

講座・催し

五味康祐のオーディオで聴くレコードコンサート
～五味コレクションのテープを聴く

対中学生以上 ☒5月24日(土)☒午後1時30分～3時☒午後3時30分～5時
場石神井松の風文化公園管理棟 🗨T&T代表/唐金利生 ☒各20名(抽選) 💎500円 ☒石神井公園ふるさと文化館HPまたは往復ハガキで①催

し名(A⑧の別)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、5月8日(必着)までに〒177-0045石神井台1-33-44 石神井公園ふるさと文化館分室へ 📧石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

おうちでできるシンプルヨーガ「モーニングヨーガ」

☒5月21日(水)午前10時～11時30分 📍サンライフ練馬 🗨気づきのヨーガ主宰/堀内美加 ☒12名(抽選)

申往復ハガキで①催し名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、5月2日(必着)までに〒176-0021貫井1-36-18 サンライフ練馬 ☎3990-0185

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

対パソコンで文字入力ができる女性 ※過去に受講した方は申し込みません。 📍 ☒男女共同参画センターえーる ☎3996-9007 FAX 3996-9010 🗨MOSインストラクター/後藤悦子 ☒各10名(先着順) 💎1,000円 ☒同センターHP ※保育室(6か月以上の未就学児対象。定員6名)を利用したい方、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	日程
ワード	5/29(木)
エクセル基礎	6/19(木)
エクセル実践	6/26(木)
パワーポイント	7/3(木)

※時間はいずれも13:30～16:30。

つながるカレッジねりま 公開講座
～地域活動とコミュニケーション

地域活動に役立つ知識とスキルを学びます。 ☒5月10日(土)午前10時～正午 📍ココネリ3階 🗨おたがいさま

の会代表/志寒浩二 ☒30名(先着順) ☒5月2日(金)までにつながるカレッジねりまポータルサイトまたは電話でカレッジ担当係 ☎5984-1613 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同ポータルサイトをご覧ください。

人権セミナー

☒区HPまたは電話、ファクスで①セミナー名(A⑧の別)②代表者の住所・氏名・電話番号③参加人数を、人権啓発担当係 ☎5984-1452 FAX 3993-6512 ※保育室(6か月以上の未就学児対象。定員4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、A5月7日(水)B14日(水)までにお知らせください。

Aチョコレートの裏側、ちょっとのぞいてみませんか?～児童労働と子どもの権利

☒5月18日(日)午後1時30分～3時30分 📍区役所アトリウム地下多目的会議室 🗨認定NPO法人ACE児童労働ネットワーク事務局/杉山綾香 ☒70名(先着順)

Bデフリンピックと聴覚障害

☒5月23日(金)午後6時30分～8時30分 📍区役所本庁舎20階 🗨デフ卓球日本代表選手/亀澤史憲 ☒30名(先着順)

募集期間

6/18～
7/18(必着)

ねりま手工芸公募展 作品募集

8月31日(日)～9月6日(土)に石神井公園ふるさと文化館で開催する公募展に出品する作品を募集します。

対区内在住・在勤(在学)の16歳以上の方 ▶募集作品:応募者本人がデザインした手工芸作品 ▶作品の規格:原則として平面作品は150cm×150cm以内、立体作品は60cm×60cm×60cmのスペースに展示できる大きさ ☒区HPや地区区民館、石神井公園ふるさと文化館、生涯学習センター、練馬区立美術館、文化・生涯学習課(区役所本庁舎8階)にある募集要項をご覧ください。6月18日～7月18日(必着)に石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060



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でお願いします。
●掲載を希望する方は、区HP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。

認知症予防・健康維持の日帰り旅行会 こぶしの会 60歳以上の方対象 第1・3火曜午前10時～正午はつつセンター光が丘 交通費など実費 瀧田 ☎ FAX 3993-5998(要予約)

フラダンス HULAスタジオナブア 初心者～中級者対象 月3回水曜午前9時30分～11時30分 高野台地域集会所 会費1回1,500円 初回は無料体験可 フラパーティーあり 大村 ☎ 090-9334-1778(要予約)

上映会「夢みる給食」 5月10日①午前10時～11時25分②午後2時～3時25分 大泉学園ゆめりあホール 参加費1,000円(高校生以下無料) 映画、えーが!・長島 ☎090-4065-7410 HP https://forms.gle/KMPAKiBGv5NrWMLX9(要予約)

ハワイアンキルト展 5月23日午後1時～8時、24日午前10時～午後6時 ココネリ3階 入場無料 (一社)日本ハワイアンキルト協会・関岡 ☎3825-8002

20周年大泉リコーダーオーケストラコンサート 5月18日午後3時30分～5時30分 練馬文化センター 指揮 金子健治 入場無料 大泉リコーダーの会・吉田 ☎ FAX 5934-1148 Eメール ohizumir@yahoo.co.jp(要予約)

石神井ヨガサークル 毎月曜①午前9時45分～10時50分②午前10時55分～正午、毎金曜③午前9時15分～10時30分④午前10時30分～11時45分 石神井公園区民交流センターなど 講師 渡部広重 ①～④とも入会金3,000円、月会費4,500円 初回は無料体験可 戸戸 ☎080-1241-6681 Eメール js.etude@jcom.home.ne.jp(要予約)

イスラエルダンスを踊る会 60歳以上の方対象 第2・4日曜午前9時～11時 はつつセンター豊玉 講師 那須達磨 会費1回100円 高橋 ☎090-5789-4132(要予約)

川柳こぶし吟社 ①第1月曜午後2時～5時②第3月曜午後1時30分～5時 男女共同参画センターえーるなど ①②とも月会費1,500円 初回は無料体験可 本間 ☎3922-9110(要予約。火～土曜午後2時～5時)

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)

女声コーラス(映画音楽・ポップス・シャンソン・アカペラなど) メロディーコーラス 50～70代の方対象 月3回水曜午後2時～4時 生涯学習センターなど 会費1回1,000円 楽譜代実費 初回は無料体験可 福家 ☎090-5399-3614 Eメール tfmelody@ybb.ne.jp(要予約)

ストレッチ体操・リズムダンス 健康リズム体操クラブ 60歳以上の方対象 月4回水曜午後1時～3時 桜台地域集会所など 講師 西田晶子 月会費2,500円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 浅香 ☎090-8804-8420(要予約)

気功・操体・動作トレーニング 空の会 月2回水曜午前10時～正午 春日町青少年館 月会費3,000円 初回は無料体験可 平山 ☎080-3580-4626(要予約)

社交ダンスを楽しく踊ろう会 中高年齢の初心者対象 毎火曜正午～午後4時 生涯学習センターなど 講師 清水けいじ 会費1回1,500円 教材費など実費 初回は無料体験可 加藤 ☎090-2664-0284 Eメール pu-megumi@docomo.ne.jp(要予約)

リラックスヨガの会 女性対象 毎月曜午後2時～3時45分 石神井公園区民交流センターなど ヨガインストラクターが指導 入会金2,000円 会費7回1万円 初回は1,000円で体験可 田村 ☎3970-6947(要予約。午後7時以降)

英会話 スティープと話そう 初級者～中級者対象 第2・4火曜午前11時～午後0時30分 上石神井北地域集会所など イギリス人講師が指導 入会金1,000円 月会費3,000円 初回は無料体験可 亀井 ☎ SMS 090-4015-4544(要予約)

英会話 キャロット 50～60代の初心者対象 月3回火曜午前10時30分～11時25分 石神井庁舎5階 講師 クリス・フォックス 入会金1,000円 月会費3,500円 初回は無料体験可 斉藤 ☎080-9870-3175(要予約)

手編み(カギ針・棒針・アフガン編み) 初心者・中高年齢者対象 第2・4木曜午後1時～3時 光が丘区民センター5階など 入会金2,000円 月会費2,000円 堀江 ☎3976-8404

俳画 穂有・虹の会 第2月曜午後1時～4時 石神井庁舎5階 月会費1,500円 佐藤 ☎3926-3243

卓球 ファイン・メイツ 初級者以上対象 毎火曜午前9時～正午 光が丘体育館 入会金1,000円 月会費500円 青井 ☎090-9237-1717(要予約)

ヨガ エデュカラボ 毎土曜午前10時～11時 男女共同参画センターえーるなど 会費1回1,500円 初回は1,000円で体験可 恩田 ☎090-4095-0420 Eメール educa.lab19@gmail.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。

もめないための「円満立ち退き」を専門家が解説 古くなったアパート・貸家の問題解決セミナー

参加無料・予約制

5月9日(金)・10日(土) 練馬で開催

相続対策や土地活用の一つとして多く選ばれている賃貸住宅。子世代へ引き継ぐ予定のある人、親からの相続を予定している人も多いのではないのでしょうか。しかし、賃貸住宅は入居者とのトラブルや、建

て替わりに伴う立ち退き交渉、老朽化による倒壊の危険性などさまざまな問題もつきもの。アパート所有者なら知っておきたい対策を学びませんか。セミナーでは専門家が事例をもとに、賃貸住宅に関するトラブルの解決方法や、思わぬ落とし穴などをわかりやすく解説してくれます。セミナー終了後は個別相談が

できるので、希望の方は事前に予約を。 ▶開催日時:5/9(金)、10(土)9:30～10:30(受付開始9:15)セミナー終了後の個別相談会～11:45(要予約) ▶講師:ディライトコンサルティング株式会社 ▶会場:練馬産業会館 2階小・中会議室(練馬区豊玉上2-23-10)



西武池袋線「桜台駅」南口徒歩約5分「練馬駅」南口徒歩約6分 都営大江戸線「練馬駅」A1出口徒歩約6分

●セミナー申込 フジサンケイ企画セミナー事務局 ☎0120-505-470 10:00～17:00 年中無休

9日申込ページ https://ansapo.jp/semi/3028 10日申込ページ https://ansapo.jp/semi/3029

広告 お売り下さい。使わなくなった物。 〒179-0076 東京都練馬区土支田 3-47-8 電話(FAX)03-3922-0422 / 携帯電話 090-5500-5923 **古道具くら**