

### 3月の1歳児子育て相談

▶対象:1歳~1歳4カ月児▶内容:歯科相談、食事相談▶持ち物:母子健康手帳▶申込:電話で各保健相談所へ

場所(保健相談所)・申込先	日程	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	4(木)	30名
北 ☎3931-1347	10(水)	15名
光が丘 ☎5997-7722	11(木)	18名
石神井 ☎3996-0634	3(水)	30名
大泉 ☎3921-0217	24(水)	15名
関 ☎3929-5381	25(木)	15名

※時間はいずれも9:00~11:00。

## スポーツ

### 都民体育大会練馬区選考会 バレーボール

▶対象:区内在住、または都内在住で区内在勤(在学)の方 ※小中学生、高校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生は参加できません。▶日程:3月14日(日)▶場所:総合体育館▶内容:9人制一般男子・女子の部▶保険料など:1チーム1,000円▶申込:体育館やスポーツ振興課(区役所本庁舎8階)、区ホームページにある実施要項をご覧ください。3月6日(必着)までに練馬区バレーボール連盟・田口へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

## 講座・催し

### 勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館▶定員:各15

名(先着順)▶申込:13月16日(火)217日(水)までに電話で同所 ☎3923-5511

### 1就労支援講座「セカンドキャリア準備」

▶日時:3月19日(金)午後6時~8時▶講師:2級キャリア・コンサルティング技能士/萩原一郎

### 2ライフプラン講座「今こそ、終活」

▶日時:3月20日(土)午後2時~4時▶講師:介護福祉士/牧野匡道▶費用:200円

### 3月のふるさと文化館の催し

▶場所・問合せ:石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060▶費用:②⑥300円④200円⑤100円▶申込:当日会場へ

内容	日時	定員(※)(先着順)
ふれあい土曜事業		
①カルガモのメッセージカード	6(土) ①13:00から ②14:00から	各15名
②桜のちぎり絵	20(祝) 13:00~15:00	20名
③クイズラリー ふるさと文化館を探検しよう	27(土) 13:00~16:00	-
春休み事業		
④うぐいす笛を作って遊ぼう	21(日) ①13:00から ②14:00から	各15名
⑤江戸時代の紋様で作る根付け	26(金) ①13:00から ②14:00から	各15名
⑥絵がまわる!? おさんぽアニメを作ろう	28(日) 13:00~15:00	20名

※①の定員を超えた場合は②の整理券を配布します。

春うらら

## 石神井川の桜とスイーツを楽しむウォーキング

▶対象:約7km歩ける小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。▶日時・場所:3月28日(日)午前8時50分西武池袋線石神井公園駅~石神井川歩道~高松八幡神社~向山庭園~正午西武豊島線豊島園駅解散▶定員:30名(先着順)▶保険料など:500円▶申込:電話またはファクスで①催し名②参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を、3月12日(必着)までにスポーツ振興課振興係 ☎5984-1948 FAX 5984-1228

## スポーツリーダー養成講習会

スポーツリーダーは、地域で生涯スポーツの普及・推進などを行うボランティアです。講習会の修了者には、認定証を発行します。



▶対象:18歳以上の方▶定員:25名(抽選)▶保険料:156円▶申込:封書または区ホームページ「電子申請」で①講習会名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日・年齢⑤性別⑥電話番号⑦受講理由⑧SSC名(加入している場合)を記入したものと、住所・氏名を記入し84円切手を貼った返信用封筒を、3月16日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課振興係 ☎5984-1948

内容	日時[6日制]	場所
講義	4/10(土) 9:30~15:10 4/24(土) 10:00~17:30 5/29(土) 13:00~16:40	区役所本庁舎20階
実技(救急法短期講習)	4/10(土) 15:20~17:20	区役所本庁舎20階
実技(室内スポーツ)	5/12(水)・17(月)・21(金) 19:00~21:00	桜台体育館

## 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

◆中学校夜間学級の生徒募集 都内の公立中学校8校では、小中学校を卒業していない方や、諸事情により中学校で十分に学べなかった方のための夜間学級を設置し、生徒を募集しています。16歳以上の方であれば、国籍に関係なく入学の相談を受け付けます。また、一部の学校では日本語学級も開設しています。いずれも授業料は無料

です。 ※設置校など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:世田谷区立三宿中 ☎3424-5255(午後2時~9時) ☎090-4374-3888

### 朝・夕・青空市

◆春日町本通り商店会▶日時:2月24日(水)午前11時~午後4時▶問合せ:小泉 ☎3998-1010  
◆江古田いちば通り商店街▶日時:2月25日(木)、3月1日(日)午前10時~午後7時▶問合せ:目黒 ☎3994-8068  
◆光が丘IMA南館前▶日時:2月28日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永

### 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 ※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。  
◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:3月7日(日)午前9時~正午(雨天中止)▶申込先:〒178-0065西大泉2-17-26リサイクルマーケットジョイ ☎080-2567-3071(先着50店。問い合わせは平日午後2時~5時)

◆こぶし公園(富士見台3-53-1)▶日時:3月14日(日)午前10時~正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0034富士見台3-62-13-203 島裕子 ☎090-6496-5366(先着10店。問い合わせは午後6時~10時)

### 子どものための講座

区内の団体に委託して実施。▶問合せ:育成支援係 ☎5984-1292  
◆ねりま遊遊スクール  
◆親子でつがく講座▶対象:小学生 ※保護者の参加も可。▶日時:3月14日(日)午後2時~4時▶場所:立野地区区

民館▶定員:20名(先着順)▶費用:500円▶申込:2月25日(木)までに電話でわいわい・ワークーズ・立野・浜中 ☎090-8541-3696

◆ねりまイクメン講座  
◆父親学級~パパのための当事者研究ワークショップ▶対象:子育て中の父親など▶日時:3月13日(土)午後1時~4時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:20名(先着順)▶申込:電話でねりまパパ・室内 ☎090-4020-7124(午前10時~午後6時) ※保育あり(3月6日)までに要予約。1歳児以上対象。定員10名。

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。

## 外装まるごとパック

練馬区内戸建限定 (ビル・アパート・店舗は除外)

戸建住宅の外装(屋根・外壁)塗装工事 まるごと一式  
「足場代」も全てコミコミ

ウレタン 塗装パック 耐用8~10年 74万円(税別)

シリコン 塗装パック 耐用10~15年 80万円(税別)

遮熱 塗装パック 耐用12~18年 86万円(税別)

4大特典付

- 経年劣化部調整込
- 付帯物塗装一式込
- バルコニートップコート塗装サービス(5㎡迄)
- 長期無料保証付

お気軽にお問い合わせください! 受付 8:00~19:00(無休)  
練馬区高松2-18-8 特別養護老人ホーム「練馬高松園」裏  
創業昭和61年『戸建住宅塗装一筋35年』  
(有)フレッシュホーム  
☎0120-330-828 お見積り無料!

http://www.fresh-home330.com

## 畳を替えて、気分一新! 快適生活

表替え  
¥4,700~

新畳  
¥11,200~

裏返し  
¥3,800

見積り無料

即日仕上げ  
朝引き取り→夕方納品

防虫シート・竹炭シート 取扱  
★重たい家具の移動 無料  
★仕上げの拭き掃除

私たちがお伺いします!!

二代目 白澤 聡

三代目 白澤 聡一

有限会社 白澤畳店

ご注文 お問い合わせ ☎0120-75-1153

http://www.shirasawa-tatami.co.jp 練馬区旭丘 1-63-6