

8 令和7年(2025年)11月1日 ねりま区報

対=対象 日=日時・期間 場=場所 内=内容 講=講師 定=定員 ¥=費用(記載のないものは無料)

## 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元気はつらつ生活講座「若さを保つ!いきいき食生活」

日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勤福ボッチャ体験会

日12月12日(金)午後1時30分~3時30分  
講練馬ボッチャクラブ代表/稻木祐二

## 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」

日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。日11月8日(土)午前9時~午後2時(小雨決行)場間牧野記念庭園☎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を紹介します。日場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!

日11月24日(休)午前10時~11時・午後1時30分~2時30分場間牧野記念庭園☎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

間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)などでご覧になります。

## ●卓球(ⒶシングルスⒷダブルス)

対中学生以上日Ⓐ11月30日(日)Ⓑ12月7日(日)午前9時から場総合体育館  
¥Ⓐ700円Ⓑ1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(Ⓐ個人戦Ⓑ団体戦)

日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(ⒶⒷ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練馬区銃剣道連盟事務局・根本へ

## ●駅伝

日12月7日(日)午前8時30分から場練

馬総合運動場公園¥(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。日Ⓐ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】Ⓑ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Ⓐ光が丘体育館Ⓑ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(ⒶⒷ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  
111:30~12:15  
214:00~15:00

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・プラス・ワインテット(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「アイーダ」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歳以下の子さんは無料。

購 入 11月5日(水)午前10時から②、6日(木)午前10時から①③

## 北町第二地区区民館

1 0歳以上 2 小学生

来年2/8日  
13:00~13:45  
215:30~16:30

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 モーツアルト/アイネ・クライネ・ナハトムジーク、イベール/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歳以下の子さんは無料。



購 入 11月5日(水)午前10時から②、6日(木)午前10時から①③

## 練馬文化センター(大ホール)

優先 割引 小学生

来年3/8日  
112:00開演  
216:00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 トーキコナー、「艶紅曙光接拙 紅翫」、「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)



## チケット予約・購入はこちら

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 初心者の男性対象 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 tmar@jcom.home.ne.jp(要予約)

## ■スポーツウェルネス吹矢体験会

11月16日・23日午後2時~3時 水川台地区区民館 参加費1回300円  
例会…第2・4日曜午後1時~4時 水川台地区区民館 会費1回1,000円  
スポーツウェルネス吹矢練馬城北支部・水谷☎090-2469-0714 Eメール 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 masa-kawakami@i.softbank.jp(要予約)

## ■琉球舞踊と朗読で紡ぐ海の物語

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 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 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☎FAX 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 info@akanenokai.com(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 利休古流ひざご会・高嶋 Eメール hisagokai.sadou.rikukyoku@gmail.com(要予約)



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。