

令和3年度 健康長寿 はつらつ教室

★募集 : 教室を実施するおよそ1か月前に区報で募集します。

区報掲載予定(申込受付期間)については以下の表をご覧ください。

★対象者 : 65歳以上の区民の方で、医師から運動を止められていない方

★申込 : 電話でお申し込みください。※会場施設には、直接申込みできません。

介護予防係 電話 03-5984-2094 FAX 03-5984-1214

1 わかわか かむかむ 元気応援教室

【プログラム内容】

高齢期の食事のポイント・バランスのとれた食事のとり方を学び、料理本「練馬発 わかわか かむかむ 元気ごはん」を使った調理実習を行います。また、むせやすい、かみにくい、口がかわきやすいなどの症状を改善するための「ねりま お口すっきり体操」を行い、家庭でできるお口のお手入れについて学びます。

◆週1回、約2か月、全6回制

【利用料】 500円

【定員】 10名

会場名	住所	期間	曜日	時間	募集
関町北地区区民館	関町北4-12-21	12/15~1/26 (12/29を除く)	水曜	午前9:30~ 11:30	区報11/11号 (申込受付期間 11/11~11/19)
光が丘区民センター	光が丘2-9-6	12/17~1/28 (12/31を除く)	金曜		
勤労福祉会館	東大泉 5-40-36	12/16~1/27 (12/30を除く)	木曜		
光が丘区民センター	光が丘2-9-6	2/17~3/24	木曜	午前9:30~ 11:30	区報1/11号 (申込受付期間 1/11~1/20)
男女共同参画 センターえーる	石神井町 8-1-10	2/16~3/30 (2/23を除く)	水曜		
勤労福祉会館	東大泉 5-40-36	2/17~3/24	木曜		

2 足腰しゃっきりトレーニング教室(プール)

【プログラム内容】

水の特性(浮力によるひざ・腰への負担軽減、抵抗による筋力強化、水圧による心肺機能改善)を活用したトレーニングを行います。

◆週1回、約2か月、全8回制

【利用料】 500円

【定員】 20名

会場名	住所	期間	曜日	時間	募集
ルネサンス富士見台	貫井3-12-33	1/28~3/25 (2/11を除く)	金曜	午後1:00~ 2:30	区報12/11号 (申込受付期間 12/13~12/20)
ルネサンス石神井公園	石神井町2-14-14				
大泉学園町体育館	大泉学園町 5-14-24	1/18~3/15 (2/15を除く)	火曜		
ルネサンス光が丘	高松5-8 J.CITYビル1階	1/31~3/28 (3/21を除く)	月曜		

3 足腰しゃっきりトレーニング教室（室内）

【プログラム内容】

ひざや腰の痛みを軽減、予防し、足腰しゃっきりと若々しくいるために筋力強化やストレッチを行います。口腔ケアや栄養の摂り方についても学び、高齢期の体づくりを伝授します。

◆週1回、約2か月、全6回制 【利用料】 500円

会場名	定員	住所	期間	曜日	時間	募集
ティップネス練馬	23名	練馬1-5-16	12/16～1/27 (12/30を除く)	木曜	午前 10:00 ～11:30	区報 11/11 号 (申込受付期間 11/11～11/19)
関区民センター		関町北 1-7-2				
光が丘区民センター2階 集会洋室	25名	光が丘 2-9-6	12/15～1/26 (12/29を除く)	水曜		
勤労福祉会館		東大泉 5-40-36	12/14～1/18	火曜		
春日町青少年館	20名	春日町 4-16-9	12/17～1/28 (12/31を除く)	金曜		
羽沢高齢者集合住宅 (鶴の里ホール)	10名	羽沢 3-36-16	1/17～2/21	月曜	午前 10:00 ～11:30	区報 12/11 号 (申込受付期間 12/13～12/20)
ルネサンス光が丘	15名	高松 5-8 J.CITYビル 1 階	1/31～3/7			
ルネサンス石神井公園		石神井町 2-14-14	1/21～3/4 (2/11を除く)	金曜		
大泉学園町体育館	25名	大泉学園町 5-14-24	1/13～2/17	木曜		
ティップネス練馬	23名	練馬1-5-16	2/17～3/24	木曜	午前 10:00 ～11:30	区報 1/11 号 (申込受付期間 1/11～1/20)
関区民センター		関町北 1-7-2				
光が丘区民センター2階 集会洋室	25名	光が丘 2-9-6	2/16～3/30 (2/23を除く)	水曜		
勤労福祉会館		東大泉 5-40-36	2/15～3/22	火曜		

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、事業を延期・中止する場合があります。
最新の情報は、お問合せいただくか、区ホームページをご覧ください。

防災会の基本的な活動やスキルを学び、
地域の防災活動に活かす

区民防災組織向け カリキュラム 後期

講座の主な内容

● 防災会の役割や地域の課題を知る

大規模地震発生時の地域の被害や課題、
災害時の防災会の役割などを座学で学びます

● DIGの手法を学ぶ

DIG※の基本的な手法や実際のまち歩きを通じた
地域の強み・弱みを把握する手法を学びます

※ DIG: Disaster (災害)、Imagination (想像力)、Game (ゲーム) の頭文字をとった言葉。
地図を使用して地域の課題を発見し、災害対応や事前対策を検討する手法の一つ

● 地域初動対応訓練

地震発生直後の防災会本部の活動や情報収集活動、
救出・救助、初期消火を訓練を通じて学びます



対象者：区民防災組織（防災会）で活動されている方

日程	平日コース 11月11日（木）	週末コース 11月20日（土）
時間	10:00～17:00	10:00～17:00
会場	練馬区立防災学習センター	練馬区立防災学習センター
定員	40名	40名

※1時間昼休憩がございますため、昼食を持参してください

※お申し込み方法は裏面をご覧ください

区民防災組織 向け

お申し込み
お問合わせ
方法

練馬区立防災学習センターへ申し込み

①電話

03-5997-6471

②FAX

03-5997-6472

QRコードから申し込み



応募多数の場合は、
QRコードからの
募集を締め切る事が
あります。
最新情報は
区のホームページを
ご覧ください。

応募締切 11月4日(木) 先着順

※申し込み締め切り後でも定員に満たないコースは引き続き先着順で受け付けます。

申 込 内 容	ふりがな	TEL
	お名前	コース (ご希望のコースに○をつけてください) 平日コース 週末コース
	ご住所 〒	マンション名
	メールアドレス	
	ご所属の区民防災組織名	

- ・当日、体調不良の場合は、参加をお控えください。
- ・受講の際はマスクの着用をお願いいたします。
- ・当日は、検温と健康確認をさせていただきます。その結果、体調不良が確認された場合には参加を見合わせていただくことがありますので、予めご了承ください。

練馬区立防災学習センター

〒179-0072 練馬区光が丘6-4-1
TEL 03-5997-6471

《電車》

都営地下鉄大江戸線「光が丘駅」下車
A4出口より徒歩約10分

《バス》

西武バス

(光31) 成増駅～光が丘駅

(練高01) 練馬高野台駅～成増駅

「光が丘六丁目」下車：徒歩約4分

(吉60) 吉祥寺駅～上石神井駅～石神井公園駅～成増町

(練42) 練馬駅～成増町

「高松大門通り」下車：徒歩約4分

国際興業バス

(光02)(光04) 練馬北町車庫～光が丘駅

「光が丘駅」下車：徒歩約10分

みどりバス

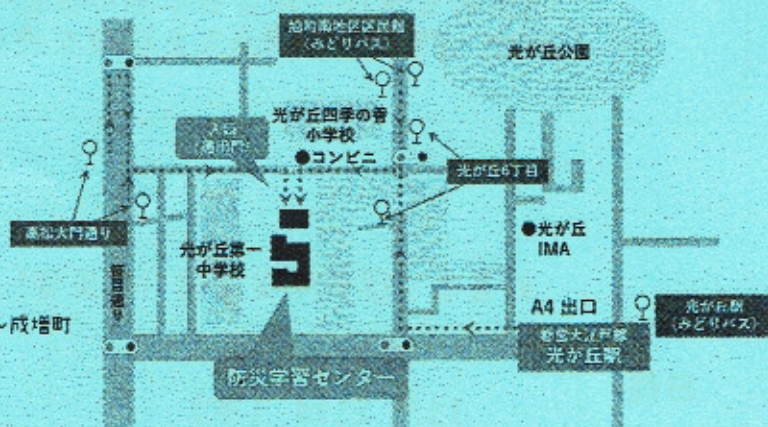
(保谷ルート) 保谷駅～光が丘駅

「旭町南地区区民館」下車：徒歩約5分

(北町ルート) 光が丘駅～東武練馬駅入口～光が丘駅

(氷川台ルート) 練馬駅～東武練馬駅入口～練馬光が丘病院

「光が丘駅」下車：徒歩約10分



●高松大門通りバス停から (徒歩約4分)

- ・管目通りからショールームわきの道に入り直進
- ・右手に通用門がある

●光が丘駅から (徒歩約10分)

- ・R4出口を出て大通りを進み、1つ目の信号で右折
- ・小学校前の信号1つ目で左折
- ・コンビニを通り過ぎたら左手の通用門から入る

ATMでの詐欺被害発生中！



ATM周辺での

携帯電話の通話はやめましょう！

社会で高齢者の詐欺被害を防ぐため、
携帯電話の通話をご遠慮ください。



練馬警察署 電話 03-3994-0110



南町小だより

練馬区立南町小学校

令和3年 9月30日

校長 星 美 登 里

つよく かしく あたたかく
～ ありがとうを とどけます ～



5年生が育てている「バケツ稲」は、
稲穂が頭(こうべ)をたれ始めています。

教員もまた学習者

校長 星 美 登 里

突然ですが、皆様は「キーボード」と聞いて何を思い浮かべますか。「キーボード」は、私にとって長い間、電子鍵盤楽器でした。今では、毎日のようにパソコンに向かい、キーボードを打って文書を作成しています。楽器の「キーボード」よりも、パソコンの「キーボード」の方が身近にあり、よく使うものになりました。

学校では、「タブレット」端末が一人一台配布され、子供たちは毎日のように使っています。10年少し前、教員仲間から「タブレットって何？」と聞かれました。私は「錠剤の薬」を真っ先に思い浮かべ、明確な答えに詰まってしまいました。その頃、「スマートフォン」(「スマホ」の語を先に知りました…)「クラウド」(雲?)「デジタルサイネージ」(サイネージが看板や標識などを意味することも知りませんでした…)など、様々なカタカナ語がアナログな私の前に登場してきました。

先日読んだ教育雑誌でも、また、たくさんカタカナ語が載っていました。「インターネット」「ホームページ」「オンライン」だけではありません。「リテラシー」「タイピングソフト」「デジタルドリル」「クラウドバイデフォルト」「ローカルブレイクアウト」「メインコンテンツ」「シングルサインオン」「プラットフォーム」…特に文部科学省の施策「GIGA スクール構想」関係の記事はカタカナ語のオンパレードです。他の記事にも「レジリエンス」「マインドフル」「キャピタリゼーション」「ポジティブ」「モラルジレンマ」「ソーシャルスキルトレーニング」「スクリーニング」「アセスメント」「ムードメーター」…。学校で学習しているのは子供たちだけではありません。教員たちも日々の授業準備やコロナ感染予防に取り組む中、新しい教育の実現に向け、こうしたカタカナ語に代表されるような慣れない表現にも出会いながらも、必死に学習を重ねています。

「オンライン学習支援」が始まります。本校では初めての試みであり、試行錯誤しながらの取組になります。通信環境による不具合や不手際もあることをご理解いただければ幸いです。私たちも常にアップデートを重ねながら、子供たちの未来のために進み続けています。

今年も開催！

視覚に障害のある方々のお話会(4年生)

今年も4年生が、河相富貴子様・金澤茂雄様から日頃の生活の様子についてお話を伺いました。

お二人は、日頃から体の感覚を大事にしているそうです。額やおでこでは、太陽の温かさや風の向きを感じ、点字ブロックは足裏の感覚で分かります。耳で聞こえる音や人の声からは多くの情報を得ています。針を指で触れることができる腕時計で時間が分かります。料理の包丁さばきも見事でした。

お二人のお話やお姿から、子供たちの表情は次第に親しみを込めた尊敬の表情に変わっていききました。

「いろいろな感覚をたくさん使って楽しく生活しています。」「『これをしたい』と思うとできるようになります。自分がしたいことを言うようにすると望みがかないますよ。」と笑顔でおっしゃいました。お二人は、子供たちにとって人生を豊かに過ごしているよき先輩なのだと、強く感じました。

《10月の行事予定》

体調がすぐれない場合は無理をせず、登校をお控えください。

日	曜	主 な 行 事 予 定
1	金	5時間授業・音楽鑑賞教室(1～3年生)
2	土	10月1日から 通常の生活時程 に戻ります。
3	日	
4	月	委員会・安全指導日
5	火	みかんの日
6	水	
7	木	エコライフチェックデー
8	金	5時間授業
9	土	4時間授業(学校公開)
10	日	
11	月	クラブ
12	火	
13	水	
14	木	情報モラル講習会(5年・保護者)
15	金	演劇鑑賞教室
16	土	
17	日	
18	月	クラブ
19	火	読書旬間始・ふれあいランチ ブックトーク(5年生)
20	水	図書探検ラリー(3・4年生)
21	木	遠足(1・2年生)・図書探検ラリー(3・4年生) UDスポーツ(4年生)
22	金	図書お話会(1年生)・水道キャラバン(4年生)
23	土	
24	日	
25	月	クラブ
26	火	避難訓練
27	水	ブックトーク(6年生)
28	木	図書お話会(2年生)・UDスポーツ(4年生)
29	金	
30	土	
31	日	

演劇鑑賞教室

日時：10月15日(金)

3・4校時・・・1・2年・5-2・6-1

5校時・・・3・4年・5-1・6-2

演目「ちえんじ・図書館のすきまから」

感染予防に十分に配慮して実施していきます。今回は、文化庁の文化芸術鑑賞として行われるため、無料で鑑賞できます。保護者の皆様の参観はできませんので、ご了承ください。

情報モラル講習会

日時：10月14日(木)

5年生 13:20～14:05 視聴覚室

保護者 14:10～14:55 オンライン

詳しくは後日、ID・パスワード・QRコードの入ったお便りを配布しますので、ご覧ください。

学校公開

9日(土)4時間の学校公開を行います。今年度、緊急事態宣言等で学校公開が実施できなかったため、ぜひ、子供たちの学校での様子をご覧になっていただきたいと思います。ただ、密を避けるために、ご家庭で一時間のみの授業参観にさせていただきます。どの時間帯に参観するかは、学年ごとにお知らせします。

なお、各ご家庭で1名の参観をお願いします。1時間の中で、交代していただいても構いません。未就学児は人数に含めません。

感染状況により、学校公開が中止になる場合もありますので、ご了承ください。

お知らせ

10月から、施設管理員として轟田志政(つるた しせい)さんが勤務します。よろしくお願いいたします。



開二小だより

Vol. 225 第6号
令和3年10月4日発行
練馬区立開進第二小学校
校長 長谷川 修
www.kaishin2-c.nerima-tky.ed.jp

「月はどのように見えますか」

副校長 小林 資郷

ようやく非常事態宣言も解除されました。10月からは学校公開（今月は出席番号が偶数の児童対象）を始め、低・中学年の遠足など感染症防止対策をとりながら教育活動を進めていきます。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

最近、私が楽しみにしているのが「月見」です。夕方見えるダイナミックな月、夜中に見える白く輝く月、早朝見える幻想的な月、時と場所によって見える姿が様々で、外に出ると月がどこにいいのかつい探してしまいます。日本では古来より月にはウサギがいてお餅をついているように見えると言われています。では、世界中の人たちも同じように見えているのでしょうか？調べてみたら、南ヨーロッパの人たちには「大きなハサミをもったカニ」、アラビアの人たちには「吠えているライオン」、インドや南アメリカの人たちには「ワニ」、北ヨーロッパの人たちには「本を読むおばあちゃん」に見えるのだそうです。国や地域、文化によって月の見え方も様々なんですね。

ユースディージーズ
「SDGs」「カーボンニュートラル」「食品ロス」といった言葉をよく耳にするようになりました。SDGsとは、国連サミットで採択されたもので、持続可能な社会の実現に向け、世界中にある課題を、世界のみんなで協働し、そう遠くない未来である2030年までに解決していこうという17の目標のことです。日本は「質の高い教育をみんなに」の達成度が高く、「つくる責任つかう責任」「気候変動に具体的な対策を」「海の豊かさを守ろう」「ジェンダー平等を実現しよう」に関しては最も低い評価を受けています。SDGsの目指す「誰一

人として取り残されない社会の実現」に向け、今、世界では多様性を認めることが求められています。すべての人のものの見え方、考え方を尊重し、協力し、課題解決を図れる教育を学校でも目指していきます。

令和3年度「全国学力・学習状況調査」

(正答率：%)

	本校6年生	東京都	全国
国語	75%	68%	64.7%
算数	82%	74%	70.2%

今年度の「全国学力・学習状況調査」の結果がでました。東京都や全国の平均を上回る項目が多くあり、大変良好と言えます。特に国語の思考力・判断力・表現等では「読むこと」の平均正答率が70.5%（東京都53.5%、全国47.2%）と大変高く、読解力の高さが目立ちます。着実に学習を積み重ねてきた子どもたちの傾向を再認識しました。

気候も穏やかになり、秋の夜長、読書をするにはちょうど良い季節になってきました。本を読むことで、自分と違う世界、体験できない世界、自分と異なる考え方や生き方、思いもよらない素晴らしい出会いもあり、考える力や想像力、感性も育ちます。また、幼児期から学童期にかけての読書能力形成が、その後の社会的、職業的な自立に向けた学びにも影響すると言われています。学校では13日（水）から読書月間が始まります。ご家庭でも夕食後や寝る前の少しの時間を読書にあててはいかがでしょうか。

10月1日より3年2組担任の曾山沙織
教諭の産休代替として、関江遼太教諭が着
任しました。よろしくお願いいたします。

10 月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 都民の日	2
3	4 朝会 委員会	5 クラス	6 朝学習	7 朝読書 美化の日 避難訓練	8 クラス	9 朝学習 学校公開 金曜時間割
10	11 朝会 クラブ	12 クラス ②遠足	13 朝学習 読書月間始 ④4 時間授業	14 読書 なかよしの日	15 体育集会 ①遠足	16
17	18 朝会 クラブ	19 読書 ③④遠足	20 朝学習 4 時間授業 (6 年 2 組を除く)	21 読書	22 図書集会	23
24/31	25 朝会 ①遠足予備日	26 読書 ②遠足予備日	27 朝学習	28 読書	29 集会	30

☆読書月間☆

図書館部 悴田 茜

今年も読書の季節がやってきました。10月14日（木）から11月13日（土）まで、読書月間です。

今年度は、全校児童が「おすすめ本の紹介」をしたり、新たな試みとして、絵本に出てくるスープやデザートを給食で提供したりします。読書は、新たな学びや発見があったり、様々な世界へ引き込んだりしてくれます。9月には、新刊本も学校図書館に増えました。この機会に、今まで読まなかったジャンルの本にも挑戦し、読書の幅を広げてほしいと思います。また、お家の方と一緒に読んだり、おすすめの本を紹介し合ったりすることもおすすめです。この読書月間を有意義な期間にしていければと思います。

交換商品・回収品目変更についてのお知らせ

古紙価格暴落の影響で令和2年4月から

回収品目の変更 - 新聞・雑誌・牛乳パックのみの回収となります。

ロール配布について - ロール配布は9月より新聞(約10キロ)のみとなりました

平素より資源集団回収にご協力して頂いた皆様には心よりお詫び申し上げます。

古紙価格が回復すればまた以前の条件に戻す予定なので皆様のご協力とご理解をお願い申し上げます。

練馬区集団回収 登録番号 585 番

★雨天時も実施!!★

練馬中央自治会

資源集団回収日は 毎月第1月曜日

11月1日(月)

指定回収業者(株)エコ・クルー以外は持ち去り禁止!

号 室		新聞 個 数	
-----	--	-----------	--

源物は1kgあたり6.6円の報奨金が練馬区から自治会に支給されます。

資源物の出し方

集合住宅の方	号室と新聞個数をお書きの上1階集合ポスト前にお出し下さい。
一戸建の方	このチラシを資源物の上にのせて自宅前道路又は、 回収車両から見える所にお出し下さい。
交換商品	トイレットペーパーを 新聞10kg 1個配布
回収時間	8時から順次回収しますので、必ず8時までお出しく下さい。

回収品目	交換商品	出し方	回収品の例	混入禁止! 回収できません!
① 新聞	あり	ひもで十字縛り	新聞・折り込みチラシ	回収品の例以外の物
② 雑誌	なし	ひもで十字縛り	文庫本・単行本・小説 漫画・雑誌など	アイロンプリント紙・ アルバムなど
③ 牛乳パック	なし	ゆすいで十字縛り又は ビニール袋に入れてください	ジュース・牛乳などの 紙パック	パックの裏側が、銀色(アルミ コーティング)の紙パック



お問い合わせ・回収漏れの連絡
0120-235-211
午前9:00 ~ 午後4:00 まで



株式会社エコクルー



ホームページ: www.ecocrew.co.jp

練馬中央自治会

会長・役員一同