

お休みします

(練馬区立美術館 ☎3577-1821)…7月19日(月)～24日(土)【展示作業のため】

高齢者



健康長寿はつつ教室

▶対象:区内在住の65歳以上の方 ▶費用:500円 ▶申込:7月20日(火)までに電話で介護予防係 ☎5984-2094

足腰しゃっきりトレーニング教室 (室内で行う筋力強化、ストレッチなど)

▶日時:8/16～9/27の毎月曜10:00～11:30【9/20を除く。6日制】▶場所:ルネサンス光が丘(高松5-8)▶定員:15名

▶日時:8/17～9/21の毎火曜10:00～11:30【6日制】▶場所:勤労福祉会館▶定員:25名

▶日時:8/18～9/29の毎水曜10:00～11:30【9/8を除く。6日制】▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:25名

▶日時:8/19～9/30の毎木曜10:00～11:30【9/23を除く。6日制】▶場所:ティップネス練馬(練馬1-5-16)▶定員:23名

▶日時:8/27～10/1の毎金曜10:00～11:30【6日制】▶場所:ルネサンス石神井公園(石神井町2-14-14)▶定員:15名

▶日時:9/2～10/14の毎木曜10:00～11:30【9/23を除く。6日制】▶場所:大泉学園町体育館▶定員:25名

▶日時:9/9～10/21の毎木曜10:00～11:30【9/23を除く。6日制】▶場所:関区民センター▶定員:25名

*初めての方を優先の上、抽選。

健康・衛生



ペット相談

獣医師がしつけや病気などについて無料で相談を受け付けます。*ペットを連れての来場はご遠慮くだ

さい。▶日時:7月20日(火)午後1時30分～4時30分▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ ※電話相談 ☎3993-1111 (代表)もできます。▶問合せ:生活衛生課管理係 ☎5984-2483

子ども・教育



8月の2歳6カ月児歯科健診

2歳10カ月ごろまで受けられます。担当地域の保健相談所で受けてください。▶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	日時	定員(先着順)
豊玉 ☎3992-1188	18(水) 13:00～15:00	32名
北 ☎3931-1347	27(金) 9:00～11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	24(火) 13:00～15:00	24名
石神井 ☎3996-0634	6(金) 9:00～11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	27(金) 9:00～11:00	24名
関 ☎3929-5381	23(月) 9:00～11:00	24名

健やかカレンダーの原画を募集

青少年健全育成運動をPRするために作成する「健やかカレンダー(令和4年)」の原画を募集します。テーマは、家族や友達との印象に残った出来事や交流です。▶対象:区内在住・在学の小中学生▶申込:区立学校の方…学校へ(学校ごとに描く月の指定や締め切りがあります) 区立学校以外の方…青少年係へ事前に連絡の上、9月6日(必着)までに作品を青少年係 ☎5984-4691 ※応募は1人1点まで。

講座・催し



初心者向けよみきかせ講習会～おうちでよみきかせ

▶日時:8月5日(木)午前10時30分～正午▶場所:光が丘図書館▶講師:出

版文化産業振興財団読書アドバイザー/児玉ひろ美▶定員:30名(先着順)▶申込:7月20日(火)までに電話で同所 ☎5383-6500 ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員6名。保険料50円)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

区立施設を管理する指定管理者を募集

指定管理者制度は、区立施設の管理を民間事業者・団体が行い、サービスの向上と経費の節減などを図るものです。

来年4月から下表の施設の管理を行う団体を募集します。応募する団体は必ず説明会に参加してください。詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

施設名	質問期限	説明会	問合せ			
石神井公園駅北口駐車場、大泉学園駅北口駐車場、大泉学園駅南口駐車場	7/16(金)	7/26(月)10:30から(区役所本庁舎20階)	安全対策係 ☎5984-1309			
平和台体育館、桜台体育館、学田公園野球場、豊玉中公園庭球場		7/27(火)9:30から(生涯学習センター)	スポーツ振興課運営調整係 ☎5984-1660			
光が丘体育館、東台野球場、夏の雲公園庭球場			7/28(水)9:30から(区役所本庁舎19階)	事業計画担当係 ☎5984-4602		
上石神井体育館、三原台温水プール、石神井プール、びくに公園庭球場				7/28(水)10:00から(男女共同参画センター)	男女共同参画担当係 ☎5984-4518	
大泉学園町体育館、北大泉野球場、土支田庭球場、大泉さくら運動公園運動場					7/29(木)10:00から(区役所本庁舎19階)	住宅係 ☎5984-1619
光が丘障害者地域生活支援センター						7/15(木)13:30から(大泉図書館)
男女共同参画センター	7/15(木)10:00から(貫井図書館)					
区営住宅(20団地)		7/16(金)10:00から(春日町図書館)				
大泉図書館						
貫井図書館						
春日町図書館						

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をお願いします。
- 掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。
- 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。

■ストレッチ さわやか体操 60歳以上の方対象 毎水曜午前10時～11時30分 光が丘区民センター2階など 講師 松本英樹 入会金1,000円 月会費3,000円 糸井 ☎3976-4668

■すずしろ卓球クラブ(ラージボール) 60歳以上の方対象 毎火曜午後4時～6時 総合体育館 入会金1,000円 月会費750円 木村 ☎090-2146-5903(要予約)

■水墨画 芸墨会 第1・3①水曜②日曜午後1時30分～4時 ①早宮地域集会所②貫井地区区民館 講師 画家/郭朝勇 ①②とも入会金2,000円、月会費3,000円、教材費月1,000円 ☎FAX 6766-5818(要予約)

■漢詩詩吟・和歌・俳句などの朗詠、謡曲 練馬和漢朗詠会 主に月3回土曜 田柄地区区民館 月会費1,000円 年2回発表会あり 初回は無料体験可 佐伯 ☎FAX 3999-1807 Eメール tadafumi.saeki@zj9.so-net.ne.jp

■健康体操 OkiDoki 65歳以上の方対象 月2回火曜午前9時30分～10時45分 早宮地区区民館 入会金1,000円 月会費1,600円 稲葉 ☎070-5461-3255(要予約)

■ストレッチ・ソフトエアロビクス・リズム体操 ニコニコクラブ 60歳以上の方対象 毎月曜午後1時～3時 旭町南地区区民館 講師 尾崎京子 入会金1,000円 月会費1,500円 初回は無料体験可 渡辺 ☎3825-8589

■豊島書道倶楽部 第1・3土曜午前10時～正午 向山庭園 講師 日野蒼洲 月会費3,000円 教材費月300円 初回は無料体験可 森谷 ☎080-3406-1800(要予約)

■親子リズム体操サークル 1歳6カ月～3歳児と保護者対象 毎金曜午前9時30分～10時20分 向山地域集会所など 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 筒井 ☎090-6409-6239(要予約)

■東アジア近現代史セミナー「マンマの近現代史を探る～国軍の形成過程と2月クーデター後の状況」7月17日午後1時30分～4時30分 コネリ3階 講師 上智大学教授/根本敬 参加費700円 小沼 ☎FAX 3991-7087 Eメール neri_9jo@yahoo.co.jp(要予約)

■ストレッチ・エアロビクス・筋トレ ひまわり会 中高年齢者対象 毎火曜午前10時～11時 早宮地区区民館など 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 川澄 ☎3970-5701

■和太鼓 せんばジュニア 年長児～小学生対象 毎土曜午後6時～8時 泉新小 月会費2,000円 初回は無料体験可 山本 ☎090-5427-5297 Eメール senbadaiko@gmail.com(要予約)

■リトルバレエ友の会 毎木曜①午後4時～5時(3歳児～小学1年生)②午後5時～6時(小学2～6年生)③毎火曜午後6時30分～8時(中学生以上) 上石神井体育館 講師 坂田亜紀 ①～③とも入会金5,000円、年会費1,200円、月会費5,000円、発表会積立金月1,000円 初回は無料体験可 柏木 ☎090-6478-6416 Eメール littleballetkamishakujii@gmail.com(要予約)

■うたごえ・スマイル(唱歌・童謡・昭和歌謡・世界のうた) 7月13日、8月19日午後2時～4時 生涯学習センター 参加費1回800円 教材費200円(初回のみ) 猪村 ☎090-9959-7926 Eメール imucin@outlook.jp(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。

お部屋探しはUR賃貸住宅

お部屋探しキャンペーン

9/30(木)まで

UR賃貸ショップ光が丘 TEL 03-5997-8051

営業時間/10:00～17:00(定休日:なし/年末年始を除く) 住所/東京都練馬区光が丘2-10-2 IMA東館店舗内 都営大江戸線「光が丘」駅A3出口 徒歩1分 *掲載の営業時間は6月28日現在のものです。営業時間等は変更となる場合がございますので、ご来店の際は各店舗へお電話等により予め営業状況をご確認いただきますようお願い申し上げます。

最新の空室情報は
こちら



- 礼金 ナシ
- 仲介手数料 ナシ
- 更新料 ナシ
- 保証人 ナシ



UR賃貸住宅

広告 使わなくなったテレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコンの正規の処理をしますので、リサイクル料金と収集運搬料金がかります

家電リサイクル回収承ります

お申込みはWebかお電話で



練馬電機商会(株式会社サン・クリーン) 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北4-1-3 https://nerimadenkisyokai.net ☎03-3994-1422