

# イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

## 早稲田大学秋季野球教室の観覧

**11月24日(日)**  
午前8時45分～午後3時  
東伏見キャンパス 安部球場<sup>ほか</sup>  
※当日、直接会場へ。雨天中止

市内少年野球チームを対象とした野球教室です。ぜひご観覧ください。  
□共催 西東京市軟式野球連盟少年部  
□協力 早稲田大学競技スポーツセンター・早稲田大学野球部・早稲田大学準硬式野球部  
▶スポーツ振興課 ☎042-438-4081

## 「みどりの散策路」を歩こう

**11月27日(水)** ※雨天中止  
午前9時30分～正午(予定)  
集合・解散：保谷こもれびホール前

今回は「みどりの散策マップ」のコースから、「(B)こもれ日の道コース(3.4km)」を歩きます。文理台公園は、サクラやユリノキ、ケヤキなどがあり広々としています。碧山森緑地保全地区など、屋敷林の面影が残るこもれ日の優しいコースとなっています。  
持 水筒・雨具<sup>など</sup>  
□当日連絡先 みどり公園課携帯 ☎090-2521-4040 (午前8時30分～正午)  
▶みどり公園課 ☎042-438-4045

## 親子でダンス&英会話 ～始めよう ダンスでリユース～

**11月29日(金)** 午前10時～11時30分  
(全て参加できなくても可)  
エコプラザ西東京 ※当日、直接会場へ

有名な歌手が歌うテンポのよい曲に合わせて親子でダンスを踊ったり、ミ

二英会話レッスンなどを行います。  
対 在住・在勤で未就園児(0歳児も可)とその保護者  
定 25組(先着)  
持 飲み物・タオル・運動できる服装・シューズ  
問 エコプラザ西東京  
☎042-421-8585・FAX042-421-8586・Eecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
▶環境保全課 ☎042-438-4042

## あんしん声かけ体験

**11月30日(土)** 午前9時30分～正午  
田無庁舎 2階

内 認知症の方の行方不明時の対応や声のかけ方を実践体験  
定 30人  
申 11月26日(火)までに電話で下記へ ※申込多数は抽選(落選時のみ連絡)  
▶高齢者支援課 ☎042-438-4029

## 耳から昔話を楽しむ ～大人のためのおはなし会～

**12月1日(日)** 午後2時～4時  
柳沢公民館 ※当日、直接会場へ

内 素話「地藏浄土」「日本昔話百選」三省堂・「パンドラ」「ギリシア神話」のら書店・「イグサのかさ」「イギリスとアイルランドの昔話」福音館書店<sup>ほか</sup>  
定 80人(先着)  
※未就学児の入室はご遠慮ください。  
□共催・公演 もぐらの会  
▶柳沢図書館 ☎042-464-8240

## ファミリー・サポート・センターファミリー会員登録説明会

① **12月7日(土)** 田無総合福祉センター  
② **17日(火)** 住吉会館ルピナス  
午前10時～正午

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と預かる方(サポート会員)の相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。  
定 各20人(申込順)  
※保育あり。1歳以上5人<sup>まで</sup>  
申・問 各回説明会前日の午後5時までに電話で問へ  
問 ファミリー・サポート・センター事務局 ☎042-497-5079  
▶子ども家庭支援センター ☎042-425-3303

## 認知症サポーター養成講座

**12月7日(土)**  
午後2時～3時30分(1時45分開場)  
柳沢公民館

□認知症サポーターとは  
認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。  
内 ●認知症について ●認知症サポーター10万人キャラバンについて ●認知症の方を地域で支えるためには  
対 在住・在勤の方で、認知症サポーター養成講座を受講したことのない方  
定 50人(申込順)  
※参加者にはオレンジリング贈呈  
※5人以上集まれば市内出張講座可  
申 12月2日(月)までに、電話またはメールで住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ  
▶高齢者支援課 ☎042-438-4029  
E f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

## ファッションの裏側、ご存じですか? ～衣類のリサイクルを考える～

**12月15日(日)**  
午後1時30分～3時30分  
エコプラザ西東京

内 ファッションが安価で手に入る裏に隠された発展途上国の貧困と労働問題。その実態を探り私たちに何ができるかを考えます。  
対・定 在住・在勤・在学で18歳以上の方・20人(申込順)  
持 筆記用具  
申 11月20日(水)午前9時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を問へ  
問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585・FAX042-421-8586・Eecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
▶環境保全課 ☎042-438-4042

## 図書館講演会

**「知って、そなえて、病気のこと」**  
**12月15日(日)**  
午後2時～4時(1時40分開場)  
田無公民館

内 自分や家族が病気になったとき、どの情報を信じればよいのでしょうか。いざというときに必要な情報について、実際に医療と関わる方にお話しいただきます。病気や医療についての知識を深めませんか。  
講 望月真弓さん(NPO法人キャンサーリボンス理事)  
定 50人  
申 11月16日(土)午前10時から、開館時間中に電話・メールまたは直接下記へ  
▶中央図書館 ☎042-465-0823・E lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

## 無料市民相談

### ■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 田・保	(月)～(金) 午前8時30分～午後5時

### ■専門相談(申込制) ※1枠30分 ※専門家が一緒に解決の糸口を探します。

□申込開始 **11月18日(月)午前8時30分**(★印は、11月5日から受付中)  
□申込方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話  
※申込開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。  
問 田無庁舎 2階市民相談室 田 ☎042-460-9805  
保谷庁舎 1階市民相談室 保 ☎042-438-4000

内容	場所	日時
法律相談	田	11月26日(火)・27日(水)、12月6日(金)・12日(木)午前9時～正午
	保	12月3日(火)・4日(水)・10日(火)・11日(水)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	★12月5日(木) 午前9時～正午 ※1枠1時間
	保	★11月28日(木)
交通事故相談	田	12月11日(水)
	保	★11月27日(水)
税務相談	田	12月13日(金)
	保	12月6日(金)
不動産相談	田	12月19日(木)
	保	12月12日(木)
登記相談	田	12月12日(木)
	保	12月19日(木)
表示登記相談	田	12月12日(木)
	保	12月19日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	12月9日(月)
行政相談	田	12月20日(金)
相続・遺言・成年後見等手続相談	田	★12月4日(水)

## 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(年会費+会員料金)  
大人(高校生以上)3,600円・子ども(幼児～中学生)1,800円・家族4,800円(5人<sup>まで</sup>)  
□エキスパート会員  
登録料1,500円(初回のみ)と年会費(大人1万8,000円・子ども1万2,000円)

□KKバスケ塾(小学4年生～経験者のみ)クラス別で実施中  
※詳細は問へお問い合わせください。  
申・問 ココスポ東伏見(東伏見ふれあいプラザ内)  
☎042-452-3446 (※HPあり)  
※(月)・年末年始休館(月曜日が祝日の場合は祝日明けが休館)  
▶スポーツ振興課 ☎042-438-4081

通常プログラム	日時	対象	会員料金(1回)
トータルフィットネス	月4回(月)正午	大人	500円
親子リトミック	月4回(火) 午前9時20分 午前10時20分	2歳児と保護者 3歳児と保護者	親子600円
若返り体操	毎週(火)正午	大人	300円
セルフケア	月1回(火)午後1時30分	大人	300円
キッズベリーダンス	毎週(水)午後3時30分	年少児～小学生	500円
ヒップホップダンス(MIYUクラス)	毎週(水)入門	午後3時30分	年少児～低学年 小学生
	初級	午後4時45分	
	中級	午後5時40分	
ヒップホップダンス(YUTAクラス)	毎週(水)入門	午後4時20分	年少児～小学生 小学生
	初級	午後5時10分	
フラダンス	月4回(水)午前10時30分	大人	500円
健康体操	毎週(金)午後1時30分	大人	100円
ヨガ	毎週(金)午前10時	大人	500円
親子3B体操	月3回(金)午前11時10分	2・3歳児と保護者	親子600円
バスケットボール教室 スポンジテニス フィジカル	毎週(金)午後7時	小学3年生～中学生	300円
		小学生以上	500円
		小学3年生以上 小学3年生以上	子供300円 大人500円
バドミントン	月2回(土)午後1時	年中児～中学生	400円
パントマイム	月2回(日)午前10時30分	年中児以上	500円
障害者スポーツ	月1回(日)または(祝)	知的・身体障害児・者	100円

※特別プログラム：KKバスケ塾・ワセコテニス・キッズチア  
※ココスポナイターグラウンド種目(硬式テニス・軟式テニス・アルティメット・サッカー)は12月～3月は休講  
※時間など変更する場合あり。毎月のスケジュール表(問で配布)でご確認ください。  
※詳しくはHP <http://kokospo.net> をご覧ください。