

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

「音と食で生活を癒やす〜ヒーリング講座〜」&「養育家庭体験発表会」

10月8日(木)
午後1時30分〜3時30分
住吉会館ルピナス

- 「音と食で生活を癒やす〜ヒーリング講座〜」…ココロとカラダを休めてみませんか
 - 「養育家庭体験発表会」…親元で暮らせない子どもたちを、自らの家庭に迎え入れ育てている「里親」の子育て体験談など
- 定 20人程度(申込順)
申 電話で下記へ
▶子ども家庭支援センター
☎042-425-3303

ピアカウンセリング

10月13日(火)
●午前9時15分〜10時
●10時30分〜11時15分
障害者総合支援センターフレンドリー

- 障害児の保護者が相談員となって、同じ立場からお話を伺い、一緒に考えます。
- 対 定 就学前から高校生の障害児の保護者・各回1人
 - 申 電話・ファクスで問へ
 - 問 相談支援センターえぼっく
☎042-452-0075
FAX042-452-0076
▶障害福祉課 ☎042-420-2805

障害者サポーター養成講座(初級編)

10月24日(土) 午後3時
ふれあいセンター

障害のある方が困っているときにちょっとした手助けをします。

※受講者には、サポーターの証しであるサポートバンドナ・キーホルダーを贈呈

- 内 ヘルプカード・ヘルプマークとは
- 定 10人(申込順)
- 申 前日までに電話で問へ
- 問 社会福祉法人さくらの園・カノン
☎042-452-7062
▶障害福祉課 ☎042-420-2804

傘布でオリジナルのエコバッグを作ろう!

10月31日(土) 午後1時〜3時
エコプラザ西東京

日本全国で7月1日からレジ袋が有料になりました。レジ袋をエコバッグに替えるほんの小さな行動が環境破壊の抑制につながります。そこで、傘布でオリジナルのエコバッグを作ってみませんか。

- 対 在住・在勤・在学の18歳以上でミシンが使える方
- 定 15人(申込順)
- 持 傘布(1本分で8枚の傘、布地は傘骨から外して洗って持参。ビニール傘不可)、裁縫道具(マチ針・チャコペン・30cmのものさし・ハサミなど)
- ※マスク着用
- ※傘を解体する際はけがにご注意ください。
- 申 10月5日(月)午前11時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
- 問 エコプラザ西東京
☎042-421-8585 (午前9時〜午後5時)・FAX042-421-8586・
✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境保全課
☎042-438-4042

11月11日は介護の日「介護川柳」募集

介護に関する出来事や思うことなどを川柳にしてお寄せください。選ばれた作品は、11月の「介護の日」に合わせて市HPに掲載します。

- 申 10月15日(木)(消印有効)までに、川柳・氏名(ニックネーム可。川柳とともに公表)を〒188-8666市役所高齢者支援課「介護の日」係へ郵送・ファクスまたは持参(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)
- ※応募用紙は高齢者支援課・地域包

括支援センター・福祉会館・市HPで配布
※作品は市HPのみで掲載
※作品は返却しません。選考結果の発表は、市HPの掲載をもって代えさせていただきます。
※今年度の介護の日のイベントは中止します。

- ▶高齢者支援課 ☎042-439-4425
FAX042-439-4490



赤ちゃん集まれ〜♪

地域子育て支援センターでは、赤ちゃんとお母さんの方が楽しめる赤ちゃんのつどいを行っています。

人数を制限したうえでの予約制になります。詳細は各センターHPをご覧ください。

- 対 8カ月までの乳児と保護者
- 赤ちゃんのつどい日程(10・11月)
- 時 午前10時30分〜11時30分
- ※午前10時〜11時
- センターの情報は
こちらから▶

□赤ちゃんのつどい日程(10・11月)

会場(同保育園内)	日程
センターすみよし*	10月26日(月) 11月30日(月)
センターけやき	10月23日(金) 11月27日(金)
センターやぎさわ	10月19日(月) 11月18日(水)
センターなかまち	10月16日(金) 11月20日(金)
センターひがし*	10月26日(月) 11月16日(月)

▶保育課 ☎042-460-9842

秋の夜長のおともに、読書はいかがですか

過ぎやすくなった夜に、ゆったりと本を読まれてはいかがでしょう。図書館が多くの本との出会いをお手伝いします。

3月にリニューアルした図書館HPでは、資料の検索のほか多彩な項目をご用意しています。

- 図書館員おすすめの本を紹介「図書館員の本棚」
- 『田無市史』『保谷市史』、絵図など、西東京市に関する資料をインターネット上で公開

西東京市デジタルアーカイブ▶

- 図書館が発行する情報誌を紹介「図書館発行物」など、リニューアルで見やすくなった図書館HPをぜひご活用ください。

図書館HP▶

▶中央図書館 ☎042-465-0823



図書館HPのトップページイメージ



多摩六都科学館ナビ

やさしい日本語ワークショップ 科学館の絵本をつくろう

科学館を探検して好きなものを見つけよう。その後iPadで、科学館の「デジタル絵本」と「紙の絵本」を作ります。やさしい日本語でお話します。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、オンライン開催になる可能性があります。

時 10月18日(日)午後1時〜3時30分

対 外国にルーツを持つ

- 小学1〜4年生とおうちの人・仲の良い大人
- 小学5〜6年生(1人または友だち2人でも可)

※参加者以外入室不可

定 6組

講 朝倉民枝さん(株)グッド・グリーンフ

¥ 入館券520円(小学1〜6年生210円)

申 10月8日(木)(必着)で、問のHPからまたははがきでイベント名・開催日・

名前・年齢・学年・郵便番号・住所・電話番号を問へ

※締切後は電話でお問い合わせください。

※応募多数は抽選し、当選者に参加券を送付

場・問 多摩六都科学館 〒188-0014 芝久保町5-10-64・☎042-469-6100

※休館日：10月5日(月)〜8日(木)・12日(月)・19日(月)・26日(月)



ロトサイエンスコラム

75 「綿の構造を知れば、長持ちにつながる」

シャツや肌着など日常着る服には、綿製品が多いです。それは、水を吸いやすく、肌触りが良いなどのメリットがあるためです。また、デメリットは適当に洗濯すると縮んでしまうことがあります。

綿糸の材料である綿花の繊維は、細胞内の水分が失われると中空になります。この構造が水を吸いやすい利点になりますが、吸水して膨らむと糸の長さは短くなり、そのまま乾かすと洗濯前よりも縮みます。また、糸を作る際に伸ばしたよじれた繊維が、激しく洗うことで元の形に戻ろうとして縮んでしまうのです。

そんな綿製品を長く使うヒントは、タグの洗濯マークにあります。写真

のマークは左から、「手洗い推奨」、「漂白不可」、「乾燥機不可」、「日陰干し」、「150度までのアイロン可」、「ドライクリーニング不可」と読み取れ、繊細な扱いが必要ながわかります。洗濯マークを参考にするとともに、乾かす前に形を整えると、より長持ちさせやすいでしょう。



参考：消費生活相談Q&A 新しい洗濯表示のご案内(市HP内)