

# 催し・講座

## ◆西東京市まちの子育成事業

～和太鼓を楽しむ会～

「西東京市まちの子育成事業」として、和太鼓を楽しむ会を開催します。勇壮な和太鼓の音を楽しみませんか。ご家族そろってお出かけください。

▷とき 10月20日(土)開演...午後2時30分(開場...午後2時15分)

▷ところ 栄小学校体育館

▷演奏 保谷和太鼓会

▷持ち物 上履き、下足袋

▷参加費 無料

徒歩で来場してください

栄小学校地区運営委員会(橋本 23-8560) 社会教育課(保谷庁舎 内線2711)

## ◆高齢者のための歩け歩け会

～初秋の奥武蔵の古刹

「子ノ権現」を訪ねるコース～西武秩父線吾野駅を出発し、法光寺・東郷公園・滝不動と進み、標高640mの山頂子ノ権現からは奥多摩の山々が一望できます。

下りは、子ノ権現から西吾野駅を目指す、健脚向けコースです。

▷とき 10月25日(木)雨天中止

▷距離 全行程約9キロ、4時間程度

▷集合 午前9時。西武秩父線吾野駅

▷解散 午後2時30分ごろを予定 西武秩父線西吾野駅

▷対象 市内在住の60歳以上の方

▷定員 50人(申込順)  
▷持ち物 昼食・水筒・敷物・健康保険証等  
▷申込 10月15日(月)～19日(金)に、お近くの福祉会館または田無庁舎1階高齢福祉課に直接お申し込みください。

高血圧の方・心臓に疾患のある方は、主治医にご相談のうえ、お申し込みください。

高齢福祉課高齢者係(保谷庁舎 内線2335)

## ◆第22回歩け歩け会

～完歩めざしてみんな仲よく～ 武蔵野の自然が色づく季節の中、恒例となった「歩け歩け会」。



21世紀最初のウォークラリーを自分の足で踏み出してみませんか。どなたでも参加できます。

▷とき 10月27日(土)(雨天の場合、28日(日)に延期)

▷コース 保谷庁舎～多摩湖自転車道～多摩湖

▷距離 全行程約16キロ

▷集合・受付時間 市役所保谷庁舎前(スポーツセンター側)

午前8時～8時20分

保谷第二小学校

午前8時45分～9時5分

向台小学校

午前8時45分～9時5分

▷解散 午後3時。多摩湖

▷対象 青少年を中心に、市内在住、在勤、在学の方(小学校3年生以下は、付き添いの方と一緒に参加してください)。

▷参加費 100円(高校生および18歳未満は無料)

▷持ち物 昼食、水筒、おやつ、雨具、敷物、帰りの電車賃

▷申込 市役所両庁舎の子育て支援課にある所定の申込書に記入のうえ、当日任意の集合場所に持参してください。

▷主催 西東京市保谷青少年育成協議会

▷後援 西東京市、西東京市教育委員会

▷協力 西東京市交通安全協会 実行委員会事務局(川合 23-5158) 子育て支援課(田無庁舎 内線1521、1522)

## ◆体力づくり教室

～楽しくウオーク～

武蔵横手駅方面から高麗駅方面へ、五常の滝、聖天院、巾着田を回るコースを予定しています。

▷とき 11月23日(祝)

▷ところ 高麗の山里

▷距離 全行程約12キロ、4時間程度

▷集合 田無駅北口ペDESTリアンデッキ。午前9時出発予定

▷対象 市内在住・在勤の方

▷定員 70人程度(申込順)

▷参加費 保険料30円(当日集合時に徴収、交通費は各自負担)

▷持ち物 ザック・雨具・昼食・飲み物・着替え・筆記用具等

▷申込 10月25日(木)午前9時～11月7日(水)午後5時に保谷庁舎4階社会教育課スポ・ツ振興係へ(電話可)。

社会教育課スポ・ツ振興係(保谷庁舎 内線2714、2715)

## ◆野外活動講座(登山)

～日本百名山 都内最高峰

「雲取山」にアタック!～

雲取山は、森林美と渓谷美の奥秩父にある日本百名山の一つです。

講義「安全で楽しく登山を行うには」▷とき 11月10日(土)午後6時30分～8時30分

▷ところ スポーツセンター会議室 実技▷とき 11月17日(土)～18日(日)1泊2日

▷コース 三峰神社～雲取山～鴨沢

▷宿泊 雲取山荘

▷費用 参加費3,000円(保険代含む)と宿泊費・交通費12,000円

▷対象 の講座に出席できる18歳以上の登山可能な方

▷定員 15人(応募者多数の場合は抽選)

▷申込 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・登山歴を明記し、〒202-8555中町1～5～1スポーツセンターまで。10月31日(水)必着

スポーツセンター( 25 0505)

## ◆初心者アーチェリー教室

自然の高原や山林に的を設置し、矢を放ち、合計で勝負します。

▷とき 10月26日(金)、11月2日(金)・9日(金)午後6時30分～8時30分

▷ところ 武道場 多目的ホール(地下1階)

▷対象・定員 小学校5年生以上の子どもと保護者。16人(申込順)

▷参加費 1組1,000円

▷申込 スポーツセンターにある所定の申込用紙に記入のうえ、窓口にお出してください。

スポーツセンター( 25 0505)

# 文化・スポーツ情報

(財)西東京市文化・スポーツ振興財団

ホームページ <http://komorebi.west-tokyo.co.jp/>

## 文化情報

～保谷こもれびホール～

問合せ 〒202-8555西東京市中町1-5-1

☎0424-21-1919 0424-38-7676

公演日	公演名	前売り・料金等	開演	場所
11/10(土)	デュークエイセスコンサート 特別企画「デュークエイセスとステージで歌おう」	3,500円 全席指定	18:00	メインホール
11/17(土)	こもれび市民名画展「初恋のきた道」	大人800円 学生・シニア400円	18:30	メインホール
11/23(金)	結城座古典公演 江戸系あやつり人形芝居「伽羅先代萩」(解説付き)	S席3,000円 A席2,500円 小中学生2,000円 全席指定	15:00	メインホール
12/14(金)	THE PURE ライブ公演	2,500円 全席自由	18:30	小ホール
1/13(日)	東京都交響楽団新春コンサート 指揮...梅田俊明、ヴァイオリン...川田知子	大人3,500円 学生・シニア2,500円 全席指定	14:00	メインホール
1/26(土)	新春初春笑いこもれび寄席 春風亭昇太ほか(10/12前売り開始)	大人2,000円 中学生以下1,000円 全席自由	14:00	小ホール
2/9(土)	小椋佳 歌談の会(11/9前売り開始)	4,000円 全席指定	18:00	メインホール
2/22(金)	国際音楽祭 出演:吉野直子、ウォルフガング・シュルツ、町田琴和ほか(11/12前売り開始)	大人3,000円 学生・シニア2,000円 全席指定	14:00	メインホール



## 2001年音楽鑑賞講座

「歌曲」の世界に焦点を当てて、幅広い角度からその魅力に迫ります。ゲストによる演奏、CDでの鑑賞もあります。ぜひご参加ください。

10月17日(水) ドイツ・リートのみ (加賀清孝)

11月7日(水) フランスの歌曲 (金原礼子)

11月14日(水) それ以外の国々の歌曲 (岸本力)

とき 19:00～21:00

ところ こもれびホール 小ホール(全席自由)

講師 寺西春雄(桐朋学園大学音楽学部名誉教授) 受講料 1回券1,000円

こもれびホール窓口でチケットをご購入ください

## 10月のランチタイムコンサート

とき 10月18日(木)12:15～12:45

ところ こもれびホール エントランス

出演 フルート...伊藤栄子、ハープ...井上久美子

## スポーツ情報

～西東京市スポーツセンター～

問合せ 〒202-8555西東京市中町1-5-1

☎0424-25-0505 0424-25-0606

### 体操教室

▷対象 18歳以上の方

▷定員 各教室定員あり。定員を超えた場合は抽選。

▷参加費 1回250円

▷持ち物 底の厚い室内用運動靴、タオル、水筒、登録証(登録証のない方は、登録証を作ります。身分証明書をお持ちください。)

▷お願い お子さん連れでの教室参加は、ご遠慮ください。

### 一般開放

▷利用料金 大人200円、子ども50円

▷持ち物 室内用運動靴

教室名	会場	時間	教室の内容
健康体操教室	武道場	毎週月曜日50人 受付8:45～9:10 開催9:10～10:10	ストレッチや簡単な全身運動
のびのびエアロビクス教室	第1体育室	毎週月曜日 100人 受付8:45～9:00 開催9:10～10:25	基本的なステップと多少ジャンプの入ったステップ
		毎週金曜日 80人 受付8:45～9:00 開催9:10～10:25	下肢への負担が少ないステップを中心に
		毎週金曜日 80人 受付10:00～10:20 開催10:30～11:45	ジャンプなど多彩なステップをテンポよく
いきいき体操教室(中高年向き)		毎週木曜日 80人 受付13:00～13:30 開催13:30～14:45	オリジナルのリラックス体操や用具を使った体操など

曜日	時間	内容
日曜日	12:15～14:45	バドミントン、卓球
水曜日	15:15～17:45	バスケット、バレーボール(第1・3水曜日のみ)
金曜日	18:15～20:45	バスケット2面
土曜日	9:15～11:45	バスケット1面(第2土曜日のみ)
	15:15～17:45	バドミントン、卓球

開放中止日: 10/21(日)・24日(水)・28日(日) 11/3(日)・4(日)・14日(水)