

講座・催し

2

👤

3Dポップアップカード
～としまえんを作ろう！

👤小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。📅10月12日(日)午後2時～4時📍石神井公園ふるさと文化館
👤ペーパーアーティスト／太田隆司
📄30名(抽選)💰100円📄同館HPまたは往復ハガキで①催し名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、9月18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

スポーツ

🏸

初心者スポーツ教室
少林寺拳法

👤小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。📅10月12日～26日の毎日曜午前9時30分～11時30分【3日制】📍総合体育館📄20名(抽選)💰72円📄区HPまたは往復ハガキで①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学生は学年も)⑤性

別⑥電話番号を、9月22日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

区民スポーツ大会

📄スポーツ振興課事業係☎5984-1947 ※実施要項は、区HPや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)などでご覧になれます。

●少林寺拳法

📅9月23日(祝)午前10時から📍光が丘体育館📄実施要項をご覧くださいの上、9月7日(日)までに練馬区少林寺拳法連盟事務局へ

●なぎなた

📅10月19日(日)午後1時から📍桜台体育館💰2,000円📄ハガキで①大会名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を、9月12日(必着)までに〒177-0044上石神井3-26-18-303 練馬区なぎなた連盟・笠井へ

●陸上

👤小学生以上📅10月26日(日)午前9時から📍練馬総合運動場公園内トラック競技、フィールド競技💰1種目一般1,000円、小学生～高校生800円、リレーは1チーム2,000円📄実施要項をご覧くださいの上、9月16日(火)までに練馬区陸上競技協会へ

障害がある方もない方も
スポーツを楽しもう！

10/26
(日)

ノーマライゼーション水泳フェスティバル
&
ユニバーサルスポーツチャレンジ

障害のある方もない方も楽しめるゲーム、風船バレーやボッチャなどの競技、トッパスリートによる演技発表、ユニバーサルスポーツの体験ができます。📅10月26日(日)午前10時～午後3時10分📍大泉学園町体育館📄200名(先着順)💰500円(プール参加者のみ)▶**区の担当:**スポーツ振興課振興係📄体育館にある申込書を、9月20日(消印有効)までにSSC大泉☎3921-1300 FAX 3921-1691

入場無料

区立プールの障害者専用コースを
ご利用ください

安全管理を行う水泳スタッフのもと、安心して水泳を楽しんでいただけます。利用には、事前に各施設で登録が必要です。詳しくは、区HPをご覧ください。 ※利用時は、保護者または介助者の付き添いが必要です。👤障害者手帳をお持ちで、医師に水泳を許可されている方📄スポーツ振興課事業係☎5984-1947 FAX 5984-1228



コンサートガイド

問合せ

練馬文化センター ☎3993-3311

📄

公益財団法人 練馬区文化振興協会
nerima cultural promotion association

練馬文化センター(小ホール)

優先 割引 小学生

来年1/18日

15:00開演

川口成彦
フォルテピアノ・リサイタル

曲 目

ショパン／マズルカ風ロンドop.5、バラード第1番op.23、舟歌op.60 など

入場料

3,500円(全席指定)

予 約

10月10日(金)午前10時から①②(購入は11日(土)午前10時から①②③)

📄

©Taira Tairadate

練馬文化センター(大ホール)

割引 0歳以上

来年1/24日

来年1/25日

11:00開演

218:00開演

310:15開演

第11回全日本ポップス&ジャズバンドグランプリ大会
～ALL JAPAN SWING BRASS SUPER LIVE 2026

出 演

①予選通過団体(ポップス／ジャズ編成・アンサンブル部門)②スインギー奥田&ザ・ブルースカイオーケストラ、前回グランプリ受賞団体③予選通過団体(団体部門)

入場料

①③2,400円②3,000円(全席自由)

④5,000円(①～③を購入する方)

※①③は共通チケットです。 ※座席が不要な2歳以下のお子さんは無料。

購 入

①③は当日会場へ ②④は9月11日(木)午前10時から①②③

📄

チケット
予約・購入
はこちらで

①練馬文化センターチケット予約電話☎3948-9000(午前10時～午後5時)

②練馬文化センターHP

③練馬文化センター・大泉学園ゆめりあホール窓口

※車いす席を利用したい方は、①にお問い合わせください。

※予約初日で予定枚数に達した場合は、窓口での販売はありません。

優先

友の会会員は優先予約ができます。

割引

友の会会員は1割引きで購入できます(各公演2枚まで)。

小学生

未就学児は入場できません。

0歳以上

該当年齢から入場できます。

友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。

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。
- (要予約)がないものは、予約不要です。

■初めてのらくらくピアノ体験会 60歳以上の方対象 ①9月14日午後1時30分～3時②22日③23日午前10時～11時30分 男女共同参画センターえーる ①～③とも参加費1,000円 例会…60歳以上の方対象 月2回④日曜午後1時30分～3時⑤月曜午後3時～4時30分⑥金曜午前10時～11時30分 ④石神井公園区民交流センター⑤男女共同参画センターえーる⑥勤労福祉会館 ④～⑥とも会費1回1,500円 石神井公園らくらくピアノサークル・工藤☎090-2474-2753(要予約)

■無理せずヨーガ健康法 中高年齢者対象 月4回水曜午前10時30分～11時50分 生涯学習センター 入会金2,000円 月会費3,500円 初回は1,000円で体験可 新田☎3976-3321(要予約)

■夏目漱石を読む練馬読書会「夏目漱石と『草枕』の旅」無料公開講座 9月13日午後1時～3時 大泉図書館 講師 劇作家／島田九輔 千葉☎080-4069-8941(要予約)

■練馬レディースソフトテニス教室 初級者～中級者対象 9月29日、10月6日・20日午前9時30分～午後0時30分 豊玉中公園庭球場 参加費1回500円 谷内☎090-3215-8032

■ストレッチ・リズムダンス アップル 60歳以上の方対象 毎火曜午前11時～午後1時 石神井台地域集会所など 講師 名波陽子 入会金500円 月会費2,500円 初回は無料体験可 高橋☎090-5535-2945

■カラオケ(発声・演歌新曲) ゆりの会 女性対象 月3回①水曜②木曜午後0時30分～3時 東大泉地区区民館 ①②とも月会費3,000円 池田☎090-5767-1617(要予約)

■書道(ペン・筆ペン) つくしの会 小学生以上の初心者～中級者の女性対象 第1～3水曜午後3時～5時 北大泉地区区民館 月会費2,000円 教材費月550円 初回は無料体験可 早坂☎3921-1997(要予約)

■太極拳・大泉の会 月4回金曜午後7時～9時 東大泉中央地域集会所 講師 重松麻里子 月会費3,500円 初めの1カ月は無料体験可 山本☎080-3177-5243 [Eメール] asimomimoz@gmail.com(要予約)

■第27回GENKI展 9月21日～27日午前10時～午後6時(21日は午後2時から。27日は午後4時まで。22日を除く) 練馬区立美術館 入場無料 練馬区退職教職員の会・酒井☎090-2916-2733

■春日町中文教室～発音の習得から自己紹介までを目標に楽しく学ぶ 中高年齢者対象 10月1日からの毎水曜午後1時30分～3時30分 春日町青少年館など 講師 元日中学院副院長／鈴木繁 入会金3,000円 月会費6,000円 9月23日午前10時から区役所本庁舎19階で無料公開講座あり 練馬日中交流促進会☎090-3509-2021 [Eメール] lingmufan@gmail.com(要予約)

■ストレッチ・リズムダンス 楓スポーツクラブ 60歳以上の方対象 毎木曜午前11時～午後1時 石神井台地域集会所など 講師 名波陽子 入会金500円 月会費2,500円 初回は無料体験可 樋口☎3978-6617(要予約)

■地域の学校をなくさないで！～豊浜中の統廃合を考える 9月15日午後2時～4時 ココネリ3階 講師 東京自治問題研究所理事長／山本由美資料代200円 新日本婦人の会練馬支部・川人☎070-1306-2244(要予約)

■光が丘気功同好会 60歳以上の方対象 第2・4金曜午前10時～11時30分 はつらつセンター光が丘 講師 風間正男 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 向後☎3925-8494(午前10時～午後5時)

■ジュニア体操 毎木曜①午後4時～5時(3歳以上の未就学児)②午後5時～6時(小学生) 光が丘体育館 講師 小畑真吾ほか ①②とも入会金3,000円、月会費3,000円 初回は無料体験可 かつら☎3926-1970(要予約)

■たのしい写真教室 10月11日午前10時～午後4時 石神井公園ふるさと文化館 参加費1,500円 例会…第2金曜午後5時30分～8時30分 光が丘地区区民館 月会費1,000円 初回は無料体験可 すずしろ写真研究会・山本☎ FAX 3991-5679(要予約)