

総合計画「ワークショップ」

8/6 午後1時～3時10分 田無庁舎 当日、直接会場へ(先着順)
大学生向けワークショップ 武蔵野大学の学生がフィールドワークを行い、市の現状や将来像について、公開でプレゼンテーションを行います。(協力:武蔵野大学水谷俊博研究室) 定15人

8/13 午後3時～6時 下野谷遺跡公園・ガイドドリンコアイスアリーナ
小中学生向けワークショップ 下野谷遺跡公園で文化について学び、ガイドドリンコアイスアリーナでアイスホッケーの体験や選手との交流を行います。 定・定 小学校4年生～中学校3年生(小学生は保護者同伴)・25人 8月4日(月)午前9時から企画政策課へ電話で申し込みを(先着順) アイスホッケーの体験をしますので、手袋と防寒対策をお願いします。また、雨天時は、雨具などを用意してください。



出前講座を実施中! 市では、積極的な情報提供の新たな手法として出前講座を実施しています。団体やグループなどの活動の場に、市職員が伺い、総合計画について説明を行います。詳細については、お問い合わせを。企画政策課 田(☎460-9800)

ダンス・インターハイ・イン・ミュージック パーティー2nd

8/10 午後3時開場 午後3時30分開演 コール田無
本市を中心とする近隣の高校生などが企画・運営するダンスコンテストを開催します。 定「ダンス・インターハイ・イン・ミュージック パーティ」実行委員会・嶋田(☎464-2909) 児童青少年課 田(☎460-9843)

夏休み! 小学生のためのおりがみ教室

8/16 午前10時30分～午後0時30分 午後2時～4時 ひばりが丘図書館
親子で楽しく「たらこスパゲティ」を作ろう! 市内在住の小学生と保護者 定親子12組(24人)

各12人 8月1日(金)～10日(日)の間にひばりが丘図書館へ直接申し込みを 電話申込不可(応募者多数の場合は市内在住の方が優先) ひばりが丘図書館(☎424-0264)

第9回保谷梨まつり

8/18 品評会・正午～2時30分 即売会・午後3時 保谷こもれびホール前広場
保谷梨の品評会、即売会を行います。各園では8月中旬～9月中旬にかけて、新鮮な梨やブドウの直売と地方発送を行います。また一部の園では梨のもぎ取りもできます。今年からは無料配布は行いません。 定JA東京みらい保谷支店(☎421-6479) / 西東京市梨生産組合(☎478-7441) 産業振興課 保(☎438-4041)



木の実クラフト教室

8/20 午前9時～10時 午前10時30分～11時30分 西東京いこいの森公園
木の実を使って動物や人形を作ります。夏休みの自由研究にも使えます。道具や材料は用意します。 定市内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) 定各25人 定はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・希望時間を明記し、8月11日(月)(必着)までに、〒202-8555市役所みどり公園課へ郵送 応募多数の場合、抽選。後日結果を通知。 みどり公園課 保(☎438-4045)

夏休み親子施設見学会

8/22 午前8時～午後3時 がすてなーび!ガスの科学館(江東区豊洲6-1-1)
集合・解散場所 田無庁舎(マイク口バス利用) 雨天決行 定・定 小学校4年生以上のお子さん1人と保護者・10組(20人) 持ち物 昼食、飲物、筆記用具 定往復はがきに住所・氏名(親子)・電話番号・お子さんの学校名・学年を明記し、8月8日(金)(消印有効)までに〒202-0005 住吉町6-1-5 消費者センターへ郵送 応募多数の場合、抽選。 消費者センター(☎425-4141)

夏休み親子調理実習

8/27 午前10時～午後1時 消費者センター
親子で楽しく「たらこスパゲティ」を作ろう! 市内在住の小学生と保護者 定親子12組(24人)

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん 定親子800円(1人400円) メニュー たらこスパゲティ、フルーツパバロア、ミモザ風サラダ、トマトスープ 講斉藤恵美子さん(管理栄養士) 定8月4日(月)午前9時から電話で受付(定員に達し次第終了) 消費者センター(☎425-4141)

第3回小学生ドッジボール交流会 3・4年生大会

9/6 午前9時～午後5時30分 きらっと
募集 20チーム(先着順) 選手登録 1チーム10～15人(大人の監督1人) 2人以上の女子が試合に出場すること(男女混合チーム) 定所定の申込書に記入のうえ、8月12日(火)までに、スポーツ振興課へ提出(大会要項・申込書は、市内各小学校にて配布) 定代表者会議・組み合わせ抽選会 定8月19日(火)午後6時30分 場きらっと スポーツ振興課 保(☎438-4081)

第8回少年野球大会

西東京市軟式野球連盟少年部に所属していないチームは申し込みをしてください。 定9月21日(日)・23日(祝)・28日(日)・10月5日(日)・12日(日) 場市民公園グラウンド・ひばりが丘運動場・北原運動場・東伏見小学校 参加資格 市内在住・在学の小学生で、1チーム10人以上20人以内、リトル・ポニーの各リーグに所属していないチーム 定所定の申込書に記入のうえ、8月29日(金)までに、スポーツ振興課へ(申込書は、スポーツ振興課にて配布) 定代表者会議・組み合わせ抽選会 定9月6日(土)午後6時 場スポーツセンター スポーツ振興課 保(☎438-4081)

介護予防のための元気講座

運動機能の維持・向上のためにストレッチやトレーニングを行ったり、口腔機能の維持・向上のために口の手入れや口腔の体操の方法や、低栄養状態の予防などを目的とした食生活の指導を行います。 定8月19日～11月11日(毎週火曜日午後2時から・全12回) 場田無総合福祉センター 定・定 要介護・要支援の認定を受けていない市内在住の満65歳以上の方・15人 定1回150円 定はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、8月7日(木)(必着)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課地域支援係「介護予防講座」担当へ郵送 応募多数の場合、抽選。 高齢者支援課 保(☎438-4030)

バランス回復で健康づくり ～腰痛・ヒザ痛予防体操～

筋肉のアンバランスが骨格をゆがめ、体のあちこちに不都合を起し

す。この教室では、このようなゆがみを自分で正していく体操を学びます。 定9月3日～11月5日の毎週水曜日・全10回・午前10時～11時30分 場住吉老人福祉センター 定・定 市内在住の60歳以上の方・30人 講師 矢野史也さん(日本体力医学会健康科学アドバイザー) 定往復はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、8月7日(木)(消印有効)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課高齢者サービス係「バランス回復で健康づくり」担当へ郵送 応募多数の場合は抽選し、後日結果を通知。申し込みは、はがき1枚に1人。教材費など実費徴収の場合あり。 高齢者支援課 保(☎438-4028)

脳の健康教室 ～学習者と学習サポーター～

「脳の健康教室」は、東北大学の川島隆太教授の研究を応用した教室です。週1回30分程度の簡単な読み書き・計算とコミュニケーションを行い、自宅では毎日10分程度の学習を行うことで認知症を予防することを目的とします。 「学習サポーター」は、学習参加者に対する週1回の学習支援が主な役割です。 定10月3日～平成21年3月27日(毎週金曜日)午前10時から 場住吉老人福祉センター 定・定 学習者:要介護・要支援の認定を受けていない市内在住の満65歳以上の方・30人 学習サポーター:おおむね55歳までの市民の方で明るく高齢者との会話を楽しめる方・約7人 定はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・「学習者希望」または「学習サポーター希望」と明記し、8月8日(金)(必着)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課地域支援係「脳の健康教室」担当へ郵送 高齢者支援課 保(☎438-4030)



9月7日(日)の「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

出店資格 市内在住のリサイクルに関心のある個人・団体で成人の方(業としている方は除く) 場田無庁舎 募集店数 75店舗(申し込み多数の場合、抽選。出店場所の選択はできません) 定往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・参加人数・出店物を記入し、8月1日(金)～10日(日)(消印有効)までに、〒202-0011 泉町3-12-35 エコプラザ西東京内ごみ減量推進課へ(1世帯1通に限られます) 飲食物・動植物などの販売はできません。 ごみ減量推進課(☎438-4043)

声の広報をお届けしています

知り合いの方でご希望の方がいらっしゃいましたら 谷戸図書館(☎421-4545)・柳沢図書館(☎464-8240)へお問い合わせください



携帯電話から右のバーコード(QRコード)を読み取ると、市の携帯電話サイトへアクセスできます

