

コミュニティ

ファミリー・サポート・センター
ファミリー会員登録説明会

ファミリー・サポート・センターは、地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)、子どもを預かる方(サポート会員)が会員となる相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は参加してください。

時/場 ●12月7日(出)午前10時～正午/田無総合福祉センター ●12月18日(水)午前10時～正午/住吉会館ルピナス 定各20人(申込順) ※子ども連れで参加できます(保育あり 1歳以上5人まで)。申各回説明会前日の午後5時まで ●電話…☎へ
☎ファミリー・サポート・センター事務局 ☎042-497-5079

▶幼児教育・保育課 ☎042-452-6777

としょかんバックヤードツアー

時/場 12月26日(休)①午前11時②午後2時/中央図書館およびひばりが丘図書館 内普段は入ることができない図書館の裏側や図書館員の仕事を学ぶツアー 対小学1～3年生の親子 定各館各回4組 申12月4日(水)～10日(火)開館時間中 ●電話・来館…希望する図書館へ ※申込多数は市内在住の方を優先し、抽選。結果は12月15日(日)までに電話で連絡

▶中央図書館 ☎042-465-0823
▶ひばりが丘図書館 ☎042-424-0264



先輩ママとお話する会

障害のある子どもの保護者が相談員となって、同じ立場から相談を受け、一緒に考えます。子どもの発達や子育ての不安なことを相談したり、地域の学校や医療機関についての情報も聞けます。

時 令和7年1月9日(木) ●午前9時15分～10時15分 ●10時30分～11時30分 場 障害者総合支援センターフレンドリー 対障害のある子ども(就学前～18歳)の保護者 定各回1人(申込順) 申 令和7年1月4日(出)まで

●電話で☎へ
☎基幹相談支援センターえぼっく ☎042-452-0075
▶障害福祉課 ☎042-420-2805



康 ②赤ちゃんのお世話 対在住で初めて父親・母親になる方(対象出産予定日：令和7年4月6日～5月31日) 定24組(申込順) ※2日間ともパートナーとの参加可 申12月6日(金)～20日(金) ●電子申請(申込フォームから)

▶健康課 ☎042-438-4037



外国から来た保護者のための
小学校入学前説明会

日本の小学校を知らない外国から来た保護者が、安心して子どもの入学準備ができるように学校で使う道具などを紹介します。

時 令和7年1月15日(水)午前10時～11時30分

場 オンライン(ZOOM開催) 対小学校に入学・転入する子の保護者のうち、外国から来た保護者 定10人 申 申込フォームから

☐共催 NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC) ☎042-461-0381

▶文化振興課 ☎042-420-2817 申込フォーム



ようこそ としょかん 12月
乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館へ

中央 ☎042-465-0823

●にこにこおはなし会 5・19日(休)午前11時/1～2歳児と保護者 ※5日はわらべうたの時間になります。
●おはなし会 5・12・26日(木)午後3時30分/3歳児から
●クリスマス会 19日(休)午後3時/3歳児から
●サンサンおはなし会 15日(日)午前11時/3歳児から
●おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力) 1日(日)午前11時/3歳児から

保谷駅前 ☎042-421-3060

●ちいさなおはなしひろば 13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
●おはなしひろば 13・27日(金)午後4時/3歳児から
●おはなしのへや 7・21日(出)午後3時30分/5歳児から

芝久保 ☎042-465-9825

●ちびっこおはなし会 11日(水)午前11時/1～2歳児と保護者
●おはなし会 5・12・19・26日(休)午後4時/3歳児から

谷戸 ☎042-421-4545

●ちびっこおはなし会 4・18日(水)午前11時/1～2歳児と保護者
●おはなし会 11日(水)午後3時30分/3歳児から
●クリスマスおはなし会 25日(水)午後3時/3歳児から

柳沢 ☎042-464-8240

●ちいさなおはなしひろば 6・13日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ※6日はわらべうたの時間になります
●おはなしひろば 4・11・25日(水)午後3時30分/3歳児から
●クリスマスおはなしひろば 18日(水)午後3時30分/3歳児から
●わくわくドキドキ紙芝居 14日(出)午前10時30分/どなたでも

ひばりが丘 ☎042-424-0264

●ちびっこひろば 6・13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
●おはなしひろば 18日(水)午後4時/3歳児から
●冬のおはなしひろばスペシャル 4日(水)午後4時/3歳児から
●おはなしひろばサタデー 7日(出)午前11時/3歳児から

児童館・児童センターとの共催行事

●はじめてのページ 5日(休)午前11時15分/下保谷児童センター
●新町おはなしひろば 4日(水)午後3時30分/新町児童館/3歳児から

各館の休館日 2・9・16・23日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、20日(金)も休館 ※29日(日)～令和7年1月3日(金)は、年末年始のため休館

いきいき シニア

福祉・健康

初めての方対象
フレイルチェックを受けてみよう!



年齢を重ねて、心身の活力(筋力・認知機能・社会とのつながりなど)が低下した状態をフレイルといいます。

フレイルチェックでは、ご自身のフレイルの兆候を機器による測定(手足の筋肉量・握力など)や質問票

☐日程 ※各会場とも①と②両日参加

会場	対象地域	日程	時間
柳沢公民館 (柳沢1-15-1)	南町・向台町・新町・柳沢・東伏見	①12月19日(木)	午後2時～4時
		②令和7年6月ごろ	
防災・保谷保健福祉総合センター (中町1-5-1)	ひばりが丘北・北町・栄町・下保谷・東町・中町・富士町	①令和7年1月23日(木)	
		②令和7年7月ごろ	
URひばりが丘南集会所 (ひばりが丘3-3-3)	緑町・谷戸町・ひばりが丘・西原町・芝久保町	①令和7年3月13日(木)	
		②令和7年9月ごろ	
田無庁舎 (南町5-6-13)	北原町・泉町・住吉町・田無町・保谷町	①令和7年3月25日(火)	
		②令和7年9月ごろ	

※次回の募集は令和7年4月1日号掲載予定

▶高齢者支援課 ☎042-420-2812

はなバス車内での敬老回数券
購入時の確認書類

はなバスの車内で敬老回数券を購入するときに提示する書類について、12月2日(月)からは次のようになります。

●変更前：後期高齢者医療被保険者証
●変更後：後期高齢者医療被保険者証または後期高齢者医療資格確認書
※はなバス車内では、マイナンバーカード、そのほかの身分証明書の提示では購入できません。

※営業所・案内所ではなバス敬老回数券を購入する際は、後期高齢者医療被保険者証または後期高齢者医療資格確認書のほか、住所と生年月日が確認できる官公庁が発行する身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証など)の提示で購入できます。

▶交通課 ☎042-439-4435

