

お知らせ

弁護士による無料相談会

▶対象:借金や税金の滞納、労働問題、離婚などで経済的に困りの方
▶日時:7月3日(水)、8月7日(水)午後1時~4時30分間の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

住まい・まちづくり

耐震相談会

(一社)練馬区建築設計事務所協会の建築士が、耐震改修や助成に関する相談にお応えします。▶日時:6月30日(日)午後1時~4時30分間の45分間▶場所:区役所本庁舎20階▶申込:6月28日(金)までに区ホームページまたは電話で耐震化促進係 ☎5984-1938

働く

①短時間保育②保育③調理④用務【会計年度任用職員(サポートスタッフ〈登録制〉)】

▶期間:来年3月まで(再任する場合あり)▶勤務日:月~土曜(月20日程度)▶時間:①朝...午前7時30分から、夕...午後4時15分から(それぞれ2~3時間程度)②~④原則として午前8時30分~午後5時15分間の4~7時間45分▶場所:区立保育園▶報酬(時給):①1,434円②1,228円

③④1,173円 ※交通費支給。 ※勤務条件により、期末・勤勉手当、社会保険あり。▶申込:区ホームページや保育課(区役所本庁舎10階)にある申込書を、保育課管理係 ☎5984-5839

ごみの収集作業員【会計年度任用職員(サポートスタッフ〈登録制〉)】

▶対象:ごみ収集ができる体力のある方▶期間:7~9月▶日時:月~土曜午前7時40分~午後4時25分(月16日以内)▶場所:練馬・石神井清掃事務所▶報酬:日給1万1596円 ※交通費支給。 ※特殊勤務手当を含む。▶申込:直接または電話で清掃事務所【練馬 ☎3992-7141、石神井 ☎3928-1353】

国民年金

厚生年金・共済組合に加入している配偶者の扶養から外れたときは届け出を

厚生年金・共済組合に加入している配偶者に扶養されている方(20歳以上60歳未満)は、次のいずれかに当てはまる場合、第1号被保険者に切り替える届け出が必要です。

- 配偶者が退職・死亡した
- 配偶者が厚生年金・共済組合加入中に65歳に達した
- ご自身が収入増や離婚などで扶養から外れた
- ご自身が雇用保険を受給するようになった

▶問合せ:国民年金係 ☎5984-4561

介護保険

令和6年度の保険料の決定通知書を6月19日(水)に発送

65歳以上の方の保険料は、本人や世帯の特別区民税の課税状況などにより算定します。納付方法など詳しくは、決定通知書をご覧ください。6月末までに届かない場合はご連絡ください。

〈決定通知書は、70歳以上の方を対象とする東京都シルバーパス購入の際に所得確認書類として使えます〉

再発行はできませんので、必要な方は必ず保管してください。 ※東京都シルバーパスについては、(一社)東京バス協会 ☎5308-6950へお問い合わせください。

◎問合せ:資格保険料係 ☎5984-4592

事業者向け

障害者の意思疎通と手話言語に関する動画を制作する事業者を募集

「練馬区障害者の意思疎通の促進と手話言語の普及に関する条例」を周知するための動画を制作する事業者を募集します。事業者の選定は、

プロポーザル(事業提案)方式で行います。区ホームページや障害者施策推進課(区役所西庁舎1階)にある募集要領をご覧ください。7月11日(木)までに申し込んでください。▶問合せ:障害者施策推進課事業計画係 ☎5984-4602

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▶申込:6月20日(木)までに区ホームページまたは電話で介護予防係 ☎5984-2094

足腰しゃっきりトレーニング教室 (室内で行う筋力強化、ストレッチなど) ▶費用:500円
▶日時:7/4~8/8の毎木曜10:00~11:30【6日制】▶場所:ティップネス練馬(練馬1-5-16)▶定員:23名
▶日時:7/11~8/15の毎木曜10:00~11:30【6日制】▶場所:関区民センター▶定員:25名
▶日時:7/22~9/2の毎月曜10:00~11:30【8/12を除く。6日制】▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)▶定員:15名
オンライン開催・足腰しゃっきりトレーニング教室
▶日時:7/11~8/29の毎木曜10:00~11:30【8/15を除く。7日制】▶定員:30名

※初めての方を優先の上、抽選。

対象を拡充 訪問服薬健康相談をご利用ください ~お知らせを6月下旬に発送

練馬区国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方で、処方される薬が多い方などを対象に、薬剤師による訪問服薬健康相談を実施します。対象の方には6月下旬以降にお知らせを送付します。申し込み方法など詳しくは、お知らせをご覧ください。



問合せ 練馬区国民健康保険に加入の方...こくほ給付係 ☎5984-4553
後期高齢者医療制度に加入の方...高齢者健康支援係 ☎5984-1189

練馬城址公園にねりまの魅力が大集合!

6/16(日)

Toshimaen ぶらりフェス

問合せ 観光係 ☎5984-1032

地元商店会や西武鉄道、ねりコレ認定店が出店するほか、区の魅力的なコンテンツを紹介し、詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶日時:6月16日(日)午前11時~午後4時▶場所:練馬城址公園エントランス広場



ボクも遊びに行くねり!

©2011練馬区 ねり丸

◀フェス、スタンプラリーについてはコチラ

6/16日~7/15(祝) 4カ所のフотスポットを巡る デジタルスタンプラリーを開催!

全てのスタンプを集めた方に、ねり丸アクリルキーホルダーをプレゼントします。参加にはアプリのダウンロードが必要です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ※なくなり次第終了。

スタンプを集めた方はさらにプレゼントのチャンス!

Instagram・エックス(旧ツイッター)投稿キャンペーン

ねり丸フォトフレームを使って撮影した写真に「#とっておきの練馬」をつけて投稿!

ねりま観光センターのSNSのアカウントをフォローした方が対象です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶フォトフレームの配布場所:ねりま・石神井観光案内所

※Toshimaenぶらりフェスでも配布。 ※なくなり次第終了。



※画像はイメージです。

区立スポーツ施設の券売機で キャッシュレス決済ができるようになります

個人利用カードは使用できなくなります



キャッシュレス決済に対応する券売機への入れ替えに伴い、区立スポーツ施設個人利用カードは使用できなくなります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。各施設へお問い合わせください。



施設名・問合せ	使用期限(予定)
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651	10月末日
光が丘体育館 ☎5383-6611	
上石神井体育館 ☎5991-6601	11月末日
平和台体育館 ☎5920-3411	12月末日
三原台温水プール ☎3924-8861	
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	来年1月末日
桜台体育館 ☎3992-9612	
総合体育館 ☎3995-2805(※)	来年2月末日

払い戻しはお早めに!

残額のある個人利用カードは、各施設で払い戻しができます。

⚠使用期限を過ぎると、払い戻しができません。

※総合体育館での払い戻しは、後日振込となります。必要書類など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

休日急患診療所

※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
- 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・18:00~21:30④日曜・祝休日10:00~11:30・13:00~16:30