

みどりの散策路めぐり

7/28

午前10時～正午
集合・解散 東伏見駅南口
現地集合・当日受付

7月は、「遺跡と水コース」(2.6km)を開催します。

雨天の場合は中止

□コース 東伏見駅南口→氷川神社→下野谷遺跡公園→東伏見稲荷神社→武蔵関公園→東伏見駅南口

□持ち物 水筒、雨具

みどり公園課 保 (☎438 - 4045)

「遊びのリーダー」体験塾
(秘密基地を作ろう)塾生募集

8/7~9

午前10時～正午
ひばりが丘児童館 館庭
全て参加できる方

児童館を拠点とした地域の青少年のリーダーとしての知識と技術を持ち、活動できる力を備えた人材を育成するための塾を開校します。

☎市内在住・在学の小学生高学年・中学・高校・大学生

で本体験塾終了後にボランティア活動希望する方・40人

E-mail :

jidou@cit

y.nishitok

yo.lg.jp

☎7月31日(火)まで

に、電話もしくは

メールで、住所・氏名・

年齢・連絡先をご連絡くださ

い。

児童青少年課 田 (☎460 - 9843)

介護予防講座受講者募集

健康的な生活習慣を築いて、生涯を自立して過ごすことで、いつまでも住み慣れた家に住み続けるために、高齢者の方を対象とした、介護予防講座を実施します。



講座名	会場	日程
運動して元気講座	新町福祉会館	8月31日～11月16日 毎週金曜日 午前10時から
	市民会館	9月6日～11月29日 毎週木曜日 午前9時30分から 11月1日は休み
お口と歯から元気講座	高齢者センター きらら	9月11日～11月27日 毎週火曜日 午後1時30分から
お食事から元気講座	ひばりが丘福祉会館	9月5日～11月14日 隔週水曜日 午前9時30分から

☎要介護・要支援の認定を受けていな

い市内在住の満65歳以上の方・各20人
☎はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・希望する講座名・会場を明記し、7月23日(月)(必着)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課地域支援係「介護予防講座」担当へ
応募多数の場合、抽選にて決定。
高齢者支援課 保 (☎438 - 4028)

「第7回市民まつり」
出店者募集

今年の市民まつりも出店・パレード・野外演芸等を行います。今回はまつりに出店される方々の募集です。

なお、パレード・仮装行列・野外演芸・イベント等の参加者募集は、8月1日号市報でお知らせします。



☎11月10日(土)午前10時～午後4時

11日(日)午前9時～午後3時30分

場いこいの森公園

□募集内容 まつり会場での模擬店出店者(飲食物・物品販売・展示・相談・PR等)

応募者多数の場合は抽選。

□出店料 1万円～1万5千円(2間×1.5間のテント1張り、机2台、椅子4脚で1セット)電気コンセント、机、椅子の追加等については別途費用がかかります。

□参加資格 市内に住所を有する方、公益的の市民団体、市内の商工業者、公共的の団体等

☎往復はがきに、市民まつり出店申込・出店団体(者)名・代表者名・住所・電話番号・出店内容を記入し、8月20日(月)(必着)までに、〒202-8555市役所生活文化課「市民まつり」担当へ
当選された方を対象に「市民まつり出店説明会」を行います。
☎生活文化課・西東京市民まつり実行委員会 保 (☎438 - 4040)

「ミュージック パーティ・イン・西東京市6th」
出演者、舞台スタッフ募集

青少年が自分達を音楽・ダンスで表現する、「ミュージック パーティ・イン・西東京市6th」を平成20年3月15日(土)に開催する予定です。

このイベントに参加したいバンドとダンスチームを募集します。

また、本番等・舞台の製作・楽器搬入の手伝いをする、舞台スタッフも募集します。

☎市内在住の青少年(22歳まで)で第1回実行委員会(9月1日(土))に参加できる方。

E-mail:music-party-nishitokyo@hotmail.co.jp

☎住所・氏名・年齢・電話番号(もしくはメールアドレス)を明記し、8月31日(金)までに上記アドレスへ

☎実行委員会事務局・嶋田

(☎464 - 2909)

児童青少年課 田 (☎460 - 9843)

文化・スポーツ情報 西東京市文化・スポーツ振興財団 (〒202 - 8555中町1 - 5 - 1)

保谷こもれびホール

(☎421 - 1919 ☎438 - 7676)

HP <http://www.nishitokyo.or.jp/komorebi/>

公演日	公 演 名	前売料金	開演	場所
7/27(金)	中村善郎ボサノヴァ・ライブ	一般2,000円	19:00	S
8/11(土)	ミュージカルファンタジー「センチコガネ 子どもの愛」～ファブルの昆虫記より～	中学生以上 1,000円 子ども(4歳以上) 500円	13:00 16:00	S
8/24(金)	モヒカーノ関 ラテンジャズ八重奏団	一般2,000円	19:00	S
8/26(日)	音楽のおくりもの わいわいコンサート アフタヌーンコンサート	一般(中学生以上) 1,000円 子ども(4歳以上) 500円 は4歳未満無料(座席利用の場合有料) は4歳未満入場不可。託児サービスあり	11:00 14:00	M
9/14(金)	Phlox 1st Recital	一般2,000円	19:00	S
9/15(土)	五郎部俊朗 岸本力 ～日本の名歌とロシア民謡～	一般3,000円	14:00	M
9/28(金)	荒武裕一朗&Friends	一般2,000円	19:00	S
9/30(日)	オペラシアターこんにゃく座 「注文の多い料理店」とうたのステージ	一般(前売) 2,500円(当日) 3,000円 4歳～高校生(前売) 1,500円 (当日) 2,000円	17:00	M
10/6(土)	重森三果 みやこ遊ぶうた	一般2,500円 前売開始日7/20(金)	18:00	S
10/7(日) 11/10(土) 12/2(日)	東京二期会 笑い満載クラシック「喜劇オペラ」 第1回「オペレッタ」 第2回「サルスエラ」 第3回「オペラ・ブッファ」	全3回通し券8,000円(50枚限定) 1回券3,000円 前売開始日7/19(木)	14:00	S

M=メインホール、S=小ホール、E=エントランス
特に断り書きのない公演は、未就学児の入場は不可

おしゃれの集中講座～色とメイク～

各人のカラータイプ診断や実地メイク、似合うファッションのアドバイスもあります。
☎第1回9/9(日)・自分の似合う色を知る、第2回9/17(祝)・パーソナル診断、第3回9/24(祝)・ファッション、メイクアドバイス(全3回) 午後1時～午後2時30分 午後3時～4時30分(2クラス)/
☎こもれびホール会議室/☎高校生以上・各クラス12人 応募者多数の場合は抽選/☎12,000円(税込)/
☎長谷川文 さん(カラーコーディネーター)/☎はがきまたはFAXで、希望クラス、か、郵便番号、住所、氏名(ふりがな) 年齢、電話番号、職業を明記のうえ、8/20(日)(必着)までに、〒202-8555中町1-5-1保谷こもれびホール「おしゃれの集中講座係」へ郵送またはFAX

西東京市スポーツセンター

(☎425 - 0505 ☎425 - 0606)

HP <http://www.nishitokyo.or.jp/sportscenter/>

各種スポーツ教室のご案内

□申込締切 はがきは8/20(日)必着。Webは、7/17火午後1時～8/20(日)午後3時まで。各教室とも申込みが必要。応募多数の場合は初心者優先で、ほかの方は抽選。祝日等と重なった場合、教室は休み。
□会場案内 きらっとにご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

場所		教室名	日程 / 回数		時間	定員	参加費
スポーツセンター	温水プール	初心者水泳 月曜コース	9/3 ~ 12/10	毎(月) 全12回	10 : 50 ~ 12 : 20	30人	6,000円
		初心者水泳 木曜コース	9/6 ~ 11/22	毎(木) 全12回	19 : 00 ~ 20 : 30		4,000円
		中級水泳教室 25m以上泳げる方対象	9/11 ~ 12/11 第 2 ・ 4 ・ 5 (火) 全 8 回	18 : 50 ~ 20 : 30			
		水中ウォーキング	9/11 ~ 11/27 第 2 ・ 4 (火) 全 6 回	13 : 50 ~ 14 : 50	3,000円		
		アクアエクササイズ月曜コース (65歳未満の方)	9/3 ~ 12/10	毎(月) 全12回	9 : 50 ~ 10 : 50		6,000円
		アクアエクササイズ水曜コース (65歳未満の方)	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	9 : 50 ~ 10 : 50		
		アクアエクササイズシルバーコース (65歳以上の方)	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	10 : 50 ~ 11 : 50		
		幼児水泳教室 ・ (平成13年4月2日 ~ 平成15年4月1日 生まれの幼児対象)	9/7 ~ 11/9	毎(金) 全10回	14 : 50 ~ 15 : 50 15 : 50 ~ 16 : 50	20人	5,000円
	第2体育室	ソフトエアロビクス	9/6 ~ 11/22	毎(木) 全12回	19 : 00 ~ 20 : 30	50人	
		ラテンエアロビクス	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	15 : 30 ~ 16 : 30		
フィットネスボクシング ・		9/8 ~ 12/1	毎(土) 全12回	12 : 15 ~ 13 : 25 13 : 40 ~ 14 : 50			
	ピラティス	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	16 : 45 ~ 17 : 45	25人		
武道場	柔道場	ヨーガ式健康体操 ・	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	9 : 15 ~ 10 : 25 10 : 40 ~ 11 : 50	50人	4,800円
	剣道場	ボールエクササイズ	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	13 : 15 ~ 14 : 45	25人	
きらっと	武道場	きらっとフィットネスヨーガ	9/7 ~ 11/30	毎(金) 全12回	9 : 30 ~ 10 : 30	30人	
		きらっとピラティス			10 : 45 ~ 11 : 45		
		きらっとサタデー・フィットネスヨーガ	9/8 ~ 12/8	毎(土) 全12回	15 : 15 ~ 16 : 15		
		きらっとサタデー・ピラティス			16 : 45 ~ 17 : 45		
体育館	総合 第二体育室	ボールエクササイズ	9/3 ~ 12/10	毎(月) 全12回	13 : 15 ~ 14 : 45	25人	
きらっと	第一体育室	きらっとコンディショニング・エアロ	9/5 ~ 11/21	毎(水) 全12回	13 : 30 ~ 14 : 45	40人	5,000円
		きらっとボディメンテナンス	9/6 ~ 11/8	毎(水) 全10回	15 : 15 ~ 16 : 45	20人	
	第2体育室	きらっとキックボクササイズ	9/7 ~ 12/14	毎(金) 全14回	15 : 15 ~ 16 : 30	40人	5,600円
		きらっとパワーヨーガ			17 : 00 ~ 18 : 00		
		きらっとナイトエアロビクス	19 : 15 ~ 20 : 30				
		きらっとトータルエアロビクス	9/8 ~ 12/8	毎(土) 全12回	13 : 00 ~ 14 : 30		4,800円

親子教室

☎平成15年4月2日～17年4月1日生まれの未就学児とその親子 ども1人に大人1人の付き添い参加

場所	教室名	日程/回数	時間	定員	参加費
スポーツセンター 温水プール	プカプカキッズスイミング (おむつのとれているお子さん限定)	9/8～10/20 毎週 全6回	9:50～10:50	20組	3,000円
スポーツセンター 第2体育室	ママ・パパとチビッコの体操教室 クラス・クラス	9/13～11/29 毎月 全12回	9:30～10:30 10:45～11:45	25組	4,800円
きらっと 第2体育室	きらっとママ・パパとチビッコ の体操教室 クラス・クラス	9/13～11/29 毎月 全12回	9:30～10:30 10:45～11:45	25組	4,800円

各種スポーツ教室の申し込み方法

往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、生年月日、(親子教室はお子さんの名前・ふりがな・性別・年齢・生年月日も)、電話番号、教室名(幼児水泳教室、ママ・パパとチビッコ体操教室、フィットネスボクシング、ヨーガ式健康体操は、またはのクラス名も)、これまでの教室参加の有無と回数、返信ハガキの宛先を明記のうえ、8月20日(日)(必着)までに、西東京市スポーツセンターへ。ただし、ハガキ持参の場合は午後3時まで。妊娠中の方は事前に確認したいことがありますのでその旨ご記入ください。印の付いた教室はWeb申し込みできませんので、ご注意ください。

