

☎042-452-7062 (火)～(土)午前9時～午後5時

▶ 障害福祉課 ☎042-420-2804

野鳥観察会～初冬の渡り鳥～

12月6日(土) 午前9時45分～正午
※荒天は12月7日(日)同時刻に延期
石神井川・武蔵関公園周辺

身近な野鳥に親しむ講座です。初冬の野鳥観察をいっしょに楽しみましょう！
☑ 在住・在勤・在学の小学校3年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定15人(申込多数は抽選)
☑ 双眼鏡(あれば倍率8倍程度のもの)・筆記用具・防寒具・雨具・飲み物
申11月3日(祝)～13

日(休)に、電話またはメールで講座名・氏名・住所・日中つながる電話番号・年齢を☎へ ※当選者には11月15日(土)に、電話またはメールで連絡

☑ エコプラザ西東京 ☎042-421-8585
☑ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶ 環境政策課 ☎042-438-4042

耳から昔話を楽しむ～大人のためのおはなし会～

12月7日(日) 午後2時～4時(開場:1時45分)
柳沢公民館 ※当日、直接会場へ

☑ 素話「ゆきおんな」(同名絵本より)・

「くぎスープ」(「世界のむかしばなし」より)ほか 定50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

糖尿病予防講座

12月12日(金) 午前10時～11時15分
防災・保谷保健福祉総合センター2階

☑ 保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話
☑ 糖尿病を予防するための生活習慣を学びたい方および家族
定10人(申込順) ※通院・服薬中の方は参加不可
申12月9日(火)までに、電話・メールで件名「糖尿病予防講座」・氏名・住所・生年月日・電話番号を下記へ

▶ 健康課 ☎042-439-3526
☑ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

柳泉園組合 冬の2大イベント

① 12/19(金)・26(金) 午後5時30分～7時

② 令和8年1/7(水)・9(金) 午前10時30分～正午・午後3時30分～5時

場 柳泉園組合管理棟

① 冬の施設見学会&夜景観賞会
静かな夜の工場やすてきな夜景を眺めてみませんか。

定 各日50人(申込順)

② 親子えんとつのぼり

100mのえんとつの頂上から、皆さんの住む街を見てみましょう(階段で登ります)。

対 小学3年生以上の体力に自信

のある方とその保護者 定 各回10人(申込順)
☑ 水筒・タオルなど ※動きやすい服装

☐ 共通

申 11月17日(月)以降に、電話で☎へ

☑ 柳泉園組合

☎042-470-1545

▶ 資源循環推進課

☎042-438-4043 ☑ のQR



シニアゲーム LIVE vol.3



12/19(金) 午後1時～5時
※当日、直接会場へ

場 J:COMコール田無

子どもからシニアまで、誰でも楽しく参加できるeスポーツイベントを開催します。太鼓ゲームや運転ゲームなど、ゲーム経験の有無に関わらず、どなたでも参加できます。

当日は他自治体とのオンライン交流、eスポーツ市内大会を行います。シニア世代の熱い闘いに乞うご期待!! フレイル予防メニュー試食コーナーやeスポーツ体験コーナーもありますのでお楽しみに!

PR親善大使「林家久蔵さん(落語家)」による寄席と、西東京市和太鼓チーム「天翔 -amakakeru-」による生演奏パフォーマンスで会場を盛り上げます!

▶ 高齢者支援課 ☎042-420-2812



総合型地域スポーツクラブ 「ココスポ東伏見」令和7年度会員・教室参加者募集



¥年会費: ●大人(高校生以上)4,000円 ●子ども(幼児・小中学生)2,000円 ●家族(5人まで)5,300円(1人増すごとに+1,200円)
●障害がある方1,300円(障がい者スポーツ教室のみ参加の場合) ※詳細は、☎へ

Table with 5 columns: 教室名, 日時, 対象, 会員料金, 一般料金. Lists various sports and activities like 親子リトミック, キッズベリーダンス, ヒップホップYU-TAクラス, etc.

※教室の開催有無・場所・その他内容は変更になる場合があります。毎月発行のスケジュール表・☑などで最新の情報をご確認ください。

☎ ココスポ東伏見 ☎042-452-3446 (月休館 ※祝の場合、次の平日が休館) ▶ スポーツ振興課 ☎042-420-2818