

子ども・教育②

5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	19(木) 13:00~15:00	32名
北 ☎3931-1347	26(木) 9:00~11:00	24名
光が丘 ☎5997-7722	10(火) 9:00~11:00	24名
石神井 ☎3996-0634	13(金) 9:00~11:00	32名
大泉 ☎3921-0217	27(金) 9:00~11:00	24名
関 ☎3929-5381	16(月) 9:00~11:00	24名

歯のファミリーコンクールの参加者を募集

口腔審査を行い、優秀な家族を表彰するコンクールです。▶対象:令和3年4月~4年3月実施の3歳児歯科健康診査で虫歯や治療した歯がないと診断されたお子さんと、次の①~③のいずれかに当てはまる区内在住の家族で、未治療の虫歯がなく、歯並び、かみ合わせ、歯ぐきの健康状態が良い方 ①父または母は、治療した歯が5本以下で虫歯などで抜いた歯がない②兄または姉は、治療した歯がない③祖父または祖母は、虫歯などで抜いた歯がない▶日時:

5月18日(水)午後2時30分~4時▶場所:練馬つつじ歯科休日急患診療所(区役所東庁舎3階)▶申込:5月10日(火)までに電話で歯科保健担当係 ☎5984-4682

子育て講習会「子どもを伸ばすほめ方、しかり方」

▶対象:小学生~中学1年生の保護者▶日時:5月7日(土)・21日(土)、6月4日(土)・18日(土)午前10時~正午【4日制】▶場所:学校教育支援センター▶講師:公認心理師/マーシャル理恵子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講習会名②氏名③お子さんの学年④電話番号⑤参加人数を、同所 ☎6385-9911 [Eメール] oubo@city.nerima.tokyo.jp

スポーツ

初心者スポーツ教室 キャッチバレーボール

▶対象:小学1~4年生▶日時:①5月21日(土)②28日(土)午後4時~6時▶場所:①平和台体育館②大泉学園町体育館▶定員:各50名(抽選)▶保険料:33円▶申込:往復ハガキまたは区ホームページ「電子申請」で①教室名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤電話番号を、4月21日(必着)までに〒176-8501 区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

区民体育大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

●アクアスロン

▶対象:小学生以上▶日時:6月5日(日)午前9時30分から▶場所:光が丘体育館、光が丘公園▶内容:小学生…スイム60m・ラン1.2km、中学生…スイム180m・ラン3.7km、一般(15歳以上)…スイム240m・ラン5.6km▶保険料など:1,000円▶申込:体育館や三原台温水プール、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の上、5月16日(必着)までにトライアスロン連合事務局へ

●軟式野球(未登録チームの部)

▶日時:6月19日~7月3日の毎日曜▶場所:東台野球場▶申込:チーム全員の区内在住・在勤を証明できるものを、4月24日(日)午後2時~3時に直接、同所へ ※高校・大学野球連盟登録者は参加不可。 ※1チーム9名以上、背番号は0~99番を使用。 ※5月15日(日)午後2時から同所で書類審査・抽選会を実施。

講座・催し

創業!ねりま塾~基礎講座・一般編

起業の基礎知識とアイデアの作り方を学びます。▶対象:3年以内に起業したい方▶講師:中小企業診断士/山崎泰央ほか▶定員:各30名(先着順)▶費用:1,000円▶申込:5月2日(月)までに練馬ビジネスサポートセンターホームページ(https://www.nerima-idc.or.jp/bsc/)から申し込んでください ※1は電話でも申し込みます。▶問合せ:練馬ビジネスサポートセンター

☎6757-2020

1 ココネリ3階で開催

▶日時:5月12日(木)午後6時~9時

2 オンラインで開催

▶日時:5月14日(土)午前10時~午後1時

就職活動や地域活動をしている女性のためのパソコン講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる女性▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:MOSインストラクター/後藤悦子▶定員:各10名(先着順)▶資料代:1,000円▶持ち物:USBメモリー▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名(A~Eの別も)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号⑤電子メールアドレス⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、同所 ☎3996-9007 FAX 3996-9010 [Eメール] oubo@nerima-yell.com ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員各6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、開催日の2週間前までにお知らせください。

内容	日時
A パソコン初級	5/17(火) 9:30~12:00
B ワード	6/7(火) 13:30~16:00
C エクセル基礎	6/21(火) 9:30~12:00
D エクセル実践	6/22(水) 13:30~16:00
E パワーポイント	7/12(火) 13:30~16:30

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。

■民謡 瑠声会 毎水曜午後1時~5時 生涯学習センター 講師 日本コロムビア専属/太田瑠声 月会費3,000円 金子☎3893-5129

■トールペイント体験会(①デコパージュバッグ作り②③お花のトールペイント体験) ①4月14日②21日③22日午前10時~正午 石神井公園区民交流センター ①~③とも参加費1,500円 材料費①1,000円②③1,300円 ハピネス・野又☎070-6948-4422 [Eメール] nomatanoriko@gmail.com(要予約)

■社交ダンス スポットターン 毎日

曜午後1時~4時 桜台地域集会所 女性講師が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 仲保☎090-3009-5111

■手編みサークル 初心者・中高年齢者対象 第1・3(火曜)木曜午前10時~正午 生涯学習センター分館 ①②とも入会金2,000円、月会費2,000円 是枝☎3904-0415

■太極拳・気功 ゆうゆう太極拳 月3回火曜午前10時10分~11時40分 生涯学習センター 講師 林メイチン 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 前田☎090-2658-1773(要予約)

■俳画・俳句を楽しむ会 初心者対象 第3木曜①午前10時~正午(俳句)②午後1時~3時(俳画) 春日町リサイクルセンター 講師 荒井郁子 ①②とも会費3カ月1,000円 初回は無料体験可 坂井☎090-9018-0259

■民謡・新舞踊 菊和会 月4回

①水曜午後1時~5時②月曜午前9時~午後1時 ①生涯学習センター②氷川台地区区民館など 講師 赤羽礼子 ①②とも入会金1,000円、月会費2,000円 年2回区民文化祭に出演あり 長富☎3996-3861

■健康体操(イス・ボール・セラバンドを使用) まいまいクラブ 毎水曜①午後1時15分~2時45分②午後3時~4時30分 関区民センター 講師 大谷景 ①②とも年会費100円、月会費2,000円 吉岡☎FAX3928-2359 [Eメール] maimaiclub.1999@gmail.com(要予約。午後6時以降)

■社交ダンス いずみ会 初級者~中級者対象 毎土曜午後1時30分~4時30分 春日町地域集会所 プロが指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 穴澤☎080-6727-0718(要予約)

■社交ダンス ルリークラブ 初級者~中級者対象

毎月曜①午後1時30分~2時30分②午後2時45分~3時45分 勤労福祉会館 女性プロが指導 ①②とも入会金1,000円、会費1回1,000円 年1回パーティーあり 宮田☎3924-1147(要予約)

■軽い筋トレ・ストレッチ・リズム運動など 健康クラブ 60歳以上の初心者対象 毎水曜午前10時~11時30分 関町地域集会所 講師 介護予防運動指導者/岡本公子 会費2カ月6,000円 初回は無料体験可 和智☎3929-1835

■やさしい韓国語教室 初心者~初級者対象 5月からの月2回月曜午後1時30分~3時 ココネリ3階など 日本人講師が指導 月会費3,000円 教材費実費 田☎070-6517-1879(午後6時~9時) [Eメール] urihana5nerima@gmail.com(要予約)

■ストレッチ&リズムムーブメント

キャッスル 毎水曜午後7時~8時30分 光和小 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 大橋☎3923-8459(午後7時以降)

■気功・健康体操など 練馬気功の会 毎火曜午前10時~正午 春日町地域集会所 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 すみた☎080-3127-3875(要予約)

■囲碁サークル 烏鷲の友の会 中級者対象 毎土曜午後1時~5時 生涯学習センター分館 月2回講師が指導 入会金1,000円 月会費1,000円 中村☎090-2426-9774

■名作を読む会(日本文学・外国文学の読書会) 第2金曜午後1時30分~4時 大泉図書館 月会費200円 初回は無料体験可 岡田☎FAX3925-9615(要予約。午前中)

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

練馬区内木造戸建限定 (築30年位迄・賃貸物件除く)

屋根+外壁「まるごと」塗り替え 夏は涼しく冬は暖かい遮熱塗装【足場代】込みで長期保証付!!

ウレタン 塗装パック 耐用7~10年 81万円(税込)	シリコン 塗装パック 耐用10~15年 88万円(税込)	遮熱 塗装パック 耐用12~18年 94万円(税込)
-----------------------------	------------------------------	----------------------------

4大特典付
①屋根塗装割増半額
②経年劣化部調整込
③付帯物塗装一式込
④バルコニートップコート塗装サービス ※上記共、当社規定による

お気軽にお問い合わせください! 受付8:00~20:00(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!

代表取締役 菊高 比登志
筆頭親方 金内 宏幸

http://www.fresh-home330.com

畳替え 温もり 安らぎ 心地よく

創業70年

心誠心誠意 体健康第一 技日々精進

くまもと産畳表 ※税込
表替え: 7,700円~
裏返し: 3,850円~
新畳: 15,400円~

お見積り無料!

朝お預かり、夕方お届け 家具の移動、畳下の掃除 無料!

「練馬区内共通商品券」もご利用いただけます。

★月刊Kacceでも広告掲載中!

練馬区春日町6-3-1
(株)三浦畳店 ☎3999-1767

HPはこちらから! http://www.miura-tatamiten.com

広告 ひきこもり訪問支援 ぱすてる 訪問相談・カウンセリング・外出同行いたします 初回訪問相談無料 カウンセリングサロンぱすてる 練馬区富士見台4-36-40 TEL:080-6565-0992