

記事のタイトルをクリックすると、当該記事のホームページに遷移します。※ページがない場合は、遷移しません。

ねりま Nerima 区報

7/11
令和6年
(2024年)

熱中症にご注意を

急に暑くなった日や蒸し暑い日、風が弱く気温・湿度が高い日は、体温調節がうまくできなくなり熱中症にかかりやすくなります。こまめに水分や塩分をとるなどして、熱中症を予防しましょう。

平田晃久 — 人間の波打ちぎわ

7/28(日)～9/23(休)

10:00～18:00 (入館は17:30まで)

※月曜休館(ただし、8/12(休)、9/16(祝)は開館、8/13(火)、9/17(火)は休館)。

場所・問合せ 練馬区立美術館 ☎3577-1821 FAX 3577-1824

平田晃久は、令和4年に「太田市美術館・図書館」で日本建築学会賞を受賞するなど、数々の受賞歴を持つ現代建築を代表する建築家です。

本展では、これまでの建築や練馬区立美術館・貫井図書館のリニューアルをはじめとした現在進行中のプロジェクトを未来への展望を踏まえて紹介します。

▶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、年齢などを確認できるものが必要です。

※その他割引制度あり。

練馬区立美術館初の建築家展

- 20件以上の建築をテーマごとに紹介
- 建築のプロセスを垣間見る貴重なスケッチと模型を展示
- 建築を体験し、学ぶイベントを開催

練馬区立美術館
NERIMA ART MUSEUM

4面で会期中の催しを紹介

会期中の催し

場所・問合せ 練馬区立美術館 ☎3577-1821

催し名など	対象	日時	定員
1 講演会 ▶ 講師:建築家/平田晃久	中学生以上	8/24(土)14:30~16:00	70名(抽選)
2 平田晃久建築設計事務所スタッフと学芸員による ギャラリートーク	-	8/15(木)・29(木)・9/5(木) 15:00~15:30	-



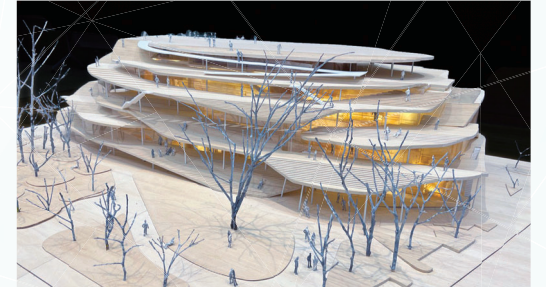
太田市美術館・図書館 平成29年 ©Daici Anno 設計:平田晃久

▶ **申込:** 1 同ホームページまたは往復ハガキで①催し名②参加者全員(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、8月9日(必着)までに〒176-0021 貫井1-36-16 練馬区立美術館へ 2 当日会場へ ※1は観覧券の半券、2は当日の観覧券が必要です。 ※その他の催しについては、同ホームページをご覧ください。



美術館をリニューアルします

練馬区立美術館は「まちと一体となった」「本物のアートに出会える」「図書館と融合する」という、新しい発想により、誰もが楽しめる美術館にリニューアルするため、平田晃久さんと共に設計を進めています。来年度に着工し、10年度に開館する予定です。



練馬区立美術館・貫井図書館 模型 ©平田晃久建築設計事務所

暑い夏は区立プールへ行こう!

利用料金(1時間)

①未就学児②75歳以上の方…無料
③小中学生…100円(土曜正午までに
入場した場合は2時間無料) ④大人…
200円 ⑤65~74歳の方⑥障害のある
方…100円 ※⑤は回数券による
割引があります。 ※③④⑤は年齢や
障害の種別を確認できるものが必要
です。

申込

当日会場へ ※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。

施設・問合せ	施設内容	時間	期間	休場日
石神井プール ☎3997-6131	50m・幼児用(屋外)	9:00~19:00	9/10(火)まで	なし
光が丘体育館 ☎5383-6611	25m・幼児用(屋内)	9:00~21:30 ※三原台 温水プールの 幼児用は 18:00まで。	通年 ※三原台 温水プールの 幼児用は 9/10(火)まで。	第2月曜 ※休場日以外に も、事業など のため利用で きないことが あります。
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651				
平和台体育館 ☎5920-3411				
上石神井体育館 ☎5991-6601				
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	25m(屋内)・幼児用(屋外)			
三原台温水プール ☎3924-8861				

注意事項

- 混雑状況により、入場制限を行う場合があります。
- 小学3年生以下のお子さんには、18歳以上の方が付き添ってください(付添者1名につき2名まで。付添者も有料)。
- 石神井プール・幼児用プールは浮き輪(ドーナツ型のみ)を利用できます。

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

- ◆中元売り出しゆうゆうセール▶ 日程:7月13日(土)~27日(土)▶ 場所:江古田ゆうゆうロード▶ 内容:抽選で景品をプレゼント▶ 問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井 ☎080-3240-8786
- ◆不動産取引無料相談会▶ 日時:7月19日(金)午前11時~午後3時▶ 場所:区役所アトリウム▶ 申込:当日会場▶ 問合せ:(公社)東京都宅地建物取引業協会第九ブロック(練馬区支部) ☎6845-8240
- ◆しもしゃく祭り▶ 日時:①7月19日(金)②20日(土)午後4時~7時45分▶ 場所:下石神井商店街▶ 内容:①組太鼓、昭和歌謡②ちびっ子ダンス、ヒーローショー、フラダンス▶ 問合せ:下石神井商店街振興組合・小池 ☎3995-3322
- ◆公衆浴場でハッカの湯▶ 日程:7月21日(日) ※費用は各浴場にお問い合わせ

せください。▶ 問合せ:練馬区公衆浴場組合・野内 ☎3970-4126
◆区民健康医学講座「ワクチン接種と感染予防~赤ちゃんからシニアまでの最新情報」▶ 日時:7月27日(土)午後2時~3時▶ 場所:順天堂練馬病院▶ 講師:順天堂練馬病院小児科医師/鈴木恭子▶ 定員:30名(先着順)▶ 申込:同病院ホームページ▶ 問合せ:同病院 ☎5923-3111 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同病院ホームページをご覧ください。

子どものための講座

区内の団体に委託して実施しています。講座によっては、電子メールなどでも申し込みます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶ 問合せ:育成支援係 ☎5984-1292
◆ねりま遊遊スクール▶ 対象:小学2~6年生と保護者▶ 日時:7月21日(日)午前10時~正午、27日(土)午後5時~7時30分[2日制]▶ 場所:石神井小など▶ 定員:20組(先着順)▶ 費用:1人500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8時~9時)
◆すまいるねりま遊遊スクール▶ 対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶ 日時:7月28日(日)午前10時30分~正午▶ 場所:光が丘区民センター2階▶ 定員:6組(先着順)▶ 費用:1組500円▶ 申込:電話でぼくらの美術研究所・尾崎 ☎090-4126-2061(午前10時~午後5時)
◆子育て学習講座▶ 対象:人と生きていくために何が必要か?~「ことば」の発達を促すには▶ 対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶ 日時:9月30日(日)午前10時~正午▶ 場所:ココネリ3階▶ 定員:80名(先着順)▶ 申込:電話で(社福)あかねの会・穴戸 ☎5933-9209(午前11時~午後7時) ※保育あり(9月21日)までに要予約。1歳児以上対象。定員8名。費用50円)。

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。▶ 問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597
◆福祉用具に触れて疑似体験をしてみよう▶ 日時:7月21日(日)午前10時30分~11時30分▶ 場所:光陽苑デイサービスセンター▶ 内容:講義、実技▶ 定員:10名(先着順)▶ 申込:電話で同所 ☎3923-5264
◆どうすればいい? 教えて司法書士さん、相続のこと▶ 日時:7月27日(土)午後2時~3時30分▶ 場所:介護老人保健施設練馬ゆめの木▶ 内容:講義▶ 定員:30名(先着順)▶ 申込:電話で同所 ☎3923-0222

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、7月30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。
◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶ 日時:8月4日(日)午前8時~午後1時(雨天中止)▶ 申込先:〒179-0073田柄2-8-2 リサイクルマーケットジョイ ☎080-6739-1024(先着50店)

朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前▶ 日時:7月14日(日)午前10時~午後3時▶ 問合せ:富永 ☎090-4374-3888

地区祭

◆第一地区祭▶ 日時:7月20日(土)・21日(日)午後5時30分~9時(21日は午後8時30分まで)▶ 場所:北新井公園(豊玉上1-23)▶ 内容:盆踊り大会、模擬店など▶ 問合せ:実行委員会・島田 ☎5984-5809

献血にご協力を

◆練馬駅北口バスロータリー▶ 日時:7月28日(日)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

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。

笑顔満開 たたみ替え!

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

即日仕上げ ★重たい家具の移動
★仕上げの拭き掃除
★見積り 無料

私がお伺いします!

三代目
白澤 聡一

株式会社 白澤畳店 練馬区旭丘 1-63-6

詳しくはホームページ▶ <http://www.shirasawa-tatami.co.jp>
ご注文・お問い合わせ

0120-75-1153

琉球畳(和紙畳) 入れ替えパック 四畳半~ ¥126,000~

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 03-6762-0800

東京都練馬区練馬2丁目19-3練馬三角ビル1F (株)サーベイ

お知らせ

保健福祉サービスの苦情・相談は☎3993-1344

「保健福祉サービス苦情調整委員」は、区から独立した第三者の機関で、専門の相談員が保健福祉サービスの利用に関する苦情や相談を受け付けます。弁護士などの委員に直接相談することもできます(第1~4火曜午後。要予約)。文書により苦情申し立てを受けた場合は、調査を行い、必要に応じて事業者や区に対し改善勧告などを行います。苦情や相談は、直接または電話、郵送、ファクス、電子メールで受け付けます。▶受付日時:平日午前8時30分~午後5時(年末年始を除く)▶受付窓口:〒176-8501区役所内保健福祉サービス苦情調整委員事務局(西庁舎3階)☎FAX 3993-1344 Eメール chousei@smile.ocn.ne.jp

〈活動報告書を配布〉

令和5年度に受け付けた苦情・相談の状況をまとめた報告書です。▶配布場所:総合福祉事務所、介護保険課(区役所東庁舎4階)、子育て支援課(同本庁舎10階)、障害者施策推進課(同西庁舎1階)、区民情報ひろば(同西庁舎10階)、保健福祉サービス苦情調整委員事務局 ※区ホームページや図書館(南大泉図書館分室を除く)でもご覧になれます。

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)の家族懇談会

▶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 ▶日時:7月20日(土)午後2時~4時 ▶場所:春日町青少年館 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:ねりま若者サポートステーションホームページまたは電話で同ステーション☎5848-8341(木・日曜、祝日を除く)

働く

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。希望する方は、事前説明会に参加してください。▶対象:9月3日(火)・6日(金)・10日(火)・13日(金)・18日(水)・26日(木)に1日4~5時間程度、ココネリ3階で開催する研修の全日程に参加できる方 ※26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開催します。

〈事前説明会〉

▶日時:8月28日(水)午前10時~11時35分 ▶場所:ココネリ3階 ▶定員:60名(区内在住の方を優先の上、抽選) ▶申込:8月6日(火)までに練馬福

祉人材育成・研修センターホームページまたは電話で同センターへ ※結果は8月14日(水)ごろに通知します。 ※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。

◎問合せ:同センター☎6758-0145

省エネルギー調査員【会計年度任用職員】

▶対象:自治体や民間企業などで省エネルギーに関する業務経験がある方など ▶期間:10月~来年3月(再任する場合あり) ▶日時:平日午前8時30分~午後5時15分(月16日) ▶場所:環境課(区役所本庁舎18階) ▶内容:区立施設などのエネルギー使用に関する調査、報告書の作成など ▶採用予定数:1名(書類選考・面接) ▶報酬:月額20万6064円 ※交通費支給。 ※期末・勤勉手当、社会保険あり。 ▶申込:区ホームページや環境課にある申込書(写真貼付)を、8月9日(必着)までに環境課環境計画推進係☎5984-4702

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分の間の

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

国民健康保険

高齢受給者証を7月18日(木)に発送

70~74歳の方が病院や薬局で支払う医療費の自己負担割合は、特別区民税・都民税(住民税)の課税状況などにより毎年判定されます。対象となる方に、8月以降の新しい自己負担割合が記載された高齢受給者証を発送します。7月末までに届かない場合はご連絡ください。▶問合せ:こくほ資格係☎5984-4554

介護保険

負担割合証を7月12日(金)に発送

介護サービスを利用するときは、所得に応じて、1~3割を負担していただきます。対象となる方に、8月以降の新しい負担割合証を発送します。▶対象:要介護または要支援の認定を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業を利用する方 ▶問合せ:介護保険課給付係☎5984-4591

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。

■混声コーラス 春風の会 60歳以上の方対象 月2回水曜午前9時30分~正午 勤労福祉会館など 講師 高野絹也 会費1回1,500円 初回は無料体験可 天道☎5393-6345

■脳活のための絵手紙 第1土曜午後3時30分~5時 谷原地域集会所 講師 三隅京子 入会金1,000円 月会費1,500円 教材費実費 事務局☎070-5559-6904(要予約)

■ストレッチ・ビギナーエアロ すみれサークル 10~70代の方対象 毎火曜午前10時30分~11時30分 春日町青少年館 有資格者が指導 会費1回500円 タケイ☎080-1012-5228 Eメール mt.1234sumire@ezweb.ne.jp(要予約。午後5時以降)

■ストレッチ・有酸素運動 さざんか 毎木曜午後6時~7時 はつらつセンター豊玉 講師 健康体操指導員/小林いずみ 月会費1,500円 とさか☎090-3437-2239(要予約)

■リトミック ジャックと豆の木 ①1~4歳児と保護者②0歳児と保護者対象 月3回火曜①午前10時10分~10時50分②午前11時~11時40分 光が丘区民センター5階など ①②とも月会費3,500円 初回は100円で体験可 横山☎090-9360-0051 Eメール aria.mamemari@gmail.com(要予約)

■リズム体操 女性対象 毎金曜午前10時~11時30分 春日町青少年館 講師 伊藤久美子 入会金3,000円 月会費4,000円 ボール代1,500円程度(初回のみ) 真下☎3998-3587(要予約)

■話し方学習 大泉STG話しの会 第2・4土曜午後1時30分~3時30分 東大泉中央地域集会所など 入会金1,000円 会費1回700円 初回は無料体験可 古川☎090-4092-8397(要予約)

■合気道・剣・杖術 悠和会 初心者対象 毎火曜午前9時30分~11時 総合体育館 講師 山崎武 会費1回500円 初回は無料体験可 古関☎090-2240-4630 Eメール ainamitamakai@docomo.ne.jp

■女声コーラス(発声・抒情歌・カンツォーネ・映画音楽など) アリオンコール ①月4回②月2回 月曜午後1時30分~3時30分 生涯学習センター分館 講師 小平よう子 ①②とも入会金1,000円 月会費①4,500円②3,000円 教材費月1,000円 初回は無料体験可 伊藤☎080-3008-0873(要予約)

■卓球 あじさいクラブ 中高年齢で多少経験のある方対象 毎金曜午前9時~正午 桜台体育館 専属コーチが指導 入会金1,000円 月会費3,000円 いらたに☎3992-6853

■ストレッチ 体操いずみ会 毎木曜午前10時30分~正午 南大泉地区区民館 講師 粕川雅子 入会金1,000円 月会費2,000円 上田☎3921-7236(要予約)

■練馬ジャズバンド倶楽部 40歳以上で演奏できる方対象 毎水曜または木曜午後6時~9時 生涯学習センター 入会金1,000円 月会費1,000円 年1回コンサート、年数回ボランティア演奏会あり 西江☎090-8851-3047 Eメール sunmuse@nifty.com(要予約)

■習字・書道・硬筆 菜の花会 小学生以上対象 ①月2回②月4回 主に月曜午後3時30分~7時30分の間の1時間 早宮地区区民館 講師 毎日書道会会員/姫野春華 ①②とも入会金1,000円 月会費①2,500円(小学生2,300円)②4,000円 教材費実費 秦☎090-8342-0833 Eメール nanohana.kai.55@gmail.com(要予約)

■素敵な歌声を目指して(童謡・唱歌・懐メロ・世界の名歌) 第2水曜午後2時~3時10分 光が丘パークタウン公園南団地管理サービス事務所 講師 宮本泰江 月会費800円 加藤 Eメール sutekiuta@gmail.com(要予約)

■椅子使用のフレイル予防健康体操 生きがい体操サークル 50歳以上の方対象 第1・3金曜午後2時30分~3時30分 南田中地域集会所 講師 健康運動指導士/MIWA 月会費1,000円 初回は無料体験可 武井☎3996-8471(要予約)

■英会話 ストロベリー 55歳以上の初心者~中級者対象 月3回月曜午後2時~3時 サンライフ練馬 講師 クリス・フォックス 入会金1,000円 月会費4,200円 秋山☎070-7560-8635(要予約)

■練馬区俳句連盟 月1回主に日曜午後0時30分~5時 ココネリ3階 月会費1,000円 春秋年2回俳句大会を開催 柴崎☎090-7706-5751 Eメール ma-shibasaki@jcom.home.ne.jp

■高齢者と女性のためのセルフ護身術教室(杖・つるぎ・気功)和芸館 第1・3土曜午前10時~11時30分 城北中央公園 会費無料 スポーツ保険料年2,000円 木戸☎080-7023-8672

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。

シニあん訪問マッサージ 治療院-練馬-

練馬区すべて訪問可能です！
ご自宅や施設(老人ホームなど)で待ってるだけ♪

全日(8~22時)まで電話受付中(^_^)

☆国家資格者☆“あん摩師”鍼灸師が行う

訪問リハビリマッサージ/訪問はりきゅう

練馬区豊玉北4-23-9アーバンテラス練馬202

☎0120-684-481

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束 「ねりま区報」をご覧の方に

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

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 **ガーデンエクスプレス**

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 **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

広告 シニア向け無料イベント 8月9日金14時~ 申し込みはこちらのQR▶ 会場:練馬駅ココネリ3F研修室 9月13日金14時~ または電話:090-4099-7864

エンディングノート作成講座 特典①エンディングノート・特典②税理士等へ無料相談 後半は参加者みんなでワーク 税理士宮永泰宏・練馬区南大泉6-20-16/弁護士高橋美和

事業者向け

有料広告を募集 消費者だより「ぶりずむ」

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。▶掲載位置:裏表紙▶広告サイズ(縦mm×横mm):55×185▶料金:3万円▶刷色:2色(色指定不可)▶発行月:9月上旬▶発行部数:2万部▶配布先:町会・自治会、商店会、区立保育園・幼稚園、区立施設など▶申込期限:7月31日(水)▶問合せ:消費生活係 ☎5910-3089

住まい・まちづくり

Aおくらやまの森緑地 B新井の森緑地の都市計画原案がご覧になれます

意見のある方は意見書を提出できます。また、説明会と公聴会(区からの説明や質疑応答を行わず、原案に対してご意見を伺う場)を開催します。公述(意見を述べること)を希望する方は申し出てください。▶縦覧・意見書提出の期間:7月17日(水)~8月7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。

▶日時: A 7月17日(水) B 24日(水)午後7時から▶場所: A 南田中小 B 大泉第四小▶申込:当日会場へ

▶日時: A 8月21日(水) B 20日(火)午後7時から▶場所: A 南田中小 B 西大泉地区区民館▶公述の申し出方法:区ホームページや都市計画課にある申出書を、7月17日~8月7日(必着)に持参または郵送で都市計画課へ

※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、事前にお問い合わせください。

◎問合せ:計画・説明会について…みどり推進課計画係 ☎5984-1659、

縦覧・意見書・公聴会について…都市計画課都市計画担当係 ☎5984-1534

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:7月27日(土)午後1時~4時30分の間の45分間▶場所:石神井庁舎5階▶申込:7月26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

後期高齢者医療制度

令和6年度の保険料の決定通知書を7月16日(火)に発送

6年度の保険料は、5年中の所得を基に計算します。納付方法など詳しくは、決定通知書をご覧ください。▶問合せ:後期高齢者保険料係 ☎5984-4588

子ども・教育

8月の「赤ちゃんからの飲む食べる相談」

少人数のグループで、乳幼児のいる家庭の食事について相談できます。▶対象:0~1歳児▶申込:区ホームページ

場所(保健相談所)・問合せ	日時(いずれも40分程度)	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	2(金)①9:45 ②10:45 22(木)①13:00 ②14:00	36組
北 ☎3931-1347	19(月)①9:30 ②10:30	32組
光が丘 ☎5997-7722	26(月)①13:30 ②14:30	32組
石神井 ☎3996-0634	16(金)①9:30 ②10:30 27(火)①9:30 ②10:30	36組
大泉 ☎3921-0217	6(火)①9:50 ②10:50	24組
関 ☎3929-5381	23(金)①9:45 ②10:50	24組

8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:区ホームページ

場所(保健相談所)・問合せ	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	22(木) 13:00~15:00	32名
北 ☎3931-1347	30(金) 9:00~11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	6(火) 9:00~11:00	24名
石神井 ☎3996-0634	2(金) 9:00~11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	9(金) 9:00~11:00	24名
関 ☎3929-5381	5(月) 9:00~11:00	24名

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:7月18日(水)までに区ホームページまたは電話で介護予防係 ☎5984-2094

わかわか かむかむ 元気応援教室(調理実習、栄養と口腔(こうくう)について学ぶ)

▶日時:8/22~9/26の毎木曜9:30~11:30【6日制】▶場所:生涯学習センター▶定員:10名

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)

▶日時:8/21~9/25の毎水曜10:00~11:30【6日制】▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:25名

▶日時:8/27~10/1の毎火曜10:00~11:30【6日制】▶場所:勤労福祉会館▶定員:25名

▶日時:8/30~10/4の毎金曜10:00~11:30【6日制】▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)▶定員:15名

プールで足腰しゃっきりトレーニング教室(水中運動など)▶定員:各20名

▶日時:8/16~10/4の毎金曜13:00~14:30【8日制】▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)

▶日時:8/27~10/22の毎火曜13:00~14:30【10/15を除く。8日制】▶場所:大泉学園町体育館

▶日時:8/30~10/18の毎金曜13:00~14:30【8日制】▶場所:ルネサンス富士見台(貫井3-12-33)

※初めての方を優先の上、抽選。

健康・衛生

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。 ※ペットの同伴は不可。▶日時:7月16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

オンライン開催 認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族が安心して日常生活を送るための理解者・応援

者を養成する講座です。参加者には、認知症サポーターを示すカードを差し上げます。▶日時:8月1日(休)午後1時30分~3時30分▶講師:小規模多機能型居宅介護たがらの家介護統括責任者/油山敬子▶定員:30名(先着順)▶申込:7月24日(水)までに区ホームページ▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597

講座・催し

かたくり福祉作業所・大泉町福祉園の合同施設公開

▶日時:7月25日(休)午前10時~11時30分・午後1時30分~3時▶内容:施設見学、自主生産品の販売など▶申込:当日会場へ▶問合せ:大泉町福祉園 ☎5387-4681 FAX 5387-4683

昆虫講演会「昆虫にまつわる外来種問題の現状と課題」

▶対象:中学生以上▶日時:8月4日(日)午後2時~3時30分▶場所:稲荷山図書館▶講師:東京大学総合研究博物館講師/矢後勝也▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3921-4641

初心者向けよみきかせ講習会 ~子どもたちと楽しむ絵本の世界

▶日時:8月8日(水)午後2時~4時▶場所:光が丘図書館▶講師:はとさん文庫主宰/服部雅子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5383-6500 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名。保険料50円)を利用したい方は、8月1日(水)までに併せて申し込んでください。

戦後世代の語り部講話会 ~中国帰国者のお話を聴く会

▶日時:8月10日(土)午後1時30分~3時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:35名(先着順)▶区の担当:援護係▶申込:7月19日(金)までに電話で中国「帰国者」・家族とともに歩む練馬の会 ☎090-2435-4823

スポーツ

初心者スポーツ教室 ぜんそく児水泳

▶対象:気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児~小学4年生で、医師に参加を認められたお子さん ※当選後に医師の健康調査書が必要です。▶日時:①9月2日~12月23日の毎月曜午後3時30分~5時30分【第2月曜、祝休日を除く。10日制】②9月5日~11月21日の毎木曜午後3時30分~5時30分【12日制】▶場所:①平和台体育館③三原台温水プール▶定員:各45名(抽選)▶申込:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(①②の別も)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⑦保護者の氏名を、7月22日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

大泉障害者地域生活支援センターを 管理する指定管理者を募集

問合せ 地域生活支援係 ☎5984-1043

指定管理者制度は区立施設の管理を民間事業者・団体が引き、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。

来年4月から大泉障害者地域生活支援センターの管理を行う団体を募集します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶質問期限:7月18日(水)

ねりま区報をご自宅にお届けします

新聞未購読で、区報の入手が困難な方に無料でお届けしています。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



©2011練馬区ねり丸

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