

# スポーツ



## 区民体育大会 剣道

▶対象:小学3年生以上▶日程:9月3日(日)▶場所:総合体育館▶内容:個人トーナメント▶費用:350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。7月3日(月)までに練馬区剣道連盟事務局・上原へ▶問合せ:スポーツ振興課事業係☎5984-1947

# 講座・催し



## 消費生活パネル展

消費者団体の活動や、暮らし・環境に関わる情報を紹介します。▶日時:5月31日(水)~6月7日(水)午前8時45分~午後8時(31日は午後1時から。7日は正午まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:消費生活係☎5910-3089

## 講演会「ヤングケアラーについて学ぼう！」

▶日時:6月10日(土)午後2時~4時▶場所:貫井図書館▶講師:(一社)ケアラーワークス代表理事/田中悠美子▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎3577-1831<図書館で同時視聴できます>▶申込:電話で各申込先へ

場所(図書館)・申込先	定員(先着順)
南田中☎5393-2411	20名
石神井☎3995-2230	30名
大泉☎3921-0991	25名

## ふるさと文化講座「草木とともに~植物学者牧野富太郎の人生」

▶日時:7月8日(土)午後2時~3時30分▶場所:石神井公園ふるさと文化館▶講師:牧野記念庭園学芸員/田中純子▶定員:90名(抽選)▶申込:往復ハガキまたは同ホームページで①講座名②代表者の住所・氏名(ふ

りがな)・電話番号③参加者全員(2名まで)の氏名(ふりがな)を、6月13日(必着)までに〒177-0041石神井町5-12-16 石神井公園ふるさと文化館☎3996-4060

## 講演会「東京の世界自然遺産小笠原諸島の魅力を学ぼう！」

▶対象:小学生以上▶日時:7月1日(土)午前10時~11時30分▶場所:豊

玉リサイクルセンター▶定員:15名(抽選)▶申込:往復ハガキまたはリサイクルセンターホームページで①講演会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、6月22日(必着)までに〒176-0011豊玉上2-22-15豊玉リサイクルセンター☎5999-3196 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同ホームページをご覧ください(定員30名(先着順))。

5/23(火)~26(金)

## 区役所アトリウムで皀月を展示

区内では、江戸時代から皀月の生産が盛んに行われてきました。農家が育てた皀月盆栽を展示します。ぜひご覧ください。▶日時:5月23日(火)~26日(金)午前8時45分~午後5時▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:農業振興係☎5984-1403



# 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

◆江古田ナイトパザール▶日時:5月27日(土)午後4時~7時▶場所:江古田ゆうゆうロード▶内容:サンパパレードなど▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井☎3991-0954

◆「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」料理教室▶日時:6月8日(木)午前10時30分~午後1時▶場所:光が丘区民センター2階▶定員:20名(先着順)▶費用:650円▶申込:電話またはファクスで①住所②氏名③電話番号を、6月5日(月)までにいきいきクッキングねりま・小泉☎FAX 3970-4174

◆再就職に役立つワード・エクセル基礎科▶対象:結婚、出産、育児、介護などで離職し、ハローワークで求職登録をした女性▶日時:6月26日(月)~30日(金)午前10時~午後3時【5日制】▶場所:男女共同参画センターえーる▶定員:10名(抽選)▶費用:2,200円▶申込:男女共同参画センターえーるや石神井公園区民交流センター、図書館、人権・男女共同参画課(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ください。6月9日(必着)までに募集案内に記載の申込先へ▶問合せ:東京都能力開発課☎5320-4705 ※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。

◆ビーチボールバレー交流会▶対象:18歳以上の方▶日時:7月1日(土)午前9時30分~午後3時30分▶場所:総合体育館▶定員:40名(先着順)▶費用:500円▶申込:6月15日(木)までに電話でSSC谷原☎3997-2500

◆韓国語入門▶日時:7月1日~29日の毎土曜午後1時~4時【5日制】▶場所:第四商業高校▶定員:20名(抽選)▶費用:1,500円▶申込:往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、5月31日(消印有効)までに〒176-0021貫井3-45-19 第四商業高校☎3990-4221

## 朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前▶日時:5月28日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永☎090-4374-3888

◆春日町本通り商店会▶日時:5月31日(木)午前11時~午後3時▶問合せ:小泉☎3998-1010

## 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

◆初めての火おこし▶対象:小学2~5年生と保護者▶日時:6月11日(日)午前10時~正午▶場所:石神井公園▶定員:20組(先着順)▶費用:1人300円(保護者は200円)▶申込:電話で石神井公園再生フォーラム・佐藤☎5910-7056(火・木・土曜午前8時~9時)

◆スポーツなど▶申込:A~D【D】当日会場へ【B】電話で日本テニスボール協会練馬区連盟・庄司☎090-3517-2021(午後5時~8時) ※未就学児は保護者同伴。 ※B~Dは保護者の参加も可。

◆6月の水泳ワンポイントレッスン▶対象:4歳児~中学生 ※小学3年生以下のお子さんには水着を着用した保護者が付き添ってください。▶日時:6月3日(土)・17日(土)午前9時~11時▶場所:三原台温水プール、上石神井体育館、平和台体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。

◆桜台体育館▶対象:5歳児~中学生▶日時:6月17日(土)①午前9時~10時30分②午前10時~11時45分③午前10時45分~正午▶内容:①ダブルダッチ②スラックライン③ポッチャ▶定員:各20名(先着順)▶費用:100円(保護者のみ)

◆総合体育館▶対象:5歳児~中学生▶日時:6月17日(土)午前9時~正午▶内容:トランポリン、ボクシングミット打ちなど▶定員:20名(先着順)▶費用:50円

◆大泉学園町体育館▶対象:3歳児~中学生▶日時:6月17日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:体操、トランポリンなど▶定員:30名(先着順)▶費用:50円

◆大泉第三小▶対象:5歳児~小学4年生▶日時:6月17日(土)午前10時~正午▶内容:ティールボール▶定員:40名(先着順)▶費用:100円

◆上石神井体育館▶対象:4歳児~小学生▶日時:6月24日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:トランポリン、鉄棒など▶定員:40名(先着順)

◆中村南スポーツ交流センター▶対象:5歳児~中学生▶日時:6月26日(月)午後4時~6時▶内容:フラッグフットボール▶定員:30名(先着順)

◆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。

## 区民のひろば

◆水歩行・水泳 水運・水歩会▶60歳以上の方対象 月4回木曜午前9時~11時 三原台温水プール 女性講師が指導 入会金1,000円 月会費1,700円 初回は無料体験可 塚本☎090-9154-0376(要予約)

◆英会話 English club Lemon▶中級者対象 月3回木曜①午後1時30分~2時50分②午後3時~4時20分▶石神井公園区民交流センター 講師 ジョセフ・マルヤマ ①②とも入会金2,000円 月会費4,500円 初回は500円で体験可 岩崎☎080-6783-5097 【Eメール】tatemi175@gmail.com(要予約)

◆ハワイアンフラ体験会▶3歳以上の女性対象 ①6月19日午前10時30分~11時30分②7月31日午後3時30分~4時30分▶東大泉地域集会所 ①②とも参加費200円 フィイア オ カフラ・江頭☎SMS 090-5196-9506(要予約)

◆抒情歌・シャンソンを歌う会(カンツォーネ・映画音楽など) ①月4回②月2回月曜午後1時30分~3時30分▶生涯学習センター分館 ①②とも入会金2,000円 月会費①4,500円②3,000円 教材費など月1,000円 初回は無料体験可 岡本☎3922-7917(要予約)

◆石神井ヘルシーダンス(ストレッチ・脳トレ・筋力アップ・リズムダンス)▶中高年齢の女性対象 毎金曜午前9時30分~11時▶石神井公園区民交流センター 講師 高橋真琴 月会費3,000円 青木☎3997-6771

◆女声二部合唱(日本・外国の抒情歌、フォークソング)▶パンジーコーラス 第2・4月曜午前10時15分~11時45分▶立野地区区民館など 講師 林いづみ 入会金1,000円 月会費2,000円 教材費1,000円(初回のみ) 中尾☎FAX 3594-2927(要予約)

◆基礎数学と情報Iの学習会・無料説明会▶6月1日午後2時~4時▶生涯学習センター 例会…月2回木曜午後生涯学習センターなど 入会金2,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 斎藤☎080-7008-8905(午前9時~午後6時) 【Eメール】pfc03114@nifty.com(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。

## 外装まるごとパック

区内/戸建(木造2階建)限定 (築30年位迄・賃貸物件除外)

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8~10年 88万円(税込)	シリコン 塗装パック 耐用10~15年 92万円(税込)	遮熱 塗装パック 耐用12~20年 96万円(税込)
--------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

4大特典付  
①屋根塗装割増分半額  
②経年劣化部調整込  
③付帯物塗装一式込  
④バルコニーポット塗装サービス  
※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 8:00~19:00(無休)  
練馬区高松2-18-8 特養老人ホーム「第2練馬高松園」裏

創業昭和61年『戸建塗装一筋36年』  
【有】フレッシュホーム  
0120-330-828

代表取締役 菊高 比登志  
筆頭親方 金内 宏幸

http://www.fresh-home330.com

## 確かな家族葬を約束する 千代田セレモニー

千代田豊島園会館 練馬区指定葬儀場 使用料助成金対象ホール

家族葬のご依頼・事前のご相談は

24時間・365日受付

0120-16-9876

通話無料

QRコード