

講座・催し

勤労福祉会館の催し

▶場所:勤労福祉会館 ▶申込:13月15日(火)2316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18日(金)午後6時~8時 ▶講師:2級キャリア・コンサルティング

▶グ技能士/萩原一郎 ▶定員:30名(先着順)

2ライフプラン講座「自分なりの終活の仕方」
▶日時:3月19日(土)午後2時~4時 ▶講師:終活支援アドバイザー/早川修 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:200円

3簡単おもてなし家庭料理教室
▶日時:3月20日(日)午前11時~午後2時 ▶献立:五目ずし、小松菜とカニカマのごまあえなど ▶講師:食育栄

▶養インストラクター/須沼三枝子 ▶定員:16名(先着順) ▶費用:2,000円

スポーツ

都民体育大会練馬区選考会 ソフトテニス(男子・女子ダブルス)
▶対象:18歳以上の方(高校生、体育・スポーツ団体に登録している大學生を除く) ▶日時:3月27日(日)午前

9時から ※予備日4月3日(日) ▶場所:土支田庭球場 ▶内容:①一般(18歳以上) ②成年(35歳以上) ③壮年(45歳以上) ▶保険料など:1人300円 ▶申込:ハガキで①大会名(①~③の別も) ②2人の住所・氏名(ふりがな)・年齢・学校名と学年(学生のみ)・性別・電話番号を、3月11日(必着)までに〒178-0061大泉学園町1-28-23 練馬区ソフトテニス連盟・久下へ ▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

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

◆スポーツウエルネス吹矢〜コロナに負けない呼吸器づくり ▶対象:60歳以上の方 ▶日時:2月4日~3月25日の毎金曜午後0時30分~2時(2月11日を除く) ▶場所:桜台体育館 ▶定員:各15名(先着順) ▶費用:1回1,000円 ※用具をお持ちでない方は別途100円。 ▶申込:開催日の前日までに電話でSSC桜台・南波 ☎090-1408-9900

◆ライフキッズスポーツクラブ ▶対象:3歳児~小学3年生と保護者 ▶日時:2月7日~3月28日の毎月曜午後4時~5時【3月14日・21日を除く。6日制】 ▶場所:大泉学園町体育館など ▶定員:20組(先着順) ▶費用:1組1,200円(3名以上はお子さん1名につき1,000円追加) ▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③参加者全員の氏名④お子さんの年齢⑤電話番号を、2月5日(土)までにSSC大泉 ☎3921-1300 FAX 3921-1691

◆行政書士による「暮らしと事業の無料相談会」 ▶日時:2月10日(木)午前11時~午後4時 ▶場所:光が丘区センター2階 ▶申込:当日会場へ ▶問合せ:東京都行政書士会練馬支部・橋本 ☎5393-5133(平日午前11時~午後4時)

◆親子で体操 ▶対象:3歳児~小学2年生と保護者 ▶日時:2月13日(日)午前10時~11時30分 ▶場所:平和台体育館 ▶定員:20組(先着順) ▶費用:1組1,000円 ▶申込:電話またはファクスで①催し名②住所③参加者全員の氏名④お子さんの年齢・性別⑤電話番号を、2月10日(土)までにSSC平和台 ☎5921-7800(平日午前9時~午後5時)

◆脳活わくわく(スマホ講座・体操・音楽) ▶日時:2月26日(土)午後1時~3時 ▶場所:土支田地域集会所 ▶定員:30名(先着順) ▶費用:500円 ▶申込:電話で楽しい有志の会・皆川 ☎090-3474-1680

◆高島特別支援学校 学校見学会 ▶日時:3月1日(火)午前9時15分から ▶内容:授業見学、校内見学など ▶申込:ハガキで①学校見学会②住所③氏名④電話番号を、2月21日(必着)までに〒175-0082板橋区高島平3-7-2 高島特別支援学校 ☎3938-0415 ※同ホームページ(http://www.takashima-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/)からも申し込みます。

◆陸上自衛隊第1音楽隊「第46回定期演奏会」 ▶日時:3月3日(木)午後6時30分~8時 ▶場所:練馬文化センター ▶申込:往復ハガキまたは電子メールで参加者全員(2名まで)の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、2月10日(消印

有効)までに〒179-0081北町4-1-1 陸上自衛隊第1師団広報班 ☎3933-1161 [Eメール] adminpr-1d@inet.gsdf.mod.go.jp

◆大泉高校公開講座「ミニバスケット教室」 ▶対象:小学4~6年生 ▶日時:3月7日(月)・10日(木)・11日(金)・14日(月)・17日(木)~19日(土)午後6時~9時【7日制】 ▶保険料:800円 ▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢・学年⑥性別⑦電話番号⑧ファクス番号(ある方のみ)を、2月10日(必着)までに〒178-0063東大泉5-3-1 大泉高校 ☎3924-0318

◆再就職をめざす女性のための職業訓練〜ワード・エクセル基礎科 ▶対象:主に結婚、出産、育児、介護で退職後、再就職を希望し、ハローワークで求職登録をした方 ▶日時:3月14日(月)~18日(金)午前10時~午後3時【5日制】 ▶場所:石神井公園区民交流センター ▶定員:10名(抽選) ▶テキスト代:2,200円 ▶申込:石神井公園区民交流センターや男女共同参画センター(区役所東庁舎5階)、区ホームページなどにある募集案内をご覧の上、2月18日(金)までに募集案内に記載の申込先へ ※保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。 ▶問合せ:東京都能力開発課 ☎5320-4807

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

◆作ってあそぼう! 願いだことブンブンごま ▶対象:小学生 ▶日時:2月13日(日)午前10時~正午 ▶場所:サンライフ練馬 ▶定員:20名(先着順) ▶費用:50円 ▶申込:電話でNPO法人子どもの夢と思い出作り舎・山本 ☎6760-3378(午後7時~9時)

◆北島愛子のおり・かみしばい ▶対象:3歳児~小学生と保護者 ▶日時:2月20日(日)午前10時30分~正午 ▶場所:練馬区職員研修所(豊玉北5-27-2) ▶定員:15組(先着順) ▶費用:1人100円 ▶申込:電話でねりま子ども劇場・橋本 ☎080-7008-4775(午後7時~9時)

◆コンサート&ライブペインティング〜きみも小さなアーティストになろう ▶対象:3歳児~小学生と保護者 ▶日時:2月20日(日)午後2時~3時 ▶場所:下石神井小 ▶定員:40名(先着順) ▶費用:1人500円 ▶申込:電話でエトワール事務局 ☎080-1075-6243(平日午前9時~正午)

◆0歳からのスプリングコンサート withリトミック ▶対象:中学生以下のお子さんと保護者 ▶日時:3月13日(日)午前10時30分~11時30分 ▶場所:東大泉地区区民館 ▶定員:20名(先着順)

▶申込:電話でペガサスアンサンブル事務局 ☎070-8367-1816

◆すまいるねりま遊遊スクール

◆飛び出す読み聞かせ「ジップ&キャンディ〜ロボットたちのクリスマス」 ▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者 ▶日時:3月12日(土)午後2時~3時 ▶場所:関区民センター ▶定員:100名(先着順) ▶申込:電話でHexaBeat・宮下 ☎090-4421-4761(午前10時~午後6時)

子育て学習講座

◆子どもが自分でできる衣類の整理、親子で一緒に簡単おやつ ▶対象:3歳以上のお子さんの保護者 ▶日時:2月17日(木)午前10時15分~11時30分 ▶場所:光が丘区民センター6階 ▶定員:12名(先着順) ▶費用:100円 ▶申込:電話で東京第一友の会光が丘方面・金子 ☎6676-0057(午後6時~10時)

朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街 ▶日時:2月4日(金)午前9時から ▶問合せ:鈴木 ☎3990-6004

献血にご協力を

◆光が丘体育館横 ▶日時:2月11日(祝)午前10時~正午、午後1時30分~4時 ▶問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

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。

■社交ダンス無料講習会 初心者~初級者対象 2月1日~22日の毎火曜午後7時~9時 春日町青少年館など 講師 山田裕文 例会...初心者~初級者対象 毎火曜午後7時~9時 春日町青少年館など 月会費2,000円 YPダンスサークル・内池 ☎080-1144-6207(要予約)

■ゆうき歌謡教室(ピアノ伴奏による演歌の歌唱指導) 60歳以上の初心者対象 月3回火曜午後2時~4時 勤労福祉会館 入会金1,000円 月会費3,000円 田中 ☎070-5571-9178(要予約)

■韓国語学習 トラジ会 初級者~中級者対象 第1・3火曜午前9時45分~11時45分 生涯学習センター分館 月会費2,500円 年1回韓国料理教室あり 堀内 ☎5998-2723(要予約。午後6時以降)

■中国語サロン ①初級者②中級者対象 毎火曜①午後1時~2時②午後2時10分~3時50分 光が丘地区区民館など 中国人講師が指導 月会費①4,000円②4,500円 教材費年2,640円 初回は無料体験可 須加 ☎090-4414-6932(午後6時~9時) [Eメール] rakugaku805@gmail.com(要予約)

■ほほえみパソコン教室(オンラインによるエクセル・パワーポイント・インターネット関連講座) パソコンの操作ができる方対象 毎木曜午後8時~9時、毎金・土曜午前10時~正午 月会費1,000円 関口 ☎080-3013-2707 [Eメール] keiseiki463@yahoo.ne.jp(要予約)

■着付けサークル 麻の葉 初心者対象 月2回月曜午前10時30分~正午 都営練馬四丁目アパート集会所 月会費1,000円 伊藤 ☎080-3440-2323(要予約)

■豊洲・築地市場の出張海鮮イベント(調理の体験・仕込みを覚えて家計の手助け・高級魚貝の試食会) 毎火・木・土曜午前11時~午後4時 文化交流ひろば 会費1回1,000円 石井 ☎080-5184-1374(要予約。午後5時~9時)

■練馬アカデミー合唱団(混声合唱組曲「筑後川」「ローレライ」など) 月3回金曜午後6時30分~9時、月1回日曜午後2時~4時30分 生涯学習センターなど 講師 泉翔士 入会金2,000円 月会費5,000円(学生2,000円) 楽譜代実費 演奏会分担金あり 11月5日に大泉学園ゆめりあホールで演奏会あり 富永 ☎3970-2706

■ヨガサークル satoyoga 40~60代の初心者対象 第2または第3土曜午前10時30分~11時45分 土支田地域集会所 入会金1,000円 会費1回1,000円 初回は無料体験可 大川 ☎080-6922-8607 [Eメール] o.3103.0108.jeny.o@ezweb.ne.jp(要予約)

■油絵・水彩 やよい会 月4回土曜または日曜午前10時~正午 練馬区立美術館 講師 真島直子 入会金1,000円 月会費6,000円 中田 ☎3998-2402

■基礎から楽しい俳句 優俳句会 初心者対象 主に第4月曜午後1時~5時 ココネリ3階 年会費2,000円 月会費1,000円 初回は無料体験可 狩野 ☎3979-1606(要予約)

■光が丘レディス囲碁サークル 60歳以上の初級者の女性対象 毎木曜午後1時~4時 光が丘地区区民館 月会費200円 初回は無料体験可 柴田 ☎3999-7225 [Eメール] haru436shiba@jcom.home.ne.jp(要予約)

■講演会「あの日の福島、その後の福島」 2月5日午前10時~午後0時30分 ココネリ3階 講師 フリーライター/吉田千亜ほか 参加費500円(高校生以下と避難者は無料) NPO法人福島子ども保養プロジェクト・練馬・宮下 ☎090-1253-3180 [Eメール] info@hoyounerima.org

■やさしい英会話 桜 50歳以上の初心者対象 毎火曜午前11時~正午 石神井庁舎5階 外国人講師が指導 入会金1,000円 月会費4,000円 初回は無料体験可 浜本 ☎080-6375-6622(要予約)

■マンドリン・ギターの演奏 大泉マンドリンサークル 初心者~初級者対象 第2・4水曜午後1時~5時 勤労福祉会館など 講師 山本雅三 月会費3,000円 楽譜代月1,000円 野村 ☎3904-8455(要予約)

■詩吟(漢詩・和歌・俳句・歌謡吟など) 富士吟道会白秀すみれ教室 月3回火曜午後1時~4時30分 ココネリ3階 月会費3,000円 高森 ☎3991-7765 [Eメール] cas-takamori@jcom.home.ne.jp(要予約)

■夏目漱石を読む練馬読書会と図書館共催「夢十夜の深淵」無料公開講座 2月12日午後1時~3時 大泉図書館 講師 劇作家/島田九輔 千葉 ☎080-4069-8941(要予約)

■講演会「続くコロナ禍で、教育の今を考える」 2月12日午後6時30分~9時 ココネリ3階 講師 中央大学教授/池田賢市 参加費500円 練馬教育問題交流会・中川 ☎080-6635-0225

■混声合唱団こぶし(名歌・抒情歌・発声練習) 第2・4日曜午後1時~4時 生涯学習センターなど 講師 内田裕見子 入会金1,000円 月会費2,000円 姫野 ☎090-7840-0574 [Eメール] himenokaikai@docomo.ne.jp

■吟詠会(漢詩・新体詩・和歌・俳句など) 第1~3金曜午後1時~3時30分 三原台地域集会所 入会金500円 月会費2,100円 テキスト代800円(初回のみ) 初回は無料体験可 小川 ☎5387-2576 [Eメール] cham12@jcom.home.ne.jp(要予約)

区民のひろば・投稿のきまり

▶掲載の対象:区民の方や区内の団体(代表者と構成員の半数以上が区民の方)が、区内の公的施設を利用して行う自主的な活動で、原則として1回の会費が1,500円以内のもの

※営利活動、売名行為、政治・宗教関係、対象が著しく限定されているもの、物品などの交換は掲載できません。

▶申込:持参または郵送、ファクスで〒176-8501区役所内広聴広報課(本庁舎7階) FAX 3993-1194 ※区ホームページからも申し込み可能です。

※掲載は先着順(申し込みからおおむね3カ月後)です。日付指定の催しは、掲載希望号の1カ月前が原稿締

め切りです。

※掲載後、次回掲載まで8カ月以上あけていただきます。

※掲載内容は練馬区が編集・決定を行います。

▶掲載内容の確認:掲載日の10日ほど前に、委託会社・ママズラボ(株)が掲載内容の確認を行います。

[記載事項]

①団体名②活動内容・催し名③対象(経験や年齢、性別などを限定している場合)④日時⑤場所⑥講師の入会金・月会費など⑦予約の有無⑧問い合わせ先の方の氏名・電話番号・住所(掲載はされません)⑨掲載希望号(日付指定の催しのみ)

◎問合せ:広報係 ☎5984-2690

広告 家電を正しくリサイクル! 【テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機】回収を致します。 ※家電リサイクル券を発行し、リサイクル料金と収集運搬料金を頂戴しております。

お申込みはWEBかお電話で

株式会社サン・グリーン/練馬電機商会
〒176-0012東京都練馬区豊玉北4-1-3(平日10-17時 土日祝日休) TEL:03-3994-1422

※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。