

- 新型コロナワクチン接種……………2面
- 地域で応援! ねりまの子育てサポート……………4・5面
- 企画展 「牧野富太郎 草木とともに」……………8面



## 四季の香ローズガーデン

# 2023 ローズガーデン フェスティバル

4/29祝 ~ 5/28日 9:00~18:00

四季の香ローズガーデンが春バラの季節となり、5月中旬から約340品種のバラが見頃を迎え、香りや色合いを楽しめます。ぜひ、お越しください。

イベントを8面で紹介

問合せ 四季の香ローズガーデン ☎6904-2061 FAX 6904-2062

## 4/23日は練馬区議会議員選挙の投票日です

投票時間は7:00~20:00

期日前投票もご利用ください

4/21金・22土 8:30~20:00

投票日に仕事や用事などで投票に行けない方は、期日前投票ができます。住所にかかわらず、どの期日前投票所でも投票できます。ご自分の「選挙のお知らせ」の裏面に必要事項を記入の上、お持ちください。

期日前  
投票所

区役所本庁舎1階アトリウム	勤労福祉会館1階
石神井庁舎5階	平和台体育館2階
光が丘区民センター2階	大泉学園町体育館地下1階
関区民センター2階	

※体が不自由な方などを除き、車での来場はご遠慮ください。

混雑状況を  
事前にチェック!



## 令和5年度の新型コロナワクチン接種

# 重症化リスクが高い方の 接種が始まります **5/8(月)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  
☎0120-427-417(平日午前9時～午後5時)  
FAX 3993-6553



### 対象

2回以上接種し、最後の接種日から3カ月以上経過した

①～③のいずれかに当てはまる方

- ① 65歳以上の方
- ② 5歳以上で基礎疾患のある方、重症化リスクが高いと医師が認める方
- ③ 医療従事者、高齢者・障害者施設などの従事者



②③に当てはまる65歳未満の方は、申請が必要になる場合があります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



### 接種券発送日

4/24(月)

- 未使用の接種券がある方は、そちらをご利用ください。
- 到着まで1週間程度かかる場合があります。
- これから対象になる方は、接種時期の2週間前を目安に発送します。

### ワクチンの種類

オミクロン株対応ワクチン

### 接種会場・予約方法

	接種会場	予約方法
診療所	約350カ所	診療所に電話
病院	練馬総合病院 浩生会スズキ病院 順天堂練馬病院 島村記念病院 大泉生協病院 練馬光が丘病院	5/1(月)正午から予約できます  ネット予約 [新型コロナワクチン接種予約サイト練馬区]
区立施設	サンライフ練馬 石神井公園区民交流センター(6月末まで) 勤労福祉会館(5月末まで)	電話予約(毎日9:00～17:00) ☎0120-300-223(6/30(金)まで)

※1・2回目の方はオミクロン株対応ワクチンを接種できません。従来型のワクチンを使用します。希望する方は区立施設を予約してください。

## 今後のワクチン接種について

9月以降に、今回の対象者を加えた5歳以上の全ての方に接種を行います。接種券の発送時期などは、決まり次第、区ホームページなどでお知らせします。

## 新型コロナ

# 5/8(月)から保険診療になります

5月8日(月)から新型コロナの感染症法上の分類が5類に移行となります。

### 主な変更点

## 診療・検査・薬などは保険診療になります

※9月末まで治療の一部に補助があります。



PCRなどの  
無料の検査は  
終了します



高齢者や妊婦などの  
健康観察は  
終了します



東京都陽性者  
登録センターへの  
登録は終了  
します



※区内で受診できる医療機関については、区ホームページをご覧ください。

### 受診・療養などの相談先はコチラ

- 練馬区コールセンター☎5984-4761(平日午前9時～午後5時)

5類移行後の変更点や後遺症についての相談など詳しくは、  
区ホームページをご覧ください。



## これからも安心して過ごすために 感染対策5つの基本

- 体調不安や症状があるときは自宅療養や医療機関を受診
- その場に応じたマスクの着用や咳エチケットの実施
- 3密を避け換気
- 手洗い
- 適度な運動と食事



熱が出たときのために、検査キットや解熱鎮痛薬などを購入しておきましょう。

## 6/1(木)~7/31(月) PayPayポイント 20%還元キャンペーンを実施



キャッシュレス決済サービス「PayPay」で買い物をした方に、20%のポイントを還元するキャンペーンを行います。詳しくは、区報5月11日号でお知らせします。  
▶問合せ:商工係 ☎5984-2675 [Eメール shokokanko@city.nerima.tokyo.jp](mailto:shokokanko@city.nerima.tokyo.jp)

### 事業者の方へ 新規参加店舗を募集

区ホームページをご覧の上、導入手続きをしてください。▶対象:区内中小企業 ※導入済みの店舗は自動で参加店に登録されます。▶問合せ:PayPay新規加盟店窓口 ☎0120-957-640(午前10時~午後7時)



### 区民の方へ PayPayの使い方説明会を開催

▶定員:各20名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで  
①希望日時②氏名③電話番号を、商工係へ



詳しくはコチラ▶

日時	場所
A 5/26(金) B 31(水) 9:30・11:00から	ココネリ3階
C 6/2(金) D 5(月) 9:30・11:00・14:00・15:30から	

※時間はいずれも1時間程度。

## 子どものための講座を 企画・運営する団体を募集

子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、9月1日(金)~来年3月17日(日)に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。  
▶問合せ:青少年課育成支援係(区役所本庁舎11階) ☎5984-1292 [Eメール seishonen03@city.nerima.tokyo.jp](mailto:seishonen03@city.nerima.tokyo.jp)



### 募集する講座

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

### 申し込み方法など

- ▶募集団体:次の①~③のいずれかに当てはまる団体
  - ①区内の小中学校のPTAや幼稚園・保育園などの保護者会
  - ②練馬区生涯学習届出団体
  - ③代表者が区内在住・在勤(在学)の20歳以上の方で、主に区内で活動している団体
- ▶開催場所:区立施設など  
※ねりま遊遊スクールのみ、区外で開催するものも応募可。
- ▶申込:図書館や体育館、青少年館、青少年課、区ホームページなどにある募集のしおりをご覧の上、5月31日(必着)までに育成支援係へ  
※申し込み多数の場合は、審査の上、抽選。

### 説明会を開催

初めて応募する団体は参加してください。▶日時:①5月16日(火)午後6時30分~7時30分 ②18日(木)午前10時30分~11時30分 ▶場所:①区役所本庁舎20階 ②同19階 ▶定員:①30名 ②20名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで  
①説明会(①②の別も)②氏名③電話番号を、5月12日(金)までに育成支援係へ  
※①はオンライン配信も行います。詳しくは、募集のしおりをご覧ください。

## 古着・古布をお持ちください ~臨時回収のご案内



透明か半透明の袋に入れ、回収時間内にお持ちください。雨天でも回収します。▶問合せ:リサイクル推進係 ☎5984-1097

- 回収できるもの 衣類、タオル、毛布、カーテン、シーツなど
- ×回収できないもの ゴム・ビニール製の衣類、布団、ぬいぐるみ、靴、マットレス、カーペット、綿が入っているものなど

日時	場所
5/21(日) 6/4(日)	9:00~11:00 関町図書館
	10:00~12:00 豊溪小
	13:00~15:00 早宮区民事務所
	14:00~16:00 練馬区医師会医療健診センター
5/28(日) 6/11(日)	9:00~11:00 大泉学園町福祉園
	10:00~12:00 石神井台みどり地域集会所
	12:00~15:00 光が丘区民センター1階
	13:00~15:00 旭町地域集会所
14:00~16:00 春日町地域集会所	

※区立施設29カ所では、定期回収をしています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

### 募集期間 6/21~7/21(必着)

## ねりま手工芸公募展 作品募集

9月3日(日)~9日(土)に石神井公園ふるさと文化館で開催する公募展に出品する作品を募集します。▶対象:区内在住・在勤(在学)の16歳以上の方 ▶募集作品:応募者本人がデザインした手工芸作品 ▶作品の規格:原則として平面作品は150cm×150cm以内、立体作品は60cm×60cm×60cmのスペースに展示できる大きさ ▶申込:地区区民館や石神井公園ふるさと文化館、生涯学習センター、練馬区立美術館、文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある募集要項をご覧ください。6月21日~7月21日(必着)に石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060



### 5月の健康相談などの日程(無料) 事前に予約が必要です。

内容	場所	日程・受付時間
健康・禁煙相談 ▶内容:病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談など	豊	9(火)・23(火) 13:30~15:30
	北	16(火)・30(火) 13:00~15:00
	光	18(木) 9:00~11:00
	光	30(火) 13:30~15:30
	石	16(火) 9:00~11:00
	石	25(木) 13:30~15:30
心身障害者(児) 歯科相談	大	9(火)・25(木) 13:00~15:00
	関	8(月)・29(月) 9:00~11:00
◆こころの健康相談 ▶対象:不眠・無気力・もの忘れなどでお困りの方、精神疾患の方や家族	豊	16(火) 14:00~16:00
	北	23(火) 9:00~11:00
	光	16(火) 14:30~16:10
	石	15(月)・29(月) 14:00~15:30
◆子育てこころの相談 ▶対象:子育てで悩んでいる方	大	31(水) 13:30~15:30
	関	26(金) 14:00~15:30
	光	31(水) 14:10~15:40
◆思春期・ひきこもり相談 ▶対象:ひきこもりと思われる方の家族(◎は、家族グループ相談のみ)	石	10(水) 14:30~16:00
	豊	15(月) 10:00~12:00
	豊	17(水)◎ 14:00~16:00
◆大人の発達障害相談 ▶対象:18歳以上で発達障害と思われる方	北	15(月) 13:30~15:30
	豊	29(月) 14:00~16:00
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ▶対象:依存症などでお困りの方や家族	豊	31(水) 14:00~16:00
	豊	31(水) 14:00~16:00
認知症相談 ▶対象:もの忘れなどでお困りの方や家族	27カ所の地域包括支援センターで実施(要予約)。詳しくは、在宅介護支援係 ☎5984-4597	

つ 関 大 石 光 北 豊  
... 大 石 光 北 豊  
練馬保健相談所 ☎3996-4060  
関町保健相談所 ☎3996-4060  
石神井保健相談所 ☎3996-4060  
大泉学園保健相談所 ☎3996-4060  
光が丘保健相談所 ☎3996-4060  
北保保健相談所 ☎3996-4060  
豊玉保健相談所 ☎3996-4060  
※◆は事前に担当地域の保健相談所へご相談ください。  
※(担当地域は、わたしの便利帳「あなたを受け持つ窓口」をご覧ください)。  
※診断書の発行ができる医療機関については、医療連携・在宅医療サポートセンター ☎3997-0121へお問い合わせください。

# 地域で応援！ねりまの

## 地域の方に預けて安心！ ファミリーサポート

育児のお手伝いをしてほしい方(利用会員)とお手伝いをしたい方(援助会員)を結ぶファミリーサポートセンター。地域で子育てを支援する活動です。

問合せ 練馬区ファミリーサポートセンター ☎3993-4100 FAX 3993-8205



満足度  
約**90%**!  
(令和4年度利用者  
アンケート)



**利用会員の声**

上の子の保護者会に参加するため利用しました。人見知りする子ですが、援助会員さんが優しく対応してくれたおかげで泣くこともなく過ごせました。また利用したいです！

### 理由を問わずお預かりします

- パパやママのリフレッシュ
- 病院や学校行事の際のお預かり
- 保育園や習い事への送迎 など



### まずは会員登録を！

- 対象** 区内在住の生後58日～小学生の保護者
- 保育時間** 午前7時～午後8時
- 保育場所** 援助会員宅、利用会員宅、ファミサポホーム(保健相談所内)など
- 保育料金** お子さん1人につき1時間800円(土・日曜、祝休日、年末年始は900円)



▲詳しくは  
コチラ

### 利用の流れ



### 子どもが好き・子育ての経験を生かしたい方へ

## 子育てのサポートをしませんか

子どもを預かる援助会員を募集します。区内在住で、保育サービス講習会を修了した方が対象です。



**援助会員の声**

お子さんをお預かりしていると、自然と笑顔になって元気をもらえます。責任もありますが、私にとっては宝物のような時間です。

### 保育サービス講習会

▶**対象**:20歳以上で、月1回の定例会に参加できる方 ▶**日時**:6月19日(月)～21日(水)・29日(木)・30日(金)午前9時30分～午後4時30分【5日制】▶**場所**:ココネリ3階▶**定員**:30名(選考)▶**費用**:2,000円▶**申込**:電話またはファクスで①住所②氏名(ふりがな)③電話番号を、5月31日(水)までに練馬区ファミリーサポートセンターへ

## 保育園に遊びに行こう！

保育園では、乳幼児と保護者を対象に催しを行っています。詳しくは、各保育園に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。



### 園庭開放

主に平日の午前中に園庭を開放しています。砂場やすべり台などの遊具で安心して遊べるほか、園児との触れ合いも楽しめます。

### 子育て相談

乳幼児の睡眠や食事、発達、しつけなどの相談にお応えします(電話相談も可)。▶**日時**:平日午前10時～午後3時

### ふれあい給食

区立保育園では、旬の食材を使った給食を園児と一緒に食べることができます。お子さんの食事の悩みなども相談できます。▶**費用**:大人・幼児250円、乳児170円

### 季節の行事・イベント

七夕・正月遊び・節分・ひな祭りなどの伝統行事のほか、手遊び・わらべ歌・パネルシアター・どろんこ遊びなど、園児と一緒に遊べます。

身体計測や体験学習なども行っています

## 世帯と人口 [4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
387,313 (+2,424)	739,757(+1,517)	718,594(+1,271)	21,163(+246)	14歳以下 85,375(-263)
	男 357,914	男 347,908	男 10,006	15～64歳 491,968(+1,700)
	女 381,843	女 370,686	女 11,157	65歳以上 162,414(+80)

# 子育てサポート



0~3歳児と保護者対象

## 親子で遊べる場所がたくさん!

### 子育てのひろば

満足度  
**99%**  
(令和4年度利用者  
アンケート)

親子で楽しく遊んだり、保護者が交流したりできます。お気軽にお越しください。  
▶問合せ:子ども家庭支援センター ☎3993-8155

#### 区立施設「ぴよぴよ」



施設名(住所)	電話番号	曜日	時間
練馬ぴよぴよ(ひろば室)(豊玉北5-18-12)	3993-8200	毎日	9:00~16:00
貫井ぴよぴよ(貫井3-25-15)	3577-9823	月~水・金・土	9:00~17:00
関井ぴよぴよ(関町北1-21-15)	5991-4711	月・火・木~土	
立野地区区民館ぴよぴよ(立野町15-42)	3928-6217	月~土(祝休日は休室)	10:00~17:00
大泉ぴよぴよ(東大泉5-35-1)	3925-6716	月・火・木~土	9:00~17:00
西大泉ぴよぴよ(西大泉1-27-10)	3978-8881	月~土 (祝休日は休室)	10:00~17:00
北大泉児童館ぴよぴよ(大泉町4-15-15)	3921-4856		
田柄地区区民館ぴよぴよ(田柄3-28-13)	3926-4934		
春日町南地区区民館ぴよぴよ(春日町5-20-25)	3926-4974		
光が丘児童館ぴよぴよ(光が丘1-3-1)	3975-7137		
光が丘ぴよぴよ(ひろば室)(光が丘5-2-5)	3979-8101	毎日	9:00~17:00

#### 民設子育てのひろば



施設名(住所)	電話番号	曜日	時間
さくらひろば(豊玉北1-12-3)	5999-0209	月~金	10:00~15:00
小竹プレパひろば(小竹町2-25-3)	070-1392-7517		9:30~14:30
谷原いすきあ(谷原5-1-20)	070-1300-5120	火~金・日	10:00~16:00
未来こどもランドすまいる高野台(高野台3-12-9)	5923-7555	月~金	9:00~14:00
ほっぷ・すてっぷ(南田中1-6-14)	3995-1720		10:00~15:00
未来こどもランドすまいる石神井(石神井町3-27-14)	3995-5575	月~金	10:00~16:00
あいあいあい石神井台(石神井台5-9-6)	6767-2588		
千川パンビ(下石神井1-1-3)	6807-0977	火~金・日	10:00~16:00
3丁目いすきあ(東大泉3-11-7)	6755-6029		
あいあいあい東大泉(東大泉3-41-7 2階)	3924-3508	月~金	10:00~15:00
あいあいあい南大泉(南大泉1-44-16)	6750-7081		
大泉子育てのひろば わとと(大泉学園町7-13-17)	5935-7453		
かるがも親子・氷川台(氷川台3-24-17)	3934-5314		
光が丘プレパひろば(旭町1-16-1)	3976-3113		
かるがも親子の家(北町2-21-5)	090-5777-0104	月・木・金	9:30~14:30
			10:00~15:00

### 学童クラブ室を活用したひろば

小学生が利用していない午前中の学童クラブ室を親子で利用できます。  
※学校休業期間中などは利用できない場合があります。

#### 区立施設「にこにこ」

71カ所の学童クラブで実施しています。実施施設・曜日など詳しくは、区ホームページをご覧ください。  
▶問合せ:児童館係 ☎5984-5827



#### 民間学童保育施設

一部有料の施設があります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。  
▶問合せ:放課後対策第二係 ☎5984-1078

施設名(住所)	電話番号	曜日	時間
りっこう学童クラブ(小竹町2-43-12)	5986-0261	月~金	9:30~12:00
colors桜台二丁目学童クラブ(桜台2-46-12)	6914-5691		11:00~12:00
学童保育あそびむ(羽沢3-39-15)	070-5021-3297		11:00~13:30
キッズボイス中村橋学童クラブ(中村北4-2-6)	5848-6786		12:00~13:00
石保学童クラブ(南田中5-20-2)	3996-0040		10:00~12:00(※)
こどもフローラ(下石神井2-35-16)	3996-6699		
明光学童クラブ石神井公園(石神井町3-17-16)	3904-5255	月8回	11:00~12:00
関町南アフタースクール(関町南4-19-6)	6904-8090		10:00~11:30
こどもくらぶじゃんけんぼん(西大泉2-12-5)	3925-2150	月~金	10:00~13:00
明光学童クラブ大泉学園(西大泉1-1-16 2階)	3978-0550		11:00~12:00
明光学童クラブ南大泉(南大泉4-55-6)	3921-0025		

※9月からは13:00まで。

### 外で遊べる「おひさまぴよぴよ」

外遊びを楽しめるほか、子育て相談もできます。お気軽に声を掛けてください。  
▶問合せ:子ども家庭支援センター ☎3993-8155



実施場所(住所)	曜日	時間
豊玉公園(豊玉北6-8-3)	火	9:30~13:30
中村かしわ公園(中村1-17-1)	木	
石神井公園A野球場横くぬぎ広場(石神井台1-26-1)	金	
立野公園(立野町32-1)	水	
井頭の森緑地(東大泉7-26-8)	水	
大泉中央公園砂場周辺(大泉学園町9-4-3)	火	
光が丘公園芝生広場南側(光が丘4-1-1)	木・金	

※いずれも祝休日、春・夏・冬休みを除く。

### 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練馬区夜間救急子どもクリニック(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
- 小児科 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平日20:00~22:30、土・日曜・祝休日18:00~21:30②③土曜18:00~21:30、日曜・祝休日10:00~11:30・13:00~16:30(②は15:00から。③は14:00まで)・18:00~21:30④日曜・祝休日10:00~11:30・13:00~16:30

# お知らせ

## 皆さまからの寄付(2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

練馬区のため	101万円(2件)
練馬みどりの葉っぱい基金	82万4754円(47件)
人も動物も幸せに生きられるまち実現のため	1万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ	5万4036円(6件)

## マイナンバーカード業務を一部停止します

システムメンテナンスのため、暗証番号の初期化や電子証明書の発行・更新を停止します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶期間:4月29日(祝)~5月7日(日)▶問合せ:住民記録係 ☎5984-2796

## 条例・計画など

### 令和5年度青少年育成活動方針を配布

子どもの健全な育成を目的とした基本方針です。方針は、区内の保育園や幼稚園、区立小中学校などで保護者に配布するほか、区民事務所(練馬を除く)や図書館、青少年課(区役

所本庁舎11階)などで配布します。 ※区ホームページでもご覧になれます。▶問合せ:青少年課青少年係 ☎5984-4691

## ボランティア

### 健康づくり運動リーダー育成講座

健康づくりや介護予防に役立つ、簡単に効果的な体操の指導方法やボランティアを行う上での心構えを学びます。▶日時:6月3日(土)・11日(日)・18日(日)午前9時30分~11時30分【3日制】▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:健康運動指導士/黒田恵美子ほか▶定員:35名(抽選)▶申込:ハガキまたは区ホームページで①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦受講理由を、5月17日(必着)までに〒176-8501区役所内健康づくり係 ☎5984-4624

### 住民主体の「通いの場」を立ち上げよう!フレイル予防サポーター育成研修

フレイル予防を区民に伝える方法を学びます。修了後は、通いの場の新規立ち上げや、はつらつシニアクラブのサポーターとして活動しま

す。▶対象:区内在住の方▶日時:6月1日~7月20日の毎木曜午後2時~4時15分【8日制】▶場所:区役所本庁舎20階など▶講師:東京都健康長寿医療センター研究所/佐伯京子ほか▶定員:30名(抽選)▶申込:5月2日(火)までに電話で介護予防係 ☎5984-2094

## 事業者向け

### ビジネス講座「チームの“絆”を強くする“フレド”(行動基準)の作り方」

▶対象:経営者、創業を考えている方▶日時:5月25日(休)午後7時~9時▶講師:中小企業診断士/酒井勇貴▶費用:500円▶申込:5月17日(水)までに練馬ビジネスサポートセンターホームページ ※1は電話も可。▶問合せ:同センター ☎6757-2020  
1 ココネリ3階で開催  
▶定員:30名(先着順)  
2 Zoomで開催  
▶定員:30名(先着順)

## お休みします

〈男女共同参画センターえーる ☎3996-9005〉…4月23日(日)午後5時から【害虫駆除のため】

## 地域の清掃にご協力を~5月は美化活動月間

町会・自治会などで構成する練馬区環境清掃推進連絡会と区は、5月に地域の美化活動を行います。区民の皆さまも都合の良いときに、自宅や店舗、事業所周辺の清掃をお願いします。集めたごみは分別し、通常の資源・ごみ収集日に出してください。▶問合せ:美化啓発係 ☎5984-4709



## 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

◆**ハワリンバヤル2023(モンゴルの春祭り)**▶日時:5月4日(祝)午前11時~午後5時、5日(祝)午前9時~午後3時▶場所:光が丘公園けやき広場▶内容:モンゴル料理の販売、民族音楽の演奏など▶問合せ:実行委員会 ☎080-4004-6792

◆**ラケットテニス春季大会個人戦2023**▶対象:16歳以上の方▶日時:5月14日(日)午前9時~午後4時▶場所:総合体育館▶費用:800円▶申込:電話でねりまラケットテニス協会・山田 ☎090-9134-9811

◆**ねりまのねり歩き(A武蔵関・かんかん地蔵コース@北町・二つの富士塚コース)**▶日時:5月15日(月)午前9時20分西武新宿線武蔵関駅集合~千川上水~関のかんかん地蔵~午後0時30分スーパーアキダイ解散(約5km)@20日(土)午前9時20分東京メトロ有楽町線地下鉄赤塚駅集合~田柄川緑道~浅間神社富士塚~午後0時30分東武東上線東武練馬駅解散(約4km)▶定員:各15名(抽選)▶費用:500

円▶申込:往復ハガキで①催し名(A@の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、5月2日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光案内所 ☎3991-8101

◆**ジュニアバレーボール教室**▶対象:小学3年生~17歳の方▶日時:5月21日(日)午前9時~午後5時▶場所:総合体育館▶内容:講習会、紅白戦▶講師:元上尾メディックス/辺野喜未来▶定員:50名(先着順)▶費用:500円(チーム6名まで)で申し込む場合は1チーム2,000円▶申込:電話でSSC谷原 ☎3997-2500

◆**大泉高校公開講座「武蔵嵐山のフィールドスタディ」**▶日時:6月4日(日)午前8時~午後2時▶集合場所:東武東上線武蔵嵐山駅▶費用:533円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧ファクス番号(ある方のみ)を、5月8日(必着)までに〒178-0063東大泉5-3-1 大泉高校 ☎3924-0318

◆**オンライン配信・区民健康づくりセミナー「健康寿命プラン 人生100年代 予防・健康づくりを考える」**事前に質問を募集します。質問・視

聴方法など詳しくは、練馬区医師会ホームページをご覧ください。6月12日(月)から配信します。▶問合せ:同会 ☎3997-7500

### 朝・夕・青空市

◆**光が丘IMA南館前**▶日時:4月30日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

### 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、5月9日(必着)までに申込先へ ※1区画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。

◆**こぶし公園(富士見台3-53-1)**▶日時:5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 リサイクルおてだまや ☎090-6496-5366(先着20店。問い合わせは午後6時~9時)

### 献血にご協力を

◆**練馬駅北口バスロータリー**▶日時:4月22日(土)午前10時30分~午後0時30分・午後2時~4時30分▶問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

### 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

◆**若手地球物理学者おっくんのサイエンスラボ~圧力の巻**▶対象:小学4年生~中学生 ※保護者の参加も可。▶日時:5月20日(土)午後2時~3時45分▶場所:貫井図書館▶講師:東京大学地球惑星科学専攻特別研究員/奥田善之▶定員:30名(先着順)▶申込:電話でわんぱく文庫・長崎 ☎090-7207-0531(午後6時~9時)

◆**スポーツなど**▶申込:A|B|D|E当日会場へC電話で日本ティーボール協会練馬区連盟・庄司 ☎090-3517-2021(午後5時~8時) ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加も可。

◆**大泉学園町体育館**▶対象:3歳児~中学生▶日時:5月20日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:体操、トランポリンなど▶定員:30名(先着順)▶費用:50円

◆**回台台体育館**▶対象:5歳児~中学生▶日時:5月20日(土)①午前9時~10時30分②午前10時~11時45分③午

前10時45分~正午▶内容:①ダブルダッチ②スラックライン③ポッチャ▶定員:各20名(先着順)▶費用:100円(保護者のみ)

◆**光が丘公園**▶対象:5歳児~小学4年生▶日時:5月20日(土)午後1時~3時▶内容:ティーボール▶定員:40名(先着順)▶費用:100円

◆**上石神井体育館**▶対象:4歳児~小学生▶日時:5月27日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:鉄棒、トランポリンなど▶定員:40名(先着順)

◆**中村南スポーツ交流センター**▶対象:5歳児~中学生▶日時:5月29日(月)午後4時~6時▶内容:フラッグフットボール▶定員:30名(先着順)

◆**5月の水泳ワンポイントレッスン**▶対象:4歳児~中学生 ※小学3年生以下のお子さんには水着を着用した保護者が付き添ってください。▶日時:5月6日(土)・20日(土)午前9時~11時▶場所:三原台温水プール、上石神井体育館、平和台体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。

▶費用:プール利用料(保護者のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ

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。

## 外装まるごとパック

区内/戸建(木造2階建)限定 (築30年位迄・賃貸物件除外)

屋根+外壁「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8~10年 88万円(税込)	シリコン 塗装パック 耐用10~15年 92万円(税込)	遮熱 塗装パック 耐用12~20年 96万円(税込)
--------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

お気軽にお問い合わせください! 受付 8:00~19:00(無休)  
練馬区高松2-18-8 特養老人ホーム「第2練馬高松園」裏

創業昭和61年「戸建塗替一筋36年」  
(有)フレッシュホーム  
0120-330-828

お見積り無料!

http://www.fresh-home330.com

## 笑顔満開 たたみ替え!

表替え ¥5,170~(税込)	新量 ¥12,870~(税込)	裏返し ¥4,180~(税込)
--------------------	--------------------	--------------------

即日仕上げ  
朝引き取り→夕方納品  
防虫シート・竹炭シート 取扱

★重たい家具の移動  
★仕上げの拭き掃除  
★見積り無料

白澤畳店 練馬区旭丘1-63-6  
http://www.shirasawa-tatami.co.jp  
0120-75-1153

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

### 健康・衛生



#### 血圧が気になる方へ～高血圧予防と改善のための食事と生活

▶日時:5月30日(火)午後2時～3時30分 ▶場所:石神井保健相談所 ▶内容:講義 ▶定員:25名(先着順) ▶申込:電話で同所 ☎3996-0634

### 子ども・教育



#### 5月の1歳児子育て相談・1歳からの食事講習会

▶対象:おおむね10カ月～1歳4カ月児 ▶内容:歯磨き・育児・食事相談 ▶持ち物:母子健康手帳 ▶申込:区ホームページ

場所(保健相談所)問合せ	日程	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	25(木)	30名
北 ☎3931-1347	24(水)	18名
光が丘 ☎5997-7722	10(水)	18名
石神井 ☎3996-0634	10(水)	30名
大泉 ☎3921-0217	17(水)	18名
関 ☎3929-5381	18(木)	18名

※時間はいずれも9:00～11:00。

### 講座・催し



#### 就職活動や地域活動をしている女性のためのパソコン講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる女性 ▶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(先着順) ▶費用:1,000円 ▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名(A～Dの別)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号⑤電子メールアドレス⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 Eメール 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、開催日の2週間前までにお知らせください。

内容	日時
Aワード	5/21(日) 9:30～12:30
Bエクセル基礎	6/8(木) 9:30～12:30
Cエクセル実践	6/15(木) 9:30～12:30
Dパワーポイント	7/2(日)13:30～16:30

### スポーツ



#### 区民体育大会

▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページなどにある実施要項をご覧の上、5月3日(祝)28日(月)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

#### 1硬式テニス(ダブルス<一般男女、ベテラン男女>)

▶日程:6月4日～18日の毎日曜 ※時間と会場は後日発表。 ※学生テニス連盟登録者と高校生は参加不可。 ▶費用:1種目1組1,500円

#### 2水泳(高校・一般の部)

▶日時:6月18日(日)午前9時から ▶場所:光が丘体育館 ▶費用:1種目1,000円、リレーは1チーム2,000円

#### 初心者スポーツ教室

▶申込:往復ハガキまたは区ホームページで①教室名(1・2の別。1はA②の別)②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、5月1日(必着)までに

〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

#### 1体操・トランポリン

▶対象:④4・5歳児⑤小学生 ▶日時:5月20日(土)・27日(土)、7月22日(土) ④午前9時30分～10時15分⑤午前10時30分～11時15分【3日制】 ▶場所:総合体育館 ▶定員:各30名(抽選) ▶費用:1,500円

#### 2剣道

▶対象:小学生以上 ▶日時:5月21日～7月2日の毎日曜午後1時30分～3時30分【6月4日を除く。6日制】 ▶場所:総合体育館 ▶定員:20名(抽選) ▶費用:228円

#### 女性スポーツ大会 バドミントン

▶対象:区内在住・在勤、または練馬区バドミントン協会登録の女性 ▶日時:6月3日(土)・4日(日)午前9時から ▶場所:総合体育館 ▶内容:ダブルスのトーナメント(4部制) ▶費用:1組1,000円 ▶区の担当:スポーツ振興課事業係 ▶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、5月8日(月)までに練馬区バドミントン協会 ☎3995-7435

### 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。

#### 水泳 クリオネスイミングクラブ

中高年齢者対象 毎月曜午前11時～午後1時 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費2,000円 保険料年1,850円(65歳以上の方1,200円) 初回は無料体験可 林 ☎3938-3779 (要予約)

#### 司馬遷「史記」の読解と解釈 史記を読む会

月2回月曜午後1時30分～3時30分 サンライフ練馬など 講師 学習院大学名誉教授/鶴間和幸 月会費3,000円 初回は無料体験可 きじや ☎ FAX 3977-3361 Eメール t-kijiya1945@ezweb.ne.jp (要予約)

#### 手編みサークル(アフガン編み・棒針・カギ針)

初心者・中高年齢者対象 第2・4①月曜午前10時～正午②木曜午後1時～3時 光が丘区民センター5階など ①②とも入会金2,000円、月会費2,000円 堀江 ☎3976-8404

#### 健康体操(リズムシェイプ・体幹トレーニング) 青葉会

中高年齢者対象 毎金曜午前10時～11時 総合体育館 講師 小野加代子 入会金1,000円 月会費2,000円 吉野 ☎6750-7242

#### 高齢者水泳体験会(準備体操・水中運動・水泳)

60歳以上の方対象 5月12日・19日・26日午後1時～3時 平和台体育館 保険料1回100円 例会…60歳以上の方対象 毎金曜午後1時～3時 平和台体育館 入会金1,000円 月会費2,000円 保険料年500円 平和台マスターズスイミングクラブ・服部 ☎ FAX 3932-8451 (要予約。午後6時～9時)

#### 大泉囲碁サークル

毎月曜午後1時～5時 勤労福祉会館 入会金1,000円 月会費3,000円 講師 元呉清源研究会アシスタント/朝野佐千代 講義・指導碁、年2回リーグ戦などあり 高瀬 ☎3923-0185

#### 野草の育成・保護活動 練馬・野草四季の会

第1水曜・第3土曜午前9時30分～11時30分 田中山憩いの森(谷原) 年会費1,000円 狩野 ☎5910-6650

#### 麻雀サークル エイトクラブ

60歳以上の経験者対象 毎水曜正午～午後5時、毎日曜正午～午後5時30分 光が丘地区区民館 月会費500円 初回は無料体験可 早川 ☎090-9012-3783 (要予約。午後6時～9時)

#### 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1,400円 初回は無料体験可 宝田 ☎080-6685-5767 (要予約)

#### 親子リトミック無料体験会

①1歳6カ月～3歳児と保護者②6カ月～1歳6カ月児と保護者対象 4月25日①午前9時30分～10時②午前10時10分～10時40分 田柄地区区民館 例会…③1歳6カ月～3歳児と保護者④6カ月～1歳6カ月児と保護者対象 月3回火曜③午前9時20分～10時④午前10時10分～10時50分 田柄地区区民館 ③④とも入会金500円、月会費3,000円 初回は無料体験可 けやきっくらぶ・木内 ☎090-9975-7711 Eメール ft-nao.sky.k@vodafone.ne.jp (要予約)

#### Ordina Brass Band(旧石神井南中OB吹奏楽団)第40回定期演奏会

5月5日午後2時開演 光が丘IMAホール 入場無料 伊東 ☎3996-2933 Eメール ordinabrassband@yahoo.co.jp

#### 日本と欧米の文学作品を味わう無心塾

隔週水曜午後6時～8時 勤労福祉会館 講師 早稲田大学名誉教授/梅宮創造 会費1回500円 都内文学館の見学あり 高橋 ☎090-1804-1057(午前10時～午後1時) Eメール takakot@gmail.com

#### 水泳 練馬スイムメイツ

年長児～小学生対象 毎金曜午後3時15分～5時 三原台温水プール 入会金1,000円 月会費3,000円 保険料年800円 初回は無料体験可 藤澤 ☎090-6463-1125 Eメール swimmates2023@gmail.com (要予約)

#### 小林芙蓉書画展

4月27日～5月3日 午前9時～午後9時(27日は正午から。3日は午後5時まで) 春日町図書館 入場無料 阿部 ☎090-6167-8339 Eメール kanpanyu7@gmail.com

#### 南京玉すだれ無料体験会

20歳以上の初心者対象 5月7日午後3時～4時 練馬高野台駅前地域集会所 例会…20歳以上の初心者対象 第2日曜午後1時30分～3時30分 練馬高野台駅前地域集会所 入会金1,000円 年会費3,000円 初回は無料体験可 遊芸会・松井 ☎090-3421-5545 Eメール yy2403@ezweb.ne.jp (要予約)

#### スポーツ吹き矢体験会

18歳以上の方対象 5月13日午後1時～3時 勤労福祉会館 参加費無料 大泉吹き矢サークル・高橋 ☎3923-2256 (要予約)

#### フラダンス プア・ロケラニ

月3回月曜午前10時～正午 南大泉地区区民館 入会金2,000円 月会費4,500円 初回は無料体験可 佐々木 ☎090-6791-7249 (要予約)

#### リトミック体験会

4月25日、5月16日・23日・30日、6月13日・20日・27日①午前10時10分～10時50分(1～4歳児と保護者)②午前11時～11時40分(0歳児と保護者) 光が丘区民センター5階など ①②とも参加費1回100円 ジャックと豆の木・横山 ☎090-9360-0051 Eメール aria.mamemari@gmail.com (要予約)

#### ラバナハワイアンキルトクラブ

作品展 5月18日～23日午前10時～午後5時(18日は午後1時から) 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 伊藤 ☎090-5392-7195

#### 書道(毛筆・ペン・筆ペン) シロー

小学生以上対象 月2回火曜午後4時～7時 高野台地域集会所 月会費1,500円 教材費月550円 初回は無料体験可 大川 ☎ FAX 3977-1589 (要予約。午後6時～8時)

#### シニアのための健康体操 サンビー・サークル

60歳以上の方対象 毎木曜午前10時～11時30分 石神井庁舎5階 講師 平野俊恵 月会費3,500円 初回は無料体験可 寺谷 ☎090-4520-3292 (要予約)

#### 水中ウォーキング ナック

毎金曜午後7時30分～9時30分 大泉学園町体育館 水中運動指導士が指導 入会金1,000円 年会費1,000円 月会費3,000円 滝沢 ☎ FAX 3867-8343 (要予約)

#### ヨガサークル ONE&ONLY

①18歳以上の初心者の女性②産後2カ月以上の母親(お子さん連れ可)対象 毎木曜①午前9時30分～10時20分②午前10時30分～11時20分 向山庭園 講師 理学療法士/伊波あゆみ ①②とも会費1回1,500円 初回は500円で体験可 長谷川 ☎3993-3811 HP https://forms.gle/i6LirmmTCDHo9u7V6 (要予約)

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。

**庭木1本から承ります!**

お客様へのお約束  
庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
お茶はご遠慮します  
土日でもOKです

「ねりま区報」をご覧の方に  
**生垣剪定**  
長さ1m高さ2m  
通常**2,200円**を  
先着10名様 (税込)  
**1,100円!**

1本からの  
お庭サービス  
**ガーデンエクステル**  
東京中央支店 練馬区土支田3-19-12 営業時間 9:00～17:00  
見積無料 **03-5933-2811**

お見積り・お問い合わせは **お電話** もしくは **2次元コード** から

**確かな家族葬を約束する 千代田セレモニー**

千代田豊島園会館 練馬区指定葬儀場 使用料助成金対象ホール  
東京都練馬区練馬 3-22-6

家族葬のご依頼・事前のご相談は  
**24時間・365日受付**

通話無料 **0120-16-9876**

撮りためた写真や動画を **ビデオ編集** 承ります

mido企画 練馬区南大泉5-9-6 携帯 090-6315-0918 メール midorikawahiro@gmail.com

登りたい山にご案内します **日帰り登山**

**4/29**祝～  
**5/28**日  
9:00～18:00

# 2023ローズガーデンフェスティバル 楽しいイベント盛りだくさん!

場所・問合せ 四季の香ローズガーデン ☎6904-2061

## お買い物を楽しもう!

▶時間:午前10時～午後4時

### 四季の香マーケット & カフェ

アロマグッズや園芸用品、ねりコレ商品などを販売します。

### ローズガーデン わくわくマルシェ

バラの苗や練馬産野菜、お菓子などを日替わりで販売します。

※5月の土・日曜のみ。

ローズソフトやハーブドリンクが  
味わえるカフェも!



## コンサートを楽しもう!

▶申込:当日会場へ

### 5/14 ① ローズガーデン コンサート

▶日時:5月14日(日)①午前11時～11時40分②午後2時～2時40分

▶出演者:武蔵野音楽大学学生



### 5/28 ② ローズガーデン フラコンサート

▶日時:5月28日(日)①午前11時～11時30分②午後2時～2時30分

▶出演:WAINANI HULA STUDIO



## 他にも楽しいイベントがあるよ!

催し名など	日時	定員	申込
<b>1</b> フェルトバッグづくり	5/13(土) ①10:00～11:30 ②13:30～14:30 の間の30分程度(※)	①35名 ②25名 (先着順)	当日会場へ
<b>2</b> 藤川志朗 花のイラスト展 2023春	5/17(水)～21(日)10:00～16:00 (21日は15:00まで)	—	要申込
<b>3</b> 新苗から育てるバラの育て方講座 ▶講師:第一園芸(株)/小河紀子 ▶費用:2,500円 ※バラの新苗を差し上げます。	5/20(土) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30	各28名 (抽選)	要申込
<b>4</b> バラ栽培家・入谷伸一郎先生による 春バラ後の管理講座(中級者向け)	5/21(日) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30		

※開始15分前から整理券を配布。

### ③④の申し込み方法

往復ハガキまたは同ホームページで①催し名(③④と①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、5月2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へ



### 春のフォトコンテスト



ローズガーデン内で撮影した写真を募集します。詳しくは、四季の香ローズガーデンにあるチラシや同ホームページをご覧ください。

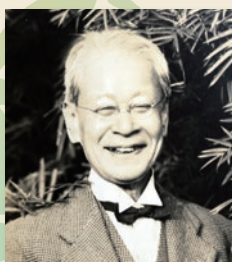
▶募集期間:5月15日(月)～6月5日(月)

企画展 入場無料

## 牧野富太郎 草木とともに

4/22(土)～10/9(祝) 9:30～16:30 ※火曜休園。

場所・問合せ 牧野記念庭園 ☎6904-6403



牧野富太郎  
昭和13年11月 個人蔵

「何よりも 貴き宝持つ身には 富も誉れも願わざりけり」と詠んだように、博士にとって生涯で出会った植物や友人がなによりの宝でした。

本展では、博士が描いた植物図や「日本禾本莎草植物図譜」の写真などを通して、植物とともに歩んだ博士の人生を紹介します。



リンボク  
明治14年 個人蔵

### ガイドツアーを開催

▶日時:4月26日(水)、5月18日(水)、6月16日(金)、7月15日(土)、8月14日(月)、9月13日(水) ①午前10時30分～11時10分 ②午後2時30分～3時10分  
▶定員:各15名(先着順) ▶申込:開催日の前日までに電話で同所へ

### 牧野記念庭園で 4/24は牧野博士の誕生日 来園者にポストカードをプレゼント!

▶日時:4月24日(月)午前9時～午後5時  
▶問合せ:みどり推進課施設係 ☎5984-1664



東大泉  
牧野富太郎邸  
百花庭の図

### 大泉地区の商店街で

### 博士ゆかりの商店街を巡ろう! デジタルスタンプラリー

牧野記念庭園や大泉地域の商店街などにある7カ所のスタンプを集めた方に、抽選で大型テレビや高知県産の特産品などをプレゼントします。▶日程:5月1日(月)～31日(水) ▶区の担当:商工係 ▶問合せ:ロードふじみ商店会・加藤 ☎3923-5703



### 「らんまん」パネル展示&しおり作り

NHKの連続テレビ小説「らんまん」のパネル展示や、しおり作りが楽しめます。 ※NHK首都圏局共催。▶日時:4月24日(月)・25日(火)午前10時～午後4時 ▶場所:区役所アトリウム ▶問合せ:みどり推進課施設係 ☎5984-1664



博士をモデルにした連続テレビ小説「らんまん」放送中!