

**!** 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや、例年行われているイベント・事業についても中止・延期となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、マスクの着用など、感染症対策にご協力ください。

# イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

## 若年性認知症の家族会・当事者会「かえるの会」

**2月24日(水)**

午後1時30分～3時

防災・保谷保健福祉総合センター6階

若年性認知症の方への介護に関する悩みを話したり、アドバイスし合ったり、気軽に語り合ってみませんか。3カ月に1回程度開催しています。

**対** ●若年性認知症の方を介護しているご家族の方(発症が65歳未満で現在65歳以上の方の介護者の方も参加可)

●若年性認知症の方(若年性認知症と診断されているおむね70歳ぐらゐまでの方)

**申** 2月19日(金)までに、電話・メールで下記へ

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp



## 息子介護者の会・娘介護者の会

**2月27日(土)**

午前10時30分～正午

保谷駅前公民館

高齢者の介護をしている息子さん・娘さんの悩みやご苦労を同じ立場の方同士で語り合ってみませんか。ぜひご参加ください。

**対** 高齢者の介護をしている息子さん・娘さん

**申** 前日までに住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご連絡ください。

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

## 障害者サポーター養成講座(初級編)

**2月27日(土)** 午後3時から

芝久保公民館

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する障害者サポーター養成講座(初級編)を開催します。参加者にはサポーターの証しであるサポートバンダナ・キーホルダーを差しあげます。

**内** 「ヘルプカード・ヘルプマークとは」<sup>など</sup>(約1時間)

**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 **田** ☎042-420-2804



キーホルダー

## 認知症サポーター養成講座

**3月6日(土)**

午後2時～3時30分(1時45分開場)

田無総合福祉センター

認知症になっても安心して暮らし続けるためには、地域での見守り、ちょっとした手助けが必要です。認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか。

**◆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の支援をする方です。

**内** ●認知症について

●認知症サポーター100万人キャラバンについて

●認知症の方を地域で支えるためには **対** 在住・在勤の方で、当講座を受講したことのない方

※参加者にはオレンジリング贈呈

**申** 3月1日(月)までに、電話・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ

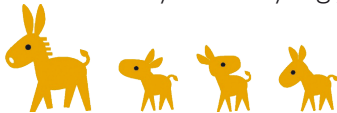
**定** 25人(申込順)

※5人以上集まれば市内出張講座可

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp



## 木山裕策さんのオンライン講演会&生ライブ!

**3月17日(水)** 午後6時～8時

オンライン開催

会社員と歌手を両立してきた広い視野と男の子4人の子育て経験(主夫体験)を生かした子育て論を、お話しいただきます。子育てとパートナーシップについて一緒に考えましょう。

講演会の最後には、木山さんから生歌をプレゼントしていただきます。

コロナ禍の今、すてきなうち時間をご家族でお楽しみください。

※講座は、Zoomを用いて開催します。参加には、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

**定** 50人程度(申込順)

**講** 木山裕策さん(歌手)

**申** 2月15日(月)午前9時から、申込フォームまたはメールで件名「木山さん講座」・住所・氏名・電話番号を下記へ

※詳細は市 **HP** をご覧ください。

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



## 消費生活講座

### 「若い人ほど狙われる 金融トラブルに備えて」

**3月26日(金)** 午後2時～3時30分  
オンライン開催

若者がターゲットにされるマルチ商法被害、金融トラブルが増えています。また成年年齢引き下げにより「お金の使い方」に対する知識も求められるようになります。いま、知っておくべきことをご紹介します。

※お子さんがいる保護者の方にも参考になる内容です。

※講座は、Zoomを用いて開催します。参加には、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

**内** 若年層の金融トラブル<sup>など</sup>

**対** 在住・在勤・在学の方

**定** 20人(申込順)

**講** 日本貸金業協会

**申** メールで件名「若年層金融トラブル講座」・住所・氏名・年齢・電話番号を協働コミュニティ課へ

▶協働コミュニティ課 **田**

☎042-420-2821

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

## まちづくり円卓会議

### 「みんな いろいろ～LGBTQから話し合おう」

**3月27日(土)**

午後1時30分～4時30分

田無総合福祉センター

お互いの個性を尊重する、生きづらさのない町を目指すために何ができるでしょう。

多様性の一つであるLGBTQ(性的マイノリティ)をテーマに、関係者による話し合いを公開で行います。

**内** 当事者・関係者による公開会議

**対** 在住・在勤・在学でテーマに関心がある方

**定** 10人(申込多数は抽選)

**申** 3月17日(水)までに、メールまたは電話で住所・氏名・電話番号・所属団体名を **問** へ

**問** 市民協働推進センターゆめこらぼ

☎042-497-6950

✉yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp

▶協働コミュニティ課 **田**

☎042-420-2821

## シルバー月間 ～スポーツ施設の無料利用～

**時** 3月1日(月)～31日(水)の平日午前9時～午後3時入館(それ以外は有料)

※2日(火)は休館日

**場** スポーツセンター・総合体育館・きらっと

**内** ●温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用(2時間<sup>まで</sup>)

●各種教室(下表参照)の参加

**対** 在住で65歳以上の方

**申** 2月26日(金)(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を **問** へ郵送または返信用はがきを各館窓口

に持参(申込多数は抽選)

※1教室につき、はがき1枚が必要

**参加・利用方法** 利用時に「令和2年度シルバーウイーク参加カード」を提示してください(過去のカードをお持ちの方は、カードと住所が分かるものをご持参ください)。

※カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢が分かるもの)をご持参ください。

**問** スポーツセンター

〒202-0013中町1-5-1

☎042-425-0505

▶スポーツ振興課 **田**

☎042-420-2818

	教室名	場所	日時	定員
プ ー ル	① 水中ウオーキング		3月5日(金)	各 15人
	② 水中運動		22日(月)	
フ ロ ア	③ バランストレーニング&ストレッチ	スポーツセンター	9日(火)	午後1時～2時 30人
	④ 転倒予防&健脳トレーニング		19日(金)	15人
	⑤ ウオーキング&簡単筋トレ	総合体育館	10日(水)	午前10時30分 ～11時30分 各 20人
	⑥ 体力向上ハツラツ体操		25日(木)	
	⑦ 簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	15日(月)	
	⑧ ストレッチ&転倒予防		31日(水)	

## 「はつらつサロン」に参加しませんか

閉じこもり予防を目的としたサロンです。プログラムに参加するだけでなく、市内のさまざまな活動の情報を知り、体験することができます。この活動を通して、サロン卒業後も人とつながる活動を見つけられるようサポートします。

外出の機会が少ない高齢者のご家族からの相談もお受けしています。見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

**時** 週1回

※曜日・時間は会場ごとに異なります。

**場** 市内福祉会館・老人福祉センター(6カ所)

**内** おしゃべり・脳トレ・簡単な体操・その他課外活動<sup>など</sup>

**対** 外出機会の少ない、在住で満65歳以上の方

**定** 各館10人程度

※介護保険の通所サービスを利用されている方を除く

**期** 1年間(最長)

※詳細は **問** へお問い合わせください。

**問** 社会福祉協議会

☎042-497-5071

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811