



☆ キッズルーム

子育て世代向け情報
※市からの連絡帳も
ご覧ください。

リサイクルアートスペース「[によきにょぎワークショップ ～レゾ教育in西東京2013]第4回

リサイクル素材を光で照らした影の形を見て、暗闇から光で形を生み出す表現を体験します。
時 11月16日(土)午後1時30分～3時30分
場 エコプラザ西東京
対 市内在住・在学の4歳～小学3年生とその保護者・20人(保護者を除く)(申込順)
定 飲み物、汚れてもよい服装

申 11月4日(休)午前9時から、電話・ファクス・Eメールで、親子の氏名(ふりがな)・住所・電話番号・年齢を添えて下記へ ※詳しくは、市HPをご覧ください。
場 エコプラザ西東京(☎042-421-8585・☎042-421-8586・✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp)
 ※電話受付：午前9時～午後5時
 ◆環境保全課(☎042-438-4042)

ファミリー・サポート・センター ファミリー会員登録説明会

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)、子どもを預かる方(サポート会員)からなる会員同士の相互援助活動を行っています。ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。
時 11月26日(火)午前10時～正午
 ※開始時間厳守
場 防災センター6階
定 20人(申込順)

※保育あり10人(申込順)
場 保護者の顔写真(縦3cm×横2.5cm)1枚、印鑑、80円切手1枚(会員登録送用)、筆記用具(ボールペン)
申 説明会前日の午後5時までにファミリー・サポート・センター事務局(☎042-438-4121)へ
 ◆子ども家庭支援センター(☎042-425-3303)

おはなし会ボランティア募集!

図書館のおはなし会で、子どもたちに絵本の読み聞かせなどを行うボランティアを募集します。
□活動日
 水、木、金、土、日曜日のいずれか
□活動場所 市内図書館
□募集人数 15人
対 次の4項目すべてに該当する方
 ①20歳以上で市内在住の方
 ②西東京市図書館主催おはなし会ボランティアとして継続的に活動できる方

③養成講座を全日程受講できる方(11月29日(金)、12月5日(木)・6日(金)の午後。全3回)
 ④子どもへの読み聞かせ経験を有する方
 ※選考のため、11月13日(水)に面接を行い、結果を通知します。
申 市内図書館で配布する申込書(市HPからダウンロード可)に必要事項を記入のうえ、11月2日(出)～10日(消)のうちに、〒202-0022柳沢1-15-1 柳沢図書館へ郵送または直接持参
 ◆柳沢図書館(☎042-464-8240)

ようこそとしょかんへ

11月

乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館まで。



中央 ☎042-465-0823
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆おはなしおばさんのおはなし会 3日(祝)午前11時
- ◆にこにこおはなし会 21日(休)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- ◆サンサンおはなし会 17日(日)午前11時/3歳児から対象
- ◆おはなし会 毎週木曜日午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

柳沢 ☎042-464-8240
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆ちいさなおはなしひろば 1・8日(休)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- ◆わくわくドキドキ紙芝居 9日(出)午前11時～正午
- ◆おはなしひろば 毎週水曜日午後3時30分/3歳児から対象

保谷駅前 ☎042-421-3060
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆はじめてのページ 7日(休)午前11時/下保谷児童センター(下保谷児童センター共催)
- ◆ちいさなおはなしひろば 8・22日(出)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- ◆おはなしひろば 8・22日(出)午後3時30分/3歳児から対象
- ◆おはなしのへや 2・16日(出)午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

ひばりが丘 ☎042-424-0264
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆ちいさなおはなしひろば 22日(出)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- ◆おはなしひろばサタデー お休み
- ◆おはなしひろば 20日(休)午後4時/3歳児から対象

芝久保 ☎042-465-9825
 火～日 午前10時～午後6時

- ◆おはなし会 毎週木曜日午後4時

新町分室 ☎042-55-1783
 水～土 午後1時～5時

- ◆おはなしひろば 20日(休)午後3時30分

谷戸 ☎042-421-4545
 火～日 午前10時～午後6時

- ◆ちびっこおはなし会 6・20日(休)午前11時/1歳児からとその保護者対象
- ◆おはなし会 13・27日(休)午後3時30分/3歳児から対象

休館日
 5日(火)・11日(月)・18日(月)・25日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館・新町分室は、15日(金)も休館日。
 ※芝久保・谷戸図書館は、4日(休)も休館日。
 ※新町分室は、毎週火・日曜日も休館日。
 ※ひばりが丘図書館は、空調改修工事のため、11月11日(月)まで休館しています。

11月14日は世界糖尿病デー

約800万人の日本人が糖尿病を強く疑われ、可能性を否定できない人は約1,050万人、40歳以上の3人に1人が糖尿病または糖尿病予備群であるといわれています。また、世界でも成人人口のおよそ5～6%となる2億4,600万人が抱える病気とされています。拡大を続ける糖尿病の脅威を踏まえ、国連は糖尿病の予防などを啓発するために、11月14日を世界糖尿病デーとして指定しました。

◆糖尿病のことを知っていますか

糖尿病といえば、合併症で「目が見えなくなる」「血管がポロポロになる」というのは聞いたことがあるかもしれませんが、糖尿病は初期には症状がなく、気づいたときには進行している病気です。早期に気づき、予防や早めの治療が大切です。

◆自分の血糖値を知っていますか

糖尿病は、初期に適切に対処すれば発症を防ぐことも可能です。そのためには定期的に健康診査を受け、自分の血糖値の状態を知ることが大切です。まずは健診を受け、あなたの血糖値を知りましょう。

◆健康課(☎042-438-4037・✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp)

◆糖尿病について詳しく知りたい方は講演会、講座をぜひ、ご利用ください。

- ◇糖尿病予防講演会
時 11月25日(月)午後1時30分
場 西東京市民会館
定 50人程度
申 電話・はがき・Eメールで、11月21日(休)までに、〒202-8555市役所健康課へ申し込み
- ◇糖尿病講座(毎月1回)
 糖尿病予防のための食事の基礎について管理栄養士などがお話しします。
- ◇栄養相談(毎月2回)
 個々の食生活を踏まえながら、健康的な食生活についてのご相談に応じます。 ※糖尿病講座、栄養相談の日程については、市報・市HPをご覧ください。

多摩六都科学館ナビ



小林・益川両博士ノーベル賞受賞5周年記念シンポジウム
宇宙の謎に挑む素粒子物理学
 ～どうして現在の宇宙は生まれたか～

小林・益川両博士ノーベル賞受賞5周年・多摩六都科学館20周年記念イベント。2008年にノーベル賞を受賞した小林誠博士と益川敏英博士が3年ぶりに顔をそろえます。素粒子物理学のこれまで、最新の研究課題を、科学の未来を担う次世代に向けて語ります。
時 11月30日(日)午後2時～5時30分
対 小学4年生～大人
定 280人(うち、100人は同時中継会

場へのご案内となります)
料 入館券(展示室)大人500円、高校生までは200円
申 当館HP・館内の申込書または、はがきにイベント名・住所・氏名・年齢を明記のうえ、11月11日(必着)までに下記へ(申込多数の場合は抽選)
場 多摩六都科学館(〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100)

「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 12月1日(日)午前9時ごろ～正午
場 田無庁舎市民広場
募集区画 65区画(1区画約3.5㎡)
申 往復はがきに、住所・氏名・電話番号・年齢・参加人数・出店物(衣類・雑貨等)を明記し、11月10日(消)までに、〒202-0011泉町3

～12-35エコプラザ西東京内ごみ減量推進課へ郵送(申し込みは、1世帯1通。申込多数の場合は抽選)
 ※飲食物・動植物などの販売は不可
 ※出店場所の選択は不可
 ◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)