

- 来年度入園の幼稚園児を募集 …… 3面
- 「地震」と「台風・大雨」
～違いを知って備えよう …… 6・7面
- 9月は障害者雇用支援月間 …… 12面



区立施設・区の大規模接種会場

今後のスケジュールを紹介します

国からのワクチン供給の見通しが立ったため、8月24日から区立施設と区の大規模接種会場の予約を再開しています。予約が混み合うことが予想されますが焦らず予約してください。



予約開始日時	接種日	
	区立施設 (毎日)	区の大規模接種会場 (金・土・日曜)
9/21(火)18:00から	9/27(月)～10/10(日)	受け付けなし(※)
10/5(火)18:00から	10/11(月)～24(日)	10/22(金)～24(日)
10/19(火)18:00から	10/25(月)～11/7(日)	10/29(金)～31(日) 11/5(金)～7(日)

※10/21(木)までは2回目接種の会場として使用するため、予約できません。

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・接種体制を
2面で紹介

予約・接種体制

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)

引き続き、数を制限しながら
予約を受け付け

約350カ所の
診療所など

電話予約

接種日

平日

順次、予約を受け付け
(次回、9/21(火)18:00から)

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

ネット・電話予約

接種日

毎日

病院

順天堂練馬病院、練馬光が丘病院、練馬総合病院、
大泉生協病院、浩生会スズキ病院、島村記念病院

ネット・電話予約

接種日

平日

区の大規模接種会場

東京海上日動石神井スポーツセンター
(石神井台1-31-29)

ネット予約

接種日

金・土・日曜

※診療所・病院の一部は土・日曜も実施します。

※予約後に別の会場で接種した場合や都合が悪くなった場合は、予約手続きを行った方法(電話またはインターネット)でキャンセルしてください。

電話予約

各診療所へ

ネット予約

予約専用ホームページ



電話予約

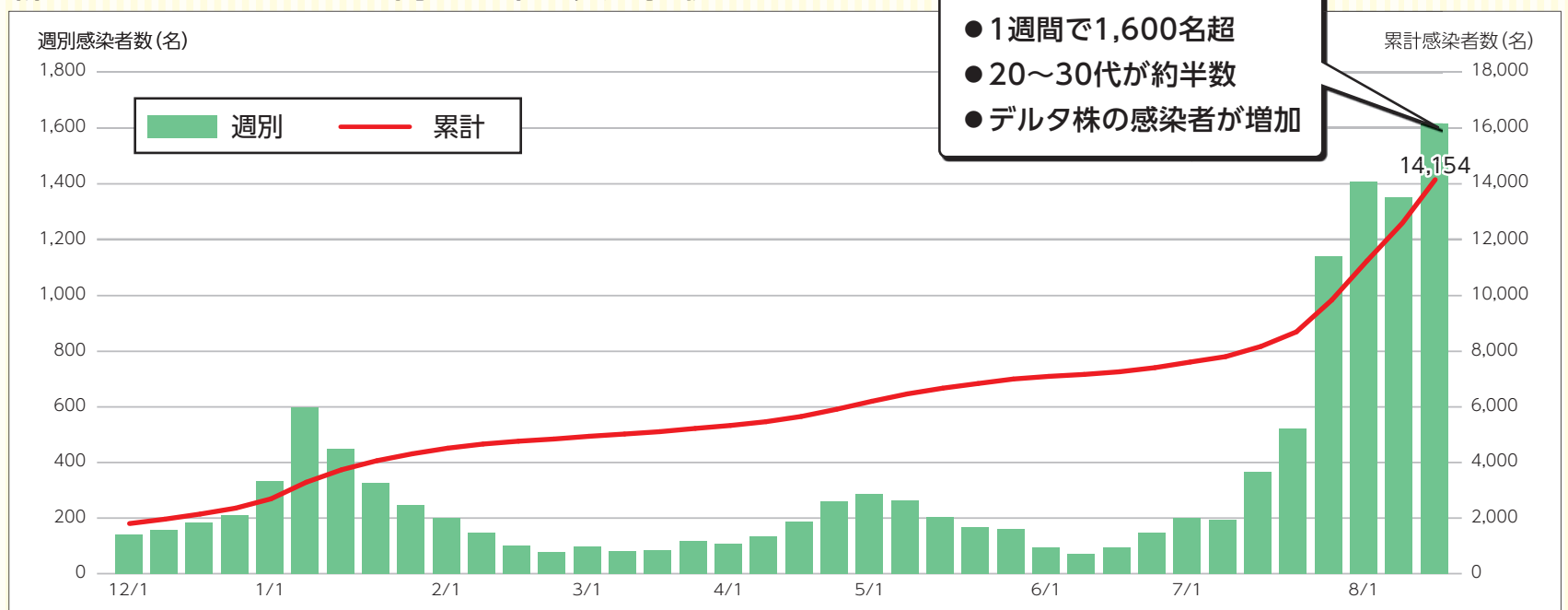
☎4565-0123

<https://i-karada.jp/covid-19.nerima/yoyaku.html>

9/12(日)まで緊急事態宣言が延長されました

デルタ株に置き換わりが進み、区内でも、20～30代を中心に急速に感染が拡大しています。区民の皆さまには、ご不便をおかけしますが、日中も含めた不要不急の外出は控えていただくようお願いいたします。特に、混雑した場所などへの外出は避け、外出する場合は、極力、家族や普段行動をとともにしている方と少人数で行動してください。▶問合せ：予防係☎5984-1017

新型コロナウイルス 区内の感染者数の推移(8月25日時点)



- 1週間で1,600名超
- 20～30代が約半数
- デルタ株の感染者が増加

16～39歳対象・予約不要

東京都若者ワクチン 接種センターを開設

感染が急拡大している若者の接種を進めるため、東京都がワクチン接種会場を開設しました。▶対象:都内在住・在勤(在学)の16～39歳の方▶接種期間:10月8日(金)までの毎日正午～午後8時(毎月曜、9月12日(日)、10月3日(日)を除く)▶場所:渋谷区立勤労福祉会館2階(渋谷区神南1-19-8)▶定員:1日200名程度▶持ち物:接種券、身分証明書▶問合せ:東京都ワクチン接種会場コールセンター☎0570-034-899(午前9時～午後6時)

当日の受付時間など詳しくは、東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。





来年度入園の幼稚園児を募集

区立幼稚園 9/21(火)・22(水)に各幼稚園で受け付け

区立幼稚園では、来年4月に入園するお子さんを募集します。詳しくは、入園案内をご覧ください。▶**対象**:区内在住の4歳児(平成29年4月2日～30年4月1日生まれ)▶**申込**:区立幼稚園や区民事務所(練馬・石神井を除く)、石神井庁舎1階案内、学務課(区役所本庁舎12階)にある入園案内をご覧くださいの上、申込書に必要書類を添えて、9月21日(火)・22日(水)午後1時30分～3時に直接、入園を希望する幼稚園へ▶**入園決定**:11月上旬に「入園決定のお知らせ」を郵送します ※申し込みは1園に限ります。 ※入園前に面接と健康診断を行います。▶**問合せ**:学務課幼稚園係 ☎5984-1347

幼稚園名(所在地)	電話番号	募集人員(抽選)
光が丘さくら(光が丘2-4-8)	3976-2562	84名
光が丘むらさき(光が丘3-3-5)	3976-7221	84名
北大泉(大泉町2-46-6)	3925-6092	78名

私立幼稚園 10/15(金)から入園案内・願書を配布

区内の私立幼稚園では、10月15日(金)から来年度の入園案内書・願書などを配布します。願書は11月1日(月)から受け付けます。詳しくは、入園を希望する幼稚園にお問い合わせください。 ※私立幼稚園の所在地・電話番号は、わたしの便利帳「テレホンガイド」や区ホームページをご覧ください。▶**問合せ**:各私立幼稚園



認可保育園や練馬こども園などの園児の募集は、区報10月1日号でお知らせする予定です。

日本人の2人に1人はがんになる時代です がん検診を受けましょう

早い段階でがんを発見できた方が5年後に生きていられる確率は、90%以上とされています。9月のがん征圧月間を機に、改めて自分や周囲の方の健康について考えてみませんか。

区のがん検診を紹介

新型コロナウイルス感染症防止対策を実施して、がん検診を行っています。申し込み方法など詳しくは、お送りした案内や区ホームページをご覧ください。▶**問合せ**:成人保健係 ☎5984-4669

種類	対象 (来年3月31日(休)現在)	検査方法	費用
胃がん検診 (エックス線検査)	40歳以上で令和2年度に区の内視鏡検査を未受診の方	胃部エックス線検査	1,000円
胃がん検診 (胃内視鏡検査)	50歳以上の偶数年齢の方(※)	経口または経鼻胃内視鏡検査	2,000円
肺がん検診	40歳以上の方	胸部エックス線検査、喀痰細胞診検査(条件に合う方のみ)	300円(喀痰細胞診検査も受診すると+300円)
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血反応検査	100円
前立腺がん検診 (男性のみ)	60・65歳の方	血液検査(PSA検査)	300円
子宮がん検診 (女性のみ)	20歳以上で2年度未受診の方	経口頸部細胞診検査、体部細胞診検査(条件に合う方のみ)	700円(体部細胞診検査も受診すると+300円)
乳がん検診 (女性のみ)	40歳以上で2年度未受診の方	マンモグラフィ(乳房エックス線検査)	900円

※エックス線検査か胃内視鏡検査のどちらかを選択できます。

がんの相談窓口「がん相談支援センター」

全国のがん診療連携拠点病院などに設置された、がんの相談窓口です。看護師などが相談に応じます。通院の有無に関係なく、患者や家族、知人など誰でも無料で利用することができます。▶**相談窓口**:順天堂練馬病院 ☎5923-3247(平日午前9時～午後3時)

ご存じですか?緩和ケア

がんと診断されたときから行う、心と体の痛みを和らげるケアのことです。病気の状態や年齢などに関係なく「がん相談支援センター」で受けられます。患者だけでなく、家族の心のケアなども行います。

下記の写真展&パネル展では、がん相談支援センターや緩和ケアについても紹介します。

がん征圧月間の催し 写真展&パネル展 ～がんを知る。がんと生きる

順天堂練馬病院の緩和ケア交流会で展示された写真や、がんの情報などを紹介します。▶**日時**:9月10日(金)までの午前8時45分～午後8時(10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



お知らせ

若者自立支援事業(ねりま若者サポートステーション・居場所)①利用説明会②家族懇談会

▶**対象:**15~49歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族・支援者 ▶**日時:**9月11日(土)①午後2時~3時②午後3時10分~4時30分 ※①は本人の参加も可。▶**場所:**春日町青少年館▶**定員:**30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(木・日曜を除く)

ユニバーサルデザイン講座

▶**申込:**電話またはファクスで①講座名(A~Cの別も。複数申し込み可)②住所③氏名(事業者の場合は事業者名も)④電話番号⑤電子メールアドレス(ある方のみ)を、A9月17日(金)B9月22日(金)C9月27日(金)のいずれかの日までにみどりのまちづくりセンター ☎3993-5451 FAX 3993-8070 ※同ホームページ(<https://nerimachi.jp/>)からも申し込みます。 ※手話通訳・点字資料などを希望する方は、開催日の14日前までにお知らせください。

内容	日時・場所など
①だれもが社会参加できるまちを実現するために必要な環境整備を考える	▶ 日時: 10/3(日)13:30~17:00▶ 場所: 東大泉中央地域集会所▶ 講師: 東洋大学人間科学総合研究所客員研究員/川内美彦▶ 定員: 15名(抽選)
②バリアフリーのための基本的な設計の考え方を学ぶ	▶ 日時: 11/4(木)18:30~20:30▶ 場所: 区役所本庁舎20階▶ 講師: (一社)日本リハビリテーション工学協会理事/植田瑞昌ほか▶ 定員: 30名(先着順)
③建築設計標準から最新のバリアフリー整備の動向を学ぶ	▶ 日時: 来年2/4(金)14:00~16:00▶ 場所: ココネリ3階▶ 講師: 東洋大学名誉教授/高橋儀平▶ 定員: 30名(先着順)

コミュニティ助成事業で備品を整備

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業(*)による宝くじの助成金を受け、栄町町会が町会会館で使用する備品を整備しました。

※コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。▶**問合せ:**地域コミュニティ支援係 ☎5984-1039

事業者向け

ねりま区報の有料広告を募集

申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**掲載募集号:**12月1日号~来年2月21日号(毎月1日・11日・21日発行) ※1月1日号は広告の募集はありません。▶**掲載位置:**①②中面記事下③中面欄外 ※12月1日号、1月11日号・21日号、2月1日号は③のみ募集。▶**広告サイズ(縦mm×横mm)・料金:**①60×120...8万円②60×243...16万円③10×235...1万円▶**刷色:**①②4色カラー③2色(黒・青)▶**発行部数:**約21万部▶**配布先:**新聞折り込み、区内・周辺の各駅、区内金融機関・郵便局、区立施設など▶**申込期限:**10月1日(金)▶**問合せ:**広報係 ☎5984-2690

取引や証明用はかりの定期検査

商店での取引や学校、病院などでの証明に使用する全てのはかりは、2年に1度定期検査を受ける必要があります。検査員が直接商店などへ伺い、検査を行います。詳しくは、東京都計量検定所から対象者に送付するハガキをご覧ください。ハガキが届かない場合や、はかりを新たに使用しようになった方、使用しなくなった方のご連絡ください。▶**検査日:**12月3日(金)まで(土・日曜、祝日を除く)▶**問合せ:**東京都計量検定所検査課 ☎5617-6638

オンライン開催 専門家による経営無料相談会

区内の中小企業・団体・個人事業主や創業を考えている方を対象に、中小企業診断士や社会保険労務士、税理士などの専門家がオンラインで経営相談を受け付けます。 ※電話相談も可。▶**日時:**9月25日(土)午前10時~午後5時の間の50分間▶**申込:**電話で練馬ビジネスサポートセンター ☎6757-2020 ※同ホームページ(<https://www.nerima-idc.or.jp/bsc/>)からも申し込みます。

住まい・まちづくり

防災街区整備方針の変更原案がご覧になれます

東京都が定める「防災街区整備方針」の変更原案がご覧になれます。また、公聴会を開催します。公述(意見を述べる)を希望する方は申し出てください。▶**縦覧期間:**9月15日(水)まで▶**縦覧場所:**都市計画課(区役所本庁舎16階)、東京都都市計画課(都庁第二本庁舎12階) <公聴会>▶**日時:**①10月19日(火)②20日(水)午後7時から▶**場所:**都庁議会棟都民ホール(新宿区西新宿2-8-1)▶**公述の申し出方法:**縦覧場所や東京都ホームページにある申出書を、9月15日(必着)までに持参または郵送で東京都都市計画課へ ※公述人がいない場合は、公聴会は行いません。傍聴(先着順)を希望する方は、事前に開催の有無を東京都都市計画課へ確認してください。◎**問合せ:**東京都都市計画課 ☎5388-3336、区役所内都市計画課 ☎5984-1534

働く

自衛官など

種目	対象	募集期間
大防衛校 一般	高卒または高専3年次修了(見込み含む)以上21歳未満の方	10/27(水)まで
大防衛校 医学科	同上	10/13(水)まで
大防衛校 看護学科	同上	10/6(水)まで
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の方	随時

<自衛官採用説明会>

▶**日時:**9月3日(金)~5日(日)・24日(金)~26日(日)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

介護スタッフ研修の受講生を募集

介護の仕事の基礎を学ぶ研修です。修了者は、区内で要支援相当の方を対象とした訪問サービス(家事

援助のみ)に従事できる資格を取得できます。▶**対象:**11月1日(月)・4日(木)・8日(月)・11日(木)・15日(月)・16日(火)に1日4~5時間程度、光が丘区民センター5階で開催する研修の全日程に参加できる方 ※16日の研修終了後、区内の介護サービス事業者が集まる就職相談会を行います。▶**定員:**50名(区内在住・在勤の方を優先の上、抽選)▶**申込:**10月15日(金)までに電話で申込先へ ※結果は10月22日(金)に発送。 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

<希望者を対象に事前説明会を開催>

▶**日時:**10月1日(金)午前10時~11時30分▶**場所:**ココネリ3階▶**定員:**50名(区内在住・在勤の方を優先の上、抽選)▶**申込:**9月24日(金)までに電話で申込先へ ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。◎**申込先:**練馬福祉人材育成・研修センター ☎6758-0145

福祉・障害のある方

初心者向け障害者パソコン教室

▶**日時:**10月10日(日) 1 午前9時30分~正午 2 午後1時30分~4時▶**場所:**中村橋福祉ケアセンター▶**定員:**12名各4名(抽選)▶**費用:**1,000円▶**申込:**電話またはファクスで①教室名(12とA~Eの別も)②住所③氏名(ふりがな)④障害名と手帳の種類⑤電話番号またはファクス番号(ある方のみ)を、9月16日(木)までに同所 ☎3926-7211 FAX 3970-5676 ※手話通訳が必要な方は、その旨もお知らせください。 ※介助が必要な方は、介助者を同伴してください。

コース	対象
A パソコン入門	次のいずれかをお持ちの方 ・愛の手帳 ・身体障害者手帳 ・精神障害者保健福祉手帳
B ワード(文書作成など)	
C エクセル(表計算・グラフなど)	
D タブレット(携帯端末)相談・体験	
E 視覚障害(読み上げソフト)	

※Aは以前受講した方、B/Cはパソコンの基本操作・文字入力ができない方は受講できません。


4月末までにマイナンバーカードを申請した方へ マイナポイントの取得期間が12月末まで延長されました

12月末までにキャッシュレス決済で買い物やチャージをすると、利用金額の25%分(最大5,000円分)のマイナポイントを取得できます。取得したマイナポイントは買い物などに利用できます。▶**問合せ:**個人番号カード事務センター ☎5984-4595(平日午前9時~午後5時)

●ポイント取得の流れ


1 マイナンバーカードの受け取り

お送りした交付通知をご覧ください、事前に予約の上、指定の区民事務所などで受け取ってください。




2 マイナポイントの予約

スマートフォンやパソコンで予約ができます。対応のスマートフォンなどをお持ちでない方は、マイナンバーカード交付コーナー(区役所西庁舎1階)でお手伝いします。




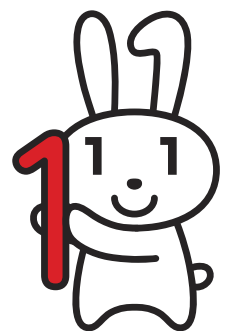
3 キャッシュレス決済サービスの選択

マイナポイントを受け取る電子マネーやクレジットカードなどのキャッシュレス決済サービスを選択してください。



4 マイナポイントの取得

選択したキャッシュレス決済サービスで買い物やチャージをすると、マイナポイントがもらえます。

国民健康保険

新しい国民健康保険証を発送

現在の保険証の有効期限は9月30日(木)です。8月7日を基準日として作成した新しい保険証を、世帯主宛てに簡易書留で発送します(事前に普通郵便での送付を希望した世帯には、普通郵便で発送します)。▶問合せ:こくほ資格係 ☎5984-4554

お休みします

〈買井図書館 ☎3577-1831〉…9月6日(月)～10日(金)【館内整理のため】

健康・衛生 ①

9月は自殺対策強化月間です ～悩んでいる方に気が付いたらご相談を

ちょっとした一言で救われる命があります。悩んでいる方、悩みに気

が付いた方は、下記の窓口へご相談ください。▶問合せ:精神保健係 ☎5984-4764

相談窓口	時間
東京都自殺相談ダイヤル～ こころといのちのほっとラ イン ☎0570-087478	毎日12:00 ～翌5:30
豊玉 ☎3992-1188 北 ☎3931-1347 光が丘 ☎5997-7722 石神井 ☎3996-0634 大泉 ☎3921-0217 関 ☎3929-5381	平日8:30 ～17:00 ※祝休日と 年未年始 を除く。

介護相談・交流カフェ

介護に役立つお話のほか、介護経

験のある支援者による相談会を行います。▶講師:介護情報誌「Better Care」編集長/野田真智子▶定員:各10名(先着順)▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597

日時	場所	申込
9/6(月) 13:30～ 15:30	南大泉地域集 会所	当日会場へ
9/15(水) 13:00～ 15:00	街かどケアカ フェさくら(桜 台地域集会所 内)	電話で桜台 地域包括支 援センター ☎5946- 2311

第三回区議会定例会 9/10(金)～10/15(金)

9月10日(金) 議会運営委員会、 本会議(区長所信 表明、議案上程)、 決算特別委員会	10月6日(水) 議会運営委員会、 決算特別委員会
9月13日(月)～15日(水) 本会議(一般質問)	10月7日(木) 本会議(追加上程)、 予算特別委員会
9月16日(木) 常任委員会	10月11日(月) 予算特別委員会
9月17日(金) 特別委員会	10月12日(火) 常任委員会、 特別委員会
9月21日(火) 常任委員会	10月13日(水) 決算特別委員会
9月22日(水)～10月5日(火) 決算特別委員会	10月15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

固定資産税・都市計画税 第2期分の納期限は9/30

スマートフォンの決済アプリを使って納付書のバーコードを読み取ると納付できます。新型コロナウイルスの影響で納付が困難なときは、猶予できる場合があります。詳しくは、東京都主税局ホームページ(https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/)をご覧ください。▶問合せ:練馬都税事務所 ☎3993-2261

来年10月 練馬文化センターの利用を 中旬から 休止します

改修工事のため、来年10月中旬～令和6年春ごろまで、大・小ホールや集会室などの利用を休止します。▶問合せ:文化施設整備担当係 ☎5984-4723

フィットネスクラブでメタボ予防

～子育て・仕事で忙しい方のための個人指導型フィットネスプログラム

▶対象:次のA～Eの全てに当てはまる方 A区内在住の30～64歳(9月1日現在) B医師から運動・入浴を止められていない C令和元年度、この事業を利用していない D下表のクラブの会員ではない(休会者も含む) E体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出した数値(BMI)が18.5以上 ※妊娠中の方は申し込みできません。▶参加費:1万1000円▶申込:ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①フィットネスプログラム②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤生年月日・年齢⑥性別⑦電話番号⑧BMIの数値⑨希望店舗名を、9月15日(消印有効)までに〒176-8501区役所内健康づくり係 ☎5984-4624 ※申し込みは、1人1通で1店舗のみです。 ※結果は10月上旬に通知します。 ※詳しくは、区ホームページをご覧ください。



プログラム内容

- 体成分測定を行い、個人に合った健康づくり計画を作成します。
- 3回の個人指導を含めた12回、プールやジムなどの施設と、エアロビクスなどのプログラムを3カ月間利用できます。

プログラム実施店舗

営業時間・施設内容などは、各店舗のホームページをご覧ください。

スポーツクラブレナサンス
(https://www.s-renaissance.co.jp/)

スポーツクラブティップネス
(https://tip.tipness.co.jp/)

店舗名	定員 (抽選)	店舗名	定員 (抽選)
光が丘(高松5-8)	40	大泉学園(東大泉1-27-14)	40
石神井公園(石神井町2-14-14)	45	東武練馬(北町2-22-17)	30
富士見台(買井3-12-33)	30	練馬(練馬1-5-16)	70
東伏見(西東京市東伏見3-4-1)	45	氷川台(桜台3-34-2)	40

9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。事前に各機関へ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。
内科・小児科 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。
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	日曜・祝休日の10:00～11:30、 13:00～16:30 ※当日、電話で要予約。
歯科 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

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
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
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●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)
- 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

●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

5日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	ゆう整骨院(旭町1-15-30)	☎6904-1602
	関口接骨院(東大泉7-29-22)	☎3921-4970
12日(日)	にだいら整骨院(桜台1-5-4)	☎3993-7866
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
19日(日)	坂口接骨院(氷川台4-49-11)	☎3937-0660
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
20日(祝)	羽沢接骨院(羽沢1-20-8)	☎3993-0890
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556
23日(祝)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	たがら接骨院(柄柄2-27-16)	☎3939-3659
	たかつか接骨院(大泉学園町4-18-41)	☎3978-1127
26日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	市毛接骨院(関町南2-2-6)	☎3928-0346

9月は
防災月間

「地震」と「台風・大雨」~違いを知って備えよう

いつ起きてもおかしくない「地震」と「台風・大雨」。同じ災害でも、必要な備えや避難行動が異なります。違いを知って、いざという時に備えましょう。▶問合せ:地震について…区民防災第一係☎5984-2601、台風・大雨について…危機管理課庶務係☎5984-2762

地震対策



今からできる備え

■家具類の転倒・落下などの危険性を減らす

平成28年に起きた熊本地震では、けがの原因の3~4割が家具類の転倒・落下などによるものでした。家具類の転倒防止対策などを行い、地震に伴う事故の危険性を減らしましょう。

すぐできる!簡単な対策を紹介

つっぱり棒の設置



家具の両端の奥に設置すると転倒防止効果が高まります

ガラス飛散防止フィルムの貼付



ガラスが割れたときに、破片の飛散を防ぎます

■防火防災診断で危険箇所を確認する

消防署と区はご自宅に訪問し、地震に伴う事故、火災の原因となる箇所、家の中で発生する事故の危険性を診断しています。危険性が認められた場合は、家具転倒防止器具をお渡しします。▶対象:次の①~③のいずれかに当てはまる世帯 ①65歳以上の方がいる②介護保険の要介護・要支援の方がいる③障害のある方などがいる ※すでに利用した世帯は申し込みできません。

▶申込:電話で区民防災第二係☎5984-1654



壁面固定器具

家具転倒防止板

家具転倒防止器具

共通対策

■水や食料などを備える

水や食料は、最低3日分、できれば1週間分備えましょう。普段使っているものを少し多めに購入し、使った分を補充する「ローリングストック」がおすすめです。



飲料水

食料品

マスク

■ねりま情報メールに登録する

パソコンやスマートフォンなどに、最新の気象情報や避難情報などが配信されます。いざというときに備え、登録しましょう。



▲登録はコチラ

■自宅が危険な場合のみ避難する

避難とは、「難」を「避」けることです。自宅が安全なときは、避難する必要はありません。



台風・大雨対策

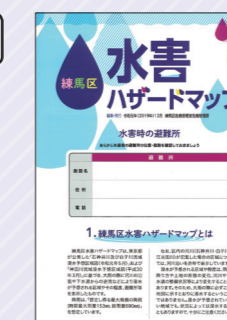
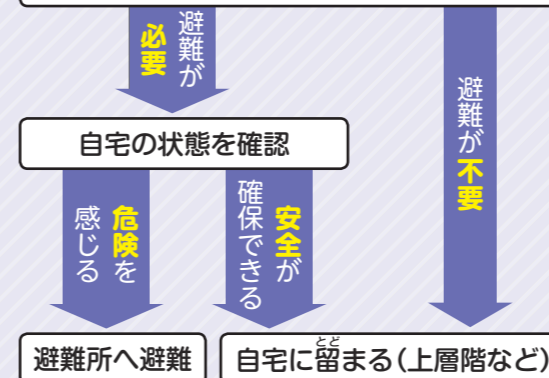


今からできる備え

■自宅の安全性を確認する

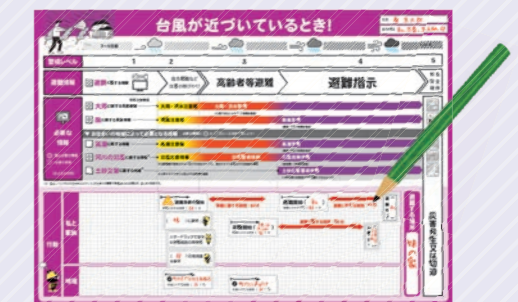
水害ハザードマップで、自宅の浸水リスクを確認することができます。台風・大雨時にどの程度、浸水する可能性があるのか確認しておきましょう。

水害ハザードマップで地域の安全性を確認



■マイ・タイムラインシートを作る

マイ・タイムラインは、台風・大雨時に「いつ・誰が・何をするのか」を整理した行動計画です。いざというときに慌てず安全に避難できるように、事前に作成しておきましょう。



水害ハザードマップ・防災の手引(マイ・タイムラインシート付き)

危機管理課(区役所本庁舎7階)や区民事務所(練馬を除く)などで配布しています。区ホームページでもご覧いただけます。



危険なときは地区区民館や地域集会所などに避難

河川の氾濫など地域ごとの災害の危険性に応じて、優先度(A→B→C)の順に避難所を開設します。避難の際は、事前に避難所の開設状況を水災害時専用コールセンターや区ホームページなどで確認しましょう。

水災害時専用コールセンター
☎5984-2569
※台風が最接近する前日に開設。

優先度	避難所	住所
A	桜台地区区民館	桜台3-39-17
	旭町地域集会所	旭町3-11-6
	土支田地域集会所	土支田2-40-21
	南田中敬老館	南田中5-15-25
	大泉第一小	大泉町3-16-23
B	関区民センター	関町北1-7-2
	関町北地区区民館	関町北4-12-21
C	39カ所	—
	28カ所	—

危険なときは区立小中学校に避難

震度5弱以上の地震が発生したとき、区立小中学校(98校)を避難拠点として開設します。あらかじめ、避難経路は複数決めておきましょう。



防災講座などを紹介

ねりま防災カレッジ

女性防災リーダー育成講座

「災害時の安心」をテーマに、発災直後や避難生活など各段階に合った対策を学びます。また、災害時の女性の下着問題に取り組む(株)ファンクションの方からお話を伺います。▶対象:女性▶日時:10月2日(土)・9日(土)・16日(土)【午前10時~正午【3日制】▶場所:防災学習センター▶定員:40名(先着順)▶申込:電話またはファクス、区ホームページ「電子申請」で①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、9月25日(土)までに同所☎5997-6471 FAX 5997-6472 ※保育室(未就学児対象。定員10名。保険料1人1回50円)を利用したい方は、お子さんの年齢・性別もお知らせください。

自助クラス(後期)

地震や水害への備えと発災時の対応を学びます。▶定員:各40名(先着順)▶申込:電話またはファクス、区ホームページ「電子申請」で①講座名(A~Cの別)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、9月24日(金)までに防災学習センター☎5997-6471 FAX 5997-6472

日時	場所
A 10/8(金)・15(金)・22(金)・29(金) 14:00~16:00【4日制】	防災学習センター
B 10/30(土)、11/6(土) 13:00~17:00【2日制】	
C 10/1(金)・8(金)・22(金)・29(金) 18:30~20:30【4日制】	ココネリ3階

中学生向けカリキュラム

災害時に求められる役割を自分たちで考え、学校を中心に地域を守る知識や技術を学びます。▶対象:中学生▶日時:10月9日(土)午後2時~5時▶場所:防災学習センター▶定員:40名(先着順)▶申込:電話または区ホームページ「電子申請」で、9月30日(木)までに同所☎5997-6471

軽可搬ポンプ取り扱い講習会

災害時の初期消火活動で使用される軽可搬ポンプ(D級)の取り扱いを学びます。今まで軽可搬ポンプを使ったことがない方でも、消火できるようになります。▶対象:区内在住・在勤(在学)の中学生以上▶日時:10月3日(日)・10日(日)【午前10時~正午【2日制】▶場所:光和小▶講師:石神井消防署員など▶定員:30名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講習会名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月24日(金)までに区民防災第二係☎5984-2605 FAX 3993-1194 kuminbousai02@city.nerima.tokyo.jp

軽可搬ポンプ操法大会に参加しよう!
講習会受講者は、10月24日(日)に開催する軽可搬ポンプ操法大会に参加することができます。講習を受けて、成果を披露しましょう。

練馬区 災害ボランティアを募集

震度5弱以上の地震発生時に、事前に登録した避難拠点(区立小中学校)に集まり、避難者の支援活動や自力での避難が難しい方の安否確認をしていただきます。▶対象:18歳以上の方 ※災害時に活動する団体などに所属している方を除く。▶申込:区民防災課(区役所本庁舎7階)や区ホームページにある申請書に記入の上、区民防災課区民防災第二係☎5984-2605



健康・衛生 ②

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:9月7日(火)・21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

チョコッと減塩と運動が 高血圧予防のカギ!

▶日時:①10月12日(火)②26日(火)午前10時~正午 ▶場所:北保健相談所 ▶内容:①講義②運動実技 ※①②とも希望者に血圧・体組成測定あり。 ▶講師:健康運動指導士/加藤有里ほか ▶定員:①30名②15名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3931-1347

高齢者

敬老祝品を贈呈します

永年にわたり社会に貢献された高齢者に感謝し、長寿を祝福するため、敬老祝品を贈呈しています。今年度、

100歳以上の方、白寿(99歳)、米寿(88歳)を迎える方の住民登録地に、9月中旬に簡易書留でお送りします。 ▶問合せ:いきがい係 ☎5984-4763

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、アドバイスをします。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中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ネサンス石神井公園 ☎5910-3975(午前11時~午後7時)

場所	日程
東大泉地区区民館	9/15(水)
早宮地区区民館	9/22(水)
上石神井南地域集会所	9/24(金)

※時間はいずれも9:30~12:00。

お口とカラダの元気を引き出すトレーニング ~ねりまお口すっきり体操講習会

▶対象:65歳以上の方 ▶日時:10月8日(金)午前10時~正午 ▶場所:関区

民センター ▶内容:講義、運動実技 ▶講師:健康運動指導士/原真奈美 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:電話で関保健相談所 ☎3929-5381

歌って踊って楽しい! 南米アンデス音楽&ペルー舞踊

音楽演奏と舞踊をお届けします。 ▶対象:区内在住の60歳以上の方 ▶日時:10月3日(日)午後2時~3時30分 ▶場所:はつらつセンター豊玉 ▶出演:ロスボラーチョスほか ▶定員:17名(抽選) ▶申込:9月15日(火)までに電話で同所 ☎5912-6401

子ども・教育

10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

場所(保健相談所)・申込先	日程	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188 FAX 3992-1187	19(火)	24組
北 ☎3931-1347 FAX 3931-0851	4(月)	20組
大泉 ☎3921-0217 FAX 3921-0106	19(火)	10組

※時間はいずれも13:00~17:00の間の1時間30分程度。

10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①②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、9月14日(必着)までに各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(抽選)
1 光が丘 (〒179-0072 光が丘2-9-6) ☎5997-7722	24(日) ①9:00~12:00 ②13:15~16:15	各30組
2 石神井 (〒177-0041 石神井町7-3-28) ☎3996-0634	16(土) ①9:00~12:00 ②13:15~16:15	各30組
3 関 (〒177-0052 関町東1-27-4) ☎3929-5381	2(土) 9:00~12:00	20組

※時間はいずれも1時間30分程度。

ユニバーサルデザイン体験教室

障害のある方との触れ合いを通して、ユニバーサルデザインについて学びます。 ▶対象:小学4~6年生と保護者 ▶日時:①10月3日(日)②24日(日)午後0時30分~3時30分 ▶場所:貫井地区区民館 ▶定員:各10組(初めての方を優先の上、抽選) ▶申込:電話またはファクス、電子メールで①催し名(①②の別も)②住所③お子さんの氏名(ふりがな)・学校名・学年④電話番号⑤手話通訳や要約筆記、点字資料の希望の有無を、9月21日(火)までにひと・まちづくり推進係 ☎5984-1296 FAX 5984-1214 Eメール tiikifukushi08@city.nerima.tokyo.jp

小学生の放課後の居場所説明会

~「小1の壁」への不安に児童館長がお答えします

来年度、小学1年生になるお子さんの保護者向けの説明会です。説明会では、児童館や地区区民館、ねりっこクラブ、学童クラブ、各小学校で実施している学校応援団ひろば事業など、放課後の居場所となる施設の概要や利用方法について、児童館長が説明します。併せて、「急激な環境変化にお子さんが対応できない」「戸締まりの練習が必要」など、いわゆる「小1の壁」への対応や心構えについても紹介します。 ▶申込:電話で各児童館へ

場所(児童館名)・申込先	日時	定員(先着順)	申込期間
栄町 ☎3994-3287	10/9(土)9:30から	30名	9/21(火)~25(土)
中村 ☎3998-4890	9/15(水)18:00から	各15名	9/4(土)まで
	9/25(土)14:00から		9/6(月)~11(土)
平和台 ☎3933-0297	10/3(日)10:30から	20名	9/13(月)~18(土)
北町 ☎3931-5481	9/25(土)10:30から	各25名	9/6(月)~11(土)
	10/9(土)10:30から		9/21(火)~25(土)
北町はるのひ ☎3933-5100	9/18(土)10:00から	40名	9/4(土)まで
光が丘 ☎3975-7137	9/25(土)	各18名	9/6(月)~11(土)
	①10:00②11:00から		
光が丘なかよし ☎5997-7720	9/25(土)10:00から	各50名	9/6(月)~11(土)
	10/9(土)10:00から		9/21(火)~25(土)
土支田 ☎3925-4784	10/9(土)	各15名	9/21(火)~25(土)
	①10:00②13:30から		
南田中 ☎3995-5534	10/9(土)10:00から	20名	9/21(火)~25(土)
	9/25(土)9:30から		9/6(月)~11(土)
三原台 ☎3924-8796	10/7(木)18:15から	各20名	9/21(火)~25(土)
	9/18(土)10:30から		9/4(土)まで
石神井 ☎3996-3800	9/30(木)18:00から	各30名	9/13(月)~18(土)
	10/2(土)10:30から		9/13(月)~18(土)
石神井台 ☎3995-8267	10/8(金)18:30から	各20名	9/21(火)~25(土)
	9/26(日)10:30から		9/6(月)~11(土)
上石神井 ☎3929-0999	9/14(火)18:00から	40名	9/4(土)まで
	9/25(土)18:00から		9/6(月)~11(土)
関町 ☎3920-1601	10/2(土)10:00から	各20名	9/13(月)~18(土)
	9/25(土)10:00から		9/13(月)~18(土)
東大泉 ☎3921-9128	10/2(土)	各15名	9/13(月)~18(土)
	①9:30②11:00から		
西大泉 ☎3924-9537	10/8(金)18:15から	20名	9/21(火)~25(土)
	9/18(土)10:00から		9/4(土)まで
北大泉 ☎3921-4856	10/2(土)10:00から	各15名	9/13(月)~18(土)
	10/2(土)10:00から		9/13(月)~18(土)

説明会の内容は動画でもご覧になれます



追加募集! 自動通話録音機を無料で貸し出します

自動通話録音機を設置すると、詐欺の犯人は録音されることを嫌うため、電話に出ずに犯人を撃退することができます。申し込み方法など詳しくは、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。 ▶問合せ:安全安心係 ☎5984-1027

※8月中に申請した方は、申し込みする必要はありません。

- 対象** 区内在住の65歳以上の方(来年3月31日(木)時点)がいる世帯
 - 貸出台数** 500台程度(先着順)
 - 申込期限** 10月31日(消印有効)
 - 貸出方法** 12月上旬から個別配送
- ※結果は、11月下旬に通知します。



来年2月開設 特別養護老人ホーム入所者を募集

(社福)気づき福祉会が設置・運営する特別養護老人ホーム練馬いやし園(早宮3-13-35)の入所者を募集します。

▶対象:次の①②のいずれかに当てはまる方 ①介護保険の要介護3~5と認定された方②要介護1・2と認定され、地域包括支援センターで特例基準に該当すると判断された方のうち、居宅で介護を受けることが困難な方 ▶定員:ユニット型(55名)、短期入所(ショートステイ。11名) ▶区の担当:地域包括支援係 ▶申込:地域包括支援センターや練馬いやし園開設準備室(中野区上鷲宮2-21-36 プレザングラン中野鷲宮内)で配布する申込用紙に記入の上、10月1日(消印有効)までに郵送で開設準備室 ☎5912-0245 ※区内の特別養護老人ホームに関することは、担当地域の地域包括支援センターへ。

10月の育児栄養歯科相談

▶対象:0歳児と保護者▶内容:育児・食事・歯科相談▶持ち物:母子健康手帳▶申込:開催日の1カ月前から電話で各保健相談所へ ※おとなの歯磨き相談も実施しています。希望する方は、併せて申し込んでください。

場所(保健相談所)・申込先	日時
豊玉 ☎3992-1188	27(水)9:00~10:00
北 ☎3931-1347	8(金)9:00~10:00
光が丘 ☎5997-7722	6(水)9:00~10:30
石神井 ☎3996-0634	29(金)9:00~10:30
大泉 ☎3921-0217	18(月)9:00~10:00
関 ☎3929-5381	18(月)13:00~15:00

子育て講習会「子どもを伸ばすほめ方、しかり方～中級編」

▶対象:小学生～中学1年生の保護者▶日時:9月25日(土)、10月9日(土)・23日(土)、11月6日(土)午前10時～正午【4日制】▶場所:学校教育支援センター▶講師:臨床心理士/マーシャル理恵子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話

または電子メールで①講習会名②氏名③お子さんの学年④電話番号⑤参加人数を、同所 ☎6385-9911 [Eメール](mailto:oubo@city.nerima.tokyo.jp) oubo@city.nerima.tokyo.jp

助産師さんの「マタニティヨガとおしゃべりひろば」

▶対象:妊娠16週目以降の方と家族▶日時:9月25日(土)午後5時～6時 ※午後4時30分から子育てひろばの見学会あり(希望者のみ)。▶場所:貫井ぴよぴよ▶定員:10組(先着順)▶持ち物:母子健康手帳▶申込:電話で貫井子ども家庭支援センター ☎3577-9820

講座・催し①

秋の着付け教室

▶対象:20歳以上の女性▶日時:9月15日(水)・22日(水)・29日(水)①午前9時30分～10時45分②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

ふるさと文化講座「近世生活文化の日蘭交流～出土資料からみる」

▶日時:9月23日(祝)午後2時～3時30分▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶定員:45名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3996-4060

講座「薔薇の歴史」& 四季の香ローズガーデン散策

▶対象:中学生以上▶日時:9月25日(土)午前10時～11時45分▶場所:光が丘図書館など▶定員:30名(抽選)▶申込:往復ハガキまたは電子メールで①催し名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加者全員(3名まで)の氏名を、9月12日(日)までに〒179-0072光が丘4-1-5 光が丘図書館 ☎5383-6500 [Eメール](mailto:hiklib@city.nerima.tokyo.jp) hiklib@city.nerima.tokyo.jp

文化交流カフェ～日本人の方と外国人の方の交流&各国のお月見文化を紹介

▶日時:9月25日(土)午後2時～4時▶

場所:文化交流ひろば▶定員:日本人の方…15名、外国人の方…15名(いずれも先着順)▶費用:100円▶申込:電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号④国籍を、事業推進係 ☎5984-1523 [Eメール](mailto:chiiki17@city.nerima.tokyo.jp) chiiki17@city.nerima.tokyo.jp

女性のためのプチ起業講座「“やってみたい”をカタチにする～得意なこと、好きなことで起業」

▶対象:女性▶日時:10月1日(金)・15日(金)・29日(金)午前10時～正午【3日制】▶場所:男女共同参画センターエー▶講師:中小企業診断士/古屋由美子▶定員:20名(先着順)▶資料代:500円▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名(ふりがな)③電話番号を、同所 ☎3996-9007 [FAX](mailto:oubo@nerima-yell.com) 3996-9010 [Eメール](mailto:oubo@nerima-yell.com) oubo@nerima-yell.com ※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、9月17日(金)までにお知らせください。

ノーマライゼーション水泳フェスティバル

障害のある方もない方も楽しめるゲームや競技、トップアスリートによる演技発表などを行います。▶日時:10月24日(日)午前10時～午後3時▶場所:大泉学園町体育館▶定員:200名(先着順)▶保険料など:500円▶区の担当:スポーツ振興課振興係▶申込:体育館にある申込用紙に記入の上、9月18日(必着)までにSSC大泉 ☎3921-1300 [FAX](mailto:) 3921-1691

時間	内容
10:05～10:10	リズムで踊ろう
10:10～10:30	ゲームで遊ぼう(どっちが早い?宝さがし)
10:30～11:45	記録にチャレンジ(補助ありレース、自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)
13:30～14:30	アーティスティックスイミング発表会&体験会、トップアスリートに学ぼう(ワンポイント指導と模範演技)
14:40～15:00	トットネスによる水中パフォーマンスショー

第53回 練馬区民美術展作品募集

12月18日(土)～26日(日)に開催する美術展に出展する作品を募集します。▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶部門:①洋画I(油彩画)②洋画II(油彩画以外)③日本画(水墨画を含む)④彫刻・工芸▶作品の規格:平面作品は33.3cm×24.2cm(F4号)～116.7cm×91.0cm(F50号)、立体作品は幅75cm×奥行75cm×高さ150cm以内(台座を含む) ※1人1点。搬入は12月15日(水)、搬出は26日(日)。▶申込:往復ハガキで①住所(区外在住の方は勤務先・学校名も)②氏名(ふりがな)③年齢(学生は学年も)④電話番号⑤電子メールアドレス(ある方のみ)⑥出品部門(A～Dの別)⑦素材・ジャンル⑧題名(ふりがな。申し込み後の変更不可)⑨作品の大きさを、9月30日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館 ☎3577-1821 ※搬入方法など詳しくは、11月上旬にお知らせします。



10/9(土) ねりまフォーラム2021男女共同参画の集い 映画上映会「82年生まれ、キム・ジョン」

結婚・出産を機に仕事を辞め、育児と家事に追われる主人公。一見、幸せに見える女性を通して、「見えない犠牲」を描いた作品です。 ※日本語字幕付き。▶日時:10月9日(土)午後2時～4時20分▶場所:生涯学習センター▶定員:130名(抽選)▶申込:電



©2020 LOTTE ENTERTAINMENT All Rights Reserved.

話またはファクス、区ホームページ「電子申請」で①上映会名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加者全員(4名まで)の氏名を、9月27日(必着)までに人権・男女共同参画課 ☎5984-4518 [FAX](mailto:) 3993-6512 ※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、車いす席を利用したい方はその旨もお知らせください。 ※結果は10月5日(火)までに通知します。

10/23(土) アフタヌーン・ミニコンサート in石神井公園 入場無料

9月11日(土)から石神井公園ふるさと文化館で開催する「思い出のとしまえん」の連携企画です。▶日時:10月23日(土)午後2時～2時30分▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶曲目:カルーセルエルドラド、ハチャトゥリアン/剣の舞など▶出演:プティフル▶定員:30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。座席が不要なお子さんを除く)を、9月21日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 練馬文化センター ☎3993-3311 ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/nerima.html>)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。



西村菜美 (フルート)



Mami (クラリネット)



門田裕美 (ピアノ)



米重美文子 (パーカッション)

講座・催し②

オンライン男女共同参画基礎講座「選択的夫婦別姓」ってなあに？」

▶日時:9月29日(水)午後7時~8時30分▶講師:弁護士/川尻恵理子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名(ふりがな)③電話番号④電子メールアドレスを、男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 [Eメール oubo@nerima-yell.com](mailto:oubo@nerima-yell.com)

絵手紙教室~いろいろなハガキに絵手紙をかこう

▶日時:10月5日(火)午後1時~3時▶場所:サンライフ練馬▶講師:日本絵手紙協会公認講師/田代修子▶定員:30名(抽選)▶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、9月18日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬 ☎3990-0185

区民歩行会「東久留米・湧水と清流の里を歩く」

▶対象:小学生以上 ※小中学生は

保護者同伴。▶日時・場所:9月25日(土)午前8時30分西武池袋線東久留米駅集合~竹林公園~南沢湧水群~正午集合場所解散(約7km)▶定員:40名(抽選)▶費用:500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、9月8日(必着)までにスポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

就労支援講座「就労支援の事例から学ぶ」

▶日時:9月17日(金)午後6時~8時▶場所:勤労福祉会館▶講師:2級キャリア・コンサルティング技能士/萩原一郎▶定員:15名(先着順)▶申込:9月14日(火)までに電話で同所 ☎3923-5511

スポーツ

初心者スポーツ教室

▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

●ファミリースポーツ(ニュースポーツ、ゲーム、トランポリンなど)

▶対象:家族▶日時:10月2日~11月6日の毎土曜午後6時~8時【6日制】▶場所:上石神井体育館▶保険料:1人114円▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ

●少年少女体操(跳び箱、マット運動、トランポリン、鉄棒など)

▶対象・日時:10月2日~11月6日の毎土曜(午)午後1時45分~3時10分(小学1・2年生)⑨午後3時20分~4時45分(小学3~6年生)【6日制】▶場所:上石神井体育館▶定員:各30名(抽選)▶保険料:234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(㉒㉓の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢・学年⑤性別⑥電話番号を、9月13日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係へ

●ワンポイント水泳指導(9月分)

▶対象:個人利用の方▶プール入場料:1時間につき小中学生100円・一般200円▶申込:プール内で申し込み

場所・問合せ	日時
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	月・火曜 9:00~11:00
平和台体育館 ☎5920-3411	火曜 9:00~11:00
上石神井体育館 ☎5991-6601	金曜 9:00~11:00
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 11:00~13:00
三原台温水プール ☎3924-8861	火曜 11:00~13:00

※祝日、休館日は実施しません。
※講習会などで実施しない場合があります。

区民体育大会

▶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。

●卓球(中学生の部)

▶日時:㉒10月2日(土)㉓3日(日)午前9時から▶場所:開進第一中▶内容:㉒個人戦(シングルス)㉓団体戦(学校対抗4単1複)▶保険料:1人1日19円▶申込:実施要項をご覧の上、9月15日(必着)までに田柄中・竹野へ

●柔道

▶日時:10月3日(日)午前9時から▶場所:総合体育館▶保険料など:500円▶申込:実施要項をご覧の上、9月13日(必着)までに練馬区柔道会事務局へ

ねりまの魅力と豊かな自然を再発見!



練馬産のキウイ狩り&ホテルのランチツアー

キウイを収穫し、ホテルカデンツァ東京の料理長による「練馬産の食材を使ったオリジナルランチコース料理」を味わいます。▶日時・場所:㉒11月4日(木)㉓6日(土)午前10時都営大江戸線光が丘駅集合~おざわ農園~午後1時30分ホテルカデンツァ東京解散▶定員:各15名(抽選)▶参加費:4,500円 ※摘み取り代実費。▶申込:往復ハガキで①催し名(㉒㉓の別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、9月22日(必着)までに〒177-0041石神井町3-23-8 石神井観光案内所 ☎5923-9220 ※同ホームページ(<https://www.nerimakanko.jp/>)からも申し込みます。



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

◆頭も身体(からだ)もスッキリ!秋のシニア教室

▶対象:60歳以上の方▶場所:平和台体育館▶費用:1回500円▶申込:電話またはファクスで①教室名(㉒㉓の別も)②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号⑦希望日(複数申し込み可)を、開催日の前日までにSSC平和台 ☎FAX 5921-7800

■水中健康体操▶日時:9~11月の毎金曜午前9時30分~11時▶定員:各15名(先着順)

■スポーツウエルネス吹矢▶日時:9~11月の第2・4土曜午前10時~正午▶定員:各20名(先着順)

◆高齢者水泳体験会▶対象:60歳以上の方▶日時:9月14日(火)・21日(火)午後1時~3時▶場所:三原台温水プール▶申込:電話でネリマシルバースイミングクラブ・宮原 ☎090-5444-4637

◆行政書士による「暮らしと事業の無料相談会」▶日時:9月17日(金)午前11時~午後4時▶場所:石神井庁舎5階▶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)

◆ニュースポーツを体験しよう!▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時・内容:9月18日(土)・25日(土)午前9時15分~10時45分(ダブルダッチ)、午前10時~11時

45分(スラックライン) ※どちらか一方の参加も可。▶場所:桜台体育館▶定員:各26名(先着順)▶費用:1日500円▶申込:当日会場へ▶問合せ:SSC桜台・南波 ☎090-1408-9900

◆身近なことから学ぶ成年後見人講習会(㉒基礎㉓応用)▶日時:㉒9月18日(土)、10月30日(土)①11月13日(土)・20日(土)午前9時30分~午後4時【2日制】▶場所:ココネリ3階▶講師:弁護士/土肥尚子ほか▶定員:各15名(先着順)▶資料代:1,000円▶申込:電話または電子メールで①講習会名(㉒㉓の別も)②住所③氏名④電話番号を、NPO法人成年後見のぞみ会・吉浦 ☎080-5092-1089 [Eメール info@kouken-nozomi.org](mailto:info@kouken-nozomi.org) ※同ホームページ(<http://kouken-nozomi.org/>)からも申し込みます。

◆区民企画講座「自分に優しく!セルフケアヨガ」▶日時:10月3日(日)午後2時~3時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶内容:いすを使った簡単なヨガ▶講師:チェアヨガインストラクター/Miho▶定員:20名(先着順)▶持ち物:ヨガマットまたはビニールシートなど▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、9月20日(祝)までにYogaKALPA ☎050-3557-7731(土・日曜、祝日午前11時~午後6時) [Eメール kalpasquare@gmail.com](mailto:kalpasquare@gmail.com) ※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)・年齢もお知らせください。

◆大泉特別支援学校 学校公開

▶日時:10月4日(月)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、9月24日(金)までに同所 ☎3921-1381 FAX 3921-1316 ※同ホームページ(<http://www.oizumi-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:10月7日(木)・14日(木)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。

◆ライフキッズスポーツクラブ

▶対象:3歳児~小学3年生と保護者▶日時:10月18日~11月29日の毎月曜午後4時~5時【11月8日を除く。6日制】▶場所:大泉学園町体育館▶定員:20組(先着順)▶費用:1組1,200円(お子さん1名につき1,000円追加)▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③参加者全員の氏名④お子さんの年齢・性別⑤電話番号を、10月16日(土)までにSSC大泉 ☎3921-1300 FAX 3921-1691

◆高島特別支援学校 学校見学会

▶日時:10月25日(月)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、10月16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 ※同ホームページ(<http://www.takashima-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/>)からも申し込みます。

朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街▶日時:9月3日(金)午前9時から▶問合せ:鈴木 ☎3990-6004

◆光が丘IMA南館前▶日時:9月12日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

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

◆川をみる、魚とり▶対象:小学2~6年生と保護者▶日時:9月12日(日)午前9時30分~正午▶集合場所:西武池袋線練馬高野台駅南口駅前広場▶定員:20組(先着順)▶費用:1人200円(保護者は100円)▶申込:電話で川と水辺を楽しむプロジェクト・佐藤 ☎5910-7056(火・木・土曜午前9時~11時)

◆親子 de English▶対象:1~3歳児と保護者▶日時:9月17日(金)午前10時30分~11時30分▶場所:光が丘地区区民館▶定員:6組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時~午後5時)

◆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:9月19日(日)午前10時~

11時▶場所:春日町青少年館▶定員:10名(先着順)▶申込:電話でバレエR・前川 ☎090-1547-2604(午後4時~8時)

◆ミニ風力発電機を作ろう!▶対象:小学4年~中学2年生と保護者▶日時:9月20日(日)午後2時~3時30分▶場所:ココネリ3階▶定員:40名(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話でぶんかサイエンスカフェ・伊藤 ☎090-1771-0901 ※保育あり(9月13日(月)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。費用100円)。

◆親子で参加!ドライフルーツクッキーをつくろう!▶対象:1~3歳児と保護者▶日時:9月21日(月)午前10時~11時45分▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:5組(先着順)▶費用:1組500円▶持ち物:エプロン▶申込:電話で子育てプレイスふわり・松本 ☎090-7243-6967(午前9時~午後5時)

◆親子でやってみよう!~ザリガニつり▶対象:3歳児~小学生と保護者▶日時:9月23日(水)午前10時~正午▶場所:石神井公園▶定員:20名(先着順)▶申込:電話でcolors・川村 ☎080-9171-9328(午後5時~9時)

すまいるねりま遊遊スクール

◆楽しいダンスあそびをしよう!▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:9月20日(日)午前10時~11時30分▶場所:関町北地区区民館▶定員:20名(先着順)▶申込:電話でダンス・ラボ・松浦 ☎080-3000-6580

広告 **アクセルペダル踏み間違い・防止パッド**

特許商品 **スマートドライブパッド**

株式会社 クリーンネット TEL:024-953-5900 福島県郡山市うね町241

※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。



[かべ 鉄のカーテンのむこうに育って]原画(部分)=2007年 ©Peter.Sis,2007

ピーター・シスの 闇と夢

9/23(祝)～11/14(日)
10:00～18:00

※入館は17:30まで。月曜休館。

チェコスロバキア(現チェコ)出身でアメリカを代表する絵本作家ピーター・シス(1949年～)の展覧会を日本で初めて開催します。冷戦下のチェコで育った自身の軌跡を描いた絵本「かべ 鉄のカーテンのむこうに育って」や、不朽の名作に新たな解釈を提示した絵本「飛行士と星の王子さま サン＝テグジュペリの生涯」の原画など、約150点を展示します。

▶観覧料:一般1,000円、高校・大学生と65～74歳の方800円、中学生以下と75歳以上の方無料
※一般以外の方は、年齢を確認できるものが必要です。
※その他割引制度あり。

場所・問合せ 練馬区立美術館 ☎3577-1821

会期中の催し

催し名・費用	対象	日時	定員(抽選)
1 鑑賞プログラム 「トコトコ美術館vol.37 テーマ:かぎ」	3歳以上の 未就学児と保護者	10/16(土) ①10:30～12:00 ②14:00～15:30 10/17(日) ③10:30～12:00 ④14:00～15:30	各5組
2 鑑賞プログラム 「あかちゃんと家族の鑑賞会」	2歳以下の お子さんと家族	10/23(土) ①10:30～11:30 ②13:30～14:30	各10名
3 鑑賞プログラム 「拡大!美術館vol.1 テーマ:かぎ」▶材料費:100円	小学生	10/24(日) ①10:30～12:30 ②14:00～16:00	各10名

▶申込:往復ハガキで①催し名(1～3)の別、②は①～③の別、③は①②の別も②参加者全員(①は3名(お子さん2名、保護者1名)まで、③は2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生は学年も)・電話番号を、110月1日238日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館へ ※同ホームページ(<https://www.neribun.or.jp/museum/>)からも申し込みます。

10/8(金) 託児サービスを行います

練馬区立美術館の利用者を対象に、6カ月以上の未就学児を預かります。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、同ホームページをご覧ください。

お休みします【展示作業のため】 9/13(月)～22(水)



「三つの金の鍵 魔法のプラハ」原画 1994年 ©Peter Sis, 1994



「星の使者 ガリレオ・ガリレイ」原画 1996年 ©Peter Sis, 1996



「オーシャンワールド」原画 1992年 ©Peter Sis, 1992



「飛行士と星の王子さま サン＝テグジュペリの生涯」原画 2014年 ©Peter Sis, 2014

掲載作品全て:作家蔵(エリック・カール絵本美術館寄託)

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。

■人物画研究 デッサン夢作(①1日デッサン②半日クロッキー) 月1回 水曜または木曜①午前10時～午後4時30分②午後1時～4時30分 生涯学習センター ①②とも入会金2,000円 会費1回①1,500円②750円 教材費①1,500円②750円 稲垣☎6915-8603 [Eメール] ha-inagaki@nifty.com (要予約)

■アートフラワー同好会 布の花 初心者対象 月2回水曜午後1時～4時 生涯学習センター 月会費1,000円 林☎080-5004-7575 (要予約)

■成年後見連続講座「介護や福祉の現場を支えるみなさんが知っておきたい成年後見制度」 10月10日・24日、11月7日・21日、12月5日午後2時～4時 ココネリ3階 講師 弁護士/土肥尚子ほか 参加費5回2,000円 NPO法人成年後見推進ネットこれから・酒井☎090-7819-2581 [Eメール] npokorekara@gmail.com (要予約)

■練馬シャンソンを楽しむ会 月2回日曜午後2時～3時30分 男女共同参画センターエー 講師 シャンソン歌手/清水智子 入会金3,000円 月会費3,000円 楽譜代年1,200円 下河☎080-6607-4321 [Eメール] h.shi.mogawa@kind.ocn.ne.jp

■ギターを楽しむ 創立47年練馬ギタークラブ 毎日曜午後2時～5時 練馬高野台駅前地域集会所 入会金1,000円 年会費6,000円 初回は無料体験可 平岩☎3904-7744 (要予約)

■トーンチャイム無料体験会 中高年齢者対象 ①9月22日②26日午前10時～11時30分 男女共同参画センターエー 例会…月2回③水曜④日曜午前10時～11時30分 男女共同参画センターエー ③④とも会費1回1,500円 石神井公園トーンチャイムサークル・工藤☎090-2474-2753 (要予約)

■高齢者水泳体験会(体操・水中運動・水泳) 60歳以上の方対象 9月10日・17日・24日午後1時～3時 平和台体育館 保険料100円 平和台マスターズスイミングクラブ・服部☎3932-8451 (要予約。午後6時～9時)

■第20回おとなのAula練馬校パソコン生徒作品展 9月25日・26日 午前10時～午後6時 練馬文化センター 入場無料 須藤☎090-4739-5369 [Eメール] info@tomato-p.co.jp

■ワクワク体操クラブ(いすに座ってストレッチ・体操、コグニサイズ・ラダーで脳トレなど) 月4回①月曜②火曜③金曜午前10時～11時30分 ①東大泉中央地域集会所②桜台地区区民館③ココネリ3階など ①～③とも入会金1,000円、月会費2,000円 初回は無料体験可 阿部☎FAX 3594-5066 [Eメール] abe318@msn.com

■俳句 ふうの木句会 初心者～初級者対象 第4金曜午後1時～4時30分 サンライフ練馬 講師 「繪硝子」主宰/和田順子 月会費1,000円 倉橋☎FAX 3999-0018 [Eメール] 0348290401@jcom.home.ne.jp (要予約)

■練馬レディースソフトテニス教室 初級～中級の女性対象 9月27日、10月4日・18日午前9時30分～午後0時30分(予備日10月25日) 豊玉中公園庭球場 参加費1回500円 竹松☎090-2642-6569

■チャオズウインドアンサンブル第4回定期演奏会 9月19日午後2時開演 練馬文化センター 入場無料 例会…高校生以上の楽器経験者対象 毎土曜午後1時～5時 文化交流ひろば 月会費3,000円(学生は2,500円) 4回まで無料体験可 未永☎090-9008-7723 [Eメール] info@chaoz.jp(演奏会には要予約)

■中国語を楽しく学ぶ「①NHK中国語講師の陳淑梅老師と語ろう②発音矯正教室③初めての発音教室」 ①9月20日午後2時～4時②23日午後1時30分～4時30分③10月9日午後3時30分～6時30分 ①区役所本庁舎20階②③同19階 講師 元日中学院副院長/鈴木繁(②③のみ) ①～③とも参加費1,000円(学生は200円) 練馬日中交流促進会・大坪☎090-3509-2021 (要予約)

広告 お見合い結婚しませんか

お世話してお蔭様で28年目になりました 日高 晶元 ひだかあきもと がサポートします

全国仲人連合会 ☎03-5386-3161 新宿区高田馬場4-1-6-401 木曜休



※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。

誰もが、 夢や未来を描ける 職場づくりを

～9月は障害者雇用支援月間

「働くのが楽しい!」

レインボーワークの支援を受けながら、
元気いっぱい働く上原直子さん。

上原さんが働くスターバックス コーヒー
豊島園駅前店でストアマネージャーの
寺田さんと一緒にお話を伺いました。



特別な存在ではなく重要な戦力

令和2年度「障害者雇用優良事業所等厚生労働大臣表彰」を受賞したスターバックス コーヒー ジャパン 株式会社(以下スターバックス)。中度の知的障害がある上原さんは、平成16年から清瀬店、29年からは豊島園駅前店で働き、コーヒーの専門家として認められた「コーヒーマスター」の



資格も持つパートナー(※1)です。レジでの接客、ドリンク作り、コーヒー豆の管理、店内の掃除などの幅広い業務を担当しています。障害があるからといって仕事を特化するのではなく、他のパートナーと同様に全ての業務に携わります。

「上原さんは特別な存在ではなく、当店の重要な戦力です」と語るのは、ストアマネージャーの寺田さんです。「知的障害という特性から苦手なサービスもありますが、それはレインボーワークからアドバイスを受けて、パートナー同士で補ったりして、不安なことはすぐに質問できる環境を整えています。業務上苦手なこと、分からないことは、誰にでもあります。それをサポートするのは当たり前のこと。上原さんにとって働きやすい環境であることは、他のパートナーにとっても働きやすい職場であると思います」

資格を取ってキャリアアップを

寺田さんの目から見た上原さんは、「いつもこまめにメモをとる。とにかく熱心」。上原さんが責

任とやりがいを持って働いていることが伝わってきます。

上原さんは言います。「ドリンクを作るときには、おいしくなるようにと、祈りながら作っています(笑)。「おいしかったよ」と声を掛けていただくのが一番うれしいです。スターバックスは憧れの職場でした。将来はブラックエプロン(※2)の資格を取り、お客様のご要望に合ったコーヒー豆を紹介できるようになるのが夢です」

働く方の特性に寄り添い、得意分野や意思を尊重する。こうした職場づくりに取り組むスターバックスの姿勢は、誰もが夢や未来を描きながら働くことができるひとつの可能性を示してくれています。

※1 スターバックスでは従業員をパートナーと呼んでいます。

※2 コーヒーの豊富な知識を持ったコーヒーの専門家。年1回試験があり、合格すると黒色のエプロンをつけることができます。合格率10%前後という難関の試験です。

コロナ禍でも

レインボーワークは障害者の“働く”を支援します

障害者・事業主をさまざまな形でサポート

練馬区障害者就労支援センター(レインボーワーク)では、障害者や障害者を雇いたい事業主に対し、職場選びや安心して働ける環境づくりのお手伝いをしています。 ※オンラインでの支援も行っています。

問合せ レインボーワーク ☎3948-6501 FAX 3994-1224
Eメール rainwork@agate.plala.or.jp

障害のある方へ

- 職業相談や就職活動サポートなどその人に適した就労を支援
- 個別面談や企業への訪問など仕事を続けるための支援

事業主へ

- 障害者雇用の進め方、職場環境づくりのアドバイス
- 利用できる制度・補助金などの情報提供

※共同受注窓口として、封入や印刷などの仕事の依頼を取りまとめ、福祉施設へ振り分けも行っています。

障害者雇用支援月間の催し

●働く障害者パネル展

▶日時:9月7日(火)～14日(火)午前8時45分～午後5時(14日は午後3時まで)▶場所:区役所アトリウム

●障害者施設 自主生産品等販売会

▶日時:9月16日(木)・17日(金)午前10時～午後2時▶場所:区役所アトリウム



●講演会「ねりまで働く」

区内で障害者を雇用している企業2社の取り組みを紹介します。 ※オンライン配信も行います(先着100名)。▶日時:9月30日(木)午後2時30分～4時30分▶場所:ココネリ3階▶定員:50名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講演会名②氏名③電話番号④オンライン配信の希望の有無⑤電子メールアドレス(配信を希望する方のみ)⑥手話通訳や要約筆記、点字資料の希望の有無を、レインボーワークへ