

記用具・防寒具・雨具・飲み物  
申 2月3日(火)～12日(水)に電話またはメールで、講座名・氏名・住所・日中つながる電話番号・年齢を 問へ  
※当選者には2月14日(土)に電話またはメールで連絡  
問 エコプラザ西東京  
☎ 042-421-8585  
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042

山仕事体験会と伐採木などの配布

2月21日(土) 午前10時～正午  
※伐採木の配布は午後1時～3時  
西原自然公園 ※雨天翌日

内 ①山仕事体験会：萌芽更新エリアの枝を手鋸で切る作業、伐採後の太さ5cm程度の枝を手鋸で切る作業 ※終了後希望者には伐採枝などを配布  
対 小学3年生以上(小学生は保護者同伴) 定 20人(申込順) 持 作業できる服装・靴・軍手  
②伐採木の配布：資源再利用を目的に希望者へ配布 ※申込多数は調整  
※木の種類(樹種)：クヌギ・コナラ・ムクノキ・エノキ・アカメガシワ・ヒノキ  
申 2月10日(火)までに、メール・電話で住所・氏名・電話番号(②は希望本数)を下記へ  
□ 共催 西原自然公園を育成する会  
▶ みどり公園課 ☎ 042-438-4045  
✉ kouen@city.nishitokyo.lg.jp

知ろう！作ろう！食べよう！  
小金井公園で防災訓練イベント

2月21日(土) 午前10時～正午  
都立小金井公園子どもの広場前

防災公園として整備されている都立小金井公園の防災設備を利用した防災イベントを実施します。災害時に役立つマンホールトイレを実際に組み立てたり、非常用トイレを使ったらどうなるのか一緒にやってみませんか。かまどベンチ使用訓練では焼きマシュマロを作ります。  
定 20人 料 50円(当日払)  
申 申込フォームから  
□ 主催 小金井公園サービスセンター  
□ 共催 西東京市  
□ 協力 西東京レスキューバード  
問 小金井公園サービスセンター  
☎ 042-385-5611  
▶ 危機管理課 保 ☎ 042-438-4010

非核・平和学習会

2月21日(土)  
午後2時(開場：1時30分)  
J:COMコール田無

船旅を通して世界中の港を訪れ、顔の見える国際交流を42年間続けてきたピースボート。ピースボート共同代表の畠山澄子さんが、「平和をあきらめない～ピースボートから見る世界の今～」をテーマに、国と国の利害をこえて人と人がつながることを通して築く平和についてお話しします。  
定 150人 申 申込フォームまたは電話で下記へ ※空き状況で当日受付可  
※駐車場はありません

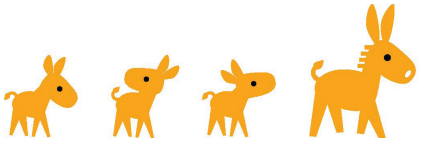
□ 共催 非核・平和をすすめる西東京市民の会  
▶ 協働コミュニティ課 田 ☎ 042-420-2821  
申 申込フォーム

認知症サポーター養成講座

2月21日(土)  
午後2時～3時30分  
柳沢公民館

ちょっとした気づきや行動が、認知症のある方やその家族にとって、大きな安心につながります。まずは知ることからはじめてみませんか？  
対 認知症サポーター養成講座を受講したことのない方 定 30人(申込順)  
申 2月16日(月)までに、下記へ電話または申込フォームから  
※参加者には手作りオレンジロバのストラップを贈呈。5人以上集まれば、市内出張講座可  
□ 認知症サポーターとは…認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症のある方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症サポーター養成の取組は全国的に展開されています。

▶ 高齢者支援課 田 ☎ 042-420-2811  
申 申込フォーム



障害者サポーター養成講座(初級編)

2月21日(土) 午後2時30分から  
芝久保公民館

障害のある方が困っているときにちょっとした手助けをする障害者サポーター養成講座(初級編)を開催します。※参加者にはサポーターの証しであるサポートキーホルダーを贈呈  
対 「ヘルプカード・ヘルプマークとは」など(約1時間) 申 前日までに、電話で 問へ  
問 (福) さくらの園・カノン  
☎ 042-452-7062 (火)～(土)午前9時～午後5時  
▶ 障害福祉課 田 ☎ 042-420-2804

日本の伝統的な「エコバッグ」  
ふろしき活用講座

2月22日(日)  
午後1時30分～3時30分  
エコプラザ西東京

ふろしきは昔からあるエコで便利な道具で災害時にも役立ちます。ふろしきのさまざまな活用術を学びます。  
対 在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 15人(申込順) 調 大工原智子さん(FUROSHIKIラッピングコーディネーター) 持 筆記用具 ※ふろしきは講師が用意します。 申 2月4日(水)午前11時～18日(水)午後5時に、電話・メールで講座名・住所・氏名・電話番号・年齢を 問へ  
問 エコプラザ西東京  
☎ 042-421-8585  
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042

オランダ散歩・ノルディックウォーキング

① 2月27日(金)、3月3日(火)・6日(金)・10日(火)  
② 2月26日(木)、3月3日(火)・5日(木)・10日(火)  
③ 2月25日(水)・27日(金)、3月4日(水)・6日(金)  
午前10時～11時30分  
東伏見公園

内 ①オランダ散歩 ②ノルディックウォーキング(火)木コース ③(水)金コース  
対 60歳以上の方・車いすの方や体の不自由な方など 定 各10人(申込順)  
持 動きやすい靴・服装・飲み物・雨具(ノルディックウォーキングのみ)など  
申 2月3日(火)午前9時以降に、氏名・年齢・連絡先・参加コースを電話で 問へ  
□ オランダ散歩とは

東京2020大会ホストタウン相手国であったオランダで実施している少人数で歩いて散歩道の新しい発見をしたり、ゆっくりとした気持ちで楽しむことを目的とした散歩です。

□ ノルディックウォーキングとは  
2本のポールを使い、歩くことで歩行運動を補助し、全身の運動効果が高い人気のノルディックウォーキングです。  
※ポール貸出あり  
問 ココス東伏見 ☎ 042-452-3446  
▶ スポーツ振興課 田 ☎ 042-420-2818

事業承継個別相談会

2月25日(水)  
● 午後1時30分から  
● 3時から  
田無第二庁舎5階

国が運営している「東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター」の専門相談員が事業承継に関するアドバイスを行います。  
対 事業承継・引継ぎについて考えている中小企業経営者、市内の事業を引き継いで創業を検討している方など  
申 2月18日(水)までに、電話または市HPのチラシ兼申込書に必要事項を記入のうえファクスで下記へ  
▶ 産業振興課 田 ☎ 042-420-2819  
FAX 042-420-2893 市HP

ピアカウンセリング講演会  
ゲームやインターネットとの付き合い方  
～依存症にならないために～

2月25日(水) 午後3時～5時  
田無庁舎5階

駒木野病院の医師と精神保健福祉士が、ゲームやインターネットに依存してしまうのはどうしてか、どのようにしたら依存が防げるのか、その対応の仕方などについて話します。子どものゲームやインターネットの使い方が気になっている保護者の方や、相談を受ける機会のある関係機関の方、興味のある方はぜひご参加ください。  
対 在住の方 定 90人(申込順)  
申 市HP内の申込フォームから  
※定員に満たなければ当日参加可  
※詳細は市HPへ  
▶ 教育支援課 田 ☎ 042-420-2829 市HP

ざつがみばっぐ作り

2月26日(木)  
午前10時～午後0時30分  
エコプラザ西東京

古新聞を材料とした「ざつがみばっぐ」の作り方を学び、これに家庭から出る紙ごみを入れて資源ごみとして出しましょう。

対 在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 10人(申込多数は抽選) 調 エコプラザ西東京協力員 持 筆記用具・新聞紙または市報 申 2月2日(月)午前10時～8日(日)午後5時に、電話またはメールで講座名・氏名・住所・日中つながる電話番号・年齢を 問へ  
※当選者には2月13日(金)までに、電話またはメールで連絡  
問 エコプラザ西東京  
☎ 042-421-8585  
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
▶ 環境政策課 ☎ 042-438-4042

美背中メイク講座(保育あり)

2月27日(金)  
午前10時～11時30分(開場：9時45分)  
田無総合福祉センター

対 市内に住民票がある18～64歳の女性 定 15人(申込順) ※初回の方優先  
申 2月20日(金)までに、下記へ電話または申込フォームから  
▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526  
申 申込フォーム

息子介護者の会・娘介護者の会

2月28日(土)  
午前10時30分～正午  
保谷駅前公民館

高齢者の介護を担っている息子さん・娘さんならではの日頃の悩みを相談したり、同じ立場の方同士で語り合ってみませんか？心が少し軽くなるかもしれません。  
対 高齢者の介護を担っている息子さん・娘さん 申 前日までに、電話でお住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ  
▶ 高齢者支援課 田 ☎ 042-420-2811

市民協働企画提案事業  
ユメバルーンを夜空へ.vol.2

2月28日(土) 午前11時～午後6時  
西東京いこいの森公園

市内で活動する若者団体のMURPとつながる市内で活動する地域の団体が一堂に会してイベントを開催します。誰もがつながり、暮らしやすい共生社会のまちを目指して、光るバルーンを夜空に浮かべます。 ※地域団体による模擬店・ワークショップあり  
定 200人(先着) ※夜空に風船を浮かべたい方は当日に申込が必要 ※詳細は市HPへ 料 300円(風船1つ)  
問 MURP  
✉ mu\_regional@yahoo.co.jp  
▶ 協働コミュニティ課 田 ☎ 042-420-2821