



シニアルーム

シニア世代向け情報
※市からの連絡帳(2面)も
ご覧ください。

自宅でできる体操講座(全3回)受講者募集

「自宅でできる体操を学ぶ」をテーマとした講座を開催します。

時 12月～令和3年2月

対 在住で60歳以上の方

定 各会館15人(申込多数は、福祉会館・老人福祉センターで他の体操系講座を受講していない方を優先し抽選)

申 11月9日(月)～13日(金)午前9時30分～午後4時に、「福祉会館・老人福祉センター利用証」を持参し、各会館窓口へ(電話受付不可)

※利用証がない方は、保険証など住所・氏名・生年月日が分かるものを持参

問 社会福祉協議会 ☎042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

□自宅で出来る体操教室

場所	実施日	時間
住吉老人福祉センター ☎042-421-1122	12月23日(水)	午後1時30分～2時40分
	1月20日(水)、2月17日(水)	午前10時～11時10分
ひばりが丘福祉会館 ☎042-424-0262	12月21日(月)、2月15日(月)	午前10時～11時10分
	1月25日(月)	午後1時30分～2時40分
下保谷福祉会館 ☎042-422-8338	12月15日(火)、1月19日(火)、 2月16日(火)	午後1時30分～2時40分
	12月24日(水)、1月28日(水)、 2月25日(水)	午前10時～11時10分
新町福祉会館 ☎0422-55-1781	12月23日(水)、1月27日(水)、 2月24日(水)	午後1時30分～2時40分
	12月17日(水)、1月21日(水)、 2月18日(水)	午前10時～11時10分

シニア大学 単科講座 「古典文学への招待」(全2回)受講者募集

初心者向けの古典文学の入門講座です。

時 ①12月8日(火) ②15日(火)

午後2時～3時45分

場 田無総合福祉センター

対 在住の60歳以上の方で、両日出席できる方(1日のみ参加の方は、その旨をお書きください)

定 20人 ※申込多数は抽選

講 久保貴子さん(実践女子大専任講師)

申 11月9日(月)(消印有効)までに、往復はがきで講座名、住所、氏名、年齢、

電話番号、福祉会館・老人福祉センター利用証の有無を明記し、〒188-0011田無町5-5-12西東京市社会福祉協議会福祉支援課へ郵送

※結果は、11月24日(火)より返信はがきで通知

※申込は、はがき1枚につき1人

問 社会福祉協議会

☎042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎

☎042-420-2811

11月2日(月)は、都市農業の日!

平成27年4月に、「都市農業振興基本法」が成立したことを受け、都市に農地がある素晴らしさや農業と触れ合うことの喜びを分かち合い、都市農業を盛り上げるきっかけとするために都市農業の日が制定されました。

市では、都市農業の魅力やPRし、都市農業と触れ合えるイベントを随時開催しています。ぜひご参加ください。

まちは畑は役に立つ! 検索

▶産業振興課 ☎

☎042-420-2820



多摩六都科学館 ナビ

やさしい日本語でプラネタリウムをたのしもう

プラネタリウムできれいな星空をみんなで見よう。やさしい日本語を使って星のおはなしをします。

□やさしい日本語とは

外国人にわかりやすい日本語です。災害が起きたときに有効なことばとして考案されたものです。

時 12月6日(日)午後5時30分～6時30分

対 外国にルーツを持つ小学1年生以上の方

※中学生以下は大人と参加

定 50人

¥観覧料520円(小学生～高校生210円)

※午後5時までに来館した場合は別途入館料が必要

申 11月24日(火)(必着)で、問のHPからまたははがきでイベント名・開催日・氏名・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を問へ

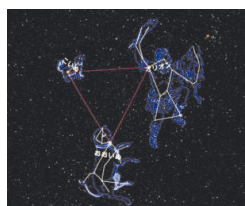
※申込多数は抽選し、当選者に参加券を送付

場・問 多摩六都科学館

〒188-0014芝久保町5-10-64

☎042-469-6100

休館日: 11月2日(月)・9日(月)・16日(月)・24日(火)・30日(月)



ファミリー・サポート・センターを利用しませんか

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と預かる方(サポート会員)が会員となり、子どもの預かり・送迎・外出時の同行などを有償で行う会員同士の相互援助活動事業です。

ファミリー会員が支払う利用料金が、サポート会員の活動報酬となります。

◆子育て手伝って! ~サポート会員養成講習会~

時・内 下表参照

場 住吉会館ルピナス

対 在住で満20歳以上の心身ともに健康な方で、全日程を受講後にサポート会員として活動できる方
※全日程を受講できない方もご相談ください。

定 30人(申込順)

申 11月26日(木)までに、電話で問へ(後日決定通知を送付します)

※養成講習会に保育はありません。※活動に少しでも関心のある方、養成講習会を受講するか迷っている方、どんなことでもお気軽にお問い合わせください。

□サポート会員養成講習会

日程	時間	内容
12月9日(水)	午前10時～午後3時	オリエンテーション・西東京市の子育て支援/子どもを安全に預かるために
10日(木)	午後1時～3時30分	保育の心と子どものケア
11日(金)	午前10時～午後3時30分	子どもの心の発達とかかわり/登録説明・修了式

※上記の講座のほか、別途開催する緊急救命講習を受講していただけます。

障害のある皆さん スポーツを楽しみませんか

新型コロナウイルス感染症の影響で中止していた事業を再開します。

時 ①毎月第3(土)午前9時30分～11時30分 ②毎月第4(土)午後2時～3時30分

場 スポーツセンター

▶障害福祉課 ☎042-420-2804

①障害者スポーツ支援事業

障害者スポーツ指導員や補助員と一緒に、行うスポーツレクリエーションです。

対 在住・市内の障害者作業所などに通所している方

※車椅子利用の方はご相談ください。

¥スポーツ傷害保険料(1回50円)

申・問 NPO法人ウーノの会

☎042-424-7775

FAX042-439-4487

②障害者水泳教室

対 在住・在学・市内の障害者作業所などに通所している方(高校生以上)

定 20人

※介助者の入水可

※参加の条件などは問にお問い合わせください。

申・問 スポーツセンター

☎042-425-0505

FAX042-425-0606

西東京市女性の働き方サポート推進事業

「ハンサムMamaプロジェクト」

□12月交流カフェ ※オンライン開催になる場合があります。

内容	日時	場所
2021年の事業展開について意見交換をしよう!	12月10日(木) 午前10時～11時30分	田無第二庁舎 4階

申 下記専用HPから

▶産業振興課 ☎042-420-2819

西東京市 ハンサム・ママ

検索



※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。