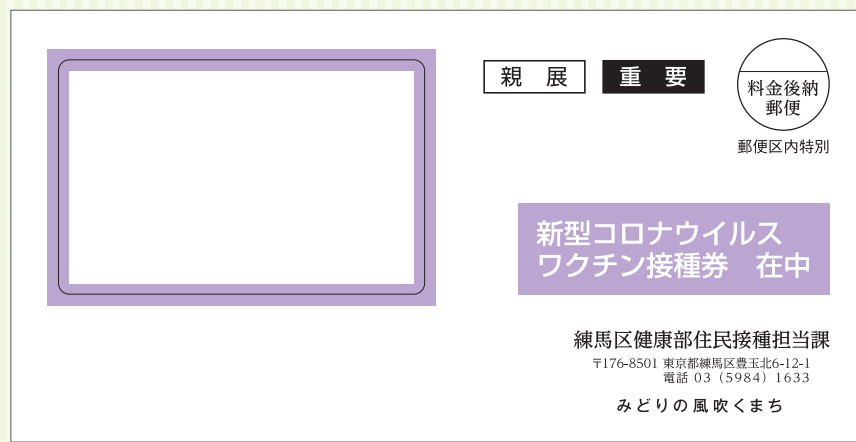




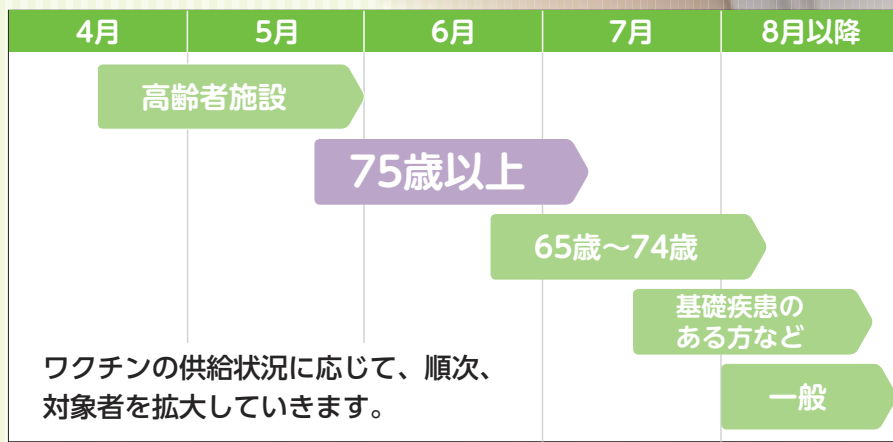
新型コロナウイルスワクチン接種

5/10月から 75歳以上の方に 接種券を発送します

封筒が届いたら、予約をしてください



区の接種スケジュールの見通し



予約

接種

診療所などで
接種する方

5/17月から



6/1日から

病院・区立施設で
接種する方

5/17月から



5/22日(土)から

問合せ

練馬区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎5984-1633(平日午前9時~午後5時) FAX 3993-6553

予約方法と注意点などを2・3面で紹介



新型コロナウイルスワクチン接種の流れ

診療所(クリニック)などで接種する方【個別接種】

5/10月から

接種券・予診票を発送

住民登録をしている方に、区から接種券・予診票を郵送します

75歳以上の方は紫色の封筒です
同封書類については3面下参照

5/17月から

電話で予約

診療所などに直接予約をします
※接種できる診療所などは、同封する案内をご覧ください。
※事前に接種について相談した上で、予約をしてください。

約320カ所の診療所などで接種可能!

6/1日から

診療所などで接種

予約した日時に診療所などで接種します

身近な診療所なので移動の負担も少ない!

病院・区立施設で接種する方【集団接種】

5/10月から

接種券・予診票を発送

住民登録をしている方に、区から接種券・予診票を郵送します

75歳以上の方は紫色の封筒です
同封書類については3面下参照

5/17月から

電話で予約

自動音声応答サービス ☎4565-0123

5/22日から

病院・区立施設で接種

予約した日時に病院・区立施設で接種します

| | | |
|------|-------------------|---|
| 平日 | 病院 | 順天堂大学練馬病院 練馬光が丘病院 練馬総合病院 浩生会スズキ病院 大泉生協病院(※) 島村記念病院 |
| | 区立施設 | サンライフ練馬 石神井公園区民交流センター 北町第二地区区民館 大泉北地域集会所 |
| 土・日曜 | 区役所本庁舎 小中学校体育館 | |

※土曜も実施します。

5/17月から

インターネットで予約

予約専用ホームページ
<https://i-karada.jp/covid-19.nerima/yoyaku.html>

二次元バーコード

新型コロナワクチン接種のよくある質問と回答、最新の情報は、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

- 問合せ
- 練馬区新型コロナワクチン接種コールセンター ☎5984-1633 (平日午前9時～午後5時)
 - 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-761770 (毎日午前9時～午後9時)
 - 東京都新型コロナワクチン副反応相談センター ☎6258-5802 (毎日24時間)



持ち物・接種の注意点など

持ち物・当日の流れなど

- 持ち物**
- 接種券
 - 予診票(事前に記入してください)
 - 本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)

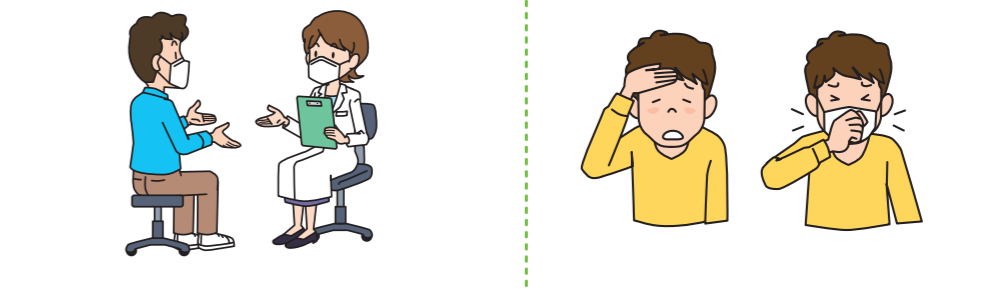
- 当日の流れ**
- 接種前に、医師による問診を行います。
 - 接種後、会場で15分程度経過観察し、副反応などがなければ終了です。
- ※万が一、アレルギー症状が起きて必要の対応を行います。

- 接種は2回**
- 1回目の接種後、通常20日間(※)の間隔をあけて、2回目の接種をします。
- ※ファイザー社のワクチンの場合。

接種の注意点

ワクチン接種は予約制ですが、多くの方が集まることが予想されます。短時間で効率的に接種できるよう、以下の点に注意していただくようご協力をお願いします。

- 事前に準備をお願いします
- かかりつけ医がいる方は、接種について相談しましょう
- 体調がすぐれない場合は接種を控えましょう



スムーズに接種するため、**肩を出せる服装**にしましょう



利き腕と反対の腕に打ちましょう



※接種後、痛みが出る場合があります。

接種券には下記の書類が同封されています

- 2回分の接種券が一度に届きます
- 世帯ごとではなく、各個人に届きます

接種券

接種会場にお持ちください。接種後も、大切に保管してください

予診票(2枚)

事前に記入の上、接種会場にお持ちください

予約方法の案内・接種会場一覧・お知らせなど

65～74歳の方には、6月中旬に接種券を発送する予定です

お知らせ

5月1日(土)から区役所でクールビズを実施します

節電対策の一環として、職員はノーネクタイなどの軽装で業務を行います。ご理解とご協力をお願いします。
▶問合せ:総務係 ☎5984-2600

地価公示価格がご覧になれます

1月1日現在の地価公示価格(国が区内の一般的な画地を抽出し、1㎡当たりの価格を公表したもの)が区民事務所(練馬を除く)や図書館、経理用地課(区役所東庁舎3階)でご覧になれます。
▶問合せ:経理用地課 管財係 ☎5984-2807

小冊子「学びと文化のイベント情報」を発行

今年度上半期に区内で開催する文化イベントや講座などを紹介する冊子です。
▶配布場所:区民事務所(練馬を除く)、図書館、地区区民館、生涯学習センター、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)、文化・生涯学習課(同本庁舎8階)など
▶問合せ:生涯学習センター ☎3991-1667

パンフレット「すぐわかる! 災害リスク」を発行

お住まいの地域や家庭の状況に応じた防災対策が行えるよう、区の事業などを紹介しています。
▶配布場所:地区区民館、地域集会所、危機管理課(区役所本庁舎7階)など
▶問合せ:危機管理課庶務係 ☎5984-2762

介護保険事業に関する協議会・委員会の区民委員を募集

介護保険や地域包括支援センター、地域密着型サービスの運営について検討する協議会・委員会の区民委員を募集します。協議会・委員会は、区民や学識経験者などで構成され、任期中13回程度開催します。
※謝礼あり。▶任期:7月~令和6年6

月▶申込:**A**「『超』超高齢社会を見据えた練馬区の高齢者保健福祉と介護保険」**B**「高齢者が安心して在宅生活を続けるための介護」をテーマとした作文(800字程度。様式自由)と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簡単な自己PR⑧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したものを、6月4日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内 **A** 高齢社会対策課計画係(西庁舎3階) ☎5984-4584 **B** 介護保険課事業者指定係(東庁舎4階) ☎5984-1461

A 介護保険運営協議会

▶対象・募集人数:区内在住の40歳以上の方...8名(選考) ▶審議内容:高齢者保健福祉計画や介護保険事業計画、介護保険事業の運営など

B 地域包括支援センター運営協議会・地域密着型サービス運営委員会

▶対象・募集人数:①区内在住の40歳以上の方...4名②介護保険サービスの利用者またはその家族...2名(いずれも選考) ▶審議内容:地域包括支援センターの運営や地域密着型サービス事業者の指定など

国民健康保険

加入・脱退の手続きが必要ですよ

職場の健康保険を脱退した方は国民健康保険への加入手続きを、職場の健康保険に加入した方は国民健康保険の脱退手続きをしてください。

国民健康保険への加入手続きが遅れた場合でも、保険料は職場の健康保険を脱退した日までさかのぼってお支払いいただきます。脱退手続きが1年以上遅れた場合、保険料が減額ならず、払い過ぎた保険料が戻らない場合があるのでご注意ください。
▶手続きに必要なもの:**A** 国民健康保険に加入する方...職場の健康保険の資格喪失証明書 **B** 国民健康保険を脱退する方...国民健康保険証と職場の健康保険証(全員分) **AB**とも①届出人の本人確認ができる書類②世帯主と届け出の必要な方全員のマ

イナンバーが確認できる書類が必要です。 ※代理人が届け出をする場合は、委任状が必要です。▶届出先:こくほ資格係(区役所本庁舎3階)、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)、区民事務所(練馬・石神井を除く) ※届け出は郵送でもできます。詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:こくほ資格係 ☎5984-4554

ボランティア

住民主体の「通いの場」を立ち上げよう! フレイルサポーター育成研修

フレイル(虚弱)予防について区民に伝える方法を学びます。修了後は、通いの場(桜台・高野台地区)の新規立ち上げや、はつらつシニアクラブのサポーターとして活動していただきます。▶対象:区内在住の方▶日時:6月8日~8月3日の毎火曜午後1時30分~3時45分【6月29日を除く。8日】▶場所:区役所本庁舎19階など▶講師:東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター/高橋淳太ほか▶定員:25名(抽選)▶申込:5月14日(金)までに電話で介護予防係 ☎5984-2094

働く

副校長補佐【会計年度任用職員】

▶対象:学校運営などに関する知識と経験がある方や民間企業などでの事務経験がある方▶期間:7月~来年3月(再任する場合あり)▶日時:午前8時15分~午後5時の間の5時間(月16日)▶場所:区立小中学校▶内容:副校長の業務(事務管理・調査対応などの事務)の補佐▶採用予定数:若干名(書類選考・面接)▶報酬:時給1,572円 ※交通費支給。 ※期末手当あり。▶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)と作文を、5月21日(必着)までに教育指導課管理係 ☎5984-5746

(公財)練馬区文化振興協会 契約職員(事務)

▶期間:10月から1年間(正職員登用

の場合あり)▶日時:週5日午前8時30分~午後8時15分の間の7時間45分(土・日曜・祝休日勤務、変則勤務あり)▶場所:練馬文化センターなど▶内容:庶務・経理事務、施設管理、事業運営など▶採用予定数:若干名(書類選考・筆記選考・面接)▶申込:練馬文化センターや(公財)練馬区文化振興協会ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/>)にある募集案内をご覧の上、5月31日(必着)までに(公財)練馬区文化振興協会 ☎6914-7305

自衛官など

| 種目 | 対象 | 募集期限 |
|-----------|--------------------|---------|
| 技術海上・航空幹部 | 大卒以上で2年以上の実務経験のある方 | 5/21(金) |
| 技術海曹・空曹 | 国家資格のある20歳以上の方 | |
| 自衛官候補生 | 18歳以上33歳未満の方 | 随時 |

〈自衛官募集説明会〉

▶日時:5月7日(金)~9日(日)・21日(金)午前10時~午後5時 ※入退場自由。
▶場所:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所(豊玉北6-3-3 第8平和ビル4階)▶申込:当日会場へ
◎問合せ:同所 ☎3991-8921

住まい・まちづくり

都営住宅の入居者を募集(都公募分・地元割当分)

申し込み資格など詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。 ※都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込みめます。 ※地元割当分は、単身者または2人世帯向け1戸、2人以上世帯向け1戸。
▶申込書・募集案内の配布期間:5月6日(木)~14日(金)▶配布場所:区民事務所(練馬を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階)
▶問合せ:都公募分...東京都住宅供給公社 ☎3498-8894、地元割当分...住宅課住宅係 ☎5984-1619

憲法記念日に寄せて ~人権について考える

憲法は、基本的人権の尊重を大きな柱の一つとしており、侵すことのできない永久の権利として一人ひとりの人権を保障しています。

いじめや虐待、配偶者による暴力など、相手の人権を考えない行為が依然としてなくなりません。区内でも公共施設への差別的な落書きや街頭宣伝でのヘイトスピーチなど外国人や同和問題に対する差別や偏見が発生しています。また、新型コロナウイルス感染症に関して、感染者や医療関係者などに対する誹謗・中傷も後を絶ちません。

平成28年に「部落差別の解消の推進に関する法律」と「本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律(ヘイトスピーチ解消法)」が、31年に「東京都オリンピック憲章にうたわれる人権尊重の理念の実現を目指す条例」が施行され、法令の整備が行われてきました。区では、差別を許さないという認識のもと、人権尊重に関するセミナーやパネル展を開催し、周知・理解促進に取り組んでいます。

多様な生き方を認め合い、支え合う社会を築いていきましょう。
▶問合せ:人権・男女共同参画課 ☎5984-1452

7/26(月)~30(金)、8/2(日) 大泉さくら運動公園駐車場が利用できません

東京2020大会で射撃競技の観客送迎バスの待機場として使用するため、利用できません(障害者用駐車場を除く)。▶問合せ:スポーツ振興課 運営調整係 ☎5984-1660

練馬区防災気象情報の ホームページをリニューアル

区内の天気や水位・雨量情報などの防災気象情報が見やすくなりました。ぜひご利用ください。▶問合せ:防災施設係 ☎5984-2602 **HP** <https://nerima-city.bosai.info/>



二次元バーコード

税

自動車税種別割・軽自動車税種別割の納税通知書を発送

自動車税種別割の納税通知書を5月6日(木)、軽自動車税種別割の納税通知書を10日(月)に発送します。納期限は5月31日(月)です。

減免について

身体障害者手帳などをお持ちの方が使用する自動車で、一定の要件に当てはまる場合は①自動車税種別割または②軽自動車税種別割の減免が受けられます。5月31日(月)までに申請が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

◎問合せ:①東京都自動車税コールセンター ☎3525-4066 ②税務課税証明・軽自動車税担当 ☎5984-4536

令和3年度の税額通知書を発送(給与から差し引かれる方へ)

特別区民税・都民税(住民税)が給与から差し引かれる方へ、5月10日(月)に通知書を勤務先に発送します。個人で納める方や公的年金から差し引かれる方には、6月10日(木)に通知書を発送する予定です。▶問合せ:区税第一〜第四係 ☎5984-4537

健康・衛生

高血圧予防・改善のための食事と生活

▶日時:5月28日(金)午後2時〜3時30分 ▶場所:豊玉保健相談所 ▶内容:講義 ▶定員:15名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3992-1188

ペット相談

獣医師がしつけや病気などについて無料で相談を受け付けます。※ペットを連れての来場はご遠慮ください。▶日時:5月11日(火)・25日(火)午後1時30分〜4時30分 ▶場所:区役所アトリウム ▶申込:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111(代表)もできます。▶問合せ:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

害虫に関する電話相談 ☎3995-0717

スズメバチの巣の駆除など、害虫に関する相談に専門の業者が無料で応じます。※スズメバチの巣の駆除には、巣の高さや目視で確認できる場所にあるなどの条件があります。詳しくは、お問い合わせください。▶受付日時:11月30日(火)までの午前9時〜午後5時 ※土・日曜、

祝休日も対応します。▶区の担当:環境衛生監視担当係

高齢者

はつらつシニアクラブ ~「はつらつ度」測定します

体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度などの測定やフレイルチェック(心身の活力低下の有無を確認)などを行い、アドバイスを行います。また、運動や文化活動など近隣で活動している団体の紹介も行います。 ※ペースメーカーを使用の方は一部の測定ができません。 ※申し込みは1人1会場です。

▶対象:区内在住の65歳以上の方 ▶定員:各50名(先着順) ▶区の担当:介護予防係 ▶申込:電話でスポーツクラブルネサンス石神井公園 ☎5910-3975(午前11時〜午後7時)

Table with 2 columns: 場所, 日程. Locations include 桜台地域集会所, 土支田中央地域集会所, 西大泉地区区民館.

※時間はいずれも9:30〜12:00。

チャンバラ体操 ~認知症予防と運動不足解消!

▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:5月16日・30日、6月6日・20日、7月4日・18日の日曜午前10時30分〜正午【6日制】 ▶場所:はつらつセンター豊玉 ▶定員:15名(抽選) ▶申込:5月9日(日)までに電話で同所 ☎5912-6401

子ども・教育

令和3年度児童育成手当(1)育成手当(2)障害手当)の新規申請は5月中旬に

昨年中の所得が基準となります。新たに対象となる方は、必ずお問い合わせの上、申請してください。手当は申請しないと支給されません。申請日の翌月分から支給します。 ※既に受給している方は、新たに申請する必要はありません。 ※児童福祉施設(乳児院)などに入所している児童は対象になりません。▶対象:1 平成15年4月2日以降に生まれた児童を養育している母子家庭や父子家庭などの方 2 20歳未満の心身に障害(身体障害者手帳1・2級程度、愛の手帳1〜3度程度、脳性まひまたは進行性筋萎縮症など)がある児童を養育している方 ※練馬区心身障害者福祉手当と併せて受給することはできません。▶手当月額:1 1万3500円

2 1万5500円 ▶申請先・問合せ:児童手当係(区役所本庁舎10階) ☎5984-5824、総合福祉事務所福祉事務係【光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7060、石神井(石神井庁舎4階) ☎5393-2817、大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5274】

6月の赤ちゃん準備教室 ~沐浴体験コース(平日)

▶対象:妊娠中の方 ※家族1名の参加も可。▶内容:お風呂の入れ方の実習など ▶持ち物:母子健康手帳 ▶申込:電話またはファクスで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定月を、各保健相談所へ

Table with 3 columns: 場所(保健相談所)・申込先, 日程, 定員(先着順). Locations include 豊玉, 北, 関.

※時間はいずれも13:00〜17:00の間の1時間30分程度。

6月の赤ちゃん準備教室 ~沐浴体験コース(土・日曜)

▶対象:平日の参加が難しい妊娠中の方 ※家族1名の参加も可。▶内容:お風呂の入れ方の実習など ▶持ち物:母子健康手帳 ▶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(1・2はA・Bの別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤出産予定月を、5月14日(金)までに各保健相談所へ

Table with 3 columns: 場所(保健相談所)・申込先, 日時, 定員(抽選). Locations include 1 光が丘, 2 石神井, 3 大泉.

※時間はいずれも1時間30分程度。

赤ちゃんと一緒にエクササイズ~子育てママの健康講座

▶対象:4〜12カ月児と妊娠中に血圧・血糖値が高めと言われた母親 ▶日時:6月10日(木)午前10時〜正午 ▶場所:大泉保健相談所 ▶内容:講義、運動実技 ▶講師:健康運動指導士/加藤有里 ▶定員:10組(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3921-0217

小中学校就学相談(特別支援教育)

来年4月に小中学校の特別支援学級(知的障害や発達障害などのあるお子さんが通う学級)などへの就学を考えている方を対象に就学相談を行います。▶申込期間:6月〜9月 ▶申込:5月10日(月)から電話で就学相談係 ☎5984-5664 ※区ホームページからも申し込みます。

講座・催し①

障害の理解を深める研修に参加してみませんか

区の障害福祉サービスを学ぶ研修です。▶場所:練馬福祉人材育成・研修センター ▶定員:各40名(先着順) ▶申込:電話またはファクスで①研修名(A〜Cの別)②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、開催日の前日までに同所 ☎6758-0145 FAX 5383-7421

Table with 2 columns: 日程, 研修名. Includes items A, B, C with dates and topics like 知的・身体障害編.

※時間はいずれも14:00〜16:00。

つながるカレッジねりま オンライン公開講座

つながるカレッジねりまは、地域活動に役立つ知識とスキルを学ぶ場です。今回、カリキュラムの一部をYouTubeやZoomで公開します。▶定員:各30名(先着順) ▶申込:1 5月18日(火) 2 25日(火)までに電話でカレッジ担当係 ☎5984-1613 ※ポータルサイト(https://www.collegenerima.jp/)からも申し込みます。

1 災害から自分と家族の命を守るために

▶日時:5月22日(土)午前9時30分〜10時30分 ▶講師:常葉大学非常勤講師/元谷豊

2 地域活動とコミュニケーション

▶日時:5月29日(土)午前9時30分〜11時30分 ▶講師:おたがいさまの会代表/志寒浩二

5月の着付け教室

▶対象:20歳以上の女性 ▶日時:5月14日(金)・21日(金)・28日(金) ④午前9時30分〜10時45分 ⑤午前11時〜午後0時15分【3日制】 ▶場所:向山庭園 ▶定員:各6名(先着順) ▶費用:3,000円 ▶申込:電話で同所 ☎3926-7810

区立中学校の学校公開

各中学校の通学区外からの受け入れが可能な人数の範囲で、通学区外の中学校を選択できる「学校選択制度」を実施しています。実際に授業や部活動など学校の様子を見ていただくため、全区立中学校で学校公開を行います。公開日など詳しくは、区ホームページまたは各学校にお問い合わせください。 ※事前の申し込みは不要です。▶問合せ:学事係 ☎5984-5659

「第39回練馬こどもまつり」は延期します

5月8日(土)に開催を予定していた「第39回練馬こどもまつり」は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため延期します。延期後の日程は、後日区報や区ホームページでお知らせします。▶問合せ:子ども育成係 ☎5984-5827

講座・催し②

ふれあいバザールねりま ～障害者自立支援施設の自主製品 展示・販売会

▶日時:5月26日(水)・27日(木)午前10時～午後2時▶場所:区役所アトリウム▶内容:クッキーや織物、陶芸品などの展示・販売▶問合せ:障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598 FAX 5984-1215

スポーツ

初心者スポーツ教室 なぎなた

▶対象:小学生以上▶日時:5月22日～6月12日の毎土曜午前10時～11時30分【4日制】▶場所:桜台体育館▶定員:10名(抽選)▶保険料:228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(学生は学

年も)⑤性別⑥電話番号を、5月13日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

区民体育大会 硬式テニス 【ダブルス(一般男女、壮年男女)】

▶対象・日程・内容:一般女子①(18歳以上)・壮年男子(50歳以上)…6月13日(日)、一般男子①(18歳以上)・壮年男子(60歳以上)・壮年女子(50歳以上)…6月20日(日)、一般女子②・一般男子②(18歳以上)…6月

27日(日) ※①は中級・上級、②は初級。 ※学生テニス連盟登録者と高校生は参加不可。 ※試合時間と会場は後日発表します。▶費用:1種目1組1,500円▶申込:体育館や庭球場、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、5月12日(必着)までに練馬区体育協会へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

ベルデ夏休み期間(7/21水～8/30月)の抽選申し込みを開始

ベルデ夏休み一般利用抽選申込書 (7/21水～8/30月)

| | |
|---|--------------------------|
| ①希望施設と日程(3泊まで)を第3希望まで(和室、洋室の指定はできません) | ②希望する部屋数(右下の表参照) |
| 第1希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊 |人定員部屋を 部屋数.....室 |
| 第2希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊 |人定員部屋を 部屋数.....室 |
| 第3希望 施設名を○で囲む 軽井沢 下田 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊 |人定員部屋を 部屋数.....室 |
| ③利用者数 大人.....人・中学生.....人・小学生.....人 幼児(3歳以上.....人・2歳以下.....人) (うち車いす利用者.....人) | |
| ④申込代表者 〒..... 住所 練馬区 ふりがな..... 氏名..... 利用当日まで連絡の取れる電話番号を記入してください | |
| ⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、付帯設備名、利用日時を○で囲み、どちらかの□にチェックを入れてください。 【付帯設備名】 グラウンド・体育館・テニスコート・研修室 【利用日時】 初日午後 2日目午前・午後 3日目午前・午後 4日目午前 □付帯設備が利用できない場合は、宿泊も希望しない □付帯設備が利用できなくても、宿泊を希望する | |

夏休み期間の利用は、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泊までです。 ※新型コロナウイルスの状況により、休館になる場合があります。

問合せ 団体利用…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

団体利用 5/12(水)までに電話で

【対象】10名以上で利用する区内の少年団体や生涯学習団体など ※親睦のみを目的とする場合は一般利用となります。 ※同一団体の重複申し込みはできません。
【申込】5月12日(水)までに電話で少年自然の家係に連絡の上、申し込みに必要な書類を5月18日(火)までに提出してください。

【抽選会】5月18日(火)午前10時から区役所本庁舎19階で抽選会を行います。
【予約会】5月24日(月)・25日(火)午前9時から区役所本庁舎19階で抽選結果の順番に従い、予約を受け付けます。代表者は必ず参加してください。

一般利用 5/12(必着)までに往復ハガキやインターネットで

【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、申し込みができません。
【申込】左の申込書に記入の上、往復ハガキの往信の裏面に貼って、5月12日(必着)までに〒176-8501区役所内少年自然の家係へ ※2通以上申し込んだ場合は、無効になります。

【結果】6月3日(木)に発送を予定しています。
【抽選後の空き室予約方法】電話で旅行サービスコーナーまたはインターネットで
●区内在住・在勤(在学)の方
…6月22日(火)から
●区内在住・在勤(在学)でない方
…6月23日(水)から

ベルデの部屋の種類と個室利用料金 ※別途、基本料金などが掛かります。

| 施設名 | 2人定員 (500円/室) | 3人定員 (3,000円/室) | 4人定員 (4,000円/室) | 8人定員 (無料/室) | 12人定員 (3,000円/室) |
|----------|------------------|--------------------|--------------------|----------------|---------------------|
| 軽井沢 | - | 8室 | 11室 | 24室 | - |
| 下田 | 3室 | - | 8室(※5) | - | 1室 |
| 武石本館(※1) | - | 6室 | - | 18室 | - |
| 武石新館 | - | 1室(※3) | 14室 | - | - |
| 岩井(※2) | - | 8室(※4) | 6室 | 28室(※4) | - |

※1 8/21(土)・22日(日)は利用できません。 ※2 8/20(金)・21(土)は利用できません。
※3 車いす対応の部屋です。 ※4 団体のみ利用できます。 ※5 1,000円/室です。

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。

■第7回マイカイウクレレサークル & フラ発表会 5月22日午後1時～4時 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 梁瀬 ☎090-3512-1519

■体力の維持・向上を目標とする水泳・水中体操無料体験会 60～80代の方対象 ①5月18日②25日③6月1日④8日午後1～3時 三原台温水プール ネリマシルバースイミングクラブ・宮原 ☎090-5444-4637(要予約)

■英語と日本語の文学作品を見つめ、文章を鑑定する 無心塾 隔週水曜午後6時～8時 勤労福祉会館 会費1回500円 梅宮 ☎080-4141-1854

■50歳以上の外国人講師によるやさしい英会話 ティールーム 初心者～初級者対象 月3回月曜午前9時50分～10時50分 石神井庁舎5階 入会金1,000円 月会費4,200円 初回は無料体験可 吉牟田 ☎080-9034-8526(要予約)

■第27回ねりまシニアセミナー「練馬で仲間をつくって健康なセカンドライフを楽しもう」 5月30日午後1時～4時45分 ココネリ3階 講師 アカサ音楽教育研究所所長/土田京子 参加費1,000円 ねりまシニアネットワーク ☎080-7529-0096 Eメール nsnseminar2021@gmail.com (5月24日までに要予約)

■練馬区福島会(交流会・母県訪問旅行・カラオケ・歩く会など) 年6回程度都内・関東近郊などで活動 年会費2,000円 5月30日正午～午後4時に区役所アトリウム地下多目的会議室で総会・県人会あり 事務局・渡邊 ☎090-4416-5996(要予約)

■油絵・水彩 やよい会 月4回土曜または日曜午前10時～正午 練馬区立美術館 講師 真島直子 入会金1,000円 月会費6,000円 中田 ☎3998-2402

■合気道 志友会 月8回水・土曜午後0時30分～3時30分 総合体育館 入会金2,000円 月会費1,000円(18歳以下の方500円) いいずみ ☎090-8331-4015

■プリンセスバレエ(クラシックバレエ) 毎金曜①午後4時50分～5時35分(幼児)②午後5時45分～6時45分(小学1～3年生) 光が丘地区区民館など ①②とも入会金2,000円 月会費①3,300円②3,800円 1年半に1回発表会あり 初回は無料体験可 富川 ☎080-5403-0852(要予約)

■水泳教室 スイスイクラブ 小学2～5年生対象 毎水曜午後5時～7時 光が丘体育館 講師 松本喜代子 月会費2,500円 保険料年800円 初回は無料体験可 福田 ☎SMS 090-4214-7245(要予約)

■呼吸法・健康体操 練馬気功の会 毎火曜午前10時～正午 春日町地域集会所 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 すみた ☎080-3127-3875(要予約)

■第10回みんなのおんがくかい 5月25日午後1時～4時30分 生涯学習センター 出演 琵琶・吟詠・京劇/田偉 参加費500円 NPO法人健全会・土橋 ☎3970-3451(午後6時以降)

■クラシックギターサークル ラ・ルース 月1回①水曜午前9時～正午②土曜午後1時～4時 光が丘地区区民館 講師 児玉祐子 ①②とも会費6ヵ月9,000円 初回は1,500円で体験可 田中 ☎3904-5044(要予約)

■水泳と水中体操教室 わかあゆ会 60歳以上の初心者～中級者対象 月4回火曜午前9時～11時 光が丘体育館 講師 遠藤秀子ほか 入会金2,000円 月会費2,500円 保険料年1,850円(65歳以上の方1,200円) 河口 ☎090-4660-6575(要予約)

■健康からてクラブ 5歳児以上対象 毎日曜午前9時～正午 豊玉小 入会金3,000円 月会費2,000円 久保 ☎5387-8963(要予約)

■脳トレ・音楽レク・簡身体操・音読など 脳活どんどん 第1・3土曜午前10時～11時30分 北大泉地区区民館 音楽療法士が指導 会費1回500円 5月15日は無料体験可 皆川 ☎090-3474-1680(要予約)

■三浦半島海岸ウォーキング 3時間程度歩ける方対象 5月22日午前9時京浜急行電鉄久里浜線三崎口駅集合 参加費600円 交通費実費 里山ウォーキングクラブ・岡野 ☎070-1449-1671(要予約)

広告 使わなくなったテレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコンの

家電リサイクル回収承ります

お申込みはWebかお電話で



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 https://nerimadenkisyukai.net

※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。

新型コロナウイルス感染症 区内の感染状況をお知らせします(4月23日時点)

感染者が増加! 不要不急の外出は自粛してください

都内では感染者のうち、20~40代の方の割合や感染力の強い変異株が増加しています。

●感染者数の推移



練馬文化センターの催し

問合せ

☎3993-3311

<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>



公益財団法人 練馬区文化振興協会
nerima cultural promotion association

練馬文化センター(大ホール)

8/5 木 11:30開演
21:30開演
31:30開演
おしりたんていミュージカル

0歳以上 割引

入場料 3,500円(全席指定) ※1歳以下のお子さんは保護者1名につき1名無料(座席が必要な場合は有料)。
予約 5月30日(日)午前10時から③(購入は5月31日(月)午前10時から①②③)



©トルロ・ポプラ社/おしりたんてい製作委員会

チケット
予約・購入
はこちらで

- ①練馬文化センター(練馬駅下車中央北口徒歩1分) ☎3948-9000 (チケット予約電話。午前10時~午後5時)
 - ②大泉学園ゆめりあホール(大泉学園駅下車北口徒歩1分。大泉学園ゆめりあ1(5階))
 - ③練馬文化センターホームページ <https://www.neribun.or.jp/nerima.html>
- ※車いす席・難聴者用イヤホンを利用したい方は、①にお問い合わせください。
※予約で完売の場合は、窓口での販売はありません。

関区民センター

6/15 火 14:00開演
アフタヌーン・ミニコンサート in 関町

0歳以上 入場無料

出演 超絶イスカンダル(加畑嶺(ピアノ)、鈴木慶子(バイオリン))
定員 170名(抽選)
申込 往復ハガキで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・電子メールアドレス(ある方のみ)③参加人数(2名まで。座席が不要な2歳以下のお子さんを除く)を、5月20日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 練馬文化センターへ ※③からも申し込みます。 ※車いす席を利用したい方は、その旨もお知らせください。



加畑嶺 鈴木慶子

●0歳以上 該当年齢から入場できます。

●割引 友の会会員は1割引で購入できます(各公演2枚まで)。

友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。

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

- ◆**ニューススポーツ! ダブルダッチ** 2スラックライン ▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:5月1日(土)・15日(土)・22日(土)▶午前9時15分~10時45分▶午前10時~11時45分▶場所:桜台体育館▶定員:各15名(先着順)▶費用:1回500円▶申込:当日会場へ▶問合せ:SSC桜台・南波☎090-1408-9900
- ◆**公衆浴場で菖蒲(しょうぶ)湯**▶日程:5月4日(例)・5日(例) ※実施日は施設によって異なります。各浴場にご確認ください。▶場所:区内公衆浴場▶費用:470円(小学生以下無料)▶問合せ:練馬区公衆浴場組合・風間☎3991-5092
- ◆**親子で体操**▶対象:3歳児~小学2年生と保護者▶日時:①5月9日(日)②6月13日(日)③7月25日(日)④8月22日(日)⑤9月19日(日)午後1時~2時30分▶場所:平和台体育館▶内容:マット運動、トランポリン▶定員:各20組(先着順)▶費用:1組1,000円▶申込:電話また

- はファクスで①催し名(㉠~㉢の別も) ②住所③氏名④年齢(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、開催日の3日前までにSSC平和台☎FAX 5921-7800(平日午前9時~午後5時)
- ◆**行政書士による暮らしと事業の無料相談会**▶日時:5月13日(木)午前11時~午後4時▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ▶問合せ:東京都行政書士会練馬支部・橋本☎5393-5133(平日午前11時~午後4時)
- ◆**ターゲットバードゴルフ初心者体験会**▶対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴。▶日時:5月15日(土)午前10時~正午(雨天中止)▶場所:練馬総合運動場公園▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬区ターゲットバードゴルフ協会・米山☎3937-0961
- ◆**石神井地域の歴史と文化を訪ねるまち歩き**▶日時:5月23日(日)午後1時西武池袋線石神井公園駅集合~池淵史跡公園~石神井城址~石神井ホテル跡~午後4時石神井公園ふるさと文化館分室解散(約3.5km)▶定員:20名(先着順)▶参加費:500円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、石神井まちづくり

- の会・下河☎FAX 5393-7381(メール h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp)
- ◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶日時:5月27日(木)午前9時15分から▶内容:授業見学、校内見学など▶申込:ハガキで①学校見学会②住所③氏名④電話番号を、5月19日(必着)までに〒175-0082板橋区高島平3-7-2 高島特別支援学校☎3938-0415 ※ホームページ(<http://www.takashima-sh.metro.tokyo.jp/site/zen>)からも申し込みます。
- ◆**志村学園(就業技術科)学科説明会**▶日時:6月10日(木)・17日(木)・26日(土)午前10時~正午▶内容:説明会、校内見学など▶申込:開催日の前日までに電話で同所☎3931-2323 ※同ホームページ(<http://www.shimuragakuen-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/>)からも申し込みます。
- ◆**大泉特別支援学校 学校公開**▶日時:6月16日(木)午前9時40分~11時30分▶内容:授業見学、校内見学など▶申込:電話またはファクスで①学校公開②住所③氏名④電話番号⑤ファクス番号(ある方のみ)を、6月4日(金)までに同所☎3921-1381 FAX 3921-1316

◆**シルバー人材センター英語・英会話教室**▶対象:区内在住の60歳以上の方▶期間:6月~来年5月▶定員:各20名(抽選)▶費用:月4,000円 ※教材費実費。▶申込:5月14日(金)までに電話で練馬区シルバー人材センター☎3993-7168

| 日時(※1) | 場所(※2) | 内容 |
|--------|--------|---------------|
| 月曜 | ① 羽 | 日本紹介の英会話 |
| | ② 羽 | のびのび英会話 |
| 火曜 | ① 関 | 中学まとめ |
| | ② 関 | 実用英会話 中卒応用 |
| 水曜 | ① 羽 | 英会話とリーディング |
| | ② 羽 | ボランティア英会話 |
| 木曜 | ① 羽 | 中学まとめ |
| | ② 羽 | コミュニケーション |
| 金曜 | ① 関 | 中学初級 |
| | ② 関 | 中学初級 |
| 土曜 | ① 羽 | 中卒応用 |
| | ② 羽 | 中学中級 |

※1 第1・2・4週の①10:00~11:50 ②13:30~15:20。
※2 関…関町リサイクルセンター、羽…羽沢教室(羽沢3-36-16)。

◆**JA東京あおば 母の日用贈答品の販売**▶日時:5月6日(木)~9日(日)午前10時から▶場所:問合せ:ふれあいの里(桜台3-35-18)☎3991-8711▶内容:カーネーションなど鉢花の販売
◆**オンライン配信・区民健康づくりセミナー「高血圧を中心とした健康管理について」**6月9日(木)~30日(木)に配信します。視聴方法など詳しくは、練馬区医師会ホームページ(<http://www.nerima-med.or.jp/>)をご覧ください。▶問合せ:練馬区医師会☎3997-7500

献血にご協力を

▶問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所☎0422-32-1100
◆**光が丘公園体育館横**▶日時:5月5日(例)午前10時~正午・午後1時30分~4時
◆**区役所本庁舎19階**▶日時:5月10日(月)午前10時15分~正午・午後1時15分~4時

朝・夕・青空市

◆**光が丘IMA南館前**▶日時:5月9日(日)午前10時~午後4時▶問合せ:富永☎090-4374-3888

大和ハウスグループ運営の介護付有料老人ホーム

練馬区平和台2-50-1
もみの樹 練馬

Tel. 03-5921-1005
土日祝日も受付中

もみの樹 練馬

※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。

ゴールデンウィーク中も対応 新型コロナウイルス感染症で お困りの方はご相談ください

どうしよう…?



ゴールデンウィーク中も新型コロナウイルス感染症の相談窓口を開設しています。気になる症状がある方や経済的にお困りの方は、下記の窓口にご相談ください。

発熱など気になる症状がある方

東京都発熱相談センター
☎5320-4592
(毎日24時間)

発熱や咳、息苦しさなど気になる症状があり、受診先をお探しの方は、お電話ください。症状や経過を伺い、受診可能な医療機関を案内します。

経済的にお困りの方

生活相談コールセンター
☎5984-4703
(午前9時～午後5時)

休業や失業などで経済的にお困りの区民の方の相談を受け付けます。必要に応じて、住居確保給付金や緊急小口資金特例貸付などの制度を案内します。 ※ファクスでのご相談は **FAX** 3993-1181。

5月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、診療内容や診療体制を変更する場合があります。事前に各機関に電話で確認してください。

▶問合せ:地域医療課 ☎5984-4673

●休日急患診療所

| | 場所 | 受付日時 |
|--------|--|---|
| 小児科 | 練馬区夜間救急子どもクリニック (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 ※小児科専門医が診療。 | 平日の20:00~22:30 土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30、18:00~21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。 |
| | 練馬休日急患診療所 (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) ☎3994-2238 | 土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30、18:00~21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。 |
| 内科・小児科 | 石神井休日急患診療所 (石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階)☎3996-3404 | 土曜の18:00~21:30 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30、18:00~21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。 |
| | 練馬歯科休日急患診療所 (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎3階) ☎3993-9956 | 日曜・祝休日の10:00~11:30、 13:00~16:30 ※当日、電話で要予約。 |

●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:日曜・祝休日の午前9時~午後7時

| | | |
|-------|-----------------------|------------|
| 2日(日) | 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 |
| | 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 |
| | 練馬総合病院(旭丘1-24-1) | ☎5988-2290 |

●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

| | | |
|-------|--------------------------|------------|
| 2日(日) | 佐藤歯科医院(春日町6-16-11) | ☎3998-6414 |
| | 石井歯科医院(関町北2-27-13) | ☎3929-8122 |
| 3日(祝) | 名古屋谷歯科医院(桜台4-1-3) | ☎3994-3900 |
| | 大森歯科医院(石神井台3-32-5) | ☎3995-2021 |
| 4日(祝) | 金沢歯科医院(豊玉北5-19-11) | ☎3948-6766 |
| | 石神井ほんだ歯科医院(石神井町4-6-15) | ☎3997-6651 |
| 5日(祝) | 高梨歯科クリニック(光が丘3-7-1) | ☎5998-8211 |
| | 上石神井歯科クリニック(上石神井2-30-21) | ☎3594-1281 |

●テレホンサービス

- 東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら・・・」
携帯電話など ☎#7119
ダイヤル回線 ☎3212-2323
- 東京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)

●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

| | | |
|--------|---------------------|------------|
| 2日(日) | 坂口接骨院(氷川台4-49-11) | ☎3937-0660 |
| | 大幸接骨院(旭町1-15-11) | ☎5997-3232 |
| | 小池接骨院(西大泉1-33-4) | ☎3923-3044 |
| 3日(祝) | 桶谷整骨院(桜台4-1-6) | ☎3948-7665 |
| | さくらい接骨院(富士見台4-13-2) | ☎3999-9334 |
| | 池島接骨院(関町北2-31-7) | ☎3920-5556 |
| 4日(祝) | 杏文接骨院(氷川台3-29-4) | ☎5920-2121 |
| | さくらい接骨院(富士見台4-13-2) | ☎3999-9334 |
| | 関口接骨院(東大泉7-29-22) | ☎3921-4970 |
| 5日(祝) | 篠整骨院(栄町36-5) | ☎3991-6623 |
| | おおで整骨院(田柄1-26-11) | ☎3939-7535 |
| | 関町整骨院(関町北2-4-4) | ☎3920-3997 |
| 9日(日) | ごとう接骨院(桜台2-1-5) | ☎3994-7804 |
| | 中島整骨院(土支田1-31-11) | ☎5755-3828 |
| | ほがらか接骨院(上石神井1-5-6) | ☎6904-7183 |
| 16日(日) | 遠畑接骨院(豊玉北5-12-10) | ☎5946-5946 |
| | サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17) | ☎5848-8034 |
| | 市毛接骨院(関町南2-2-6) | ☎3928-0346 |
| 23日(日) | コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2) | ☎3991-1231 |
| | ゆうし接骨院(高松3-13-7) | ☎5848-3252 |
| | 植村接骨院(東大泉6-50-9) | ☎3922-2911 |
| 30日(日) | 三晴接骨院(小竹町2-8-8) | ☎3958-4325 |
| | マキノ接骨院(練馬4-26-11) | ☎5999-3776 |
| | みさと接骨院(上石神井1-16-6) | ☎3929-0801 |