

介護予防 * ウォーキング * 参加者募集

緑豊かな東京学芸大学構内をウォーキングします。ウォーキング後は参加者同士で交流したり、自然の中で自由にお過ごしください。

時10月15日(火)午前10時～11時※雨天中止 所東京学芸大学東門対1時間程度歩行可能な方定20人(申込順) 申10月1日から、電話で小金井にし地域包括支援センター(☎042-386-7373)へ

ひだまりカフェ 薬の服用に関する基礎知識

ひだまりカフェは、日ごろ認知症の方と相談や介護で関わっている専門職や介護経験者の方と運営している「認知症カフェ」です。認知症について不安のある方、ご家族の方ぜひご参加ください。

時10月26日(土)午前10時30分～正午 所喫茶ウエスト(東町4-21-12) 定15人(当日先着順) 問小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)

認知症カフェめぐってきた (10月～12月)

時毎月第1月曜日、第3木曜日 午前10時30分～午後2時 所公民館貫井北分館 内介護のお悩み相談、おしゃべり、囲碁、将棋、手芸、昔あそびなど 100円 申当日直接会場へ 問公民館貫井北分館(☎042-385-3401)

シルバー人材センターからのお知らせ

問同センター(☎042-383-6141 FAX 042-385-6241)

「いきいきシルバーフェア開催」 当センターの魅力をお届けします。手工芸品・木工玩具の販売、パソコン・スマホ何でも相談、障子と網戸の張り替え・ガラス掃除実演、また、写真・絵画など当センター会員の力作を展示します。

時10月21日(月)午後1時～5時、22日(祝)午前9時～午後5時 所小金井宮地楽器ホール小ホール、マルチパーパススペース [手工芸品販売] 布ぞうり、クロス手提げ、正座いすなどを用意し

「パソコン・スマホ・タブレット教室」 所シルバー人材センター中町会議室(リサイクル事業所内) 講同センターパソコン班定各5人(申込順) 他希望者が定数を超えたコースでも、パソコン持ち込み

で参加できる場合があります。詳しくはお問い合わせください 申開催日の4日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、電話またはファクスで希望コース・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を同センターへ

「いきいきシルバーフェア開催」 当センターの魅力を届けています。手工芸品・木工玩具の販売、パソコン・スマホ何でも相談、障子と網戸の張り替え・ガラス掃除実演、また、写真・絵画など当センター会員の力作を展示します。

時10月21日(月)午後1時～5時、22日(祝)午前9時～午後5時 所小金井宮地楽器ホール小ホール、マルチパーパススペース [手工芸品販売] 布ぞうり、クロス手提げ、正座いすなどを用意し

「シルバーのための健康講座」 10歳若く見える姿勢と歩き方 時11月5日(火)午後1時30分～3時30分 所市民会館・萌え木ホール 講森本恵子さん(健康運動指導士) 対市内在住で60歳以上の方 定50人(申込順) 申10月1日から、電話で同センターへ

「いきいきシルバーフェア開催」 当センターの魅力を届けています。手工芸品・木工玩具の販売、パソコン・スマホ何でも相談、障子と網戸の張り替え・ガラス掃除実演、また、写真・絵画など当センター会員の力作を展示します。

Table with 4 columns: 講習名, 日程, 講習時間, 費用(教材費含む). Rows include: スマホ入門講座, 個人教室, Cooサロン, 相談室.

情報ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介し、事業の実施内容に市および教育委員会は携っていませんので、ご不明な点は、主催者にお問い合わせください。(掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます)

後援事業

掲載を希望する団体は、後援申請を行った担当課に記載方法・締切日などを確認してください。

催し・講座

- こがねい十五夜場留(バル)スタンプラリー 時10月1日(火)～11月2日(土) 内参加店で配布する場留マップに4店舗分のスタンプ(500円以上で1個)を集めて応募すると抽選で、賞品が当たります 問商工会・商店会連合会(☎042-381-8765)
●エコクラフト-稲わらで作る一輪挿し 時10月2日～30日の水曜日午前10時～午後3時(23日を除く) 所環境楽習館 ¥500円(材料費等) 申当日直接会場へ。4人以上での参加は事前に電話でNPOこがねい環境ネットワーク・瀧本(☎070-6981-9337)へ
●野川の秋を楽しむ 時10月5日(土)午前10時～正午 所第一調節池と第二調節池の間(都立武蔵野公園内) 集合 内野菊や秋のちょう等を観察 講田中肇さん(植物研究家) 定30人(当日先着順) ¥無料 問野川はたる村・上原(☎042-382-6420)
●職人の感謝デー 時10月6日(日)午前11時～午後3時(荒天中止) 所JR武蔵小金井駅南口コミュニティ広場(フェスティバルコート) 内住まいに関する何でも無料相談、包丁研ぎ、巣箱・はしづくり等の木

- 工教室 ¥無料 申当日直接会場へ 問北多摩建設産業労働組合・斎藤(☎090-4942-1352)
●小金井社会福祉士会定例会-ソーシャルワーカーによる災害支援 時10月10日(木)午後6時30分～8時30分 所公民館貫井北分館学習室C・D 講加納佑一さん、嶋田直人さん(いずれもボランティア・市民活動センター職員) 申当日直接会場へ 問同会・高橋(☎080-3699-5333)
●小金井みんなのサロン・さくら 時10月12日(土)午後2時～4時 所エアーズシティ集会所(本町1-14-41) 内お茶を飲みながらお話しませんか ¥100円(茶菓代) 申当日直接会場へ 問同サロン・野口(☎090-9204-6264)
●2019桜町聖ヨハネ祭 時10月13日(日)午前10時30分～午後2時30分 所桜町病院周辺 内大バザー、模擬店、ミニ講座、医療相談、ミニ鉄道、徘徊高齢者探索アプリ体験等、東日本大震災復興支援イベント 他 駐車場なし 問同祭実行委員会(☎042-384-4403)
●第13回ムサコフリーマーケット 時10月14日(祝)午前9時30分～午後3時(雨天中止) 所むさし小金井自動車教習所(緑町1-3-26) 内約120店が大集合。地元グルメ店も多

- 数出店します 問同教習所(☎042-381-3321) http://www.musako.co.jp/)
●川崎平右衛門研究会 時内10月17日(木)午後6時15分から=映画「ワーカーズ被災地に起つ」。18日(金)午前10時から=講演。いずれもパネルディスカッションあり 所小金井宮地楽器ホール 講大石学さん(東京学芸大学特任教授) ほか ¥1,000円(学生・障がい者は500円) 申電話で同会・木谷(☎080-5895-3960)へ
●第9回東京水彩会展 時10月18日(金)～23日(水)午前10時～午後6時(23日は4時まで) 所小金井宮地楽器ホール市民ギャラリー ¥無料 問同会・目黒(☎042-384-1576)
●分譲マンション管理無料相談会 時10月19日(土)午後1時～2時 所公民館貫井北分館1TルームA 対マンション管理組合の役員・組合員の方 定3組(申込順) 申10月1日～10日に、電話またはファクスでマンション管理士会・木下(☎090-4953-9959 FAX 042-316-9203)へ
●認知症講座-老い支度と高齢者の権利擁護 時10月19日(土)午後1時30分～3時 所聖ヨハネ会本館戸塚ホール(桜町1-3-22) 講武井由紀子さん(市権利擁護センター職員) 定40人(当日先着順) 問同病院認知症疾患医療センター(☎042-383-4114=月曜～金曜日午前9時

- ～午後4時)
●家庭訪問型子育て支援者養成講座 時10月25日～12月13日の毎週金曜日午前9時30分から 所ファミリーステーション・S A C H I(中町1丁目) 対全日程参加可能な子育て経験者 定8人(申込順) 申10月1日から、電話またはEメールでホームスタート(☎042-316-7861 info@sachimama.jp)へ
●外国人のための無料専門家相談会 時10月27日(日)午後0時30分～3時30分 所リオンホール(cocobunjiWEST5階) 内びざ、教育、結婚、離婚等、通訳を介しての相談。秘密厳守 申当日直接会場へ 問国分寺市国際協会・二宮(☎090-3045-3661)
●A P A国際室内楽音楽祭 時10月27日(日)午後1時30分開演(1時開場) 所小金井宮地楽器ホール小ホール 内アントアー又作曲=ピアノ四重奏曲等10曲 ¥無料 申当日直接会場へ 問日本アマチュア演奏家協会・吉田(☎080-4123-4464)
●家事力アップと家計レッスン 時10月29日(火)午前10時～正午 所前原暫定集会施設 定25人(申込順) ¥400円(資料代) 他保育あり(10人。100円=軽食代。要事前申込) 申10月1日から、電話またはEメールで多摩友の会小金井・府中方面・勝又(☎042-384-6471 tamatomo.fk.2019@gmail.com)へ