

「西東京市からのお知らせ」
エフエム西東京(84.2MHz)
①午後0時45分～1時(月～日)
②午後8時～8時15分(月～金)

音声版「声の広報」も作成しています
「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞きになれます。詳細は、谷戸図書館 ☎042-421-4545へお問い合わせください。

キッズルーム

子育て世代向け情報
※市からの連絡帳(2面)もご覧ください。

英語・中国語 子ども対象 多言語で楽しく

外国語話者(出身:フィリピン・オランダ・中国^等)が子どもたちに、外国語に出会う楽しさを教えます。全体活動は英語で行いますが、グループ活動は英語3班・中国語1班のグループで活動します。異なる言語・文化に触れる楽しさを体験しましょう。

時 3月10日(出)
●年長～小学2年生:午前10時～11時
●年少・年中:午前11時30分～午後0時20分
※学年は申込時点。保護者の送迎必須
場 きらっと
□グループ A 英語 B 中国語
定 各32人(申込多数は抽選)
¥ 500円

申 2月15日(必着)までに、往復はがき・Eメールで件名「3/10多言語で楽しく」・子どもの氏名(ローマ字併記)と学年・保護者の住所・氏名・電話番号・希望言語を〒202-8555市役所文化振興課へ
◆文化振興課 ☎042-438-4040
✉bunka@city.nishitokyo.lg.jp



パパ・ママとがんばる! おやこ体操教室

親子でスキンシップを図りながら体力向上などを目指します。普段運動する機会の少ないお父さんやお母さんもたくさん体を動かしましょう。

時 2月24日(出)
①午前9時30分～10時30分
②10時45分～11時45分
場 スポーツセンター

対 ①2～3歳児 ②4～6歳児
定 各30組(申込順)
※未就学児1人につき保護者1～2人
¥・持 500円・飲み物・タオル
申 2月1日(休)から、スポーツセンター・きらっと・総合体育館の窓口へ参加費を持参
問 スポーツセンター ☎042-425-0505
◆スポーツ振興課 ☎042-438-4081

赤ちゃん生まれ～♪

地域子育て支援センターでは、毎月赤ちゃんと保護者の方が気軽に楽しめるつどいを行っています。ぜひご参加ください。

時 午前10時～11時30分
※センターひがしの2月^の午後1時45分～3時
対 8カ月までの乳児と保護者、妊婦

センター以外でも市内のいろいろな場所で開催しています。詳細は、センター^のをご覧ください。



□赤ちゃんのつどい日程(2・3月)

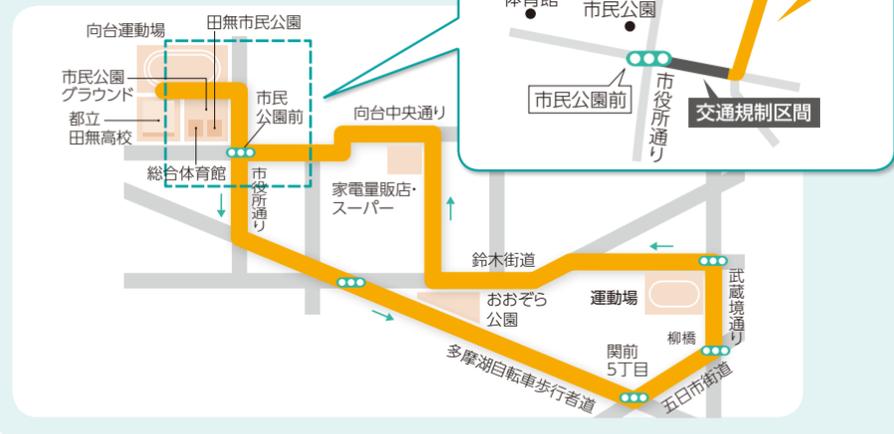
会場(同保育園内)	日程
センターすみよし	2月27日(火)、3月27日(火)
センターけやき	2月23日(金)
センターやぎさわ	2月9日(金)
センターなかもち	2月15日(木)、3月2日(金)
センターひがし	2月5日(月)*、3月5日(月)

◆保育課 ☎042-460-9842

西東京市ロードレース大会開催に伴う交通規制

2月11日(祝)開催のロードレース大会において、午前9時～正午の間、下記コースをランナーが走行します。また、コース内道路の一部(向台町4丁目地域)が午前8時30分～正午の間、交通規制されます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
□注意 安全のため、コースおよび会場周辺で無人航空機(ドローン)を飛行させることはできません。

問 NPO法人西東京市体育協会
☎042-425-7055
◆スポーツ振興課 ☎042-438-4081



シニアルーム

シニア世代向け情報
※市からの連絡帳(2面)もご覧ください。

平成30年4月から活動を考えている方へ 介護支援ボランティアポイント制度 登録説明会

登録後に指定の活動に参加すると、ポイントがたまる制度です。
時 2月28日(水)午前10時～11時30分
場 田無総合福祉センター
対 市内在住の60歳以上の方
持 年齢確認書類(運転免許証または保険証)・認め印

申 2月27日(火)までに、電話・ファクス・Eメールで住所・氏名・生年月日・電話番号を問へ
問 西東京市地域サポート「りんく」
☎042-497-4163・FAX042-497-4164・✉seikatsu@n-csw.or.jp
◆高齢者支援課 ☎042-438-4029

生きがい推進事業

◆お試し講座(3種目)

時・場 ①書道(全2回) 2月28日(火)、3月14日(水)午前10時・ひばりが丘福祉会館
②大人リトミック(全2回) 2月27日(火)、3月13日(水)午前10時・新町福祉会館
③④脳トレ(各全1回) ③3月12日(月) ④26日(月)午後1時30分・田無総合福祉センター
対 市内在住の60歳以上の方
定 ①15人 ②～④各20人(申込多数は抽選)
申 2月10日(出)(消印有効)までに、往復はがきで希望講座名(番号)・住所・氏名・年齢・電話番号・利用証(福祉会館・老人福祉センター)の有無を問の「お試し講座」係へ

◆平成30年度 生きがい推進事業の変更点

市内在住の60歳以上の方を対象に老人福祉センター・福祉会館で実施している「健康体操」「各種教室」などの生きがい推進事業について、平成30年度から種目・日程・期間・申込方法などの変更を予定しています。各事業については、市報でご案内予定です。
□年間予定冊子 2月5日(月)から、福祉会館4館(下保谷・ひばりが丘・富士町・新町)・老人福祉センター・住吉老人福祉センターおよび問で配布
問 社会福祉協議会(保谷東分庁舎)
〒202-0013中町1-6-8
☎042-438-3773
◆高齢者支援課 ☎042-438-4029

多摩六都科学館ナビ



電気ので絵を描こう

特別な色紙に電気の通ったペンで絵を描くと色が変わる!? 身近にある「色」の性質を考えてみましょう。

時 2月24日(土)午後1時30分～3時
対 小学1～3年生(保護者同伴)

色と光の三原色 ～色を分けよう・色を混ぜよう～

「色」を全部混ぜると、絵の具は「黒」に、光は「白」になります。「色」の不思議なくみを体験してみましょう。
時 2月24日(土)午前10時30分～正午
対 小学4～6年生



□共通
定 24人(申込多数は抽選し当選者のみ通知)
講 伊藤敬祐さん(学習塾講師)
¥ 入館料500円(子ども200円)
申 2月10日(出)(必着)までに、問の^のからまたははがきで、イベント名・開催日・

住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を問へ
□共催 国際ソロプチミスト東京-西
場・問 多摩六都科学館 〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100
※休館日: 2月13日(火)、5・19・26日(月)

ロクト・サイエンス・コラム④

福豆が炒り大豆な理由

節分の日には「鬼は外」の声と共に福豆と呼ばれる大豆をまいた後、年の数だけ豆を食べると健康になるといわれています。この福豆には炒り大豆が使われますが、ただの乾燥豆でなく炒り豆が使われることには意味があります。それは、火を通していない大豆には毒性があるからです。植物には天敵から身を守るための有害物質が含まれていることがよくありますが、豆類の場合は種である

豆の部分に酵素の作用阻害や生理的な刺激を引き起こす物質が含まれています。このため、基本的に豆は生食できません。ただ、この毒性は十分に加熱または発酵させれば消えます。昔からさまざまな豆料理や豆の加工製品が発達したのはそのおかげともいえますね。
豆まきに自家製の福豆を使うときは、十分に火を通すようお願いください。

