

スポーツ

区民スポーツ大会
軟式学童野球

日4月5日～5月10日の土・日曜、祝日
場練馬総合運動場公園など
申区HPや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)にある実施要項をご覧くださいの上、2月27日(金)までに練馬区スポーツ協会へ ※申し込みは1団体1チームです。
固スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

講座・催し

文化財を火災から守ろう！
1/26は文化財防火デー

文化財防火デーに合わせて行われる消防署の消防演習を見学できます。
日1月26日(月)午前10時～10時30分
場道場寺(石神井台1-16-7) 申当日会場へ
固伝統文化係 ☎5984-2442

過去の様子

障がい者の学校卒業後の学びの場!みて、知って、体験しよう!

日2月7日(土) ④午前10時～正午 ⑥午後1時30分～4時
場区役所アトリウム地下多目的会議室
固④障害者地域生活支援センターなどの活動紹介
⑥工作・音楽などのワークショップ
定④80名 ⑥150名(先着順) ▶ 区の

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

◆レッツエンジョイスイミング～新学期までに泳げるようになろう!

固小学生 日2月5日～3月26日の毎木曜午後4時～5時【8日制】
場平和台体育館 定10名(先着順) 費9,500円
固電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、2月3日(火)までにSSC桜台・南波 ☎090-1408-9900 [Eメール sakuradai.staff3@gmail.com](mailto:sakuradai.staff3@gmail.com)
◆区民健康講座「緩和ケアについて」
日2月21日(土)午後2時～3時
場光が丘区民センター3階
固練馬光が丘病院緩和ケア内科医長／東有佳里 定150名(先着順) 固電話で同病院 ☎3979-3611(平日午前9時～午後4時)
◆水中運動指導士養成講習会
固18歳以上の方 日3月1日(日)・15日(日)・20日(祝)午前10時～午後5時15分【3日制】
場愛和幼稚園 固アクアサイズ協会認定上級指導士／高野恒久 定20名(先着順) 費3,000円 ※登録料実費。
申SSC大泉HPにある申込書を、2月25日(休)までにSSC大泉 ☎3921-1300
◆城西五区スノーフェスティバル
日3月15日(日)午前9時から
場菅平高原スノーリゾート(長野県上田市) ※現地集合・解散。
固④大回転競技大会⑥仮装イベント滑走大会 定100名(先着順) 費4,500円(⑥のみ。18歳以下の方2,000円) 日3月3日(火)までに練馬区

スキー協会HP 固同協会 ☎090-8032-4172

◆ジュニア春スキー教室
固小学2年～高校生 日3月28日(土)～30日(月)の2泊3日
場湯の丸スキー場(長野県東御市) 定70名(先着順) 費4万2000円(小学生4万1000円) 日2月27日(金)までに練馬区スキー協会HPまたは電話で同協会・村松 ☎090-4967-2102(平日午前9時～午後5時)

子どものための講座

区内の団体に委託して実施しています。講座によっては、電子メールなどでも申し込みます([WEBあり](#))。詳しくは、区HPをご覧ください。 固育成支援係 ☎5984-1292

ねりま遊遊スクール

◆かんたんに作れる「おねがい風(たこ)」を作ろう!

固小学生 日1月25日(日)午前10時～正午
場サンライフ練馬 定20名(先着順) 費50円
固電話でNPO法人子どもの夢と思い出作り舎・山本 ☎6760-3378(午後7時～9時) [WEBあり](#)
◆子どもといっしょにフィットセラピー～ハーブ香るてごね石鹸(せっけん)づくり
固1～3歳児と保護者 日2月5日(休)午前10時～正午
場光が丘区民センター6階 定10組(先着順) 費1組500円
申電話で子育てプレイスふわり・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時) [WEBあり](#)
◆お筆(こと)をさわってみよう
固小中学生と保護者 日2月28日(土)午後1時～3時
場高野台地域集会所 定8組

(先着順) 費1人500円 固電話で柿原邦楽の会・井上 ☎090-8304-3862 [WEBあり](#)

◆スポーツなど 固当日会場へ

●中村南スポーツ交流センター
固小学生と保護者 日2月13日(金)午後4時～6時
固フラッグフットボール 定30名(先着順)
●総合体育館 固5歳児～中学生 ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加も可。
日2月28日(土)午前9時～正午
固トランポリン、ボクシングミット打ちなど 定20名(先着順) 費50円
◆2月の水泳ワンポイントレッスン
固4歳児～中学生 ※小学3年生以下

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をお願いします。

●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。

■英語教室 STEP by STEP 中級者対象 月3回火曜午前9時30分～11時30分 男女共同参画センターエーる イギリス人男性講師が指導 入会金2,000円 月会費4,000円 初回は無料体験可 ケンボウ ☎090-9360-8897 [Eメール kemboyukio@gmail.com](mailto:kemboyukio@gmail.com)

のお子さんは水着を着用した保護者同伴。
日④2月21日(土)⑥28日(土)午前9時～11時
場④三原台温水プール、平和台体育館⑥上石神井体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター
固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。
費プール利用料(保護者のみ) 固水着、水泳帽 固当日会場へ

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、2月3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。

◆こぶし公園(富士見台3-53-1) 日2月8日(日)午前10時～正午(雨天中止) 固〒177-0034富士見台3-62-13-203リサイクルおてだまや ☎090-6496-5366(先着20店)

朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前 日1月25日(日)午前10時～午後3時 固 富永 ☎090-4374-3888

献血にご協力を

◆練馬駅北口バスロータリー 日1月24日(土)午前10時～正午・午後1時30分～4時 固東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

■クロッキー・デッサン 究美会 毎土曜または日曜午後1時～4時 春日町地域集会所など 年会費6,000円 モデル代1回1,000円 末岡 ☎3923-6752

■認知症予防・健康維持の日帰り旅行 こぶしの会 60歳以上の方対象 第1・3火曜午前10時～正午 はつらつセンター光が丘 交通費など実費 南 ☎090-2306-2118

■公開講座「パーキンソン病の基礎と臨床・介護保険の利用法」 2月7日午後1時30分～4時 光が丘区民センター2階 講師 佐藤神経内科診療所院長／佐藤健一ほか 参加費無料 練馬パーキンソン病友の会・木村 ☎090-6014-9083

■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3,700円 初回は無料体験可 斉藤 ☎080-9870-3175(要予約)

■ストレッチ体操 60歳以上の方対象 毎水曜午前10時～11時15分 平和台体育館 年会費1,000円 月会費1,500円 野間 ☎3948-6065(要予約。午後6時以降)

■リラックスヨガ練馬春日町 毎火曜午後2時～3時、毎土曜午前10時30分～11時30分 春日町南区地区民館など 講師 高野千晴 会費1回900円 事務局 ☎090-8439-6756(要予約)

ジュニアリーダー養成講習会に参加しませんか

問合せ 青少年係 ☎5984-4691

野外活動などを通してグループ活動の楽しさやルール、レクリエーションの知識や技術などを学びます。
対④区内在住の新小学5・6年生⑥区内在住の新中学1～3年生 日4～12月の日曜(9日程度) 費④7,500円 ⑥1万円 申区HPや区立小中学校で配布する募集案内をご覧くださいの上、2月5日(必着)までに青少年係へ

1/27(火)～30(金)

青年リーダーパネル展

ジュニアリーダー養成講習会で小中学生を指導する青年リーダーの活動を紹介します。
日1月27日(火)～30日(金)午前8時30分～午後8時(27日は正午から。30日は正午まで)
場区役所アトリウム

過去の様子

広告

庭木剪定

剪定は1本 3,300円! 高さ3m未満・ゴミ処分別途

剪定・伐採・消毒・雑草対策

植栽・庭木・お花

株式会社 大和グリーン

練馬支店 練馬区練馬1丁目20-8 受付時間 9時～18時(無休)

お見積無料!お気軽にお問い合わせください 0120-187-394

※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。