

市民協働企画提案事業

がんになっても慌てない
暮らしとお金 講演会2月1日(土) 午後2時～4時
西東京市民文化プラザ

「がん」に備えるために、治療費のほかに、仕事や親の介護、子どもの教育費など、暮らしへの影響と使える制度について知っておきましょう。

対 在住・在勤のがん患者・ご家族・がんに関心のある方 定 50人(申込順) 調 黒田ちはるさん(看護師FP®)

申 1月31日(金)まで ●電子申請…申込フォームから

□主催 カラフルリボン

▶協働コミュニティ課 田

☎042-420-2821 申込フォーム

栄養・食生活相談

2月3日(月)

午前9時～正午(1人30分程度)

防災・保谷保健福祉総合センター2階

対 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 1月29日(水)まで ●電話で下記へ

▶健康課 田 ☎042-438-4037

知的障害者(児)移動支援従業者
養成研修(第2回)

2月12日(水)～14日(金)

午前9時～午後5時

イングビル

知的障害者(児)の外出に付き添いをするガイドヘルパーの養成研修を実施します。

対 講義・演習(ガイドヘルパーの役割や視覚障害者への理解ほか) 対 市内を営業区域として移動支援を実施している(予定を含む)事業所に勤務している方または勤務する予定のある方、在住・在勤で移動支援の従事が可能で健康な方など 定 20人(申込順) ￥2,860円(教材費など)

申 1月6日(月)～17日(金) ●郵送・持参…障害福祉課(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)または市HPで配布する申込書を下記へ

▶障害福祉課 田 ☎042-420-2804

男性の料理教室・3日制

2月14・21・28日(金)

午前10時～午後1時

田無総合福祉センター

対 料理初心者(男性)向けの教室。講話と調理実習 対 在住で料理初心者の男性 定 16人(申込多数は抽選)

申 1月15日(水)まで ●メール…件名「男性の料理教室」・住所・氏名・生年月日・電話番号を下記へ

▶健康課 田 ☎042-438-4037

✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

上級救命講習会(新規受講向け)

2月22日(土) 午前9時～午後5時
きらっと

心肺蘇生法やAEDの使用法に加え、異物除去法や大出血時の止血法、傷病者管理法、副子固定法、熱傷の手当、搬送方法など、救急車が到着するまでに行う応急手当が学べる新規講習です。認定証(3年間有効)が交付されます。※再講習向けではありません。

対 在住の中学生以上の方 定 20人(申込順) ￥3,200円(教材費) 申 1月11日(土)から参加費を持参しスポーツセンター・きらっと・総合体育館のいずれかの窓口へ

田 総合体育館 ☎042-467-3411

▶スポーツ振興課 田 ☎042-420-2818

西東京市伝統文化等継承事業補助金交付事業

どんど焼き

正月に飾った門松やしめ縄を持ち寄り、天高く焼く伝統行事です。正月にご家庭で使用したお飾りをぜひご持参ください。

明保中学校(東町1-1-24)

時 1月12日(日)

●松飾り受付 午前9時30分～午後1時 ●点火 正午ごろ

和太鼓の演奏、児童館の伝承遊びコーナーもあります。※雨天・強風時は中止

田 川合 ☎090-7903-6016

保谷第二小学校(柳沢4-2-11)

時 1月12日(日)

●松飾り受付 午後1時～3時30分 ●点火 午後3時45分ごろ

雨天・強風時はお焚き上げは中止。振る舞いは当日判断。※小雨決行 田 栗田 ☎090-2440-3361

上向台小学校(向台町6-7-28)

時 1月18日(土)

●松飾り受付 午前10時～午後0時30分 ●点火 午後1時15分ごろ

雨天・強風時は振る舞いは実施し、お焚き上げは中止。実施状況は上向台どんど焼き実行委員会HPをご覧ください。※小雨決行

田 山岸 ☎090-6267-5713

□注意 ●人形やお札などお正月飾り以外のものは受付不可。不燃物など燃やしてはいけないものは必ず取り外すこと ●衛生管理上、動物の同伴は不可 ●車での上場は不可 ●各学校への問い合わせは不可



▶文化振興課 田 ☎042-420-2817

西東京市二十歳のつどい

1/13(祝)

場 タクトホームこもれび
GRAFAREホール

第1回

□式典

午前11時15分(受付:午前10時30分)

対 田無第一中・保谷中・柳沢中・田無第四中学校学区に在住の方 ●ビデオメッセージ:午前11時

第2回

□式典

午後1時45分(受付:午後1時)

対 田無第二中・ひばりが丘中・田無第三中・青嵐中・明保中学校学区に在住の方

●ビデオメッセージ:午後1時30分

対象者(平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれ、本市に住民登録がある方)に案内状を発送しました。届いていない方や、市外在住などで参加希望の方はご連絡ください。※詳細は市HPへ

▶社会教育課 田 ☎042-420-2831



市HP

1～3月

若者の悪質商法被害防止キャンペーン期間

悪質商法かも!? 勧誘されたら188番

最近の若者を狙う悪質商法では、SNSなどを悪用した手口が増加しています。誰もが悪質商法の被害に遭う可能性があります。被害に遭っても、恥ずかしがったり、自分に落ち度があると感じて、相談せずに諦めてしまう人も多いようです。困ったら一人で悩まず、消費者センターへご相談ください。

□若者を狙うこんな手口に注意

●SNS広告を見て安いと思い店舗に行ったところ、美容関連のコースを「今日契約するなら割引」などの甘い言葉で勧誘され、高額な契約をさせられる。

●マッチングアプリで知り合った相手から「簡単にもうかる」とタブレット教材の購入を勧められる。友人を誘えば紹介料も入る

と言われ、消費者金融で借りて契約するが全くもうからず、借金だけが残る。

□相談先

西東京市消費者センター

☎042-462-1100

時(月)～(金) ●午前10時～正午

●午後1時～4時

場 田無第二庁舎5階 ※来所相談の場合は要予約

▶協働コミュニティ課 田

☎042-420-2821

マイナンバーカードの健康保険証
利用登録の解除申請(国民健康保険)

マイナ保険証(健康保険証として利用登録したマイナンバーカード)の利用登録の解除を希望する方は、申請することにより利用登録を解除することができます。

対 西東京市の国民健康保険に加入中でマイナ保険証をお持ちの方

※マイナ保険証の利用登録の解除申請の方法については、医療保険者等によって異なるため、会社などの保険に加入している方は加入中の医療保険者等にお問い合わせください。

窓口で手続きをする場合

場 保険年金課(田無庁舎2階)、市民課総合窓口係(防災・保谷保健福祉総合センター1階)

持 マイナンバーカード、代理人の方が申請する場合は委任状と代理人の方の本人確認書類

郵送で手続きをする場合

申 マイナンバーカードの健康保険証利用登録の解除申請書(受付窓口・市HPで配布)、マイナンバーカードの表面の写し

□送付先 〒188-8666市役所 保険年金課国保加入係

▶保険年金課 田 ☎042-460-9822

「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)

①午後0時45分～1時(月)～(日) ②午後8時～8時15分(月)～(金)

音声版「声の広報」も作成しています

「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞きになれます。詳細は、谷戸図書館☎042-421-4545へお問い合わせください。

公式



そのほか

公式SNS



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

