



スポーツ

シニアトレーニング スクール

65歳以上のシニアがいつまでも健康な生活を送れるよう、トレーニングマシンを利用した体力づくり教室を開催します。

コース・日時 Aコース 5月6日・27日 Bコース 6月3日・24日 A・Bコースとも全4回 木曜日の午前9時～10時
会場 スポーツセンター トレーニング室
対象 市内在住で、スポーツセンタートレーニング室を利用したことのない65歳以上の方
定員 各コースとも先着15名
参加費 1回1000円 (施設使用料)
申し込み方法 4月16日(金)午前10時から、電話でスポーツセンター ☎70・7900へ

武道でもある和弓を通して礼儀作法を学んでみませんか。
日時 5月22日(土)・26日(水)・29日(土)・6月2日(水)・5日(土)・9日(水)の6日間 いずれも午後7時～9時
定員 10名(申し込み多数の場合は抽選)
対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方で、右記日程に6日間参加できる方
参加費 7200円(保険料等、ほかに施設使用料として1日3000円)
申し込み方法 4月30日(金)までに(消印有効)、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、大門町2ノ14ノ37、スポーツセンター内生涯学習課まで郵送を詳しくはスポーツセンター ☎70・7900へ。

市民ハイキング 市山岳連盟主催
日時 5月9日(日) 午前6時50分集合(雨天中止 中止の場合は前日午後7時ころまでに連絡します)
集合場所 東久留米駅2階改札口前
行き先 奥多摩山域(棒ノ嶺(棒ノ折山) 標高969m)
歩行時間 約4時間
持ち物 弁当、飲み物

春季市民 バドミントン大会 市バドミントン連盟主催
日時 5月9日(日) 午前9時半から
会場 スポーツセンター
対象 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方
種目 男子個人ダブルス(1・2部)、女子個人ダブルス(1・2・3部) ただし、大学生・高校生は3部不可
参加費 1ペア2000円
申し込み方法 4月30日(金)までに兵藤 ☎22・6898(午前9時～午後9時)へ 詳しくは兵藤へ。

第62回市民テニス大会 市テニス連盟主催
日程 5月9日・16日のいずれも日曜日(予備日は23日)
会場 市内各コート
種目 男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部、男子50歳以上、女子40歳以上
参加資格 市内在住・在勤・在学・在テニススクールの高校生以上の方
参加費 1ペア2000円
申し込み方法 4月21日(水)までに、郵便振替(001103 63744)で通信欄に住所・氏名・参加種目・在勤・在学・在テニススクールの場合は勤務先・学校名・スクール名を記入して、滝山6ノ3ノ14ノ207、小峰みづ子あてに参加費を振り込んでください。また、連盟役員への直接申し込みもできます。試合時間・会場等は後日郵送するポスター表でお知らせします。エントリー後のメンバー変更や参加費の返金はできませんのでご注意ください。詳しくは片岡 ☎72・3130(夜間)へ。

消費生活の正しい知識 Q&A
「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

家の補修や保全については日ごろから地元の大工さんや専門家に相談する。契約日から8日以内なら速やかにクーリングオフができます。また、それが過ぎてても、契約時に将来の不確実なことに断定的な言い方で説明され、それを信じた契約した場合にも、消費者契約法により取り消すこともできるので消費者センターに相談しましょう。

消費生活相談 平日の午前9時半～午後4時半 市消費者センター (市民生活館内) ☎73・4505
土曜・日曜日の午前10時～午後4時 全国消費生活相談員協会(港区高輪3ノ13ノ22 国民生活センタービル内) ☎03・3448・1409

お詫びと訂正 4月1日号7面に掲載の「様名だより」中、入賞者の名前が後藤美智子さんであるのは後藤美子さんの誤りでした。お詫びし訂正します。

労働保険料の申告・納付はお早めに！ 16年度の労働保険料(雇用保険料と労災保険料)の申告・納付の時期です。既に事業主あてに郵送されている申告書に保険料を添えて、5月20日(木)までに最寄りの金融機関または郵便局へ納付してください。詳しくは東京労働局労働保険徴収部適用課 ☎03・3818・8239へ。

家内労働(男子服) 最低賃金廃止 家内労働者および家内労働者に仕事を求めている事業主(委託者)のうち、特定の業種については、従来から家内労働法により最低賃金が定められていますが、3月11日から都内の男子既製洋服製造業最低賃金が廃止されました。詳しくは東京労働局労働基準部賃金課 ☎03・3814・5311(内線202)または都内の各労働基準監督署へ。

労災年金相談 財団法人労災年金福祉協会 東京労災年金相談所は、労働災害・通勤災害を受けられ、労災年金を主な生活の柱とされることとなった方の労災年金のことはじめ、生活上の心配事などの相談を受け付けています。詳しくは相談所 ☎03・3269・1182へ。

初心者と弓教室 日本に古くから伝えられる

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

「無料で床下の点検をしてやる」と業者が訪ねてきて、「このままにしておくと床下が腐り、家は倒れる。補強金具を取り付ければ大丈夫です」と説明され、家を維持したい一心で契約してしまいたい。業者

八回！来芽ちゃん 小菅リヤ子

「マッ、4月1日から乾電池の排出方法が変わったのよ」

「透明の袋に入れて、乾電池と書いて」

「ごみの分別はしっかり守りたいね！」

「みなさん、部屋のかたづけの約束も守って下してね！」

「次のようなことに注意しましょう」

「このとき、市民公募の編集委員の皆さんの手による男女共同参画情報誌です。」

「このとき、市民公募の編集委員の皆さんの手による男女共同参画情報誌です。」

「このとき、市民公募の編集委員の皆さんの手による男女共同参画情報誌です。」

「このとき、市民公募の編集委員の皆さんの手による男女共同参画情報誌です。」

「このとき、市民公募の編集委員の皆さんの手による男女共同参画情報誌です。」

ガイド

多摩六都科学館情報 第5期ボランティア募集 【活動内容】常設展示室の案内、展示室コーナーの運営、各種教室の運営・補助 【対象】18歳以上の方で科学に強い関心を持ち、ボランティア活動に積極的な熱意のある方 原則として毎週火曜～日曜日の午前9時～午後5時に活動できる方(週1日でも可。資格・経験は問いません) 【定員】10名程度 申し込みは4月16日(金)までに(必着) 応募用紙に記入の上、〒188-0014、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館管理運営課へ直接または郵送で。応募用紙は同館および市企画調整課(市役所4階)に置いてあります。詳しくは同館 ☎69・6100へ。