



キッズルーム

子育て世代向け情報
※市からの連絡帳コーナーも
ご覧ください。

児童館ランチタイム(試行)スタート! ～一緒に食事おいしいね～

夏休み期間中、保護者が仕事などで不在の昼食の時間に、孤食の防止と子どもたちの居場所づくりを目的として「児童館ランチタイム」がスタートします。この夏は、試行として下記の2館で実施します。友達と一緒に、楽しく和やかな雰囲気ランチしましょう!

時 7月21日～8月31日の火～金曜日 正午～午後1時

場 ひばりが丘北児童センター
西原北児童館

対・定 市内在住の小学生(現行の幼児対象のランチタイムとは別事業)・20人

持 保護者が用意した弁当・水筒・お手ふき
申 上記2施設または市HPにある「児童館ランチタイム利用申請書」を、保護者が希望する施設へ提出
◆児童青少年課 田(☎042-460-9843)



「一日図書館員」になってみませんか

□中央図書館

時 ①7月22日(金) ②26日(火)
対・定 ①小学4～6年生・6人
②小学5年生～中学生・6人

□保谷駅前図書館

時 7月27日(水)・29日(金)
対・定 小学4～6年生・各6人

□芝久保図書館

時 7月28日(木)
対・定 小学4～6年生・3人

□谷戸図書館

時 7月27日(水)・28日(木)
対・定 小学4～6年生・各4人

□柳沢図書館

時 ①7月26日(火) ②29日(金)
対・定 ①小学4～6年生・6人
②小学5年生～中学生・6人

□ひばりが丘図書館

時 7月27日(水)・28日(木)
対・定 小学4～6年生・各6人
※いずれも午後1時30分～4時30分
申 7月1日(金)～8日(金)の開館時間中に希望の図書館へ来館(電話不可。1人1館)
※申込多数の場合は、市内在住・在学、申込者をご本人、初めての方を優先
※申込者全員に結果を電話で連絡します。
◆中央図書館(☎042-465-0823)

ミッキーとあそぼう 親子でエコダンスとリユース～夏休み～

時 7月1日～22日の金曜日と8月26日(金) 午前10時～11時30分

場 エコプラザ西東京

内 エコダンス・親子体操・障害物遊び・家庭で不用になった物を持ち寄り譲り合うリユース活動

対 乳幼児～小学2年生と保護者(市内在住・在勤)

定 各25組(先着順) ※当日、直接会場へ持参
持 飲み物・タオル・子ども用の名札(用意可能な方のみ)・動きやすい服装・室内履き(はだしでも可)

問 エコプラザ西東京(☎042-421-8585 ※午前9時～午後5時)

◆環境保全課(☎042-438-4042)

夏休みの自由研究に

郷土資料室 Dokiドキ! 親子縄文土器づくり体験教室(全3回)

親子で縄文土器づくりを体験して、縄文人の豊かな感性や優れた技術に触れてみませんか。

土器は焼き上げまで行い、完成後は一度持ち帰っていただき、10月に下野谷遺跡公園で開催する「縄文の森の秋まつり」で展示させていただく予定です。

時・場・内 (下表参照)

※いずれも現地集合・現地解散

対・定 市内在住・在学の小学4～6年生と保護者・10組(申込順)

申 7月6日(水)午前10時から電話で郷土資料室(☎042-467-1183)へ

◆社会教育課(☎042-438-4079)

日時	場所	内容
7月22日(金) 午後2時～午後4時	郷土資料室	縄文土器について学ぼう! 縄文土器の文様を復元しよう!
7月29日(金) 午前10時～午後3時	郷土資料室	縄文土器を作ってみよう!
8月25日(木) 午前10時～午後3時 ※雨天中止	東京都埋蔵文化財センター (多摩市落合1-14-2)	縄文の森で、縄文土器を焼こう! 縄文の森を探検しよう!

夏休みはパパと新聞チャンバラ ～小さい子は新聞プールもあるよ～

内 新聞紙を丸めて剣を作る、ちぎった新聞紙をためたプールで遊ぶ

時 8月7日(日)午後10時～正午

場 住吉会館ルピナス

定 小学生以下の子どもと保護者30組
※保育あり：生後6カ月以上の未就学児

15人(申込順)

申 7月1日(金)午前9時から、電話・Eメールで下記へ

◆男女平等推進センター
(☎042-439-0075・✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

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。

認知症のチェックをしませんか?

携帯電話やスマートフォン、パソコンで簡単に認知症のチェックができる「認知症簡易チェックサイト」を開設しました。

対象者別に「これって認知症?(家族・介護者向け)」と「私も認知症?(本人向け)」の2つがあり、認知症の結果とともに、相談先が表示されます。

□利用方法 市HPまたは右記QRコードから

※サイトを利用できる環境のない方は、チェックリスト付きパンフレットをお渡しします。下記またはお近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。

◆高齢者支援課 保(☎042-438-4029)



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。まずは、認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか。

時・場 7月9日(土)午後2時～3時30分(1時45分開場)・ふれあいセンター

内 ①認知症について ②認知症サポーター100万人キャラバンについて ③認知

症の方を地域で支えるためには
対 市内在住・在勤で、当講座を受講したことのない方

定 30人(申込順)

申 7月7日(木)までに電話で下記へ

※参加者にはサポーターの証しであるオレンジリングを差し上げます。

※5人以上集まれば、市内どこでも出張講座を行います。

◆高齢者支援課 保(☎042-438-4029)

運動・口腔・栄養ミックス講座(全12回)

時・場 別表参照

対 市内在住の満65歳以上で、立って運動ができる方

定 各15人(申込多数の場合は抽選)

¥1,800円(全12回分・事前支払)

申 7月8日(金)(消印有効)までに往復はがき

で、住所・氏名・年齢・電話番号・希望会場番号を〒202-8555市役所高齢者支援課「運動・口腔・栄養ミックス講座」係へ

◆高齢者支援課 保(☎042-438-4029)

会場番号	会場	日程
①	スポーツセンター	7月21日～10月20日の木曜日 午前10時～11時30分
②	新町福祉会館	7月27日～10月12日の水曜日 午後2時～3時30分
③	下保谷福祉会館	7月29日～10月14日の金曜日 午前10時～11時30分

転倒・尿失禁予防の運動教室

イスに座って行う運動が中心なので、どなたでも参加できます。

時 7月21日～平成29年1月26日の木曜日 午後3時30分～4時30分(全24回)

場 武蔵野ファミリークリニック(新町1-2-20)

対 市内在住の満65歳以上で、おおむね全日程受講できる方

定 8人(申込多数の場合は抽選)

¥3,600円(全24回分・事前支払)

申 7月8日(金)(消印有効)までに、はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-8555市役所高齢者支援課「転倒・尿失禁予防の運動教室」係へ

◆高齢者支援課 保(☎042-438-4029)



自転車の盗難に注意しましょう

被害を未然に防止するためにも、日頃からの対策を心掛けましょう。

□自転車の盗難を防ぐために

- 駐輪時は、短時間でも確実に施錠する。
- 自宅の前であっても路上に放置せず、

必ず自宅敷地内や駐輪場に止める。
●鍵は壊されにくいものやワイヤー錠を併用するなど、防犯効果を高める。

問 田無警察署(☎042-467-0110)

◆危機管理室 保(☎042-438-4010)



消防水利や標識付近の駐車禁止

消防水利とは、消火活動のために必要な水のことです。水道管に接続されている消火栓や地下に消火用水がためられている防火水槽などがあります。

消防水利の周囲には、位置が分かるように水利標識が建てられており、これらの周囲への駐車は法律で禁止されています。消防隊は火災の連絡を受けると直ちにその現場に向かい、消防水

利の近くに消防車を止めます。しかし、違法に駐車された車両があると消防水利が使用できず、火災の被害が拡大するおそれがあります。消防隊の円滑な活動と、火災被害の拡大防止のため、消防水利や標識付近には絶対に駐車しないでください。

問 西東京消防署(☎042-421-0119)

◆危機管理室 保(☎042-438-4010)