

日本の文化体験を市民文化祭で!!

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、外国人の方に出会う機会も増え、日本の伝統文化の良さが再認識されています。
日本人も外国人も「日本の文化」を身近に体験してみませんか。

時 10月23日～11月6日の土・日曜日、
祝日(6日間)

場 保谷こもれびホール・田無公民館・
ひばりが丘公民館

内 浴衣の帯結び・いけ花・和太鼓・茶
道・折り紙・香・詩吟・箏・日本舞踊

対 市内在住・在勤・在学(日本語教室
を含む)の方

定 各種5～10人(申込多数の場合は、
外国人の方および小学生～大学生年代
の方を優先し抽選)

※小学1～3年生は保護者同伴

※介助が必要な方は介助者同伴

申 9月23日(金)までに、下記へファク

ス・Eメールまたは持参
※詳細は、現在公開中の市HPまたは
9月1日(木)から公共施設で配布するチ
ラシをご覧ください。

□共催 西東京市民文化祭実行委員会

◆文化振興課(☎042-438-4040)



茶道のお点前の様子

日本語スピーチコンテスト 2016

時 10月2日(日)午後1時～5時
※交流パーティーを含む

場 コール田無

問 西東京市多文化共生センター(共催)
(〒188-0012南町5-6-18・☎042-
461-0381・✉info@nimic.jp)

◆文化振興課(☎042-438-4040)

発表者募集

日本で生活して感じたこと、母国への
思い、市とのつながりなどを日本語
でスピーチしてみませんか。日本語や
スピーチの優劣は競いません。

対 市内在住・在勤・在学(日本語教室
を含む)の16歳以上で、日本語を母語
としない方

定 10人(申込多数の場合は、内容・国
籍・年齢などを考慮し調整)

申 9月8日(休)(消印有効)までに、は
がき・Eメールで、件名「スピーチコ

ンテスト発表者」・住所・氏名・年齢・
所属(勤務先・学校・日本語教室など)・
電話番号・自己紹介・スピーチタイト
ルと概要(200字以内)を問へ

審査員募集

対・定 市内在住・在勤・在学の16歳
以上の方・6人(申込多数の場合は、
年齢・性別などを考慮し調整)

申 9月8日(休)(消印有効)までに、は
がき・Eメールで、件名「スピーチコ
ンテスト市民審査員」・住所・氏名・年齢・
職業・電話番号・応募理由を問へ

大好きです
西東京

市内の情報をお届けします

街道を行く編

第7回 江戸道

市の南部、向台町を横断するように
東西に走る道(向台中央通)があります。
「江戸道」とも呼ばれるこの道、読んで
字のごとし、かつては江戸に向かう
人々が通った街道です。

八代将軍吉宗が行った「享保の改革」
(1716～1745年)などにより江戸の周
辺に新田が数多く拓かれ、江戸地廻り
経済が発展すると、武蔵野の村々と江
戸を結び、商品を運ぶ道がいくつも成
立します。このような道は、各地で古
道が「鎌倉街道」と呼ばれることが多
いように、一様に「江戸道」と呼ば
れました。

江戸の経済網はこのように江戸に向
かう東西の道と、それに結ばれる
南北の道で形成されました。市の
ほぼ中央を走る清戸道などはその
一つで、多摩郡の清戸宿(現在の清
瀬市)から南下し青梅街道につな
がる道です。市域はその昔、多摩郡(合
併前の田無市域)、新座郡(合併前
の保谷市域)を縦断する南北の通路
のような場所に位置していたため、
南北にも多くの道が通っています。

これらの江戸とつながる道は、
単なる商品の輸送路にとどまり

せんでした。18世紀末ごろに
なると、江戸の人々は遊覧の旅
に出るようになります。観光案内書
や旅行記も数多く出版され、人々を拒
む荒れ野のイメージの強かった「武蔵
野」が遊覧の地になっていきました。
市域にも一部かかる国の名勝「小金
井」のサクラは、前述の吉宗の改革
の中で武蔵野新田の開発の世話役を
務めた川崎平右衛門が幕命により玉川
上水の両岸に植えた約2,000本が元
になっています。その美しさは当時の
観光案内書のひとつ「江戸名所図絵」
や歌川広重の錦絵などで紹介され、江
戸の人々を武蔵野に向かわせ、「小金
井」は一大観光地になりました。

◆社会教育課(☎042-438-4079)



「江戸名所図絵」小金井橋の図
(『田無市史 第3巻通史編』より転載)

シニアルーム

シニア世代向け情報

※市からの連絡帳コーナーも
ご覧ください。

介護支援ボランティアポイント制度 登録説明会

高齢者の生きがいづくりや、介護予防
の促進、多様なサービスの担い手の育成
を目的として、4月から介護支援ボラ
ンティアポイント制度を実施しています。

対象となるボランティア活動を行うと
ポイントが付与され、ポイント数に応じ
て換金できます。

興味がある方は次のいずれかの説明会
にご参加ください。

時・場 ● 9月8日(休)午前9時30分～11
時30分・田無老人福祉センター

● 12日(月)午後2時～4時・谷戸公民館

● 16日(金)午後2時～4時・コール田無

対 市内在住の60歳以上の方

定 各回30人(申込順)

申 各回前日までに電話で問へ

問 西東京市地域サポート「りんく」

(☎042-497-4163)

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

転倒・尿失禁予防の運動教室

半年間、週1回の運動で下半身の筋力
を強化し、転倒や尿漏れを予防します(椅
子に座りながらの運動が中心)。

対 市内在住の運動が可能な65歳以上で、
おおむね全日受講できる方

時 9月5日～平成29年3月13日の毎週月
曜日午前9時30分～10時30分(全24回)

場 武蔵野ファミリークリニック(新町1

-2-20)

定 8人(申込多数の場合は抽選)

¥ 1回150円(全24回分を事前払込)

申 8月22日(月)(消印有効)までに、はが
きで住所・氏名・年齢・電話番号を〒202
-8555市役所高齢者支援課「転倒・尿
失禁予防の運動教室」係へ

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

シルバーウイーク開催 ～スポーツ施設の無料利用～

時 9月1日～30日の平日午前9時～午
後3時入館

※午後3時以降と土・日曜日、祝日は有料
場 スポーツセンター・きらっと・総合
体育館

内 ●温水プール・トレーニング室・ラ
ンニング走路の無料利用 ●温水プー
ル・フロア教室(下表参照)の参加

対 市内在住の65歳以上で運動が可能な方
□教室申込 8月25日(木)までに、各館窓
口または電話で(申込多数の場合は抽選)

□参加・利用方法 利用時に「平成28年
度西東京市シルバーウイーク参加カー
ド」を提示してください(平成27年度用
カードをお持ちの方は、カードと住所が
分かるものをご持参ください)。

※カードをお持ちでない方は、初回のみ
本人確認書類(住所・年齢の分かるもの)
をご持参ください。

※平成28年度用カードは、随時作成可

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	日程	時間	定員
プ ール	① 健康水中運動	スポーツセンター	9月8日(木)	午後1時～2時	各 25人
	② 水中体幹トレーニング	温水プール	13日(火)		
フ ロ ア	③ 筋力アップ体操	スポーツセンター	23日(金)	午前11時～正午	各 20人
	④ ストレッチ&ほぐし ～ウェーブリングを使って～		27日(火)		
	⑤ 筋トレ&ストレッチ教室	きらっと	12日(月)		
	⑥ 転ばぬ先の健脳健骨体操	総合体育館	21日(水)		
	⑦ ボールを使った簡単体操		15日(木)		
	⑧ ウォーキング&簡単筋トレ	28日(火)			

多摩六都科学館ナビ



ロクトサイエンスレクチャー

深読み解説「鷹の爪団のジュラジュラ! ジュラシットラベル」

当館で上映中の「鷹の爪団のジュラ
ジュラ! ジュラシットラベル」はご
覧になりましたか? 映像作品を題材
に、最新恐竜学を国立科学博物館研究
主幹の真鍋真さんが紹介します。

時 9月17日(土)午後5時10分～6時40分
対 小学3年生以上(小学生は保護者同伴)

定 200人(申込多数の場合は抽選し、
当選者のみ参加券送付)

¥ 入館券: 大人500円 ※高校生以

下の参加者は無料

申 9月3日(土)(必着)までに問のHPから
またははがきで、イベント名、参加者
全員の住所・氏名・年齢(学年)・電話
番号を問へ

問 多摩六都科学館(〒188-0014芝久
保町5-10-64・☎042-469-6100)

※9月休館: 1日(木)・5月～8日(木)・
12日(月)・20日(火)・23日(金)・26日(月)