

催し

第5回消費生活展

今年のテーマは「みんなでつくる 暮らしの安全・安心」。実習・試食、講習会の参加者を募集します。

とき・内容・定員・材料費
手作り豆腐実習...10月21日(金) 午後1時～3時30分・20人・200円
手作りおやつ実習 22日(土) 午前10時～正午・20人・100円
クラフトバッグ講習 22日(土) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分・午前の部5人、午後の部10人・300円

ところ 消費者センター
託児(とのみ)満1歳以上、各5人まで(事前申込が必要)
申込 電話等で10月17日(月)までに消費者センター(☎25-4141)へ

記念講演

テーマ 「飽食時代の粗食のすすめ」

とき・ところ 10月16日(日) 午後2時～4時・田無庁舎2階
講師 幕内秀夫さん

託児受付 満1歳以上、5人まで。10月14日(金)までに消費者センター(☎25-4141)へ

西東京市・第4回西東京市消費生活展実行委員会(☎25-4141)

自然観察会

～豊かな雑木林とのふれあい～
今回は八王子市の北、駅前の賑わいと一転して、深い森を思わせるような園内を講師の説明を聞きながら歩く予定です。

とき 10月27日(木) 保谷庁舎 午前7時30分集合・7時45分出発 東京あぐり田無支店前午前8時集合8時15分出発(小雨決行)東京あぐり田無支店経由で午後4時ごろ保谷庁舎に到着予定(今回は市のバスを使用)

ところ 都立小宮公園
対象 18歳以上の市内在住、在勤者
定員 35人

応募方法 往復はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号・集合場所(保谷庁舎・東京あぐり前)を明記し、10月11日(火)(必着)までに〒202-8555西東京市役所保谷庁舎公園緑地課「自然観察会参加希望」係へ郵送(1枚の往復

はがきに2人まで記入可、定員を超えた場合は抽選)
後日、結果および詳細を通知します。

公園緑地課(☎☎内線2431)

市民植樹参加者募集

西東京いこいの森公園の雑木林は、市民参加により武蔵野の雑木林として育てることを目指しています。市民の方とともにクヌギ・コナラなどの苗木を植樹します。

とき 11月3日(文化の日) 午後1時から

ところ 西東京いこいの森公園・雑木林ゾーン

対象 市内に在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴)

定員 180人

申込 往復はがきに住所・氏名・参加人数・電話番号・「市民植樹参加希望」と記入し、10月20日(木)(必着)までに〒202-8555西東京市役所保谷庁舎公園緑地課へ郵送してください(応募多数の場合は、抽選)
後日、結果および詳細を通知します。

公園緑地課(☎☎内線2432)

老人福祉センター教養講座「音楽の旅」

～ピアノとヴァイオリンが一緒にします～

講師のヴァイオリニストと一緒に参加者全員で合唱をする講座です。音符は読めなくても大丈夫です。カスタネット、タンバリンなどを使う場合もあります。

とき 11月11日～平成18年3月24日の第2・4金曜日・午後2時～3時30分

ところ 老人福祉センター(田無町5-5-12田無総合福祉センター3階)

対象 市内在住の満60歳以上の方

定員 30人(定員を超えた場合は初めての方を優先し、抽選。抽選結果は10月21日(金)からセンター内に掲示)

講師 佐方恵利子さん(ヴァイオリニスト)

申込 10月3日(月)～14日(金)(土日曜日・祝日を除く)に老人福祉センター窓口へ直接(電話不可)「福祉会館・老人福祉センター利用証」をご持参ください。お持ちでない方は、生年月日・住所・氏名を確認できる健康保険証などを持参ください。

問合せ 老人福祉センター(☎

66-1680)
高齢福祉課(☎☎内線2335)

第5回西東京市高齢者福祉大会

とき 10月17日(月) 午前10時～午後5時

ところ 保谷こもれびホール

対象 市内在住の60歳以上の方

内容 第一部 公演「心に残る唄」...澤田理絵さん(ソプラノ) 相良おり絵さん(ヴァイオリン) みながわちかこさん(作曲・編曲・ピアノ) 第二部 演芸(西東京市老人クラブ連合会)

申込 当日直接会場へ

高齢福祉課(☎☎内線2335)

ショートエアロビクス教室

簡単なエアロビクスに挑戦して

みませんか?

とき 10月11日、11月8日・29日・12月13日、1月10日・31日、2月14日、3月14日 各火曜日 いずれも午前10時～11時

ところ 総合体育館

定員 各日15人(申込順)

対象 市内在住の高校生以上で健康な方

費用 施設使用料1回250円

持ち物 運動のできる服装、体育館履き、筆記用具、タオル等

初参加者の方は9時50分までに来館してください。

申込 各開催前日までに電話または総合体育館で受付

問合せ 総合体育館(☎67-3411)

スポーツ振興課(☎☎内線2714)

西東京市民の大運動会



第5回

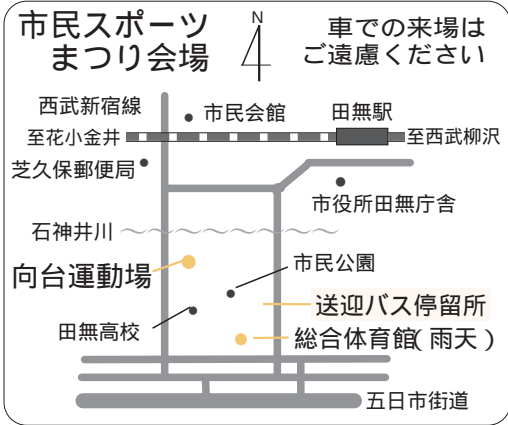
市民スポーツまつり

市民の方ならどなたでも参加できます。参加賞も多数用意!

◀昨年の市民スポーツまつり(向台運動場)

とき 10月10日(体育の日) 午前9時30分～午後4時
ところ 向台運動場・市民公園グラウンド(向台町五丁目)
田無駅から徒歩約20分
交通機関 当日運行する市民送迎バスを利用ください。
ルート 保谷庁舎→田無庁舎→向台運動場(会場)。このルートにバスが往復
運行時刻:午前8時～午後5時(保谷庁舎発 毎時0分→田無庁舎着20分→会場着25分。会場発30分→田無庁舎着35分→保谷庁舎着55分)
当日の催し
競技 パン食い競争、障害物競走、宝さがし(幼児対象)、500メートルリレー(小学生の部、中学生の部、一般の部)、玉入れ(小学生)、大縄跳び、レイ送りリレー、風船はさみリレー、大綱引き(小学生の部、一般

の部)、500メートル決勝チャレンジコーナー 記録にチャレンジするコーナーです。握力、縄跳び、フライング、ストラックアウト、お楽しみ抽選タイム プログラムの抽選番号による大抽選会
フリーマーケット(100店) イベントコーナー 井口選
手(ホワイトソックス) スケッチコーナー、西東京音頭、保谷和太鼓の会演奏、練功十八法、よさこいソラン踊り、キックターゲット
模擬店コーナー 焼きそば、とん汁、団子、おにぎりほか
申込 当日、直接会場で受け付け。お楽しみ抽選券付きのプログラムを配布(競



技者以外の方にも配布)事前にプログラムをお持ちの方には、抽選番号を押します。雨天の場合は、隣接の総合体育館で行います(催しもの一部に変更あり)。スポーツ振興課(☎☎内線2714)、市民スポーツまつり実行委員会事務局・雲野(☎23-0637)

総合型地域スポーツクラブ「にしはらスポーツクラブ」教室・クラブ会員募集

教室名	対象	定員	日時	参加費	講師
フラダンス	小学生以上	20人	10/21、11/4・18、12/2・16 午後7時～8時30分 全5回	1,500円	宮内 田村眞理子 高濱美沙子 理充 谷戸美代子 村上博美 坪内文江
中国健康体操	中高年	30人	10/13・20・27、11/10・17・24、12/1・8・15 午前10時～11時30分 全9回	2,700円	
ソフトバレーボール	小学校5年生以上	20人	10/19、11/2・16・30、12/7・21 午後6時30分～8時30分 全6回	1,800円	
タオル体操	18歳以上	30人	10/20・27、11/10・17、12/1 午後3時15分～4時30分 全5回	1,500円	
エアロビクス	一般	30人	10/21・28、11/4・11・18・25 午前10時～11時30分 全6回	1,800円	
体力維持・向上トレーニング教室	45歳以上～60歳(申込書に医師の診断書添付)	30人	10/18・25、11/1・8・15・22・29、12/6・13 午前9時～10時30分 全9回	2,700円	
会員募集 小学生バドミントンクラブ(きっこう)	小学校4年生～6年生	30人	10月～平成18年3月 毎週土曜日午前9時30分～11時30分	月額1,000円	にしはらスポーツクラブ指導員

・ については、20人に満たない場合は、中止です。

10月～12月

西原総合教育施設内スポーツ振興施設(にしはらスポーツクラブ)へ直接電話またはファクスで申込書の請求をしてください。クラブから申込書を送付しますので、必要事項を記載して郵送またはファクスでお申し込みください。各教室とも定員になり次第締め切らせていただきます。参加費については、各教室の初回参加時にお支払いください。

申込先 西東京市西原町4-5-6 西原総合教育施設内スポーツ振興施設(にしはらスポーツクラブ) ☎67-9919 ☎67-9921

スポーツ振興課(☎☎内線2715)