

本号に掲載されている事業は、内容などが変更となる場合がありますので、事前に各団体・施設の問合せ先、ホームページよりご確認ください。

第34回

中野区伝統工芸展

今年で34回目を迎える中野区伝統工芸展。長年、伝統の技術を守り続けてきた区内在住の伝統工芸職人たちによる美しい工芸品の数々をご覧くださいことができます。

江戸文化の”粋”の伝統を受け継ぎ、下絵から色挿し、仕上げまでの工程を手描きによって染付している「東京手描友禅」「江戸木彫刻」「江戸表具」など、さまざまな職種を紹介します。使うほどに美しさと愛着の増す工芸品の魅力を感じられる貴重な機会です。ぜひご来場ください。

日時

6月6日(金)～8日(日)
10時～17時

場所

中野区役所1階(中野4-11-19)
ナカノバ・シェアノマ・ナカニワ



JR中野駅北口
下車 徒歩6分

入場
無料



江戸べっ甲



江戸木彫刻



江戸表具



竹工芸

SNSにて情報発信中！

Instagram、Facebook、X (旧Twitter)
また、Youtubeチャンネルもあります。



Instagram



Facebook



X(旧Twitter)



Youtube

中野区伝統工芸保存会 で 検索

主催：中野区伝統工芸保存会
協賛：中野区
後援：中野区教育委員会
協力：関東バス(株)、もみじ山共栄千光会
特別参加：群馬県みなかみ町



東京手描友禅



東京手描友禅



東京手描友禅



彫刻硝子



陶芸



こぎん刺し

【問合せ】文化振興・多文化共生推進係 ☎3228-8863

なかの生涯学習大学 公開講座

前期



なかの生涯学習大学の講義のうち2つの講義を受講生以外の区民の方に公開します。(卒業生の方も参加できます。)オンライン(ZOOM)での参加もできますので、ご興味のある方はぜひご応募ください。
6月5日(木)、7月9日(水)14時～16時 なかのZERO小ホール(中野2-9-7) 大人向け(区民) 事前電話、FAXまたはHP なかの生涯学習大学 検索にて。定員20名 無料

【問合せ】公益活動推進係 ☎3228-3251 FAX3228-5620

野方 WIZアフタヌーン・コンサート 午後に聴くクラシック♪

クラシック音楽初心者の方からファンの方まで楽しめる内容のコンサートです。

2025. 6.21(土) 14:00 開演
(13:30 開場)

野方区民ホール 全席自由 500 円



チケット購入はこちら

予定曲

ショパン／バラード第1番 Op.23
ショパン／舟歌 Op.60

予約・お問合せ：なかのZEROチケットセンター
☎03-3382-9990 (10:00～19:00)



0才から参加できる！
うたのお姉さんとルークのコンサート

“ひなたお姉さん&ルーク”
ファーストコンサート2025



ルーク ひなたお姉さん
(元しまじろうのお姉さん)

YouTube登録者10,000人記念
歌・ダンス・生バンド・色とりどりの光が織りなす
エンターテインメントショー

8/3 なかのZERO小ホール
(日) 開演15:30 開場15:00
【子ども・おとなチケット】
指定席 ¥3,500 (税込) 特典付き
【なかのZEROチケットセンター】TEL03-3382-9990
お問い合わせ info@zexceed.com

なかのZERO 公式 SNS を 開設しました！

なかのZERO、野方区民ホール、なかの芸能小劇場の
最新情報をお届けしていきます。

X
(旧 Twitter)



なかのZERO
(中野区もみじ山文化センター)
ユーザー名：@nakano_ZERO_

YouTube



なかのZERO 公式 YouTube
(なかのZERO)

Facebook



なかのZERO
(中野区もみじ山文化センター)
ユーザー名：@nakanozero

皆さまのフォロー、チャンネル登録をお待ちしております！

なかのZERO 講座・イベント情報

【問合せ】なかのZERO事業課(中野2-9-7) ☎5340-5011

■こども科学教室 夏休み実験室

夏休みにぴったりの科学教室です！興味のある講座を選んで申し込んでみよう！
 時7月30日(水)、31日(木)、8月2日(土)、3日(日) ①10時30分～②14時～(各90分) 区内在住・在学の小学生 ※小学1・2年生は要保護者同伴 月6月1日(日)～7日(土) HP
 ないせすアカデミア 検索にて。応募多数時、抽選 1回1,000円

■なかの文化フォーラム公開講座(6月分・現在募集中の講座)

【年間講座(月1回の定期講座)】

日程	時間	講座名	日程	時間	講座名
6月10日(火)	10時	◎魅せるハンドメイド講座	6月19日(木)	13時	写真講座
	13時	柔力球講座		15時	太極拳講座 ※1
	15時	◎えんぴつイラスト講座	6月21日(土)	13時	◎漢字書道講座 ※1
6月13日(金)	13時	◎かな書道講座 ※1		15時	◎折り紙講座
	15時	◎プリザーブドフラワー講座 ※1	6月27日(金)	13時	ストレッチ講座 ※1
6月14日(土)	13時	着付け講座		15時	全身ほぐしヨガ講座
	15時	スマホ講座	6月28日(土)	13時	◎筆ペン画講座 ※1
6月15日(日)	13時	やさしいヨガ講座		15時	筆ペン講座 ※1
	15時	◎英語講座			※1は現在キャンセル待ち

場ZERO西館 往復ハガキ(➡紙面中央折り目参照)で、なかのZERO事業課(〒164-0001中野2-9-7)へ。ハガキ1枚につき1講座まで。または、HP ないせすアカデミア 検索にて。申込みは開催日3日前まで。先着順 各講座1回1,000円(◎の講座は別途実費が必要) ※各講座とも約100分

いずれも詳細は、HP ないせすアカデミア 検索にて。

歴史民俗資料館 講座・イベント情報

【問合せ】歴史民俗資料館(江古田4-3-4) ☎3319-9221(9時～17時)

■企画展「中野区の戦後80年」

太平洋戦争終了直前から戦後の高度経済成長期をへて発展してきた中野区の姿をたどります。
 時6月17日(火)～8月16日(土) 場歴史民俗資料館 対どなたでも 料無料
 中野駅南口(1993年)



哲学堂公園 講座・イベント情報

【問合せ】哲学堂公園(松が丘1-34-28) ☎3951-2515(9時～17時)

■古建築物月例公開

区の有形文化財で、普段は内部非公開の古建築物の内部公開を行います。 ※髑髏庵(鬼神窟・霊明閣)・四聖堂は建物外からの観覧となります。
 時6月1日(日)10時～15時 場時空岡 対どなたでも 申当日直接会場へ 料無料

■哲学堂七十七場ガイドツアー

井上円了の著書「哲学堂一人案内」に沿って巡る公園ガイドツアー。ツアー内では、古建築物群の内部(一部を除く)もご覧いただけます。研修中ガイドによる案内になるため、ガイド時間は1時間となります。
 時6月1日(日)10時～11時 場哲学堂公園 対どなたでも 申事前に電話、または直接 料420円(ガイドマップ料含む) ※定員10名 ※空きがあれば当日参加可。

■第6回哲学堂公園フォトコンテスト開催のお知らせ

今年も開催が決定しました！
 募集テーマ「あなたが想う哲学堂公園で一番魅力的な風景」
 応募作品：令和6年10月1日(火)～令和7年9月30日(火)の間に哲学堂公園内で撮影された未発表または発表予定のないもの。
 応募期間：令和7年9月1日(月)～30日(火)「大賞」1作品、「フォトアート賞」1作品、「緑と文化の公園賞」2作品、「とっておきの風景賞」2作品、「自然と哲学の円了賞」2作品、「入選」7作品。入賞作品はなかのZEROアトリエDONGURI、株式会社ケンコー・トキナーギャラリーに展示予定です。応募要項、詳細は哲学堂公園HPをご覧ください。



なかのZEROプラネタリウム

【問合せ】なかのZEROプラネタリウム(中野2-9-7) ☎5340-5045

<定例投映>

	11時	14時	16時
第4土曜	こども星空探偵団		
上記以外の土曜	ちびっこプラネ	一般投映	一般投映
日曜・祝休日			

料金＝大人(高校生以上) 200円
 子ども(3歳以上) 100円

※イベント・特別投映を除く
 ※30分前開場、チケット販売
 ※先着180名 ※投映途中の入退場はできません



■一般投映

6月「南半球の星空」 6月「おほしさま みえるかな？」(40分)
 時14時～、16時～ 料有料

■こども星空探偵団(小学中学年以上向け)

「南半球の星空」 時6月28日(土)11時～(50分) 料有料

■観望会つき特別投映

「月と初夏の星空を見よう」(事前申込み制)

プラネタリウム投映後、晴れていれば屋上で実際の星空を観望します。悪天候の場合はプラネタリウム解説のみ。 時6月28日(土)18時30分～ 申電話にて。5月25日(日)10時から受付開始。 料大人300円、子ども200円 ※先着80名 ※未就学児入場不可

■七夕特別投映(事前申込み制)

七夕の特別プログラムをお送りします。詳細は4面をご覧ください。

哲学堂公園 スポーツ情報

【問合せ】哲学堂公園(松が丘1-34-28) ☎3951-2515(9時～17時)

■楽しい健康体操教室

時6月2日(月)、16日(月)
 9時30分～10時30分 料各1,000円 ※先着各20名

■ママフィット

時6月2日(月)、16日(月)
 11時～12時 料各800円 ※先着各20名 ※託児対応はありません。

■スポーツウェルネス吹き矢体験教室

時6月28日(土)9時～11時30分
 申事前に電話、または直接 料1,500円(2回目以降1,200円)、小・中学生700円 ※先着20名

いずれも 場哲学堂弓道場 ※保険料・用具使用料含む ※素足・履物禁止。靴下必須

その他 講座・イベント情報

■コラージュアートで「絵本の森」を作ろう！

自分でペイントした紙を切り貼りして、オリジナル動物をつくるワークショップです。出来上がった作品は1F パーゴラに展示されます。みんなの作品で「カラフルな絵本の森」をつくりましょう！【展示期間】6月16日(月)～30日(月)

【第1部】ワークショップ

時6月14日(土) ①13時～／②14時～(各50分予定) 場
 中野区役所1階「シェアノマ」 対小学1～6年生 料500円
 ※小学1～2年生は要保護者同伴 ※ワークショップ 各回16名

【第2部】展示作業

時6月14日(土)15時～16時30分
 場中野区役所1階「ナカノのカニワノパーゴラ」 ※終了後、自由解散

■造花で作る「うさぎのリース」

うさぎ型の木製プレートに造花をつけて、かわいい壁飾りを作ります。工作好きなお子さまにおすすめです。

時6月29日(日) ①9時30分②10時30分③11時30分(各50分予定) 場中野区役所1階「シェアノマ」 対小学1～6年生 月6月1日(日)から HP ないせすアカデミア 検索にて、先着順。 料1,000円 ※小学1～2年生は要保護者同伴 ※各回12名 ※参加される方は「持ち帰り用の袋」をご持参ください。

【問合せ】なかのZERO事業課(中野2-9-7) ☎5340-5043

中野区立総合体育館 スポーツ情報

【問合せ】中野区立総合体育館(新井3-37-78) ☎5860-0024

■6月都度教室ピックアップ「音楽&ストレッチ」教室

表情筋エクササイズ・ストレッチ、呼吸法などを取り入れたボイストレーニングです。季節・J-POPや世界の名曲を楽しく歌うので、初めての方でも安心。お気軽にご参加ください。

時毎週水曜日13時30分～14時30分 場総合体育館 対18歳以上 申当日受付にてお申込みください。 料1,200円 ※先着25名



ないせす 読者アンケート

★ 2025年3月号で実施した「ないせす」読者アンケートでは、99名の方からご回答をいただきました。ご協力ありがとうございました。

いただいたご意見は、今後の編集に生かしていきます。

★ 集計結果は、区のホームページからご覧いただけます

★ 「ないせす」のバックナンバー(過去1年間分)は区のホームページからもご覧いただけます。

なかのZERO 本館改修工事に伴う休館のお知らせ

なかのZERO本館は、改修工事のため、令和7年9月30日(火)まで休館いたします。(休館期間は予定となります。)

休館期間中、なかのZERO本館施設は、利用できませんので、ご注意ください。西館は、通常どおりご利用いただけます。

施設利用の手続きは、なかのZERO西館1階事務室で行います。

【問合せ】なかのZEROお客様カウンター
 中野区中野2-9-7
 ☎03-5340-5000

CINQ SHOP 7周年

デザイン生活雑貨 & インテリア雑貨

SPECIAL 3DAYS 2025.6.20-22

3日間限定 スペシャルセール開催！
 お買い上げの方に クーポン進呈！
 さらに¥3,300以上のお買い上げで 手作り石鹸プレゼント！

生活デザイン設計室 一級建築士事務所
 株式会社 サンク
 中野区上高田2-58-11 西山ガーデンハウス
 0120-72-5039 www.cinq-sd.co.jp
 AM10:00～PM8:00(日・祝祭日)
 6/22(日)のみ特別OPEN！ 詳細はHPをご覧ください

プロソリストとプロオーケストラで歌う

中野区民合唱団 第30回定期演奏会

ヘンデル『メサイア』
 ハレルヤを響かせよう！
 ♪共に歌う仲間募集中♪
 指揮：井崎正浩
 2026年4月18日(土) 午後開演
 なかのZERO 大ホール

お問合せ 中野区民合唱団 検索
 nakano93gasyoudan@jcom.home.ne.jp
 090-8495-5424 (宇佐美)

詳細や申込みは各施設の右側の二次元コード、HPまたは電話よりご確認ください。

中部・南部スポーツ・コミュニティプラザ
スポーツ情報

【問合せ】中部スポーツ・コミュニティプラザ(中央3-19-1) ☎3363-0608 ☎5937-3183
南部スポーツ・コミュニティプラザ(弥生町5-11-26) ☎5340-7881

中部 各教室60分 ※1は120分 ※2は一般O K

教室名	開催日	時間
■子ども教室／通年制(会員・一般) ※会費は1ヶ月毎の支払い		
屋外テニス低学年 ※2		17時15分～
幼児体育 ※2	7月1日(火)	16時15分～
新体操教室(初級) ※2		18時30分～
小学生バドミントン ※1	7月2日(水)	16時15分～
キッズダンス		
幼児新体操	7月3日(木)	17時15分～
小学生卓球		
親子体操 ※2		15時～
キッズバレエ ※2		16時15分～
小学生フットサル ※1	7月4日(金)	17時15分～
ジュニアバレエ ※2		
小学生体育		18時30分～
器械体操 ※1※2		9時30分～
幼児サッカー①	7月5日(土)	10時30分～
幼児サッカー②		16時15分～
こどもキックボクシング ※2		
■子ども・成人教室／通年制(会員・一般) ※会費は1ヶ月毎の支払い		
カン・トレ ※2	7月3日(木)	18時30分～
■成人教室／3ヶ月制(会員・一般) ※会費は3ヶ月一括での支払い		
メノポーズヨガ	7月1日(火)	10時30分～
筋トレ&ストレッチ ※2		12時45分～
ボディメンテナンソヨガ	7月2日(水)	10時30分～
成人バドミントン		12時45分～
ヨガ教室	7月3日(木)	18時30分～
筋トレ&ストレッチ		10時30分～
リラクソソヨガ ※2	7月4日(金)	12時45分～
ストレッチ&体幹トレーニング ※2	7月6日(日)	11時45分～
■成人教室／通年制(会員・一般) ※会費は1ヶ月毎の支払い		
ボクシング教室① ※2	7月6日(日)	18時20分～
■個人開放(会員・一般) ※会費は都度払い		
屋外テニス ※1	火	14時～
卓球	水	18時30分～
※ただし、小・中学生は保護者同伴 ※1		
子ども運動広場	月	16時15分～
※幼児は保護者同伴 ※1	土	9時30分～

南部

教室名	教室開始日	時間
■7～9月成人プール教室／3ヶ月制(会員・一般) ※会費3ヶ月一括現金支払い 各教室50分		
水中運動	7月1日(火)	10時～
成人水泳(ビギナー) ※1		11時～
水中運動	7月3日(木)	10時～
成人水泳(ミドル) ※2		11時～
アクアビクス	7月4日(金)	10時～
■7～9月成人フロア教室／3ヶ月制(会員・一般) ※会費3ヶ月一括現金支払い 各教室60分 ※1は45分 ※2は90分		
リズム体操① ※1	7月1日(火)	9時30分～
ヨガ		10時～
リズム体操② ※1		10時30分～
スポーツウエルネス吹矢 ※2	7月2日(水)	9時30分～
筋トレ&ストレッチ		10時～
エアロビクス		19時30分～
初めてのピラティス	7月3日(木)	10時30分～
フラダンス		10時～
成人卓球 ※2	7月4日(金)	11時45分～
初めてのピラティス		12時30分～
太極拳		14時～
筋トレ&ストレッチ		19時～
ヨガ①	7月5日(土)	9時30分～
ヨガ②		10時35分～
成人水泳教室泳力基準 ※1浮き具なしでバタ足12.5m以上泳げる～クロール・背泳導入 ※2 3泳法をランダムに泳ぎ、バタフライ導入。●抽選で落選した場合は、自動的に優先キャンセル待ちになります。 ※順ランダム		
■スポコミDAY		
イベント名	開催日	時間 対象
障がい児・者サッカー教室	6月8日(日)	①14時20分～ ②15時20分～ ③16時20分～ 10時～12時 小学生以下 ②③年齢不問
「ポッチャ&風船パレール」体験会		小学生以上

■南部スポーツ・コミュニティプラザ(弥生町5-11-26) 園体育館 申WEB料無料

※教室内容については申し込み状況等により変更になる場合がございます。予めご了承ください。

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ
スポーツ情報

【問合せ】鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ(白鷺3-1-13) ☎3337-1771

令和7年度 フロア 夏期短期教室 各教室60分 ※1は90分 ※2は45分 ※3は50分

対象	No	曜日	教室名	開催日				時間
				初回	2回	3回	4回	
成人(中学生以上)	F01	日	初めてのピラティス	7月20日	7月27日	8月17日	8月31日	9時45分～
	F02		ヨ ガ					11時～
	F03	月	ピラティス	8月4日	8月18日			10時45分～
	F05		骨盤ストレッチ					10時10分～
	F06	火	ZUMBA	7月22日	7月29日	8月5日	8月19日	11時30分～
	F07		ルーシーダットン(タイ式ヨガ)					19時40分～
	F08		燃焼系ボクシング					10時30分～
	F09		リズム&トレーニング	7月23日	7月30日	8月6日	8月20日	20時15分～
	F11	アロマヨガ	7月24日	7月31日	8月7日	8月21日	19時～	
	F12	木	クラシックバレエ ※1	7月25日	8月1日	8月8日	8月22日	14時～
	F13	金	フラダンス					20時30分～
	F14		ヨ ガ					9時45分～
	F15	土	コアローラー	7月26日	8月2日	8月9日	8月23日	11時～
	F16		ラテンエアロ					12時30分～
	F17		初めてのヨガ					19時～
	F18		ピラティス					14時30分～
	F19	月	初めての幼児体操 ※2	8月4日	8月18日			10時30分～
	F20	木	ヨチのび ※2	7月24日	7月31日	8月7日	8月21日	9時30分～
F22	土	親子体操	7月26日	8月2日	8月9日	8月23日	15時30分～	
F23	月	少人数制レッスンチャレンジ鉄棒 ※2	8月4日	8月18日			14時～	
F24	水	幼児体操	7月23日	7月30日	8月6日	8月20日	16時30分～	
F25		小学生体操	7月24日	7月31日	8月7日	8月21日	16時～	
F26	木	リズム&トレーニング ※3					14時10分～	
F28		幼児体操	7月26日	8月2日	8月9日	8月23日	15時20分～	
F29	土	小学生体操					16時30分～	
F30		ダブルダッチ						

各教室50分

対象	No	教室名	開催日	時間
小学生	F31	ふわふわトランポリン&バランストレーニング	7月29日(火)、30日(水)、31日(木)全3回	8時～
	F32	跳箱	7月30日(水)、31日(木)全2回	9時10分～
	F33	ボールにチャレンジ	8月19日(火)、20日(水)、21日(木)全3回	8時～
	F34	逆上がり	8月20日(水)・21日(木)全2回	9時10分～

令和7年度 プール 夏期短期教室 各教室55分

対象	教室名	泳力	時間	開催日			
				【1期】 7月22日(火) ～25日(金)	【2期】 7月29日(火) ～8月1日(金)	【3期】 8月4日(月) ～7日(木)	【4期】 8月18日(月) ～21日(木)
小学生	水慣れ・バタ足	初めてのプール～バタ足5m未満	8時～	P01	P08	P14	P21
	クロール基礎	バタ足5m以上～呼吸なしクロールができる		P02	P09	P15	P22
	クロール・背泳ぎ	呼吸付クロール12.5m以上泳げる			P10		P23
	平泳ぎ	クロール25m以上泳げる	P03	P11	P16	P24	
	バタフライ&ターン	平泳ぎ25m以上泳げる	P04		P17		
	水慣れ・バタ足	初めてのプール～バタ足5m未満	9時～	P05		P18	
クロール基礎	バタ足5m以上～呼吸なしクロールができる	P06		P12	P19	P25	
幼児	幼児3～6歳の未就学児	初めてのプール～クロール25m未満	13時～	P07	P13	P20	P26

スポーツ団体主催大会・教室

詳細は右側の二次元コードまたは NAKANO SPORTS 検索 よりご確認ください。

日曜水泳教室【2期】 9月7日～12月14日の(日)全15回Aコース小学生以上の初心者9時10分～12時20分Bコース小学生以上の初心者10時20分～11時30分Cコース歩行コース11時30分～12時40分 場中野中学校プール 申事前料高校生以上12,850円／中学生以下10,600円 連水泳協会

中野区夜間水泳教室(火曜)【2期】 9月2日～12月9日の(火) (9月16日、23日、11月4日を除く)全12回19時～21時 場中野中学校プール 申事前料13,300円／中学生10,900円 連水泳協会

鷺宮火曜水泳教室【2期】 9月2日～12月16日の(火) (9月23日、10月28日、11月25日を除く)全13回10時～11時30分 場鷺宮スポーツコミュニティ・プラザプール 申事前料14,400円 連水泳協会

鷺宮金曜水泳教室【2期】 <モーニング教室(中学生を除く15歳以上)> 9月5日～12月12日の(金) (10月31日を除く全14回) <水中運動&水泳コース> 9時30分～10時30分 <子ども教室(小、中学生)> 9月5日～12月12日の(金) (10月31日を除く全14回) Aコース初心者水泳17時～18時 場鷺宮スポーツコミュニティ・プラザプール 申事前料モーニング教室水中運動&水泳コース11,300円、子ども教室Aコース9,900円 連水泳協会

中野区民水泳大会 8月24日(日)9時～16時 場鷺宮スポーツコミュニティ・プラザプール 申事前料1種目500円／リレーは1チーム700円 連水泳協会

テニススクール水曜早朝Iコース【後期】 7月16日～10月29日の(水)レッスン6時～7時30分、自由練習7時30分～8時(祝日、コート使用不可能日を除く9回以上を予定) 場哲学堂公園庭球場 7月16日(水)5時30分～6時に参加費持参で会場へ 料12,000円 連テニス連盟

テニススクールEコース【2期】 7月～9月の(水)全13回 9時30分～11時30分 場総合体育館 申事前料18,200円 連テニス連盟

テニススクールLコース【2期】 7月～9月の(水)全13回 12時～14時(レッスン12時～14時、自由練習14時～15時30分) 場総合体育館 申事前料20,800円 連テニス連盟

テニススクール木曜インドアコース【2期】 7月～9月の原則第2・第4木曜日全7回 場総合体

育館 申事前料11,200円 連テニス連盟

テニススクール女性月曜コース【2期】 9月の(月) (7月・8月は休み) (祝日、コート使用不可能日を除く) 10時～12時(自由練習9時～10時、12時～13時) 場上高田運動施設庭球場 申事前料8,000円 連テニス連盟

テニススクール水曜ナイターコース【2期】 7月～9月の(水) (祝日、コート使用不可能日を除く9回以上を予定) 19時～21時 場上高田運動施設庭球場 申事前料12,000円 連テニス連盟

テニススクールジュニアコース【2期】 7月～9月の(水) (8月13日は休み) (祝日、コート使用不可能日を除く9回以上を予定) 17時～18時30分 場上高田運動施設庭球場 申事前料9,000円 連テニス連盟

テニススクールサンデーナイターコース【2期】 7月～9月の(日) (コート使用不可能日を除く9回以上を予定) 19時～21時 場上高田運動施設庭球場 申事前料13,000円 連テニス連盟

パドルテニス中野オープン大会 8月24日(日)9時～19時 場総合体育館 申事前料1人2,000円、ジュニア1組1,000円 連パドルテニス連盟

中野区夏季弓道大会 7月6日(日)9時30分～17時 場哲学堂公園弓道場 申事前料1人500円 連弓道連盟

アジア祭り日帰りバスツアー 6月中旬 場千葉県茂原市 申事前料参加費あり(金額未定) 連ラジオ体操会連盟

新日本スポーツ連盟男女プログレスリーグ卓球大会 7月21日(月・祝) 場総合体育館 対区民及び会員 申※詳細は要問合せ 連新日本スポーツ連盟

新日本スポーツ連盟テニス教室Eコース【2期】 7月3日(木)～9月25日(木)全10回 場哲学堂公園庭球場 対区民16歳以上各12名 申事前料16,000円 連テニス協議会

新日本スポーツ連盟テニス教室Fコース【2期】 7月3日(木)～9月25日(木)全10回 場哲学堂公園庭球場 対区民16歳以上各12名 申事前料16,000円 連テニス協議会

新日本スポーツ連盟スポーツ祭典テニストーナメント 7月5日(土)予備日7月19日(土) 場哲学堂公園庭球場 申事前料4,000円 連テニス協議会

中野区文化施設からお知らせ
18歳未満の登録区分新設、及び利用料金の減額について

中野区の文化施設(なかのZERO、野方区民ホール、なかの芸能小劇場)では、子どもの文化芸術活動の活性化を図るため、「18歳未満の区民(個人)」「18歳未満の区民の団体」の登録区分『18歳未満の登録区分』を設けました。▲大ホール ▲小ホール

こちらの区分で登録、ご利用いただきますと、施設利用料金が減額となりますので、是非ご利用ください。

■登録要件■

- 18歳未満の区民(個人)：18歳未満の区内在住・在勤・在学であること
- 18歳未満の区民の団体：2名以上でその7割以上が18歳未満の区内在住・在勤・在学であること

※18歳未満のみで登録する場合、緊急連絡先として、2名(個人の場合は1名)以上の保護者の氏名、連絡先の提出が必要。

※18歳未満：登録をする年度の4月1日時点で18歳未満であること。

他、登録要件有り。

【問合せ】なかのZEROお客様カウンター ☎ 03-5340-5000

やらないと大変
やれば安心
相続対策

まだ間に合うかな？
まず相談
安心を早く！

フリーダイヤル ☎ 0120-688-870
FAX 03-3387-8004 (24時間)
不安・心配を早く解消 今すぐ予約
相談1時間 5千円 土日・祝日もOK

木村税理士事務所

税理士 木村具成(きむらともなり)
JR中野駅北口徒歩3分
中野区中野5-67-7 プラザ中野803
営業時間：9時～18時

呉服専門店の「きもの着方教室」 令和7年9月スタート 全10回 受講料無料

9月スタート「手結び着方教室」(講習代無料・教材費2,000円のみ)の受講生を募集中。「自分で着られること」を目的とした10回完結の基礎コースです。熟練の講師が初心者にも分かりやすく指導いたします。持ち物は、ご自分の体に合ったお手持ちの着物と長襦袢、袋帯など、その他必要な小物類などです。詳しくは、二次元コードで、武蔵屋サイトをご確認ください。

応募締め切りは令和7年8月11日(月・祝)。

創業90年 武蔵屋 中野本店
TEL. 03-3381-6348
中野区南台2-24-11
[南台三丁目]バス停徒歩2分
10:00～18:30、水曜定休
https://www.musashiya.co.jp/

お申し込みは お電話・webでご希望の教室とお名前・ご連絡先をお知らせください。

特別体験教室 浴衣の着方教室
7月13日(日)・27日(日) 13時～15時 先着10名限定

- ◆参加費◆ 1回2,000円 ※ご参加は18歳以上の方とさせていただきます。
- ◆持ち物◆ ゆかた・ゆかた帯・ゆかた肌着・ゴム付きの帯板・コーリンベルト・ウエストベルト・腰紐・伊達締め(1本)・補正用タオル(3枚)等

Nakano

Interesting Culture & Emotional Sports

NICES

ないせす

'25年6月号

チケット情報

なかのZEROチケットセンター/10時~19時

予約▶☎3382-9990

【販売】なかのZERO西館事務所(受付)

【問合せ】なかのZERO☎5340-5043

※会員優先日は、なかのZEROチケットセンターで電話、オンライン予約受付のみ(区民は電話予約のみ)

※6月23日(月)は、なかのZEROは休館のためチケットセンターはお休みです。

野方区民ホール

オンライン

6月土21日

14時開演

野方WIZアフタヌーン・コンサート

午後1時に聴くクラシック♪

クラシック音楽初心者の方からファンの方まで楽しめる内容でお送りするコンサート。なかのZERO登録アーティストの井関花さんをお迎えし、ピアノの魅力に迫ります。

▶出演/井関花(ピアノ)▶予定曲/ショパン「バラード第1番Op.23」「舟歌Op.60」ほか▶全席自由/500円

※2歳以下膝上無料

野

井関花

オンライン

は24時間ご予約可能

<https://nicesacademia.jp/>

①は野方区民ホール☎3310-3861 ②はなかの芸能小劇場☎5380-0931 ③はチケットぴあt.pia.jp ④はeplus.jp ⑤はローソンチケットl-tike.com

※チケットは本紙発行時に完売している場合があります。

旧サンパラザ

中野駅 中央線 至新宿

南口

なかのZERO

太田保通

野方区民ホール

オンライン

6月土21日

14時開演

野方WIZアフタヌーン・コンサート

午後1時に聴くクラシック♪

クラシック音楽初心者の方からファンの方まで楽しめる内容でお送りするコンサート。なかのZERO登録アーティストの井関花さんをお迎えし、ピアノの魅力に迫ります。

▶出演/井関花(ピアノ)▶予定曲/ショパン「バラード第1番Op.23」「舟歌Op.60」ほか▶全席自由/500円

※2歳以下膝上無料 野

井関花

<出演者募集>パフォーマンススキズ・トーキョー

ワークショップ&公演「すこし、でもとてもふしぎな」

振付家・ダンサーの横山彰乃さんと一緒に、オリジナルの舞台作品をつくりませんか?最終日には野方区民ホールで発表公演を行います。

▶野方区民ホール▶6~7月の土日から、全8日間▶講師/横山彰乃(振付家・ダンサー)▶参加費/無料▶対象/小学3年生~高校3年生▶定員/15名(抽選)▶募集締め切り/5月28日(水)まで。 ※詳細はHPにてご確認ください。

横山彰乃(振付・構成)

▲詳細はこちら

©松本和幸

横山彰乃(振付・構成)

▲詳細はこちら

子ども日本舞踊講座 参加者募集中 日本舞踊の基本的な所作や挨拶、浴衣の着つけから身につけます。11月24日(月・休)に、なかのZERO大ホールにて開催される「日本舞踊大会」にて発表をします。▶日時/8月30日、9月6日、13日、20日、27日、10月4日、18日、11月1日、8日、15日の(土)全10日間/【小学1年生~3年生】13時30分~14時30分【小学4年生~中学3年生】15時30分~16時30分▶場所/なかのZERO西館 学習室ほか▶講師/中野区日本舞踊連盟▶対象/小学1年生~中学3年生(区内在住・在学優先)▶申込方法/7月1日(火)~7日(月)HP ないせすアカデミア 検索にて。定員各15名 応募多数時、抽選▶料金/10,000円(全10回・別途、浴衣レンタル代等の実費あり)

【問合せ】なかのZERO事業課☎5340-5011

ZEROプラネタリウム

オンライン

9月土1日

19時開演

なかのZEROメディア芸術プログラム

思い出の空

~井上侑プラネタリウムLIVE~

満天の星の下でお届けする、シンガーソングライター井上侑の生演奏をお楽しみください。一般募集から選ばれた「思い出の空」の写真投映コラボや解説員による星空解説もあります。

▶出演/井上侑(シンガーソングライター)井上真那美(チェロ)▶予定曲/井上侑「時を越えて」、坂本九「見上げてごらん夜の星を」、作曲者不詳「きらきら星」他▶全席自由/1,500円 ※未就学児入場不可

井上侑

井上真那美

一般発売 5月25日(日) 10時~

プラネタリウム

七夕特別投映(事前申込み制) 七夕の特別プログラムをお贈りします。ファミリー向け「七夕のおほしさま」▶日時/7月5日(土)、6日(日)11時~、14時~(各50分) 一般向け「七夕の星空めぐり」▶日時/7月5日(土)、6日(日)16時~(50分) ▶申込方法/5月25日(日)10時から電話にて。先着各160名▶料金大人300円子ども200円

【問合せ】なかのZEROプラネタリウム☎5340-5045

コミックイラストワークショップ 参加者募集中

マンガスクール中野から講師を招き、コミックイラストの描き方を学びます。3回のレッスンで、カラーマーカーを使ったあなただけのオリジナルイラストを仕上げましょう!▶日時/7月5日、12日、19日の(土)15時~(120分)▶対象/区内在住・在学の小学4~6年生▶申込方法/6月1日(日)10時~HP ないせすアカデミア 検索にて。定員20名(先着順)▶料金/5,000円(教材費含む)

【問合せ】なかのZERO事業課☎5340-5043

柳亭市馬

三遊亭兼好

二人会

2025年8月16日(土)

開演13時 全席指定 3,900円

2025年5月14日(水)発売

Pコード: 534-221 Lコード: 31749

柳亭小南楽

カチコミ'25

2025年9月19日(金)

開演19:00 全席指定 3,800円

2025年5月27日(火)発売

Pコード: 534-219 Lコード: 31816

なかのZERO・小ホール

予約・問合せ 夢空間 0570-06-6600 <https://yume-kukan.net>(平日11時~18時)

e+ イープラス <https://eplus.jp/> チケットぴあ <https://t.pia.jp/>

ローソンチケット <https://l-tike.com/>

なかのZERO

LINE 公式アカウント

はじめました!

友だち 募集中

LINE アプリの“友だち追加”より“二次元コード”から下の二次元コードを撮影してください。

なかのZERO、野方区民ホール、なかの芸能小劇場についてのイベント・講座・施設予約の情報を配信します!

なかのZERO

チケット委託販売のご案内

なかのZERO大ホール・小ホールで催される公演に限り、なかのZEROで委託販売が可能です。(手数料別途。条件等あり) 詳細はお問合せください。

なかのZERO事業課 委託チケット担当 ☎ 5340-5043 FAX 5340-5017

なかのZEROをぜひご利用ください!

コンサートや講演会が開かれる大ホール(1,292席)をはじめ、小ホール(501席)や視聴覚ホール、美術ギャラリー、美術工芸室、学習室、バンド練習ができる音楽練習室、ダンス練習向きのリハーサル室などに加え、プラネタリウムを備えた生涯学習の複合施設です。また生涯学習相談にお応えする「生涯学習活動・支援コーナー」もあります。

5340-5000(代) FAX 5340-5016

中野 2-9-7 JR・東西線中野駅南口から徒歩8分

※駐車場:主催者および身障者専用の駐車場のみ ※要事前申込み

※休館日:2・6・11月の第4月曜日(祝日の場合は翌日)と年末年始(12月29日から1月3日まで)

※利用時間:9時~22時(事務受付は19時まで)

大ホール

クラシック、オペラ、バレエ、ダンス、落語や能狂言など幅広いジャンルにご利用いただけます。音響可変式で、残響時間の調整も可能。

※本館は、令和7年2月1日から9月30日(予定)まで、改修工事のため休館となります。

小ホール

手ごろな広さで、講演会、演劇公演などに適しています。また、落語や音楽、ピアノの発表会、映画会にもご利用いただけます。

なかのZEROの施設詳細案内・ご予約は「なかのZERO」検索から!

中野区生涯学習スポーツ情報紙

ないせす

に広告を掲載しませんか

◆オールカラー、発行部数7万5千部 ◆区全地域に新聞折り込みで配布 ◆区内公共施設・主要駅・一部の商業施設にも設置 ◆区内の情報が盛りだくさん!

イベント告知や地域・サークル活動の情報発信にご利用ください

お店や商品などのPR、教室の生徒募集、イベント・コンサートの告知などを読者の皆様へアピールしてみませんか?中野区外の広報・事業所様も歓迎です!

■広告掲載料金 1コマ 30,200円~(税込) ※1コマ(サイズ) タテ76mm×ヨコ48mm

■発行日 毎月最終日曜日(1月号除く)

【問合せ】なかのZERO「ないせす」担当 ☎ 03-5340-5036 Mail: nicesacademia@nakanozero.jp

4 なかのZERO・野方区民ホール・なかの芸能小劇場の催し物の情報は、各施設窓口で配布、またはHP ないせすアカデミア 検索で