



# お役立ちガイド



## 社会福祉協議会から

❑「運転ダヨ!!全員集合」～あなたの運転技術を活かしてみませんか～  
 時・場  
 3月16日(日)・市役所保谷東分庁舎  
 3月17日(月)・田無自動車教習所  
 対 2年間無事故で、免許停止を受けていない方  
 普段から車の運転をしている方  
 カリキュラムを全て受講できる方  
 市内の移送サービス活動にかかわりたい方  
 定 20人(定員になり次第締め切り)  
 料 テキスト代...1,300円  
 認定証交付代...500円  
 募集期間 3月3日(月)～12日(水)  
 詳しくは、社会福祉協議会だよりをご覧ください。  
 問・申 社会福祉協議会地域福祉推進係(☎438-3771)

## シルバー人材センターから

❑西原学習教室  
 料 入会金 / 3000円  
 受講料 / 小学生...7,000円(2教科)  
 中学生...3,500円(1教科)  
 申 はがきに、住所・氏名・学校名・新学年・電話番号・学科(中学)を明記し、3月20日(水)までに、〒202-0013 中町2-1-3へ  
 問 西東京市シルバー人材センター(☎425-6611)  
 平成20年度 小・中学校時間割

	時間	月	火	水	木	金
小学生	午後4時20分～5時20分	4年算数	4年国語	5年算数	-	-
	午後5時30分～6時30分	-	5年国語	6年算数	6年国語	-
中学生	午後6時40分～7時50分	-	1年英語	1年理科	1年数学	2年理科
	午後7時50分～9時	-	2年英語	3年英語	3年数学	3年理科

## ボランティア・市民活動センターから

ボランティア活動を始めたい方のきっかけとして、講演会・シンポジ

ウム・パーティーを行います。  
 ❑ShallWeえがおでぼらんていあ～気付こう・築こうあなたと私ができること～  
 時 3月8日(土)午後1時～4時30分  
 場 田無総合福祉センター  
 申 当日、直接会場へ  
 問 西東京ボランティア・市民活動センター(☎466-3070)

## 公立昭和病院から

公立昭和病院では、南館が完成し、3月1日(土)から順次病棟などの引越しが始まります。  
 特に3月8日(土)には、救命救急センターの引越しに伴って、救急診療を一時的に休診します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。  
 詳しくは、公立昭和病院HP <http://kouritu-showa.jp/> をご覧ください。  
 問 公立昭和病院  
 救急診療について(☎461-0052)  
 引越しについて(☎466-1806)

## 多摩小平保健所から

❑B型・C型ウイルス肝炎検診～もっと肝心を受けよう検診・治そうウイルス肝炎～  
 ウイルス肝炎は症状が現れにくく気がつかないうちに進行しますが、インターフェロンなどの治療によって、完治も可能になりました。  
 早期に発見し、治療を受けるため、検診を受けることが大切です。  
 対 市内に住民登録または外国人登録のある方で、職場の健診で肝炎ウイルス検診を受ける機会のない方  
 過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがある方は対象になりません。  
 受診医療機関 多摩地域の各保健所・検診実施医療機関で受診。詳しくは、お問い合わせください。  
 期間 3月31日(月)まで 検診日時は各保健所・医療機関で異なります。  
 申 電話で市役所健康年金課(☎438-4021)へご連絡ください。  
 問 多摩小平保健所保健対策課(☎450-3111)

❑食育講演会  
 ～「生きる力を育む～幼児期からの食育～」・「やさしいすき幼児の食育プログラム」について～  
 時 3月10日(月)午後2時～4時30分  
 場 ルネこだいら  
 講 坂本廣子さん(食育・料理研究家)  
 問 多摩小平保健所保健栄養係(☎450-3111)

## 今月の薬湯～紅花の湯～

紅花の湯はアレルギーや美容にも効果があるといわれています。  
 時 3月2日(日)  
 小学生以下は入浴無料です。保護者同伴でご入浴ください。  
 問 西東京市公衆浴場組合(妙法湯☎461-3789)

## 西東京創業支援相談センターから

特別相談日(相談無料)  
 3月の中小企業診断士などによる特別相談日は、次のとおりです。  
 ① 3日(月)② 5日(水) 6日(木) 7日(金) 11日(火) 12日(水)⑦ 14日(金) 19日(水) 21日(金) 24日(月)⑩ 25日(火) 27日(木)  
 午後1時30分～4時30分  
 (①②⑦⑩は午前9時30分から)  
 夜間相談(要予約・無料)  
 6日(水) 7日(木) 11日(火) 12日(水) 午後6時～9時  
 経営講習会(要予約・無料)  
 時 3月13日(木)・14日(金)(2日間コース) 午後7時～午後9時  
 パソコン講習会(要予約・有料)  
 時 3月17日(月)・18日(火)・19日(水)の1日のみ。時間などは要問い合わせ。  
 料 1,000円(受講料)  
 空き店舗セミナー(無料)  
 空き店舗をお持ちの大家さんへご連絡ください。  
 パソコンの利用(有料)  
 創業・開業を考えている方は、当センターのパソコンを使用できます。  
 料 1時間200円(利用料)  
 場 南町5-6-18イングビル1階  
 西東京創業支援相談センター(☎461-6611 予約等)

HP <http://www10.ocn.ne.jp/tanasi-s/>  
 問 西東京商工会(☎461-4573)

## 多様な働き方セミナー

パートタイム労働者、事業主を対象として働き方と法律上の決まり・税金・社会保険などの実践的なテーマについて、セミナーを開催します。  
 ❑パート労働早分かり(法律編)  
 時 3月6日(木)午後7時～9時  
 講 菅沼友子氏(弁護士)  
 ❑パート労働早分かり(保険・税金編)  
 時 3月11日(火)午後7時～9時  
 講 森山俊子氏(社会保険労務士)  
 場 アミュービル4階清瀬市男女共同参画センター(アイレック)(西武池袋線清瀬駅北口駅前)  
 定 50人(先着順)  
 申 電話予約。保育をご希望の方は、申込み時に予約してください。  
 問 東京都労働相談情報センター国分寺事務所調査普及係(☎042-323-8511)

## 田無警察署から

警視庁では、犯罪の被害者の悩みや相談にお答えするため、電話相談「犯罪被害者ホットライン」を開設しています。  
 「不安でたまらない」「自分にも責任があるかも」などお悩みの方はご利用ください。  
 「犯罪被害者ホットライン」  
 (☎03-3597-7830・FAX03-3592-6840 平日午前8時30分～午後5時15分)  
 問 田無警察署(☎467-0110内線2133)

## 市民介護研修会

❑施設の技術を在宅に生かす!  
 時 3月24日(月)～26日(水)午前10時～午後3時 1日のみの参加も可  
 場 フローラ田無  
 昼食各自持参(施設内食1回試食あり) 終了者には、修了証を授与。  
 申 当日、直接会場へ  
 問 フローラ田無(☎468-5133)

# 春の信州 菅平少年自然の家

## 3月中はスキー、スノーボード、雪遊び!

菅平少年自然の家(☎0268-74-2277)



菅平高原は3月末までスキーや雪遊びができます。ご家族、お友達とご利用ください。

場 長野県上田市菅平高原  
 申 使用日の3か月前～7日前までに菅平少年自然の家へ電話でお申し込みください。

交通 長野新幹線利用：上野駅(大宮駅)～上田駅(バスで1時間)～菅平農協前下車(徒歩30分)～菅平少年自然の家、自動車利用：関越自動車道・所沢IC～上信越自動車道・上田菅平IC～(R144～R406)～菅平少年自然の家

所要時間はいずれも約3時間  
 自動車の場合、5月までは雪道用のタイヤチェーンなどの準備が必要です。

周辺ガイド  
 車で約30分のところに温泉プール付きの市営さなだ温泉など、気軽に入れる温泉があります。

上田駅近くの上田城跡公園の桜は、例年4月中旬が見ごろです。

菅平スキー場情報 スキー子供の日の3月16日(日)は、小学生以下のリフト料金が無料です。

お知らせ 小学校移動教室のため、5月31日(土)～7月12日(土)の間は、休所日が土曜日になります。ご了承ください。

## 利用料金(1人・1泊2食付)

区分	夏期(5～10月)		冬期(11～4月)	
	市民	その他	市民	その他
未就学児(4～6歳)	(幼児食) 1,100円	(幼児食) 1,200円	(幼児食) 1,150円	(幼児食) 1,300円
小・中学生	(一般食) 1,800円	(一般食) 2,000円	(一般食) 1,900円	(一般食) 2,150円
少年団体の引率者	2,700円	3,500円	2,850円	3,800円
高校生	2,700円	3,500円	2,850円	3,800円
青年(16～22歳)	3,100円	4,200円	3,300円	4,600円
一般	3,600円	4,900円	3,800円	5,300円

空室状況(…空室あり ☎...早めに予約を ×...満室 ...宿泊不可(午後休館)) 2月20日現在

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
3月	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
								○	☎	○	休	○	○	○	☎	○	休	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
4月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	休	○	○	○	○	○	休	○	○	○	○	○	休	○	×	○	○	○	○	休	○	○	○	○	○	○	○	○	休	○	
5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	○	○	○	○	○	○	休	○	○	○	○	休	○	○	○	○	○	○	休	×	×	○	○	○	×	×	×	×	休	○	

