

# ねりま区報

Nerima

よりどりみどりねりま

12/21 令和元年 (2019年)

第1885号 毎月1日・11日・21日発行

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

今号の注目情報

- インターネットで窓口の待ち人数を確認できます……………2面
- 友好都市紹介講座……………4面
- 年末年始のお知らせ……………7・8面



この冬は  
あつたかい  
銭湯へ

詳しくは2面へ

撮影場所:三原台 富士の湯(三原台1-30-1)

「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・大会などは、原則として区内在住・在勤(在学)の方が対象で、発行日(施設が休館の場合はその翌日)以降に申し込みができます。 ※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。



# 広いお風呂でゆったりしよう



何かと慌ただしい年末年始。練馬区には、体と心がホッと休まる「銭湯」があります。忙しい時こそ、温かいお風呂で疲れを癒やしませんか。▶**問合せ**：中小企業振興係 ☎5984-1483



## 区内公衆浴場一覧

浴場名(所在地)	電話番号	営業時間	定休日
江古田湯(旭丘1-17-3)	3953-9275	15:00~0:30	水曜
南湯(栄町19-5)	3991-3424	16:00~23:40	土曜
浅間湯(栄町38-3)	3991-2406	16:00~23:50	金曜
川場湯(桜台3-15-14)	3991-7381	15:00~0:00	月曜 ※1
天然温泉 久松湯(桜台4-32-15)	3991-5092	11:00~23:00	火曜
辰巳湯(桜台4-42-2)	3994-2680	14:30~0:30	水曜
玉の湯(豊玉中1-11-12)	3992-0450	16:00~22:00	月曜
豊玉浴場(豊玉北2-7-18)	3992-9024	15:00~21:30、 日曜8:00~12:00・16:00~21:30	金曜
平和湯(中村南3-11-2)	3990-1666	15:30~0:00	金曜
中村浴場(中村北3-3-11)	3999-2610	15:30~0:00	月曜
貫井浴場(貫井2-20-16)	3970-4126	15:00~0:00	月曜 ※1
北町浴場(北町2-28-13)	3933-0580	15:00~23:00	金曜
ゆ〜ポッポ(北町6-4-13)	3933-3564	15:00~0:00	月曜 ※1
桑の湯(北町8-5-2)	3933-5040	15:00~22:00	月曜 ※2
喜久の湯(小川バスマンション) (田柄2-32-20)	3939-0639	15:30~23:00	金曜
たつの湯(石神井台6-19-26)	3922-0753	14:00~22:00、 土・日曜13:00~22:00	月曜
武蔵関松乃湯(石神井台7-11-1)	3920-4005	14:00~20:40、 日曜12:00~20:40	月・火曜 ※2
豊宏湯(石神井町3-14-8)	3996-8650	15:30~0:00	木曜
友の湯(石神井町7-3-3)	3996-4502	15:30~0:00	月曜 ※1
第二亀の湯(関町北1-15-7)	3920-3542	12:00~23:00	月曜
三原台 富士の湯(三原台1-30-1)	3923-5811	15:00~22:00	月曜
美寿々湯(大泉町6-10-2)	3924-5010	16:00~23:00、 日曜・祝休日15:00~23:00	月・金曜 ※1

### 12/22日 ゆず湯

冬至の日にゆず湯に入ると、風邪をひかずに冬を越せると言われています。銭湯でゆず湯に入って寒い冬に備えましょう。  
※70歳以上の方は100円で入れます。

### 1/2日 正月朝湯

1年に一度だけ朝の銭湯を楽しめるお正月の恒例行事です。銭湯の広いお風呂で1年のスタートを切りませんか。  
※開始時間は、各浴場にお問い合わせください。

**問合せ** 練馬区公衆浴場組合・風間 ☎3991-5092

### 入浴料金

**470円** 小学生 **180円** 未就学児 **80円**

※12月1日現在。

※1 定休日が祝休日の場合は営業、翌日休み。 ※2 定休日が祝休日の場合は営業。

## 1月4日(土)からインターネットで窓口の待ち人数を確認できます



第2次みどりの風吹くまちビジョンに掲げた「窓口から区役所を変える」を実現するため、窓口サービスの向上に取り組んでいます。

1月4日(土)からインターネットで窓口の受け付け状況をリアルタイムで確認できるようになります。また、順番が近づいた時に電子メールでお知らせするサービスもあります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶**問合せ**：戸籍住民課庶務係 ☎5984-2791



二次元バーコード

対象窓口	主な業務
区民事務所	転入・転出の届け出、証明書発行など
戸籍第一係、戸籍第二係	戸籍の届け出・証明など
区税個人係、区税事務係(税証明・軽自動車税担当)	住民税の申告・相談、税証明、バイクなどの登録・廃車手続きなど
こくほ資格係、こくほ給付係、こくほ石神井係	国民健康保険の加入・脱退手続き、限度額適用認定証の手続きなど
後期高齢者保険料係	75歳以上の医療保険料の納付など
国民年金係	国民年金の加入・受給手続きなど
児童手当係	児童手当などの手続き・相談
入園相談係	保育園などの申し込み・相談

## 4月から区立施設を管理する指定管理者が決定しました

指定管理者制度は、区立施設の管理を民間事業者・団体が引き、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。令和2年4月から区立施設を管理する指定管理者が決まりましたので、お知らせします。

▶**問合せ**：制度について…経理用地課管理係 ☎5984-2801  
施設について…各問合せ先

施設名	指定管理者	問合せ
美術館	(公財)練馬区文化振興協会	文化・生涯学習課文化振興係 ☎5984-1284
大泉障害者地域生活支援センター	(社福)東京都手をつなぐ育成会	障害者施策推進課事業計画担当係 ☎5984-4602
関町福祉園	(社福)東京援護協会	障害者施策推進課地域生活支援係 ☎5984-1043
谷原フレンド	(社福)東京都手をつなぐ育成会	
谷原あおぞら学童クラブ	(社福)東京都手をつなぐ育成会	子育て支援課運営支援係 ☎5984-1078
石神井図書館	(株)図書館流通センター	光が丘図書館運営調整係 ☎5383-6500
光が丘子ども家庭支援センター	(社福)雲柱社	練馬子ども家庭支援センター育児支援係 ☎5984-5673



# 区職員の給与の状況などをお知らせします

区民の皆さまに、区政に対してより一層のご理解をいただけるよう、「練馬区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、区職員の給与や職員数の状況などをお知らせします。 ※区ホームページでもご覧になれます。

問合せ 人事係 ☎5984-5782

## 給与などの決定の仕組み

### ●一般職員の給与

東京23区共同で設置している特別区人事委員会が、毎年、23区内の民間企業の給与実態などを調査して行く勧告に基づき、区議会の審議を経て、条例で定めています。

### ●区長や区議会議員など特別職の給料・報酬

学識経験者などで構成される練馬区特別職報酬等および議会政務活動費審議会の答申に基づき、区議会の審議を経て、条例で定めています。

### ■職種別給与支給実績(主な職種のみ)

(平成31年4月1日現在)

区分	職員数	平均年齢	平均給料月額	30年度実績				
				年間平均期末・勤奨手当支給額	年間給与支給額合計	年間平均給与支給額	年間平均共済費等事業主負担金	年間平均職員人件費
一般事務	1,971人	41歳	29万7390円	172万2793円	128億7086万3972円	673万1623円	134万4319円	807万5942円
部長級	15人	58歳	47万7806円	323万3927円	2億4014万 408円	1143万5257円	202万1688円	1345万6945円
課長級	62人	50歳	41万7532円	285万 263円	5億7951万5568円	1053万6646円	202万5096円	1256万1742円
係長級	523人	50歳	37万5824円	220万7361円	40億3090万 800円	848万6106円	168万8667円	1017万4773円
主任級	667人	45歳	30万9227円	181万7900円	44億9822万5009円	697万3992円	140万6068円	838万 60円
主事	704人	30歳	21万3345円	118万4721円	35億2208万2187円	491万9109円	98万8088円	590万7197円
福祉	254人	42歳	31万1665円	180万8639円	16億9900万6965円	702万 689円	141万4513円	843万5202円
保育士	890人	46歳	31万8822円	185万4261円	61億4697万7869円	686万8131円	138万8442円	825万6573円
児童指導	204人	46歳	31万6358円	180万7735円	14億4065万8186円	670万 735円	134万8871円	804万9606円
土木技術	164人	42歳	31万4150円	181万8856円	11億1470万9974円	701万 754円	139万4110円	840万4864円
調理	196人	53歳	29万1843円	161万8140円	12億6454万7831円	599万3117円	122万4081円	721万7198円
用務	127人	55歳	29万3446円	161万1904円	8億3653万 247円	606万1813円	122万3473円	728万5286円
作業Ⅲ	196人	49歳	30万1664円	170万4631円	14億 432万8245円	702万1641円	140万6409円	842万8050円
全職員	4,522人	44歳	30万5037円	175万9191円	303億1577万5359円	675万6357円	135万4420円	811万 777円

※一般事務以外の区分には、部長級・課長級・係長級などを含む。 ※給与支給額は、給料に諸手当を加えたもの。

### ■人件費

(30年度)

住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支(黒字額)	人件費(B)	人件費率(B/A)	(参考)29年度の人件費率
73万2433人	2587億5539万円	62億7037万円	423億868万円	16.4%	17.1%

※数値は、30年度普通会計(国の定める基準による。練馬区においては、一般会計のみ)決算による。  
 ※住民基本台帳人口は、31年1月1日現在。  
 ※人件費には、諸手当、共済費(社会保険料の事業主負担分)、特別職に支給される給料・報酬などを含む。

### ■一般行政職の初任給

(31年4月1日現在)

区分	練馬区	東京都	国
大学卒	18万3700円	18万3700円	総合職 18万5200円 一般職 18万 700円
高校卒	14万7100円	14万5600円	14万8600円

※国の総合職・一般職は、国家公務員採用試験区分による。

### ■特別職の報酬など

(31年4月1日現在)

区分	給料		報酬		
	区長	副区長	議長	副議長	議員
月額	113万8000円	91万円	91万円	78万5000円	61万5000円
期末手当	6月期1.55月分 12月期1.60月分 3月期0.20月分 合計で3.35月分			6月期1.55月分 12月期1.65月分 3月期0.20月分 合計で3.40月分	

## 給与の概要(31年4月1日現在)

職員1人当たりの支給額は、30年度支給実績によるものです。

### ■毎月決まって支給されるもの

- ①給料 仕事の内容や責任に応じて6種類の給料表、級などにより定められています。
- ②地域手当 民間における賃金や、物価が特に高い地域に勤務する職員に支給されます。支給額は、給料・扶養手当・管理職手当の合計額の20%(職員1人当たりの平均支給月額6万2145円)です。
- ③扶養手当

配偶者	6,000円
子	9,000円
父母など	6,000円

### ④住居手当

月額2万7000円以上の家賃を支払っている職員	8,300円
27歳以下	1万8700円加算
28~32歳	9,300円加算

### ⑤その他

通勤手当、管理職手当、初任給調整手当など

### ■毎月勤務実績に応じて支給されるもの

- ①超過勤務手当 勤務時間を超えて勤務したときに支給される手当

職員1人当たりの平均支給月額	2万6649円
----------------	---------

- ②特殊勤務手当 著しく特殊な勤務に従事したときに支給される手当

手当の種類	全4種類
手当支給職員の割合	10.9%
支給職員1人当たりの平均支給月額	9,366円

- ③その他 休日給、宿日直手当など

### ■一定の時期に支給されるもの

#### ①期末・勤奨手当

給料月額に対する支給率は下表の通りです。職務の級などにより加算措置があります。

区分	6月期	12月期	3月期	合計
期末手当	1.15月分	1.20月分	0.25月分	2.60月分
勤奨手当	1.025(0.95)月分	1.025(1.10)月分	—	2.05月分

※( )内の数字は令和元年度、表内の数字は令和2年度からの支給率です。

#### ②退職手当

退職時の給料月額に、勤続年数や退職事由に応じた支給率を乗じて計算します。30年度に退職した職員1人当たりの平均支給額は普通(自己都合)退職で、669万8000円、定年・勤奨退職で2010万4000円でした。

## 職員数などの状況

### ■職員数適正化への取り組み状況

23年~27年の4年間で職員数を250名削減する目標に対し、275名の削減を行いました。29年12月に練馬区職員定数管理計画を策定し、30年から5年間で職員定数を200削減する数値目標を設定しました。

(単位:人)

区分	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	令和元年度
職員数	4,495	4,435	4,429	4,444	4,487	4,522
増減数	—	△60	△6	15	43	35

※職員数は、各年度の4月1日現在の数値。

### ■職層別職員数

(31年4月1日現在/単位:人)

区分	部長級	課長級	課長補佐級	係長級	主任級	一般	合計
男	20	71	152	458	712	605	2,018
女	4	19	47	508	1,333	593	2,504
合計	24	90	199	966	2,045	1,198	4,522

※課長補佐級には統括技能長を、係長級には技能長を、主任級には技能主任を含む。

### ■懲戒処分

(30年度/単位:人)

区分	免職	停職	減給	戒告	合計
人数	0	2	1	7	10

※懲戒処分とは、地方公務員法や地方公務員法に基づく条例などに違反した場合に行う処分。

## 確定申告書にはマイナンバーの記載が必要です

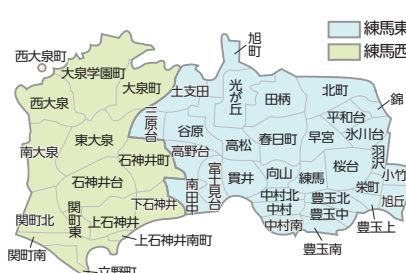
確定申告書は税務署へ提出する都度、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要です(e-Taxで送信すれば本人確認書類の提示または写しの提出が不要です)。▶問合せ:税務署【練馬東(栄町23-7) ☎6371-2332、練馬西(東大泉7-31-35) ☎3867-9711】

### 【本人確認書類の例】

- マイナンバーカード
- 通知カードと運転免許証または公的医療保険の被保険者証など

※練馬東税務署は2月3日(月)~3月16日(月)、練馬西税務署は2月17日(月)~3月16日(月)の間、駐車場が利用できません。

### 各税務署の管轄区域



## 1月から住民税・軽自動車税がペイジーで納付できます

パソコンやスマートフォン、ATMで公共料金などを支払えるペイジーが、1月から特別区民税・都民税(住民税)や軽自動車税の納付でも利用できるようになります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ※利用にはペイジーマークの入った納付書が必要です。希望する方は、お問い合わせください。

▶問合せ:個人収納係 ☎5984-4542





## お知らせ

### 皆さまからの寄付(10月分) =ありがとうございました=

いただいた寄付は次の通りです。  
※寄付はインターネットからも受け付けています。▶**問合せ**:管財用地係 ☎5984-2807

区へ	練馬区のため	50万円(1件)
	練馬みどりの葉っぱい基金	12万5360円(3件)
	人と動物の共生のため	1万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ		28万2942円(19件)

### 練馬光が丘病院跡施設活用検討会議の区民委員を募集

令和4年10月に移転・改築する練馬光が丘病院の跡施設活用について、検討する会議です。会議は、区民や有識者など10名程度で構成されます。▶**対象**:区内在住で、任期中5回程度、平日の昼間・夜間に開催する会議に出席できる方▶**任期**:2~5月▶**募集予定数**:3名(書類選考・面接)▶**謝礼**:1回8,000円▶**申込**:応募理由を書いた作文(400~800字。様式自由)に①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤電話番号⑥職業⑦区の審議会・懇談会などの委員の経験がある方はその名称と任期を記入の上、1月22日(必着)までに持参または郵送、電子メールで〒176-8501区役所内企画課企画担当係(本庁舎6階) ☎5984-2448 ✉kikaku03@city.nerima.tokyo.jp

### 情報公開および個人情報保護運営審議会の区民委員を募集

情報公開制度や個人情報保護制度の運営について審議する会議です。審議会は、区民や区議会議員など

25名以内で構成されます。▶**対象**:区内在住の20歳以上で、年4回程度、平日の昼間に開催する会議に出席できる方▶**任期**:4月から2年間▶**募集予定数**:7名(選考)▶**謝礼**:1回7,700円▶**申込**:区民情報ひろば(区役所西庁舎1階)や区ホームページにある申込書と「自治体における情報公開制度または個人情報保護制度の今後のあり方」をテーマにした作文(800字程度。様式指定)を、1月17日(必着)までに個人情報保護担当係 ☎5984-4513

### 東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会を開催

▶**日時**:12月26日(木)午後3時から▶**場所**:東京区政会館20階(千代田区飯田橋3-5-1) ※傍聴は、当日午後2時から20階で受け付け(定員30名(先着順))▶**問合せ**:東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局 ☎5210-9729

## 働く

### 若年者就職面接会in練馬

ハローワーク池袋と共催で就職面接会を行います。また、ハローワークの個別相談コーナーでは、面接の受け方や書類の書き方について相談を受け付けます。 ※参加企業名など詳しくは、1月10日(金)ごろから区ホームページでご覧になれます。▶**対象**:44歳以下の方▶**日時**:1月24日(金)午後1時~4時(受け付けは午後3時30分まで)▶**場所**:ココネリ3階▶**持ち物**:履歴書(写真貼付)、職務経歴書、紹介状(ある方のみ) ※いずれも希望企業数分。 ※雇用保険受給中の方は受給資格者証も。▶**区の担当**:中小企業振興係▶**申込**:当日会場へ▶**問合せ**:ハローワーク池袋

職業相談第1部門 ☎5911-8609(部門コード41#)

### 〈就職面接会事前準備セミナー〉

応募する企業を想定した面接対策を行います。就職面接会の事前セミナーとして活用してください。▶**日時**:1月23日(木)④午前10時~午後0時30分⑤午後1時30分~4時▶**場所**:ココネリ3階▶**定員**:各15名(先着順)▶**申込**:電話でねりま若者サポートステーション ☎5848-8341(日・木曜、祝日と年末年始を除く)

## 税

### 中学生の「税についての作文」と「税の標語」受賞者発表

税の制度を学んでもらうため、全国納税貯蓄組合連合会と全国間税会総連合会が毎年行うコンクールです。今年度は、「作文」は区内36校から4,011点、「標語」は34校から8,905点の応募がありました。区が贈呈した賞の受賞者は下表の通りです。なお、受賞作品は区ホームページでご覧になれます。

#### 〈受賞作品を展示〉

▶**日時**:2月1日(土)~12日(水)午前8時45分~午後8時▶**場所**:区役所アトリウム

◎**問合せ**:収納課管理係 ☎5984-4541

#### 税についての作文

賞	氏名(敬称略)	学校名・学年
練馬区長賞	山本 輝子	田柄中3年
	長谷川 理子	関中3年
練馬区議会議長賞	立石 ゆう	中村中3年
	鈴木 麻祐子	大泉西中3年
練馬区教育委員会教育長賞	久保 斐喜	開進第一中3年
	阿部 陽美	石神井西中3年

#### 税の標語

賞	氏名(敬称略)	学校名・学年
練馬区長賞	羽鳥 千想	開進第二中2年
	新野 陸	大泉学園中3年
練馬区教育委員会教育長賞	盛山 琉華	田柄中2年
	堤 紗衣	大泉北中2年

## 事業者向け

### ビジネス講座 「なぜ私は介護福祉ビジネスに新規参入したのか」

▶**対象**:事業者、創業を考えている方▶**日時**:1月23日(木)午後7時~9時

▶**場所**:ココネリ3階▶**講師**:訪問介護事業所Rakue江東代表/柴田昌行

▶**定員**:30名(先着順)▶**申込**:電話またはファクスで①講座名②氏名(ふりがな)③事業所の郵便番号・住所・名称・業種・電話番号・ファクス番号または電子メールアドレス(ある方のみ)を、1月21日(火)までに練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX 6757-1014 ※同ホームページ(<http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込めます。

## 住まい・まちづくり

### 都市計画の原案がご覧になれます

1 谷原一丁目農業公園 2 南大泉四丁目農業公園の各都市計画原案がご覧になれます。意見のある方は意見書を提出できます。また、説明会と公聴会を開催します。公述(意見を述べることを希望する方は申し出てください)▶**縦覧・意見書提出の期間**:1月6日(月)~27日(月)午前8時30分~午後5時15分(土・日曜、祝日を除く)▶**縦覧・意見書提出の場所**:都市計画課(区役所本庁舎16階) ※区ホームページでもご覧になれます。

#### 〈説明会〉

▶**申込**:当日会場へ

日時	場所	問合せ
1 1/15(水) 18:30から	高松地区区民館	みどり計画係 ☎5984-1659
2 1/21(火) 18:30から	南大泉地区区民館	

#### 〈公聴会〉

▶**日時**:1 12月12日(水) 2 14日(金)午後6時30分から▶**場所**:1 光が丘区民センター5階 2 勤労福祉会館▶**公述の申し出方法**:都市計画課や区ホームページにある申出書を、1月27日(必着)までに持参または郵送で都市計画課へ ※公述人がいない場合は、公聴会は行いません。傍聴を希望する方は、事前に開催の有無を確認してください。

◎**問合せ**:都市計画課都市計画担当係 ☎5984-1534

## お休みします

〈三原台温水プール ☎3924-8861〉…1月14日(火)~17日(金)【清掃のため】  
〈はつらつセンター豊玉 ☎5912-6401〉…12月27日(金)・28日(土)・1月19日(日)・2月9日(日)・10日(月)【改修工事のため】

紹介講座  
友好都市

## ロケーション・ツーリズムへの取り組み

~「屋根のないスタジオ&サマーウォーズの里」信州上田

映画「サマーウォーズ」の舞台となった長野県上田市の魅力について、市担当者の裏話やトークセッションを交えて紹介します。 ※参加者には上田地域産のりんごジュースを差し上げます。

▶**日時**:1月24日(金)午後6時30分~8時30分▶**場所**:ココネリ3階▶**講師**:上田市観光課長/青木卓郎ほか▶**定員**:80名(先着順)▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①講座名②代表者の氏名・電話番号③参加者全員の氏名を、国際・都市交流担当係 ☎5984-1302 FAX 3993-6512 ✉kokusaitosi@city.nerima.tokyo.jp ※手話通訳が必要な方は、1月6日(月)までにお知らせください。



真田幸村像



上田城

写真提供:上田市

## 笑って歌ってねりま笑劇場

落語で笑って、みんなで歌って、楽しみながら高齢者の消費者被害を防ぐヒントを学びます。

▶**日時**:1月20日(月)午後1時30分~3時30分▶**場所**:石神井公園区民交流センター▶**講師**:落語家/立川平林ほか▶**定員**:100名(先着順)▶**区の担当**:消費生活係▶**申込**:電話またはファクス、電子メールで①住所②氏名(ふりがな)③電話番号を、東京都生活協同組合連合会 ☎3383-7800(平日午前9時~午後5時<年末年始を除く>) FAX 3383-7840 ✉toyama@coop-toren.or.jp



## 世帯と人口【12月1日現在】

※( )内は前月比。※住民基本台帳による人口。

世帯数	総人口 739,091(+101)			外国人 21,455(+75)			年齢別人口			
	男	女	合計	男	女	合計	14歳以下	15~64歳	65歳以上	
377,713(+30)	358,809	380,282	739,091	348,908	368,728	717,636(+26)	9,901	87,951(+15)	490,751(±0)	160,389(+86)



## 健康・衛生



### 医師が話す認知症基礎講座

▶日時:1月23日(木)午後2時~4時▶  
場所:区役所アトリウム地下多目的  
会議室▶講師:江古田みずのクリ  
ニック院長/水野智之▶定員:80名  
(先着順)▶申込:電話で在宅療養係  
☎5984-4597

### HbA1cや血糖値が気になり 始めたら...今日からはじめる! 糖尿病予防の食事と生活

▶日時:1月29日(水)午前10時~正午  
▶場所:石神井保健相談所▶内容:講  
義▶定員:35名(先着順)▶申込:電  
話で同所☎3996-0634

### 体と心をリフレッシュ! ~練馬区健康いきいき体操講習会

▶日時:1月29日(水)午後2時~3時30  
分▶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/小俣淳子▶定員:30名(先着  
順)▶申込:電話で同所☎3921-0217

### 認知症サポーター養成講座 =練馬Enカレッジ事業(人材育成事業)=

認知症の方やその家族が安心して  
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:1月29日(水)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:認知症の人  
と家族の会東京都支部副代表/伊藤  
万利子▶定員:100名(先着順)▶申  
込:電話で在宅療養係☎5984-4597

## 子ども・教育



### 区立中学校の入学通知書を発送

4月に中学校に入学するお子さん  
(平成19年4月2日~20年4月1日生  
まれの区内在住の児童)の保護者に、  
1月上旬に入学通知書を発送しま  
す。通知後、特別な事情がある方は、  
通学区域外の学校に変更できる場  
合があります。1月22日(水)までにご相  
談ください。▶問合せ:学事係☎  
5984-5659

### 1月の「赤ちゃんからの飲む 食べる相談」~離乳期の赤ちゃん がいる家族の食事

少人数のグループで、試食を交え  
ながら、食事の相談ができます。▶  
対象:0歳児の保護者(1歳ごろまで  
参加可)▶申込:当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日時(いずれも40分程度)
豊玉 ☎3992-1188	15(水)①14:00②15:00 31(金)①10:00②11:00
北 ☎3931-1347	9(木)①10:00②10:50
光が丘 ☎5997-7722	17(金)①10:00②11:00
石神井 ☎3996-0634	9(木)・16(木)・23(木) ①10:00②10:50
大泉 ☎3921-0217	20(月)①10:00②10:50
関 ☎3929-5381	17(金)①10:15②11:00

### 赤ちゃんとも楽しもう! パパ と赤ちゃんの親子体操!

▶対象:0歳児と父親 ※母親の参  
加も可。▶日時:2月1日(土)午前10  
時~正午▶場所:豊玉保健相談所▶  
内容:講義、運動実技▶講師:健康運  
動指導士/小池日登美▶定員:18組  
(先着順)▶申込:電話で同所☎  
3992-1188

### 子育てママのシェイプアップ 体操~お子さんと楽しく遊びながら 健康アップを!

▶対象:4~12カ月児と母親▶日時:  
1月28日(火)午前10時~11時30分▶  
場所:石神井保健相談所▶講師:健康  
運動指導士/加藤有里▶定員:20組  
(先着順)▶申込:1月24日(金)まで  
に電話または区ホームページ「電子申  
請」で同所☎3996-0634

### ねりま小中一貫教育フォーラム

▶日時:2月4日(火)午後2時30分~4  
時▶場所:練馬文化センター▶内容:  
小中一貫教育についての発表など▶

定員:200名(抽選)▶申込:ハガキま  
たはファクス、電子メールで①催し  
名②代表者の氏名・電話番号または  
電子メールアドレス③参加人数を、  
1月17日(必着)までに〒176-8501  
区役所内教育指導課管理係 FAX  
3991-1147 ✉shidoshitsu@city.  
nerima.tokyo.jp ※落選者には、  
1月24日(金)までにお知らせします。  
(ポスターを展示します)

▶日時:2月4日(火)午後1時45分~4  
時▶場所:ココネリ3階▶内容:小中  
一貫教育の取り組み事例を紹介▶申  
込:当日会場へ  
◎問合せ:教育指導課管理係☎  
5984-5746

## 保育のお仕事就職相談・面接会

区内に保育施設がある24事業者が、就職相談・面接会を行います。▶  
日時:1月18日(土)午後1時~4時(受け付けは午後3時45分まで) ※午後  
1時~1時30分に事業者によるPRを行います。▶場所:石神井公園区民交  
流センター▶申込:当日会場へ▶問合せ:私立保育所係☎5984-1634



## 子どものための講座を 企画・運営する団体を募集



子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、  
来年度に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。

問合せ 青少年課育成支援係(区役所本庁舎11階) ☎5984-1292

### 募集する講座

- ★ねりま遊遊スクール(子ども・親子対象)  
子どもが体験する・発見する・創作する・感じる・学ぶをテーマに  
した講座です。
- ★すまいるねりま遊遊スクール(主に知的障害のある小中学生と保護者対象)  
遊び・体験・交流を通しての成長・発達をテーマにした講座です。
- ★子育て学習講座(大人対象)  
子育てや子どもの教育をテーマにした講座です。
- ★子供安全学習講座(子ども~大人対象)  
地域で暮らす子どもの安全・安心・防犯をテーマにした講座です。
- ★ねりまイクメン講座(父親・父子対象)  
父親の育児や家事参加、父と子の触れ合いをテーマにした講座です。

### 募集团体・申し込み方法など

- ▶募集团体:次の①~③のいずれか  
①区内の小中学校・幼稚園・保育  
園などのPTAや父母会  
②練馬区生涯学習届出団体  
③代表者が区内在住・在勤(在学)  
の20歳以上の方で、主に区内で  
活動している団体  
▶開催期間:4月1日(水)~令和3年3  
月14日(日)  
▶開催場所:区内の小中学校や幼稚  
園・保育園、公共施設など ※ね  
りま遊遊スクールのみ、区外で開  
催するものも応募できます。  
▶委託料:1企画につき講座委託料  
1万円または2万円(年間4万円ま  
で)。すまいるねりま遊遊スクール  
は1企画につき講座委託料2万5000  
円(年間5万円まで)。 ※いずれも  
保育を行う場合は6,500円を加算。  
▶申込:申込用紙に必要書類を添え  
て、1月31日(必着)までに持参または  
郵送で育成支援係へ ※申し込み多  
数の場合は、内容を審査の上、抽選。  
▶申込用紙の配布場所:図書館、体  
育館、青少年館、石神井公園ふる  
さと文化館、石神井公園区民交流  
センター、男女共同参画センター  
えーる、青少年課など ※区ホー  
ムページにも掲載しています。

### 説明会を 開催

応募する団体は参加してください。▶日時:1月16日  
(木)④午前10時~11時30分⑤午後6時30分~8時▶場  
所:区役所本庁舎19階▶申込:当日会場へ

### 1月の健康相談などの日程(無料)

内容	場所	日程・受付時間
健康相談 ▶内容:病気や健診結果の見方、栄養、歯 科に関する相談	豊 北 光	7(火)・21(火) 13:00~15:00 7(火)・21(火) // 9(木) 9:30~11:15
体組成の測定 ▶内容:体組成計を使用し、ご自身でBMI などを計測	光 石 石	28(火) 13:30~15:15 14(火) 9:00~11:00 28(火) 13:30~15:30
禁煙に関する相談 ▶内容:禁煙外来を行っている医療機関の 紹介など	大 関	7(火)・23(木) 13:00~15:00 6(月)・20(月) 9:00~11:00
育児栄養歯科相談 ▶持ち物:母子健康手帳	豊 北 光	8(水)・22(水) 9:00~10:00 10(金)・21(火) // 8(水)・22(水) //
◆おとなの歯磨き相談 ▶内容:歯内の健康チェックと歯磨き相談 ▶持ち物:歯ブラシ	石 大 関	17(金)・31(金) // 20(月) // 20(月) 13:00~14:00
心身障害者(児)歯科相談	つ	11~25の毎土曜 14:30~16:30
◆こころの健康相談 ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどで困 りの方、精神疾患の方や家族	豊 北 石	24(金) 9:30~12:00 20(月) 14:00~16:00 9(木)・23(木) 14:00~15:30
◆うつ相談 ▶対象:気持ちが沈む・悲観的になるなど でお困りの方や家族	大 関	30(木) 14:00~16:00 9(木) 14:30~17:00
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	豊 石 関	29(水) 13:30~16:30 22(水) 14:00~16:00 15(水) 14:30~17:00
◆思春期・ひきこもり相談 ▶対象:ひきこもりと思われる方の家族 (◎は、家族グループ相談のみ)	豊 豊 光	15(水) 14:00~16:15 ◎29(水) 14:00~16:00 30(木) 9:00~11:00
◆大人の発達障害相談 ▶対象:18歳以上で発達障害と思われる方	石	30(木) 9:00~10:30
◆酒・ギャンブルなど依存・家族相談 ▶対象:依存症などでお困りの方や家族	光 石	23(木) 14:40~16:20 16(木) 14:00~15:30
HIV(エイズウイルス)抗体即日検査・梅毒 検査(匿名)	豊	10(金) 9:00~10:00
認知症相談 ▶対象:もの忘れなどでお困りの方や家族	25カ所の地域包括支援センター で実施(要予約)。詳しくは、在宅 療養係☎5984-4597	

豊玉・北保健康相談所 ☎3931-1347  
光が丘保健康相談所 ☎5997-7722  
石神井保健康相談所 ☎3996-0634  
大泉保健康相談所 ☎3921-0217  
関保健康相談所 ☎3929-5381

※事前予約が必要です。  
※体組成の測定・育児  
栄養歯科相談を除く。

豊玉・北保健康相談所 ☎3931-1347  
光が丘保健康相談所 ☎5997-7722  
石神井保健康相談所 ☎3996-0634  
大泉保健康相談所 ☎3921-0217  
関保健康相談所 ☎3929-5381

※練馬つつじ歯科診療所 ☎3999-3999  
※は事前に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  
※診断書の発行ができる医療機関については、  
医療連携センター ☎3997-0121 へお問い合わせください。



## 講座・催し



### 1月のふるさと文化館の催し

▶場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060 ▶費用:①⑦300円②③100円⑤150円 ▶申込:当日会場へ

内容	日時	定員(※) (先着順)
<b>ふれあい土曜事業</b>		
①ミニ凧を作って飛ばそう	4(土) 13:00~15:00	30名
②お正月の縁起物 扇子を作ろう	11(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
③プラ板で作る雪華文様のプローチ	18(土) ④13:00から ⑥14:00から	各20名
④フィズラリーふるさと文化館を探検しよう	25(土) 13:00~16:00	-
<b>正月事業</b>		
⑤抹茶サービス	5(日) 12:00~14:00	60名
⑥お正月の昔遊びを体験しよう	5(日) 13:00~15:00	-
⑦伝統のてまわしごまを作って遊ぼう	7(日) ④13:00から ⑥14:00から	各20名

※④の定員を超えた場合は⑥の整理券を配布します。

### 庭木の剪定入門講座～落葉樹編

▶日時:1月24日(金)午前9時30分～11時30分 ▶場所:花とみどりの相談所など ▶講師:造園家/千葉一弘 ほか ▶定員:40名(抽選) ▶保険料:

50円 ▶持ち物:剪定ばさみ ▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、1月4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

### 講座「高齢者と消費者トラブル」

高齢者を狙った悪質商法などの被害を未然に防ぐ方法を学びます。▶対象:中学生以上 ▶日時:1月22日(水)午後2時～4時 ▶場所:生涯学習センター ▶講師:消費生活相談員/藪田朋子 ▶定員:40名(先着順) ▶申込:電話で練馬図書館 ☎3992-1580

### 五味康祐オーディオレコードコンサート～シューベルトの音楽

▶対象:中学生以上 ▶日時:1月25日(土)午後1時30分～3時⑨午後3時30分～5時 ▶場所:石神井松の風文化公園管理棟 ▶定員:各20名(抽選) ▶費用:300円 ▶申込:往復ハガキで①催し名(④⑤の別も)②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、1月11日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室 ☎5372-2572 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/furusato.html>)からも申し込みます。

### 向山庭園 初釜茶会

▶対象:小学生以上 ▶日時:1月19日(日)午前10時30分～正午⑨午後1時30分～3時 ▶場所:向山庭園 ▶定

員:各15名(先着順) ▶費用:1,000円 ▶申込:電話で同所 ☎3926-7810

### 誰でも描ける植物画教室

▶対象:中学生以上の初心者 ▶日時:1月18日(土)・19日(日)午前10時～正午【2日制】 ▶場所:花とみどりの相談所 ▶内容:透明水彩絵の具を使った植物画の講義と実習 ▶講師:植物画家/若松倫夫 ▶定員:30名(抽選) ▶材料費:700円 ▶持ち物:筆など ▶申込:往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、12月27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

## スポーツ



### 都民体育大会練馬区選考会

▶対象:区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方 ※2は小中学生、高校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生は参加できません。▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※実施要項は、体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページなどでご覧になれます。

#### 1 バドミントン(個人)

▶日時:2月11日(祝)午前9時から ▶場所:総合体育館 ▶保険料など:1組2,000円 ▶申込:実施要項をご覧の上、1月20日(必着)までに練馬区バドミントン協会・塩澤へ

### 2 硬式テニス(男女シングルス)

▶日程:2月23日(祝)、3月1日(日)・8日(日)【予備日3月15日(日)】 ▶場所:土支田庭球場、夏の雲公園庭球場 ▶保険料など:1,500円 ▶申込:実施要項をご覧の上、1月21日(必着)までに練馬区体育協会へ

### 区民体育大会①ロードレース競技会②小学生駅伝

▶対象:①中学生以上②小学4～6年生5名で構成されたチーム ▶日時:2月9日(日)午前9時から ▶場所:大泉さくら運動公園など ▶内容:①3km、5km(部門によって異なります)②1,074m×5区間 ▶保険料など:①1,100円(中学生600円)②1チーム3,000円 ▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧の上、1月11日(必着)までに申し込みください ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

### 初心者スポーツ教室 ソフトテニス

▶対象:中学生以上 ▶日時:2月7日～28日の毎金曜午後7時～9時【4日制】 ▶場所:総合体育館 ▶定員:40名(抽選) ▶保険料など:1回500円 ▶申込:往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤学年(学生のみ)⑥性別⑦電話番号を、1月6日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

「あなた」と「まち」未来への一投!!～地域で活動ははじめませんか

## つながるカレッジ 公開プレ講座



4月に開講する「つながるカレッジねりま」は、福祉・防災・農・みどり・エコスタイルの5つから希望する分野を学び、地域で活躍する方を支援する、新たな協働の取り組みです。

2月の受講生募集に先立ち、ハンマー投げでオリンピック4大会日本代表の室伏重信さんによる講演などを通じて、地域活動の魅力を紹介する講座を開催します。

▶日時:1月25日(土)午前10時～午後0時30分 ▶場所:生涯学習センター ▶定員:270名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、カレッジ担当係 ☎5984-1613 ✉kyodosuishin04@city.nerima.tokyo.jp

## ユニバーサルスポーツフェスティバル in 上石神井体育館



障害のある方とない方の相互理解を深め、スポーツを始めるきっかけづくりの場となるようさまざまなスポーツを体験できるイベントです。

▶日時・内容:1月17日(金)午前10時～正午…ポッチャ・風船バレー・卓球バレーなど、午後1時～2時30分…健康体操 ▶場所:上石神井体育館 ▶持ち物:上履き ▶申込:当日会場へ ▶問合せ:スポーツ振興課振興係 ☎5984-1948 FAX 5984-1228

## 区民のひろば

●この欄は、区民の方のサークル活動などを紹介しています。内容などの確認は当事者間をお願いします。  
●掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。  
●場所は施設の予約状況により変更になる場合があります。

■3歳児体操教室 いやいやえん 平成28年4月～29年3月生まれのお子さん対象 第1・3水曜午前10時～正午の間の1時間 高松地区区民館など 講師 日本体育協会公認コーチ/宇内秀一 年会費1万円 1月8日・22日に見学会あり 清水 ☎090-9140-7769 ✉iyaiyaen.taisou@gmail.com(要予約)

■社交ダンス かたくり会 月7回 水・木曜午前11時～午後1時 北大泉地区区民館 日本舞踏教師協会所属 講師が指導 入会金1,000円 月会費300円 初回は無料体験可 熊木 ☎080-7690-0220

■小石川七福神めぐり 50～70代の方対象 1月6日午前9時30分西武池袋線池袋駅集合 参加費無料 交通費など実費 例会…50～70代の方対象 主に第1木曜午前10時～午後4時 勤労福祉会館など 入会金2,000円 年会費2,700円 保険料1,850円(65歳以上の方1,200円)年に数回遠足などあり さまざまな趣味の仲間が集う同好サークル玄暉会・宇敷 ☎090-3406-5302 ✉ushiki2@hyper.ocn.ne.jp(要予約)

■ストレッチ体操・軽い筋トレ・リズム体操 光クラブ 50～70歳の女性対象 毎水曜午後7時30分～9時 光が丘地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 タブセ ☎090-9147-9158(午後3時以降)

■空手(型) 光が丘拳誠館 3歳児以上対象 毎日曜、第4土曜午前10時～正午 光が丘夏の雲小など 入会金1,000円 月会費3,000円 毎年7月に光が丘よさこい祭りで発表あり 立花 ☎080-3279-0023

■社交ダンス ポラリス 毎金曜午後1時～4時 貫井地区区民館 入会金500円 会費1回100円 初回は無料体験可 田辺 ☎SMS 090-9390-2153(要予約)

■少年野球 レジェンズ 小学生対象 毎土・日曜、祝休日午前8時～午後5時 光が丘第七小跡地など 月会費3,000円 関田 ☎090-8454-8811 ✉baseballclub.legends@gmail.com

■ストレッチ体操・リズム運動 健康リズム体操クラブ 60歳以上の方対象 毎水曜午後1時～3時 桜台地域集会所など 講師 西田晶子 月会費2,000円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 森岡 ☎090-4572-2944 ✉morioka\_vpcl13@lsnm.dcn.ne.jp(要予約)

■吟詠(漢詩・和歌・新体詩) 晴山流晴翔会 月4回日曜午後1時～4時 上石神井南地域集会所 月会費1,500円 教材費1,000円(初回のみ) 初めの1カ月は無料体験可 庄野 ☎3920-7291(午後7時～9時)

■健康体操(リズムシェイプ・体幹トレーニング) 青葉会 中高年齢者対象 毎金曜午前10時～11時 総合体育館 講師 小野加代子 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 吉野 ☎6750-7242(要予約)

広告 **お売り下さい。使わなくなった物。** 〒179-0076 東京都練馬区土支田 3-47-8 電話(FAX)03-3922-0422 / 携帯電話 090-5500-5923 **古道具くら**

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。



# 年末年始の区役所・区立施設の窓口案内

問合せ:各施設

施設名	区役所・石神井庁舎		区役所展望ロビー・レストラン	区民事務所・証明書発行機		区民相談所・石神井庁舎区民相談室	保健相談所・総合福祉事務所	子ども家庭支援センター	ぴよぴよ		児童館		学校教育支援センター	ねりま若者サポートステーション	中村橋福祉ケアセンター・こども発達支援センター	地域包括支援センター	はつらつセンター			敬老館	練馬ビジネスサポートセンター	土木出張所・公園出張所	資源循環センター	図書館	練馬文化センター・大泉学園ゆめりありホール	その他の施設	
	窓口	部屋貸し		練馬	その他				西大泉、北大泉、光が丘児童館、立野・田柄、春日町南地区区民館	その他	上石神井・東大泉、光が丘・平和台	光が丘・関					豊玉	大泉									
12/27(金)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12/28(土)	×	×	○	○	×	×	×	○	○	○	○	△2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△5	○	
12/29日～1/3(金)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1/4(土)	×	×	○	○	×	×	×	○	○	○	○	△2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△5	○	
1/5(日)	×	△1	○	×	×	×	×	×	×	×	×	△3	×	△1	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	

※区内11カ所の郵便局とコンビニで行っている住民票の写しなどの証明書発行は、12/29日～1/3(金)はお休みします(郵便局は12/28(土)、1/4(土)・5(日)もお休みします)。  
 ※戸籍関係の届け出(出生・死亡・婚姻など)は、区役所西庁舎1階でいつでも受け付けます。  
 ※各施設の電話番号は、「わたしの便利帳」や区ホームページをご覧ください。

- …開いている日 ×…お休みの日
- △1…事前に予約している団体のみ施設を利用できます。施設の利用受け付けは行いません。
- △2…適応指導教室・居場所支援事業はお休みします。
- △3…事前に予約している団体のみ施設を利用できます。施設の利用受け付けは行っています。
- △4…12/30日～1/3(金)はお休みします。
- △5…利用受け付けなどの窓口業務のみ行います(午後8時まで)。

**みどりバス(全ルート)は  
12/29日～1/3(金)に運休します**



問合せ:交通企画課 ☎5984-1274

©練馬区

## 「年末年始の休日医療関係機関」は8面をご覧ください

### 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

#### ◆JA東京おおばの催し(季節の野菜・花・植木などの販売)

●とれたて村歳末感謝祭▶日時:12月26日(休)～30日(月)午前9時～午後3時30分(30日は午後2時まで)▶場所:とれたて村石神井(石神井町5-11-7)▶問合せ:石神井地区アグリセンター ☎3995-4955

●ふれあいの里歳末感謝セール▶日時:12月27日(金)～30日(月)午前10時～午後5時(30日は午後4時まで)▶場所:問合せ:ふれあいの里(桜台3-35-18) ☎3991-8711

◆検察審査員候補者に選ばれた方はご協力を 検察審査員は、検察官が罪を犯した疑いがある者を裁判にかけなかったことの善しあしを審査します。対象となる方には11月にお知らせを発送しましたので、ご協力をお願いします。▶問合せ:東京第一検察審査会事務局 ☎3581-2877 ※詳しくは、同ホームページ(<http://www.courts.go.jp/kensin/>)をご覧ください。

◆練馬清掃工場個人見学会▶日時:1月11日(土)午後1時30分～3時▶定員:50名(先着順)▶申込:1月9日(木)までに電話で練馬清掃工場 ☎3995-5311

◆防災イベント「灯そう!心のあかり」▶日時:1月11日(土)午後1時30分～3時30分▶場所:石神井公園区民交流センター▶内容:ねり丸と一緒に考えよう!わが家の防災「在宅避難」、大震災の被災体験の作文朗読、防災人形劇など▶定員:180名(先着順)▶企画:心のあかりを灯す会▶申込:当日会場へ▶問合せ:区民防災第二係 ☎5984-2605

◆認知症サポーター養成講座&オレンジカフェ▶日時:1月12日(日)、2月9日(日)、3月8日(日)午前10時～午後1時▶場所:デイサービス金のまり(石神井台8-8-8)▶申込:電話で同所 ☎6766-8660

◆スポーツ交流会▶日程:1月18日(土)▶場所:総合体育館▶保険料など:200

円▶持ち物:上履き▶申込:①～③電話またはファクスで①教室名(①は④の別も)②住所③氏名④年齢⑤学年⑥性別⑦電話番号を、1月11日(土)までにSSC谷原へ④⑤当日会場へ▶問合せ:SSC谷原 ☎FAX 3997-2500

①スポーツ教室(ジュニアテニス)▶対象・時間:⑥午前9時30分～10時30分(5歳児～小学2年生)⑥午前10時45分～正午(小学3～6年生)▶定員:各20名(先着順)

②スポーツ教室(ダンス)▶対象・時間:午前9時30分～10時30分(5歳児～中学生)▶定員:20名(先着順)

③スポーツ教室(かけっこ)▶対象・時間:午前10時45分～正午(5歳児～中学生)▶定員:20名(先着順)

④デモンストレーション(チアリーディング、ジュニアダンス)▶時間:午後0時30分～1時

⑤スポーツ体験(トランポリン、ビーチボールバレー、スラックラインなど)▶時間:午後1時～3時20分

◆スキー教室▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:2月28日(金)午後6時大泉学園町体育館集合～3月1日(日)午後6時集合場所解散(2泊3日)▶場所:菅平高原スキー場(長野県上田市)▶講師:全日本スキー連盟A級コーチ▶定員:30名(先着順)▶宿泊費・交通費など:2万9000円(小学生は2万8000円) ※リフト代実費。▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、2月12日(木)までにSSC大泉 ☎FAX 3921-1300 ※(公財)全日本スキー連盟のバッジテストあり(検定料・登録料実費)。

◆ねりまのねり歩き(④⑥開運・雑司が谷七福神めぐりコース⑦ちひろ美術館・ランチコース)▶日時・場所:④1月15日(水)⑥16日(木)午前9時45分東京メトロ有楽町線護国寺駅集合～清土出現所～鬼子母神堂～仙行寺～午後0時30分西武池袋線池袋駅解散(約3km)⑦24日(金)午前9時20分西武新宿線上井草駅集合～御嶽神社～ちひろ美術館～午後1時30分二八そば活魚丸鳴解散(約2km)▶定員:各15名(抽選)▶保険料など:④⑥500円⑦2,500円▶申

込:④⑥往復ハガキ⑦ハガキで①催し名(④～⑥の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、1月6日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 産業・観光情報コーナー ☎3991-8101

◆税に関する絵はがきコンクールの作品を募集▶対象:小学生▶申込:ハガキの裏面に税をテーマにした絵と標語を描画し、表面の下段に①住所②氏名③学校名・学年・クラス④電話番号を記入の上、1月10日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-23-10 練馬東法法人会 ☎3994-7272 ※参加賞、優秀作品に賞品あり。

#### 朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前▶日時:12月22日(日)午前10時～午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

◆江古田いちば通り商店街▶日時:12月25日(水)午前10時～午後7時▶問合せ:林 ☎3991-0888

◆早宮商店街▶日時:12月27日(金)・28日(土)午後3時～6時▶問合せ:山崎 ☎3993-3388

#### 家族介護者教室

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:在宅介護係 ☎5984-4597

◆脳卒中の方の介護方法▶日時:1月11日(土)午後2時～4時▶場所:光が丘デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5997-7706

#### 子どものための講座

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:育成支援係 ☎5984-1292

◆ねりま遊遊スクール◆◆グイ・ボン・ピュンで速くなる陸上教室▶対象:5歳児～小学生▶日時:1月5日(日)午前8時55分～正午▶場所:問合せ:光が丘第三中 ☎3977-3521 (平日午前9時～午後5時)▶定員:30名(先着順)▶費用:50円▶持ち物:上履き(雨天時)▶申込:当日会場へ

◆ワクワクどきどきパレエのレッスン!!▶対象:①3歳以上の未就学児と保護者②4歳児～小学1年生 ※未就学

児は保護者同伴。▶日時:1月12日(日)①午前11時～正午②午後1時～2時▶場所:光和小▶定員:①8組②15名(先着順)▶費用:①1組500円②300円▶申込:電話で石神井クラシックバレエ普及会・南雲 ☎080-8023-6359(金・土曜を除く午後1時～3時)

◆パレエRの催し▶場所:春日町青少年館▶申込:電話で前川 ☎090-1547-2604(午後4時～9時)

●親子一緒にプレパレエを楽しもう!▶対象:2・3歳児と保護者▶日時:1月13日(月)午前9時30分～10時30分▶定員:8組(先着順)

●はじめてのパレエを楽しもう!▶対象:3歳以上の未就学児 ※保護者同伴。▶日時:1月13日(月)午前11時～正午▶定員:15名(先着順)

◆野球を楽しもう!▶対象:小学3～6年生▶日時:1月19日(日)午前9時～正午▶場所:中村中▶定員:30名(先着順)▶費用:100円▶企画:中村中野球部▶申込:電話で同所 ☎3990-4436 (平日午前9時～午後5時)

◆ベビーとママのためのコンサート▶対象:未就学児と保護者▶日時:1月31日(金)①午前10時30分～11時30分②午後1時30分～2時30分▶場所:関区民センター▶定員:各40組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でアンサンブルパーク・茂木 ☎080-9373-0603(午前9時～午後8時)

◆スポーツなど▶対象:5歳児～中学生 ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加可。▶申込:当日会場へ

●大泉学園町体育館▶日時:1月18日(土)午前9時30分～11時30分▶内容:マット運動、跳び箱、トランポリンなど▶定員:30名(先着順)

●中村南スポーツ交流センター▶日時:1月27日(月)午後4時～6時▶内容:フットボール▶定員:40名(先着順)

◆1月の水泳ワンポイントレッスン▶対象:4歳児～中学生 ※小学3年以下のお子さんには水着を着用した保護者が付き添ってください。▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。▶費用:プール利用料(保護者のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ

●三原台温水プール…1月18日(土)・25日(土)午前9時～11時

●上石神井体育館…1月18日(土)・25日(土)午前9時～11時

●光が丘体育館…1月18日(土)・25日(土)午前9時～11時

●中村南スポーツ交流センター…1月18日(土)・25日(土)午前9時～11時

#### リサイクル・マーケット

▶出店申込:往復ハガキで①住所②氏名③電話番号を、開催日の5日前までに申込先へ ※700円以下の出店料が掛かります。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆たがら公園(田柄2-45-1)▶日時:1月11日(土)午前10時～正午(雨天中止)▶申込先:〒179-0073田柄2-8-13 クローバーの会 ☎090-6487-0857(先着30店。問い合わせは午後6時～8時)

◆こぶし公園(富士見台3-53-1)▶日時:1月13日(月)午前10時～正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0034富士見台3-62-13-203 島裕子 ☎090-6496-5366(先着10店。問い合わせは午後6時～10時)

〈リサイクル・マーケット主催者養成講座〉▶対象:区内在住の20歳以上の方▶日時・場所:2月7日(金)午前9時30分～11時30分…区役所本庁舎19階、8日(土)午前9時～正午…石神井公園区民交流センター【2日制】▶内容:リサイクル・マーケットを主催するために必要な知識や手続きを学ぶ▶定員:15名(抽選)▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、1月10日(消印有効)までに〒176-8501区役所内リサイクル推進係 ☎5984-1097 ✉seisoukanri08@city.nerima.tokyo.jp

#### 学校応援団・開放まつり

◆練馬第三小▶日時:1月11日(土)午後1時～3時▶内容:ストラックアウト、キックターゲット、卓球▶定員:300名(先着順)▶持ち物:上履き、おわん、箸▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057



# 年末年始のお知らせ

## 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** 急病者の応急診療を行います。

	場所	受付時間
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) ※小児科専門医が診療します。	☎3994-2238
	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
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
	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

●**休日施術当番接骨院** 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

月	日	接骨院名	電話番号
12月	29日(日)	あかつ接骨院(豊玉中3-13-14)	☎3991-9303
		いとう接骨院(田柄3-23-11)	☎3999-0009
		大賀接骨院(大泉学園町7-19-5)	☎3867-0702
	30日(月)	坂口接骨院(氷川台4-49-11)	☎3937-0660
		おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
		たかつか接骨院(東大泉4-24-1)	☎3978-1127
		桶谷整骨院(桜台4-1-6)	☎3948-7665
	31日(火)	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
		大泉学園整骨院(大泉学園町6-28-29)	☎3924-2288
		1月	1日(祝)
2日(休)	小間沢接骨院(早宮4-25-3) ☎5999-1550 伊藤接骨院(谷原2-6-28) ☎3995-8750 フカサワ整骨院(上石神井2-30-20) ☎3594-3289 三晴接骨院(小竹町2-8-8) ☎3958-4325		
3日(金)	ゆう整骨院(旭町1-15-30) ☎6904-1602 花道接骨院(石神井台8-22-1) ☎3922-2634		

●**休日診療当番医療機関**

診療科目を必ず電話で確認の上、来院してください。▶**診療時間**:午前9時～午後7時

日	医療機関	電話番号
12月29日(日)～1月3日(金)	浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
	川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
	大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
	田中脳神経外科病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
	久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262

●**歯科休日診療当番医療機関**

当日、事前に電話で連絡してください。▶**診療時間**:午前9時～午後5時

日	医療機関	電話番号
12月	29日(日)	やもと歯科医院(田柄5-27-11) ☎3999-8818 石神井公園駅前歯科(石神井町3-19-16) ☎3904-4618
	30日(月)	ジェイシティー歯科吉積(高松5-8) ☎5372-4444 和田歯科クリニック(三原台1-28-2) ☎3921-7741
	31日(火)	カモ歯科クリニック(貫井3-11-13) ☎3999-6330 みやもと歯科医院(石神井台7-22-3) ☎3594-4618

日	医療機関	電話番号
1月	1日(祝)	水野歯科医院(田柄3-6-20) ☎5241-6487 梅津歯科医院(石神井台6-18-4) ☎5387-6018
	2日(休)	島津歯科医院(栄町1-6) ☎3557-1261 山中歯科(東大泉1-27-21) ☎3921-6480
	3日(金)	いき歯科医院(桜台4-4-5) ☎3992-5316 いづみ歯科(東大泉5-38-23) ☎3921-8143

**テレホンサービス**

- 「救急車を呼ぶべきか迷ったら…」  
東京消防庁救急相談センター  
携帯電話など… ☎#7119  
ダイヤル回線… ☎3212-2323
- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」  
☎5272-0303 (毎日24時間自動応答)
- 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
- 東京都小児救急相談(子供の健康相談室)  
携帯電話など… ☎#8000、ダイヤル回線… ☎5285-8898  
看護師・保健師などが対応します。  
受付時間:平日…午後6時～翌朝8時  
土・日曜、祝休日、年末年始…午前8時～翌朝8時

「年末年始の区役所・区立施設の窓口案内」は7面をご覧ください

**広告** 広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。※広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。

NTT **docomo** ドコモショップ **大泉学園店・石神井公園店・上石神井店**

**みんなのメルカリ講座**  
メルカリの使い方、イチからお伝えします。

**大泉学園店**

参加無料  
開催日  
メルカリ:1 使い方 → 1/6月・14火・21火・27月  
メルカリ:2 売り方前編 → 1/7火・15水・22水・29水  
メルカリ:3 売り方後編 → 1/10金・17金・23水・31金

専用ダイヤル ☎0120-376-600

**らくらくスマートフォン体験教室**  
らくらくスマートフォンのご紹介と皆様の疑問やご質問に講師がお答えします。

**石神井公園店**

毎週水曜日開催!!

日程 12/25水 1/8水・15水・22水・29水

時間帯 14:00-15:00 定員数 5名まで

専用ダイヤル ☎0120-367-900

**上石神井店**

毎週金曜日開催!!

日程 12/27金 1/10金・17金・24金  
LG(L-01L)体験会 → 1/31金

時間帯 14:00-15:00 定員数 4名まで

専用ダイヤル ☎0120-737-900

店頭にて直接お申込みいただくか、もしくはお電話にてお申込みください。

**広告** **住まいを強くする！耐震補強で安心・安全のおうちに！** 立花建設株式会社 TEL:0120-137-111