

! 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや例年行われているイベント・事業についても中止・変更となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、マスクの着用など感染症対策にご協力ください。

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

※オンライン開催事業は、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

男女平等推進センター自立支援講座 Do it! ここから始まる。 わたしのトリセツ2021

①10月5日(火) ④11月2日(火)
② 19日(火) ⑤ 8日(月)
③ 26日(火) ⑥ 18日(木)
午前10時～11時30分
住吉会館ルピナス

- ① パーソナルカラー～似合う色を知ってマスク生活に彩りを～
 - ② なんとなく不調～頭の凝りをほぐしてスッキリ!!～
 - ③ 知って得する法的知識～夫婦にまつわる法律のはなし～
 - ④ フェイスエクササイズ～マスク生活でも生き生きとした表情を～
 - ⑤ もしかしてモラハラ? 発達障害? ～夫婦や身近な人との関係で息苦しくないですか～
 - ⑥ わたしを護る護身術! ～セルフディフェンス～
- 対/定 女性20人(申込順)
※保育あり: 生後6カ月以上の未就学児/7人(申込順)
申 9月17日(金)午前9時から、電話・申込フォームまたはメールで件名「自立支援講座」・住所・氏名・電話番号・希望講座・保育の有無を下記へ
▶ 男女平等推進センター
☎042-439-0075
✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



申込フォーム

西東京市保育園合同 就職フェア

10月10日(日)
午前10時～午後4時
(受付: 3時30分まで)
アスタセンターコート

市内の民営保育園が合同の就職説明会を開催します。市内で保育に携わる仕事への就職・転職をお考えの方は、人事担当や現役保育士と話せるチャンスです。開催中は入退場自由、事前準備や予約は不要です。

問 きたしば保育園
☎042-465-7182
▶ 保育課 ☎042-497-4926



市民体カテスト 自身の体力チェックを!

10月17日(日)
●午前 9時15分 ●9時45分
● 10時15分 ●10時45分
● 11時15分
●午後 1時15分 ●1時45分
● 2時15分 ●2時45分
● 3時15分
きらっと

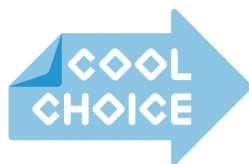
自分の体力を知り、健康維持や体力づくりに役立てましょう。
対 在住・在勤・在学の小学生以上

□ 種目 握力・長座体前屈・上体起こし・開眼片足立ち・6分間歩行・10m障害物歩行・立ち幅とび・反復横とび・20mシャトルラン
※年齢により測定種目が異なります。
持 室内用運動靴(必ず持参)・運動のできる服装・マスク・筆記用具・タオル・飲み物など
申 名前・住所・年齢・参加する時間帯を下記へ
▶ スポーツ振興課 ☎042-420-2818

和布でブックカバーを作ろう

10月17日(日)
午前10時～午後0時30分
住吉会館ルピナス

不用になった布で文庫本大のブックカバーを作ります。
対 在住・在勤・在学で18歳以上の方
定 20人(申込多数は抽選)
持 不用になった布(20cm×40cm)・筆記用具 ※適当な布がない場合は問で準備します。
申 9月18日(土)午前9時～正午に、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
問 エコプラザ西東京
☎042-421-8585 (午前9時～午後5時)
☎042-421-8586
✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶ 環境保全課
☎042-438-4042



かわうそ水泳教室 (障害者水泳教室)

毎月第4(土)(12月は第3(土))
スポーツセンター

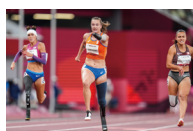
内 水慣れから始め、水中での感覚などの体感を目指します。
対 在住・在学または、市内の障害者作業所などに通所している障害のある方(高校生以上)
定 20人(申込順)
※介助者の入水も可能です。
※参加の条件などは問にお問い合わせください。
申/問 スポーツセンター
☎042-425-0505
☎042-425-0606
▶ 障害福祉課 ☎042-420-2804

～西東京市はオランダのホストタウン～ 東京2020パラリンピック大会で オランダ選手が活躍しました!

平成29年から西東京市にお越しいただき、小・中学生や市民の方々とスポーツ交流をしたり、オランダの共生社会についてお話しいただいたアスリートの方々が活躍されました。

▶ スポーツ振興課 ☎042-420-2818

- マルレーネ・ヴァン・ガンセペンケル選手が陸上200mで金メダル、陸上100mで金メダル、走幅跳で銅メダルを獲得しました(令和元年7月来日)。
- ケリー・ファン・ゾン選手が卓球シングルで金メダル、卓球団体で銀メダルを獲得しました(平成29年11月来日)。
- マリスカ・バイエル選手とボー・クラメル選手が車いすバスケットボールで金メダルを獲得しました(平成31年2月来日)。



マルレーネ選手



ケリー選手



マリスカ選手



ボー選手

「スポーツ相談」をご利用ください

東京2020大会が終わり、スポーツへの関心が高まっているかと思えます。スポーツ団体に入りたい、新たにスポーツにチャレンジしたいなど、スポーツに関する相談を受け付けます。年齢や障害の有無にかかわらずお気軽にご相談ください。

□ 相談先 西東京市体育協会(27競技団体が加盟)
☎042-425-7055
✉nishitokyotaiky@atbb.ne.jp
時 月～(金)午前9時～午後4時
※祝・毎月第1(火)を除く
▶ スポーツ振興課 ☎042-420-2818

西東京市民文化祭「PR in アスタ」

10月16日(土)から開催する西東京市民文化祭を多くの皆さんにお知らせするため、PRイベントを実施します。文化祭当日の内容が分かるチラシもご用意しています。

時 10月1日(金)～3日(日)午前10時～午後4時(最終日は正午まで)
※10月3日(日)午前11時30分から、市民文化祭ポスター公募イラスト作品の表彰式を行います。

場 アスタセンターコート
内 PR/パネル展示



※詳細は市HP・公共施設で配布のチラシをご覧ください。
▶ 文化振興課 ☎042-420-2817

西東京市女性の働き方サポート推進事業

ハンサムMamaプロジェクト

子連れで楽しく学べる講座や同じ志をもつ仲間との交流ができるプログラムを用意しています。講座に参加しながら、自分の理想の働き方の実現に向けて挑戦してみませんか?
内容の詳細・申込は専用HPをご覧ください。

西東京市 ハンサム・ママ 検索



□ 11月開催講座

内容	日時	方法・場所
創業連続講座 おうち起業家のための プランニングスクール 定 各回15人(申込順)	11月2日(火)	午前10時～正午 田無第二庁舎4階
	11月9日(火)	
	11月16日(火)	
	11月30日(火)	
創業専門講座 魅せる! 伝わる! 商品・サービス紹介の書き方 定 15人(申込順)	11月5日(金)	田無第二庁舎4階
導入講座 “働く”のある子育てライフをデザインしよう 定 5人(申込順)	11月11日(木)	午前10時～10時45分 防災・保谷保健福祉総合センター6階
就労講座 心軽やか働く母のための アンガーマネジメント 定 15人(申込順)	11月19日(金)	午前10時～正午 オンライン(Zoom)

※11月2・5・11・30日の講座は、オンライン開催になる場合があります。

申 専用HPから
▶ 産業振興課 ☎042-420-2819