

スポーツ



東京都スポーツ大会練馬区選考会 ソフトテニス(男子・女子ダブルス)

対18歳以上の方(高校生、体育・スポーツ団体に登録している大学生を除く)日3月15日(日)午前9時から
※予備日20日(祝)。場土支田庭球場
¥1人300円申区HPや庭球場、ス

ポート振興課(区役所本庁舎8階)にある実施要項をご覧の上、2月27日(金)までに練馬区ソフトテニス連盟・
久下090-1407-1632



2/14(土)10:00~15:00 光が丘体育館

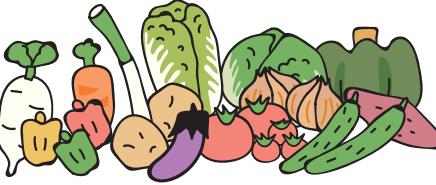
少年少女スポーツふれあいひろば

こんなスポーツが楽しめる!

- ミニバスケットボール
- バドミントン
- など



土支田農業公園の農園の利用者を募集



- 農業教室はありません。希望者に農園を区画ごとに貸し出します。
- 管理人は常駐しません。野菜の種まきから収穫まで、ご自身で行ってください。
- 野菜の種や苗を用意してください。

区内在住の世帯▶利用期間:4月~来年1月定66世帯(抽選)▶1区画の面積・使用料(年額):約11m²・3,000円▶主な設備:水道・農具庫(共用)※一部農具の貸し出しあり。申区HPまたは往復ハガキで①土支田農業公園②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、2月13日(消印有効)までに
〒176-8501区役所内みどり推進課施設係へ※申し込みは1世帯1通です。



案内図

土支田農業公園
(土支田3-34-26)

▶交通:西武バス・国際興業バスで「土支田二丁目」下車徒歩7分、「土支田地蔵」下車徒歩5分、みどりバス保谷ルートで「清水山の森」下車徒歩7分※車での来園はご遠慮ください。

問合せ みどり推進課施設係5984-1664

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

◆中学校夜間学級の生徒募集 都内の公立中学校7校では、小中学校を卒業していない方や、諸事情により中学校で十分に学べなかつた方のために夜間学級を設置し、生徒を募集しています。

16歳以上の方であれば、国籍に関係なく入学の相談を受け付けます。一部の学校では日本語学級も開設しています。いずれも授業料は無料です。設置校など詳しくは、お問い合わせください。足立区立第四中夜間学級3887-1466(午後1時~7時)

◆冬の丸の内~皇居東御苑散策60歳以上の方日2月7日(土)午前9時30分JR東京駅丸の内北口集合~大手門~皇居東御苑~午後0時30分JR東京駅付近解散(約6km)定30名(先着順)¥700円申電話またはファックスで①催し名②代表者の郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号③参加者全員の氏名・年齢・電話番号を、2月4日(木)までにSSC大泉3921-1300FAX3921-1691

◆防災企画展~地震を正しく恐れるために日2月7日(土)・8日(日)午前10時~午後4時光が丘IMA内ワークショップ、災害用携帯トイレの使い方、家具転倒防止器具の体験など申当日会場へ申(新都市ライフホールディングス)5323-2325(平日午前9時30分~午後5時30分)

◆行政書士による①空き家セミナー②無料相談日2月15日(日)午前9時30分~10時40分②午前10時40分~正午場区役所本庁舎2階定10名(先着順)申30名②10組(先着順)申2月13日(金)まで

で電話で東京都行政書士会練馬支部・鈴木090-7261-9881(平日午前10時~午後4時)

◆スポーツウェルネス吹矢親睦交流競技会60歳以上の方日2月15日(日)午前10時~午後3時場平和台体育館定20名(先着順)¥1,000円※用具の貸し出しあり。申電話または

ファックス、電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥用具の貸し出し希望の有無を、2月10日(木)までにSSC平和台(090-7261-9881)FAX5921-7800Eメールssc.heiwadai@gmail.com

◆認知症サポーター養成講座日2月21日(土)午後1時30分~3時場介護付き有料老人ホームうらら練馬(早宮4-27-23)講理学療法士/土井政紀定20名(先着順)申電話で同所3557-1030

◆武蔵大学映像祭「映像と対話で描く、新しい認知症の姿」日2月23日(土)午後1時~5時場武蔵大学(5984-3713)内映像上映、講演会講

脳科学者/恩賜絢子ほか定200名(先着順)申同大学HP

◆文教地区~一橋界隈を歩く日場3月1日(日)午前9時30分東京メトロ東西線九段下駅集合~東京大学発祥の地~新島襄先生誕生の地~常盤橋門跡~午後0時30分東京メトロ半蔵門線三越前駅解散(約6km)定60名(先着順)¥800円申往復ハガキで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、2月10日(木)までに〒179-0076土支田2-3-3練馬区ウォーキング協会080-1207-5512

◆石神井特別支援学校 学校見学日3月2日(日)午前9時30分から内授業見学など申同学校HP同学校3929-0012

◆高島特別支援学校 学校見学会

日3月5日(土)午前9時20分から内授業見学、校内見学など申同学校HP同学校(板橋区高島平3-7-2)09398-0415

◆フトサルフェスタ(1)交流会(2)

教室)日1小学6年生で構成された5名以上のチーム②④5・6歳児と保護者③小学1~3年生④小学4~6年生

日3月7日(土)午前9時~午後1時②

④午後1時30分~2時15分④午後2時30分~3時45分④午後4時~5時40分

場光が丘体育館(090-1141-9141)村田翔ほか定16チーム②④30名

③④各60名(先着順)¥1,111チーム3,500円②1人500円申SSC光が丘HP同SSC・大熊090-1765-2482

◆未来の警察官あつまれ!警察官と

運動会~一緒に体を動かしませんか?ピーポくんも参加するかも!?

日2月14日(土)午後2時~3時場練馬キンギス・ガーデンデイサービスセ

ンター内講義、相談定10名(先着順)申電話で同所5399-5315

◆椅子ヨガ~体を整える・呼吸を

整える・心を整える日2月15日(日)午前10時~11時場光陽苑デイサービスセンタ内実技定30名(先着順)申電話で同所3923-5264

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。同

在宅介護支援係5984-4597

◆認知症に特化したデイサービス

スってどんなところ?日2月14日(土)

午後2時~3時場第3育秀苑デイサー

ビスセンター内講義定15名(先着順)

申電話で同所6904-0105

◆認知症になつてもわが家で生きる

日2月14日(土)午後2時~3時場練

馬キンギス・ガーデンデイサービスセ

ンター内講義、相談定10名(先着順)

申電話で同所5399-5315

◆椅子ヨガ~体を整える・呼吸を

整える・心を整える日2月15日(日)

午前10時~11時場光陽苑デイサー

ビスセンター内実技定30名(先着順)

申電話で同所3923-5264

◆音楽を聴いて絵を描こう&絵本

の紹介日2歳児~小学生※未就学

児は保護者同伴。日2月22日(日)午前

10時~正午場立野地区区民館定20名

(先着順)¥200円申電話でわいわい

ワーカーズ立野・浜中090-8541-

3696(午前9時~午後5時)WEBあり

◆ねりまイクメン講座

◆パパと一緒にバルーンアートを

作って遊ぼう日小学生と保護者日2

月21日(土)午前10時30分~11時45分場

東大泉児童館3921-9128定100名(先着順)申当日会場へ

朝・夕・青空市

◆南ヶ丘商店街日2月6日(金)午前10時~午後5時場伏木3999-2641

◆光が丘IMA南館前日2月8日(日)午前10時~午後3時場富永090-4374-3888

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。同育成支援係5984-1292

◆ねりま遊遊スクール

◆パラスポーツ体験会日3歳児~中

学生と保護者日2月15日(日)午前10時~11時30分場光が丘区民センター

3階定15組(先着順)申電話で練馬区

パラスポーツ研究会・原田090-6509-0989WEBあり

◆親子 de English日1~3歳児と保

護者日2月19日(土)午前10時30分~

30店。問い合わせは午後6時~8時)

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10日(必着)まで

に申込先へ※1区画700円以下の出

店が掛かります。※車での来場・搬入はご遠慮ください。※雨天中止。

◆練馬一丁目公園(練馬1-35-3)日

2月15日(日)午前9時30分~正午申

テ177-0035南田中4-7-10-201リ

サイクル・ゆう080-1980-6310

(先着30店。問い合わせは午後6時~8時)

◆和田堀公園(石神井町1-1-11)日

2月15日(日)午前9時30分~午後1時

30分申テ177-0041石神井町1-3-7

物々(ものもの)3997-4333(先着

30店。問い合わせは午後6時~8時)

30店。問い合わせは午後6時~8時)