

野方高齢者会館 講座 交通安全について

日にち 10月3日(月)
 時間 午後1時30分～ 1F 和室
 詳細 野方警察署員が、中野で高齢者の事故が多発している中、どの様なことに注意しなければならぬか、お話をしてくれます。
 問合せ Tel 3388-9586



交通安全

東山高齢者会館 東山文化講座

第3回 今すぐできる口コモ体操 ～痛みと上手に付き合える～

日にち 10月12日(水)
 時間 午後1時30分～3時
 詳細 先着20名
 講師 川股典子(健康運動指導士)



第4回 必要な時に手助けしてもらうには ～元気な時に蓄えておくこと～

日にち 11月2日(水)
 時間 午後1時30分～3時
 詳細 先着50名
 講師 西本裕子(江古田地域包括支援センター所長)



※問合せ・・・東山高齢者会館 Tel 3228-5280

中野区教育振興会 第3回★中野区検定!

日にち 11月27日(日) **小学生5年生以上 先着100名**
 時間 午前10時集合(受付9:30～)
 会場 中野区産業振興センター(中野区中野2-13-14)
 出題内容 50問。選択問題。ジュニア部門と一般部門。中野区に関する歴史、地理、文化など
 申込 10月11日(火)～11月15日(火)
 一般1,500円 高・大1,000円 小・中300円
 申込書 チラシの裏面・ホームページからダウンロード
 問合せ 公益財団法人 中野区教育振興会
 Tel 3228-5544
 ※受験参加者に特製缶バッジを差し上げます!!



水再生センター 中野水再生センター施設見学会

日にち 10月23日(日) **無料 記念品あります!**
 時間 午前10時～午後4時(少雨実施)
 会場 東京都下水道局 中野水再生センター
 中野区新井3-37-4
 内容 施設見学・微生物観察・排水相談・下水管テレビカメラ調査実演・はしご車の乗車体験
 ※あらいまつりの会場として、エイサーも踊ります!
 問合せ 東京都下水道局 落合水再生センター
 Tel 3366-6964



中野工業高校 地元高校の文化祭へ行こう!!

全日制 10月29日(土) 正午～午後4時
 30日(日) 午前10時～午後3時
 定時制 11月6日(日) 午前10時～午後2時(学校説明会同時開催)
 生徒が手作りしたゼリーや缶詰、レトルト食品の販売やサンドブラストの体験、機械製作の実演などがあります!
 生徒の力作の数々も展示!



児童館・キッズプラザイベント情報!

- **一輪車タイム**
 【日時】10月7日・21日(金)
 午後4時～4時45分 定員10名
 一輪車の検定をします。つわばな持参
- **レインボーキッズ**
 【日時】10月13・27日(木)
 午後4時～4時45分
 みんなで集団遊びをします。
- **ごい・しよび道場**
 【日時】10月15日(土)
 午後2時～3時
 野方JTBの皆さまのご指導です。
- **卓球タイム**
 【日時】10月28日(金)
 午後4時～4時45分
 卓球の練習をします。定員15名
- **ジャモフェスティバル**
 【日時】11月5日(土)
 午後1時～3時40分
 チケット配布無料 先着400名
 10月22日より児童館事務室で配布します。

野方児童館 Tel 3387-8836

- **おはなごみ**
 【日時】10月13日(木)
 午後4時～4時30分
 野方朗読の会のみなさんによる絵本や紙芝居の読み聞かせです。無料
- **食育講座**
 「かんたん かわいい、お弁当作り」
 【日時】10月14日(金)
 午前10時30分～11時30分
 申込：10月4日(火)～20組程度
 離乳食を卒業したお子さん向けのお弁当作りを栄養士さんが教えてくれます。
- **花笠踊り★野方地区まじりのパレード★**
 【日時】10月15日(土)
 午後3時～4時30分
 申込：10月4日～12日 小学生対象
 練習：12日～15日
 1回参加して下さい。
- **サトウキビで黒糖を作ろう!**
 【日時】10月19日(水)
 午後2時30分～4時
 サトウキビからおいしい黒糖を作ります!

北原児童館 Tel 3337-9632

- **手話ダンス♪ レッスン②③**
 【日時】10月5日(水)・20日(木)
 午後3時30分～4時30分
 手話をやったことがなくても、西松先生がやさしく丁寧に教えてくれます。皆で心を合わせて手話ダンスを踊りましょう!
- **ふれあいタイム**
 【日時】10月26日(水)
 午後2時30分～4時
 丸山山会(四)華子ととも会の皆さまと一緒に11月のカレンダーを作ります。
 お家に飾れる素敵なカレンダーを作ろう。
- **緑野まつり** ★緑野小PTAの皆さまへ
 【日時】10月29日(土)
 午後1時～(予定)
 緑野小の校庭で開催する、緑野まつりにご参加ください。「○○○○」「△△たまたま」に挑戦!高得点が当てたり、景品がもらえるかも! みんな誘っていきなさい!

キッズ・プラザ緑野 Tel 5345-7470

- **「フリオバトル」開催のお知らせ**
 【日時】10月16日(日)
 午後2時～3時30分
 バトルの名、募集!!10月2日から図書館受付または電話で受付します。
- **「りちちゃん工作」空気砲を作って遊ぼう!**
 【日時】10月4日(火)
 午後2時30分～4時
 ボランティアの鳥山さんと空気砲を作ります。皆で的をねらって遊みましょう!
- **フラッグフットボール**
 【日時】10月5日(水)
 午後3時30分～4時30分
 かわいいフラッグのベルトをつけて、小さなラグビーボールでパスしながらゴールを目指そう!竹内さんの指導です。

野方図書館 Tel 3389-0214

健康維持を目的とした三療はり・灸・マッサージサービスを、中野区内に住所を有する60歳以上の方が9時30分～4時30分まで間に一回九百円で利用できます。

10月の三療サービス：【丸山高齢者集会所3338-7057】10月12日(水)【東山高齢者会館3228-5280】10月13日(木)【野方高齢者会館3388-9586】10月27日(木)