

にしとうきょうし 西東京市 暮らしの情報

(広報西東京から) 2020年 1月5日発行

発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 438-4040

制作: 西東京市多文化共生センター

1月/Jan.

No.178

Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Jan.5.2020

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel: 438-4040

「まちの健康」という視点のまちづくり

にしとうきょうしちょう 西東京市長 丸山浩一

あけましておめでとうございます。

さて本市では、これまで進めてきた「健康」
応援都市の実現に向けた取り組みをさらに
加速させるため、「健康都市プログラム」を
設定し、「フレイル予防事業」、「子ども
相談室=ほっとルーム」のほか、西東京市
の魅力を広く発信してもらう「西東京市
PR親善大使」などの取り組みを進めてきま
した。オリンピック・パラリンピックの開催
にあわせて共生社会の実現に努めます。

20万人が暮らす西東京市は 2020年度に誕生20周年を迎
えます。「まちのあゆみ」を、さらに前へ進めていきます。市民の
皆様のご理解とご協力をお願いします。



西東京市暮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5日発行。無料。

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

(호보 니시도쿄에서) 2020년 1월 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>

「건강한 마을」이라는 시점에서의 마을 만들기

니시도쿄시장 마루야마코우이치

새해복 많이 받으십시오.

이 도시에서는 지금까지 추진해 왔던 「건강」 응원도시의
실현을 위한 노력을 더욱 가속화시키기 위해, 「건강도시
프로그램」을 설정하고, 「허약함 예방사업」, 「어린이상담실=
호트룸」그 외, 니시도쿄시의 매력을 넓게 발신할 수 있게
「니시도쿄시 PR 친선대사」등의 일을 추진하여 왔습니다.
올림픽・패럴림픽 개최에 맞춰서 공생사회의 실현에 힘쓰겠습
니다. 20만명이 살고있는 니시도쿄시는 2020년도에 탄생 20주
년을 맞이합니다. 「마을의행보」를, 더욱더 전진해 나가겠습니다.
시민여러분의 이해와협력 부탁드립니다.



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

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

Create our City from a viewpoint of "City's Health" MARUYAMA Koichi / Mayor of Nishitokyo City

A Happy New Year to all citizens!

In order to prompt our current action to create a "Health"
Support City, we have set up a "Health City Program", by
which we are promoting the "Frailty Free Program", "Child
Counselling = Hot Room", as well as the "Goodwill
Ambassador of Nishitokyo City PR", to make the various
attractions of our city widely known. The Olympics and
Paralympics will push our efforts further to realize a city
where people of various cultures and origins can live
together peacefully. Nishitokyo City, with 200 thousand
citizens, will celebrate its 20th anniversary in 2020. "Machi
no ayumi" ("Our Town's Advances") will surely move forward
with support of and understanding by you, citizens of
Nishitokyo City. Thank you.



Nishitokyo Newsletter is available at the reception hall of
City Offices, the local libraries and the Public Halls
(Kominkan). Issued on the 5th of each month. Free.

西東京市生活信息

(选自西东京市报) 2020年1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) / 中国語・韓国語: PDF

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

以「城市健康」为视角的城市建设

西东京市长 丸山浩一

大家新年好。

本市为进一步加速推进一直以来为实现「健康」支援城市的各种
举措,制定了「健康都市计划」,在「体弱预防事业」、「儿童咨询
室 安心房间」之外,还开展了广泛宣传西东京市魅力的「西东京
市PR亲善大使」等工作。在举办奥运会・残奥会的同时,努力实
现共生社会。

20万人生活下的西东京市 2020年迎来了建市20周年。「城市的
步伐」将继续再向前迈进。请各位市民予以理解和配合。



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。

西東京市の人口と世帯 (2019年12月1日現在)

() 内は先月比				
そうじんこう 総人口	204,924人	(+122人)	がいこくじんじゅうみん 外国人住民	5,350人
おとこ 男	99,740人	(+63人)	おとこ 男	2,713人
おんな 女	105,184人	(+59人)	おんな 女	2,637人
せたい 世帯	99,159	(+76)	せたい 世帯	3,376

庁舎統合に向けた第一歩

健康福祉部、生活文化スポーツ部、教育部などは、2月1日と保谷庁舎から田無庁舎に移転します。保谷庁舎には、主な窓口サービスとして市民部、市民課保谷庁舎総合窓口係や福祉の相談窓口を置き、市民の皆さんが利用しやすい窓口にします。

東京2020パラリンピック

聖火リレーのランナーを募集します

募集する期間：2月15日(土)まで

一人が走る距離：約200m

主な条件：2008年4月1日より前に生まれた人

詳しいことは、問い合わせのHPを見てください。

問い合わせ：東京都聖火ランナー選考事務局 ☎ 03-6277-2459

フードドライブ

家庭で保管されてまだ使えて、開封していない

食品を寄付してください。

子ども食堂などで活用する食材にします。

とき：1月6日(月)～17日(金)

受付施設によって受付期間・時間などが違いますので問い合わせ

てください。問合せ：社会福祉協議会 ☎ 042-497-5180

니시도쿄시의 인구와 세대 (2019년 12월 1일 현재)

()안은 전월대비				
총인구	204,924 명	(+ 122)	외국인 주민	5,350 명
남	99,740 명	(+ 63)	남	2,713 명
여	105,184 명	(+ 59)	여	2,637 명
세대수	99,159	(+ 76)	세대	3,376

청사통합으로 향한 첫걸음

건강복지부, 생활문화스포츠부, 교육부 등은 2월이 되면 호야청사에서 타나시청사로 이전합니다.

호야청사에는, 주로 창구서비스로써 시민부 시민과 청사종합창구계량 복지상담창구를 설치, 시민여러분이 이용하기 쉬운 창구로 합니다.

도쿄 2020 패럴림픽

성화봉송주자를 모집합니다

모집하는 기간：2월 15(토) 까지

한명이 달리는 거리：약 200 m

주요조건：2008년 4월 1일 이전에 태어난 사람

자세한 것은, 문의HP를 봐 주십시오.

문의：도쿄도성화봉송주자 전형사무국 ☎ 03-6277-2459

푸드 드라이브

가정에서 보관하고 있는 것 중에 아직 사용할 수 있고, 개봉하지 않은 식품을 기부하여 주십시오.

어린이식당 등에서 활용하는 식재료로 사용합니다.

때：1월 6일(월)～17일(금)

접수시설에 의해 접수기간・시간 등이 다르기 때문에 문의하여 주십시오. 문의：사회복지협의회 ☎ 042-497-5180

Nishitokyo City Population and Households

(As of Dec. 1, 2019)

(Change from last month)

Total population:	204,924 (+122)	/ Foreign residents:	5,350
Male:	99,740 (+63)	/ Male:	2,713
Female:	105,184 (+59)	/ Female:	2,637
Households:	99,159 (+76)	/ Households:	3,376

First Step toward Merger of City Offices

In February, the Health Welfare Division, the Living/Cultural/Sports Division and the Education Division will move to the Tanashi Office. The Hoya Office's main services will be Comprehensive Civil Services of the Civil Affairs Division/Sections and Counseling Services for Welfare, with an easier access for all citizens.

Tokyo 2020 Paralympics

Recruiting torchbearers for the Tokyo 2020 Olympic Torch Relay

Application Period: Till Feb. 15 (Sat.)

Distance for One Runner: about 200 meters

Main Qualification: Those who were born before Apr. 1 of 2008

See the recruiting HP for more details.

Inquiry: Tokyo Olympic Torch Runner Selection Office: Tel: 03-6277-2459

Food drive

Please donate food, stored at home, unopened, unused and still usable. Kids restaurants and other facilities will use it. Time: from Jan. 6 (Mon.) to 17 (Fri.)

Please inquire before you donate, as each facility office has its own period and time for accepting donations.

Inquiry: Social Welfare Committee: 042-497-5180

西東京市人口和家庭

(2019年12月1日)

() 内与上个月相比

总人口	204,924人	(+122人)	外国人居民	5,350人
男	99,740人	(+63人)	男	2,713人
女	105,184人	(+59人)	女	2,637人
家庭	99,159	(+76)	家庭	3,376

政府办公大楼整合的第一歩

健康福祉部, 生活文化体育部, 教育部等, 2月份将从保谷厅舍搬至田无厅舍。保谷厅舍以窗口服务为主, 设有市民部市民课保谷厅舍综合窗口和福祉咨询窗口, 以便于市民利用。

募集东京 2020 残奥会火炬接力手

募集时间：截至 2 月 15 日(星期六)

每人跑步距离：约 200 米

主要条件：2008 年 4 月 1 日以前出生的人。

详情请参阅咨询网页。

咨询：东京都火炬接力手选拔事務局

☎ 03-6277-2459

Food drive

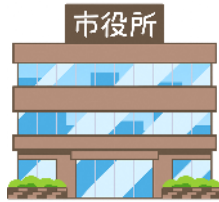
请捐赠贮存在家里仍可食用, 未开封的食品。

用于儿童食堂等设施的食材。

时间：1 月 6 日(星期一)～17 日(星期五)

不同的受理设施, 受理期间时间等不同, 请咨询。

咨询：社会福祉协议会 ☎ 042-497-5180



いろいろなことばでたのしむ おはなし会

日本語・英語・中国語・韓国語で絵本を読みます。

外国の紹介やゲームもします。

とき：1月11日（土）午前11時～正午

ところ：芝久保図書館

対象：3歳以上（まだ小学校に行っていない子どもは保護者と一緒に来てください） 定員：30人（先着順）

問合せ：芝久保図書館 ☎ 042-465-9825

西東京市消防団 出初式

年の始めの消防訓練です。消防ポンプ車のパレード・放水訓練・消防団員の表彰などが行われます。

当日は、午前8時30分にサイレンが鳴ります。火災などと間違えないように注意してください。ぜひ見に来てください。

とき：1月12日（日）午前10時～正午

ところ：都立東伏見公園（東伏見1丁目）

◎西東京市の消防団員は228人います。

仕事をしながら、市民の生命と財産を守るため、

消防・防災活動をしています。

問合せ：危機管理室 ☎ 042-438-4010

めぐみちゃん マルシェ・ド・ソワレ

めぐみちゃんメニューの参加農業者と認定提供店の品物を売ります。

とき：1月15日（水）午後5時～7時（売り切れたら終了します）

ところ：ひばりヶ丘駅南口駅前広場

問合せ：産業振興課 ☎ 042-438-4044

여러언어로 즐기는 이야기 모임

일본어・영어・중국어・한국어로 그림책을 읽습니다.

외국의 소개랑 게임도 합니다.

일시：1월 11일（토）오전 11월～정오

장소：시바쿠보도서관

대상：3세이상（아직 초등학교에 다니지 않는 어린이는 보호자와 함께 와 주십시오）정원：30명（선착순）

문의：시바쿠보도서관 ☎ 042-465-9825

니시 도쿄시 소방단 출초식

연초의 소방훈련입니다. 소방펌프차의 퍼레이드・방수훈련・소방단원의 표창등이 이루어집니다.

당일은, 오전 8시 30분에 사이렌이 울립니다. 화재등과 틀리지 않게 주의해 주십시오. 꼭 보러 와 주십시오.

일시：1월 12일（일）오전 10시～정오

장소：도립히가시후시미공원（히가시후시미 1초메）

◎니시 도쿄시의 소방단원은 228명이 있습니다. 일을 하면서, 시민의 생명과 재산을 지키기 위해, 소방・방재활동을 하고 있습니다.

문의：위기관리실 ☎ 042-438-4010

메구미짱 마르쉐 도 소와레

메구미짱 메뉴의 참가농업자와 확정제공점의 제품을 판매합니다.

일시：1월 15일（수）오후 5시～7시（품절되면 종료합니다）

장소：히바리가오카역 남쪽역앞광장

문의：산업진흥과 ☎ 042-438-4044



Story Telling: Enjoy various languages

Picture books will be read in Japanese, English, Chinese and Korean. Children can hear stories about foreign countries and play games too.

Time: Jan. 11 (Sat.) from 11 am to noon.

Place: Shibakubo Library

Participants: three years of age, or older (children who don't attend elementary school yet should be accompanied by a parent or guardian) Maximum: 30, on a first come, first served basis.

Inquiry: Shibakubo Library Tel: 042-465-9825

Nishitokyo City Fire Brigade – New Year's Parade (Dezomeshiki)

This is a New Year's fire fighting training. Activities include a parade of fire engines, a spraying drill, and the awarding of fire fighters. The city's warning sirens will sound at 8:30 am on that day, as a training. Do not take this alarm as a real fire. Please come and see the training.

Date and Time: Jan. 12 (Sun.) from 10 am till noon.

Place: Municipal Higashi-fushimi Park (Higashifushimi 1-chome)

◎ There are 228 fire fighters in Nishitokyo City. Apart from their regular work, they perform fire fighting and disaster prevention activities in order to protect lives and property of citizens.

Inquiry: Crisis Management Office Tel: 042-438-4010

Megumichan – Marche de Soiree

Farmers and shops, certified under the Megumichan Menu Standards, will sell their produce.

Time: Jan. 15 (Wed.) from 5 pm till 7 pm. (The market will finish when all are sold out.)

Place: Open Space at South Exit of Hibarigaoka Station

Inquiry: Industry Promotion Section Tel: 042-438-4044

各种语言联欢会

用日语・英语・汉语・韩语绘本朗读。介绍外国和玩游戏。

时间：1月11日（星期六）上午11点～中午

地点：芝久保图书馆

对象：3岁以上（学龄前儿童需家长陪伴）

定员：30人（按先到顺序）

咨询：芝久保图书馆 ☎ 042-465-9825



西东京市消防団 年初第一次仪式

年初的消防训练。举行消防车的巡游・放水训练・表彰消防团员。当天，上午8点30分拉响警笛。请注意不要误认为发生火灾。欢迎前来观赏。

时间：1月12日（星期天）上午10点～中午

地点：都立东伏见公园（东伏见1丁目）

◎西东京市有228名消防团员。边工作、边为保卫市民的生命和财产，进行消防防灾活动。

咨询：危机管理室 ☎ 042-438-4010



小惠傍晚市场

小惠菜单活动的参加农家和认购店物品的贩卖。

时间：1月15日（星期三）下午5点～7点（卖完了就结束）

地点：云雀之丘站南口站前广场

咨询：产业振兴课 ☎ 042-438-4044



わくわくスケート教室

とき：2月15日(土)・16日(日) 午後6時30分～8時30分
ところ：ダイドードリンコアイスアリーナ

対象：小学生以上(小学生は保護者の付添いが必要です。)

リンクサイドでの見学はできます)

定員：200人(申し込みが多い時は抽選になります)

費用：小学生3,600円・中学生以上5,200円(リンク代・貸

靴代・保険代を含む)

申込み：1月18日(土)までに往復はがきで①住所(代表者)

②名前 ③年齢(学年) ④性別 ⑤クラス分け(A：はじめて～

数回滑ったことがある。B：滑る・止まることができる。C：体重

を移動して滑ることができる。D：よりきれいに滑りたい。) ⑥

認定級(前回参加者のみ) ⑦電話番号を書いて 〒202-0013

中町1-5-1 スポーツセンター「スケート教室」係へ送ってく

ださい。 ※往復はがき 1枚につき 1世帯(①～⑥は申し込み

人数分を書いてください) ※1人1クラス

問合せ：スポーツセンター ☎ 042-425-0505



Enjoy Ice Skating Class



Date and Time: Feb. 15 (Sat.) and 16 (Sun.) from 6:30 pm till 8:30 pm.

Place: Dydo Drinco Ice Arena

Participants: Elementary school pupils or older (elementary school pupils need to be accompanied by a parent or guardian; parents and guardians can watch at the rink side.)

Maximum: 200 (if more people apply, applicants will be chosen through a lottery.)

Fee: 3,600 yen for elementary school pupils, 5,200 yen for junior high school students or older. (The fee includes the skating fee, rental shoes and insurance.)

Application: Send a return post card by Jan. 18 (Sat.) with the following information: 1. address (the representative's address for groups); 2. name; 3. age (or grade); 4. gender; 5. proficiency (A: novice or a few times skating experience only, B: able to skate and stop, C: able to change the weight position while skating, D: wish to skate more skillfully.); 6. level (for those who participated before); 7. phone number. Send the card to 202-0013 Nakamachi 1-5-1 Sports Center "Skating Class" Section.

※ Use one return post card for one household. (Write the information from 1 to 6 for each participant.)

※ One person can apply for one class only.

Inquiry: Sports Center Tel: 042-425-0505

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)

두근두근 스케이트 교실

일시：2월 15일(토)・16일(일) 오후 6시 30분 ~ 8시 30분
장소：다이도 도링코 아이스아리나 다이도드린코아이스アリーナ

대상：초등학생이상(초등학생은 보호자의 동반이 필요합니다 링크사이드에서의 견학은 가능합니다)

정원：200명(신청이 많은 경우에는 추첨을 합니다)

비용：초등학생

3,600 엔・중학생이상 5,200 엔(링크료・대여신 발료・보험료 포함)

신청：1월 18일(토)까지 왕복엽서에 ①주소(대표자)

②이름

③연령(학년) ④성별 ⑤클래스(A: 처음탄다-몇번 타 본적이 있다. B: 타기・멈추기를 할 수 있다. C: 체중을 이동해서 탈

수 있다. D: 더욱더 멋지게 타고 싶다.) ⑥認定級 인정급(앞회 참가자만) ⑦전화번호를 적어서 〒202-0013 중町1-5-

1 스포츠센터「スケート教室」係 담당자에게 보내

주십시오.

※왕복엽서 1장에 대해 1세대(①～⑥은 신청인원수를 적어주십시오) ※1인1클래스

문의：스포츠센터 ☎ 042-425-0505

激动人心的滑冰教室

时间：2月15日(星期六)・16日(星期天)

下午6点30分～8点30分

地点：Dydo Drinco 滑冰场(다이도드린코아이스アリーナ)

对象：小学生以上(小学生需家长陪伴。滑冰场旁边可以参观)

定员：200人(报名者多时抽签决定)

费用：小学生 3,600 日元・中学生以上 5,200 日元(含滑冰场费・租鞋费・保险费)

报名：1月18日(星期六)之前在往返明信片上写上①地址(代表者)②姓名 ③年龄(年级)④性别 ⑤分班级(A：初次～滑过几次。B：会滑・会停。C：会移动身体重心滑。D：想滑得更漂亮。)⑥认证等级(仅限上次参加者)⑦电话号码 邮寄至

〒202-0013 中町1-5-1 스포츠센터「スケート教室」。

※往返明信片一户一张(①～⑥需按人数填写)

※1人1班

咨询：体育运动中心 ☎ 042-425-0505



西東京市休息日診療所

休息日照常进行诊疗,内科以外の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)

ニシトキョ市 休日 診療所

휴일은, 언제나 진료하고 있습니다. 내과 이외의 진료과목에 대해서는 문의하여 주시기 바랍니다.

진료시간：am10～12, pm1～4, 5～9

장소：나카마치분청사(나카마치 1-1-5 TEL 424-3331)