

消費者講座 「これからのNISA～新NISA 制度移行に備える」

▶日時:10月6日(金)午前10時～正午
▶場所:石神井公園区民交流センター
▶講師:日本証券業協会/飯野明夫
▶定員:40名(先着順) ▶申込:電話 または電子メールで①講座名②住所 ③氏名(ふりがな)④電話番号を、9月28日(木)までに消費生活係 ☎5910-3089 [Eメール] syohi@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、9月22日(金)までにお知らせください。

10/14(土)

美術館・貫井図書館設計ワークショップ ～建築をみんなで育てる

みんなで知恵を出し合い、新しい美術館・図書館を作ませんか。今回は、美術館・図書館とまちをつなぐ美術の森緑地について考えます。
▶対象:中学生以上 ※お子さん連れ可。▶日時:10月14日(土)午後2時～5時▶場所:サンライフ練馬▶講師:平田晃久建築設計事務所/平田晃久ほか▶定員:50名(抽選)▶申込:ハガキまたは電子メールで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤区内在勤(在学)の方は勤務先(学校名)⑥お子さんの氏名(ふりがな。お子さん連れの方のみ)を、9月25日(必着)までに〒176-8501区役所内美術館再整備担当係 ☎5984-4723 [Eメール] bijutsu-saiseibi@city.nerima.tokyo.jp



前回の様子

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

◆公衆浴場でよもぎ湯 ▶日程:9月17日(日)・18日(祝) ※実施日は施設によって異なります。各浴場にご確認ください。▶場所:区内公衆浴場▶費用:520円(75歳以上の方300円、小学生200円、未就学児100円)▶問合せ:練馬区公衆浴場組合・野内 ☎3970-4126

◆行政書士による「暮らしと事業の無料相談会」▶日時:9月21日(木)午前11時～午後4時▶場所:石神井庁舎5階▶申込:当日会場へ▶問合せ:東京都行政書士会練馬支部・榎本 ☎3924-2093(平日午前11時～午後4時)

◆オンライン開催・区民健康医学講座「あなたの目を守るために～形成外科医の視点から」 視聴方法など詳しくは、順天堂練馬病院ホームページをご覧ください。▶日時:9月30日(土)午後2時～3時▶問合せ:同病院 ☎5923-3111

◆不動産街頭無料相談会▶日時:10月2日(月)午前10時30分～午後4時▶場所:区役所アトリウム▶定員:30名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①氏名②年齢③電話番号を、9月28日(木)までに(公社)全日本不動産協会東京都本部練馬支部 ☎5912-0733(平日午前11時～午後4時) [FAX] 5912-0734 [Eメール] nerima@tokyo.zennichi.or.jp

◆区民企画講座「片づけスイッチオン!断捨離で住まいをもっと快適に&お財布でスッキリを体験」▶日時:①10月8日(日)②29日(日)午後1時～3時▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:やましたひでこ公認断捨離トレーナー/木村さちこ▶定員:各30名(先着順)▶費用:300円▶申込:電話または電子メールで①講座名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を、東京練馬断捨離会 ☎090-2755-1494(午前9時～午後

8時) [Eメール] tokyonerimadanshari@gmail.com ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員5名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、④9月22日(金)⑤10月13日(金)までにお知らせください。

◆日光～ポールを使ってお出かけウォーキング▶日時・場所:10月10日(火)午前7時30分西武池袋線石神井公園駅集合～湯ノ湖(栃木県日光市)～戦場ヶ原～三本松茶屋～午後6時集合場所解散(約6km)▶定員:20名(抽選)▶費用:6,500円▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、9月25日(必着)までに〒177-0032谷原1-7-5 SSC谷原 ☎3997-2500

◆秋の文学散歩▶日時・場所:10月15日(日)午前9時30分都営大江戸線牛込柳町駅集合～漱石山房記念館～早稲田大学～都電荒川線～午後2時雑司ヶ谷公園解散(約6km)▶定員:60名(先着順)▶費用:1,000円 ※電車代実費。▶申込:往復ハガキで①催し名②参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を、9月29日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井 ☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午前10時～午後3時)

◆秋のテニス教室(小学生と母親のペアレッスン)日初中級レッスンC女子ダブルス強化クラス▶日時:10月22日(日)・29日(日)、11月5日(日)▶午前9時～10時10分▶10時20分～11時30分▶11時40分～午後0時50分▶①午前9時～10時10分②午前10時20分～11時30分③午前11時40分～午後0時50分▶3日制) ※予備日11月12日(日)。▶定員:各6組B各12名C各20名(先着順)▶場所:夏の雲公園庭球場▶費用:1組2,500円B1人2,500円▶申込:新日本スポーツ連盟練馬テニス協会ホームページまたは電話で同協議会 ☎090-2662-1991 ◆区民企画講座「杜人～環境再生医矢野智徳の挑戦」上映と監督トーク▶日時:10月28日(土)①午前10時～正午(映画上映のみ)②午後1時～4時▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:映画監督/前田せつ子(◎のみ)▶定員:各45名(先着順)▶費用:500円▶申込:電話または電子メールで①講座名(①②の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、[女性会議練馬支部・犬塚 ☎090-8564-8315 [Eメール] inufamily0722@gmail.com ※保育室(6カ月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢も、10月25日(必着)までにお知らせください。

◆大泉高校公開講座「鳩ノ巣のフィールドスタディ」▶日時:10月29日(日)午前8時～午後2時▶集合場所:JR古里駅▶費用:533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⑥性別⑦電話番号⑧電子メールアドレス(ある方のみ)を、9月27日(必着)までに〒178-0063 東大泉5-3-1 大泉高校 ☎3924-0318

◆ボランティア養成講座「障害のある方と一緒にポッチャなどを体験し、障害理解を深めよう」▶対象:15歳以上の方(中学生を除く)▶日時:11月4日(土)午前9時～午後3時▶場所:石神井特別支援学校▶定員:20名(抽選)▶申込:9月19日(火)から東京都教育委員会ホームページまたは往復ハガキで①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、9月29日(消印有効)までに〒177-0045石神井台8-20-35 石神井特別支援学校 ☎3929-0012

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、9月26日(火)までに申込先へ ※1区画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:10月1日(日)午前9時～午後1時(雨天中止)▶申込先:〒179-0073田柄2-8-2 リサイクルマーケットジョイ ☎080-

6739-1024(先着50店。問い合わせは月～土曜午後1時～4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

◆0歳からのファミリーコンサート▶対象:中学生以下のお子さんと保護者▶日時:9月30日(土)午前10時30分～11時20分▶場所:生涯学習センター▶定員:300人(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話でこりこの事務局 ☎050-1808-8778(平日午前9時～午後1時)

すまいるねりま遊遊スクール

◆パラスポーツ体験会!▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者▶日時:9月24日(日)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:15組(先着順)▶申込:電話で練馬区パラスポーツ研究会・青柳 ☎090-6509-0989

子育て学習講座

◆ゆっくり子育て子どもが思春期を迎える前に▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:9月23日(祝)午後3時～4時30分▶場所:勤労福祉会館▶定員:20名(先着順)▶申込:電話で旭出学園でまえ教室・岡田 ☎3922-4134(平日午前9時～午後5時30分)

◆教育・学校での「子どもの権利」を学ぼう▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:10月8日(日)午後6時～8時▶場所:貫井図書館▶講師:中央大学教授/池田賢市▶定員:20名(先着順)▶費用:100円▶申込:当日会場へ▶問合せ:ねりまチャイルド・宮崎 ☎090-1618-0775(午後7時～9時)

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597 ◆自宅でできるフレイル予防体操▶日時:9月11日(月)午前10時～正午▶場所:光が丘区民センター2階▶内容:実

技▶定員:15名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:電話で高松デイサービスセンター ☎3995-5107

理学療法士に学ぶ体の動かし方

▶日時:9月16日(土)午後1時30分～2時30分▶場所:おでかけ専科デイサービス葵(大泉学園町6-9-21)▶内容:講義、実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3978-0919

◆健康を維持するために▶日時:9月17日(日)午後2時～4時▶場所:ケアサービス伊東(平和台4-23-22)▶講師:練馬光が丘病院医師/藤岡高弘▶内容:講義▶定員:20名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:同所 ☎3934-1282

◆自宅でできる腰痛予防運動▶日時:9月26日(火)午後1時～2時▶場所:練馬高松園デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3926-3026

◆知れば納得!床ずれ予防のポジショニングと正しいオムツの当て方▶日時:9月30日(土)午後2時～3時▶場所:上石神井特別養護老人ホーム▶内容:講義、実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎5903-3051

◆知って、学んで、始めてみようフレイル対策!はじめの一歩!▶日時:10月4日(水)午前10時30分～正午▶場所:田柄デイサービスセンター▶内容:講義、実技▶定員:15名(先着順)▶申込:電話で同所 ☎3825-1551

地区祭

◆第三地区祭(向山地区)▶日時:9月30日(土)午前9時30分～午後1時▶場所:向山小▶内容:模擬店、日大芸術マジック、起震車体験、ゲームコーナーなど▶問合せ:実行委員会・上野 ☎3999-3535

献血にご協力を

◆練馬消防署▶日時:9月19日(火)午前9時30分～11時30分・午後1時～3時30分▶問合せ:東京都赤十字血液センター-武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

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。

雨漏検査!! 難解な雨漏りを即解決 特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント解明 壁、天井のしみをみつけたらまず、ご一報下さい 修繕費の無駄はカット 見積無料 検査・修繕 03-6762-0800 東京都練馬区練馬2丁目19-3練馬三角ビル1F(株)サーベイ

庭木1本から承ります! お客様へのお約束 「ねりま区報」をご覧の方に 庭木1本より明瞭料金 トイレはお借りしません お茶はご遠慮します 土日でもOKです 生垣剪定 長さ1m高さ2m 通常2,200円を 先着10名様 (税込) 1,100円! 1本からのサービス ガーデンエクस्प्रेस 東京中央支店 練馬区土支田3-19-12 営業時間 9:00～17:00 見積無料 03-5933-2811

広告 包丁切れなくて困っていませんか? 丁寧な研ぎで好評です! ☎3993-7168 平日8:30～17:15 開催場所と日時は 公益社団法人 練馬区シルバー人材センター 練馬区豊玉北5-29-8練馬センタービル5階