

このまちの「好き」を集めています！

最短 1 分

市では現在、市のプロモーション用の冊子を制作しています。発行にあたり、皆さんが思う西東京市の「ここが好き」や推しのスポットなどを募集していますので、アンケートにご協力ください。

▶広報プロモーション課 ☎ 042-460-9804 回答フォーム



回答フォーム

ほくっとまつり ―ゆる〜く つなごうー

11/23(祝)

午前10時～
午後2時30分

場 文理台公園



北東部地域協力ネットワーク(ほくっとネット)が地域を元気にするイベントを開催します。今年は「ゆる〜く つなごう」をテーマに、地元野菜を使った豚汁・スタンプラリー・ウルトラクイズなど、食べて、遊んで、楽しみながら地域とつながるイベントです。近隣の団体によるワークショップ・消防コーナー・キッチンカーもあります。



▶協働コミュニティ課 ☎ 042-420-2821

動画で学ぼう！

今日からできる健康づくり

健康課の保健師・理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士が、毎日の健康づくりに役立つ動画を作りました！

食事や運動など、今日から暮ら

しに取り入れられる健康づくりのポイントを分かりやすく紹介しています。

▶健康課 ☎ 042-439-3526



市HP



総合型地域スポーツクラブ

「ココスポ東伏見」会員・教室

参加者募集

□年会費会員 ●4,000円(幼児～中学生：2,000円) ●家族5,300円(5人まで ※1人増すごとに+1,200円) ●障がい者1,300円(障がい者スポーツのみ参加の場合) ※詳細は☎へ

☎親子リトミック・キッズベリーダンス・ヒップホップダンス・ヨガ・健康体操・障がい者スポーツ・バドミントン・バスケットボール・スポンジテニス・ピラティス・パントマイム・食育講座・フラダンス・ケイキフラ・バランスコーディネーションなど

□KKバスケット(小学4年生から経験者のみ)クラス制で実施中！

☎・☎ココスポ東伏見 ☎042-452-3446 ※(月)・年末年始休館(月が祝の場合は翌日休館)

▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



☎のHP



スポーツ相談窓口をご利用ください

年齢や障害の有無に関わらず、スポーツ・健康づくりのきっかけをお手伝いします。

▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



LINE

西東京市リレマラソン2027

～走ろう！家族と 走ろう！仲間と～

令和 9 年 2 / 11 (祝)

※積雪、路面凍結の場合は中止

場 都立東伏見公園

□コース 公園内園路約0.7kmを30周(約21km)

□参加資格 1人で1周約0.7kmを完走できる小学生以上の健康な方

□種目 ①一般の部：年齢制限なし ②中学生以下の部：全員が中学生以下 ※制限時間：2時間30分 ※1チーム5人以上10人以内で構成(障害者の伴走者を除く)

□募集チーム数 ①70チーム ②30チーム ※申込多数は抽選

□参加費 ①全員が在住・在勤・在学のチーム：1万円 ※左記以外のチーム：1万5,000円 ②全員が在住・在学で構成されるチーム：5,000円 ※左記以外のチー

ム：6,000円 ※①②の部それぞれ第3位までを表彰

☎大会要項を必ずご覧のうえ、お申し込みください。11月5日(木)～12月11日(金)(必着)に、申込書を☎へメールまたは持参 ※申込書は市HP・☎の窓口・スポーツ振興課・旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター・総合体育館・きらっとで配布

☎(NPO)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)

☎2026w.tokyo@gmail.com

▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



☎のHP



多摩六都科学館 ナビ

勤労感謝の日 特別投影

熟睡プラ寝たリウム

11/23(祝)

午後5時10分～5時55分

忙しい毎日を送る皆さん、プラネタリウムでひと休みしませんか？星空のもと、癒やしのひとときをお届けします。投影終了後には、熟睡または完徹証明書をプレゼント。

☎どなたでも(小学2年生以下の方がプラネタリウム・大型映像を観覧する際、安全上の理由により、保護者と一緒に観覧をお願いしています) ☎220人(先着) ¥観覧付入館券(展示室+プラネタリウム1回)：1,040円(4歳～高校生420円) ☎当日開館時からイ

ンフォメーションで観覧券を販売

□協力 日本プラ寝たリウム学会

場・☎多摩六都科学館 ☎042-469-6100

