

7/20(祝)

ベースボール・アクティビティクリニック

ボール遊びや簡単な運動などを通して、仲間と協力する力を育む体験型の野球教室です。対小学1~4年生 日7月20日(祝)午後1時~3時30分 場中村南スポーツ交流センター 講師元プロ野球選手/小島圭市 定30名(先着順) 持グラブ、上履き 申電話で同所 ☎3970-9651



6/17(水) 入場無料

第314回 アトリウムミニステージ

日6月17日(水)午後0時15分~0時45分 場区役所アトリウム ▶曲目: モーツァルト/きらきら星変奏曲、シューベルト/4つの即興曲集よりOp.90-2 など ▶出演: 関敦子(ピアノ) 申当日会場へ 問練馬文化センター ☎3993-3311



7/19(日) 練馬児童合唱団 第46回演奏会

区内の小学3年~高校生の団員が活動の成果を披露します。対小学生以上 日7月19日(日)午後2時開演 場練馬文化センター ▶曲目: 夕焼小焼、くるみ割り人形、群青、エーデルワイスなど ▶出演: バトラーあかね(指揮)、八谷恵子・樋上彩加(ピアノ) 定1,000名(先着順) 申区HPまたはハガキで①催し名②代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号③参加人数を、7月8日(必着)までに〒176-0012 豊玉北6-8-1 生涯学習センター ☎3991-1667 ※保育室(1歳児以上対象。定員10名)を利用したい方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢もお知らせください。



情報あらかると②

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(WEBあり)。詳しくは、区HPをご覧ください。 園育成支援係 ☎5984-1292

ねりま遊遊スクール

◆親子 de English 対1~3歳児と保護者 日6月25日(木)午前10時30分~11時30分 場光が丘地区区民館 定10組(先着順) 料1組500円 申電話で Kidsbox親子Englishサークル・松本 ☎090-7243-6967(午前9時~午後5時) WEBあり

◆すまいるねりま遊遊スクール ◆生演奏で音楽を楽しもう! 対主に知的障害のある小学生と保護者・介助者 日7月5日(日)午前10時30分~11時15分 場勤労福祉会館 定10組(先着順) 料お子さん1人につき500円 申電話でおとのたね・江口 ☎090-1415-7352(午前9時~午後8時)

◆みんなで楽しく楽器を鳴らそう~ドラムサークル 対主に知的障害のある小中学生と保護者・介助者 日7月20日(祝)午前10時~10時40分 日午前11時~11時40分 場こども発達支援センター 定各12名(先着順) 料1人33円 申電話で音の輪・中村 ☎090-5335-5141(午前10時~午後5時)

子育て学習講座

◆絵本作家・はせがわさとみさん 講演会 対子育て中の保護者、子育て支援に携わる方 日6月20日(日)午前10時~11時30分 場石神井公園区民交流センター 定50名(先着順) 申電話でこひつじ文庫・西 ☎5934-2439 WEBあり

献血にご協力を

問東京都赤十字血液センター武蔵野出張所 ☎0422-32-1100 ◆JA東京あおば石神井支店(石神井町5-11-7) 日6月12日(金)午前10時~正午・午後1時30分~4時 ◆石神井公園駅中央口 日6月20日(日)午前10時~正午・午後1時30分~4時

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。 ※雨天中止。 ◆たがら公園(田柄2-45-1) 日6月28日(日)午前10時~正午 申 ☎179-0073 田柄2-8-13 クローバーの会 ☎090-6487-0857(先着30店。問い合わせは午後6時~8時) ◆こぶし公園(富士見台3-53-1) 日6月28日(日)午前10時~正午 申 ☎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) ◆秋の陽公園(光が丘2-5-2) 日7月5日(日)午前8時~午後1時 申 ☎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)

介護学べるサロン

介護や健康に役立つ講座です。 問在宅介護支援係 ☎5984-4597 ◆安全・安心な自転車の乗り方~4月改正の新ルールについて 日6月16日(火)午後2時~4時 場ケアサービス伊東(平和台4-23-22) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎090-9665-2220

◆本当にこわい!?高齢者の脱水

日6月20日(日)午後1時~3時 場デイサービス太陽(春日町5-33-29) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎5987-2900

◆オーラルフレイルと食事について 日6月20日(日)午後2時30分~4時 場 問 介護老人保健施設大泉学園ふさのとう

☎3924-2215 問講義 定30名(先着順) 申当日会場へ

◆頭と体を使った認知症予防体操 日6月24日(木)午後2時~3時 場 豊玉サービスセンター 問講義、実技 定10名(先着順) 申電話で同所 ☎3993-1341

◆離れて暮らす親の介護をどうするか 日7月4日(日)午前10時~11時30分

分 場 グループホームしゃくじいの庭(上石神井2-20-13) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎3594-7011

◆フレイルを予防する食事について 日7月9日(木)午前11時~正午 場 第3育秀苑デイサービスセンター 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎6904-0105

◆健康体操・エアロビィ チェリー会 中高年齢の女性対象 毎水曜午前10時~正午 田柄地区区民館 女性プロが指導 月会費3,000円 山羽 ☎ FAX 6761-6099(要予約)

◆手編みサークル(カギ針・棒針・アフガン編み) 初心者・中高年齢者対象 第2・4月曜午前10時~正午 光が丘区民センター2階など 入会金2,000円 月会費2,000円 吉沢 ☎ 5999-3975(要予約)

◆英語育児サークル TwinkleStar 3歳以下のお子さんと保護者対象 月1回 月曜午前10時30分~11時30分 光が丘区民センター6階 月会費1,000円 松本 ☎090-7243-6967 Eメール yokomoa@yahoo.co.jp(要予約)

◆フラダンス ハウオリ 60歳以上の女性対象 第1・3水曜午後3時10分~4時20分 はつらつセンター豊玉 講師 天野カズエ 月会費2,000円 初回は無料体験可 高橋 ☎090-5346-8352(要予約。午前中)

◆東アジア文化交流のつどい(中国・ネパール・沖縄・朝鮮の歌や踊り) 6月27日午後1時30分~4時30分 ココネリ3階 参加費1,500円(学生500円) 実行委員会・小沼 ☎080-3737-7087(午前9時~午後8時)

◆女声合唱(フォーレ「ラシーヌ賛歌」など) コール・アネモネ 合唱経験のある方対象 毎土曜午前9時30分~正午 光が丘区民センター5階など 指揮 花岡由裕 月会費5,000円 初回は無料体験可 2年に1回演奏会あり 伊藤 ☎6761-1524(要予約)

◆①講座「我が子に伝えるおうち性教育の話」②親子で楽しむ捨てないアート ①小学生以下のお子さんの保護者、子育て支援に携わる方②小学生対象(小学3年生以下は保護者同伴) ①6月27日②7月25日午前10時~正午 ①東大泉地区区民館②南大泉地域集会所 講師 キャンドルアーティスト/石井恵津子(②のみ)ほか ①②とも参加費500円 お子さん連れ可(①のみ) Cherish・中田 ☎090-7010-3176(午後4時~7時) Eメール cherish.chappys@gmail.com(要予約)

◆女声コーラス アリオンコール(発声・抒情歌・カンツォーネ・映画音楽など) ①月4回②月2回 火曜午前10時~正午 生涯学習センター分館 ①②とも入会金2,000円 月会費①5,500円②3,000円 教材費月100円 初回は無料体験可 大脇 ☎3997-5390(午後5時以降)

◆川柳こぶし吟社 第1月曜午後2時~5時、第3月曜午後1時30分~5時 石神井公園区民交流センター 講師 川柳研究社/佐道正 月会費1,800円 初回は無料体験可 本間 ☎3922-9110

◆ブナレアウクレレサークル 中高年齢の初心者対象 第2・4金曜午後1時30分~3時30分 北大泉地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 小林 ☎090-7173-6258(要予約)

◆本当にこわい!?高齢者の脱水 日6月20日(日)午後1時~3時 場 デイサービス太陽(春日町5-33-29) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎5987-2900

◆頭と体を使った認知症予防体操 日6月24日(木)午後2時~3時 場 豊玉サービスセンター 問講義、実技 定10名(先着順) 申電話で同所 ☎3993-1341

◆離れて暮らす親の介護をどうするか 日7月4日(日)午前10時~11時30分

分 場 グループホームしゃくじいの庭(上石神井2-20-13) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎3594-7011

◆フレイルを予防する食事について 日7月9日(木)午前11時~正午 場 第3育秀苑デイサービスセンター 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎6904-0105

◆健康体操・エアロビィ チェリー会 中高年齢の女性対象 毎水曜午前10時~正午 田柄地区区民館 女性プロが指導 月会費3,000円 山羽 ☎ FAX 6761-6099(要予約)

◆手編みサークル(カギ針・棒針・アフガン編み) 初心者・中高年齢者対象 第2・4月曜午前10時~正午 光が丘区民センター2階など 入会金2,000円 月会費2,000円 吉沢 ☎ 5999-3975(要予約)

◆英語育児サークル TwinkleStar 3歳以下のお子さんと保護者対象 月1回 月曜午前10時30分~11時30分 光が丘区民センター6階 月会費1,000円 松本 ☎090-7243-6967 Eメール yokomoa@yahoo.co.jp(要予約)

◆フラダンス ハウオリ 60歳以上の女性対象 第1・3水曜午後3時10分~4時20分 はつらつセンター豊玉 講師 天野カズエ 月会費2,000円 初回は無料体験可 高橋 ☎090-5346-8352(要予約。午前中)

◆東アジア文化交流のつどい(中国・ネパール・沖縄・朝鮮の歌や踊り) 6月27日午後1時30分~4時30分 ココネリ3階 参加費1,500円(学生500円) 実行委員会・小沼 ☎080-3737-7087(午前9時~午後8時)

◆女声合唱(フォーレ「ラシーヌ賛歌」など) コール・アネモネ 合唱経験のある方対象 毎土曜午前9時30分~正午 光が丘区民センター5階など 指揮 花岡由裕 月会費5,000円 初回は無料体験可 2年に1回演奏会あり 伊藤 ☎6761-1524(要予約)

◆①講座「我が子に伝えるおうち性教育の話」②親子で楽しむ捨てないアート ①小学生以下のお子さんの保護者、子育て支援に携わる方②小学生対象(小学3年生以下は保護者同伴) ①6月27日②7月25日午前10時~正午 ①東大泉地区区民館②南大泉地域集会所 講師 キャンドルアーティスト/石井恵津子(②のみ)ほか ①②とも参加費500円 お子さん連れ可(①のみ) Cherish・中田 ☎090-7010-3176(午後4時~7時) Eメール cherish.chappys@gmail.com(要予約)

◆女声コーラス アリオンコール(発声・抒情歌・カンツォーネ・映画音楽など) ①月4回②月2回 火曜午前10時~正午 生涯学習センター分館 ①②とも入会金2,000円 月会費①5,500円②3,000円 教材費月100円 初回は無料体験可 大脇 ☎3997-5390(午後5時以降)

◆川柳こぶし吟社 第1月曜午後2時~5時、第3月曜午後1時30分~5時 石神井公園区民交流センター 講師 川柳研究社/佐道正 月会費1,800円 初回は無料体験可 本間 ☎3922-9110

◆ブナレアウクレレサークル 中高年齢の初心者対象 第2・4金曜午後1時30分~3時30分 北大泉地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 小林 ☎090-7173-6258(要予約)

◆本当にこわい!?高齢者の脱水 日6月20日(日)午後1時~3時 場 デイサービス太陽(春日町5-33-29) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎5987-2900

◆頭と体を使った認知症予防体操 日6月24日(木)午後2時~3時 場 豊玉サービスセンター 問講義、実技 定10名(先着順) 申電話で同所 ☎3993-1341

◆離れて暮らす親の介護をどうするか 日7月4日(日)午前10時~11時30分

分 場 グループホームしゃくじいの庭(上石神井2-20-13) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎3594-7011

◆フレイルを予防する食事について 日7月9日(木)午前11時~正午 場 第3育秀苑デイサービスセンター 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎6904-0105

◆健康体操・エアロビィ チェリー会 中高年齢の女性対象 毎水曜午前10時~正午 田柄地区区民館 女性プロが指導 月会費3,000円 山羽 ☎ FAX 6761-6099(要予約)

◆手編みサークル(カギ針・棒針・アフガン編み) 初心者・中高年齢者対象 第2・4月曜午前10時~正午 光が丘区民センター2階など 入会金2,000円 月会費2,000円 吉沢 ☎ 5999-3975(要予約)

◆英語育児サークル TwinkleStar 3歳以下のお子さんと保護者対象 月1回 月曜午前10時30分~11時30分 光が丘区民センター6階 月会費1,000円 松本 ☎090-7243-6967 Eメール yokomoa@yahoo.co.jp(要予約)

◆フラダンス ハウオリ 60歳以上の女性対象 第1・3水曜午後3時10分~4時20分 はつらつセンター豊玉 講師 天野カズエ 月会費2,000円 初回は無料体験可 高橋 ☎090-5346-8352(要予約。午前中)

◆東アジア文化交流のつどい(中国・ネパール・沖縄・朝鮮の歌や踊り) 6月27日午後1時30分~4時30分 ココネリ3階 参加費1,500円(学生500円) 実行委員会・小沼 ☎080-3737-7087(午前9時~午後8時)

◆女声合唱(フォーレ「ラシーヌ賛歌」など) コール・アネモネ 合唱経験のある方対象 毎土曜午前9時30分~正午 光が丘区民センター5階など 指揮 花岡由裕 月会費5,000円 初回は無料体験可 2年に1回演奏会あり 伊藤 ☎6761-1524(要予約)

◆①講座「我が子に伝えるおうち性教育の話」②親子で楽しむ捨てないアート ①小学生以下のお子さんの保護者、子育て支援に携わる方②小学生対象(小学3年生以下は保護者同伴) ①6月27日②7月25日午前10時~正午 ①東大泉地区区民館②南大泉地域集会所 講師 キャンドルアーティスト/石井恵津子(②のみ)ほか ①②とも参加費500円 お子さん連れ可(①のみ) Cherish・中田 ☎090-7010-3176(午後4時~7時) Eメール cherish.chappys@gmail.com(要予約)

◆女声コーラス アリオンコール(発声・抒情歌・カンツォーネ・映画音楽など) ①月4回②月2回 火曜午前10時~正午 生涯学習センター分館 ①②とも入会金2,000円 月会費①5,500円②3,000円 教材費月100円 初回は無料体験可 大脇 ☎3997-5390(午後5時以降)

◆川柳こぶし吟社 第1月曜午後2時~5時、第3月曜午後1時30分~5時 石神井公園区民交流センター 講師 川柳研究社/佐道正 月会費1,800円 初回は無料体験可 本間 ☎3922-9110

◆ブナレアウクレレサークル 中高年齢の初心者対象 第2・4金曜午後1時30分~3時30分 北大泉地区区民館 月会費3,000円 初回は無料体験可 年1回発表会あり 小林 ☎090-7173-6258(要予約)

◆本当にこわい!?高齢者の脱水 日6月20日(日)午後1時~3時 場 デイサービス太陽(春日町5-33-29) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎5987-2900

◆頭と体を使った認知症予防体操 日6月24日(木)午後2時~3時 場 豊玉サービスセンター 問講義、実技 定10名(先着順) 申電話で同所 ☎3993-1341

◆離れて暮らす親の介護をどうするか 日7月4日(日)午前10時~11時30分

分 場 グループホームしゃくじいの庭(上石神井2-20-13) 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎3594-7011

◆フレイルを予防する食事について 日7月9日(木)午前11時~正午 場 第3育秀苑デイサービスセンター 問講義 定20名(先着順) 申電話で同所 ☎6904-0105

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。

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

あなたの街の植木屋さん お見積0円(出張料も0円) 7つの安心 1本からでもOK! お茶・食事の気遣い無用! トイレは借りません! 土日祝も作業OK! 近隣店舗からプロの植木職人が見積に! お客様のご要望に対して丁寧に! お見積による1本ずつの明細会計! ハローガーデン ☎0120-86-1128

広告 ~PayPayでお買物体験~ 無料講座! シニアデジ活 基本の「き」! ご予約受付中 定員6名 ☎03-6206-1538 10:30~19:00(日・月・祝休み) バレッドラボ 中村橋教室 練馬区中村3丁目25-16 外山ビル 1F-102