



ココスポ東伏見 総合防災訓練

2月26日(日) 午前10時～正午
東伏見小学校 ※当日、直接会場へ

震度7の地震体験もできます。訓練に参加して防災意識を高めましょう。
内 消防車・自衛隊緊急車両・備蓄庫の展示、起震車による地震体験、非常食炊き出し訓練・試食、避難所設置体験、初期消火訓練、応急救護訓練(AEDを含む)、家庭用防災グッズ点検・相談など
※訓練には、自衛隊員も協力参加します。
問 総合型地域スポーツクラブ「ココスポ東伏見」(☎042-452-3446)
◆スポーツ振興課 **保**(☎042-438-4081)

講演会 高齢期のうつ予防

3月7日(火)
午後2時～4時(1時30分開場)
コール田無 ※当日、直接会場へ

内 高齢者のうつ病の特徴とその予防、認知症との違いなど
定 180人(先着順)
講 古田光さん(東京都健康長寿医療センター精神科医師)
◆高齢者支援課 **保**(☎042-438-4029)

にしはらスポーツクラブ 第12回 ソフトバレーボール大会

3月20日(祝)
午前9時30分～午後4時
(受付：混合の部…午前9時10分
レディースの部…午後0時30分)
総合体育館
対 市内および近隣に在住の方
定 27チーム(1チーム6人まで)
①混合の部(男女共40歳以上。男性1～2人)
②レディースの部(合計年齢160歳以上)
※組み合わせ抽選は、事前に主催者側で実施

¥1チーム3,000円(クラブ会員が4人以上のチームは2,000円)
□**競技方法** (公財)日本バレーボール協会ソフトバレーボール競技規則に準ずる
申 3月1日(火)までに、申込用紙をファクスで**問**へ
※申込用紙は**問**および**問**の**HP**で配付
問 総合型地域スポーツクラブ「にしはらスポーツクラブ」
(☎042-467-9919・**FAX** 042-467-9921)
◆スポーツ振興課 **保**(☎042-438-4081)

住宅火災を防ごう

12月～3月は火災多発期です。特に住宅火災における高齢者の死者の割合は非常に高く、注意が必要です。
❖**住宅火災の出火原因と防ぎポイント**
□**たばこ**
火種の落下など、注意していれば発生を防げるものが多く見られます。
●寝たばこは絶対にしない
●吸い殻はためずに定期的に捨てる
●吸い殻は水で完全に消してから捨てる
□**コンロ**
調理中にコンロの火が服の袖口などに燃え移る死傷事故や、火をつけたままその場を離れたことによる火災が多く発生しています。
●防災製品のエプロンやアームカバーを利用する
●調理中はコンロから離れない



□**電気コード**
電気は日常的に使用するものですが、コード・プラグ・コンセントは火を使わないため、火災の原因となることが分かりづらくなっています。
●差し込みプラグをコンセントから抜くときは、プラグ本体を持って抜く
●コンセントにほこりがたまらないように定期的に掃除する
●電気コードは束ねて使用しない
問 西東京消防署(☎042-421-0119)
◆危機管理室 **保**(☎042-438-4010)

講演会 みんな違ってみんなイイ ～脳科学からみた障害特性の理解～

ジャーナリストとして幅広く活躍する講師が、脳科学から見た障害特性の理解、障害のある人もない人も共に暮らすことができる社会をどのように実現していくかお話しします。
時 3月4日(土)午後1時30分～3時30分
場 西東京市民会館
定 500人(申込順)
講 室山哲也さん(NHK解説委員)
申 2月28日(火)までに、電話・ファクス・

Eメールで住所・氏名・電話番号を下記へ
※手話通訳あり。磁気ループ設置
※駐車場に限りがあるため公共交通機関をご利用ください。お体が不自由な方は申込時にご相談ください。
◆障害福祉課 **保**(☎042-438-4033)
※平日午前9時～正午・午後1時～5時
FAX 042-423-4321・**E** f-syougai@city.nishitokyo.lg.jp)

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

ようこそ としょかんへ 2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 5日(日)午前11時
●にこにこおはなし会 2・16日(木)午前11時／1～2歳児と保護者
●サンサンおはなし会 19日(日)午前11時／3歳児から
●おはなし会 毎週木曜日午後3時30分／3歳児から

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
●ちいさなおはなしひろば 10・24日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
●おはなしひろば 10・24日(金)午後3時30分／3歳児から
●おはなしのへや 11日(祝)・25日(土)午後3時30分／5歳児～小学3年生

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 1・15日(木)午前11時／1～2歳児と保護者
●おはなし会 8・22日(木)午後3時30分／3歳児から

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 3・10日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
●わくわくドキドキ紙芝居 11日(祝)午前11時
●おはなしひろば 1・15・22日(木)午後3時30分／3歳児から

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 3・10・24日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
●おはなしひろばサタデー 4日(土)午前11時／3歳児から
●おはなしひろば 1・15日(木)午後4時／3歳児から

児童館・児童センターとの共催行事

●はじめてのページ 2日(木)午前11時／下保谷児童センター
●新町おはなしひろば 15日(木)午後3時30分／新町児童館／3歳児から

休館日
6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、17日(金)休館
※芝久保・谷戸図書館は、11日(祝)休館
※2月23日(木)まで、特別整理のため順次休館

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。