

- ▶ ● 高齢者支援課 ☎
☎ 042-420-2811
● 地域包括支援センター(市内 8 カ所のセンターの ☎ は市 HP へ)
- 障害者に関する相談窓口
- ▶ 障害福祉課 ☎
☎ 042-420-2805
- 子育て家庭に関する相談窓口
- ▶ 子ども家庭課 保 ☎
☎ 042-439-0081
- 子どもの相談・救済に関する窓口
- ▶ 子ども相談室ほっとルーム ☎
☎ 0120-9109-77 市 HP

認知症サポーター養成講座

11月14日(土) 午後 2 時～3 時30分
ふれあいけやきサロン(西原総合教育施設)

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始めてみませんか？

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人以上で市内どこでも出張講座を実施します。
☎ 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 11月10日(火)までに、申込フォームまたは電話で下記へ

□ 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 ☎
☎ 042-420-2811 申込フォーム

女性に対する暴力をなくす運動期間
パネル展示・ワークショップ

①11月17日(火)～25日(水)
②11月18日(水)
午前10時～11時30分・午後 2 時～3 時30分
住吉会館ルピナス ※当日直接会場へ

11月12～25日は、女性に対する暴力をなくす運動期間です。男女平等推進センターバリエではパネル展示と登録団体によるワークショップを行います。誰もが安心して暮らせる社会の実現に向けて、考えるきっかけにしてみませんか。

☎ ①DV防止啓発パネル展示
②パープルリボンプロジェクトをすすめる会によるワークショップ
定 30人(先着)
▶ 男女平等推進センター ☎
☎ 042-439-0075 市 HP

リハビリ窓口相談

11月19日(木)
午前11時15分～午後 0 時15分
防災・保谷保健福祉総合センター 3 階

運動や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士が相談をお受けします。
☎ 市内に住民票がある方で、リハビリに関する相談を希望する方および関係者 定 2人(申込順)
申 11月16日(月)までに、電話で下記へ
▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

パート・アルバイト・契約社員で働くときの基礎知識
～社会保険・税金・労働法のしくみを知り、働き方を選ぶために～

11月20・27日(金)
午後 1 時30分～3 時30分
東京都労働相談情報センター多摩事務所

定 70人(申込順) 申 申込フォームまたは電話で ☎ へ
☎ 東京都労働相談情報センター多摩事務所 ☎ 042-595-8731
▶ 男女平等推進センター ☎ 042-439-0075

多摩六都フェア 多摩 5 美術展

11月21日(土)～29日(日)
午前 9 時～午後 5 時(初日は午後 2 時から) ※23日(祝)を除く
※11月27日(金)のみ午後 8 時まで(ナイトミュージアム)
東村山市立中央公民館

圏域 5 市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)を代表する著名な美術家の作品(絵画)を展示します。圏域 5 市を巡回しており、今年は東村山市で開催します。
※詳細は東村山市 HP へ
□ 主催 多摩北部都市広域行政圏協議会
☎ 東村山市立中央公民館 ☎ 042-395-7511
▶ 文化振興課 ☎ 042-420-2817 ☎ の HP

「みどりの散策路」を歩こう

11月25日(水)
午前 9 時30分～正午 ※雨天中止
● 集合:保谷駅北口広場
● 解散:あらしき公園

「みどりの散策マップ(A)まちの里山コース(2.9km)」の「下保谷」の歴史をしのぶ社寺、屋敷林や豊かなみどりと田園風景がゆっくり楽しめるコースを歩きましょう！
定 20人(申込順) 持 水筒・雨具など
申 11月13日(金)午前 9 時～20日(金)午後 5 時までに、電話・メールで住所・氏名・電話番号・年齢を下記へ
▶ みどり公園課 ☎ 042-438-4045
☎ kouen@city.nishitokyo.lg.jp

事業承継個別相談会

11月25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

国が運営する「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を行います。
☎ 事業承継・引き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 11月18日(水)までに、電話または市 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 ☎
☎ 042-420-2819 ☎ 042-420-2893 市 HP

生成AI活用セミナー

11月25日(水) 午後 7 時～8 時30分
保谷駅前公民館

生成AIの歴史や仕組み、仕事での活用法を演習を交えて学びます。
定 20人 ※Zoom参加:30人程度(いずれも申込順) 持 櫻井良堅さん(ITコーディネータ多摩協議会) 申 11月 4 日(水)から、申込フォームから
☎ 保谷駅前図書館 ☎ 042-421-3060
▶ 中央図書館 ☎ 042-465-0823 申込フォーム

クリスマスリースを作ろう！
～緑のカーテンのつるの再利用～

11月26日(木)
午前10時～午後 0 時30分
エコプラザ西東京

エコプラザ西東京壁面で毎年育成している「琉球アサガオの緑のカーテン」。このつるを有効利用してリースを作ります。手づくりのリースで華やかにクリスマスの飾りつけをしましょう！
☎ 在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 15人(申込多数は抽選) 持 中島京子さん(エコプラザ西東京協力員)
申 11月 1 日(日)～10日(火)に、申込フォームから ※当選者にのみ、11月12日(木)までにメールで連絡
☎ エコプラザ西東京 ☎ 042-421-8585
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042 申込フォーム



庭の緑地化ガーデニング講座
初冬編～街の緑化は我が家から～

11月27日(金)
午前10時30分～午後 0 時30分
※雨天は12月 4 日(金)に延期
エコプラザ西東京

土づくりの基礎、冬の花苗の種類などを学びます。エコプラザ西東京の花壇で寄せ植えの実践もします。学習後に自宅で実践するための 2 苗を持ち帰ることができます。

☎ 在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 12人(申込多数は抽選) 持 どころんこ作業所 手づくり山(作業指導) 持 軍手・筆記用具 申 11月 2 日(月)～9 日(月)に、申込フォームから ※当選者にのみ、11月12日(木)までにメールで連絡 ※雨天の場合は、開催の有無を前日午後 5 時30分までに電話連絡
☎ エコプラザ西東京 ☎ 042-421-8585
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042 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】

11月27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

☎ 市内に住民票がある方 定 2人(申込順) 申 11月24日(火)までに、電話で下記へ
▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

しゃきしゃき体操パート 2 講座

11月27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(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

親子で収穫祭 大根を収穫しよう！

11月28日(土)
● 午前 9 時45分～10時15分
● 10時45分～11時15分
(雨天時:11月29日(日))
市内農業者のほ場(北町 6-6)

市内の畑で、大根の収穫体験をします。とれたての大根をご家庭で味わってみましょう。親子で市内の農業の魅

エコプラザ西東京リユース祭り2026秋

11/22(日) 午前10時～午後 2 時
※入場整理券は午前 9 時から配布
場 エコプラザ西東京

衣類・食器・かばん・靴・おもちゃ・雑貨・DVD・CD・本など、再利用可能な不要品を無料で譲り合うリユース活動。当日 1 人 5 点まで受け取り可。市外の方も参加できます。 ※営利目的の利用不可
□ リユース品の持込受付
☎ 11月21日(土)午前10時～午後 1 時
内 1 人10点(セット品は一式で 1 点)まで受け付けます。 ※動植物、危険物、飲食類、医薬品、貴

金属、修理・修繕が必要なもの、汚れているものなどリユース品として適当ではないと判断した物は不可
☎ 在住・在勤・在学の方 ※11月23日(祝)以降のリユース品は在庫状況に応じて 1 週間程度継続展示を実施しますが詳細は未定
☎ エコプラザ西東京 ☎ 042-421-8585
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042