

回 覧 仲 二 町 会

部										班		
月/日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
⑩	総 務	部 長	ブロッ ク長	班長								
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

月日には次の会員へ届けた月日を必ず記入し、・の欄には押印もしくはサインをしてください

主な内容

成人式記念日贈呈品申込書（締切日は12月20日です）

年末年始の資源回収・ごみ収集のお知らせ・・・ 練馬区清掃事務所

フレイル予防アプリ「フィット&ジョー」のお知らせ・・・ 練馬区高齢者対策課

「はつらつシニアクラブ」のご案内・・・ 練馬区高齢者対策課

大江戸線延伸ニュース第26号・・・ 練馬清掃事務所

歳末たすけあい運動・地域福祉活動募金・・・ 練馬区社会福祉協議会

ねりま社協だより Vol.176・・・ 練馬区社会福祉協議会

氷川台地区区民館だより「かいわり12月号」

各学校だより

開四中すすしろ、仲町小だより、開四小だより

○歳末特別警戒「年末パトロール」を行います

12月28日(木)29日(金)開催予定です。会場などでは次号にてお知らせ致します。

○町会内定期清掃 12月 3日(日)

自宅前の道路清掃をお願い致します

12月の資源リサイクル回収日

8日(金)・22日(金)

◎リサイクル回収に関することは玉川商店03-3993-5550へ

回覧

仲二町会
令和5年11月吉日

新成人祝贈呈

今年度20歳になられる新成人の方々とご家族の皆様、おめでとうございます。心よりお祝い申し上げます。

仲二町会からささやかではございますが、お祝いの品をご用意しました。今回は郵送でお祝いを送らせていただきますので、下記の申込表に必要事項をご記入し、お申し込みください。

該当の方は平成15年(2003年)4月2日から平成16年(2004年)4月1日の間にお生まれになった方です。なお、練馬区の方針に基づき、今年度20歳になられる方々を新成人とさせていただきます。

回覧へのご記入を希望されない方は担当の文化部まで直接お申込みいただいても構いません。ご不明点等ございましたら、下記問い合わせ先にご連絡ください。宜しくお願い致します。

＊問い合わせ先＊

住所:〒179-0084 練馬区氷川台 4-46-5

TEL:03-3933-4017

仲二町会文化部 島野



＊各班長さんはお手数ですが、申込表を地区部長までお届けください。

締め切りは12月20日です。

申込表

本人氏名	宛先氏名	住所	生年月日

※なお、お届けいただいた個人情報は適正に使用、管理し、お祝いの贈呈が済み次第破棄致します。

無料

練馬区フレイル予防アプリ 「フィット&ゴー」



©2011
練馬区ねり丸

※フレイルとは、加齢によって心と体の働きが弱くなってきた状態のことを指します。
※健康マイレージアプリのインストールが必要になります。

「フィット&ゴー」を始めませんか？

Step
1



歩数や睡眠時間・血圧
などを記録

Step
2



フレイル予防アドバイス
やイベント情報が届く

Step
3



フレイル予防に
取り組む

～～参加方法はこちら～～

※参加費は無料ですが別途通信料はご負担いただきます 動作対象OS: iOS14以上、Android9以上

1. アプリのダウンロード（裏面に続きます）

スマホのカメラで下記QRコードを読み取ってください。



Google PlayストアまたはApp Storeで
「健康マイレージ」と検索をして
ダウンロードすることも可能です

アプリダウンロードの手順

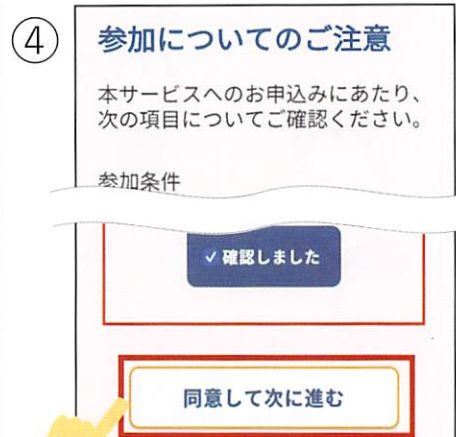
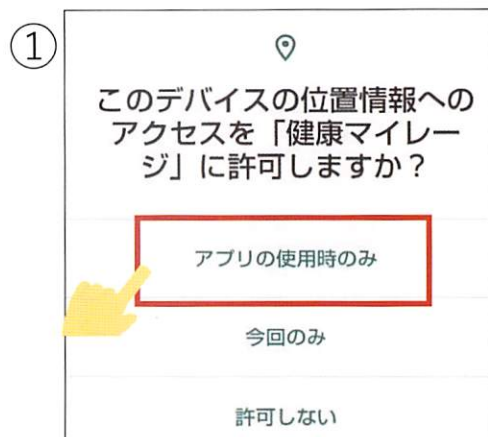


2. 新規登録

- ① 「健康マイレージ」を起動します。いくつか許可を求められるので、全て「許可」を選択します。

※iPhoneのみ:「ヘルスケア」のアクセスを許可します

- ② 「新規登録」をタッチします。「団体コード」に「neri」(半角小文字)を入力して「次に進む」をタッチします。
- ③ 「所属団体」の中からお住まいの地域をお選びください。
- ④ 参加についてのご注意の内容を確認して「確認しました」をタッチしてから、「同意して次に進む」をタッチします。
- ⑤ 利用規約を最後まで確認し「同意して進む」をタッチします。



- ⑥ 歩数計測機器は「スマホアプリ」をタッチしてから、自身の携帯電話番号を入力して「認証コードを送信する」をタッチします。
- ⑦ 入力した携帯電話番号にメッセージ(SMS)が届きます。メッセージに記載されている「認証コード」をコピーします。※メモに書き写し、一文字ずつ入力することも可能です。
- ★この認証コードは初回ログイン時にも必要です
- ⑧ 「健康マイレージ」を開いて、コピーした「認証コード」を貼り付けてから「認証する」をタッチします。
- ⑨ 性別や生年月日の情報を入力後「次に進む」をタッチします。



※ユーザー情報の設定例

ログインID: 4文字以上の半角英数字

例 0915h(誕生日+ローマ字)

パスワード: 8文字以上の半角英数字

例 hanako1234(名前+数字4桁)

ニックネーム: アプリ上で使用するお名前です

例 ハナちゃん

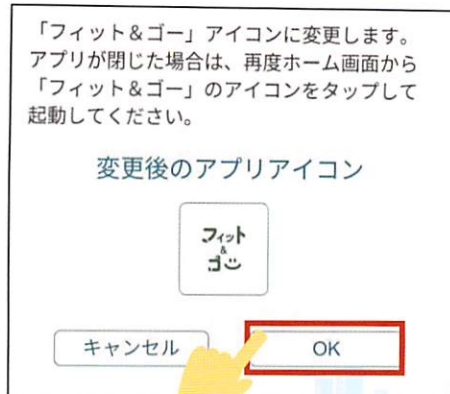
★ログインIDとパスワードはメモしておきましょう

- ⑩ 内容を確認し「上記に同意してこの内容で送信する」をタッチします。これで参加者申込み完了です!

3. 初回ログイン

- ① ホーム画面にある「健康マイレージ」のアイコンをタッチして起動します。
- ② 先ほど設定したログインIDとパスワードを入力し「ログイン」をタッチします。
★認証コードは、2.⑦と同じ数字を入力してください
- ③ アプリアイコン変更について、「OK」をタッチします。
- ④ アプリが閉じた場合は「アイコン」をタッチしてアプリを起動します。
- ⑤ メイン画面が出れば、ログイン完了です！

③



④



⑤



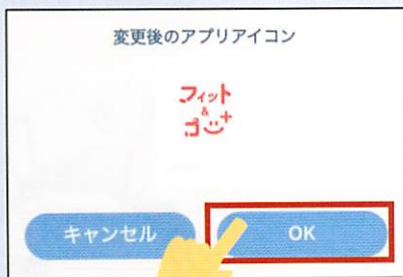
4. フレイル推定AI設定

あなたに合わせた
健康アドバイスが届きます！

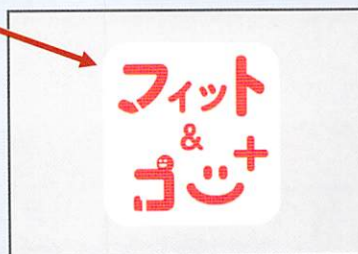


- ① 「フィット&ゴー」ホーム画面上の「ハートアイコン」をタッチします。
- ② 「健康マイレージプラス」アプリの案内ページのあとに表示される、Google PlayストアまたはApp Storeのボタンをタッチします。
- ③ アプリをインストール後「健康マイレージプラス」アプリを開きます。
- ④ アプリアイコン変更について、「OK」を選択します。
- ⑤ アプリが閉じた場合は「アイコン」をタッチしてアプリを起動します。

④

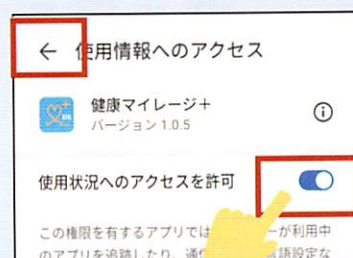


⑤



- ⑥ 「けんこう機能」の説明ページが表示されます。
「次へ」→「使用開始」をタッチします。
- ⑦ 利用同意の内容を最後まで確認し「はい」をタッチします。
- ⑧ Androidは「身体活動データ」、iPhoneは「ヘルスケア」へのアクセスについて「許可」します。
- ⑨ ※Androidのみ
使用状況へのアクセスを許可します。
・画面上で「健康マイレージ+」を選択後
「使用状況への許可」をタッチします。
・「戻る」ボタンをタッチして「健康マイレージ+」
のアプリ画面に戻ります。

⑨



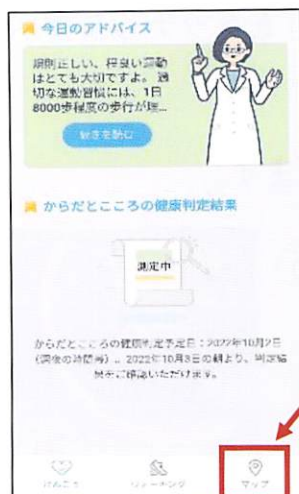
裏面に続きます!!

5. マップ機能の設定

練馬区内のイベント情報
を確認できます！



①



- ① 「フィット&ゴー+」アプリのホーム画面右下のマップアイコンをタッチします。
- ② 「マップ機能」の説明ページを確認し、「次へ」→「使用開始」をタッチします。
- ③ 利用同意の内容を最後まで確認し「はい」をタッチします。
- ④ 位置情報について、アプリの案内に従って「許可」をタッチします。

※機種によりダウンロード手順が異なる場合がございます

これで、登録完了です!!

おすすめポイント

1. 練馬区内のおでかけ
イベント情報が**みつける!**
2. アプリ利用やイベント参加
で交流が**できる!**
3. こころとからだの状態が**わかる!**

多くのサークル
やイベントに
参加した、
上位100名に
ねりコレ商品を
プレゼント!



公式ページ

※練馬区のHPに遷移します

練馬区内のドコモショップで
インストールサポートを実施中です
※ドコモ以外のスマホをお持ちの方も対象です



©2011
練馬区ねり丸

練馬区スマートフォン事業コールセンター

☎ 03-6700-5133

営業時間: 月曜日～金曜日 9:00～17:00(土日・祝、年末年始はお休み)

メール: nerima.sumaho@kenko-mileage.docomo.ne.jp

【事業主体】練馬区高齢社会対策課

体力測定会

はつらつシニアクラブ

～「はつらつ度」測定します～

体組成（脂肪や筋肉の量など）・血管年齢・骨の健康度などの測定やフレイルチェックなどを行い、アドバイスをします。また、運動や文化活動など近隣で活動している団体の情報提供も行います。

日 時 令和5年12月13日（水）

午前9時30分～12時（受付終了11時）

※受付時間は電話申込時に指定します

会 場 平和台体育館・2階

（平和台2-12-5）

対 象 65歳以上の区民の方

定 員 50名（先着順）

参加費 無料

持ち物 運動靴など上履き、水分補給の飲み物、
筆記用具、必要な方は眼鏡

その他 動きやすい服装でお越しください

申込み 12月2日（土）午前11時から



【申込先】スポーツクラブネサンス石神井公園

☎03-5910-3975

受付時間：金曜日を除く午前11時～午後7時

【交通案内】

(東京メトロ有楽町線・副都心線) 平和台駅2番出口から徒歩15分
 (東武東上線) 東武練馬駅南口から徒歩20分
 (西武池袋線) 練馬駅から「国際興業バス」練馬北町車庫行で平和台一丁目下車1分
 練馬駅から「国際興業バス」赤羽駅西口行で平和台二丁目下車5分
 (都営大江戸線) 光が丘駅から「国際興業バス」池袋駅東口・練馬北町車庫(平和台郵便局経由)行で平和台二丁目下車5分/光が丘駅から「国際興業バス」練馬北町車庫(錦団地経由)行で平和台一丁目下車1分

※駐車場は有料

利用時間：午前8時30分～午後9時30分

利用料金：最初の1時間200円。以後30分ごとに100円。

駐車可能台数：15台(うち2台は障害者専用スペース)



当日の流れ

①受付

申込時に指定された受付時間にお越しください。
 生活機能の低下の有無を確認する「健康長寿チェックシート」等に記入いただきます。

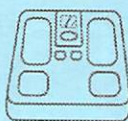
記入後、血圧測定を行い、**体調に問題がない方のみ測定を実施します。**



②測定

- 体力測定
(握力、開眼片足立ち、5メートル通常歩行など)
- 体組成測定
(身長、体重、BMI指数、体脂肪率、筋肉量、推定骨量、内臓脂肪レベル、基礎代謝、体内年齢、体水分率)
- 血管年齢測定
- 骨の健康度測定(骨硬度)

※ペースメーカー使用の方は一部の測定ができません。



③アドバイス

測定記録をもとに結果説明と個別アドバイスを行います。

また、地域包括支援センター職員が、地域活動団体や介護サービスの紹介等、総合的な支援を行います。



【問合せ】練馬区 高齢社会対策課 介護予防係

☎03-5984-2094

大江戸線延伸ニュース

発行：大江戸線延伸促進期成同盟(練馬区大江戸線延伸推進課) ☎03-5984-1564 FAX03-5984-1226



補助230号線大泉町二丁目地区の地区計画を都市計画決定しました

大泉町二丁目地区では、令和元年5月に設立したまちづくり協議会のもと、大江戸線の延伸と補助230号線の整備を見据えたまちづくりについて検討し、令和5年6月に、新たなまちづくりルールとなる地区計画を都市計画決定しました。

これにより、大江戸線延伸地域における一連のまちづくりとして、**大江戸線の導入空間となる補助230号線沿道のすべての地区で地区計画の決定と用途地域の変更が完了しました。**

引き続き、大江戸線の延伸を見据えたまちづくりを進めていきます。



延伸地域の魅力を発信するマルシェを開催します!!

令和5年3月、東京都は副知事をトップとする「大江戸線延伸にかかる庁内検討プロジェクトチーム」を設置し、関係局が一丸となって、スピード感を持って検討を進めています。また、都と区による実務的協議も、今後、事業費全体における経費の在り方など、事業化に向けて具体的な検討を進めることとしています。大江戸線の延伸が、着工に向けて具体的に動き始めています。

練馬区では、延伸の機運をさらに加速するため、延伸地域の魅力を発信するイベント「マルシェ de 延伸 大江戸線」を開催します。延伸地域で生産されたとれたて野菜、ねりコレ認定品のお菓子やお弁当等の販売など、美味しい魅力にあふれたイベントです！

ぜひご来場いただき、たくさんの美味しい魅力に触れてみてください！



※画像はイメージです

マルシェの詳細は裏面へ





大江戸線延伸
地域には美味しい
魅力がいっぱい!!

12/6日水▶12/7日木
10:00~14:00
練馬区役所本庁舎 1階アトリウム

※出店者によっては、出店時間が変更になる場合がございます。
※商品によっては、売り切れる場合がございます。

大江戸線 マルチE延伸

参加店MAP



※各店舗等の位置は、目安です。

商品購入した方には、
オリジナルコットンバッグを
プレゼント!



©2011 練馬区ねり丸



出店予定者 (変更になる場合がございます)

12/6(水)

12/7(木)

① 五十嵐農園
(土支田 1-35-17)

〔農産物〕※1

② かとちゃんファーム
(大泉学園町 2-27-59、同 3-18)

〔お菓子〕

大泉パティシエクラブ※2

大泉パティシエクラブ※2

〔お弁当等〕

③ かしわざき
(大泉町 4-34-5)

④ Chinese Tapas hachi
(大泉学園町 1-1-9)

⑤ Kitchen まんま屋
(大泉学園町 6-18-43)

⑥ La 毛利
(大泉町 1-54-11)

※1 ⑦ 村田農園 (大泉町 1-51-2)、⑧ 田中農園 (西大泉 2-8-33) も出店予定

※2 大泉パティシエクラブ

⑨ あわ家惣兵衛
(大泉学園町 7-2-25)

⑩ パティスリープラネッツ
(大泉学園町 5-8-20)

⑪ 和菓子大吾
(大泉学園町 6-28-40)

⑫ ナカタヤ
(大泉学園町 7-19-11)

⑬ 栄泉
(大泉学園町 1-12-2)

⑭ 西洋菓子おだふじ
(東大泉 2-34-1 オズスタジオシティ 1F)

主催：大江戸線延伸推進会議

(大江戸線延伸促進期成同盟・一般社団法人練馬産業連合会・東京商工会議所練馬支部・練馬区商店街連合会・公益社団法人練馬東法人会・公益社団法人練馬西法人会・東京あおば農業協同組合・練馬区町会連合会・光が丘地区連合協議会)

お問い合わせ先：練馬区大江戸線延伸推進課

電話：03-5984-1564 メール：ENSHIN@city.nerima.tokyo.jp

歳末たすけあい運動

歳末たすけあい運動は、共同募金の一環として実施されています

令和5年度

「歳末たすけあい・ 地域福祉活動募金」

つながり ささえあう みんなの地域づくり



「枯れ葉のワルツ」 大志田 洋子 Artbility ※この作品は障害者アーティストによる作品です

<https://www.tokyo-akaihane.or.jp>

お寄せいただいた募金はこの地域の福祉活動に使われます。
詳細は赤い羽根データベース「はねっと」でご覧いただけます。

歳末たすけあい運動とは

毎年12月に「共同募金運動」の一環として、地域の社会福祉協議会が中心となって実施しています。この運動は、戦後の混乱期に、市民のたすけあいの精神により、生活に困窮する人々に対する物資の持ち寄り運動として始まりました。その後、時代や福祉課題の変化に応じながら、地域での安心・安全な暮らしを支えるための貴重な募金として、様々な取組みに活用されています。

孤立した高齢者を狙う悪徳商法や、子どもの安全を脅かす様々な事件。多発する地震などの自然災害。現在、地域の中には、公的なサービスや制度だけでは解決されない問題が山積しています。大都市東京においても、改めて「地域のつながり」を再生させ、身近な地域で支えあう「地域の福祉力」を高めていくことが求められています。歳末たすけあい運動にお寄せいただいた募金は、そのような地域に根ざした福祉活動を進めるために、有効に使わせていただきます。

◆募金の使いみち

みなさんからお寄せいただいた募金は、この地域の「地域福祉活動費」や「見舞金」として配分されます。

「地域福祉活動費」は、地域の生活課題に応じて、下記枠内のような取組みに配分されます。

「見舞金」は、寝たきり高齢者や認知症高齢者を自宅で介護される世帯や、支援を必要とする世帯などへ配分されます。

- 地域の縁側として誰もが気軽に集まれる「ふれあい・いきいきサロン」
- 小学生の登下校時やひとり暮らし高齢者への「見守り・声かけ活動」
- 町会・自治会単位など、小地域でのささえあい活動

- 地域に根ざしたボランティア団体や福祉団体の行事や活動への助成
- 災害ボランティア養成講座など、地域住民を対象とした講座や研修会の開催
- 生活上の困りごとを支えるきめ細かな在宅福祉サービスの展開 など

令和4年度の東京都全体の配分実績総額は3億8,021万円で、内訳は「地域福祉活動費」が3億2,774万円、「見舞金」が5,247万円でした。区市町村ごとの募金の使いみちは、赤い羽根データベース「はねっと」(<https://www.tokyo-akaihane.or.jp>)で検索いただけます。

見舞金
(13.8%)

地域福祉活動費
(86.2%)

◆地域福祉活動費を活用した都内の取組み事例

北区 ひとり親世帯応援事業

ひとり親世帯を応援するための交流事業として、夏休み親子バスハイクのほか、ひとり親ならではの悩みを話し合う事が出来る交流会等を実施しています。

参加された方からは「この事業に参加して、夏休みの思い出が作れました」「久しぶりに親子でゆっくりとした時間が過ごせました」など、大変ご好評をいただいております。

八丈町 給食サービス事業

八丈町社会福祉協議会では、島内各地域の方々にご協力いただきながら、週に1度、安否確認を兼ねて、在宅高齢者宅へお弁当を配食する給食サービス事業を実施しています。

令和4年度は、歳末たすけあい運動の配分金を事業費の一部として利用させていただき、約4,400食のお弁当をお届けすることができました。

◆募金が配分されるまで

配分計画・

募金目標額の決定(5月)

あらかじめ配分計画を立て、その計画の実施に必要な募金目標額を定めます。

募金活動の実施

(12月1日～31日)

協力者による各家庭への訪問や、自治会・町会等を通じた募金用封筒の回覧などが行われます。社会福祉協議会の窓口でも募金を受け付けています。

募金の配分

「見舞金」は募金年度内の12月～1月に配分されます。「地域福祉活動費」は翌年度の4月に配分され、1年間の取組みに活用されます。

◆歳末たすけあい運動に対する寄附金の税制上の優遇措置

共同募金運動の一環である「歳末たすけあい運動」への寄附には、税制上の優遇措置があります。税制上の優遇措置を受けることを希望される場合は、地域の社会福祉協議会にご連絡ください。

税制上の優遇措置の内容 ※詳しくは東京都共同募金会までお問合せください。

〔個人の場合〕	所得税の寄附金控除、寄附金税額控除および住民税の寄附金税額控除の対象になります。 ○所得税に係わる寄附金控除額(下記①、②のいずれか) ①所得控除 寄附金額(年間所得の40%を限度とする額)－2千円 ②税額控除(寄附金額－2千円)×40%＝所得税額からの控除額(所得税額の25%が限度) ※「所得控除」とは、寄附者のその年分(1月～12月)の課税対象となる所得から、該当される額が控除されることをいい、「税額控除」とは、納付すべき税の額から該当する金額が控除されることをいいます。 ○住民税に係わる寄附金税額控除額 [寄附金額(年間所得の30%を限度とする額)－2千円]×10%
〔法人の場合〕	株式会社などの法人の寄附は、法人税の算出にあたり寄附額を「全額損金」とすることが出来ます。

(お問合せ)

社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会
〒176-0012 練馬区豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階
TEL 03-3992-5600

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
〒162-8953 新宿区神楽河岸1-1
TEL 03-3268-7186

社会福祉法人 東京都共同募金会
〒169-0072 新宿区大久保3-10-1 東京都大久保分庁舎201
TEL 03-5292-3181

氷川台地区区民館だより

2023年

かいわい

12月号

●ホームページからも部屋の空き状況や催しの日程などが確認できます
(<https://www2.pf489.com/nerimaChiiki/web/>)

©2011 練馬区ねり丸

氷川台2-16-14
TEL 3932-3656
FAX 3932-2065

お正月飾りを作ろう

水引を贅沢に使ったちょっぴり
モダンなお正月飾りを作りませんか

12月14日(木) 午前10時～正午 多目的室

対 象：一般・高齢者

定 員：16名（定員を超えた場合抽選・地域の方優先）

参加費：500円

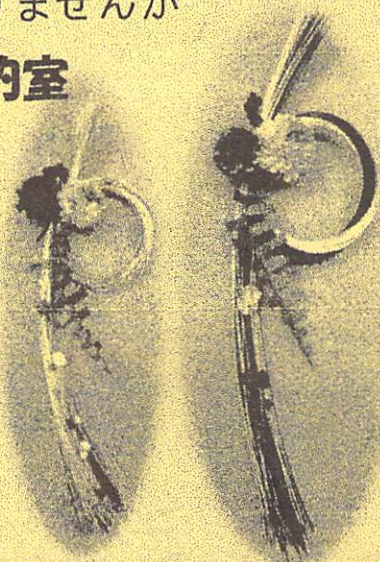
持ち物：なし

申込方法：11月29日（水）～12月6日（水）

午前10時～午後5時（日曜日を除く）

事務室にて受付いたします。

ご本人がお申し込みください。



光るオーナメントと

飛び出すツリー

12/7(木)

午前10時～正午
ロビー

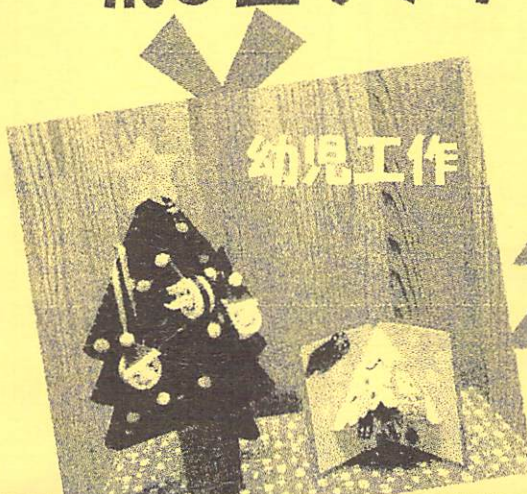
対 象：幼児とその保護者

定 員：25名（先着順）

参加費：無料

持ち物：なし

申 込：当日受付



LED ライトで作る可愛いオーナメントとツリーが飛び出すカード

季節のフオトスポット

お友達と一緒に写真を撮りませんか？

12月7日(木)～

12月25日(月)

午前10時～正午

(土・日曜日を除く)

ロビーにて

対象:どなたでも



お琴演奏会

松浪千紫先生をお迎えしてのお琴コンサートを開催します。皆様お楽しみに！

2024年

1月27日(土)

午前11時～

詳細は次号かいわりで♪

廃食用油回収します

16日(土)午前9時～正午

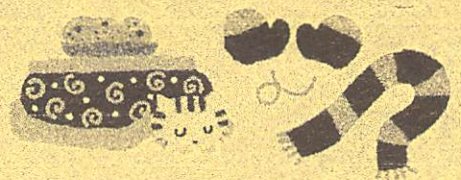


当館入口の回収ボックスに入れてください。ペットボトルに入れ替えてお出してください。

冬の節電にご協力を

夏にご協力いただいた節電ですが、冬も引き続きよろしくお願いいたします。

設定温度の上げ過ぎに気をつけ、館をご利用の際は各自着衣を一枚多く着込むなどして調節をしてください。皆様のご協力をお願いいたします。

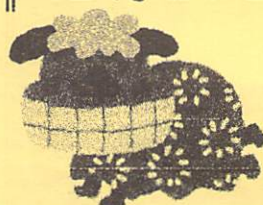


お休みします

12月17日(日) 館内清掃

12月29日(金)～1月3日(水)

年末年始



ひかわだいちくくみんかん
しょうがくせい

ひかわだいちくくみんかん
しょうがくせい 12 がつのよてい



よみきかせ



12月19日(火)

かいぎ室

ここ3時~3時30分

ボランティアの方による

絵本のよみきかせです。

こどもこうさく



12月20日(水)

たもくてき室

ここ2時~4時

なにをつくるかは、おたのしみ

に...

おてだまあそび



12月27日 (水)

かいぎ室

ここ2時30分~4時30分

おてだまめいじんがおしえて

くれます。

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
					あそべるじかん 5:00 まで	あそべません
4	5	6	7	8	9	10
					あそべるじかん 5:00 まで	あそべません
11	12	13	14	15	16	17
					あそべるじかん 5:00 まで	あそべません
18	19	20	21	22	23	24
	★よみきかせ 3:00～3:30	★こども工作 2:00～4:00			あそべるじかん 5:00 まで	あそべません
25	26	27	28	29	30	31
		★おてだま あそび 2:30～4:30		12月29日(金)から 1月3日(水)まで ちくくみんかんは、おやすみです。		



こどもだより



にこにこお楽しみ会

対象：就学前のお子さんとその保護者

時間：12月22日（金）

午前10時30分から（30分くらい）

場所：音楽室

内容：絵本や手あそびなど、親子のふれあい

定員：10組（先着順）

申込：12月5日（火）から（土曜・日曜を除く）

平日午前9時から午後5時まで

事務室に本人がお申込みください。

ドレミのおへや♪



日時：1月11日（木）

①ぼかぼかルーム 午前9時30分から（30分程度）

②わくわくルーム 午前10時10分から（50分程度）

場所：音楽室 参加費：無料

定員：各10組（先着順）

申込：どちらかのルームを選び、

12月19日（火）から（土曜・日曜・祝休日を除く）

午前9時から午後5時までに事務室窓口へ、

本人がお申し込みください。



にこにこ

対象：0歳から3歳までの乳幼児と保護者

時間：火曜・木曜日 午前10時～正午

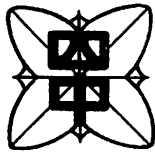
場所：学童クラブ室

*今月のにこにこ誕生会は

12月19日（火）11時から

※12月26日（火）～1月9日（火）までお休みします。

月	火	水	木	金	土	日
おやこ広場 対象：就学前のお子さんとその保護者 時間：月曜～金曜（祝休日を除く）午前9時～正午 場所：ロビー ほか ※ 小学校の冬休み期間中、ロビーの日は、児童と共用になります。				1	2	3
				おやこ広場 ロビー 		
4	5 にこにこ	6	7 にこにこ	8	9	10
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 		
11	12 にこにこ	13	14 にこにこ	15	16	17
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー 	 おやこ広場 レクルーム	おやこ広場 ロビー 		
18	19 にこにこ	20	21 にこにこ	22	23	24
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー  にこにこ誕生会	おやこ広場 ロビー 	 おやこ広場 レクルーム	おやこ広場 ロビー 		
25	26	27	28	29	30	31
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 会議室 	おやこ広場 会議室 	おやこ広場 音楽室 	12月29日（金）から 1月3日（水）まで 地区区民館は、お休みです。		



すずしろ

～開拓・発展・完成～

10月 第6号

令和5年10月31日

開進第四中学校だより

校長 田邊克宣

『 感動。』

芸術の秋にふさわしい爽やかな陽光に輝く日。しかしニュースでは、合唱コンクールどころではない世界の国々の情勢が報道され、一方、ここ練馬区では、多くの学校で学級・学年・学校閉鎖となっている状況の中で迎えた10月21日。感染拡大により実施できないかもしれないという、そんな心配が杞憂に終わったことに、まず安堵しながら、無事に開催できる運びとなったこの平和をしみじみと噛みしめ、令和5年度 合唱コンクールが幕を開けました。なにしろ主役である生徒たちが、舞台に上がられなければ意味がありません。生徒たちが自分事として、よく意識して体調管理に務めたからこそ、予定どおりに開催できたのです。この間には、ご家庭でも感染防止にご協力いただいたことと存じます。ありがとうございました。

さて、本番の歌声は、どの学年どの学級も最高の出来映えでした。審査することが苦痛であるほど、それぞれの合唱に良さがあり、聴いていて幾たびも心が震えました。実に素晴らしい。生徒たちは皆、真面目で真剣な姿勢で取り組みました。大切なことは、一生懸命に努力することで得られる真の楽しさを一人一人が知ることです。それに向かって心を一つに合わせた結果として、各クラスの素敵な歌声が体育館中の空気を震わせたのです。聴く者を感動させる、聴く者に生きる力を与える、そんな魔法の歌声を、各学級が披露してくれました。リモートでは感じることはできない生の歌声の中で同じ時間を過ごす、このかけがえのない貴重な行事を、全校生徒と、学年ごとではありましたが保護者の皆様と、そして教職員で共有できたことは、この一年の大きな財産であると、心より思います。

吹奏楽部の演奏もまた、都のコンクールで金賞をとった重厚な楽曲に、スイング感たっぷりのジャズやリズムカルなダンスミュージックと幅広い曲を披露し、会場全体が手拍子で一体となったこの経験は、なにものにも代えがたい、心の宝物です。

実行委員の責任感あふれる仕事ぶりも、特筆に値するものでした。そして、指揮者、伴奏者、パートリーダーの努力に応えた、各学級の仲間たち。開四中生一人一人の存在の大切さが浮き彫りとなり、その絆が創り上げた合唱コンクールは、“金賞”の出来でした。

保護者の皆様には、総勢522名もの方々にご参観いただき、温かい拍手を頂戴いたしました。開四中の伝統がまた一つ、積み重ねられましたことをご報告申し上げるとともに、この場を借りて、厚く御礼申し上げます。

中学3年生の部 優勝 3年D組 市川 伊織

令和5年度合唱コンクール

○1年生の部

演奏順	クラス	曲 目	指揮者	ピアニスト
学年合唱		Let's search for Tomorrow	藤原 天音	小池 帆奈
1	1B	マイ バラード	矢部 瑠七	荒幡 優日
2	1C	COSMOS	原田 優那	角野 暢哉
3	1D	新しい世界へ	古賀 裕菜	津村井 柚乃
4	1E	カリブ 夢の旅	山室 雄聖	宮島 舞
5	1A	怪獣のバラード	谷尾 真子	加藤 明

金賞 1C 銀賞 1D 銅賞 1A

指揮者賞 1D古賀 裕菜 ピアニスト賞 1C小池 帆奈 1C角野 暢哉

○2年生の部

演奏順	クラス	曲 目	指揮者	ピアニスト
学年合唱		大切なもの	椿原 叶望	小田切 明日美
1	2D	HEIWAの鐘	松村 紗弥	川本 航大・何 恵華
2	2B	遠い日の歌	坂東 佑香	内海 悠貴
3	2C	輝くために	大島 世愛	神山 涼華
4	2A	君とみた海	片山 善士郎	海老坂 萌音

金賞 2A 銀賞 2D

指揮者賞 2A椿原 叶望 ピアニスト賞 2A海老坂 萌音

○3年生の部

演奏順	クラス	曲 目		指揮者	ピアニスト
学年合唱		大地讃頌		茅田 暁太郎	松戸 結
1	3D	課題曲	大地讃頌	市川 伊織	伊藤 樹生
		自由曲	青い鳥	武永 ななみ	
2	3C	課題曲	大地讃頌	和知 佑空	円谷 瑞咲
		自由曲	あなたへ旅立ちに寄せるメッセージ	三品 香穂	
3	3B	課題曲	大地讃頌	谷尾 璃子	柘植 真彩
		自由曲	友～旅立ちの時～	栗飯原 優衣	
4	3A	課題曲	大地讃頌	茅田 暁太郎	松戸 結
		自由曲	虹	高田 茜	

金賞 3D 銀賞 3A

指揮者賞 3A茅田 暁太郎 3C三品 香穂 ピアニスト賞 3A松戸 結

○吹奏楽部の演奏

- ・Y O A S O B Iメドレー
- ・喜歌劇「チャルダッシュの女王」セレクション
- ・シング・シング・シング (指揮者 3B藤田 倫太郎)
- ・ディズニーメドレー
- ・オトナブルー

～ 感染症対策徹底のお願い ～

3年生がいよいよ待ったなしの進路選択の時期に入りました。1. 2年生は、後期の活動に意欲をもって取り組み始めました。本校では10月30日現在、主にインフルエンザ等による欠席者が増加傾向にあり、感染拡大予防のために、やむなく学級閉鎖も実施いたしております。

この状況は突発的に起こったものではありません。10/21（土）の合唱コンクールの時点で、すでに新型コロナウイルスとインフルエンザの発症が複数ありました。合唱コンクールから明けた先週に、感染症発症および発熱が増加し、週明けの30日（月）に至っております。この間約2週間。潜伏期間等を勘案すれば、合唱コンクール当日以前から、すでに感染状況が生じていたこととなります。9月早々の学校閉鎖に続き、この季節、2か月に2回の学級閉鎖は、緊急事態と言っても過言ではありません。

保護者、ご家族の方々の感染についても複数の連絡を受けている現在、学校生活を停滞させることなく、生徒が“健康・安全”第一に過ごせるために、どうぞご理解とご協力を引き続きお願い申し上げます。

令和5年度

NO. 8

11月1日発行

11月号

仲町だより



なか よく
ま なぼう
ち からいっばい
練馬区立仲町小学校

秋の行事

校長 米田 典子

11月を迎え、ようやく秋を感じられるようになってきました。しかし、朝夕と昼の寒暖差もあり、インフルエンザなどの感染症防止について気を付けていきたいと思います。

秋というと月が美しく見えると言われますが、10月27日の「十三夜」には、給食にそれにちなんだ「月見汁」がでました。また、10月29日の満月の日には、月の隣に木星を見ることができました。私も初めて二つの星を同時に見ることができ、木星の明るさに驚きました。4年生の理科では「月と星」に関わる学習をしています。また、他の学年の児童も、観察して自然の美しさに触れてもらえるとありがたいと思います。

去る10月7日には、体育発表会を行うことができました。今年は、全学年校庭で互いの表現や短距離走を見合いましたが、終わった後の子供たちの感想を見ると、表現のダンスなどを一生懸命練習してよかったことや短距離走で頑張ったこと、結果が惜しかったことなどが書かれていました。来年度への目標も見られ、秋の大きな行事の一つである体育発表会を通して、一人一人の成長を感じることができました。

6年生の表現では、「こんにちはトランペットメドレー」と「ダンスホール」の曲でマーチングを行いました。放課後や夏休みも、工夫をして練習しました。学校や家庭で短い時間を積み重ねて本当によく頑張ったと思います。他の学年からも、「6年生のマーチングを見ることができてよかった。素晴らしいかった。」という感想がたくさん見られました。仲町小学校の伝統であるマーチング。今年も感動を私たちに届けてくれました。保護者や地域の皆様のご協力に改めて感謝申し上げます。



そして、次の全校での行事は、展覧会です。1学期から準備してきた作品や2学期になって取り組んだ個人の作品、また共同作品もありますので、自他の作品のよさに触れられるように鑑賞の機会を大事にして、学び合いの力も育てたいと考えています。

<展覧会 11月10日(金)、11日(土) 授業の公開はありません>

今年度は、文化的な行事として展覧会を行います。(体育館と各学年の教室の廊下)

保護者やご来賓の皆様には、時間の制限がありますが、ご覧いただき子供たちに励ましの言葉をいただけたら幸いです。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

○保護者鑑賞の時間 10日(金) 15:30~16:15 (最終)(自由鑑賞)

11日(土) 1・2年生保護者 9:15~10:00

3・4年生保護者 10:10~10:55

5・6年生保護者 11:00~11:45

13:00~16:15 (最終)(自由鑑賞)

11月の行事



日	曜	学 校 行 事
1	水	安全指導 児童集会 避難訓練
2	木	
3	金	文化の日
4	土	
5	日	
6	月	放送朝会
7	火	小中連携児童会・生徒会サミット(6年)
8	水	音楽集会
9	木	
10	金	展覧会
11	土	展覧会 給食なし
12	日	
13	月	放送朝会 長縄週間始 移動教室説明会(5年)
14	火	笑顔と学びの体験プロジェクト(5・6年)
15	水	4時間授業 B 時程 (4年4組のみ5時間 研究授業)
16	木	就学時健康診断 3時間授業 給食あり
17	金	長縄週間終 図書ボランティア読み聞かせ(1・2年)
18	土	
19	日	
20	月	放送朝会 個人面談 4時間授業
21	火	個人面談 4時間授業
22	水	個人面談 4時間授業
23	木	勤労感謝の日
24	金	個人面談 4時間授業
25	土	
26	日	
27	月	放送朝会 個人面談 4時間授業
28	火	個人面談 4時間授業
29	水	4時間授業 B 時程
30	木	委員会

笑顔と学びの 体験プロジェクト覧会

11月14日(火)に東京都の「笑顔と学びの体験プロジェクト」事業として、元バスケットボール女子日本代表選手 大崎 佑圭さんをお迎えします。講演と実技指導をしていただく予定です。5・6年生が対象となります。

いじめ一掃撲滅月間

11月は、いじめ一掃撲滅月間です。学校では、この期間にいじめや不登校等の未然防止、早期対応ができるように、学校生活に関するアンケートを実施したり、道徳の授業を中心にいじめ防止に関する授業を行ったりします。ご家庭でもお子様と友達や学校のことについて話す時間を設けていただきたいと思います。何かありましたら、学校までお知らせください。

個人面談

11月20日(月)～28日(火)の期間、全員と個人面談を行います。個人面談の時間は11月2日(木)に配付する手紙でお知らせします。変更などありましたら、担任までご連絡ください。

また、2学期の学習についてお話させていただきます。そのため、2学期通知表の所見欄には、記載しません。ご了承ください。

面談前後の時間を使って児童の振り返りカードにコメントを書いていただきます。筆記用具をご持参ください。

※11月30日(木)に11月分の学納金引き落としがあります。
金額は学年によりか学校ホームページをご覧ください。



令和5年10月31日(火)
練馬区立開進第四小校
校長 関川 健

開四小だより 11月号



充実した秋を迎えて



副校長 中村 明子

2学期当初に比べ、気温も下がり、秋らしく過ごしやすい日々が続いています。児童も学習に、スポーツにと力を注いでいます。10月14日(土)には、PTAの秋のイベントも行われ、たくさんの児童が楽しくクイズやゲームに参加していました。運営していただいたPTAや関係の皆様、誠にありがとうございました。

学校の中を歩いていると掲示物も秋の言葉探し・秋の俳句などの季節を感じるものが多くなってきました。授業の中でも、秋探しをする学習も多く見られます。学校では、先日、1年生が、生活科の学習で秋探しをしたり、城北公園への遠足で秋を楽しんだりしてきました。更に、1年生は、自然のものや探したもので、楽しい作品をこれから作り、思いや考えを広げていきます。

さて、「〇〇の秋」とよく言われますが、皆様にとって秋はどんな季節でしょうか。「スポーツの秋」「食欲の秋」「芸術の秋」等、いろいろ言われますが、私はお店に並ぶぶどうや栗や柿、マツタケなどで、おいしいものが穫れる「実りの秋」を一番実感します。

また、夜の時間も長くなり、落ち着いて読書に取り組める時期でもあります。子供たちにとって、読書活動は大切なものです。「読書活動は、子どもが言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、想像力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていくうえで欠くことのできないものである。」(文部科学省『子供の読書活動推進の取組』より)とされています。11月には、読み聞かせやブックトーク・本の探検ラリー等の読書月間の取組を学校で行います。御家庭でも時間を作り、子供たちと一緒に多くの本に触れる機会を設けてみてはいかがでしょうか。

そして、「芸術の秋」11月は音楽会が行われます。子供たちは、学年や楽器によっては、オーディションを受け、それぞれの担当が決まり、一生懸命練習に取り組んでいます。子供たちは、一人一人が自分の力を出し切ること、みんなが一つになって美しいハーモニーを作ること为目标に取り組んでいます。短い練習時間に集中して、発表を迎えます。ぜひ、子供たちの練習の成果を御覧いただき、当日は、体育館で盛大な拍手を送っていただきますよう、お願いいたします。御家庭でも音楽会について話題にしてください、成長の様子を振り返ってください。皆様の御参観をお待ちしています。



芸術鑑賞教室

文化的行事委員会

10月10日、作曲家の青島広志さんとテノール歌手の小野つとむさんをお招きして芸術鑑賞教室を行いました。「手のひらを太陽に」等のポピュラーな日本の曲から「エリーゼのために」等のクラシックを披露してくださいました。作曲家の話やイラストを交えながら技術力ある素敵なピアノと温かい歌声で美しい音楽を聞くことができました。音楽会に向けて子供たちも奮起するきっかけになったことと思います。

軽井沢移動教室

6年担任

10月4日(水)～6日(金)の間、軽井沢移動教室に行ってきました。みんなで協力して飯盒炊さん・カレー作りをしておいしく食べることができました。また、ベルデの森では、林業体験や自然観察トレッキングを行い、学びながら自然を満喫することができました。カーリングの体験も行い、とても充実した移動教室となりました。移動教室で学んだことを生かして卒業まで頑張っていきます!!

4年生遠足

4年担任

10月17日(火)、素晴らしい秋空の下、4年生が埼玉県の日和田山に遠足に行ってきました。昨年度よりもきつい山登りとなりましたが、自然の中でたくさんのものを発見したり、友達と声をかけ合ったりしながら、楽しんで登り切ることができました。頑張った分、お弁当を食べる子供たちの笑顔もはじけていました。また、良い思い出ができました。

1年生遠足

1年担任

10月19日(木)、秋晴れの中、1年生は城北中央公園に遠足に行ってきました。公園では、まず、オリエンテーリングを行いました。グループの友達と協力しながら楽しく全てのポイントを回ることができました。その後秋遊びや、遊具遊び、鬼ごっこなど体をたくさん使ったつりと遊びました。お腹を空かせた1年生は、ほとんどの子がお弁当を完食していました。楽しい思い出ができました。

3年生遠足

3年担任

10月20日(金)、3年生が埼玉県の大宮山に遠足に行ってきました。天気にも恵まれ、遠足日和の1日でした。3年生にとって初めての山登りとなりましたが、声をかけ合いながら、全員が登り切ることができました。また、山頂からは富士山なども見ることができました。公園でお弁当を食べ、楽しく遊び、帰ってきました。すてきな思い出ができました。

11月は音楽会があるため、授業の公開はありません。

音楽会の詳細については27日にお配りしたプログラムをご覧ください。

キッズルームより

しのぎやすい季節になりましたが、ゆっくりと秋を味わう間もなく今年もあと2か月です。お子様のご家庭でいかがお過ごしでしょうか。「誰かに聞いてほしい」「誰に話したらよいかわからない」「相談というほどではないが、気にかかっていることがある」などありましたら、キッズルームにお話しにいらしゃいませんか。何かが変わるきっかけになるかもしれません。

キッズルーム直通電話:090-7196-7665

スクールカウンセラー:11/10、16(木)、24

心のふれあい相談員:11/1、2、6、8、9、13、15、16、20、22、27、29、30

11月の行事予定

日	曜	朝	学校行事
1	水	B	安全指導 4時間授業
2	木	集	読書週間開始
3	金		文化の日
4	土		
5	日		
6	月	全	委員会活動(6校時)
7	火	読	小中一貫児童会生徒会サミット(6年)
8	水	B	音楽会椅子並べ会場準備(6)
9	木	読	音楽会リハーサル
10	金	読	音楽会1日目(児童鑑賞日)
11	土	読	4時間授業 土曜公開授業 音楽会2日目(保護者鑑賞日)
12	日		
13	月	全	クラブ活動(6校時) 避難訓練 本の読み聞かせ(1)
14	火	読	遠足(2) ブックトーク(4)
15	水	B	4時間授業 なかよし班活動(赤) 本の探検ラリー(3)
16	木	B	4時間授業 就学時健診 ブックトーク(6) なかよし班活動(青)
17	金	集	本の探検ラリー(5) なかよし班活動(黄) 英語4技能検定(6)
18	土		
19	日		
20	月	全	遠足(2)予備日
21	火	読	社会科見学(6) 下水道教室(4) 本の読み聞かせ(2)
22	水	B	
23	木		勤労感謝の日
24	金	読	岩井移動教室前日健診(5) 選挙体験教室(6) 読書週間終
25	土		
26	日		
27	月	全	岩井移動教室(5)1日目
28	火	読	岩井移動教室(5)2日目
29	水	B	4時間授業 岩井移動教室(5)最終日
30	木	級	4時間授業(5)

全:全校朝会 読:朝読書 B:B時程
級:学級の時間 習:朝学習
集:児童集会 音:音楽朝会

お願い ～ 鑑賞マナーの向上に御協力ください ～

- ①音楽会は両日ともに撮影禁止とさせていただきます。児童演奏後は全ての皆様から励ましの温かい盛大な拍手をお願いします。後日、児童鑑賞日に業者によって撮影されたDVD(2100円)・ブルーレイ(2500円)で販売されます。
- ②各家庭2名までの参加となっております。後日参加票を配布しますので当日、受付で提出してください。
- ③保護者鑑賞日に都合がつかない場合は、児童鑑賞日に鑑賞できます。準備の都合上11月2日(木)までに鑑賞される人を明記のうえ、連絡帳にて担任へお知らせください。児童鑑賞日に鑑賞された方は保護者鑑賞日に鑑賞することができませんので御了承ください。
- ④御来場の際には、上履きと履物入れを御持参ください。上履きは、袋に入れて、自席までお持ちください。体育館入口での混雑を避けるため、受付は西昇降口(2・3・4年生の靴箱がある)前となります。受付後保護者の方の靴の履き替えは西昇降口で行い、1階の廊下を通して体育館へお入りください。
- ⑤自転車での来場は禁止です。
- ⑥演奏途中での入場は可能ですが鑑賞の妨げにならないよう後方での立ち見をお願いします。座席への移動は曲間で行ってください。

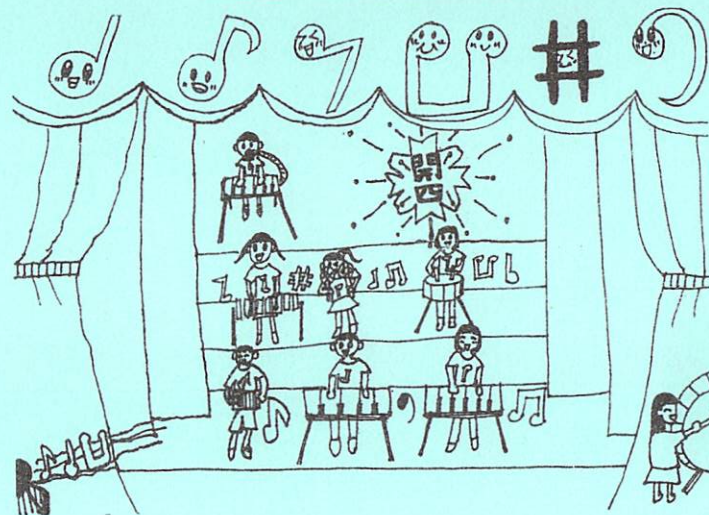


4年2組 遠藤莉南

令和5年度 練馬区立開進第四小学校

音 楽 会

スローガン ♪心をついに最高のメロディー♪



4年1組 伊藤千尋

本校体育館

日時 11月10日(金) 開演 午前9時00分 【児童鑑賞日】

11月11日(土) 開演 午前9時00分 (開場 8時30分) 【保護者鑑賞日】

ご 案 内

夜寒の候、皆様におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、2年に一度の音楽会がいよいよ近づいてまいりました。久しぶりに合唱と合奏をすべての皆様に披露できる機会となります。子供たちは皆一生懸命に練習を重ねてきました。合唱も合奏も全員一心を一つにして創り上げてきました。感性豊かな開四小の子供たちの素敵な演奏をお楽しみください。そして、精いっぱい頑張った子供たちに惜しみない盛大な拍手を送ってくださいますようお願いいたします。

令和5年10月吉日

練馬区立開進第四小学校 校長 関川 健



プログラム

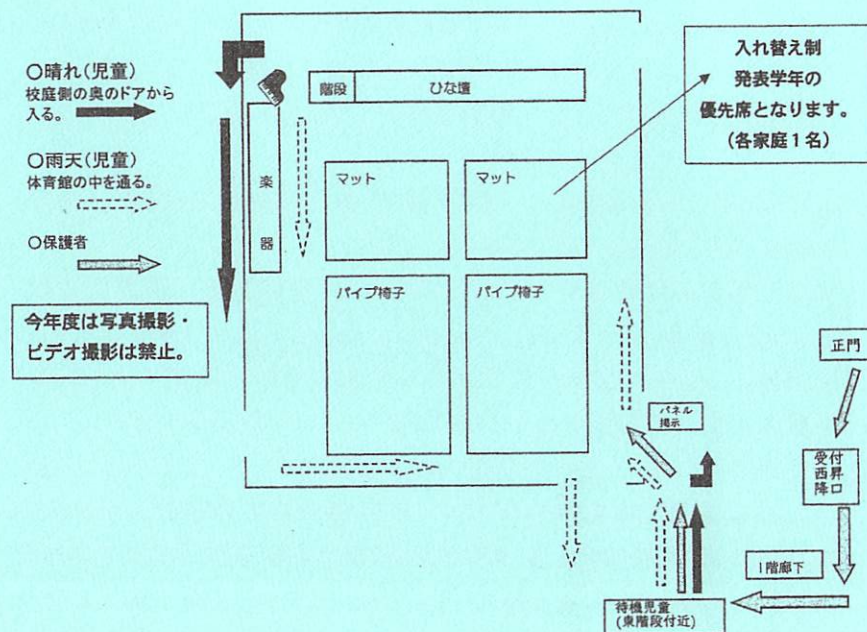


保護者開場 8:30

9:00~	1年生入場・準備
9:08~	はじめの言葉(2分)
9:10~9:20	1年生 (合唱) あおいそらにえをかこう (合奏) こげよマイケル〜ゆかいなまきば〜
9:20~	入れ換え
9:30~9:40	2年生 (合唱) たいようのサンバ (合奏) シ・エンターティナー
9:40~	入れ換え
9:50~10:00	3年生 (合唱) 魔法のあいことば (合奏) やってみよう(ピクニック)
10:00~10:20	時間調整

10:20~10:35	4年生 (合唱) ステップ・スキップ・ジャンプ (合奏) アンダー・ザ・シー
10:35~	入れ換え
10:45~11:00	5年生 (合唱) Power of Dream ~夢のちから~ (合奏) アフリカン シンフォニー イン サバンナ
11:00~	入れ替え
11:10~11:25	6年生 (合唱) いのちのまつり (合奏) レイダース・マーチ
11:25~	終わりの言葉
12:15	児童下校

会場図



4年3組 花沢玲奈



4年1組 増田紗奈