

記事のタイトルをクリックすると、当該記事のホームページに遷移します。 ※ページがない場合は、遷移しません。

講座・催し



消費者講座「ヨーグルトマニア向井さんが語る愛しきヨーグルトの世界」

ヨーグルトの効能やおすすめアレンジ、酪農の基礎知識などを紹介します。▶日時:2月28日(金)午前10時～正午▶場所:石神井公園区民交流センター▶講師:(一社)ヨグネット代表理事／向井智香▶定員:40名(先着順)▶申込:電話または電子メールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、2月17日(月)までに消費生活係 ☎5910-3089 [Eメール](mailto:syohi@city.nerima.tokyo.jp) syohi@city.nerima.tokyo.jp ※保育室(1歳以上の未就学児対象)を利用したい方は、お子さんの氏名

(ふりがな)・年齢も、2月10日(月)までにお知らせください。

青年学級作品展

知的障害や肢体不自由のある方が制作した、絵画や陶芸作品などを展示します。▶日時:2月4日(火)～24日(休)午前9時～午後9時 ※10日(月)は休館。▶場所:春日町図書館▶問合せ:春日町青少年館 ☎3998-5341 [FAX](tel:39985394) 3998-5394

えーるプチマルシェ

区内で起業している女性グループによるイベントです。▶日時:2月15日(土)午前10時30分～午後4時▶場所:男女共同参画センターえーる▶内容:雑貨などの販売、フィンガーアートやいすに座ってできるピラティスなどのワークショップ▶申

込:当日会場へ ※お子さん連れ可。 ※一部申し込みが必要です。詳しくは、同センターホームページをご覧ください。▶問合せ:同所 ☎3996-9007

友好都市紹介パネル展

中国・北京市海淀区やオーストラリア・イプスウィッチ市、長野県上田市を紹介します。▶日時:2月6日(木)～13日(木)午前8時45分～午後8時(6日は正午から。13日は正午まで)▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:国際・都市交流担当係 ☎5984-1302

パネル展「脱炭素社会を目指して～スタート!エコライフ2025」

節電や省エネなど、暮らしに役立つヒントを紹介します。▶日時:2

月8日(土)～17日(月)午前8時45分～午後8時(17日は午後1時まで) ※12日(水)に展示替えあり。▶場所:区役所アトリウム▶問合せ:ねり☆エコ事務局 ☎3993-8011

勤労福祉会館の催し

▶申込:開催日の2日前までに電話で同館 ☎3923-5511
①就労支援講座「セカンドキャリアに向けて準備しよう!」
▶日時:3月14日(金)午後6時～8時▶講師:特定社会保険労務士／萩原一郎▶定員:30名(先着順)
②ライフプラン講座「一度きりの人生、終わり良ければ全て良し!」
▶日時:3月15日(土)午後2時～4時▶講師:終活支援アドバイザー／早川修▶定員:50名(先着順)▶費用:200円

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

◆**ねりま安全安心フェス2025**▶日時:2月2日(日)午後1時30分～4時(午後1時開場)▶場所:南町小など▶内容:一日警察署長の元日向坂46・加藤史帆さんによるトークショー、パレードなど▶申込:当日会場へ▶問合せ:練馬警察署 ☎3994-0110

◆**スラックライン教室～スポーツの基礎の体幹を鍛えよう**▶対象:小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴。▶日時:2月8日(土)・15日(土)午前10時～正午▶場所:桜台体育館▶定員:各25名(先着順)▶費用:1,000円▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:SSC桜台・南波 ☎090-1408-9900

◆**ねこフェス+ワン!@パークロード石神井**▶日程:2月15日(土)～23日(祝)▶場所:石神井公園駅周辺▶内容:猫と犬の芸術作品の展示・販売会、スタンプラリーなど▶問合せ:石神井公園商店街振興組合・土屋 ☎3996-7419

◆**区民健康医学講座「高齢者弁膜症に対する最新・最良な医療提供」**▶日時:2月15日(土)午後2時～3時▶場所:順天堂練馬病院▶講師:順天堂練馬病院心臓血管外科医師／李智榮▶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。

◆**メンタルヘルス公開講座「発達障害とは?」**▶日時:2月15日(土)午後2時～4時▶場所:ステーションコンファレンス池袋(豊島区西池袋1-11-1)▶定員:150名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①講座名②氏名③電話番号を、2月14日(金)までに慈雲堂病院 ☎3928-6511 [FAX](tel:39286626) 3928-6626 [Eメール](mailto:kouza@jiundo.or.jp) kouza@jiundo.or.jp

◆**ふれあい講演会「あしたまち・ふるさと光が丘」**▶日時:2月16日(日)午後2時～3時30分▶場所:光が丘地区区民館▶講師:認定NPO法人日本都市計画家協会会員／井上十三男▶定員:80名(先着順)▶申込:2月5日(木)午前10時から電話で同所 ☎3979-6911

◆**行政書士による①空き家セミナー②無料相談**▶日時:2月16日(日)①午後2時～3時15分②午後3時30分～5時▶場所:区役所本庁舎20階▶定員:①40名②15組(先着順)▶申込:2月14日(金)までに電話で東京都行政書士会練馬支部・鈴木 ☎090-7261-9881(平日午前11時～午後4時)

◆**不動産街頭無料相談会**▶日時:2月20日(休)午前10時30分～午後4時▶場所:区役所アトリウム▶定員:30名(先着順)▶申込:電話またはファクス、電子メールで①氏名②年齢③電話番号を、2月18日(火)までに(公社)全日本不動産協会東京都本部練馬支部 ☎5912-

0733(平日午前11時～午後4時) [FAX](tel:59120734) 5912-0734 [Eメール](mailto:nerima@tokyo.zennichi.or.jp) nerima@tokyo.zennichi.or.jp

◆**認知症サポーター養成講座**▶日時:2月22日(土)午後1時30分～3時▶場所:介護付き有料老人ホームうらら練馬(早宮4-27-23)▶講師:理学療法士／土井政紀▶定員:30名(先着順)▶申込:区ホームページまたは電話で同所 ☎3557-1030

◆**これからつながる練馬deらいふ**▶日時:2月24日(休)①午前10時～午後2時②午前10時～11時30分▶場所:区役所本庁舎20階▶内容:④地域活動パネル展⑤ニプロ(認知症を学ぶカードゲーム形式の研修プログラム)▶定員:10名(先着順。⑤のみ)▶申込:④当日会場へ⑤電話または電子メールで①催し名②氏名③電話番号を、2月20日(木)までにこれからつトラボin練馬事務局 ☎090-6932-3706(午後6時～8時) [Eメール](mailto:korelabo55@gmail.com) korelabo55@gmail.com

◆**早春の成増周辺を歩く**▶日時・場所:3月2日(日)午前9時30分東武東上線成増駅集合～赤塚氷川神社～乗蓮寺～徳丸北野神社～午後0時30分東武東上線東武練馬駅解散(約6km)▶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、2月13日(必着)までに〒179-0076土支田2-3-3 練馬区ウォーキング協会・五十嵐 ☎080-1207-5512

◆**高島特別支援学校 学校見学会**▶日時:3月6日(休)午前9時20分から▶内容:授業参観、校内見学など▶申込:2月26日(火)までに同学校ホームページ▶問合せ:同学校(板橋区高島平3-7-2) ☎3938-0415

◆**再就職に役立つワード・エクセル基礎科**▶対象:結婚、出産、育児、介護などで離職し、ハローワークで求職登録をした女性▶日時:3月10日(月)～14日(金)午前10時～午後3時[5日制]▶場所:石神井公園区民交流センター▶定員:10名(抽選)▶費用:2,200円▶申込:区ホームページや男女共同参画センターえーる、石神井公園区民交流センター、図書館、人権・男女共同参画課(区役所東庁舎5階)などにある募集案内をご覧ください。▶問合せ:事務局 ☎6261-7524 ※保育室(6カ月以上の未就学児対象)を利用したい方は、併せて申し込んでください。

◆**フットサルフェスタ(区交流会2教室)**▶対象:■小学6年生で構成された5名以上のチーム■④5・6歳児と保護者⑥小学1～3年生⑦小学4～6年生▶日時:3月15日(土)■午前9時～午後1時■④午後1時30分～2時15分⑥午後2時30分～3時45分⑦午後4時～5時40分▶場所:光が丘体育館▶講師:元Jリーガー／村田翔ほか▶定員:■6チーム■④30名⑥⑦各60名(先着順)▶費用:■1チーム3,500円■21人500円▶申込:SSC

光が丘ホームページ▶問合せ:同SSC・大熊 ☎090-1765-2482

◆**泳力検定会**▶対象:週1回以上水泳の練習をしている方▶日時:3月16日(日)午前9時～午後1時▶場所:大泉学園町体育館▶費用:1,500円 ※1種目につき別途500円。▶申込:体育館にある申込書に検定料を添えて、2月22日(土)までにSSC大泉 ☎3921-1300

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めます。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

◆**パラスポーツ体験会**▶対象:3歳児～中学生と保護者▶日時:2月9日(日)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:15組(先着順)▶申込:電話で練馬区パラスポーツ研究会・原田 ☎090-6509-0989

◆**遊びが芽を出すおもちゃの時間**▶対象:5歳児～小学4年生 ※未就学児は保護者同伴。▶日時:2月11日(祝)午後1時～3時▶場所:富士見台地区区民館▶定員:30名(先着順)▶申込:電話でふれあい文庫・伊藤 ☎3997-0551(午後7時～9時)

◆**親子 de English**▶対象:1～3歳児と保護者▶日時:2月20日(休)午前10時30分～11時30分▶場所:光が丘地区区民館▶定員:15組(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でKidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時～午後5時)

◆**ペーガール体験会**▶対象:3歳児～中学生と保護者▶日時:2月23日(祝)午前10時～11時30分▶場所:光が丘区民センター3階▶定員:15組(先着順)

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。

■**かるがも俳句会** 初心者～中級者対象 第3木曜午後1時～4時30分 石神井庁舎5階 月会費500円 今村 ☎090-2243-4826 [Eメール](mailto:imataka@dream.com) imataka@dream.com(要予約)

■**水泳 水曜会** 60歳以上の女性対象 毎水曜午前11時～午後1時 光が丘体育館 女性コーチが指導 入会金1,000円 月会費2,000円 初回は無料体験可 松浦 ☎3990-5245

■**手編みサークル(アフガン編み・棒針・カギ針)** 初心者・中高年齢者対象 第2・4月曜午後1時～3時 田柄地区区民館 入会金2,000円 月会費2,000円 尾高 ☎5848-8115

順)▶申込:電話で練馬区ペーガール協会・原田 ☎090-3234-5584

◆**冬の星々と宇宙**▶対象:小学4年生以上のお子さんと保護者▶日時:2月23日(祝)午前10時～11時30分▶場所:立野地区区民館▶定員:20名(先着順)▶費用:200円▶申込:電話でわいわいワーカーズ立野・浜中 ☎090-8541-3696(午前9時～午後5時)

◆**親子のためのベビーコンサート**▶対象:未就学児と保護者▶日時:3月3日(月)午前10時30分～11時30分▶場所:関区民センター▶定員:40名(先着順)▶費用:1組500円▶申込:電話でアンサンブルパーク・茂木 ☎080-9373-0603(午前9時～午後7時)

ねりまイクメン講座

◆**パパと一緒にバルーンアートを作って遊ぼう**▶対象:3歳以上の未就学児と父親 ※母親の付き添い可。▶日時:2月16日(日)午前10時30分～11時45分▶場所:東大泉児童館▶定員:20名(先着順)▶申込:当日会場へ▶問合せ:電話でねりパパ事務局 ☎090-5677-3040

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。 ※車での来場・搬入はご遠慮ください。

◆**石神井公園区民交流センター**▶日時:2月15日(土)午前10時～正午▶申込先:〒177-0041石神井町2-14-1 消費生活センター運営連絡会 ☎3996-6351(先着25店。問い合わせは月・水・金曜午前10時～午後3時)

◆**平成つつじ公園**(練馬1-17-6)▶日時:2月24日(休)午前9時30分～正午(雨天中止)▶申込先:〒177-0035南田

中4-7-10-201 リサイクル・ゆう ☎080-1980-6310(先着80店。問い合わせは午後6時～8時)

◆**和田堀公園**(石神井町1-1-11)▶日時:2月16日(日)午前9時30分～午後1時30分(雨天中止)▶申込先:〒177-0041石神井町1-3-7 物々(ものの) ☎3997-4333(先着20店。問い合わせは午後6時～8時)

学校体育館でスポーツを

◆**旭町小 初級・中級卓球教室**▶対象:16歳以上の方▶日時:2月10日(月)・17日(月)午後6時30分～9時▶定員:各30名(先着順)▶持ち物:上履き、ラケット(ある方のみ)▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

学校応援団・開放まつり

◆**豊玉小**▶日時:2月16日(日)午前9時30分～午後1時▶内容:ラケットテニス、健康空手、ボール遊びなど▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:学校応援団・開放係 ☎5984-1057

献血にご協力を

◆**大泉第二小**▶日時:2月8日(土)午前9時10分～午後1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

朝・夕・青空市

◆**江古田いちば通り商店街**▶日時:2月1日(土)午前10時～午後6時▶問合せ:内田 ☎3991-1243

◆**南ヶ丘商店街**▶日時:2月7日(金)午前10時～午後5時▶問合せ:伏木 ☎3999-2641

◆**光が丘IMA南館前**▶日時:2月9日(日)午前10時～午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

【社交ダンス無料講習会

初心者～初級者対象 2月4日～25日の毎火曜午後7時～9時 春日町青少年館など 講師 山田裕文 例会…初心者～初級者対象 毎火曜午後7時～9時 春日町青少年館など 月会費2,000円 YPダンスサークル・内池 ☎080-1144-6207(要予約) **■講演会「パーキンソン病について(医療・リハビリ)」** 2月15日午後1時30分～4時 光が丘区民センター2階 講師 順天堂練馬病院脳神経内科診療科長／下泰司ほか 参加費無料 練馬パーキンソン病友の会・山本 ☎090-3048-0864 [Eメール](mailto:yamamoto.m729@gmail.com) yamamoto.m729@gmail.com

■**リトルバレエ友の会** 毎木曜①午後4時～5時(4歳以上の未就学児)②午後5時～6時(小学生)③毎火曜午後6時30分～8時(中学生以上) 上石神井体育館 講師 坂田亜紀 ①～③とも入会金5,000円、年会費1,200円、月会費5,000円 初回は無料体験可 鈴木 ☎090-4846-3928(要予約)

【中華文化を楽しむ!中国語勉強会

初級者～中級者対象 ①2月17日午後7時～9時②24日午前9時30分～正午 ココネリ3階 参加費無料 ビジネス中国語クラブ・大山 ☎080-7822-9201 [Eメール](mailto:zwztong21@outlook.jp) zwztong21@outlook.jp(要予約) **■行政書士による終活講座(紙芝居・講演・相談会)** 2月12日午後1時30分～3時30分 北町地区区民館 参加費無料 終活を考える会・二階堂 ☎090-6119-0564 [Eメール](mailto:nikaido.gyouseishosi@aol.com) nikaido.gyouseishosi@aol.com

■**空手道無料体験会** 2月17日①午後4時～5時(高齢者)②午後5時～5時30分(4～6歳児) 総合体育館 講師 中村とよこ 例会…月3回月曜③午後4時～5時(高齢者)④午後5時～5時30分(4～6歳児) 総合体育館 入会金1,000円 月会費③2,400円④1,800円 谷原空手道の会・中村 ☎080-3020-0402 [Eメール](mailto:anaranjadotomate@live.jp) anaranjadotomate@live.jp