



熱中症に
気を付けよう！

暑さが厳しい時間にエアコンの使用を過度に控えると、熱中症になる恐れがあります。節電は無理のない範囲で行い、熱中症にならないように気を付けましょう(下記参照)。

練馬区公式アニメキャラクター「ねり丸」© 練馬区

ねりま 区報

6/11

平成 24 年 (2012 年) 第 1614 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

- 住民税の証明が必要な方へ…………… 2面
- 消費生活展ねりま2012…………… 8面

目次

- ・お知らせ/税/国民年金/国民健康保険/介護保険/障害のある方/環境/お休みします…………… 3面
- ・働く・ボランティア/高齢者/健康・衛生/子ども・教育…………… 4・5面
- ・講座・講演会/スポーツ/催し/ベルデ…………… 6・7面

6月11日号は、発行日が新聞休刊日のため、6月10日(日)の朝刊に折り込んでいます。

6月15日(金)に訓練用の防災放送を行います

6月15日(金)に区立全小中学校・幼稚園で一斉防災訓練を行います。当日午後2時46分ごろ、防災無線の放送を行います。放送は訓練用の放送になりますので、ご注意ください。

▶ 問合せ: 防災施設係 ☎5984-2602

第二回区議会定例会で 区長が所信を表明

6月1日、平成24年第二回区議会定例会初日の本会議で志村豊志郎区長が所信を表明しました。その中で区長は、区民の皆さまが安心して医療を受けられる環境の整備などに取り組み決意を明らかにしました。ここでは、そのあらましを紹介いたします。 ※全文は、区ホームページ「ようこそ区長室へ」でご覧になれます。



練馬区長 志村豊志郎

練馬光が丘病院

4月に開院した公益社団法人地域医療振興協会練馬光が丘病院では、今後、区民、医療関係者、学識経験者などからなる協議会を設置し、開かれた病院としてさまざまな意見を病院運営に取り入れます。

地域医療の課題解決に向けた対応

医療環境の充実に向け、新病院を整備するには、まず東京都から病床の配

分を受ける必要があります。しかし、配分の基礎となる基準病床数に余裕がないため、一定規模の病床配分を受けることが困難な状況となっています。そこで、東京都保健医療計画の改定に合わせ、基準病床数の増加や区の医療施策への支援などを国や東京都に要請します。

また、病床の確保のほか、医療連携体制の構築や医療と介護・保健との連携など、地域医療の充実に向けた取り組みの基本となる練馬区地域医療計画

防災施策の推進

東京都の地域防災計画改定の動向を注視しつつ、昨年度修正した区の地域防災計画の再改定を今年度中に実施します。再改定にあたっては、昨年度見直した内容を検証するため、9月と来年1月に、現地対策本部の開設・運営や宿泊訓練など実際の災害時に近い形で震災訓

2面に続く

みんなで実践! 賢い節電に取り組もう!

昨年の夏は、東京電力管内で大幅な電力不足となったことで節電への協力を強くお願いしました。この夏は、区民の皆さまのこれまでの経験を生かし、身近なところからエネルギー使用の無駄を見直して、無理なく「賢い節電」に取り組みましょう。

▶ 問合せ: 地球温暖化対策係 ☎5984-4705

「賢い節電」
はここから!

区立施設での節電の取り組み

区は、節電対策として、次の取り組みを行っています。

- ノーネクタイなどのクールビズ
- 室温は 28℃ に設定します
- 照明は施設利用者の安全を確保の上、消灯します

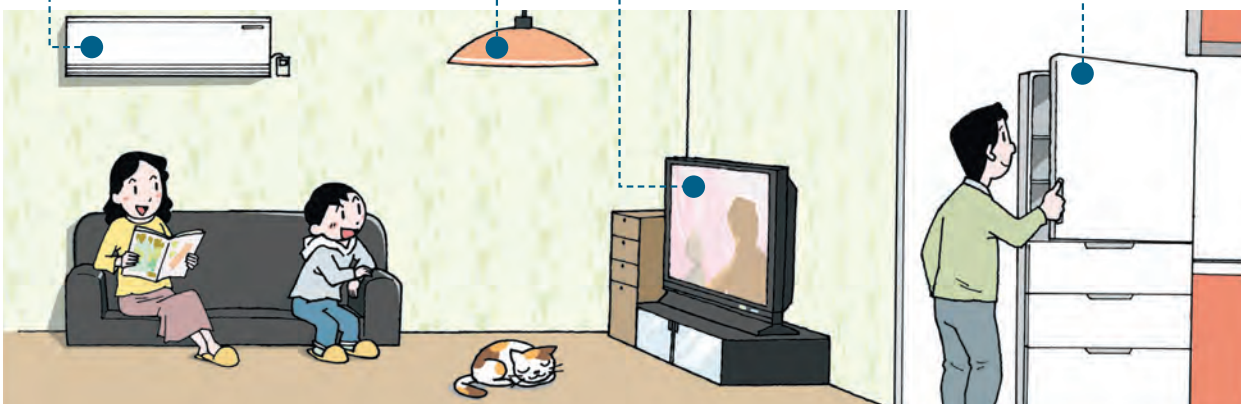
室内での熱中症を予防するためのポイント

- 室内でもこまめに水分を取りましょう
- 睡眠や栄養を十分取りましょう
- 気温や湿度の高いときには、エアコンや扇風機を上手に取り入れましょう

▶ 問合せ: 感染症指導係 ☎5984-4671

使用時間の長い家電の使い方を工夫しましょう

- エアコン** 設定温度 28℃ を心掛けましょう
外気温 31℃ のとき設定温度を 27℃ から 28℃ にすると年間約 670 円の節約!
- テレビ** 見ないときには必ず消しましょう
1 日 1 時間、見る時間を減らすと年間約 370 円の節約!
- 照明** 蛍光灯や LED 照明に替えましょう
白熱電球から電球型蛍光灯に切り替えると年間約 1,850 円の節約!
- 冷蔵庫** 物は詰め込み過ぎず、設定温度は適切に
設定温度を「強」から「中」にすると年間約 1,360 円の節約!



第二回区議会定例会で区長が所信を表明

地域コミュニティの活性化

「地域の絆」を育み、コミュニティを活性化するため「仮称」練馬区地域コミュニティ(活性化プログラム)の素案をまとめました。

策定後は、モデル地域でプログラムを試行し、その後、各地域の特性を踏まえた展開を図り、地域力の一層の向上に取り組みます。

アニメ産業の振興

区は、「ジャパンアニメーション発祥の地練馬区」を世界に向けて発信するため、国際アニメ見本市への出展の支援や世界各国の企業との事業提携、技術交流に関する情報交換など国際的なアニメ産業の交流を進めます。

また、「アニメのまち練馬区」をPRするため、練馬区の公式アニメキャラクター「ねり丸」と、名誉区民の松本零士さんの作品「銀河鉄道999」のメーテルをデザインした原動機付自転車オリジナルナンバープレートを限定作成し、8月1日から交付します。

大江戸線の延伸、補助230号線の交通開放

区北西部の公共交通空白地域を解消するため、大江戸線の大泉学園町への早期延伸を進めています。

また、基盤整備については、大江戸線延伸の導入空間となる補助230号線の整備や、来年度末の工事完了に向けた地下鉄新駅予定地周辺の土支田中央土地地区画整理事業などを進めています。なお、補助230号線は、笹目通りから土支田地蔵北交差点間の交通開放は7月に、その先の土支田通りまでは、来年春の工事完了を見込んでいます。

自転車利用のルールとマナーの啓発

警察署が定めた自転車対策重点地区・路線などに区の指導員を配置し、自転車の安全利用を訴える「マナーアップキャンペーン」を実施します。また、働いている方でも受講できる日程で自転車安全教室を開催し、受講者が無料で自転車の点検整備を受けられる事業を実施します。

みどり30推進計画

区は平成18年度に策定した「みどり30推進計画」に基づき、みどりの保全と創出に取り組んでいます。今回、区内のみどりの実態について調査したところ、民有地のみどりの減少が公共のみどりの増加を大きく上回ったことが明らかになりました。この調査結果を踏まえ、次期事業計画の策定を行います。

策定にあたっては、生け垣や壁面などの垂直面のみどりの量も評価する仕組みを検討します。また、区民一人ひとりが自発的に参加する「びいちゃんファンクラブ」事業や子どもたちが自由に木登りできる「仮称」子どもの森の整備などを通じ、区民の皆さまとともにみどりを守り育む機運を高めます。

夏に向けての節電対策

今年の夏、東京電力管内では、法に基づく電力の使用制限は行われないこととなりましたが、区は、232の区立施設に電力モニターを新たに配備し、使用中の電気を管理するなど、適切な区民サービスの提供と利用者の健康維持を図りながら節電に取り組めます。

子ども関連施策の総合的推進

■ 幼保小の連携

近年、小学校入学直後の児童の中にある、学習や生活に適応できないという大きな課題に対して、幼稚園や保育所と小学校の連携が求められています。そこで区は、私立を含む幼稚園や保育所、区立小学校の関係者が一堂に会する練馬区幼保小連携推進協議会を5月に設置し、幼児教育、保育、小学校教育の現状などについて意見交換を行いました。今後は、幼稚園、保育所と小学校との、より滑らかな

接続に向けた取り組みなどについて協議し、これらの意見を踏まえながら、区内全域で、地域の実情に応じた連携が進むよう取り組みます。

■ 放課後児童の居場所づくりの充実

放課後子どもプランに基づき、学校応援団ひろば事業の実施日を拡大するとともに、ひろば室を活用した「夏休みの居場所づくり」事業を大泉北小でモデル実施します。その成果を基に、新たな放課後などの居場所づくりの検討を進めます。

■ 青少年の健全育成

青少年行政の一元化を契機に、更なる若者の自立支援体制を構築します。そのため、ニートやひきこもりの実態とニーズを把握し、教育をはじめ就労部門や福祉、保健医療部門などとの連携を強化するとともに、厚生労働省事業「地域若者サポートステーション」の誘致も視野に入れ、支援が必要な若者への取り組みを充実します。



区・区民の皆さま・事業者との協働により、みどりの保全・創出を図ります(写真は光が丘公園)

住民税の証明が必要な方へ

平成24年度の住民税(特別区民税・都民税)納税通知書を6月8日に発送しました。これに伴い、今年度の住民税の課税(非課税)証明書・納税証明書が取れるようになります。証明書は、事前予約の上、夜間や休日に受け取れます。また、郵送での申請もできます。

問合せ: 税務課証明・軽自動車税係(区役所本庁舎4階) ☎5984・4536

証明書の交付が受けられる方

- ① 税務署または練馬区に税の申告をしている方
② 前年中に給与を受け、勤務先から区に税の手続きをされている方
③ 前年中に公的年金を受けた方
④ 前記①～③の方に税法上扶養されている方(証明内容に一部制限があります)

証明書の交付に必要なもの

- 本人確認ができるもの
○1点のみの提示でよいもの: 官公署発行の写真付き証明書(運転免許証・パスポートなど)
○2点以上の提示が必要なもの: 官公署発行の写真のない証明書(健康保険証・年金手帳など)

証明書の種類と交付手数料

- ① 課税(非課税)証明書: 所得金額や課税額を記載したもの(前年中の所得証明書としても利用可)
(例: 24年度の証明書には23年中の所得金額を記載)

証明書の交付窓口・時間

- 区民事務所: 平日午前8時30分～午後7時、第3土曜午前9時～午後

夜間や休日に受け取る場合

● 出張所、税務課: 平日午前8時30分～午後5時
5時
● 区役所西庁舎1階: 予約は、税証明・軽自動車係へ
● 石神井庁舎地下1階: 予約は、石神井区民事務所 ☎3995・1103
▼ 交付時間: 平日: 午後5時～翌朝午前8時30分、土・日曜・祝休日: 終日

郵送でも申請を受け付けます

本人からの申請に限り、郵送でも受け付けます。詳しくは、わたしの便利帳「税金」または区ホームページ「暮らしのガイド」の「税の証明」をご覧ください。



お知らせ

耐震改修相談会

耐震改修工事費用の助成制度や建築物に関する相談に、一般社団法人練馬区建築設計事務所協会の建築士などがお応えします(予約制)。▶日時: 7月7日(土)午後1時~4時 ▶場所: 勤労福祉会館 ▶申込: 7月6日(金)までに電話で建築安全係 ☎5984-1938

みどりの実態調査結果が
まとまりました

みどりの実態調査を5年に1度行っています。調査では緑被率(農地や樹林などのみどりで覆われている土地面積の割合)の計測などを行いました。その結果、区内の緑被率は25.4%でした。詳しくは、調査結果をご覧ください。また、計画の概要版を下記閲覧場所で配布しています。▶閲覧場所: 図書館、花とみどりの相談所、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、みどり推進課(同本庁舎18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。▶問合せ: みどり計画係 ☎5984-1659

2011ねりまフォーラム
「第21回男女共同参画の集い」
記録紙を発行

記録紙は、地区区民館、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、男女共同参画センターえーる、人権・男女共同参画課(区役所本庁舎8階)で配布します。▶問合せ: 人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

練馬野菜ぎょうざ
食べ歩きキャンペーンの
参加店マップを配布

練馬区観光協会では、練馬産の春キャベツを使った「練馬野菜ぎょうざ」をご当地グルメとして普及させるため、区内飲食店23店舗での食べ歩きキャンペーンを7月末まで行っています。各店オリジナルのぎょうざを食べて、参加店備え付けのハガキでアンケートに答えると、抽選で20組40名に豪華景品が当たります。参加店を紹介するマップを入手して、キャンペーンに参加してみませんか。▶マップの配布場所: 区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、練馬区観光案内所(練馬駅地下1階)、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、商工観光課(同本庁舎9階)など ※練馬区観光協会ホームページ (<http://www.nerima-kanko.jp/>) でもご覧になれます。▶問合せ: 「練馬野菜ぎょうざ」プロジェクト事務局 ☎6823-1260、練馬区観光協会事務局 ☎5984-1032

和牛(サーロインステーキ)
半額セール

6月15日(金)・16日(土)に、食肉組合と区の共催で、和牛(サーロインステーキ)

を通常価格の半額で販売します。 ※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」をご覧ください。 ▶問合せ: 産業計画係 ☎5984-1483

皆さまからの寄付

4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】
30万円(2件)
【障害者福祉のため】
3,000円(1件)
■練馬区社会福祉協議会へ
45万2,193円(12件)

税

固定資産税・都市計画税第1期
分の納期限は7月2日(月)です

6月1日に発送した納付書で納めてください。金融機関や郵便局、都税事務所、納付書に記載のコンビニエンスストアなどで納付できます。また、口座振替も利用できます。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ: 練馬都税事務所 ☎3993-2261 ※口座振替については、東京都納税推進課 ☎5912-7520。

国民年金

65歳になったら老齢基礎年金
の受給手続きを

国民年金(老齢基礎年金)は、原則として受給資格期間が25年以上ある方が、65歳から受け取れます。老齢基礎年金を受ける資格のある方は、受給開始年齢を60~64歳に繰り上げたり、66~70歳に繰り下げたりすることもできます。年金を受けるためには請求手続きが必要です。手続きの時期や場所、必要書類などは事前にお問い合わせください。 ※厚生年金や共済組合に加入していた方で、特別支給の老齢厚生年金や退職共済年金を受給中の方が、65歳になって老齢基礎年金を請求する場合は、

誕生月に送付される裁定請求書のハガキに必要事項を記入の上、日本年金機構へ郵送してください。▶問合せ: 国民年金第1号被保険者(自営業者など)期間のみで受給資格期間を満たした方…国民年金係 ☎5984-4561、前記以外の方…練馬年金事務所 ☎3904-5491

国民健康保険

平成24年度の納入通知書を
6月14日(木)に発送

国民健康保険料は、23年中の総所得金額などを基に計算します。納付書払い・口座振替の世帯は年間保険料を6月~来年3月の10回で、特別徴収(公的年金からの引き落とし)の世帯は6回(年金支給月)でお支払いいただきます。納付書払いの世帯には、6月~10月分の月別納付書と一括(全納)納付書を同封します。11月以降の月別納付書は、11月に発送します。9月ま

で納付書払いで、10月から特別徴収となる世帯には、6月~9月分の月別納付書を同封します。詳しくは同封の「国保のお知らせ」をご覧ください。なお、後期高齢者医療制度の保険料決定通知書は、7月中旬に送付します。 ※国民健康保険は世帯単位の制度です。世帯主の方が国民健康保険に加入していない場合でも、納入通知書・納付書は世帯主宛てに送付します。▶問合せ: こくほ資格係 ☎5984-4554

保険料のお支払いをお忘れなく

保険料は、金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、光が丘・大泉区民事務所、出張所、公金収納コーナー(区役所本庁舎1階)、こくほ整理係(同3階)、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)で納付できます。期日までに忘れずにお支払いください。モバイルレジ(携帯電話を使って保険料を納付するサービス)を利用すると24時間いつでも簡単に納付できます。また、事情により保険料を支払えない場合は、分割納付などの方法があります。早めにご相談ください。▶問合せ: こくほ整理係 ☎5984-4560

口座振替のご利用を

口座振替の申し込みは、6月14日(木)に発送する納入通知書と一緒に送付する口座振替依頼書をご利用ください。また、区内金融機関・郵便局、光が丘・大泉区民事務所、出張所、こくほ収納係(区役所本庁舎3階)でも直接お申し込みができます。通帳、通帳にご使用の印鑑、保険証をお持ちください。▶問合せ: こくほ収納係 ☎5984-4559

介護保険

平成24年度介護保険料の決定
通知書を6月13日(水)に発送

65歳以上の方の介護保険料は、本人や世帯の特別区民税の課税状況などにより算定します。今回の通知は、24年度の特別区民税確定により、24年度分の介護保険料を決定したものです。〈保険料の納付方法〉

納付方法は、次の2種類です。年金受給額が年額18万円以上の方は、特別徴収(公的年金からの差し引き)による納付となり、納付方法を選ぶことはできません。

●特別徴収…偶数月に支給される年金から差し引いて徴収します。

●普通徴収(納付書または口座振替による徴収)…納付書で納めていただく方には、6月~来年3月分の月別納付書と、一括(全納)の納付書を同封します。口座振替の方は、6月末からの引き落としとなります。

※40歳から64歳の方の介護保険料は、医療保険料と合わせて納付していただきます。年度途中で65歳になる方は、65歳になる月から個別に区へ納めていただきます。

〈満70歳以上の方は、決定通知書を東京都シルバーパス購入の際に所得確認書類として使えます〉

決定通知書の再交付はできませんの

で、必要な方は必ず保管してください。 ※東京都シルバーパスについては、(社)東京バス協会 ☎5308-6950へお問い合わせください。

◎問合せ: 介護保険課資格係 ☎5984-4592

保険料などの算定に簡易申告
書の提出を

次の①②の両方に当てはまる方は、介護保険料や介護サービスを利用している方の利用者負担段階を決定するため、住民税の申告か、「介護保険料等に関する簡易申告書」の提出が必要です。簡易申告書は郵送しますのでご連絡ください。

①介護保険料の所得段階が第3段階で、本人の課税対象となる年金収入と合計所得を足して120万円以下②介護保険料の所得段階が第4段階で、本人の課税対象となる年金収入と合計所得を足して80万円以下

▶問合せ: 介護保険課資格係 ☎5984-4592

障害のある方

初心者向け障害者パソコン教室

▶対象: 区内在住・在勤(在学)で愛の手帳をお持ちの方、または身体障害者手帳をお持ちで、次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①肢体不自由である②視覚障害がある③聴覚障害がある▶コース: **A** パソコン入門 **B** ワード ※**A** は以前受講された方、**B** はパソコンの基本操作・文字入力ができない方は受講できません。▶日時: 7月1日(日) ①午前9時30分~正午 ②午後1時30分~4時 ▶場所: 中村橋福祉ケアセンター ▶定員: 各回4名(抽選) ▶費用: 1,000円 ▶申込: 電話またはファクスで ①教室名 ②コース番号 (**A** **B**) の別。 ①②の別も ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤障害名 ⑥電話番号またはファクス番号を、6月21日(木)までに中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 **FAX** 3970-5676 ※手話通訳が必要な方は、併せて申し込んでください。 ※介助が必要な方は、介助者を同伴してください。

環境

区立施設の放射線量測定結果

区立施設の放射線量を測定しています。5月中旬に測定した放射線量は、地表面50cmの測定値が0.033~0.080マイクロシーベルト/時、地表面5cmの測定値が0.030~0.080マイクロシーベルト/時でした。詳しい測定結果は、お問い合わせいただくか、区ホームページ「お知らせ」をご覧ください。▶問合せ: 環境規制係 ☎5984-4712

お休みします

〈光が丘区民センター ☎5997-7718〉…6月23日(土)(害虫駆除のため) ※住民票の写し・印鑑登録証明書の自動交付機も利用できません ▶問合せ: 住民記録係 ☎5984-2796。 〈勤労福祉会館 ☎3923-5511〉…6月18日(月)(空調改修工事のため)

女性の骨粗しょう症予防教室

①②とも▶**対象:**20~64歳の女性
 ※骨粗しょう症と診断されて治療中の方、1年以内にこの教室に参加された方はご遠慮ください。▶**内容:**骨量測定(素足での、かかと超音波検査)、生活や食事の話など▶**定員:**40名(申込順)▶**申込:**電話で各保健相談所へ
 ①**豊玉保健相談所**☎3992-1188▶**受付時間:**7月11日(水)午後1時15分~1時30分
 ②**北保健相談所**☎3931-1347▶**受付時間:**7月20日(金)午前9時45分~10時

介護予防推進開発モデル事業報告書がご覧になれます

平成21・23年度に介護予防事業に関する施策の基礎資料となる食と健康に関する調査を行いました。今回、この結果をまとめた介護予防推進開発モデル事業報告書「栄養改善・口腔(こうくう)機能の向上を目指したレシピの開発と普及」を作成しました。
 報告書は、区民事務所(練馬を除く)、図書館、保健相談所、高齢者センター、敬老館、区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)、高齢社会対策課(同3階)、区ホームページ「計画・報告・方針」でご覧になれます。▶**問合せ:**高齢社会対策課介護予防係☎5984-4596

地域猫活動説明会

地域住民の理解の下、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術により猫の繁殖を抑えらるとともに、猫のトイレを設置するなど、被害対策を行う「地域猫活動」を推進しています。今回、これから地域猫活動をしたいと考えている方を対象に説明会を開催します。説明会では、区の助成制度や登録ボランティア制度について紹介します。ぜひご参加ください。▶**日時:**6月30日(土)午後2時~4時30分▶**場所:**区役所本庁舎20階▶**定員:**60名(先着順)▶**申込:**当日会場受け付け▶**問合せ:**生活衛生課管理係☎5984-2483

子ども・教育 ~子育て応援~

育児と離乳食(2・3回食)

▶**対象:**7~10カ月児と保護者▶**日時:**6月22日(金)午前10時~11時30分▶**場所:**豊玉保健相談所▶**内容:**講義、献立紹介▶**定員:**30組(申込順)▶**持ち物:**母子健康手帳、スプーン▶**申込:**電話で豊玉保健相談所☎3992-1188

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:**7月14日(土)午前9時~正午▶**場所:**関保健相談所▶**内容:**講義、お風呂の入れ方の実演指導、ビデオ上映など▶**定員:**25組(申込順)▶**持ち物:**母子健康手帳、エプロン▶**申込:**電話で関保健相談所☎3929-5381

子育てママの体とこころ

▶**日時:**7月4日(水)午後2時~4時▶**場所:**豊玉保健相談所▶**内容:**講義▶**講師:**よしの女性診療所院長/吉野一枝▶**定員:**30名(申込順)▶**申込:**電話で豊玉保健相談所☎3992-1188

出張型 SANGO さろん「卒乳講座」=練馬区協働事業提案制度事業=

▶**対象:**0歳児の母親▶**日時:**7月2日(月)午前10時~正午▶**場所:**大泉保健相談所▶**内容:**講義▶**講師:**助産師/羽田真里子▶**定員:**25名(申込順)▶**持ち物:**母子健康手帳▶**申込:**電話で大泉保健相談所☎3921-0217

子どもの予防接種票を発送

6月8日に、対象となる方へ予防接種票を発送しました。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。予防接種票が届かない場合はお問い合わせください。▶**問合せ:**予防係☎5984-2484

対象となるお子さん	予防接種名
平成24年4月25日~5月29日生まれ(※1)	DPT1期初回1~3回目、ヒブ1~3回目、小児肺炎球菌(※2)1~3回目
平成21年6月生まれ	日本脳炎1期初回1・2回目・追加
平成13年6月生まれ	DT(2期)

※1 出生届け出日により発送が翌月になる場合があります。
 ※2 自己負担があります。

小学校科学教室

▶**日時:**7月7日(土)・8日(日)・15日(日)・16日(祝)午前9時30分~11時30分【4日制】▶**場所:**光和小▶**講師:**小学校教諭▶**定員:**各40名(抽選)▶**費用:**200円(保険料など)▶**申込:**往復ハガキに①教室名(ア~ク)の別も。5・6年生は、第2希望まで②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号⑥保護者氏名を記入の上、6月21日(必着)までに〒177-0033高野台2-25-1 総合教育センター☎3904-4881

対象	内容
ア4年生	科学に親しもう「炭酸ガスでプチロケットを飛ばそう」など
ビ5・6年生	土を調べよう「土の中の宝さがし」など
ク5・6年生	ものの性質を調べよう「なぞの粉を調べる」など

**地球にいいことはじめよう！
こどもエコクラブの会員募集**

「こどもエコクラブ」は、地域での子どもたちの自主的な環境学習や実践活動を支援する環境活動クラブです。幼児(3歳)から高校生1人以上と活動を支えるサポーター(20歳以上)がいれば、「こどもエコクラブ」に会員登録できます。会員になるとエコログ(環境記録シート)が送られます。登録料や年会費は掛かりません。申し込み方法など詳しくは、こどもエコクラブのホームページ(<http://www.j-ecoclub.jp/>)をご覧ください。▶**問合せ:**地球温暖化対策係☎5984-4705

中学生のための「番組制作ワークショップ」=情報教育推進事業=

▶**対象:**中学生▶**日時:**6月23日(土)午後1時~2時30分、7月7日(土)・21日(土)・25日(水)~28日(土)・30日(月)・31日(火)午後1時~5時、8月3日(金)午後1時~3時【10日制】▶**場所:**日本大学芸術学部江古田校舎▶**内容:**実際の番組制作を想定して、企画からスタジオ収録までを体験し、情報発信の仕組みについて学ぶ▶**講師:**日本大学芸術学部放送学科主任教授/鈴木康弘▶**定員:**20名(抽選)▶**申込:**電話またはファクスで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤電話番号を、6月18日(月)までに育成支援係☎5984-1292☎5984-1221

親子で楽しむさつまいも作り

▶**対象:**小学生と保護者▶**日時:**6月23日(土)・8月25日(土)・10月27日

(土)午前9時30分~11時【3日制】▶**場所:**田柄一丁目区民農園(田柄1-16)▶**内容:**苗の植え付け、収穫など▶**定員:**12組(申込順)▶**持ち物:**軍手、スコップなど▶**申込:**電話で春日町リサイクルセンター☎3926-2501

「夏休み こども防犯・防災体験」参加者を募集

ア警視庁(千代田区霞が関2-1-1)、イ池袋防災館(豊島区西池袋2-37-8)の見学コースを巡ります。▶**対象:**区内在住の小学3~6年生と保護者▶**日時:**7月27日(金)ア午前10時30分~正午イ午後0時45分~3時▶**定員:**各10組(抽選)▶**申込:**往復ハガキに①催し名(アイの別も)②参加者全員(3名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(お子さんは学年も)・性別・電話番号を記入の上、6月27日(消印有効)までに〒176-8501区役所内安全・安心担当課☎5984-1239 ※交通費実費。

7月 1歳児子育て相談と1歳からの食事講習会・2歳6カ月児歯科健診

受付時間内に、お住まいの地域を担当する保健相談所へ直接おいでください。

場所・問合せ	日程・受付時間	
	1歳児子育て相談・1歳からの食事講習会	2歳6カ月児歯科健診
豊玉保健相談所 ☎3992-1188	4(水)・18(水) いずれも13:00~14:00	11(水)・27(金) いずれも13:00~15:00
北保健相談所 ☎3931-1347	10(火)9:00~10:00・ 31(火)13:00~14:00	6(金)・20(金) いずれも9:00~11:00
光が丘保健相談所 ☎5997-7722	5(木)9:00~10:00・ 18(水)13:00~14:00	3(火)9:00~11:00・ 24(火)13:00~15:00
石神井保健相談所 ☎3996-0634	4(水)13:00~14:00・ 11(水)8:45~9:45	11(水)・18(水) いずれも13:00~15:00
関保健相談所 ☎3929-5381	6(金)9:00~10:00・ 13:15~14:00	9(月)・23(月) いずれも9:00~11:00
大泉保健相談所 ☎3921-0217	23(月)13:00~14:00・ 31(火)9:00~10:00	13(金)・20(金) いずれも9:00~11:00

※1 対象:平成23年7月生まれ
 内容:歯磨き・育児相談、計測、献立紹介など
 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ
 ※レシピ集を差し上げます。

※2 対象:平成22年1月生まれ
 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、コップ

スポーツ祭東京2013 vol. ②

問合せ 国体準備担当係 ☎5984-3555

■「銃剣道」が来年秋に練馬区で実施されます

銃剣道(=写真)は、檜の木などで作られた長さ166cmの銃形をした木銃で相手と突き合う競技で、国民体育大会正式競技として来年秋に練馬区で実施されます。古武道の槍術を源流としているため「突き技」を基本とし、1チーム3人の団体戦で行われます。また、勝負は、5分間の3本勝負を原則とし、2本先取した者を勝者とします。 ※スポーツ祭東京2013は平成25年9月28日(土)~10月14日(祝)に開催。

■銃剣道の大会を観戦しよう

●第67回国民体育大会関東ブロック大会兼リハーサル大会

大会は、8月19日(日)に総合体育館で開催されます。関東ブロック大会では、平成24年秋に開催される岐阜国体の少年男子出場チームを決める予選が行われます。また、リハーサル大会では成年男子によるトーナメント戦が実施されます。

働く・ボランティア

働きながらのホームヘルパー2級資格取得を支援します

区が委託する人材派遣会社から区内の訪問介護事業所へ派遣する人材を募集します。派遣期間中(9月から約6カ月間)にホームヘルパー2級養成講座(講習時間130時間)を受講していただき、派遣期間終了後の正規雇用に向けたスキルアップを図ります(受講は無料。受講日も給与を支給)。 ※応募する方は、必ず説明会に参加してください。 ▶対象: 次の①~③の全てに当てはまる方 ①介護・障害福祉サービス分野での正規雇用を目指している ②ホームヘルパー2級以上の資格を持っていない ③現在定職(アルバイトなどを除く)に就いておらず、求職中である ▶募集人数: 10名程度(説明会に参加された方の中から、作文・面接などで選考)

説明会を開催します

▶日時: ①7月2日(月)②4日(水)③6日(金)④9日(月)⑤11日(水)⑥13日(金) いずれも午後2時~4時 ▶場所: 区役所本庁舎19階 ▶定員: 各30名(申込順) ▶持ち物: 履歴書、職務経歴書、身分証明書(住所が確認できるもの) ▶申込: 電話で(株)パソナソーシング人材開発センター ☎0120-334-510(平日午前9時~午後7時)

◎問合せ: 高齢社会対策課計画係 ☎5984-4584

学校プール水泳補助指導員

▶対象: 水泳ができる17歳以上の方(来年3月31日現在) ▶内容: 小中学生への水泳の技術指導補助など ▶場所: 区立小中学校 ▶期間: 夏休み期間中で学校の指定する日 ▶時間: 原則として1日6時間 ▶謝礼: 1時間当たり1,000円 ※交通費は支給しません。 ▶申込: 履歴書(写真添付)に水泳指導の履歴と健康状態を記入の上、6月29日(金)までに本人が直接、教育総務課学校保健係(区役所本庁舎11階) ☎5984-5729 ※郵送不可。 ※簡単な面接を行います。

①短時間保育補助②保育補助③調理④用務(臨時職員)

いずれも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。 ▶場所: 区立保育園 ▶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分間の4~8時間 ▶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900円(土曜1,000円) ▶申込: 履歴書(写真添付)に希望する職種(①~④の別)を記入の上、直接または郵送で〒176-8501区役所内保育課管理係(本庁舎10階) ☎5984-5839

夏季学力補充教室講師【登録制】

▶対象: 次の①②のいずれかに当てはまる方 ①小学校教員免許または中学校の数学・英語・国語・理科の教員免許を持っている ②高校生を除く18歳以上で、小学校の算数・国語または中学校の数学・英語・国語の指導ができる ▶場所: 区立小中学校 ▶期間: 夏休み期間中の10日程度 ▶時間: 1日2時間程度 ▶賃金: 時給2,200円 ※交通費は支給しません。 ▶申込: 教育指導課(区役所本庁舎12階)または区ホームページ「職員採用情報」にある募集案内をご覧の上、6月25日(必着)までに教育指導課管理係 ☎5984-5746

高齢者

60歳以上の方対象の映画会

【A】とも ▶定員: 200名(先着順) ▶申込: 当日会場受け付け 【A】関区民センター ▶日時: 6月22日(金)午後1時30分から ▶内容: 月形半平太(主演/市川右太衛門) ▶問合せ: 関高齢者センター ☎3928-1987 【B】光が丘区民センター3階 ▶日時: 6月28日(木)①午前10時から②午後1時30分から ▶内容: 煙突の見える場所(主演/上原謙) ▶問合せ: 光が丘高

齢者センター ☎5997-7717

素敵に年を重ねよう~65歳からの元気アップ運動講習会

▶対象: 医師から運動を止められておらず、介護保険の認定や介護予防事業を受けていない65歳以上の方 ▶内容: ストレッチ・筋力アップ・有酸素運動の実技指導 ※水分補給の準備をして、運動しやすい服装でおいでください。

申 込		
(株)ルネサンス ☎5600-5399 (平日午前9時30分~午後6時30分)		
場所	日時	定員(申込順)
豊玉保健相談所 ☎3992-1188	7/25(水) 10:00~12:00	30名
光が丘保健相談所 ☎5997-7722	7/5(水) 14:00~16:00	25名
石神井保健相談所 ☎3996-0634	7/24(火) 13:30~15:30	25名
関保健相談所 ☎3929-5381	7/18(水) 9:30~11:30	25名

健康・衛生

暑い夏を元気に過ごす食事の工夫

▶日時: 6月29日(金)午後2時~3時30分 ▶場所: 光が丘保健相談所 ▶内容: 講義、献立紹介など ▶定員: 25名(申込順) ▶申込: 電話で光が丘保健相談所 ☎5997-7722

夏を元気に乗り切る食事

▶日時: 7月3日(火)午後1時30分~3時 ▶場所: 豊玉保健相談所 ▶内容: 講義、献立紹介 ▶定員: 30名(申込順) ▶申込: 電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188

体と心をリフレッシュ! 練馬区健康いきいき体操講習会

▶対象: 医師から運動を止められていない方 ▶日時: 7月3日(火)午前10時~正午 ▶場所: 大泉保健相談所 ▶内容: 運動実技 ▶講師: スポーツプログラマー/山内道子 ▶定員: 25名(申込順) ▶申込: 電話で大泉保健相談所 ☎3921-0217

介護家族が地域で安心して暮らすために~ストレスの少ない介護を続けるヒント

▶日時: 7月3日(火)午後1時30分~4時 ▶場所: 勤労福祉会館 ▶内容: 講義、交流会 ▶講師: NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン理事長/牧野史子 ▶定員: 60名(申込順) ▶申込: 電話で認知症対策係 ☎5984-4597

介護コミュニケーション講座 ~男性脳&女性脳を知ることから介護が変わる!!

▶日時: 7月5日(木)午後2時~5時 ▶場所: 区役所本庁舎19階 ▶内容: 講義 ▶講師: (株)One to One福祉教育学院代表取締役/根津良幸 ▶定員: 60名(抽選) ▶申込: 6月25日(月)までに電話で練馬区社会福祉協議会 ☎3993-4346

井戸水を飲む方はご注意を

家庭にある浅い井戸は、雨水や地表の影響を受けやすく、細菌や化学物質が検出される場合があります。井戸水を飲む場合は、水質検査で安全性を確認し、生水を飲まないなどの注意が必要です。区は、井戸水に関する相談を受け付けています。 ▶問合せ: 環境衛生監視担当係 ☎5984-2485

依存症の治療と回復

▶日時: 7月11日(水)午後2時~4時 ▶場所: 石神井保健相談所 ▶内容: 講義 ▶講師: 雷門メンタルクリニック院長/伊波真理雄 ▶定員: 50名(申込順) ▶申込: 電話で石神井保健相談所 ☎3996-0634

骨量測定会

▶対象: 20歳以上の方 ※骨粗しょう症で治療中の方、1年以内に受診した方はご遠慮ください。 ▶受付時間: 7月11日(水)①午前9時15分~9時30分②午前10時15分~10時30分 ▶場所: 関保健相談所 ▶内容: 骨量測定(素足での、かかと超音波検査)など ▶定員: 各25名(申込順) ▶申込: 電話で関保健相談所 ☎3929-5381

家庭でできる食中毒予防

食中毒は、気温や湿度が高く、菌が繁殖しやすい梅雨の時期から夏にかけて、特に発生しやすくなります。予防のポイントを押さえて、食中毒を防ぎましょう。

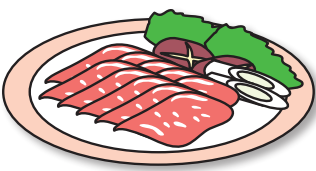
▶問合せ: 食品衛生担当係 ☎5984-4675

生で肉を食べることは避けましょう

鮮度が良くても、生肉には食中毒菌の「腸管出血性大腸菌(O157など)」や「カンピロバクター」が付いていることが

あり、これらの食中毒菌は少量でも食中毒を起こすことがあります。

特に、抵抗力の弱い子どもや高齢者が生肉を食べて食中毒を発症すると、重症化しやすく、合併症を引き起こすことがあります。肉を食べるときは、十分に加熱しましょう。



これを実践! 予防のポイント



つけない!

生の魚や肉に付いていた細菌が手指や調理器具から食品につき、食中毒の原因になります。常に清潔にしましょう。



ふやさない!

細菌が増えないよう、早く食べましょう。また、保存する場合は冷蔵庫に入れましょう。



やっつける!

多くの細菌は熱に弱いので、食品の中心まで十分に加熱しましょう。また、調理器具などは、熱湯や塩素系漂白剤で消毒すると効果的です。



国家資格取得講座

▶場所:勤労福祉会館▶講師:国家資格研修センター所長/藤田和幸▶定員:各50名(申込順)▶費用:18,000円(テキスト代など)▶申込:直接または往復ハガキで①講座名(㉠~㉣の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、7月20日(必着)までに〒178-0063東大泉5-40-36 勤労福祉会館 ☎3923-5511 ※事前説明会を㉠㉡7月21日(土)午後6時~7時30分㉢㉣7月22日(日)午後1時30分~3時に開催します。

Table with 2 columns: 内容, 日時【8日制】. Rows include 行政書士, 宅地建物取引主任者, 民法.

日大芸術学部公開講座「墓・弔い今昔物語」

▶対象:18歳以上の方▶場所:日本大学芸術学部江古田校舎▶定員:100名(申込順)▶申込:6月24日(日)までに電話で生涯学習センター ☎3991-1667

Table with 2 columns: 日程【3日制】・テーマ, 講師. Rows include 神道のお墓, 墓標よ、激しく追憶をせよ!, 日本人の靈魂観と鎮魂の儀式.

※車でのお来場はご遠慮ください。



屋外の石神井プールと三原台温水プール(幼児用)を開場

●石神井プール▶日時:7月1日(日)~9月10日(月)午前9時~午後7時
●三原台温水プール(幼児用)▶日時:7月1日(日)~9月10日(月)午前9時~午後6時
▶費用:いずれも1時間につき高校生~64歳の方...200円、小中学生・65~74歳の方・障害のある方...100円、未就学児・75歳以上の方...無料 ※障害のある方は身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちください。▶問合せ:石神井プール ☎3997-6131 (期間外は三原台温水プール) ☎3924-8861

区民体育大会・剣道

▶対象:小学3年以上の方▶日時:9月9日(日)午前8時45分から▶場所:総合体育館▶内容:個人トーナメント▶費用:350円(保険料など)▶申込:体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎11階)にある実施要項をご覧ください。6月25日(必着)までに練馬区剣道連盟・市川へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947



パネル展「私たち練馬区のNPO・ボランティア団体です」

▶日時:6月13日(水)~19日(火)午前8時30分~午後8時(土・日曜は午前8時45分から。19日は午後4時まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:地域コミュニティ支援係 ☎5984-

1039

ギャラリー企画展「ホテル〜生命(いのち)の輝き」写真展

▶日時:6月13日(水)~7月31日(火)午前9時~午後6時 ※月曜休館(7月16日(祝)は開館、17日(火)は休館)。▶場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

ふれあいバザールねりま=障害者施設自主製品展示・販売会=

福祉作業所や共同作業所など、障害がある方の社会的自立を支援する施設で作ったクッキーや織物などの製品を展示・販売します。▶日時:6月21日(木)午前10時~午後3時▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598

かたくり福祉作業所 地域交流イベント

かたくり福祉作業所は、障害のある方が働く施設です。日頃の活動を知っていただくため、模擬店や演奏会、グラウンドゴルフなどを行います。▶日時:6月23日(土)午前10時~午後2時▶場所・問合せ:かたくり福祉作業所 ☎5387-4610

古民家で聴く朗読と尺八の共演

小泉八雲の名作「耳なし芳一」を元フジテレビアナウンサーの小林大輔さんが朗読します。▶日時:6月29日(金)午後2時~3時▶場所:旧内田家住宅(石神井町5-13-27 池淵史跡公園内)▶定員:40名(申込順)▶申込:電話で石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

映画上映会「ちづる」

重度の知的障害と自閉症の障害のある妹を撮影したドキュメンタリー映画です。▶日時:7月2日(月)午前10時~11時40分▶場所:光が丘区民センター

3階▶定員:200名(申込順)▶申込:電話またはファクスで①住所②氏名③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、生活支援センターすてっぷ ☎5997-7858 ☎5997-7857

第41回生涯学習センター サークル文化祭作品展

▶日時:6月22日(金)~24日(日)午前10時~午後5時(24日は午後4時まで)▶場所・問合せ:生涯学習センター(豊玉北6-8-1) ☎3991-1667▶内容:生涯学習センターを拠点に活動する26団体による作品展(展示)...盆栽、アートフラワー、障害のある方による水彩画、版画、エスペラント語、書道、篆(てん)刻、絵画、俳画、油絵、仏像彫刻、陶芸、木彫、日本画、キルト、バードカービング、シャドーアート、切り絵(実演・体験)...似顔絵、茶道、切り絵、連珠 ※時間・費用などはお問い合わせください。



アートフラワー

ベルデ(少年自然の家)

夏休み利用分【軽井沢・下田・武石・岩井】

〈空き室の申し込みは旅行サービスコーナーへ〉

6月22日(金)から受け付けます。22日は電話のみ、25日(月)以降は窓口でも受け付けます。受付時間は午前8時30分~午後5時15分です。 ※岩井は生涯学習団体のみ利用できます。 ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは、25日から受け付けます。 ※臨時休館や学校利用などのため利用できない日があります。▶問合せ:旅行サービスコーナー(区役所本庁舎1階) ☎5984-1234



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ひします。 ※記事中の会場は主催者が利用を予定しているものです。 ▶掲載の問合せ 広報係 ☎5984-2690

- ◆親子いきいき自然体験(ブルーベリー・枝豆収穫、レクリエーションゲーム)
◆女性ヨガ サマディ
◆生きがい川柳水川吟社
◆良い温泉に入る会レインボー
◆手編み(棒針・かぎ針・アフガン編み)
◆クロワッサン料理教室
◆絵手紙サークル
◆講演会「子どもたちを放射能汚染から守るために」

- ◆社交ダンス はまなすダンスサークル
◆かるがも俳句会
◆社交ダンス ダンスサークル宙
◆9人制バレーボール 飛鳥クラブ
◆ヨーガサークル シャンティ
◆クロワッサン料理教室
◆絵手紙サークル
◆講演会「子どもたちを放射能汚染から守るために」

- ◆クロワッサン料理教室
◆絵手紙サークル
◆講演会「子どもたちを放射能汚染から守るために」

- ◆絵手紙サークル
◆観世流謡曲 親謡会
◆着物(ゆかた)着付け講習会
◆ポーチに描くトールペイント体験会
◆豊玉マジッククラブ

- ◆講演会「子どもたちを放射能汚染から守るために」
◆第6回ぼてとまつり(練馬交響楽団による演奏、吉本芸人による食育パフォーマンスなど)
◆フラダンス無料体験会
◆カラオケ教室 あゆみ会

内科・小児科

- ①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
②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
①②とも受付時間:土曜午後6時~9時30分、日曜・祝休日午前10時~11時30分、午後1時~4時30分、午後6時~9時30分



講座・講演会

区民大学「時事問題を考える」

対象:18歳以上の方▶日時:6月27日~来年3月27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

ライフプラン講座

日時:7月21日(土)午後2時~4時▶場所:勤労福祉会館▶内容:万一の事態に備えて記しておく、エンディングノートの活用方法を学ぶ▶講師:ファイナンシャルプランナー/高伊茂▶定員:30名(申込順)▶申込:直接または電話、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、7月13日(必着)までに〒178-0063 東大泉5-40-36 勤労福祉会館☎3923-5511

サポーターズ講座「盆踊り講習会」

日時:6月29日(金)・30日(土)午後6時~8時 ※1日だけの参加も可▶場所:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶内容:練馬音頭、東京音頭などを学ぶ▶講師:練馬区民踊連盟会員ほか▶定員:200名(申込順)▶費用:400円▶申込:直接または電話で生涯学習センター☎3991-1667

うどん打ち教室

対象:区内在住の小学5年以上の方▶日時:7月20日(金)8月19日(日)午前9時30分~午後2時▶場所:豊玉高齢者センター▶講師:江戸蕎麦讃岐うどん打ち研究会員▶定員:各16名(抽選)▶材料費:500円▶持

ち物:エプロン、三角巾など▶申込:往復ハガキに①教室名(AB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、6月29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

庭木の刈り込み教室

日時:7月7日(土)午前9時30分~11時30分▶場所:花とみどりの相談所など▶内容:講義、実習▶講師:造園家/池田充▶定員:24名(抽選)▶申込:往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入の上、6月18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

魚の乱獲を防ぐ海のエコラベル

日時:6月23日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:豊玉リサイクルセンター▶内容:講義▶講師:海洋管理協議会漁業マネージャー/大元鈴子

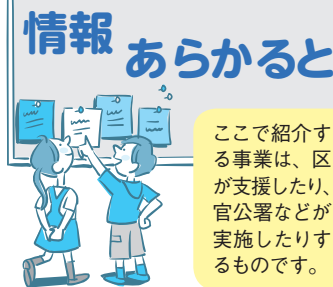
定員:30名(申込順)▶申込:電話で豊玉リサイクルセンター☎5999-3196

すまい 生活と文化 ~「住」から地域が見えてくる

日時:6月23日(土)午後1時~3時▶場所:南田中図書館▶内容:都営住宅南田中アパートの話を中心に、「住」を通じた地域文化を紹介する▶講師:文化学園大学名誉教授/柳洋子▶定員:50名(申込順)▶申込:6月12日(火)から直接または電話で南田中図書館☎5393-2411

包丁研ぎを体験しませんか

日時:7月21日(土)①午前10時~11時②午前11時30分~午後0時30分▶場所:関町リサイクルセンター▶定員:各15名(抽選)▶持ち物:包丁(2本まで)、砥石(といし。中砥)▶申込:6月26日(火)までに電話で関町リサイクルセンター☎3594-5351



ミニガイド

練馬工業高校の公開講座 ABとも▶場所:都立練馬工業高校▶申込:往復ハガキに①講座名(ABの別)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、6月25日(必着)までに〒179-8909早宮2-9-18 練馬工業高校公開講座担当☎3932-9251

革のパステル・コインケース作り▶対象:高校生以上の初心者▶日時:7月28日(土)・8月4日(土)午前9時30分~正午【2日制】▶定員:10名(抽選)▶費用:2,300円(材料費など)

グラフィックソフトウェアを使ってポスターを作ろう▶日時:7月28日(土)・8月4日(土)午前9時30分~午後0時30分、8月11日(土)午前9時~午後1時【3日制】▶定員:20名(抽選)▶費用:1,000円

光が丘清掃工場個人見学会▶日時:6月16日(土)午後1時30分~3時▶場所:光が丘清掃工場▶定員:50名(申込順)▶申込:6月14日(木)までに直接または電話で光が丘清掃工場☎3977-5311

区民健康医学講座「がん化学療法による副作用との付き合い方」▶日時:6月23日(土)午後3時~4時▶場所:マグノリア横浜ビル(高野台1-8-9)▶定員:100名(申込順)▶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、6月18日(消印有効)までに〒177-8521高野台3-1-10 順天堂大学医学部附属練馬病院区民健康医学講座係☎5923-3111

大泉ホテル観覧会▶日時:6月15日(金)午後7時~9時▶場所:町田深水庭園(東大泉7-25-1)▶問合せ:上泉えびず通り商店会・市倉☎3922-8661 ※シャボン玉キットのプレゼントあり。

行政書士による「暮らしと事業のよろず無料相談会」▶日時:6月26日(火)午前11時~午後4時▶場所:光が丘区民センター2階▶内容:相続・会社設立・外国人在留・許可申請などの相談▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:東京都行政書士会練馬支部・古

屋☎3931-1411▶普通救命講習会 ABとも▶内容:心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など▶定員:各30名(申込順)▶テキスト代:1,400円▶申込:電話で各消防署へ

練馬消防署☎3994-0119 ※庁舎建て替え中のため、仮庁舎(豊玉中3-9-11)で実施。▶日時:①7月13日(金)②8月5日(日)午前9時~正午▶石神井消防署☎3995-0119▶日時:③7月15日(日)④8月19日(日)午前9時~正午▶建築無料相談▶日時:第4月曜午前10時~午後2時▶場所:区役所アトリウム▶内容:新築、リフォーム、耐震診断などの相談▶持ち物:図面などの資料▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:一般社団法人東京都建築士事務所協会練馬支部☎6909-7200

朝・夕・青空市

江古田いちば通り商店街▶日時:6月15日(金)午前10時~午後7時▶問合せ:林☎3991-0888▶練馬銀座本通り商店街▶日時:6月16日(土)午前10時から ※商品が無くなり次第終了。▶問合せ:荒井☎3991-2120▶比丘尼商店街▶日時:6月17日(日)午前8時~10時▶問合せ:青木☎080-5659-3241

家族介護者教室

介護者に負担の少ない介護方法▶日時:6月16日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:富士見台デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で富士見台デイサービスセンター☎5241-6010▶介護保険と地域包括支援センター▶日時:6月16日(土)午後2時~4時▶場所・問合せ:介護老人保健施設大泉学園ふきのとう☎3924-2215▶内容:講義▶定員:30名(先着順)▶申込:当日会場受け付け

おいしく食べよう低カロリー食▶日時:6月23日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:東大泉デイサービスセンター▶内容:講義、調理実習▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で東大泉デイサービスセンター☎5387-1021▶からだの仕組みとリハビリ体操▶日時:6月23日(土)午後2時~4時▶場所:第2育秀苑デイサービスセンター▶内容:講義▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で第2育秀苑デイサービスセンター☎3991-0523▶言語リハビリ教室▶日時:6月23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:言語・音楽療法▶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▶腰痛予防について▶日時:6月24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:運動実技▶定員:20名(申込順)▶申込:電話で光陽苑デイサービスセンター☎3923-5264

夏ばて予防のお達人料理▶日時:6月24日(日)午前11時30分~午後2時▶場所:関町北地区区民館▶定員:20名(申込順)▶内容:講義、調理実習▶材料費:400円▶申込:電話でNPO法人ミニケアホームきみさんち☎3929-2208

学ぶ高齢者の食事~夏に向けて▶日時:6月30日(土)午前11時~午後1時▶場所:特別養護老人ホームフローラ石神井公園▶内容:講義、試食▶定員:20名(申込順)▶材料費:200円▶申込:電話でフローラ石神井公園☎3996-6600

家庭で役立つお口のケアの方法▶日時:6月30日(土)午後2時~4時▶場所:介護老人保健施設練馬ゆめの木▶内容:講義、実技▶定員:15名(申込順)▶申込:電話で練馬ゆめの木☎3923-0222

花とみどりの展示会

絵てがみ麗(うら)ら花展▶日時:6月20日(水)~24日(日)午前9時~午後5時(20日は午後1時から、24日は午後4時まで)▶場所・問合せ:花とみどりの相談所☎3976-9402

学校応援団まつり

開進第一小▶日時:6月24日(日)午前9時~正午▶内容:おぼけやしき、キャンディレイ・ポップコーン配布など▶持ち物:上履き、手提げ袋▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:学校応援団・開放係☎5984-1057

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:育成支援係☎5984-1292▶クリケットをはじめよう▶対象:小学生と保護者▶日時:6月17日(日)午前9時~11時30分▶場所:東京女子学院▶定員:20名(申込順)▶申込:NPO法人日本クリケット協会練馬支部・三戸☎090-7260-1134(午前9時~午後5時)▶マブリングでカードを作ろう▶対象:小学生▶日時:6月23日(土)午前11時~午後1時▶場所:石神井公園▶定員:20名(先着順)▶費用:100円▶申込:当日会場受け付け▶問合せ:

石神井・冒険遊びの会・鈴木☎090-7278-1141(午前10時~午後4時)

親子でハーモニー、ミュージカルを歌おう▶対象:小中学生と保護者 ※お子さんのみの参加も可。▶日時・場所:①6月23日(土)午後1時30分~3時30分...北大泉地区区民館②30日(土)午前10時~正午...光が丘区民センター5階▶定員:各30名(申込順)▶申込:電話で夢フルアート音楽クラブ・田村☎5387-0874(午前9時~午後5時)

わくわくドキドキパレエのレッスン!!▶対象:①4歳児~小学1年生②小学2~6年生▶日時:6月24日(日)①午前10時30分~11時30分②午後0時30分~1時30分▶場所:光和小▶定員:各15名(申込順)▶申込:電話で石神井クラシックパレエ普及会・南雲☎080-8023-6359(午後1時~4時)

じゃがいも団子などのおやつを作ろう!▶対象:4歳児~中学生と保護者▶日時:6月24日(日)午後2時~4時▶場所:生涯学習センター(豊玉北6-8-1)▶定員:8組(申込順)▶費用:1組300円▶申込:電話でNPO法人グランマ富士見台・柴田☎3577-1078(午後6時~9時)

ママが先生! ベビーと一緒に英語で手遊び▶対象:未就学児と保護者▶日時:6月25日(日)午前10時~正午▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:14組(申込順)▶費用:1組500円▶申込:電話でTWINKLESTAR育児サークル・松本☎090-7243-6967(午前10時~午後5時)

みんなでパンを描こう!▶対象:3歳児~中学生と保護者▶日時:7月7日(土)午前10時~正午▶場所:男女共同参画センターエーエー▶定員:30名(申込順)▶申込:電話でエムズアート・宮崎☎3904-0374(午後3時~8時)

田んぼの観察とザリガニ取り▶対象:幼児~中学生と保護者▶日時:7月16日(日)午前9時~午後5時▶場所:埼玉県吉見町▶定員:40名(申込順)▶費用:500円 ※交通費実費。▶申込:電話でNPO法人練馬発ひと・むし・自然フォーラム・楡垣☎3920-7124▶科学あそび「反射ってなんだろう~水の万華鏡をつくらう」▶対象:4歳児~中学生 ※幼児は保護者同伴。▶日時:7月16日(日)午前10時~正午▶場所:区役所本庁舎9階▶定員:50名(申込順)▶費用:300円▶申込:電話でねりま子ども劇場・間瀬☎5936-5189

ねりまイクメン講座

区内の団体に委託して実施。▶お好み焼き パパと作ろう▶対象:

休日急患診療所

☆必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。(予約はいりません)

小児科

◆練馬区夜間救急こどもクリニック(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。受付時間:平日午後8時~10時30分、土曜午後6時~9時30分、日曜・祝休日午前10時~11時30分、午後1時~4時30分、午後6時~9時30分

消費生活展ねりま 2012

～見直そう暮らし 手をつなごう 未来のために～

6月23日(土)・24日(日)
午前10時～午後4時

消費生活展は、暮らしや環境に関わる問題・情報を楽しみながら知っていただくため、区内の消費者団体と区が毎年開催しています。いずれの催しも事前の申し込みは不要です。ぜひおいでください。

▶場所:石神井公園区民交流センター(石神井公園 駅下車北口徒歩1分) ※車で来場される方は、石神井公園ピアレスパーキング(有料)をご利用ください。
▶問合せ:消費生活係 ☎5910-3089



●パネル展示・実演

区内の消費者団体が食べ物・環境・健康・消費者問題などについて、日頃の活動の成果をパネルと実演で発表します。

●手作りおもちゃコーナー

厚紙やたこ糸、割り箸などの材料で楽しいおもちゃが簡単に作れます。



●紙パックの回収

紙パック(アルミ付きも可)5枚をトイレトペーパー1個と交換します(1人5個まで)。紙パックは、洗って開いて、乾かしてからお持ちください。

●クイズラリー

参加者には景品を差し上げます。

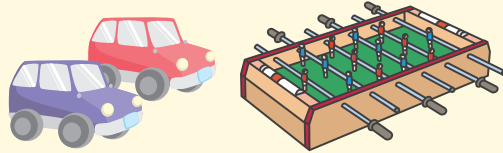
●消費生活相談コーナー

●ミニバザー

●不用になった鍋・フライパンの回収

おもちゃの病院(診断・修理)

▶受付時間:23日(土)・24日(日)午前10時から ※小学生以下のお子さんが使う安全なものに限ります(防犯ブザーも可)。▶募集数:23日(土)…30点、24日(日)…15点(いずれも1人2点まで。先着順)▶費用:無料 ※部品交換などで実費負担が掛かる場合があります。 ※おもちゃは、状態によってお預かりする場合があります。



●人形劇

23日(土)

11:00から 「リサとイクとルーの冒険」
(関町リサイクルセンターボランティア会)

24日(日)

11:30から 「ぶるるん ぶるるん ぶるるん ば夏」など(夢まあるく舎)

●落語

23日(土)

12:15から 「猫の皿」など

●ステージイベント

23日(土)

11:45から 「ベリーナイス体操」
13:00から 「オカリナコンサート」
14:00から 「大道芸」
15:00から 「水道キャラバン」

24日(日)

11:00から 「エプロンシアター」



練馬児童合唱団

第33回 演奏会

7月15日(日) 午後2時開演

区内の小学3年～高校生の団員が日頃の活動の成果を披露します。▶場所:練馬文化センター▶曲目:江戸の子守歌・手まり歌など▶出演:三輪裕子(指揮)、八谷恵子(ピアノ)▶定員:1,486名(申込順)▶申込:ハガキまたは電子メール、区ホームページ「電子申請」で①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤入場希望人数を、6月30日(必着)までに生涯学習センターへ ※入場整理券を送付します。送付先を複数にしたい場合は、送付先ごとに住所・氏名・入場希望人数を記入してください。 ※未就学児は入場できません。保育室

(1歳児以上対象。定員20名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も記入してください。 ※定員に空きがある場合は、7月1日(日)から生涯学習センターで入場整理券を配布します。



練馬児童合唱団 研究科の団員を募集します

研究科は、小学2～4年生がグループ学習で合唱の基礎を学ぶクラスです。練習は毎土曜午後2時～3時に生涯学習センターで行っています。小学4年生の7月で修了となりますが、オーディションを受けて高学年以上のクラスに進むこともできます。

研究科入団オーディション

▶対象:小学2・3年生▶日時:7月28日(土)午前中 ※時間は個別に通知。▶場所:生涯学習センター▶内容:保護者同伴での面接と簡単な歌のテスト▶申込:往復ハガキに①児童合唱団員応募②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤保護者氏名⑥電話番号を記入の上、7月11日(必着)までに生涯学習センターへ

な歌のテスト▶申込:往復ハガキに①児童合唱団員応募②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤保護者氏名⑥電話番号を記入の上、7月11日(必着)までに生涯学習センターへ

申込先・問合せ 生涯学習センター(〒176-0012豊玉北6-8-1) ☎3991-1667
電子メール s-center@city.nerima.tokyo.jp

バルセロナオリンピック金メダリスト 岩崎恭子の水泳教室



バルセロナオリンピック金メダリストの岩崎恭子さんを迎えて、初心者から上級者まで泳力別にグループレッスンを行います。

▶対象:①高校生以上の方②小学3年～中学生▶日時:7月1日(日)③午前10時～正午④午後2時～4時▶場所:⑤中村南スポーツ交流センター⑥平和台体育館▶定員:⑦80名⑧60名(抽選)▶申込:往復ハガキに①教室名②会場名③住所④氏名⑤年齢(学生は学年も)⑥電話番号⑦泳力(例:クロール25m程度)を記入の上、6月20日(必着)までに⑧〒176-0025中村南1-2-32中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651⑨〒179-0083平和台2-12-5平和台体育館 ☎5920-3411

