

します。
時 11月20日(水)午前10時30分～午後2時 ※当日、直接会場へ
▶協働コミュニティ課
☎042-439-0075

からだところの健康相談 【保健師による面接相談】

11月13日(水)
午後1時30分～3時30分
防災・保谷保健福祉総合センター2階

対 在住の方 定 2人(申込順) 申 11月8日(金)までに、電話で下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037

女性しごと応援キャラバン& 個別相談会in西東京 ～明日から使える就活ノウハウ 「通る書類・受かる面接」～

11月15日(金)
午前10時～正午
J:COMコール田無

応募書類の書き方や面接対策など、今すぐ実践できるノウハウを学べます。セミナー終了後、希望者に個別相談会(30分/人)を実施します。
対 働きたい女性 定 セミナー40人・個別相談10人・託児10人(全て申込順) ※託児:6カ月～就学前(11月11日(月)正午までに申込) 講 女性しごと応援キャラバン講師 申 10月15日(火)から 問の HP または 問へ電話
問 女性しごと応援キャラバン運営事務局
☎03-6734-1346
▶協働コミュニティ課
☎042-439-0075 問の HP

衣類ロス ～サステナブル ファッションについて考える～

11月17日(日)
午後1時30分～3時30分
エコプラザ西東京

衣類は、私たちの生活に欠かせないものです。特にファストファッションは、安価でトレンド性も高く、消費者にとっては購入しやすいため、大量に

買い、大量に捨てられている現状です。日本の「衣類ロス」の現状を探り、環境に配慮した服を選ぶときのヒントになるサステナブルファッションについて考えます。

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 20人(申込順) 持 筆記用具 申 10月19日(土)午前11時～11月10日(日)午後5時に、電話・メールで講座名・氏名・住所・日中つながる電話番号・年齢を 問へ ※受付開始時間より前の電話・メールは無効
問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585・✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境保全課 ☎042-438-4042

栄養ミニ講座

11月19日(火)
午前10時30分～11時30分
田無総合福祉センター

内 気になるおなか、今こそ改善！
対 在住の方 定 15人(申込順) 申 11月14日(木)までに、電話で下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037

栄養・食生活相談

11月19日(火)
午後1時～4時(1人30分程度)
田無総合福祉センター

内 肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による個別相談 対 在住の方 定 4人(申込順) 申 11月14日(木)までに、電話で下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037

エコプラザ西東京リユース祭り 2024 秋

11月24日(日)
午前10時～午後2時
エコプラザ西東京

衣類・食器・かばん・靴・おもちゃ・雑貨・DVD・CD・本など、再利用可能な不要品を無料で譲り合うリユース活動です。 ※当日1人5点まで受取り可、市外の方も参加できます。

※営利目的の利用不可

□リユース品の持ち込み受付

時 11月23日(祝)午前10時～午後1時
対 在住・在勤・在学の方限定で、1人10点まで(セット品は一式で1点として扱う) ※植物、危険物、飲食類、医薬品、貴金属、修理・修繕が必要な物、汚れている物などリユース品として適当ではないと判断した物は不可
問 エコプラザ西東京
☎042-421-8585
▶環境保全課
☎042-438-4042

薬膳料理講習会

11月26日(火)
午前10時～午後1時
田無総合福祉センター

季節の野菜を使い、家庭で簡単に作れる薬膳の調理実習を行います。テーマは「冬の薬膳 寒さと乾燥から身を守る」です。

対 在住の方 定 16人(申込多数は抽選) 申 10月29日(火)(必着)までに、はがきで件名「薬膳料理講習会」・住所・氏名・生年月日・年齢・電話番号を〒202-8555健康課 薬膳料理講習会担当に郵送またはメールで下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

美背中メイク講座【保育あり】

11月29日(金)
午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

対 在住で18～64歳の女性 定 15人(申込順) ※初回の方優先 申 11月22日(金)までに、電話またはメールで件名「美背中メイク」・希望日・氏名・生年月日・住所・電話番号・保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・生年月日・性別)を下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

市民協働企画提案事業 きみに伝えるプロジェクト

11月30日(土)まで

Studio.mofeが市内の魅力あるスポットや地域活動拠点の写真を撮影する、フォトスタンプラリーを実施しています。楽しく市内を巡り、写真を撮って、ステッカーや豪華景品をゲットしましょう。フォトスポット一覧、応募方法などの詳細は市 HP へ
問 Studio.mofe
✉studio_mofe@outlook.com
▶協働コミュニティ課 田
☎042-420-2821



市 HP

くらしヘルパー養成研修 (全2日)

12月16日(月)・17日(火)
午前9時～午後5時
イングビル

訪問介護(ヘルパー)の仕事をするための基礎研修です。
※市独自基準の訪問サービス(家事援助のみ)の従事資格が取得可
対 高齢者へのヘルパーの仕事をする意欲のある18歳以上の方(高校生を除く) 定 40人(申込順) 申 11月22日(金)までに、電話・はがき・専用申込書(市 HP から)で、住所・氏名・生年月日・職業・電話番号・受講動機を〒188-8666市役所高齢者支援課介護事業者係へ
※詳細は市 HP または下記へ
▶高齢者支援課 田
☎042-420-2815 市 HP



市 HP

駅前放置自転車クリーンキャンペーン

10/22(火)▶31(木)

自転車の 代わりに置こう 思いやり

自転車やバイクなどは手軽な交通手段ですが、安易な気持ちで道路に置いてしまうと交通事故の要因になってしまいます。
市ではキャンペーンに伴い、田無警察署・西武鉄道などと協力して、自転車などの放置防止について啓発活動を行うほか、放置されている自転車・原動機付自転車などを撤去します。

各駅周辺に自転車などでお出掛けの際は、自転車駐車場をご利用ください(地図は市 HP 参照)。一

人一人が責任を持ち、放置自転車のない、きれいで快適なまちづくりにご協力ください。

▶交通課(保)
☎042-438-4057



市 HP



市民介護講習会

11/26(火)▶28(木) 午前10時～午後3時

特別養護老人ホーム グリーンロード

高齢者を支える基本知識と介護技術をテーマに、施設職員などによる市民介護講習会を開催します。
対 在住で高齢者を介護している家族の方・介護に関して知識を身につけたい方・ボランティアとして活動してみたい方 定 15人程度(申込順) 申 10月31日(休)(消印有効)までに、電話またははがき

□講習会

日程	内容
11月26日(火)	●高齢者に関する医療知識 ●介護サービス・介護保険制度 ●特養施設見学 ●入浴介助 ●着替介助 ●介護用品
27日(水)	●環境衛生維持 ●高齢者の食事(栄養・嗜好) ●施設の食事 ●食事介助・口腔ケア ●介護技術(移乗・離臥床・体位交換など) ●デイスサービス見学
28日(木)	●介護において気を付けたいこと ●機能訓練 ●福祉用具説明(車椅子など) ●オムツについて・排泄介助

で住所・氏名・年齢・電話番号を〒188-8666市役所高齢者支援課介護事業者係「市民介護講習会担当」へ
※原則全日参加。できない場合でも申込は可能ですが、申込多数では全日参加できる方を優先します。
▶高齢者支援課 田
☎042-420-2815