

# ねりま ほっとライン 映像で楽しむ ねりまの魅力 を見てみよう!

区が制作する1回約10分の情報番組です。区の魅力や話題のイベントなどを紹介しています。

問合せ 広報戦略係 ☎5984-2693

公園の下にトンネルが!?

災害に備えよう!



ねりまの豆知識がいっぱい!

知ってる?  
ねりま7つのトリビア



イベントを密着取材!

ねりま漫画サロン  
inゆめりあホール



**ココがポイント!**  
地震などから身を守るための日頃の備えを紹介! さらに、普段は入れない調節池や地下45mにあるトンネルの様子を大公開!

災害が起きたとき、  
どんな役に立つねり?



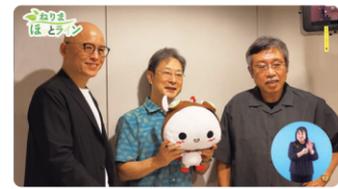
**ココがポイント!**  
区内の公園にある珍しい遊具や地名の由来など、7つのトリビアを紹介! 練馬区について詳しくなれるかも!

水を注ぐと不思議な音が流れる水琴窟。  
音色は動画をチェックするねり!



**ココがポイント!**  
イベントをプロデュースした「JIN-仁」の作者・村上もとかさんの密着取材やワークショップの様子をお届け!

漫画家仲間と知り合ったきっかけなど、  
貴重な裏話も聞けるねり!



左から「ドラゴン桜」の作者・三田紀房さん、村上もとかさん、「島耕作」シリーズの作者・弘兼憲史さん

## 視聴方法はコチラ 毎月1日に内容を更新しています

区公式YouTubeチャンネルで!  
過去の動画もご覧になれます。



ケーブルテレビで!  
毎日午前9時・正午の2回、J:COMチャンネル(地上デジタル11チャンネル)で放送しています。

今後の放送内容  
2月号…未来を担う 練馬区二十歳のつどい  
3月号…季節の移ろいを楽しもう



お楽しみに!

## 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

- ◆講演会「知的障害者の地域での就労支援」▶対象:知的障害のある方とその家族など▶日時:2月6日(休)午前10時～正午▶場所:区役所本庁舎19階▶定員:25名(先着順)▶費用:300円▶申込:電話で練馬手をつなぐ親の会 ☎080-8805-5502(午前9時～午後4時)
- ◆「練馬発わかかわかむかむ元氣ごはん」料理教室▶日時:2月13日(休)午前10時30分～午後1時▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:20名(先着順)▶費用:800円▶申込:2月12日(休)までに電話でいきいきクッキングねりま ☎3970-4174(午前9時～午後5時)
- ◆区民健康講座「リウマチについて」▶日時:2月22日(休)午後2時～3時▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:150名(先着順)▶申込:電話で練馬光が丘病院 ☎3979-3611(平日午前9時～午後4時)
- ◆ねりまのねり歩き(①観梅と下練馬の富士塚コース②③橋と梅と早春の農を探るコース)▶日時・場所:①2月23日(休)午前9時20分東京メトロ有楽町線平和台駅集合～うめのき憩いの森～下練馬の富士塚～午後0時30分東武東上線東武練馬駅解散(約3km)②3月1日(休)

- ③3日(月)午前9時20分都営大江戸線光が丘駅集合～田柄梅林公園～愛染院～午後0時30分集合場所解散(約5km)▶定員:各15名(抽選)▶費用:500円▶申込:往復ハガキで①催し名(①～③の別も)②参加者全員(4名まで)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、2月10日(必着)までに〒176-0001練馬1-17-1 ねりま観光案内所 ☎3991-8101
- ◆スキースクール▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴▶日時:2月28日(休)午後6時大泉学園町体育館集合～3月2日(休)午後6時集合場所解散(2泊3日)▶場所:菅平高原スキーリゾート(長野県上田市)▶講師:(公財)全日本スキー連盟公認指導員/柴田博▶定員:15名(先着順)▶費用:3万5000円(小学生は3万4000円)※リフト代実費。 ※スキー用具の貸し出しあり(有料)▶申込:電話またはファクスで①教室名②住所③氏名④年齢⑤性別⑥電話番号を、2月20日(休)までにSSC大泉 ☎3921-1300 FAX 3921-1691
- ◆教育評論家・尾木ママ講演会▶日時:3月5日(休)午後5時～6時30分▶場所:ホテルカデンツァ東京▶定員:100名(先着順)▶申込:ハガキまたはファクス、電子メールで①講演会名②参加者全員(2名まで)の住所・氏名・電話番号を、1月31日(必着)までに

- 〒176-0011豊玉上2-23-10 練馬東法人会 ☎3994-7272 FAX 3948-9205 Eメール houjinkai@nerima.or.jp
- ◆ジュニア春スキー教室▶対象:小学2年生～高校生▶日程:3月29日(土)～31日(月)の2泊3日▶場所:湯の丸スキー場(長野県東御市)▶定員:80名(先着順)▶費用:4万2000円(小学生は4万1000円)▶申込:2月28日(休)までに練馬区スキー協会ホームページまたは電話で同協会 ☎090-6341-9159(平日午前9時～午後5時)
- 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  
◆親子で楽しむフィットセラピー～お好きな香りでハンドクリーム作り▶対象:1～3歳児と保護者▶日時:2月6日(休)午前10時～正午▶場所:光が丘区民センター6階▶定員:10組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話で子育てプレイスふわり・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)
- ◆お箏(こと)をさわってみよう▶対象:小中学生▶日時:2月22日(休)午後1時～3時▶場所:高野台地域集会所▶定員:10名(先着順)▶費用:500円▶申

- 込:電話で柿原邦楽の会・柿原 ☎090-7407-7507
- ◆スポーツなど▶申込:AG当日会場へ☎電話で日本テニスボール協会練馬区連盟・庄司 ☎090-3517-2021(午後5時～9時) ※未就学児は保護者同伴。 ※保護者の参加も可。
- ◆中村南スポーツ交流センター▶対象:5歳児～中学生▶日時:2月14日(休)午後4時～6時▶内容:フラッグフットボール▶定員:30名(先着順)
- ◆田柄第二小▶対象:5歳児～小学4年生▶日時:2月16日(休)午前9時～正午▶内容:ティーボール▶定員:40名(先着順)▶費用:100円
- ◆桜台体育館▶対象:5歳児～中学生▶日時:2月22日(土)①午前9時～10時②午前10時～11時45分③午前10時45分～11時55分▶内容:①ダブルダッチ②スラックライン③ラケットテニス▶定員:各20名(先着順)▶費用:100円(保護者のみ)
- ◆2月の水泳ワンポイントレッスン▶対象:4歳児～中学生 ※小学3年生以下のお子さんは水着を着用した保護者同伴。▶日時:①2月15日(土)②2月16日(日)午前9時～11時▶場所:①三原台温水プール②石神井体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。▶費用:プール利用料(保護者のみ)

- のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ
- 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 ※1区画700円以下の出店料が掛かります。 ※車の来場・搬入はご遠慮ください。
- ◆秋の陽公園(光が丘2-5-2)▶日時:2月2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)
- ◆こぶし公園(富士見台3-53-1)▶日時:2月9日(日)午前10時～正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0034富士見台3-62-13-203 リサイクルおてだまや ☎090-6496-5366(先着20店)
- 朝・夕・青空市  
◆光が丘IMA南館前▶日時:1月26日(日)午前10時～午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888
- 献血にご協力を  
◆練馬駅北口バスロータリー▶日時:1月25日(土)午前10時～正午・午後1時30分～4時▶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 小冊子「失敗しない塗装工事7つの防衛策」 30名様に無料進呈! TEL:0120-103-610 株式会社ペインティアホームズ 練馬区上石神井4-26-16プリリアントハイツ1F

※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。