

いきいきシニア

コミュニティ

シニア大学 総合課程

時 6月～令和8年3月の第1・3
水午後2時～3時45分 ※休講日・
外出講座あり 場 田無総合福祉セン
ター 内 生活・歴史・音楽などの
講座(全16回) ※詳細は 問 の HP、
市内福祉会館・老人福祉センターで
配布 対 在住の60歳以上の方
定 30人 料 無料(講座により実費
負担あり) 申 5月9日(金)午後5時

(必着)までに、往復はがきに講座名
(シニア大学 総合課程)・住所・
氏名・年齢・電話番号を明記し、
問へ
※往復はがき1枚につき1人のみ
※申込多数は、初めての方を優先し
抽選 ※結果は返信はがきで通知
問 社会福祉協議会福祉支援課
☎042-497-5136
〒188-0011田無町5-5-12
▶高齢者支援課 問
☎042-420-2812



問のHP

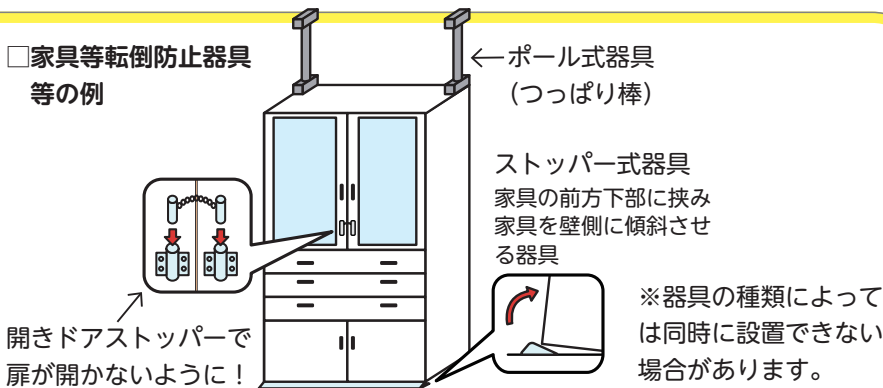
特集

フレイル予防は 1・12 面へ！

家具等転倒防止器具
取付け等サービス

高齢者世帯・障害者世帯に「家具等転倒防止器具取付け等サービス」を
実施します。器具の説明が記載されているチラシを高齢者支援課・障害
福祉課で配布しています。
▶高齢者支援課 問 ☎042-420-2810
▶障害福祉課 問 ☎042-420-2804

		高齢者世帯	障害者世帯
対象世帯		65歳以上の方のみの世帯	身体障害者手帳4級以上または愛の手帳4度以上をお持ちの方のみの世帯 ※手帳をお持ちで65歳以上のみの世帯の方は、高齢者支援課にご連絡く ださい。
種類・定員 ※①②のい ずれか	①器具の 給付と取 付け	器具をお持ちでない世帯で、1世帯につき4,000円(税込)を上限として市指定の器具を給付し取付け ※取付けできる箇所には上限があります。 42世帯(申込順)	1世帯(申込順)
	②器具の 取付けのみ	器具をお持ちの世帯で、業者が取り付けできる器具を取付け ※取付けできる箇所には上限があります。 2世帯(申込順)	1世帯(申込順)
	申請受付期限	令和8年2月13日(金)まで	
その他		代理人が申請する場合は、委任状が必要	
申請書配付・受付		高齢者支援課(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)	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)
問い合わせ		高齢者支援課 問 ☎042-420-2810	障害福祉課 問 ☎042-420-2804



シルバーウィーク

スポーツ施設の無料利用

6/16(月)▶27(金) 平日午前9時～午後3時入館

場 旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター・総合体育館・きらっと

内 温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用 各種教室の参加(下表参考) ※事前申込必要
対 在住の65歳以上の方 持 令和7年度用シルバーウィーク参加カード(過去のカードがある方は住所が分かるものも必要。ない方は初回のみ本人確
認書類持参) 申 5月5日(祝)午前9時から開催施設へ直接電話または受付窓口で申込 ※申込順

場所	番号	教室名	場所	日程	時間	定員	電話番号	
プール	①	水中ウォーキング	温水プール	6月20日(金)	午後1時～2時	各20人	旭のかりん糖 西東京市 スポーツセンター ☎042-425-0505	
	②	水中運動		26日(木)				
フロア	③	バランストレーニング&ストレッチ	旭のかりん糖 西東京市 スポーツセンター	27日(金)		各30人		総合体育館 ☎042-467-3411 きらっと ☎042-451-0555
	④	転倒予防&健脳トレーニング		17日(火)				
	⑤	ウォーキング&簡単筋トレ	総合体育館	25日(水)	午前10時30分～11時30分	各20人		
	⑥	体力向上ハツラツ体操		18日(水)				
	⑦	簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	23日(月)				
	⑧	ストレッチ&転倒予防		16日(月)				

問 ●旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター ☎042-425-0505 ●総合体育館 ☎042-467-3411 ●きらっと ☎042-451-0555
▶スポーツ振興課 問 ☎042-420-2818