

## スポーツ



### 初心者スポーツ教室 ワンポイント水泳指導

▶対象:個人利用の方▶プール入場料:1時間につき小中学生100円・一般200円▶申込:プール内で申し込み

場所・問合せ	日時
大泉学園町体育館 ☎5905-1161	月・火曜 9:00~11:00
平和台体育館 ☎5920-3411	火曜 9:00~11:00
三原台温水プール ☎3924-8861	火曜 11:00~13:00
中村南スポーツ交流センター ☎3970-9651	水曜 9:00~11:00
光が丘体育館 ☎5383-6611	金曜 11:00~13:00

※7・8月、祝休日、休館日は行いません。  
※講習会などで実施しない場合があります。

### 初心者スポーツ教室 親子体操

▶対象:4歳以上の未就学児と保護者▶日時:5月10日~6月14日の毎日曜午前10時~11時30分【6日制】▶場所:上石神井体育館▶定員:25組(抽選)▶保険料:1人168円▶申込:往復ハガキで①教室名②代表者の住所・氏名・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・性別を、3月23日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

## 講座・催し



### 清水山の森のカタクリを鑑賞しましょう

▶対象:18歳以上の方▶日時:4月2日(休)午前9時30分~正午▶場所:清水山の森(大泉町1-6)▶定員:30名(抽選)▶申込:往復ハガキで①催し

名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を、3月27日(必着)までに〒177-0051関町北1-7-14 関町リサイクルセンター☎3594-5351※リサイクルセンターホームページ(<https://www.nerima-rc.jp/>)からも申し込みます。

### 就職活動や地域活動をしている女性のためのパワーポイント基礎講座

▶対象:パソコンで文字入力ができる女性▶日時:④4月26日(日)⑧8月6日(休)⑩11月13日(金)午後1時30分~4時30分▶場所:男女共同参画センターえーる▶講師:マイクロソフトオフィスマスター/長安透▶定員:各10名(抽選)▶費用:1,000円▶持ち物:USBメモリー▶申込:往復ハガキで①講座名(A~Cの別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥使用しているパソコンのOS名⑦受講理由(50字程度)を、⑧4月11日⑨7月22日⑩10月29日(必着)までに

〒177-0041石神井町8-1-10 男女共同参画センターえーる☎3996-9007 ※保育室(1歳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)・年齢も、手話通訳を希望する方はその旨も、お知らせください。

### 牧野記念庭園で春を愛でる ~植物観察会

▶日時:3月21日(土)④午前10時~11時30分⑧午後1時30分~3時▶場所:牧野記念庭園▶定員:各16名(先着順)▶申込:電話で花とみどりの相談所☎3976-9402

### ボディコントロール(体幹運動)

▶日時:4月~6月の第1・3火曜午前10時~11時【6日制】▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:トレーナー/植田麻利子▶定員:30名(抽選)▶申込:3月16日(月)までに電話で同所☎5910-3451

## まちづくり活動 助成事業

# アイデアあふれるまちづくりの活動に助成します

区民の方が主体となっていく身近な生活空間の保全・改善・創造のためのまちづくり活動に対して、費用の一部を助成します。希望する方は、みどりのまちづくりセンターにある募集要項をご覧の上、事前相談(予約制)を受けてから応募してください。

〈対象となる団体・助成上限額など〉

部門名	対象となる団体	助成上限額	審査方法	応募期間
たまご部門	これからまちづくり活動を始めようとしている3名以上の団体	5万円	書類審査	4/1(水)~9/30(水) ※事前相談は9/15(火)まで。
はばたき部門	まちづくり活動の成果が期待できる3名以上の団体	30万円	公開審査	4/1(水)~5/7(木) ※事前相談は4/24(金)まで。



地域を楽しむマップづくりやマルシェを開催(はばたき部門)



「農の風景」を巡るまち歩きや景観づくりを実施(はばたき部門)

みどりのまちづくりセンター(豊玉北5-29-8 練馬センタービル3階)  
問合せ ☎3993-5451(平日午前9時~午後5時) FAX 3993-8070  
HP <https://nerimachi.jp>

## 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、区ホームページをご覧ください。  
●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。

■男の料理教室 寿18会 60歳以上の男性対象 第1水曜午後1時~5時 石神井公園区民交流センター 入会金1,000円 年会費1,000円 月会費1,000円 材料費月1,000円 斎藤☎090-6199-4969(要予約)

■道具を使った健康体操(3B体操) すこやかクラブ 50歳以上の方対象 毎水曜午前10時~11時30分 総合体育館 講師 水谷美奈子 入会金1,000円 月会費2,500円 教材費3,500円程度(初回のみ) 常法☎5241-3350(要予約)

■練馬郷土史研究会 年2・3回土曜に生涯学習センターなどで講演会、年3・4回平日に関東周辺の史跡などを見学 年会費2,000円 講演会参加費1回300円 交通費実費 鎌田☎3977-3091(要予約)

■武蔵関空手道教室 直心塾 小学生以上対象 毎日曜午前10時15分~11時45分 関町北地区区民館など 入会金2,000円 月会費3,000円 初めの1カ月と3月20日、4月29日は無料体験可 栗田☎080-4079-2165(メール) karatedo.chokushinjuku@gmail.com(要予約)

■NSクラブ(大正琴・フォークダンス) 60歳以上の方対象 主に第1・3月曜午前9時30分~11時30分 中村敬老館など 年会費2,000円 教材費実費 加賀谷☎3990-9824(要予約。午後6時以降)

■ヨガ nao\_yoga 女性対象 主に毎金曜午前9時15分~10時45分 関町地域集会所 会費1回1,500円 横川☎080-9447-1818(メール) 18nao.yokokawa18@yahoo.ne.jp(要予約)

■マザーズ(ストレッチ・ステップ・ダンスの振り付け) 初心者対象 毎木曜午前10時10分~11時45分 光が丘地区区民館など 会費1回500円 初回は無料体験可 お子さん連れ可 林☎090-7812-9476

■メロディーコーラス(ジャズ・ポップス・アカペラ・映画音楽) 40~60代の女性対象 月3回木曜午後2時~4時30分 生涯学習センターなど 入会金1,000円 月会費4,000円 福家☎090-5399-3614(メール) tfmelody@ybb.ne.jp(要予約)

■練馬アカデミー合唱団第25回記念演奏会(混声合唱組曲「筑後川」・モーツァルト作曲「孤児院ミサ」など) 4月19日午後2時開演 練馬文化センター 指揮 泉翔士 入場料500円 例会…月3回金曜午後6時30分~9時、月1回日曜午後2時~4時30分 練馬第三小など 入会金2,000円 月会費5,000円(学生2,000円) 楽譜代実費演奏会チケット分担金あり 富永☎3970-2706

■社交ダンス研究会 60歳以上の初心者~中級者対象 月4回日曜午後1時~4時 大泉学園地区区民館 入会金1,000円 月会費3,000円 加藤☎080-1083-4499

■スイミング教室 ゆうゆう 毎月曜①午後3時~4時(年長児)②午後4時~5時(小学生) 光が丘体育館 ①②とも入会金1,000円、月会費1,800円、保険料年800円 古塚☎050-5360-1952(メール) pool.yuuyuu2019@gmail.com

■外国人講師による英語サークル 無料体験会 60歳以上の初心者の女性対象 3月24日午後2時30分~3時30分 生涯学習センター 例会…60歳以上の初心者の女性対象 月3回火曜午後2時30分~3時30分 生涯学習センター 入会金1,000円 月会費4,200円 初回は無料体験可 エンジョイ・井出☎070-3849-2941(要予約。平日午前9時~午後3時)

■大泉太極拳クラブ(健康太極拳、気功八段錦、ストレッチ体操) 初心者~初級者対象 月4回金曜午後7時~8時45分 大泉学園町体育館 日本健康太極拳協会認定師範が指導 月会費3,000円 初めの1カ月は無料体験可 北☎080-5460-2898(要予約)

■英語の会 ピュア 女性対象 第1・3木曜①午前10時~正午(中級者)②午後1時~3時(初級者) 南大泉青少年館 ①②とも月会費2,000円 三浦☎080-5679-8848(要予約)

■親子リトミック体験会 3月24日、4月8日・14日・15日・21日①午前9時25分~10時(0歳児)②午前10時10分~10時50分(1歳児)③午前11時~11時45分(2・3歳児) 光が丘区民センター2階など ①~③とも参加費1回100円 ジャックと豆の木・横山☎090-9360-0051(メール) aria.mame.mari@gmail.com

■50歳からの女性ピアノサークル無料説明・体験会 ①4月6日午前10時~正午(中級者)②13日午前10時~正午(初級者) 富士見台地区区民館 例会…50歳以上の初級者~中級者の女性対象 1・2カ月に1回月曜午前10時~正午 富士見台地区区民館など 入会金2,000円 年会費2,000円 会費1回500円 練馬ピアノサークル・三城☎070-4080-9660(メール) nerima.piano.circle.50@gmail.com(要予約)

■第9回文明カフェ特別講演会「共産中国70年の光と影~隣国の理解を深めるために」小学生以上対象 4月15日午後2時~4時 石神井公園ふるさと文化館 講師 元日本経済新聞北京支局長/岡田臣弘 参加費1,000円 サイエンスカフェねりま・佐々岡☎FAX 3924-0305(メール) nrimasc@gmail.com(要予約)

■OZハーモニカ・アンサンブル発表会 3月22日午後1時~4時 勤労福祉会館 入場無料 OZハーモニカ・中川☎3924-2809

■硬式テニスサークルG・T・C 初級者~中級者の社会人対象 毎木曜午後5時~7時 夏の雲公園庭球場 入会金2,000円 月会費500円 会費1回1,000円 小野寺☎3977-7618(午後7時~10時)(メール) tennis.gtc@gmail.com(要予約)

■英会話サークル WECC 女性対象 毎火曜①午前9時~10時10分②午前10時15分~11時45分 南大泉地区区民館 オーストラリア人女性講師が指導 ①②とも入会金3,000円 月会費①5,000円②4,000円 初回は無料体験可 今津☎080-1204-5681(平日)(メール) isakoimz@ybb.ne.jp(要予約)

■ニャンニャン写真展 3月23日~29日午前9時~午後6時 勤労福祉会館 入場無料 練馬ニャンニャンフレンドリーの会・岩崎☎3921-9887

■エッセイ・紀行文・自分史・家族史など~初めて学ぶ大人のための無料教室(通信添削も可) ①4月5日午前9時30分~正午②7日午後1時~3時30分 勤労福祉会館 例会…月1回③日曜午前9時30分~正午④火曜午後1時~3時30分 勤労福祉会館 ③④とも月会費1,500円 竹内☎070-6519-3329(要予約。午前中)

広告 起業家募集! 新規開業者の過半数が入会 開業コスト削減出来ます 公益社団法人 全日本不動産協会 東京都本部練馬支部 TEL 03-3261-1010 街頭相談会随時開催中

※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。