



お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

東京都最低賃金の引き上げ

東京都最低賃金(地域別最低賃金)は、10月1日から時間額907円に改正されました。都内で働く全ての労働者に適用されます。

問 東京労働局賃金課(☎03-3512-1614)・最低賃金総合相談支援センター(☎0120-311-615)

シニア対象パソコン教室(11月)

①パソコンの始め方と入力(無料)

時 3日(祝)午後1時～4時

②パソコン入門講座(全4回)

時 6・13・20・27日(金)の午前

③ワード初級講座(全4回)

時 5日(木)、10・17・24日(火)の午前

④エクセル初級講座(全4回)

時 5日(木)、10・17・24日(火)の午後

⑤パソコンの楽しい活用講座(月4回)

時 6・13・20・27日(金)の午後

⑥年賀ハガキ教室(①本文 ②宛名)

時 12日(木)①午前 ②午後

□共通事項

時 午前：9時30分～正午
午後：1時30分～4時

場 シルバー人材センター東伏見教室

対 ①②以外は文字入力のできる方

定 各10人(申込多数の場合は抽選)

料 ②～④6,000円 ⑤⑥各回1,500円

申 ①～④は10月26日(月)、⑥は11月2日(月)までに、往復はがきに講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し問へ ※⑤⑥の詳細は資料をご請求ください。

問 西東京市シルバー人材センター(〒202-0013中町1-6-8・☎042-425-6611)

市民まつり チャリティーバザーへ 物品提供のお願い

□受付期間 10月23日(金)～11月6日(金)の平日午前9時～午後5時

対 衣類・日用雑貨・陶器の新品 ※状態の良い絹・木綿製の着物・帯は、古着でも受け付けます。電化(電池)製品・CD・DVD・本は受付不可

場・問 西東京市社会福祉協議会(保谷東分庁舎・☎042-438-3774)

7522・8020表彰

10月15日(休)現在、ご自分の歯が①75～79歳で22本以上 ②80歳以上で20本以上ある市民の方を表彰します。

該当すると思われる方や該当者をご存じの方は、かかりつけ歯科医院(西東京市歯科医師会会員)へご連絡ください。 ※以前表彰された方は対象外。①で表彰された方が今回②の対象になることは可

□審査期間 11月14日(土)まで

□審査方法 西東京市歯科医師会会員医院・診療所で確認(無料)

◆表彰式

時 11月29日(日)午前9時30分

場 西東京市民会館

問 西東京市歯科医師会(☎042-466-2033)

市民講演会 それでもタバコを吸いますか？

時 11月21日(土)午後2時～4時

場 西東京市民会館 ※当日、直接会場へ

内 喫煙の体への影響について^{ほか}

定 250人(先着順)

問 西東京市医師会(☎042-421-4328)

柳橋保育園の催し

①園庭開放 毎週水曜日午前10時～正午

②ダンス・ピラティス 10月22日、11月5日・26日(休)

③離乳食の作り方 11月6日(金)

④タッチケア 11月27日(金)

□共通事項

対 ①②は未就園児と保護者、③④は妊娠中の方・乳児を子育て中の方

申 ②～④は1カ月前から電話で問へ

※詳細は、園HP・掲示板をご覧ください。

場・問 柳橋保育園

(新町1-11-25・☎042-461-3673)

東部方面隊創立56周年記念行事 実施に伴う航空機の編隊飛行

11月1日(日)の記念行事に向けて、10月中旬から朝霞駐屯地・訓練場で航空機飛行訓練を行います。西東京市上空の飛行時に大きな音が発生することがありますが、ご理解・ご協力をお願いします。 ※期間中の飛行予定などは、問のHPから

問 陸上自衛隊東部方面隊

(☎048-460-1711 内線2427)

平成28年春入校 陸上自衛隊 高等工科学校生徒(推薦・一般)募集

生徒教育3年修了時に高校卒業資格取得可。在学中は生徒手当月額9万4,000円と年2回の期末手当が支給されます。

対 15歳以上17歳未満で中学卒業の男子

□試験日程 推薦…平成28年1月9日(土)～11日(祝)の指定日

一般…平成28年1月23日(土)

□受付期間

推薦…11月1日(日)～12月4日(金)

一般…11月1日(日)～平成28年1月8日(金)

問 自衛隊西東京地域事務所

(☎042-463-1981)

裁判所の調停委員・弁護士による 無料調停相談会

時 11月7日(土)午前10時～午後3時30分

場 武蔵野公会堂(JR吉祥寺駅南口徒歩2分)

※当日、直接会場へ

内 土地建物、金銭、交通事故、家庭内・親族や近隣とのめめ事などの調停手続き

問 東京簡易裁判所(☎03-5819-0267) ※午前10時～午後4時

東京一日合同行政相談所

時 10月27日(火)午前10時～午後4時

場 新宿駅西口広場 イベントコーナー

内 年金・保険・国税・登記・道路・郵便・マンション管理^{ほか}

問 東京行政評価事務所

(☎03-3363-1100)

シニアルーム

シニア世代向け情報
※市からの連絡帳コーナーも
ご覧ください。

高齢者のための 「歩いて見る会」

高齢者福祉大会

専門員の解説を聞きながら、遺跡を巡る約5kmのコースを歩きます。

時・場 11月6日(金)集合：午前9時30分・東伏見駅南口 ※小雨決行

□コース(予定) 東伏見駅→氷川神社→下野谷遺跡公園→東伏見稲荷神社→西武柳沢駅(解散：午後0時30分^{ごろ})

対 市内在住の60歳以上の方

定 30人(申込順)

申 10月16日(金)から、各福祉会館・老人福祉センターの窓口へ(電話受付不可) ※休館日を除く午前9時～午後4時

時 11月11日(水)午前10時～午後4時

場 保谷こもれびホール

※当日、直接会場へ

対 市内在住の60歳以上の方

□第一部 式典・公演

①昭和懐メロ歌謡ショー(懐メロなっちゃん) ②笑いとおの二重奏(めおと楽団ジギジキ)

□第二部 演芸(市内各高齢者クラブ)

問 西東京市社会福祉協議会

(☎042-438-3773)

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

振り込め詐欺撃退！ 自動通話録音機の追加貸し出し 無料

この録音機は、電話機の呼び出し音が鳴る前に、発信者(犯人)に対して警告メッセージを流すため、発信者が通話を断念して被害を防止する効果が期待できます。

対 市内在住のおおむね65歳以上の方が居住する世帯

□貸出回数 40台(申込順)

申 11月2日(月)から、右記へ電話連絡の

うえ、印鑑と本人確認ができる書類または公的機関が発行した住所・氏名が確認できる郵便物などを持参して、危機管理室へ(防災センター5階)

※受付：平日午前9時～午後5時

※申込書は危機管理室で配布。東京都および市HPでもダウンロード可

※電気料金の年間323円相当は利用者負担

◆危機管理室(☎042-438-4010)

第7回 「介護の日」イベント 「地域包括ケアシステム」ってどんなこと？ PART 3

時 11月11日(水)午前11時～午後5時 場 アスタビル2階センターコート

～考えよう、行動しよう、自分らしく暮らし続けるために “お互いさま”でつながる健康都市・西東京～

◆プログラム

□午前11時 オープニング・西東京しゃきしゃき体操実演(西東京しゃきしゃき体操リーダー)

□正午 介護予防体操(西東京市接骨師会)

□午後0時30分 認知症と転倒リスクチェックで早期発見・早期予防を！(地域包括支援センター)

□午後1時～3時 おくすり相談(西東京市薬剤師会)

□午後1時30分 トークショー「地域包括ケアシステムって何？～西東京市の在宅療養の今とこれから～」

内 在宅療養を支える現場を多職種の視点から

□午後2時 高齢者疑似体験～年をとるってどうということ？(東京都理学療法士会)

内 福祉用具デモンストレーション

□午後4時 ささえあいコンサート(柳沢中学校PTAコーラス「ハーモニーあい」)

◆展示

福祉用具・住宅改修展示(西東京市介護保険連絡協議会)、西東京市社会資源マップ、介護川柳

□介護川柳募集中 10月16日(金)(消印有効)まで。詳細は、市報10月1日号をご覧ください。

□共催 西東京市社会福祉協議会

◆高齢者支援課(☎042-438-4032)



いこいーなと福しんごうくんも登場

介護の日とは…

介護についての理解と認識を深め、介護に関わる方の支援と、地域での支え合いや交流を促進するため、平成20年に国が、11月11日(いい日いい日)を「介護の日」と制定しました。



みんなで一緒に介護予防体操