



防災イベントを開催します!!

時 10月27日(日)午前10時～午後3時
場 防災センター4階「防災展示コーナー」など
申 当日直接会場へ

いつ起こるか分からない災害。いざという時のために準備をしましょう。当日イベントに参加された方には、準備に役立つものをプレゼント!

①スタンプラリー

けがの応急処置方法やロープの結び方を体験し、災害に備えよう。
※参加者には、防災グッズをプレゼント!

②はしご車搭乗体験

時 午後1時から
定 20人(先着順)
※整理券を正午から配布



地上30mの高さを体感

③煙体験ハウス

煙によって視界が制限される感覚を体験しよう。

④講演会

東日本大震災でも活動された元自衛官による体験談です。

時 ①午後1時、②2時

場 防災センター6階

□防災イベントに併せた特別展示を実施します。

時 10月21日(月)～25日(金)

午前9時～午後5時

◆危機管理室(☎042-438-4010)



緑のアカデミー ～職人の技と緑のふれあい～

市内で育った苗木を使って、緑化事業者の皆さんが講習会・デモンストレーションなどを行います。参加された方は、講習会などでご自分が使用した苗木をお持ち帰りいただけます。自分で作る「緑」の魅力を、ぜひ体験してください!

時 11月23日(祝)(雨天決行)

【1回目】午前9時～11時

【2回目】午前11時～午後1時

※集合・受付時間などは、別途参加確定者の方にご連絡します

場 小林孝一氏敷地(南町6-9-8)

※駐輪可、駐車場はありません。

対・定 小学生以上の市内在住者(小学生は保護者同伴)・各回75人(合計150人)

持 動きやすい服装・手袋

内 ①グリーン・プロ講習会(植木のプロの指導を受けることができます) ②樹木アレンジメント教室(ガーデニング・ポットに、植木などを植栽し、指導を受けながらアレンジメントを行います)

③植木[プロの技]デモンストレーション

④植木ふれあい散策(会場周辺の植木の圃場を回り、緑の魅力にふれていただきます)

申 往復はがきに、事業名「緑のアカデミー」・参加者全員の住所・氏名・電話番号・参加希望回(1回目または2回目)を明記し、11月12日(火)(必着)までに、〒202-8555市役所産業振興課へ郵送または直接持参(保谷庁舎3階)(申込多数の場合は抽選)

※申し込みは、1件につき2人まで可。代表者については「代表者」と明記し、返信はがきも代表者の住所・氏名を記入

◆産業振興課(☎042-438-4044)



昨年度のイベントに参加した皆さん

秋を歩こう



みどりの散策路を歩こう

第5回は、「せせらぎ公園・社寺めぐりコース(3.4km)」を歩きます。

時 10月23日(水)

午前9時30分～正午(予定)

場 集合・解散: 谷戸公民館正門前

※当日、直接集合場所へ(雨天中止)

持 水筒、雨具など

◆みどり公園課保

(☎042-438-4045)



第12回 歩け歩け会

多摩湖までのウォークで秋のよき日に一緒に汗を流しませんか。

時 11月3日(祝) 午前9時出発(予定)

※午前8時25分受付開始

場 田無庁舎集合(駐車場利用不可)

小雨決行・雨天中止

※午前8時45分から出発式を行います。

□コース 田無庁舎～多摩湖(全行程約13km)のウォークラリー

※到着後随時解散(最終午後2時ごろ)。

最寄り駅は西武山口線西武遊園地駅。

対 市内在住・在学・在勤の方(小学3年生以下は、保護者などの同伴が必要)

¥ 100円(保険代)

持 昼食・水筒・おやつ・雨具・敷物・帰りの電車賃など

申 児童青少年課(田無庁舎1階)、保谷

庁舎1階受付にある申込書に必要事項を記入し、当日、集合場所へ持参。

□主催 西東京市青少年育成会連絡会・第12回「歩け歩け会」実行委員会

場 第12回「歩け歩け会」実行委員会事務局(真鍋☎090-9825-0012)

◆児童青少年課田

(☎042-460-9843)



多摩湖をめざして歩きます

市民体づくり教室「ゆったり行く秋の国分寺ウォーキング」

～奈良の都に思いをはせて～

時 11月16日(土) 午前8時30分

場 田無駅北口ペDESTリアンデッキ集合
※小雨決行・荒天順延11月23日(祝)

□コース 田無駅～国分寺駅下車～武蔵国分寺公園～黒鐘公園～武蔵国分寺跡～仁王門・薬師堂～国分寺(万葉植物園)～楼門～おたかの道湧水園～真姿の池湧水群～不動橋～もみじ橋遊歩道～殿ヶ谷戸庭園前(午後0時30分解散予定)
※距離は約7km

対 小学生以上で市内在住・在勤・在学の方(小学生は保護者同伴)

定 60人(申込順)

¥ 交通費(往復400円)と、おたかの道湧水園入園料(100円)は自己負担

持 歩きやすい靴・服装、雨具、タオル、飲み物など

申 往復はがきに、参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、10月31日(祝)(必着)までに、〒202-8555市役所スポーツ振興課「国分寺ウォーキング」係へ

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4081)



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

個人会員…大人(高校生以上)3,600円

子ども(幼児～中学生)1,800円

家族会員…4,800円(5人まで)

□エキスパート会員

登録料1,500円と1万2,000円(1ヵ月1,000円×12ヵ月分、一括払い)

※大人・子ども共通

□スタッフ募集

運営スタッフを募集します。詳細はお問い合わせください。

場・申 ココスポ東伏見(富士町4-33-15 飯田ビル1階 東伏見ふれあいプラザ内)・☎042-452-3446・FAX 042-452-3586

※休館日は毎週月曜日(祝日を除く)・年末年始(12月29日～1月3日)

※月曜日から祝日が連続する場合は、祝日明けの平日が休館日

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4081)

通常プログラム	日時	対象	参加費(1回)
親子でうきうき☆リトミック(3クラス)	月4回火曜日 午前9時20分～正午	2・3歳児	会 500円、非 900円、 工 参加費無料
リラクゼーション	月1回火曜日 午後1時30分～3時	大人	会 100円、非 300円、 工 参加費無料
キッズベリーダンス	毎週水曜日 午後3時30分～4時30分	年中～	会 500円、非 900円、 工 参加費無料
ヒップホップダンス	毎週水曜日 午後4時40分～5時40分	年中～	会 500円、非 900円、 工 参加費無料

通常プログラム	日時	対象	参加費(1回)
フラダンス	月3回木曜日 午前10時～11時	大人	会 300円、非 600円、 工 参加費無料
健康体操	毎週木曜日 午後1時30分～3時	大人	会 100円、非 300円、 工 参加費無料
ヨガ	毎週金曜日 午前10時～11時10分	大人	会 300円、非 600円、 工 参加費無料
わくわくバスケット	毎週金曜日 午後7時～8時30分	小学生～大人	会 大人200円、子ども100円、 非 大人400円、子ども200円、 工 参加費無料
スポンジテニス	毎週金曜日 午後7時～8時30分	小学生～大人	会 大人500円、子ども300円、 非 大人900円、子ども500円、 工 参加費無料
パントマイム	月2回土曜日 午前10時30分～11時30分	年中～	会 300円、非 500円、 工 参加費無料
パトンボンボン	月2回土曜日 午後1時～2時30分	年長～	会 300円、非 600円、 工 参加費無料
空手教室	月2回土曜日 午後3時～4時30分	年中～	会 大人600円、子ども300円、 親子500円、70歳以上半額、 非 大人900円、子ども500円、 親子1,000円、工 参加費無料
障がい者スポーツ	月1回日曜日または祝日 午後2時～3時30分	年少～	会 100円、非 300円

会…会員 非…非会員 工…エキスパート会員

☆このほか、「特別プログラム」の女子サッカー、フィジカルクラスなどもあります。
※時間は、変更がある場合があります。毎月のプログラムスケジュール表(ココスポ東伏見で配布)でご確認ください。
※プログラムはクラブの都合により変更する場合があります。