

子ども・教育



高校・大学受験の費用を支援 ～申請はお早めに

東京都の受験生チャレンジ支援貸付事業では、所得が一定額以下の世帯主に、高校・大学受験のための学習塾や受験の費用を無利子で貸し付けています。また、所定の要件を満たせば、貸付金の返済が免除されます。所得以外にも要件があります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**申請期限**:1月31日(金)▶**問合せ**:総合福祉事務所相談係【〒176の方…練馬(区役所西庁舎2階) ☎5984-4742、〒179の方…光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7714、〒177の方…石神井(石神井庁舎3階) ☎5393-2802、〒178の方…大泉(大泉学園ゆめりあ1(4階)) ☎5905-5263】

児童劇教室

発声・発音などを学び、寸劇を行います。▶**対象**:区内在住の小学3年～中学生▶**日時**:2月2日(日)・9日(日)午前9時30分～11時30分、16日(日)・23日(祝)午前9時30分～午後0時30分、3月2日(日)午前9時30分～午後2時【5日制】▶**場所**:春日町青少年館▶**講師**:俳優/岩本えりほか▶**定員**:30名(抽選)▶**費用**:250円▶**申込**:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④学校名・学年⑤性別⑥電話番号を、12月16日(必着)までに〒179-0074春日町4-16-9 春日町青少年館 ☎3998-5341

1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	10(金) 9:30～10:00
北 ☎3931-1347	20(月) 9:30～10:00
光が丘 ☎5997-7722	6(月) 13:15～13:30
石神井 ☎3996-0634	8(水) 9:30～10:00
大泉 ☎3921-0217	20(月) 13:30～14:00
関 ☎3929-5381	20(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。

1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	15(水) 9:00～10:20	60名
北 ☎3931-1347	17(金) 9:00～10:00	40名
光が丘 ☎5997-7722	22(水) 9:00～10:15	40名
石神井 ☎3996-0634	17(金) 9:00～10:00	60名
大泉 ☎3921-0217	20(月) 9:00～10:00	40名
関 ☎3929-5381	20(月) 13:00～15:00	40名

1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	28(火) 13:15～15:40	24組
北 ☎3931-1347	18(土) 9:30～11:30	30組
光が丘 ☎5997-7722	25(土) ①9:00～11:50 ②13:15～16:05	各30組
石神井 ☎3996-0634	26(日) ①9:00～11:00 ②13:30～15:30	各30組
大泉 ☎3921-0217	21(火) 13:30～16:00	16組

※時間はいずれも1時間30分程度。

学校教育支援センターの催し

▶**対象**:小中学生の保護者▶**申込**:区ホームページまたは電話で同センター ☎6385-9911 ※2は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。

1 子育て講習会「思春期はこわくない～思春期の子どもへの関わり方」

▶**日時**:1月20日(月)、2月17日(月)、3月17日(月)午前10時～正午【3日制】▶**講師**:公認心理師/マーシャル理恵子▶**定員**:30名(先着順)

2 講演会「ビジョントレーニングを知らう～見る力をグングン伸ばす」

▶**日時**:1月25日(土)午前10時～正午▶**講師**:視覚機能専門家/北出勝也▶**定員**:100名(先着順)

第43回練馬区学校保健大会

「みんなで育てよう 心も体もすこやかな児童・生徒」をテーマとした研究発表と特別講演を行います。▶**日時**:12月12日(木)午後1時30分～4時30分▶**場所**:練馬文化センター▶**講師**:成増厚生病院なります子どものこころケアセンター長/森野百合子▶**定員**:450名(先着順)▶**申込**:12月6日(金)までに区ホームページまたは電話で学校保健係 ☎5984-5729

講座・催し



柿の栽培・収穫体験 ～柿を育ててみませんか

▶**対象**:18歳以上の方を含む、次の①②のいずれかに当てはまるグループ ①区内在住の家族②区内在住の方が半数以上いるグループ▶**日時**:2～11月の土曜5日程度(午前中)▶**場所**:大泉学園町3丁目の畑 ※駐車場はありません。▶**定員**:15組(抽選)▶**費用**:1組4,000円 ※別途、保険料1人165円。▶**申込**:ハガキまたはファクスで①柿の栽培②参加者全員の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢③代表者の氏名・電話番号を、12月9日(必着)までに〒176-8501区役所内農業振興係 ☎5984-1403 FAX 3993-1451

初級日本語講座

～にほんごのきょうしつ

▶**対象**:初めて日本語を習う外国人の方▶**日時**:1月10日～3月25日の毎火・金曜午前9時45分～11時45分【2月11日を除く。21日制】▶**場所**:文化交流ひろば▶**定員**:30名(面接)▶**費用**:2,640円(テキストがない方のみ)▶**申込**:電話で地域振興課事業推進係 ☎5984-4333 ※保育室(1歳児以上対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

中高層住宅向け防災講習会 (1 防災学習センター 2 オンラインで開催)

マンションの防災対策や共助活動を学びます。▶**日時**:①1月17日(金)②18日(土)午前10時～正午▶**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講習会名(1 2 と①②の別も)②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号⑥電子メールアドレス(2のみ)を、1月10日(金)までに同センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472

三療サービスの

(はり・きゅう・マッサージ・指圧)

ご利用を



▲区ホームページ

問合せ 高齢者支援課高齢給付係(区役所西庁舎3階)
☎5984-2774

はり・きゅう・マッサージ・指圧の中から希望するものを1回1,500円で利用できます(出張の場合は別途1,000円)。 ※練馬区三療師会協力。▶**利用回数**:年4回まで ※申込月により異なります。

◆65歳以上の方

▶**申込**:区ホームページまたは区民事務所(練馬を除く)や地域包括支援センター、高齢者支援課で直接申し込むか、下記で配布する申込ハガキを申込先へ▶**配布場所**:地区区民館、敬老館、はつらつセンター、厚生文化会館

◆要介護3～5の方と同居し、在宅で介護している50～64歳の親族など

▶**申込**:区ホームページまたは直接、地域包括支援センターへ

区立施設でも利用できます

敬老館などの区立施設で、はり・マッサージ・指圧を1回1,500円で利用できます。▶**対象**:区内在住の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、高齢者支援課にあるチラシをご覧くださいの上、申込先へ



ねりま子育て応援アプリを ご利用ください!

問合せ こども施策担当係 ☎5984-1522

子育て情報を「知る・探す・申し込む」が簡単にできるアプリです。

知る 休日医療関係機関を確認できる!

探す 子育て支援施設を地図で探せる!

申し込む イベントや講座に申し込める!



12/22日までに アプリの愛称投票にご参加を

区民の皆さんからご応募いただいた愛称候補の中から決定します。親しみを持ってご利用いただけるよう、ぜひ投票にご参加ください。

※投票には、アプリのダウンロードが必要です。

ダウンロードは
コチラ



▲区ホームページ

投票した方の中から抽選で100名に
デジタル商品券「QUOカードPay(500円分)」を
プレゼント!