

回 覧 仲 二 町 会

月/日	部 班									
	総務	部長	ブロック長	班長						
④										
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

月日には次の会員へ届けた月日を必ず記入し、④の欄には押印もしくはサインをしてください

主な内容

消防のお知らせ No.214・・・・・・・・・・ 練馬消防署
 自動通話録音機を無料で貸し出します・・・・練馬区危機管理室
 「はつらつ度」測定します・・・・・・・・・・練馬区高齢社会対策課
 氷川台地区区民館だより「かいわり9月号」・・ 氷川台地区区民館
 各学校だより
 仲町小だより/開四中すすしろ

○町会内定期清掃 9月4日(日)

自宅前の道路清掃をお願い致します

9月の資源リサイクル回収日
9日(金)・23日(金)

おうちで防災を学ぼう



はじめに
この動画では、火災における「発見」「通報」「初期消火」「避難」について学びます。お話の中では、色んな場面でもクイズがです！
キミはどんな結果になるのかな？



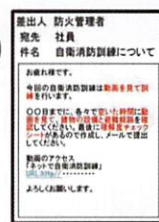
火災や地震、日常生活事故に関するクイズもあり、この「リモート防災学習」やデジタル紙芝居(幼児向け)などで防災について学び、いざという時に、慌てず冷静に行動ができるように、正しい知識と防災行動力を身につけましょう!



ネットで自衛消防訓練

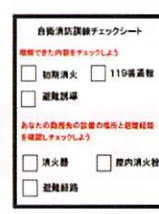
パソコンやスマートフォンで訓練が行えます。

外国語(英語、韓国語、中国語(繁体字、簡体字))にも対応しています。



1 防火管理者が「ネットで自衛消防訓練」を使った訓練を計画

2 従業員がそれぞれ、「ネットで自衛消防訓練」を視聴



3 「ネットで自衛消防訓練」の最後にあるチェックシートを確認

4 勤務している建物の消防用設備や避難経路などを確認

東京消防庁 電子学習室

防火・防災・救急など、消防に関する知識を深めよう!

電子学習室メニューへ



病院? 救急車? 迷ったら...

#7119

東京消防庁救急相談センター

電話で相談 ネットでガイド

23区 03-3212-2323
多摩地区 042-521-2323

急な病気やけがをして、病院に行くか、救急車を呼ぶか迷った際の電話相談窓口として「#7119東京消防庁救急相談センター」をご利用ください。救急相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間年中無休で「緊急性の有無のアドバイス」や「受診の必要性に関するアドバイス」のほか「医療機関案内」を行っています。

詳しくは東京消防庁ホームページへ

東京消防

検索



問合せ先

東京消防庁 練馬消防署
〒176-0012
練馬区豊玉北5丁目1番8号
電話 03-3994-0119(代)
FAX 03-3994-0480



東京消防庁ホームページや東京消防庁公式アプリへはこちらからアクセスできます。

消防の お知らせ

東京消防庁 練馬消防署
練馬消防団
練馬防火防災協会
練馬災害予防協会
練馬防火管理研究会

No.214 令和4.8

防災週間 8月30日～9月5日 「9月1日は防災の日」

令和4年度 東京消防庁防災標語

参加しよう もしものための 防災訓練

作者 小竹 亮輔さん
(台東区在学)



地震に備えて

地震が起きたときは、何よりも自分の命を守ること、そしてけがをしないことが大切です。緊急地震速報を受けたり、地震の揺れを感じたら、まず身の安全を最優先に行動しましょう。

地震による被害軽減に向け「地震に対する10の備え」を実践しましょう。(東京消防庁資料より)

「地震に対する10の備え」のURL等は以下のとおりです。

https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou_topic/jisin/sonae10.htm

右のQRコードで読み取れます。



地震が発生したら

地震が起きた時、地震時の行動、地震直後の行動や地震後の行動として、「地震 その時10のポイント」を活用しましょう。(東京消防庁資料より)

「地震 その時10のポイント」のURL等は以下のとおりです。

https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou_topic/jisin/point10.htm 右のQRコードで読み取れます。



東京消防庁公式アプリ

災害情報やマップ機能
など防災に関する情報も
取得できます。



回覧 (裏面もごらんください)



特殊詐欺対策のための

自動通話録音機を

無料で貸し出します!!

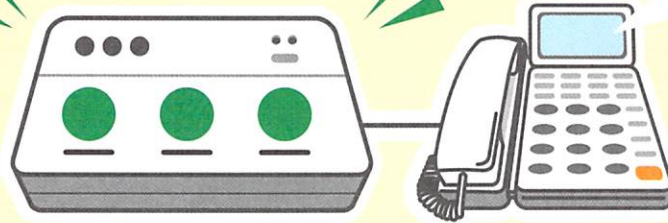
自動警告+録音機能

工事不要・設置簡単

置き場所に困らない
大きさ(ハガキ大)



この電話は防犯のため、
会話内容を録音します。



受付期間

8月1日から8月31日(必着)

貸与開始

11月上旬から順次配送

対象者

区内にお住いの65歳以上(令和5年3月31日時点)の方がいる世帯

※1世帯につき1台まで

※過去に都や区、警察署から貸与を受けている方を除く

担当 練馬区 危機管理室 危機管理課 安全安心係

〒176-8501 練馬区豊玉北六丁目12番1号 本庁舎7階

電話 03-5984-1027

メール kikikanri@city.nerima.tokyo.jp

申し込みについて

① 対象となる世帯

区内にお住いの65歳以上（令和5年3月31日時点）の方がいる世帯

※1世帯につき1台まで

※過去に都や区、警察署から貸与を受けている方を除く

② 貸与開始

令和4年11月上旬から順次配送

※貸与期限はありません。不要になった場合は、区の担当までご連絡ください。

③ 申込期間

令和4年8月1日から8月31日（必着）

④ 貸与台数

400台（申込多数の場合抽選となります）

⑤ 申込方法

申し込みに必要な事項を記載したものを危機管理課安全安心係宛てに提出してください。

申込者名は65歳以上の方の氏名を記載してください。（4ページ参照）

区ホームページに申請書の参考様式がありますので、そちらもご活用ください。

※右記⑧～⑩の注意事項をよくお読みください。

～必要記載事項～

- 1 申込者の氏名（ふりがな）、住所、生年月日、年齢
- 2 自動通話録音機を設置する電話機の電話番号
- 3 世帯構成
（①65歳以上の単身世帯・②65歳以上のみの世帯・③65歳以上の者がいる世帯の別）

【代理申込の場合】

- 4 代理で申し込みされる方の氏名（ふりがな）、続柄、住所、連絡先電話番号
※代理の方が申し込みされる場合は必ず記載してください。

～提出方法～

官製ハガキ、その他書面の郵送、メール、電子申請

【注意】 自動通話録音機は、納品業者から、貸与決定者に配送します。住所等申込み情報を納品業者へ提供することについてご了承の上、お申込みください。

⑥ 申込結果

9月下旬に郵送でお知らせします。

⑦ 受取方法

申込者のご住所へ配送します。（11月上旬頃から順次）

※お受け取りの際には、受領印またはサインが必要になります。

8 機器の設置

電話機への取り付けはご自身でお願いします。工具等は必要ありません。

※取り付けにご不安の方は、シルバー人材センターのサービス（有料）を受けることもできます。

9 設置できない場合

○黒電話等の電話線の取り外しができないものには設置できません。

○「緊急通報システム」や、東京ガスの「マイツーホー」、「くらし見守りサービス（ガスの見守り）」等併用できない機器があります。

○ビジネスフォン、ナンバーディスプレイ、インターホン等、電話機能や回線によっては設置できない場合があります。

10 その他

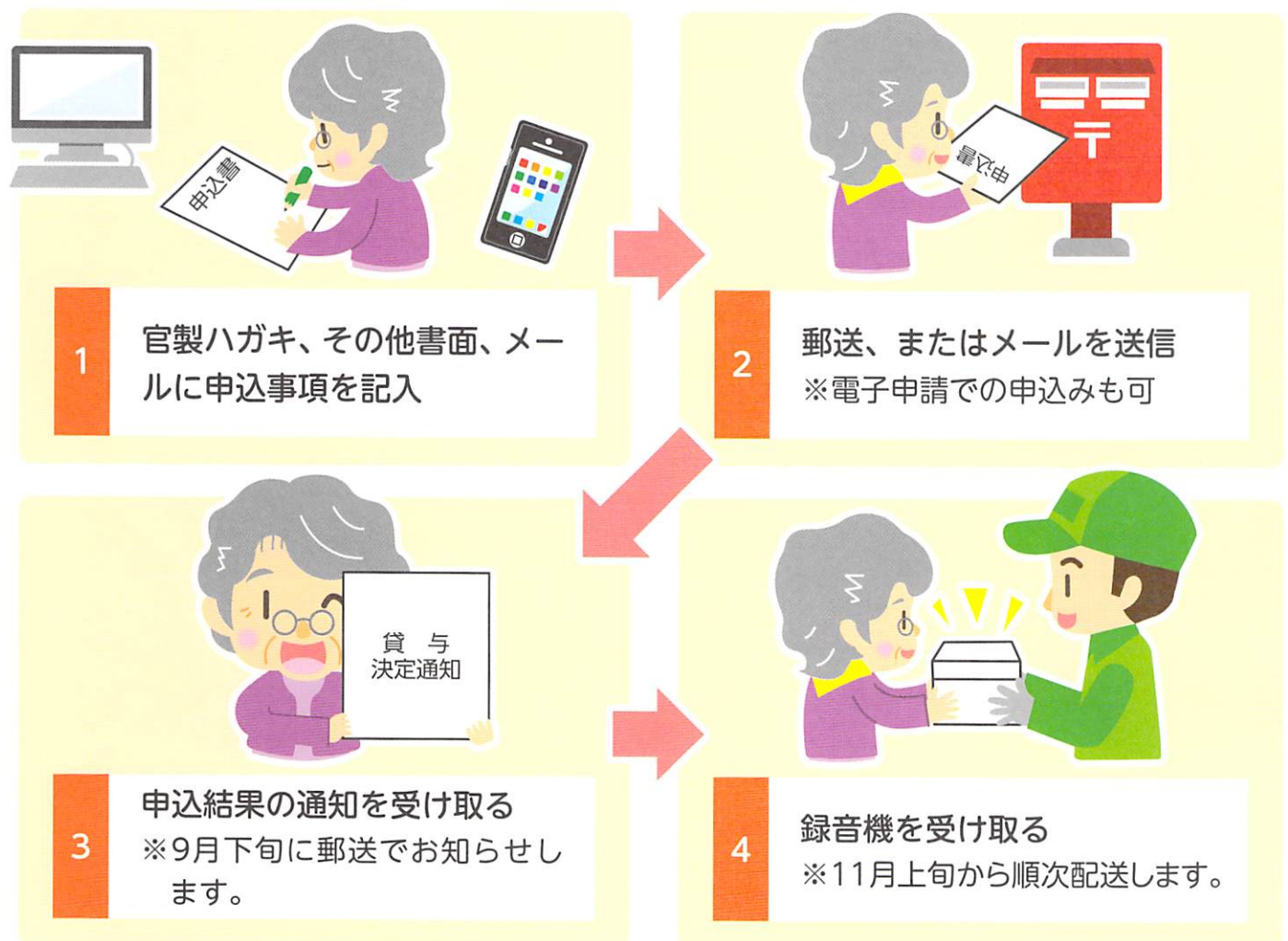
○迷惑電話防止機能付きの固定電話機が増えています。お使いの電話機に同様の機能がついていないか、確認の上、お申込みください。

○電気代は設置された方の負担となります。（年間数百円程度）

○貸与後の保証期間外に故障した場合、修理代は設置された方の負担となります。区では交換等行っておりませんので、ご了承ください。

○転貸および売却等はできません。

申し込みの流れ



参考例（申請事項記入例）

令和4年〇月〇日

練馬区長殿

下記のとおり、自動通話録音機の貸与を申し込みます。

申込者

氏名 練馬 太郎
ねりま たろう

住所 〒176-8501
練馬区豊玉北 6-12-1

生年月日 昭和〇年〇月〇日

年齢 65歳

電話番号 03-5984-1027

世帯構成 ㉔65歳以上の者がいる世帯

代理人

氏名 練馬 花子
ねりま はなこ

続柄 子

住所 同上

電話番号 090-XXXX-1111

自動通話録音機の申込である旨を記載してください。

㉑65歳以上の単身世帯
㉒65歳以上のみの世帯
㉓65歳以上の者がいる世帯
のいずれかを記載してください。

申込者は65歳以上の方としてください。

代理人の方が申し込む場合には必ず記載してください。

郵送での申し込みの場合

〒176-8501 練馬区豊玉北六丁目12番1号 本庁舎7階
練馬区危機管理課安全安心係宛て

メールでの申し込みの場合

メールアドレス：kikikanri@city.nerima.tokyo.jp

電子申請ホームページでの申し込みの場合

区ホームページで
「自動通話録音機 申込み」と検索
もしくは2次元バーコードを読み取り、
申込事項を入力

区ホームページは
こちらから▼



2次元バーコード

電子申請ホームページ
こちらから▼



2次元バーコード

「はつらつ度」 測定します！

マスクの着用をお願いします。
また、発熱等の症状がある方は参加をご遠慮ください。
新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては事業を中止にします。ご承知おきください。

はつらつシニアクラブとは？

地域で体力測定会を実施し、身体状況へのアドバイスや
地域で活動している団体の紹介を行います。

測定種目

- 血圧測定 ●体力測定 ●体組成測定 ●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。
※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」等も実施します。

「フレイル」（筋力や活力が衰えた状態）のチェックも実施できます。

測定結果の個別説明・アドバイス

地域団体を紹介

会場近隣で体操や文化活動などを行っている団体（サークル）を紹介します。

【会場】早宮地区区民館（早宮4-1 4-5） 2階 ※エレベーター有

【日時】9月21日（水） 午前9時30分～12時 ※駐車場なし

※混雑回避のため、測定時間は、電話受付時に指定させていただきます

【定員】50名

【対象】65歳以上の区民の方

※サークル（自主活動グループ）に入って活動をしたいと思っている方は是非ご参加ください

【持ち物他】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】 9月1日（木曜）11時から

参加無料！

【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 午前11時から午後7時まで》

【問合せ先】練馬区 高齢社会対策課 介護予防係 ☎03-5984-2094

【主な交通機関】

有楽町線平和台駅下車 徒歩20分

大江戸線豊島園駅下車 徒歩18分



「この背景の練馬区管内図の著作権は練馬区が有しています。」

【はつらっシニアクラブ 令和4年度予定】

会場	日にち	会場	日にち	会場	日にち
サンライフ練馬	9/16、3/15	土支田中央地域集会所	11/18	石神井公園区民交流センター	12/16
桜台地域集会	11/25	早宮地区区民館	9/21、2/17	勤労福祉会館	10/12、2/24
中村南スポーツ交流センター	2/16	生涯学習センター分館	12/23	大泉学園地区区民館	12/21
光が丘区民ホール	10/26、1/18	関区民ホール	11/16	西大泉地区区民館	11/22
田柄地区区民館	10/28	下石神井地区区民館	10/14	南大泉青少年館	1/20
平和台体育館	12/14	上石神井南地域集会所	9/28、2/22	東大泉地区区民館	9/14、3/17

※実施月の1日号のねりま区報に掲載（1月は11日号）予定、区報掲載後、申込受付開始

氷川台地区区民館だより

2022年

かいわい



9月号

©2011 練馬区ねり丸

TEL 3932-3656

FAX 3932-2065

氷川台2-16-14

●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/>)

館まつり

10月8日(土)

入場無料

●ちびっこ (未就学児)

午前10時～11時30分 (50組)

●小学生以上 (児童対象)

①午後1時30分～2時30分 (50人)

②午後2時40分～3時40分 (50人)

*①と②は入れ替え制になります。

無料館まつり券を 配布します。

未就学児と保護者、児童が対象です。

大人だけの参加はできません。

完全事前予約制です。

当日券の配布はありません。

9月26日(月)から事務室で
配布します。

午前10時～午後5時(土・日曜日除く)
なくなり次第終了です。

新型コロナウイルスの感染状況により、
中止することがあります。

秋季親子体操教室 参加者募集

対象：地域にお住まいの2歳～3歳6か月までの幼児とその保護者

●原則、全日程(6回)に参加できる方。参加者以外の乳幼児を連れての参加はできません。

定員：10組(先着順)

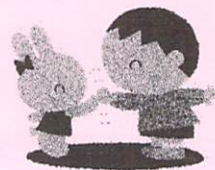
日程：9月29日、10月13日・27日、11月10日・24日、12月8日(全6回木曜日)
午前10時～(1時間程度)

場所：レクルーム

参加費：1,400円(保険料・講師謝礼代含む)

申込み：9月1日(木)～22日(木)午前9時～午後5時(土・日曜日・祝日を除く)

参加者ご本人が事務室窓口へ申し込んでください。申し込み時に参加費をお持ちください。



オカリナ演奏会

定員：25名（地域の方を優先・

申し込み多数の場合抽選）

～オカリナの優しい音色と楽しいお話で
癒される時にひたりませんか～

申込：10月7日(金)～10月20日(木)

午前10時～午後5時（日曜日・祝日を除く）

窓口にて受付いたします。

必ずご本人がお申し込みください。

10月24日(月)

午後2時～3時30分

音楽室にて

出演：木下光雄さん・洋子さん

抽選になった場合、落選者のみお電話いたします。
演奏会当日は申込の時にお渡しするチケットを
必ずご持参ください。

新型コロナウイルスの感染状況により
中止することがあります。



●にこにこお楽しみ会



9月2日(金) 午前10時30分から

(30分くらい)

対象：就学前のお子さんとその保護者

内容：絵本や手遊び、親子の触れ合い遊びなど

定員：8組（先着順）

申込み：8月16日(火)～定員になり次第終了

午前9時～午後5時（土・日曜日を除く）

参加者本人が事務室にお申込み下さい。



作品展

11月12日(土)・

13日(日)

詳しくは、次回のかいわりで

●ドレミのおへや

9月15日(木) 午前10時から(40分くらい)

対象：就学前のお子さんとその保護者

内容：リトミック、わらべうたなど

定員：10組（先着順）

申込み：8月23日(火)～定員になり次第終了

午前9時～午後5時（土・日曜日を除く）

参加者本人が事務室に

お申込み下さい。



9月の食用油回収日

17日(土)午前9時～正午

※一斗缶での持ち込みは
ご遠慮ください。



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。

熱中症に気を付けて！

水分と塩分を補給しましょう

新型コロナウイルス感染拡大防止のため

「サークル発表会」は中止とさせて
いただきました。

9がつのよてい

しょうがくせい

よみきかせ



9月20日（火） ごご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



9月21日（水） ごご2時～4時
なにをつくるかは、おたのしみです。

おてだまあそび



9月28日（水） ごご3時～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	4
しっかり、てをあらってあそびます。ハンカチ、タオルをもってきてください。 また、すいとうももってきてください。					あそべるじかん 5:00まで	あそべません
5	6	7	8	9	10	11
★書道教室 申込者のみ					あそべるじかん 5:00まで	あそべません
12	13	14	15	16	17	18
					あそべるじかん 5:00まで	あそべません
19	20	21	22	23	24	25
ひいさつ 敬老の日 あそべません	★よみきかせ 3:00～3:30	★こども工作 2:00～4:00		しゅうぶん 秋分の日 あそべません	あそべるじかん 5:00まで	あそべません
26	27	28	29	30		
		★おてだまあそび 3:00～4:30				

秋季親子体操教室 参加者募集

日時：9月29日、10月13日・27日、11月10日・24日、
12月8日（全6回木曜日） 午前10時から（1時間程度）
対象：地域にお住いの2歳から3歳6ヶ月までの幼児とその保護者
※原則、全日程（6回）に参加できる方。











































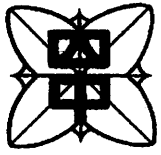
参加者以外の乳幼児を連れての参加はできません。

定員：10組（先着順）

参加費：1,400円（講師謝礼代・保険料含む）

申込み：9月1日（木）から22日（木）までの平日午前9時から午後5時までに
参加者本人が、事務室へお申し込みください。

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
新型コロナウイルス感染拡大によっては、 事業が中止になることがあります。 ご理解とご協力をお願いします。			おやこ広場 レクルーム 	おやこ広場 ロビー  にこにこ お楽しみ会 		
5	6	7	8	9	10	11
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 レクルーム  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 		
12	13	14	15	16	17	18
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 レクルーム  ドレミのへや にこにこ誕生会 にこにこ 	おやこ広場 ロビー 		
19	20	21	22	23	24	25
敬老の日 	おやこ広場 ロビー  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 レクルーム  にこにこ 	しょうばん 祭分の日 		
26	27	28	29	30	10月20日（木）と 25日（火）に成長の 記録を予定していま す。 	
おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 	おやこ広場 ロビー  にこにこ 	おやこ広場 ロビー 		



すずしろ

～開拓・発展・完成～

7月 第4号
令和4年7月20日
開進第四中学校だより
校長 田邊克宣

『 夏を元気に健康に！！ 』

例年より早い梅雨明けとともに熱中症の危険が危惧される中、この2年間はなりを潜めていたインフルエンザに加え、新型コロナウイルスの感染が急激な拡大傾向を見せ、一頃の緩和ムードから今一度気を引き締める必要性を強く感じながら、学校は夏休みに入ります。

42日間というまとまった日々を、生徒諸君はどう過ごしますか。

勉強するもよし。ボーッと過ごすのもまた、よし。自分の意思で、毎日の時間の使い方を考え、それを実行できるのも、今が平和だからにほかなりません。

現在、緊迫したウクライナ情勢が長引き、たくさんの無辜の命が犠牲となる一方で、経済や、食糧等、世界中に影響が出ています。日本も例外ではありません。

そうした中、今年も8月を迎えます。

君たちにとっては遙か昔のことのようと思うかもしれませんが、日本も、わずか80年前には戦争のまっただ中にありました。

今、自分が生きる世界において、平和を希求するために、知識をしっかりともってください。そして、そのことについて、自分自身の考えをしっかりともってください。

8月6日と9日については、毎年、新聞やテレビ、その他の報道機関で特集が組まれます。自分から見て、読んで、聴いて、事実をより深く知ることが大切です。そして迎える8月15日には、今ある自分がどうするべきなのか、自分自身に問いかけてみてください。中学生として、知らない、分からないではいけません。広く知識を得て、深く考え、自分の意見を持ち、それを表明することで、平和な世界を創っていくのは、君たちです。

この夏を、暑さや感染症に負けることなく、元気に過ごしてください。

自分自身を磨き上げた君たちと、2学期に会うことを心待ちにしています。

さて、夏休みに入ってすぐの7/23から、1年生の希望者参加によるイングリッシュキャンプを予定しております。都大会や関東大会へと勝ち進んでいる部活動もあります。休み明けの9月には、3年生の修学旅行が控えています。

これらの活動を、ぜひとも一人の欠席者も出さずに実施したいと強く願っております。ご家庭におかれましては、夏休みの計画もいろいろと立てられていることと存じますが、我が子と、その仲間と、そしてご家族の健康のために、感染予防を第一に据えた行動をとっていただきますよう、どうぞよろしく願いいたします。

保護者、地域の皆様には、1学期の間、少しずつ戻り始めた教育活動へのご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。夏休みの間、地域の子供たちの健康と安全に対する見守りを、どうぞよろしく願い申し上げます。

部活動大会結果等

●女子バドミントン部

- 令和4年度 第60回 練馬区中学校総合体育大会 選手権大会 バドミントンの部
女子団体の部 ベスト16位
女子シングルの部 畠田 来美(3年D組) ベスト16
女子ダブルスの部 松河 優里佳(3年B組)・二見 安美(3年C組) ペア ベスト16

●新体操部

- 第61回東京都中学校総合体育大会 兼 関東中学校新体操大会第一次予選
個人競技出場 クラブ 3年A組 今田 悠花
リボン 3年E組 土居 凜奈

●サッカー部

約9年ぶりに都大会出場を決めました。

7月3日に行われた第3ブロック大会Aグループ決勝で、練馬区予選1位の石神井中学校と対戦しました。最初に先制され苦しい状況が続きましたが、全員で守り、キーパーが神がかりなセーブを連発し、数少ないチャンスをFWの選手が決め、見事逆転で勝利を納めることができました。都大会出場は約9年ぶりになります。中野区、杉並区、練馬区を代表するチームとして、精一杯戦ってきます。

●バレーボール部

- 令和4年度練馬区中学校バレーボール夏季総合体育大会
ベスト4(ブロック大会出場)

●陸上競技部

- 第61回東京都中学校総合体育大会陸上競技大会
2, 3年1500m 3年B組 安藤 慎悟 予選 第9位 4分22秒78
共通男子3000m 3年B組 安藤 慎悟 タイムレース決勝 第12位 9分30秒46
共通男子110mH 3年E組 鈴木 章耀 予選 第5位 17秒29
共通男子走高跳 3年B組 高橋 壮大朗 決勝 第2位1m79(関東中学校陸上競技大会出場)
共通男子走幅跳 3年A組 磯村 淳成 予選 第9位5m73
1年男子走幅跳 1年D組 石井 鉄将 決勝 NM(記録なし)(地域別大会4m60)
1年D組 前谷 聡真 決勝 第22位4m24
共通男子四種競技
3年A組 磯村淳成 決勝 第5位2215点(16秒76/10m45/1m61/55秒48)
3年B組 高橋壮大朗 決勝 第6位2212点(16秒59/8m64/1m73/55秒71)
2年女子100m 2年B組 宮内菜奈子 予選 第2位13秒11
準決勝第6位13秒58
共通女子100mH 2年D組 大類愛琉 予選 第2位15秒79
共通女子四種競技
2年D組 大類愛琉 決勝 第15位2068点(16秒22/1m32/8m03/29秒06)
2年B組 遠藤彩 決勝 第23位1795点(18秒68/1m26/7m83/28秒17)
共通女子4×100mR (大類一3年C組富樫麗名一宮内一遠藤) 予選 第2位52秒02
学校対抗男子の部 第8位 得点14点

引き続き、第68回全日本中学校通信陸上競技大会東京都大会が7月23日、24日に行われます。