



シルバーウィーク開催



時 9月9日(月)～20日(金)
 ※月～金曜日の午前9時～午後3時入館[※]
 (午後3時以降と土・日曜日、祝日は有料)
 ※9月16日(水)は利用不可。
場 スポーツセンター、きらっと、総合体育館
内 ①プール・トレーニング室・ランニング走路を無料利用
 ②プール・フロア教室の無料参加(教室は下表を参照)
対 65歳以上の市内在住で運動可能な方
申 下記教室については、8月26日(月)までに、各館窓口または電話で受け付け(申し込み者多数の場合は抽選)。
 ※「24年度用西東京市シルバーウィーク

参加カード]をお持ちの方は、カードと住所がわかるものを利用施設へご持参ください。25年度用カードを作成します。
 カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢のわかるもの)をご持参ください。
 「25年度西東京市シルバーウィーク参加カード」は年度を通していつでも作成可能です。
問 スポーツセンター
 (☎042-425-0505)
◆ スポーツ振興課
 (☎042-438-4081)

教室名	場所	日時	定員
プール	① 水中貯筋運動	① スポーツセンター 9月10日(火) 午後0時50分～1時50分	各25人
	② ウキウキ水中運動	② 温水プール 9月20日(金) 午後1時50分～2時50分	
フロア	③ ひざ痛予防体操	③ スポーツセンター 9月12日(水) 9月17日(火)	各20人
	④ 筋力アップ体操		
	⑤ バランス&シェイプ体操	⑤ きらっと 9月9日(月)	
	⑥ 筋力アップ体操	⑥ 9月20日(金) 午前10時30分～11時30分	
	⑦ バランス&シェイプ体操	⑦ 9月13日(金)	
	⑧ リズム&ストレッチ	⑧ 総合体育館 9月18日(水)	

総合型地域スポーツクラブ

「にしはらスポーツクラブ」会員・教室参加者募集!

9月からのテニススクール参加申し込みは8月17日(土)午前10時から当クラブ受付窓口で行います。

レンタルテニスコート(団体登録が必要)
 会員・非会員とも、平日1時間1,200円、土・日・祝日1時間1,500円
 予約は2時間単位

教室名	日時	対象	募集人数	参加費
健康吹き矢教室	毎月第1・3金曜日 午後1時30分～2時45分	大人	20人	会員1回500円 (非会員は1回700円) で参加可)
ノルディック・ウォーキング教室	9月7日(土)・10月5日(土)・ 11月9日(土)・12月7日(土)		15人	
ピラティス教室	毎週水曜日 午後3時～4時15分		20人	
トータルフィットネス	毎週火曜日 午前10時～11時30分		20人	
グラウンド・ゴルフ	毎月第1木曜日 午後0時30分～3時	子ども～大人	20人	1回 会員200円 非会員300円
テニススクール	3クール：9～10月 4クール：11～12月 火～土曜日 各2クラス 継続参加者は、事前受付。	大人	各クラス8人	1回 一般1,500円 会員1,000円 各クールごとに前納

上記以外にも各種教室開催中です。

問・申 にしはらスポーツクラブ(西原町4-5-6 西原総合教育施設内)
 ☎042-467-9919・FAX042-467-9921 ※月曜日休館
◆ スポーツ振興課(☎042-438-4081)

多摩フェスティバル

時 8月24日(土)・25日(日)
 午前10時～午後5時

場 国営昭和記念公園
 みどりの文化ゾーン

多摩の全30市町村がブースを設置して、特産品や観光スポットなど多摩の魅力をPR。西東京市のブースでは、地元のメーカー(株)旭製菓のかりんとう販売、「いこいな」のうちの配布などを行います。ご当地グルメや「いこいな」ほか各市のキャラクターも大集合する2日間限定の夏休みイベントです。ほかにも、多摩にゆかりのアニメを展示するコーナー、伝統芸能や文化・歴史を紹介する講座、多摩六都科学館による講座などもあります。

◆ 企画政策課
 (☎042-460-9800)

多摩の魅力発信プロジェクト

平成25年度は、多摩地域が東京に移管されて120年目にあたり、「スポーツ祭東京2013」が開催される、多摩地域にとって節目の年となります。

そこで東京都と多摩地域の30市町村は連携して、産業・文化・スポーツ・グルメ・観光など、多摩地域の魅力が再発見できる「多摩の魅力発信プロジェクト」を、年間を通じて展開していきます。



多摩の魅力発信プロジェクト

日本語スピーチコンテスト

時 10月6日(日)午後1時～5時
 (交流パーティーを含む)

場 コール田無

日本に住む外国につながる方による日本語スピーチコンテストを開催します。

◆ 文化振興課
 (☎042-438-4040)

発表者募集

日本語やスピーチが上手かどうかのコンテストではありません。日本で生活して感じたこと、考えたこと、母国への思い、西東京市とのつながりなど、日本語でスピーチしてみませんか。

スピーチ時間 8分以内

対 市内在住・在学(市内日本語教室を含む)・在勤の16歳以上の方で、日本語を母語としない方。

定 10人(申し込み者多数の場合は、内容や国籍、年齢などが、かたよらないように決めます)

申 Eメールまたは郵送で、①氏名(ふ

りがな) ②住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤所属：勤務先・学校・日本語教室・その他 ⑥自己紹介 ⑦スピーチタイトルと概要(400字以内)を書いて、9月5日(水)(消印有効)までに、〒188-0012南町5-6-18イングリッシュビル1階多文化共生センター「日本語スピーチコンテスト発表者」係へ。

※Eメールは、件名に「日本語スピーチコンテスト発表者」と入れてください。

共催 NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC)

問 西東京市多文化共生センター(☎・FAX042-461-0381・Einfo@nimic.jp)

市民審査員募集

対 市内在住・在学・在勤の16歳以上でボランティアで参加できる方

定 10人(申し込み者多数の場合は、年齢・性別などが、かたよらないように決めます)

申 Eメールまたは郵送で、①氏名(ふりがな) ②住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤所属：勤務先・学校・その他

⑥応募理由を明記し、9月5日(水)(消印有効)までに、〒188-0012南町5-6-18イングリッシュビル1階多文化共生センター「日本語スピーチコンテスト市民審査員」係へ。

※Eメールは、件名に「日本語スピーチコンテスト市民審査員」と入れてください。

問 西東京市多文化共生センター(☎・FAX042-461-0381・Einfo@nimic.jp)

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
 ※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。