

新型コロナウイルスの影響でねりま区報6月1日号の発行日が遅れる場合があります。

▶問合せ: 広報係 ☎5984-2690

緊急対策 子育て世帯に

臨時特別給付金を支給



新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援するため、「臨時特別給付金」を支給します。国の支援に加え、区独自の支援があります。対象の方には、案内を送付します。いずれも原則、申請は不要で、希望しない場合は届出書を提出してください。詳しくは、案内や区ホームページをご覧ください。▶問合せ: 児童手当係 ☎5984-5824

国の支援

【子育て世帯への臨時特別給付金】

対象 4月分の児童手当を受給している方
※所得制限額を超える特例給付の受給者は対象外です。
※3月に中学校を卒業した場合なども、3月分の児童手当の対象者であれば、対象になります。

案内の送付時期 5月中

給付時期 6月下旬以降(予定)

給付額 児童1人1万円(1回限り)

※公務員の方は所属庁の証明を受けた申請書を、10月30日(必着)までに郵送で〒176-8501区役所内子育て支援課児童手当係へ提出してください。

区独自の支援

【ひとり親家庭への臨時特別給付金】

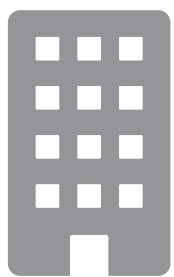
対象 5月分の児童扶養手当を受給しており、練馬区に住民登録のある方
※児童扶養手当の全部支給停止者は対象外です。

案内の送付時期 6月上旬

給付時期 6月下旬以降(予定)

給付額 1世帯5万円(1回限り)

手続きの流れ 原則、申請は不要です

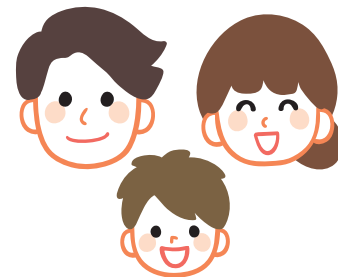


区役所

案内を送付

希望しない場合は届出書を提出

児童手当・児童扶養手当の登録口座へ振り込み



対象の子育て世帯

区独自の支援

小学生以下のお子さんがあるひとり親家庭向け
ホームヘルプサービスを拡充します

問合せ

総合福祉
事務所相談係

〒176の地域…練馬 ☎5984-4742
〒179の地域…光が丘 ☎5997-7714
〒177の地域…石神井 ☎5393-2802
〒178の地域…大泉 ☎5905-5263

拡充① 在宅勤務家庭にも派遣

拡充② 利用料金を無料に

小学生以下のお子さんがあるひとり親家庭の方が、就業などで家事や育児にお困りの場合にヘルパーを派遣しています。

新型コロナウイルス感染症への対応として、在宅勤務をしている方で、保育園や学童クラブの休園・登園自粛によりお子さんの預け先がない場合にも利用を拡充します。また、利用料金を当面の間、無料にします。利用には事前登録が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

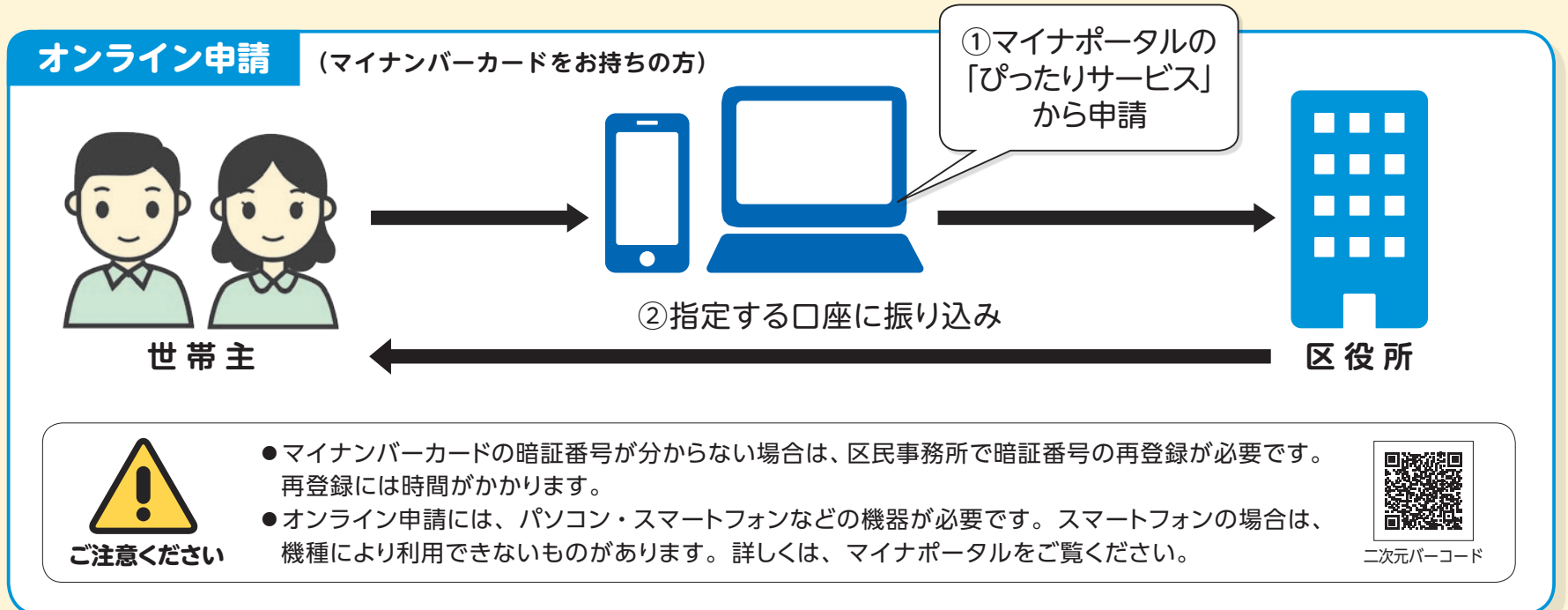
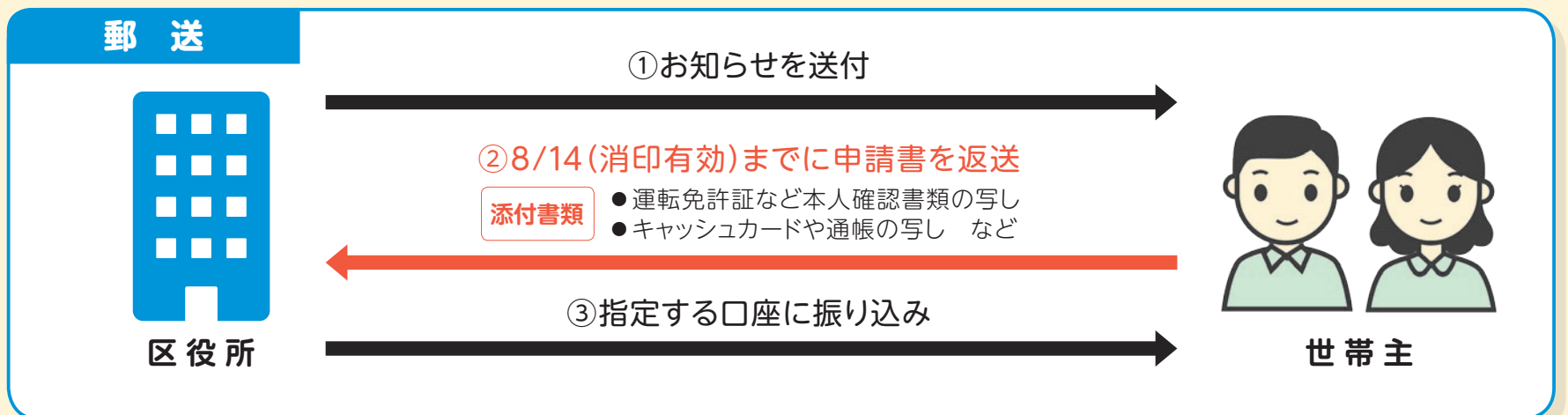
1人10万円の特別定額給付金の申請は、2面で紹介

8/14(消印有効)まで!
特別定額給付金の申請を受け付けています



新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、1人につき10万円の「特別定額給付金」を支給します。区は、5月15日から順次申請書を送付し、申請を受け付けています。お知らせが届いたら、8月14日(消印有効)までに手続きをしてください。

- 給付対象者** 4月27日現在、練馬区に住民登録のある方
- 申請期間** 8月14日(消印有効)まで
- 給付額** **1人10万円**(1回限り)
- 受給権者** **世帯主**
※世帯主が代表してご家族の分を申請してください。
- 受取方法** **世帯主が指定する金融機関口座に振り込み**
※ご家族の分もまとめて振り込まれます。
 ※申請から給付まで**2週間程度**かかります。
 ※後日、支給決定の通知をハガキでお送りします。
- 申請方法** **郵送** または **オンライン申請**



振り込み先の口座がないなど特段の事情のある方は、練馬区特別定額給付金コールセンターにお問い合わせください。

振り込め詐欺や個人情報の聞き取りにご注意を

区や総務省などが現金自動預払機(ATM)の操作をお願いしたり、給付手数料の振り込みを求めたりすることは絶対にありません。不審な電話がかかってきたり、郵便が届いたりしたら、区や最寄りの警察署、警察相談電話(#9110)に連絡してください。

▶問合せ:消費者ホットライン☎188(局番なし3ケタ)、新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン☎0120-213-188

特別定額給付金に関する相談窓口

- 練馬区特別定額給付金コールセンター
☎5984-1041
 (午前9時~午後7時)
- 総務省コールセンター
☎0120-260-020
 (午前9時~午後6時30分)

最新の情報は区ホームページをご覧ください

二次元バーコード



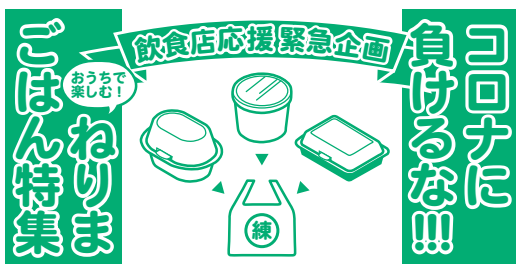
おうちで楽しむねりまごはん

～100店以上の飲食店でテイクアウトやデリバリーを行っています

〈商品の一部を紹介〉

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている区内の飲食店を支援するため、テイクアウト(持ち帰り)やデリバリー(出前)を行うお店を、ねりま観光センターホームページで紹介しています。ご自宅で、お店の食事を楽しんでみませんか。

▶ 問合せ: 商工係 ☎5984-2675



ねりま観光センター
ホームページ
<https://www.nerimakanko.jp/>



二次元バーコード



キーマカレー



ホットサンドBOX



季節の釜めし



黒毛和牛と東京野菜のハヤシライス

● 区内飲食店の皆さまへ

登録店舗を募集しています。申し込み方法など詳しくは、ねりま観光センターホームページをご覧ください。

健康的な生活のために

～自宅の食事を見直してみませんか

● 「主食」「主菜」「副菜」がそろった食事

- 主食 … まずはごはんを炊き、主食を準備しましょう
- 主菜 … 肉、魚、卵、豆腐・納豆のどれか1つはおかずに入れましょう
- 副菜 … なるべく数種類の野菜を使いましょう

● 季節の野菜をシンプルに食べよう

旬の野菜はそのまま食べたり、ゆでたり、蒸したり、みそ汁に入れたりなどシンプルな料理法でも十分おいしく味わえます。



家にいる時間が長くなると、生活リズムが乱れやすくなります。このような時こそ1日3回の食事や、バランスの取れたメニューが大切です。家族で協力して料理を作ったり、テイクアウト(上の記事参照)を活用したりしながら、健康的な生活を送る工夫をしてみませんか。▶ 問合せ: 栄養食育係 ☎5984-4679

区ホームページで簡単にできるレシピを紹介!

主菜・副菜の簡単レシピを掲載しています。ここでは、その一例を紹介します。



二次元バーコード

キャベツのごま煮

材料 (2人分)	キャベツ	4枚
	だし汁	100ml
	酒	大さじ1
	みそ	大さじ1
	みりん	小さじ1
	すりごま	大さじ1



外葉を使うとよりおいしい!

- 作り方**
- 1 キャベツは軸をとってざく切りにする。
 - 2 鍋にだし汁と酒を入れ、1のキャベツを入れて煮る。
 - 3 キャベツがしんなりしたら、みそ・みりん・すりごまを加えてよく混ぜる。

●●● 新型コロナウイルス感染症に関する

	対象	種類	名称	内容	問合せ
月々の固定費でお困りの方	離職などで経済的に困窮し、住居を失った・失うかもしれない方	給付	住居確保給付金 5面の参照で紹介	家賃相当額を支給(限度額あり) ※世帯人数などにより変動。 ※収入・資産要件があります。	生活相談コールセンター(練馬区) ☎5984-4703 練馬区社会福祉協議会生活サポートセンター ☎3993-9963
	光熱費の支払いでお困りの方	期日延長	電気・ガス・水道料金	支払期日の延長	契約している小売事業者
	電話料金・携帯料金の支払いでお困りの方	期日延長	電話料金・携帯料金		契約している通信キャリア(通信事業者) NTT・NTTドコモ・au・ソフトバンクなど
	住民税・保険料などの支払いでお困りの方	住民税・保険料などの支払いでお困りの方	納付猶予	住民税・軽自動車税	納付の猶予・分割納付
納付猶予			国民健康保険料	収納課こくほ整理係 ☎5984-4560	
納付猶予			後期高齢者医療保険料	国保年金課後期高齢者保険料係 ☎5984-4588	
納付猶予			介護保険料	介護保険課資格保険料係 ☎5984-4593	
生活費でお困りの方	休業などにより収入が減少した方	貸付	緊急小口資金特例貸付 5面の参照で紹介	▶ 限度額 :20万円(無利子・連帯保証人不要)	生活相談コールセンター(練馬区) ☎5984-4703 練馬区社会福祉協議会 ☎3991-5560/☎3992-5600
	失業などにより収入が減少した方	貸付	総合支援資金特例貸付 5面の参照で紹介	▶ 限度額 :2人以上世帯…月20万円、単身世帯…月15万円(無利子・連帯保証人不要)	
	一時的に必要な費用の調達が困難な方	貸付	応急小口資金	▶ 限度額 :一般貸付20万円(無利子)	管轄の総合福祉事務所
	区の福祉資金の償還が困難な方	期日延長	応急小口資金、女性福祉資金、高齢者および障害者入院資金、東京都母子及び父子福祉資金	支払期日の延長 ※連帯保証人なども含めて、償還期日までに返済困難と認められる場合。	生活福祉課管理係 ☎5984-1532
	家計が急変し、支援の必要がある学生	給付	給付奨学金	返還義務のない奨学金の支給 ※金額は学校の種別や家計状況により異なります。	日本学生支援機構奨学金相談センター ☎0570-666-301 ※申込手続きは各大学・専門学校などの学生課や奨学金窓口にお問い合わせください。
給付金	4月27日現在、練馬区に住民登録のある方	給付	特別定額給付金 2面で紹介	▶ 給付額 :1人につき10万円 ※受給権者は世帯主。	練馬区特別定額給付金コールセンター ☎5984-1041
	4月分(3月分を含む)の児童手当を受給している方 ※特例給付受給者を除く。	給付	子育て世帯への臨時特別給付金 1面で紹介	▶ 給付額 :児童1人につき1万円	子育て支援課児童手当係 ☎5984-5824
	5月分の児童扶養手当を受給しており、練馬区に住民登録のある方	給付	ひとり親家庭への臨時特別給付金 1面で紹介	▶ 給付額 :1世帯につき5万円	
会社・事業者支援	前年同月比50%以上減少した方	給付	持続化給付金	▶ 限度額 :中小法人など200万円、個人事業者など100万円	持続化給付金事業コールセンター(経済産業省) ☎0120-115-570
	最近1カ月の売上が前年または前々年の同月と比較して5%以上減少した方	貸付	新型コロナウイルス感染症対策マル経融資(日本政策金融公庫) 5面の参照で紹介	▶ 限度額 :1,000万円 ▶ 利率 :当初3年間基準金利▲0.9% ※区が50%を補助。	東京商工会議所練馬支部 ☎3994-6521
		貸付	新型コロナウイルス感染症特別貸付	▶ 限度額 :中小企業事業3億円、国民生活事業6,000万円 ▶ 金利 :融資後3年間基準利率▲0.9%	日本政策金融公庫事業資金相談ダイヤル ☎0120-154-505
	最近1カ月の売上または利益率が前年の同月と比較して減少した方	貸付	新型コロナウイルス感染症対応特別貸付(区) 5面の参照で紹介	▶ 限度額 :2,000万円 ▶ 利率 :年2.0%(利用者負担0.2%、区負担1.8%) ※信用保証料は、全額区が負担。	経済課融資係 ☎5984-2673
	都の営業自粛要請に応じて、休業などに全面的に協力いただいた方	給付	感染拡大防止協力金	▶ 支給額 :50万円(2事業所以上で休業などに取り組む事業者は100万円)	東京都緊急事態措置等・感染拡大防止協力金相談センター ☎5388-0567
	自主的に休業していただいた理美容事業者の方	給付	東京都理美容事業者の自主休業に係る給付金	▶ 支給額 :15万円(2事業所以上で自主的な休業に取り組む事業者は30万円)	
	従業員に休業	給付	小学校休業等対応助成金	▶ 支給額 :賃金相当額(1日当たり8,330円が上限)	学校等休業助成金・支援金等相談コールセンター(厚生労働省) ☎0120-60-3999
従業員に休業	給付	従業員に休業手当を支払った方	▶ 助成率 :大企業2/3、中小企業4/5 ▶ 適用期間 :4/1(水)~6/30(火)	ハローワーク池袋 ☎3987-8609	
職場環境を整備した方	貸付	衛生環境激変対策特別貸付	▶ 限度額 :飲食店・喫茶店別枠1,000万円 ▶ 金利 :基準金利	日本政策金融公庫事業資金相談ダイヤル ☎0120-154-505	
テレワークを新規で導入する中小企業事業主	給付	働き方改革推進支援助成金テレワークコース	▶ 補助率 :1/2(上限額200万円)または3/4(上限額300万円)	テレワーク相談センター(厚生労働省) ☎0120-91-6479	

世帯と人口 [5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	日本人	外国人	年齢別人口
381,720 (+1.371)	742,834(+1,246)	721,793(+1,401)	21,041(-155)	14歳以下 88,183(+131) 15~64歳 493,870(+1,067) 65歳以上 160,781(+48)
	男 360,315 女 382,519	男 350,536 女 371,257	男 9,779 女 11,262	

する支援情報などを紹介(5月14日現在)

事業者の方への支援

区は、新型コロナウイルス感染症の拡大により影響を受けている区内の中小企業を支援しています。詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

特別融資

参照

制度名	区の支援	内容	問合せ
新型コロナウイルス感染症対策マル経融資(日本政策金融公庫)	融資開始から3年度間の利率の50%を補助	▶対象:最近1カ月の売上高が前年または前々年の同月と比較して5%以上減少した方 ▶限度額:1,000万円 ▶貸付期間:運転資金7年以内(据え置き期間3年を含む)、設備資金10年以内(据え置き期間4年を含む) ▶利率:当初3年間基準金利▲0.9% ※区が50%を補助。	東京商工会議所練馬支部(ココネリ4階) ☎3994-6521
新型コロナウイルス感染症対応特別貸付(区)	利率の90%と信用保証料全額を補助	▶対象:最近1カ月の売上または利益率が前年の同月と比較して減少した方 ▶限度額:2,000万円 ▶貸付期間:運転資金7年以内(貸付金額1,000万円超の時は10年以内、据え置き期間2年を含む) ▶利率:年2.0%(利用者負担0.2%、区負担1.8%) ※信用保証料は、全額区が負担。	融資係(ココネリ3階) ☎5984-2673

※いずれの相談も要予約。

自宅でできる!

「Zoom」を利用したオンライン経営相談を行っています

中小企業診断士などの国家資格がある相談員がマンツーマンで経営などに関する悩みを伺います。

日時・定員	申込
▶日時:月～金曜9:00～17:00の間の50分間 ▶定員:1日4名(先着順)	電話で練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020
〈土・日曜はこちら〉 ▶日時:6/28日までの9:00～12:00・13:00～16:00の間の50分間	専用ホームページ(https://peraichi.com/landing_pages/view/nerima)から申し込んでください

経営相談

売り上げの低下など、事業活動に影響を受けている企業からの経営に関するさまざまな相談にビジネスマネージャーがお応えします。▶問合せ:練馬ビジネスサポートセンター(ココネリ4階) ☎6757-2020

労働相談～事業者・従業員向け

会社の労働条件・環境に影響を受けている事業者や従業員からの相談に社会保険労務士がお応えします。

対象	日時	申込先・問合せ
事業者向け	火曜午後、金曜	練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020
従業員向け	第1・2・3・5水曜、第4土曜 10:00～12:00・13:00～16:00	サンライフ練馬 ☎3970-0250
	随時	勤労福祉会館 ☎3923-5511

※いずれの相談も要予約。

区営住宅の入居者募集を延期します

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、区営住宅の入居者募集を6月に延期します。延期後の日程は、後日区報でお知らせします。▶問合せ:住宅係 ☎5984-1619

妊婦の方がタクシーなどで使用できる「こども商品券」を配布します

新型コロナウイルス感染症への感染防止のために、タクシー料金の支払いのときなどに使用できる「こども商品券(1万円相当)」を配布します。手続き方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。▶対象:妊娠期間中に妊娠子育て相談員(保健師など)の面談を受けた妊婦の方 ▶問合せ:母子保健係 ☎5984-4621

生活相談チャットを導入しました

人工知能(AI)を活用した24時間対応の「生活相談チャット」を導入しました。区のホームページ上で、新型コロナウイルス感染症に関する生活支援や特別定額給付金などに関する情報を、質問に答えながら探すことができます。▶問合せ:生活福祉課管理係 ☎5984-1532



二次元
バーコード

生活相談コールセンターを設置しています

参照

☎5984-4703 (平日午前9時～午後5時 ※祝休日を除く。)

新型コロナウイルス感染症の影響により、休業や失業などで生活にお困りの方からの相談にお応えするほか、下記の制度の申請方法をご案内します。

制度名	対象など
住居確保給付金	▶対象:次の①②のいずれかに当てはまる世帯 ①離職や廃業から2年以内②休業などにより減収し、離職などと同程度の状況にある ▶支給期間:原則3カ月以内(最長9カ月) ▶限度額:家賃相当額月5万3700円～8万3800円 ※世帯人数によって限度額が異なります。 ※収入・資産要件があります。
緊急小口資金特例貸付	▶対象:休業などにより収入が減少した世帯 ▶限度額:20万円
総合支援資金特例貸付	▶対象:緊急小口資金を借りた方で、引き続き生活に困窮する世帯 ▶貸付期間:原則3カ月以内 ▶限度額:月20万円(単身月15万円)

貸付や融資などの手続きに必要な証明書手数料は無料です

郵送または窓口で申請ができます。対象となる貸付や融資など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。▶対象:新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、貸付や融資などの手続きを行う方 ▶無料になる証明書:住民票の写し(広域交付住民票は除く)、印鑑登録証明書、特別区民税・都民税課税(非課税)証明書、特別区民税・都民税納税証明書 ※住民票記載事項証明書も含む。▶問合せ:戸籍住民課庶務係 ☎5984-2791

区民事務所の混雑状況がインターネットから確認できます

二次元
バーコード



新型コロナウイルスなどの感染症対策 ごみ・資源の出し方にご注意を

ごみ・資源を正しい方法で出していただくことは、区民の皆さまや収集作業員の感染防止に有効です。ぜひ、ご協力をお願いします。▶問合せ:清掃事業係 ☎5984-1059

マスクやティッシュなど



しっかり縛る!

マスクなどのごみに触れないように注意し、捨てた後はせっけんて手を洗いましょう。

びん・缶・ペットボトルなど



中身は空に!

軽くすすいで水を切って出しましょう。

※ビニール袋などは持ち帰ってください。

休日急患診療所
※予約不要。健康保険証が必要です。

小児科 練馬区夜間救急こどもクリニック(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238
内科・小児科 練馬休日急患診療所(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238
石神井休日急患診療所(石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404

▶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 ※練馬区夜間救急こどもクリニックは平日午後8時～10時30分も対応しています。

お知らせ

皆さまからの寄付(3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**:管財係 ☎5984-2807

区へ	練馬みどりの葉っぱい基金	100万円(1件)
	生活困窮世帯の高校進学支援のため	10万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ		33万5290円(16件)

マイナンバーの「通知カード」の発行などを終了します

5月25日(月)以降は、マイナンバーをお知らせする「通知カード」の発行、再発行、住所・氏名変更ができなくなります。出生などにより新たに住民票に登録される方には個人番号通知書でお知らせします。なお、「マイナンバーカード」の発行などには変更ありません。▶**問合せ**:住民記録係 ☎5984-2796

練馬つながるフェスタ2021の実行委員を募集

区民の地域活動への関心を高めるほか、団体間の交流を深めるため、

区内のNPO法人やボランティア団体の活動内容などを紹介する催しです。今回、来年1月30日(土)に開催を予定しているフェスタの企画や運営に携わる実行委員を募集します。実行委員会は8回程度、主に平日夜間に開催します。▶**対象**:NPO法人やボランティア・サークル活動などの運営に携わったことがある方▶**募集人数**:若干名(選考)▶**申込**:区民協働交流センター(ココネリ3階)や区ホームページなどにある応募用紙に記入の上、6月12日(金)までに申し込んでください▶**問合せ**:区民協働交流センター ☎6757-2025

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10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がある方は、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な事項を記入の上、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、上記以外の方…練馬年金事務所 ☎3904-5491

福祉・障害のある方

選挙で郵便等投票ができます(一定の障害のある方)

下表に当てはまり自書できる方は、郵便等で投票できます。また、下表に当てはまり、上肢または視覚の障害の程度が1級の方は、代理記載人に投票の記載をさせ、郵便等で投票できます。いずれも事前に選挙管理委員会への申請が必要です。

区分	等級	
介護保険被保険者証	要介護5	
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級・2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級・3級
免疫・肝臓	1級~3級	

※戦傷病者手帳をお持ちで、一定の要件に当てはまる方も郵便等投票ができます。

〈選挙のお知らせへの点字貼付〉

選挙のお知らせに点字シールを貼付できます。希望する方は、お問い合わせください。

◎**問合せ**:選挙管理委員会事務局 ☎5984-1399 FAX 5984-1226

環境・リサイクル

光化学スモッグにご注意を! 5月~9月は発生しやすくなります

光化学スモッグ注意報が発令・解除されたときは、防災無線放送でお知らせします。注意報が出たら、なるべく外出は避け、激しい運動は控えましょう。目がチカチカしたり、のどが痛くなったりしたときは、洗眼やうがいをしてください。症状が改善しないときは、医師の診察を受け、保健予防課予防係(区役所東庁

舎6階) ☎5984-2484へ届け出てください。※光化学スモッグ情報は、東京都大気汚染テレホンサービス ☎5640-6880、東京都ホームページ(<http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp>)で確認できます。▶**問合せ**:環境規制係 ☎5984-4712

働く

学校生活支援員【会計年度任用職員】

▶**対象**:次の①~③のいずれかに当てはまる方 ①教員免許を持っている ②保育士・介護福祉士・心理士の資格などを持っている ③学校教育や障害者施策などに関する知識・経験がある▶**期間**:7月~来年3月(再任する場合あり)▶**日時**:1日7時間(月17日)▶**場所**:区立小中学校▶**内容**:児童・生徒への学習支援、日常生活上の介助など▶**採用予定数**:30名(書類選考・面接)▶**報酬**:時給1,341円 ※交通費支給。※期末手当・社会保険あり。▶**申込**:教育指導課(区役所本庁舎12階)や区ホームページにある申込書(写真貼付)を、6月3日(必着)までに教育指導課管理係 ☎5984-5746

資源循環センター【臨時職員】①資源・ごみの収集②場内作業

▶**対象**:①ごみ収集ができる体力のある方②60歳以上で作業場や屋外で作業ができる体力のある方▶**期間**:①6月~9月②7月~9月▶**日時**:①週5日午前7時40分~午後4時25分②週4・5日午前8時30分~午後4時30分 ※①②とも土・日曜、祝休日勤務あり。▶**場所**:資源循環センターなど▶**内容**:①容器包装プラスチック、可燃・不燃ごみなどの収集作業②金属資源の解体作業、再利用家具の修理など▶**採用予定数**:①10名②若干名(書類選考・面接)▶**賃金**:時給 ①1,385円②1,150円 ※交通費支給。▶**申込**:履歴書(写真貼付)に①②の別を記入の上、持参または郵送で〒177-0032谷原1-2-20 資源循環センター ☎3995-6711

令和2年 第二回区議会定例会

6/1(月)~19(金)

- 6月1日(月) 議会運営委員会、本会議(会期の決定など)
- 6月5日(金) 議会運営委員会、本会議(議長・副議長選挙)
- 6月8日(月) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)
- 6月9日(火)~11日(木) 本会議(一般質問)
- 6月12日(金) 常任委員会
- 6月15日(月) 特別委員会
- 6月16日(火) 常任委員会
- 6月17日(水) 常任委員会、特別委員会
- 6月19日(金) 議会運営委員会、本会議(議決)

日程は変更になる場合があります。傍聴や手話通訳を希望する方は、事前にお問い合わせください。

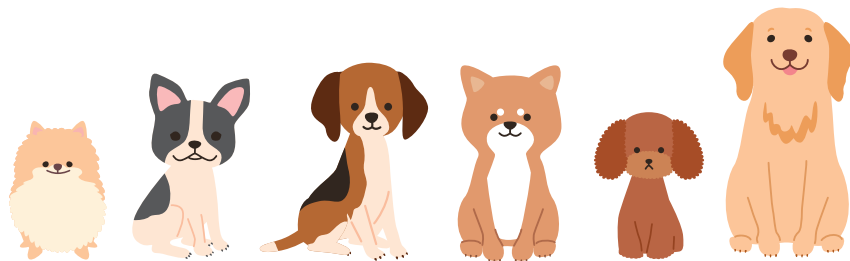
問合せ

議会事務局
☎5984-4732
FAX 3993-2424

年に一度の狂犬病予防注射をお忘れなく

6月に実施を予定していた集合注射は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。4月以降、予防注射を受けさせていない飼い主は、動物病院で注射を済ませてください。

▶**問合せ**:生活衛生課管理係 ☎5984-2483



〈注意事項〉

※料金は動物病院によって異なります。
※混雑を避けるため、事前に受診日時を電話で相談するなど、新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。

マイクロチップの装着を

飼い犬にマイクロチップを装着しておくことで、迷子のときや災害時に離れてしまっても、飼い主のもとに戻ってくる可能性が高くなります。練馬区獣医師会加盟病院では、登録代(1,050円)だけでマイクロチップを装着できる事業の応募用紙を配布します(抽選50頭)。
▶**応募用紙の配布期間**:6月1日(月)~7月31日(金) ※練馬区獣医師会主催。

ペットからの新型コロナウイルス感染について

これまでのところ、新型コロナウイルスがペットから人に感染した事例は見つかっていません。ただし、動物に由来する感染症予防のため、動物との過度な接触は控えるとともに、接触後は手洗いや消毒をするようにしてください。

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。

事業者向け

ビジネス講座「いつでもどこでもどんなときでも仕事をするためのテレワーク活用術」

▶対象:事業者、創業を考えている方▶日時:6月24日(水)午後7時~9時▶場所:ココネリ3階▶講師:中小企業診断士/安藤準▶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、6月22日(月)までに練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 FAX 6757-1014 ※同ホームページ(http://www.nerima-idc.or.jp/bsc/)からも申し込みます。

お休みします

〈田柄地区区民館ぴよぴよ〉…6月1日(月)~来年6月30日(水)【改修工事のため】▶問合せ:練馬子ども家庭支援センター ☎3993-8155 〈桜台体育館 ☎3992-9612〉…6月8日(月)・9日(火)【器具点検のため】

講座・催し

就職活動や地域活動をしている女性のためのワード基礎講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる女性▶日時:①7月8日(水)午前9時30分~正午②10月18日(日)午後1時~3時30分③来年2月25日(木)午前

9時30分~正午▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:MOSインストラクター/後藤悦子▶定員:各10名(抽選)▶資料代:1,000円▶持ち物:USBメモリー▶申込:往復ハガキで①講座名(A~Cの別)②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、⑧6月22日⑨10月3日⑩来年2月10日(必着)までに〒177-0041石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、お知らせください。

勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館▶申込:1)6月1日(月)2)6日(土)3)16日(火)までに電話で同所 ☎3923-5511

1)経営分析講座「財務諸表の読み方を学ぶ」

▶日時:6月3日(水)・4日(木)・10日(水)・11日(木)午後6時30分~9時【4日制】▶講師:明治大学教授/山口不二夫▶定員:50名(先着順)

2)元気はつらつ生活講座「サルコペニア(加齢や病気などによる筋肉量の低下)予防ではつらつボディー！」

▶日時:6月9日(水)午後1時30分~3時30分▶講師:介護福祉士/志寒浩二▶定員:30名(先着順)

3)健康生きがい講座「シニアと睡眠~人生100年時代を「活」きる」

▶日時:6月20日(土)午後2時~4時▶講師:心理カウンセラー/小林瑞穂▶定員:30名(先着順)▶費用:200円

思い出に残る成人式をつくろう!

成人の日のつどい スタッフ募集

来年1月11日(祝)に開催する「成人の日のつどい」で、催しなどを企画・運営する新成人スタッフを募集します。7月~12月の夜間や土曜に数回の会議を行う予定です。



▶対象:平成12年4月2日~13年4月1日に生まれた方▶募集人数:10名程度(抽選)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①成人の日のつどいスタッフ②住所③氏名④生年月日⑤電話番号を、6月30日(火)までに育成支援係 ☎5984-1292 FAX 5984-1221 Eメール seishonen03@city.nerima.tokyo.jp

6月の健康相談などの日程(無料)

Table with columns: 内容, 場所, 日程・受付時間. Lists various health consultation services like '健康相談', '禁煙に関する相談', '心身障害者(児)歯科相談', etc., with their respective dates and times.

豊玉保健相談所 ☎3999-2118 北保健康相談所 ☎3993-1134 光が丘保健相談所 ☎3999-7722 石神井保健相談所 ☎3996-0634 大泉保健相談所 ☎3921-0217 関保健康相談所 ☎3929-5381

※...練馬つつじ歯科診療所 ☎3993-9956 ※...は事前に担当地域の保健相談所へ相談ください (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 ☎3999-0121へお問い合わせください。

ねりま区報 をさまざまな形でお届けしています

「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るほか、駅の広報スタンドや金融機関、ファミリーマート、セブン-イレブン、西友、区立施設にも置いています。また、以下のサービスも用意していますので、区報をご覧ください。▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

新聞を未購読の方は、区報の送付サービスのご利用を

新聞未購読で、上記の施設で区報の入手が困難な方に無料で送付しています。希望する方は、区ホームページから申し込むか、お問い合わせください。

視覚障害のある方にデジ版CDなどの区報を送付

視覚障害のある方には、区報の点字版、カセットテープ版、デジ版CDを無料で送付しています。希望する方は、お問い合わせください。

区民のひろば

- この欄は、区民の方のサークル活動などを紹介しています。内容などの確認は当事者間でお願いします。 ●掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。 ●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。 ■中国文学研究会(作文添削・短編講読など) 中国語検定3級程度の方対象 月3回日曜午前10時~正午 石神井公園区民交流センター 中国人講師が指導 入会金1,000円 月会費4,500円 佐々木 ☎090-4707-6614 (午後7時以降) Eメール druming0927@gmail.com(要予約)

- いしげゆきおの水彩画教室作品展 6月3日~7日午前11時~午後5時(3日は午後1時30分から。7日は午後4時まで) 練馬文化センター 入場無料 石毛 ☎3995-5549 ■花月中心の茶道 表千家来帰庵の会 初級者対象 第3金曜午前10時~正午 石神井松の風文化公園管理棟 会費1回1,500円 水屋料1,000円 新倉 ☎3997-8147(要予約) ■社交ダンス ステップ・メイト 初心者~中級者対象 毎金曜午後1時~3時 男女共同参画センターえーる 会費1回500円 鈴木 ☎070-1374-2225

- カラオケサークル ひばり 月2回土曜午後2時~4時 氷川台地区区民館 月会費2,000円 本橋 ☎090-9342-3851 ■生還者が語る免疫力アップセミナー 6月20日午後1時30分~4時30分 ココネリ3階 参加費500円 生還者会・みさき ☎080-3515-2015(要予約) ■吟詠会(漢詩・新体詩・和歌・俳句など) 第1~3金曜午後1時~3時30分 三原台地域集会所 入会金500円 月会費2,100円 テキスト代800円(初回のみ) 初回は無料体験可 小川 ☎5387-2576(要予約)

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。

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。 ◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:6月7日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒178-0065西大泉2-17-26 リサイクルマーケットジョイ ☎080-

2567-3071(先着120店。問い合わせは平日午後2時~5時)

◆こぶし公園(富士見台3-53-1)▶日時:6月14日(日)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)

朝・夕・青空市

◆江古田いちば通り商店街▶日時:5月25日(月)、6月1日(月)午前10時~午後7時▶問合せ:林 ☎3991-0888 ◆南ヶ丘商店街▶日時:6月5日(金)午前9時から▶問合せ:内藤 ☎3926-6404

税理士と会って話せる相続税の相談窓口 お申し込みはこちら! 090-6039-1334

※ご相談内容によって専門家をご紹介しております。 ※ご希望によってはお取扱いできない内容がございます。 東京都港区赤坂2丁目19番4号FORUM赤坂8階 ファイナンシャル・プランナー 川村 憲史

※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。

5/31は世界禁煙デー、5/31～6/6は禁煙週間



「禁煙しようかな…」をサポート! 禁煙にかかる医療費を補助します

区は、禁煙治療をサポートするため、治療にかかる医療費の一部を補助する「禁煙医療費補助事業」を実施しています。「禁煙しようかな…」とお考えの方は、この機会にぜひご利用ください。

問合せ 健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624

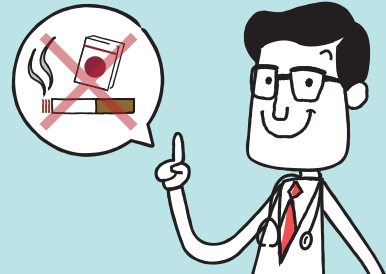
補助額

上限1万円 (禁煙にかかる医療費自己負担分の2分の1)

対象

(全てに当てはまる方)

- 区内在住の20歳以上の方
- 禁煙治療の開始前または治療中の方
- この事業の補助金を受けたことのない方 ※禁煙治療終了後の方は、申し込めません。



利用の流れ

1 申し込み

保健相談所や区内の協力医療機関・歯科医院・薬局、健康推進課(区役所東庁舎6階)、区ホームページなどにある案内をご覧ください。健康推進課に登録の申し込みをしてください。▶定員:150名(先着順)

2 禁煙治療 (AかBを選択)

A禁煙外来

12週間の間に5回の診察を受け、医師と一緒に禁煙成功を目指します。

通院1回目

健康状態や喫煙歴を確認し、禁煙宣言をします。



通院2回目

禁煙による禁断症状が続く場合は、医師が解決策をアドバイスします。

通院3回目

禁煙によって、体調が良くなり始めます。



通院4回目

禁煙も安定してきます。体重が増えた方には、医師があなたに合った改善策をアドバイスします。

通院5回目

ここまで続くと、1人でも禁煙を続けられるようになります。



B禁煙支援薬局

ニコチンパッチなど、禁煙後の禁断症状を抑える補助薬が購入できるほか、薬剤師に禁煙相談ができます。



3 補助金を申請

必要書類を健康推進課へ提出してください。審査の上、指定の口座に振り込みます。

区は禁煙・喫煙マナー向上に取り組んでいます

禁煙週間パネル展

▶日時:5月30日(土)～6月12日(金)午前8時45分～午後8時(12日は正午まで)▶場所:区役所本庁舎2階通路▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624

禁煙支援メール「禁煙マラソン」

禁煙に役立つさまざまな情報やアドバイスを電子メールでお送りします。▶申込:専用の申し込みフォーム(<https://form.os7.biz/f/68afad6d/>)から申し込んでください▶問合せ:健康づくり係 ☎5984-4624



二次元バーコード

区内全域で歩きたばこを禁止しています

区は、条例により、区内全域で歩きたばこやたばこのポイ捨てを禁止しています。安全で快適なまちを目指し、喫煙マナーの向上に取り組めます。▶問合せ:まち美化推進係 ☎5984-4709

マナー向上のための取り組み

- マナーアップ指導員による啓発活動
駅周辺を中心に指導員が巡回し、歩きたばこなどへの注意・指導や条例の周知活動をしています。
- 啓発グッズの配布
歩きたばこやポイ捨てでお困りの方に、自宅の扉などに貼るシールや看板(=写真)を配布しています。
- 喫煙所の設置
区内の一部の駅周辺に喫煙所を設置しています。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、閉鎖しています。



飲食店などの屋内は原則禁煙です

4月に受動喫煙に関する法令が全面施行され、一部の場所を除いて原則、禁煙となりました。施設の種類により規制内容が異なります(下表参照)。※詳しくは、東京都ホームページ(<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/>)をご覧ください。▶問合せ:受動喫煙対策担当係 ☎5984-1608

規制の内容	施設の種類
敷地内禁煙 (屋外に喫煙場所を設置可)	学校、医療機関、行政機関、バス、タクシー、航空機など ※幼稚園、保育所、小中学校、高校は屋外にも喫煙場所の設置不可。
屋内禁煙 (喫煙専用室を設置可)	運動施設、ホテル、事務所、船舶、鉄道、従業員のいる飲食店など ※従業員のいない飲食店は、屋内禁煙が喫煙を選択。

広告

使わなくなったテレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコンの
※正規の処理をしますので、リサイクル料金と収集運搬料がかかります

家電リサイクル回収承ります

お申込みは
Webから



練馬電機商会(株式会社サン・クリーン)
〒176-0012 東京都練馬区豊玉北4-1-3 ☎03-3994-1422 FAX03-3994-1357
<https://nerimadenkisyukai.net>