

！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※印マークがないものは、当日、直接会場へ

東京都耐震キャンペーン

- ①建物の耐震改修工法等の展示会
 - 時・場 ●第1回：9月28日(金)～30日(日)午前10時～午後6時(最終日のみ4時30分まで)・新宿駅西口広場
 - 第2回：11月3日(土)～5日(月)午前10時～午後5時・有楽町駅前広場
 - ※入退場自由
- ②耐震フォーラム
- ③耐震化個別相談会
- ④震災写真・都の取組などのパネル展示
 - 時10月12日(金)②午後1時～4時30分 ③午後2時30分～5時
 - ④10月10日(水)～12日(金)午前10時30分～午後5時30分
 - 場 都庁都議会議事堂
 - 定 ②250人(申込順) ③30組(予約優先)
- ⑤防災体験・耐震改修バスツアー
 - 時(1)9月21日(金)
 - (2)10月27日(土)
 - (3)11月9日(金)
 - (4)12月7日(金)
 - (1)・(3)午前11時45分～午後5時50分
 - (2)正午～午後5時50分
 - (4)午前11時45分～午後6時
 - 定(1)・(4)30人(申込順)
 - (2)・(3)20人(申込順)
 - 申 電話・ファクスで事務局 ☎03-6261-6604・FAX 03-6303-0886へ
 - 問 東京都建築企画課 ☎03-5388-3362

市民公開講座

- 時 9月29日(土)午後2時～3時
- 内 セラピストによる女性のための健康講座「ラクラク家事と体操で、美しく健康に！」

- 講 リハビリテーション科作業療法士
- ※入場制限あり
- 場・問 佐々総合病院 ☎042-461-1535 (問 広報室)

避難者と支援者による2018ふれあいフェスティバル

- 東日本大震災により、避難している方と支援者による交流会を開催します。
- 内 ●バンド演奏
- ブース出店
- 時 9月30日(日)午前10時30分～午後3時30分
- 場 都立小金井公園
- 問 西東京市社会福祉協議会 ☎042-438-3771

安全・安心まちづくりネットワーク市民のつどい ～守ろうよわたしの好きな街だから～

- 時 10月4日(水)午後1時～3時30分
- 場 保谷こもれびホール
- 内 ●実演式による防犯講話
- 大蔵流狂言推進委員会「チーム千虎」による狂言
- 歌手 岡雅子さんコンサートなど
- 定 250人(先着)
- ※参加者全員に記念品贈呈
- 問 田無警察署防犯係 ☎042-467-0110

みんなのパソコン教室(10月)

- ①無料体験 4日(水)午後1時～4時
- 申 往復はがきで住所・氏名・電話番号を問へ
- ※そのほか講座はパンフレットをご請

- 求ください。
- 場・問 シルバー人材センター
- 〒202-0021東伏見6-1-36
- ☎042-425-6611

市民交流マージャン大会

(文部科学大臣賞・西東京市予選) 「賭けない・飲まない・吸わない」頭脳で勝負！

- 時 10月24日(水)正午～午後5時
- 場 西東京市民会館
- 事前練習会(参加必須)10月17日(水)
- ※東京都予選を勝ち抜くと全国大会出場
- 対・定 マージャン経験者・60人(申込順)
- ¥ 1,500円
- 申 電話・ファクスで問へ
- 問 NPO法人健康麻将全国会(西東京市健康応援団) ☎070-6454-8141・FAX 03-5434-9621

FC東京「西東京の日」

ペアでご招待！

- 時 10月20日(土)午後7時
- FC東京 対 セレッソ大阪(ホーム自由席)
- 場 味の素スタジアム(飛田給駅)
- 対 在住のペア
- 定 500組1,000人(申込多数は抽選)
- 申 9月30日(日)までに、fctokyo6@c5.toに空メールを送信し、自動返信されるURLから必要事項を入力(1組1通まで)
- チケットのお渡し 10月7日(日)以降に結果をメールで通知します。
- ※発券手数料は当選者負担
- 問 FC東京 ☎03-3635-8960

「防火標語」「救急標語」を募集

- 対 都内在住・在勤・在学の方
- 申 11月15日(水)までに、各消防署へは

- がき・メールまたは持参
- ※応募用紙など詳細は、各消防署・東京消防庁HPをご覧ください。
- ※結果は平成31年3月ごろ東京消防庁HPで発表
- 問 西東京消防署 ☎042-421-0119

地域福祉活動に従事しませんか(平成31年4月1日付採用予定)

- 申込方法など詳細は問へ(HPあり)
- 職種 法人運営、地域福祉推進の業務(相談支援、企画調整、事務等)
- ※必要な資格あり
- 試験日 10月28日(日)
- 対 34歳以下の方(詳細は要項参照)
- 申 10月15日(月)までに直接問へ
- 問 西東京市社会福祉協議会 ☎042-438-3774

「野菜メニュー店」に出掛けてみませんか？

1日にとりたい野菜の量(目標量)は350gです。健康的な食生活に欠かせない野菜の摂取量アップにつなげるため「野菜メニュー店」をご利用ください。※詳細は下記HPをご覧ください。

東京都 野菜メニュー店 [検索]

☆「野菜メニュー店」募集

- 「野菜メニュー店」を募集しています。
- 対 野菜を120g以上使ったメニューを提供しているお店
- 問 多摩小平保健所保健栄養担当 ☎042-450-3111

多摩小平保健所 野菜メニュー店 [検索]

身近にいる動物たちについて考えてみよう

動物愛護週間 9月20日(木)～26日(水)

- 飼うなら正しく最期まで 習性や生態をよく理解し、責任と愛情を持って終生飼いましょう。
- 不妊・去勢手術を 繁殖を望まない場合は受けさせましょう。生殖器系の病気の予防にもなります。
- 猫の飼育はできるだけ屋内で ふん尿や発情期の鳴き声など近隣の迷惑になるほか、交通事故や感染症など、猫にとっても屋外は危険が多いです。
- 犬の散歩はルールを守って リードできちんとつなぐほか、排せつ物の始末は飼い主の義務です。ふんは必ず持ち帰りましょう。
- 身元の表示を 犬には鑑札を、そのほかの動物には名札をつけましょう。
- 災害に備えて 避難時に向けたしつけのほか、動物のための防災用品(5日分以上の食事と水など)も用意しましょう。
- ▶環境保全課 ☎042-438-4042

結核は昔の病気と思っていませんか？

結核予防週間 9月24日(休)～30日(日)

- 現在でも1日に5人が命を落とし、約50人が新たに発生している日本の重大な感染症です。本市でも年間4人が亡くなり、約20人が新たに発症していますが、早期発見・早期治療により治すことができます。
- 60歳から感染者が増加 新たに発症した方のうち、60歳以上の方が70%以上を占めています。
- 体のだるさや微熱、体重減少に注意が必要です。
- 若い方も注意が必要！ 若い世代の受診の遅れや、それに伴う集団感染なども問題となっています。
- 長引く咳や痰は要注意 2週間以上咳や痰が続く場合には、医療機関を受診しましょう。
- ▶健康課 ☎042-438-4037

薬物乱用防止ポスター・標語展

- 市内の中学生が「人生を無駄にしないで」と願いを込めて制作しました。
- 時 9月25日(火)～28日(金)午前10時
- 場 田無庁舎2階
- ▶健康課 ☎042-438-4021

秋を歩こう

高齢者のための「歩いて見る会」

- ～大泉学園 牧野記念庭園・大泉井頭公園周辺をゆったり歩きましょう！～
- 時 10月29日(月)午前9時～午後0時30分ごろ
- ※小雨決行。荒天時の予備日11月2日(金)
- 内 コース(予定) 大泉学園駅南口～牧野記念庭園～(天候、庭園での滞在時間により2コース設定)
- 約6km：大泉井頭公園～大泉交通公園～大泉中島公園～大泉学園駅
- 約3.5km：石庭の森緑地～妙福寺～北野神社～大泉中島公園～大泉学園駅
- ※牧野記念庭園での見学時間により変更
- 対 在住で60歳以上の方
- 定 20人(申込順)
- 申 10月3日(水)(消印有効)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-0013中町1-6-8社会福祉協議会地域福祉推進係「歩いて見る会」へ
- ※運動制限の指示がある方は、相談の上お申し込みください。
- ※応募多数は抽選。結果は10月9日(火)より返信はがきで通知
- ※申し込みは、はがき1枚につき1

- 人まき
- 問 社会福祉協議会 ☎042-438-3773
- ▶高齢者支援課 ☎042-438-4029
- ピースウォーク
- 原爆の被害の絵画を展示している原爆の凶丸木美術館、地下軍需工場跡のある吉見百穴を見学します。
- 時 10月31日(水)
- 集合：午前8時30分・保谷庁舎玄関前、午前9時・田無庁舎1階ロビー
- 場 丸木美術館・吉見百穴
- ※交通：市のバスおよび徒歩
- 対 在住・在学・在勤の方
- 定 30人(申込多数は抽選)
- ¥・持 1,200円程度(施設入場料)・昼食
- 申 10月12日(金)(必着)までに、往復はがき・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号・希望集合場所・学校名または勤務先名(在学・在勤の方)を〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ
- 共催 非核・平和をすすめる西東京市民の会
- ▶協働コミュニティ課 ☎042-438-4046
- FAX 042-438-2021
- ✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp