

お役立ちガイド

今月の薬湯～行者の湯～

漢方湯治療法のひとつで、各種漢方薬を調合した行者の湯は、不眠症・アレルギーの予防などに効果があるといわれています。

時 2月1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 461-3789)

西東京創業支援相談センターから

相談内容

- 経営...経営革新や現状診断
- 経理...会計ソフトの基礎知識^保
- 融資...事業計画作成のお手伝いや日本政策金融公庫(旧国民生活金融公庫)への紹介
- 創業者...必要な諸手続き^保
- その他...基本的知識や、疑問・質問

特別相談日(相談無料)

2月の中小企業診断士などによる特別相談日は、次のとおりです。

- ① 2日(月) ② 4日(水) ③ 5日(木) 6日(金) 10日(火) ⑥ 13日(金) ⑦ 18日(水) ⑧ 19日(木) ⑨ 20日(金) 23日(月) 25日(水) ⑫ 27日(金) 午後1時30分～4時30分 (①②③⑥⑦⑧⑨⑫午前9時30分から)

夜間相談(要予約・無料)

6日(金) 10日(火) 23日(月) 25日(水) 午後6時～9時

経営講習会(要予約・無料)

今月は休みです。

パソコン講習会(要予約・有料)

時 2月16日(月)・17日(火)・18日(水)の1日のみ。時間などはお問い合わせを。

¥1,000円(受講料)

空き店舗セミナー(無料)

空き店舗情報を募集しています。

時 2月14日(土)・16日(月)

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お使いいただけます(パソコンの簡単な指導も行っています)。

¥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 461-6611 予約^保)

HP <http://www10.ocn.ne.jp/tanasi-s/>

問 西東京商工会 (461-4573)



臨時職員募集

業務・人員 補助指導員・1人
雇用期間 2月10日～3月31日(更新有り)

時間給 940円

(社会・労災保険に加入)

選考 第1次書類選考、第2次面接

問 2月から随時受付中。履歴書をほうや福祉作業所(ひばりが丘3-1-23)へ郵送または直接持参。

問 ほうや福祉作業所・長谷川 (461-9816)

食育実践者講習会

時 2月24日(火)午後1時30分～4時45分

場 東村山立中央公民館

講演 「地域で取り組む食育」

実践発表 東京都初の栄養教諭や

起業栄養士による取り組み

講師 金田雅代教授(女子栄養短期大学)^保

問 保育園・学校などの栄養士、調理員、教職員や食育に取り組みたい団体や一般市民

問 2月17日(火)までに電話でお申し込みを。

問 多摩小平保健所生活環境安全課保健栄養係 (450-3111)

しごとセンター多摩の就業支援

(1)34歳以下対象「多摩版就コム」

就職のための専門の学校です。就職支援アドバイザーの担任やクラスの仲間と一緒に就職活動のためのスキルを身につけていきます。

時 2月10日(火)～3月19日(木) (毎週火・木曜日の計12日間) 午後1時30分～4時30分

定 15人(予約制)

(2)「就職面接会」

34歳以下のお仕事をお探しの方を対象に就職面接会を開催します。

時 2月24日(火)午後1時～4時 (受付・午後0時30分～3時30分)

(3)34歳以下対象就活セミナー

「ベーシック&アドバンス」

自己分析から、応募書類の作成のポイント 採用担当者の選考ポイントや面接でのマナー^保 1日だけの参加も可能。

時 2月25日(水) 26日(木) 各午後1時30分～4時30分

定 各30人(予約制)

(4)30～54歳対象「1日で学べる再就職活動のテクニック」

時 2月12日(水)午後1時～5時

定 50人(予約制)

(5)55歳以上対象「1日で学べる再就

職活動のテクニック」

時 2月18日(水)午後1時30分～4時30分 定 50人(予約制)

場 いずれも東京しごとセンター多摩 (JR国分寺駅南口徒歩5分)

問 東京しごとセンター多摩 (4042-329-4524)

2009年度 F C東京・市民スポーツボランティア新規会員説明会

F C東京・市民スポーツボランティア(通称「スポボラ」)では、味の素スタジアムで行われるF C東京のホームゲーム運営をボランティアスタッフとして支え、チームとともに戦い、そして一緒に楽しむ仲間を募集しています。

あなたも2009シーズンはスポボラの一員として楽しく活動してみませんか?

時 2月7日(土)午後1時～2時 (受付・午後0時30分)

場 鹿島建設技術研究所 (京王線飛田給駅南口)

問 15歳以上の方ならどなたでも(ただし、中学生は3月卒業予定の方)

問 活動内容の紹介、会員登録・活動参加方法の説明^保

問 説明会に参加希望の方は、当日直接会場へおこしください。

問 F C東京・市民スポーツボランティア事務局 (4042-488-6280)



?お困りのときに 無料相談!

専門相談の予約開始 2月4日(水)午前8時30分から (印については、1月19日(月)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、電話が繋がりにくくなる場合がありますが、ご了承ください。
予約・問合せ 田無庁舎 2階市民相談室 (460-9805) 保...保谷庁舎 1階市民相談室 (438-4000)

内容	日時	場所
一般市民相談	毎週月曜日～金曜日午前8時30分～午後5時	田・保
法律相談	2月19日(水)、20日(木)、24日(日)午前9時～正午 2月19日(水)は女性弁護士による相談	田
	2月13日(金)、17日(火)、18日(水)午後1時30分～4時30分 2月26日(水)午前9時～正午で人権・身の上相談を兼ねる	保
人権・身の上相談	3月5日(水)午前9時～正午	田
	2月26日(水)午前9時～正午	保
税務相談	2月27日(木)午後1時30分～4時30分	田
	2月20日(金)午後1時30分～4時30分	保
不動産相談	2月19日(水)午後1時30分～4時30分	田
	2月12日(水)午後1時30分～4時30分	保
登記相談	2月12日(水)午後1時30分～4時30分	田
	2月19日(水)午後1時30分～4時30分	保
表示登記相談	2月12日(水)午後1時30分～4時30分	田
	2月19日(水)午後1時30分～4時30分	保
交通事故相談	2月18日(水)午後1時30分～4時30分	田
	2月25日(水)午後1時30分～4時30分	保
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	2月9日(月)午後1時30分～4時30分	田
	2月20日(金)午後1時30分～4時30分	保
行政相談	2月20日(金)午後1時30分～4時30分	田
	2月5日(水)午後1時30分～4時30分	保
相続・遺言・成年後見等手続相談	3月13日(金)午後1時30分～4時30分	保

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 (425-4040)	
住宅増改築相談	2月6日(金) 午後1時30分～4時	田無庁舎 2階ロビー	都市計画課 (438-4051)
		保谷庁舎 1階ロビー	
動物相談 (西東京市獣医師会)	2月18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 (438-4042)
		保谷庁舎 1階ロビー	
子ども家庭相談 (電話・面接)	毎週月～土曜日 午前9時～午後4時	子ども家庭支援センター相談室 (住吉会館1階)	子ども家庭支援センター (425-3303) 相談専用電話 (439-0081)
母子相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時	子育て支援課(田無庁舎1階)	(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 (438-4077) 電話相談 (425-4972)
		田無庁舎 5階 (予約のみ)	
女性悩みなんでも相談 (電話・面接)	月・火曜日 午前10時～午後1時 午後2時～4時	パリティ(住吉会館1階) いずれも予約優先です。予約受付時間は次のとおりです。	男女平等推進係 (439-0075) 相談専用電話 (421-2322)
	水・木曜日 午後3時～8時	月・火曜日 午前9時～午後5時	
	金・土曜日 午前10時～正午 午後1時～4時	水・木曜日 午前9時～午後8時 金・土曜日 午前9時～正午 午後1時～5時	
電話医療相談 (西東京市医師会)	2月3日産婦人科・10日内科・17日外科・24日小児科 いずれも火曜日 午後1時30分～2時30分 上記の日時以外は、休日診療案内です。		(438-1100)
電話歯科相談 (西東京市歯科医師会)	2月6日・13日・20日・27日 いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分		(466-2033)