

# にしとうきょうし じょうほう 西東京市くらしの情報

こうほうにしとうきょうし ねん がいつかはっこう  
(広報西東京から) 2018年 7月5日発行

はつこう にしとうきょうし としあわ ぶんかじんこうか  
発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 438-4040

せいさく にしとうきょうしだぶんかきょうせい  
制作: 西東京市多文化共生センター



# Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Jul.5.2018

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel:438-4040

しごと せいかつ しんぱい ひと せいかつ  
**仕事や生活などに心配のある人は、生活サポート  
相談窓口を利用してください。**

しごと み じゅうきん ら やちん ばら  
仕事が見つからない、借金が増えてきた、家賃が払えない  
など経済的に困っている人、働きたいけど何をしたい  
かわからない人、自分や家族の将来に不安があるなどの  
悩みを持っている人は、相談してください。相談員が解決  
に向けて一緒に考えます。相談は日本語で行います。

とあわ せいかつ そうだんまどぐち  
問合せ: 生活サポート相談窓口

☎ 042-438-4023 保谷庁舎 1階

にしとうきょうしだぶんかきょうせい げつようび きんようびごぜん し  
\*西東京市多文化共生センターでは月曜日～金曜日午前10時  
～午後4時に外国人相談ができます。(正午～午後1時は昼休み)

とあわ にしとうきょうしだぶんかきょうせい みなみちやう  
問合せ: 西東京市多文化共生センター (南町5-6-18 イン  
グビル1階 (田無駅南口歩いて2分)) ☎ 042-461-0381



Nishitokyo-shi Homepage in English / PDF for Chinese & Hangul  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

**Please visit the Nishitokyo City Living Support Consulting Counter if you have concerns about your job or how to make a living.**

Please come and have a consultation if you have concerns over financial difficulties such as being unable to find a job, increasing debts, being unable to pay the rent and having concerns about your and your family's future, wanting to work but not knowing what to do. The consulting staff will work with you toward a solution. The consultation will be done in Japanese.

Inquiry: Nishitokyo City Living Support Consulting Counter  
Tel. 042-438-4023 1st FL. Nishitokyo City Office Hoya Bldg.  
\*Nishitokyo City Multicultural and International Center can offer consultation for foreigners from Monday through Friday, 10 am - 4 pm (closed for lunch, noon - 1 pm).  
Inquiry: Nishitokyo Multicultural and International Center (5-6-18 Minami cho, 1 st FL., Ing Bldg. (2 min. walking from the south exit of Tanashi Station)). Tel. 042-461-0381

**Nishitokyo Newsletter** is available at the reception hall of City Offices, the local libraries and the Public Halls (Kominkan). Issued on the 6th of each month. Free.

にしとうきょうし じょうほう しやくしょ としよかん こうみんかん  
**西東京市くらしの情報は市役所ロビー、図書館、公民館  
にあります。毎月6日発行。無料。**

にしとうきょうし えいごばん ちゅうごくご  
西東京市ホームページ (英語版) / 中国語・ハングルはPDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## 니시도쿄시 생활 정보

(홍보 니시도쿄에서) 2018년 7월 5일 발행

발행: 니시도쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 438-4040

제작: 니시도쿄시다문화공생센터

니시도쿄시 홈페이지 (영어판) / 중국어・한글은 PDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

**일이나 생활 등에 대한 걱정이 있는 분은 생활서포트상담창구를 이용하십시오.**

일이 찾아지지 않는다, 빚이 늘고 있다, 집세를 낼 수 없다 등 경제적으로 곤란한 사람, 일하고 싶지만 뭘 해야 좋을지 모르는 사람, 자신이나 가족의 장래에 불안이 있다 등 고민을 가지고 있는 사람은 상담하십시오. 상담원이 해결을 위해 함께 생각해 드리겠습니다. 상담은 일본어로 이루어집니다.

문의: 생활서포트상담창구 ☎ 042-438-4023 호야청사 1층

\* 니시도쿄시다문화센터에서는 월요일~금요일 오전 10시~오후 4시에 외국인상담이 가능합니다. (정오~오후 1시는 점심시간)

문의: 니시도쿄시다문화공생센터 (미나미초우 5-6-1 8 잉구빌딩 1층 (타나시역 남쪽출구 걸어서 2분))

☎ 042-461-0381



니시도쿄시 생활정보 는 시청 로비, 도서관, 공민관에 있습니다. 매월 5일 발행. 무료.

## 西東京市生活信息

(选自西东京市报) 2018年7月5日发行

发行: 西东京市 咨询: 文化振兴课 Tel: 438-4040

制作: 西东京市多文化共生中心

西东京市首页(英语版) / 中国语・韩国语: PDF

<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

**工作和生活中有困难的人, 请利用生活支援咨询窗口**

找不到工作, 贷款增加, 无法支付房租等经济困难的人, 想工作却不知如何是好的人, 对自己和家庭的将来感到不安等正在烦恼的人, 请前来咨询。咨询员将和您一起考虑解决办法。咨询用日语进行。

咨询: 生活支援咨询窗口

☎ 042-438-4023 保谷厅舍 1楼

\* 西东京市多文化共生中心于星期一~星期五上午 10点~下午 4点为外国人提供咨询。(中午~下午 1点午休)

咨询: 西东京市多文化共生中心(南町 5-6-18 ING 大楼 1楼(田无站南口步行 2分)) ☎ 042-461-0381



西东京市生活信息 放置在市役所大厅, 图书馆, 公民馆。每月 5 号发行。免费。

## ねん かい けんこうしんさ う けんこうじょうたい 年に1回、健康診査を受けて健康状態をチェック!

1. 18~39歳の人(若年健康診査)は申込みが必要です。

とき・ところ:

8月30日(木)・31日(金) 保谷保健福祉総合センター

9月1日(土)・3日(月)・4日(火)・5日(水)

田無総合福祉センター

対象:市内に住む1979年4月1日~2001年3月31日生

まれの人(ほかでは健康診査を受ける機会のない人)

定員:各日300人。申込み:7月13日(金)までに①市の

HPから②はがきに「若年健診」申込み・名前・性別・住所・

生年月日・電話番号・健診希望日を書いて〒202-8555市

役所健康課へ③窓口(保谷保健福祉総合センター4階

健康課・田無庁舎2階保険年金課)へ申し込んでください。

2. 40歳以上の人の健康診査は申込みはりません。

とき:7月2日(月)~12月20日(木)。

対象:2018年4月1日時点で、西東京市国民健康保険・

後期高齢者医療保険に入っている人。

受診方法:対象者に受診券を送ります。詳しいことは送

った健診の案内を見てください。\*歳は2019年3月31日の

年齢です。

\*4月2日以降に保険の種類が変わった

り、転入した人は申込みが必要です。

問合せ:健康課 ☎ 042-438-4021



## Have a Health Check Once a Year!

1. People aged between 18 and 39 (young adult health check-up) need to apply for the health check.

Time/Place:

Aug. 30 (Thu), 31 (Fri)/at Hoya Hoken

Fukushi Sogo Center.

Sep 1 (Sat), 3 (Mon), 4 (Tue), 5 (Wed)/  
at Tanashi Comprehensive Welfare Center.

Eligibility: City residents born between Apr. 1, 1979 – Mar. 31, 2001 (who have no other opportunity of having a check-up). The number of people accepted: 300 per day.

Application: Please apply by July 13 (Fri) ① Via the city's HP ② Send a postcard with the following information to 〒202-8555 Health Section of the City Office "Jyakunen Kenshin", name, sex, address, date of birth, tel. no and the date you prefer. ③ Come to the 4<sup>th</sup> FL of Health Section at Hoya Hoken Fukushi Sogo Center or the Insurance & Pension Section at the 2<sup>nd</sup> FL of the City Office, Tanashi Bldg.

2. People over 40 years old are not required to apply. Time: July 2 (Mon) – Dec 20 (Thu).

Eligibility: Holders of Nishitokyo National Health Insurance or Older Senior Citizen Health Insurance as of April 1, 2018. How to receive the health check: A voucher will be sent to the applicant. For details, read the enclosed information with the voucher. \* The ages stated above are as of March 31, 2019.

\* If the type of your insurance has changed or you moved into the city after April 2, the application must be submitted.

Inquiry: Health Section Tel. 042-438-4021



## 일 년에 한 번, 건강검진을 받아 건강상태를 체크!

1. 18~39세인 사람(약년건강검진)은 신청이 필요합니다.

때・장소: 8월 30일(목)・31일(금)

호야보건복지종합센터

9월 1일(토)・3일(월)・4일(화)・5일(수)

타나시종합복지센터

대상: 시내에 사는 1979년 4월 1일~2001년 3월 31일생

인 사람(다른 곳에서 건강검진을 받을 기회가 없는 램)

정원: 각 날짜마다 300명. 신청: 7월 13일(금)까지

①시의 HP에서 ②엽서에「약년검진(若年健診)」신청・

이름・성별・주소・생년월일・전화번호・검진희망일을 적어서

〒202-8555 시청건강과로 ③창구(호야보건복지종합센터

4층건강과・타나시청사 2층보험연금과)로 신청해

주십시오.

2. 40세 이상인 사람의 건강검진은 신청이 필요 없습니다.

때: 7월 2일(월)~12월 20일(목)

대상: 2018년 4월 1일 시점에 니시도쿄시국민건강보험・

후기고령자의료보험에 들어 있는 사람

검진방법: 대상자에게 검진권을 보냅니다. 자세한 것은

보낸

검진안내를 보아 주십시오.\* 나이는 2019년 3월 31일의

연령입니다.  
\* 4월 2일 이후에 보험의 종류가 바뀌거나, 전입한 사람은

문의: 건강과 ☎ 042-438-4021

## 毎年一次, 接受健康检查, 查看身体的健康状况!

1. 18~39岁的人(年轻人健康检查)需要申请。

时间・地点:

8月30日(星期四)・31日(星期五)保谷保健福祉综合中心

9月1日(星期六)・3日(星期一)・4日(星期二)・5日(星

期三) 田无综合福祉中心

对象: 在市内居住 1979年 4月 1日~2001年 3月 31日出生的人(在其他地方没有机会接受健康检查的人)

定员: 每天 300人。申请时间及方法: 截至到 7月 13日(星期五) ①在市网页上申请 ②明信片上注明「年轻人健康检查」

申请・姓名・性别・住址・出生年月・电话号码・体检希望日, 寄往〒202-8555 市役所健康课 ③窗口申请(保谷保健福祉综合中心 4楼健康课・田无厅舍 2楼保险年金课)

2. 40岁以上的人不需要申请健康检查。

时间: 7月 2日(星期一)~12月 20日(星期四)

对象: 2018年 4月 1日为止, 已加入西东京市国民健康保险・

后期高龄者医疗保险的人。

受诊方法: 为对象者邮寄受诊券。

详情请参阅邮寄的健康检查指南。

\*年龄是指 2019年 3月 31日时的年龄。

\* 4月 2日以后保险种类发生变化, 或新搬入

市内的人需要申请。

咨询: 健康课 ☎ 042-438-4021





なつ じどうかん  
**夏の児童館でみんなとランチをしませんか**

なつやす ほごしや しごとなど いえ ほごしや  
夏休みのあいだ、保護者が仕事などで家にいないため、保護者と  
いっしょに ランチができない子どもを対象に「児童館ランチタイム」  
をオープンします。

とき：7月23日(月)～8月31日(金)の平日正午～午後1時

ところ：西原北児童館・田無児童館

対象：西東京市に住んでいる小学生まで

持ち物：保護者が用意した弁当・水筒

申込み：7月2日(月)～20日(金)までに、

上に書いた児童館または市HPにある「児童館

ランチタイム利用申請書」をメールか保護者が

直接希望する児童館に出してください。

問合せ：児童青少年課 ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp

こどもサマースクール夏の田んぼと林を体験しよう

とき：8月2日(木)午前8時50分～午後4時。

\*とても天気の良いときは中止

ところ：東京大学生態調和農学機構・田無演習林(演習林で

集合し、解散します) 対象：小学2～6年生

定員：20人\*保護者は1人まで。申込みが多い時は抽選

参加費：2000円(保護者は1000円)日本語での案内です。

申込み：7月21日までにHPまたははがきで「夏の田んぼと林

を体験しよう」と書いて住所・名前(ふりがな)・学年・性別・

すぐに連絡のつく電話番号(保護者参加の場合は名前・年齢)を

多摩六都科学館へ(〒188-0014 芝久保町5-10-64 ☎ 042-

469-6100) \*当選者だけに参加券を送ります。

여름 아동관에서 다 같이 점심을 먹읍시다

여름방학 동안 보호자가 직장 등으로 집에 없어, 보호자와  
함께 점심식사를 할 수 없는 어린이를 대상으로 「아동관  
런치타임」을 마련합니다.

때：7월 23일(월)～8월 31일(금) 평일 정오～오후 1시

장소：니시하라키타아동관・타나시아동관

대상：니시도쿄시에 살고 있는 초등학생까지

준비물：보호자가 준비한 도시락・물통

신청：7월 2일(월)～20일(금)까지, 위에 적힌 아동관  
또는 시의 HP에 있는 「아동관런치타임이용신청서」를 메일  
이나 보호자가 직접 희망하는 아동관에 내 주십시오.

문의：아동청소년과 ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp

어린이서머스쿨 여름의 논과 숲을 체험하자

때：8월 2일(목) 오전 8시 50분～오후 4시

\*날씨가 매우 나쁠 때는 중지

장소：도쿄대학생태조화농학기구・타나시연습림(연습림에서  
집합하고, 해산합니다) 대상：초등 2～6년생

정원：20명\*보호자는 1명까지. 신청이 많을 경우는 추첨

참가비：2000엔(보호자는 1000엔) 일본어로 안내합니다.

신청：7월 21일까지 HP 또는 엽서로 「여름의 논과 숲을

체험하자(夏の田んぼと林を体験しよう)」라고 써서 주소・

이름(후리가나)・학년・성별・곧 연락 가능한 전화번호

(보호자참가의 경우는 이름・연령)을 타마과학관으로

(〒188-0014 시바쿠보초우 5-10-64 ☎ 042-469-6100)

\*당첨자에게만 참가권을 보냅니다.

**Let's Have Lunch Together with other children  
at the Children's Hall in Summer**

“Children's Hall Lunch Time” is open for those children who  
are unable to have lunch together with their guardians due  
to their work during summer.

Time: July 23 (Mon) – Aug. 31 (Fri) weekdays noon to 1 pm.

Place: Nishihara Kita Children's Hall and Tanashi  
Children's Hall.

Subject: Children who live in Nishitokyo City and  
who are not older than elementary school age.

What to Bring: Lunch box prepared by guardians  
and a water bottle.

Application: Fill out the “Children's Hall Lunch  
Time Application Form” which is on the City HP  
and available at the above Children's Halls. Send  
it by mail or bring it to your preferred location  
between July 2 (Mon) – 20 (Fri).

Inquiry: Children and Youth Institution Section. Tel.  
042-460-9843, ✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp

**Children's Summer School. Let's Experience  
Summer Rice Field and Forest**

Time: Aug. 2 (Thu) 8:50 am – 4 pm.

\* Canceled in case of heavy rain.

Place: Tokyo Univ. Institute for Sustainable  
Agro-ecosystem Services/Tanashi  
Experiment Forest. (Meet and dismiss at  
the Experiment Forest)

Subject: Elementary school student 2nd – 6th grade.

Capacity: 20 people \*1 guardian per student. Drawing if  
there are more than 20 applicants.

Fee: 2,000 yen (1,000 yen for a guardian), Japanese language only.

Application: Via the Tamarokuto Science Center HP or send  
a postcard to Tamarokuto Science Center (〒188-0014

5-10-64 Shibakubo-cho Tel. 042-469-6100) by July 21. Write  
the event title “Let's Experience Summer Rice Field and  
Forest” and your address; name (with furigana), school

grade, sex, tel. no. which is readily reachable (and the name  
and age of the guardian if participating).

\*A voucher will be sent to the selected participants.

**在夏季的儿童馆一起共进午餐吧**

暑假期间, 家长因工作等不在家。为不能和家长共进午餐的孩子提  
供「儿童馆午餐时间」。

时间：7月23日(星期一)～8月31日(星期  
五)的平日中午～下午1:00

地点：西原北儿童馆・田无儿童馆

对象：居住在西东京市的小学生

携带物：家长准备好的便当・水壶

申请：7月2日(星期一)～20日(星期五), 家长根据上述儿童馆,  
直接到想去的儿童馆报名。或是利用市网页登载的「儿童馆午餐时间  
利用申请书」向以下网址短信报名。

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp

咨询：儿童青少年课 ☎ 042-460-9843

**孩子夏令营去体验夏季的稻田和树林**

时间：8月2日(星期四)上午8:50～下午4:00。

\*天气情况恶化时中止

地点：东京大学生态调和农学机构・田无演习林(在演习林集合・  
解散)

对象：小学2～6年级学生

定员：20人\*家长限一名。报名人数多时抽签

参加费：2000日元(家长1000日元)用日语介绍。

申请：7月21日为止, 在市网页报名或在明信片写上「夏の田んぼ  
と林を体験しよう」(体验夏季稻田和树林), 地址、姓名(平假  
名注音)年级、性别、可以马上接通的电话号码(参加家长的姓  
名・年龄)寄往多摩六都科学馆(〒188-0014 芝久保町5-10-64  
☎ 042-469-6100) \*仅向当选者邮寄参加券。



## 勝浦市(友好都市)で磯観察!

とき・ところ: 8月27日(月) 午前6時~午後8時(到着予定)

\*バスで行きます。少しの雨の時も行きますが、内容が変わります。  
内容: 勝浦市の小・中学生と一緒に研究員の指導のもと磯の生き物の観察・学習 \* 昼食は自分で持ってきてください。  
集合・解散: 田無・保谷庁舎 費用: 50円(保険料)  
対象: 西東京市在住・在学の小学4年生~中学生まで、事前学習会に参加できる人(保護者も一緒に行けます)。  
定員: 20人(申込みが多いときは、抽選)

### ●事前学習会

とき: 8月17日(金) 午後2時~午後5時 ところ: 防災センター  
申込み: 7月20日(金) までに着くように、はがきかメールで  
住所・名前(ふりがな)・保護者が一緒の時は保護者の名前・学校名・性別・学年・年齢・電話(FAX) 番号を〒202-8555市役所文化振興課「勝浦市で磯観察!」係へ  
問合せ: 文化振興課 ☎ 042-438-4040  
✉ bunka@city.nishitokyo.lg.jp



## Rocky Seashore Observation at Katsuura City (Friendship City)

Time and place: Aug. 27 (Mon) 6 am – 8 pm (expected arrival) \*We will go by bus. With little rain, the trip will still take place, but the program might be changed.  
Details: Observe and learn about the rocky seashore life with elementary and middle school students of Katsuura City, guided by a researcher. \* Bring your own lunch.  
Meeting point departure and return: Tanashi and Hoya City Bldg.  
Fee: 50 yen (Insurance)

Subject: From 4<sup>th</sup> grade elementary students up to middle school students who are either resident or attending school in Nishitokyo City and who can participate in the pre-trip learning session. (guardians can join the trip)  
Capacity: 20 people (drawing if there are more applicants)

### ●Pre-trip learning session

Time: Aug. 17 (Fri) 2 pm – 5 pm. Place: Disaster Prevention Center. Application: Send an email or a postcard to 〒202-8555 City Hall Cultural Promotion Section “Rocky Seashore observation in Katsuura City” by July 20 (Fri). Write your address, name (furigana), guardian's name if accompanied, school's name, sex, grade, age and tel. no.  
Inquiry: Cultural and Promotion Section. Tel. 042-438-4040  
✉ bunka@city.nishitokyo.lg.jp

## 西東京市休日診療所

休日は、いつも診療しています。内科以外の受診科目はお問い合わせください。  
診療時間: 午前10~12時、午後1~4・5~9時  
場所: 中町分庁舎(中町1-1-5 TEL 424-3331)

## Nishitokyo Holiday Clinic

Always open on public holidays. Inquire medical services other than internal medicine.  
Time: 10 am ~ Noon, 1 pm ~ 4 pm, 5 pm ~ 9 pm  
Where: Nakamachi Branch Building (1-1-5 Nakamachi TEL 424-3331)

## 카츠우라시(우호도시)에서 암석해안관찰!

때・장소: 8월 27일(월) 오전 6시~오후 8시(도착예정)  
\*버스로 갑니다. 비가 조금 올 때는 가지만 내용은 바뀝니다.  
내용: 카츠우라시의 초·중학생과 함께 연구원의 지도 아래 암석해안의 생물의 관찰·학습 \* 점심은 각자 가져오십시오.  
집합·해산: 타나시·호야청사 비용: 50 엔(보험료)  
대상: 니시도쿄시 거주·재학의 초등 4년생~중학생까지로 사전학습회에 참가할 수 있는 사람(보호자도 함께 갈 수 있습니다).  
정원: 20명(신청이 많을 경우는 추첨)  
●사전학습회  
때: 8월 17일(금) 오후 2시~오후 5시 장소: 방재센터  
신청: 7월 20일(금) 까지 도착하도록 엽서나 메일로 주소·이름(후리가나)·보호자가 동반일 경우는 보호자의 이름·학교명·성별·학년·연령·전화(FAX) 번호를 〒202-8555 시청문화진흥과「카츠우라시에서 암석해안관찰! (勝浦市で磯観察!)」담당에게 문의: 문화진흥과 ☎ 042-438-4040 ✉ bunka@city.nishitokyo.lg.jp

## 在勝浦市(友好城市)观察海边!

时间・地点: 8月27日(星期一) 上午 6:00~晚上 8:00 (预计到达)  
\*乘坐巴士去, 下小雨也去, 内容有变动。  
内容: 和勝浦市的中小學生一起在研究員的指導下觀察·學習海岸邊的生物 \*午餐請自帶。  
集合·解散: 田無·保谷庁舎 費用: 50日元(保險料)  
對象: 在西東京市居住或上學的小學4年級~中學生, 能參加事前學習會的人(家長也可以一起參加。)  
定員: 20人(報名人數多的情況, 抽籤)  
●事前學習會  
時間: 8月17日(星期五) 下午 2:00~5:00  
地點: 防災中心  
申請: 7月20日(星期五)截止, 用明信片或電郵寫上地址·姓名(平假名注音)·家長同去時家長姓名·學校名·性別·年齡·電話(FAX)號碼, 寄往〒202-8555 市役所文化振興課「在勝浦市觀察海邊!」負責人  
諮詢: 文化振興課 ☎ 042-438-4040  
✉ bunka@city.nishitokyo.lg.jp



## 西東京市休息日診療所

休息日照常进行诊疗,内科以外的诊疗项目请咨询以下地点  
诊疗时间: am10~12, pm1~4, 5~9  
诊疗地址: 中町分庁舎(中町1-1-5 TEL 424-3331)

## 西東京市休息日診療所

休息日照常进行诊疗,内科以外的诊疗项目请咨询以下地点  
诊疗时间: am10~12, pm1~4, 5~9  
诊疗地址: 中町分庁舎(中町1-1-5 TEL 424-3331)