

実施団体が
拡大

「食のほっとサロン」は、会食などの活動を通じて高齢者の方が自立した生活を続けられるよう、支援する通所サービスです。NPO法人などの地域団体が運営しています。詳しくは、区HPをご覧ください。



対象

65歳以上の方

内容

会食、お口の体操、食に関する講座など

区の担当

介護予防係

申込

電話で各申込先へ ※介護保険の要支援認定を受けている方、サービス・活動事業の対象の方は、地域包括支援センターまたは担当のケアマネジャーへお問い合わせください。



■実施団体 全22団体！

団体名・申込先	場所など	日時	費用(1回)
中村グループ ☎3970-2557	練馬第三小	第1・3～5土曜 10:30～12:30 (8月を除く)	500円
システム・ハイ桜台 ☎6914-9830	桜台地区区民館	毎火曜 10:00～12:30	700円
鶴の里サロン ☎5904-9011	羽沢3-36-16	毎金曜 10:00～12:00	700円
小竹サロン ☎5904-9011	小竹地域集会所	毎火曜 10:30～12:30	700円
ふろしき ほっと食堂 貫井 ☎5848-6788	貫井地域集会所	第2・4月曜 10:00～12:00	700円
ふろしき ほっと食堂 ☎5848-6788	向山2-3-7	第1・3火曜 10:15～12:15	700円
らくぜん ランチパーティー ☎6915-6300	旭町1-31-4	第1・3土曜 11:30～13:30	700円
光の木馬 ☎5241-5811	はつらつセンター 光が丘	第1・3・5月曜 10:00～12:00 (8月を除く)	700円
スマイル田柄 ☎090-6000-2878	田柄地域集会所	第1・3・5水曜 10:00～12:00	700円
食事処～ながら ☎5987-5088	田柄3-12-1	第1・3月曜 11:30～13:30	700円
練馬「パルの家」 ☎6233-7605	田柄4-38-5	第1・3水曜 10:30～13:00	600円

団体名・申込先	場所など	日時	費用(1回)
スマイル北町 ☎090-6000-2878	北町地区区民館	第1・3・5月曜 10:00～12:00	700円
スマイル氷川台 ☎090-6000-2878	氷川台地区区民館	第1・3・5火曜 10:00～12:00	700円
システム・ハイ早宮 ☎6914-9830	早宮地区区民館	毎金曜 10:00～12:30	700円
気楽な家 ☎5393-1023	石神井町8-42-4	第2・4月曜 11:00～13:30	700円
ハッピー和 ☎6796-8080	石神井台3-4-33	第1・3火曜 11:00～13:00	700円
関北サロン ☎5904-9011	石神井台 地域集会所	毎金曜 10:30～12:30	700円
はっぴい ☎6796-8080	東大泉1-15-10	第2～4金曜 12:00～14:00	700円
居場所づくり「お昼サロン」 ☎3995-5258	勤労福祉会館	第1・3月曜 10:45～12:45	600円
まちの駅 大泉学園 ☎3978-0207	大泉学園町 5-6-17	毎金曜 11:00～13:00	650円
やすらぎほっとサロン ☎5387-5577	西大泉敬老館	第2・4火曜 10:00～12:00	700円
サンライズ すまいる ☎5935-7401	西大泉4-20-17	第2・4木曜 11:00～13:00	700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

◆武田美穂展「絵本づくりはドキドキなのだ!」㊦7月25日(土)～10月25日(日)午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで) ※月曜休館(ただし、8月10日(月)、9月21日(例)、10月12日(例)は開館。10月13日(例)は休館)。㊦㊦ちひろ美術館・東京(下石神井4-7-2)☎3995-0612 ㊦1,200円(18歳以下の方無料。その他割引制度あり) ㊦当日会場へ

◆納涼盆踊り大会㊦7月24日(金)・25日(土)午後6時～9時㊦橋戸新田公園(土支田3-27-29) ㊦盆踊り、お菓子の提供(子どものみ。午後7時30分から。なくなり次第終了)など㊦共栄商店会・田中☎080-3127-2519

◆夏まつり㊦7月25日(土)午後5時～9時、26日(日)午後1時～9時㊦大泉風致地区公園(大泉学園町7-7) ㊦民謡歌手の原田直之さんによるミニコンサート、抽選会、ダンスパフォーマンス、盆踊りなど㊦大泉学園町商店会・佐藤☎080-3595-6412

◆第32回きたまち阿波おどり㊦7月25日(土)午後5時30分～8時30分㊦東武練馬駅南口前㊦実行委員会・大木☎090-4945-5811

◆納涼灯ろう流しのタペ㊦8月1日(土)午後6時～8時㊦石神井公園ポート乗り場㊦石神井公園商店街振興組合・豊田☎3995-1150

◆銀河の夜の盆踊り大会㊦8月7日(金)午後4時～8時30分、8日(土)午後3時～8時

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。
- 簡単ウクレレひろば 20歳以上の方対象 主に月1回土曜または日曜 ①午後1時30分～2時40分(初心者)②午後3時～4時10分(経験者) サンライフ練馬 ①②とも月会費2,000円 ①は初回は無料体験可 熊本☎080-2249-5665 ㊦㊦ go.go.reds2012@gmail.com(要予約)

時㊦妙延寺(東大泉3-16-5) ㊦盆踊り、模擬店、太鼓パフォーマンスなど㊦東大泉商栄会・阿部☎080-4668-4101

◆納涼盆踊り大会㊦8月7日(金)・8日(土)午後6時～9時㊦大泉第一小㊦盆踊り、アイスの提供など㊦北大泉商栄会・佐藤☎3924-5290

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。

■練馬・歌のサークル①秋桜②かどれあ③がーべら(抒情歌・ミュージカル・映画音楽・オペラアリアなど) 第1・3金曜①午前10時～正午②午後1時～3時③第1・3火曜午前10時～11時30分 ①②光が丘区民センター5階など ③生涯学習センター 講師 船津里子 ①～③とも入会金3,000円、月会費3,000円 初回は無料体験可 神波☎090-7814-4377 ㊦㊦ chopin12041204@gmail.com(要予約)

■英会話 チューリップ 50～60代の初心者対象 月3回金曜午後2時30分～3時30分 石神井庁舎5階 入会金1,000円 月会費4,200円 初回は無料体験可 林☎070-4797-1625(要予約)

す。講座によっては、電子メールなどでも申し込みます(㊦㊦あり)。詳しくは、区HPをご覧ください。㊦育成支援係☎5984-1292

■ねりま遊遊スクール

◆夏の子ども茶道教室㊦小学生 ※保護者の参加も可。㊦8月5日・19日・26日の水曜午前10時～11時40分㊦石神井松の風文化公園管理棟㊦各16名(先着順) ㊦1人500円㊦電話で春夏

秋冬の会・田中☎090-6529-1857(午前9時～午後8時) ㊦㊦あり

◆スポーツなど(ハワイアン・リミックス) ㊦㊦2～4歳児と保護者㊦4歳以上の未就学児と保護者㊦8月1日(土)㊦午前10時～10時45分㊦午前11時～11時45分㊦平和台体育館㊦各15組(先着順) ㊦電話でSSC平和台☎5921-7800(平日午前9時～午後3時)

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。

あ

朝10:00～夕方5:00
(日曜は朝11:00～)

タオルのレインボー新店OPEN!

今治 泉州 おぼろ

名入れタオル受付中!!

名前入りのオリジナルタオル作れませんか?

キャッシュレス決済OK!

タオルのお店レインボー

練馬区高松1-38-25

03-5241-1041

練馬春日町駅

成増 下赤塚 東武練馬

川越街道

光が丘

練馬春日町

豊島園

練馬

中村橋

高士見台

練馬高野台

目黒通り

目黒駅

高士見台

中村橋

タオルのレインボー

練馬区高松1-38-25

03-5241-1041

タオルのレインボー

練馬区高松1-38-25

03-5241-1041

あなたの街の植木屋さん

お見積0円
(出張料金も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!

「ねりま区報を見た!」で

剪定作業 1本(高さ3m未満)

通常3,300円(税込)から

先着10名様

10%引

ホームページはこちら

QRコード

ハローガーデン

練馬店 練馬区関町北3-20-5 受付時間 9:00～17:00 月～金 運営 株式会社 FirstLine

広告

石神井公園駅よりバス「三軒寺」下車
練馬区谷原6-8-25 TEL : 03-3996-4200

樹木墓地
一般墓地

浄土真宗
本願寺派

宝林寺

室内納骨堂
合同墓

後継者不要 過去の宗派不問 20万円～
ご見学・ご相談承ります 詳しくはこちら

QRコード