



お役立ちガイド



■今月の薬湯～ショウガの湯～

ショウガは昔から風邪の予防や治療等に広く使われてきました。風邪を予防し、体を温める最高の漢方薬のショウガの湯で心温まるひとときをお過ごしください。

時12月2日(日)

※小学生以下は入浴無料です。保護者同伴でご入浴ください。

問西東京市公衆浴場組合
(妙法湯 番461-3789)

■西東京創業支援相談センターから

□特別相談日 (無料)

12月の中小企業診断士等による特別相談日は、次のとおりです (相談無料)。

- ①3日(月) ②4日(火) ③5日(水)
④6日(木) ⑤10日(月) ⑥11日(火)
⑦12日(水) ⑧14日(金) ⑨19日(水)
⑩20日(木) ⑪21日(金) ⑫25日(火)

午後1時30分～4時30分

(③⑥⑧⑨は午前9時30分から)

□夜間相談 (要予約・無料)

- ④6日(木) ⑤10日(月) ⑦12日(水)
⑩20日(木) 午後6時～9時

□経営講習会 (要予約・無料)

今月はお休みです。次回は1月の予定です。

□パソコン講習会 (要予約・有料)

時12月17日(月)・18日(火)・19日(水)の1日のみ。時間等要問合せ。

¥1,000円

□空き店舗情報を募集

空き店舗をお持ちの大家さん等へご連絡ください。

□パソコンの利用 (有料)

創業・開業を考えている方は、当センターのパソコンを使用できま

す。

¥1時間200円 (利用料)

場西東京創業支援相談センター
(南町5-6-18イングビル1階
番461-6611※予約等)

HP <http://www10.ocn.ne.jp/~tanasi-s/>
問西東京商工会 (番461-4573)

■「パートタイムセミナー」を実施

ハローワーク三鷹では、パートで仕事を探している求職者の方と、パートを雇用している、パートの採用を考えている事業主の方を対象にセミナーを開催します。



<求職者向け>

「パートタイム就職支援セミナー」

時12月12日(水)午後1時～2時45分

①知っておきたい労働基準法の基礎知識 (労働契約、退職や解雇、休暇・賃金関係など)

□講師 三鷹労働基準監督署

②就職活動と面接対策のポイント

(仕事を探すときの心構え、探し方、応募書類の作成方法など)

□講師 ハローワーク三鷹 就職支援プランナー

<事業者向け>

「パートタイム雇用管理セミナー」

時12月12日(水)午後3時～5時

①改正パート労働法、労働基準法等

について

□講師 東京労働局雇用均等室

②ワークライフバランス、各種助成金について

□講師 (財)21世紀職業財団

③改正雇用対策法について

□講師 ハローワーク三鷹

場三鷹産業プラザ701・702会議室(三鷹市下連雀3-38-4 JR三鷹駅南口徒歩5分)

※車でのご来場はご遠慮ください。

問・申ハローワーク三鷹 職業相談部門 (番0422-47-8617)

■高齢者センターきらら「料理教室」

50歳以上の方を対象として介護予防を目的に食づくりを行います。

時12月15日(土)

午前10時30分～午後1時30分

場高齢者センターきらら

定20人 (申込順)

¥400円 (材料代)

□持ち物 エプロン、ふきん、台ふきん、三角巾、筆記用具
内鶏肉のカリカリ焼き、ハスのサラダ、ピーマンの煮びたし風、野菜のスープ煮、南瓜プリン

講向畑あずみさん

申12月8日(土)までに電話申し込み

問高齢者センターきらら

(番451-1200)

■裁判員制度が始まります

Q裁判員制度って何?

A国民の皆さんが裁判員として刑事裁判に参加し、裁判官と一緒に有罪・無罪や刑の内容を決める制度です。原則、裁判員は6人、裁判官は3人です。

Q私も裁判員に選ばれるの?

A20歳以上の日本国民であれば、誰でも選ばれる可能性があります。公務員の方も選ばれる可能性があります。

Q仕事や育児・介護で大変です。辞退できますか?

Aご自身の不在により著しい損害が生じる可能性があるなど一定の場合には辞退できます。

Q法律の知識がなくても大丈夫?

A大丈夫です。裁判員は、事実があったかなかったか、どのような刑にするべきか判断します。このような判断に法律の知識はいりませんし、必要なことは裁判官が説明します。

※説明会を実施しています。詳細はお問い合わせを。

問武蔵野区検察庁 (地域担当)

(番0422-55-0211～2)

東京地方検察庁検察広報担当

(番03-3592-5611内線3408)



? お困りのときに 無料相談!



■専門相談の予約開始 12月5日(水)午前8時30分から (★印については、11月16日から受付中)
相談を希望する庁舎の市民相談室に直接または電話で申し込んでください。
なお予約開始日には窓口および電話が込み合い、電話がつながりにくくなることがありますが、ご了承ください。
■予約・問い合わせ 田無庁舎 2階市民相談室 (番460-9805)
保谷庁舎 1階市民相談室 (番438-4000)

内 容		日 時	場所
一 般 市 民 相 談		毎週月～金曜日午前8時30分～午後5時	田・保
専 門 相 談 (予 約 制)	法 律 相 談	12月13日(木)・20日(木)・21日(金)・25日(火) 午前9時～正午 ※20日(木)は女性弁護士による相談 12月12日(水)・18日(火)・19日(水) 午後1時30分～4時30分	田 保
	人 権 ・ 身 の 上 相	1月7日(月) 午前9時～正午 12月27日(木) 午前9時～正午	田 保
	税 務 相 談	12月14日(金) 午後1時30分～4時30分 12月21日(金) 午後1時30分～4時30分	田 保
	不 動 産 相 談	12月20日(木) 午後1時30分～4時30分 ★12月13日(木) 午後1時30分～4時30分	田 保
	登 記 相 談	★12月13日(木) 午後1時30分～4時30分 12月20日(木) 午後1時30分～4時30分	田 保
	表示登記相談	★12月13日(木) 午後1時30分～4時30分 12月20日(木) 午後1時30分～4時30分	田 保
	交通事故相談	★12月12日(水) 午後1時30分～4時30分 12月26日(水) 午後1時30分～4時30分	田 保
	年金・労災・雇用保険・人事一般相談	★12月10日(月) 午後1時30分～4時30分	田
	行 政 相 談	12月21日(金) 午後1時30分～4時30分 ★12月6日(木) 午後1時30分～4時30分	田 保
	相続・遺言・成年後見等手続相談	★12月5日(水) 午後1時30分～4時30分	田

内 容		日 時	場 所	問 合 せ
消 費 生 活 相 談		毎週月～金曜日 午前10時～正午 午後1時～4時	消費者センター (番425-4040)	
住 宅 増 改 築 相 談		12月7日(金)・1月11日(金) 午後1時30分～4時	田無庁舎2階ロビー	都市計画課 (番438-4051)
			保谷庁舎1階ロビー	
動 物 相 談 (西東京市獣医師会)		12月19日(水) 午後1時30分～2時30分	田無庁舎2階ロビー	環境保全課 (番438-4042)
			保谷庁舎1階ロビー	
子 ども 家 庭 相 談 (電話・面接)		毎週火～土曜日 午前9時～午後4時	コール田無3階子ども 家庭支援センター相談室	子ども家庭支援センター (番451-0600) 相談専用電話 (番451-0808)
母 子 相 談		毎週月～金曜日 午前9時～午後4時	田無庁舎 子育て支援課 (番460-9840) ※事前に電話予約をしてください	
教 育 相 談		毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	保谷庁舎4階	教育相談センター (番438-4077) 電話相談 (番425-4972)
			田無庁舎5階 (予約のみ)	
女 性 相 談	悩みなんでも相談 (電話面接)	月・火・金曜日 午前10時～午後4時 木曜日午後3時～8時	市民会館2階相談室 月・火曜日は午後1時～2時は休み。金・土曜日は正午～午後1時は休み。 ※いずれも予約優先。受付時間は相談終了時刻の30分前までです。外出が難しい方には電話でのカウンセリングにも応じます。	悩みなんでも相談 (番450-0222) カウンセリング (番450-0222) 生活文化課 男女平等推進係 (番450-0055)
	カウンセリング (面接)	水曜日午後3時～8時 土曜日午前10時～午後4時		
電 話 医 療 相 談 (西東京市医師会)		12月4日整形外科・11日内科・18日眼科・25日泌尿器科 いずれも火曜日 午後1時30分～2時30分	(番438-1100)	
電 話 歯 科 相 談 (西東京市歯科医師会)		12月7日・14日・21日 いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分	(番466-2033)	