



イベント NEWS もっと知ろう！楽しもう！

①雑草教室 ②樹木観察会

①5月16日(火) 午後1時30分～3時30分(荒天時5月18日(木))
西東京いこいの森公園
②6月3日(土) 午前10時～正午(雨天決行)
下保谷四丁目特別緑地保全地区

対 市内在住・在勤・在学の①18歳以上 ②15歳以上
定 ①20人 ②15人(申込順)
持 筆記用具・帽子・雨具・飲み物・タオル(②は軍手)
申 ①受付中 ②5月17日(水)午前9時から電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585・FAX042-421-8586・
ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
◆環境保全課 ☎042-438-4042

地域活動紹介ゆめサロン

「まちめぐり」西武柳沢駅と東伏見駅周辺の旅

5月27日(土)
午前9時30分～午後2時

柳沢周辺の市民活動の拠点を、楽しく語らいながら見学しませんか(ノルディックウォーキング講習付き)。
定 20人(申込順)
¥ 500円(昼食代)
□カメラボランティア同時募集 まちめぐりに同行して写真撮影をしませんか。写真は問のHP・機関紙で公開します。
定 10人(申込順)
申 5月17日(水)までに、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・電話番号を問の「まちめぐり」係へ
問 市民協働推進センター ☎042-497-6950・FAX042-497-6951・
yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp
◆協働コミュニティ課 ☎042-438-4046

自治会・町内会などへの補助金説明会&懇談会

①5月27日(土) ②6月3日(土)
午前10時～正午
①防災センター ②田無庁舎5階

自治会などが行う地域福祉の促進や地域づくりに役立つ活動に対する補助金の説明会を行います(団体同士が交流する懇談会を同時開催)。
対 市内の自治会・町内会およびマンション管理組合
申 5月24日(水)までに、電話・ファクス・Eメールで団体名・氏名・電話番号を下記へ
◆協働コミュニティ課 ☎042-438-4046・FAX042-438-2021・
kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

認知症サポーター養成講座

5月27日(土)
午後2時～3時30分(1時45分開場)
谷戸公民館

□認知症サポーターとは 認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方
内 ●認知症とは ●認知症の方を地域で支えるためには
対・定 市内在住・在勤で、当講座を受講したことのない方・50人(申込順)
申 5月22日(月)までに電話で下記へ
※市内どこでも出張講座…5人から
◆高齢者支援課 ☎042-438-4029

小学校教科用図書(道徳)の見本の展示

6月3日(土)～29日(木)
●午前10時～午後8時(土/日は6時まで)
※(月)・第3(金)休館
中央・柳沢・ひばりが丘図書館
●平日午前8時30分～午後5時
保谷庁舎1階情報公開コーナー

今年度、新たに小学校の教科書「特別の教科 道徳」を採択するため、見本本を展示します。
◆教育指導課 ☎042-438-4075

ソフトバレーボール体験教室&第8回大会

6月11日(日)
①体験教室：午前10時～11時30分
②大会：午後1時～5時
スポーツセンター

対 ①市内在住・在勤・在学の小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
※個人・チーム不問
②市内在住・在勤・在学の中中学生以上で、1チーム4～7人登録可(コート内に男性は1人まで)
定 12チーム(申込順)
※競技方法は、ソフトバレーボール競技規則に準ずる
※対戦組み合わせは当日発表
申 6月1日(木)(必着)までに、市HP・スポーツ振興課(保谷庁舎3階)・きらっとで配布の申込用紙を記入し、〒202-8555市役所スポーツ振興課「ソフトバレーボール体験教室・大会」係へ郵送・ファクス・持参
※ファクス申込時は、要送達確認
◆スポーツ振興課 ☎042-438-4081・FAX042-438-2021

防犯活動団体補助金説明会～登録と補助金交付～

6月17日(土) 午後1時～2時30分
防災センター

内 団体登録と補助金(防犯資器材の購

入経費^{など})の交付手続き説明、防犯講話
対 市内で防犯活動を行う(開始する)団体
□補助金申請受付期間
6月19日(月)～30日(金)
※詳細は、お問い合わせください。
◆危機管理室 ☎042-438-4010

外国人おもてなし語学ボランティア育成講座おもてなしコース

6月18日(日) 午後1時～4時30分
西東京市民会館

東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて、日頃暮らしている中で外国人に簡単な英語で手助けができるように、おもてなしの心を学ぶ講座を受講してみませんか。講座修了後は、市開催の各種講座・イベントの情報提供などを行います。
※東京都主催の同名講座と同内容。応募情報は、東京都・受託業者に提供します。
対 都内在住・在勤・在学の15歳以上の方(中学生を除く。語学力不問・目安は初級以上)
※保育あり(人数制限あり)
※市HPの注意事項を必ずご覧ください。
定 60人(申込多数の場合は、5月29日(月)午後4時に保谷庁舎別棟で抽選)
申 5月15日(月)～24日(水)(必着)に、往復はがきもしくはEメールで住所・氏名(ローマ字)・年齢・性別・電話番号・メールアドレス・保育の有無と子どもの年齢を〒202-8555市役所文化振興課「外国人おもてなし語学ボランティア」係へ
※15日午前0時より前に発送されたメール・はがきは対象外
◆文化振興課 ☎042-438-4040・
bunka@city.nishitokyo.lg.jp

面接対策セミナー

6月20日(火) 午後1時30分～3時30分(受付：1時から)
保谷庁舎1階

4人1組で行う面接のロールプレイを通じて、採用担当者の視点や面接のポイントを学びます。
対 雇用保険を受給中の方
定 12人(申込順)
持 筆記用具・雇用保険受給資格者証
申 平日午前9時～午後5時に、電話で(株)東京リーガルマインド ☎03-5913-6910へ

問 ハローワーク三鷹(共催)
☎0422-47-8617
◆産業振興課 ☎042-438-4041

“制約社員”の急増と仕事との両立支援・就業継続のあり方(全2回)

6月23日(金)・26日(月)
午後2時～4時
国分寺労政会館(国分寺市南町3-22-10)

内 ●働き方改革が求められる背景～育児・介護と仕事の両立支援～ ●治療と就業継続のあり方～社労士の取り組み事例から～
対・定 事業主、企業の人事労務担当者、テーマに関心のある方・100人(申込順)
講 山田晴男^{さん}(東京都社会保険労務士会副会長)
申 電話・ファクス・HPから問へ
問 東京都労働相談情報センター ☎042-323-8511・FAX042-323-8512・HP TOKYOはたらくネット
◆男女平等推進センター ☎042-439-0075

知って…感じて…楽しんで 農業わくわく散策会

6月24日(土) 午前8時30分～正午
花摘みの丘(保谷駅北口ロータリー集合) ※雨天中止

はなバスに乗って、農業の魅力に触れる場所を訪れてみませんか。
内 ●農あるフォト・スクール：プロの写真家が「花」をテーマに撮影方法を指導(撮影した写真は市HPに掲載)
●フラワーアレンジメント教室：手軽に楽しく！市内産の花を使って指導
※市内産野菜のプレゼントあり
対 市内在住の小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 16人(申込多数の場合は抽選)
¥ はなバス運賃
持 帽子・飲み物・タオル・軍手・汚れてもよい服装・カメラ(デジタルカメラ推奨)
申 6月1日(木)(必着)までに、往復はがきで事業名、代表者の住所・電話番号、参加者全員の氏名・年齢を〒202-8555市役所産業振興課へ
※はがき1枚につき2人まで
※代表者名には「代表者」と明記
◆産業振興課 ☎042-438-4044



西東京市 農産物キャラクター 「めぐみちゃん」

姉妹・友好都市観光物産展

姉妹・友好都市の福島県下郷町・千葉県勝浦市・山梨県北杜市(須玉町)の観光PRと特産品の販売を行います。
本物産展は、平成14年から開催し、

今年で16回目を迎えます。この機会に3都市の魅力に触れてみませんか。
時 5月21日(日)午前10時～午後4時
場 アスタセンターコート

市町名	販売品目(予定)
福島県下郷町	花豆パイ・十念味噌・アスパラ ^{など}
千葉県勝浦市	あじの開き・さんまの開き・かつお節 ^{など}
山梨県北杜市(須玉町)	桑の実ジャム・すももジャム・ワイン ^{など}

◆産業振興課 ☎042-438-4041

熱中症を 防ごう

暑い時期を迎えるにあたり、熱中症のニュースをよく耳にします。熱中症による事故は真夏に多く発生しますが、梅雨や残暑の時期にも熱中症による救急搬送がみられます。

熱中症の予防

- 暑さに体を慣らす(暑熱順化)
日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を身に付けて暑さに慣らすことで熱中症にかかりにくくします。
暑熱順化は、「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる運動を毎日30分程度継続することによって約2週間で完成します。
- 高温・多湿・直射日光を避ける
屋外では帽子をかぶるなどして強い日差しを避け、屋内では風通しをよくしましょう。
- こまめな水分補給
喉が渇いてから水分補給をするので
- 暑さに体を慣らす(暑熱順化)
ではなく、意識的にこまめな水分補給を心掛けましょう。
- 運動時は計画的に休憩
学校の部活動や体育祭などで熱中症が発生しています。実施する人だけでなく、指導者も熱中症を理解し、積極的に水分補給や休憩を与えて無理のない活動に配慮しましょう。
- 乗用車に子どもだけを残さない
車内の温度は短時間で高温になります。少しの間でも子どもだけを車内に残さないようにしましょう。

問 西東京消防署 ☎042-421-0119
◆危機管理室 ☎042-438-4010