

無線放送塔からJアラート(全国瞬時  
警報システム)の試験放送を行います。  
放送内容は、自動音声応答サービス  
☎0120-707-111でも確認できます。  
▶問合せ:防災施設係☎5984-2602

## 地域で活動はじめませんか



これまで366名のちが卒業!

# つながるカレッジねりま

問合せ カレッジ担当係☎5984-1613 FAX 3557-1351

### ココが魅力!

- ☆ 地域活動の知識を深められる
- ☆ 地域に関わるさまざまな分野を学習できる
- ☆ 活動に役立つ実践的な知識やスキルが身に付く
- ☆ 卒業生との交流もあり、地域活動のための人脈ができる

4月からの  
受講生  
募集!

詳しくは2面へ



みどり(コミュニティ・ガーデナーコース)



防災



農



みどり(ねりまの森維持管理コース)



福祉



# つながるカレッジ **ねりま** で学ぼう！

問合せ 協働推進課カレッジ担当係 ☎5984-1613

## 卒業生に聞く、つなカレのススメ！

**福祉分野 令和5年度卒業生**

多世代交流の場  
「**ototoilo**」をオープン！

山下こずえさん

リトミック教室を運営しており、保護者の方々が、もっと交流の場を欲していることを知り、何かできることはないかと思い、受講しました。つなカレでは幅広い年代の方と交流でき、そこで得た仲間のおかげで、「ototoilo」を立ち上げることができました。多くの出会いやかけがえのない仲間ができるのも、つなカレの魅力です。



**みどり分野(ねりまの森維持管理コース) 令和5年度卒業生**

南高松の森緑地の  
「**南高松もりファンクラブ**」で活動中！

加川博文さん

クラブの、みどりを守り、育てる活動に役立つと思い、受講しました。つなカレでの経験が決め手となり、狭い場所でもスムーズに草刈りができる刈払機を購入し、よりスムーズに除草作業ができるようになりました。活動に役立つスキルが身に付き、ねりまへの愛着も湧きました。



## **福祉**

障害者や高齢者、子どもなどの地域福祉に関する知識と技術を、大学教授などによる講義やグループワークを通じて学びます。

- ▶ **期間:** 5月～来年2月
- ▶ **募集人数:** 25名(選考)
- ▶ **費用:** 1万5000円
- ▶ **申込期限:** 3月11日(火)
- ▶ **問合せ:** ひと・まちづくり推進係 ☎5984-1296



受講後の活動例

街かどケアカフェの運営  
福祉ボランティア団体への加入など

## **防災**

「自助」「共助」の重要性や避難拠点・防災会の活動など、災害時に必要な知識と技術を学びます。

- ▶ **期間:** 5月～12月
- ▶ **募集人数:** 20名(選考)
- ▶ **費用:** 無料
- ▶ **申込期限:** 3月11日(火)
- ▶ **問合せ:** 防災学習センター ☎5997-6471



受講後の活動例

避難拠点運営連絡会や防災会  
練馬区災害ボランティアへの加入など

## **みどり(コミュニティ・ガーデナーコース)**

草花の基礎知識や植栽デザインなど、公園や駅前の花壇の管理に必要な知識と技術を学びます。

- ▶ **期間:** 4月～来年3月
- ▶ **募集人数:** 25名(選考)
- ▶ **費用:** 3,000円
- ▶ **申込期限:** 2月28日(金)
- ▶ **問合せ:** 協働係 ☎5984-2418



受講後の活動例

花壇管理団体への加入や新規立ち上げなど

## **みどり(ねりまの森維持管理コース)**

①草管理 ②樹木管理専攻

草刈りや剪定、生け垣の手入れなど、憩いの森の管理に必要な知識と技術を学びます。

- ▶ **期間:** 4月～来年2月
- ▶ **募集人数:** 各15名(選考)
- ▶ **費用:** 2,000円  
※①②両方受講する場合は3,000円。
- ▶ **申込期限:** 2月28日(金)
- ▶ **問合せ:** 協働係 ☎5984-2418



受講後の活動例

憩いの森の自主管理団体への加入など

※他にも「農」分野があります(令和7年度の募集は終了)。

## **福祉・防災分野の説明会を開催**

- ▶ **申込:** 電話またはファクス、電子メールで①説明会(A～Cの別も)②氏名③電話番号を、開催日の前日までにカレッジ担当係 ☎5984-1613 **FAX** 3557-1351 **Eメール** kyodosuishin04@city.nerima.tokyo.jp
- ※手話通訳や要約筆記、点字資料を希望する方は、開催日の8日前までにお知らせください。

日時	場所
<b>A</b> 2/27(木)10:00～11:00	石神井公園区民交流センター
<b>B</b> 2/28(金)10:00～11:00	区役所本庁舎19階
<b>C</b> 2/28(金)14:00～15:00	光が丘区民センター2階

## 申し込み方法など詳しくはコチラ

### パンフレット

- ▶ **配布場所:** 図書館、地区区民館、区民協働交流センター、協働推進課(区役所本庁舎9階) など
- ※区ホームページでもご覧になれます。

### ポータルサイト

地域で活動する団体の検索などできます。



## 受講中も卒業後も安心！

### 区民協働交流センター 「つながる窓口」でサポート！

#### 主な支援内容

- 受講生と町会・自治会やNPOなどとのマッチング
- 地域活動に関する相談・広報支援・情報提供
- 団体の立ち上げを支援する専門相談
- ボランティアや就業、起業などニーズに応じた窓口を案内





# 4月からの保育園利用のお知らせ



**2次受付は**  
**2/21(必着) まで**

4月からの利用を希望する方は、区ホームページや保育課にある申込書に就労証明書などの必要書類を添えて、2月21日(必着)までに申込先へ提出してください。

**オンライン申請は2/21(金)17:15まで!**



申込書の  
配布場所・  
申込先

保育課入園相談係(区役所本庁舎10階) ☎5984-5848  
総合福祉事務所  
・光が丘(光が丘区民センター2階) ☎5997-7714  
・石神井(石神井庁舎3階) ☎5393-2802  
・大泉(大泉学園ゆめりあ1<4階>) ☎5905-5263  
※総合福祉事務所では、相談や書類の確認は行っていません。

**4月からの入園が  
内定に至らなかった方へ  
～待機児童対策を実施**

4月からの入園が内定に至らなかった方を対象に、1歳児1年保育や2歳児1年保育を実施する予定です。実施する学齢により申し込み方法などが変わります。詳しくは、2月14日(金)から区ホームページなどでお知らせします。

▶**問合せ:** 保育支援係 ☎5984-1491



**2/14(金) 1次受付に申し込まれた方全員に結果通知を発送**

内定に至らなかった方は、申し込み不要で2次利用調整の対象となります。なお、入園希望園を変更する方は、2月21日(必着)までに変更届の提出が必要です。詳しくは、同封のお知らせをご覧ください。

**問合せ** 保育課入園相談係 ☎5984-5848

**2/16(日)15:00から**

## 放射7号線を一部開通します

**問合せ** 東京都第四建設事務所 ☎5978-1727

都が整備を進めている放射7号線(大泉)のうち、西側区間を開通します。これにより、したみち通りなどの生活道路の混雑緩和や、歩行者と自転車の安全性・利便性の向上が期待されます。詳しくは、東京都第四建設事務所ホームページをご覧ください。▶**区の担当:** 交通企画課



**2/6(木)~3/14(金) 第一回区議会定例会**

2月6日(木) 議会運営委員会、本会議(区長所信表明、議案上程)  
2月7日(金)・10日(月)・12日(水) 本会議(一般質問)  
2月13日(木) 常任委員会  
2月14日(金) 特別委員会  
2月17日(月) 常任委員会  
2月18日(火)~28日(金) 予算特別委員会  
3月3日(月) 議会運営委員会、予算特別委員会  
3月4日(火) 本会議(追加上程)、予算特別委員会、常任委員会  
3月5日(水)~7日(金) 予算特別委員会  
3月11日(火) 常任委員会、特別委員会  
3月12日(水) 予算特別委員会  
3月14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

退職前に考えましょう

## 退職後の健康保険

職場の健康保険に加入していた方が退職して、家族が加入する健康保険などの扶養にならない場合、健康保険の加入方法は、主に次の2つです。月々の保険料が異なるので、退職前に調べた上で、どちらに加入するか考えましょう。

### 1 国民健康保険に加入する

加入手続きが必要です。手続きが遅れた場合でも、保険料は職場の健康保険をやめた日までさかのぼってお支払いいただきます。▶**必要書類:** ①健康保険の資格喪失証明書②届け出人の本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)③世帯主と加入する方のマイナンバーが確認できる書類 ※代理人が届け出をする場合は、委任状も必要です。▶**受付窓口:** こくほ資格係(区役所本庁舎3階)、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)、区民事務所(練馬・石神井を除く) ※届け出は郵送も可。詳しくは、お問い合わせください。

### 2 職場の健康保険を任意継続する

職場の健康保険に一定期間加入していた場合は、退職後20日以内に健康保険組合などで手続きをすると、その保険を継続できます(最長2年間。退職後2年以内に75歳になる場合はその前日まで)。 ※職場の健康保険でも、国民健康保険組合の場合は、任意継続制度はありません。

区分	保険料(介護分保険料を含む) ※令和6年度現在。	
	計算の仕方	月平均最高限度額
1 国民健康保険に加入	前年の所得から算定	8万8333円(年106万円/世帯)
2 職場の健康保険を任意継続	退職時の標準報酬月額(給与月額)から算定(在職中の約2倍)	・協会けんぽ…3万4740円 ・健康保険組合…健康保険組合により異なる

**問合せ** 国民健康保険…こくほ資格係 ☎5984-4554  
協会けんぽ…全国健康保険協会東京支部 ☎6853-6111  
健康保険組合…これまで加入していた健康保険組合



## お知らせ

### 二十歳のつどい お祝い品の引き換えはお早めに

二十歳のつどいで配布したお祝い品引換券の有効期限は2月20日(木)です。対象店舗でねりコレ商品などと引き換えてください。▶**問合せ**:育成支援係 ☎5984-1292

### 防災懇談会の区民委員を募集

区の災害対策について検討する懇談会です。年数回、平日の夜間に開催します。 ※交通費程度の謝礼あり。▶**任期**:4月から2年間▶**募集人数**:10名程度(選考)▶**申込**:郵送またはファクス、電子メールで①住所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(ある方のみ)⑥略歴⑦応募動機(400字程度。様式自由)を、2月28日(必着)までに〒176-8501区役所内危機管理課計画係 ☎5984-1327 **FAX** 3993-1194 **Eメール** bousai09@city.nerima.tokyo.jp

## 税

### 固定資産税・都市計画税 第4期分の納期限は2月28日(金)

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

## 国民年金

### 年金受給者が亡くなった ときは早めに届け出を

国民年金を受給している方が亡くなったときは、未支給の年金を受け取れる場合があります。提出先や必要な書類は、受給していた年金の種類によって異なります。詳しくは、お問い合わせください。▶**問合せ**:練馬年金事務所 ☎3904-5491 ※障害基礎年金・遺族基礎年金・寡婦年金は、国民年金係 ☎5984-4561も可。

## 住まい・まちづくり

### 都営住宅の入居者を募集 (都公募分・地元割当分)

申し込み資格など詳しくは、申込書と一緒に配布する募集案内をご覧ください。 ※都公募分と地元割当分は、それぞれの申し込み資格を満たせば、両方に申し込みます。 ※地元割当分は、65歳以上の単身者

向け3戸、2人世帯向け2戸。▶**申込書・募集案内の配布期間**:2月3日(月)～12日(木)▶**配布場所**:区民事務所(練馬を除く)、図書館(南大泉図書館分室を除く)、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、住宅課(同13階)▶**問合せ**:都公募分…東京都住宅供給公社 ☎3498-8894、地元割当分…住宅課住宅係 ☎5984-1619

## 働く

### 介護・福祉のお仕事フェアin ねりま「はじめてセミナー& 相談・面接会」

区内の介護・障害福祉サービス事業所で働く方が、仕事の魅力や体験談などを紹介します。また、就職相談や面接を行います。▶**日時**:2月23日(祝)A午後1時30分～4時30分(セミナー、相談・面接会)B午後2時30分～4時30分(相談・面接会)▶**場所**:ココネリ3階▶**定員**:各70名(先着順)▶**申込**: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 ※お子さん連れ可。 ※参加法人など詳しくは、同ホームページをご覧ください。

### 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 期限
予備 自衛官補	18歳以上 52歳未満の方 (保有する技能に 応じて55歳未満)	4/8(火)

## ボランティア

### 心身障害者青年学級の協力者

障害のある方のレクリエーションや創作活動などのサポートを行います。 ※謝礼あり。▶**対象**:18歳以上の方▶**期間**:来年3月まで▶**日時**:月1回日曜午前9時30分～午後3時の間の2時間30分～4時間▶**場所**:春日町青少年館など▶**申込**:2月16日(日)までに区ホームページ▶**問合せ**:春日町青少年館 ☎3998-5341

## 福祉・障害のある方

### 精神障害のある方に対する 旅客運賃割引制度が拡大

4月1日(火)から、JR東日本などでも導入されます。令和6年11月末までに精神障害者保健福祉手帳を交付された方で、割引を受けるためには手続きが必要です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。か、お問い

合わせください。▶**問合せ**:精神保健係 ☎5984-4764

## 環境・リサイクル

### 令和5年度地球温暖化対策 報告書がご覧になれます

区立施設の年間二酸化炭素排出量や温暖化対策の実施状況などをまとめました。報告書は、区ホームページでご覧になれます。▶**問合せ**:環境計画推進係 ☎5984-4702

## お休みします

〈大泉学園町体育館 ☎5905-1161〉…2月10日(月)・11日(祝)【器具点検などのため】 ※温水プールは12日(火)・13日(水)も利用できません。〈男女共同参画センターえーる ☎3996-9005〉…2月11日(祝)【電気設備点検のため】 〈こどもの森〉…2月17日(月)～21日(金)【補修工事のため】▶**問合せ**:みどり推進課施設係 ☎5984-1664

## 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**:2月4日(火)・18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

### 介護相談・交流カフェ ～納得の介護施設選び

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**:3月1日(土)午後2時～4時▶**場所**:北保健相談所▶**講師**:平和台介護老人保健施設アバンセ主任介護支援専門員／里見茂郎▶**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

## 子ども・教育

### 国立・都立・私立小中学校 への入学には届け出を

お子さんが区立以外の小中学校へ入学する場合は、届け出が必要です。▶**届け出方法**:オンライン…区ホームページ **郵送**…区ホームページにある書類に入学許可書または入学承諾書の原本を同封して、学務課学事

係へ **窓口**…入学許可書または入学承諾書の原本を、区民事務所または学務課学事係(区役所本庁舎12階)へ▶**問合せ**:学務課学事係 ☎5984-5659

### 石神井中演劇部による 絵本とおはなしの会

▶**日時**:3月15日(土)午後2時～3時▶**場所**:石神井公園ふるさと文化館▶**定員**:30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②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員(3名まで)の氏名(ふりがな)を、2月19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

### 3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)
北 ☎3931-1347	15(土) A9:30～11:30 B13:45～15:45	各30組
光が丘 ☎5997-7722	14(金) 13:15～16:05	24組
石神井 ☎3996-0634	7(金) 13:30～15:00	24組
大 泉 ☎3921-0217	1(土) 9:00～11:30	20組
関 ☎3929-5381	8(土) 9:15～11:15	20組

※時間はいずれも1時間30分程度。

### 3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	14(金) 9:30～10:00
北 ☎3931-1347	17(月) 9:30～10:00
光が丘 ☎5997-7722	3(月) 13:15～13:30
石神井 ☎3996-0634	5(火) 9:30～10:00
大 泉 ☎3921-0217	17(月) 13:30～14:00
関 ☎3929-5381	10(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。

## 区民交通傷害保険の加入者を募集

交通事故でけがをした場合に、治療期間に応じて保険金が支払われる制度です。自転車利用者に加入が義務付けられている自転車賠償責任保険などに対応したコースもあります。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶**対象**:4月1日(火)現在、区内在住・在勤(在学)の方▶**保険期間**:4月1日(火)～来年3月31日(火)▶**引受保険会社**:損害保険ジャパン(株)(承認番号SJ24-09486<令和6年10月25日作成>)▶**申込**:申込書に保険料を添えて、3月31日(月)までに申込先へ▶**申込書の配布場所・申込先**:区内金融機関・郵便局▶**問合せ**:損害保険ジャパン(株)公務文教営業部 ☎3349-9666、安全対策係 ☎5984-1309



コース (※1)	保険料 (一時払)	最高保険金額	
		交通傷害	自転車賠償(※2)
XJ	1,500円	35万円	1億円
AJ	2,200円	150万円	
BJ	3,000円	350万円	
CJ	4,300円	600万円	
A	1,200円	150万円	—
B	2,000円	350万円	
C	3,300円	600万円	

※1 全てのコースに被害事故補償(最高保険金額600万円)が付きます。

※2 自転車運転中に他人にけがを負わせたり、他人の財物を壊したりしたときの損害を補償します。



### 3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	19(水) 9:00～10:20	60名
北 ☎3931-1347	14(金) 9:00～10:00	40名
光が丘 ☎5997-7722	5(水) 9:00～10:15	40名
石神井 ☎3996-0634	21(金) 9:00～10:00	60名
大泉 ☎3921-0217	17(月) 9:00～10:00	40名
関 ☎3929-5381	10(月) 13:00～15:00	40名

### 「社会を明るくする運動」ポスター・チラシの原画を募集

▶対象:中学生 ▶申込:八つ切り(38cm×27cm)の画用紙に描いた作品の裏右下に①氏名(ふりがな)②学校名・学年③電話番号を記入の上、**区立中学校の方…学校へ 区立中学校以外の方…2月21日(必着)までに持参または郵送で〒176-8501区役所内青少年課**青少年係(本庁舎11階)☎5984-4691

### 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:3月8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。

### 高齢者



### ひと汗かいて、ひとつ風呂! ～2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)
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。

### 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(平日午前9時～午後5時) ※申し込みは1人1会場です。

場所	日時
上石神井南地域集会所	2/18(火) 13:30～15:45
東大泉地区区民館	2/19(水) 9:30～10:45
光が丘区民センター3階	2/25(火) 9:30～10:45

### 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:2月20日(木)午後2時30分～3時30分 ▶場所:はつらつセンター関 ▶申込:電話で同所☎3928-1987

〈下表の会場で同時視聴できます〉

▶申込:電話で各申込先へ

場所・申込先	
はつらつセンター	光が丘 ☎5997-7717
	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

### 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:**1**2月4日(火)**2**11日(木)までに電話で同センター☎5912-6401

**1**認知症になっても安心して暮らすために～医療や介護とのつながりや利用できる制度を知ろう

▶日時:2月6日(木)午前10時～正午 ▶定員:50名(抽選)

**2**絵本たのしみ会～大人でも楽しめる絵本や紙芝居のよみきかせ

▶日時:2月15日(土)午前11時～正午 ▶講師:なかむら絵本たのしみ会会員 ▶定員:30名(先着順)



## 区立プールの障害者専用コースをご利用ください

入場無料

安全管理を行う水泳スタッフのもと、安心して水泳を楽しんでいただけます。利用には、事前に各施設で登録が必要です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。 ※利用時は、保護者または介助者の付き添いが必要です。 ▶

対象:障害者手帳をお持ちで、医師に水泳を許可されている方



施設名・問合せ	日時(祝休日を除く)
三原台温水プール ☎3924-8861 FAX 3924-8100	月曜(第2月曜を除く) 17:30～19:30
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651 FAX 3970-9653	火曜 17:00～19:00
大泉学園町体育館 ☎5905-1161 FAX 5905-1166	火曜 17:30～19:30
平和台体育館 ☎5920-3411 FAX 5920-3855	水曜 17:30～19:30
上石神井体育館 ☎5991-6601 FAX 5991-6604	木曜 17:30～19:30
光が丘体育館 ☎5383-6611 FAX 5383-6615	金曜 17:00～19:00



## 子宮頸がんワクチン キャッチアップ接種

2回目以降を令和7年度に接種する場合は、**7年3月末までに1回以上接種が必要です**

接種の機会を逃した方を対象としたキャッチアップ接種を公費(無料)で完了できるようにします。全3回の接種を完了していない方には、2月上旬までにお知らせを送付します。

▶対象:次の**1**～**3**の全てに当てはまる女性

**1**練馬区に住民登録している

**2**平成9年4月2日～21年4月1日生まれ

**3**令和4年4月1日～7年3月31日に1回以上接種している

▶接種期間:4月1日(火)～来年3月31日(火)

予診票(要申請)

接種を希望する方は申請が必要です。

区ホームページまたは電話で予防接種係へお問い合わせください。

問合せ

予防接種係☎5984-2484



## 2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) 予約専用 ☎050-5810-4682(自動応答) 問合せ ☎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。 <b>予約可</b>
	練馬休日急患診療所 (豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階) 予約専用 ☎050-5810-4682(自動応答) 問合せ ☎3994-2238	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。 <b>予約可</b>
内科・小児科	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) 予約専用 ☎050-5526-1262(自動応答) 問合せ ☎3996-3404	
	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。

### ●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
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
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
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

予約可

…開始30分前～終了1時間前に練馬区医師会ホームページまたは電話で各診療所の予約専用へ



### ●休日施術当番接骨院

▶施術時間:午前9時～午後5時

2日(日)	小間沢接骨院(早宮4-25-3)	☎5999-1550
	中島整骨院(土支田1-31-11)	☎5755-3828
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
9日(日)	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
	こさへ接骨院(石神井町2-15-8)	☎6913-4702
	植村接骨院(東大泉6-50-9)	☎3922-2911
11日(祝)	遠畑接骨院(豊玉北5-12-10)	☎5946-5946
	小林接骨院(練馬4-20-6)	☎3992-9805
	てらす整骨院(南大泉4-55-7)	☎6767-8348
16日(日)	町田接骨院(桜台3-14-14)	☎3991-2475
	愛身堂東映通接骨院(東大泉2-18-2)	☎5387-6789
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789
23日(祝)	樽本接骨院(豊玉中4-13-21)	☎3948-8586
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
24日(休)	杏文接骨院(冰川台3-29-4)	☎5920-2121
	さくらい接骨院(富士見台4-13-2)	☎3999-9334
	みさと接骨院(上石神井1-16-6)	☎3929-0801



# 税の申告は期限内に

令和7年度分の住民税の申告と6年分の所得税(復興特別所得税含む)の確定申告を受け付けます。

## 申告は3/17月まで

### 住民税の申告

申告は区役所へ

郵送申告が  
オススメ!

#### ■住民税の申告が必要な方

7年1月1日現在練馬区に住んでいて、6年中に所得があった方 ※区外に住んでいて、区内に事務所などがある場合も対象です。



▲区ホームページで  
申告判定ができます

#### 〈次のいずれかに当てはまる方は申告不要です〉

- ・税務署に所得税の確定申告をする
- ・6年中の所得が給与所得のみで、勤務先から区に給与支払報告書が提出されている(下の「知っておきたい税のはなし」[2](#)参照)
- ・6年中の所得が公的年金等に係る雑所得のみで、年金支払先から区に公的年金等支払報告書が提出されている(下の「知っておきたい税のはなし」[2](#)参照)

#### 所得がなかった方へ

#### 保険料の正しい算定のために期限内の申告をお願いします

国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険の保険料などは、住民税の申告内容に基づき算定します。6年中に所得がなかった方でも、各保険に加入している場合は申告をしてください。保険料の軽減などには世帯全員分の申告が必要です。

#### ■申告書の配布と発送

申告書は、区ホームページに掲載するほか、区民事務所(練馬を除く)と税務課(区役所本庁舎4階)で配布しています。昨年、住民税の申告をした方などには、2月3日(月)に申告書を発送します。



問合せ 区税第一～第四係 ☎5984-4537

### 知っておきたい税のはなし

#### 1 主な税制改正のお知らせ

令和7年度住民税の所得割額から、国内に居住する控除対象配偶者以外の同一生計配偶者を有する納税義務者を対象に、1万円を控除します。ただし、合計所得金額が1805万円(給与収入2000万円相当)以下の場合に限りです。  
※控除対象配偶者以外の同一生計配偶者とは、合計所得金額が1000万円を超える納税義務者と生計を一にする配偶者で合計所得金額が48万円以下の方をいいます(青色事業専従者として給与の支払いを受ける方および白色事業専従者を除く)。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



#### 2 給与・公的年金等の収入がある方へ

##### 〈所得税〉

6年中の収入が次のいずれかに当てはまる場合は確定申告が必要です。

- 給与の収入金額が2000万円を超える
- 給与を1カ所から受けていて、給与・退職所得以外の所得金額が20万円を超える
- 給与を2カ所以上から受けていて、年末調整されていない給与収入金額と給与・退職所得以外の所得金額の合計金額が20万円を超える
- 公的年金等の収入金額が400万円を超える
- 公的年金等の収入金額が400万円以下で、それ以外の所得金額が20万円を超える
- 外国の法令に基づく公的年金等を受給している

※左記の場合以外でも確定申告が必要な場合があります。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。



##### 〈住民税〉

確定申告が不要な場合でも、給与や公的年金等以外の収入がある場合や、控除内容に変更・追加のある場合は住民税の申告が必要です。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



#### 3 医療費控除を申告する方へ

医療費控除の申告を行う場合は、「医療費控除の明細書」の提出が必要です。領収書の添付などでは控除を受けることができません。領収書は添付

### 所得税・消費税・贈与税の確定申告

申告は税務署へ

ネット申告が  
オススメ!

#### ■確定申告書はスマホで作成・提出できます

国税庁ホームページの確定申告書等作成コーナーでは、スマホやパソコンで確定申告書を作成できます。また、マイナンバーカードや税務署で発行するID・パスワードがあれば、スマホやパソコンで提出もできます。



**NEW** 贈与税の申告がスマホでもできるようになりました  
相続時精算課税や贈与税の住宅取得等資金の非課税の適用を受けるためには、3月17日(月)までに申告・納付が必要です。

#### 〈マイナンバーカードでもっと便利に!〉

マイナポータルと連携すると、給与所得の源泉徴収票や医療費、ふるさと納税などの内容を自動入力できます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



#### ■税務署の確定申告書作成会場は2/17(月)～3/17(月)に開設

整理券が必要です

受付時間は、平日午前8時30分～午後4時(相談は午前9時15分から)です。申告書の提出のみの場合を除き、入場には整理券が必要です。 ※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。 ※区内全域の方を対象に、練馬東税務署で3月2日(日)に申告書の受け付けと作成の相談を行います。

〈整理券の入手方法〉 ※整理券がなくなり次第、受け付けを終了します。  
・LINEで事前に申し込み

国税庁のLINEアカウントを「友だち」に追加して申し込んでください。

・当日会場で申し込み

▶アカウント名:国税庁



問合せ 練馬東税務署 ☎6371-2332、練馬西税務署 ☎3867-9711

#### ■税理士による無料申告相談会

整理券が必要です

小規模納税者の所得税(復興特別所得税を含む)と消費税、年金受給者と給与所得者の所得税の申告が対象です。土地、建物、株式などの譲渡所得や退職所得がある方、住宅借入金等特別控除が初年度の方などは除きます。

#### 〈日程など〉

管轄	日程	受付時間	場所
練馬東税務署	2/3(月)・4(火)	9:30～16:00	光が丘区民センター2階 ココネリ3階
	2/5(水)・10(月)		
練馬西税務署	2/4(火)～7(金)	9:30～11:30 13:00～15:30	石神井庁舎5階

※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。  
※申告書の提出のみの場合は、管轄の税務署へ直接または郵送で提出してください。

〈整理券の入手方法〉 ※整理券がなくなり次第、受け付けを終了します。

①インターネットで事前に申し込み

練馬東税務署管轄区域



練馬西税務署管轄区域



②当日会場で申し込み

#### ◆にせ税理士にご注意ください

税理士資格のない者が税務相談などを受けることは、法律で禁止されています。税理士バッジ・証票を確認してください。

#### ◆便利なキャッシュレス納付をご利用ください

国税の納付には、金融機関や窓口に行かなくても納付手続きができる「キャッシュレス納付」が便利です。 国税庁ホームページ▶



#### ◆今年から、申告書等の控えに収受日付印の押なつは行いません

ネット申告の利用拡大がさらに見込まれることを踏まえ、手続きが見直されました。提出年月日の確認方法など詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。



### 住民税(普通徴収分)の納付は口座振替が便利です!

一度申し込むと、指定の口座から自動的に引き落とされ、納め忘れがなく便利です。スマホやパソコンから簡単に申し込めます。(キャッシュレスも利用できます)

納付書の情報があれば、電子マネーやインターネットバンキング、クレジットカードで、いつでもどこでも納付できます。

問合せ 個人収納係 ☎5984-4542



▲詳しくは、  
区ホームページ





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。

## 講座・催し



### 消費者講座「ヨーグルトマニア向井さんが語る愛しきヨーグルトの世界」

ヨーグルトの効能やおすすめアレンジ、酪農の基礎知識などを紹介します。▶日時:2月28日(金)午前10時～正午▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:(一社)ヨグネット代表理事／向井智香▶定員:40名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、2月17日(月)までに消費生活係 ☎5910-3089 [Eメール](mailto:syohi@city.nerima.tokyo.jp) 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、2月10日(月)までにお知らせください。

### 青年学級作品展

知的障害や肢体不自由のある方が制作した、絵画や陶芸作品などを展示します。▶日時:2月4日(火)～24日(休)午前9時～午後9時 ※10日(月)は休館。▶場所:春日町図書館▶問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341 [FAX](tel:39985394) 3998-5394

### えーるプチマルシェ

区内で起業している女性グループによるイベントです。▶日時:2月15日(土)午前10時30分～午後4時▶場所:男女共同参画センターえーる▶内容:雑貨などの販売、フィンガーアートやいすに座ってできるピラティスなどのワークショップ▶申

込:当日会場へ ※お子さん連れ可。 ※一部申し込みが必要です。詳しくは、同センターホームページをご覧ください。▶問合せ:同所 ☎3996-9007

### 友好都市紹介パネル展

中国・北京市海淀区やオーストラリア・イプスウィッチ市、長野県上田市を紹介します。▶日時:2月6日(木)～13日(木)午前8時45分～午後8時(6日は正午から。13日は正午まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:国際・都市交流担当係 ☎5984-1302

### パネル展「脱炭素社会を目指して～スタート!エコライフ2025」

節電や省エネなど、暮らしに役立つヒントを紹介します。▶日時:2

月8日(土)～17日(月)午前8時45分～午後8時(17日は午後1時まで) ※12日(水)に展示替えあり。▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011

### 勤労福祉会館の催し

▶申込:開催日の2日前までに電話で同館 ☎3923-5511  
**①就労支援講座「セカンドキャリアに向けて準備しよう!」**  
▶日時:3月14日(金)午後6時～8時▶講師:特定社会保険労務士／萩原一郎▶定員:30名(先着順)  
**②ライフプラン講座「一度きりの人生、終わり良ければ全て良し!」**  
▶日時:3月15日(土)午後2時～4時▶講師:終活支援アドバイザー／早川修▶定員:50名(先着順)▶費用:200円

## 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

◆**ねりま安全安心フェス2025**▶日時:2月2日(日)午後1時30分～4時(午後1時開場)▶場所:南町小など▶内容:一日警察署長の元日向坂46・加藤史帆さんによるトークショー、パレードなど▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬警察署 ☎3994-0110

◆**スラックライン教室～スポーツの基礎の体幹を鍛えよう**▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:2月8日(土)・15日(土)午前10時～正午▶場所:桜台体育館▶定員:各25名(先着順)▶費用:1,000円▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:SSC桜台・南波 ☎090-1408-9900

◆**ねこフェス+ワン!@パークロード石神井**▶日程:2月15日(土)～23日(祝)▶場所:石神井公園駅周辺▶内容:猫と犬の芸術作品の展示・販売会、スタンプラリーなど▶問合せ:石神井公園商店街振興組合・土屋 ☎3996-7419

◆**区民健康医学講座「高齢者弁膜症に対する最新・最良な医療提供」**▶日時:2月15日(土)午後2時～3時▶場所:順天堂練馬病院▶講師:順天堂練馬病院心臓血管外科医師／李智榮▶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。

◆**メンタルヘルス公開講座「発達障害とは?」**▶日時:2月15日(土)午後2時～4時▶場所:ステーションコンファレンス池袋(豊島区西池袋1-11-1)▶定員:150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③電話番号を、2月14日(金)までに慈雲堂病院 ☎3928-6511 [FAX](tel:39286626) 3928-6626 [Eメール](mailto:kouza@jiundo.or.jp) kouza@jiundo.or.jp

◆**ふれあい講演会「あしたまち・ふるさと光が丘」**▶日時:2月16日(日)午後2時～3時30分▶場所:光が丘地区区民館▶講師:認定NPO法人日本都市計画家協会会員／井上十三男▶定員:80名(先着順)▶申込:2月5日(木)午前10時から電話で同所 ☎3979-6911

◆**行政書士による①空き家セミナー②無料相談**▶日時:2月16日(日)①午後2時～3時15分②午後3時30分～5時▶場所:区役所本庁舎20階▶定員:①40名②15組(先着順)▶申込:2月14日(金)までに電話で東京都行政書士会練馬支部・鈴木 ☎090-7261-9881(平日午前11時～午後4時)

◆**不動産街頭無料相談会**▶日時:2月20日(休)午前10時30分～午後4時▶場所:区役所アトリウム▶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氏名②年齢③電話番号を、2月18日(火)までに(公社)全日本不動産協会東京都本部練馬支部 ☎5912-

0733(平日午前11時～午後4時) [FAX](tel:59120734) 5912-0734 [Eメール](mailto:nerima@tokyo.zennichi.or.jp) nerima@tokyo.zennichi.or.jp

◆**認知症サポーター養成講座**▶日時:2月22日(土)午後1時30分～3時▶場所:介護付き有料老人ホームうらら練馬(早宮4-27-23)▶講師:理学療法士／土井政紀▶定員:30名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で同所 ☎3557-1030

◆**これからつながる練馬deらいふ**▶日時:2月24日(休)①午前10時～午後2時②午前10時～11時30分▶場所:区役所本庁舎20階▶内容:④地域活動パネル展⑤ニプロ(認知症を学ぶカードゲーム形式の研修プログラム)▶定員:10名(先着順。⑤のみ)▶申込:④当日会場へ⑤電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、2月20日(木)までにこれからつトラボin練馬事務局 ☎090-6932-3706(午後6時～8時) [Eメール](mailto:korelabo55@gmail.com) korelabo55@gmail.com

◆**早春の成増周辺を歩く**▶日時・場所:3月2日(日)午前9時30分東武東上線成増駅集合～赤塚氷川神社～乗蓮寺～徳丸北野神社～午後0時30分東武東上線東武練馬駅解散(約6km)▶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、2月13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

◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶日時:3月6日(休)午前9時20分から▶内容:授業参観、校内見学など▶申込:2月26日(火)までに同学校ホームページ▶場所:同学校(板橋区高島平3-7-2) ☎3938-0415

◆**再就職に役立つワード・エクセル基礎科**▶対象:結婚、出産、育児、介護などで離職し、ハローワークで求職登録をした女性▶日時:3月10日(月)～14日(金)午前10時～午後3時[5日制]▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:10名(抽選)▶費用:2,200円▶申込:区ホームページや男女共同参画センターえーる、石神井公園区民交流センター、図書館、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)などにある募集案内をご覧ください。

◆**フットサルフェスタ(区交流会2教室)**▶対象:■小学6年生で構成された5名以上のチーム■④5・6歳児と保護者⑥小学1～3年生⑦小学4～6年生▶日時:3月15日(土)■午前9時～午後1時■④午後1時30分～2時15分⑥午後2時30分～3時45分⑦午後4時～5時40分▶場所:光が丘体育館▶講師:元Jリーガー／村田翔ほか▶定員:■6チーム■④30名⑥⑦各60名(先着順)▶費用:■1チーム3,500円■21人500円▶申込:SSC

光が丘ホームページ▶問合せ:同SSC・大熊 ☎090-1765-2482

◆**泳力検定会**▶対象:週1回以上水泳の練習をしている方▶日時:3月16日(日)午前9時～午後1時▶場所:大泉学園町体育館▶費用:1,500円 ※1種目につき別途500円。▶申込:体育館にある申込書に検定料を添えて、2月22日(土)までにSSC大泉 ☎3921-1300

### 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めます。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

◆**パラスポーツ体験会**▶対象:3歳児～中学生と保護者▶日時:2月9日(日)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:15組(先着順)▶申込:電話で練馬区パラスポーツ研究会・原田 ☎090-6509-0989

◆**遊びが芽を出すおもちゃの時間**▶対象:5歳児～小学4年生 ※未就学児は保護者同伴。▶日時:2月11日(祝)午後1時～3時▶場所:富士見台地区区民館▶定員:30名(先着順)▶申込:電話でふれあい文庫・伊藤 ☎3997-0551(午後7時～9時)

◆**親子 de English**▶対象:1～3歳児と保護者▶日時:2月20日(休)午前10時30分～11時30分▶場所:光が丘地区区民館▶定員:15組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)

◆**ペーガール体験会**▶対象:3歳児～中学生と保護者▶日時:2月23日(祝)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:15組(先着順)

## 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。

■**かるがも俳句会** 初心者～中級者対象 第3木曜午後1時～4時30分 石神井庁舎5階 月会費500円 今村 ☎090-2243-4826 [Eメール](mailto:imataka@dream.com) imataka@dream.com(要予約)

■**水泳 水曜会** 60歳以上の女性対象 毎水曜午前11時～午後1時 光が丘体育館 女性コーチが指導 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 松浦 ☎3990-5245

■**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・4月曜午後1時～3時 田柄地区区民館 入会金2,000円 月会費2,000円 尾高 ☎5848-8115

順)▶申込:電話で練馬区ペーガール協会・原田 ☎090-3234-5584

◆**冬の星々と宇宙**▶対象:小学4年生以上のお子さんと保護者▶日時:2月23日(祝)午前10時～11時30分▶場所:立野地区区民館▶定員:20名(先着順)▶費用:200円▶申込:電話でわいわいワーカーズ立野・浜中 ☎090-8541-3696(午前9時～午後5時)

◆**親子のためのベビーコンサート**▶対象:未就学児と保護者▶日時:3月3日(月)午前10時30分～11時30分▶場所:関区民センター▶定員:40名(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でアンサンブルパーク・茂木 ☎080-9373-0603(午前9時～午後7時)

#### ねりまイクメン講座

◆**パパと一緒にバルーンアートを作って遊ぼう**▶対象:3歳以上の未就学児と父親 ※母親の付き添い可。▶日時:2月16日(日)午前10時30分～11時45分▶場所:東大泉児童館▶定員:20名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:電話でねりパパ事務局 ☎090-5677-3040

### 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、開催日の5日前までに申込先へ ※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。

◆**石神井公園区民交流センター**▶日時:2月15日(土)午前10時～正午▶申込先:〒177-0041石神井町2-14-1 消費生活センター運営連絡会 ☎3996-6351(先着25店。問い合わせは月・水・金曜午前10時～午後3時)

◆**平成つつじ公園**(練馬1-17-6)▶日時:2月24日(休)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:2月16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(ものの) ☎3997-4333(先着20店。問い合わせは午後6時～8時)

### 学校体育館でスポーツを

◆**旭町小 初級・中級卓球教室**▶対象:16歳以上の方▶日時:2月10日(月)・17日(月)午後6時30分～9時▶定員:各30名(先着順)▶持ち物:上履き、ラケット(ある方のみ)▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

### 学校応援団・開放まつり

◆**豊玉小**▶日時:2月16日(日)午前9時30分～午後1時▶内容:ラケットテニス、健康空手、ボール遊びなど▶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

### 献血にご協力を

◆**大泉第二小**▶日時:2月8日(土)午前9時10分～午後1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

### 朝・夕・青空市

◆**江古田いちば通り商店街**▶日時:2月1日(土)午前10時～午後6時▶問合せ:内田 ☎3991-1243

◆**南ヶ丘商店街**▶日時:2月7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:2月9日(日)午前10時～午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

■**中華文化を楽しむ!中国語勉強会** 初級者～中級者対象 ①2月17日午後7時～9時②24日午前9時30分～正午ココネリ3階 参加費無料 ビジネス中国語クラブ・大山 ☎080-7822-9201 [Eメール](mailto:zwztong21@outlook.jp) zwztong21@outlook.jp(要予約)  
■**行政書士による終活講座(紙芝居・講演・相談会)** 2月12日午後1時30分～3時30分 北町地区区民館 参加費無料 終活を考える会・二階堂 ☎090-6119-0564 [Eメール](mailto:nikaido.gyouseishosi@aol.com) nikaido.gyouseishosi@aol.com

■**空手道無料体験会** 2月17日①午後4時～5時(高齢者)②午後5時～5時30分(4～6歳児) 総合体育館 講師 中村とよこ 例会…月3回月曜③午後4時～5時(高齢者)④午後5時～5時30分(4～6歳児) 総合体育館 入会金1,000円 月会費③2,400円④1,800円 谷原空手道の会・中村 ☎080-3020-0402 [Eメール](mailto:anaranjadotomate@live.jp) anaranjadotomate@live.jp

☎090-4846-3928(要予約)



## 障害者施設で作ったお菓子や雑貨などを販売

▶問合せ:就労支援係 ☎5984-1387  
FAX 5984-1215  
●ふれあいバザールねりま  
▶日時:2月6日(木)・7日(金)午前10時～午後2時▶場所:区役所アトリウム  
●手作り品販売市場「ねりいち」

場所	日時
大泉図書館	2/6(木)・13(木)・27(木) 11:00～13:30
ココネリ2階	2/13(木)・14(金) 11:00～14:00
光が丘IMA	2/26(水) 11:00～14:00

## 障害福祉の理解を深めるための入門講座～誰もが安心して暮らせるまちになるために、はじめに知っておきたいこと

▶日時:3月7日(金)午後2時～4時▶場所:練馬福祉人材育成・研修センター(光が丘6-4-1)▶定員:30名(先着順)▶申込:同センターホームページまたは電話、ファクスで①講座名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、3月6日(木)までに同センター ☎6758-0145 FAX 5383-7421

## えーるシネマサロンウィーク～映画を通じてさまざまな生き方を考えよう

▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:各30名(先着順)▶申込:同ホームページまたは電話、ファクスで①催し名(A～Eの別も)②参加者全員の氏名(ふりがな)③学年(学生のみ)④電話番号を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 ※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、2月18日(火)までにお知らせください。

上映作品	日時
アイ・コンタクト～もう1つのなでしこジャパンろう者女子サッカー ※日本語字幕付き。	Ⓐ3/4(火) 10:00～12:00
94歳のゲイ ※PG12指定。小学生以下のお子さんには、助言・指導が必要のため、保護者同伴を推奨。	Ⓑ3/4(火) 14:00～16:00 Ⓒ3/6(木) 10:00～12:00 Ⓓ3/8(土) 14:00～16:00
梅切らぬバカ	Ⓔ3/6(木) 14:00～15:30 Ⓕ3/8(土) 10:00～11:30

## 講演会「親から始まるひきこもり回復～ひきこもり当事者への家族の関わり方」

▶日時:3月1日(土)午後1時～3時30分▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶講師:(一社)SCSカウンセリング研究所代表/梶田智彦▶定員:90名(先着順)▶申込:2月20日(木)までに区ホームページまたは電話で自立促進支援係 ☎5984-4698

## 環境講演会「生物多様性保全から見た都市のみどりの役割」

▶日時:3月1日(土)午後2時～4時▶場所:ココネリ3階▶講師:森林総合研究所多摩森林科学園チーム長/島田和則▶定員:50名(先着順)▶申込:2月28日(金)までに区ホームページまたは電話で地球温暖化対策係 ☎5984-4705

## 第56回練馬区民美術展

区民の皆さまから募集した洋画・日本画・彫刻・工芸など約250点を展示します。▶日時・内容:前期(洋画・油彩画)、日本画、彫刻・工芸)…

2月13日(木)～18日(火)、後期(洋画・油彩画以外)…)…23日(祝)～28日(金)午前10時～午後6時(17日(月)・25日(火)は休館。18日・28日は午後2時まで。入館は閉館の30分前まで)▶場所・問合せ:練馬区立美術館 ☎3577-1821



## 寿大学通信講座 書き初め展

60歳以上の方を対象とする通信講座の受講生の作品を展示します。▶日時:2月15日(土)・16日(日)午前9

時～午後5時(16日は午後4時まで)▶場所・問合せ:生涯学習センター ☎3991-1667

## スポーツ



## 東京都スポーツ大会練馬区選考会 ソフトテニス(男子・女子ダブルス)

▶対象:18歳以上の方(高校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生を除く)▶日時:3月16日(日)午前9時から ※予備日20日(祝)。▶場所:土支田庭球場▶費用:1人300円▶申込:区ホームページや庭球場、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)にある実施要項をご覧ください。2月28日(金)までに練馬区ソフトテニス連盟・久下 ☎090-1407-1632

2/4(火)～2/6(水)

## パネル展 写真で見る 練馬の道

問合せ 情報公開担当係 ☎5984-4513

身近な道が時代に合わせて変化してきた様子を所蔵写真の中から紹介します。▶日時:2月4日(火)～26日(水)午前8時45分～午後8時(4日は正午から。26日は正午まで)▶場所:区役所本庁舎2階通路

### 練馬の写真を募集しています

写真は、ウェブサイト「練馬わがまち資料館」や区民情報ひろば(区役所西庁舎10階)で公開します。詳しくは、お問い合わせください。



いただいた写真を紹介

区の資料や所蔵写真などが見られる! //

ウェブサイト「練馬わがまち資料館」はコチラ▶



2/15(土)10:00～15:00 光が丘体育館

## 少年少女スポーツふれあいひろば

▶対象:3歳児～中学生 ※未就学児は保護者同伴。▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※体が不自由な方を除き、車での来場はご遠慮ください。

こんなスポーツが楽しめる

- キャッチバレーボール
- ミニバスケットボール
- 卓球
- 縄跳び など

資料展

## 押し花アートと巨大標本

入場無料

2/8(土)～3/9(日) 9:00～17:00

※火曜休園(ただし、2/11(祝)は開園、12(水)は休園)。

場所・問合せ 牧野記念庭園 ☎6904-6403

牧野富太郎博士の標本や、植物の色をそのまま残した原色標本、色合いや素材を生かした押し花アートの作品を展示します。

### 学芸員によるギャラリートーク

▶日時:2月16日(日)午前10時30分～10時50分、3月1日(土)午後2時30分～2時50分▶定員:各20名(先着順)▶申込:開催日の前日までに同ホームページ



ショクダイオオコンニャクのさく葉標本  
武田薬品京都薬用植物園蔵

## 防災を学ぼう!体験しよう!

2/5(水) 企画展「もしもの時に備えよう」

災害用携帯トイレや初期消火、応急救護の体験などができるほか、避難拠点の備蓄品や被災地の写真がご覧になれます。▶日時:2月5日(水)午前9時～午後4時▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ▶問合せ:区民防災第二係 ☎5984-2605

来場者に  
防災グッズを  
プレゼント!



3/2(日) 講演会「間違いだらけの防災対策! 今日始める死なないための準備」

YouTubeなどで防災情報を発信する高荷智也さん(=写真)から、防災対策を伺います。▶日時:3月2日(日)午後2時30分～4時▶場所:ココネリ3階▶定員:100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郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号を、2月23日(祝)までに防災学習センター ☎5997-6471 FAX 5997-6472 ※手話通訳・要約筆記を希望する方は、その旨もお知らせください。 ※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。





2/16日

## 郷土芸能ねりま座

区の郷土芸能であるまつりばやしの祭典です。ゲストに埼玉県秩父市の秩父歌舞伎正和会を迎え「吉例曾我対面」(工藤館之場)を披露します。

▶日時:2月16日(日)午後1時～4時(午後0時30分開場)▶場所:生涯学習センター▶出演:中里囃子連、上石神井囃子連中、仲若囃子連▶定員:300名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:伝統文化係 ☎5984-2442 ※当日の問い合わせは、生涯学習センター ☎3991-1667。



©山口秀明

## 平成つつじ公園リニューアルイベント

### 2/16日 つつじパークカフェ

平成つつじ公園は令和7年度からリニューアル工事を始めます。昨年の夏に皆さんからいただいたアイデアなどを踏まえた公園・トイレの整備案を紹介するほか、公園でくつろぐ時間を楽しめるイベントを開催します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶日時:2月16日(日)午前11時～午後3時 ※荒天中止▶場所:平成つつじ公園▶申込:当日会場へ

問合せ 東部公園出張所 ☎3994-8141



昨年の夏に開催した  
イベントの様子を、動画で  
ご覧いただけます!



詳しくは、  
区ホームページを  
ご覧ください



新しくなる公園やトイレの  
イメージを見に行こう!



親子で遊べるコーナー  
親子でいろいろな遊び  
を楽しめるコーナーがあ  
ります。

マルシェ & パークカフェ  
練馬産農産物の販売や地元  
商店のイチオシ商品などを楽し  
めます。



2/24(休)10:00～15:00

## 大泉 スイーツフェスタ

～魅惑のOizumiセレクション～



ガレットナンテ  
(パティスリーブレネット)

問合せ 協働事業担当係 ☎5984-1614

大泉地域のお菓子作りのプロフェッショナルが結成した団体「大泉パティシエクラブ」のイベントです。大泉地域を代表する店舗の銘菓や練馬産の農産物を使用したお菓子などを販売します。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶日時:2月24日(休)午前10時～午後3時▶場所:勤労福祉会館▶申込:当日会場へ



同時開催のイベントもたくさん! 申込 2月7日(金)までに区ホームページ

### サンコンさんと一緒にコーヒータイム

ギニア共和国出身でテレビやラジオで活躍するオスマン・サンコンさん(=写真)からアフリカの食の話を伺いながら、コーヒーとお菓子を楽しめます。▶対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴▶時間:午後1時30分～2時30分▶定員:50名(抽選)▶費用:2,000円



### 練馬の“農”と“和菓子”に触れてみよう!

練馬産のサツマイモの魅力を知れるほか、上生菓子の作り方を学び、体験します。▶対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴▶時間:午前9時40分～11時40分▶講師:ベジファームかのん/高橋範行ほか▶定員:20名(抽選)▶費用:2,000円



### ワインのカジュアルセミナー

家庭で楽しめるワインの飲み方などを学びながら、軽食やお菓子と一緒に試飲できます。▶対象:20歳以上の方▶時間:午前11時30分～午後1時▶講師:オテル・ドゥ・ミクニ元ディレクター/梅澤繁光▶定員:24名(抽選)▶費用:3,000円



### 練馬区華道茶道連盟によるお茶会

気軽に抹茶と和菓子または洋菓子を楽しめます。▶対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴▶時間:①午前10時20分から②午前11時から③午前11時40分から④午後0時20分から⑤午後1時から⑥午後1時40分から⑦午後2時20分から ※時間はいずれも30分程度▶定員:各8名(抽選)▶費用:700円



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 直通 非通知非対応

植木屋庭舟 加藤航 練馬区大泉学園町8-29-3ドリームハイツ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。



ベルデ(少年自然の家)

ゴールデンウィーク期間(4/26<sup>土</sup>～5/5<sup>祝</sup>)の

# 抽選申し込みを開始

2/14  
(必着)



ベルデ武石

軽井沢(長野県軽井沢町)・武石(上田市)、岩井(千葉県南房総市)にある宿泊施設です。  
利用は1グループ1回のみで2泊までです。

問合せ

少年自然の家係 ☎5984-2441  
ベルデ【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】

## ●対象

区内在住・在勤(在学)の方など ※区内在住・在勤(在学)でない方が半数を超えるグループは申し込みません。

## ●申込

ベルデ宿泊予約サイトまたは右の申込書を往復ハガキの往信の裏面に貼って、2月14日(必着)までに〒176-8501区役所内少年自然の家係へ ※同グループで2件以上の申し込みは、無効です。

## ●結果

2月21日(金)に発送予定

## ●抽選後の空き室予約方法

ベルデ宿泊予約サイトまたは電話で各ベルデへ

〈区内在住・在勤(在学)の方〉

3月13日(休)正午から

〈区内在住・在勤(在学)でない方〉

3月14日(金)正午から



ベルデ宿泊予約サイトはこちら



部屋の種類と個室利用料金 ※別途、基本料金などが掛かります。

施設名	定員3名 (3,000円/室)	定員4名 (4,000円/室)	定員8名 (無料/室)
軽井沢	8室	11室	24室
武石本館	6室	—	18室
武石新館	1室(※1)	14室	—
岩井	4室(※2)	6室	16室(※2)

※1 車いす対応の部屋です。 ※2 団体のみ利用できます。

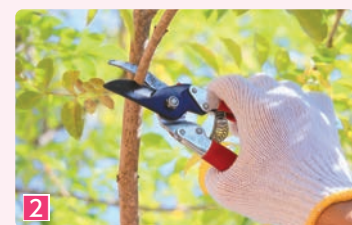
## ゴールデンウィーク一般利用抽選申込書 (4/26<sup>土</sup>～5/5<sup>祝</sup>)

①希望施設と日程(2泊まで)を第3希望まで (和室、洋室の指定はできません)	②希望する部屋数 (左下の表参照)
第1希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	.....人定員部屋を 部屋数.....室
第2希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	.....人定員部屋を 部屋数.....室
第3希望 施設名を○で囲む 軽井沢 武石本館 武石新館 岩井 日程 月 日から 泊	.....人定員部屋を 部屋数.....室
③利用者数 大人.....人・中学生.....人・小学生.....人 幼児(布団あり.....人・布団なし.....人) (うち車いす利用者.....人)	
④代表者 〒 - 住所 練馬区 区外在住で区内在勤(在学)の方は勤務先(学校名) ふりがな 氏名 利用当日まで連絡の取れる電話番号を記入してください	
⑤運動施設・研修室の利用を希望する場合は、付帯設備名、利用日時を○で囲み、どちらかの□にチェックを入れてください。 【付帯設備名】 体育館・研修室・グラウンド・テニスコート 【利用日時】 初日午後 2日目午前・午後 3日目午前 <input type="checkbox"/> 付帯施設が利用できない場合は、宿泊も希望しない <input type="checkbox"/> 付帯施設が利用できなくても、宿泊を希望する	

## 四季の香ローズガーデン 春のイベントに参加しよう

催し名など	日時	定員(抽選)	申込期限(必着)
①ひなまつりに飾ろう! フラワーアレンジメント ▶講師:第一園芸(株)/中川桃 ▶費用:2,800円	3/2(日)⑩10:00～11:30 ⑪14:00～15:30	各28名	2/18
②春に向けた庭木の剪定講座 ▶費用:500円	3/8(土)13:15～16:00	30名	2/21
③花や実で作る ボタニカルアクセサリー ▶費用:2,800円	3/9(日)⑩10:00～11:30 ⑪14:00～15:30	各28名	

▶申込:同ホームページまたは往復ハガキで①催し名(①～③の別。①③は⑩⑪の別も)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、申込期限までに〒179-0072光が丘5-2-6 四季の香ローズガーデン ☎6904-2061



広告 不動産の登記、測量は中村土地家屋調査士事務所へ

ご相談・お見積り 無料 >>>

176-0001 練馬区練馬一丁目3 1 番7 号十字ビル2階  
TEL 03-5946-9752 MAIL nakamura@cho34.com  
代表 中村真志 (東京土地家屋調査士会登録第8308号)



※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。

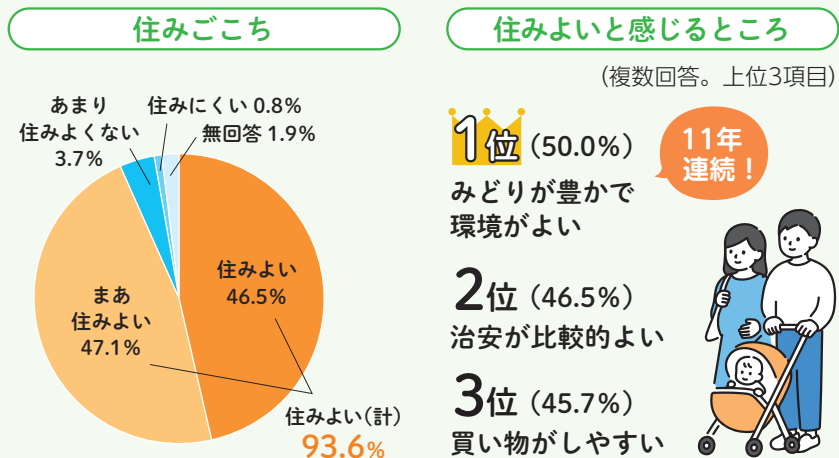


# 区民意識意向調査の主な結果を紹介

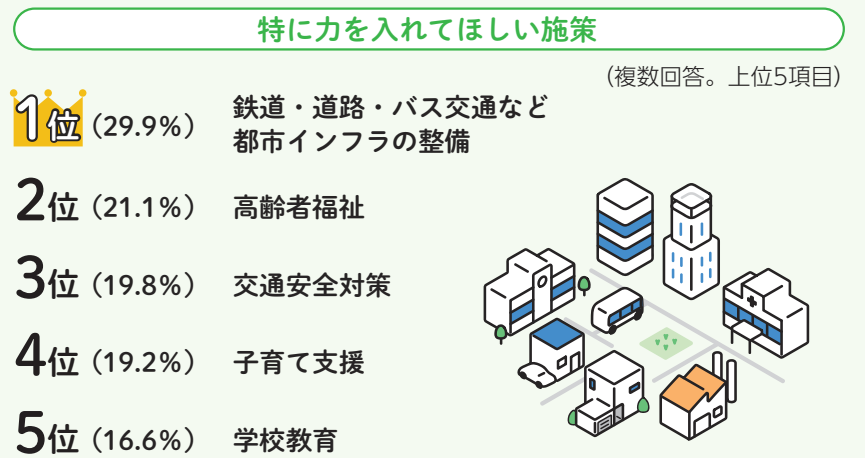
区政運営の基礎資料とするため、毎年度、区民意識意向調査を行っています。昨年7月に行った調査の結果を一部紹介します。  
※四捨五入しているため、回答率の合計が100%にならない場合があります。

問合せ 広聴担当係 ☎5984-4501

## 9割以上の方が住みよいと感じています

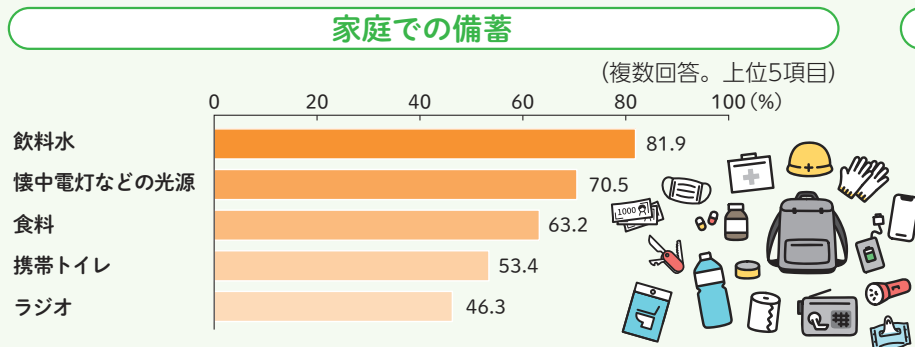


## 都市インフラの整備に最も力を入れてほしいと考えています



### 今年度のテーマ1 防災

8割以上の方が「飲料水」を、  
5割以上の方が「携帯トイレ」を  
備蓄しています



#### 区民の取り組み 避難拠点の備蓄物資を充実

避難行動要支援者など配慮を必要とする方が安心して避難生活を送れるよう、エアーベッドを新たに備蓄します。携帯トイレやアレルギー対応食をさらに充実します。

#### 2/5 防災企画展

携帯トイレの使い方などを学べます。

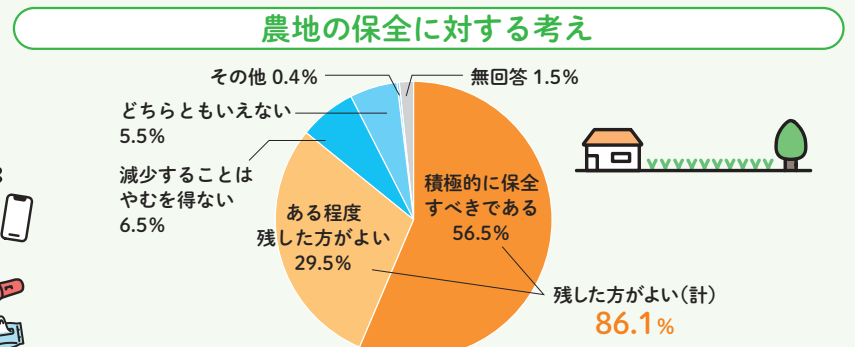
詳しくは9面へ

#### 調査結果がご覧になれます

▶ 閲覧場所: 区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、図書館(南大泉図書館分室を除く)、青少年館、学校教育支援センター、男女共同参画センターえーる、区民情報ひろば(区役所西庁舎10階) ※区ホームページでもご覧になれます。

### 今年度のテーマ2 都市農業・農地

8割以上の方が  
「区の農地は残した方がよい」と  
考えています



#### 区民の取り組み 新たな担い手確保に向けた制度を創設

農地を保全するため、就農5年以内の農業者を対象に、農業用機械の購入費補助やベテラン農業者などに営農相談ができる「認定新規就農者制度」を創設します。

## 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)

5/5 祝 **ねりぶんJAZZ 22nd Anniversary Special**  
15:00開演 **エリック・ミヤシロ・オールスター・ドリーム・バンド**

**出演** エリック・ミヤシロ(トランペット)、中川英二郎(トロンボーン)、宮本貴奈(ピアノ)ほか  
**曲目** エリック・ミヤシロ/スカイ・ダンス、和泉宏隆/宝島、チック・コリア/スペインなど  
**入場料** 4,000円(全席指定)  
**予約** 3月1日(土)午前10時から①②  
(購入は2日(日)午前10時から①②③)



エリック・ミヤシロ

### 練馬文化センター(小ホール)

5/22 木 **万作・萬斎狂言の会 ~宗論・二人袴**  
19:00開演

「万作の会」一門による狂言を、野村萬斎さんによる解説付きでお届けします。  
**出演** 野村万作・萬斎・裕基ほか  
**演目** 小舞「貞尽し」、狂言「宗論」「二人袴」  
**入場料** 5,500円(全席指定)  
**予約** 2月27日(木)午前10時から①②  
(購入は28日(金)午前10時から①②③)



チケット  
予約・購入は  
こちらで

① 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)

※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。

② 練馬文化センターホームページ

③ 練馬文化センター・

大泉学園ゆめりあホール窓口

**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)。

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。

**小学生** 未就学児は入場できません。