

お役立ちガイド

シニア対象パソコン教室 2月受講者募集

❖パソコンの始め方と入力
 時 2日(木)午後1時～4時 / 料 無料 /
 場 1月20日(金)まで

❖パソコン入門講座
 時 3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)の
 午前(計4回) / 料 6,000円 / 場 1月23
 日(月)まで

❖ワード初級講座
 時 7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)の午
 前(計4回) / 料 6,000円 / 場 1月27日
 (金)まで

❖エクセル初級講座
 時 7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)の午
 後(計4回) / 料 6,000円 / 場 1月27日
 (金)まで

❖パソコンの楽しい活用講座
 (ご自分のパソコンでも受講できま
 す。詳細は資料をご請求ください)
 時 3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)の午
 後(計4回) / 料 1回1,500円(過年に当
 教室の講座を受講された方は1回無
 料)
 ※受講料はいずれもテキスト代込み
 場 シルバー人材センター東伏見教室
 料 無料講座以外は午前9時30分～正
 午、午後1時30分～4時
 対 ・ 場 パソコンの始め方と入力およ
 び入門講座以外は文字入力のできる
 方・いずれも10人
 往 復 は が き に、希望講座名・受講日・
 住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、
 下記へ。
 ※締め切り後でも受講可能な場合が
 ありますので、お問い合わせを。
 場 西東京市シルバー人材センター
 (〒202-0013中町1-6-8・保谷東
 分庁舎・☎042-425-6611)

下水道モニター募集

内 モニターアンケートの回答、施設
 見学会への参加など
 □資格 満20歳以上(平成24年4月1
 日現在)の都内在住者(公務員、過去に
 モニターを経験した方を除く)で、HPの
 閲覧とEメールの送受信ができる方
 場 2月29日(水)まで
 ※詳細は下記HPをご覧ください。
 HP <http://www.gesui.metro.tokyo.jp/>
 場 東京都下水道局総務部広報サービ
 ス課 (☎03-5320-6693)



2012年度 FC東京・市民スポー ツボランティア新規会員説明会

FC東京・市民スポーツボランティ
 ア(通称「スポボラ」)は、主に味の素
 スタジアムで行われるJリーグ FC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、一緒に楽しく活動する仲間
 を募集しています。
 時 2月4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 地下1階「会
 議室」(京王線飛田給駅南口徒歩1分)
 対 15歳以上の方(※ただし中学生は
 平成24年3月卒業予定の方)
 内 活動内容の紹介、会員登録、活動
 参加方法の説明など
 場 当日直接会場へお越しください。
 場 FC東京・市民スポーツボランティ
 ア事務局(☎042-488-6280)



© 2009 F.C.TOKYO

第7回わくわく寄席

時 1月22日(日)正午開場、午後1時開演
 場 保谷苑デイサービスセンター
 □出演 柳家はん治師匠
 場 社会福祉法人「都心会」保谷苑
 (栄町3-6-2・☎042-423-5002)

在宅栄養士研修会

「管理栄養士」「栄養士」の資格を生
 かして、地域で活動してみませんか。
 時 2月24日(金)午後2時～4時
 場 多摩小平保健所
 内 ほんとうの「食の安全」を考える～食
 品中化学物質のリスク分析について～
 対 管理栄養士または栄養士の資格を
 有する方で、現在、管理栄養士または栄
 養士として常勤の職に就いていない方
 場 敵山智香子さん(国立医薬品食品衛
 生研究所安全情報部第三室長)
 場 2月17日(金)までに、電話またはフ
 ァックスで下記へ。
 場 多摩小平保健所生活環境安全課
 (☎042-450-3111・☎042-450-
 3261)



電気店・公共施設などでの乾電池、 蛍光灯ボックス回収廃止のお知らせ



これまで、乾電池、蛍光灯のボックス回収を電気店・公共施設などで継
 続してきました。しかし、現在では、戸別収集が定着し、不燃・有害ご
 み収集日に乾電池、蛍光灯が適正に分別排出されているため、平成24
 年2月末でボックス設置施設での回収を廃止することとしました。

3月から順次回収ボックスを撤去しますので、ご理解
 とご協力をお願いします。
 ※乾電池、蛍光灯は、不燃・有害ごみ収集日(隔週の水曜
 日)に透明・半透明の袋に入れて、出してください。今後と
 も、有害ごみなどの分別回収にご協力ください。
 ◆ごみ減量推進課 (☎042-438-4043)



◆◆住宅火災から高齢者を守ろう!!◆◆

平成22年中、東京消防庁管内の火災件数は5,088件、火災による死者は105
 人発生しました。そのうち住宅火災による死者は83人でした。死者のうち65
 歳以上の高齢者は、49人で全体の6割近くを占めています。

高齢者の死者が発生した火災の出火原因で、最も多かったのは「たばこ」
 によるもので、17人でした。

- 寝たばこ……………6人
- 火源の下落……………6人
- 吸い殻の不始末………5人

この実態を踏まえ、「寝たばこを絶対にしない」「吸いがらは水につけてから
 捨てる」ことを徹底しましょう。

次に多かった「ストーブ」による火災の死者数は5人でした。

- 電気ストーブ……………2人
- 石油ストーブ……………2人
- ガスストーブ……………1人

石油ストーブの給油時はストーブの消火を確かめる。ストーブの近くには可
 燃物を置かない。就寝時には使用しない。ストーブの上には洗濯物を干さな
 いなど、適切に使用しましょう。

日ごころから、町会・自治会・消防団など
 が連携し、「自分たちのまちは自分たちで
 守る」という意識をもって、災害時に援護
 を必要とする方々に対して、安心して暮
 らせる環境づくり、まちづくりを進めま
 しょう。

場 西東京消防署(☎042-421-0119)
 ◆危機管理室 保(☎042-438-4010)



?お困りのときに無料相談!



一般相談

場 所	日 時
市民相談室 田・保	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時

専門相談(予約制)

場 1月17日(火)午前8時30分から希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話
 (★印は、1月5日(木)から受付中)
 なお、予約開始日は大変込み合いますので、ご了承ください。
 場 市民相談室 田(☎042-460-9805)・保(☎042-438-4000)

内 容	場 所	日 時
法 律 相 談	田	1月24日(火)、25日(水)、2月2日(木)、3日(金) 午前9時～正午 ※2月2日(木)は人権・身の上相談を兼ねる
	保	※1月26日(木)は午前9時～正午で人権・身の上相談を兼ねる 1月31日(火)、2月1日(水)、7日(火)、8日(水) 午後1時30分～4時30分
人 身 ・ 身 の 上 相 談	田 保	★2月2日(木) ★1月26日(木) 午前9時～正午
税 務 相 談	田 保	1月27日(金) 2月3日(金) 午前1時30分～4時30分
不 動 産 相 談	田 保	2月2日(木) 2月9日(木) 午前1時30分～4時30分
登 記 相 談	田 保	2月9日(木) 2月16日(木) 午前1時30分～4時30分
表 示 登 記 相 談	田 保	2月9日(木) 2月16日(木) 午前1時30分～4時30分
交 通 事 故 相 談	田 保	2月8日(水) ★1月25日(水) 午前1時30分～4時30分
年 金 ・ 労 災 ・ 雇 用 保 険 ・ 人 事 一 般 相 談	田	2月13日(月) 午前1時30分～4時30分
行 政 相 談	田	2月17日(金) 午前1時30分～4時30分
相 続 ・ 遺 言 ・ 成 年 後 見 等 手 続 相 談	田	★2月1日(水) 午前1時30分～4時30分