

10月21日号は衆議院議員選挙の影響で発行日が早まる場合があります。  
▶問合せ:広報係☎5984-2690

## 地域で練馬のみどりを守ろう 『落ち葉清掃』の取り組みを開始!

区内のみどりの4分の3を占める民有地のみどりは、所有者や地域の皆さんの努力で守られています。今回、民有地のみどりを地域で守る取り組みの一つとして、「落ち葉清掃」を始めます。大切なみどりを未来へ引き継ぐため、「みどりを育むムーブメント」の輪を広げていきます。

▶問合せ:みどり推進課協働係☎5984-2418 FAX 5984-1227

自然に触られます!

地元へ愛着がわきます!

みんなで楽しく活動できます!



ボランティアを募集! 詳しくは2面へ

※撮影のためマスクを外しています。

### リバウンド防止にご協力をお願いします

区内の新型コロナウイルス感染者数は、8月のピーク時に1日300人を超えていましたが、9月末には1日10人以下となりました。区民の皆さまによる感染予防のご協力と、ワクチン接種が進んだことにより感染者数は減少しています。

感染の再拡大を防ぐために、引き続き感染予防にご協力をお願いします。▶問合せ:予防係☎5984-1017



マスクの着用・手洗い・換気の徹底、3密(密閉、密集、密接)を回避

外出する際は、混雑している場所や時間を避けて少人数で行動

3面でワクチン接種情報などを紹介

# 豊かなみどりを守り、 未来へ引き継ぐために

民有地のみどりは、豊かな自然が守られた地域の大切な財産です。一方で、所有者は落ち葉清掃や樹木の手入れなど、多くの負担を抱えています。貴重なみどりを地域で守り支えるため、落ち葉清掃に取り組んでみませんか。

**問合せ** みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451



### 所有者



地域の皆さんの協力で  
みどりを守る

### 地域の皆さん



みどりを守る活動に  
貢献できる

### 活動の 拡大



民有地のみどりは貴重な財産!  
地域のみどりを守り育てよう!

## 落ち葉清掃ボランティアを募集

区内3カ所の民有地周辺の公道で落ち葉清掃を行います。活動に必要な道具は貸し出します。

▶ **日程:** 11~12月の数日(1日1~2時間程度) ※1日のみの参加も可。

▶ **場所:** ①中村②関町北③立野町の樹林地周辺の公道

▶ **申込:** ハガキまたはファクス、電子メールで①住所②氏名③電話番号④活動を希望する地域(①~③の別)を、10月21日(必着)までに〒176-0012豊玉北5-29-8 みどりのまちづくりセンター FAX 3993-8070 Eメール machisen.2019@nerimachi.jp ※同ホームページ(<https://nerimachi.jp/>)からも申し込みめます。 ※申し込み多数の場合は抽選。 ※参加決定後、具体的な活動場所・日時をお知らせします。

参加者には  
オリジナル軍手をプレゼント



## 保護樹木・保護樹林の 落ち葉にお困りの所有者へ

みどりのまちづくりセンターが、落ち葉清掃ボランティアを紹介します。まずは、お問い合わせください。

# みどりを育むムーブメントの輪を広げよう!

## ~その他の取り組みを紹介

### 森を守るボランティア

憩いの森や緑地では季節の花や紅葉を楽しんだり、珍しい野草や昆虫を見つけたりすることができます。各団体が野草の保全や樹木の剪定、清掃、イベントなどを行っています。

### 花壇づくりのボランティア

四季を通じて魅力的な花壇になるように、各団体が公園や駅前などの花壇を手入れしています。

◎ **問合せ:** みどり推進課協働係 ☎5984-2418

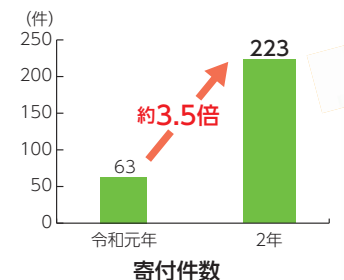


### あなたの寄付で練馬のみどりを未来へ

練馬のみどりを未来へつなぐための基金です。大規模で長期的な公園の整備やみどり全般の取り組みへの活用など、応援したいコースを選んで寄付することができます。寄付は随時受け付けています。▶ **問合せ:** みどり推進課協働係 ☎5984-2418



支援の輪が広がっています!



詳しくはコチラ▶

## ご存じですか? 保護樹木・保護樹林制度

区民の皆さんが所有する高さ120cm地点の幹の周囲が150cm以上の樹木や、面積が300㎡以上の樹林地は、申請により保護樹木・保護樹林の指定を受けることができます。日常管理は所有者が行いますが、区が剪定費の補助や賠償責任保険への加入などを支援します。詳しくは、お問い合わせください。▶ **問合せ:** みどり推進課保全係 ☎5984-1683

## みどりの実態調査の アンケートにご協力を

区内のみどりの現況を把握するため、5年ごとにみどりの実態調査を行っています。アンケートは、区内在住の20歳以上の方の中から、3,000名を無作為に選び出して行います。対象となる方には、10月11日(月)に調査票を発送します。ご記入いただいた調査票は、11月9日(必着)までに返送してください。▶ **問合せ:** みどり推進課計画係 ☎5984-1659

# 区はワクチン接種を着実に進めています

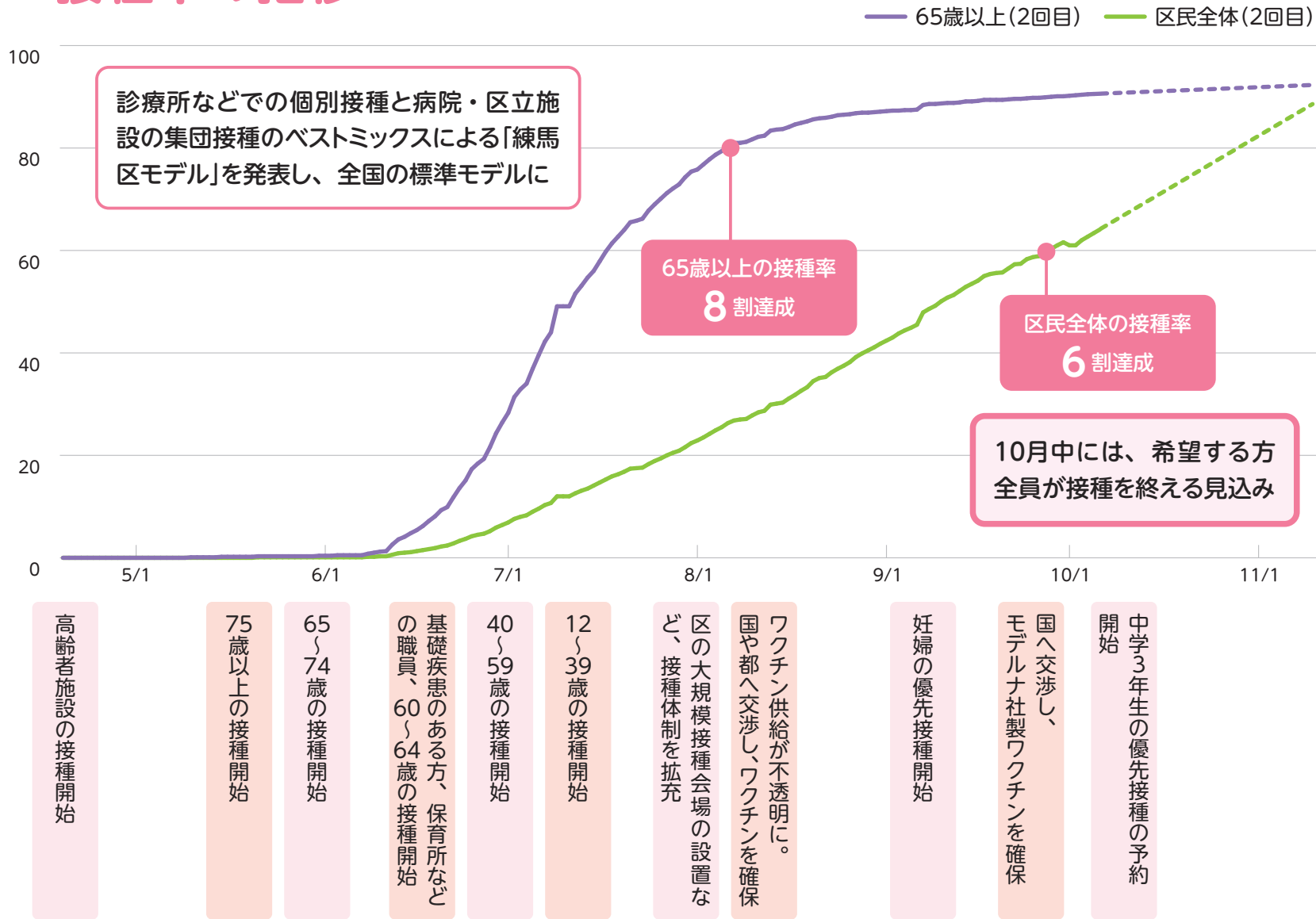
区では、ワクチン接種「練馬区モデル」を進め、10月中には希望する区民の皆さま全員が確実に接種を終える見込みです。区民の皆さま、練馬区医師会、練馬区歯科医師会、練馬区薬剤師会、医療機関などのご協力により実現できました。

現在、予約は取りやすくなっています。接種を希望する方は、お早めに予約をしてください。

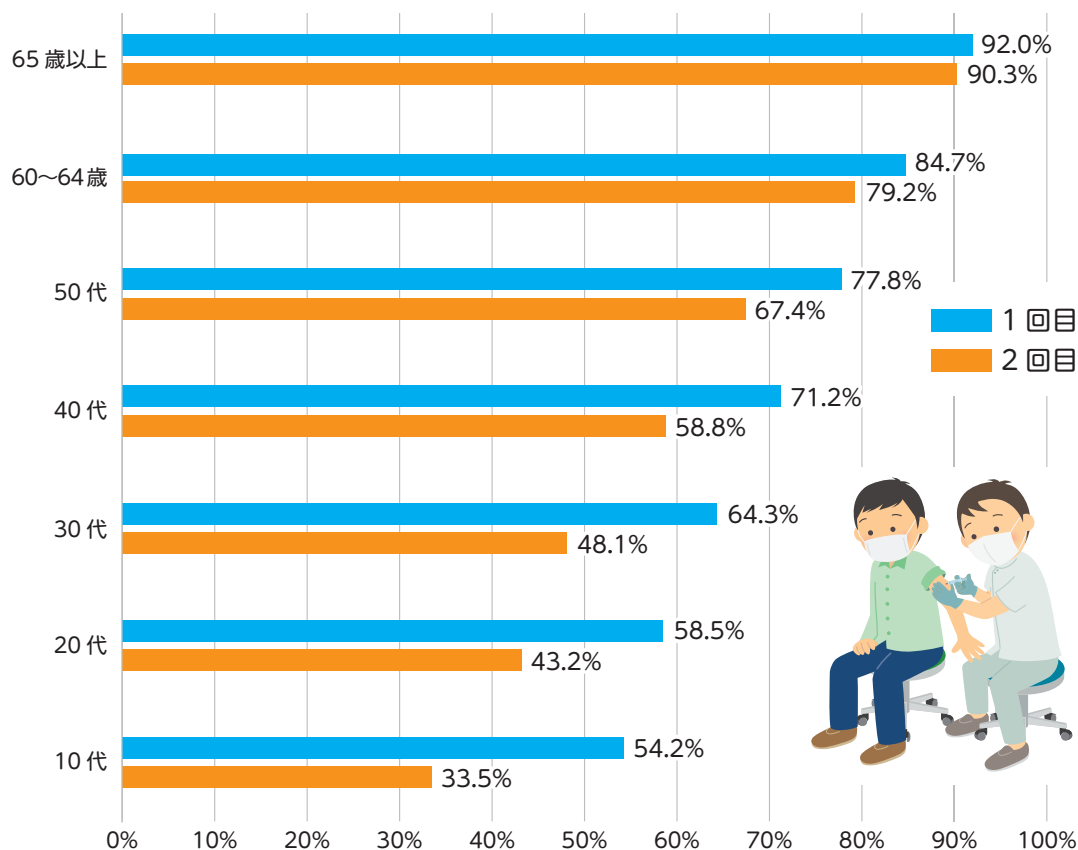
問合せ

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)

## ● 接種率の推移～区のこれまでの歩み



## ● 年代別の接種率(10月3日時点)



次回ワクチン接種の予約は  
10/19(日)18:00から  
～予約は取りやすくなっています

場所	接種日
区立施設	10/25(月)～11/7(日)
東京海上日動石神井スポーツセンター	10/29(金)～31(日) 11/5(金)～7(日)

※ファイザー社製。

ネット予約



予約専用  
ホームページ



電話予約(区立施設のみ)



☎4565-0123

国は、3回目接種の検討も始めています。詳細が決まり次第、区報や区ホームページでお知らせします。

**お知らせ****秋の特設行政相談窓口を開設**

国などの仕事に関する意見・要望に行政相談委員が応じるほか、60周年を迎えた行政相談委員制度を紹介します。▶日時:10月17日(日)午後1時~4時▶場所:リヴィンオズ大泉店1階(東大泉2-10-11)▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬区市民相談所 ☎5984-4523

**弁護士による無料相談会**

▶対象:借金や税金・家賃の滞納、労働問題などで経済的に困りの方▶日時:11月10日(水)、12月8日(水)午後1時~4時30分の間の1時間以内▶場所:生活サポートセンター(区役所西庁舎3階)▶申込:電話で同所 ☎3993-9963

**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教員免許がある②保育士・介護福祉士・心理士の資格などがある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:12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:10名(書類選考・面接)▶報酬:時給1,341円 ※交通費支給。 ※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)と作文を、10月22日(必着)までに教育指導課管理係 ☎5984-5746

**ボランティア****保育サービス講習会  
~空いた時間を利用して、子育てのお手伝いをしませんか**

地域で育児を支え合う会員組織「ファミリーサポート事業」の援助会員になるための講習会です。修了後は、援助会員(有償ボランティア)として、午前7時~午後8時の間の都合の良い時間に利用会員のお子さんを預かっていただきます。▶対象:次の①②の両方に当てはまる方 ①20歳以上②月1回の定例会に参加できる▶日時:11月15日(月)・17日(水)・24日(水)~26日(金)午前9時30分~午後4時30分【5日制】▶場所:練馬子ども家庭支援センター▶定員:20名(選考)▶テキスト代:2,000円▶申込:10月29日(金)までに電話で練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100

**障害のある方へのIT支援ボランティア養成講座(初心者向け)**

障害のある方へのパソコンなどの活用を支援するために必要な技術や知識を学ぶ講座です。▶対象:講座修了後に区内で障害のある方へIT支援のボランティアができる方▶日時:11月14日(日)午後1時~4時▶場所:中村橋区民センター▶講師:NPO法人練馬ばそぼらん会員▶定員:10名(抽選)▶費用:1,000円▶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(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、11月2日(必着)までに〒176-0021貫井1-9-1 中村橋福祉ケアセンター ☎3926-7211 [Eメール sinsho-center01@city.nerima.tokyo.jp](mailto:sinsho-center01@city.nerima.tokyo.jp)

**住まい・まちづくり****補助230号線大泉学園町地区、早宮二丁目南地区の地区計画などの案がご覧になれます**

地域の状況に応じたまちづくりを進めるため、地区計画の案を作成しました。併せて、用途地域、高度地区、防火地域・準防火地域を変更する都市計画案を作成しました。意見のある方は、意見書を提出できます。▶縦覧・意見書提出の期間:10月13日(水)~27日(水)▶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。 ※用途地域の変更に關する意見書は、東京都都市計画課(都庁第二本庁舎12階)に提出してください。▶問合せ:補助230号線大泉学園町地区について…大江戸線延伸

推進課 ☎5984-1459、早宮二丁目南地区について…東部地域まちづくり課 ☎5984-1594

**市街地再開発事業の対象区域の図面がご覧になれます**

石神井公園駅南口西地区市街地再開発事業の施行地区となるべき区域の図面がご覧になれます。対象区域の宅地で未登記の借地権がある方は、西部地域まちづくり課(区役所本庁舎16階)や区ホームページにある申告書に記入の上、11月9日(火)までに申告してください。▶対象区域:石神井町3丁目1303・1306・1307・1312・1313・1316番の一部▶縦覧の期間:10月25日(月)まで▶縦覧・申告書提出の場所:西部地域まちづくり課 ※区ホームページでもご覧になれます。▶問合せ:西部地域まちづくり課 ☎5984-1243

**お休みします**

〈小竹図書館 ☎5995-1121〉…10月18日(月)~22日(金)【館内整理のため】  
〈区役所内展望レストラン ☎050-5346-6998〉…10月24日(日)~11月30日(火)【空調設備の改修工事のため】

**健康・衛生****血圧が高いと言われたら聴きたい話~高血圧とうまく付き合う生活と食事**

▶日時:11月2日(火)午後2時~4時▶場所:光が丘保健相談所▶内容:講義▶定員:25名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5997-7722

**ねりま区報送付サービスのご利用を**

新聞未購読で、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。▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

**10/22~31は駅前放置自転車  
クリーンキャンペーン****自転車の代わりに置こう 思いやり**

問合せ 自転車対策係 ☎5984-1993

路上の放置自転車は歩行者や車両の通行、災害時の緊急活動の妨げになります。自転車を利用する際は、自転車駐車場を利用しましょう。

**●放置禁止区域内の放置自転車などは撤去します**

区は、駅周辺を中心に放置禁止区域を指定しています。区域内に放置された自転車や50cc以下の原動機付自転車は、ガードレールなどに固定していても、チェーン錠などを切断し、置いていた時間・理由にかかわらず撤去します。

**●撤去された自転車などは1カ月以内に引き取りを**

撤去日の翌日から1カ月間は集積所で保管し、1カ月を経過しても引き取りがない場合は法令に基づき処分します。 ※返還時に撤去手数料が掛かります。 ※返還場所や引き取りに必要なものは、お問い合わせください。

返還日時 毎日午前9時30分~午後5時30分(年末年始を除く)

問合せ 自転車問い合わせセンター ☎3993-5100

**●盗まれたらすぐに盗難届の提出を**

撤去当日以降の提出では、撤去を盗難と勘違いして提出した場合と区別することができません。撤去日の前日までに交番・警察署に盗難届が受理されたもののみ、撤去料が免除になります。

**小学校の入学準備費を  
入学前に支給します**

経済的に困っているご家庭に、小学校の入学準備費を入学前の3月下旬に支給します。希望する方は就学援助の申請が必要です。申請書は就学時健診で配布します。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。▶申請期限:来年1月14日(消印有効)▶問合せ:学務課管理係 ☎5984-5643

**10月は  
乳がん月間****40歳になったら2年に  
1回乳がん検診を**

問合せ 健康づくり係 ☎5984-4624

**●乳がんは9人に1人がかかる時代**

日本人女性が乳がんにかかる割合は9人に1人となっており、女性の乳がん罹患率第1位です。近年、増加傾向にありますが、早期に発見すれば、90%以上の確率で治すことができるといわれています。

**●40歳になったら2年に1回、乳がん検診を**

乳がんは40~50代の方に多いがんです。早期に発見するためには、2年に1回、乳がん検診を受けることが大切です。区で実施している乳がん検診は、900円の自己負担で受診できます。

**●乳がん月間ポスター展**

▶日時:10月29日(金)までの午前8時45分~午後8時(29日は正午まで)  
▶場所:区役所本庁舎2階通路

**4~9月の放射線量  
測定結果**

詳しい測定結果は、区ホームページをご覧ください。▶問合せ:環境規制係 ☎5984-4712  
【測定点】区立12施設 【測定値】単位:マイクロシーベルト/時 【基準値】0.24マイクロシーベルト/時  
●地表面から50cm 0.026~0.084 ●地表面から5cm 0.027~0.086

### 血糖値やHbA1cが高めと言われたら～糖尿病予防と生活・食・お口の健康について

▶日時:11月18日(木)午後1時30分～3時 ▶場所:関保健相談所 ▶内容:講義、献立紹介 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話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、同所 ☎3929-5381 [Eメール sekihoso@city.nerima.tokyo.jp](mailto:sekihoso@city.nerima.tokyo.jp)

### そうだ、薬剤師に聞いてみよう～お薬相談会

▶日時:10月17日(日)午後1時～5時 ▶場所:東京海上日動石神井スポーツセンター(石神井台1-31-29) ▶申込:当日会場へ ▶問合せ:医務薬事係 ☎5984-1352

### 認知症フォーラム「物忘れが気になり始めたら…あなたの街で末永く暮らすヒント」

▶日時:11月6日(土)午後6時～8時 ▶場所:ココネリ3階 ▶内容:講演会、地域団体の紹介 ▶講師:メモリークリニックお茶の水院長/朝田隆 ▶定員:100名(先着順) ▶資料代:100円 ▶区の担当:在宅介護支援係 ▶申込:10月15日(金)から電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、NPO法人認知症サポートセンター・ねりま ☎090-8772-9157(午前10時～午後5時) [Eメール saponeri26913@gmail.com](mailto:saponeri26913@gmail.com)

### 認知症サポーター養成講座・N-impro(ニンプロ)～認知症の方を身近で支えるために

▶日時:10月20日(水)午後2時～4時 ▶場所:旭町北地区区民館 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話で光が丘地域包括支援センター ☎5968-4035

### 体と心をリフレッシュ!～健康いきいき体操講習会

▶日時:11月9日(火)午後2時～3時30分 ▶場所:光が丘保健相談所 ▶講師:スポーツプログラマー/山内道子 ▶定員:10名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎5997-7722

### 子ども・教育

### 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:首のすわった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:11月9日(火)午前10時～11時30分 ▶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:8組(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3992-1188

### 11月の2歳6カ月児歯科健診

2歳10カ月ごろまで受けられます。担当地域の保健相談所で受けてください。▶持ち物:母子健康手帳 ▶申込:電話で各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	18(木) 13:00～15:00	32名
北 ☎3931-1347	19(金) 9:00～11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	16(火) 9:00～11:00	24名
石神井 ☎3996-0634	12(金) 9:00～11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	19(金) 9:00～11:00	24名
関 ☎3929-5381	8(月) 9:00～11:00	24名

### 小さい秋を探しにいこう

光が丘駅から四季の香ローズガーデンを散策します。▶対象:小学4～

6年生 ▶日時:11月14日(日)午前10時～正午 ▶講師:植物観察家/鈴木純 ▶定員:14名(抽選) ▶参加費:50円 ▶持ち物:虫眼鏡 ▶申込:往復ハガキで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、10月29日(必着)までに〒179-0072光が丘5-2-6四季の香ローズガーデン ☎6904-2061 ※同ホームページ(<https://www.shikinokaori-rose-garden.com/>)からも申し込みます。

### 高齢者

### 健康長寿はつらつ教室

▶対象:区内在住の65歳以上の方 ▶費用:500円 ▶申込:10月20日(火)までに電話で介護予防係 ☎5984-2094

<b>足腰しゃっきりトレーニング教室</b> (室内で行う筋力強化、ストレッチなど)
▶日時:11/4～12/9の毎木曜10:00～11:30【6日制】 ▶場所:大泉学園町体育館 ▶定員:25名
▶日時:11/29～来年1/17の毎月曜10:00～11:30【1/3・10を除く。6日制】 ▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8) ▶定員:15名
<b>プールで足腰しゃっきりトレーニング教室</b> (水中運動など) ▶定員:各20名
▶日時:11/19～来年1/14の毎金曜13:00～14:30【12/31を除く。8日制】 ▶場所:ルネサンス富士見台(貫井3-12-33)
▶日時:11/19～来年1/14の毎金曜13:00～14:30【12/31を除く。8日制】 ▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)
▶日時:11/22～来年1/24の毎月曜13:00～14:30【1/3・10を除く。8日制】 ▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)

※初めての方を優先の上、抽選。

### 講座・催し①

### 成年後見制度における意思決定支援の理念と問題点

▶日時:11月12日(金)午後1時～4時 ▶場所:石神井公園区民交流センター ▶

内容:講義 ▶講師:東京アドヴォカシー法律事務所弁護士/池原毅和 ▶定員:60名(先着順) ▶申込:電話またはファクスで①催し名②氏名(ふりがな)③電話番号を、11月2日(火)までに権利擁護センター(ほっとサポートねりま) ☎5912-4022 FAX 3994-1224 ※オンラインでも参加できます。詳しくは、お問い合わせください。

### ふるさと文化講座「カヤ場の博物誌～多摩丘陵の事例を中心に」

江戸時代、農業を中心とした暮らしに欠かせなかった「カヤ場」と呼ばれたスキ草原について、人々の関わりや生物多様性を、練馬区の事例を含めて紹介します。▶日時:11月3日(祝)午後2時～3時30分 ▶場所:石神井公園ふるさと文化館 ▶講師:パルテノン多摩共同事業体学芸員/仙仁徑 ▶定員:45名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3996-4060

### 多様な性に関わる人のためのワークショップ

トランスジェンダーの子と母を描いたドキュメンタリーを鑑賞後、グループワークを行い多様な性について考えます。▶日時:11月13日(土)午後2時～4時 ▶場所:男女共同参画センターえーる ▶講師:Love is Colorful主宰/室井舞花 ▶定員:20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氏名(ふりがな)③電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 [Eメール oubo@nerima-yell.com](mailto: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、10月29日(金)までにお知らせください。

## 高齢者実態調査にご協力を

65～69歳のひとり暮らしの方と65～74歳のみの世帯の方(介護サービスの利用者と生活保護受給者を除く)を対象に、10月中旬に調査票を送付します。11月5日(金)までに調査票に同封の返信用封筒で返送してください。

調査結果をもとに、一人ひとりの心身の状況に合わせたアドバイスと地域の介護予防事業などを記載した結果通知書を送付します。▶区の担当:高齢者支援課管理係 ▶問合せ:練馬区高齢者実態調査コールセンター ☎0120-969-503(平日午前8時30分～午後5時15分)

## オンライン開催 ワーク・ライフ・バランスセミナー

### 「テレワークにおける労務管理ポイント」と「新型コロナの最新情報とウィズコロナの健康職場」

特定社会保険労務士の藤井靖幸さんと順天堂大学大学院特任教授の福田洋さんに、働き方と健康の両面からお話を伺います。▶日時:11月12日(金)午後4時～6時 ▶申込:10月31日(日)までに区ホームページ「電子申請」で申し込んでください ▶問合せ:人権・男女共同参画課 ☎5984-4518

## ねりまのオススメメニューはあなたが決める!!

### ねりコレ2022「メニュー部門」の人気投票に参加しよう!

ねりコレ2022にエントリーされた飲食店メニューの人気投票を行います。あなたのイチオシメニューに投票してください。▶問合せ:ねりま観光センター ☎4586-1199



### 11/30まで ねりま観光センター ホームページから 投票!

<https://www.nerimakanko.jp/>  
★抽選で50名に、ねりコレ店で利用できる1,000円割引券をプレゼント!



ねりコレキャラクター「ねりこ」

### ねりコレとは?

「練馬のオススメ商品コレクション」のこと。お土産部門とメニュー部門があり、お土産部門は実食審査、メニュー部門は投票により決定します。結果は来年5月ごろに発表します。

## 休日急患診療所

※予約不要。健康保険証が必要です。

- 小児科 ①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 ②練馬休日急患診療所(区役所東庁舎2階) ☎3994-2238
- ③石神井休日急患診療所(石神井庁舎地下1階) ☎3996-3404
- 歯科 ④練馬歯科休日急患診療所(区役所東庁舎3階) ☎3993-9956

▶受付時間:①～③土曜18:00～21:30、日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30・18:00～21:30 ※①は平日20:00～22:30も対応しています。④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30

### 講座・催し②

#### わくわく・ドキドキ町の生きもの観察会と人形劇

▶日時:10月31日(日)午後1時~3時  
▶場所:南大泉青少年館▶講師:プロナチュラリスト/ささき隊長ほか▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で春日町青少年館☎3998-5341

#### サンライフ落語会 ~笑って、コロナを吹き飛ばしましょう

▶日時:10月24日(日)午後2時~4時  
▶場所:サンライフ練馬▶出演:大泉落語研究会▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎3990-0185

#### 勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館▶定員:各15名(先着順)▶申込:11月16日(火)

217日(水)314日(日)までに電話で同所☎3923-5511

#### 1就労支援講座「対人関係を改善しよう!」

▶日時:11月19日(金)午後6時~8時  
▶講師:2級キャリア・コンサルティング技能士/萩原一郎

#### 2ライフプラン講座「音楽に合わせて!笑って脳トレ!」

▶日時:11月20日(土)午後2時~4時  
▶講師:元国立大学附属学校教諭/山本カヨ子▶費用:200円

#### 3はじめての手話講座

▶日時:11月21日(日)・28日(日)午後2時~4時【2日制】▶講師:練馬区聴覚障害者協会理事▶費用:2,000円

#### つながるカレッジねりま オンライン公開講座 ~地域活動の実践と展開

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で公開します。▶日時:11月13日(土)午前9時30分~11時30分▶講師:東洋大学ライフデザイン学部准教授/齋藤博▶申込:11月9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。

#### ちょこっとライブ ~ギター・エレクトーンなどの演奏会

▶日時:10月30日(土)午後2時~4時▶場所・問合せ:春日町青少年館☎3998-5341▶曲名:越冬つばめ、情熱大陸など▶定員:24名(先着順)▶申込:当日会場へ

#### 映像を通して環境を考える

映画「たゆたえども沈まず」を上映後、監督の遠藤隆さんと映像文化批

評家の四方繁利さんが対談します。▶日時:11月13日(土)午後1時30分~4時15分▶場所:南田中図書館▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所☎5393-2411


### スポーツ

#### 区民体育大会 卓球 (シングルス男子・女子の部)

▶対象・日時:15歳以上の方(中学生を除く)…11月21日(日)、60歳以上の方…28日(日) いずれも午前9時から▶場所:総合体育館▶定員:各50名(先着順)▶保険料など:400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、10月25日(必着)までに練馬区卓球連盟・吉浦へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

## 開いて発見、見れば納得! シニアナビねりま

シニアナビねりまは、おおむね50歳以上のシニア世代の社会参加を支援するため、シニア向けのサービスやサークル活動などを紹介するホームページです。▶問合せ:いきがい係☎5984-4763

<https://snavi-nerima.jp/> 

### ここがおすすめ

- サポーター体験記が読める  
シニア世代のサポーターが、同年代の読者に紹介したい場所や人物などを取材した記事が読めます(毎月2回更新)。
- 幅広い情報を検索できる  
シニア向け団体やサークル・ボランティア情報、区の高齢者向けのお知らせなどを簡単に検索できます。
- 団体の情報を簡単に発信できる  
団体登録をすると、サイト上でイベントや会員募集などの情報発信ができます。 ※登録方法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

- ◆庚申の日ビッグサービスデー▶日時:10月15日(金)▶場所:江古田ゆうゆうロード▶内容:ボックスティッシュなどをプレゼント ※なくなり次第終了。▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・萩原☎090-7735-1804
- ◆江古田はひとつ~秋のありがとうフェア▶日時:10月16日(土)~30日(日)▶場所:江古田駅北口商店街、江古田ゆうゆうロード、江古田いちば通り商店街、江古田銀座商店街▶内容:抽選で各商店街の景品をプレゼント▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井☎3991-0954

- ◆練銀ハロウィーン▶日時:10月16日(土)~30日(日)▶場所:練馬銀座本通り商店街▶内容:限定セール、商店会のアプリ登録者を対象とした区内共通商品券が当たる抽選会など▶問合せ:練馬銀座本通り商店会・渡部☎090-9819-4761 ※アプリについては、同ホームページ(<https://nerima-ginza.com/>)をご覧ください。
- ◆オンライン開催・区民健康医学講座「感染症から身を守る正しい日常生活とは」▶日時:10月23日(土)午後2時~3時▶申込:10月20日(水)までに、順天堂大学練馬病院ホームページ(<https://hosp-nerima.juntendo.ac.jp/>)から申し込んでください▶問合せ:順天堂大学練馬病院☎5923-3111
- ◆田端文士村を歩く~芥川龍之介

- 終焉(しゅうえん)の地や正岡子規の墓を巡る▶日時・場所:11月23日(祝)午前9時30分JR田端駅集合~芥川龍之介旧居跡~大龍寺~午後0時30分田端文士村記念館解散(約5km)▶定員:50名(先着順)▶保険料など:500円▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を、11月1日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午後3時まで)
- ◆普通救命講習会▶日時:12月12日(日)午前9時~正午▶場所:練馬消防署▶内容:心肺蘇生(そせい)法、AED(自動体外式除細動器)操作方法など▶定員:8名(先着順)▶テキスト代:1,500円▶申込:電話で同所☎3994-0119

- 朝・夕・青空市
- ◆江古田いちば通り商店街▶日時:10月15日(金)午前10時~午後7時▶問合せ:目黒☎3994-8068
- 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
- 子育て学習講座
- ◆子どもの心をとらえる本▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:10月30日(土)午後2時~4時▶場所:貫井図書館▶講師:フリー編集者/細江幸世▶定員:20名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校図書館を考える会ねりま・工藤☎5936-4792(午後7時~9時)

- ねりま遊遊スクール
- ◆グイ・ボン・ビュンで速くなる陸上教室▶対象:5歳児~中学生 ※小学生以下は保護者同伴。▶日時:10月24日(日)午前8時~10時▶場所:光が丘公園陸上競技場▶定員:20名(先着順)▶費用:50円▶持ち物:レジャーシート▶申込:当日会場へ▶問合せ:グイ・ボン・ビュン陸上クラブ・岩田☎080-5401-3848(午後4時~7時)
- ◆英語で劇ごっこ!物語の世界で遊ぼう!▶対象:3歳児~小学1年生と保護者▶日時:11月6日(土)午前10時~11時30分▶場所:西大泉地区区民館▶定員:10名(先着順)▶費用:1人100円▶申込:電話でぺこぺこあむのしる会☎080-5193-2844(午前9時~午後8時)

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。

あなたの街にもドンドン広がる和太鼓教室!まずは無料体験から!

## 無料体験レッスン開催中!!

初めての方も安心!

お問合せ・お申込みは **TEL 090-3901-9613**  
平日 10:00~20:00 / 土日祝日 10:00~18:00  
<http://www.taikolab-nerima.com/>

あなたの街のTAIKO-LAB TAIKO-LAB練馬は上石神井・大泉学園・氷川台でレッスンを開催しています。楽しい仲間と一緒にあなたも和太鼓を始めてみませんか?

タイコラボ練馬 東京都練馬区大泉学園町7-15-21 スタジオニール内  
詳しくは [タイコラボ練馬](http://www.taikolab-nerima.com/) 検索

TAIKO-LAB 練馬は株式会社太鼓センターとのフランチャイズ契約に基づきフェロープランが運営しております。

## 外装まるごとパック

練馬区内戸建限定 (ビル・店舗・アパートは除外)

戸建住宅「まるごと」塗り替え 夏は涼しく冬は暖かい遮熱塗装 「足場代」込みで長期保証付!!

ウレタン 塗装パック 耐用7~10年 81万円(税込)	シリコン 塗装パック 耐用10~15年 88万円(税込)	遮熱 塗装パック 耐用13~20年 94万円(税込)
-----------------------------	------------------------------	----------------------------

お気軽に問い合わせください! 受付 8:00~20:00(無休)  
練馬区高松2-18-8 特別養護老人ホーム「練馬高松園」裏  
創業昭和61年『戸建住宅塗装一筋35年』  
(有)フレッシュホーム  
0120-330-828

お見積り無料!

広告 **起業家募集!** 新規開業者の半数超えが入会 開業コスト削減出来ます

公益社団法人 **全日本不動産協会** 東京都本部 練馬支部  
〒176-0012 東京都練馬区豊玉北5-19-12-301 TEL. 03-5912-0733

一街頭相談会適宜開催



# 読書週間

10/27~11/9は  
図書館に行こう!



▶申込:当日会場へ ★は電話で各図書館へ

図書館名・問合せ	内容・日時・定員(先着順)など
練馬 ☎3992-1580	★秋のおはなしをたのしもう!▶対象:③~5歳児と保護者④小学生▶日時:11/7(日)④10:00~10:30④11:00~11:30▶定員:④4組④8名 ※申し込みは10/23(土)から。
	★講演会「絵本作家 川端誠 絵本とともに旅をして~図書館と絵本制作」▶対象:小学生以上▶日時:11/13(土)14:00~16:00▶場所:生涯学習センター▶定員:30名 ※申し込みは10/16(土)から。 (Zoomを使ったオンライン配信も行います) ▶定員:30名▶申込:10/16(土)~11/7(日)に区ホームページ「電子申請」で申し込んでください
貫井 ☎3577-1831	★手話つきおはなし会▶対象:④3歳児~小学3年生と保護者④小学4年生以上▶日時:11/7(日)④11:00~11:45④14:00~14:45▶講師:ねりまおはなしの会ほか▶定員:各20名
小竹 ☎5995-1121	★文学講座「文学作品に見る文豪の語彙力」▶日時:10/31(日)14:00~15:30▶講師:大東文化大学文学部教授/山口諤司▶定員:20名
	★あかちゃんのおはなし会スペシャル▶対象:0~2歳児と保護者▶日時:11/3(祝)10:30~11:10▶定員:10組
	本の探検ラリー▶対象:5歳児以上▶日時:11/6(土)・7(日)10:00~16:30▶定員:各30名
関町 ☎3929-5391	★テラスでおはなし会▶日時:10/27(水)16:30~17:00▶定員:30名
大泉 ☎3921-0991	青少年企画展示「ドキドキをたよりに本をよもう」▶日程:10/26(火)~11/21(日)
	★絵本と歯ブラシで親子のコミュニケーション▶対象:0~5歳児と保護者▶日時:11/5(金)11:00~11:40▶定員:10組
	★文学講演会「直木賞作家 中島京子さんが語る図書館と私」▶対象:中学生以上▶日時:11/7(日)14:00~16:00▶定員:30名
稲荷山 ☎3921-4641	★歴史講座「大泉・土支田・石神井地域の歴史」▶日時:10/30(土)14:00~15:30▶定員:20名
	★いなりやま音楽会▶対象:3歳児~小学生▶日時:11/3(祝)④13:00~13:45④14:30~15:15▶出演:NPO法人いろはリズム▶定員:各20名 ※申し込みは10/16(土)から。

図書館名・問合せ	内容・日時・定員(先着順)など
南大泉 ☎5387-3600	★古典まつり「光琳かるたで遊ぼう!」▶日時:11/3(祝)14:00~15:30▶定員:15名
	★おたのしみ会「アフリカをたのしむ」▶日時:11/7(日)14:00~15:00▶講師:ブッシュ・スクール代表/千野健司▶定員:15名
南大泉図書館分室 こどもと本のひろば ☎3925-4151	秋の読書週間「シークレットブック(本の福袋)」▶日程:10/30(土)~11/2(火)▶定員:30名
	★あきのおたのしみ会「おとぎの世界へようこそ」▶対象:3歳児~小学生と保護者▶日時:11/6(土)④14:00~14:30④15:00~15:30▶定員:各5組 ※申し込みは10/24(日)から。
光が丘 ☎5383-6500	★大人のためのおはなし会▶対象:中学生以上▶日時:10/31(日)14:00~15:30▶講師:朗読グループ「ちょっといいお話の会」▶定員:30名
	★真鍋先生の恐竜教室~恐竜博士になろう▶対象:小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴)▶日時:11/6(土)14:00~16:00▶講師:国立科学博物館標本資料センター長/真鍋真▶定員:30名
平和台 ☎3931-9581	児童展示「図書館おすすめの本」▶日程:10/26(火)~11/21(日)
	★へいわだいとしょかんたんけん▶対象:④③~5歳児④②小学生▶日時:10/31(日)④10:00~10:40④11:00~11:40④13:30~14:10④14:30~15:10▶定員:④③各4名④②各8名
	★平和台短歌教室▶日時:11/7(日)14:00~15:30▶講師:歌人/東直子▶定員:15名
春日町 ☎5241-1311	★人形劇「おむすび座がやってくる」▶対象:3歳児~小学生と保護者▶日時:11/6(土)④14:30~15:00④15:30~16:00▶定員:各20名 ※申し込みは10/23(土)から。

各図書館では、読書週間にあわせて「図書館利用者懇談会」を開催します。事前に申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせいただくか、図書館ホームページ(<http://www.lib.nerima.tokyo.jp/>)をご覧ください。

## 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。

- 第24回心の鐘コンサート(障害がある方による合唱と演奏) 11月22日午後7時~9時 練馬文化センター 入場料1,300円 あかねの会・南林☎3577-7421(要予約)
- 開進第三小同窓会総会 11月6日午後3時~4時30分 開進第三小 参加費500円(中学生無料) かせだ☎3991-5833

- 筆ペンでかくはじめての絵習字教室 初心者対象 10月29日午前10時~11時 練馬文化センター 参加費1,000円 来年1月14日・15日に同所で作品展あり 堀☎080-3701-8012 [Eメール] onebrushtokyo@gmail.com(要予約)
- 認知症予防・健康維持の歩行会 こぶしの会 65歳以上の方対象 第1・3火曜午前10時~正午 はつらつセンター光が丘 会費無料 交通費など実費 村上☎090-1762-1929(要予約)
- 話上手になる講座 STG話の会(石神井) 第2・4日曜午後1時30分~3時30分 男女共同参画センターえーる 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 宝田☎080-6685-5767(要予約)

- 女声コーラス アリオンコール(発声・抒情歌・カンツォーネ・映画音楽など) ①月4回②月2回火曜午前10時~正午 生涯学習センター分館 講師 小平ようこ ①②とも入会金2,000円 月会費①5,500円②3,000円 教材費100円 初回は無料体験可 伊藤☎080-3008-0873
- 英語で日本語・世界の童話を読む会(①日本語クラス②世界の童話クラス) 女性対象 11月からの①第1・3②第2・4水曜午後1時~2時30分 光が丘図書館 ①②とも月会費2,000円 松田☎6915-6502(午前10時~午後3時) [Eメール] k9-kumapapa2020@gm2000.net(要予約)

- フラダンス リコレファ 中高年齢者対象 月3回①木曜午前10時~正午②日曜午後2時~4時 春日町南地区区民館 講師 高橋三四子 ①②とも入会金2,000円、月会費4,500円 初回は無料体験可 年2回発表会あり 志村☎090-2752-5535 [Eメール] kellyaneki@yahoo.co.jp(要予約)
- 練馬少年空手道育成会 小学生以上対象 月3回木曜午後5時~6時 上石神井体育館 入会金1,000円 月会費2,800円 初回は無料体験可 木村☎090-8854-9000(要予約)
- 写研フラッシュ写真展 10月14日~17日午前10時~午後6時(14日は午後1時から。17日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 浜川☎3999-3343

- 民謡(峠謡会 丹田発声法) 毎土曜午後1時~5時 中村地域集会所 会費1回800円 菊池☎080-1987-9556(要予約)
- 第18回ロトノ絵画展(油彩・水彩・パステルなど) 10月20日~24日午前10時~午後5時(20日は午後1時から。24日は午後4時まで) 大泉学園ゆめりあギャラリー 入場無料 例会...月3回土曜午前9時~正午 勤労福祉会館 講師 伊藤直 月会費3,000円 田代☎3924-8835
- フランス額装とシャドーボックス展 10月21日~24日午前10時~午後5時(24日は午後3時まで) 練馬区立美術館 入場無料 田原☎090-8046-2459

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。

**お庭の事なら個人邸専門の**  
~(株)庭屋中村~

見積・相談 無料

0120-194-284

植木剪定1本の高さと値段

(1~3m未満)	3,300円
(3~4m未満)	6,600円
(4~5m未満)	8,800円

雑草対策キャンペーン!!

(防草シート)	1,100円/m <sup>2</sup>
(白砂利)	2,200円/m <sup>2</sup>

※10m<sup>2</sup>以上のお庭限定

・親切、丁寧な対応をお約束いたします  
・植木1本でもお伺いさせていただきます  
・小さなお庭づくりもお任せ下さい  
・1級施工管理士がご相談に乗ります

詳しくは! (株)庭屋中村 検索

造園1級施工管理士 初級園芸福祉士 中村 健人

**雨漏検査!!**

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント解明 壁、天井のしみを  
みつけたらまず、ご一報下さい

**修繕費の無駄はカット** 見積無料

検査・修繕 **03-5876-5801**

東京都葛飾区立石 7-31-7 株式会社サーベイ



# 第33回練馬区 伝統工芸展 伝統の心と技

**10/22金～24日** 10:00～17:00  
(24日は16:00まで)  
ココネリ3階

区には100年以上継承されてきた魅力ある伝統工芸  
があります。本展では、伝統工芸15業種の作品展示  
や実演、販売を行います。ぜひお越しください。  
▶問合せ:中小企業振興係 ☎5984-1483

## 展示・販売する 伝統工芸品

東京手描友禅・江戸表具・江戸筆・尺八・  
東京染小紋・和裁・螺鈿時絵・江戸刺繍・  
東京額縁・組紐・江戸木彫刻・手織・陶芸・  
東京彫金・椅子張

## チャリティー即売会

練馬区伝統工芸会会員の作品を販売しま  
す。収益金の一部は練馬みどりの葉っぱい  
基金などに寄付されます。▶日程:10月23日  
(土)・24日(日)

## 職人の技が光る! 伝統工芸品を紹介



### 東京手描友禅

全ての工程を1人の  
職人が担います。落ち  
着いた色彩の中にも江  
戸らしい粋や洒落が表  
現されていることが特  
徴です。



### 江戸刺繍

すっきりとした構図  
と落ち着いた色が特徴  
です。職人は糸の太さ  
などを考えながら図柄  
に合った色を使い、精  
密画を描くように緻密  
に仕上げられています。

### 組紐

巻物や武士のかぶ  
と、着物など、時代に  
合わせてさまざまなも  
のに使われてきました。  
糸と糸とが交差する  
組み目と色のコント  
ラストが特徴です。



### 尺八

乾燥させた竹に穴を  
あけ、漆などを内部  
に塗って音を整えま  
す。伝統的な和楽器で  
すが、近年ではジャズ  
やオーケストラなどと  
共演することもありま  
す。



### 入場制限など感染対策を実施

- マスクの着用や手指の消毒などにご協力ください。
- 感染拡大防止のため、中止または内容に変更がある場合があります。
- 体験・お茶席は実施しません。