

催し

◆ご存知ですか(DV) ドメスティック・バイオレンス

なぜDVがおこるのか、なぜ社会的な問題なのか等、その実態と本質に迫ります。

とき 11月29日(土)午後2時~4時

ところ イングビル3階会議室 講師 森望さん(DVサポートセンター共同代表)

申込 当日直接会場へ 生活文化課(☎50 0055)

◆料理教室 健康を考えた食事プランと実習

高齢化が進む今日、健やかに充実した高齢期を迎えるためには、幼児期からの生活習慣が大切です。

今回は、「食事」にスポットを当てた実習をします。

とき 12月5日(金)午前10時~

ところ 消費者センター 講師 屋代セツさん(料理研究家)

・食生活研究会) 定員 20人 託児あり(1歳以上12人まで)

持ち物 エプロン、三角巾、布巾 費用 500円(材料費)

申込 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望の人数を明記のうえ、11月22日(土)(消印有効)までに〒202-0005住吉町6-1-5消費者センターへ

応募多数の場合は抽選。 消費者センター(☎25 4141)

◆多摩六都剣道大会

この大会は、多摩六都を構成する各市の市民の皆さんがスポーツを通じて相互に交流し、理解を深めようという目的で始められました。

今年は、剣道大会が行われます。構成各市の代表の方への応援をお願いします。

とき 12月7日(日)午前9時 ところ 清瀬市市民体育館(清瀬市下宿2丁目524 1)

問合せ 清瀬市教育委員会生涯学習部体育課(☎0424 93 4033) スポーツ振興課(☎内線2714)

児童館文化事業「かいけつゾロリ」の告知と申し込みフォーム。申し込み表には住所、氏名、希望する観劇希望者数、入場希望者数、氏名(ふりがな)、住所を記入する欄がある。

文化・スポーツ情報 (財)西東京市文化・スポーツ振興財団 〒202-8555西東京市中町1-5-1

スポーツセンター ☎0424-25-0505 ☎0424-25-0606 ホームページ http://sportscenter.west-tokyo.co.jp/

教室 ▷対象 18歳以上の運動可能な方。応募者多数の場合は、初心者優先。▷申込方法 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・教室名・登録カードの登録番号(向台教室は不要)・教室参加経験の有無および回数を入力し、上記西東京市スポーツセンターへ12月20日(土)までに郵送(必着)。

教室名、とき・定員、場所、参加費の表。初心者水泳月曜コース、初心者水泳木曜コース、ソフトアクアピクス Aコース、ソフトアクアピクス Bコース、ソフトアクアピクス シルバーコース、ソフトエアロピクス、トータルエアロピクス、ヨーガ式健康体操、フィットネスボクシング、ボールエクササイズ、向台シェイプアップ、向台健康体操。

保谷こもれびホール ☎0424-21-1919 ☎0424-38-7676 ホームページ http://komorebi.west-tokyo.co.jp/

公演日、公演名、前売り・料金等、開演、場所の表。11/20(木)ランチタイムコンサート「フルート」、11/22(土)いっこく堂ボイスイリュ ジョントアール 2003 人間vs人形、11/29(土)フレッシュ名曲コンサート 渡辺玲子(ヴァイオリン) 東京フィルハーモニー、12/6(土)タイムファイブTimeless Land 2003 ~クリスマスコンサート~、12/7(日)人形劇団ブーク エルマーのぼうけん、12/10(水)レオニド・コルキン ~聖夜のトランペット~、12/12(金)松元ヒロ ソロライブ、12/14(日)こもれびピアノミュージアム ~Pureの旋律~、12/18(木)ランチタイムコンサート「声楽」、1/9(金)田辺信男とイーストウインズ ~げたばきジャズライブ~

スポーツセンター休館日: 毎月第1・3火曜日 定期点検と整備のため、12月15日(月)~19日(金)は全館休館

親子教室 ▷対象 平成11年4月2日~平成13年4月1日生まれのお子さんとその親(スイミング教室はおむつをとれているお子さん限定) ▷申込方法 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・教室名(親子教室はお子さんの氏名・ふりがな・性別・生年月日も記載)これまでの教室参加の有無、回数を明記し、スポーツセンターへ12月20日(土)までに郵送(必着)

教室名、時間、日程・定員、場所、参加費の表。ママとチビッコの体操教室、プカプカキッズスイミング教室。

第4回西東京市ロードレース大会参加者募集 新春に健脚を競う とき 平成16年1月12日(祝)小雨決行 午前9時スタート コース 武蔵野女子学院および周回コース 対象 小学校5年生~(小中学生は、保護者の承認が必要) 種目 小・中学校、高校生、壮年、親子 距離 小学生・親子1キロ、高校一般男子5キロ、その他3キロ 申込 12月20日(土)午後5時までに所定の用紙に必要事項を記入し、スポーツセンター窓口へ 西東京市陸上競技協会(☎22-6323)・スポーツセンター(☎25-0505)

保谷こもれびホール臨時休館日のお知らせ 12月1日(月)、4日(木)、8日(月)...一部工事のため なお、12月1日(月)は、施設予約、チケット販売等窓口業務は通常どおり行いますのでご利用ください。 11月24日(休)は、設備点検等のため、施設予約業務はできません

集え!ジャズ魂を持つ者よ! "西東京市ジャズバンドコンテスト" 平成16年2月1日(日)保谷こもれびホールでジャズバンドコンテストが開催されます。この機会にぜひ当コンテストにご参加を! 応募条件 メンバー2~7人程度のジャズ、フュージョン音楽バンド 年齢 中学生以上 応募締切 12月15日(月)必着 問合せ こもれびホール・ジャズコンテスト係へ 応募用紙は、田無庁舎、こもれびホール、コール田無、市民会館の窓口にあります。