

- ◆禁煙にチャレンジしませんか…2面
- ◆平成22年度末の財政状況…2面
- ◆夏休み期間のベルデ利用案内…3面
- ◆区営住宅の入居者募集…5面
- ◆ふれあい農園参加者募集…6面
- ◆練馬まつりの参加団体募集…7面
- ◆生肉による食中毒にご注意を…8面

ともに築き 未来へつなぐ 人とみどりが輝く わがまち練馬

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) Fax3993-1194 <http://www.city.nerima.tokyo.jp/>

地上デジタル放送の準備はお済みですか？

アナログ放送は、**7月24日(日)**に終了します



7月24日(日)にテレビの地上アナログ放送は、地上デジタル放送(以下「地デジ」)に完全移行します。国などでは、地デジでお悩み

の方やお困りの方を支援しています。地デジへの準備はお早めに済ませましょう。

問合せ

総務省東京都中央テレビ受信者支援センター(デジサポ東京中央)
☎6743-0500 (平日午前9時～午後9時、土・日曜、祝休日午前9時～午後6時)

地デジに関する相談に応じます

電話相談

デジサポ東京中央 ☎6743-0500 (平日午前9時～午後9時、土・日曜、祝休日午前9時～午後6時)

戸別訪問相談

高齢者世帯などの自宅を訪問し、相談に応じます。※申し込みのないお宅に相談員が伺うことはありません。

▷申込 電話でデジサポ東京中央相談会グループ ☎3407-4340へ (平日午前9時30分～午後5時30分)

地デジ臨時相談コーナー

デジサポ東京中央が地デジの受信方法などの相談に応じる臨時窓口を開設します(下表参照)。

※事前の申し込みは不要です。

▷問合せ デジサポ東京中央相談会グループ ☎3407-4340 (平日午前9時30分～午後5時30分)

ところ	とき
区役所アトリウム(豊玉北6-12-1)	6/15(木)～8/26(金)10:00～16:00(土・日曜、祝日を除く) ※7/16(土)・17(日)・23(土)・24(日)・30(土)は開設。
光が丘区民センター1階(光が丘2-9-6)	
石神井庁舎1階(石神井町3-30-26)	

支援制度をご利用ください

経済的な理由で地デジへの対応ができていない世帯の方へ

国は、経済的な理由で地デジに対応できない方に地上デジタルチューナーの支給や工事費用の助成などを行います。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。なお、地上デジタルチューナーの発送状況などにより、7月24日(日)の移行に間に合わない場合があります。早めに申し込んでください。

▷対象 ①住民税非課税世帯②NHK放送受信料全額免除世帯▷助成内容 地上デジタルチューナーの支給、アンテナ工事費用の助

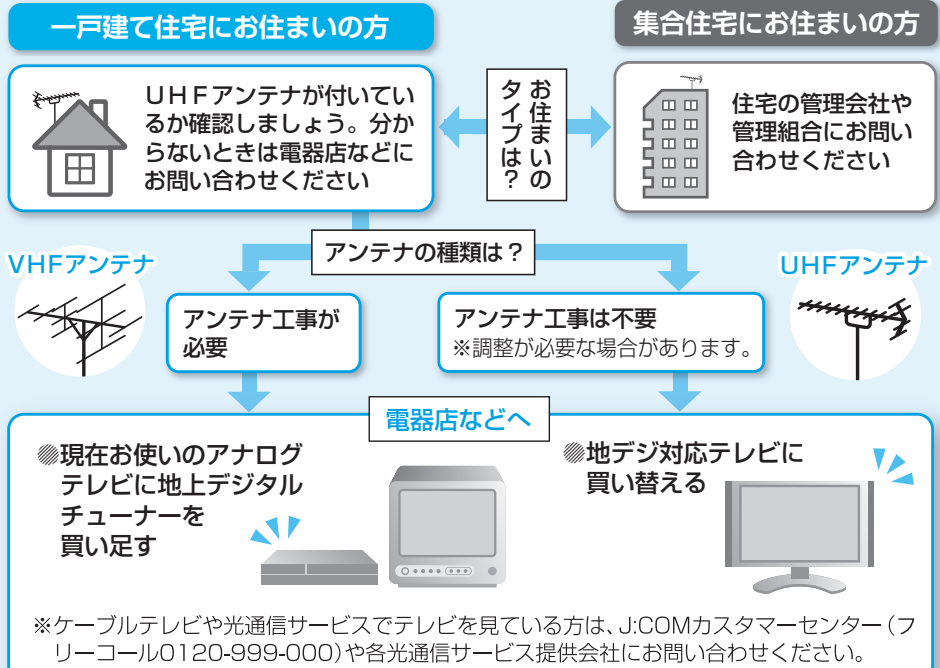
成(③のみ)▷申込期限 7月24日(日)▷申込 電話で総務省地デジチューナー支援実施センター ☎0570-023724③ ☎0570-033840へ (平日午前9時～午後9時、土・日曜、祝日午前9時～午後6時)

アンテナ工事(有料)を行う電器店を紹介します

全国電機商業組合連合会がお住まいの地域の登録店を紹介します。

▷問合せ デジタル110番 ☎0570-010186 (平日午前9時～午後5時)

地デジを見るためには



東日本大震災復興支援

前橋汀子チャリティーコンサート

東日本大震災の被災者を支援するため、区内在住のバイオリニスト前橋汀子さんの協力を得て、チャリティーコンサートを開催します。

▷とき 6月17日(金)午後2時～3時45分(午後1時30分開場)▷ところ 練馬文化センター大ホール▷曲目

エルガー/愛の挨拶(あいさつ)、クライスラー/愛の喜び、サラサーテ/ツィゴイネルワイゼンなど▷出演 前橋汀子(バイオリン)、イーゴリ・ウリヤシュ(ピアノ)▷定員 1,400名(抽選)▷入場料 2,000円(全席自由) ※全額義援金として日本赤

十字社に寄付します。▷申込 往復ハガキに①チャリティーコンサート②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員の氏名(4名まで)を記入の上、6月6日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 (財)練馬区文化振興協会 ☎3993-3311へ

前橋汀子

日本を代表する国際的なバイオリニスト。優雅さと円熟味にあふれた演奏は聴衆を魅了している。現在、大阪音楽大学教授。

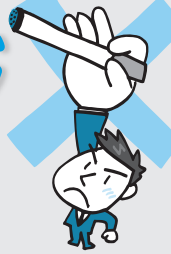


6月17日(金)午後2時開演 練馬文化センター大ホール(練馬駅北口下車徒歩1分)

©篠山紀信

5月31日~6月6日は禁煙週間

禁煙にチャレンジしませんか?



たばこは、自分だけでなく子どもをはじめ家族など周囲の人の健康にも大きな影響を与えます。5月31日~6月6日は禁煙週間です。...

お近くの薬局で禁煙のためのアドバイスが受けられます



区は薬剤師会と協力して、左のステッカー(←)を掲示している区内の禁煙支援薬局で、...



禁煙支援薬局で禁煙相談を受けた方へ何られました

禁煙補助剤を使ってたばこを止めることができました



谷治賢三さん(石神井町在住)

ニコチンの少ないたばこに変えるなど健康に気を付けてはいましたが、禁煙はできず...

禁煙補助剤の費用を助成します



6月1日(水)から、薬剤師による禁煙相談を受けた方のうち、区内在住の方を対象に禁煙補助剤2週間分の費用を助成します...

禁煙マラソンに参加しませんか!

携帯電話・パソコンの電子メールで応援します

電子メールによる禁煙に役立つ情報の配信や、電子掲示板の利用を通じて禁煙をサポートします...

利用方法

neima@kimen-marathon.jpに空メールを送信し、返信メールの案内に従って登録してください...

講演会

受動喫煙~大切な家族・身近な人を守るために

▽とき 6月9日(木)午後2時~4時▽ところ 豊玉保健相談所(豊玉北5の15の19)▽講師 複十字病院呼吸器科医師/高柳喜代子▽定員 50名(申込順)▽申込 電話で豊玉保健相談所 ☎3992-1188へ

平成22年度末(23年3月31日現在)の

財政状況をお知らせします

表1 各会計の予算額と執行状況

Table with columns: 予算現額, 収入済額/支出済額, 収入率執行率. Rows include 一般会計, 国民健康保険事業会計, 介護保険会計, etc.

表2 基金の種類と現在高

Table with columns: 基金名, 現在高. Rows include 特定目的基金, 積立基金, 減債基金, etc.

表3 特別区債発行残高の内訳

Table with columns: 内訳, 残高. Rows include 学校・図書館・体育館の建設など, 公園・道路・駐車場の整備など, etc.

一般会計 22年度一般会計の当初予算額は、2千231億4千993万円でした。その後、補正予算を2回編成し、総額で53億686万円を増額しました。...

表4 公有財産の状況

Table with columns: 種類, 金額, 数量など. Rows include 土地, 建物, 工作物, 出資による権利, etc.

特別会計 特定の収入を使って特定の事業を行う場合に、経理を明確にするため、一般会計と分けて経理する会計を特別会計といいますが、それぞれの会計の執行状況は、表1の通りです。...

基金 各基金の3月31日現在の現在高は、表2の通りです。この時点での積立基金の合計額は585億9千207万円ですが、5月31日までの出納整理期間中の動きなどを加えた上で、22年度決算として確定します。...

夏休み期間(7月21日(木)~8月31日(水))の受け付け開始

夏休みはベルデへ行こう

ベルデ(少年自然の家)は、長野県軽井沢・武石、静岡県下田、千葉県岩井にある宿泊施設です。夏休み期間(7月21日(木)~8月31日(水))の利用は、団体利用と一般利用に分けて受け付けます。利用は1グループ1回のみで3泊4日までです。下表で利用可能日を確認の上、お申し込みください。 ※岩井は団体利用のみです。

▷問合せ 団体利用…生涯学習課少年自然の家係 ☎5984-2441、一般利用…旅行サービスコーナー ☎5984-1234

ベルデ武石近くの菓栗溪谷は夏でも涼しく、爽やかな風を感じながら散策を楽しめます

夏休み期間中の利用可能日(5月16日現在)

	7/21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	8/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	
軽井沢	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○	○	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	△	△
武本館	×	×	△	△	×	△	×	△	×	×	×	○	○	○	○	○	△	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×
石新館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
下田	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×
岩井	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×

○…全室利用できる日 △…利用できる部屋数が少ない日 ×…全室利用できない日 ※上記の利用可能日はあくまで目安です。利用可能日でも運動施設(研修室を含む)の利用ができない場合があります。また、先に行う団体利用の予約状況で、3人室・8人室は満室になる可能性があります。 ※軽井沢の4人室と武石新館は、一般利用に限ります。

ベルデ夏休み一般利用申込書

①希望施設(希望施設に○)と日程(3泊4日まで)を第3希望まで	②部屋の種類・数(武石新館は和・洋室の別)
第1希望 施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
第2希望 施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
第3希望 施設名 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 日程 月 日から 泊	人室を 部屋
③利用者数 大人 人・中学生 人 小学生 人・幼児 人	
④代表者の 住所 フリガナ 氏名 屋間連絡の取れる電話番号	
⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、施設名を記入の上、利用日時に○をし、どちらかの□にレ点 施設名 ①初日午後 ②2日目午前・午後 ③3日目午前・午後 ④4日目午前 <input type="checkbox"/> 運動施設が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 運動施設が利用できなくても、宿泊を希望する	



一般利用の申し込みは、6月3日(必着)までに〒176-8501豊玉北6の12の1 区役所内少年自然の家係へ ※返信面に返信先を必ず記入してください。

抽選会

6月6日(月)午前10時から、区役所本庁舎19階で公開抽選会を行います。

5月31日(火)までに電話で少年自然の家係へ連絡の上、申し込みに必要な書類を6月6日(月)までに提出してください。

抽選申し込み

▽対象 区内の少年団体、生涯学習団体などが10人以上で利用する場合
※親睦のみを目的とする場合は一般利用となります。
※複数の団体に重複して参加することはできません。

抽選申し込みは5月31日(火)まで

団体利用

抽選申し込み

左の申込書に必要事項を記入の上、往復ハガキの往信の裏面に貼って、6月3日(必着)までに

※1グループで2通以上申し込んだ場合は無効です。

一般利用

▽対象 区内在住・在勤(在学)の方など
※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは抽選申し込みができません。

抽選申し込みは6月3日(必着)まで

予約

6月10日(金)に区役所本庁舎19階で、抽選会の順位に従い予約を受け付けます。

抽選結果

少年自然の家係へ

抽選結果は、6月21日(火)に発送します。
※抽選後の空き室申し込みは、後日区報でお知らせします。

有効期限にご注意を!

ど根性商品券

ご利用は5月31日(火)まで!

昨年11月に販売したプレミアム付き区内共通商品券「ど根性商品券」の有効期限は、5月31日(火)です。期限を過ぎると利用できなくなります。ご注意ください。

▷問合せ 練馬区商店街連合会 ☎3991-2241、商工係 ☎5984-2675

幼稚園名	保育室開放日時
光が丘さくら(光が丘2-4-8-101) ☎3976-2562	★1日(木)・22日(木)・29日(木)10:00~11:30 毎火・木・金曜10:00~12:00
光が丘むらさき(光が丘3-3-5-101) ☎3976-7221	★9日(木)10:00~11:30 ★園庭開放…30日(木)12:30から 15日(木)・22日(木)・29日(木)9:00~11:30
光が丘あかね(光が丘6-1-1-101) ☎3976-6306	★9日(木)・21日(火)・30日(木)10:00~11:30 毎火・木曜9:00~11:30
光が丘わかば(光が丘7-6-19-101) ☎3976-6556	★8日(木)・22日(木)10:00~11:20 毎火曜9:00~11:20
北大泉(大泉町2-46-6) ☎3925-6092	★20日(月)・28日(火)12:50~14:00 移動動物園…7日(火)12:30~13:30

▽問合せ 各区立幼稚園

区立幼稚園では0~4歳の未就園児を対象に、保育室を週1回程度開放しています。幼稚園の遊具を使って遊べますので、お子さんや親同士の交流の場としてご利用ください。また、子育ての悩みなどの相談にも応じています。
6月の日程は、左表の通りです。7月以降の日程はお問い合わせください。 ※表中の★の日は園児や先生と一緒に歌ったり踊ったりすることもできます。 ※区ホームページ「暮らしのガイド」の「教育」の「幼稚園」でも各園の情報がご覧になれます。



5/31(火)は 夜間窓口サービスを お休みします

区は、区民事務所と、石神井庁舎・練馬庁舎の一部窓口で平日の窓口を午後8時(区民事務所と戸籍第一係は午後7時)まで延長する夜間窓口サービスを実施しています。

5月31日(火)は、電算機のシステム処理のため、窓口を午後5時で終了します。 ※石神井庁舎地下1階・区役所西庁舎1階での戸籍

区は、区民事務所と、石神井庁舎・練馬庁舎の一部窓口で平日の窓口を午後8時(区民事務所と戸籍第一係は午後7時)まで延長する夜間窓口サービスを実施しています。

5月31日(火)は、電算機のシステム処理のため、窓口を午後5時で終了します。 ※石神井庁舎地下1階・区役所西庁舎1階での戸籍

区は、区民事務所と、石神井庁舎・練馬庁舎の一部窓口で平日の窓口を午後8時(区民事務所と戸籍第一係は午後7時)まで延長する夜間窓口サービスを実施しています。

5月31日(火)は、電算機のシステム処理のため、窓口を午後5時で終了します。 ※石神井庁舎地下1階・区役所西庁舎1階での戸籍

特別支援学級の就学相談説明会と学級見学会

知的障害や情緒障害などのあるお子さんが通う特別支援学級の教育内容を理解していただくため、就学相談説明会と学級見学会を行います。来月4月に小学校に入学予定で、知的な面や情緒面、身体の発達に気掛かりな点があるお子さんの保護者は参加してください。また、説明会当日に就学相談の予約を受け付けてください。 ※説明会に出席できない方で就学相談を希望する方は、6月13日(月)以降に電話で就学相談係 ☎5984・5664へ。

〈就学相談説明会〉
6月10日(金)午後2時～4時
▽ところ 石神井公園区民交流センター2階(石神井)

〈学級見学会〉
左上の表の通り▽申込当日会場受け付け

旭丘小(旭丘2-21-1)	7/13(木)8:30~12:15
豊玉第二小(豊玉上2-16-1)	6/29(水)8:30~12:30
練馬第三小(貫井1-36-15)	9/8(木)8:30~12:15
練馬東小(春日町1-30-11)	7/6(木)8:00~12:15
北町小(北町1-14-11)	9/21(木)8:30~12:15
光が丘第八小(光が丘1-4-1)	7/14(木)9:00~12:15
光が丘四季の風小(光が丘7-2-1)	6/30(木)8:15~12:15
南田中小(南田中5-15-37)	9/16(金)8:30~12:15
上石神井北小(石神井台5-1-32)	7/11(月)8:30~12:20
石神井西小(関町北1-1-5)	9/9(金)8:45~12:00
大泉東小(東大泉1-22-1)	7/7(木)8:30~12:30
大泉小(東大泉4-25-1)	7/5(火)8:00~12:15
大泉学園小(大泉学園町4-7-1)	9/30(金)8:30~12:15
旭丘小(旭丘2-21-1)	9/16(金)8:50~12:10
豊玉南小(豊玉南2-14-1)	9/22(木)9:00~12:00
練馬第三小(貫井1-36-15)	6/28(火)8:50~12:15
光が丘四季の香小(高松5-24-1)	9/20(火)8:45~11:20
田柄小(田柄2-19-19)	9/27(火)8:40~12:10
石神井東小(南田中3-9-1)	7/12(火)8:45~11:30
関町小(関町北3-23-34)	9/7(木)8:50~12:10
大泉小(東大泉4-25-1)	9/6(火)9:35~11:10

区内の通所施設に通っている障害のある方、ボランティア、職員、関係者の総

区内の通所施設に通っている障害のある方、ボランティア、職員、関係者の総

赤十字活動資金にご協力を

5月は赤十字運動月間です。日本赤十字社では国際救援活動、災害救護、血液事業をはじめとするさまざまな活動を行っています。これらの事業は皆さまの寄付金などによって支えられています。

寄付は、光が丘・大泉区民事務所、出張所、総務所石神井係(石神井庁舎2階)、総務係(区役所本庁舎6階)で随時受け付けています。

▽問合せ 日本赤十字社東京都支部練馬地区事務局(総務係内) ☎5984・2600

介護保険

◆平成21・22年度分の介護保険料が未納の方へ催告書を5月26日(木)に発送

65歳以上で、21年6月～23年2月分の介護保険料が未納の方が対象です。6月9日(木)までに金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、区民事務所(練馬を除く)、出張所、公金収納コーナー(区役所本庁舎1階)、介護保険課(同西庁舎1階)で納めてください。

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)も利用できます。保険料を納めていないと、介護保険サービスを利用する際、滞納期間に応じて自己負担割合が1割から3割に増えることがあります。

▽問合せ 介護保険課 ☎5984・4593

国民年金

◆障害基礎年金受給者の子の加算対象範囲が拡大

これまでは、障害基礎年金の受給対象者となった時点で、加算要件に該当するお子さんがいる場合に加算がされていました。4月から、受給対象者となった後に、出生などで生計を維持することになったお子さんについても加算の対象になります。加算を受けるには、届け出が必要ですが、加算要件など詳しくは、お問い合わせください。

▽問合せ 練馬年金事務所 ☎39904・5491、区役所内国民年金係 ☎5984・4561

国民健康保険

◆練馬区国民健康保険運営協議会の委員を募集

練馬区国民健康保険運営協議会では、保険給付や保険料など、国民健康保険事業の運営に関する重要事項について審議しています。運営協議会は、練馬区国民健康保険加入者の代表や医師・薬剤師の代表などで構成されます。加入者の代表として、運営協議会に参加していただける方を募集します。会議は、年2～4回程度、平日の午後5時に開催します。 ※謝礼あり。

▽対象 練馬区国民健康保険に加入している方▽任期 8月から2年間▽募集人数 7名(選考)▽申込「国民健康保険制度について思うこと」をテーマとした作文(800字程度。様式自由)と①住所②氏名③年齢④性別⑤職業⑥電話番号を記入した物を、6月20日(必着)までに直接または郵送で国保年金課管理係(区役所本庁舎3階) ☎5984・4551へ

非常勤職員

いずれも交通費支給。
▽区立小学校学力向上支援講師
▽対象 小学校教員免許をお持ちの方▽場所 区立小学校▽内容 児童に対する学習指導▽期間 6月～来年3月▽勤務日 月曜～金曜(月14日以内)▽時間 午前8時45分～午後2時45分▽賃金 時給900円▽採用予定数 1名(書類選考)▽申込 履歴書(写真添付)を、6月10日(必着)までに直接または郵送で〒178-0061大泉学園町3-9の20大泉学園町福祉センター ☎39923・8540へ

アルバイト

いずれも特別な資格は限りません。交通費は支給しません。
①は登録制で、欠員状況により採用します。
②調理補助
▽場所 大泉学園町福祉センター ☎39904・5491、金曜(月14日以内)▽時間 午前8時45分～午後2時45分▽賃金 時給900円▽採用予定数 1名(書類選考)▽申込 履歴書(写真添付)を、6月10日(必着)までに直接または郵送で〒178-0061大泉学園町3-9の20大泉学園町福祉センター ☎39923・8540へ

献血にご協力を

5月28日(土)・29日(日)午前10時～午後11時30分・午後1時～3時30分 光が丘公園やき広場(光が丘4-1の1)
6月7日(火)午前10時～11時30分・午後1時～3時30分 西武新宿線石神井駅北口前
▽問合せ 東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422・321100

世帯数	335,420	前月比(+461)
総人口	708,445	(-43)
住民記録	694,995	(+329)
男	342,656	(+125)
女	352,339	(+204)
外国人登録	13,450	(-372)
年齢別人口		前月比
14歳以下	88,681	(+63)
15～64歳	469,607	(+320)
65歳以上	136,707	(-54)

【5月1日現在】
※世帯数と年齢別人口は外国人を除く。

区営住宅の入居者を募集

●募集案内・申込書の配布期間：5月24日(火)～31日(火)
●募集案内・申込書の配布場所：区民事務所(練馬を除く)、出張所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階) ※5月28日(土)・29日(日)は、土日・休日区政案内(区役所本庁舎2階)でのみ配布します。

区内に1年以上在住し、所得が基準内で住宅に困っていること、その他、下表の要件などがあります。詳しくは、募集案内をご覧ください。また、区ホームページ「電子申請」からも申し込めます。

▽問合せ 住宅課住宅係 ☎ 5984・1619

募集区分	主な申し込み資格	募集数	優遇要件※1
一般世帯向け	同居親族がいる	14戸	○区営住宅の落選ハガキが3枚ある世帯 ○心身障害者を含む世帯
ひとり親世帯向け	配偶者(未婚、婚約者を含む)がいない。同居親族が中学生以下の子のみの世帯	5戸	○中学生以下の子が3人以上いる世帯
若年ファミリー向け※2	申込者・同居親族全員が40歳未満。夫婦のみ、または夫婦と中学生以下の子の世帯	5戸	
単身者向け	60歳以上(経過措置により昭和31年4月1日以前生まれを含む)であるか身体障害者手帳1～4級などの単身者	2戸	

※1 優遇要件…抽選のときに当選確率が2倍になります。
※2 若年ファミリー向け…子の年齢などにより、入居期間が5～10年に限られる住宅です。

NPO(民間非営利団体)がわかる!

＝NPO基礎研修＝

NPOの基礎知識や安定した運営に必要なことを学びます。

▽とき 6月4日(土)午後2時～4時30分▽ところ 勤労福祉会館(東大泉5の40の36)▽講師 NPO法人シーズ・市民活動を支援する制度をつくる会副代表理事/松原明▽定員 50名(申込順)▽申込 電話またはファックス、電子メールで①研修名②氏名③団体名④電話番号⑤参加動機を、6月1日(水)までにボランティア・地域福祉推進センター ☎ 3994・0208、Fax 3994・1224、電 15912・6401へ

パソコン指導 ボランティア養成講座

子メール volunteer@neri-shakyo.com

▽対象 ワード、エクセルなどパソコンの基本操作ができる区内在住の方▽とき 6月22日(水)・29日(水)・7月6日(水)・9日(土)午後1時～4時【4日制】▽ところ 豊玉高齢者センター▽講師 練馬176地域ITリーダー▽定員 8名(抽選)▽持ち物 USBメモリー▽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、6月9日(必着)までに〒176-0013豊玉中3の3の12 豊玉高齢者センター ☎ 5912・6401へ

高齢者就職面接会

▽対象 週20時間未満の就労を希望する60歳以上の方▽とき 6月17日(金)午後1時30分～4時▽ところ 石神井公園区民交流センター2階(石神井町2の14の1)▽申込 6月7日(火)～16日(木)に本人が直接、アクティブシニア支援室(石神井公園区民交流センター2階) ☎ 5910・3455へ

児童育成手当の現況届をお忘れなく

児童育成手当を受給している方に、6月1日(水)までに現況届を送付します。必要事項を記入の上、6月30日(木)までに提出してください。

い。現況届を提出しないと、6月分からの手当が受けられなくなりしますので、ご注意ください。

▽問合せ 児童手当係 ☎ 5984・5824

5月29日(日)は区内一斉清掃の日

5月29日(日)に、町会・自治会で構成される練馬区環境清掃推進連絡会と区が協力し、区内一斉清掃を行います。区民・事業者の皆さまも、ご協力をお願いいたします。

6月2日(木)に特設人権擁護相談窓口を設置

6月1日の人権擁護委員の日にちなみ、練馬区人権相談所(区役所東庁舎5階)に特設の人権擁護相談窓口(ご協力を)

資源・ごみ収集日に出してください。

「駅前もみんなできれいに」きれいなまちは、犯罪の抑止効果があります。区は、ポイ捨て防止キャンペーンや、駅や駅周辺の道路などにフラワーポットを設置する「駅からはじまる花いっぱい運動」、放置自転車対策などにより、駅前のクリーンアップに努めています。

平成22年度練馬区児童・生徒基礎調査報告書がご覧になれます

児童・生徒と保護者の規範意識に関する調査を実施し、報告書を作成しました。報告書は、図書館、区民情報ひろば(区役所東庁舎3階)、総合教育センター(高野台2の25の1)、区ホームページ「区政情報」でご覧になれます。

▽問合せ 総合教育センター ☎ 3904・4881

インターネット動産公売

詳しくは、区ホームページ「税金(申告・納付)」をご覧ください。 ※予告なく公売を中止する場合があります。

有料広告を募集

国民健康保険証 送付用の封筒

申し込み方法など詳しくは、国保年金課(区役所本庁舎3階)、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)、区ホームページ「事業者向け情報」にある申込用紙をご覧ください。

商店街の空き店舗への出店者を募集

店舗改修費や賃借料を助成します

区は、区内の商店街にある空き店舗で商業活動を始めようとする事業者に、店舗改修費や賃借料を助成します。 ※経営指導員の派遣も行います。詳しくは、お問い合わせください。

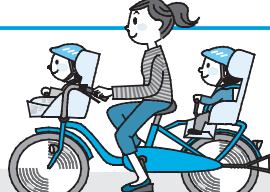
※次回、9月に募集する予定です。

▽対象 3か月以上入居者のいない店舗への出店者 ※空き店舗のある商店会への入会が必要です。 ※事務所、フランチャイズ店、風俗営業法適用業種を除きます。

▽助成額 店舗改修費：補助率3分の2以内(上限100万円・初年度のみ)、賃借料：補助率3分の2以内(上限月5万円・3年まで) ※募集数 3事業者程度(選考)

▽申込 商工観光課(区役所本庁舎9階)、区ホームページ「事業者向け情報」にある申込用紙に必要事項を記入の上、6月30日(必着)までに直接または郵送で商工観光課商工係 ☎ 84・2675へ

3人乗り自転車をレンタルします



子育て世帯の経済的負担を軽減するため、3人乗り(幼児2人同乗用)自転車の貸し出しを行います。

詳しくは、区民事務所(練馬を除く)、出張所、区役所庁舎案内横(本庁舎1階)、交通安全課(同13階)、(助)練馬区都市整備公社にあるパンフレットをご覧ください。 ※パンフレットは、(助)練馬区都市整備公社ホームページ(http://www.zai-nk.or.jp)からも取り出せます。 ※電動アシスト付き自転車ではありません。

▽対象 交通安全講習会(8月7日(日)の1時間程度)を受講でき、8月1日現在、次の①～③の全てに当てはまる方 ①区に住民登録または外国人登録をしている②1～5歳のお子さんを2人以上養育している③自転車の適正な保管場所を確保でき

▽貸出回数 50台(抽選) ①利用期間 1か月を単位に3年以内 ※利用開始は講習会の受講後です。 ※お子さんが6歳に達した際は、誕生月の月末で終了します。

▽費用 月525円 ※身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方と生活保護受給世帯の方は月262円です。

▽申込 ①申請者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号②お子さん全員の氏名(ふりがな)・生年月日③自転車の保管場所を記入した物を、6月1日～24日(消印有効)に郵送 〒176-0012 豊玉北5の29の8 練馬センタービル8階(助)練馬区都市整備公社 ☎ 3993・8011へ ※申し込みは1世帯につき1通までです。

凡例：●対象、●時、●所場所、●内容、●講師、●出演、●定員、●参加費(記載のないものは無料)、●持ち物、●企画、●申し込み、●問合せ

2011ねりまの生涯学習 学習・文化ガイドブック

できました



ねりま区生涯学習マスコット「らぼ」

平成23年度に行う予定の講座・催し物と、学習文化活動に利用できる区立施設などを紹介する「2011ねりまの生涯学習 学習・文化ガイドブック」ができました。

ガイドブックは、区民事務所(練馬を除く)、出張所、図書館、練馬公民館(豊玉北6-8-1)、区民情報ひろ

ば(区役所東庁舎3階)、生涯学習課(同本庁舎11階)などで配布しています。

●生涯学習課生涯学習担当係 ☎5984-2439

スポーツ

区民体育大会

□硬式テニス・ダブルス(一般男女、壮年男女の部)

●一般男女A・B(18歳以上)、壮年男女(50歳以上) ※Aは中・上級、Bは初級。 ※学生テニス連盟登録者と高校生は参加できません。 ●一般女子A・B・壮年男子…7月3日(日)、一般男子A・B・壮年女子…7月10日(日) ※試合時間・会場は後日発表します。 ●1種目1組1,500円(保険料など) ●庭球場、体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎11階)にある実施要

項をご覧の上、6月7日(必着)までに練馬区体育協会へ ※混合ダブルスは、後日区報でお知らせします。 ●スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

映画・音楽会

6月の上映会

●当日会場受け付け(◎子ども向け)

練馬公民館(豊玉北6-8-1) ☎3991-1667
2日(木)14:00 「悲しき口笛」
4日(土)10:00 ◎「のどか森の動物大作戦」
25日(土)10:00 ◎「裸の王様」
総合教育センター(高野台2-25-1) ☎3904-4881
11日(土)10:30 ◎「ジャングル大帝〜約束」など

ふれあい農園参加者募集



じゃがいも 掘りをしませんか

●個人または団体所時下表の通り ●1セット(3株)450円 ※1株は4~6個です。 ●当日園主にお支払いください。 ●ハガキまたはファクスで ①希望する畑の記号(A~J)と園主名 ②希望日(午前・午後の別も) ③代表者の住所・氏名・電話番号 ④参加希

望人数 ⑤希望セット数(何セットでも可)を、5月31日(必着)までに区役所内農業振興係 ☎5984-1246・Fax 3993-1451へ ※申し込み多数の場合は抽選となります。結果は、希望日の5日前までに全員に通知します。 ※天候により、不作場合があります。

記号	園主	畑の場所	セット数	実施日	利用時間帯	
					午前	午後
A	相原	北町8-12	100	6/25(土)、7/2(土)・3(日)	9:00~12:00	—
B	吉田	田柄1-7	333	6/25(土)・26(日)、7/2(土)・3(日)	9:00~12:00	—
C	吉田	田柄2-21	200	6/25(土)・26(日)、7/2(土)・3(日)	8:30~11:00	—
D	加藤	早宮4-13	700	6/25(土)・26(日)、7/2(土)・3(日)	9:00~11:00(日曜は12:00まで)	13:00~15:00(6/25、7/2のみ)
E	五十嵐	土支田1-20	250	6/25(土)・26(日)、7/2(土)・3(日)	10:00~11:30	13:30~15:00
F	加藤	三原台3-7	400	6/18(土)・25(土)・26(日)、7/2(土)	8:30~11:30	—
G	山下	石神井町6-32	100	6/26(日)、7/3(日)	9:00~11:00	15:00~16:00
H	桜井	石神井台8-9	200	6/25(土)・26(日)、7/2(土)・3(日)	10:00~12:00	14:00~16:00
I	井口	関町南4-5	500	7/2(土)・3(日)・9(土)・10(日)	9:00~11:30	—
J	高橋	西東京市東町4-12	600	6/18(土)	9:00~11:30	13:30~15:30

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、当事者間をお願いします。 ※記事中の会場は主催者が利用を予定しているものです。 ●掲載の問合せ 広報係 ☎5984-2690

- ◆料理サークル コスモ 50歳以上の方対象 第2木曜午前10時~午後1時 石神井公園区民交流センター2階 入会金1,000円 会費6か月3,000円 材料費1回800円 安永 ☎3577-5427 (要予約)
- ◆①生け花(池坊東流) ②茶道(裏千家) 月2回土曜①午前10時~正午②午後1時~4時 サンライフ練馬 ①②とも入会金1,000円、月会費2,000円、花材代・水屋料実費 柳橋 ☎3924-4501
- ◆フォークダンス無料講習会 6月2日①午後1時~2時30分(初心者)②午後2時30分~4時(中級者) サンライフ練馬 例会…毎木曜③午後1時~2時30分(初心者)④午後2時30分~4時(中級者) サンライフ練馬 ③④とも入会金1,000円、月会費2,000円 木曜世界のフォークダンスサークル・五十嵐 ☎3990-9808
- ◆社交ダンス 美鈴会 60歳以上の方対象 毎木曜①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分、③毎金曜午後1時30分~3時30分 西京信用金庫水川台支店など 専任講師が指導 ①~③とも入会金1,000円、月会費2,500円 中村 ☎3931-8737 (要予約)
- ◆ハワイアンキルト体験会 6月6日午後1時30分~3時30分、9日午前10時~正午、20日午後1時30分~3時30分、23日午前10時~正午 サンライフ練馬 参加費2回3,000円 教材費2回1,500円 坂西 ☎090-1612-2466 (要予約)

- ◆フリーマーケット 5月29日午前9時~午後2時 ホテルカデンツァ光が丘公園緑地(雨天時は屋内) 出店料は練馬区社会福祉協議会へ寄付 J. CITY・矢後 ☎5372-4440
- ◆ゲートボール教室 初心者対象 6月3日・10日・17日午前9時~正午 練馬総合運動場 参加費無料 練馬区ゲートボール協会・岩松 ☎3997-6352
- ◆フォークダンス 水曜会 60歳以上の方対象 月3回水曜①午後1時~2時40分(初心者)②午後2時50分~4時30分(多少踊れる方) 光が丘区民センター3階 ①②とも入会金1,000円、月会費2,000円 5月25日は無料体験可 本郷 ☎3925-4751 (午後6時以降)
- ◆NOB&フレンズオンミュージックコンサート(ピアノ・童謡・叙情歌など) 6月5日午後1時開演 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 例会…①第1日曜②第3土曜午後2時~4時 ①男女共同参画センターえーる②立野地区区民館 ①②とも会費1回700円、楽譜代1,000円(初回のみ) コーロ・アイリス 金子 ☎3920-2350
- ◆フラダンス カニニフラ 中高年齢の初心者~多少踊れる方対象 月3回金曜午後1時30分~2時45分 勤労福祉会館など 入会金1,500円 月会費4,500円 初回は無料体験可 山岸 ☎3867-3082 (要予約)
- ◆グッピー・スイミングクラブ(水泳・アクアビクス・水中ウォーキング) 中高年齢の中級以上の方対象 毎水曜午前9時~11時 大泉学園町体育館 練馬区水泳連盟コーチが指導 入会金1,000円 月会費2,500円 保険料実費 初回は無料体験可 佐々木 ☎3978-2624 (要予約。午後6時以降)
- ◆押し花サークル(小物作りなど) 6月14日から月1回火曜午前9時~正午 南大泉地区区民館 入会金1,000円 月会費1,500円 材料費実費 高橋 ☎3923-2553 (要予約)
- ◆プロのモデルを使ったデッサンなど 金曜デッサン会 第1~3金曜午後1時~4時30分 総合教育センター 入会金2,000円 月会費3,500円 年会費2,000円 石川 ☎3922-5921 (要予約)

- ◆中国語講座 初心者対象 毎木曜午前9時30分~11時30分 関町北地区区民館など 月会費1,500円 大野 ☎3995-0303 (午後7時~8時)
- ◆硬式テニス ベニーレイン 55歳以下の中級以上の方対象 主に第1・3日曜、第2・4土曜午後1時~5時 豊玉中庭球場など 入会金500円 月会費3,000円 年1回大会あり 田村 ☎090-6305-6814 (要予約)
- ◆新舞踊 藤柳 中高年齢の女性対象 月3回水曜午後1時~4時 春日町南地区区民館 月会費1,000円 6月1日は無料体験可 藤沢 ☎6794-2303 (午後6時以降)
- ◆社交ダンス無料講習会 初級~中級者対象 ①5月25日②6月1日午後6時30分~8時 関区民センター WAKUWAKUクラブ・鈴木 ☎080-3454-7915 (要予約)
- ◆認知症予防のための中国語入門講座 中高年齢者対象 6月1日から毎水曜午前9時30分~11時30分 男女共同参画センターえーるなど 月会費5,000円 初回は無料体験可 リュウ ☎090-8492-5808 (要予約。午後5時以降)
- ◆リトミック無料体験会 1~3歳児と保護者対象 5月25日・6月8日・15日午前10時~10時45分 練馬公民館 例会…月3回水曜①午前10時~10時45分(2・3歳児と保護者)②午前11時~11時45分(1・2歳児と保護者) 練馬公民館 ①②とも入会金1,200円、月会費3,100円 リトミックサークルちびうさ・山口 ☎3994-9645 (要予約)
- ◆民謡・新舞踊 ふよう会 毎月曜午後1時~3時30分 春日町青少年館 会費1回1,000円 杉本 ☎090-2907-0606
- ◆ストレッチなど 中高年の健康体操 モックス 月3回月曜午後1時30分~3時 東大泉中央地域集会所 月会費500円 会費1回1,000円 初回は無料体験可 小林 ☎090-2152-8533
- ◆社交ダンス スイートビー 初心者~多少踊れる方対象 月4回土曜午後7時~9時 春日町地域集会所など 女性講師が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 戸沢 ☎5998-2787 (要予約)

- ◆英会話 HappyFamily 毎金曜①午後1時45分~3時15分(初心者)②午後3時25分~4時55分(初級者) 練馬公民館 講師 ガブリエル・オサヘニ・アゲド ①②とも入会金1,000円、年会費2,000円、会費1回1,000円 山田 ☎3948-1086 (要予約。午後5時以降)
- ◆水彩画 エムズアート 第1・3土曜午後1時~5時 男女共同参画センターえーる 入会金3,000円 月会費3,000円 宮崎 ☎3904-0374 (要予約)
- ◆フラダンス無料体験会 6月1日・8日・15日午前9時30分~10時30分 都宮石神井町8丁目集会所 スウィートレインニ・田辺 ☎3904-0730 (要予約)
- ◆光が丘歌の会 月4回木曜午後1時~4時 旭町南地区区民館 月会費4,000円 小沼 ☎090-6922-2178
- ◆社交ダンス さわらぎ会 月4回土曜①午後1時~2時20分(初心者・初級者)②午後2時30分~4時20分(中級者) サンライフ練馬など 月会費①3,000円②4,000円 田中 ☎090-5518-6994
- ◆筆ペン・ボールペン習字 桔梗の会 第1・3金曜午後1時~4時 男女共同参画センターえーる 入会金1,000円 月会費2,000円 中沢 ☎3996-9111 (午後6時以降)
- ◆女声コーラス(合唱組曲、ポップスなど) 水曜会 月4回金曜午前10時~正午 勤労福祉会館 月会費4,000円 演奏会積立金1,000円 楽譜代実費 吉田 ☎3995-9246 (要予約)
- ◆詩吟 吟詠芳蘭会 月3回①月曜午後7時~8時②木曜午後1時~3時 勤労福祉会館 ①②とも月会費4,000円 吉見 ☎3922-3002 (午前中)
- ◆端唄・小唄・新内節など 和楽の会 第2~4水曜午後1時30分~4時 サンライフ練馬 入会金3,000円 月会費4,000円 落合 ☎3999-0169 (要予約)
- ◆朗読サークルかたらい(呼吸法、発声練習など) 月2回①水曜②金曜午後1時~3時 石神井公園区民交流センター2階 ①②とも入会金3,000円、月会費3,000円 12月に公演あり 藤田 ☎090-6849-6373 (要予約)

- ◆カラオケ 栄光会 月2回土曜午後1時~4時 上石神井地域集会所 入会金1,000円 月会費1,200円 初回は無料体験可 笹原 ☎3997-1445
- ◆コスモスイミングクラブ 女性対象 月3~4回火曜午前9時~11時 三原台温水プール 入会金1,000円 月会費2,500円 保険料年1,600円 初回は無料体験可 稲田 ☎3923-1732 (要予約)
- ◆オペラ・オペレッタ あんさんぶる DOLCE 月3回土曜午後6時~9時、日曜・祝日午後1時~5時 練馬公民館など 月会費3,000円 演奏会積立金あり 大畑 ☎3999-7221 (要予約)
- ◆新日本スポーツ連盟の催し ◎第43回スポーツ祭典…①テニス大会 7月24日(男女D)、31日(男女S・男壮年S)、8月7日(上位戦) いずれも午前9時から 土支田庭球場 参加費D1組3,000円、S2,000円 詳細は各コート掲示の要綱を参照②卓球オープン大会(男女別団体戦2D・3S) 8月27日午前9時から 光が丘体育館 参加費1団体4,300円③バドミントン大会 8月7日(男女D2部・4部、MIXD2部)、14日(男女D1部・3部、MIXD1部・3部) いずれも午前9時から 光が丘体育館 参加費1組3,000円④着衣泳講習会 6月26日正午から 光が丘体育館 参加費小学生200円・中学生以上の学生500円・18歳以上の方800円⑤水泳記録会 6月26日午後5時から 光が丘体育館 参加費200m部門800円・400m部門1,000円・800m部門1,500円⑥テニス第23回チーム対抗団体戦(男女D・MIXD) 男女各3人以上で総数10人以下…8月20日・21日(予選)、8月29日(決勝) いずれも午前9時から 土支田庭球場 参加費1団体12,000円 詳細は各コート掲示の要綱を参照 申込スポーツ祭典は往復ハガキ(1種目1枚)で、テニス団体戦は所定の用紙で①種目②氏名③住所④電話番号⑤生年月日⑥クラブ名⑦戦績を、〒179-0073 田柄3-27-26 新日本スポーツ連盟練馬区連盟・江川 ☎3998-1910へ(スポーツ祭典は申込順。テニス団体戦は抽選。問い合わせは土・日曜午前9時~正午)

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。郵送申込の場合は、1人1通に限ります。区内在住でない方は、勤務先や学校の住所を記入してください。

第34回 練馬まつり 参加団体を募集

問合せ 実行委員会事務局 ☎5946-3630、観光係 ☎5984-1032

10月16日(日)に練馬総合運動場(練馬2-29-10)とその周辺で開催する練馬まつりに参加する団体を募集します。参加を希望する団体は、募集要項をご覧の上、申し込んでください。

募集要項の請求方法 ハガキに①団体名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加形態(①～③の別)④相談会参加の有無を記入の上、6月10日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-19-11精美ビル401実行委員会事務局へ

＜練馬まつり参加団体相談会を開催＞
参加形態の事業内容、申し込み方法などについてお答えします。

トとき 下表の通りトところ 区役所本庁舎19階

参加形態	相談会日時
① 出店・展示…模擬店、飲食品・物品の販売など	6/11(土)14:00から
② ふれあいひろばの運営団体…手作り教室、体験学習など	
③ ステージ・パレード…ダンス・舞踊など	6/11(土)16:00から

6月のチケット情報

※有料でチケット販売中の主な催しです(5月10日現在)。☎は自由席、☎は指定席です。詳しくは問い合わせ先へ。

練馬文化センター(練馬駅北口下車徒歩1分)

日程	催し物	開演	入場料	問い合わせ先
11(土)	東京電機大学管弦楽団 第64回定期演奏会	14:00	☎ 500	澄田 ☎080-5475-3812
	瀬下健二 追悼コンサート	14:00	☎ 2,000	瀬下 ☎042-423-1641
19(日)	尺八と箏(そう)のしらべ	13:00	☎ 2,000	泰山会・絃の会 ☎3993-5551
26(日)	フラダンス発表会	17:00	☎ 2,000	畠中 ☎090-2334-2056

大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅北口下車徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(6階))

日程	催し物	開演	入場料	問い合わせ先
7(火)	エリック・ラルスキーホルンコンサート	19:00	☎ 2,000他	日本ホルン協会 ☎3943-6677
14(火)	歌声喫茶「ともしび」がやって来る	10:30	☎ 2,000	アンデルセン事業部 ☎045-788-8782
	中山エミ シャンソンコンサート	14:30	☎ 3,500他	
16(木)	須関裕子ピアノリサイタル	19:00	☎ 2,500他	芸術集団2008 ☎090-2664-6433
17(金)	カメラータムジカール第4回演奏会	19:00	☎ 500	原口 ☎042-491-7223
18(土)	谷修コンサート2011	19:15	☎ 2,000他	GS-PRO ☎070-5667-1559
19(日)	テアトル・オペレッタ・フランセーズ	19:00	☎ 3,000	村田 ☎5387-0977

講座・講演会

豊玉リサイクルセンターの講座

①～③とも☎豊玉リサイクルセンター(豊玉上2-22-15)など☎電話で豊

玉リサイクルセンター☎5999-3196へ

①まち歩き「魅力的なまちなみづくり」

☎5月28日(土)午後1時30分～4時☎リサイクルセンター周辺を歩き、まちづくりについて考える☎まちづくりコーディネーター/杉崎和久☎20名(申

込順) ☎50円(保険料)

②製作者の話を聴いてみよう! 日本の自然

☎5月29日(日)午後1時30分～3時30分☎「富士山麓野鳥たちの詩」上映後、製作時の苦勞話を聞く☎俳句群像舎代表/岩崎雅典☎40名(申込順)

③今こそ知る 自転車の手軽さと怖さ

☎20歳以上の方☎6月6日(月)午後1時30分～3時30分☎自転車のルールやマナーを講義で学ぶ☎練馬警察署員☎30名(申込順)

ふるさと文化館ふれあい土曜事業

☎時定下表の通り☎①石神井公園ふるさと文化館(石神井町5-12-16)☎②④旧内田家住宅(石神井町5-13-27池淵史跡公園内)☎③④220円(材料費)☎当日会場受け付け☎石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060

内容	開始時間	定員(先着順)
①和紙染め体験	6/4(土)13:00	20名
②石神井公園ふるさと文化館を探検しよう	6/11(土)10:00	50名
③いろいろ端(ばた)で聞く昔ばなし	6/18(土) ①11:00②14:00	各回30名
④ちがや馬飾りをつくらう	6/25(土)13:00	20名

土と親しむサツマイモ作り

☎小学生と保護者☎6月11日(土)・8月20日(土)・10月15日(土)午前9時30分～10時30分【3日制】☎田柄一丁目区民農園(田柄1-16)☎苗の植え付け、収穫など☎12組(申込順)☎園手、スコップなど☎電話で春日町リサイクルセンター☎3926-2501へ

日本の島で驚いた

=区民大学=

☎18歳以上の方☎6月15日～29日の

毎水曜午後7時30分～9時【3日制】

☎練馬公民館(豊玉北6-8-1)☎日本の島特有の文化や、神秘的な慣習などを映像を通じて学ぶ☎紀行ライター/カベルナリア吉田☎30名(申込順)☎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、練馬公民館☎3991-1667・Fax 3991-0056・電子メールkouminkan@city.nerima.tokyo.jpへ

三宝寺池のカメ観察会

☎小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。☎6月19日(日)午前10時～11時30分☎石神井公園(石神井台1-26-1)☎外来種のカメの捕獲作業を見学し、生態系について考える☎NPO法人生態工房事務局/佐藤方博☎30名(抽選)☎往復ハガキに①講座名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、6月3日(必着)までに区役所内みどり計画係☎5984-1659へ

催し

アトリウムさつき展

☎5月26日(木)～31日(火)午前8時30分～午後5時(土・日曜は午前8時45分から)☎区役所アトリウム☎さつき盆栽の展示☎農業振興係☎5984-1403

お休みします

◆練馬区立美術館☎3577-1821

☎5月31日(火)～6月2日(木)【展示作業のため】

◆光が丘図書館☎5383-6500

☎6月3日(金)～6月9日(木)【特別館内整理期間のため】

情報あらがる

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

◆JA東京あおばの催し 花・植木・野菜の即売会

☎5月28日(土)・29日(日)午前10時～午後4時☎①石神井支店(石神井町5-11-7)②大泉支店(大泉学園町2-12-17)☎①石神井地区振興センター☎3995-4955②大泉地区振興センター☎3925-3112

◆江古田ナイトバザール

☎5月28日(土)午後4時～8時(小雨決行)☎江古田ゆうゆうロード商店街☎サンパレード、スタンブラリーなど☎栄町本通り商店街振興組合・秋山☎3994-3380

◆レインボーブリッジを歩いてお台場へ

☎☎6月11日(日)午前9時30分JR浜松町駅北口改札集合～お台場海浜公園～潮風公園～ゆりかもめお台場駅解散(約8km。雨天決行)☎500円(小学生以下200円。保険料など)☎往復ハガキ

に①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入の上、5月31日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-24-4 練馬区ウォーキング協会・山宮☎3991-8520へ(問い合わせは午前9時～午後3時)

◆普通救命講習会

☎①6月12日(日)②7月8日(金) いずれも午前9時～正午☎練馬消防署(豊玉北5-1-8)☎人工呼吸法、心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など☎各日30名(申込順)☎1,400円(テキスト代)☎電話で練馬消防署☎3994-0119へ

◆ソフトバレーボール大会

☎7月24日(日)午前9時から☎光が丘体育館(光が丘4-1-4)☎64チーム(抽選)☎1チーム4,000円☎体育館にある実施要項をご覧の上、7月1日(必着)までに練馬区体育協会・志村☎5393-5420へ

花とみどりの展示会

○写真展「四季の彩り展」☎5月25日(水)～29日(日)午前9時～午後5時(25日は午後1時から、29日は午後4時まで)☎園花とみどりの相談所(光が丘5-2-6)☎3976-9402

朝・夕・青空市

☎早宮商店会…5月21日(日)午後3時～6時☎山崎☎3993-3388
☎江古田いちば通り商店街…5月25日(水)午前10時～午後7時☎南部☎3991-2340
☎春日町本通り商店会…5月27日(金)・28日(土)午前10時～午後5時☎小泉☎3998-1131

☎光が丘IMA南館前…5月29日(日)午前10時～午後4時☎北中☎3995-4924

リサイクルマーケット

車での来場・搬入はご遠慮ください。700円以下の出店料が掛かります。☎光が丘公園けやき広場(光が丘4-1-1)…6月12日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)ト出店申込 往復ハガキに①住所②氏名③電話番号を記入の上、6月7日(必着)までに〒177-0051関町北1-25-20-105 ラブアース・フレンドリーサークル☎5991-9022へ(先着200店。問い合わせは午後7時～9時)ト問合せ 申込または清掃リサイクル課普及啓発係☎5984-1448

ねりマイクメン講座

区内の団体に委託して実施。☎パパのおもちゃ学～こどもと楽しく遊ぶコツ…☎1歳以上の未就児と父親☎6月12日(日)午後1時30分～3時☎男女共同参画センターえーる(石神井町8-1-10)☎おもちゃコンサルタントマスター/長谷部聡子☎10組(申込順)☎1組100円(保険料など)☎電話で練馬イクメンパパプロジェクト・岡田☎090-4620-6934へ(午後6時～8時)☎学習支援係☎5984-2438

ねりま遊遊スクール

区内の団体に委託して実施。☎学習支援係☎5984-2438
☎お好み焼きをパパと作ろう…☎小学生と保護者☎6月5日(日)午後1時30分～4時☎光が丘区民センター2階(光が丘2-9-6)☎8組(申込順)☎1組300円(材料費など)☎電話でクローバー・松尾☎3999-3406へ

☎6月の水泳フンポイントレッスン…☎①～⑤とも☎幼児～中学生 ※小学3年以下のお子さんには、水着を着た保護者が付き添ってください。☎時間内に来場した方に指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。☎プール利用料(保護者のみ)☎水着、水泳帽☎当日会場受け付け
①中村南スポーツ交流センター(中村南1-2-32)…6月4日～25日の毎土曜午前9時～11時
②三原台温水プール(三原台2-11-29)…6月4日～25日の毎土曜午前9時～11時
③上石神井体育館(上石神井1-32-37)…6月4日～25日の毎土曜午前9時～11時
④平和台体育館(平和台2-12-5)…6月4日(土)・18日(日)午前9時～11時
⑤光が丘体育館(光が丘4-1-4)…6月11日(土)・25日(日)午前9時～11時
☎スポーツなど…①～⑤とも☎当日会場受け付け ※幼児は保護者同伴。
①光が丘体育館(光が丘4-1-4)…☎小学生 ※保護者の参加も可。☎6月4日(土)午前9時～正午☎木工細工☎30名(先着順)☎100円
②平和台体育館(平和台2-12-5)…☎4歳児～小学生☎6月4日(土)午前10時～正午☎トランポリン、跳び箱、鉄棒☎40名(先着順)
③桜台体育館(桜台3-28-1)…☎5歳児～中学生 ※保護者の参加も可。

☎6月4日(土)・18日(日)午前9時～正午☎ラケットテニス、パドールテニス☎各日30名(先着順)

④総合体育館(谷原1-7-5)…☎幼児～中学生☎6月18日(日)午前9時～11時45分☎トランポリン、タグラグビー、ボクシングなど☎70名(先着順)☎50円(保険料)

⑤上石神井体育館(上石神井1-32-37)…☎3歳児～中学生☎6月18日(日)午前9時20分～11時45分☎跳び箱、鉄棒、トランポリンなど☎80名(先着順)

⑥泉新小(三原台3-18-30)…☎小学生☎6月25日(日)午前9時～正午☎テニスボール

⑦大泉学園町体育館(大泉学園町5-14-24)…☎5歳児～中学生☎6月18日(日)午前9時～正午☎ドッチビー、ビーチボールバレー、卓球など☎30名(先着順)☎ラケット(ある方のみ)

⑧中村南スポーツ交流センター(中村南1-2-32)…☎小学生 ※保護者の参加も可。☎6月25日(日)午前9時30分～正午☎障害のある子もいない子も楽しめる卓球、バドミントン、フットサル☎50名(先着順)☎100円(保護者のみ)☎ラケット(ある方のみ)

学校体育館でスポーツを

●旭町小 初級・中級卓球教室…☎16歳以上の方☎6月1日～15日の毎水曜午後6時30分～9時☎各日30名(先着順)☎当日会場受け付け☎学校応援団・開放係☎5984-1057

練馬区保健所(〒176-8501豊玉北6-12-1 区役所東庁舎6階) 豊玉保健相談所(〒176-0012豊玉北5-15-19) ☎3992-1188 北保健相談所(〒179-0081北町8-2-11) ☎3931-1347
光が丘保健相談所(〒179-0072光が丘2-9-6) ☎5997-7722 石神井保健相談所(〒177-0041石神井町7-3-28) ☎3996-0634 関保健相談所(〒177-0052関町東1-27-4) ☎3929-5381
大泉保健相談所(〒178-0061大泉学園町5-8-8) ☎3921-0217 ※受け付けは午前8時30分～午後5時。

凡例：☎…対象、📍…時、📍…場所、📍…内容、🗣…講師、👥…参加費、👜…持ち物、📄…申し込み、📞…問合せ ※参加費の記載のないものは無料です。

すくすく育て元気な子

6月の母親学級(平日3回コース)

📍妊娠中の方(家族での参加も可)
📍📍1石神井保健相談所…10日～24日の毎金曜
📍📍2関保健相談所…13日～27日の毎月曜
📍📍3豊玉
📍📍4光が丘保健相談所…14日～28日の毎火曜
いずれも午後1時30分～4時【3日制】🗣講義、お風呂の入れ方の実演指導、妊婦体操、歯磨き実習など👜母子健康手帳、歯ブラシ、コップ(①④はパスタオルも) 📍当日会場受け付け📍各保健相談所

6月の母親学級(土曜1回コース)

📍平日の参加が難しい妊娠中の方📍
6月18日(土)午後1時30分～4時📍大泉保健相談所🗣講義👥30名(申込順)👜母子健康手帳📞電話で大泉保健相談所へ

育児と離乳食

①②とも🗣講義、献立紹介👥30組(申込順)👜母子健康手帳、スプーン📞電話で各保健相談所へ

①石神井保健相談所(1回食)…📍5・6か月児と保育者📍6月2日(木)午前10時～11時30分

②関保健相談所(2・3回食)…📍7～10か月児と保育者📍6月17日(金)午前

10時～11時30分

パパとママの準備教室

📍📍出産を控えた夫婦📍6月11日(土)A午前9時～11時30分B午後1時30分～4時📍石神井保健相談所🗣講義、ビデオ上映、お風呂の入れ方の実演指導👥各回34組(申込順)👜母子健康手帳📞電話で石神井保健相談所へ

心も体もいきいきと

本当のうつ病の話
📍6月15日(水)午後2時～4時📍北保

健相談所🗣講義🗣風の木クリニック院長/高橋和巳👥35名(申込順) 📞電話で北保健相談所へ

あなたに知って欲しい 乳がんの早期発見と治療

📍6月14日(火)午前10時～正午📍北保健相談所🗣講義🗣関根ウイメンズクリニック副院長/池上靖子👥30名(申込順) 📞電話で北保健相談所へ

お腹(なか) すっきり! 気軽にダイエット

～運動編～
📍📍医師から運動を止められていない方📍6月14日(火)午後1時30分～4時📍石神井保健相談所🗣講義、運動実技、体脂肪測定🗣運動指導士/黒田恵美子👥35名(申込順) 📞電話で石神井保健相談所へ ※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。

家族介護者教室

🗣言語リハビリ教室
📍5月28日(土)午後2時～4時📍大泉サービスセンター(東大泉2-11-21) 🗣講義、実技👥10名(申込順) 📞電話で大泉サービスセンター☎5387-2201へ
🗣健康とおいしさ～簡単な食事の工夫
📍5月29日(日)午後2時～4時📍都営関町北三丁目第3アパート集会所(関町北3-31) 🗣講義👥10名(申込順) 📞電話でミニケアホームきみさん☎3929-2208へ

新しい健康手帳を配布します

区民の皆さまの日常的な健康づくりに役立てていただくため、健康診査の結果や毎日の健康状態などを記録する健康手帳を配布します。健康診査の結果の見方や健康づくりのポイントなどを掲載しています。
▷対象 区内在住の40歳以上の方
▷配布場所 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) ▷問合せ 健康推進課健康づくり係☎5984-4624



覚えませんか? ねりま お口すっきり体操

口や肩・首のストレッチで食べ物を飲み込みやすくする他、むせや口の渇きを予防し、お口のアンチエイジング(老化防止)にも効果のある体操です。希望する団体に歯科衛生士が体操や歯磨きのポイントを説明に伺います。
📍次の①～③の全てに当てはまる

体操を覚えたい団体を募集

団体 ①10名以上集まれる②ビデオまたはDVDの使用が可能な会場を確保できる③日程の調整ができる📍7月1日(金)～来年2月29日(水)のうち1日(1時間程度) ※申込時に希望日を3日程度挙げてください。📍20団体(申込順) 📍6月10日(金)までに電話で歯科保健担当係☎5984-4672へ

6月の健康相談日程(無料)

Table with columns: 相談内容, 会場, 日程・受付時間. Includes categories like 健康相談, 禁煙に関する相談, 認知症相談, etc.

豊玉保健相談所、北保健相談所、光が丘保健相談所、石神井保健相談所、関保健相談所、大泉保健相談所、練馬高齢者相談センター(地域包括支援センター) ☎5393-2814、歯・練馬つつじ歯科診療所☎3993-9956 ※いずれの相談も事前に予約が必要です(☆を除く)。◆の相談は担当地域の保健相談所へご相談ください(担当地域は、わたしの便利帳「あなたを受け持つ窓口」をご覧ください)。

※診断書を発行できる医療機関については、医療連携センター☎3997-0121へ。

生肉による食中毒にご注意を



富山県などで発生した腸管出血性大腸菌による集団食中毒では、飲食店で生肉を食べたことで死亡者が発生し、多くの重症者も確認されています。ここでは生肉による食中毒を予防するためのポイントを紹介いたします。

📍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」や「カンピロバクター」が付いていることがあります。これらの食中毒菌は少量でも食中毒を起こし、見た目や臭いでは判断できません。

市販されている牛肉・豚肉・鶏肉を生で食べることは避けましょう。



子どもや高齢者を食中毒から守りましょう

抵抗力の弱い子どもや高齢者が生肉を食べると、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。特に、腸管出血性大腸菌では腎機能障害などを起こし、死に至ることがあります。生肉や加熱が不十分な肉は絶対に食べさせないようにしましょう。



肉を調理するときの注意点

肉を焼くときは、十分に加熱しましょう

「腸管出血性大腸菌」や「カンピロバクター」などの食中毒菌は熱に弱いので、肉の中心部の色が完全に変わるまで、十分に加熱すれば安全です。特にハンバーグやサイコロステーキなどは、中心部まで十分に加熱してください。



二次汚染を防ぎましょう

○肉を扱った調理器具は清潔にしましょう

生肉を扱った包丁やまな板などの調理器具は、よく洗った上で、熱湯や塩素系漂白剤で十分に消毒しましょう。

また、生野菜などはなるべく肉を扱う前に調理しましょう。

○手をよく洗いましょう

食事の前や生肉に触った後は、石けんด้วย手をよく洗いましょう。

