

## 講座・催し②

### 文化交流カフェ～練馬の日本語教室から世界を見ると

▶日時:1月25日(土)午後2時～4時▶場所:区役所アトリウム地下多目的会議室▶定員:日本人の方…20名、外国人の方…20名(いずれも先着順)▶費用:200円▶申込:電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号④国籍を、地域振興課事業推進係

☎5984-1523 **Eメール** chiiki17@city.nerima.tokyo.jp

### 障害者とのコミュニケーションサポーター養成研修(①一般②区内事業者)

障害のある方とのコミュニケーションやサポート方法を学びます。▶日時:②2月4日(火)午後1時～4時③3月8日(土)午後2時～5時▶場所:区役所本庁舎19階▶講師:ワークショップデザイナー/近藤茜▶定員:各30名(先着順)▶申込:練馬福祉人材育

成・研修センターホームページまたは電話、ファクスで①研修名(④⑤の別も)②氏名(ふりがなく⑥は事業者名も)③電話番号またはファクス番号を、①1月28日(火)②2月28日(金)までに同センター☎6758-0145(平日午前9時～午後5時) **FAX** 5383-7421

### 全世代向けスマホ教室

スマホ初心者の方を対象に、LINEの基本操作や二次元コードの読み取り方法などを学びます。 ※終了後、カレーの提供あり(1食200円。中学生は

無料)。▶対象:中学生以上▶日時:1月18日(土)午後4時30分～5時30分▶場所:はつらつセンター豊玉▶講師:デジタル推進委員/西岡恭史▶定員:20名(先着順)▶申込:12月25日(水)までに電話で同所☎5912-6401

### 講演会「きらり!ねりま人～石神井公園の鳥と絵本」

▶日時:1月26日(日)午後1時～3時▶場所:大泉図書館▶講師:絵本作家/風木一人▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎3921-0991

## 音楽を学び楽しもう!

### 武蔵野音楽大学公開講座

#### 唱歌「ふるさと」～音楽と言葉の関わり

▶対象:18歳以上の方▶日時:1月18日(土)午後1時～3時▶場所:武蔵野音楽大学江古田キャンパス▶講師:武蔵野音楽大学准教授/佐藤誠一▶定員:300名(先着順)▶申込:1月15日(水)までに区ホームページまたは電話で生涯学習センター☎3991-1667

### 日本大学芸術学部学生によるサロンコンサート

#### 上野富紀翁バリトンコンサート

▶対象:小学生以上▶日時:1月26日(日)午後2時～3時▶場所:石神井松の風文化公園管理棟▶定員:100名(抽選)▶申込:石神井公園ふるさと文化館ホームページまたは往復ハガキで①催し名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、1月7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

## 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

◆魚介類共同販売▶日程:12月13日(金)▶場所:石神井魚商親睦会共同販売参加店▶内容:かずのこ、イクラ、タラバガニなどを通常価格より安く販売▶問合せ:石神井魚商親睦会・若杉☎3995-3958

◆庚申の会ビッグサービスデー▶日程:12月15日(日)▶場所:江古田ゆうゆうロード▶内容:クーポン券の配布、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

◆住まいのなんでも相談会▶日時:12月16日(月)午前10時～午後4時▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬区住宅サービス協議会・鶴岡☎3825-5522

◆光アートの祭典「ねりま光が丘ページェントフェスタ2024&25」▶日時:12月21日(土)・22日(日)午前10時～午後8時 ※ふれあいの径では1月19日(日)までの午後4時～10時に15万球のイルミネーションを点灯。▶場所:光が丘公園けやき広場など▶内容:光アートステージ、音楽ダンス、出店など▶問合せ:ねりま光が丘地域力活性化プロジェクト実行委員会事務局・大熊☎090-1765-2482

◆公衆浴場でゆず湯▶日程:12月21日(土)▶費用:430円(小学生100円、未

就学児無料)▶問合せ:練馬区公衆浴場組合・野内☎3970-4126

◆茶話会in大泉「成人期のご家族の発達に不安がある方へ～将来の悩みや不安を相談できます」▶日時:1月14日(火)午後1時～3時▶場所:大泉障害者地域生活支援センターさくら▶定員:6名(先着順)▶申込:電子メールで①氏名②相談対象者の年齢・性別を、NPO法人 am OKの会☎5903-8381(金曜午前10時～午後3時) **Eメール** mentor@oknokai.net

◆スポーツ交流会▶場所:総合体育館▶費用:200円

◆縄跳び教室など▶対象:4歳児～中学生▶日時:1月25日(土)午前9時30分～正午▶申込:電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、1月20日(月)までにSSC谷原☎3997-2500 **Eメール** ssc-yahara@nerimassc.gr.jp

◆スポーツ体験(トランポリン・スラックライン・ポッチャなど)▶対象:4歳児～中学生 ※未就学児は保護者同伴。▶日時:1月25日(土)午後1時～3時▶申込:当日会場へ

◆第18回ねりま幼児水泳大会▶対象:未就学児▶日時:3月9日(日)午前10時から▶場所:光が丘体育館▶定員:200名(先着順)▶費用:1種目2,000円(1種目追加ごとに別途1,000円)、リレー4,000円▶申込:練馬区水泳連盟ホームページや体育館にある申込用紙を、1月24日(必着)までにねりま幼児大会係・渡辺☎090-3315-9690

### 献血にご協力を

◆光が丘公園売店▶日時:12月21日(土)午前9時30分～11時30分・午後1時～3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

### 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

◆認知症の講座～認知症について知ろう▶日時:12月14日(土)午後1時30分～2時30分 ※講座終了後、ハンドベルコンサートあり。▶場所:NPO法人むすび(光が丘3-9-3-206)▶定員:30名(先着順)▶申込:電話で同所☎6904-3275

## 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。

■ストレッチ・筋トレ 体操ひまわり 65～75歳の方対象 毎木曜午前10時～正午 光が丘区民センター3階 女性講師が指導 入会金1,000円 月会費1,500円 榎本☎090-8775-9898(要予約)

◆物忘れ予防のための体操▶日時:12月21日(土)午後2時～3時▶場所:豊玉デイサービスセンター▶内容:実技▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所☎3993-1341

### 子どものための講座

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。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問合せ:育成支援係☎5984-1292

◆ねりま遊遊スクール▶日時:12月21日(土)午後2時～3時▶場所:生涯学習センター▶定員:80名(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話で

アンサンプル・ココリノ事務局☎090-6118-1739(午前9時～午後2時)

◆サッカーを楽しもう!▶対象:③3・4歳児④5・6歳児(小学生を除く) ※保護者同伴。▶日時:1月11日(土)午後3時10分～4時⑤午後4時15分～5時15分▶場所:学校教育支援センター▶定員:各30名(先着順)▶費用:1人500円▶申込:電話でFC SAMURAI・岩田☎090-2562-8500(午後1時～4時)

◆親子ティーボール教室▶対象:5歳児～小学4年生と保護者▶日時:1月18日(土)午前9時～11時30分▶場所:大泉第四小▶定員:50名(先着順)▶費用:1人100円▶申込:電話で日本ティーボール協会練馬区連盟・庄司☎090-3517-2021(午後5時～9時)

■硬式テニス 森テニス 高齢の初心者対象 主に月3回水曜午前11時～午後0時30分 石神井松の風文化公園 庭球場 会費1回1,000円 保険料実費 森☎090-8747-4777

■新星78第130回演奏会クリスマスコンサート 12月25日午後7時開演 生涯学習センター 入場料1,000円(中学生以下無料) 三好☎090-5789-1082 **Eメール** musica-go6410@docomo.ne.jp(要予約)

■カラオケサークル フレンド 月2回金曜午後2時～4時 氷川台地区区民館 月会費2,000円 遠藤☎090-4421-3535

■TFA太極拳アリサ 初心者対象 毎月曜午後3時～5時 旭丘地域集会所など 月会費2,500円 初めの1カ月は無料体験可 松岡☎3991-9762(要予約)

■社交ダンス アポロ会 高齢者の初級者～中級者対象 主に月3回水曜午後1時～5時 光が丘地区区民館 入会金1,000円 会費6カ月3,000円 ひさし☎080-1132-2929(要予約)

■水中歩行運動・水泳 水歩会 月4回木曜午前9時～11時 三原台温水プール 女性講師が指導 入会金1,000円 月会費1,700円 保険料実費 初回は無料体験可 八木☎070-4802-6437(要予約)

**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。

### ワークショップ

## ひとりひとりの1ページ 工作絵本をつくろう

今までで、とっておもしろかったこと、たのしかったことをテーマに、工作絵本をつくります。

○日時:12月21日(土) 10:30～12:00  
○会場:ちひろ美術館・東京(練馬区下石神井4-7-2 TEL.03-3995-0612 [chihiro.jp](http://chihiro.jp))  
○講師:雷田めぐみ(NPO法人赤ちゃんからのアートフレンドシップ協会 代表理事)  
○定員:8組 ○参加費:無料(入館料別)  
○対象:外国語を母語とする3～12歳児と保護者  
○申し込み:要事前予約(11/21より公式サイト、TELにて)

「みる・よむ・体験する」ねりまフォーラム実行委員会は、美術館、図書館、地域の子育て支援団体、就労支援団体が連携し、地域の文化振興と社会教育、生涯学習支援の充実をめざしています。  
文化庁 令和6年度 Innovate MUSEUM 事業

いわざきひろ 左手でかく少女 1967年

## 雨漏検査!!

### 難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント解明 壁、天井のしみをみつけたらまず、ご一報下さい

## 修繕費の無駄はカット 見積無料

# 検査・修繕 0120-18-3216

東京都練馬区練馬2丁目19-3練馬三角ビル1F(株)サーベイ