



# シニアルーム

シニア世代向け情報  
※市からの連絡帳コーナーもご覧ください。

## 高齢者大学総合課程

楽しく学びたい、友達づくりのきっかけが欲しいという高齢者のために、高齢者大学を開講します。

時 月2回水曜日午後2時～3時30分(全16回)

※9月16日(水)のみ午前10時～午後0時30分

場 富士町福祉会館

※9月16日(水)のみ多摩六都科学館

対 市内在住の60歳以上で、おおむね全日程に出席できる方

定 60人(申込多数の場合は、初めての方を優先し抽選)

料 実費徴収の場合あり

申 5月7日(水)(消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、〒202-0013中町1-6-8保谷東分庁舎社会福祉協議会「高齢者大学」係へ郵送

※往復はがき1枚につき1人のみ

問 西東京市社会福祉協議会

(☎042-438-3773)

◆高齢者支援課係

(☎042-438-4029)

### □高齢者大学総合課程 日程

日程	テーマ(科目)
6月3日	知り合いになりましょう
17日	人間関係に役立つ会話術
7月1日	郷土史入門1
15日	郷土史入門2
9月16日	多摩六都科学館を学ぼう
30日	金融入門
10月7日	明治大学マンドリン倶楽部ミニコンサート
21日	仏像鑑賞入門1
11月4日	仏像鑑賞入門2
18日	音楽の持つ力
12月2日	再認識!シニアの力
16日	地域課題を知ろう(仮)～ほっとネットステーション～
平成28年1月6日	古典文学入門1
20日	古典文学入門2
2月3日	国際情勢の見方
17日	お楽しみ修了の会

## 転倒予防運動教室

転倒予防を目的とした、椅子を使った体操やストレッチを中心に行います。運動に自信のない方でも安心して参加できます。

時 6月1日からの月曜日午前11時～正午(全24回)

場 武蔵野ファミリークリニック(新町1-2-20)

対 市内在住の満65歳以上で、介護保険の要支援・要介護の認定を受けていない方。おおむね全日程に出席できる方

定 8人(申込多数の場合は抽選)

料 1回150円

申 5月8日(金)(消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、〒202-8555市役所高齢者支援課「転倒予防運動教室」係へ郵送

◆高齢者支援課係

(☎042-438-4029)

## キッズルーム

子育て世代向け情報  
※市からの連絡帳コーナーもご覧ください。

## リユース推進講座 ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース～春～

時 6月26日までの毎週金曜日午前10時～11時30分

場 エコプラザ西東京

※当日、直接会場へ

内 エコダンス・親子体操・障害物遊び・家庭の不用品を持ち寄り譲り合うリユース活動

対 乳幼児と保護者(市内在住・在勤)

定 各回25組(申込順)

持 飲み物・タオル・子ども用の名札(用意可能な方のみ)・動きやすい服装・室内履き(はだし可)

問 エコプラザ西東京

(☎042-421-8585)

※電話受付：午前9時～午後5時

◆環境保全課(☎042-438-4042)



不用品を譲り合うリユース活動

## ようこそとしょかんへ 5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へ

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 7・21日(水)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/3歳児から対象
- 田無公民館まつり わくわくドキドキ紙芝居スペシャル 17日(日)午後2時/田無公民館/みみいちゃんの紙芝居

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(水)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(金)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- おはなしひろば 8・22日(金)午後3時30分/3歳児から対象
- おはなしのへや 9・23日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

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

谷戸 ☎042-421-4545  
火～日 午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 20日(水)午前11時/1～2歳児と保護者対象
- おはなし会 13・27日(水)午後3時30分/3歳児から対象

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(金)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(土)午前11時
- 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

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 1・22日(金)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 2日(土)午前11時/3歳児から対象
- おはなしひろば 20日(水)午後4時/3歳児から対象

新町分室 ☎0422-55-1783  
水～土 午後1時～5時

- おはなしひろば 20日(水)午後3時30分

休館日  
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  
※芝久保・谷戸図書館・新町分室は、4日(祝)～6日(休)も休館  
※新町分室は、毎週火・日曜日も休館

## ファミリー・サポート・センター

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と、預かる方(サポート会員)が会員となり、子どもの預かり・送迎・外出の同行などを会員間で行う有償の相互援助活動事業です。ファミリー会員が支払う利用料金が、サポート会員の活動報酬となります。

◆サポート会員になりたい方  
養成講習会を受講してください。

時・内表1参照

場 防災センター

対 市内在住で満20歳以上の心身ともに健康な方で、講習会を全て受講し、修了後にサポート会員として登録・活動ができる方

※養成講習会に保育はありません。

定 30人(申込多数の場合は抽選)

料 2,000円(テキスト代)

申 6月12日(金)までに、電話で問へ

※後日、決定通知を送付

※活動に少しでも関心のある方、受講を迷っている方も、お気軽にご連絡ください。全日程の出席が難しい方もご相談ください。

※10月に同様の講習会を田無総合福祉センターで開催します。

◆ファミリー会員になりたい方

□利用内容 子どもの預かり、保育園・幼稚園・習い事の送迎など

□利用時間・場所 毎日午前6時～午後11時・サポート会員宅など

□利用料金(1時間当たり) 平日午前8時30分～午後5時…800円、上記以外の曜日・時間帯…1,000円

□利用方法 登録説明会に参加し、ファミリー会員として登録後、利用できます。

□ファミリー会員登録説明会

時・場表2参照

持 保護者の顔写真(3cm×2.5cm)1枚・印鑑・82円切手

申 各回前日の午後5時までに電話で問へ

※保育あり：10人(申込順)

問 ファミリー・サポート・センター事務局(☎042-438-4121)

電話受付：平日午前10時～午後5時

◆子ども家庭支援センター

(☎042-425-3303)

### 表1 サポート会員養成講習会

日程	時間	内容
6月22日(月)	午後1時～4時	オリエンテーション・西東京市の子育て支援
23日(火)	午前9時30分～正午	子どもの心の発達とかかわり
	午後1時～3時30分	子どもの生活と遊び
24日(水)	午前9時30分～正午	子どもを預かる心構え
	午後1時～4時	子どもを安全に預かるために
25日(木)	午前9時～正午	登録説明会・修了式

### 表2 ファミリー会員登録説明会

日程	時間	場所
5月16日(土)	午前10時～正午	防災センター
28日(木)	午前10時～正午	田無総合福祉センター