

令和8年度子育て支援講演会
「頑張る人の『勇気』を生み出す」
～北京2008・東京2020オリン
ピック金メダリストに学ぶ「折れ
ない心の育て方」～

9月17日(木) 午前10時30分～正午
西東京市民文化プラザ

内容 子どもの未来を切り拓く折れない
心の育て方、夢を叶えるために今でき
ることなど 対象 在住・在勤の子育て世
帯など 定員 158人(申込順) 講師 峰幸代
さん(北京2008・東京2020オリンピッ
ク金メダリスト) 申込 9月16日(火)まで
に、申込フォームから
会場 西東京市私立幼稚園連絡協議会事
務局

☎ 042-461-8466

▶子ども家庭課 申込フォーム
☎ 042-439-3511



気象予報士と学ぶ 災害から身を守る天気知識

9月18日(金) 午前10時～正午
エコプラザ西東京

気象災害から身を守る知識、ハザード
マップとマイタイムラインの活用方
法を学びます。また、地球温暖化によ
るリスクにも触れ、防災の重要性を考
えます。

対象 在住・在勤・在学で18歳以上の方
定員 16人(申込順) 講師 本岡なり美さん(気
象予報士) 申込 9月3日(木)午前11時～
15日(火)午後5時に、電話またはメー
ルで講座名・住所・氏名・電話番号・
年齢を 会場

会場 エコプラザ西東京
☎ 042-421-8585
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境政策課 ☎ 042-438-4042

不要になったTシャツで 布ぞうりを作ろう！

① 9月19日(土)
② 26日(土)
いずれも午前10時～午後4時
エコプラザ西東京

事前説明会
時 9月12日(土)①午前10時～正午 ②
午後1時～3時
対象 在住・在勤・在学の18歳以上の方
で、事前説明会と講座の両日出席可能
な方 定員 各回8人(申込順) 持参 不要
のTシャツ4～5枚とソーイングセッ
ト一式 ※説明会・講座日両日持参。
講座日は昼食。 申込 9月1日(火)午前
11時～8日(火)午後5時に、講座名・
参加回・氏名・住所・年齢・電話番号
を電話で 会場
会場 エコプラザ西東京
☎ 042-421-8585 (午前9時～
午後5時)
▶環境政策課 ☎ 042-438-4042

障害者サポーター養成講座 (初級編)

9月19日(土) 午後2時30分
谷戸公民館

障害のある方が困っているときに
ちょっとした手助けをする障害者サ
ポーター養成講座(初級編)を開催しま

す。 ※参加者にはサポーターの証し
であるサポートキーホルダーを贈呈
内容 「ヘルプカード・ヘルプマークとは」など
(約1時間) 申込 前日までに電話で 会場
会場 (福)さくらの園・カノン
☎ 042-452-7062 (火～(土)午前
9時～午後5時)
▶障害福祉課 申込 ☎ 042-420-2804

自転車交通安全教室

9月21日(祝) 午前10時～11時30分
北町コミュニティセンター

4月から自転車にも適用されている
青切符制度を中心に、自転車の安全な
利用について警察官の講話を実施しま
す。この機会に、改めて自転車のルー
ルを学びませんか。
定員 30人程度(申込順) 申込 9月3日(木)
午前10時～20日(日)午後5時に、北町
コミュニティセンターの名簿に氏名・
電話番号などを記入または北町コミュ
ニティセンター(☎ 042-425-2103)
へ電話
▶交通課 申込 ☎ 042-439-4435

市民協働企画提案事業 ホームスタート訪問ボランティア 養成講座

9月24日、10月1・8・15・
22・29日、11月5日(木)
午前9時30分～午後2時30分
※10月22日は午後1時まで・11月
5日は午前のみ
住吉会館ルピナス

ホームスタートは、妊娠中から未就
学児の子どものいる家庭に、子育て経
験のある訪問ボランティアが訪問する
子育て支援です。あなたの子育て経験
を生かして訪問ボランティアをしてみ
ませんか？

対象 子育て経験のある方 申込 フォー
ムから ※詳細は 会場の HP へ
会場 (NPO)ワーカーズ・コレクティブ
ちろりん村
☎ 042-425-0788
▶協働コミュニティ課 申込 ☎ 042-420-2821 申込フォーム



しゃきしゃき体操パート1講座

9月25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。
対象 市内に住民票がある方で、立位で
体操ができる方 定員 15人(申込順)
申込 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 申込 ☎ 042-439-3526

薬物乱用防止ポスター・標語展

9月25日(金)・26日(土)
午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで)
田無庁舎2階

中学生が「人生を無駄にしないで」と
願いを込めて作成しました。ぜひご覧
ください。
▶健康課 申込 ☎ 042-438-4021

からだところの健康相談 【保健師による面接相談】

9月25日(金)
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

対象 市内に住民票がある方 定員 2人(申
込順) 申込 9月17日(木)までに、電話で
下記へ
▶健康課 申込 ☎ 042-439-3526

住宅の電力を自給自足する！ ～太陽光発電と蓄電設備の話～

9月26日(土) 午後1時30分～3時30分
エコプラザ西東京

蓄電設備と組み合わせて、ソーラー
パネルで発電した電気を自家消費する
オフグリッドについて総合的に学べます。
対象 在住・在勤・在学の18歳以上の方で、
住宅に太陽光発電設備を設置している
方、太陽光発電設備の導入を検討して
いる方 定員 20人(申込順) 講師 大出達
弘さん(みんなのオフグリッド研究所主
宰) 申込 9月1日(火)午前11時～23日(祝)
午後5時に、電話・メールで、講座名・
氏名・年齢・住所・電話番号を 会場
会場 エコプラザ西東京
☎ 042-421-8585 (午前9時～
午後5時)
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境政策課 ☎ 042-438-4042

市民協働企画提案事業(U29チャレンジ部門) 中高生向け電気工作イベント 「でんき探検隊」

9月26日(土)
●午後2時～3時15分
● 3時30分～4時45分
ひばりが丘児童センター

市民協働企画提案事業(U29チャレ
ンジ部門)に採択された団体「ましか
く」が本格的な電子工作のイベントを
開催します。電気工事士の指導のもと、
アルミ缶モーター製作とデジタル時計
製作を行います。
対象 小学5年生～高校生 定員 各回6人
(申込多数は抽選) 持参 製作物を入れ
る袋・肌の露出が少ない服装 申込 9
月17日(木)までに、申込フォームから
▶協働コミュニティ課 申込 ☎ 042-420-2821
申込フォーム



事業承継個別相談会

9月30日(水)
●午後1時30分
● 3時(各回完全予約制)
田無第二庁舎5階

国が運営している「東京都多摩地域
事業承継・引継ぎ支援センター」の専
門相談員が事業承継に関するアドバイ
スを行います。
対象 事業承継・引継ぎについて考えて
いる中小企業経営者、市内の事業を引
き継いで創業を検討している方など
申込 9月24日(木)までに、電話または HP
内のチラシ兼申込書に必要事項を記入
のうえファクスで下記へ
▶産業振興課 申込 ☎ 042-420-2819
FAX 042-420-2893 市 HP



市民後見人養成講習説明会

10月2日(金) 午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

市民後見人とは、親族でも専門職で
もなく、同じ地域に暮らす住民として
の目線で成年後見活動を行う市民の方
です。認知症や障害により判断能力が
低下された方に寄り添い、ご本人の生
活や財産を守る役割を担います。
対象 申込の時点で、20～65歳の市民
申込 9月25日(金)までに、電話で 会場
会場 権利擁護センターあんしん西東京
☎ 042-497-5239
▶地域共生課 申込 ☎ 042-420-2807

市民体カテスト

10月4日(日)
●午前の部 9時30分～11時30分
●午後の部 1時30分～3時
きらっと ※当日、直接会場へ

内容 握力・長座体前屈・上体起こし・
開眼片足立ち・10m障害物歩行・6
分間歩行・立ち幅跳び・反復横跳び・
20mシャトルラン ※年齢により測
定種目が異なります。 ※体カテスト
を受けた方は、血管年齢やヘモグロビ
ンなどの測定が受けられます。
対象 在住・在勤・在学の小学生以上(小
学3年生以下は保護者同伴) 持参 室内
用運動靴(必ず持参)・運動ができる服
装・タオル・飲み物・新体カテスト実
施記録(持っている方)

▶スポーツ振興課 申込 ☎ 042-420-2818
市 HP



日本語スピーチコンテスト2026

10月4日(日) 午後1時～4時
※終了後交流パーティーあり
J:COMコール田無

地域の外国人の皆さんが、日本で生
活して感じたこと、考えたこと、母国
への思い、市とのつながりなど、日本
語でスピーチします。
定員 140人
開催 (NPO) 西東京市多文化共生
センター(NIMIC)



会場 西東京市多文化共生センター
☎ 042-461-0381
▶文化振興課 申込 ☎ 042-420-2817

市民介護講習会

10月6日(火)・7日(水)
午前9時～午後4時
特別養護老人ホーム フローラ田無

高齢者を支える基本知識と介護技術
をテーマに、施設職員などによる市民
介護講習会を開催します。
対象 在住で、高齢者を介護している家
族の方、介護に関して知識を身につけ
たい方、ボランティアとして活動して
みたい方 定員 15人程度(申込順)