

動いて楽しむ



パラリンピック競技を体験

ENJOYニュースポーツで ボッチャにチャレンジしてみませんか?

ボッチャって

ヨーロッパ生まれのパラリンピック正式種目。年齢・性別・障害のあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツです。障害によりボールを投げることができなくても、ランプ(勾配具)を使い、自分の意思をランプオペレーターに伝えることで試合に参加できます。

ENJOYニュースポーツでは、誰でもすぐに楽しめるボッチャやモルックなどを実施しています。初級パラスポーツ指導員の資格を持ったスポーツ推進委員がいるので、初めての方や障害のある方の参加も安心。誰でも参加できるので、一度体験してみませんか?

時 7月28日(日)午前9時30分~11時30分(受付:9時20分から)
場 スポーツセンター ※当日、直接会場へ
対 在住・在勤で小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
持 室内用運動靴・運動ができる服装・タオル・飲み物など



プロから学んでスキルアップ

元日本代表ヘッドコーチによる バスケットボールクリニック

日時/対象

- 8/24(土) 午前9時30分~正午/小学校1~3年生
午後1時30分~4時/小学校4~6年生
- 8/25(日) 午前9時30分~正午/中学生女子
午後1時30分~4時/中学生男子

場所

総合体育館

バスケットボール3×3日本代表チームリーダーの倉石平さん(現早稲田大学バスケットボール部総監督)から、バスケットボールの基本的なテクニックや1対1でのテクニックなどを学びます。

対 在住・在学 定 各回80人 申 7月20日(土)午前9時から 問 へ電話または窓口へ ※申込順

場 総合体育館 電 042-467-3411

▶ スポーツ振興課 電 042-420-2818



倉石平さん

何から始めたらいいか悩んだら スポーツ相談窓口

気軽にいつでも、スポーツに関する相談ができます。市内でスポーツや運動ができる場所・サークルの紹介。体の悩み解決に向けて 医療・柔道整復・鍼灸などの情報提供など。窓口での直接相談・メール・LINEなどが選べます。ぜひ活用ください。

相談窓口

場・問 南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」2階 電 042-452-7155

時 平日午前9時~午後4時 ※第1(火)は休館 ※事前予約で休日や夜間の相談も可能

LINE



メール



チャレンジしたくなったら

西東京市総合体育大会

西東京市体育協会加盟団体のうち25団体が参加する大会です。市内のチームまたは個人が日頃の練習の成果を発揮するべく、各競技に臨みます。当日見学可能な競技もあります。ぜひ見に行きませんか!

競技申込はお早めに!



体育協会 印

問 NPO法人西東京市体育協会 電 042-452-7155 (平日午前9時~午後4時 ※第1(火)を除く)

▶ スポーツ振興課 電 042-420-2818

競技種目	日程	場所	問い合わせ先	
バレーボール	8月18日(日)一般の部	スポーツセンター	望月 電 090-2205-7703	
	9月1日(日)家庭婦人の部			
卓球	9月8日(日)		片田 電 090-8585-3521	
剣道 *1	9月15日(日)		阿部 電 042-466-9738	
少林寺拳法 *1	9月23日(休)		岡村 電 042-422-1215	
水泳 *1	9月29日(日)		安田 電 090-1691-0586	
ラジオ体操会 *1 *2	10月2日(休)		久保 電 042-423-3684	
太極拳 *1 *2	10月13日(日)		所山 電 080-1204-1770 弓田 電 090-2721-6177	
バドミントン	9月1日(日)中学生男子・女子の部		総合体育館	和田 電 090-8346-6709
	9月22日(祝)小学生男子・女子の部			
	10月6日(日)高校一般男子・女子の部			
空手道 *1	10月20日(日)	濱田 電 042-459-0823		
バスケットボール *1	10月27日(日)~	瓜生 電 080-5064-4908		
ソフトテニス *1	9月1日(日) ※予備日:9月8日(日)	ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」	瀧島 電 090-9807-6762	
ターゲットパードゴルフ	9月19日(休) ※予備日:9月26日(休)			
			樋口 電 042-393-3047 宮崎 電 090-2209-9291	

競技種目	日程	場所	問い合わせ先
社交ダンス *1 *2	9月15日(日)	南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」	木島 電 042-421-2774
なぎなた *1	10月13日(日)		鈴木 電 090-7211-4059
剣道 *1	10月20日(日)		剣道協会 電 042-421-7075
柔道 *1	11月10日(日)		山本 電 090-8706-4844
ダンススポーツ *1	12月8日(日)		服部 電 090-2200-7580
軟式野球 *1	8月25日(日)~		向台運動場、ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」他
サッカー *1	8月18日(日)~	向台運動場、ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」他	棚橋 電 090-8818-5688
硬式テニス *1	9月1日(日) ※予備日:9月15日(日) 9月15日(日) ※予備日:9月29日(日)・10月13日(日)	小金井公園テニスコート ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」	尾谷 電 090-9973-9128
アーチェリー *1 *2	11月17日(日)	武道場	渡辺 電 042-347-5731 妹尾 電 042-421-1291
弓道 *1	10月5日(出)	小金井公園弓道場	岡本 電 070-6515-5325
ソフトボール *1	9月1日(日)~男子・女子・実年シニア	向台運動場 市民公園グラウンド	切通 電 080-5549-2953 中井川 電 090-2140-1042
ティーボール *1 *2	10月20日(日) ※予備日:10月27日(日)	向台運動場	山田 電 090-6945-2650
陸上競技	8月25日(日) ※雨天決行	武蔵野陸上競技場	片白 電 0422-37-5011

*1 当日見学可能 *2 当日参加可能

*1 または *2 を希望される方は、事前に問い合わせ先へご確認ください。

西東京市の人口と世帯 20万6,119人(↓ 9)
総人口 住民登録:令和6年7月1日現在

人口/20万6,119人(↓ 9) (5,855人) 男/10万82人 (↑ 4) (3,097人)
世帯/10万2,827 (↑ 39) (3,577) 女/10万6,037人(↓ 13) (2,758人)
※()は先月比 ()は外国人住民



リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

