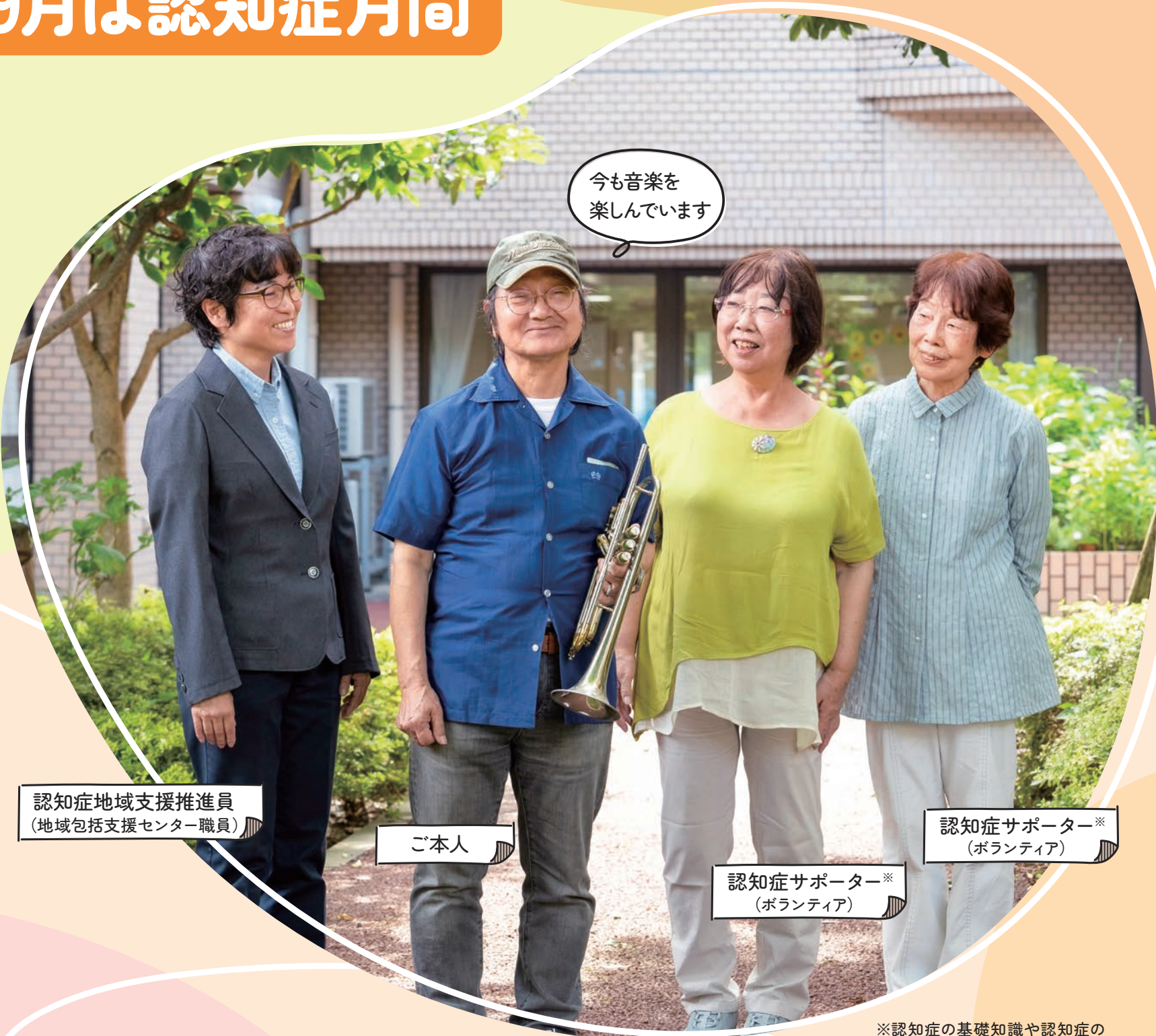


- 9月は防災月間 災害に備えよう!..3面
- 敬老の日の催し.....4面
- 特別展「大漫会の漫画家たち
—石神井公園の桜の木の下で」..12面



9月は認知症月間



認知症地域支援推進員
(地域包括支援センター職員)

ご本人

認知症サポーター※
(ボランティア)

認知症サポーター※
(ボランティア)

※認知症の基礎知識や認知症の方への対応を学んだサポーター(応援者)です。

互いに支え合う “地域の輪”

認知症は誰でもなる可能性があるといわれており、誰にとっても他人事ではありません。
区は、区民の皆さんと共に認知症の方を支える「地域の輪」を広げています。

問合せ 在宅介護支援係 ☎5984-4597 FAX 5984-1214

2面へ続く

認知症カフェで聞く地域の輪

認知症カフェとは、地域包括支援センターや地域の方で運営され、認知症ご本人や家族、地域の方など誰でも気軽に参加できる場です。認知症について学んだり、体を動かしたりさまざまな活動を行っています。

今回は、自分の好きなことをきっかけに認知症カフェで活動を始めた竹岡信夫三さんと、その活動を支える皆さんにお話を伺いました。

問合せ 在宅介護支援係 ☎5984-4597 FAX 5984-1214



好きなことを一緒に楽しく! 竹岡信夫三さん(ご本人)

以前はプロのトランペッターとして舞台上で演奏していました。音楽はずっと好きで、今は独学で尺八に挑戦しています。認知症カフェでは合唱を指揮し、声がそろわなくてもいいから、大きな声で歌うように伝えています。音楽はやっぱり楽しめない。皆さんが好んで歌いたくなるように教えたい。好きなことをしているときは自分も楽しいですし、人にも優しく触れ合えます。

ご家族にも聞きました

きっかけは地域包括支援センター 竹岡良子さん(竹岡さんの妻)

最初におかしいなと思ったのは、夫が道を間違え、しかも間違えたことに気付いていなかったときです。やがて何度も同じことを言ったり、約束したことを忘れていたりすることが増えていき、どうしたらいいかわからず地域包括支援センターに相談しました。そこで紹介された認知症のご家族が集まる会に通い、受診を勧められた病院で夫が認知症と診断されたことで、ようやく状況を理解できました。家族の負担は大きいですが、行政の支援はありがたいです。さらに望めば、理解不足や偏見による行為は本当につらいので、認知症のことをもっと周知してほしいです。

認知症カフェで歌の指揮をする竹岡さん▶



大切なことは地域とつながること



認知症地域支援推進員
(地域包括支援センター職員)
横塚亜美さん

私たちが行っているのは「認知症を通じた地域づくり」。認知症のご本人を中心とした医療・介護などの支援ネットワークを地域の中で構築するため、相談内容に応じて適切な機関や団体につながります。認知症の診断を受けて「どうしたらいいかわからない」と困惑するご家族が多いので、認知症カフェなどをご案内しています。大切なことは、孤立せずに地域とつながることです。困り事があればぜひ、お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

地域でご本人とご家族をサポート



認知症サポーター
(ボランティア)
上原完身さん

認知症の方たちと歌ったり、折り紙をしたりしています。認知症の夫を介護した経験をもとに、ご家族の相談にも乗っています。夫を介護している頃はこの活動を全く知らなかったもので、少し後悔しています。不安を抱えるご本人やご家族の方には、ぜひ認知症カフェなどの活動に参加してほしいです。



認知症サポーター
(ボランティア)
野々村志津子さん

夫の介護でお世話になったケアマネジャーさんに勧められてこのボランティアを始めました。認知症カフェは楽しいだけではなく、勉強にもなります。参加すると自分自身も元気でいられますね。自分の経験を生かして、認知症ご本人やご家族とお話することで少しでも安心してもらえたら、と思います。

心配なこと、相談してみませんか

●お近くの地域包括支援センター(医療と介護の相談窓口)

認知症カフェや介護家族の会についてもご案内できます。詳しくは、区ホームページやわたしの便利帳をご覧ください。区報9月11日号でもお知らせします。



●認知症なんでも相談窓口

認知症のご本人や介護者の方が抱える困り事について、専門職員が相談に応じます。▶**区の担当:**在宅介護支援係 ▶**申込:**電話で各施設へ

施設名(所在地)	電話番号	日時
ミニケアホームきみさんち (関町北3-36-12)	3929-2208	第2土曜 14:00~16:00
小規模多機能型居宅介護たがらの家 (田柄4-10-25)	3998-8767	第4土曜 13:30~15:30

※時間はいずれも1時間程度。

●認知症介護家族による介護なんでも電話相談

☎6904-5080(毎水曜午前10時~午後3時)

他にも、自分でできる認知症の気づきチェックリストや、もの忘れ検診などがあります。詳しくは、区ホームページ▶



一緒に地域でサポートしませんか?

認知症サポーター養成講座

「あなたも今日から『応援者』!

~正しい理解と接し方を学ぼう」HP

▶日時:9月26日(内)午前10時~正午▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶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:80名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で在宅介護支援係へ



HP印の催しの
申し込みはコチラ



▲区ホームページ

自分や家族、周りの人のために学びたい方へ

認知症フォーラム

「自分の認知症・親の認知症~上手なつきあい方を学ぼう」HP

▶日時:9月21日(土)午後2時30分~4時50分▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:群馬大学大学院保健学研究科教授/伊東美緒▶定員:100名(先着順)▶区の担当:在宅介護支援係▶申込:区ホームページまたは電話で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)

耳の聞こえ講演会「耳からはじまる認知症予防」HP

▶日時:9月24日(火)午前10時~正午▶場所:区役所本庁舎20階▶内容:講義、補聴器の展示▶講師:認定補聴器技能者/宮廣忠男▶定員:50名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話、ファクスで①講演会名②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、在宅介護支援係へ

認知症医学講座「認知症の本30冊を読んでわかったこと」HP

▶日時:9月30日(月)午後2時~4時▶場所:ココネリ3階▶講師:陽和病院認知症高齢者担当部長/村田雄一▶定員:50名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で在宅介護支援係へ

パネル展 「一足先に認知症になった私たちからすべての人たちにへ」

▶日時:9月20日(金)~27日(金)午前8時45分~午後8時(20日は午後1時から、27日は正午まで)▶場所:区役所アトリウム

9月は
防災月間

災害に備えよう!



ねりま防災カレッジ 自助講座

地震への備えなど、自分でできる災害時の対応を学びます。
▶定員:1各40名2各50名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話、ファクスで①講座名(12とA~Cの別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、9月28日(土)までに防災学習センター☎5997-6471 FAX 5997-6472

日時	場所・実施方法	
	1	2
A 10/5(土)・12(土)9:00~12:00【2日制】	防災学習センター	オンライン
B 10/17(木)・24(木)・31(木)14:00~16:00【3日制】		
C 10/17(木)・24(木)・31(木)18:30~20:30【3日制】	-	-

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する軽可搬ポンプの取り扱いを学びます。
▶対象:中学生以上▶日時:A10月5日(土)B12日(土)午前9時30分~11時30分▶場所:光和小▶講師:石神井消防署員ほか▶定員:各30名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話、ファクスで①講習会名(ABの別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月27日(金)までに区民防災第二係☎5984-2605 FAX 3993-1194



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27日(日)に開催する大会に参加できます。講習で身に付けた技術を披露しましょう。

災害時のデマ情報に注意しましょう!

発災直後は混乱をおおるような不確かな情報が広まる場合があります。むやみに広げず、公共機関が発信する正しい情報を得るようにしましょう。

ねりま情報メール・区公式LINEで情報を発信します

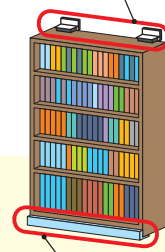


▲ねりま情報メール ▲区公式LINE

自宅の危険箇所を知ろう~防火防災診断

区職員と消防署員がご自宅を訪問し、火災や地震、家庭内の事故で被害が発生する危険性を診断します。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。▶申込:電話で区民防災課☎5984-1654

壁面固定器具



家具転倒防止板

対象 次のいずれかに当てはまる世帯

- 65歳以上の方がいる
- 介護保険の要介護・要支援の方がいる
- 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。

災害時ペット管理ボランティアを募集

災害時にペットが原因の混乱を防ぐため、避難拠点(区立小中学校)などでペットを適正に管理します。▶対象:適正な飼育の技術や経験がある18歳以上の方▶申込:事前に電話で連絡の上、直接、生活衛生課管理係☎5984-2483



まちで美術を楽しもう!
アートマルシェ



▲練馬区立美術館 ホームページ



美術館、図書館、商店街と近隣のお店がそれぞれの個性を持ち寄って美術館のあるまち・中村橋を盛り上げます。美術館を中心に人が行き交う2日間をお楽しみください。

▶交通:西武池袋線中村橋駅徒歩3分
※車や自転車での来場はご遠慮ください。

まちを楽しむ

問合せ 美術館再整備まちづくり担当課☎5984-1288

10:00~15:00
マルシェ



地域で親しまれているお店のイチオシ商品などを楽しめます。▶場所:美術の森緑地

出店店舗

- ・昔みそ「靴屋三郎右衛門」(みそ)
- ・竹中育英会(木工ワークショップなど)
- ・貫井福祉工房(パン) ※14日(土)のみ出店。
- ・サンツ中村橋商店街振興組合(練馬風月堂(和菓子)、十一屋酒店(ラムネ、綿あめ)、まめせん(かき氷))

芸術を楽しむ

問合せ 練馬区立美術館☎3577-1821

10:00~15:00
ねりび・あにまるミニワークショップ



動物になりきる仮装グッズを作ります。▶場所:美術の森緑地▶申込:当日会場へ

15:30~16:15
ねりび・あにまるぱれーど

ワークショップで作った衣装とダンスで動物になりきって、美術の森緑地や商店街をパレードします。▶出演:(一社)パフォーミングアーツ協会/若羽幸平ほか



本を楽しむ

問合せ 貫井図書館☎3577-1831

9/15(日)14:00~15:00
おとなのためのおはなし会

俳優の野村須磨子さんによる「耳なし芳一」の読み語りです。迫力ある朗読による古典の世界をお楽しみください。▶対象:中学生以上▶場所:貫井図書館▶定員:40名(先着順)▶申込:電話で同所へ



他にもイベントたくさん!

▶場所:練馬区立美術館

催し名など	日時	申込
リサイクル本頒布会	10:30~12:00・13:00~15:00	当日会場へ
絵本の読み聞かせ	11:00~11:30・14:30~15:00	
▶対象:3歳児以上	※9/14(土)のみ。	

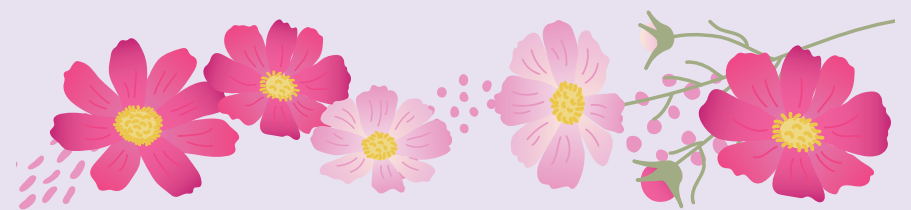


敬老館やはつらつセンター、地区区民館でさまざまな催しを行います。

施設名・問合せ	催し名	日時
練馬地区(〒176の地域) 栄町敬老館 ☎3994-3286	要予約 睡眠・健康セミナーと健康測定会	9/13(金)10:00~12:00
	コーラス発表会・演芸会	9/16(祝)10:30~16:00
はつらつセンター 豊玉 ☎5912-6401	サークル発表会・ ラテンジャズコンサート	9/8(日) 9:30~16:00
石神井地区(〒177の地域)	要予約 吹奏楽団演奏会	9/16(祝)14:00~15:00
	要予約 睡眠・健康セミナーと健康測定会	9/30(月)14:00~16:00
	要予約 歌合戦	9/16(祝)13:30~15:30
	要予約 睡眠・健康セミナーと健康測定会	9/18(水)14:00~16:00
	三原台カルチャー祭り	9/16(祝)10:00~15:30
	要予約 エンディングノートセミナーと健康測定会	9/18(水)10:00~12:00
	演芸大会	9/16(祝) 9:30~15:00
	要予約 エンディングノートセミナーと健康測定会	9/17(火)14:00~16:00
	<small>さんしん</small> 三線演奏で歌を楽しむ	9/16(祝)13:00~13:30
	要予約 エンディングノートセミナーと健康測定会	9/30(月)10:00~12:00
上石神井敬老館 ☎3928-8623	体力測定・音楽会	9/16(祝)10:00~15:30
	要予約 エンディングノートセミナーと健康測定会	9/17(火)10:00~12:00
はつらつセンター 関 ☎3928-1987	演芸大会鑑賞会	9/7(土)10:00~16:00
	ものづくり	9/16(祝)14:00~16:00

施設名・問合せ	催し名	日時
大泉地区(〒178の地域) 東大泉敬老館 ☎3921-9129	要予約 睡眠・健康セミナーと健康測定会	9/13(金)14:00~16:00
	要予約 タオルで作るプチケーキ	9/16(祝)13:30~15:30
西大泉敬老館 ☎3924-9545	要予約 エンディングノートセミナーと健康測定会	9/11(水)14:00~16:00
	要予約 健康コーラス	9/16(祝)10:00~11:00
大泉北敬老館 ☎3925-7105	要予約 睡眠・健康セミナーと健康測定会	9/11(水)10:00~12:00
	要予約 ギターに合わせて歌おう	9/16(祝)10:00~11:00
はつらつセンター 大泉 ☎3867-3180	フラダンスショー	9/7(土)12:30~13:30
	ブラスバンド演奏会	9/7(土)14:30~15:30
光が丘地区(〒179の地域) はつらつセンター 光が丘 ☎5997-7717	演芸大会鑑賞会	9/14(土)10:30~15:00
	要予約 落語会	9/16(祝)14:00~15:30
早宮地区区民館 ☎3994-7961	要予約 漫才とお笑い大道芸を楽しむ	9/21(土)14:00~15:30
春日町南地区区民館 ☎3926-4971	要予約 講談会	9/10(火)14:00~15:00

要予約 は事前の申し込みが必要です。電話で各施設へ
▶申込:当日会場へ ※整理券を配布するイベントがあります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。



高齢者向けサービス

敬老祝品を贈呈します

長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ます。今年度、100歳以上の方・白寿(99歳)・米寿(88歳)を迎える方に、9月中旬に簡易書留で送付します。

新100歳おめでとう新聞

100歳を迎えても元気に活躍されている方の長生きの秘訣を、区ホームページで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。



問合せ いきがい係 ☎5984-4763

老人クラブに入りませんか

おおむね60歳以上の方が、趣味や社会奉仕、健康づくりに関する活動などを行っています。詳しくは、お問い合わせください。
▶区の担当:いきがい係 ▶問合せ:練馬区老人クラブ連合会事務局 ☎6914-5125 (平日午前10時~午後4時)

契約トラブルの相談を受け付けます

悪質商法による被害や契約トラブルなどでお困りの高齢者を対象に、無料で電話相談を受け付けます。▶日時:9月9日(月)~11日(水)午前9時~午後4時30分 ▶相談先・問合せ:消費生活センター ☎5910-4860

区内団体の文化・芸術に触れてみませんか

第69回区民文化祭

区内で活動している文化団体が作品の展示や演奏・舞踊などの発表を行います。ぜひお越しください。▶**申込**:当日会場へ

問合せ 生涯学習センター ☎3991-1667

催し名	日時	場所
民謡大会	10/6(日)10:30~18:00	練馬文化センター
詩吟剣舞詩舞大会	10/6(日)11:00~16:00	生涯学習センター
三曲演奏大会	10/13(日)11:00~16:45	
俳句大会	10/13(日)13:00~17:00 ※入場料1,000円。当日は見学のみ。	ココネリ3階
大正琴の会	10/20(日)13:30~15:30	生涯学習センター
謡曲大会	10/26(土)13:30~17:00	
いけ花とお茶の会	10/26(土)・27(日)10:00~16:00 ※茶席は10:00~15:00(1席1,000円)。	向山庭園
邦楽演奏会	10/27(日)11:00~18:00	生涯学習センター
フォークダンス大会 pick up	10/27(日)12:00~16:30	光が丘体育館
合唱祭	10/27(日)12:00~18:00	練馬文化センター
太鼓フェスティバル	11/4(木)13:00~17:00	
民謡大会	11/10(日)14:00~16:00	生涯学習センター
手工芸作家展	11/13(水)~17(日)10:00~17:00 ※17(日)は16:00まで。	石神井公園 ふるさと文化館
日本舞踊の会 pick up	11/17(日)11:00~17:30	練馬文化センター
寄席演芸大会	11/17(日)13:00~17:00	生涯学習センター
洋舞フェスティバル	11/17(日)16:00~19:00	練馬文化センター
練馬書道展 pick up	11/20(水)~24(日)10:00~17:30 ※24(日)は15:00まで。	石神井公園 ふるさと文化館
いきがい川柳大会	12/1(日)11:00~16:30	石神井公園 区民交流センター

文化祭の見どころを紹介!

フォークダンス大会

さまざまな国の音楽に合わせて、会場いっぱいには舞い踊ります。各国の民族衣装や息の合ったダンスをお楽しみください。



日本舞踊の会

優美なからだの動きと、色とりどりの着物の華やかさ、扇による舞の表現力の奥深さにご注目ください。



練馬書道展

日本が世界に誇る「書き文字文化」の書道。思いを込めた魅力ある作品をご鑑賞ください。



NEW 出張型三療サービス

(はり・マッサージ・指圧)を開始

敬老館などの区立施設で、三療サービス(はり・マッサージ・指圧)を1回1,500円で利用できます。 ※練馬区三療師会協力。▶**対象**:区内在住で60歳以上の方▶**場所**:敬老館など11カ所の区立施設▶**申込**:区ホームページや地域包括支援センター、敬老館、厚生文化会館、旭町南地区区民館、高齢者支援課(区役所西庁舎3階)にあるチラシをご覧の上、申込先へ▶**問合せ**:高齢者支援課高齢給付係 ☎5984-2774



いきいき健康券のご利用を

▶**対象**:区内在住で年度内に75歳以上になる方(昭和25年4月1日以前生まれ) ※すでに利用している方は申し込みません。▶**申込**:区ホームページ「電子申請」または下記で配布する申込ハガキに記入の上、切手を貼って来年2月28日(消印有効)までに郵送で申込先へ▶**配布場所**:地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、はつらつセンター、敬老館、総合福祉事務所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)など▶**問合せ**:高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722



地域活動団体に

リハビリ専門職を派遣します

地域で運動や文化活動を行っているサークルなどに、リハビリ専門職などを派遣します。普段活動しているメンバーと一緒に、フレイル予防や健康づくりについて無料で学べます。 ※派遣は1団体につき年度内2回までです。▶**対象**:65歳以上の方が半数以上いる区内の団体▶**申込**:区ホームページまたは電話で介護予防係 ☎5984-2094



令和6年度版

「高齢者の生活ガイド」を配布

高齢者向け保健・福祉サービスや高齢者の家族に役立つ情報を紹介しています。 ※6年度より3年に1回発行。▶**配布場所**:地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、はつらつセンター、敬老館、保健相談所、総合福祉事務所、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)など ※区ホームページでもご覧になれます。▶**問合せ**:高齢社会対策課計画係 ☎5984-4584



お知らせ

多重債務特別相談

多重債務でお困りの方を対象に、専門相談員が無料で電話相談を受け付けます。▶日時:9月2日(月)・3日(火)午前9時～午後4時30分▶相談先・問合せ:消費生活センター ☎5910-4860

税

固定資産税・都市計画税 第2期分の納期限は9月30日(月)

お支払いは、納め忘れのない口座振替をご利用ください。詳しくは、東京都主税局ホームページをご覧ください。▶問合せ:練馬都税事務所 ☎3993-2261

事業者向け

有料広告を募集～ねりま区報

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日号を除く。▶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(1回):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20万部▶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(火)▶問合せ:広報係 ☎5984-2690

敬老館の運営を行う事業者を募集

来年4月から石神井・石神井台敬老館の運営を行う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

ムページや高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)にある募集要項をご覧ください。▶問合せ:高齢社会対策課区立施設運営係 ☎5984-1350

地域包括支援センターの運営を行う事業者を募集

来年4月から中村橋・(仮)高野台デイサービスセンター内・大泉地域包括支援センターの運営を行う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。区ホームページや高齢者支援課(区役所西庁舎3階)にある募集要項をご覧ください。▶問合せ:高齢者支援課管理係 ☎5984-4582

専門家による無料経営相談会

中小企業診断士や税理士、社会保険労務士、日本政策金融公庫の相談員に相談できます。▶日時:10月13日(日)午前10時～午後5時の間の50分▶場所:ココネリ3階▶申込:10月9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または電話で同センター ☎6757-2020

練馬ビジネスチャンス交流会

創業や新製品・新サービスの開発などに取り組む事業者の、取引のきっかけづくりを目的とした交流会です。▶日時:11月18日(月)午後2時～4時▶募集予定数:30社(抽選)▶申込:区ホームページや経済課(区役所本庁舎9階)などにある申込書を、10月4日(必着)までに経済課中小企業振興係 ☎5984-1483

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

子育て世代の就活講座～面接に役立つビジネスマナー

▶対象:20歳未満のお子さんがある方▶日時:10月2日(火)午前10時～午後0時30分▶場所:男女共同参画センターエーサー▶講師:プロフェッショナル・キャリア・カウンセラー/坪田まり子▶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@nerimayell.com](mailto:oubo@nerimayell.com) ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員10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(火)までにお知らせください。

看護職員フェア～就職相談会

看護師・看護助手などとして就職を希望する方を対象に、区内の病院や有床診療所のスタッフが相談を受け付けます。▶日時:10月3日(木)午前11時～午後3時▶場所:ココネリ3階▶申込:当日会場▶問合せ:医療連携担当係 ☎5984-4673

練馬区シルバー人材センターの会員

高齢者の経験や技能に応じた就業の機会を提供します。会員になるためには、説明会への参加が必要です。詳しくは、同センターホームページをご覧ください。▶対象:区内在住の60歳以上の方▶年会費:2,000円▶区の担当:いきがい係▶問合せ:練馬区シルバー人材センター ☎3993-7168

交流会(オンライン合同企業説明会)の参加者を募集

▶日時:11月7日(木)午後1時30分～4時▶区の担当:産業振興調整係▶申込:10月31日(木)までに練馬区人材確保支援事業事務局ホームページ▶問合せ:事務局 ☎0120-13-2711

(公財)練馬区文化振興協会 契約職員(事務)

▶期間:来年4月から1年間(正職員登用の場合あり)▶日時:週5日午前8時30分～午後8時15分の間の7時間45分(土・日曜、祝休日勤務あり)▶場所:練馬文化センターなど▶内容:経理事務、施設管理、事業運営など▶採用予定数:若干名(書類選考・筆記試験・面接)▶申込:(公財)練馬区文化振興協会ホームペー

ジヤ同協会(区役所本庁舎19階)にある募集案内をご覧ください。10月3日(必着)までに同協会 ☎6914-7305

自衛官など

▶問合せ:自衛隊東京地方協力本部練馬地域事務所 ☎3991-8921

種目	対象	募集期間	
防衛大学校	推薦・総合選抜	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	9/5(木)～9/9(月)
	一般		10/17(木)まで

ボランティア

高齢者支え合いサポーター育成研修

地域で高齢者を支える人材を育成するための研修です。修了後は、自分に合った活動に参加できるよう、コーディネーターが支援します。▶対象:区内在住の方▶日程:10月の7日間▶場所:ココネリ3階など▶定員:60名(先着順)▶申込:10月4日(金)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 ☎6758-0145

福祉・障害のある方

バリアフリー映画会「ALWAYS 三丁目の夕日」(音声ガイド・日本語字幕付き)

▶日時:9月22日(祝)午後2時～4時▶場所:南大泉図書館▶定員:25名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③氏名④電話番号を、同所 ☎5387-3600 FAX 5387-3602

初心者向け 障害者パソコン教室

▶日時:10月13日(日) 1 午前9時30分～正午 2 午後1時30分～4時▶場所:光が丘区民センター7階▶定員: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(112とA～Eの別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号またはファクス番号(ある方のみ)⑤障害名と手帳の種類を、9月19日(木)までに心身障害者福祉センター ☎5984-1496 FAX 5984-1215 ※手話通訳を希望する方は、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	
B ワード(文書作成など)	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
C エクセル(表計算・グラフなど)	
D スマートフォン・タブレット(相談・体験)	
E 視覚障害(読み上げソフト)	身体障害者手帳を持っている視覚障害のある方

※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。

9/6(金)～10/11(金)

第三回区議会定例会

9月6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2日(水)	議会運営委員会、決算特別委員会
9月9日(月)～11日(水)	本会議(一般質問)	10月3日(木)	本会議(追加上程)、予算特別委員会
9月12日(木)	常任委員会	10月7日(月)	予算特別委員会
9月13日(金)	特別委員会	10月8日(火)	常任委員会、特別委員会
9月17日(火)	常任委員会	10月9日(水)	決算特別委員会
9月18日(水)～10月1日(火)	決算特別委員会	10月11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

熱中症にご注意を!

危険な暑さが予想されるときは、区主催の事業を中止・延期する場合があります。その際は、区ホームページなどでお知らせします。



練馬区情報番組

9月の放送内容

●災害に備えよう! など

住まい・まちづくり

空き家なんでも相談会

空き家の売買・賃貸・相続登記・境界確定などについて専門家に相談できます。▶対象:区内に空き家を所有している方など▶日時:9月24日(火)午前10時~正午の間の20分間(受け付けは午前11時30分まで)▶場所:区役所アトリウム▶持ち物:物件や権利関係が分かる書類(ある方のみ)▶申込:当日会場へ▶問合せ:みどりのまちづくりセンター☎3993-5451

お休みします

〈中村南スポーツ交流センター☎3970-9651〉…11月11日(月)・12日(火)【器具点検のため】※温水プールは13日(水)・14日(木)も利用できません。〈北大泉野球場〉…12月1日(日)~来年3月21日(金)【改修工事のため】▶問合せ:スポーツ振興課運営調整係☎5984-1660

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:9月3日(火)・17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

医療講座

「血糖値の上昇を防ぐ! その食事のコツとは」

▶日時:10月5日(土)午後2時~3時▶場所:南大泉青少年館▶講師:保谷医院副院長/宇都宮保典▶定員:40名(先着順)▶申込:電話で南大泉図書館☎5387-3600

介護相談・交流カフェ

~あたまとことばは遊びで鍛える

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。▶日時:10月5日(土)午後2時~4時▶場所:北保健相談所▶講師:群馬パーズ大学言語聴覚学科助教/及川翔▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で北町はるのひ地域包括支援センター☎5399-5347

高齢者①

理学療法士が伝える! 介護予防・フレイル予防!

健康維持の知識や運動方法を学びます。※オンラインでも配信します。詳しくは、お問い合わせください。▶対象:区内在住の60歳以上の方▶日時:9月19日(木)午後2時30分~3時30分▶場所:はつらつセンター光が丘▶申込:電話で同所☎5997-7717

〈下表の会場で同時視聴できます〉

場所・申込先	
はつらつセンター	関 ☎3928-1987
	豊玉 ☎5912-6401
	大泉 ☎3867-3180
敬老館	栄町 ☎3994-3286
	南田中 ☎3995-5538
	高野台 ☎3996-5135
	三原台 ☎3924-8834
	石神井 ☎3996-2900
	石神井台 ☎3995-8270
	上石神井 ☎3928-8623
	東大泉 ☎3921-9129
	西大泉 ☎3924-9545
	大泉北 ☎3925-7105

シニア就業支援セミナー「生涯現役! シニア世代の働き方と仕事選びのコツ」

▶対象:おおむね60歳以上の方▶日時:10月2日(水)午後1時30分~3時50分※午後3時50分~4時50分に個別相談会あり。▶場所:ココネリ3階▶定員:30名(先着順)▶区担当:いきがい係▶申込:(株)シグマス

トップホームページまたは電話で同社☎0120-916-898(平日午前9時~午後5時)

ひと汗かいて、ひとつ風呂! ~9月のフロ・マエ・フィットネス

公衆浴場の営業開始前に筋力トレーニングや体操などを行います。運動後は入浴できます。▶対象:医師から運動を止められていない65歳以上の方▶費用:200円(入浴料込み)▶申込:当日会場へ▶問合せ:

介護予防係☎5984-2094

浴場名	日程	定員(先着順)
たつの湯(石神井台6-19-26)	毎火曜	各10名
桑の湯(北町8-5-2)	毎水曜	各10名
ゆ〜ポッポ(北町6-4-13)	毎金曜	各10名

※時間はいずれも14:00~15:00。

9/10~16は自殺予防週間

その気持ち、話してみませんか

~つらい気持ちや悩みを相談できる窓口があります

気持ちが落ち込んだり、体の不調や悩みを感じたりしたら、ひとりで抱え込まず、誰かに相談しましょう。▶区の担当:精神支援担当係

相談窓口	受付日時
東京いのちの電話 ☎3264-4343	毎日24時間
#いのちSOS ☎0120-061-338	毎日 8:00~22:00
チャット相談	
生きづらびっと SNS相談 (LINE、フェイスブックなど)	月~金曜 8:30~17:00
豊玉 ☎3992-1188	
北 ☎3931-1347	
光が丘 ☎5997-7722	
石神井 ☎3996-0634	
大泉 ☎3921-0217	
関 ☎3929-5381	

悩みに応じた相談窓口を区ホームページで紹介しています



●自殺防止! 練馬キャンペーン

西武鉄道(株)と連携し、自殺防止に関する普及啓発グッズなどを配布します。▶日時:9月13日(金)午前8時~8時30分▶場所:西武池袋線練馬駅▶問合せ:精神支援担当係☎5984-4764

●講演会「こころの不調 気づきとストレスマネジメント ~ポジティブな明日につなげるには」

▶日時:9月30日(月)午後2時~4時▶場所:石神井庁舎5階▶講師:練馬駅前メンタルクリニック院長/当山陽介▶定員:100名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で石神井保健相談所☎3996-0634



9月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ず保険証をお持ちください。往診はしません。

▶問合せ:地域医療課☎5984-4673

●休日急患診療所

場所	診療日時
小児科 練馬区夜間救急こどもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎3994-2238 ※小児科医が診療。	平日の20:00~22:30 土曜・日曜・祝休日の18:00~21:30 ※保護者同伴。 予約も可
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 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	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 ※15歳以下の方は保護者同伴。 予約も可
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。

予約も可 …開始30分前~終了1時間前に練馬区医師会ホームページで予約できます



●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)

●休日施術当番接骨院

▶施術時間:午前9時~午後5時

1日(日)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	ゆうし接骨院(高松3-13-7)	☎5848-3252
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
8日(日)	にだいら整骨院(桜台1-5-4)	☎3993-7866
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789
	ほがらか接骨院(上石神井1-5-6)	☎6904-7183
15日(日)	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
16日(祝)	桶谷整骨院(桜台4-1-6)	☎3948-7665
	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
22日(祝)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	浅木接骨院(西大泉2-16-26)	☎3923-1686
23日(休)	篠整骨院(栄町36-5)	☎3991-6623
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	たかつか接骨院(大泉学園町4-18-41)	☎3978-1127
29日(日)	杏文接骨院(氷川台3-29-4)	☎5920-2121
	紅の葉整骨院(石神井町3-19-14)	☎6763-3022
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556



高齢者②



はつらつシニアクラブ ～「はつらつ度」測定します

姿勢や体組成(脂肪や筋肉の量など)の測定、フレイルチェックなどを行い、アドバイスをします。近隣の運動・文化活動団体の情報も提供します。 ※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。
▶**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:**電話でシンコースポーツ(株)西東京支店 ☎042-512-9394(月～金曜午前9時～午後5時) ※申し込みは1人1会場です。

場所	日時
桜台地域集会所	9/17(火) 13:30～15:45
上石神井南地域集会所	9/19(木) 13:30～15:45
勤労福祉会館	9/25(水) 9:30～10:45
早宮地区区民館	9/26(木) 9:30～10:45

はつらつセンター豊玉の催し

▶**対象:**区内在住の60歳以上の方 ▶**申込:**①9月14日(土)②7日(土)までに電話で同所 ☎5912-6401
①**これからも安心して家で暮らすために!～高齢者福祉サービスや介護保険を学ぶ**
▶**日時:**9月27日(金)午後2時～3時10分 ▶**定員:**30名(抽選)

2和菓子教室

▶**日時:**9月30日、10月7日・28日、11月11日・25日、12月9日の月曜 午前10時～正午【6日制】 ▶**講師:**料理研究家/柴崎真保 ▶**定員:**20名(抽選) ▶**費用:**2,000円

子ども・教育



10月から子ども医療証が 新しくなります

健康保険に加入している高校生年代以下のお子さんを対象に、医療費を助成しています。助成を受けるために必要な子ども医療証は、毎年10月1日に更新します。新しい医療証(うぐいす色)は、9月17日(火)以降に順次送付します。10月になっても届かない場合はご連絡ください。高校生年代以下のお子さんがいる方で、子ども医療証がない場合は、申請が必要です。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。 ▶**問合せ:**児童手当係 ☎5984-5824

女性の健康づくり講座 「お子さんとママが健康に 過ごすために」

▶**対象:**妊娠中に血圧・血糖値が高めと言われた方、妊娠中の方、これから妊娠を考えている方 ▶**日時:**10月16日(水)午後2時～3時30分 ▶**場所・問合せ:**豊玉保健相談所 ☎3992-1188 ▶**講師:**国立成育医療研究センター医師/荒田尚子 ▶**定員:**30名(先着順) ▶**申込:**区ホームページ

武井武雄の絵本箱 (①展示②おはなし会)

ユーモアあふれる童画を描き続けた絵本作家・武井武雄さんの絵本や紙芝居の展示と、紙芝居師・おかもとりよさんによるおはなし会です。 ▶**日時:**①9月22日(祝)午前10時～午後7時・23日(休)午前9時～午後6時 ②9月22日(祝)・23日(休)③午前11時から④午後2時から⑤午後4時から ※いずれも30分程度。 ▶**場所・問合せ:**南田中図書館 ☎5393-2411 ▶**申込:**当日会場へ

バスに乗ってごみの リサイクルを見に行こう

小型家電のリサイクル工場などを見学し、ごみの減量化・資源化について考えます。 ▶**対象:**小学生と保護者 ▶**日時・場所:**10月26日(土)午前8時 資源循環センター集合～(株)リーテム東京工場～葛西臨海公園～午後5時 集合場所解散 ▶**定員:**20名(抽選) ▶**申込:**ハガキまたはファクス、電子メールで①催し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢③電話番号を、9月27日(必着)までに ☎177-0032 谷原1-2-20 資源循環センター ☎3995-6711 FAX 3995-6733 Eメール risaikuru-shigen@nkm.or.jp

10月の2カ月児相談

グループで、育児や栄養について相談できるほか、体重測定ができます。 ▶**対象:**おおむね2・3カ月児 ▶**持ち物:**母子健康手帳、バスタオル

▶**申込:**当日会場へ

場所(保健相談所)・問合せ	日程・受付時間
豊玉 ☎3992-1188	4(金) 9:30～10:00
北 ☎3931-1347	28(月) 9:30～10:00
光が丘 ☎5997-7722	7(月) 13:15～13:30
石神井 ☎3996-0634	2(水) 9:30～10:00
大泉 ☎3921-0217	21(月) 13:30～14:00
関 ☎3929-5381	7(月) 13:15～13:30

※時間はいずれも受付時間終了後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

▶**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:**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	8(火) 13:15～15:40	24組
光が丘 ☎5997-7722	19(土) ①9:00～11:50 ②13:15～16:05	各30組
石神井 ☎3996-0634	12(土) ①9:00～11:00 ②13:30～15:30	各30組
大泉 ☎3921-0217	1(火) 13:30～16:00	16組
関 ☎3929-5381	26(土) 9:15～11:15	20組

※時間はいずれも1時間30分程度。

来年度入園の幼稚園児を募集

区立幼稚園 9/25(水)・26(木)に各幼稚園で受け付け

▶**対象:**区内在住の4歳児(令和2年4月2日～3年4月1日生まれ) ▶**申込:**区立幼稚園や区民事務所(練馬を除く)、学務課(区役所本庁舎12階)にある入園案内をご覧の上、申込書に必要書類を添えて、9月25日(水)・26日(木)午後1時30分～3時に直接、入園を希望する幼稚園へ ※結果は11月上旬に通知します。 ※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	募集人数(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(火)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(火)から、来年度の入園案内・願書などを配布します。願書は11月1日(金)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、区ホームページをご覧ください。



認可保育園や練馬こども園などの募集は、区報10月1日号でお知らせします

ねりまの森子どもフェスタ

問合せ みどりのまちづくりセンター ☎3993-5451

憩いの森や緑地を管理している団体が、それぞれの森の魅力を活かしたイベントを行います。 ▶**申込:**当日会場へ(雨天中止) ※駐車場はありません。 詳しくは、同センターホームページ▶



イベント名など	日時	場所
ランタンづくり ▶ 定員: 各5名(先着順) ▶ 費用: 300円	9/14(土) ①10:00から②10:30から ③11:00から④11:30から⑤12:00から ⑥12:30から⑦13:00から⑧13:30から ※いずれも30分程度。	千坪憩いの森(東大泉5-11)
コケや樹木のお手入れ体験	9/21(土) 14:00～16:00	南高松の森緑地(高松2-14-4)
モルック大会、森のお掃除体験	9/22(祝) 10:00～12:00	きたっばら憩いの森(谷原3-9)

※イベントは11月にも実施します。詳しくは、後日区報などでお知らせします。

第1弾 9/20(金)まで
第2弾 10/21(月)～11/15(金)

抽選で1,400名に!

歩いて区内入浴施設チケットをもらおう! 豊島園庭の湯+区内銭湯 ふろふろ2626キャンペーン

健康管理アプリ「ねりまちてくてくサプリ」で、区内銭湯などとコラボしたキャンペーンを実施します。期間中に条件をクリアした方に抽選で、豊島園庭の湯(1回分)と区内公衆浴場(5回分)のチケットを差し上げます。 ※チケットの利用期間は10月1日(火)～来年3月31日(月)。 ▶**問合せ:**健康づくり係 ☎5984-4624



アプリのダウンロードは
こちら



▲区ホームページ

10月の育児栄養歯科相談

▶対象:0~3歳児▶内容:育児・食事・歯科相談▶持ち物:母子健康手帳▶申込:区ホームページ ※おとなの歯磨き相談も実施。

場所(保健相談所)・問合せ	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	9(水) 9:00~10:20	60名
北 ☎3931-1347	11(金) 9:00~10:00	40名
光が丘 ☎5997-7722	16(水) 9:00~10:15	40名
石神井 ☎3996-0634	25(金) 9:00~10:00	60名
大泉 ☎3921-0217	21(月) 9:00~10:00	40名
関 ☎3929-5381	7(月) 13:00~15:00	40名

練馬区珠算コンクール

▶対象:区内在住・在学または練馬区珠算教育連盟会員の珠算教室などに通っている小中学生▶日時:

11月10日(日)④午前9時30分~正午⑥午後0時15分~4時30分▶場所:区役所本庁舎19階など▶内容:個人総合競技(乗算、除算、見取算など6種目)、種目別競技(読上算、読上暗算) ※小学生4級程度、中学生3級程度。▶費用:1,500円▶持ち物:そろばんなど▶区の担当:育成支援係▶申込:9月22日(祝)までに電話で練馬区珠算教育連盟・加藤☎090-3816-2054

講演会「不登校のお子さん、学校生活が苦手なお子さんの進路を考える」

▶対象:中高生の保護者▶日時:10月26日(土)午前10時~正午▶場所:学校教育支援センター▶講師:NPO法人まほろび理事長/守矢俊一▶定員:60名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で同センター☎6385-9911 ※オンラインでも配信します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

講座・催し①

地域活動のお金の不安解消セミナー

▶日時:10月2日(水)午後2時~4時30分▶場所:区役所本庁舎19階▶講師:としまNPO推進協議会代表理事/柳田好史▶定員:30名(先着順)▶申込:9月27日(金)までにつながるカレッジねりまポータルサイトまたは電話でカレッジ担当係☎5984-1613

友好都市・長野県上田市物産販売会

おやきやお酒、果物など上田市の

名産品を販売します。▶日時:9月12日(木)午前11時~午後3時▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:国際・都市交流担当係☎5984-1302

講演会「アスリートが手話で語るデフリンピックの魅力」

▶日時:9月24日(火)④午前10時~正午⑥午後6時45分~8時45分▶場所:生涯学習センター▶講師:元デフバスケットボール選手/雪森文晃ほか▶定員:各50名(先着順)▶申込:電話またはファクスで①講演会名(④⑥の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、9月17日(火)までに心身障害者福祉センター☎5984-1496 FAX 5984-1215



9~12月ベルデに泊まってイベントを楽しもう!

施設名	日程・内容
ベルデ 軽井沢 (長野県)	9/14(土)~16(祝)・21(土)~23(休)…缶バッジ制作 9/17(火)…お団子の提供 10/14(祝)…スポーツ大会 10/26(土)~11/3(祝)…ハロウィーンのお菓子をプレゼント 11/21(木)…ボージョレ・ヌーボーの提供 12/21(土)~25(水)…クリスマスツリーの展示・お菓子の提供
ベルデ武石本館・新館 (長野県)	10/1(火)~31(木)…ハロウィーンの飾り付け(新館のみ) 11月中旬~下旬…新そば祭り 12/18(水)~25(水)…クリスマスの飾り付け 12/24(火)…クリスマスケーキの提供 12/28(土)~来年1/9(休)…正月の飾り付け 12/31(火)…年越しそばの提供(新館のみ)
ベルデ岩井 (千葉県)	9/17(火)…中秋の名月鑑賞 10/1(火)~31(木)…ハロウィーンの飾り付け 10/15(火)…十三夜の鑑賞 12/1(日)~19(木)…クリスマスの飾り付け 12/28(土)~来年1/15(水)…正月の飾り付け 12/31(火)…年越しそばの提供

※イベントの内容など詳しくは、各ベルデへお問い合わせください。

宿泊の予約方法

●電話で各ベルデへ

軽井沢☎0267-46-4141
武石本館☎0268-86-2526
武石新館☎0268-86-2525
岩井☎0470-57-4141

●インターネットで

「ベルデ宿泊予約サイト」



「追悼 野見山暁治 野っ原との契約」展 関連イベント

野見山暁治の練馬のアトリエ「海の階段」訪問

問合せ 練馬区立美術館☎3577-1821

【(一財)野見山暁治財団事務長・山口千里さんによる案内

野見山の作品制作や日々の生活などについてお話を伺います。
▶日時:①10月12日(土)②11月23日(祝)午後1時~2時▶定員:各8名(抽選)

【東京工業大学准教授・塩崎太伸さんによる案内

建築の観点から野見山のアトリエについてお話を伺います。
▶日時:③10月19日(土)④11月30日(土)午後1時~2時▶定員:各8名(抽選)

申込 同ホームページまたは往復ハガキで①催し名(①~④の別も)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、9月27日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-16 練馬区立美術館へ ※観覧券(当日以外の半券も可)が必要です。



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。

■水曜こぶしスイミングクラブ 40歳以上の初心者~中級者対象 毎水曜午後1時~3時 光が丘体育館 講師 青木喜美子 入会金1,000円 月会費2,500円 保険料年1,000円 初回は無料体験可 カケヒ☎080-5699-1948(要予約)

■一筆Enjoy書道会 初心者対象 月4回主に土・日曜午後1時30分~3時 北町地区区民館 入会金1,000円 会費1回1,500円 材料費実費 初回は無料体験可 年1回作品展あり 菜畑☎FAX 3933-8599 Eメール m.nahata5678@gmail.com(要予約)

■中国語公開講座①巻舌音の学び直し②楽しく学ぶスクリット、歌、熟語当てなど 9月28日①午前10時~正午②午後1時~3時 区役所本庁舎19階 講師 元日中学院副院長/鈴木繁 ①②とも参加費500円(学生は200円) 練馬日中交流促進会☎090-3509-2021(要予約)

■練馬区長野県人会(①マージャン②俳句③カラオケ) ①月5回月・水・金曜②第3木曜午後6時~7時30分③第1・3水曜 ココネリ3階など 年会費2,000円 年数回ゴルフ、歩く会、旅行などあり 平林☎FAX 5936-4591 Eメール nposai@1226.or.jp(要予約)

■硬式テニス ラブオール ゲームができる65歳以上の方対象 毎水曜午後3時~5時 土支田庭球場 会費1回200円 吉原☎090-5216-4102 Eメール sei1.yoshi63973@gmail.com

■社交ダンス「カトレア会」無料講習会 初心者~初級者対象 9月5日~26日の毎木曜午後7時~9時 生涯学習センター 日本社交舞踊教師協会の講師が指導 例会…初心者~初級者対象 毎水曜午後7時~9時 生涯学習センター 入会金1,000円 月会費3,000円 清水☎3991-7361(月・水・金曜午後6時以降)

■レッツ和太鼓 主に月4回①午後3時30分~5時②午後7時~8時30分 区役所アトリウム地下多目的会議室など ①②とも入会金2,000円、会費1回1,000円 初回は無料体験可 9月16日午後1時30分から区役所アトリウム地下多目的会議室で説明会あり(資料代500円) ホーラン☎080-6705-0780(要予約)

■チャオズウィンドアンサンブル第7回定期演奏会 9月23日午後2時開演 練馬文化センター 指揮 山崎勇太 入場無料 未永☎090-9008-7723 Eメール info@chaoz.jp

■第17回芸墨会水墨画展 9月5日~8日午前10時~午後6時(5日は午後1時から。8日は午後4時まで) 練馬区立美術館 入場無料 例会…月2回主に第1・3水曜または日曜午後2時~4時 厚生文化会館など 講師 画家/郭朝勇 入会金2,000円 月会費3,000円 教材費月1,000円 初回は無料体験可 前原☎4291-0647(例会のみ要予約)

■大泉杖道稽古会 毎月曜午後7時~9時 大泉小 月会費3,000円 年数回演武会あり 南☎090-2457-2170

■花の絵・ファンタジック水彩画 第1・3水曜午前10時~11時30分 石神井公園区民交流センター 入会金3,600円 会費1回1,500円 奥村☎FAX 5936-8395(要予約)

■光が丘空手クラブ 毎土曜①午後5時30分~7時30分(小学生以下)②午後7時30分~9時(中学生以上) 旭町南地区区民館 講師 富樫宜弘ほか ①②とも月会費5,000円 初回は無料体験可 年2回大会あり 相馬☎090-2753-4706

■混声コーラス New Blue Sky 第2・4火曜午後1時15分~3時15分 生涯学習センター 講師 国立音楽大学卒業生/清水映子 月会費2,000円 初回は無料体験可 道面☎080-6584-3262 Eメール ysdomen@gmail.com(要予約)

■パテンレース展示会 9月7日~10日午前10時~午後3時30分(7日は午後1時から) 豊玉リサイクルセンター 例会…月1回月曜午後1時~3時30分 豊玉リサイクルセンター 月会費1,000円 ハンドメイドを楽しむ会・飯田☎090-4170-2505 Eメール kimi4238@jcom.home.ne.jp(例会のみ要予約)

■60代から始めるシニアピアノノコンイン体験会 60歳以上の方対象 ①9月16日午後1時30分~3時②22日午前10時~11時30分 石神井公園区民交流センター ①②とも参加費500円 例会…60歳以上の方対象 月2回③日曜午後1時30分~3時④月曜午後3時~4時30分⑤金曜午前10時~11時30分 ③石神井公園区民交流センター④男女共同参画センターエー⑤勤労福祉会館 ③~⑤とも会費1回1,500円 石神井公園シニアピアノサークル・工藤☎090-2474-2753(要予約)

■やさしい英会話 Happy Family 初級者~中級者対象 毎水曜午後3時~4時30分 生涯学習センター イギリス人講師が指導 月会費5,000円 初回は無料体験可 大河原☎080-3443-4607 Eメール okawara@jcom.home.ne.jp(要予約)

■クラシックバレエ プリンセスバレエ 毎金曜①午後5時35分~6時25分(未就学児)②午後6時30分~7時30分(小学1~5年生)③午後7時35分~8時50分(小学6年生以上) 光が丘地区区民館など ①~③とも入会金2,000円 月会費①3,900円②4,200円③4,700円 初回は無料体験可 1年半に1回発表会あり 富川☎080-5403-0852(要予約)

■歌の会おおいずみ(日本・季節・心の歌) 月3回金曜午前10時~正午 大泉学園地区区民館 講師 ピアニスト/飯田礼香 月会費4,000円 初回は無料体験可 渡辺☎090-3509-8910 Eメール herblay.voyage@gmail.com(要予約)

■練馬レディースソフトテニス教室 初級者~中級者の女性対象 9月30日、10月7日・21日午前9時30分~午後0時30分 豊玉中公園庭球場 参加費1回500円 谷内☎090-3215-8032

講座・催し

勤労福祉会館の催し

▶申込: 1 10月5日(出) 2 11日(金)までに電話で同館 ☎3923-5511

1 骨盤のゆがみ改善エクササイズ

▶日時: 10月7日(月)午前10時~正午
▶講師: NPO法人MYフィットネス研究会副理事長/岡安裕子 ▶定員: 35名(先着順)

2 勤福落語会

▶日時: 10月13日(日)午後1時30分~4時30分 ▶出演: 落語協会真打ち/柳家福治ほか ▶定員: 150名(先着順) ▶費用: 500円

人権セミナー映画上映会「不安の正体~精神障害者グループホームと地域」

精神障害者のグループホームの日常と、地域住民の施設開設反対運動の実像を描いたドキュメンタリー映画を上映します。▶日時: 9月26日(木)午後6時30分~8時 ▶場所: 区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶定員: 60名(先着順) ▶申込: 区ホームページまたは電話、ファクスで①催し名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加人数を、人権啓発担当係 ☎5984-1452 FAX 3993-6512 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員4名)を利用したい方は、お子さ

んの氏名(ふりがな)・年齢も、9月13日(金)までにお知らせください。

手作り品販売市場「ねりいち」

障害者施設で作ったお菓子や雑貨などを販売します。▶問合せ: 就労支援係 ☎5984-1387 FAX 5984-1215

場所	日時
大泉図書館	9/5(木)・12(木)・26(木) 11:00~13:30
ココネリ2階	9/17(火)・18(水)・20(金) 11:00~14:00
光が丘IMA	9/25(水) 11:00~14:00

消費者教室「タネの未来と食の未来~日本の食と農に関わるタネの現状を学ぶ」

▶日時: 9月28日(土)午前10時~正午
▶場所: 石神井公園区民交流センター ▶講師: 鶴頸種苗流通プロモーション代表/小林宙 ▶定員: 50名(先着順) ▶申込: 電話または電子メールで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月20日(金)までに消費生活係 ☎5910-3089 [Eメール syohi@city.nerima.tokyo.jp](mailto:syohi@city.nerima.tokyo.jp) ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、9月13日(金)までにお知らせください。

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

◆レクリエーションスポーツの集い

▶申込: 当日会場へ ▶問合せ: 練馬区レクリエーション協会・下関 ☎090-9369-6191 ※初心者は電話で予約が必要です。

●四半の大会 ▶日時: 9月8日(日)午後1時~4時 ▶場所: スタジオルミエール(大泉学園町7-15-21 3階) ▶費用: 500円

●グラウンド・ゴルフ大会 ▶日時: 9月20日(金)午前9時~正午 ▶場所: 大泉さくら運動公園 ▶費用: 500円

●インディアカ大会 ▶日時: 10月6日(日)午前9時~午後5時 ▶場所: 大泉学園町体育館 ▶費用: 1チーム3,000円

●ターゲットバードゴルフ大会 ▶日時: 10月12日(土)午前10時~正午 ▶場所: 練馬総合運動場公園 ▶費用: 500円

●ウォークラリー大会 ▶日時: 10月27日(日)午前9時30分~午後1時 ▶集合場所: 男女共同参画センターえーる ▶費用: 500円(小学生以下無料)

●ラケットテニス大会 ▶日時: 11月10日(日)午前9時~午後4時 ▶場所: 中村南スポーツ交流センター ▶費用: 1,000円

●ティーボール大会 ▶日時: 11月24日(日)午前9時~午後5時 ▶場所: 大泉さくら運動公園 ▶費用: 1チーム2,000円

◆グラウンド・ゴルフ交流会 ▶日時: 9月10日(火)午前9時30分~正午 ▶場所: 東台野球場 ▶定員: 50名(先着順) ▶費用: 100円 ▶申込: 9月9日(月)までに電話でSSC光が丘・太田 ☎090-4745-8498

◆高齢者水泳体験会 ▶対象: 60歳以上の方 ▶日時: 9月10日(火)・17日(火)・24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

◆よさこいダンス「華鼓舞」体験会 ▶対象: 小学生以上 ※小学生は保護者同伴。▶日時: 9月10日~10月8日の毎火曜午後6時~8時 ▶場所: 平和台体育館 ▶講師: よさこいダンス講師/杉本美枝 ▶定員: 各20名(先着順) ▶費用: 500円 ▶申込: 電話または電子メールで①催し名(参加希望日)②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、開催日の前日までにSSC平和台 ☎5921-7800 [Eメール ssc.heiwadai@gmail.com](mailto:ssc.heiwadai@gmail.com)

◆ノルディックウォーキングin光が丘公園~日頃からの備えを学ぶ防災体験 ▶対象: 18歳以上の方 ▶日時: 9月14日(土)午前9時~12時 ▶場所: 光が丘公園集合~防災学習センター~光が丘公園キャンプ広場~正午集合場所解散(約5km) ▶定員: 20名(先着順) ▶費用: 500円(ポールのない方は別途500円) ※交通費実費。▶申込: 電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥ポールの有無を、9月

12日(木)までにSSC桜台・南波 ☎090-1408-9900 [Eメール sakuradai.staff3@gmail.com](mailto:sakuradai.staff3@gmail.com)

◆現役ケアマネジャーと考える終活!~自分自身や周りの人のために ▶日時: 9月19日(木)午後2時~4時 ▶場所: 光が丘区民センター3階 ▶定員: 80名(先着順) ▶申込: 9月12日(木)までに電話で田柄地域包括支援センター ☎3825-2590

◆練馬高校公開講座「ハングル入門」 ▶日時: 9月22日(祝)午前10時~午後4時 ▶定員: 20名(抽選) ▶費用: 500円 ▶申込: 同学校ホームページまたは往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、9月10日(消印有効)までに〒179-0074春日町4-28-25 練馬高校 ☎3990-8643

◆練馬手話まつり ▶対象: 小学生以上 ※小学生は保護者同伴。▶日時: 9月23日(木)午後0時30分~4時 ▶場所: 生涯学習センター ▶内容: デフリンピックメダリスト・早瀬久美さんによる講演会、手話落語、手話コーラス、ミニ手話講座など ▶定員: 250名(先着順) ▶申込: ファクスまたは電子メールで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④ファクス番号または電子メールアドレスを、9月15日(日)までに練馬区聴覚障害者協会事務局 FAX 6750-6187 [Eメール deaf_nerima_service@jcom.zaq.ne.jp](mailto:deaf_nerima_service@jcom.zaq.ne.jp)

◆区民企画講座「笑って脳トレ」 ▶対象: 60歳以上の方 ▶日時: 9月26日(木)、10月10日(木)午後1時~2時30分【2日制】 ▶場所: 男女共同参画センターえーる ▶講師: 健康運動指導士/井上益慶ほか ▶定員: 各30名(先着順) ▶費用: 500円 ▶申込: 電話またはファクスで①講座名②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、みんなで脳トレ・小川 ☎ FAX 5387-2576(午後6時~8時)

◆身近なことから学ぶ成年後見人講習会(基礎@応用) ▶日時: 9月28日(土)、10月5日(土)⑩10月26日(土)、11月9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) ▶費用: 1,000円 ▶申込: 電話または電子メールで①講習会名(A@B)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)

◆童心にかえる!~上野東照宮から上野動物園を巡る ▶日時: 場所: 10月1日(火)午前9時30分JR鶯谷駅集合~上野東照宮~午後2時上野動物園解散(約5km) ▶定員: 60名(先着順) ▶費用: 800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、9月12日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウォーキング協会・五十嵐 ☎080-1207-5512

◆区民企画講座「自分に優しくしてあげよう!心と体のセルフケア」 ▶日時: 10月5日(土)午前10時30分~11

時45分@午後1時30分~2時45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: 各20名(先着順) ▶持ち物: ビニールシート ▶申込: 電話または電子メールで①講座名(A@B)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、Yoga KALPA ☎050-6883-5875(土・日曜午前11時~午後5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・性別も、9月20日(金)までにお知らせください。

◆膝腰らくらく水中ウォーキング教室 ▶対象: 18歳以上の方 ▶日時: 10月7日~3月17日の毎月曜午前11時5分~午後1時5分【12月30日、第2月曜、祝休日を除く。15日制】 ▶場所: 大泉学園町体育館 ▶講師: 水中運動認定指導員/茨田忍 ▶定員: 12名(先着順) ▶費用: 8,850円 ▶申込: 電話またはファクスで①教室名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月30日(月)までにSSC大泉 ☎3921-1300 FAX 3921-1691

◆脳科学者・中野信子氏講演会 ▶日時: 10月22日(火)午後5時~6時30分 ▶場所: ホテルカデンツァ東京 ▶定員: 100名(先着順) ▶申込: ハガキまたはファクス、電子メールで①講演会名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名・電話番号を、9月20日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-23-10 練馬東法人会 ☎3994-7272 FAX 3948-9205 [Eメール housinkai@nerima.or.jp](mailto:housinkai@nerima.or.jp)

◆石神井特別支援学校 学校見学会 ▶日時: 10月9日(木)午前9時25分から ▶内容: 授業見学など ▶申込: 同学校ホームページ ▶問合せ: 同学校 ☎3929-0012

◆志村学園(就業技術科) 学科説明会 ▶日時: 10月15日(火)午前9時30分から ▶内容: 説明会、校内見学など ▶申込: 同学園ホームページ ▶問合せ: 同学園(板橋区西台1-41-10) ☎3931-2323

◆大泉特別支援学校 学校公開 ▶日時: 10月29日(火)午前9時20分から ▶内容: 説明会、授業見学など ▶申込: 同学校ホームページまたは電話で同学校 ☎3921-1381

◆高島特別支援学校 学校見学会 ▶日時: 10月30日(水)午前9時20分から ▶内容: 授業参観、校内見学など ▶申込: 同学校ホームページ ▶問合せ: 同学校(板橋区高島3-7-2) ☎3938-0415

◆献血にご協力を ▶日時: 9月7日(土)午前10時~正午・午後1時30分~4時 ▶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

◆親子で楽しむフィットレピー~アロマスプレー作り ▶対象: 1~3歳児と保護者 ▶日時: 9月19日(木)午前10時30分~正午 ▶場所: 光が丘区民センター5階 ▶定員: 10組(先着順) ▶費用: 1組500円 ▶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)

◆石神井ラジコンボートクラブの催し ▶対象: 4歳児~小学4年生 ※未就学児は保護者同伴。▶場所: 石神井公園ふると文化館 ▶問合せ: 石神井ラジコンボートクラブ事務局・内藤 ☎090-3409-7944(平日午後6時~7時)

◆ラジコン船の操船体験をしよう! ▶日時: 9月21日(土)①午前10時~11時30分②午後1時30分~3時30分 ⑩22日(祝)①午前9時30分~11時30分②午後1時30分~3時30分 ▶定員: 各30名(先着順) ▶申込: 当日会場へ

◆小さなヨットを作って走らせよう! ▶日時: 9月22日(祝)午後1時~3時30分 ▶定員: 24名(先着順) ▶費用: 200円 ▶申込: 電話で石神井ラジコンボートクラブ事務局へ

◆気まぐれレストランオータムコンサート ▶対象: 小学生以下のお子さんと保護者 ▶日時: 9月22日(祝)午前10時30分~11時30分 ▶場所: 光が丘区民センター3階 ▶定員: 200名(先着順) ▶申込: 電話で気まぐれレストラン・増田 ☎090-2751-3399(午前8時~午後8時)

◆スライムを作って遊ぼう ▶対象: 小学生と保護者 ▶日時: 9月23日(日)午後2時~3時30分②午後4時~5時30分 ▶場所: ココネリ3階 ▶定員: 各40名(先着順) ▶費用: 1人400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15日(日)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。費用100円)。

◆親子ラケットテニス教室 ▶対象: 小中学生と保護者 ▶日時: 9月28日(土)午前9時30分~11時30分 ▶場所: 練馬小 ▶定員: 30組(先着順) ▶費用: 1人100円 ▶申込: 当日会場へ ▶問合せ: ねりまラケットテニス協会・山田 ☎090-9134-9811

◆おやこでのしむコンサート! ▶対象: 小学生以下のお子さんと保護者 ▶日時: 9月28日(土)午後3時~4時 ▶場所: ココネリ3階 ▶定員: 100名(先着順) ▶費用: 1人500円 ▶申込: 電話でアンサンブル・コッコリーノ事務局 ☎090-6118-1739(午前9時~午後2時)

◆子育て学習講座 ▶日時: 9月23日(日)午後3時~4時 ▶場所: 勤労福祉会館 ▶定員: 20名(先着順) ▶申込: 電話で旭出学園で

まえ教室・岡田 ☎3922-4134(平日午前9時~午後5時30分)

朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街 ▶日時: 9月6日(金)午前10時~午後5時 ▶問合せ: 伏木 ☎3999-2641

◆光が丘IMA南館前 ▶日時: 9月8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、9月10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。

◆平成つつじ公園(練馬1-17-6) ▶日時: 9月15日(日)午前9時30分~正午(雨天中止) ▶申込先: 〒177-0035南田中4-7-10-201 リサイクル・ゆう ☎080-1980-6310(先着80店。問い合わせは午後6時~8時)

◆和田堀公園(石神井町1-1-11) ▶日時: 9月15日(日)午前9時30分~午後1時30分(雨天中止) ▶申込先: 〒177-0041石神井町1-3-7 物々(ものもの) ☎3997-4333(先着30店。問い合わせは午後6時~8時)

学校体育館でスポーツ

▶申込: 当日会場へ ▶問合せ: 学校応援団・開放係 ☎5984-1057

◆練馬小 ラケットテニス教室 ▶対象: 16歳以上の方 ▶日時: 9月10日~24日の毎火曜午後7時~9時 ▶定員: 各50名(先着順) ▶持ち物: 上履き、ラケット(ある方のみ)

◆光が丘の雲小 バドミントン初級教室 ▶対象: 16歳以上の方 ▶日時: 10月2日~23日の毎水曜午後7時~9時 ▶持ち物: 上履き

学校応援団・開放まつり

◆中村西小 ▶対象: 小学生以下のお子さん ※未就学児は保護者同伴。▶日時: 9月14日(土)午後1時45分~4時 ▶内容: サッカー芸人による公演、外国人留学生との交流、ゲームなど ▶定員: 400名(先着順) ▶持ち物: 上履き ▶申込: 当日会場へ ▶問合せ: 学校応援団・開放係 ☎5984-1057

地区祭

◆第三地区祭(向山西地区) ▶日時: 9月8日(日)午前9時30分~正午 ▶場所: 向山西こどもひろば(向山4-35)など ▶内容: こどもゲーム大会、山車、おみこし、お囃子(はやし)の演奏 ▶問合せ: 実行委員会・草間 ☎3999-1280

◆第三地区祭(向山地区) ▶日時: 9月21日(土)午前9時~午後2時 ※雨天22日(日) ▶場所: 向山小 ▶内容: 模擬店、ゲームコーナーなど ▶問合せ: 実行委員会・上野 ☎3999-3535

広告 お庭のお手入れ承ります 剪定・伐採・防草シート 害虫防除・除草など

見積相談無料 ☎090-6142-4649 植木屋庭舟 加藤航

練馬区大泉学園町8-29-3ドリームハイソ202

※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。

講演会 「元刑事が見た発達障害～ 人間を深く知る3つの秘話」

▶対象:中学生以上▶日時:10月14日(祝)午後2時～4時▶場所:大泉図書館▶講師:(株)kibi代表取締役/榎本澄雄ほか▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同館☎3921-0991

日本大学芸術学部公開講座 「放送の現在地」

▶対象:18歳以上の方▶場所:日本大学芸術学部▶定員:各100名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講座名(A～C)の別も②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月24日(火)までに生涯学習センター☎3991-1667 [Eメール oubo-center@city.nerima.tokyo.jp](mailto:oubo-center@city.nerima.tokyo.jp)

講座名	日程	講師
A ラジオの現在地	9/28(土)	放送学科教授/茅原良平
B 朝ドラの現在地	10/5(土)	放送学科助教/石毛みさこ
C スポーツ中継の現在地	10/12(土)	放送学科教授/小林偉

※時間はいずれも10:30～12:00。

ねりま観光ツアー 「タクシーでねりコレ認定 店を巡ろう！」

タクシーで区内を巡るガイド付きのツアーです。デジタルスタンプを

集めるとねり丸ピンバッジがもらえます。▶定員:各6名(抽選)▶費用:3,000円▶申込:9月13日(金)までにねりま観光センターホームページ ※結果は9月下旬に通知します。▶問合せ:同センター☎4586-1199

コース名・日程	時間・場所
①ねりコレ認定店スタンプラリー石神井発 10/24(木)	10:00石神井観光案内所集合～ベジファームかのん～竹紫堂～サンライズ・サーカスほか～14:00集合場所解散
②ねりコレ認定店スタンプラリー練馬発 10/25(金)	12:30ねりま観光案内所集合～図鑑カフェfumikura～(株)雅香岡田～パティスリーキャロリーヌほか～16:30集合場所解散

スポーツ

初心者スポーツ教室

▶申込:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(1～3)の別。1は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電話番号を、19月11日2324日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-19474当日会場へ

1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5日～11月16

日の毎土曜④午後1時45分～3時10分(小学1・2年生)⑤午後3時20分～4時45分(小学3～6年生)【11月2日を除く。6日制】▶場所:上石神井体育館▶定員:各30名(抽選)▶費用:222円

2少林寺拳法

▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:10月13日～27日の毎日曜午前9時30分～11時30分【3日制】▶場所:平和台体育館▶定員:20名(抽選)▶費用:111円

3ローラースケート

▶対象:5歳児以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:10月20日(日)、11月3日(祝)・24日(日)午前10時～正午【3日制】 ※予備日12月8日(日)。▶場所:総合体育館▶定員:100名(抽選)▶費用:111円

4スポーツ体験～楽しく体を動かそう

▶日時:10月5日～11月16日の毎土曜午後6時～8時【11月2日を除く。6日制】▶場所:上石神井体育館▶費用:222円▶持ち物:上履き

区民スポーツ大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947 ※実施要項は、区ホームページや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)などでご覧になれます。

●少林寺拳法

▶日時:9月23日(休)午前10時から▶場所:光が丘体育館▶申込:実施要項

をご覧ください。9月7日(土)までに練馬区少林寺拳法連盟事務局へ

●ボウリング

▶対象:中学生以上▶日時:10月14日(祝)午前9時から▶場所:練馬トーホーボール(錦2-19-1)▶定員:70名(抽選)▶費用:1,000円▶申込:実施要項をご覧ください。9月30日(月)までに練馬区ボウリング連盟へ

●なぎなた

▶日時:10月20日(日)午後1時から▶場所:桜台体育館▶費用:2,000円▶申込:ハガキで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、9月13日(必着)までに〒177-0044上石神井3-26-18-303 練馬区なぎなた連盟・笠井へ

●陸上

▶対象:小学生以上▶日時:10月27日(日)午前9時から▶場所:練馬総合運動場公園▶内容:トラック競技、フィールド競技▶費用:1種目一般1,000円、小学生～高校生800円、リレーは1チーム2,000円▶申込:実施要項をご覧ください。9月15日(日)までに練馬区陸上競技協会へ

●バスケットボール(小学生の部)

▶対象:8名以上で構成されたチーム▶日時・内容:男子の部…11月2日(土)、12月21日(土)、女子の部…12月7日(土)・15日(日)、男女準決勝・決勝…12月22日(日) いずれも午前9時から▶場所:総合体育館▶費用:1チーム4,000円▶申込:実施要項をご覧ください。10月18日(金)までに練馬区ミニバスケットボール協会へ

やってみよう!
**プロの漫画家に教わる
漫画教室**

漫画家の下條よしあきさんと近藤たかしさんから、キャラクター作りやカラー着色など漫画の描き方を教わります。▶対象:小学5年生以上▶日時:10月12日・26日、11月9日・23日、12月14日・28日、来年2月8日・22日の土曜午後2時～3時30分【8日制】▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶定員:30名(小学5年～高校生を優先の上、抽選)▶費用:800円▶申込:同館ホームページまたは往復ハガキで①教室名②代表者の住所・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を、9月18日(必着)までに〒177-0041石神井町5-12-16 石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060

10/27(日) 10:00～15:10

**ノーマライゼーション
水泳フェスティバル**

& **ユニバーサル
スポーツチャレンジ**

障害のある方もない方も楽しめるゲーム、風船バレーやポッチャなどの競技、トップアスリートによる演技発表、ユニバーサルスポーツの体験ができます。▶日時:10月27日(日)午前10時～午後3時10分▶場所:大泉学園町体育館▶定員:200名(先着順)▶費用:500円(プール参加者のみ)▶区の担当:スポーツ振興課振興係▶申込:体育館にある申込書を、9月21日(消印有効)までにSSC大泉☎3921-1300 FAX 3921-1691

コンサートガイド

問合せ 練馬文化センター ☎3993-3311



公益財団法人 練馬区文化振興協会
nerima cultural promotion association

練馬文化センター(小ホール)

12/8(日) 14:00開演 實川風ピアノ・リサイタル

曲目 ベートーベン/ピアノソナタ第21番ハ長調「ワルトシュタイン」Op.53、ショパン/ノクターン第17番ロ長調Op.62-1など

入場料 3,500円(全席指定)

予約 9月21日(土)午前10時から①②
(購入は22日(日)午前10時から①②③)

優先 割引 小学生



©T.Tairadate
實川風

チケット予約・購入はこちらで

- 練馬文化センターチケット予約電話 ☎3948-9000(午前10時～午後5時)
- 練馬文化センターホームページ
- 練馬文化センター・大泉学園ゆめりあホール窓口
※車いす席を利用したい方は、①にお問い合わせください。
※予約初日で予定枚数に達した場合は、窓口での販売はありません。

優先 友の会会員は優先予約ができます。

割引 友の会会員は1割引で購入できます(各公演2枚まで)。

小学生 未就学児は入場できません。

友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。

広告 包丁切れなくて困っていませんか?

丁寧な研ぎで好評です! ☎3993-7168

平日8:30～17:15

開催場所と日時は→



公益社団法人
練馬区シルバー人材センター
練馬区豊玉北5-29-8練馬センタービル5階

※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。

特別展

観覧無料

大漫会の漫画家たち —石神井公園の桜の木の下で

9/14(土)～11/4(休) 9:00～18:00 ※月曜休館(ただし、9/16(祝)・23(休)、10/14(祝)、11/4(休)は開館。9/17(火)・24(火)、10/15(火)は休館)。

区内在住の漫画家・本庄敬さんが、本イベントのために特別に描き下ろしたイラストです。

↓注目↓

昭和60年春、石川サブロウ、村上もとかをはじめとする漫画家とそのアシスタントたちで石神井公園でお花見をする、通称「大漫会」を結成しました。

本展では、大漫会の参加者たちによる描き下ろしの色紙や漫画作品の原画、漫画制作の道具などの展示のほか、漫画に描かれた石神井公園の桜など練馬区の風景を紹介します。

場所・問合せ 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060



©村上もとか/集英社



©本庄敬

会期中の催し

催し名など	日時	定員
1 トークショー「編集者と漫画家の打ち合わせ」 ▶出演:漫画家/石川サブロウほか	9/29(日)14:00～15:30	90名(抽選)
2 展示解説会	9/19(木)、10/19(土)14:00～14:30	—

▶**申込:** **1** 同館ホームページまたは往復ハガキで①催し名②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)を、9月13日(必着)までに〒177-0041石神井町5-12-16 石神井公園ふるさと文化館へ **2** 当日会場へ



©魚戸おさむ/小学館

連携企画 **漫画の世界から飛び出す! 演劇ワークショップ** **問合せ** 練馬文化センター ☎3993-3311

大漫会にゆかりのある漫画家の作品に描かれた、石神井公園の風景を鑑賞して、演劇のワークショップを行います。

クラス	日時
1 劇団M.M.C主宰・天野まりさんによる小学生クラス	10/14(祝) 13:00～16:00
2 ほころびオーケストラによる中学生～大人クラス	10/20(日) 13:00～16:30

▶**場所:**石神井公園ふるさと文化館など ▶**定員:**各20名(抽選) ▶**費用:**1,000円
▶**申込:**練馬文化センターホームページまたは往復ハガキで①催し名(**1** **2**の別も)②郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・電子メールアドレス(ある方のみ)を、9月24日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-37 練馬文化センターへ ※結果は10月上旬までに通知します。



10/20(日) 第47回練馬まつり 特別企画

上映会

ハケンアニメ!

区内にある東映東京撮影所制作の映画「ハケンアニメ!」を上映します。▶**区の担当:**文化芸術担当係 ※チケット販売に関する問い合わせは、練馬区文化振興協会 ☎6914-7305 FAX)3991-9666

日時 10月20日(日)13:00～15:15

場所 練馬文化センター(小ホール)

料金(全席指定)

500円 車いす席は250円(同伴者1名は無料)

申込(先着順)

9月2日(月)から同センターホームページまたは電話で同センター ☎3948-9000(10:00～17:00)

※9月3日(火)から練馬文化センターや大泉学園ゆめりあホールの窓口でも販売します(午前10時～午後8時)。

※車いす席・ヒアリングループ受信機(聴覚支援システム)を利用したい方は、電話で同センターへ。

※未就学児は入場できません。



©2022 映画「ハケンアニメ!」製作委員会

「ハケンアニメ!」(令和4年/128分)
日本のアニメ業界を舞台に、最も成功したアニメの称号＝「ハケン(覇権)」を手にするべく奮闘する者たちの姿を描いた作品。



ステージイベント **サイエンスショー** **入場無料**

小中学生を中心に大人気の漫才コンビ「ボルトボルス」による、笑い科学実験を融合させたサイエンスショーです。▶**日時:**10月20日(日)①午前11時から②午後2時から ▶**場所:**練馬文化センター(大ホール) ▶**区の担当:**まつり係 ▶**申込:**9月30日(月)までに練馬まつりホームページ ※申し込み多数の場合は抽選。▶**問合せ:**練馬まつり事務局 ☎050-3627-8907



ボルトボルス