

# おとなの学びとは…

年齢に関わらず、いつでも自由に新しい知識や技術を身につけるなど、人生におけるあらゆる学びが「生涯学習」です。その中に「おとなの学び」もあります。例えば、心を満たし人生を豊かにする趣味の学び。仕事のステップアップやスキルアップを目指す挑戦の学びなど、学ぶ目的は人それぞれです。

子どもの頃にはできなかったことを、おとなになった今だからやってみるという人もいるかもしれません。大切なのは、あなたの「気になる」という気持ち。まずは小さなきっかけに触れてみることで、未来を豊かにする大きな一歩になります。

市でもいろいろな講座やイベントを開催しています。今年の秋は、新しい自分の可能性を見つけてみませんか。

▶地域学習推進課 ☎ 042-420-2831



## 見つける 広がる わたしの選択肢

日々の暮らしを豊かに彩る趣味の習い事から、これからの発信や活動に生きる本格的なスクールまで、市には多彩な学びの場があります。



講座情報



ポータルページ

### 伝えるおもしろさを知る 心に届く文章を生み出すには

全5回

元新聞記者・小川こころ氏から、自分の考えや感情を言語化する技術を学ぶ講座。自分の言葉をイメージ通りに紡げるようになることで、想いを伝える力やコミュニケーション力が磨かれます。また参加者同士、文章を読み合ったり語り合ったりすることで、新たな仲間や一人では見えなかった自分に出会えるかもしれません。男性・女性問わずご参加お待ちしております。

時 9月19日、10月3・17・31日、11月14日(いずれも(土)午前10時～正午) 場 柳沢公民館

対 在住・在勤・在学の方 定 20人

申 9月15日(火)午後1時までに、電話または申込フォームから

▶柳沢公民館

☎ 042-464-8211



市HP



小川こころさん

### 一歩踏み出すヒントを学ぶ 私らしく働く未来をつくる キャリアデザインスクール

全3回

人生100年時代。さまざまな可能性が広がっています。自分の気持ちと向き合いながら、これからの働き方について考えてみませんか？

ワークを通して、楽しみながらしっかり学べる就労支援プログラムです。3日間、専任のキャリアコンサルタントが同席しますので、悩みや不安などお気軽にご相談ください。

時 10月23日(金)、11月6・13日(金) 午前10時～正午 ※単発受講不可 場 住吉会館ルピナス

対 子育てや介護などを理由に離職またはパートタイムなどに働き方を変更した女性で、今後のキャリアを見直し、復職や転職を考えたい方 定 20人(保育あり：6カ月～未就学児・各回6人程度)

申 申込フォームから

▶男女平等推進センター

☎ 042-439-0075



申込フォーム

ちょっと体験も

### 仲間をつくりたい ENJOYニュースポーツ

毎月最終(日)

ボッチャ・モルック・ユニカールなど、年齢を問わず誰もが主役になれる競技をスポーツ推進委員から教わる体験の場。運動が得意でなくても気軽にスタートでき、参加者同士の交流も楽しめるプログラムです。

時 毎月最終日午前9時30分～11時30分 ※8月開催分は6面へ

場 ●9月まで：旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター

●10月～令和9年2月：きらっと

※当日、直接会場へ

対 在住・在勤・在学中小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 持 室内用運動靴・運動ができる服装・タオル・飲み物など

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



市HP



### じぶんの“好き”を仕事に おうち起業家のためのブランディングスクール

全4回

女性が自信をもって事業展開ができるように、事業を始めるためのブランディング技術について学ぶ講座。ワークやグループワークが盛りだくさんの楽しく、しっかり学べるプログラムです。

時 9月8・15・29日、10月6日(いずれも(土)午前10時～正午)

場 ●1・2・4日目：イングビル ●3日目：田無第二庁舎

定 20人 ￥2,000円 申 右記QRコードから

▶産業振興課 ☎ 042-420-2819



詳細・申込

ハンサムママとは



本年10周年を迎える「ハンサムママ」は、起業を目指す女性のための西東京市独自のプロジェクトです。充実した専門講座と伴走型サポートで一人ひとりに寄り添い、夢の実現に向けた実践的なスキル習得を支援しています。



ハンサムママ専用サイト



西東京市の人口と世帯総人口

20万8,067人

住民登録：令和8年8月1日現在

人口／20万8,067人(↑193)〈7,608人〉  
世帯／10万5,212(↑132)〈4,825〉

※( )は先月比 < >は外国人住民

男／10万808人(↑74)〈3,932人〉  
女／10万7,259人(↑119)〈3,676人〉



公式LINE



そのほか公式SNS

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

