

10時	◇日時	「いつもの時ももしもの時
~正午		も、美味しい食事は元気の
11月15日(土)の午前		ルデイスカッショニンをテーマに、講演やパネ
		ルギーを用いて、毎日の食事から無理なく備えることの大切さについて語ります。
41	理場内で。	アキシマエンシス体
	(学校給食共同調	アキシマエンシス体
54180	フォームまたは学校給食課	アキシマエンシス体
100人(申込順)	11月14日ま	アキシマエンシス体
☆申し込みは、市ホームページ内専用	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体
◆定員	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体
◆申込	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体
◆場所	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体
◆会員登録	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体
	アキシマエンシス体	アキシマエンシス体

食育シンポジウム「防災力を高めよう!」を開催

TOKYO広域連携事業 ひきこもりUX女子会&つながる待合室を開催

都内の複数の自治体や社会福祉協議会と連携した、居場所支援事業を行っています。

いずれも、11月16日(日)にアキシマエンシス校舎棟で開催します(申込不要／匿名での参加も可)。

◎ひきこもりUX女子会

ひきこもりや対人関係で悩んでいるなど、さまざまな生きづらさを抱えている女性を対象に開催します(入退室自由)。

◆時間 午後2時～4時30分

◆内容

*第1部=ひきこもり経験者の体験談(40分程度)

*第2部=当事者・経験者のみのグループワーク(1時間30分程度)

◎つながる待合室

性別問わず、ひきこもりでお悩みの方やその家族、支援者などが自由に話し交流します。

◆時間 午後3時～4時30分

☆詳しくは、福祉総務担当へ。

市民のひろば



市民のサークル活動を掲載しています(法人、政治・宗教・営利活動などを除く／入会金は掲載なし)。内容については市が関与していませんので、各サークルへ問い合わせてください。
掲載申込申込書(市役所広報係にあり／市ホームページからダウンロードも可)を市役所広報係へ。▼会員募集=随时受け付け。▼12月1日号・12月15日号掲載の催し=11月4日(必着)まで。

会員募集

■SEEDS(科学教室) 第2日曜日の午後1時からアキシマエンシス校舎棟で。18歳以上の方を対象。子どものための科学実験教室の企画・運営などを。年3600円。川島メールseeds2akis@gmail.com

官公署だより



■リチウムイオン電池による火災を防ごう(昭島消防署☎545-0119)
リチウムイオン電池が原因の火災が過去7年間で5倍以上に急増し、東京消防庁管内で令和6年に106件と過去最多になりました。市内でも、カメラ

やイヤホンから発火する事故が発生しています。火災を防ぐため、衝撃を与えないようにして、布団の上など熱のこもりやすい場所での充電や使用は控えましょう。また、リチウムイオン電池を使用した製品が膨らんだり変形したりした場合は、すぐに使用を中止してください。発火したときには、焦らずに水や消火器などで消火した後、素手で触らず、可能であれば水没させましょう。廃棄する際は、電極にビニールテープを貼るなどして絶縁し、有害ごみとして市の収集に出すか、家電販売店などにお持ちください。

■駅からハイキング みずまちあきしま×秋～「みずの恵み」と紅葉で心を癒す～(昭島観光まちづくり協会☎519-2114) 11月14日～30日(17日・25日を除く)の午前9時～11時30分に昭島観光案内所(昭島駅北口階段下)で受け付け後、各自出発。地図やスマートフォンのアプリを使ってモリパークいちょう並木や玉川上水沿いを歩き、午後4時30分までに同所へ戻る(約7km)。アプリからプレゼントが当たる抽選に応募可。参加費無料。申込不要。詳しくは、同会ホームページへ。

■所得税の基礎控除の見直しなどに関する説明会(立川税務署☎042-523-1181) 11月11日・14日の午後2時～4時に立川税務署で。源泉徴収義務

者を対象に、令和7年12月の年末調整から適用される所得税の基礎控除の見直しなどについて説明。申込不要。

■1月入校生を募集(都立多摩職業能力開発センター☎500-8700)
就職に向けて必要な知識や技能(住宅リフォーム)を学ぶ。10月20日～11月20日に要申込。見学会あり。

油・断・快適！下水道 ～下水道に油を流さないで～

台所から流れた油は、下水道管の詰まりや悪臭の原因となります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前に拭き取りましょう。この行動が良好な水環境の再生につながります。

☆詳しくは、昭島市下水道課、または、東京都下水道局☎042-527-4828へ。

使いきる

残った油は熱いうちにごし器に移し、炒めものなどで使いきる。



ふき取る

なべや皿についた油汚れはふき取ってから洗いましょう。



吸い取る

古い油は、新聞紙などで吸い取るか、油を固める製品を使い、燃えるゴミとして出す。

