

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・施設の間合せ先、ホームページよりご確認ください。

なかのZERO こどもカーニバル 2026

あそんで! まなんで!  
 ゆくゆく体験!



▲詳細はこちら

申込みはHP  
 ないせすアカデミア 検索にて。(掲載時点で募集終了している場合がございます)  
 ※その他こどもカーニバルのイベント情報は4面をご覧ください

「どきどき」は「すき」がはじまる第一歩! こどもから大人まで、みんなが楽しめるイベントがもりだくさん!

<p><b>アトリエDONGURIでART体験!</b></p> <p>日時 3月7日(土)                  ①10時30分~/                  ②13時~/③15時~ ※各回90分</p> <p>会場 本館アトリエ DONGURI</p> <p>料金 500円                  ※同伴保護者も同額</p> 	<p><b>親子でチャレンジ! まがたま 勾玉作りワークショップ</b></p> <p>日時 3月14日(土)                  10時~11時30分</p> <p>会場 西館学習室1</p> <p>料金 500円</p> 	<p><b>和太鼓体験&amp; ワークショップ発表会</b></p> <p>日時 3月14日(土)                  13時~15時</p> <p>会場 西館小ホール</p> <p>料金 1,500円</p> <p>※体験は事前申込み。                  ※14時15分からの発表会の観覧は入場無料・予約不要</p> 	<p><b>紙粘土による工作遊び</b></p> <p>日時 3月14日(土)                  13時30分~                  14時30分</p> <p>会場 西館学習室AB</p> <p>料金 無料</p> 
<p><b>遊びのひろば&amp;ワークショップ</b> 予約不要</p> <p>日時 3月7日(土)11時~17時、3月8日(日)10時~16時30分</p> <p>会場 西館美術ギャラリー1</p> <p>ワークショップ</p> <p>7日(土)…レジンチャーム作り、ゆびわ&amp;巻き巻き鳥作り、ヘッド&amp;耳マッサージ、キラキラキャンディボトルチャームなど。</p> <p>8日(日)…木のおもちゃ作り、シャカシャカクリップ&amp;スイートデコミラー&amp;リボンネームタグなど。</p> <p>料金 無料(一部有料ワークショップあり)</p> 	<p><b>生薬ハニバリウム教室</b></p> <p>日時 3月15日(日)                  ①10時~11時30分                  ②14時~15時30分</p> <p>会場 西館科学実験室</p> <p>料金 1,200円                  ※同伴保護者も同額</p> 	<p><b>こども星空探偵団スペシャル 宇宙おりひめ!大クイズ大会!!</b></p> <p>日時 3月20日(金・祝)                  ①11時~/                  ②14時~/③16時~ ※各回50分                  ※先着180名</p> <p>会場 西館 プラネタリウム</p> <p>料金 大人300円                  こども200円</p> 	

【問合せ】なかのZERO事業課(中野2-9-7) ☎5340-5043

令和8年度 社会教育訪問学級 受講生募集!

身体に障害があり1人での外出が困難な方の自宅に講師を派遣し、英会話・ピアノ・園芸・俳句等希望する1科目を学習できます。さらに、学びの成果は、交流発表会で発表します。みなさんも自宅で楽しく学びませんか?

※訪問期間6月~翌年2月に月2回程度(1回2時間)。発表会3月受講生宅  
 ※3月3日(火)~4月10日(金)。詳細は二次元コードまたは電話



▲詳細はこちら

【問合せ】文化振興・多文化共生推進課 ☎3228-8863

もみじ山文化センター(なかのZERO)・なかの芸能小劇場・野方区民ホールの指定管理者が変わります

区では令和8年4月からの指定管理者の選定を行い、新たな指定管理者を指定しました。4月から施設の管理運営を行うのは、なかの応援パートナーズ(代表団体 PIAZZA株式会社、構成団体 株式会社西武不動産ビルマネジメント)となります。

【問合せ】文化振興・多文化共生推進課 ☎3228-8863

**レング坂商店会 ミニライブ**

2026年3月15日(日)  
 16:00~16:40

金管五重奏の生演奏を聴きながら、レング坂の雰囲気をおたのしみください

会場: 中野レング坂 スペインパルシオ  
 無料・入退場自由  
 どなたでも気軽にお越しください

【問合せ】なかのZERO事業課 03-5340-5043

なかのZERO  
 公式Instagram 最新情報!!



@nakano.zero

2026年春 無料体験レッスン受付中!

子どもから大人のための  
**ヤマハ音楽・英語教室**

《入会金半額キャンペーン実施中》

通常 11,000円(税込) → **5,500円(税込)** 4/30まで

詳しくは下記へお問い合わせ下さい

**松栄楽器店** 東京都中野区本町2-51-10 ☎03-3382-0666

中野板上センター ☎03-3384-8353  
 ミュージックセンター中野 ☎03-3383-7381  
 高田馬場センター ☎03-3200-6150

## 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



### ■なかの文化フォーラム公開講座(3月分・現在募集中の講座)

【年間講座(月1回の定期講座)】 ※1は現在キャンセル待ち

日程	時間	講座名	日程	時間	講座名
3月10日(火)	10時	◎魅せるハンドメイド講座	3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
3月13日(金)	13時	◎かな書道講座	3月21日(土)	13時	漢字書道講座
	15時	◎ブリザーブドフラワー講座		15時	折り紙講座
3月14日(土)	13時	着付け講座	3月27日(金)	13時	ストレッチ講座
	15時	スマホ講座		15時	全身ほぐしヨガ講座
3月15日(日)	13時	やさしいヨガ講座			
	15時	◎英語講座			

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。先着順料各講座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。

## 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。 ※觸體庵(鬼神窟・霊明閣)は建物外からの観覧となります。  
 時 3月1日、15日(日)10時~15時 場 時空岡 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。古建築物公開日限定で実施します。ツアー内で、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 3月1日(日)10時~11時 場 哲学堂公園 料 420円(ガイドマップ含む) 申 事前に電話、または同公園事務所窓口にて直接 ※空きがあれば当日参加も可 ※先着15名



いずれも 対 どなたでも

### ■哲学カフェ

設定したテーマに沿って参加者同士で、意見を述べながらお話しする会です。パネリストとして東洋大学井上円了哲学研究センター客員研究員である佐藤厚氏をお招きして進行いたします。議論する場ではなく、思っていることや感じたことを話す場です。お気軽にご参加ください。また参加された方には珍しいコーヒーのご提供もあります。  
 時 3月15日(日)開催時間は現在調整中。決まり次第、公式HP・公式SNSにてお知らせいたします 場 宇宙館 対 大人向け 申 事前に電話、または同公園事務所窓口にて直接。 ※空きがあれば当日参加も可 ※先着15名 ※未就学児不可。

### ■哲学堂公園桜花期(3月下旬~4月上旬ごろ)のお知らせ

#### 一斉開門の実施と閉園時間の変更

桜花期は、8時に公園の一斉開門を行います。また、さくら広場のみ日時限定で閉園時間を18時から19時に変更し、桜のライトアップを行います。具体的な日程はお問い合わせください。

#### 哲学堂公園における樹木保護と火気使用に関するお願い

公園では桜を含め、老木が増えつつあります。樹木を保護するため、植栽地内への立ち入り(根元の踏圧など)はご遠慮ください。また、園内は原則火気使用禁止です。桜花期においても同様ですので、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 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「おひなさま展」

都内屈指の質・量を誇る、れきみんの「おひなさま展」。江戸から昭和にかけての約45組のおひなさまが展示室を埋め尽くします。オリジナルのおひなさまパズルやぬり絵もご用意しています。  
 時 3月14日(土)まで 対 どなたでも



### ■親子向けプログラム「きいて、さわろう-民話と昔の道具」

昔の道具が登場する民話の朗読と道具の体験を楽しむ、親子向けのプログラム。朗読は、民話や時代・現代小説などを津軽三味線の音色とともに語る二人組「かたりと」。  
 時 3月29日(日)14時~15時 対 保護者と子ども(年齢不問、1家族4名まで、区民優先) 場 3月3日(火)~17日(火)Googleフォーム: 右記二次元コードから申込み。 ※定員20名、多数時抽選。  
 ▲申込みはこちら



いずれも 場 歴史民俗資料館 料 無料

## 社会風刺コント集団 ガンニュースーパーライブ2026



5/30(土) 開演 13:00/16:30 (各回30分前開場)  
 5/31(日) 開演 11:30/15:00 (各回30分前開場)  
 全席指定 5,800円(税込)  
 会場 なかのZERO 小ホール  
 予約・問合せ ☎047-365-9960

## なかのZERO 青少年コーナーのご案内

勉強したり、集中して作業をしたり、グループワークや友達と会話を楽しんだりできるスペースです。学校帰りや休日など、お気軽にお立ち寄りください!



- 【青少年コーナーご利用について】
- ◆利用時間 9:00~21:00
  - ◆休館日 2、6、11月の第4月曜(休日にあたる場合はその翌日) 年末年始(12/29~1/3)
  - ◆利用対象 小学生、中学生、高校生
  - ◆座席数 20席
  - ◆Wi-Fi ご利用いただけます ※アンケート回答の必要があります
  - ◆ゴミはお持ち帰りください

場所 中野区中野 2-9-7 なかのZERO 西館入口横 青少年コーナー

## アトリエ DONGURI って?

誰もが気軽に工作やアートを楽しめる「アトリエ」です。靴を脱いで座れるスペースもあるよ! 工作のほかにも、いろんな素材や材料がそろっているので手ぶらでOK! 詳しくは「なかのZERO」のHPをチェック! イベントやワークショップ・アトリエピアの予定はカレンダーに載っているので見てね!

### ♪アトリエピアの日程♪

- ◆次回開催日◆
- 2月27日(金)
- 3月27日(金)
- ◆時間◆
- 10:00~18:00 (最終受付 17:30)

詳細はこちら▼



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。

### 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

主に、ご高齢の方の体力・健康増進を目的として、無理なく毎日続けられる軽体操教室を開催します。

時3月2日、16日の(月)9時30分~10時30分 料各1,000円 ※先着20名



#### ママフィット

生後2ヶ月から歩き出す前のお子様を育児中の産後ママを対象としたフィットネス。お一人でも参加できますが、お子様と一緒にプログラムも含まれます。

時3月2日、16日の(月)11時~12時 料800円 ※先着20名 ※託児対応はありません。



#### フレイル予防+ノルディックウォーキング教室

低体力の方でも無理なくできるフレイル予防運動(ストレッチ、ヨガ、体操...etc)を取り入れた、ノルディックウォーキング体験教室。

時3月6日(金)10時~11時 料1,000円 ※定員15名

#### ノルディックウォーキング教室

2本のポールを使って歩行運動を行うウォーキングエクササイズ教室です。ご高齢の方でも気軽に参加いただけます。

時3月11日(水)9時30分~11時 料1,000円 ※専用ポール持参の方は900円 ※定員30名



#### キッズ運動教室

走る・飛ぶ・投げるに特化した運動教室です。体の動かし方について楽しく学び、運動のコツを身につけましょう。

時3月21日(土)11時~12時 哲学堂野球場 小学校1~6年生対象 事前に電話、または直接。空きがあれば当日参加も可 料無料 ※先着20名 ※雨天・荒天時中止 ※持ち物:動きやすい服装・飲み物



### 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

#### 日本代表選手が教える! NAKANOキッズドッジボール教室

NAKANOエリア年長から小学生大集合! スポーツとしてのドッジボールを体験して楽しもう! トップレベルの高い技術を見て体験できるチャンスです。

時3月15日(日)①10時~11時45分、初心者向け(年長~小学生3年生)②13時30分~15時15分、経験者向け(小学生3年~6年生) 料サブアリーナ1人2,200円 ※持ち物:運動できる服装、屋内シューズ、タオル、水筒等。 ※保護者見学可 ※定員各40名

#### ランニング教室 ナイトタイム初開催

テーマ:スピードトレーニング 時3月23日(月)19時~20時30分 走ることに支障のない方 料1,200円 ※定員20名

#### あおぞらPILATES

澄んだ空気の下で、深呼吸! ピラティスレッスンを一緒に! 時3月4日、11日、18日(水)9時30分~11時 料各1,200円 ※料金は当日お支払いください。 ※各回先着15名

#### キッズカレッジ2026.4-6期

手ぶらで学童プログラムを楽しく受講! 友達を誘って充実した時間を過ごそう! 放課後の学童預かりプログラムとして運動・教養・芸術の時間割を自由に組み合わせて受講できます。

時火・金曜日の16時30分~18時30分 ※各定員10名 ▶詳細はこちら



#### ノルディックウォーキング&スロー教室・クラブ

ポールを使用することで、上半身の運動が加わり、水泳と同様の身体の90%の筋肉を動かす全身運動です。足腰の負担が少なく公園のコースで安全に運動ができます。

教室 時3月21日(土)9時30分~11時 3月1日(日)から電話もしくは直接。料1,000円 ※各回先着20名 ※雨天時は屋内コースにて実施。 クラブ 時毎週土曜日10時~11時 教室参加された方。料参加費月額1,000円(1回500円) ※雨天時は館内ランニングコース別途100円。

いずれも 場平和の森公園 ※ポールレンタル100円 ※3月末までクーポン券対象イベント有、詳細はHPをご覧ください。

### 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。

#### テニススクール土曜A・Bコース【前期】

時4月11日~9月26日の第2・第4(土)(コート使用不可能日を除く9回以上)Aコース(初級)13時10分~15時 Bコース(初中級)15時10分~17時 場 上高田運動施設 庭球場 申事前 料各コース12,000円 連 テニス連盟

#### テニススクール水曜早朝Iコース【前期】

時4月1日~7月8日の(水)6時~7時30分(自主練習7時30分~8時)(祝日、コート使用不可能日を除く9回以上) 場 哲学堂公園 庭球場 申事前 料12,000円 連 テニス連盟

#### テニススクールEコース【1期】

時4月1日~6月24日の(水)9時30分~11時30分 場 総合体育館 申事前 料 中野区テニス連盟 HP を参照 連 テニス連盟

#### テニススクールLコース【1期】

時4月1日~6月24日の(水)12時~14時自由練習14時~15時30分 場 総合体育館 申事前 料 中野区テニス連盟 HP を参照 連 テニス連盟

#### テニススクール木曜インドアコース【1期】

時4月~6月の第2・4木曜13時30分~15時30分自由練習15時30分~17時30分 場 総合体育館 申事前 料 中野区テニス連盟 HP を参照 連 テニス連盟

#### テニススクール女性月曜コース【1期】

時4月6日~6月29日の(月)(祝日、コート使用不可能日を除く9回以上)9時~13時 場 上高田運動施設 庭球場 申事前 料 中野区テニス連盟 HP を参照 連 テニス連盟

#### テニススクールジュニアコース【1期】

時4月1日~6月24日の(水)17時~18時30分(祝日、コート使用不可能日を除く9回以上) 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【1期】

時4月5日~6月28日の(日)(コート使用不可能日を除く9回以上)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

#### テニススクール水曜ナイターコース【1期】

時4月1日~6月24日の(水)19時~21時(祝日、コート使用不可能日を除く9回以上) 場 上高田運動施設 庭球場 申事前 料12,000円 連 テニス連盟

#### テニススクール月例コース

時4月~翌年3月の毎月1回日曜に開催(8月は休み) 場 上高田運動施設 庭球場 申事前 料13,000円(家族10,000円) 連 テニス連盟

#### 中野区春季シングルステニス大会

時詳細は中野区テニス連盟 HP を参照 場 哲学堂公園 庭球場 申事前 料1,500円 連 テニス連盟

#### 中野区春季ソフトテニス大会

時4月3日(金)ジュニア男子の部(中学生・高校生)、12日(日)ジュニア女子の部(中学生・高校生)、一般男子の部、26日(日)一般女子の部、シニア男子・女子の部。各部いずれも9時~17時 場 哲学堂公園 庭球場 申事前 料 中学生1組800円、高校生1組1,200円、シニア・一般1組2,200円 連 テニス連盟

#### パドルテニス教室月例コース(前期)

時4月22日、5月27日、6月24日、7月29日、8月26日、9月30日の(水)(全6回)18時~21時(19時まで自由練習) 場 総合体育館 申事前 料 会員7,200円 非会員8,400円 連 パドルテニス連盟

#### 中野区民春季ソフトボール大会

時4月5日、12日の(日)、予備日29日(水・祝)9時~17時 場 上高田運動施設 野球場 申事前 料1チーム6,000円/別途年度登録費年1回 連 ソフトボール連盟

#### 太極拳教室

〈太極拳〉【篤宮教室】(毎週日曜)10時~12時【富鳴教室】(第1・第3月曜、第4水曜)10時~11時30分【野方教室】(毎週火曜)10時~12時【新井教室】(毎週火曜)19時~20時30分【桃園教室】(毎週水曜)13時30分~15時30分【東部教室】(毎週水曜)18時30分~20時30分【千光前教室】(土曜)9時30分~11時30分【気功】【もみじ山教室】(毎週土曜)13時~15時 申事前 料月4,000円(千光前教室は2,000円) 連 太極拳協会

### なかのZERO LINE 公式アカウント

最新の情報はこちらから

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!

### 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。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

### 呉服専門店の「着方教室」

令和8年5月スタート 全10回 受講料無料

正しくきれいな着方をマスターして、着物美人を目指しませんか。創業91年の呉服専門店「武蔵屋 中野本店」では、令和8年5月スタート「手結び着方教室」(無料)の受講生を募集中。「自分で着られること」を目的にした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丁寧に指導。手持ちの着物や帯でお稽古するので、この機会にお気軽にご参加ください。教材費2,000円のみです。申し込み・問い合わせは、電話またはWEBから。応募締め切りは令和8年4月26日(日)。

<きもの着方教室(無料・全10回)>

- ◆火曜・木曜・土曜(午前クラス) 10時~12時
- ◆火曜(夜クラス) 19時~21時
- 初回の開催日 令和8年5月12日(火)・14日(木)・16日(土)
- 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

創業91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/

30畳のお部屋で少人数の開催。ゆったりしたお教室です

着付けの技術だけでなく、着物を着る楽しみや、着方教室で学ぶ自分一人でも着られるようになるための教室です。

少人数での講習なので、しっかり身に付ける事が出来ます。手が上がらない方は、前で結んで後ろに回す結び方を習う事も出来ます(別途14,000円の帯板が必要です。)\*ご質問、お問い合わせもお電話、公式サイトでお待ちしております。

**チケット情報** 【販売】なかのZERO本館事務所(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)2月24日(火)は、なかのZEROの休館日のためチケットセンターはお休みです。

オンラインは24時間ご予約可能  
<https://nicesacademia.jp/>  
 ◎は野方区民ホール ☎3310-3861 ☎3310-3860  
 ◎はなかの芸能小劇場 ☎5380-0931 ☎5380-0932  
 ◎はチケットぴあ ☎t.pia.jp ◎はeplus.jp  
 ◎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。



**なかの芸能小劇場** オンライン

**3月 1日** 14時開演  
**お笑いコンテスト 入賞者ライブ**

昨年10月のお笑いコンテストで上位となった芸人3組(手羽先チャンプルー、ナカノフ、マントフ)によるお笑いライブ! 観客投票により選ばれた中野発のお笑いをお楽しみください。

▶全席自由/500円



手羽先チャンプルー

ナカノフ

**ZERO小ホール**

**3月 14日** 14時15分開演  
**なかのZERO子どもカーニバル 和太鼓ワークショップ発表会**

和太鼓ワークショップに参加した小学生たちによる和太鼓の発表会。講師は、和太鼓 暁の鷹-TAKA-。練習の成果をぜひご覧ください。

▶入場無料、当日直接会場へ

**ZERO小ホール** オンライン

**3月 15日** 14時開演  
**なかのZERO子どもカーニバル 和太鼓 暁コンサート**

迫力・聴きごたえ満点の和太鼓コンサート!

▶全席指定/一般4,000円、小中学生2,000円、親子セット5,000円  
 当日券は+500円



**ZEROプラネタリウム** オンライン

**3月 13日** 19時開演  
**星とベルの癒しのコンサート twinklE<sup>2</sup>**

きらきら光る星の瞬き、キラキラ響くベルの音色。2つのtwinklEが溶け合う幻想的な星のコンサート、開幕です。

▶出演/ハンドベルデュオ Belly Loveほか ▶予定曲/MISIA「アイノカタチ」、竹内まりや「いのちの歌」ほか ▶全席自由/500円 \*未就学児入場不可



Belly Love

**ZERO小ホール**

**3月 22日** 14時開演  
**なかのZERO子どもカーニバル 舞台づくりワークショップ発表会**

昨年8月に世界初演され大好評を博したミニオペラ《よだかの星》を、なかのZEROで再演!

▶入場無料、当日直接会場へ

**ZERO小ホール** オンライン

**3月 25日** 13時30分開演  
**東京演歌ライブなかのVol.251**

若手・中堅の演歌歌手を中心としたボリュームたっぷりのライブ!

▶全席指定/2,500円



永井みゆき

永井裕子

清水節子

松尾雄史

岡本幸太

平山花羽

**プラネタリウム** 特別プログラム「星空とともに」

東日本大震災が起こった2011年3月11日の夜、大停電となった被災地仙台市の夜空と、被災した人々の思いをたどる…。2012年に仙台市天文台が制作したプラネタリウム番組を上映します。

▶なかのZEROプラネタリウム ▶3月8日(日)18時~(60分)▶無料 \*未就学時入場不可、小学生は要保護者同伴 \*先着180名

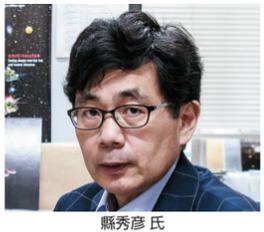


**プラネタリウム** 大人のための天文教室

「宇宙人はいますか?」

じっくりと学んでみたい大人の方向けのプログラム。広い宇宙に住んでいるのは私たちだけでしょうか? 地球以外にも生きものがいる星はあるでしょうか? 地球外生命体の存在について、その研究最前線の取り組みをお話します。

講師: 縣秀彦氏(国立天文台准教授) ▶西館プラネタリウム ▶3月14日(土)18時~(60分) ▶500円 \*未就学児入場不可、小学生は保護者同伴 \*先着180名



縣秀彦氏

**プラネタリウム** 宇宙(そら)への一歩~高校生プラネタリウム

都立豊多摩高校天文部、都立富士高校科学探究部天文班によるプラネタリウム放映。台本作りから解説、機械操作まで、全て高校生自ら工夫して放映を行います。

▶なかのZEROプラネタリウム ▶3月26日(木)14時~16時~(各回40分)▶無料 \*先着180名



**立川志らく 独演会**

2026年5月7日(木) 開演 19:00  
 全席指定 3,900円  
 好評発売中! Pコード:539-893 Lコード:31699

**林家たい平 独演会**  
 ~中野のオトコⅧ~

2026年5月15日(金) 開演 19:00  
 全席指定 3,900円  
 好評発売中! Pコード:539-891 Lコード:31394

**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、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。



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

**ないせす**  
 に広告を掲載しませんか?

「ないせす」では広告のご掲載を募集中です。イベントや催し物の告知、お店の広告、クーポン券として…など各種ご利用いただけます。お気軽にお問合せください! 詳しい資料をお送りします。

■1コマ (76ミリ×48ミリ) 30,200円~  
 ※中野区施設で中野区民を対象に行われる事業広告の場合割引あり

●お問合せ●  
**ないせす 担当**  
 ☎5340-5035 Fax 5340-5017  
[nicesacademia@nakanozero.jp](mailto:nicesacademia@nakanozero.jp)

**新施設予約システムの利用者登録を受け付けています**

現在の施設予約システムは2026年4月をもってご利用いただけなくなります。

2026年5月以降も文化施設をご利用の際には新予約システムへの利用登録をお願いします。

【利用登録】いずれか

・オンライン申請 ・窓口申請 (なかのZERO・野方区民ホール)  
 ※現施設予約システムに登録されている方も新たに登録が必要です。

問合せ: なかのZERO お客さまカウンター 03-5340-5000

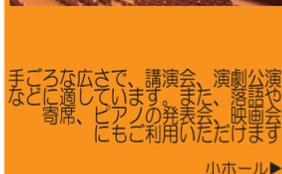
**なかのZEROをぜひご利用ください!**

コンサートや講演会が開かれる大ホール(1292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。音響可変席で、残響時間の調整も可能



小ホール  
 手ごろな広さで、講演会、演劇公演、ライブ、音楽会、セミナー、映画会など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!