

スポーツ



区民体育大会 駅伝

日時:12月10日(日)午前8時30分から
場所:練馬総合運動場公園
費用(1チーム):高校生3,600円、中学生・一般・壮年4,000円

10/18(水) 第285回 アトリウムミニステージ

入場無料

日時:10月18日(水)午後0時15分~0時45分
場所:区役所アトリウム
曲目:モーツァルト/バイオリンとビオラのための二重奏曲ト長調K.423より第1楽章、ハルボルセン/ヘンデルの主題によるパッサカリヤなど



早淵綾香



立石さくら

来年度のアトリウムミニステージの出演者を募集
詳しくは、練馬文化センターホームページをご覧ください。

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

庚申の会ビッグサービスデー
日時:10月15日(日)
場所:江古田ゆうゆうロード
内容:ボックスティッシュをプレゼント

パラグアイ・フェスティバルin TOKYO.2023
日時:10月15日(日)午前10時~午後4時
場所:光が丘公園けやき広場
内容:民族音楽の演奏、ダンス、中南米料理・民芸品の販売

ロハスフェスタ東京2023
日時:10月20日(金)~22日(日)午前10時~午後4時30分
場所:光が丘公園芝生広場
内容:環境に配慮した生活雑貨や食品など350店舗以上が出演

桜台フードフェスタ2023
日時:10月21日(土)・22日(日)午前11時~午後5時
場所:桜台駅周辺飲食店
内容:クイズに答えると抽選で景品をプレゼント

江戸四宿を歩く~旧東海道・品川宿
日時:11月12日(日)午前9時30分
場所:品川駅集合~ハツ山橋~品川神社~東海寺

氏名・年齢・電話番号を、10月23日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウオーキング協会

親子グラウンドゴルフ大会
対象:4歳児~小学生と保護者
日時:11月12日(日)午前9時30分~正午
場所:大泉さくら運動公園

更年期セミナー「人生がより輝く!女性ホルモンのトリセツ」
対象:女性
日時:11月16日(木)午前10時~11時30分
場所:男女共同参画センター

晩秋の都心を歩く~変わる渋谷、ふるい渋谷
日時:11月23日(木)午前9時30分
場所:渋谷駅集合~渋谷ヒカリエ~しずや百軒店

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、開催日の5日前までに申込先へ

さくらの辻公園(上石神井3-19-10)
日時:10月29日(日)午前9時~正午(雨天中止)
申込先:〒177-0045 石神井台8-23-21

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。
在宅介護支援係 ☎5984-4597
認知症治療の今後について
日時:10月14日(土)午後2時~3時30分

自宅での認知症ケアのコツ
日時:10月22日(日)午前10時30分~正午
場所:めぐみガーデン(石神井町3-10-25)

子どものための講座
区内の団体に委託して実施。
育成支援係 ☎5984-1292

ねりま遊遊スクール
ポッチャあそびポッチャ
対象:4歳児~小学生
※未就学児は保護者同伴

反射ってなんだろう~水の万華鏡をつくろう
対象:5歳児~小学生と保護者
日時:11月4日(土)午前10時~11時30分

楽しいダンスあそびをしよう!
対象:主に知的障害のある小中学生と保護者
日時:11月4日(土)午前10時~11時30分

子育て学習講座
簡単楽しい布おもちゃ「ふわふわおぼけちゃん」
対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方

画センターえる
日時:10月21日(土)午前9時30分~午後3時(22日は午後2時30分まで)

第七地区祭(田柄)
日時:10月15日(日)午前9時~午後2時
場所:田柄小

第二地区祭
問合せ:実行委員会・岡崎 ☎3994-6708
早宮地域集会所
日時:10月21日(土)・22日(日)午前9時30分~午後3時

大泉西地区祭(南大泉)
日時:10月22日(日)午前9時~正午
場所:大泉第六小
問合せ:実行委員会・千葉 ☎3922-1124

第四地区祭(春日町)
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後2時30分

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。
掲載を希望する方は、区ホームページをご覧ください。

第20回ロトヌ絵画展(油彩・パステル・水彩)
10月19日~23日
午前10時~午後5時(19日は午後1時から)

ピアノ演奏レッスン「クレメンティーのソナチネ&ブルグミュラー25をレパートリーにしよう」
ピアノ経験者対象
11月11日午後2時~4時

第三地区祭(中村東)
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後3時

第五地区祭
日時:10月22日(日)午前9時30分~午後3時30分

第七地区祭(光が丘)
日時:10月22日(日)午前10時~午後2時

大泉東地区祭
日時:10月22日(日)午前10時~午後2時

第八地区祭
日時:10月22日(日)午前11時~午後2時30分

朝・夕・青空市

光が丘IMA南館前
日時:10月15日(日)午前10時~午後3時

プナレアウクレレサークル
初心者対象
第2・4金曜午後1時30分~3時30分

シニア体操教室 木曜会
70歳以上の方対象
第1~4木曜午後1時~3時

親子で茶道体験(裏千家)
中学生以下のお子さんと保護者対象
10月22日午後2時~4時

お喋り会~知的障がいや発達障がいになるお子さんについてお話ししませんか
10月22日午後2時~4時

広告 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。

美しく心地よくくつろぐ 畳替え
創業75年
表替え:8,800円~裏返し:4,400円~新畳:17,200円~
お見積り無料!
朝お預かり、夕方お届け 家具の移動、畳下の掃除 無料!

お一人様 美容室
「毎月一回、虹色サンデーの日」
美容室を利用しにくい子供から大人の方や、障がいがあり、他のお客様を気にせずにカットやその他のサービスを受けられる日を作りました。

弁護士による無料法律相談会
10月18日(水)13時~17時
IKE・Biz としま産業振興プラザ

10月25日(水)18時~20時
喫茶店チャミー
豊島区長崎1-9-2 金剛院内

11月8日(水)17時~19時
赤門テラス
豊島区長崎1-9-2 金剛院内

辻山・五十嵐法律事務所
東京都豊島区西池袋1-7-10

辻山・五十嵐法律事務所
東京都豊島区西池袋1-7-10