

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。

歩け歩け会

秋のよき日に多摩湖までの約13kmを歩いて一緒に汗を流しませんか。

※今年度は出発式の場所が変わり、田無第四中学校からのスタートとなります。

時 11月3日(祝)午前9時30分～午後2時(受付：9時)

出発式：9時15分

集合 田無第四中学校

※駐車場・駐輪場利用不可

解散：多摩湖(最寄り：西武遊園地駅)

※小雨決行・雨天中止

※自転車を利用される方は、田無第四中学校まで歩いてお越しください。

対 在住・在勤・在学の方

※小学3年生以下は保護者同伴

料 100円

持 昼食・水筒・おやつ・雨具・敷物など

申 児童青少年課(田無庁舎1階)・保谷庁舎1階総合案内にある申込書を当日持参

共催 青少年育成会連絡会・同実行委員会

▶児童青少年課 **田**

電 042-460-9843



笑えて泣ける「のどピコ体操」コンサート 誤嚥性肺炎予防体操とコーラスショー

誤嚥性肺炎は喉の老化が原因！喉の老化は歌うことで防げます。

ラジオ深夜便やテレビで話題の「のどピコ体操」と美しいコーラスショーを開催します。

笑って泣いて、元気になります！

時 11月22日(木)午後1時～3時(正午開場)

場 西東京市民会館

※当日、直接会場へ

定 500人(先着)

講 高牧康さん・NPO法人東京ベルズ

▶高齢者支援課 **保** **電** 042-438-4029

パラスリート交流イベント 金メダリストの新たなる挑戦!

全盲の陸上競技・マラソン選手であり、アテネパラリンピックマラソン競技の金メダリストである高橋勇市選手をお招きします。

時 11月25日(日)午前11時～午後1時
場 スポーツセンター

内 ①「障害があってもスポーツを楽しむことができる」をテーマにお話を聞く

②高橋選手と一緒にスポーツを楽しむ

対 ①どなたでも・②在住の高校生以下で障害のある方

定 ①30人・②20人(申込多数は抽選)

申 11月20日(火)までに、電話で **問** または **問** の窓口へ

問 スポーツセンター

電 042-425-0505

▶障害福祉課 **保**

電 042-438-4033



高橋勇市選手

消費生活展 映画上映会「アンダンテ ～稲の旋律～」

母親が知らず知らずのうちに自分の夢を娘に押し付け、娘は期待の重さに人間関係を上手につくれず引きこもりの生活へ。土と生きる若者に出会い、次第に自分のところを取り戻していく。現代社会が抱える心の闇に立ち向かう葛藤と自立への道、危機迫る食料自給率問題を描きながら本当の幸せとは何かを考えさせる作品です。

時 11月20日(火)午後1時30分～3時30分(1時開場)

場 コール田無 ※当日、直接会場へ

定 165人

保

6カ月以上の未就学児・6人(申込順)

保 **育** **の** **申** **込**

10月31日(水)(必着)までに、メールまたはファクスで件名「映画上映会 保育の申込」・住所・氏名・子どもの年齢・電話番号を下記へ

企 **画** **運** **営** 同実行委員会

▶協働コミュニティ課 **保**

電 042-438-4046

ファ 042-438-2021

メ kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

多摩六都科学館 ナビ

[連続講座]

郷土史と科学から見る地域の防災

古くからある史跡や神社仏閣が災害に遭いにくいには訳がある!?

❖①講座編

地域の地形と歴史をあわせて読み解く郷土史防災の視点から、自分が住む地域の安全について考えてみましょう。

時 11月3日(祝)午後1時～2時30分

対 中学生以上

定 40人

料 入館券500円(中・高校生200円)

協 **力** 西東京レスキューバード



▲郷土史防災研究マップ ▲明治時代の地図

❖②フィールドワーク編

過去～現在の地形図を見ながら東伏見稲荷神社や下野谷遺跡などを歩き、科学と郷土史両方の視点で地域の防災について考えましょう。

時 11月24日(土)午前10時～午後0時15分

集合：東伏見駅 解散：柳沢公民館
※小雨決行、雨天時は柳沢公民館で解説のみ

※徒歩で遺跡・史跡を回ります(1時間弱、坂道あり)

対 中学生以上 ※参加者以外の同伴不可

定 30人(最小催行人数20人)

講 西東京レスキューバード

料 50円(保険料)

協 **力** 教育委員会・柳沢公民館

共 **通**

講 増田和順さん(防災科学技術研究所)

申 ①は10月22日(月)(必着)、②は11月12日(月)(必着)までに、**問** の **印** からまたははがきでイベント名・開催日・氏名・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を **問** へ(申込多数は抽選し、当選者のみ参加券を送付)

※両方参加できる方を優先

場 **問** 多摩六都科学館 〒188-0014 芝久保町5-10-64 **電** 042-469-6100

休館日：15日(月)・22日(月)・29日(月)

