



シニアルーム

シニア世代向け情報
※市からの連絡帳も
ご覧ください。

敬老金をお贈りします

市では、下表に該当する高齢者の方に、敬老と長寿をお祝いして敬老金をお贈りします。対象となる方には、事前にはがきをお送りし、各地区の民生委員または市職員が、9月6日(金)～15日(日)に直接ご自宅にお届けします(申請は不要です)。

対象	年齢	金額
88歳	大正13年9月1日～大正14年8月31日に生まれた方	1万円
100歳	大正2年4月1日～大正3年3月31日に生まれた方	5万円

※市報7月15日号でお知らせしたとおり、事務事業評価により事業を見直した結果、今年度から77歳の方への贈呈は廃止となりました。ご理解とご協力をお願いします。

◆高齢者支援課保
(☎042-438-4028)



「徘徊模擬訓練」を開催します～安心して生活できるまち(地域)を目指して～

認知症の高齢者が行方不明になったという想定のもと、行方不明高齢者役の方をグループで捜索するという体験をします。認知症を1つの切り口ととらえ、ともに西東京市のまちづくりを考えてみませんか。

時 9月29日(日)午後1時30分～4時30分

場 東伏見小学校(体育館)

定 100人

申 当日、直接会場へ

◆高齢者支援課保
(☎042-438-4032)

キッズルーム

子育て世代向け情報
※市からの連絡帳も
ご覧ください。

子育て支援講演会「子育てから生まれる絆」 ～人生で一番うれしい時間の過ごし方～

時 9月13日(金)午前10時～11時30分
場 保谷こもれびホール
対・定 幼稚園在園児および市内在住の未就学児の保護者・600人
講 松居和さん(音楽家、元埼玉県教育委員長、NHK「すくすくあかちゃん」などに出演し、子育てに関する著書を出版)

※当日、直接会場へ。
※車での来場はご遠慮ください。
※お子さんと一緒に講演を聞くことができるモニタールームもご用意しています。
□共催 西東京市私立幼稚園連絡協議会
◆子ども家庭支援センター
(☎042-425-3303)

ようこそとしょかんへ

9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まで。

中央 ☎042-465-0823
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

◆おはなしおばさんのおはなし会
1日(日)午前11時
◆にこにこおはなし会 19日(木)午前11時
1～2歳児とその保護者対象
◆サンサンおはなし会 15日(日)午前11時
3歳児から対象
◆おはなし会 毎週木曜日午後3時30分/
3歳児から対象

保谷駅前 ☎042-421-3060
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

◆はじめてのページ 5日(木)午前11時/下保谷児童センター(下保谷児童センター共催)
◆ちいさなおはなしひろば 13・27日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
◆おはなしひろば 13・27日(金)午後3時30分/3歳児から対象
◆おはなしのへや 7・21日(土)午後3時30分/5歳児から小学3年生対象

芝久保 ☎042-465-9825
火～日 午前10時～午後6時
◆おはなし会 毎週木曜日午後4時

谷戸 ☎042-421-4545
火～日 午前10時～午後6時
◆ちびっこおはなし会 4・18日(木)午前11時/1歳児～とその保護者対象
◆おはなし会 11・25日(木)午後3時30分/3歳児から対象

柳沢 ☎042-464-8240
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

◆ちいさなおはなしひろば 6・13日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
◆わくわくドキドキ紙芝居 14日(土)午前11時～正午
◆おはなしひろば 毎週水曜日午後3時30分/3歳児から対象

ひばりが丘 ☎042-424-0264
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

◆ちいさなおはなしひろば 6・27日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
◆おはなしひろばサタデー 14日(土)午前11時/3歳児から対象
◆おはなしひろば 18日(木)午後4時/3歳児から対象

新町分室 ☎0422-55-1783
水～土 午後1時～5時

◆おはなしひろば 4日(木)午後3時30分

休館日
2日(月)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・30日(月)
※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館・新町分室は、20日(金)も休館日です。
※芝久保・谷戸図書館は、16日(木)・23日(木)も休館日です。
※新町分室は、毎週火・日曜日も休館日です。

物忘れ予防教室 ～脳をリフレッシュ～ 受講者募集

物忘れの予防には、よく笑う、おしゃべりをする、いろいろなことに興味を持つことなどがあります。皆さんで集まって楽しく頭をリフレッシュしてみませんか。
時 10月2日～12月18日(毎週水曜日全12回)いずれも午後1時30分～3時
場 消費者センター
内 ゲーム・頭の体操・調理実習など
対 物忘れの予防に関心があるか、または物忘れが気になっている方で、要支援・

要介護認定を受けていない、市内在住の満65歳以上の方。
定 20人(申込多数の場合、抽選)
申 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記のうえ、9月9日(月)(消印有効)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課「物忘れ予防教室」担当へ郵送。
◆高齢者支援課保
(☎042-438-4102)

ウォーキングで脳を鍛えよう講座 受講者募集

ウォーキングなどの有酸素運動は脳の血流を良くし、脳の活性化につながります。ウォーキングを通じて健康づくり・仲間づくりのきっかけにしてみませんか。
時 10月1日～平成26年1月14日(毎週火曜日・全15回)、
2月18日(火)フォローアップ
いずれも午後1時30分～3時
場 下保谷福祉会館
内 認知機能の低下予防を目的としたウォーキング(講話、ウォーキングイベント

企画などのグループワーク、ウォーキングの実践など)
対 要介護・要支援の認定を受けていない市内在住の満65歳以上の方
定 21人(申込多数の場合、抽選)
申 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、9月9日(月)(消印有効)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課「ウォーキングで脳を鍛えよう講座」担当へ郵送。
◆高齢者支援課保(☎042-438-4102)

仕事と子育てグループ相談会 ～育休前後のあなたの悩みや不安をシェアします～

育休後コンサルタントの山口理栄さんをお招きして、仕事と育児の両立に関する悩みや不安を仲間とシェアしながら相談する場を提供します。
時 10月2日(木)午前10時～正午
場 住吉会館2階
対・定 育休前、育休中、育休後職場復帰した方、仕事と育児の両立について悩みがある方(夫婦での参加、父親だけの参

加も可)・40人(申込順)
申 電話またはEメールで、9月2日(月)午前9時から、下記へ申し込み。
□保育あり
対 生後6カ月以上の未就学児
定 15人(申込順)
◆男女平等推進センター(☎042-439-0075・✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

ファミリー・サポート・センター

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を行う事業です。

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 別表1参照
対 市内在住、満20歳以上の心身ともに健康な方で、講習会の全講座を受講し、修了後、サポート会員として登録・活動できる方。
※養成講習会に保育はつきません。
場 障害者総合支援センターフレンドリー
定 30人(申込多数の場合は抽選)
料 2,000円(テキスト代)
申 9月27日(金)までに、電話で事務局へ。後日、決定通知を送付します。
※活動に少しでも関心のある方、受講を迷っている方もお気軽に事務局へご連絡ください。全日程の受講が難しい方もご

相談ください。
■ファミリー会員になりたい方
□利用内容 子どもの預かり、保育園・幼稚園・習い事の送迎など
□利用時間・場所 毎日午前6時～午後11時・サポート会員宅など
□利用料金(1時間あたり) 平日午前8時30分～午後5時…800円
それ以外の曜日・時間帯…1,000円
□利用方法 下記説明会に参加し、ファミリー会員として登録後、利用できます。
【ファミリー会員登録説明会】
時・場 別表2参照
持 保護者の顔写真(3cm×2.5cm)1枚・印鑑・80円切手
申 説明会前日の午後5時までに、電話で事務局へ。
問 ファミリー・サポート・センター事務局(☎042-438-4121)(電話受付:月～金曜日午前10時～午後5時)
◆子ども家庭支援センター
(☎042-425-3303)

別表1 サポート会員養成講習会

日程	時間	内容
10月7日(月)	午後1時～3時	オリエンテーション
10月8日(火)	午前10時～正午	子どもの心の発達と関わり
	午後1時～3時30分	子どもを預かる心構え
10月9日(水)	午前10時～正午	子どもの遊び
	午後1時～3時	西東京市の子育て支援
10月10日(木)	午前9時～正午	子どもを安全に預かるために
	午後1時～2時30分	登録説明会
10月11日(金)	午後1時～2時30分	修了式

別表2 ファミリー会員登録説明会

日程	時間	場所
9月7日(土)	午前10時～正午	田無総合福祉センター
9月19日(木)		防災センター