

講座・催し

2

勤労福祉会館の催し

定各30名(先着順)申開催日の2日前までに電話で同館☎3923-5511

1元気はつつ生活講座「若さを保つ!いきいき食生活」

回12月9日(火)午後1時30分～3時30分講介護福祉士／志寒浩二

2勤福ポッチャ体験会

回12月12日(金)午後1時30分～3時30分講練馬ポッチャクラブ代表／稲木祐二

3働き方改革講座「人生100年時代に向けて～聞いて得する定年後就労のポイントと注意点」

回12月12日(金)午後6時～8時講特定社会保険労務士／角山史朗

牧野記念庭園の催し

●花マルシェ

地域の農業者が育てた花や植物の

ほか、牧野博士の生誕の地・高知県の特産品の販売や観光情報を紹介します。**回**11月8日(土)午前9時～午後2時(小雨決行)**場**内牧野記念庭園☎6904-6403

●石神井公園・牧野記念庭園自然散策ガイドツアー

木の実を観察しながら散策するほか、牧野博士が採集した標本なども紹介します。**回場**11月22日(土)午前9時30分牧野記念庭園集合～午前11時30分石神井公園解散(小雨決行。約1.5km)**定**15名(先着順)**申**電話で石神井公園サービスセンター☎3996-3950(午前9時～午後5時)

●ダイオウマツの松ぼっくりでクリスマスツリーを作ろう!

**回**11月24日(休)午前10時～11時・午後1時30分～2時30分**場**内牧野記念庭園☎6904-6403**定**各16名(先着順)**申**11月1日(土)午前9時から同HP

スポーツ

区民スポーツ大会

回スポーツ振興課事業係☎5984-1947 ※実施要項は、区HP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。

●卓球(①シングルス②ダブルス)

対中学生以上**回**①11月30日(日)②12月7日(日)午前9時から**場**総合体育館

費①700円②1組1,400円**申**実施要項をご覧の上、11月7日(金)までに練馬区卓球連盟・吉浦へ

●銃剣道(①個人戦②団体戦)

回12月6日(土)午前9時から**場**平和台体育館**申**ハガキで①大会名(①②の別も)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号⑦段位を、11月14日(必着)までに〒179-0081北町2-36-8

●駅伝

回12月7日(日)午前8時30分から**場**練

馬総合運動場公園**費**(1チーム):高校生3,200円、中学生・一般4,000円**申**実施要項をご覧の上、11月14日(金)までに練馬区陸上競技協会へ

初心者スポーツ教室

ぜんそく児水泳

**対**気管支ぜんそく(ぜんそく気味も含む)に悩む4歳児～小学生で、医師に参加を認められたお子さん ※当選後に医師の健康調査書が必要です。**回**①来年1月8日～3月26日の毎木曜午後4時30分～6時【12日制】②来年1月15日～3月26日の毎木曜午後4時～5時30分【11日制】**場**①光が丘体育館②上石神井体育館**定**各45名(抽選)**申**区HPまたは往復ハガキで①教室名(①②の別も)②住所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⑦保護者の氏名を、11月21日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

コンサートガイド

問合せ

練馬文化センター☎3993-3311

公益財団法人 練馬区文化振興協会  
nerima cultural promotion association

石神井松の風文化公園管理棟

1 0歳以上 2 小学生

来年 1/12 祝

1 11:30～12:15

2 14:00～15:00

お届け!ねりぶん音楽便in石神井

(1 未就学児の部 2 一般の部)

出 演

メガネ・ブラス・クインテット(トランペット・ホルン・トロンボーン・チューバ)、野口綾子(ナビゲーター。1のみ<=写真右下>)

曲 目

幸せなら手をたたこう、ヴェルディ／オペラ「アイダ」より凱旋行進曲 など

入場料

500円(全席指定) ※1は座席が不要な2歳以下のお子さんは無料。

購 入

11月5日(水)午前10時から2、6日(休)午前10時から1③

©Ayane Shindo

北町第二地区区民館

1 0歳以上 2 小学生

来年 2/8 回

1 13:00～13:45

2 15:30～16:30

お届け!ねりぶん音楽便in北町

(1 未就学児の部 2 一般の部)

出 演

Trio Parler(クラリネット・オーボエ・ファゴット)

曲 目

モーツァルト／アイネ・クライネ・ナハトムジーク、イバール／木管三重奏のための5つの小品 など

入場料

500円(全席指定) ※1は座席が不要な2歳以下のお子さんは無料。

購 入

11月5日(水)午前10時から2、6日(休)午前10時から1③

井山夏実 斎藤舞 塚田有果

練馬文化センター(大ホール)

優先 割引 小学生

来年 3/8 回

1 12:00開演

2 16:00開演

中村勘九郎 中村七之助

春暁歌舞伎特別公演2026

出 演

中村勘九郎、中村七之助、中村鶴松ほか

演 目

トークコーナー、「艶紅曙接拙 紅氍」「墨塗女」

入場料

S席18,800円27,800円、A席16,800円25,800円、B席14,800円23,800円(全席指定)

予 約

11月29日(土)午前10時から1②(購入は30日(日)から1②③)

中村勘九郎 中村七之助  
春暁歌舞伎特別公演 2026

チケット予約・購入はこちらで

1 練馬文化センターチケット予約電話

☎3948-9000(午前10時～午後5時)

2 練馬文化センターHP

3 練馬文化センター・

大泉学園ゆめりあホール窓口

※車いす席を利用したい方は、1にお問い合わせください。

※予約初日で予定枚数に達した場合は、窓口での販売はありません。

優先

友の会会員は優先予約ができます。

0歳以上

該当年齢から入場できます。

割引

友の会会員は1割引きで購入できます(各公演2枚まで)。

小学生

未就学児は入場できません。

友の会会員には各種特典があります。入会については、お問い合わせください。

## 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HP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。

●(要予約)がないものは、予約不要です。

■料理を楽しむ会 初心者の方対象 第1日曜正午～午後3時 石神井公園区民交流センター 講師 練馬栄養士会／寺元佳子 月会費1,000円 初回は無料体験可 丸山☎090-2737-0636 [Eメール](mailto:tmr@jcom.home.ne.jp) tmr@jcom.home.ne.jp (要予約)

■スポーツウエルネス吹矢体験会 11月16日・23日午後2時～3時 氷川台地区区民館 参加費1回300円 例会…第2・4日曜午後1時～4時 氷川台地区区民館 会費1回1,000円 スポーツウエルネス吹矢練馬城北支部・水谷☎090-2469-0714 [Eメール](mailto:tmizugai@gmail.com) tmizugai@gmail.com (要予約)

■混声合唱 コールカノン 中高年齢者対象 月3回木曜午後2時～4時 生涯学習センターなど 講師 九貫達也ほか 入会金1,000円 月会費3,000円 楽譜代実費 初めの2回は無料体験可 川上☎080-3712-9545 [Eメール](mailto:masa-kawakami@i.softbank.jp) masa-kawakami@i.softbank.jp (要予約)

■琉球舞踊と朗読で紡ぐ海物語 11月28日午後6時45分～8時10分 大泉学園ゆめりあホール 入場料1,000円 仲村☎090-1120-2371 [Eメール](mailto:s949423781@gmail.com) s949423781@gmail.com (要予約)

■書道(漢字・かな) かこう会 主に第1・3月曜午前9時30分～11時30分 富士見台地区区民館 会費1回1,000円 初回は無料体験可 豊田☎090-7266-4709 [Eメール](mailto:kazemachi@docomo.ne.jp) kazemachi@docomo.ne.jp (要予約)

■第8回ハーモニカ・ファミリーコンサート 11月21日午後0時30分開場 大泉学園ゆめりあホール 入場無料 ハーモニカグループ・大野☎5934-5577

■花の絵・ファンタジック水彩画 第1・3水曜午前10時～11時30分 石神井公園区民交流センター 入会金3,600円 会費1回1,500円 奥村☎5936-8395 (要予約)

■第28回心の鐘コンサート(障害がある方による合唱など) 11月28日午後6時30分開演 練馬文化センター 入場料1,500円 あかねの会事務局☎3577-7421 [Eメール](mailto:info@akanenokai.com) info@akanenokai.com (要予約)

■光が丘マジッククラブ 初心者対象 第2・4月曜午前9時30分～11時30分 光が丘区民センター5階など プロのマジシャンが指導 入会金1,000円 月会費1,000円 山本☎3976-1978 (要予約)

■講演会「気候危機を止めるためのシステムチェンジ」 11月30日午後1時～3時30分 ココネリ3階 講師 record1.5代表／山本大貴 参加費100円 気候変動講演会実行委員会・栗原☎080-1068-2976

■親子茶道体験 小中学生と保護者 11月30日午後2時～4時 向山庭園 参加費1人1,000円 利休古流ひさご会・高嶋 [Eメール](mailto:hisagokai.sadou.rikyukoryu@gmail.com) hisagokai.sadou.rikyukoryu@gmail.com (要予約)

広告

プロによる! 完全無添加・本格韓国料理レッスン

韓国家庭料理・宮廷料理・マカロン・もち・韓菓など

問合せ Harin K-Food

練馬区光が丘7丁目 ☎090-8315-1004

詳細・申込みは▶ <http://www.harin.jp>

※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。