



NO.540

☎042(497)6561
(不在の場合、留守電対応)
☎042(464) 1472
http://www.town-t.com
info@town-t.com
〒188-0011 西東京市
田無町 4-9-6
水曜日発行

ペットの往診
あおば動物クリニック
詳しくはお問い合わせください
☎050-1869-6450

認知症への理解求めて 9/20、「RUN伴」

当事者らが町を走る 西東京・東久留米で



昨年の様子。オレンジ色のTシャツを着て、町を走った(歩いた)

RUN伴は2011年 エリアでは、終活を総合に始まった、認知症をテーマ的にサポートしている。最大級のイベント。認知トセンタ―は、とある症者や家族、支援者らケア(以下、はーとあるケア)と、実行委員会が一つのタスキをつないで町中を走り、地域に認知症への理解を求めている。関係者のつながりも生み出し、町ぐるみのサポート体制を築きつつある。西東京市・東久留米市



前回の集合写真。福祉・医療関係者らが多数参加した



「はーとふるケア」代表の田中友子さん

その後、コロナ禍で中断を強いられましたが、昨年、地域住民や認知症家族関係者から開催希望の声が上り、復活。今年には220人ほどの参加を見込む。西東京市エリアは田無・保谷の2コースに分かれており、田無コースでは、午前8時30分にデイスサービス「おとなりき

一方の東久留米コースは、8時15分に老人ホーム「げんちの里」を出発し、デイスサービス「アルゴ」や福祉事業所「ゆいまる南沢」などを経由。共通のゴールとなる「イオンモール東久留米」で合流する。ゴール地点では、両市長も参加し認知症の理解を深める交流イベントがある。自身の家族が認知症を患った体験を持つ「はーとあるケア」代表の田中友子さんは、「認知症になっても暮らしやすい町にしたい」と、地域の皆さんの理解が不可欠で

西東京市はオレンジフェス

西東京市では27日(土) 前11時から午後4時まで、GPSを使った体験コーナー、西東京市いこいの森公園で、「オレンジフェス」を開催。各種ブースや、しるべ。



特別ライトアップ

「田無タワー」と地域で親しまれる「スカイタワー」西東京市では、21日(土)、27日(土)、特別にオレンジ色でライトアップする。また、9月11日は「認知症の日」とされている(国際的には「世界アルツハイマーデー」)。この期間は、公共施設にオレンジ色の装飾がされるなど、各地でさまざまな啓発イベントが行われている。

また、9月11日は「認知症の日」とされている(国際的には「世界アルツハイマーデー」)。この期間は、公共施設にオレンジ色の装飾がされるなど、各地でさまざまな啓発イベントが行われている。

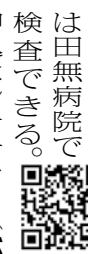
9月は「認知症月間」です

～9月21日は「世界アルツハイマーデー」(国内では「認知症の日」)～



少量の血液採取のみで結果を待つだけ。近隣では、西東京市の田無病院で検査できる。必ず予約を

少量の血液でリスク判定できる「認知症の一手前」・軽度認知障害。誰でもなり得る認知症だ。そこで検討してほしいのが、わずか6mLの血液検査でそのリスクを判定できるMB検査。これは、認知症の手前の状態の検査で、がんのリスクの「軽度認知障害(MC)も同時に判定できる。I」。この段階で適切に対処していくことが、その後の進行を大きく左右するとされている。検査のみなら1万8700円。近隣では田無病院で検査できる。申込はレナテック(☎0120-785-602)へ。MBコード「TWN T000224」。申込の際は右MBコードの申請をお忘れなく。



少量の血液でリスク判定できる「認知症の一手前」・軽度認知障害。誰でもなり得る認知症だ。そこで検討してほしいのが、わずか6mLの血液検査でそのリスクを判定できるMB検査。これは、認知症の手前の状態の検査で、がんのリスクの「軽度認知障害(MC)も同時に判定できる。I」。この段階で適切に対処していくことが、その後の進行を大きく左右するとされている。検査のみなら1万8700円。近隣では田無病院で検査できる。申込はレナテック(☎0120-785-602)へ。MBコード「TWN T000224」。申込の際は右MBコードの申請をお忘れなく。

パソコンを買い換えたいけど、設定が面倒で……
プロ推奨パソコン そんな迷いのある人に!
出張します! すぐ使えます! 修理・トラブル対応もお任せ!
【こんなことができます】
◎メールの送受信設定
◎ネットのお気に入り項目
◎プリンター設定
◎データ移行 など
ご自宅まで出張し、現在お使いのパソコンと同じ状態に致します!
パソコン乗り換えパックとは?
パソコン乗り換えパック付き
157,300円(税込) 動画鑑賞も! お買い物も!
465,000円 (本体のみは143,000円)
*数量限定のため、売切れの際はご容赦ください。同等機種をご提案させていただきます。 *よりお安い機種や中古パソコンも取り扱っています。気になる方はお問い合わせください。
西東京パソコンレスキュー
☎042-451-3760 10時～19時 木曜・第2水曜 定休
西東京市田無町 2-19-8-2F ご来店の場合はご予約をお願いします
コール田無
リヴィン 西東京パソコンレスキュー
田無駅

やっぱり、地元の業者が安心です! 安心と真心の施工 おかげさまで地元で39年 外壁塗装は実績と信頼の一福ホームサービスへ



ベテランにお任せを!

住宅外壁塗装 塗装工事

協賛メーカー: 日本ペイント・関西ペイント
エスケー化研・東日本塗料

他社との相見積もり歓迎!



当社施工例

立体感の出る「多彩工法」も好評です

※サイディングへの施工

塗装工事完成価格 20坪～40坪
338,000円～562,000円

- 作業内容
- ①足場仮設 ②高圧洗浄 ③養生
 - ④下地調整 (ひび割れコーキング処理)
 - ⑤外壁塗装 (下塗り・中塗り・上塗り)
 - ⑥木部塗装 (破風板・軒天)
 - ⑦鉄部塗装 (霧除け・水切りトタン)
 - ⑧引渡清掃 ◆完了時保証書発行◆

●リフォームローンも取り扱っております●
いちふく はよいしごと



一見積もり無料一

確かな技術
塗装のプロによる
親切・丁寧な施工
をお約束します。

一福ホームサービス

営業時間 9:00～20:00・年中無休

URL http://www.129845.com 一福ホームサービス 検索

☎0120-129845

☎042(462)1018 FAX042(461)9799

西東京市芝久保町3の17の18



早いほどお得、大掃除予約

7力所から選べる
オーダーメイド おそうじやさん 西東京本店
新座店

ちょっと気が早いけど、お得なニュース。この地域の掃除のプロ【3力所】を選ばず、おそうじやさんグループで、組み合わせは自由。表にはないが、エアコン内部洗浄や浴室換気扇の分解洗浄などオプションも多数あるので、気軽に相談を。なお、左表のうち、浴室クリーニング

は、左表の7つの項目の中から【5力所】または【3力所】を選ぶ。おそうじやさんグループで、組み合わせは自由。表にはないが、エアコン内部洗浄や浴室換気扇の分解洗浄などオプションも多数あるので、気軽に相談を。なお、左表のうち、浴室クリーニング

具体的なプランとして



- ◆レンジフードクリーニング
- ◆ガスコンロ、魚焼きグリルクリーニング
- ◆シンク、ステンレス周りクリーニング
- ◆浴室クリーニング ※2カ所カウント
- ◆トイレクリーニング
- ◆洗面台クリーニング
- ◆窓・網戸クリーニング

0120-051-190
西東京市北町・新座市栗原
営業：9～18時
◆NPO法人日本ハウス
クリーニング協会所属
◆一般社団法人日本エアコン
クリーニング協会所属



田端政弘代表

外反母趾、腰痛に振動療法

田無で80年の「印田整骨院」が独自の施術

日常生活にも支障をきたす外反母趾や側弯症、頸肩腕症や腰痛、関節痛。「ほとんどの身体のトラブルは、骨格のゆがみに原因がある。その矯正によって、痛みを根本から解消していく」そんな思想から、独自の振動療法によって、骨格の矯正を行っている。院長が開発した波動療法器(特許取得)で、骨に波動を与え、その振動によって関節を緩め、本来の身体の形に戻していくという手法。人体と地面との接点になる足から順



医学博士でもある印田隆一院長



独自の振動療法
本来の身体の形に戻していくという手法。人体と地面との接点になる足から順

【印田整骨院】
050-1869-6464
西東京市田無町 2-12-10
グレイス本町 101 号室



【カラダ改善スタジオ コアライン】
050-1869-6453
西東京市田無町 2-9-1
大森ビル 2F(リヴィン田無店隣)

「コアライン」では、さらに最新のタウトニングという整体法も取り入れ、安全で、長く続けられる運動をサポートしている。「代謝の落ちる秋冬に向けて、スタートしませんか？」とベテランの前田隆雄トレーナー。3300円で体験受付中。左記までご予約を。お薦めだ。

坐骨神経痛・脊柱管狭窄症に

おしりから足にかけての痛み・しびれ たしろ鍼灸院

痛み止めが手放せないほど腰痛がひどいなら、楽な体の使い方でもアドバ一度、ベテランの鍼灸を頼ってみては？ 特に関節痛や脊柱管狭窄症のケアに定評があるひばりヶ丘駅徒歩約7分、駐車場あり。

初診料 2200円
月10日までは本紙読者100円
施術費 6600円
ご予約を

【たしろはりきゅう院】
042-410-0463
西東京市住吉町 4-8-19
完全予約制 駐車1台
9～18時 日祝定休



遺言・相続
相続のプロが本音で解説

「西東京市民文化祭P R in アスタ」18日(木)21日(日)作品展示、21日午後5時～7時発表

アスタの催し
田無駅北口前アスタで、以下催しが開かれる。

遺言が作りやすくなる。今回は、最新のニュースをお伝えします。

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)



病院のリハビリテーション科
勤務の経験もある田代院長

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

「おぼけの射的屋」22日(月)26日(金)
「西東京市保育園合同就職フェア」27日(土)

小学生のプログラミング体験

27日、ひばりが丘 28日、田無で開催

プログラミングで自作ロボットを動かそうという体験会が、27日(土)に西東京市ひばりが丘(ひばりテラス118)で、28日(日)に田無(南町5の25)で開催。小学生対象。当日詳細は電話で。プログラミングで車をかメールで。



体験会予約受付
050-1869-6461
※対応時は「高田です」と出る

体験会予約受付
050-1869-6461
※対応時は「高田です」と出る

体験会予約受付
050-1869-6461
※対応時は「高田です」と出る

体験会予約受付
050-1869-6461
※対応時は「高田です」と出る

体験会予約受付
050-1869-6461
※対応時は「高田です」と出る

詩人・茨木のり子企画展

パネル展示など、西東京市郷土資料室で

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

企画展は、その住まいを残そうと活動する「茨木のり子の家を残したい」と同市の共催事業。10月19日(日)・11月7日(金)の朗読会など、会期中にイベントがある。

イベント情報

「実りを結ぶあしたへ」リネンの仄(ほの)ふく展
18日(内)～22日(内)、午前10時～午後6時、ギャラリー「スペース コウ」(西東京市柳沢6-1-11)。リネン服専門の「オーブグリーン」の個展。リネンの柔らかさや質感と手仕事のぬくもりから生まれた一着をお届けする。展示会と受注会。岡高野さん042-456-8003

ポンポロリン絵本コンサート
23日(内)、午前10時30分～、小平市大沼公民館。グリム童話「ロバの王子」を朗読とピアノで上演。打楽器を鳴らしたり、歌ったりする参加型コンサート。無料。主催は「音楽と遊ぼう」。岡同会042-345-9145

私たちの食料はどうなる？
28日(内)、午前10時～正午、西東京市柳沢公民館。「食料をとりまく現状と課題」を副題に、農学博士で武蔵大学名誉教授の後藤光蔵さんが話す。100円。予約不要。当日先着50人。岡市公民館市民企画事業。企画は西東京 菜の花エコプロジェクト。岡茂木さん090-9963-6328

田無混声合唱団 定期演奏会
28日(内)、午後2時～、西東京市保谷こもれびホール。曲目は混声合唱組曲筑後川ほか。無料。事前配布の

コンサートバスが必要。岡松永さん042-466-2393、小林さん080-4733-4924

シニアとイヌ・ネコとの生活
10月4日(土)、午後2時～4時、西東京市イングリッド。「健康寿命を延ばす 犬や猫たちとの生活」をテーマに、国立環境研究所の主任研究員・谷口優さんら専門家が講演する。西東京市医師会と岡市獣医師会の合同開催。定員40人。申込先着順で申込締切は10月3日(金)。申込フォーム＝QR＝から申込を。岡中川動物病院0422-53-5866

東京吹奏楽団コンサート 中高生合同演奏も
10月12日(内)、午後4時～、小平市ルネこだいら。曲目はホルスト「吹奏楽の為の第二組曲」、ブラームス「ハンガリー舞曲」、YOASOBI メドレーほか。小平市の吹奏楽フェスティバルとして開催。なお、同日の日に同楽団メンバーによる「吹奏楽クリニック」があり、指導を受けた中高生たちが、同楽団と合同演奏する。500円。岡岡市文化振興財団042-345-5111

◆情報をお寄せください
「イベント情報」欄では、サークル、市民団体などの非営利活動のイベント告知を無料で掲載しています。情報は、メール・ファクスなど必ず文書でお送りください。(タウン通信・編集部)

親御様からのご相談も歓迎です

26年で成婚450組のプロにお任せを

特に初婚はプロのサポートが重要です



仲人：大野悦男

独身でいるお子さまが心配ではないですか？「いつかそのうち…」と思っているうちに婚期を逃してしまう男女が少なくありません。ネット婚活が隆盛ですが、結婚には、家族・仕事・資産・病歴など留意点が多く、経験者のサポートが必要です。ぜひ、プロの私たちを頼ってください。

- 一つでも当てはまる方はお電話を！
- 結婚しない息子・娘が心配
- 真剣な出会いを求めている
- 老後を一緒に過ごせるパートナーを探したい
- どんな人とお見合いできるのか知りたい

月会費 8,800円
各連盟から多数の「成婚賞」を頂いています

3連盟所属 日本結婚相談所連盟 / IBJ 日本ブライダル連盟
所沢市小すのき台 3-16-2-205
所沢駅東口徒歩4分
エスポワール所沢 定休：火曜日・水曜日
050-1869-6449
まずはお電話で状況やご希望をお聞かせください



仙事のよろず相談所

朝日新聞の報道から

「事前相談」のススメ

今週末の20日(土)から秋のお彼岸ですね。23日(火)の秋分の日を中日に、26日(金)までの1週間が彼岸の時期になります。お彼岸は先祖を供養する機会に



る期間です。猛暑の今年でしたが、ようやく秋めいた風を感じるようになってきました。ぜひこの機会にお墓を参拝なさってください。

仙事の流れて



さて、こうした話題のときにいつも触れているのが、仙事を「家族で考える機会にしてみませんか」という提案です。日ごろは話にくい「自分の場合は……」ということも、仙事の流れて切り出しやすくなるものです。事前に話し合うことは、大切な今までもお伝え



「この葬儀なら幾ら掛かるか？」と事前に見積もりを取ることも大事です。業者任せにしては危険です。

「相談は無料です」

奥野式典では、無料で事前相談にに応じています。記事が出ていました。葬儀のトラブルが絶えないという内容です。

「奥野式典」
相談：東久留米市滝山4-1-40
本社：三鷹市野崎2-20-12
奥野式典 検索
奥野式典 相談センター
奥野式典 相談センター
奥野式典 相談センター

大人の万年筆コース

KUMON下里教室で習える 毛筆も

文字と向き合う静かなひと時——万年筆や毛筆(書道)を、大人も公文(くもん)で習えるのを存じだろつか？
書写を取り入れる公文は限られているが、地元をアドバイザーします。お気軽にご連絡ください。ご相談は予約制です。左記までまずはお電話を。(奥野式典葬儀担当・奥山太郎)



【KUMON下里教室】
050-1869-6467
東久留米市下里3-11-19-101
梅原園組合 下里中 白山公園
ココロ ヤオコー
メールフォーム

無料体験「鍵盤ハーモニカ」

24日(水)・26日(金) わだピアノ教室

新しい趣味に「鍵盤ハーモニカ」はいかが？ 脳も活性化されます。ピアノ教室の「わだピアノ教室」では、大人向けに「鍵盤ハーモニカ」という方にお勧めです。と話すのは、同教室の和岡佳さん。



うだ。レッスンは水曜午後1時から2時の月2回で、4500円。この秋、無料体験会が開かれる。24日(水)と26日(金)の2回で、いずれも午後1時から2時まで。体験では楽器を借りられるが、その場合は口を付ける部分の「唄口」の購入が必要(500円)。予約制。左記の電話・メールからご予約を。



ピアノ指導者の和岡佳さん

【わだピアノ教室】
050-1869-6465
西東京市ひばりが丘北1-7-4
セブンイレブンルネサンス
くら寿司
ひばりヶ丘駅
メールフォーム

食いしばり・歯ぎしりを癒やす

オールハンドのフェイスマッサージ 初回20%引きサロンミューズ

食いしばり・歯ぎしりコースで、具体的な流れで、いつも体が強張って、肩こりや頭痛、目の痛みがある……。そんな人に紹介したいのが、田無駅そばで提供されている「食いしばり・頭こりフェイシャルコース」。



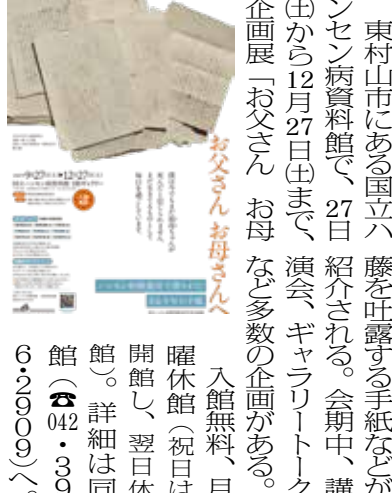
セラピストの宮原さん。田無駅そばの「リップル西東京」で

緊張して強張った筋肉をほぐし、血流を良くし、こりや痛みを改善する。⑥保湿ケア。⑤頭をハンドマッサージ。④ハンドケアでフェイスマッサージ。③アロマトイルとホッとする。②クレンジングで顔の汚れを除去。①フットバスで全身を温める。

Salon Muse
090-5381-1365
salonmuse0881@gmail.com
西東京市南町5-7-8
Ripple NishiTokyo 内
北口「アスタ」田無駅
リップル西東京
ホームページ

ハンセン病資料館 9/27~12/27企画展

療養所で書かれた家族への手紙



東村山市にある国立ハンセン病資料館で、27日(土)から12月27日(土)まで、企画展「お父さん、お母さんへ」を開催。入館無料、月曜休館(祝日は開館)、翌日休館。詳細は同館(042-3963909)へ。

さんへ ハンセン病療養所で書かれたある少年の手紙」が開かれる。新たに発見されたハンセン病回復者が家族へ宛てた手紙67通のうち、13通を初公開するもの。社会に出ていくことを目前に偏見や差別に対する葛藤を吐露する手紙などが紹介される。会期中、講演会、ギャラリートークなど多数の企画がある。

部活動の未来 北多摩北部で唯一残っていた屋外市民プールの「小平市東部公園プール」が、この夏で終了となった。直接の原因は老朽化だが、少子化もあり、今後多世代が通年で利用できる屋内プールに生まれ変わる計画だ。陽光を浴び、思いっきり水と戯れるのは夏の醍醐味でもある。だが、昨今の強すぎる日差しと、公共施設としての稼働率を考えると、プールが屋内化するのは当然の流れに思える。これは学校施設でも例外ではなく、西東京市では「複合化を計画する田無第三中学校の建て替えて、プールを地域と共用するだよね」



伝言板
便利屋オールマイティ
どんな仕事もOKです！
0120-8662-056

高・大学生限定賞金あり 科学館の写真コンペ 多摩六都科学館が、西東京市・小平市・東久留米市・清瀬市・東村山市に在住・在学する高校・大学生を対象に、「多摩六都科学館の魅力伝える」をテーマにした写真コンペティションを行う。作品募集は11月14日(金)まで。最優秀賞(5点)に賞金3万円など賞金・賞品あり。詳細はQRから。

まずは私に1カ月ください。 ダイエット成功の自信あり！ 「耳つぼダイエット」のヘルシーライフ田無

どうして「耳つぼ」なら成功するのか 耳の中にある食欲をコントロールするツボを刺激し、ストレスのないダイエットを実現します。苦痛がなく、食べながら取り組めるので、これまで様々なダイエットに失敗した方も痩せられます。



初回無料カウンセリング ご予約受付中！ 大樹はぎきゅう整骨院併設 ヘルシーライフ田無
050-1869-6443
9~13時 / 15~19時 ※土曜は18時まで 定休日 木・日・祝
タウン紙を見たとお電話を！

