

7 エンディングノートの活用法



練馬区指定葬儀会場(地元の葬儀社)
江古田斎場
小竹町1-61-1

エンディングノートの書き方、使い方等を説明いたします。

講師/江古田斎場職員
【定員】40名
【対象】どなたでも
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】8:30~17:30
【定休日】なし(年中無休)

2月6日 10:00~11:00
☎03-3958-1192

8 ガラスとハーバリウム制作体験会



一点物のハンドメイド雑貨店
雑貨屋みつぼし
栄町39-6 小林ビル1F

①ヴェネチアングラスで作るアクセサリ ②花や緑を瓶に閉じ込めるハーバリウム 日ごとに違う体験教室です。

講師/ヴェネチアングラス体験工房MEKA
ハーバリウム体験StudioBLUE

【定員】4名
【対象】小学生から大人まで
【持ち物】特になし
【材料費】2,000円(材料費)

【受付】11:00~18:00
【定休日】不定休

1月21日 11:00~18:00
1月17日 11:00~18:00
2月3日 11:00~18:00
※各1時間毎に枠を設けています(12時~13時は休憩)

☎090-7904-2989

9 親子でプログラミング体験



子ども向けプログラミング教室
トキナガノ プログラミング教室
旭丘1-76-7

小学生のお子様がお習っているプログラミング(スクラッチ)を使って親子でゲームを作成します。

講師/長野 光
【定員】1組【対象】小学生以上のお子様1名と保護者1名
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】11:00~20:00
【定休日】火曜

1月20日 10:30~12:00
1月27日 10:30~12:00
2月3日 10:30~12:00
2月10日 10:30~12:00
2月17日 10:30~12:00

☎03-3951-9275

10 親子で楽しくハンドケア講座



ハンドケアで手も心もポカポカに
ぼっとう&よはく
旭丘1-65-18-2F

手荒れが気になる季節。ハンドケアを親子で一緒にしませんか?タッチケアでコミュニケーションを!

講師/たてまつ 暁子(akko)
【定員】4名または4組
【対象】1歳以上【持ち物】特になし
【材料費】1,000円(プロ仕様のハンドクリーム付き)

【受付】12:00~17:00
【定休日】火曜

1月26日 10:00~11:00
2月3日 10:30~11:30
2月18日 10:30~11:30
申込はLINEのQRコードから

☎080-3018-8708

13 こんな豊かなお茶の文化



わかっていない、お茶の豊かさ
茶処 高野園
練馬1-23-2

世界の人が気になる茶の文化実習あり

講師/高野 茂
【定員】4名
【対象】初めての方
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】10:00~18:00
【定休日】月曜

1月22日 10:00~11:30
2月6日 10:00~11:30
2月12日 10:00~11:30

☎03-3991-1360

16 眉の描き方困っていませんか?



プロが揃う化粧品専門店
ビューティーショップ しみず
豊玉北5-17-3

顔立ちを引き立てる美眉アドバイスを受けてみませんか?毎日が楽しくなりますよ!

講師/清水・永山・荻野
【定員】1名
【対象】女性・初めての方
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】10:00~19:00
【定休日】日曜

1月25日 11:30~17:30
1月27日 11:30~17:30
1月29日 11:30~17:30
1月30日 11:30~17:30
所要時間20~30分。時間要相談

☎03-3992-3531

江古田駅周辺・練馬駅周辺



西武有楽町線 新桜台駅
栄町会館 ※4番の会場はこちら
武蔵野音大
江古田駅 北口商店会
日大通り商店会
旭丘千川通り商店会
旭丘銀座商店会
江古田銀座商店会
武蔵大学
日本大学芸術学部
池袋駅
練馬銀座本通り商店会
大門通り商店会
練馬一の日商店会
練馬アーケード商店会
おとり様商店会
練馬区桜台商業協同組合
桜台駅
西武池袋線
千川通り

11 洗面台リフォーム講座



洗面台ショールーム
MK クリエーション 東京展示場
桜台4-20-7 MKCビル1F

水回りリフォームを検討中&新築予定の方へ MKC製品の紹介と細かいアドバイス。

講師/櫻本 愛美
【定員】4組
【対象】どなたでも
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】1月20日より10:00~19:00
【定休日】月曜、金曜

1月27日 11:00~12:00
2月3日 11:00~12:00

☎03-6915-8443

14 初めてのビリヤード体験講習



桜台最大アミューズメント施設
ブルアンドダーツカフェ サイド
桜台1-8-2 ニュー桜台ビルB1F

老若男女が必ず楽しめるビリヤード競技を経験豊富なプロインストラクターが、丁寧にレクチャーいたします!

講師/栗原 信祐
【定員】6名または3組
【対象】どなたでも
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】17:00~翌2:00
【定休日】なし

2月6日 13:00~14:00
2月7日 13:00~14:00
2月8日 13:00~14:00
2月9日 13:00~14:00

☎03-6914-8975

17 自分のカラダを知ってみよう!



総合フィットネスクラブ
ティップネス練馬
練馬1-5-16

体成分測定で自分のカラダを知って、簡単なストレッチ&エクササイズで、軽くカラダを動かしましょう。

講師/フィットネススタッフ
【定員】8名
【対象】16才以上
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】平日10:00~18:00
【定休日】木曜

1月25日 11:00~12:15
2月1日 11:00~12:15
2月8日 11:00~12:15

☎03-5946-1351

12 大人のプログラミング教室体験



練馬駅から徒歩3分
シェアオフィス練馬
練馬1-20-8 日建練馬ビル2F
会場:オンラインのみ

小学生が学んでいる「スクラッチ」を大人がオンラインで体験できます。詳しくはQRからLINEで。

講師/中村 義和
【定員】なし【対象】大人または親子
【持ち物】パソコン+ネット接続(オンラインで参加のため)
【材料費】なし

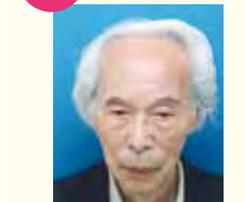
【受付】
【定休日】

詳細はLINEにご案内いたします

☎03-6915-8443

<https://aromanet.cc/pgmz24>

15 白毛ボカシ・シャンプー・カット



低料金で営業中。ヘアサロンエム
ヘアサロンエム
豊玉上2-22-10号

ヘアーのことなら何でもおまかせ。育毛から白髪染めまで最新ファッションを低料金でサポートして65年!!

講師/東 信夫
【定員】3名または1組
【対象】どなたでも
【持ち物】筆記用具
【材料費】1,000円(薬代金)

【受付】10:00~18:00
【定休日】月曜

1月25日 14:00~15:00
2月22日 14:00~15:00

☎03-3991-8002

18 セミナーと空き家なんでも相談会



そうだ行政書士に相談しよう!
プロッサム東京行政書士事務所
豊玉北6-14-8-602

実家の空き家、空き店舗で開業したい、補助金を利用したい等、空き家何でも相談を開催。他士業連携で安心!

講師/鈴木 正子・石井 則子
【定員】1組
【対象】どなたでも
【持ち物】特になし
【材料費】なし

【受付】9:00~17:00
【定休日】土曜、日曜、祝日

1月26日 10:30~11:30
1月31日 17:00~18:00
2月1日 10:30~11:30
2月7日 13:30~14:30
2月12日 10:30~11:30

☎03-6821-1736