

講座・催し

つながるカレッジねりま
公開講座
～わたし色の地域活動を楽しむ～

地域活動に役立つ知識とスキルを学びます。🕒7月5日(土)午前10時～正午📍ココネリ3階🗨こねくとういず／村嶋美茶子ほか👤30名(先着順)📄📄当日会場へ7月1日(火)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。

ラベンダーバンドルズ作り

🕒6月19日(木)午前11時～午後3時の間の20分程度📍区役所西庁舎10階🗨NPO法人自然工房めばえスタッフ👤45名(先着順)📄📄当日会場へ ※午前10時30分から整理券を配布。📄保全係☎5984-1683

サークル文化祭 舞台発表会

生涯学習センターを拠点に活動しているサークル団体が、日頃の成果を披露します。

📍📍生涯学習センター☎3991-1667
👤各300名(先着順)
📄📄当日会場へ

日時	内容
6/22(日)12:00～15:20	日本舞踊、民謡踊り、民謡、新舞踊、民謡、三曲(箏・三絃・尺八)
6/29(日)12:00～15:30	フラダンス、ギター演奏、コーラス、社交ダンス、健康ダンス、太極拳

※いずれも11:30開場。

せきまちラベンダーフェスティバル

🕒6月28日(土)午前10時30分～午後2時📍📍関町福祉園☎3594-0217
📄ハーブの収穫体験(摘み取り代実費)、自主生産品の販売、模擬店など📄📄当日会場へ

盆踊り講習会

🕒7月4日(金)・5日(土)午後6時～7時30分📍📍生涯学習センター☎3991-1667▶曲目:練馬音頭、東京音頭、炭坑節など👤各100名(先着順)📄📄当日会場へ ※保育室(5日のみ。1歳以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は、6月20日(金)までに電話で同所へお知らせください。

七夕茶会

📄小学生以上のお子さんと保護者🕒7月5日(土)🕒午後3時から🕒午後4時から🕒午後5時から🕒午後6時から※時間はいずれも30分。📍向山庭園👤各8名(先着順)💰1人1,000円📄📄電話で同所☎3926-7810

伝わる情報発信のためのグラフィック・ユニバーサルデザイン講座

🕒7月7日(月)午後6時30分～8時📍区役所本庁舎20階👤40名(先着順)📄📄電話またはファクス、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、7月4日(金)までにひと・まちづくり推進係☎5984-1296📠5984-1214📧tiikifukushi08@city.nerima.tokyo.jp ※手話通訳・点字資料などを希望する方は、6月30日(月)までにお知らせください。 ※オンラインでも配信します。詳しくは、区HPをご覧ください。

市民後見人と一緒に学びませんか

地域住民が後見活動を行う市民後見人の養成研修を公開し、研修受講生と一緒に学びます。📍ココネリ3階など👤各10名(先着順)📄📄電話またはファクスで①講座名(📄～📄の別も)②氏名(ふりがな)③電話番号を、7月3日(木)までに権利擁護センターほっとサポートねりま☎5912-4022📠3994-1224

講座名	日時
📄成年後見制度	7/11(金) 14:00～16:00
📄知的障害の理解	7/14(月) 10:00～12:00
📄社会保障制度	7/22(火) 10:00～12:00
📄認知症の理解	7/23(水) 10:00～12:00
📄精神障害の理解	7/24(木) 10:00～12:00

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

- ◆本町通りのエイサー祭り🕒6月14日(土)午後4時～6時📍富士見台本町通り商店街📍模擬店など📍富士見台本町通り商店会・川口☎6784-2461
- ◆庚申の会ビッグサービスデー🕒6月15日(日)📍江古田ゆうゆうロード📍クーポン券の配布、ボックスティッシュのプレゼント ※なくなり次第終了。📍栄町本通り商店街振興組合・諸井☎3991-0954
- ◆公衆浴場でローズマリーの湯🕒6月15日(日)💰430円(小学生100円、未就学児無料)📍練馬区公衆浴場組合・野内☎3970-4126
- ◆区民健康医学講座「肺がんの外科治療を斬る～手術のあれこれ」🕒6月21日(土)午後2時～3時📍順天堂練馬病院📍順天堂練馬病院呼吸器外科医師／前屋鋪龍男👤30名(先着順)📄📄同病院HP📄同病院☎5923-3111 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同病院HPをご覧ください。

- ◆SSC平和台クラブまつり🕒7月6日(日)🕒午前10時～正午🕒午後1時30分～3時30分📍平和台体育館📍パラスポーツ、キッズアスレチック、工作教室など👤各150名(先着順)📄📄当日会場へ📍SSC平和台☎5921-7800
- ◆生麦事件を歩く～總持寺から生麦事件碑へ🕒🕒7月12日(土)午前9時京浜急行電鉄京急鶴見駅集合～總持寺～キリンビール横浜工場～生麦事件碑～午後0時30分京浜急行電鉄生麦駅解散(約5km)👤60名(先着順)💰1,300円📄📄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、6月25日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井☎3929-8100
- ◆女性しごと応援キャラバン練馬「50代からのキャリアデザイン」📍女性🕒7月15日(火)🕒午前10時～正午(セミナー)🕒午後0時20分～1時25分(個別相談会) ※②のみの参加は不可。📍ココネリ3階👤①100名②12名(先着順)📄📄女性しごと応援キャラバンHPまたは電話で同事務局☎6734-1346 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、7月9日(火)までに

併せて申し込んでください。

- ◆ねりまのねり歩き(📄📄ブルーベリー摘みコース📄📄光が丘でSDGsを探るコース)🕒📍7月19日(土)🕒26日(土)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合～やまはち農園～八坂神社～午後0時30分中里郷土の森解散(約4km)🕒22日(火)🕒25日(金)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合～光が丘清掃工場～バードサンクチュアリ～午後0時30分光が丘図書館解散(約2.5km)👤各15名(抽選)💰500円 ※①②ブルーベリー摘み取り代・バス代実費。📄📄往復ハガキで①催し名(📄～📄の別も)②参加者全員(4名までの郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、7月4日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1ねりま観光案内所☎3991-8101
- ◆区民企画講座「女性のための即興アート体験～音楽と造形によるセルフケア」📍18歳以上の女性🕒7月27日(日)午前10時～正午📍男女共同参画センターえーる📍アートセラピスト／倉石聡子👤20名(先着順)💰300円📄📄電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、7月24日(木)までに音の輪・中村☎

090-5335-5141(平日午前10時～午後5時)📠6760-0896📧otonowalanlan@yahoo.co.jp ※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)・年齢をお知らせください。

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、7月1日(必着)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)🕒7月6日(日)午前8時～午後1時(雨天中止)📄〒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)

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。📍在宅介護支援係☎5984-4597

◆美しく歩き続けるための健康講座

🕒6月17日(火)午後1時30分～2時30分📍NPO法人むすび(光が丘3-9-3-206)📄📄講義、実技👤20名(先着順)📄📄電話で同所☎6904-3275

- ◆スマホを使って生活を楽しむ🕒6月20日(金)午後2時～3時30分📍ケアサービス伊東(平和台4-23-22)📄📄講義、実技👤20名(先着順)📄📄電話で同所☎090-9665-2220
- ◆認知症ってどんな人～認知症と共に生活する地域を目指して🕒6月22日(日)午前10時30分～正午📍めぐみガーデン(石神井町3-10-25)📄📄講義、相談👤15名(先着順)📄📄電話で同所☎5372-2782
- ◆無理なくできるほどほど筋トレ🕒7月12日(土)午後2時～3時30分📍介護老人保健施設ミレニアム桜台📄📄講義👤15名(先着順)📄📄電話で同所☎5946-5508
- ◆頭と体を動かして楽しく認知症予防しませんか🕒7月19日(土)午後2時～3時📍豊玉デイサービスセンター📄📄実技👤10名(先着順)📄📄電話で同所☎3993-1341

献血にご協力を

◆石神井公園駅中央口🕒6月15日(日)午前10時～正午・午後1時30分～4時📍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。

大泉学園駅南口徒歩3分

チーズ専門店 クッキング・チーズ

チーズ屋さんのピザセット

1枚ずつ丁寧に焼き上げたチーズガレット

¥580(税込)

¥1,350(税込)

3点セット2枚分

¥1,350(税込)

練馬の土産に

チーズブレNDER佐藤 陽呂美 監修

📞03-5935-4428

営業時間 11:00-19:30

📍ねりま・石神井観光案内所

詳しくはこちらのサイトをご確認ください。ピザセットは石神井観光案内所のみ販売となります。(季節限定)

家族葬は、公益社

まずは簡単お電話で(9:00～17:00受付)

「終活セット」資料をプレゼント!

おひとりさま・おふたりさまの終活も幅広くサポートします。

公益社 葬儀相談センター [24時間・365日受付]

0120-347-556

相談無料・随時受付中

事前相談承ります

公益社 練馬会館 練馬区豊玉北4-16-3

公益社 上板橋会館 板橋区上板橋2-3-2

250047

広告

プロによる! 完全無添加・本格韓国料理レッスン

韓国家庭料理・宮廷料理・マカロン・もち・韓菓など

問合せ Harin K-Food

練馬区光が丘7丁目 ☎090-8315-1004

詳細・申込みは▶ http://www.harin.jp