



多摩六都科学館 ナビ

〈大人の学びなおし〉 エッシャーに学ぶ図形と数の性質

図形の基本的な性質やしきつめを利用したアートなどに興味がある方におすすめ。

エッシャーの作品「昼と夜」には、図形を変形した鳥のモチーフがしきつめられています。前半は正三角形を取り上げその性質、数との関係をお話します。後半は工作をとおして立体におけるしきつめを考えます。

時 11月22日(水)午前10時10分～11時50分

対 高校生(相当)以上

定 48人(参加者以外の入室不可)

講 荒木義明さん・天童智也さん(ともに、日本テセレーションデザイン協会)

¥ 材料費100円と入館料(展示室券)

520円(高校生210円)

□共催 日本テセレーションデザイン協会

申 11月8日(水)必着までに、問のHPまたははがきで事前申込

※はがきの場合はイベント名・開催日時・氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号を問へ

※申込多数は抽選し、当選者のみに参加券を送付

場・問 多摩六都科学館

〒188-0014芝久保町5-10-64

☎ 042-469-6100

※休館日：11月6日(月)・13日(月)・20日(月)・24日(金)・27日(月)

令和5年度 ともに生きる! まちづくりフェス

地域共生社会を考えるイベントを開催します。

時 11月15日(水)～17日(金)

場 アスタセンターコート

内 下表参照

※詳細は市HPをご覧ください。

まちづくりフェス

▶地域共生課 ☎ 042-420-2807

日時	内容	問い合わせ先
11月15日(水) 午後1時～4時30分	地域共生と地域連携 ・西東京市地域福祉計画における地域共生社会とは ・商店会の連携「商店会連携マップ」 ・地域の連携「たなしのはなし」 ・地域を支える医療介護の連携	地域共生課 ☎ 042-420-2807
11月16日(木) 午前10時～午後4時30分	地域共生イベント ・福祉丸ごと相談窓口の紹介 ・ほっとネットステーション出張相談窓口 ・めざせ!「お口からながいき」講座(午後1時～1時40分) ・西東京市社会福祉協議会の活動紹介 ・西東京市シルバー人材センターの紹介・相談受付 ・市の取組・計画の紹介	
11月17日(金) 午前11時～午後4時30分	介護の日イベント ※詳細は、10月15日号をご覧ください。	高齢者支援課 ☎ 042-420-2816

2023くらしフェスタ西東京市 ～あしたのためにくらしを考える～

食や環境などをテーマに、生活の中で役立つ知識を紹介します。

時 11月25日(土)・26日(日)午前10時～午後4時

場 消費者センター分館

①【親子イベント】葉っぱでたたき染め

時 25日(土)午前10時30分～正午

対/定 在住・在学の小学生とその保護者／10組20人(申込多数は抽選)



②【トークショー】自分の生き方を自分で決める。

～子育てをしながら福島ボランティアで思ったこと～

時 25日(土)午後2時～3時30分

対/定 在住の方／20人(申込多数は抽選)
ゲスト: キャロル・グレイス・トムソンさん(料理研究家)

③【親子イベント】親子でピザづくり

時 26日(日)午前11時～午後1時

対/定 在住・在学の小学生とその保護者／10組20人(申込多数は抽選)

④【講座】スマホの基本と防災アプリ

～NHKニュース・防災を使って～

時 26日(日)午後1時30分～3時30分

対/定 在住の方／10人(申込多数は抽選)

□その他イベント 参加団体のパネル展示とクイズラリー

申 11月13日(月)(必着)までに、申込フォーム・メール・往復はがきで希望する①～④のイベント名・住所・参加者全員の氏名(①・③の場合は子どもの学校・学年も記入)・電話番号を明記し、〒188-8666市役所協働コミュニティ課へ

※結果は11月15日(水)以降に通知予定

□企画・運営 第23回消費生活展実行委員会

▶協働コミュニティ課 ☎ 042-420-2821

✉ kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



シニアルーム

フレイル予防×まるしえ

時 11月19日(日)午後1時～4時

場 田無駅北口ペDESTリアンデッキ

内 西東京市医師会によるフレイル予防啓発の階段ペイントのお披露目、フレイルチェック体験、西東京市産野菜

の販売、ベジチェックなど

□共催 西東京市医師会・明治安田生命保険

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2812

フレイル予防フェスタ

フレイル予防の社会参加につながる体験コーナーや展示を実施します。

時 11月24日(金)午後1時30分～4時

場 きらっと

対 在住で60歳以上の方

持 上履き、靴袋

内 体力測定会、ボッチャ体験、ワークショップ、地域活動の展示・相談

問 社会福祉協議会 ☎ 042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2812

シニア大学単科講座 古典文学への招待

初心者向けの古典文学の入門講座です。

時 12月18日(月)、令和6年1月29日(月)午後2時～3時45分

場 田無総合福祉センター

対 在住の60歳以上で両日出席できる方
定 20人(申込多数は初めての方を優先し抽選)

講 久保貴子さん(実践女子大専任講師)

申 11月10日(金)午後5時(必着)までに、往復はがきで講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・「福祉会館・老人福祉センター利用証の有無」を明記し、〒188-0011田無町5-5-12西東京市社会福祉協議会福祉支援課へ

※はがき1枚につき1人のみ

問 社会福祉協議会 ☎ 042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2812

シルバーウィーク ～スポーツ施設の無料利用～

時 12月11日(月)～22日(金)の平日午前9時～午後3時入館(2時間以上は有料)

場 スポーツセンター・総合体育館・きらっと

内 ●温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用(2時間^{まで})

●各種教室の参加(下表参考)

※事前申込が必要

対 在住の65歳以上の方

持 令和5年度シルバーウィーク参加カード(過去のカードは住所が分かるものも必要。カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類を持参)

は、初回のみ本人確認書類を持参)

申 11月15日(水)(必着)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望教室を明記し、問へ郵送または返信はがきを各施設窓口を持参(申込多数は抽選)

※1教室につき1枚のはがきが必要

問 スポーツセンター ☎ 042-425-0505
〒202-0013中町1-5-1

▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



場所	番号	教室名	場所	日付	時間	定員
プール	①	水中ウォーキング	スポーツセンター	12月11日(月)	午後1時～2時	各15人
	②	水中運動		12月15日(金)		
フロア	③	バランストレーニング&ストレッチ	スポーツセンター	12月19日(火)	午後1時～2時	各30人
	④	転倒予防&健脳トレーニング		12月22日(金)		
	⑤	ウォーキング&簡単筋トレ	総合体育館	12月13日(水)	午前10時30分～11時30分	各20人
	⑥	体力向上ハツラツ体操		12月21日(木)		
	⑦	簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	12月14日(木)	午後1時～2時	各20人
	⑧	ストレッチ&転倒予防		12月18日(月)		

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。