

スポーツ



区民スポーツ大会

▶問合せ:スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947 ※実施要項は、区ホームページや体育館、スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)などでご覧になれます。

●**アควアスロン**
▶対象:小学生以上 ▶日時:6月2日(日)午前9時から ▶場所:光が丘体育館、光が丘公園 ▶内容:小学生…スイム60m・ラン1.2km、中学生…スイム180m・ラン3.7km、一般(15歳以上)…スイム240m・ラン5.6km ▶定員:120名(先着順) ▶費用:1,000円 ▶申込:実施要項をご覧ください、5月10日

(金)までに練馬区トライアスロン連合事務局へ

●**水泳(高校・一般の部)**
▶日時:6月16日(日)午前9時から ▶場所:光が丘体育館 ▶費用:1種目1,000円、リレーは1チーム2,000円 ▶申込:実施要項をご覧ください、5月8日(水)までに練馬区スポーツ協会へ ※東京都スポーツ大会練馬区選考会も同時開催。

●**軟式野球(未登録チームの部)**
▶日時:6月16日~7月28日の毎日 ▶場所:東台野球場 ▶申込:チーム全員の区内在住・在勤を証明できるものを、4月28日(日)午後1時~3時に直接、同所へ ※高校・大学野球連盟登録者は参加不可。 ※1チーム10名以上、背番号は0~99番を使用。 ※5月19日(日)午後2時から同所で書類審査・抽選会を実施。

初心者スポーツ教室

▶申込:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(1~4)の別。4は(A)(B)の別も)②住所(1は学校名も)③氏名(ふりがな)④生年月日(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号を、4月22日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係 ☎5984-1947

1**キャッチバレーボール**
▶対象:小学1~4年生 ▶日時:5月11日~6月1日の毎土曜午後4時~6時【4日制】 ▶場所:平和台体育館 ▶定員:50名(抽選) ▶費用:148円

2**親子体操**
▶対象:4歳以上の未就学児と保護

者 ▶日時:5月12日~6月16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:20組(抽選) ▶費用:1人222円

3**健やか体操**
▶対象:65歳以上の方 ▶日時:5月16日~6月20日の毎木曜午後1時30分~3時【6日制】 ▶場所:大泉学園町体育館 ▶定員:15名(抽選) ▶費用:222円

4**体操・トランポリン**
▶対象:(A)4・5歳児(B)小学生 ▶日時:5月18日(土)・25日(土)、7月20日(土)(A)午前9時30分~10時15分(B)午前10時30分~11時15分【3日制】 ▶場所:平和台体育館など ▶定員:各30名(抽選) ▶費用:1,500円

やってみよう!プロの漫画家に教わる漫画教室

漫画家の下條よしあきさんと近藤たかしさんから、キャラクター作りやカラー着色など漫画の描き方を教わります。▶対象:小学5年生以上 ▶日時:5月18日・25日、6月22日・29日、7月13日・27日、9月14日・28日の土曜午後2時~3時30分【8日制】 ▶場所:石神井公園ふるさと文化館 ▶定員:30名(小学5年~高校生を優先の上、抽選) ▶費用:800円 ▶申込:同館ホームページまたは往復ハガキで①教室名②代表者の住所・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を、4月23日(必着)までに〒177-0041石神井町5-12-16 石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060



4/17(水) 入場無料

第291回 アトリウムミニステージ

▶日時:4月17日(水)午後0時15分~0時45分 ▶場所:区役所アトリウム ▶曲目:日本の四季メドレー、いずみたく/見上げてごらん夜の星をなど ▶出演:和田志織(ビオラ)、城野聖良(バイオリン) ▶問合せ:練馬文化センター ☎3993-3311 ※事前の申し込みは不要です。



和田志織 城野聖良

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

- ◆**夕市・フリーマーケット** ▶日時:4月13日(土)午後3時~7時 ▶場所:氷川台商店街 ▶内容:綿あめの提供など ※なくなり次第終了。 ▶問合せ:氷川台商店会 ☎3931-6015
- ◆**庚申の会ビッグサービデー** ▶日程:4月15日(月) ▶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 ※なくなり次第終了。 ▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井 ☎3991-0954
- ◆**パネル展「盲導犬(アイメイト)って知ってる?」** ▶日時:4月18日(木)~20日(土)午前9時~午後4時 ▶場所:区役所アトリウム ▶内容:パネル展示、体験歩行、グッズ販売など ▶問合せ:(公財)アイメイト協会 ☎3920-6162
- ◆**専門家による森ガイドウォーク** ▶日時:4月20日(日)午後2時~4時 ▶場所:南高松の森緑地(高松2-14) ▶講師:みどりのコーディネーター/服部睦子 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話または電子メールで①催し名②参加者全員の氏名・電話番号を、4月19日(金)までに南高松もりファンクラブ・高橋 ☎090-9840-6631 [Eメール minamitakamatsumorifan@gmail.com](mailto:minamitakamatsumorifan@gmail.com)

- ◆**慈雲堂病院公開講座「動脈硬化と食べることを正しく理解しよう!」** ▶日時:4月20日(日)午後2時~4時 ▶定員:150名(先着順) ▶申込:当日会場 ▶問合せ:同病院 ☎3928-6511
- ◆**区民健康医学講座「もし、胃がんと言われたら?」** ▶日時:4月20日(日)午後2時~3時 ▶場所:順天堂練馬病院 ▶講師:順天堂練馬病院総合外科医師/伊藤謙 ▶定員:30名(先着順) ▶申込:同病院ホームページ ▶問合せ:同病院 ☎5923-3111 ※オンラインでも配信します。詳しくは、同病院ホームページをご覧ください。
- ◆**公衆浴場で紅花の湯** ▶日程:4月21日(日) ▶費用:400円(小学生100円、未就学児は無料) ▶問合せ:練馬区公衆浴場組合・野内 ☎3970-4126
- ◆**建築無料相談** ▶日時:第4月曜午前10時~午後2時 ▶場所:区役所アトリウム ▶内容:新築、リフォーム、耐震診断など ▶持ち物:写真や図面などの資料 ▶申込:当日会場 ▶問合せ:(一社)東京都建築士事務所協会練馬支部 ☎090-4666-7517
- ◆**ジャズを楽しく歌う会** ▶日時:(A)4月22日(月)②27日(土)午前10時15分~11時45分 ▶場所:男女共同参画センターエー1 ▶講師:ジャズ歌手/矢作木の実 ▶定員:各10名(先着順) ▶費用:1,200円 ▶申込:電話または電子メールで①催し名(A)(B)の別も)②氏名③電話番号を、練馬ジャズを楽しむ会・下河 ☎080-6607-4321 [Eメール h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp](mailto:h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp)
- ◆**初夏の横浜山手から根岸森林公園を歩く** ▶日時:5月11日(日)午前10時みなどみらい線元町・中華街駅集合~横浜外国人墓地~山手イタリア山庭園~根岸森林公園~午後2時30分馬の博物館前解散(約5km) ▶定員:60名(先着順) ▶費用:800円 ▶申込: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、4月30日(必着)までに〒177-0044上石神井1-32-37 SSC上石神井 ☎3929-8100(問い合わせは月・水・金曜午前10時~午後3時)
- ◆**チャレンジジュニアテニス教室** ▶対象:小中学生 ▶日時:5月12日・19日・26日の日曜午前11時~午後1時【3日制】 ▶場所:大泉学園町希望が丘公園庭球場 ▶定員:15名(先着順) ▶費用:1,770円 ※用具の貸し出しあり。 ▶申込:電話またはファクスで①教室名②住所③氏名④学年⑤電話番号を、4月30日(必着)までにSSC大泉 ☎3921-1300 [FAX 3921-1691](tel:3921-1691)
- ◆**スキルアップスポーツ教室(A)かけっこ(B)ランニング(C)体操** ▶日時:5月25日(土)②午前9時30分~10時30分③午前10時45分~11時45分 ▶場所:総合体育館 ▶講師:スポーツトレーナー/奥山智也ほか ▶定員:各30名(先着順) ▶費用:500円 ▶申込:電話または電子メールで①教室名(A~C)の別も)②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、SSC谷原 ☎3997-2500 [Eメール ssc-yahara@nerimassc.gr.jp](mailto:ssc-yahara@nerimassc.gr.jp)

朝・夕・青空市
◆**光が丘IMA南館前** ▶日時:4月14日(日)午前10時~午後3時 ▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

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

ねりま遊遊スクール
◆**0歳からの親子で楽しむおとあーとコンサート** ▶対象:未就学児と保護者 ▶日時:5月20日(日)午前10時30分~11時30分 ▶場所:関区民センター ▶定員:80名(先着順) ▶費用:1人500円(2歳未満は無料) ▶申込:電話でおとあーと研究室事務局 ☎050-6879-3268(平日午前10時~午後5時)

すまいるねりま遊遊スクール
◆**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:5月6日(日)午前10時~11時30分 ▶場所:上石神井南地域集会所 ▶定員:25名(先着順) ▶申込:電話でダンスラボ・松浦 ☎080-3000-6580(午前9時~午後9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、4月30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。
◆**秋の陽公園(光が丘2-5-2)** ▶日時:5月5日(日)午前8時~午後1時(雨天中止) ▶申込先:〒179-0073田柄2-8-2リサイクルマーケットジョイ ☎080-6739-1024(先着50店)

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。 ▶問合せ:在宅介護支援係 ☎5984-4597
◆**もっと知りたい介護施設あれこれ** ▶日時:4月21日(日)午後2時~4時 ▶場所:問合せ:ケアサービス伊東(平和台4-23-22) ☎3934-1282 ▶内容:講義 ▶定員:25名(先着順) ▶申込:当日会場
◆**介護保険とは、どんな保険?** ▶日時:5月11日(土)午後2時~3時30分 ▶場所:はつらつセンター大泉 ▶内容:講義 ▶定員:20名(先着順) ▶申込:電話で社内科循環器科歯科クリニック ☎3924-2019

献血にご協力を

◆**照姫まつり駅前会場** ▶日時:4月21日(日)午前10時~午後1時30分 ▶問合せ:東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100

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。

小さなお庭OK! 1本から大歓迎!!
3,300円(税込)
庭木1本 3m未満
ねりま区報 読者限定
すべての作業代からさらに5・6月作業
10%引き +10%引き

若さあふれる有資格者の“プロ”が対応

フリーダイヤル 0120-187-394

(株)大和グリーン 練馬区練馬1丁目20-8

健康麻雀 始めませんか!

麻雀はできるけど
点数計算が苦手
人数が集まらない

麻雀を始めてみたい
更に上手になりたい
お友達を作りたい

女性も多く和やかで
一人からでも楽しく過ごせる

レベル別レッスン
女性講師在籍!

今なら体験2時間半800円!!

健康麻雀コミュニティの会 6予約制
定休日:未曜日 練馬区大泉学園町7-16-19-B1
TEL:03-5387-0541 **まずはお電話ください!** <http://kenko-community.jp/>