

 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや例年行われているイベント・事業についても中止・変更となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、手洗い・手指消毒など感染症対策にご協力ください。

イベントNEWS もっと知ろう！ 楽しもう！

※イベントの開催方法に変更が生じる可能性があります。
※オンライン開催事業は、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

先輩ママとお話する会

4月6日(木)

- 午前9時15分～10時15分
- 10時30分～11時30分

障害者総合支援センターフレンドリー

障害がある子どもの保護者が相談員となって、同じ立場から相談を受け、一緒に考えます。子どもの発達や子育ての不安なことを相談したり、地域の学校や医療機関情報も聞けます。

対 障害がある子ども(就学前から高校生)の保護者

定 各回1人(申込順)

問・申 基幹相談支援センターえぽく ☎042-452-0075

▶障害福祉課 ☎

042-420-2805



パリテ講座

4分割ノート術で自分の強みを引き出そう

「自分が最も輝ける仕事」の探し方講座

4月15日(土)

午前10時30分～正午

Zoomによるオンライン開催

4分割ノートは「自分が何をやりたいのか」「それを実現するための場所はどこにあるのか」を見える化するツールです。これを用いながら「仕事がつまらなくてないな」「自分はもっと輝けるはずだ」と思っている方、「そもそもやりたいことが見つからない」という方にも、ビジネス経験豊富な講師が自らの人生を好転させるためのヒントをお話します。

定 50人(申込多数は抽選)

講 寺澤伸洋さん(作家^ほ)

申 3月15日(水)午前9時から、市HPの申込フォームまたはメールで件名「パリテ講座」・住所・氏名・電話番号・参加時のニックネームを下記へ
※詳細は市HPをご覧ください。

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

✉kyoudou@city.

nishitokyo.lg.jp



市HP

総合型地域スポーツクラブ「にしはらスポーツクラブ」 令和5年度 会員・教室参加者募集

内 バドミントン・卓球・テニス・ヨガ・ボッチャ・グラウンドゴルフ・ミニバスケット・キッズチア・空手・フラダンス・ソフトボール^{など}

¥ 年間活動費：大人3,600円(80歳以上半額)、幼児～中学生1,500円、ファミリー会員5,000円

※詳細は問のHPをご覧ください。

場・問・申 にしはらスポーツクラブ(西原町4-5-6 西原総合教育施設内) ☎042-467-9919

☎042-467-9921

※(月)休館

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



問のHP



MUFG PARK 開園に向けて工事中

(株)三菱UFJ銀行が保有する武蔵野運動場(柳沢4丁目)が、6月頃に「MUFG PARK」として一般開放されます。

市では、同社と協定を締結し開園に向けて連携・協力を行っています。現在の工事状況など詳細は、問のHPの「MUFG PARK Journal」をご確認ください。

問 (株)三菱UFJ銀行

☎03-3240-8111

▶企画政策課 ☎

042-460-9800



問のHP



SNSでも市の情報を 発信しています！

LINE

Twitter

Facebook

YouTube



！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※**田**マークがないものは、当日、直接会場へ

家具類の転倒・落下・移動防止対策をしましょう

首都直下地震の発生が危惧されています。大地震が発生した場合に、家具が倒れて下敷きになる・割れた食器やガラスで怪我をする・ストーブなどに可燃物が接触して火災になることを防ぐために、事前の対策が重要です。

家具類への効果的な対策は、L字金具などで壁に固定する方法です。壁にキズをつけられない賃貸住宅などでは、天井と家具類との間にポールを突っ張り固定したうえで、家具類の下をストッパーなどで固定する方法が効果的です。食器棚には食器が飛び出さないよう扉にストッパーを、テレビなど重心が高く転倒しやすいものにはストラップや粘着マットを活用して対策しましょう。

家具類の転倒・落下・移動防止対策の器具は、ホームセンターなどで取り扱っていますので、いざという時のために、事前に対策をしておきましょう。

問 西東京消防署 ☎042-421-0119

公園の緑の中で体づくり！ 「いこいの森のパークヨガ」

時 4月16日(日)、5月28日(日)、6月18日(日)午前10時30分～11時30分
※雨天屋内

場 西東京いこいの森公園

対 / **定** 高校生以上/15人(申込順)

¥ 1回1,200円(レンタルマット300円)

持 飲み物・虫よけ・動きやすい服装

申 電話または直接問へ

問 西東京いこいの森公園パークセンター

☎042-467-2391

パソコン・スマホ教室(4月)

①無料パソコン体験

(スマートフォンはありません)

20日(木)午後

②パソコン入門(全4回)

7・14・21・28日(金)午前

③ワード初級(全4回)

4・11・18・25日(火)午前

④エクセル初級(全4回)

4・11・18・25日(火)午後

⑤iPhone入門(全2回)

7・14日(金)午後

⑥スマホ入門(全2回)

4・11日(火)午前または21・28日(金)午後

対 ①②以外は文字入力のできる方

定 各10人(申込順)

¥ ②～④8,000円 ⑤～⑥4,000円

申 開始日1週間前までに、往復はがきで講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を問へ

場・問 シルバー人材センター

〒202-0021東伏見6-1-36

☎042-428-0787

市ホームページに掲載する 広告の募集

スマートフォンにも
掲載されます！

市HPのトップページへ広告の掲載を希望する事業主を募集します。

□サイズ 縦60ピクセル×横120ピクセル

□容量 4KB以内

□形式 GIF(アニメーションGIF・透過GIFは不可)

□掲載時期 掲載希望月の1日から(1カ月単位・最長12カ月^{まで})

□掲載料 月額2万5,000円

申込方法や掲載基準など詳細は市HPをご覧ください。

▶秘書広報課 ☎

042-460-9804



多摩六都科学館 ナビ

春の特別企画展

「昆虫細密画の世界 中西章作品展」

体の細部のつくりまで徹底した観察に基づいた昆虫細密画。昆虫たちの表情や生態を細かに捉え、臨場感あふれる姿を描いたサイエンスイラストレーター中西章さんの作品をお楽しみください。

時 3月25日(土)～5月7日(日)午前9時30分～午後5時

●休館：4月10日(月)～13日(木)・17日(月)・24日(月)、5月1日(月)・2日(火)

●閉場：4月14日(金)・18日(火)～21日(金)・25日(火)～28日(金)

¥ 入館券520円(4歳～高校生210円)

□協力 中西章・むさしの自然史研

究会・(株)Gakken^{ほか}

※詳細は問のHPをご覧ください。

場・問 多摩六都科学館 ☎042-469-6100

※3月の休館日：3月20日(月)・22日(火)

