

いつか働きたいあなたのための 「おしごと準備セミナー」



10/25(金)、11/1・8(金)(3回連続講座)
午前10時～正午 住吉会館ルピナス

日々の生活の中で、自分の将来を考える機会はあまりないものです。セミナーに参加しながら、将来の働き方について考えてみませんか。ワークが盛りだくさんの楽しく学べるプログラムです。

◆キャリアデザインスクール
～笑顔で働く未来を考えよう～

対子育てや介護などを理由に離職した女性のうち、再び働くことを希望する方 定20人(申込順)

※保育あり。1歳以上未就学児まで・各回6人 三橋亜希子さん(ライフコーチ)・西畑敦子さん(ファッションキャリアコンサルタント)・浅川絢子さん(キャリアアドバイザー) 10月18日(金)午後5時までに、下記QRコードから

※詳細や申込は下記QRコードから
▶協働コミュニティ課 ☎042-439-0075



申込フォーム

市民スポーツまつり

参加者募集

10/14(祝) 午前9時30分～午後4時
向台運動場・市民公園グラウンド

◆事前申込競技

□500mリレー

時 ● 予選：午前11時

● 決勝：午後2時50分

①小学4年生以下の部 ②5・6年生の部 ③中学生以上の部

● 1チーム5人 ※③のみ男子3人・女子2人(1・3・5走は男子、

2・4走は女子)

●各18チーム募集(いずれも申込順)

□大縄跳び

時 午後1時15分

● 1チーム12人(回す人2人、跳ぶ人10人)

● 20チーム募集(いずれも申込順)

④500mリレー・大縄跳びに参加する方は9月27日(金)までに、参加競技名・チーム名(ふりがな)・チーム全員の氏名・学年(または年齢)・代表者電話番号を明記し、☎へメール・ファクスまたは直接持参 ☎〒188-0012南町5-6-5 南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」内 NPO法人西東京市体育協会事務局 ☎042-452-7155(平日午前9時～午後4時※第1(火)を除く) ☎042-

439-3395 ☎nishitokyotaiiky@atbb.ne.jp

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



☎のHP

当日参加可能な競技やチャレンジコーナーもあります。詳細は10月1日号へ

◆ Handsome Mama ◆

— nishitokyo city —

私らしく働く ハンサムママ

子育てをしながらの働き方や起業について学んでみませんか。詳細・申込は専用HPから 全講座お子さんと参加可能です。



専用HP

開催講座 11▶12月

内容	日時	場所	参加費
レベル★*1 未来をつくる 私の価値観探索 定20人 保育あり*2	11月19日(火) 午前10時～正午	柳沢公民館	無料
レベル★*1 起業の種を育てよう 定20人 保育あり*2	11月29日(金) 午前10時～正午	谷戸公民館	無料
レベル★*1 集まる力・つながる力 ハンサムママ交流会 定30人	12月10日(火) 午前10時30分～ 午後2時	障害者総合支援センター フレンドリー	1,200円 (飲食代として)

*1 レベルは3段階表示(★の数が少ないほど気軽に参加できます)

*2 保育あり(各回6人、300円/回)

Handsome
Mama

Style
Nishitokyo City

開業後のサポート「ハンサムママ スタイル」

ハンサムママの次のステージとして、女性経営者に特化したサポートを行います。スキルアップを目指して一緒に学びませんか。詳細・申込は専用HPから



専用HP

開催講座 11月▶令和7年1月

内容	日時	場所	参加費
「？」から「!」に変わる デザインの分かれ道 定20人	11月15日(金) 午前10時～午後0時30分	イングビル	1,000円
未来は予測できる!? 先見力の鍛え方 定20人	令和7年1月16日(木) 午前10時～午後0時30分	田無第二庁舎 4階	1,000円

▶産業振興課 ☎042-420-2819

パリ2024オリンピック・パラリンピック競技大会で 西東京市ゆかりの方が活躍されました!

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818

パリ2024 オリンピック競技大会

7月26日～8月11日に行われたパリ2024オリンピック競技大会では、サッカー競技において、市ゆかり(柳沢小学校・田無第四中学校卒業)の清家貴子選手が、なでしこジャパン(サッカー日本女子代表)として活躍されました。

感動をありがとう!

©JFA



パリ2024 パラリンピック競技大会

8月28日～9月8日に行われたパリ2024パラリンピック競技大会では、卓球競技において、市民の山本恒安さんが車いす部門の監督、西東京市PR親善大使の森園美咲さんが立位部門の監督としてチームを率いて戦いました。

感動をありがとう!



西東京市の人口と世帯
総人口 **20万6,110人(↓ 86)**
住民登録: 令和6年9月1日現在

人口/20万6,110人(↓ 86) (5,972人) 男/10万137人 (↓ 18) (3,159人)
世帯/10万2,860 (↓ 32) (3,641) 女/10万5,973人(↓ 68) (2,813人)
※()は先月比 ()は外国人住民



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

