

我慢する省エネは
続きません。
家族で創意工夫し
省エネ&快適に冬を
過ごしましょう。



関町リサイクルセンターボランティア講師
環境カウンセラー
沼田 美穂さん

あったか家族の省エネテク ウォームビズを始めよう!

秋から冬へ。日々寒さが厳しくなり光熱費がかさむほどに、省エネや節約への関心も高まってきます。そんな皆さんの支持を受け、暖房時の室温20℃で心地良く過ごすライフスタイル「ウォームビズ」も徐々に定着。省エネになって節約もできて、さらには仲良し家族になったという嬉しい報告も続々寄せられています。関町リサイクルセンターのボランティア講師であり、環境カウンセラーの沼田美穂さんに、省エネのポイントをお聞きしました。

※ウォームビズとは、環境省が推奨する冬の衣・食・住の取り組みです。

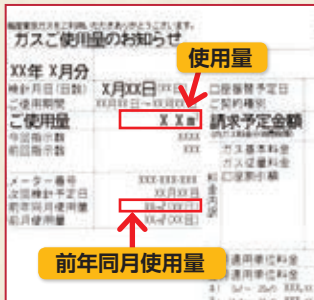
基本編

電気とガスの使用量で省エネチェック!

省エネの第一歩はわが家の現状を知ること。電気とガスの検針票と、東京都環境局の調査を参考にチェックしましょう。

STEP1 使用量を検針票の「前年同月使用量」で比較しましょう

●例：東京電力エナジーパートナー ●例：東京ガス



「前年同月使用量」をチェックすれば、省エネが進んでいるかが分かります。昨年より大幅に増えていたら、その原因を家族で話し合ってみましょう。

STEP2 使用量を東京都環境局の調査「平均的な家庭」「省エネ家庭」と比較しましょう

東京都環境局「家庭のエネルギー消費動向実態調査」(平成26年実施)
■平均的な家庭：都内世帯平均値±25%範囲内の使用料である家庭の平均値
■省エネ家庭：都内世帯平均値の半分以下の使用料である家庭の平均値

		戸建住宅	集合住宅
2人世帯	平均的な家庭	461	336
	省エネ家庭	177	141
4人世帯以上	平均的な家庭	608	378
	省エネ家庭	226	159

		戸建住宅	集合住宅
2人世帯	平均的な家庭	74	52
	省エネ家庭	27	20
4人世帯以上	平均的な家庭	99	64
	省エネ家庭	38	26

省エネチェックの結果はいかがでしたか? 「省エネ家庭」に当てはまらなかったご家庭は、すぐに取り組める省エネ「リビング編」にトライしましょう。

リビング編

トライ! 家族みんなが快適な冬の省エネテク

「室温20℃では寒すぎる～」という皆さん、暖房を強める前にできることがありますよ! ちょっとした工夫で省エネは可能です。同じリビングにいても、窓のそば、じっと座っている、立っているなどの状況によって、さらには年齢や衣服、運動量によっても、体感温度は違ってきます。省エネや節約ができて、家族の誰かが寒さを我慢しているのでは意味がありません。家族みんなが快適な冬の省エネにトライ!

※省エネ効果の金額は東京都「家庭の省エネハンドブック2016」から引用

衣類

ひざかけ1枚で体感温度2.5℃アップ!

肌寒いと感じたら、衣類でひと工夫。なんとひざかけで2.5℃、カーディガンで2.2℃、厚手の靴下で0.6℃、体感温度が上がります。さらに3つの首(首・手首・足首)を温めるのも効果的。ハイネックのセーターやレッグウォーマーなどを活用しましょう。

●関町リサイクルセンター情報

講座受講者にひざかけを貸出中
関町リサイクルセンターのひざかけの貸出が好評です。講座参加中、ちょっと足元が寒いという方は、お気軽にお声がけください。

窓

暖気を逃がさない!

暖房中に何もしないと、せっかくの暖気の半分以上(58%)は窓から逃げてしまいます。窓には厚めのカーテンや断熱フィルムを貼ると効果的です。

床

床からの冷え対策を

暖房をしているのに足元が寒く感じるのは、暖気は軽くなって上に溜まり、冷気は床面に広がるため。床にはカーペットや毛足の長いラグ、コタツには専用のマットを。その下に断熱シートを敷くとさらに快適です。

省エネ+1

コンセントを抜く

エアコンを使わない季節になったら、きれいに掃除をして、プラグからコンセントを抜いておきましょう。待機電力を減らすことができます。

エアコン

設定温度を1℃下げれば約10%省エネ

リビングのように部屋全体を暖房するにはエアコンは効率的です。ただし、室温と設定温度の差が大きい冬は、冷房に比べるとエネルギーがかかるので設定温度を高くしないように要注意。ちなみに、設定温度を1℃下げること約10%の省エネになります。

省エネ・節約DATA

- 外気温6℃で、エアコンの設定温度を21℃から20℃に1℃下げた場合、年間約1,380円節約(2.2kW 9時間使用/日)。
- 暖房期間中(10月28日～4月14日)にエアコンの使用を一日1時間短縮するだけで年間約1,050円節約(設定温度28℃の場合)。

テレビ

見ていないなら消す習慣を

冬に限らず、省エネ効果が期待できるのがテレビです。習慣で朝起きたらテレビをつける、誰も見ていないのにBGM代わりテレビをつける(ラジオがお勧め)ようなライフスタイルを見直しましょう。

省エネ・節約DATA

- テレビ(32インチ液晶)を見る時間を一日1時間減らすと、年間で440円節約。
- テレビの画面を明るすぎないように設定し直すだけで、年間700円節約。

省エネ+1

鍋料理でさらにあったか

湿度が10%上がると体感温度は1℃上がるといわれています。鍋料理の湯気は加湿効果もあり、体感温度を上げる美味しいテクです。ただし、加湿のしすぎは結露の原因になるので要注意。湿温度計を置いて確認しましょう。

省エネ家庭=あったか家族最強の冬の省エネは“家族団らん”

家族がそれぞれ自分の部屋にいれば、部屋ごとに照明や暖房が必要になります。家族が集まって一緒にテレビを見たり、おしゃべりを楽しんだりすれば、光熱費はかなり節約できます。つまり、省エネ家庭はあったか家族。食事も体の中から温まる鍋料理や煮込み料理がお勧め。家族団らんこそが家族で手軽に取り組める最強の省エネといえます。

練馬のエコスポット

第21回

千川上水



千川上水は、元禄時代(1696年)に五代将軍徳川綱吉の命により玉川上水から分水して、練馬、巣鴨を通り、江戸城の城北地域にある小石川御殿、上野寛永寺、湯島聖堂、浅草寺などのほか、江戸の諸大名屋敷への飲料水供給のためにつくられた総延長約22kmの用水路です。宝永4年(1707年)には、千川上水沿いの20ヵ村の農民がこの水を田に引くことを許され、明治以降は印刷局や王子製紙などで工業用水として大量に使われています。現在でも消火用水などに使われていますが、大部分が暗渠(あんきょ:地下に埋設したり、覆いをした水路)となり、素掘りのままで残されているのは練馬区関町南2丁目～4丁目周辺のみ。小川のせせら

ぎのような水辺が復活しています。

バス停「東京三育小学校入口」から石神井西中学校の前を通過して西へ。慈雲堂病院に沿って、更新橋の下を流れる清流が千川上水です。流れには緋鯉や真鯉が泳ぎ、小魚を求めシラサギに出合えることも。武蔵野を忍ばせる雑木林や広々としたキャベツ畑に加え、練馬区の登録天然記念物にも指定されている井口家の屋敷林など風情のある風景も楽しむことができます。四季折々の自然の素晴らしさに触れながら、千川上水のほとりをのんびりと歩いてみてはいかがでしょうか。



① 西武池袋線「石神井公園駅」(大泉学園駅)または西武新宿線「上石神井駅」(武蔵関駅)から西武バス「吉祥寺駅」行で、「東京三育小学校入口」下車

取材・原稿
ゆずりは取材グループ

WE ♥ 練馬

使用済み蛍光灯の資源回収

GO! GO! RECYCLE

練馬区では、12月と1月の第2・第3土曜日に、不燃ごみの減量と資源の有効活用を図るため、ご家庭で不用となった使用済み蛍光灯の回収を行います。蛍光灯から資源を取り出し、たとえばガラスは断熱材などに、アルミは自動車部品などに再利用します。使用済み蛍光灯の資源回収にご協力ください。

練馬区公式アニメキャラクター おり丸の練馬区

≫回収日時・回収場所

12月10日(土)・17日(土)、
2017年1月14日(土)・21日(土) 9:00～12:00

練馬区資源循環センター

12月10日(土)、2017年1月14日(土) 9:00～12:00

関町リサイクルセンター、石神井庁舎、勤労福祉会館、地区区民館(大泉学園・北大泉・下石神井・関町北・立野・西大泉・東大泉・富士見台・南大泉)、地域集会所(大泉学園町・大泉町・上石神井・石神井台みどり・高野台・東大泉・南田中・三原台・谷原)

12月17日(土)、2017年1月21日(土) 9:00～12:00

春日町リサイクルセンター、豊玉リサイクルセンター、練馬区役所正面玄関前、光が丘区民センター、錦デイサービスセンター、サンライフ練馬、地区区民館(旭町北・春日町南・北町・北町第二・桜台・旭町南・田柄・豊玉北・早宮・光が丘・氷川台)、地域集会所(小川・土支田・中村)

≫出し方

各施設に蛍光灯回収ボックス(直管用と丸管・電球型の2種類)を設置しますので、その中に入れてください。
※使用済み蛍光灯は破損防止のため、購入時の箱に入れるか、新聞紙などの紙に包んで出してください。

≫回収できるもの

家庭から出る、割れていない蛍光灯。

※割れた蛍光灯や事業者が出す蛍光灯は回収できません。

今回の資源回収以外の時期に不用になった蛍光灯や割れた蛍光灯は、普段ご利用いただいている集積所で、月2回の不燃ごみの日にお出ください。

●お問い合わせ先

練馬区清掃リサイクル課リサイクル推進係
☎03-5984-1097

平成
28
29年

12・1月開催講座のお知らせ!

練馬区立リサイクルセンター

申込開始日の9:00から各センターで受付します!

お申し込み、持ち物などのお問い合わせはホームページ、各センターへの電話または窓口で

※「ゆずりは」発行予定日は奇数月の21日頃です。

練馬区立リサイクルセンター

【開館時間】午前9時～午後10時(午後5時以降は施設の貸し出しのみ)
【休館日】毎週水曜日(祝・休日は開館し、その直後の祝・休日ではない日に休館)
年末年始 12月29日～1月3日

【ホームページ】
http://www.nerima-rc.jp/
練馬区立リサイクルセンター

【フェイスブック】
http://www.facebook.com/NerimaReCycle.info

〒176-0011
東京都練馬区豊玉上2-22-15
03-5999-3196

春日町
リサイクルセンター

〒179-0074
東京都練馬区春日町2-14-16
03-3926-2501

関町
リサイクルセンター

〒177-0051
東京都練馬区関町北1-7-14
03-3594-5351

① 冬山自然観察会とスノーアクティビティー体験

開催日: 2/25(土)～2/26(日)
開催場所: 当間高原リゾート ベルナティオ(新潟県十日町市)

スノーシューを履き自然観察会とスノーアクティビティー(スノーシューイング、スノーラフティング、スノーチュービング)体験をおこないます。事前説明会を2月4日(土)関町リサイクルセンターで開催します

【集合場所】練馬文化センター前
【集合時間】7:30
【解散】18:30
【定員】30名(最少催行人員12名)
【対象】2名以上より申込可(中学生以下は保護者同伴)
【費用】大人20,000円、小人15,000円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/23(月)
※申込・お問い合わせは関町リサイクルセンターまで
TEL 03-3594-5351

② 豊玉リサイクルセンター

託児OK
古布で作る
ポインセチアのドア飾り
12/9(金) 10:00～12:30

古布を利用してクリスマスシーズンの風物詩ポインセチアのドア飾りを作ります

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】200円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】11/28(月)

③ 豊玉リサイクルセンター

ミニミニ門松を作ろう
12/10(土) 13:00～15:30

家にある端切れなどを活用し、より良い新年を迎えるための古くからの日本の伝統文化である門松を作ります

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/1(木)

④ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
圧力鍋を使って
省エネ&時短で正月料理
12/10(土) 18:00～20:00

何かと忙しい師走、正月料理の準備も大変です。圧力鍋を使って省エネな時短で正月料理を作ります

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】11/29(火)

⑤ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
布で絵を描こう
12/11(日) 10:00～12:00

羽子板などで馴染みの押絵は昔ながらの日本の伝統工芸です。様々な布を組合わせ自由な発想で絵を描きます

【定員】16名
【対象】5歳～小学生(小学1年生以下は保護者同伴)
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/1(木)

⑥ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
国産地粉で作る手こねうどん
1/15(日) 10:00～13:00

聞き慣れない「地粉(じこな)」の意味を通して地産地消、フードマイレージについて学んだ後、手こねうどん作りを体験します

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】500円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/5(木)

⑦ 豊玉リサイクルセンター

ネクタイで作る
ショルダーミニバッグ
1/17(火) 10:00～16:00

不用なネクタイで紐付きの可愛いミニショルダー型のバッグを作ります。お財布や小物を入れちゃったお出掛けに便利です

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】300円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/6(金)

⑧ 豊玉リサイクルセンター

傘布をほどこすに作る
大きな手さげバック
1/20(金) 13:00～16:00

家庭で不用になりがちな傘の布をほどこすに利用し丈夫な手提げを作ります

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/10(火)

⑨ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
国産の大豆、米麹、麦麹で
無添加のお味噌作り
1/27(金) 10:00～12:00

地産地消、フードマイレージについても学びながら、身体にも地球環境にも優しい味噌作りを体験します

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】350円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/16(月)

⑩ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
いろいろな木の実で作る
自然工作
1/28(土) 10:00～12:00

木の実は形にはそれぞれ理由があります。いろいろな形の木の实を使った工作をとおして、自然の不思議も学びます

【定員】16名
【対象】5歳～小学生(小学1年生以下は保護者同伴)
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/17(火)

⑪ 豊玉リサイクルセンター

託児OK
古布で作るお雛さま
1/30(月) 10:00～12:30

古布で小さなお雛さまを作り、日本古来の五節句の一つ「桃の節句」を祝います

【定員】16名
【対象】18歳以上
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/19(木)

⑫ 春日町リサイクルセンター

光が丘公園観察会
12/3(土) 10:00～12:00

光が丘公園内の樹木の特徴、めずらしい木などを説明します
集合場所: 光が丘体育館前 ※小雨決行
※写真はイメージです

【定員】15名
【対象】小学生～大人(小学生は保護者同伴)
【費用】無料
【申込方法】電話・窓口(申込順)
【申込開始日】受付中

⑬ 春日町リサイクルセンター

包丁研ぎ教室
12/10(土) ①14:00～16:00
②17:00～19:00

物を大切にすると日本文化が生んだ包丁研ぎを学びます。砥石を使って自分で研げるよう体験します

【定員】①午後②夜間各9名
【対象】18歳以上
【費用】200円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】受付中
【申込締切日】11/28(月)

⑭ 春日町リサイクルセンター

古布リメイク
ミント型なべつかみ
12/12(月) 10:00～12:30

不用な布地、古布を使用してなべつかみを作ります

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】50円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】11/28(月)

⑮ 春日町リサイクルセンター

おしゃれな壁掛けクリスマス飾り
12/15(木) 10:00～12:30

不用な布と型紙を使用してクリスマス飾りを作ります

【定員】12名
【対象】小学生
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/1(木)

⑯ 春日町リサイクルセンター

子母OK
お正月に遊ぼう!
手作り伝統おもちゃ
12/25(日) 10:00～12:00

昔からの日本のおもちゃ、すごろく、コマ、たこを手作ります

【定員】12名
【対象】小学生
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/12(月)

⑰ 春日町リサイクルセンター

託児OK
抱っこ紐用だれカバー
1/14(土) 10:00～12:00

不用なタオルで、赤ちゃんの肌になれる抱っこ紐の肩あたりカバーを作ります

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/20(火)

⑱ 春日町リサイクルセンター

連続
さき織り布で作る
「おしゃれバッグ」
(1回目) 1/16(月) ①10:00～11:30
②13:00～14:30
③14:40～16:10
(2回目) 1/23(月) 10:00～15:30

1回目にさき織り30cm幅を織り、2回目に丸みのある「おしゃれバッグ」を作ります。本体にお手持ちのさき織り布や帯地を使用する方は2回目のみに参加です

【定員】12名(内6名は2回目のみ)
【対象】18歳以上
【費用】950円(2回目の方は50円)
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/20(火)

⑲ 春日町リサイクルセンター

託児OK
圧力鍋で省エネクッキング
1/21(土) 11:00～13:00

圧力鍋などを使用して調理時間を短縮する料理方法を学びます
メニュー: 筑前煮、黒豆ごはん ※試食付

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】400円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/7(土)

⑳ 春日町リサイクルセンター

子母OK
廃材で
おもしろ板がえしを作ろう!
1/22(日) 10:00～12:00

残ったベニヤ板を活用して伝承遊びの板がえしを作ります

【定員】12名
【対象】小学生
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/7(土)

㉑ 春日町リサイクルセンター

託児OK
手作りレッスンバッグ
(1回目) 1/28(土)、(2回目) 2/4(土)
各日10:00～12:30

入学、入園の準備に手づくりのレッスンバッグを作ります
※学校や幼稚園など指定に合わせた大きさのバッグが作成できます

【定員】10名
【対象】18歳以上
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/14(土)

②2 関町リサイクルセンター

ハーブ講座
自然素材でハンドクリーム作り
12/1(木) 10:00～12:00

ハーブは香りを楽しむだけでなく、役に立つ機能をもっています。今回は精油とみつろうを使って保湿性の高いハンドクリームを作ります
ハーブティー・容器付き

【定員】15名
【対象】18歳以上
【費用】600円
【申込方法】電話・窓口(申込順)
【申込開始日】11/21(月)

②3 関町リサイクルセンター

託児OK
親子で作るおやき体験
～冷蔵庫内の野菜を無駄なく使って～
12/4(日) 10:00～12:30

冷蔵庫内の野菜を無駄なく使っておやきを作ります

【定員】9組18名
【対象】小学生と保護者
【費用】300円
【申込方法】電話・窓口(申込順)
【申込開始日】11/21(月)

②4 関町リサイクルセンター

パッチワークでお正月のしめ飾り
12/6(火) 10:00～12:30

あまり布を使ってパッチワークのお正月のしめ飾りを作ります

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】300円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】11/28(月)

②5 関町リサイクルセンター

託児OK
冬の便利グッズ♪
くりかえし使えるあったかエコカイロ
12/13(火) 10:00～12:00

冷え性の方必携! 糖・塩・玄米を材料に繰り返し使えるカイロを作ります。これで冬の寒さを乗り切りましょう

【定員】12名
【対象】18歳以上
【費用】200円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】11/28(月)

②6 関町リサイクルセンター

託児OK
自然素材で作る正月飾り
12/16(金) 10:00～12:30

組んだ枝をベースに松の葉、木の実、稲穂、板や紙をリメイクした正月小物等を飾ります

【定員】15名
【対象】18歳以上
【費用】300円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/1(木)

②7 関町リサイクルセンター

子母OK
リサイクル工作
とりの干支飾りを作ろう
12/24(土) 10:00～12:00

ダンボールでとりの絵馬、かまぼこ板でとりの置き物を作ります。正月遊びの紹介をします

※掲載写真はイメージです

【定員】12名
【対象】5歳児～小学生(2年生以下は保護者同伴)
【費用】無料
【申込方法】電話・窓口(申込順)
【申込開始日】11/21(月)

②8 関町リサイクルセンター

ネクタイで
可愛いボシェット作り
1/6(金) 10:00～15:00

不用となったネクタイをおしゃれにリメイクして、オリジナルボシェットを作ります

【定員】10名
【対象】18歳以上
【費用】100円
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】12/19(月)

②9 関町リサイクルセンター

椅子の張り替え体験講座
1/14(土) 10:00～12:00

ご愛用の椅子が生まれ変わります! 椅子の座面(布地)の張替え作業を、少人数制で講師がしっかり教えます

【定員】4名
【対象】18歳以上
【費用】無料～1100円(クッション材代)
【申込方法】電話・窓口(申込順)
【申込開始日】11/21(月)

③0 関町リサイクルセンター

環境講座
地震の歴史と発生のメカニズム
1/29(日) 10:00～12:00

地震のメカニズムを学びます

【定員】12名
【対象】小学5年生以上
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/16(月)

③1 関町リサイクルセンター

託児OK
お直しとかんたんリメイク
1/31(火) 10:00～12:00

穴があいたり、ほつれてしまったくつ下やセーターもかんたん直し方を覚えてはまだまだ使い続けられます。お金と手間をかけずにおしゃれができるチャットリメイクもしてみよう

【定員】10名
【対象】18歳以上
【費用】無料
【申込方法】HP・往復はがき(抽選)
【申込開始日】11/21(月)
【申込締切日】1/13(金)

場所	講座名	開催日	時間	定員	対象	費用	申込方法	申込開始日	申込締切日
豊玉	㉒ 年末掃除とプチ補修	12/4(日)	13:00～15:00	10名	18歳以上	200円	HP・往復はがき(抽選)	受付中	11/24(木)
	㉓ 【子ども】おはなしポケット (幼児向け読み聞かせ:毎月第2月曜日開催)	12/12(月)	10:30～11:30		未就学児と保護者	無料	電話・窓口 随時受付(当日受付可)	11/21(月)	
	㉔ さき織り【30cm幅】(経験者)	㉒ 12/15(木) ㉓ 1/20(金)	①10:00～11:30 ②12:00～13:30 ③13:30～15:00	各日6名 (各回2名)	18歳以上(経験者)	900円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	㉒ 12/5(月) ㉓ 1/10(火)
	㉕ 【子ども】キッズエコクッキング	12/11(日)	11:00～13:00	12名	小学生	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	11/29(火)
春日町	㉖ 【子ども】絵本の読み聞かせ	㉒ 12/12(月) ㉓ 1/9(月・祝)	10:30～12:30		未就学児と保護者	無料	当日受付		
	㉗ 【子ども】お正月飾りを作って新しい年を迎えよう	12/18(日)	10:00～12:00	15名	小学生	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/5(月)
	㉘ さき織体験【20cm幅】(初心者向け)	㉒ 12/20(火) ㉓ 1/16(月)	①10:00～12:00 ②13:00～16:00	①4名 ②6名、それぞれ 30分毎に1名ずつ受付	18歳以上	150円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	㉒ 12/6(火) ㉓ 12/20(火)
	㉙ さき織り【30cm幅】(経験者)	12/20(火)	①10:00～11:30 ②13:00～14:30 ③14:40～16:10	6名 (各回2名)	18歳以上(経験者)	900円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/6(火)
関町	㉚ 【夜間】【子ども】冬の星空観察会 講師:山川 徹(練馬の星空を楽しむ会)	1/28(土)	18:00～20:00	30名	小学生と保護者	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	1/14(土)
	㉛ 【子ども】廃材で木工工作 自分だけのペン立てを作ろう	1/29(日)	10:00～12:00	12名	小学生	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	1/16(月)

豊玉	㉜ 素足に快適! 布ずり作り	㉒ 12/2(金) ㉓ 1/27(金)	10:00～15:00	12名	18歳以上	300円	㉒ 電話・窓口(申込順) ㉓ HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	㉓ 1/16(月)
	㉝ 牛乳パックから手すハガキを作ろう	12/3(土)	10:00～12:30	12名	小学生以上 (2年生以下は保護者同伴)	50円	電話・窓口(申込順)	受付中	
	㉞ 【託児OK】木の実で作るクリスマスリース	12/9(金)	10:00～12:30	15名	18歳以上	300円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	11/30(水)
	㉟ 包丁研ぎをしませんか	12/10(土)	①10:00～12:00 ②13:30～15:30 (※12:00～13:30まで昼休憩)	制限ナシ (※10:00、13:30の開館後は混み合うため、20分程度お待ちいただく場合がございます)	18歳以上	1本100円 (※2本まで)	当日申込		
関町	㊱ 風呂敷講座	12/11(日)	10:00～12:00	15名	18歳以上	無料	電話・窓口(申込順)	11/21(月)	
	㊲ 【子ども】落ち葉で絵を描く	12/18(日)	10:00～12:00	15名	5歳児～小学生 (2年生以下は保護者同伴)	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/9(金)
	㊳ さき織り講座(経験者)	12/20(火)	①10:00～11:30 ②12:30～14:00 ③14:00～15:30	9名 (各回3名)	18歳以上(経験者)	900円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/8(木)
	㊴ 【託児OK】モヘアの余り毛糸でフワフワ小花作り	1/13(金)	10:00～12:00	12名	18歳以上	100円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/20(火)
関町	㊵ 【子ども】小さな黒板づくり	1/15(日)	10:00～12:00	12名	小学生(3年生以上)	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	12/21(水)
	㊶ 【子ども】親子で恵方巻きを作ろう!	1/22(日)	10:00～13:00	6組12名	小学生と保護者	500円	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	1/6(金)
	㊷ 【託児OK】【連続】残り毛糸でモチーフの小物作り (1回目) 1/26(木) (2回目) 2/23(木)	1/22(日)	10:00～12:30	12名	18歳以上	無料	HP・往復はがき(抽選)	11/21(月)	1/10(火)
	㊸ 【子ども】リサイクル工作 オリジナルジグソーパズルを作ろう	1/28(土)	10:00～12:00	12名	5歳児～小学生 (2年生以下は保護者同伴)	無料	電話・窓口(申込順)	11/21(月)	

【往復はがきの記載事項】 ①講座名(希望日を含む) ②氏名(ふりがな) ③住所 ④電話 ⑤性別 ⑥年齢 ⑦本講座情報を何で知りましたか(新聞折込み、ホームページ、センター来館など) ※託児付講座は右記事項も追記してください。 ⑧お子様の名前(ふりがな) ⑨年齢(月年齢を含む) ⑩性別 ※保育対象は6ヶ月～未就学児 ※文字が消えるクッションボールペンのご使用はおやめください。

【個人情報保護について】 練馬区立リサイクルセンターは、お客様の個人情報の機密保持に万全を期しています。 お客様の個人情報は、講座に関する連絡や練馬区立リサイクルセンターからのお知らせに使わせていただくほか、お客様のサービス向上を図る目的で利用させていただきます。 ご本人の同意なしに第三者に開示したり提供することはありません。

この印刷物は再生紙を利用しています。