

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、
無料です。
※内容についてのお問
い合わせは、各サー
クルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、
個人情報が含まれているため、
削除してあります。



他機関からの お知らせ

※印マークがない
ものは、当日、
直接会場へ

12月の薬湯～冬至 ゆず湯～

□効能 風邪をひかずに冬を越せると
いわれています。

時 12月22日(月)

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)、
65歳以上は入浴100円

場 庚申湯・ゆパウザひばり

問 西東京市公衆浴場組合

庚申湯 ☎042-465-0261

公立昭和病院 12月27日(土)～ 1月4日(日)一般外来診療を休診

救急診療は通常どおり行いますが、
重症重篤患者を優先的に診療します。
来院の際は事前に電話でお問い合わせ
ください。 ※紹介状がない場合、選
定療養費(7,700円)の負担あり

問 公立昭和病院 ☎042-461-0052

自衛隊 予備自衛官補募集 (一般・技能)

一般の社会人や学生を公募・採用し、
所定の教育訓練終了後、「予備自衛官」
(近年は災害派遣でも活躍)として任用
する制度です(訓練期間：一般「50日

／3年以内」、技能「10日／2年以内」)。
※採用・訓練時期：試験合格以降、予
備自衛官補に任命され、訓練日程が調
整されます。

□応募資格

- 一般：18歳以上52歳未満の者
- 技能：18歳以上で保有する資格など
に応じ53歳未満または55歳未満の方

□試験日程 令和8年4月中旬ごろ

□受付期間 令和8年1月上旬～4月
上旬

※詳細は下記へ

問 自衛隊西東京地域事務所

☎042-463-1981

うちゅう・かがくあそび せいでんき びっくりオモシロ じっけん

時 令和8年1月31日(土)午前10時～
11時 場 西東京いこいの森公園

内 パチパチ静電気が見えない不思議
な力に大変身！親子で好奇心を育む第
一步 対 4歳以上の親子 定 20人(申
込順) ￥1,500円(材料費など) 申 12
月22日(月)から、電話または直接問へ
問 西東京いこいの森公園パークセンター
☎042-467-2391

クリスマススペシャル 保護犬ふれあいオープンデー

保護犬猫たちとのふれあいや日替わ
りクリスマスイベントをお楽しみくだ
さい。

時 12月20日(土)～24日(水)午前11時～
午後5時 ※保護猫とのふれあいは
20日(土)午前11時～午後3時 場 ピー
スワンコ・ジャパン 西東京ふれあい
譲渡センター(泉町3-6-9 1階)
問 NPO法人ピースウィンズ・ジャパン
ピースワンコイベント担当
☎03-5738-8020

パソコン・スマホ教室

時 令和8年1月8・22日(木)午後
内 ①パソコン ②スマホ無料体験
申 往復はがきで住所・氏名・電話番号・

①または②・希望日を問へ
場・問 シルバー人材センター
〒202-0021東伏見6-1-36
☎042-428-0787

肝臓病教室 「肝臓と栄養のよろず相談会」

医師や管理栄養士が、肝臓に関する
不安や疑問、肝疾患の食事についてな
ど、個別相談に応じます(講義形式で
はありません)。

時 令和8年1月19日(月)午後2時30分
～4時 ※当日、直接会場へ 場 武
蔵野赤十字病院1階むさしの講堂
問 武蔵野赤十字病院肝疾患相談センター
☎0422-32-3135(平日午前9時
30分～午後4時)または問のHP

のびのび 子育て



福祉・健康

ファミリー学級・2日制 第12コース～初めて父親・母親 になる方のための教室～

時 ①1日目：令和8年1月17日(土)午
前9時30分～午後0時15分 ②2日
目：1月30日(金)午後1時30分～4時
15分 場 防災・保谷保健福祉総合セ
ンター2階 内 ①妊娠中の生活と健康
②赤ちゃんのお世話について 対
在住で初めて父親・母親になる方(対
象出産予定日：令和8年4月6日(月)～
5月31日(日)) 定 24組(申込多数は抽
選)

※2日間ともパートナーとの参加可

申 12月26日(金)～1月9日(金)
に市HPから

▶子ども家庭課保

☎042-438-4037



市HP

離乳食講習会ステップ(保育あり)

時 令和8年1月23日(金)午前10時30
分～11時45分(受付：10時15分(から))

場 田無総合福祉センター 内 離乳食

の中期から後期のお話、歯科のお話
対 在住の6～8カ月の子どもの保護
者 定 16組(第1子優先)

申 1月9日(金)までに、メールで件名
「離乳食ステップ」・希望日・住所・保
護者氏名・子ども氏名・子どもの生年
月日・第○子・電話番号を下記へ

▶子ども家庭課保

☎042-438-4037

✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp



コミュニティ

ふたごちゃんの会

時 令和8年1月19日(月)午後1時30分
～3時30分 場 防災・保谷保健福祉
総合センター3階 内 双子・三つ子
の保護者同士のフリートーキング、情
報交換 対 在住の0歳～3歳の双子・
三つ子とその両親、妊婦さん 定 5
組(申込順) ※きょうだいを連れてく
る場合は、申込時に要相談

申 1月14日(木)までに、電話で下記へ

▶子ども家庭課保

☎042-438-4037

GIGAスクール用 新タブレット端末を貸与

令和8年1月から

現在、市立小中学校の児童・生
徒に貸与している、GIGAスクー
ル用タブレット端末が更新を迎え
るに当たり、令和8年1月から新
しい端末を貸与します。

新しい端末は、東京都の共同調
達を活用してリースで導入し、現
在と同様の「chromebook」です。
また、児童・生徒の負担軽減のため
タブレットの重さを考慮し、
ディスプレイとキーボード部分を

離すことができるデタッチャブル
型で、全体で360g程度軽量にな
ります。

引き続き、児童・生徒の学びを
一体的に充実させ、「主体的・対
話的で深い学び」の実現に向けた
授業改善につなげるために、タブ
レット端末を活用しながらより良
い学びにつなげていきます。

▶教育指導課問

☎042-420-2827