

学ぶ楽しむに参加する

会員登録

凡例 日時 場所 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ 検索 ページ 番号 検索 FAX ファクス メール 託児あり 主催 共催 注意 事項

学ぶ楽しむに参加する

夜間人権ホットライン

人権侵害や日常生活などの法律問題を弁護士に相談できます。秘密は厳守します。

日12月6日(月)午後5時～8時(1人10分程度)専用電話 ☎(03)6722-0127 ¥無料 / →(公財)東京都人権啓発センター ☎(03)6722-0124

シルバー人材センターから

①入会説明会
日12月10日(金)午後1時30分～場福祉センター 対市内在住の60歳以上で就業希望の方 定10人 ¥無料 申12月2日(木)から電話でシルバー人材センター ☎(042)325-4011へ ※先着順 物件住所・氏名・年齢が確認できるもの、年会費2,000円(入会希望者のみ)

②就業体験講習「保育のお仕事セミナー」
保育園での保育補助に必要なことを学べます。

日令和4年1月26日(水)午後2時～4時30分場リオンホール(cocobunji WEST5階) 対市内在住の60歳以上でシルバー人材センターに入会し就業を希望する方 保育補助の役割、保育補助の心得、子どもの遊びなど 定20人 ¥無料 申12月2日(木)午前9時から電話で(公財)東京しごと財団 ☎(03)5211-2326へ ※先着順 → ☎(042)325-4011

相続と遺言の無料相談会

日12月13日(月)午後6時～8時場リオンホール(cocobunji WEST5階) ※当日直接会場へ 内遺産相続・公正証書遺

言など / →都行政書士会国分寺支部 ☎(042)324-5811

国際協会から

①国際理解講座「米バイデン政権の行方」

日12月18日(土)午後2時～4時場本多公民館 講大石格さん(日本経済新聞社上級論説委員) 定29人 ¥500円

②日本語支援ボランティア養成講座 外国人への日本語の教え方を基礎から学びます。

日令和4年2月26日、3月5日・12日・19日(土)午後1時～5時(全4日間)場東京経済大学(新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によりオンライン開催になる場合あり) 講木戸恵子さん(獨協大学非常勤講師) 定25人 ¥7,500円 ※オンライン開催の場合、テキスト代別途

共通事項

申①12月3日(金)午前10時～、②12月6日(月)午前10時～令和4年1月31日(月)に、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレスを明記し、HP https://www.1991kia.jp/ (①はFAX(042)505-6138も可)で ※先着順 / → ☎(042)505-6132

肝臓病教室

①肝臓病と薬の関係 ②肝疾患で使える制度

日12月21日(火)午後2時30分～4時場武蔵野赤十字病院(武蔵野市境南町1-26-1) (定20人 ※先着順) またはオンライン(ZOOMアプリ使用) 講①小宮実直さん(薬剤師) ②井手宏人さん(医療ソーシャルワーカー) ¥無料 ※オンラインの通信料は自己負担 申12月2日(木)から電話(月～金曜日午前9時30分～午後4時)またはHP https://kan-kyoten-

musashino.jp/で / →同病院肝疾患相談センター ☎(0422)32-3135

可燃ごみ処理施設リモート見学ツアー パソコンなどから、浅川清流環境組合のごみ処理施設内部が見学できます。

日12月27日(月)午前11時～午後2時～(各回1時間程度)場オンライン(Web会議ツール使用) 対本市・日野市・小金井市在住の小学生と保護者 定各回10組 ¥無料 ※通信料は自己負担 申12月17日(金)までにHP https://asakawa.ekankyo21.com/で ※多数の場合抽選 / →浅川環境テクノロジー(株) ☎(042)514-8930

介護職員初任者研修

日①講習 = 令和4年1月6日(木)～2月26日(土)のうち20日間、月・木・土曜日、祝日のおおむね午前9時～午後5時 ②実習 = 2月13日(日)～20日(日)のうち4日間 ③修了式 = 2月28日(月)場①

研修センター(立川市錦町2-6-23) ②市内・近隣市の同法人ケア・センターやわらぎ事業所 ¥57,124円(テキスト代含む) 申12月28日(火)正午までに申込書を最寄りの事業所へ。申込書はHP https://www.yawaragi.or.jp/からダウンロードまたは電話で / →同法人研修センター ☎(042)523-3552

野川・生きもの観察会(冬季)

日令和4年1月23日(日)午前10時～正午 ※雨天中止 場野川公園自然観察センター前(調布市野水2丁目) (集合) 内生き物観察と小川の補修作業 定30人 ※小学3年生以下は保護者同伴 ¥大人100円(保険代) ※中学生以下無料 申12月20日(月)までに参加者全員の氏名(中学生以下は学年または年齢を記入)、代表者の住所・電話番号を明記し、はが

き(必着)またはFAX(042)369-3890で 〒183-0006府中市緑町1-27-1野川流域連絡会事務局(都北多摩南部建設事務所工事第二課)へ ※多数の場合抽選 / → ☎(042)330-1845

東京マガジンバンクカレッジ講演会 「大学ゼミ成果発表会2022 雑誌と社会のかかわりを語り合おう」

日令和4年1月29日(土)午後2時～4時 場オンライン(Web会議ツール使用) 講植村八潮さん(専修大学教授) ¥無料 ※通信料は自己負担 定120人 申令和4年1月13日(木)までにHP https://www.library.metro.tokyo.lg.jp/で ※多数の場合抽選 / →都立多摩図書館 ☎(042)359-4020

国分寺スキー技術講習会&級別テスト

日令和4年2月11日(祝)午前8時30分～13日(日)午後3時(天候等で変更あり) 場志賀高原スキー場(ホテルむつみ) ※同ホテルに集合・解散 対高校生以上 定20人 ¥2泊29,500円 ※リフト代・昼食代・交通費別途 申12月5日(日)～令和4年1月16日(日)に申込書を直接市スキー連盟事務局(本町3-12-2齊藤スポーツ店)へ 申込書配布 同事務局で / → ☎(042)321-3821

#7119をご利用ください

急な病気やケガで病院へ行けばいいの、救急車を呼べばいいの、迷った際は#7119(東京消防庁救急相談センター)をご利用ください。24時間・年中無休でお答えします。また、携帯などで「東京版救急受診ガイド」を検索し、いつ、どの診療科目などをご自身で確認することができます。

→国分寺消防署 ☎(042)323-0119

会員登録

○「市民掲示板」「会員登録」の各サークルの活動・掲載内容の確認、トラブルの解決は当事者間をお願いします
○見学・無料体験ができます(日時・会場は施設の予約が取れない場合があるため、目安になります)

サークル名	日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
自立生活体操クラブ・高木町	毎週火曜日 午後1時15分～2時45分	高木町市営住宅集会室	500円	月1,500円	小川 ☎(042)502-6868	有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで健康寿命を延ばします。男性歓迎
アクティ健康マージャン	①初心者=第1・3火曜日午後 ②経験者=第2・4水曜日午前または午後	アクティ・ココブンジ (cocobunji EAST3階)	なし	3か月 6,000円	原 ☎(042)207-0693	対女性 ※②は、あがり役が分かる方
けやきトライアングル	毎週水曜日 午前9時50分～11時30分	市民スポーツセンター	なし	月1,500円	飯田 ☎(042)322-3749	中高年向きの健康体操。運動不足解消・フレイル予防に。体験歓迎
エンジョイ・テニスクラブ (硬式テニス)	月4回木曜日 午後1時～3時	戸倉第二テニスコート	なし	2か月 2,000円	池松 ☎(090)5447-1134	初中級～中級レベルの中高年が中心です。ゲームを楽しみましょう
エーデルワイス健康歌の会	第1・3水曜日 午前10時～正午	福祉センター	なし	月3,500円	山田 ☎(080)5383-3313	ボイストレーニングで健康づくり。楽しく抒情歌を歌う女性の会です
北町フラサークル ケニケニ	第2・4金曜日 午後3時15分～5時	北町地域センター	1,000円	月1,000円	藤原 ☎(042)403-4490	初めてでも分かりやすく教えます。親子フラも歓迎します
健康体操クラブ・シェイプⅡ	毎週水曜日 午前9時20分～11時20分	市民スポーツセンター	なし	月2,000円	浜本 ☎(042)321-4897	ストレッチ・筋力トレーニング。中高年歓迎。ロコモ予防
音楽あそび	毎週木曜日 午前10時～11時	西町地域センター	なし	月2,000円	石田 ☎(090)8497-4141	四季のわらべうた遊び・絵本読み聞かせ。親子で一緒に楽しみましょう
長野県人会 (郷土との交流と親睦)	1月(新年会)・6月(総会)ほか	本町・南町地域センターほか	なし	年2,000円 ※イベント実費	山石 ☎(042)301-2871	対長野県出身者と信州にゆかりのある方
ゆうゆう(硬式テニス)	毎週水曜日 午後3時～5時	戸倉第二テニスコート	1,000円	月2,000円	本間 ☎(080)9983-2239	50歳～70歳の男女歓迎。毎週参加・試合のできる方

○「市民掲示板」「会員登録」の掲載申し込み用紙は市政戦略室広報担当(内409)で配布。市HPからダウンロード可。掲載申し込み締め切りは掲載希望号の1か月前です
○「会員登録」の掲載は、原則、公民館を除く市内の公的・公共会場のものに限ります

ジョギングやウォーキングをしながら、子どもたちの見守りに協力をお願いします