

力を、ぜひ体験してみてください。

対在住の小学生と保護者 **定**各回25組(申込多数は抽選) **持**軍手・飲み物・タオル・汚れてもよい服装・靴・持ち帰り用袋

申11月16日(月)午後5時までに、申込フォームから

▶産業振興課 **田** 

電 042-420-2820 **申**込フォーム

ここでしか聞けない！里親の話～養育家庭(里親)体験発表会～

11月28日(土) 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

都には、親の病気や虐待などのさまざまな理由により、親と一緒に暮らすことのできない子どもが約4,000人います。このような子どもたちを自らの家庭に迎え入れ、あたたかく愛情をもって育ててくださる方を「里親」といいます。当日は、東京都の里親制度の説明と、養育家庭経験をした里子が登壇し、里親との関係や日々の生活について話をします。

内里親制度の説明・里子へのインタビュー・個別相談 **定**40人程度(申込順) ※3人まで保育あり(申込順・前日正午までに下記へ)

申込フォームまたは電話で下記へ

▶子ども家庭課 **保** 

電 042-425-3303 **申**込フォーム

栄養・食生活相談

12月4日(金)
午前9時～正午(1人30分程度)
田無総合福祉センター

内肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による個別相談 **対**市内に住民票がある方 **定**4人(申込順) **申**12月1日(火)までに、電話で下記へ

▶健康課 **保** **電** 042-439-3526

野鳥観察会(初冬)

12月5日(土) 午前9時45分～正午
※荒天時は翌日同時刻に延期
石神井川・武蔵関公園周辺

身近な野鳥に親しむ講座です。初冬の野鳥観察をいっしょに楽しみましょう！

対在住・在勤・在学の小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴) **定**15人(申込多数は抽選) **持**双眼鏡(あれば倍率8倍程度のもの)・筆記用具・防寒具・雨具・飲み物 **申**11月2日(月)～24日(火)に申込フォームから ※当選者には11月25日(水)にメールで連絡

問エコプラザ西東京 

電 042-421-8585

▶環境政策課 

電 042-438-4042 **申**込フォーム

身近なものをすてきにリメイク！デコパージュを楽しもう

12月5日(土) 午後1時～3時
エコプラザ西東京

身近な「もの」をオリジナル品のように装飾・リメイクできるデコパージュ。「もの」をリメイクする楽しみ、趣も

新たに使う楽しみを体験しながら学べます。

対在住・在勤・在学の中学生以上の方 **定**12人(申込多数は抽選) **講**三宅里江さん(デコパージュ・アーティスト)

料 ¥400円(材料費) **申**11月1日(日)午前11時～26日(休)午後5時に、電話またはメールで、講座名・氏名・年齢・住所・電話番号を下記へ ※当選者は12月1日(火)までに電話またはメールで通知

問エコプラザ西東京 **電** 042-421-8585 (午前9時～午後5時) **メ** ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境政策課 **電** 042-438-4042

耳から昔話を楽しむ～大人のためのおはなし会～

12月5日(土)
午後2時～4時(開場：1時45分)
柳沢公民館 ※当日、直接会場へ

内素話「マッチ売りの少女」(「おはなしのろうそく23」より)・「魔法の馬」(「ロシアの昔話」より)ほか **定**50人(先着) ※未就学児の入室は不可

共催・公演 もぐらの会

▶柳沢図書館 **電** 042-464-8240

東京都共催消費生活講座 元気なうちに始める終活～お葬式とお墓の最新事情～

12月8日(火)
午前10時～11時30分
田無第二庁舎4階

最近のお葬式やお墓について学び、終活やトラブル防止について考えてみませんか？

対在住・在勤・在学の方 **定**40人(申込多数は抽選) **講**待鳥三津子さん(東京都消費者啓発員) **申**11月13日(金)までに、申込フォームまたは電話で、住所・氏名・年代・電話番号を下記へ

▶協働コミュニティ課 **田** 

電 042-420-2821 **申**込フォーム

パリテ講座 障害がある人の対人関係と性について～ステキなおとなになるために～

12月8日(火) 午後2時～4時
住吉会館ルピナス

対人関係と性の問題は障害の有無に関係なく、どう大人になっていくかという一人ひとりの生き方にかかわる大切な課題としてとらえ、肯定的に支援していく必要があります。障害に関係なく、成長の中で「性のめばえ」はごく自然なものであり、禁止・否定されるものではありません。性教育は障害や特性のある人の毎日の生活を整え、対人関係を豊かにすることが性の支援の基本です。相談・支援の実例を紹介しながら、障害のある人の対人関係と性について一緒に考えてみませんか。

定30人(申込順) **申**12月1日(火)午後5時までに、申込フォームまたは電話で下記へ

※詳細は市 **HP** へ

▶男女平等推進センター **電** 042-439-0075 **市** **HP** 

障害者権利擁護講演会 障害のある方と家族のための成年後見制度と暮らしを支える仕組み～「親あるあいだ」にできること～

12月9日(水)
午後2時～4時(開場：1時30分)
田無庁舎5階

障害のある方が地域で安心して暮らし続けるために、成年後見制度をはじめ、遺言・日常生活自立支援事業など、暮らしを支えるさまざまな仕組みについて具体例を交えてお伝えします。「親あるあいだ」にできる将来への備えを一緒に考えてみませんか。

定60人(申込順) **講**渡部伸さん(「親なきあと」相談室 主宰) **申**12月8日(火)までに、電話または申込フォームから

▶障害福祉課 **田** 

電 042-420-2805 **申**込フォーム

カラダまるごと測定会

12月10日(木)・11日(金)
●午前9時15分～正午
●午後1時～3時45分
田無第二庁舎4階

内体成分分析・骨量・血管年齢の測定と健康相談(30分程度) **対**12月11日(金)時点で18歳以上75歳未満の西東京市国民健康保険加入者 **定**各日50人(申込多数は抽選) **申**11月20日(金)(消印有効)までに、住所・氏名・生年月日・電話番号・第3希望までの希望日と希望時間帯(午前・午後・希望なし)を申込フォーム、はがき(〒188-8666市役所保険年金課「カラダまるごと測定会」係)、保険年金課窓口(田無庁舎2階)へ

※参加の決定は11月20日(金)以降に郵送で通知

協力 東京都国民健康保険団体連合会

▶保険年金課 **田** 

電 042-460-9821 **申**込フォーム

上級救命講習会 新規・再講習

①**12月12日(土)**
午前9時～午後6時
②**令和9年1月10日(日)**
午前9時～正午
きらっと

①新規 **定**30人(申込順) **料** ¥3,400円
②再講習 **対**上級救命技能認定証を保有している方(有効期限内) **定**30人(申込順) **料** ¥2,200円 **申**①11月5日(休)午前10時～30日(月)午後5時、②11月5日(休)午前10時～12月14日(月)午後5時に、旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター・きらっと・総合体育館のいずれかの窓口で所定の申込用紙と参加費持参 ※詳細は **問** へ

問きらっと **電** 042-451-0555

▶スポーツ振興課 **田** **電** 042-420-2818

野菜たっぷり食育講座

12月18日(金) 午前10時～午後1時
田無総合福祉センター

家庭でも作れる簡単おいしい野菜たっぷり料理を作ります。

内講話と調理実習 **対**在住の方 **定**16人(申込多数は抽選) **申**11月13日(金)(消印有効)までに、はがきで、件名「野菜たっぷり食育講座」・住所・氏名・生年月日・電話番号を、〒202-8555市役所健康課「野菜たっぷり食育講座担当」へ郵送またはメールで下記へ

▶健康課 **保** **電** 042-439-3526 **メ** seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

地中に眠る縄文の謎に迫る！

下野谷遺跡講演会2026 「石器から探る縄文中期の社会」

12/20(日) 午後2時～4時
場 **J:COM** コール田無

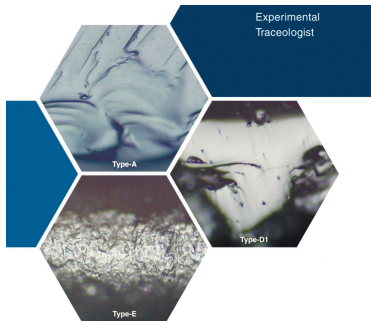
南関東を代表する国指定史跡「下野谷遺跡」。ここから出土する「大型粗製石匙(おおがたせいいしざじ)」をご存じでしょうか？一体何に使われ、なぜお墓に納められたのか。実は今も多くの謎に包まれています。

本講演では、日本の石器の痕跡研究を牽引する御堂島正氏を講師にお招きします。

高精細顕微鏡でしか見えない石器のミクロな傷(使用痕)を解き明かし、縄文人の技術や暮らし、社会の姿に迫ります。

会場では貴重な実物石器の展示も行います。下野谷遺跡のマニアックでディープな世界をのぞきに、ぜひお越しください。

定50人(申込多数は抽選)



講御堂島正さん
大正大学名誉教授
／下野谷遺跡整備
指導委員会座長

申11月1日(日)～12月10日(休)に、申込フォームまたは電話で住所・氏名・年代・電話番号・メールアドレスを下記へ

▶地域学習推進課 **田** 

電 042-420-2832 **市** **HP**