

11/19(日)
光が丘体育館

全国の都市農業が練馬区に集結!

推
ね
り
ま
2023
ま



全国都市農業フェスティバル トークライブを開催!

全国の
農業者も出演!

都市農業に取り組む全国の農業者とスペシャルゲストが、都市農業の魅力や各地の特色ある取り組みなどを熱く語り合います。▶**問合せ**: 全国都市農業フェスティバル実行委員会事務局(事業調整担当係)
☎5984-1498 FAX 3993-1451

午前の部 10:30~12:00

都市農業のプロ×小島よしお
発見! もっと楽しい都市農業
~明日、畑に行きたくなる話 ▶定員:500名(抽選)

区内農業者



加藤優子

チームねりまde女子マルシェのメンバーとして活躍



西貝洸輝

就農4年目。庭先直売所をはじめ、地域に根差した都市農業を実践

ゲスト



小島よしお
(タレント)

野菜ソムリエの資格を持ち、JAグループとともに農業の周知・啓発を行う

午後の部 14:00~15:30

都市農業のプロ×きじまりゅうた
都市農業“推しトーク”
~都市農業のこれからを語り合う ▶定員:300名(抽選)

区内農業者



酒井雅博

全国農協青年組織協議会副会長を務める若きリーダー



野坂亮太

飲食店向けにハーブや西洋野菜を中心に生産

ゲスト



きじまりゅうた
(料理研究家)

JA東京あおばの広報紙で連載を担当するほか、NHKの料理番組などに出演

申込

区ホームページまたは往復ハガキで①催し名(午前・午後の別も)②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加者全員(4名まで)の氏名(ふりがな)・年齢④座席(一般・車いす席の別)を、10月10日(必着)までに〒176-8501区

役所内事業調整担当係へ ※保育室(1歳以上の未就学児対象。定員10名程度)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。 ※結果は10月下旬に通知します。



あなたに合ったサークルやイベントを紹介!

フレイル
予防
アプリ

「フィット&ゴー」 を始めませんか?

フレイルとは加齢などにより心や体の動きが弱くなり、活力が低下してきた状態のことです。運動や社会参加を通して予防しましょう。

1

歩数計測や睡眠時間・血圧などを記録できます

2

AIがフレイルリスクを点数化!
あなたに合ったフレイル予防のアドバイスやサークル・イベント情報が届きます

3

サークルやイベントに参加してフレイル予防に取り組みましょう

多くのサークルやイベントに参加した、上位100名に**ねりコレ商品**をプレゼント!



ダウンロード方法は
区ホームページへ



※区内のドコモショップでダウンロードをお手伝いします。

問合せ

練馬区スマートフォン事業コールセンター
☎6700-5133(平日午前9時~午後5時)

事業者・団体の方へ

フィット&ゴーでサークルやイベントを紹介しませんか

コミュニティサイト「YUCACY」の登録団体を募集

YUCACYに団体登録をすると、フィット&ゴーの利用者へサークルやイベントの情報をお届けできます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

▶**問合せ**: 介護予防係 ☎5984-2094



アプリのダウンロード方法も学べる!

専門家から学ぼう! 練馬区スマホ教室

基本的な操作を学ぶ「入門編」と、LINEやカメラ、地図機能など、習得したい内容を選んで学ぶ「実践編」を、はつらつセンターや敬老館、街かどケアカフェで実施します。日時など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。 ※いずれも2日制で先着順です。▶**対象**: 区内在住の60歳以上の方 ▶**申込**: 電話で練馬区スマートフォン事業コールセンターへ ※障害者向けスマートフォン体験会については4面参照。