先輩ママとお話しする会

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、学校や医療機関についてなど、地域の情報も聞けます(毎月第１㈬、第３㈭開催予定)。
時11月19日㈭、12月２日㈬いずれも午前９時15分～10時15分、午前10時30分～11時30分　場障害者総合支援センターフレンドリー　対障害のある子ども(就学前～20歳)の保護者　定各回１人(申込順)　申５日前までに、電話で問へ
問基幹相談支援センターえぽっく
☎042－452－0075
▶障害福祉課 田
☎042－420－2805
市HP

ファミリー学級・２日制
～初めて父親・母親になる方のための教室～

時１日目：12月４日㈮　２日目：12月19日㈯いずれも午前９時45分～正午(受付：９時30分から)　場防災・保谷保健福祉総合センター２階　内１日目：赤ちゃんのお世話について　２日目：妊娠中の生活と健康　対在住で初めて父親・母親になる方(対象妊娠週数16～29週)　定20組(申込多数は抽選)　※２日間ともパートナーとの参加可　申11月２日㈪～14日㈯に、市HPから
▶子ども家庭課 保
☎042－438－4037
市HP

ようこそ としょかん　11月

乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。
お問い合わせは各図書館へ　図書館HP

中　央　☎042－465－0823

火～金
午前９時～午後８時
土・日・祝日
午前９時～午後６時

- **にこにこおはなし会**　５・19日㈭午前11時／１～２歳児と保護者　※５日は「わらべうたの時間」
- **おはなし会**　５・12・19・26日㈭午後３時30分／３歳児から
- **サンサンおはなし会**　15日㈰午前11時／３歳児から
- **おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力)**　１日㈰午前11時／どなたでも
- **秋のスペシャルおはなし会**　３日㈷午前11時／３歳以上の子どもと保護者

保谷駅前　☎042－421－3060

火～金
午前10時～午後８時
土・日・祝日
午前10時～午後６時

- **ちいさなおはなしひろば**　13・27日㈮午前11時／１～２歳児と保護者　※13日は「わらべうたの時間」
- **おはなしひろば**　27日㈮午後４時／３歳児から
- **おはなしのへや**　７・21日㈯午後３時30分／５歳児から
- **秋のスペシャルおはなしひろば**　13日㈮午後３時30分／３歳児から

芝久保　☎042－465－9825

火～日
午前10時～午後６時

- **ちびっこおはなし会**　11日㈬午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなし会**　５・12・19・26日㈭午後４時／３歳児から

谷　戸　☎042－421－4545

火～日
午前10時～午後６時

- **ちびっこおはなし会**　４・18日㈬午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなし会**　11・25日㈬午後３時30分／３歳児から

柳　沢　☎042－464－8240

火～金
午前10時～午後８時
土・日・祝日
午前10時～午後６時

- **ちいさなおはなしひろば**　６・13日㈮午前11時／１～２歳児と保護者　※６日は「わらべうたの時間」
- **おはなしひろば**　４・11・18・25日㈬午後３時30分／３歳児から
- **わくわくドキドキ紙芝居**　14日㈯午前10時30分／どなたでも

ひばりが丘　☎042－424－0264

火～金
午前10時～午後８時
土・日・祝日
午前10時～午後６時

- **ちびっこひろば**　６・13・27日㈮午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなしひろば**　４・18日㈬午後４時／３歳児から
- **おはなしひろばサタデー秋のスペシャル**　７日㈯午前11時／３歳以上の子どもと保護者

児童館・児童センターとの共催行事

- はじめてのページ　５日㈭午前11時15分／下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば　13日㈮午後３時30分／新町児童館／３歳児から

各館の休館日　２日㈪・８日㈰・９日㈪・16日㈪・24日㈫・30日㈪
※芝久保・谷戸図書館は、３日㈷・23日㈷も休館

いきいき シニア

初心者歓迎！
eスポーツ連続講座・デジサポ養成研修

「eスポーツ」とは、電子機器(ゲーム)を用いて行う娯楽・競技・スポーツ全般を指す言葉です。高齢者には認知機能の維持やフレイル(虚弱)予防の効果があると考えられています。

❖eスポーツ連続講座

３回の講座を通して楽しみながらレベルアップしましょう！
時・場下表参照
内太鼓ゲーム・パズルゲーム
対在住の60歳以上で、会館ごとの全日程(各３回)に参加可能な方・未経験者も可
定各20人程度

会場	日程	時間
老人福祉センター	【１回目】12月１日㈫	午前11時～正午
	【２回目】12月８日㈫	
	【３回目】12月15日㈫	
富士町福祉会館	【１回目】12月１日㈫	午後１時30分～２時30分
	【２回目】12月８日㈫	
	【３回目】12月15日㈫	
新町福祉会館	【１回目】12月18日㈮	午後１時30分～２時30分
	【２回目】12月22日㈫	
	【３回目】12月25日㈮	
住吉老人福祉センター	【１回目】12月23日㈬	午前11時～正午
	【２回目】令和９年１月６日㈬	
	【３回目】令和９年１月13日㈬	
ひばりが丘福祉会館	【１回目】令和９年１月12日㈫	午後１時30分～２時30分
	【２回目】令和９年１月19日㈫	
	【３回目】令和９年１月26日㈫	
下保谷福祉会館	【１回目】令和９年１月12日㈫	午前11時～正午
	【２回目】令和９年１月19日㈫	
	【３回目】令和９年１月26日㈫	

❖デジサポ養成研修

家庭用ゲーム機を用いて、市の公共施設や高齢者のイベントで講座を盛り上げる「デジサポ」(健康デジタル指導士)になりませんか？
時11月27日㈮ 午後１時～４時
場J:COMコール田無
対在住・在勤・在学の18歳以上の方
定20人

□**共通**
申11月２日㈪午前９時以降、電話または各申込フォームから
問西東京市eスポーツ事業受付窓口
(運営：JCOMマーケティング㈱)
☎03－5544－8142（平日午前９時～午後５時）
▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2812
共通申込フォーム

eスポーツ出張体験会受付中

普段活動している場所でいつもの仲間とeスポーツをやってみませんか？eスポーツを行う場所をご用意いただければ機器を持って出張します！

❖eスポーツ出張体験会

時・場要相談
内太鼓ゲーム・パズルゲームなど
対60歳以上の方の集いの場・地域のイベントなど
申電話または各申込フォームから
問西東京市eスポーツ事業受付窓口
(運営：JCOMマーケティング㈱)☎03－5544－8142
(平日午前９時～午後５時)
▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2812
申込フォーム

《授乳室のご案内》　田無庁舎２階、田無第二庁舎２階、防災・保谷保健福祉総合センター１～３階　※乳幼児を連れてご来庁の際は、お気軽にご利用ください。