

練馬区報 Nerima

4/21 令和7年
(2025年)

第2077号 毎月1日・11日・21日発行

発行/練馬区 編集/広聴広報課
〒176-8501 豊玉北6-12-1
☎03-3993-1111(代表) FAX 03-3993-1194
<https://www.city.nerima.tokyo.jp/>

今号の注目情報

- 住まいの防犯対策費用を助成 …… 4面
- 子どものための講座を企画・運営する団体を募集 …… 7面
- 企画展「世界に向けて日本の有用植物～植物に感謝」………… 8面



区公式エックス



区公式フェイスブック



区公式LINE

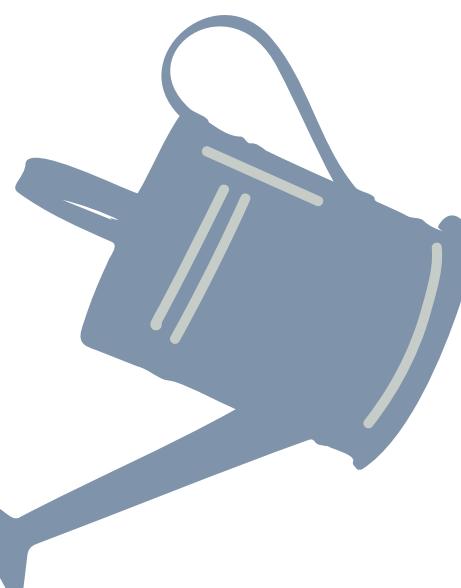
皆さまの温かい寄付をお待ちしております

区では、「恵まれない子どものために使ってほしい」「農やみどりを増やしてほしい」など、区内外から多くの寄付をいただいています。いただいた貴重な寄付は、その思いに沿って使っているため、ふるさと納税で多く見られる、返礼品はご用意していません。皆さまの温かい寄付をお待ちしています。

問合せ 区政改革担当課
☎5984-1092 FAX 3993-1195

育てませんか？

一緒に未来の練馬を



詳しくは2・3面へ

先月、区議会で令和七年度練馬区予算を可決して頂きました。今回の予算には私の永い公務員人生でも一際感慨が深い福祉サービスを二つ計上しています。一つは「ねりま羽ばたく若者応援プロジェクト」です。若い日養護施設で子どもたちと取組み合って遊び、日本で初めて養子縁組を目的としない里親制度を創設した私の歩みの一つの到達点です。永い児童養護の盟友で、私が最も信頼し敬愛する里親の坂本洋子さんから、「都立練馬児童相談所の開設がこの事業に繋がった。都で力強く活動した」との言葉を頂きました。

二つ目は、三原台二丁目に整備する医療的ケアにも対応した重度障害者地域生活支援拠点です。私は若い頃から、障害者の皆さんのが身近な地域で家族と生き生きと暮らせる社会を築くことが夢でした。全国重症心身障害児者を守る会の安部井会長は「親子共に練馬区で暮らし続けられる希望が出来た」と涙を流して下さいました。

三つ目は、困難な問題を抱える女性への支援の強化です。私は、福祉行政に従事し始めた時から、日本にはひとり親家庭への偏見があるのではないか、支援が極めて不十分だと考えていました。そこで、区長就任以来、力を入れて取り組んできました。今回の支援はその取組を更に前に進めるものであります。全国女性自立支援施設等連絡協議会の横田前会長は、「私たちの永年の思いが形になり、ここ練馬区で始まることに感動を感じている」と期待を寄せて下さいました。

こうした皆さんのお言葉が、私の人生にうて最大の誉れであり、誇りです。これらの事業は全て、住民の皆様との協働の賜物です。引き続き皆様と手携手を携えて進みたい。固く決意しています。

練馬区長 前川耀男



5階の窓から

新たな寄付メニューが

さまざまな事業や分野の寄付メニュー

＼寄付はコチラ／



※納付書での納付を希望する方は、電話で管財係☎5984-2807。

▲ポータルサイト
「ふるさとチョイス」

NEW



医療的ケア児・障害児とその家族を応援!

医療的ケアが必要な障害児者が増加しており、家族には慢性的な睡眠不足やきょうだいのストレスなどの課題があります。区は、これらの家族の介護負担を軽減し、福祉を増進するための事業を充実します。



NEW



児童養護施設などで育った若者を応援!
ねりま羽ばたく若者応援プロジェクト

児童養護施設や里親のもとで育った若者の不安を解消し、自立を支援します。都内で初めて、都児童相談所と連携し、経済的支援や居場所づくりなどの社会的養護自立支援事業を開始します。



＼ 医療的ケア児とその家族を応援! ／

医療的ケア児をご存知ですか。人工呼吸器・吸引・経管栄養など、生活に医療が必要な子どもたちです。介護者は睡眠もままならず、常に緊張した生活を送り、きょうだいにも負担をかけています。そんな家族がホッとできる“ひととき”を過ごせるよう、温かい寄付でご支援くださいますようお願いします。



全国重症心身障害児(者)を守る会会長／安部井聖子さん

＼ 若者たちが自立するまでを応援! ／

児童養護施設や里親の手を離れたとしても、自立が難しい、行き場のない孤独を抱えた若者たちがいます。「子どもたちがしっかり自立するまで支援していく」という区の取り組みに共感します。こういった取り組みが練馬区だけではなく、多くの自治体に広がることを願っております。

NPO法人里親ひろば ほいっぷ代表理事／坂本洋子さん



NEW

ひとり親家庭の子どもたちを応援!
体験格差解消プロジェクト

子どもたちの学びや体験の機会を確保するため、新たに学習支援事業を実施し、親子体験支援を充実します。



寄付メニューは他にもあります。詳しくは、区HPをご覧ください。



練馬のみどりを応援!

問合せ みどり推進課協働係☎5984-2418



練馬のみどりを未来へつなぐための基金です。応援したいプロジェクトを選んで寄付できます。プロジェクトの内容や寄付の方法など詳しくは、葉っぱい基金HPやパンフレットをご覧ください。

▶パンフレットの配布場所:区民事務所、みどり推進課(区役所本庁舎18階)、牧野記念庭園など

牧野記念庭園プロジェクト



牧野富太郎博士ゆかりの貴重な植物の保全や施設の展示を充実します。

- ▶目標額:100万円
- ▶募集期間:来年3月31日(火)まで

特典 企画展やイベントの情報を提供

随时寄付できるプロジェクト

●ねりまの森サポーターズ 応援プロジェクト

ねりまの森を守り育てる区民団体の活動を支援するため、活動で使用する用具を充実します。



●区民の森プロジェクト

公園の整備など、大規模で長期的な取り組みに活用します。稻荷山の森、大泉井頭公園、こどもの森、早宮けやきの森の4つのコースから選べます。

●練馬のみどり全般を守り育む

特定のプロジェクトを選ばずに、練馬のみどり全般への取り組みに活用します。

始まります

問合せ 区政改革担当課 5984-1092

NEW

クラウドファンディング型 寄付メニュー

目標額
500万円子どもたちの未来のために!
新美術館・図書館をみんなでつくろう寄付はコチラ

▲ふるさと
チョイスGCF

「まちと一緒に」となった
「本物のアートに会える」
「併設の図書館と融合する」という新しい発想のもと、令和11年度の練馬区立美術館・貫井図書館全面リニューアルオープンを目指しています。



特典

- ①美術館やまちに展示するアート作品制作の優先参加権(先着25名)
 - ②アートイベントで実施するパレードなどの優先参加権(先着5組)
 - ③仮囲いアートにメッセージを掲載(先着100名)など
- ※いずれも1万円以上の寄付者のみ。

目標額
300万円みんなでトイレのイメージアップ!
平成つつじ公園リニューアルプロジェクト寄付はコチラ

▲ふるさと
チョイスGCF

練馬駅前に位置し、さまざまなツツジが咲き誇る、区の顔となる公園です。開園から30年がたち、全面リニューアルを進めています。

園内のトイレも、地域にふさわしい個性を備えたトイレを目指しリニューアルします。いただいた寄付は、令和7年度に整備するトイレの建築工事に活用します。



特典

- ①区HPに氏名を掲載(希望者のみ)
 - ②専門家によるツツジのガイドツアーの優先参加権(令和9年4月実施予定)
- ※②は2万円以上の寄付者のみ。

インターネットを通じて取り組みを広く発信し、さまざまな方から資金を集めるクラウドファンディングで寄付を募集します。※納付書での納付を希望する方は、電話で管財係 5984-2807。

一緒に盛り上げたい!

斬新なデザインの美術館・図書館はきっと中村橋のシンボルになります。遊園地のように、子どもたちがわくわくする美術館・図書館になったらいいですね。「美術館・図書館のあるまち」と一緒に盛り上げていきたいです。



サンツ中村橋商店街振興組合理事長／江村健二さん

知性と感性の出会いの場に!

ここには、さまざまな世代や背景の人々が楽しく過ごせる多様な場所があります。大切な美術品や本を展示・保管するShelter(展示室・収蔵庫)、それを包むShelf(本やアート、区民活動のための巨大な棚)やShade(街と建築をつなぐ、歩ける屋根)が、多彩な出来事と絡まり合います。それは未来を担う練馬区の子どもたちにとって、知性と感性の出会いの場となるでしょう。



新美術館・図書館設計者／平田晃久さん

(主な作品)太田市美術館・図書館(日本建築学会賞受賞)、東急プラザ原宿「ハラカド」など

寄付はコチラ

▲ふるさと
チョイスGCF

日本の都市農業の魅力を凝縮!

全国都市農業フェスティバル2025を応援



都市農業に積極的に取り組む全国の自治体や農業者と共に、都市農業の魅力と可能性を全国に発信する「全国都市農業フェスティバル2025」を11月15日(土)・16日(日)に開催します。

特典

- ①記録集やダイジェスト映像に氏名を掲載(希望者のみ)
 - ②練馬大根の優先購入権(先着100名)
 - ③ワークショップの優先参加権(先着25名)
 - ④トークライブの優先観覧席(先着100名)など
- ※②～④は1万円以上の寄付者のみ。



パンフレットを発行!

寄付メニュー、寄付の活用事例などをまとめたパンフレットです。

▶配布場所:区民事務所(練馬を除く)、図書館など
※区HPからもご覧になれます。



4 令和7年(2025年)4月21日 ねりま区報

対=対象 日=日時・期間 場=場所 内=内容 講=講師 定=定員 ¥=費用(記載のないものは無料)

お知らせ

皆さまからの寄付(2月分) =ありがとうございました=

いただいた寄付は次の通りです。
※寄付はインターネットからも受け付けています。問管財係☎5984-2807

練馬区のため	13万円(3件)
練馬みどりの葉っぱい基金	12万500円(9件)
障害者支援のため	2,000円(1件)
人も動物も幸せに生きられるまち実現のため	6万8000円(10件)
図書館サービスの充実のため	10万円(1件)
練馬区社会福祉協議会へ	24万2929円(10件)

全日本小学生女子 ソフトボール大会で優勝した 「石神井スマイル」を表彰しました!

3月に岐阜県で開催された、日本一を決める第18回春季全日本小学生女子ソフトボール大会において、「石神井スマイル」が初優勝し、区長がその功績をたたえ、表彰しました。問スポーツ振興課事業係☎5984-1947



▲優勝報告に訪れた皆さん

NEW 泥棒・強盗犯に狙われない家に 住まいの防犯対策費用を助成

令和6年の区内の
侵入窃盗件数は88件!

手口が巧妙かつ凶悪化した侵入犯罪が発生しています。被害を未然に防止するため、対象の防犯対策物品を購入・設置した方に、費用の一部を助成します。詳しくは、区HPをご覧ください。



申込先・
問合せ 機管理課安全安心係
(区役所本庁舎7階)☎5984-1027

- 対象 令和7年4月1日以降に防犯対策物品を購入・設置した区内在住の方
対象品目 防犯カメラ、カメラ付きインターホンなど
助成額 対象経費の4分の3 ※上限額3万円。※1世帯1回まで。
申込 区HPや危機管理課にある申請書に必要書類添えて、
来年2月27日(金)までに安全安心係へ



予算がなくなり次第、終了!申請はお早めに!

「この家は侵入しにくいな」と思われる! ~防犯カメラ、センサーライト、防犯砂利

Point

侵入者は、下見を行うことが多いといわれています。防犯カメラなどを外部から見える位置に設置し、侵入しにくい家であることをアピールしましょう。



窓からの侵入が最多! 複数の対策を!

~防犯フィルム、補助錠、雨戸・窓シャッター

Point

侵入に5分かかると約7割が、10分以上かかるとほとんどが犯行を諦めるといわれています。防犯フィルムで窓を強化するほか、補助錠で窓を割られても簡単に開かないようにしましょう。



不用意にドアを開けず、 来訪者を確認!

~カメラ付きインターホン

Point

インターホンはカメラ付きにすることで、来訪者を視認できます。また、録画機能付きのもので、証拠が残るようになります。



※写真は全てイメージです。

世帯と人口 [4月1日現在]

※()内は前月比。※住民基本台帳による人口。

世帯数	総人口	日本人	外国人	年齢別人口
398,027 (+2,680)	747,771(+2,323)	720,687(+1,938)	27,084(+385)	14歳以下 15~64歳 65歳以上
男 361,166	男 348,208	男 12,958		
女 386,605	女 372,479	女 14,126	84,055(-31)	499,653(+2,218) 164,063(+136)

健康・衛生



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5月7日(水)午前10時～正午場区役所アトリウム地下多目的会議室^開蓮根ひまわり苑相談員／塚本寿美雄定80名(先着順)^申区HPまたは電話で在宅介護支援係[☎]5984-4597

体と心をリフレッシュ！
～練馬区健康いきいき体操講習会

日5月20日(火)午後2時～3時30分場北保健相談所講スポーツプログラマー／山内道子定30名(先着順)^申電話で同所[☎]3931-1347

精神保健講演会
「適応障害について学ぶ」

日5月21日(水)午前10時～11時30分場光が丘区民センター2階講東武練馬メンタルクリニック院長／筒井卓実定60名(先着順)^申区HP

または電話で北保健相談所[☎]3931-1347

血圧が気になる方へ
～高血圧予防と改善のための食事と生活

日5月26日(月)午後2時～3時30分場石神井保健相談所内講義定40名(先着順)^申電話で同所[☎]3996-0634

毛虫の発生を防ぎましょう

毛虫(チャドクガなど)が大量発生しやすい季節になりました。定期的に庭木の枝切りをして、風通しを良くするなど、毛虫の発生を早めに防ぎましょう。

<毛虫に触れたら>

触れた部分はこすらず、水道水で洗い流してください。症状がひどいときは医師の治療を受けましょう。

間環境衛生監視担当係[☎]5984-2485

カラスの被害にご注意を

カラスは子育ての時期(7月ごろまで)に巣の近くを通る人に対し、威嚇攻撃をすることがあります。帽子をかぶったり、傘を差したりして対策しましょう。

<カラスに攻撃されたら>
巣の撤去などを行いますので、ご連絡ください。間美化啓発係[☎]5984-4709



高齢者

5月の練馬区スマート教室

基本操作や電話・電子メールのほか、安全な使い方や災害に備えた使い方などが学べます。対区内在住の60歳以上の方 ※いずれも2日制で先着順。^申電話で練馬区スマートフォン事業コールセンター[☎]6700-5133(平日午前9時～午後5時)

場所	日程など
豊玉	カメラ 7(水)・14(水) アプリ 21(水)・28(水)
関	地図 20(火)・27(火)
大泉	災害 12(月)・19(月)
光が丘	安全 23(金)・30(金)

※時間はいずれも10:00～12:00。
※常時、スマート相談窓口(9:00～12:00・13:00～17:00)も開設しています。

スポーツ

初心者スポーツ教室
バスケットボール

対小学4～6年生日6月7日～7月12日の毎土曜午後4時～6時【6日制】場大泉学園町体育館定35名(抽選)
￥144円申区HPまたは往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日・学年⑤性別⑥電話番号を、5月9日(必着)までにテ176-8501区役所内スポーツ振興課事業係[☎]5984-1947

区民スポーツ大会
バドミントン(レディース)

対区内在住・在勤、または練馬区バドミントン協会登録の女性日④6月8日(日)④14日(土)午前9時から場総合体育館内④ダブルスのトーナメント戦(4部制)④トリプルスのリーグ戦￥1人800円申区HPや体育館、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の上、5月9日(金)までに練馬区バドミントン協会へ固スポーツ振興課事業係[☎]5984-1947

外国語での相談を受け付けています

英語・中国語・韓国語などで区の手続きや生活の相談などができます(電話相談も可)。知り合いの外国人の方に紹介してください。

	地域振興課(区役所本庁舎9階) [☎] 5984-4333	文化交流ひろば(光が丘3-1-1) [☎] 3975-1252
相談時間	13:00～17:00	10:00～13:00 土・日曜、祝休日は13:00～16:00
英語	月～金曜	火・木・土曜
中国語		水・金・日曜
韓国語	金曜	月曜
タガログ語	月曜	—

※上記以外の言語でも相談できます(予約制)。詳しくは、お問い合わせください。

◆文化交流ひろばのご利用を

日本語を勉強するための情報や外国人の方が地域で生活するための情報を提供しています。ぜひ、ご利用ください。

▶交通:光が丘駅下車
A5出口徒歩10分

体の内側からスッキリ!
腸活ツアー

ヨガインストラクターのyumiさんから、「腸活」をテーマに腸内環境を整えるヨガのレッスンやお話を伺うほか、発酵食品を取り入れたランチを楽しめます。運動とおいしいご飯で腸から体をリフレッシュしませんか。日場④5月19日(月)④26日(月)午前10時30分石神井観光案内所集合～石神井公園～午後2時30分シェアキッチンR SPACE解散(約2.5km)定各10名(抽選)￥5,000円申ねりま観光センターHPまたは往復ハガキで①催し名(④④の別も)②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、4月30日(必着)までにテ176-0001練馬1-17-1 ねりま観光センター[☎]4586-1199※結果は5月上旬に通知します。



5/25(日)

区民交流事業

バドミントン教室



シドニー・アテネオリンピックに出場経験のある米倉加奈子さん(=写真)から教わります。

対小学生以上でラリーができる方日5月25日(日)午後1時～4時場中村南スポーツ交流センター定40名(先着順)持ラケット申電話で同所[☎]3970-9651



5月の健康相談などの日程(無料)

事前に予約が必要です。

内容	場所	日程・受付時間
健康・禁煙相談 内病気や健診結果の見方、栄養、歯科に関する相談など	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	13(火)・27(火) 13:30～15:30 13(火)・27(火) 13:00～15:00 1(木) 9:00～11:00 27(火) 13:30～15:30 1(木) 9:00～11:00 13(火) 13:30～15:30 13(火)・27(火) 13:00～15:00 12(月)・19(月) 9:00～11:00
◆おとなの歯磨き相談 内唾液による口腔(こうくう)環境の簡易測定など	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	14(水) 9:00～10:00 16(金) // 21(水) 9:00～10:15 19(月) 9:00～10:00 12(月) 13:00～14:00
心身障害者(児)歯科相談	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	10～31の毎土曜 13:00～16:30
◆ここでの健康相談 内不眠・無気力・もの忘れなどでお困りの方、精神疾患の方や家族	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	9(金) 14:00～16:00 27(火) // 8(木)・22(木) // 22(木) //
◆うつ相談 内気持ちが沈む・悲觀的になるなどでお困りの方や家族	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	15(木) 9:00～11:00
◆子育てこころの相談 内子育てで悩んでいる方	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	14(水) 13:45～16:30 21(水) 14:10～15:40
◆思春期・ひきこもり相談 内ひきこもりと思われる方の家族(○は、家族グループ相談のみ)	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	7(火) 14:00～16:00 29(木) //
◆大人の発達障害相談 内18歳以上で発達障害と思われる方	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	19(月) 14:00～16:00
◆酒・ギャンブルなど依存、家族相談 内依存症などでお困りの方や家族	豊北保健相談所 [☎] 3975-1252	19(月) 14:00～15:30 23(金) 14:30～16:00
認知症相談 内もの忘れなどでお困りの方や家族	27カ所の地域包括支援センター	で実施(要予約)。詳しくは、在宅介護支援係 [☎] 5984-4597

つ 関 大 石 光 北 豊
練 関 泉 保 井 健 保 相 談 所
馬 づ じ 齢 保 井 健 保 相 談 所
歯 科 診 療 所
※ は 事 前 に 担 当 地 域 の 保 健 相 談 所 へ ご 相 談 く だ さ い 。
（当 地 域 は、わ た シ の 便 利 帳 「あ な た を 受 け 持 つ 窓 口」
を ご 覧 く だ さ い)

※◆は事前に担当地域の保健相談所へご相談ください。
●診断書の発行ができる医療機関については、
医療連携・在宅医療サポートセンターへお問い合わせください。
△3997-0121へお問い合わせください。

休日急患診療所

※保険証が必要です。

小児科
内科・小児科
歯科

①練馬区夜間救急こどもクリニック(区役所東庁舎2階)[☎]3994-2238
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
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18:00～21:30②土曜18:00～21:30、日曜・祝休日10:00～11:30③13:00～16:30・18:00～21:30④日曜・祝休日10:00～11:30・13:00～16:30

講座・催し

五味康祐のオーディオで聴く
レコードコンサート
～五味コレクションのテープを聴く

対 中学生以上 日 5月24日(土)①午後1時30分～3時 ②午後3時30分～5時
場 石神井松の風文化公園管理棟 講 T&T代表／唐金利生 定 各20名(抽選) ¥500円
申 石神井公園ふるさと文化館HPまたは往復ハガキで①催

し名(①②の別も)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、5月8日(必着)までに④〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室へ⑤石神井公園ふるさと文化館 〒3996-4060

おうちでできるシンプルヨガ
「モーニングヨガ」

日 5月21日(水)午前10時～11時30分
場 サンライフ練馬 気づきのヨガ主宰／堀内美加 定 12名(抽選)

申 往復ハガキで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、5月2日(必着)までに⑤〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬 〒3990-0185

就職活動や地域活動をしてい
る女性のためのパソコン講座

対 パソコンで文字入力ができる女性
※過去に受講した方は申し込みません。
場 男女共同参画センターえーる 〒3996-9007 FAX 3996-9010
講 MOSインストラクター／後藤悦子 定 各10名(先着順) ¥1,000円
申 同センターHP ※保育室(6ヶ月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方、手話通訳を希望する方はその旨も、開催日の2週間前までにお知らせください。

内容	日程
ワード	5/29(木)
エクセル基礎	6/19(木)
エクセル実践	6/26(木)
パワーポイント	7/3(木)

※時間はいずれも13:30～16:30。

つながるカレッジねりま
公開講座

～地域活動とコミュニケーション

地域活動に役立つ知識とスキルを学びます。日 5月10日(土)午前10時～正午
場 ココネリ3階 講師おたがいさま

の会代表／志寒浩二 定 30名(先着順)
申 5月2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 ※
オンラインでも配信します。詳しくは、同ポータルサイトをご覧ください。

人権セミナー

申 HPまたは電話、ファックスで①セミナー名(A B の別)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ヶ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、手話通訳を希望する方はその旨も、A 5月7日(水)B 14日(水)までにお知らせください。

A チョコレートの裏側、ちょっと
のぞいてみませんか？～児童労働と
子どもの権利

日 5月18日(日)午後1時30分～3時
場 区役所アトリウム地下多目的会議室
講 認定NPO法人ACE児童労働ネットワーク事務局／杉山綾香 定 70名(先着順)

B デフリンピックと聴覚障害

日 5月23日(金)午後6時30分～8時30分
場 区役所本庁舎20階
講 デフ卓球日本代表選手／亀澤史憲 定 30名(先着順)

募集期間
6/18～
7/18(必着)

ねりま手工芸公募展
作品募集

8月31日(日)～9月6日(土)に石神井公園ふるさと文化館で開催する公募展に出品する作品を募集します。

対 区内在住・在勤(在学)の16歳以上の方
▶募集作品：応募者本人がデザインした手工芸作品
▶作品の規格：原則として平面作品は150cm×150cm以内、立体作品は60cm×60cm×60cmのスペースに展示できる大きさ
申 区HPや地区区民館、石神井公園ふるさと文化館、生涯学習センター、練馬区立美術館、文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)にある募集要項をご覧の上、6月18日～7月18日(必着)に石神井公園ふるさと文化館 〒3996-4060



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HP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。

■認知症予防・健康維持の日帰り旅行会 こぶしの会 60歳以上の方 対象 第1・3火曜午前10時～正午
はつらつセンター光が丘 交通費など 実費 瀧田 〒3993-5998(要予約)

■フラダンス HULAスタジオナップ 初心者～中級者対象 月3回曜午前9時30分～11時30分 高野台地域集会所 会費1回1,500円 初回は無料体験可 フラパーティーアリ 大村 〒090-9334-1778(要予約)

■上映会「夢みる給食」 5月10日①午前10時～11時25分②午後2時～3時25分 大泉学園ゆめりあホール 参加費1,000円(高校生以下無料) 映画、えーが！・長島 〒090-4065-7410 HP https://forms.gle/KMPAKiBGv5NrWML9(要予約)

■ハワイアンキルト展 5月23日午後1時～8時、24日午前10時～午後6時 ココネリ3階 入場無料 (一社)日本ハワイアンキルト協会・関岡 〒3825-8002

■20周年大泉リコーダーオーケストラコンサート 5月18日午後3時30分～5時30分 練馬文化センター 指揮 金子健治 入場無料 大泉リコダーナーの会・吉田 〒5934-1148 Eメール ohizumir@yahoo.co.jp(要予約)

■石神井ヨガサークル 毎月曜①午前9時45分～10時50分②午前10時55分～正午、毎金曜③午前9時15分～10時30分④午前10時30分～11時45分 石神井公園区民交流センターなど 講師 渡部廣重 ①～④とも入会金3,000円、月会費4,500円 初回は無料体験可 宮戸 〒080-1241-6681 Eメール js.etude@jcom.home.ne.jp(要予約)

■イスラエルダンスを踊る会 60歳以上の方対象 第2・4日曜午前9時～11時 はつらつセンター豊玉 講師 那須達磨 会費1回100円 高橋 〒090-5789-4132(要予約)

■川柳こぶし吟社 ①第1月曜午後2時～5時②第3月曜午後1時30分～5時 男女共同参画センターえーるなど ①②とも月会費1,500円 初回は無料体験可 本間 〒3922-9110(要予約)

火～土曜午後2時～5時) ■韓国語学習 トラジ会 初級者～中級者対象 第1・3火曜午前9時45分～11時45分 生涯学習センター分館 月会費2,500円 年1回韓国料理教室あり 堀内 〒5998-2723(要予約) 午後6時以降)

■女声コーラス(映画音楽・ポップス・シャンソン・アカペラなど) メロディーコーラス 50～70代の方対象 月3回木曜午後2時～4時 生涯学習センターなど 会費1回1,000円 楽譜代実費 初めの2回は無料体験可 福家 〒090-5399-3614 Eメール ttmelody@ybb.ne.jp(要予約)

■ストレッチ体操・リズムダンス 健康リズム体操クラブ 60歳以上の方対象 月4回水曜午後1時～3時 桜台地域集会所など 講師 西田晶子 月会費2,500円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 浅香 〒090-8804-8420(要予約)

■気功・操作・動作トレーニング 空の会 月2回水曜午前10時～正午 春日町青少年館 月会費3,000円 初回は無料体験可 平山 〒080-3580-4626(要予約)

■社交ダンスを楽しく踊ろう会 中高年齢の初心者対象 毎火曜正午～午後4時 生涯学習センターなど 清水けいじ 会費1回1,500円 教材など実費 初回は無料体験可 加藤 〒090-2664-0284 Eメール pu-megumi@docomo.ne.jp(要予約)

■リラックスヨガの会 女性対象 每月曜午後2時～3時45分 石神井公園区民交流センターなど ヨガインストラクターが指導 入会金2,000円 会費7回1万円 初回は1,000円で体験可 田村 〒3970-6947(要予約) 午後7時以降)

■英会話 スティーブと話そう 初級者～中級者対象 第2・4火曜午前11時～午後0時30分 上石神井北地

域集会所など イギリス人講師が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 亀井 〒090-4095-0420 Eメール educa.lab19@gmail.com(要予約)

■英会話 キャロット 50～60代の初心者対象 月3回火曜午前10時30分～11時25分 石神井庁舎5階 講師 ク里斯・フォックス 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 斎藤 〒080-9870-3175(要予約)

■手編み(カギ針・棒針・アフガン編み) 初心者・中高年齢者対象 第2・4木曜午後1時～3時 光が丘区民センター5階など 入会金2,000円 月会費2,000円 堀江 〒3976-8404

■俳画 穂有・虹の会 第2月曜午後1時～4時 石神井庁舎5階 月会費1,500円 佐藤 〒3926-3243

■卓球 ファイン・メイツ 初級者以上対象 每火曜午前9時～正午 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費500円 青井 〒090-9237-1717(要予約)

■ヨガ エデュカラボ 毎土曜午前10時～11時 男女共同参画センターえーるなど 会費1回1,500円 初回は1,000円で体験可 恩田 〒090-4095-0420 Eメール educa.lab19@gmail.com(要予約)

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。

もめないための“円満立ち退き”を専門家が解説
古くなったアパート・貸家の問題解決セミナー

参加無料・予約制

5月9日(金)・10日(土)
練馬で開催

相続対策や土地活用の一つとして多く選ばれている賃貸住宅。子世代へ引き継ぐ予定のある人、親からの相続を予定している人も多いのではないでしょうか。しかし、相続対策や土地活用の一つとして多く選ばれている賃貸住宅。子世代へ引き継ぐ予定のある人、親からの相続を予定している人も多いのではないでしょうか。しかし、

て替えに伴う立ち退き交渉、老朽化による倒壊の危険性などさまざまな問題もつきもの。アパート所有者なら知っておきたい対策を学びませんか。

できるので、希望の方は事前に予約を。▶開催日時: 5/9(金)、10(土) 9:30～10:30(受付開始9:15) セミナー終了後の個別相談会～11:45(要予約)

▶講師: ディライトコンサルティング株式会社

▶会場: 練馬産業会館 2階小・中会議室(練馬区豊玉上2-23-10)



●セミナー申込
フジサンケイ企画セミナー事務局
0120-505-470 10:00～17:00 年中無休
9日申込ページ
<https://ansapo.jp/semi/3028>
10日申込ページ
<https://ansapo.jp/semi/3029>

広告 お売り下さい。使わなくなった物。

〒179-0076 東京都練馬区土支田3-47-8

電話(FAX)03-3922-0422 /携帯電話 090-5500-5923

古道具くら

子どものための講座を企画・運営する団体を募集

子どものための講座を、区内の団体に委託して開催しています。今回、9月1日(月)～来年3月15日(日)に開催する講座を企画・運営する団体を募集します。

問合せ 青少年課育成支援係(区役所本庁舎11階)
☎5984-1292
Eメール seishonen03@city.nerima.tokyo.jp



募集する講座

★**ねりま遊遊スクール**(子ども・親子対象)
テーマ 体験・発見・創作・感じる・学ぶ



★**すまいるねりま遊遊スクール**(主に知的障害のある小中学生と保護者対象)
テーマ 遊び・体験・交流を通しての成長・発達



★**子育て学習講座**(大人対象)
テーマ 子育て・教育

★**子供安全学習講座**(子ども～大人対象)
テーマ 安全・安心・防犯

★**ねりまイクメン講座**(父親・父子対象)
テーマ 父親の育児や家事参加

申し込み方法など

▶**募集団体:**次の①～③のいずれかに当てはまる団体

- ①区内の小中学校のPTAや幼稚園・保育園などの保護者会
- ②練馬区生涯学習届出団体
- ③代表者が区内在住・在勤(在学)の20歳以上の方で、主に区内で活動している団体

▶**開催場所:**区立施設など

※ねりま遊遊スクールのみ、区外での開催も可。

申区HPや図書館(南大泉図書館分室を除く)、体育館、青少年館、青少年課などにある募集のしおりをご覧の上、5月30日(必着)までに育成支援係へ ※申し込み多数の場合は、審査の上、抽選。

説明会

初めて応募する団体は参加してください。①5月14日(水)午前10時30分～11時30分②5月16日(金)午後6時30分～7時30分場区役所本庁舎19階定各20名(先着順)申電話または電子メールで①説明会(①②の別も)②氏名③電話番号を、5月7日(水)までに育成支援係へ ※②はオンラインでも配信します。詳しくは、区HPや募集のしおりをご覧ください。



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

◆**ハワリンバヤル2025(モンゴルの春祭り)**①5月4日(祝)午前11時～午後5時、5日(祝)午前9時～午後4時場が丘公園けやき広場内モンゴル料理の販売、民族音楽の演奏など実行委員会☎090-1662-2383

◆**ラケットテニス春季大会「個人戦2025」**①16歳以上の方②5月25日(日)午前9時～午後3時場総合体育館￥1,000円申電話でねりまラケットテニス協会・山田☎090-9134-9811

◆**ねりまのねり歩き(④国史跡下野谷遺跡と千川上水コース⑤北町・二つの富士塚コース)**①5月18日(土)午前9時20分西武新宿線東伏見駅集合～富士見池～国史跡下野谷遺跡～午後0時30分スーパークリア解散(約5km)②24日(土)午前9時20分東京メトロ有楽町線地下鉄赤坂駅集合～氷川神社富士塚～下練馬の富士塚～午後0時30分東武東上線東武練馬駅解散(約4km)定各15名(抽選)￥500円申往復ハガキで①催し名(④⑤の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、5月2日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1ねりま観光案内所☎3991-8101

◆**労働セミナー「男性育休取得率100%が職場を強くする!男性『育業』で実現する令和の職場改革」**

①6月3日(火)・4日(水)午後2時～4時場東京都労働相談情報センター池袋事務所(豊島区東池袋4-23-9)開(株)日本ギャップ解研究所所長／塚越学定各70名(先着順)申同センター池袋事務所☎5954-6501

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HPをご覧ください。申育成支援係☎5984-1292

ねりま遊遊スクール

◆**お箏(こと)をさわってみよう**対小中学生①5月10日(土)午後1時～3時場高野台地域集会所定10名(先着順)￥500円申電話で柿原邦楽の会・井上☎090-8304-3862

◆**お名前上手に書きましょう～ボールペン・鉛筆・筆で字を書いてみよう**対小学1・2年生と保護者①5月11日(日)午前10時～正午場春日町地域集会所定20名(先着順)申電話で練馬春日町書道会・磯崎☎090-6185-4361

◆**石神井川で底生生物を観察しよう!**対小学2～6年生と保護者①5月25日(土)午前10時～正午場茜歩道橋付

近の石神井川定20組(先着順)￥1人500円申電話でしまえん水と緑の公園で遊び会・岡田☎090-5790-3656

◆**親子でバランスボール**対3歳児～小学3年生と保護者①5月25日(土)午前10時～11時場陽光が丘区民センター5階定12組(先着順)￥1組500円申電話でコレット・石本☎090-7295-2999(平日午前9時～午後5時)

◆**0歳からの親子で楽しむおとあと一緒に**対未就学児と保護者①6月3日(火)午前10時30分～11時30分場ココネリ3階定80名(先着順)￥1人500円(2歳未満は無料)申電話でおとあと一緒に研究室事務局☎050-6879-3268(平日午前10時～午後5時)

◆**スポーツなど**申A電話でSSC平和台☎5921-7800(午後5時～8時)B C E F 当日会場へ申電話で日本ティーボール協会練馬区連盟・庄司☎090-3517-2021(午後5時～8時)※未就学児は保護者同伴。※BD～Fは保護者の参加も可。

A 平和台体育馆定小学1～3年生①5月10日(土)午前10時～正午内かけっこ定30名(先着順)

B 上石神井体育馆定4歳児～小学生①5月17日(土)午前9時～正午内トランポリン、とび箱など定40名(先着順)￥100円

C 光が丘体育馆定小学生①5月17日(土)午前9時～正午内バレーボール定

30名(先着順)￥50円

D 大泉学園町希望が丘公園定5歳児～小学4年生①5月17日(土)午前9時～午後1時内ティーボール定40名(先着順)￥100円

E 大泉学園町体育馆定3歳児～中学生①5月17日(土)午前9時30分～11時30分内トランポリン、ドッジビーなど定30名(先着順)￥50円

F 桜台体育馆定5歳児～中学生①5月24日(土)午前9時～10時②午前10時～11時45分③午前10時45分～11時55分内ダブルダッチ④スラックライン⑤モルックなど定各20名(先着順)￥100円(保護者のみ)

G 5月の水泳ワンポイントレッスン定4歳児～中学生※小学3年生以下のお子さんは水着を着用した保護者同伴。①5月17日(土)②24日(土)午前9時～11時③三原台温水プール、平和台体育馆④上石神井体育馆、光が丘体育馆、中村南スポーツ交流センター内時間内に来場したお子さんに指導者が助言※2時間の講座ではありません。￥100円(保護者のみ)水着、水泳帽申当日会場へ

子育て学習講座

◆**講演会「④褒め怒り上手⑤聴き上手⑥悩み上手⑦寄り添い上手になる方法」**対子育て中の保護者、子育て支援に携わる方①5月15日(木)②6月5日(木)③24日(木)④7月1日(木)午前10時～

正午場ココネリ3階定各200名(先着順)￥500円申電話でこねくとういす事務局☎070-8441-8008(平日午前9時～午後5時)

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、④4月30日⑤5月7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。

◆**豊玉錦公園**(豊玉中4-5-5)①5月5日(祝)午前9時～正午(雨天中止)申〒176-0013豊玉中3-28-15-406 豊玉西町会☎090-4427-5902(先着30店)問い合わせは午後6時30分～8時)

◆**こぶし公園**(富士見台3-53-1)①5月11日(日)午前10時～正午(雨天中止)申〒177-0034富士見台3-62-13-203リサイクルおでだまや☎090-6496-5366(先着20店)

朝・夕・青空市

◆**光が丘IMA南館前**①4月27日(日)午前10時～午後3時場富永☎090-4374-3888

献血にご協力を

◆**光が丘公園けやき広場**①4月29日(日)午前10時～正午・午後1時30分～4時場東京都赤十字血液センター武藏野出張所☎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。

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 0120-18-3216

東京都練馬区練馬2丁目19-3練馬三角ビル1F(株)サーバイ

庭木1本から承ります!



お客様へのお約束

庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

「ねりま区報」をご覧の方に

生垣の剪定
長さ1m 高さ2m
通常2,200円を
初回限定 先着10名様
1,100円!
(税込)

宮 9:00～17:00
ガーデンエクスプレス
カタカラ(東証スタンダード上場会社)グループ
練馬区土支田3-19-12
東京中央支店
03-5933-2811

8 令和7年(2025年)4月21日 ねりま区報

全米植物画家
協会企画

Botanical Art Worldwide

牧野記念庭園が
日本会場に！

入場無料 企画展

世界に向けて 日本の有用植物 ～植物に感謝～

全米植物画家協会が企画する「Botanical Art Worldwide (世界に広がるボタニカルアート)」が世界31の国と地域で開催されます。日本会場となる当園では、国内外で活躍する日本人アーティストによる、日本の伝統的な作物などを描いた作品を展示します。

【前期】
4/23水～5/25日

【後期】
5/30金～6/30月
9:30～16:30

※火曜休園(ただし、4/29祝、5/6休)は開園、4/30(水)、5/7(水)は休園。
※前期と後期で展示作品が変わります。

関連イベント

申し込み方法など詳しくは、同HPをご覧ください。

5/18日 「Botanical Art Day」～ボタニカルアートに触れよう!

企画展に出品されたアーティストたちから、ボタニカルアートについて学びます。

催し名など	対象	時間	定員(先着順)
葉っぱのスタンプ	小学生以上	10:00～11:00・11:00～12:00・13:00～14:00・14:00～15:00	各4名
野菜を描く	中学生以上	10:00～12:00・13:00～15:00	各4名
葉を描く 持水彩絵の具など	ボタニカルアート経験者	10:00～12:00・13:00～15:00	各4名



5/3祝・6/22日 アーティストトーク

企画展に出品されたアーティストたちから、作品の制作背景について伺います。日5月3日祝、6月22日(日)午前10時30分～11時10分各20名(先着順)

6/8日 講演会「植物図のエッセンス」

日6月8日(日)午後2時～3時30分講ボタニカルイラストレーター／梅林正芳定20名(先着順) ※オンラインでも配信します。詳しくは、同HPをご覧ください。

4/24は牧野富太郎博士の誕生日!

来場者にポストカードをプレゼント

日4月24日(木)午前9時30分～午後4時30分

※なくなり次第終了。



ムジナモの図 牧野富太郎 所蔵 高知県立牧野植物園



壮年の牧野富太郎
所蔵 牧野一淳氏

場所・問合せ
牧野記念庭園 6904-6403

**ムジナモ展示を開始！
～記念講演会を行います**

ムジナモは、牧野博士が国内で初めて発見し、今年羽生市で野生復帰したことが話題になった水生植物です。羽生市ムジナモ保存会提供のムジナモを4月26日(土)午前11時から展示します。これを記念し、同会会長の野中孝一さんと顧問の尾花幸男さんからお話を伺います。日4月26日(土)午前11時～正午定25名(先着順)申4月25日(金)までに同HP

歌で祝う誕生日～庭園スタッフと歌おう！

日4月24日(木)午前10時30分～11時、27日(日)午後2時30分～3時(雨天中止)申当日会場へ



昨年の様子



ムジナモ 提供 羽生市立郷土資料館