

トコフィット養成講座

トころん元気百歳体操の効果や実技を学び、地域で活躍する「トコフィット」を養成する講座を開催します。



日 10月3日・10日・17日・24日、11月7日・14日の毎金曜午後2時～4時(全6回)

場 どもと福祉の未来館

対 講座修了後「トコフィット」として活動できる方

内 介護予防と運動の効果 トコフィットの役割 トころん元気百歳体操の実践とロールプレイ

定 申し込み先着30人

持 動きやすい服装、飲み物、タオル、筆記用具

申 間 月 初 9月26日(金)に高齢者支援課に電話／ ☎2998・9120

認知症サポーター
ステップアップ講座

認知症の方への対応方法などを介護の専門家から学び、地域活動に活かしていただくための講座です。

日 10月2日(木)②8日(水)③21日(火)(全3回)

場 ①どもと福祉の未来館②新所沢まちづくりセンター

対 市内在住・在勤・在学中で、過去に認知症サポーター養成講座を受講したことがあり、認知症支援のボランティア活動への意欲がある方

定 申し込み先着20人

申 間 月 初 から高齢者支援課に電話／ ☎2998・9120

「トコロの森」ミュージアム

日 9月3日(火)午前8時30分～12日(金)午後3時

場 市役所1階市民ホール

内 市内緑地、生物多様性ところざわ戦略などの紹介



関係団体や施設による「生きもの」をテーマにした展示 トコフィットの再展(実物)展示 日本鳴く虫保存会による展示

みどり自然課 ☎2998・9373

リサイクルふれあい館エゴロの行事

①大型家具抽選会

日 9月12日(金)・26日(金)午前11時から

②おもちゃの病院

日 9月27日(土)午後1時～3時

③傘修理(1人1本・部品代実費)

◎折りたたみ傘、ビニール傘などは対象外です。

日 9月20日(土)午後1時～2時30分

④包丁研ぎ講習会

日 9月20日(土)午後1時30分～3時30分

定 抽選6人(市内在住の大人)

⑤着物からブラウスを作ろう

日 9月17日(水)午前9時30分～午後3時

定 抽選10人(市内在住の大人)

費 5000円

申 間 ①当日午前10時30分までに同館に直接②③当日受け付け④⑤9月2日(火)～5日(金)に同館に電話／ ☎2994・5374

比べて学ぶ「成年後見制度」

成年後見制度をほかの制度(遺言信託、介護保険制度など)と比べながら、いつ、誰に、どんなとき必要か考えてみませんか。

日 9月21日(日) 講座：午後2時～3時30分 個別相談会：3時45分～4時45分

場 どもと福祉の未来館

定 申し込み先着50人

申 間 月 初 9月20日(土)に同センター会員に電話・メール／ ☎090・1126・9419 accorange@mail.com

場 地域福祉センター

☎2922・2115

おひとり様も！そうでない方も！明日をもっと輝かせるヒント

日 9月28日(日)午後1時30分～3時30分

場 どもと福祉の未来館

定 申し込み先着150人

申 間 月 初 9月26日(金)に地域福祉センターに電話・FAX／ ☎2922・2115

成年後見制度のいろは

日 9月25日(木)午後2時～4時

場 どもと福祉の未来館

定 申し込み先着50人

内 成年後見制度の基本的な内容を解説

講 師 埼玉弁護士会弁護士・藤川久之さん

申 間 9月24日(水)までに地域福祉センターに電話・FAX／ ☎2922・2115

赤十字救急法基礎講習

日 10月5日(日)正午～午後4時30分

場 どもと福祉の未来館

対 15歳以上の方

定 申し込み先着30人

費 1,500円

申 間 日本赤十字社埼玉県支部から申し込み

場 地域福祉センター

☎2922・2115

クアールト®健康ウォーキング

荒幡富士特別緑地保全地区コース

日 9月25日(木)午前10時～正午

定 申し込み先着20人

費 5000円(市外在住者は要確認)



トころん出沒情報

◆Tokorozawa Collaboration Autumn Fes 2025

日 9月7日(日)

場 シティタワー所沢クラッシィ・エミテラス所沢・グランエミオ所沢

文化芸術振興課

☎2998・9211

◆三ヶ島ふれあい祭り

日 9月28日(日)

場 みかじま公園

場 三ヶ島まちづくりセンター

☎2948・1204

犬の飼育教室

日 10月24日(金)午後1時30分～3時30分

場 生涯学習推進センター

対 次の全てを満たす犬の飼い主 所沢市で登録済み 令和7年度狂犬病予防注射済み 避妊去勢手術済み 体重20kg以下 攻撃性が低い

定 申し込み先着 犬同伴：7人 犬同伴なし：13人

◎前回同伴で参加した方は見学参加のみ。

内 つけ方、獣医師の健康相談など

持 犬の排泄物を片付ける道具 特別な時に与える餌 飲み水・飲み皿

講 日本聴導犬推進協会・水越みゆきさん

申 間 9月8日(月)～10月17日(金)に生活環境課に電話／ ☎2998・9370

暮らしの相談

いずれも時間は受付時間です。先着順に受け付けます。

◆住宅増改築等相談

日 9月9日(火)午後1時～3時30分

内 住宅リフォーム時の注意点など

主催 埼玉建築士会入間第一支部所

沢部会

◆行政書士による暮らしの無料相談会

日 9月26日(金)午前10時～午後3時30分

場 相模、遺言、家庭問題、外国人の入国・在留、起業支援・会社設立など

主催 埼玉県行政書士会所沢支部

【共通事項】

場 市役所1階市民ホール

問 市民相談課 ☎2998・9092

空き家と相続の無料相談会(予約制)

日 9月20日(土)午前10時～午後4時

場 新所沢まちづくりセンター

対 市内在住の方

定 申し込み先着6組

内 空き家や相続に関する困りごと

申 間 月 初 9月19日(金)にNPO空家・空地管理センター(協定事業者)に電話／ ☎0120・336・366

マンション管理無料相談会(予約制)

日 9月25日(木)午後1時15分～4時15分

場 市役所5階502会議室

対 市内のマンション管理組合、マンション居住者など

内 分譲マンションの修繕、管理費の滞納、騒音、違法駐車など

持 管理規約、総会資料など

申 間 月 初 9月19日(金)に住宅政策課に電話／ ☎2998・9216

とくく親子で楽しむ運動あそび

日 9月20日(土)午前9時30分～11時

場 どもと福祉の未来館

対 おおむね2～6歳児と保護者

定 申し込み先着20組(市内在住優先)

持 上履き、フェイスタオル1人1枚、飲み物

申 間 9月15日(木)からども支援センターに電話・電話／ ☎2922・2238

駅ボランティア体験会

日 9月27日(土)午前9時～正午

場 市役所8階大会議室、航空公園駅周辺

対 市内の西武鉄道各駅を利用する中学生以上の方

定 抽選30人

内 車いす利用者や視覚障害者などが駅を利用する際の手伝い体験

◎終了時にボランティア証を交付します。

申 間 9月10日(火)(必着)までに住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別

電話・FAX番号を記載し、はがきを障害福祉課に郵送・電話

問 同課 ☎2998・9116

98・1147

クイズ②

9～10月にかけて、市内老人福祉センター・老人憩の家で各施設に所属するサークルの発表会フリーカラオケ、手芸などの作品展を開催!

けいこう週間イベント



ヒント・6面 応募方法は15面