

初心者向け「絵本の読み聞かせ講座」(全2回)

7月23日(木)・30日(木)
午前10時～正午
谷戸図書館

小学校や保育園などで、絵本の読み聞かせを行っている方を対象とした講座です。

☑ 絵本の選び方、読み聞かせの実演など
☑ 次の3項目全てに該当する方

- 在住 ● 全2回とも参加できる
 - 現在小学校・保育園などで絵本の読み聞かせを行っている(始めて1年以上の方)またはこれから行う予定がある
- 定 20人(申込順) 関 図書館職員(児童サービス担当) ※保育なし
申 7月2日(木)午前10時から、申込フォームから

▶ 柳沢図書館
☎ 042-464-8240



図書館 HP

しゃきしゃき体操パート2 講座

7月24日(金)
午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

初心者大歓迎! 足の筋力やバランス能力を向上させましょう。

☑ 市内に住民票があり、立位で体操ができる方

定 15人(申込順)
申 前日までに、電話で下記へ
※10人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。

▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

“一日図書館員”になってみませんか?

午後1時30分～4時30分
※日程・場所は下記参照

❖中央図書館

時 ① 7月24日(金) ② 7月28日(火)
対 ① 小学4～6年生 ② 小学5年生～中学生 定 各6人

❖保谷駅前図書館

時 ① 7月30日(木) ② 7月31日(金)
対 ① 小学4～6年生 ② 小学5年生～中学生 定 各6人

❖芝久保図書館

時 7月31日(金) 対 小学4～6年生 定 3人

❖谷戸図書館

時 ① 7月23日(木) ② 7月30日(木)
対 ① 小学4～6年生 ② 小学4～6年生 定 各6人

❖柳沢図書館

時 ① 7月24日(金) ② 7月31日(金)
対 ① 小学4～6年生 ② 小学5年生～中学生 定 各6人

❖ひばりが丘図書館

時 ① 7月23日(木) ② 7月24日(金)
対 ① 小学4～6年生 ② 小学5年生～中学生 定 各6人

□共通

申 7月1日(火)～5日(日)の開館時間中に、希望する図書館の窓口へ来館(電話不可。1人1館)

※申込多数の場合、在住・在学の方、申込者が本人である方、初めての方を優先 ※申込者全員に結果を連絡

▶ ひばりが丘図書館
☎ 042-424-0264



図書館 HP

認知症サポーター養成講座

7月25日(土)
午後2時～3時30分
住吉会館ルピナス

ちょっとした気づきや行動が、認知症のある方やその家族にとって、大きな安心につながります。まずは知ることからはじめてみませんか。

☑ 認知症サポーター養成講座を受講したことのない方

定 30人(申込順)
申 7月17日(金)までに、電話または申込フォームから

※参加者には手作りオレンジロバのストラップを差し上げます。5人以上集まれば、市内どこでも出張講座します。

□ 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ある方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症サポーター養成の取組は全国的に展開されています。

▶ 高齢者支援課 関
☎ 042-420-2811



申込フォーム

からだところの健康相談
【保健師による面接相談】

7月28日(火)
午後1時30分～3時30分
防災・保谷保健福祉総合センター4階

☑ 市内に住民票がある方

定 2人(申込順) 申 7月23日(木)までに、電話で下記へ

▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

初めての成年後見制度
丸わかり講座

午前10時～11時30分
※日程は下記参照
田無総合福祉センター

成年後見制度は、認知症・知的障害・精神障害などによって、判断能力が十分ではない方を法律的に支援する制度です。事例を交えて一緒に学んでみませんか。

開催日	タイトル	内容
7月28日(火)	民法改正! 成年後見制度、どう変わる?	成年後見制度の概要・民法改正のポイント、法定後見の基本
31日(金)	任意後見制度・死後事務委任	任意後見制度・死後事務委任契約・遺言の基本
8月5日(水)	遺言書ってどう作る?	事例を用いた遺言書作成の体験

☑ 在住の方 定 各回50人(申込順)
関 東京司法書士会 三多摩支会 司法書士 申 7月17日(金)までに、氏名・電話番号・希望日・手話通訳の必要有無を関へ電話またはファクス

※複数回の申し込み可

関 権利擁護センターあんしん西東京

☎ 042-497-5239

☎ 042-497-5230

▶ 地域共生課 関 ☎ 042-420-2807

20代から60代の女性の健康相談室

7月29日(水) 午後2時～4時
フレスポひばりが丘(谷戸町2-3-7)

☑ 保健師による無料の健康相談、骨密度測定(かかとの骨をエコーで測定)

☑ 市内に住民票がある方 ※当日、

直接会場へ ※参加者に健康ポイントアプリ「あるこ」のボーナスポイントを進呈

▶ 健康課 保

☎ 042-439-3526



市 HP

としょかんバックヤードツアー

① 8月5日(水) 午前10時30分から
② 午後2時から
③ 19日(水) 午前11時から
④ 午後2時から
①・② 中央図書館 ③・④ 谷戸図書館

いつもは入ることができない図書館の裏側や、図書館員の仕事を見学するツアーです。

☑ 小学1・2・3年生の親子 定 各回4組 申 7月9日(木)午前10時～16日(木)に、希望する図書館へ来館または電話で申込。結果は7月22日(火)までに、電話で連絡

※申込多数の場合、在住の方を優先し抽選 ※対象年齢以外の子どもの同伴不可

▶ ● 中央図書館

☎ 042-465-0823

● 谷戸図書館

☎ 042-421-4545



図書館 HP

理科・算数だいすき実験教室

8月15日(土) 午後2時～4時
田無第四中学校

身近にあるものを使った実験で、「なぜ?」を「おもしろい!」に変えてみよう! 理科と算数の講座を通して、物事の仕組みや不思議を体験しませんか。

☑ ● スペクトロスコープを作って色の不思議を体験

私らしく働く
ハンサムママ

◆ Handsome Mama ◆
— nishitokyo city —

ハンサムママプロジェクトでは、「子どもや家庭を大切にしながらも、輝いて働きたい!」そんな子育て世代の女性の理想の働き方の実現に向け、講座を開催しています。全講座子ども連れ受講可能です。 ※詳細・申込は専用 HP へ



専用 HP

開催講座 9▶12月

内容	日時	場所	参加費
〈スクール〉レベル★★★ おうち起業家のためのブランドینگスクール*1 定 20人	9月8・15・29日、 10月6日(火) 午前10時～正午	【1・2・4日目】 インギビル 【3日目】 田無第二庁舎	2,000円
〈専門〉レベル★★ 女性個人事業主のためのやさしい税務の話 定 20人	10月28日(水) 午後7時～8時30分	オンライン	無料
〈基礎〉レベル★ 起業の種を育てよう 定 20人(保育あり*2)	11月17日(火) 午前10時～正午	柳沢公民館	無料
〈交流〉レベル★ 集まる力・つながる力 クリスマス交流会 定 30人	12月3日(木) 午前10時30分～ 午後0時30分	障害者総合支援 センター フレンドリー	500円

※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)

*1 単発受講不可

*2 6人まで(400円/人)

▶ 産業振興課 関 ☎ 042-420-2819

