

下保谷四丁目特別緑地保全地区で春のイベント

四季折々の自然を感じられる屋敷林で春の観桜会を開催します。屋敷林の自由見学や遊んで学べる楽しい企画を用意しています。桜の美しいこの時期にぜひご来場ください。

時 3月24日(日)午前10時～午後5時(受付:4時^{まで})

場 下保谷四丁目特別緑地保全地区
 ※荒天などにより中止にする場合あり
 ※当日、直接会場へ

◆イベント内容

●屋敷林で春を満喫!

野草園や屋敷林内の植生についてご案内するガイドツアーを実施します。

時 ●午前10時30分 ●午前11時30分(各回30分)

定 20人程度(各回開始15分前から敷地入口で整理券を配布)

●屋敷林の植物クイズ

屋敷林の樹木や草花に関するクイズを楽しめます。

●もりの工作室

屋敷林内にある枝などを使って、自由に工作ができます。

●母屋でほっこり休憩所

母屋の大広間と縁側を休憩スペースとして開放します。

●昔のあそび・昔の暮らし体験コーナー

昔懐かしいあそび道具や生活道具を実際に使ってみることができます。

※そのほか屋敷林の春を感じるイベントも実施予定です。

□共催 高橋家屋敷林保存会

※詳細はHPまたは☎へお問い合わせください。

☎ランドブレイン(株)

☎03-3263-9388

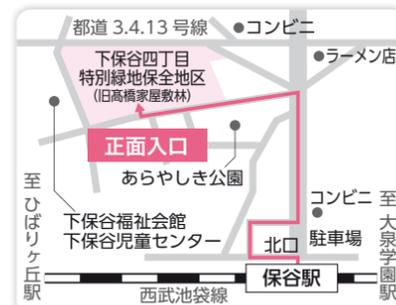
✉yashikiran@landbrains.co.jp

▶みどり公園課 ☎042-438-4045

✉kouen@city.nishitokyo.lg.jp



ランドブレイン(株) HP



※保谷駅北口から徒歩約5分

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

今から考える! 私の美家・自宅のこれからのこと 空き家セミナーと個別相談会

3月23日(土) 午後1時～3時30分
 イングビル

内/時

①セミナー:午後1時～2時15分

②個別相談会:午後2時30分～3時30分

定 ①30人 ②8組(1組30分)

申 3月22日(金)までに電話で下記へ

▶住宅課 ☎042-438-4052

オンラインパリテ講座 FIRE 父さんが子どもに贈りたい言葉 ~限りある人生、どのように生きていくべきか~

4月20日(土)

午前10時～11時30分

Zoomによるオンライン開催

自分の子どもには、親として「どの

ように生きてほしいか」をきちんと伝えたい、伝えなければいけないという気持ちを誰しも持っていると思います。

子どもにご自身の「生き方」や「知恵」、「経験」をどう伝えていくかお話しします。

対 子育て中の保護者

定 50人(申込多数は抽選)

講 寺澤伸洋さん(ビジネス書作家)

申 3月15日(金)午前9時～4月17日(水)

午後9時に、件名「パリテ講座」・住所・氏名・講座の参加名・電話番号を、市HPの申込画面またはメールで下記へ

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075



市HP



寺澤伸洋さん

総合型地域スポーツクラブ「にしはらスポーツクラブ」 令和6年度 会員・教室参加者募集

年間活動費: 大人3,600円(80歳以上半額)、幼児～中学生1,500円、ファミリー会員5,000円

※テニススクール新年度分申し込み受付中、☎へお問い合わせください。

☎・申にしはらスポーツクラブ(西

原町4-5-6西原総合教育施設内)

☎042-467-9919

FAX042-467-9921

※(月)休館

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818

教室名	日時	対象	募集人数	参加費
バドミントン	●シニア:月4回(火) 午前9時30分～11時30分	60歳以上男女	2人	会員:2,400円※
	●中級:(木)1～7クール(1クール:5回) A:午前9時～10時30分 B:午前10時40分～午後0時10分	高校生以上	各クラス25人	会員:3,000円※
	●初級:(金)1～5クール(1クール:7回) A:午前9時～10時30分 B:午前10時40分～午後0時10分	高校生以上	25人	会員:4,200円※
	●中級:月4回(土) 午後7時～8時30分	高校生以上	25人	会員:3,200円※
ヨガ	毎週(水)または(木) 午前10時～11時30分	高校生以上	20人	会員:1回700円※
フラダンス	月3～4回(金) 午後7時～8時30分	高校生以上	若干名	月2,500円
テニス(初級)	毎週(火)～(土)(A・B各2クラス) A:午前9時～10時20分 B:午前10時30分～11時50分	高校生以上	各クラス8人	各クール6～7回 会員:1,000円×回数※ 前納
テニス(中級)	毎週(土) 午後0時30分～1時50分	高校生以上	8人	
ミニバスケットボール	月4回(土) 午後3時10分～6時	小学3～6年生	20人	月2,400円
小学生バドミントン	月4回(土) A:正午～午後1時20分 B:午後1時30分～2時50分	小学3～6年生	各クラス20人	月2,400円
キッズチア	月4回(日) 午前9時～午後0時20分 3クラス	4歳児～中学生	10人	月3,000円
空手(初心者)	月4回(水) 午後3時30分～5時	幼児～小学6年生	10人	月2,400円
ポッチャ	第2・4(木) 午後1時～2時30分	高校生以上	若干名	会員:1回200円※
グラウンドゴルフ	第1・3(木)、第2・4(水) 午後0時30分～3時	高校生以上	30人	会員:1回200円※
ターゲットバードゴルフ	第2・4(火)(金) 午後0時30分～3時	高校生以上	20人	
健康麻雀	第2・4(金) 午後1時～4時	高校生以上	16人	会員:1回300円※

※非会員でも参加可能。詳しくは☎までお問い合わせください。

トレーニングマシンで健康増進! ~すでに利用の方も4月以降の継続利用には更新が必要です~

指導員も配置しているので初めての方でも安心してご利用できます。

※必ず事前にご申請ください。

□期間 4月～令和7年3月

時/場 下記参照

会場	実施曜日
住吉老人福祉センター	(火)・(金)午前、(木)午後
下保谷福祉会館	(月)午前・(木)午後
老人福祉センター	(水)午後・(金)午後
新町福祉会館	(月)午後・(水)午前

※午前:午前9時30分～午後0時30分
 午後:1時～4時

☎トレーニングマシンを使用した筋力・柔軟性の維持・改善のセルフトレーニング

☎在住の満60歳以上で、介護保険の要介護認定を受けておらず心身ともにトレーニングの実施に支障がない方

☎住吉老人福祉センター、下保谷福祉会館、新町福祉会館、老人福祉センターのいずれかの会場で申請書を記入

※利用の可否については後日通知

▶高齢者支援課 ☎

042-420-2812

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。