



シニアルーム

シニア世代向け情報

※市からの連絡帳も
ご覧ください。

高齢期のうつ予防講演会～「うつ」のサインを見逃さないで！～

身近な高齢者の「うつ」についてお話しします。
時 3月14日(休)午後2時～3時30分
(午後1時30分開場)
場 コール田無
調 百瀬千春さん(医療法人社団 薫風会山 田病院医師)
定 150人(先着順)
申 当日、直接会場へ。
※どなたでもご参加できます。
◆高齢者支援課 図(☎042-438-4102)

高齢者のための「健康体操教室」～元気な仲間と健康づくり～

福祉会館・住吉老人福祉センターでは、
4月から健康体操教室を開きます。
時 4月～平成26年3月(予定)
対 市内在住で60歳以上の方
定 別表参照
※定員を超えた場合は新規の方を優先し抽選。
※申し込み人数により教室間の調整あり。
申 3月1日(金)～7日(休)までの午前9時
～午後4時(日曜日を除く)に、直接各会
館窓口へ(電話による受け付けは不可)。
※申し込みは1人1教室
※教材費などが自己負担の場合あり
問 西東京市社会福祉協議会
(☎042-438-3773)
◆高齢者支援課 図(☎042-438-4102)

健康体操教室

会館名	実施曜日	教室名	時間	定員
住吉老人福祉センター (☎042-421-1122)	第1～第4 火曜日	A	午前9時40分～10時30分	55人
		B	午前10時40分～11時30分	
		C	午前11時40分～午後0時30分	
下保谷福祉会館 (☎042-422-8338)	第1～第4 金曜日	A	午前9時40分～10時30分	50人
		B	午前10時40分～11時30分	
		C	午前11時40分～午後0時30分	
新町福祉会館 (☎0422-55-1781)	第1～第5 月曜日	A	午前9時40分～10時30分	35人
		B	午前10時40分～11時30分	
		C	午前11時40分～午後0時30分	
富士町福祉会館 (☎042-465-9350)	第1～第4 火曜日	A	午前9時40分～10時30分	50人
		B	午前10時40分～11時30分	
		C	午前11時40分～午後0時30分	
ひばりが丘福祉会館 (☎042-424-0262)	第1～第4 金曜日	A	午前9時40分～10時30分	40人
		B	午前10時40分～11時30分	
		C	午前11時40分～午後0時30分	

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。

イベント NEWS

西東京をもっと楽しむ情報満載！

第2回防災市民組織講演会 「地域で守る災害時要援護者」

3月9日(土) 午前10時～11時
保谷庁舎4階

内 災害時要援護者に対する防災市民
組織の役割について
定 100人(先着順)
調 伊村則子さん(武蔵野大学環境学部環
境学科教授)
申 当日、直接会場へ。
◆危機管理室 図(☎042-438-4010)

障害者雇用について考える ～当事者と企業内支援者の経験 談を踏まえて～

3月10日(日)
午後1時30分～4時30分
障害者総合支援センターフレンドリー3階

□基調講演 障害者雇用の現状と今後
の方向性・望ましいあり方を考えます。
□体験談発表 当事者・企業内支援経
験者の体験談を聞き、障害者雇用につ
いての認識を深めます。
申 郵送またはファクスで、講演会名・
住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明
記し、3月9日(土)(必着)までに、〒188
-0011田無町4-17-14障害者総

合支援センターフレンドリーへ。
◆障害者総合支援センターフレンドリー
(☎042-452-0087・FAX042-452
-0076)

ピアカウンセリング講演会 「特別支援教育」の現場から 考える子どもの未来

3月21日(木)
午後7時(午後6時30分開場)
コール田無

講師の障害児教育のご経験にもとづ
き、今の学校が「特別支援教育」で目指
しているものについてお話しいたさ
ます。障害のある子どもたちは学校教
育の後、どのように地域で自立し社会
参加しているのか。この機会に地域の
皆さんで考えてみませんか。
調 渡辺圭太郎さん(西東京市立田無第二
中学校主幹教諭、西東京市教育支援
コーディネーター)
申 往復はがき・ファクス・Eメールで、
住所・氏名(ふりがな)・年齢・職業・
電話番号を明記し、3月15日(金)(消印
有効)までに、〒202-8555市役所教
育支援課へ。
◆教育支援課 図(☎042-438-4077・
FAX042-438-2023・✉k-sien@
city.nishitokyo.lg.jp)



東京に 多摩に 島々に 羽ばたけアスリート

スポーツ祭東京2013

第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会

第68回国民体育大会冬季大会

アイスホッケー競技会が西東京市で開催されました!!

1月28日(月)から2月1日(金)まで、
ダイドードリンコアイスアリーナ(東
伏見)においてアイスホッケー競技が
行われました。結果はリンクにトラブ
ルがあり試合が中止となったため、成
年の部は東京都・北海道の両チームが、
少年の部は北海道・埼玉県の両チーム
がともに優勝となりました。
全国各地から参加した選手の皆さん
大変すばらしいプレーを見せていただ
きありがとうございました。
◆スポーツ振興課 図(☎042-438-4082)



優勝した成年の部の東京都・北海道チーム

★多摩六都科学館ナビ★

春の特別企画展「東大農場・演習林の生きものたち」 ～市民による自然観察記録・この20年～

都市の中にありながら豊かな生態系
を持つ森と農場での観察記録を紹介。
サイエンスイラストレーター中西章さ
んの細密画、写真家大島淑さんの生態
写真や標本を展示します。
時 3月9日(土)～4月7日(日)

◆展示室がリニューアルオープン
3月9日(土)に体験型展示で人気の5つ
の展示室がリニューアルオープンします。
「チャレンジ」「からだ」「しくみ」「自然」「地球」
のテーマに分かれた新しい部屋で、「科
学すること」をお楽しみください。
問 多摩六都科学館(☎042-469-6100)