

わくわく

催し

私の好きが「多摩」にある
多摩の魅力をめぐるデジタル
deスタンプラリー

8月1日(木)～10月31日(木)

多摩全域をフィールドに、さまざまなおすすめスポットを巡るスタンプラリーを実施します。歴史や文化、自然、体験、映えスポット、グルメなど、おすすめスポットを7つの魅力別に紹介！全員もらえる参加賞、さらにスタンプを集めると豪華な商品が抽選で当たります。知れば知るほど好きになる多摩地域の魅力と出会ってみませんか。

※市内スタンプスポット(ゆパウザひばり・下野谷遺跡・だいちcafé)
問●多摩の魅力発信プロジェクト事務局
☎080-4586-0036
▶企画政策課 ☎042-460-9800
特設HP

都民体育大会(春季大会)の結果

都民体育大会は、都内市区町村の対抗戦で行われる歴史のあるスポーツ大会です。今年の春季大会において、西東京市は次の成果を収めました。

□結果 ●正式競技:ソフトボール女子2位、テニス女子3位、サッカー男子ベスト8、バドミントン女子ベスト8
●公開競技:ローラースケート男子7位
□総合 男子39位、女子20位

問NPO法人西東京市体育協会 ☎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 ☎042-420-2818



体育協会HP

市民協働企画提案事業(U29チャレンジ部門)
藍染め&きりたんぽづくり体験8月17日(土) 午後1時～4時
消費者センター分館

地域の伝統や食文化を体験できるワークショップを開催します。徳島県の藍染め体験、秋田県のきりたんぽ作りを通して、それぞれの地域の魅力を学び、日本文化の素晴らしさを再発見してみましょう。

対 小学1～4年生と保護者 定 8組
申 8月10日(土)までに申込フォームから
□主催 FUTATABI
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821
申込フォーム

しゃきしゃき体操パート1講座

8月20日(火) 午前10時～11時30分
防災・保谷保健福祉総合センター3階

初心者大歓迎!足の筋力やバランス能力を向上させましょう。

対 在住で、立位で体操ができる方 定 15人(申込順) 申 前日までに電話
※10人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。

▶健康課 保 ☎042-438-4037

女性のための腹筋・ヒップアップ
トレーニング【保育あり】8月22日(木) 午前10時～11時
防災・保谷保健福祉総合センター3階

対 在住で18～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 定 10人(申込順) 申 8月19日(月)までに、電話・メールで件名「腹筋・ヒップアップ」・希望日・氏名・生年月日・住所・電話番号・保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・生年月日・住所)を下記へ

▶健康課 保 ☎042-438-4037
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

牛乳パックの有効活用講座
～スツール作りに挑戦しよう～8月25日(日) 午前10時～午後0時30分
エコプラザ西東京

リサイクルに出す前に、牛乳パックの特性を生かした便利グッズ(スツール)作り講座を開催します。

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 8人(申込順) 持 牛乳パック1人5本(洗って乾燥させて切り開かないもの)・飲み物・筆記用具・作品持ち帰り用袋(約30cm×約20cm円柱形が入るもの) 申 8月4日(日)午前11時～13日(火)午後5時に、電話で講座名・

氏名・年齢・住所・電話番号を問へ
問 エコプラザ西東京
☎042-421-8585
▶環境保全課 ☎042-438-4042

事業承継個別相談会

8月28日(水)
●午後1時30分 ●3時(各回完全予約制)
田無第二庁舎5階

国が運営している「東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター」の専門相談員が事業承継に関するアドバイスをを行います。

対 事業承継・引継ぎについてお考えの中小企業経営者、市内で事業を引き継いで創業を検討している方 申 8月21日(水)までに、電話または市HP内のチラシ兼申込書に明記し、ファクスで下記へ

▶産業振興課 ☎042-420-2819
FAX 042-420-2893



市HP

自転車のかごカバーを作ろう！

8月31日(土) 午前10時～午後4時
※事前説明会は8月24日(土)午前10時・午後1時から(各回1時間程度)
エコプラザ西東京

対 在住・在勤・在学の18歳以上でミシンが使える方、事前説明会と講座の両方に参加できる方 定 10人(申込順) 持 華工房(エコプラザ西東京登録団体) 持 傘(8枚の傘布の傘を2本)・裁縫道具・チャコペン・まち針・定規(30cm)・ハサミ・ゴム通し・筆記用具・昼食 ※ビニール傘は不可
申 8月5日(月)午前11時～22日(木)午後5時までに問へ電話 問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585

✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境保全課 ☎042-438-4042

ケアラズスクール

□全3日間コース
●9月4日(水) ●11日(水)
●18日(水) 午後2時～4時
SOMPOケア「そんぽの家ひばりが丘」(西原町5-3-12)

突然訪れる介護、今のうちから学んでおきませんか？

対 在住で家族介護に不安を持つ方 定 25人(申込順) 申 8月1日(木)～31日(土)午前9時～午後5時に、電話また

は申込フォームから 問 ケアラーズスクール事務局 ☎0570-086-070

▶高齢者支援課 ☎042-420-2815



申込フォーム

知っておきたい！省エネ住宅
～新築・リフォームのポイント～9月8日(日) 午後1時30分～3時30分
エコプラザ西東京

快適に過ごせて経済的な省エネ住宅。新築・リフォーム時の省エネ化技術・要点などを住宅設計の専門家が分かりやすくご紹介します。新築・改築を検討されている方、必見の講座です。

対 在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 20人(申込順) 講 池田浩和さん(一級建築士) 持 筆記用具・飲み物 申 8月6日(火)午前11時～9月6日(金)午後5時に、電話・ファクス・メールで講座名・氏名・年齢・住所・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)・FAX 042-421-8586
✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

西東京市民まつり出演者募集

□パレード

11月10日(日) 午前10時30分～11時30分
谷戸小学校北門～会場(西東京いこいの森公園)本部付近 ※1団体原則30人まで(人数超過の場合は要事前相談)

□野外演芸

●11月9日(土) 午前10時～午後4時
●11月10日(日) 午前9時～午後3時30分
①野外特設ステージ
②パフォーマンス・ストリート

対 主に市内で活動する在住・在勤・在学の個人・団体 費 ①1団体につき4,000円 ②1団体につき2,000円 申 8月21日(木)までに、申込フォームから ※申込フォーム・各実施要領は市HPへ ※野外演芸は応募状況により、希望日時に沿えない場合あり

▶文化振興課 ☎042-420-2817
FAX 042-420-2893
✉bunka@city.nishitokyo.lg.jp



市HP

少年野球大会参加チーム募集

申込期限 8/8(木)(消印有効)

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込が必要です。

申 8月8日(木)(消印有効)までに、所定の申込書を問に郵送・ファクス・メールまたは直接持参。日時・会場・申込方法など詳細は問へ

□代表者会議・組み合わせ抽選会
時 8月17日(土)午後5時
場 田無庁舎2階
問 NPO法人西東京市体育協会
☎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 ☎042-420-2818



体育協会HP

野菜たっぷり食育講座

日時 9/18(水) 午前10時～午後1時

場所 田無総合福祉センター

家庭でも作れる簡単おいしい韓国料理を作ります(講話と調理実習)。

対 在住の方 定 16人(申込多数は抽選)
申 8月15日(木)(消印有効)までに、はがきで件名「野菜たっぷり食育

講座」・住所・氏名・生年月日・電話番号を、〒202-8555市役所健康課 野菜たっぷり食育講座担当またはメールで下記へ
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp
▶健康課 保 ☎042-438-4037



「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)

①午後0時45分～1時(月)～(日) ②午後8時～8時15分(月)～(金)

音声版「声の広報」も作成しています

「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞かせになれます。
詳細は、谷戸図書館 ☎042-421-4545へお問い合わせください。

公式

LINE



そのほか

公式SNS



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。

