



## ★ キッズルーム

子育て世代向け情報  
※市からの連絡帳もご覧ください。

### 親子デイキャンプ 参加者募集

児童館では、児童の自立・生きる力・豊かな心・思いやりといった心と体の育成のため、各館の活動や「児童館キャンプ」「親子デイキャンプ」を通して、野外活動体験の充実を図っています。  
第1弾として、親子で野外活動の入門プログラムを行う「親子デイキャンプ」を開催します。  
時 6月15日(日)午前10時～午後2時  
※雨天決行

場 西原北児童館およびその周辺  
内 飯ごう炊さん・グループワークなど  
対・定 市内在住の小学生とその保護者・50組(100人・先着順)  
料 無料(お米などは現物持参)  
申 市HPまたは各児童館で配布中の「親子デイキャンプ申込書」で  
問 西原北児童館(☎042-464-3833)  
◆児童青少年課(☎042-460-9843)

### 第14回 小学生ドッジボール大会3・4年生大会

時 ①7月5日(土)(4年生の部)  
②7月6日(日)(3年生の部)  
※いずれも午前9時～午後5時(予定)  
場 スポーツセンター  
対 市内在住・在学の小学3・4年生12～23人で構成されたチーム  
※試合人数は12人(女子3人以上を含む)  
※ほかに成人の監督1人、監督以外の手伝い(記録・タイマー)1人  
申 各小学校・スポーツ振興課(保谷庁舎3階)・市HPで配布する参加申込書・メンバー表を、6月12日(木)(必着)までに、〒202-8555市役所スポーツ振興課

「ドッジボール大会」係へ郵送・ファクスまたは直接持参  
※ファクスで申し込む場合は、必ず電話で送達確認をしてください。  
※必ず実施要項をご確認ください。  
※審判・実技指導の派遣を、各小学校2回(1回2時間<sup>※</sup>)を上限に受け付けます(日程により受付不可の場合あり)。  
□組み合わせ抽選会  
時 6月20日(金)午後6時30分  
場 スポーツセンター  
◆スポーツ振興課(☎042-438-4081・FAX042-438-2021)

## ★ シニアルーム

シニア世代向け情報  
※市からの連絡帳もご覧ください。

### シルバー月間 ～スポーツ施設が無料で利用できます～

時 6月2日(月)～30日(月)  
月～金曜日午前9時～午後3時入館  
※午後3時以降と土・日曜日、祝日は有料  
※6月3日(火)は休館  
※温水プールは、6月2日(月)～6日(金)の間、点検のため利用不可  
場 スポーツセンター・きらっと・総合体育館  
対 市内在住で65歳以上の運動が可能な方  
内 ①温水プール・トレーニング室・ランニング走路の無料利用 ②温水プール・フロア教室(下表参照)の無料参加  
□教室申込 5月26日(月)までに、各館窓口または電話(申込多数の場合は抽選)

□参加・利用方法  
利用時に「平成26年度西東京市シルバーウイーク参加カード」を提示してください。  
※平成25年度用カードをお持ちの方は、カードと住所が分かるものを利用施設へご持参ください。平成26年度用カードを作成します。  
※カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢の分かるもの)をご持参ください。  
※平成26年度用カードは、随時作成可  
問 スポーツセンター(☎042-425-0505) きらっと(☎042-451-0555) 総合体育館(☎042-467-3411)  
◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)

	教室名	場所	日時	定員
プール	① アクアエクササイズ	スポーツセンター	6月10日(火) 午後0時50分～1時50分	各25人
	② 健康水中運動	温水プール	6月27日(金) 午後1時50分～2時50分	
フロア	③ 転ばぬ先の健脳健骨体操	スポーツセンター	6月5日(休)	午前10時30分～11時30分
	④ 筋力アップ体操		6月17日(火)	
	⑤ 筋力アップ体操	きらっと	6月6日(金)	
	⑥ 簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	6月16日(月)	
	⑦ リズム体操&ストレッチ	総合体育館	6月9日(月)	
	⑧ ボール&リラクゼーション		6月25日(水)	

### 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか。※認知症サポーター養成の取り組みは、全国的に展開されています。  
時 5月31日(土)午前10時30分～正午(10時15分開場)  
場 高齢者センターきらら  
内 ①認知症について ②認知症サポーター100万人キャラバンについて ③認

知症の方を地域で支えるためには  
対・定 市内在住・在勤で、当講座を受講したことがない方・50人(申込順)  
申 5月26日(月)までに、電話で下記へ  
※参加者にはサポーターの証しであるオレンジリングをお渡しします。  
※5人以上集まれば、市内どこでも出張講座を行います。  
◆高齢者支援課(☎042-438-4102)



## 姉妹・友好都市観光物産展

時 5月25日(日) 午前10時～午後4時  
場 田無駅北口アスタ2階センターコート  
姉妹・友好都市の福島県下郷町・千葉県勝浦市・山梨県北杜市(須玉町)が、観光PRと特産品の販売を行います。  
□販売品目(予定)  
花豆パイ・十念大福・あじの開き・カツオの角煮・ワイン・ほうとうなど  
◆産業振興課(☎042-438-4041)



昨年の物産展の様子

## みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。  
※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。