを伺ったんです。そこで得たのが『人を集めるのではなく、人が集まっているところである』という逆転の発想でした」

そこで、お花見シーズンに大勢の人が集う光が丘公園で、チェリプロとして開催することにしました。多様な参加者を受け入れる懐の広さが噂を呼び、参加者が増えたというわけです。

「地域でのスポーツ交流を浸透させるため、光が丘の地区祭に参加した際、ボランティアで音楽活動をしている堀良二さんと出会ったことが始まりでした」

7年で参加者6万5000人という規模までに成長したチェリプロですが、始まりはたったの2人。これだけの参加者を集めた秘策を教えてくださいました。

「地域でのスポーツ交流を浸透させるため、光が丘の地区祭に参加した際、ボランティアで音楽活動をしている堀良二さんと出会ったことが始まりでした」

大熊篤さん
ねりま光が丘
チェリーブロッサムフェスタ実行委員長

してもらいたいですね」

「地域交流の場が大熊さんの活動のキーワード。スポーツを通じて地域交流の場づくりを目指す、ねりまSSC(総合型地域スポーツクラブ)にも携わっています。

「地域でスポーツをしようと、働く父親同士がつながることが出来るんです。スポーツを楽しんだ後、飲みに行くといった交流の場が大切ですね。また、青少年には地域や学校の枠を超えた交流を体験してもらいたいです。そうすると将来、会社人間のように○○だけの人間にならずに済みます。大人も子どもも、地域でのつながりが社会で生きてくるんですよ」

SSCとチェリプロ。一つの場所にこだわらない大熊さんの精神が、そこに生かされています。

※練馬区観光協会ホームページで連載中の「ねりま人」を再編集して掲載しています。

問合せ 練馬区観光協会 ☎5984-1032 (http://www.nerima-kanko.jp/)

音楽アート&スポーツの祭典

ねりま光が丘
チェリーブロッサムフェスタ
2014

▶日時:4月5日(土)午前10時～午後9時、6日(日)午前10時～午後6時▶場所:光が丘公園
▶内容:音楽・アートのステージショー、スポーツコーナー、模擬店など▶問合せ:大熊 ☎5998-3089

(公財)練馬区文化振興協会の催し

チケットの予約・購入 ☎3948-9000 (午前10時～午後5時)

問合せ ☎3993-3311 http://www.neribun.or.jp/



練馬文化センター(大ホール)

8/1 金 ナプア・グレイグ&ハワイアン・フラ・ガールズ

南国ムードあふれる本場ハワイのグループがお届けするフラステージ最新作です!

午後7時開演

出演 ナプア・グレイグほか
入場料 S席6,500円、A席4,500円 (全席指定)

※車いす席は、本人・付添者とも3,250円。
※4歳以上入場可(要チケット。膝上観賞不可)。

チケット予約・購入方法 電話予約…4月19日(土)午前10時から①
購入…4月20日(日)午前10時から①②③



ナプア・グレイグ

練馬文化センター(小ホール)

8/8 金 沖仁フラメンコギターコンサート

フラメンコギター国際コンクールにおいて日本人で初めて優勝した沖仁のコンサートです。

午後7時開演 出演 沖仁ほか 入場料 4,500円(全席指定)
※車いす席は、本人・付添者とも2,250円。

チケット予約・購入方法 電話予約…4月27日(日)午前10時から①
購入…4月28日(月)午前10時から①②③



大泉学園ゆめりあホール

7/1 火 Tiga Jantung 賢治さんのお話と音楽

宮沢賢治作品を声に出して読む魅力と、ラジオドラマを目の前で演じるようなステージをお楽しみください。

午後7時開演 出演 三倉麻実(クラリネット)ほか
入場料 1,000円(全席指定) ※車いす席は、本人・付添者とも500円。

チケット予約・購入方法 電話予約…4月9日(水)午前10時から①
購入…4月10日(木)午前10時から①②③

練馬文化センター(小ホール)

7/9 水 白石加代子「百物語」シリーズ 第三十二夜

“恐怖”をキーワードに選んだ近・現代の小説を白石加代子が朗読する「百物語」シリーズ。22年の歳月を重ね、ついに第99話ファイナル公演です。お見逃しなく!

午後7時開演

内容 第98話 三島由紀夫「橋づくし」
第99話 泉鏡花「天守物語」
構成・演出 鴨下信一 出演 白石加代子
入場料 5,000円(全席指定)
※車いす席は、本人・付添者とも2,500円。

チケット予約・購入方法 電話予約…4月26日(土)午前10時から①
購入…4月27日(日)午前10時から①②③



白石加代子

練馬文化センター(小ホール)

4/22 火～24 木 第29回 練馬区新人演奏会
出演者選考オーディション

練馬区新人演奏会の1次審査を、客席前方で観覧できます。
4月22日(火)…音楽部門、4月23日(水)…木管楽器部門、4月24日(木)…弦楽器部門
※いずれも午後1時から。 ※事前の申し込みは不要です。

チケット予約・購入はこちら

- ①練馬文化センター(練馬駅下車北口徒歩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))
 - ③(公財)練馬区文化振興協会ホームページ http://www.neribun.or.jp/
- ※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の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へ入場券を1割引で販売します。

ぴあ 全国のチケットぴあ窓口、ぴあ Web サイトなどでも予約・購入ができます。
小学生 未就学児は入場できません。乳幼児も入場できません。

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。

特集号 4/1

ねりま 区報

発行/練馬区 編集/広聴広報課広報係
〒176-8501 豊玉北6-12-1
☎3993-1111(代表) FAX 3993-1194
〈夜間・休日〉☎3993-1101
http://www.city.nerima.tokyo.jp/



ねり丸 © 練馬区



練馬駅北口に開設します

Coconeri

ココネリ

Coconeriは、区民・産業プラザなどの区施設と民間施設からなる複合施設です。「Coconeri」という名称には、「ここからはじまる練馬の新生活」「交流、経済活動、社会復帰、子育てがここを拠点にはじまる」という意味が含まれています。また、ロゴの「C」の中に区の花ツツジをデザインしています。▶問合せ:経済課庶務係☎5984-4754



区民・産業プラザ開館記念イベント～魅せます!ねりまの産業

区と区内産業関係団体が協力して、7月末まで区民・産業プラザ開館記念イベントを開催します。今回、4月に開催するイベントを紹介します。 ※5月以降のイベントは後日区報でお知らせします。

練馬駅周辺の10商店会と区民・産業プラザを巡る「ねりま～るスタンプラリー」

スタンプを集めると、10万円の選べるギフトや旅行券などの豪華景品が当たります。▶開催期間:4月11日(金)～29日(祝) ※用紙はココネリ2階で配布します。 ※抽選会は29日(祝)午前11時～午後5時にココネリ2階で行います。▶問合せ:練馬10商店会・山村☎3993-2306

区民向け内覧会

4月11日(金)午後1時～3時にココネリ3・4階を見学できます(一部の施設を除く)。 ※事前の申し込みは不要です。▶問合せ:経済課庶務係☎5984-4754

練馬が舞台のアニメ「ロボットガールズZ」上映会・声優トークライブ

▶日時:4月20日(日)午後4時30分～6時30分▶場所:ココネリ3階▶定員:150名(抽選)▶申込:響ラジオステーションホームページ(<http://hibiki-radio.jp/description/rbz>)から4月7日(月)までに申し込んでください。▶問合せ:アニメ産業振興係☎5984-1276

Neridenフェスタ「練馬の伝統工芸品展」

伝統工芸品の展示・販売や実演、制作体験などを行います。▶日時:4月26日(土)～29日(祝)午前10時～午後7時(29日は午後6時まで)▶場所:ココネリ3階▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:練馬区伝統工芸会・河原☎5387-5247

楽しいイベントがいっぱいねり!

講座・講演会

日時	イベント名	定員
①4/16(水) 18:00～19:30	開館記念特別講演会「ディズニーに学ぶファンと顧客の増やし方」▶講師:JSパートナー(株)代表取締役/福島文二郎	300名 (先着順)
②4/18(金) 13:30～15:30	講座「経営に役立つ情報セキュリティの取り組み」	60名 (申込順)
③4/22(火) 13:30～15:30	講座「成長企業に学ぶ付加価値戦略による利益向上術」	60名 (申込順)
④4/23(水) 14:00～16:00	講座「元銀行員が教える融資交渉のポイント」	60名 (申込順)
⑤4/25(金)・26(土) 10:00～17:00	中小企業向け経営相談会(1社1時間程度)	—

▶場所:ココネリ3階▶申込:①⑤当日会場受け付け②～④東京商工会議所練馬支部ホームページ(<https://www.tokyo-cci.or.jp/nerima/>)から申し込んでください。▶問合せ:①経済課庶務係☎5984-4754②～④東京商工会議所練馬支部☎3994-6521⑤練馬区産業振興公社☎3992-5335

「ねりま区報」は、朝日・産経・東京・日経・毎日・読売の各新聞に折り込んでお届けしています。また、駅・金融機関・郵便局・公衆浴場・ファミリーマート・セブン・イレブンや区立施設にも置いています。

【掲載内容について】 講座・大会などの対象は、原則として区内在住・在勤(在学)の方です。 ※郵送・ファクス・電子メールでの申し込みは、1人1通に限ります。 ※参加費など記載のないものは無料です。 ※区役所へ郵送する場合の宛先は、郵便番号(〒176-8501)と部署名のみで届きます。



ココネリ内の施設を
紹介するねり!

フロア図	5~8階 5/1(木)開設	回復期リハビリテーション病院	
	4階 ①4/23(水)開設 ②③8月上旬開設 ④4/14(月)開設	【こどもほっとステーション】 ①練馬子ども家庭支援センター練馬駅北分室 ②認証保育所 ③小児科診療所 【区民・産業プラザ】 ④練馬産業振興センター(練馬ビジネスサポートセンター)	
	3階 4/14(月)開設	【区民・産業プラザ】 練馬産業振興センター(産業・観光情報コーナー、産業イベントコーナー、研修室)、 Coconeriホール、区民協働交流センター(多目的室)	
	2階 4/11(金)開設	衣料品店、ドラッグストア、カフェ	
	1階 4/8(火)開設	スーパーマーケット	
	中地下1階 4/7(月)開設	区立自転車駐車場(700台)	区施設
	地下1階 4/8(火)開設	民間駐車場67台(バイク22台)	

3・4階 区民・産業プラザ 4/14(月)開設

区民・産業プラザは、区内の産業振興、区民の文化活動と相互交流の促進などを目的とした施設で、練馬産業振興センター、Coconeriホール、区民協働交流センターの総称です。▶問合せ:経済課庶務係 ☎5984-4754 ※4月14日(月)からは練馬区産業振興公社 ☎3992-5335。

研修・講演会、パーティーなどにご利用ください!

区民・産業プラザ内には、少人数の会議から300名規模のパーティーまで利用可能な貸し出し施設があります。利用の際には、事前の利用者登録が必要です。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「コミュニティ・暮らし」の「お知らせ」をご覧ください。

▶問合せ:練馬区産業振興公社 ☎3992-5335

主な施設	1室の定員(面積)
研修室(5室)	24~108名(35~180㎡)
Coconeriホール	160~350名(530㎡)
多目的室(2室)	16名(28㎡)
産業イベントコーナー	- (200㎡)



Coconeriホール



パーティーや講演会などさまざまな催しに利用できます

区民協働交流センター



地域活動に関する相談や、情報の収集・発信、団体同士の交流の場として利用できます

産業・観光情報コーナー、産業イベントコーナー (練馬産業振興センター内)



【産業・観光情報コーナー】
練馬駅地下にあった練馬区観光案内所を移転・統合し、区内の産業・観光情報の発信を行うほか、ねり丸グッズや区にちなんだ商品「ねりコレ」の展示・販売などを行います。

【産業イベントコーナー】
展示・販売会などの各種イベントに利用できます。

ねりサポ

区内中小企業の経営支援と
起業・創業支援の総合窓口

月~金曜 午前9時~午後5時

練馬ビジネスサポートセンター(練馬産業振興センター内)

練馬ビジネスサポートセンター(愛称:ねりサポ)では、経験豊富なビジネスマネージャーと経営・税務・労務の専門相談員が連携して、区内中小企業の経営上の悩みについて、課題解決に向けた提案などでサポートします。▶問合せ:4月14日(月)から練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020

主な事業

- 各種課題解決のための来所・電話相談
- 経営や起業・創業に関する講座・セミナーの開催
- 区の融資あっせんや各種補助金の受け付け
- 無料専門相談(右表参照)



相談日(祝休日を除く)	相談内容
月 曜	起業・創業(ビジネスマネージャー)
火 曜	労務(社会保険労務士)
水 曜	販路拡大(ビジネスマネージャー)
木 曜	経営(中小企業診断士)
金 曜	税務(税理士)

※受付時間はいずれも午後1時~4時。

練馬産業振興センター内に
右記団体の事務所が移転します

一般社団法人練馬産業連合会、東京商工会議所練馬支部、練馬区商店街連合会、練馬アニメーション協議会、
一般社団法人練馬区産業振興公社

4階 こどもほっとステーション

練馬子ども家庭支援センター練馬駅北分室 4/23(水)開設

子どもと家庭の総合相談に応じるほか、乳幼児一時預かり事業などを行います。乳幼児一時預かり事業では、当日の受け入れを行います。▶利用日時:子どもと家庭の総合相談...4月23日(水)からの午前9時~午後7時(祝休日を除く。土曜は午後5時まで) ※乳幼児一時預かり事業は6月1日(日)から開始。▶問合せ:練馬子ども家庭支援センター ☎3993-8155

認証保育所 8月上旬開設

40名規模の認証保育所を開設します。保育所では、病気の回復期などの児童を預かる病児・病後児保育室を併設します。▶問合せ:保育課保育事業者係 ☎5984-5845

小児科診療所 8月上旬開設

認証保育所の病児・病後児保育室と連携した小児科診療所を開設します。▶問合せ:保育課保育事業者係 ☎5984-5845

5~8階 回復期リハビリテーション病院 5/1(木)開設

医療法人社団慈誠会が運営する、区内初となる回復期リハビリテーション病院(急性期の治療後の回復期にリハビリテーションを行う施設(150床))を開設します。▶問合せ:医療法人社団慈誠会徳丸リハビリテーション病院 ☎3934-1661 ※5月1日(木)からは医療法人社団慈誠会練馬駅リハビリテーション病院 ☎3557-2611。

中地下1階 区立自転車駐車場 4/7(月)開設

700台を収容できる自転車駐車場で、24時間利用できます。▶料金:100円(24時間) ※3時間以内無料。 ※定期利用もできます。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:(公財)練馬区環境まちづくり公社 ☎3993-5100

