

西東京市くらしの情報

(広報西東京から) 2020年 3月 5日発行

発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 420-2817

制作: 西東京市多文化共生センター

3月/Mar.



No.180

Nishitokyo Newsletter

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

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel:420-2817

聖火リレーが西東京市を通ります

○東京2020オリンピック聖火リレー 7月15日(水)

□スタート: 東伏見交差点 とき: 午後2時40分ごろ

□ゴール・セレモニー: けやき小学校 とき: 3時24分ごろ

○東京2020パラリンピック聖火リレー 8月24日(月)

「東京都オリンピック聖火リレーサポーター」の西東京市ボランティアを募集します。 ※5~6月に応募対象の説明会を予定

定員: 230人ぐらい 申込み: 3月31日(火)までにメール・

申込みフォーム・はがきで申し込みください。ボランティアの内容

や詳しい申し込みなどについては3月1日の市報を見てください。

問合せ: スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp



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

The Olympic Torch Relay will travel through Nishitokyo

○Tokyo 2020 Olympics Torch Relay on July 15. Wed.

□Start: Higashifushimi intersection at around 2:40 pm.

□Finish ceremony: Keyaki Elementary School at around 3:24 pm

○Tokyo 2020 Paralympics Torch Relay on Aug. 24 Mon.

There will be a call for volunteers from Nishitokyo for "Tokyo Olympic Torch Relay Supporter". ※Explanatory meeting for the applicants will be held in May or June.

Maximum attendees: approx 230



Apply by email, application form, or postcard no later than Mar. 31 Tue. For details, see the City Bulletin of Mar. 1.

Inquiry: Sports Promotion Section

☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp

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>

니시도쿄시생활정보

(홍보 니시도쿄에서) 2020년 3월 5일 발행

발행: 니시도쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 420-2817

제작: 니시도쿄시 다문화공생센터

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

성화 릴레이가 니시도쿄시를 지나갑니다.

○도쿄 2020 올림픽 성화 릴레이 7월 15일(수)

□스타트: 히가시후시미 교차점 때: 오후 2시 40분 쯤

□골·세레머니: 케야키 초등학교 때: 3시 24분 쯤

○도쿄 2020 패럴림픽 성화 릴레이 8월 24일(월)

「도쿄도 올림픽 성화 릴레이 서포터」의 니시도쿄시 불런티어를 모집합니다. ※5~6월에 응모자 대상의 설명회를 예정.

정원: 230명 정도 신청: 3월 31일(화)까지 메일·

신청서·엽서로 신청해 주십시오. 불런티어의 내용과 자세한 신청방법 등에 대해서는 3월 1일의 시보를 봐 주십시오.

문의: 스포츠진흥과 ☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp

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

西東京市生活信息

(选自西東京市报) 2020年3月5日发行

发行: 西東京市 咨询: 文化振兴课 Tel: 420-2817

制作: 西東京市多文化共生中心

西東京市首页(英语版) / 中国語·韓国語: PDF

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

东京 2020 奥运会火炬接力通过西東京市

○东京 2020 奥运会火炬接力 7月15日(周三)

□出发地点: 东伏见交叉点 时间: 下午2点40分左右

□终点·典礼: 榉树(けやき)小学校 时间: 下午3点24分左右

○东京 2020 残奥会火炬接力 8月24日(周一)

募集作为「东京都奥运会火炬接力支援者」的西東京市志愿者。

※5-6月份, 预定举办对应应聘者的说明会。

定员: 230人左右 报名: 截止3月31日(周二)请用 email·申请表·明信片报名。详情请参阅3月1日的市报。

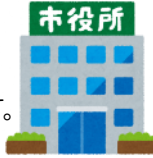
咨询: 运动振兴课 ☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp



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

3月16日(月)~4月10日(金)は市民課窓口が特に混雑します



引越しが多くなることとマイナンバーカードの交付・更新なども行われるため、窓口が特に混みます。

□特に混雑する日

3月27日(金)、28日(土)、30日(月)、31日(火)、4月1日(水)

※市外に引越しをする人は約2週間前から手続きができます。

※市外から引越してくる人や市内で引越す人は引越しの後、2週間以内に手続きをしてください。

住民票の異動・印鑑登録や印鑑証明の発行・マイナンバーカード更新手続き(交付は除く)は、ひばりヶ丘駅前・柳橋出張所、保谷・田無各庁舎の市民課土曜日窓口[保谷:第1・3・5(土) 田無:第2・4(土)の午前9時~午後0時30分]でもできます。

問合せ: 市民課 田無庁舎 ☎042-460-9820
保谷庁舎 ☎042-438-4020

問合せ: 市民課 田無庁舎 ☎042-460-9820

保谷庁舎 ☎042-438-4020

ファミリー・サポート・センター



ファミリー会員登録説明会

地域のなかで子どもを預けたい方(ファミリー会員)と預かる方(サポート会員)がお互いに助け合う活動です。

ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。

とき・ところ: ①3月14日(土)・田無総合福祉センター ②3月25日(水)・住吉会館ルピナス(住吉町6-15-6): 午前10時~正午

定員: 各20人(申込順) 保育あります。(1歳以上5人まで)
申込み: 各回説明会の前日の午後5時までに問い合わせ先へ電話してください。問合せ: ファミリー・サポート・センター事務局 ☎042-497-5079

問合せ: ファミリー・サポート・センター事務局 ☎042-497-5079

3월 16일(월)~4월 10일(금)은 시민과 창구가 특히 혼잡합니다

이사가 많아지는 것과 마이넘버카드의 교부·갱신 등도 이루어지기 때문에 창구가 굉장히 붐빍니다.

□특히 혼잡한 날

3월 27일(금), 28일(토), 30일(월), 31일(화), 4월 1일(수)

※시외로 이사하시는 분은 약 2주일전부터 수속을 할 수 있습니다.

※시외에서 시내로 이사 오시는 분이나 시내에서 이사하는 분은 이사한 뒤, 2주일 이내에 수속을 해 주십시오.

주민표의 이동·인감등록이나 인감증명 발행·마이넘버카드 갱신수속(교부는 제외)은 히바리가오카역 앞·야나기바시 출장소, 호야·타나시 각 청사의 시민과 토요일 창구[호야: 제1·3·5(토) 타나시: 제2·4(토)의 오전9시~오후0시30분]에서도 할 수 있습니다.

문의처: 시민과 타나시 청사 ☎042-460-9820
호야 청사 ☎042-438-4020

패밀리·서포트·센터
패밀리회원 등록 설명회

지역 내에서 아이를 맡기고 싶은 사람(패밀리회원)과 아이를 맡아 주실 사람(서포트회원)이 서로 도와주면서 육아를 하는 활동입니다.

패밀리회원에 등록을 희망하는 분은 참석해 주십시오.

때·곳: ① 3월 14일(토)·타나시종합복지센터
② 3월 25일(수)·수미요시회관 루피너스(스미요시초6-15-6): 오전10시~정오 정원: 각20명(신청순) 보육 있습니다.(1살 이상5명까지) 신청: 각 회 설명회 전날 오후 5시까지 문의처에 전화해 주십시오.

문의 패밀리·서포트·센터 사무국 ☎042-497-5079



Longer waiting time expected at the window of Citizen's Registration and Affairs Section Mar.16 Mon.~Apr.10 Fri.

It is the season when more people move from one city to another and apply for or renew "My-Card".

□Congestion peak: Mar. 27 Fri, 28 Sat., 30, Mon. 31 Tue., and Apr. 1 Wed.

※Those moving out of Nishitokyo may file the change of address 2 weeks in advance.

※Those moving to or within Nishitokyo shall file the change of address within 2 weeks after moving.

Certificates related to residence (*juminhyo*) and seal (*inkan*) can be obtained at Hibarigaoka Ekimae and Yanagibashi branch offices. Also, Citizen's Registration and Affairs Section of Hoya and Tanashi offices open the windows on Saturdays from 9:00 am. to 00:30 pm. (Hoya: the first, third and fifth Saturdays, Tanashi: the second and fourth Saturdays). Renewal of "My-Card" can be applied at the branches and the section of City offices on Saturdays as above mentioned. The issuance of renewed "My-Card" will be done separately.

Inquiry: The above section of, Tanashi office ☎ 042-460-9820, Hoya office ☎ 042-438-4020

Family Support Center
Explanatory Meeting on Membership Registration for "Family Member"

"Family Members" can temporarily leave their children with and under the care of "Support Members". If you wish to become a Family Member, attend this meeting.

When: ①Mar. 14 Sat. 10:00 am-Noon
②Mar. 25 Wed. 10:00 am-Noon

Where: ①Tanashi Comprehension Welfare Center (5-5-12 Tanashicho) ② Sumiyoshi Kaikan Lupinas (6-15-6 Sumiyoshicho)

Max. attendees: 20 in order of application. Childcare service is available for upto 5 children over one year old.

To apply for attendance: Phone to the Family Support Center by 5:00 pm the day before the meeting.

Inquiry: Family Support Center ☎ 042-497-5079

从 3 月 16 日 (周一) 到 4 月 10 日 (周五) 市役所的窗口的等待时间会长

由于搬家的人增多和交付·更新个人编号卡, 市役所的窗口会很拥挤。

□特别拥挤日

3月27日(周五), 3月28日(周六), 3月30日(周一), 3月31日(周二), 4月1日(周三)

※搬往市外的人2周之前就可以办理手续。

※从市外搬来的或者在市内搬家的人搬家之后2周内需要办理手续。

住民票的异动, 印章登录, 印章证明的发行·个人编号卡的更新(除交付)可以在云雀丘车站前出張所, 柳桥出張所, 保谷·田无厅舍市民课的周六窗口办理。

(保谷: 第一·三·五的周六, 田无: 第二·四的周六 上午9点~下午0点30分)

咨询: 市民课 田无厅舍 ☎ 042-460-9820
保谷厅舍 ☎ 042-438-4020

家庭援助中心《家庭会员登录说明会》
在地域中想接受育儿援助的人(家庭会员)与进行育儿援助的人(支援会员)之间进行的相互援助活动。需要会员登记。想要登记的家长请参加说明会。

时间·地点: ①3月14日(周六)·田无综合福祉中心

②3月25日(周三)·住吉会馆Lupinas(住吉町6-15-6): 上午10点~中午

定员: 每所20人(按报名顺序)※有保育。(1岁以上最多5人)

报名: 请在说明会的前一天下午5点前, 打电话向咨询处报名。

咨询: 家庭援助中心事務局 ☎ 042-497-5079



GOLDEN SPORTS 小金井公園

いろいろなスポーツ体験やあそびに参加できます。
ステージでパフォーマンスや展示コーナーがあります。
キッチンカーも出店します。



とき：3月20日(祝)午前10時30分～午後3時30分

ところ：小金井公園

問合せ：小金井公園サービスセンター ☎ 042-385-5611

春のENJOY ニュースポーツ交流会

誰でもすぐにゲームが楽しめます。日ごろ運動していない人、障害のある人もご参加ください。

とき：3月29日(日)午前9時20分～11時30分

(受付：午前9時)

ところ：きらっと(南町5-6-5)

内容：ユニークル・ボッチャなど。ストーンやボールをどうやって的に近づけるかをカーリングのように競います。

対象：西東京市に在住・在勤・在学の小学生以上

(小学生3年生以下は保護者と一緒)

定員：36人(申込順)チームでの申し込みもできます。

(1チーム3人まで)

持ち物：室内用運動靴・タオル・飲み物など

申込み：3月13日(金)までに電話で住所・名前・年齢・電話番号

を問合せ先へ ※障害のある人は相談してください。

問合せ：スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



GOLDEN SPORTS 고가네이 공원

다양한 스포츠 체험과 놀이에 참가할 수 있습니다.

스테이지에서 퍼포먼스와 전시 코너가 있습니다.

키친카도 출점합니다.

때：3월 20일(축일)오전 10시 30분～오후 3시 30분

곳：고가네이 공원

문의：고가네이 공원 서비스센터 ☎ 042-385-5611

봄 ENJOY 뉴 스포츠 교류회

누구든지 바로 게임을 즐길 수 있습니다. 평소 운동을 하지 않는 사람, 장애가 있는 사람도 참가해 주십시오.

때：3월 29일(일) 오전 9시 20분～11시 30분

(접수：오전 9시)

곳：키랏토(미나미초 5-6-5)

내용：유니컬・꽃차 등. 스톤과 공을 어떻게 해서 과녁에 접근시킬 수 있는지를 컬링처럼 경쟁합니다.

대상：니시 도쿄시 재주・재근・재학의 초등학생 이상

(초등학교 3학년 이하는 보호자와 함께)

정원：36명(신청순)팀으로 신청 할 수도 있습니다.

(1팀 3명까지)

준비물：실내용 운동화・타월・음료수 등

신청：3월 13일(금)까지 전화로 주소・이름・나이・전화번호를 문의처에 ※장애가 있는 분은 상담해 주십시오.

문의：스포츠 진흥과 ☎ 042-420-2818

GOLDEN SPORTS Event at Koganei Koen

Come and enjoy several sports and games. There will be attractions on stage, exhibition of goods and food trucks.

When: Mar. 20 (Holiday) 10:30 am—3:30 pm

Where: Koganei Koen

Inquiry: Koganei Koen Service Center

☎ 042-385-5611



ENJOY NEW SPORTS Spring Event

Whether you lack daily exercise or have handicaps, everybody is welcome to enjoy new sports.

When: Mar. 29 Sun. 9:20—11:30 am (reception at 9:00 am).

Where: Sports & Culture Center "Kiratto" (5-6-5 Miamicho); Sports: Unicurl, Boccia, etc. Play on floor and attempt to place stones or balls closer to a target like curling.

Participants: people of elementary school age and older who live, work or attend school in Nishitokyo (3rd graders and smaller children must be attended by guardian).

Number of participants: 36 (individually or in teams of two or three) in order of sign up.

What to bring: shoes for indoor use, towel, and drink.

Sign up: by Mar. 13 Fri. Phone to the Sports Promotion Section to register address, name, age and phone number.

※People with handicap are recommended to consult with the said section at the time of application.

Inquiry: the said section ☎ 042-420-2818

GOLDEN SPORTS 在小金井公園

親子可以参加各种各样的运动和游戏。在舞台上演出和展示。厨房车也营业。

时间：3月20日(节日)上午10点半～下午3点半

地点：小金井公園

咨询：小金井公園服务中心 ☎ 042-385-5611



春天 ENJOY 新体育交流会

谁都可以马上愉快地玩游戏。请不经常运动的人或有残疾的人也参加。

时间：3月29日(周日)上午9点20分～11点30分(受理：9点开始)

地点：きらっと(南町5-6-5)

内容：溜石饼・目标球等。大家比赛像把溜石饼在冰上溜石一样接近到目标。

对象：西东京市居住・就职・在校的小学生以上的人(小学生3年级以下的儿童需要和保护人一起参加。)

定员：36人(报名先后顺序)一组单位可以报名。(每个组要3个人之内)

携带品：便于运动的服装・室内穿的运动鞋・毛巾・饮料等。

报名：截止于3月13日(周五)通过电话给运动振兴课联络地址・姓名・年龄・电话号码。※请有残疾的人和运动振兴课联络。

咨询：运动振兴课 ☎ 042-420-2818

新型 **新型コロナウイルス感染症 対策**

新型 **新型コロナウイルス**は発熱やかぜの **症状** を起こすウイルスです。 **新型コロナウイルス**がうつらないように、次のことをしましょう。

※外から帰ったときは、必ず手洗いとうがいをします。
 ※せきやくしゃみをするときは、口と鼻をティッシュやハンカチでおさえる。その後ティッシュは捨て、水と石鹸で手を洗う。

☐相談先：◎東京都相談窓口 ☎ 03-5320-4509※午前9時～午後9時◎厚生労働省電話相談 ☎ 0120-565653(フリーダイヤル)☐相談内容 新型 **新型コロナウイルス**にかかわる肺炎についての相談(うつるのを防いだり、心配な症状が出た時の相談)◎「帰国者・接触者電話相談センター」(都設置)①多摩小平保健所 ☎ 042-450-3111※平日午前9時～午後5時

②合同電話相談センター ☎ 03-5320-4592平日午後5時～翌日午前9時(土)(日)(祝)は一日中。対象：●かぜの状態です。37.5℃以上の熱が4日以上続く。●強いだるさと息が苦しい。

※老人や元から病気をもっている人は2日続いたら
 問合せ：健康課 ☎042-438-4037



西 **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)

신형 **코로나 바이러스 감염증 대책**

신형 **코로나 바이러스**는 발열과 감기증상을 일으키는 바이러스입니다. **코로나 바이러스**가 유행 않도록 다음과 같이 합니다.

※밖에서 돌아왔을 때는 반드시 손을 닦고 가글을 한다.
 ※기침과 재채기를 할 때에는 입과 코를 티슈나 손수건으로 막는다. 그 다음 티슈는 버리고, 물과 비누로 손을 씻는다.

☐상담처：◎도쿄도 상담창구 ☎ 03-5320-4509
 ※오전 9 시~오후 9 시 ◎후생노동성 전화 상담 ☎ 0120-565653(프리 다이얼) ☐상담 내용 신형 **코로나 바이러스**에 걸린 폐렴에 대한 상담(옴는 것을 막거나, 걱정스런 증상이 나왔을 때의 상담) ◎「귀국자·접촉자 전화상담 센터」(도 설치) ①다마 고다이라 보건소 ☎ 042-450-3111

※평일오전 9 시~오후 5 시 ②합동 전화 상담 센터 ☎ 03-5320-4592 평일 오후 5 시~익일 오전 9 시 (토)(일)(축일)은 하루종일. 대상：●감기 증상으로 37.5℃이상의 열이 4 일이상 계속 됨. ●강한 나른함과 숨이 가쁨. ※노인과 원래부터 질병을 갖고 있는 사람은 이를 계속되면 문의：건강과 ☎ 042-438-4037



Measures to prevent Novel Coronavirus infection.

This virus causes high fever and other symptoms like those of a common cold and flu. To prevent infection, do the following.

※Make sure you wash your hands and gargle when you get home.
 ※When sneezing or coughing, cover your mouth and nose with tissue paper or handkerchief. Throw away the used tissue paper properly and wash your hands well with soap.

☐For information and consultation for how to avoid being infected the coronavirus and/or if you suffer possible symptoms, call
 ◎Tokyo Metropolitan Call Center ☎ 03-5320-4509 ※9:00 am to 9:00 pm
 ◎Call Center of Ministry of Health, Labor and Welfare ☎0120-565653 (free dial).
 ◎"Returnee/Contact Phone Consultation Center" accepts calls from those returning from abroad or having been in contact with infected people.

① Tama Kodaira Health Center ☎ 042-450-3111 ※ 9:00 am to 9:00 pm, Mon. thru Fri
 ② Joint (Godo) Call Center ☎ 03-5320-4592 ※5:00 pm to 9:00 am (of next day) on weekdays (24 hours on Sat, Sun, Holidays) : Call if you have

●cold and/or flu symptoms with fever of 37.5 degrees or higher for 4 days or more, or
 ●physical weariness which makes you feel heavy, and/or breathing problems.

※2 days or more in case of aged people and those having chronic diseases.
 Inquiry: Health Section ☎ 042-438-4037

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)

面对新型冠状病毒感染症的对策

新型冠状病毒是引起发烧和跟感冒一样的病状的病毒。为了不感染病毒，希望大家用心做下面的预防措施。

※从外面回来，必须得洗手和漱口。
 ※咳嗽或打喷嚏的时候，用纸巾或手帕盖住你的口和鼻。然后，扔掉用完的纸巾再用水和香皂洗手。

☐咨询：◎東京都咨询窗口 ☎ 03-5320-4509※上午 9 点~下午 9 点◎厚生劳动省电话咨询 ☎ 0120-565653 (免费) ☐咨询内容有关新型冠状病毒的肺炎(咨询为了预防感染，或者发现类似的病状) ◎「归国者·接触者电话咨询中心」(东京都设置) ①多摩小平保健所 ☎ 042-450-3111※平日上午 9 点~下午 5 点②共同电话咨询中心 ☎ 03-5320-4592※平日下午 5 点~第二天上午 9 点。(周六)(周日)(节假日)终日通电话。对象：●像感冒一样的状态而且持续 4 天以上发烧 37.5 度以上。●强烈的疲倦感和呼吸困难。※老人或者有老毛病的人，病状持续两天就请联系。咨询：健康课 ☎ 042-438-4037

ニシトキョウシ **休日 진료所**

休일은, 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)

西 **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)