

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

パリエ講座
親も子も自己肯定感を育てていこう
 ~子どもの生まれ育ちを大切に~
7月4日(火) 午前10時~正午
住吉会館ルピナス

赤ちゃんはものすごいパワーで生まれてきて、お母さんも大切な命を全力で生み出してくださったと思います。日々の子育ての中、お子さんの姿や言葉に振り回されることもたくさんあると思います。

夏休み前のこの時期にもう一度、生まれてくれたことに感謝し、ともに考える時間を持ちませんか?

対 子どもの保護者
定 20人(申込多数は抽選)、保育1歳以上未就学児/8人
 ※1歳未満の子どもは保護者と参加可
講 齋藤綾乃さん(助産師)

申 6月15日(休)午前9時から、市HPの申込フォームまたはメールで件名「自己肯定感講座」・住所・氏名・電話番号・お子様の年齢を下記へ

※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



市HP

先輩ママとお話する会

7月6日(木)
 ●午前 9時15分~10時15分
 ● 10時30分~11時30分
障害者総合支援センターフレンドリー

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の情報も聞けます。

対 障害のある子ども(就学前から高校生)の保護者

定 各回1人(申込順)

問・申 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



認知症サポーター養成講座

7月15日(土)
 午後2時~3時30分(1時45分開場)
住吉会館ルピナス

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。まずは、認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか?

対 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支援する方

内 ●認知症について

●認知症の方への対応

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

定 30人

※参加者にはサポーターの証しであるロバのストラップを贈呈

※5人以上集まれば、市内出張講座可能

申 7月10日(月)までに、電話またはメールで件名「7月15日認知症サポーター養成講座申込」・住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ

※メール申込は満員時のみ返信します。

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811
 ✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

FC東京「西東京の日」ホーム戦にご招待!

~西東京市は、J1リーグ所属「FC東京」のホームタウンです~

8月12日(土) 午後7時(予定)
味の素スタジアム(飛田給駅)

J1リーグ第23節vs京都サンガF.C.

対 在住のペア

定 バック席500組1,000人(申込多数は抽選)

申 7月12日(水)午後11時59分までに上記QRコードから



対 チケットお渡し

7月14日(金)までに抽選結果をメールで通知。当選者にはシリアルコードと専用URLを通知し、指定日までに各自でWebからQRチケットを発行。

対 西東京市ブース

午後3時から青赤パークにて西東京市ブースの設置を予定しています。

問 FC東京 ✉shoutai@fctokyo.co.jp

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



「がすてなーに」エコ・クッキング 科学館見学親子体験ツアー

豊洲の東京ガス施設で「エコ・クッキング」と「ガスの科学館」を親子で体験して、環境について考えよう。

時 7月2日(日)午前11時~午後2時30分

場 東京ガス「がすてなーに ガスの科学館」(江東区豊洲6丁目)

対 集合・解散

●8時30分(田無庁舎1階ロータリー集合)・午後4時15分

●8時45分(タクトホームこもれびGRAFAREホール前)・午後4時
 ※見学地まで市マイクロバスによる送迎あり

対 在住・在学の小学1~6年生の親子

定 8組(16人) ※申込順

持 エプロン・三角巾・ハンドタオル・内履き(かかと付)・飲み物・マスク

料 ¥1人500円(1組1,000円) ※当日徴収

申 6月18日(日)午前11時から、電話・メールで件名「がすてなーに親子体験ツアー」・氏名・住所・電話番号・年齢または学年・メールアドレス・集合場所を下記へ

問 エコプラザ西東京

☎042-421-8585

✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境保全課 ☎042-438-4042

消費生活相談 Q&A

先月に比べて電気代が倍になった

Q 「電気代が安くなる」との勧誘を受け、新電力の会社と契約をした。契約後しばらくは多少安くなったが、先月から突然通常の倍の請求額になった。事業者を確認すると、約款が変わったなどと言われ納得できない。

A 電力やガスの小売全面自由化以降、多くの事業者が参入し、生活状況に応じた安価なプランも選択できるようになりました。しかし、近年の世界情勢の変化などにより輸入する燃料費が高騰し、各家庭の光熱費の負担も大きくなっています。

当該事業者を確認したところ「電力卸売価格に連動するプランを採用している。さらに燃料費調整額について、独自の算出法を採用したことが高額となった理由と思われる。しかし、その旨は約款変更として事前に通知済み

とのことでした。

燃料費調整額とは、燃料の価格変動を電気料金に反映させるもので、料金算出項目の一つです。しかし、上限設定が有るものやないもの、また法律による規制が有るものなど、個々の契約によって異なります。

上限設定や算出法の変更については規制が有るものを除き、事前の告知と周知をすれば可能とされているため、返金交渉などは難しいのが現状です。政府は「電気・ガス価格激変緩和対策事業(令和5年1~9月使用分対象)」を実施しており、現在の光熱費負担は軽減されています。

各家庭でも契約内容の確認や見直し、また引き続きの節電対策などが求められます。

※詳細は下記までご相談ください。

▶消費者センター ☎042-462-1100

6月15日 世界高齢者虐待啓発デー

世界高齢者虐待啓発デーは、高齢者の虐待防止の取組を啓発するために国際連合が定めたものです。

高齢者虐待は高齢者の健康と人権を侵害する世界的な社会問題であり、高齢者の虐待や苦しみに対して反対を表明する日、そして虐待防止のための取組を啓発する日

とされています。

虐待は子どもだけでなく、高齢者にも起きている社会的問題です。

高齢者虐待かもしれないということを見聞きしたり、心配な高齢者を見かけたら下記またはお近くの地域包括支援センターへご連絡ください。

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

市内の地域包括支援センター

センター名	担当地域	電話番号
栄町地域包括支援センター	ひばりが丘北・北町・栄町・下保谷	042-438-7090
富士町地域包括支援センター	東町・中町・富士町	042-451-1203
泉町地域包括支援センター	北原町・泉町・住吉町	042-424-1200
田無町地域包括支援センター	田無町・保谷町	042-467-8850
緑町地域包括支援センター	緑町・谷戸町・ひばりが丘	042-461-7081
西原町地域包括支援センター	西原町・芝久保町	042-451-8844
向台町地域包括支援センター	南町・向台町	042-468-2340
新町地域包括支援センター	新町・柳沢・東伏見	042-462-1695

生涯現役応援サイト「ミーツ(meets)」を開設

人生100年時代、自分の趣味や、仕事で培った経験やスキルを生かしながらか地域でイキキと生活をしたい方!

「ミーツ」は、地域のサークル、ボランティア活動の情報や、スキルを生かしたちよとしたお仕事の情報を掲載していきます。

「ミーツ」に登録して、自分に合った活動をみいつ(ミーツ)けてみませんか。



ミーツ(meets) ➔

※スマートフォンなどの使用が不慣れ方は、窓口で登録をサポートします。お気軽にお越しください。

時 (火)・(木)・(金)午前9時30分~午後3時

場 / **問** 生涯現役応援窓口「ミーツ(meets)」(田無第二庁舎1階) / ☎042-420-2867

対 50歳以上の市民

▶高齢者支援課 ☎042-420-2812