

にしとうきょうし 西東京市 じょうほう 情報

(広報西東京から) 2022年 7月 6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



No.208

Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Jul.2022

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel:420-2817

暑い夏、熱中症に気をつけましょう

熱中症は、気温や湿度が高くなったとき、自分の体温を調節することができないこととなります。

■熱中症にならないために

○外では涼しい服、日傘、帽子などを使い、日陰にいきましょう。

○部屋の中では、扇風機やエアコンなどで温度を調節します。

○のどが渇いていなくても、何回も水分をとりましょう。○車

の中は高温になりやすいので、少しでも子どもを残して離れるのは危険です。○外で人と2m以上離れている場合はマスクをと

■熱中症の、めまい・頭痛・吐き気・だるさなどの症状が

あったら、涼しい所に移る・からだを冷やす・

水分や塩分をとるようにします。※自分で水が

飲めない、意識がない人がいたら、すぐに

救急車を呼びましょう。

問合せ: 健康課 ☎ 042-438-4037



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>

니시도쿄시 생활 정보

(홍보 니시도쿄에서) 2022년 7월 6일 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>

더운 여름에 열사병을 조심합니다

열사병은 기온이나 습도가 높아졌을 때, 자신의 체온을 조절할 수 없게 되어 걸립니다.

■ 열사병에 걸리지 않기 위해서

○밖에서는 시원한 옷, 양산, 모자 등을 사용하고 그늘에 있도록 합니다. ○방 안에서는 선풍기나 에어컨 등으로 온도를 조절합니다. ○목이 마르지 않아도, 여러번 수분을 섭취합니다. ○차 안은 고온이 되기 쉬우므로, 잠시라도 아이를 두고 떠나는 것은 위험합니다. ○밖에서 사람과 2m 이상 떨어져 있는 경우는 마스크를 벗습니다.

■ 열사병의, 현기증·두통·구역질·나른함 등의 증상이 있으면, 시원한 곳으로 옮긴다·몸을 식힌다·수분이나 염분을 섭취하도록 합니다. ※ 스스로 물을 마시지 못하는, 의식이 없는 사람이 있으면, 즉시 구급차를 부르도록 합니다. 문의: 건강과 ☎ 042-438-4037



炎热夏天，防止中暑

中暑是因气温和湿度升高，人体无法调节体温而发生。

■防止中暑要做到

○在外面穿着凉爽，使用遮阳伞，帽子，呆在阴凉地方。
○在房间里，使用电风扇和空调等调节温度。
○即使不口渴，也要经常补充水分。
○车内容易高温，即使稍微离开把孩子留在车内也是危险的。
○在外面与人距离2米以上取下口罩。

■如果出现头晕，头痛，恶心，无力等中暑症状，要移动到凉爽的地方，降体温，补充水分或盐分。※ 如果有人自身不能饮水，失去意识，请立即叫救护车。

咨询: 健康课 ☎ 042-438-4037



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

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。

プレミアム応援カードの応募を始めました

プレミアム応援カード(プレミアムを付けた電子商品券)を

発行します。市内のお店を応援するイベントです。

内容: 参加するお店で7,000円分利用できるカード

を1枚5,000円で販売します。

発行枚数: 50,000枚を予定

カード利用期間: 9月1日(木)~12月31日(土)

参加するお店: 7月1日の市報といっしょに配った

チラシや特設ページを見てください。カード応募方法

①Web申込: 特設ページから QRコード

②ハガキ申込: 市報といっしょに配ったチラシを

見てください。

※ 申込は1人2冊まで

募集期間: 7月1日(金)~29日(金)必ず着ようにしてく

ださい。

当選者に、当選通知書・購入引換券を8月末頃送ります。

引換購入(買える)期間: ●郵便局 9月1日(木)~10月

31日(月)(土・日・祝日を除く)●西東京商工会 9月

11日(日)、10月22日(土)・30日(日)

引換購入場所: ●自分が指定した郵便局●西東京商工会

問合せ: 西東京商工会 ☎042-461-4573(申込・

購入方法の問い合わせ)

~幼稚園と保育所の窓口がひとつになります~

7月1日(金)から幼児教育・保育課を新しくつくりました。

子どもの幼稚園の入園・保育所の入所・そのほかの保育サー

ビスの利用などについて、ひとつの窓口で相談できるようになりま

す。 問合せ: 幼児教育・保育課 ☎042-460-9842

프리미엄 응원카드 응모를 시작했습니다

프리미엄 응원카드(프리미엄을 붙인 전자상품권)를 발행합니

다. 시내의 가게를 응원하는 이벤트입니다.

내용: 참가하는 가게에서 7,000 엔분을 이용할 수 있는 카드

를 1장 5,000 엔에 판매합니다.

발행매수: 50,000 장 예정

카드 이용 기간: 9월 1일(목)~12월 31일(토)

참가하는 가게: 7월 1일 시보와 함께 배부한 전단지나 특설

페이지를 봐주세요.

카드응모방법

①웹 신청: 특설페이지에서 QR 코드

②엽서 신청: 시보와 함께 배부한 전단지를 봐주세요.

※ 신청은 1인 2권까지

모집기간: 7월 1일(금)~29일(금) 꼭 도착하도록 해주세요.

당첨자에게, 당첨통지서·구입교환권을 8월말경 보냅니다.

교환 구입(살 수 있는)기간: ●우체국 9월 1일(목)~10월

31일(월)(토·일·공휴일 제외)●니시도쿄 상공회 9월 11일

(일), 10월 22일(토)·30일(일)

교환구입장소: ● 자신이 지정한 우체국●니시도쿄상공회

문의: 니시도쿄상공회 ☎042-461-4573(신청·구입방법의문의)

~유치원과 어린이집의 창구가 하나가 됩니다~

7월 1일(금)부터 유아교육·보육과를 새롭게 만들었습니다. 아

이들의 유치원입원·어린이집입소·그 밖의 보육서비스이용 등

에 대해 하나의 창구에서 상담할 수 있게 됩니다.

문의: 유아교육·보육과 ☎042-460-9842

The application of the Premium Support Card is open now

Premium Support Cards (electronic gift certificates with a premium) are being issued. This is an event to support stores in the city.

Details: Cards with a value of 7,000 yen, that can be used at participating stores, are sold at 5,000 yen.

Number of cards to be issued: 50,000 pieces planned.

Validity period: September 1 (Thu) to December 31 (Sat)

Participating stores: Please see the flyer distributed with the July 1 city newsletter or the special website.

How to apply:

① Through the special website QR code

② By sending a postcard: Please see the flyer distributed with the July 1 city newsletter.

※ Applications are limited to two cards per person.

Application period: July 1 (Fri) to July 29(Fri). Applications must arrive no later than July 29.

The selected people will receive a notification and the ticket via mail by the end of August.

Purchasing period: ●Post office; From September 1 (Thu) to October 31 (Mon) (excluding Sat, Sun, and holidays)

●Nishitokyo Chamber of Commerce; September 11 (Sun), October 22 (Sat) and 30 (Sun)

Purchasing place: ●Post Office selected by you●Nishitokyo Chamber of Commerce

Inquiry: Nishitokyo Chamber of Commerce ☎042-461-4573 (regarding questions on how to apply/purchase)

~The reception desks for kindergarten and daycare will be combined~

The Early Childhood Education/Nursery Section was newly established on July 1(Fri), 2022.

You will now be able to consult about your child's enrollment in kindergarten, daycare, or other childcare services, at one single counter.

Inquiry: Kindergarten and Nursery Section

☎042-460-9842

开始申请增值支援卡了

发行增值支援卡(附加增值的电子商品券)。这是支援市内店铺的活动。

内容: 相当于7,000日元的增值卡以1张5,000日元在参加店铺出售。 发行数量: 预定50,000张。

增值卡使用期间: 9月1日(星期四)~12月31日(星期六)

参加店铺: 请参阅与7月1日市报一起发行的宣传单或特设页面

增值卡申请方法:

①网页申请: 从特设页面 二维码

②明信片申请: 请参阅与市报一起发行的宣传单

※ 申请上限一人2册

申请时间: 请务必于7月1日(星期五)~29日(星期五)到达。

8月末向当选者邮寄当选通知书, 购买兑换卷。

购买兑换期间: ●邮局9月1日(星期四)~10月31日(星期一)(星期六·日·休日除外)●西东京商工会9月11日(星期天), 10月22日(星期六)·30日(星期天)

购买兑换地点: ●自己指定的邮局●西东京商工会

咨询: 西东京商工会 ☎042-461-4573(申请·购买方法的询问)



~幼稚園和保育所合并为一个窗口~

7月1日(星期五)开始新设立了幼儿教育·保育课。有关小孩的上幼儿园·保育所和其他的保育服务的利用, 可在同一个窗口咨询。

咨询: 幼儿教育·保育课 ☎042-460-9842

児童館で昼ごはんを食べられます

食事の時間、家に大人がいない小学生は、

児童館で昼ごはんを食べられます。

とき：7月21日(木)～8月31日(水)の平日。

8月11日(祝日)はありません。

ところ：西原北児童館、田無児童館、中町児童館、保谷柳沢児童館、

新町児童館、芝久保児童館

対象：市に住んでいる小学生

持ち物：保護者が用意した弁当、水筒(飲みもの)

申込み：市のHPの「児童館ランチタイム利用申請書」を児童館

に持って行き申し込んでください。

問合せ：児童青少年課 ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp



Lunch served at Children's Hall

Elementary school students who do not have an adult at home during lunchtime can eat lunch at the children's hall.

When: Weekdays from July 21 (Thu) to August 31 (Wed) excluding August 11(National Holiday).

Place: Nishiharakita Children's Hall, Tanashi Children's Hall, Nakamachi Children's Hall, Hoya Yagisawa Children's Hall, Shinmachi Children's Hall, Shibakubo Children's Hall

This service is for elementary school students living in the city. Things to bring: Lunch prepared by the parent/guardian, water bottle.

How to apply: Download the application form regarding lunch at the Children's Hall, from the Nishitokyo website, and bring it to the Children's Hall.

Inquiry: Children and Youth Section ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp

いろいろなことばでたのしむおはなし会

絵本の読み聞かせをします。

とき：7月17日(日)は英語、7月23日(土)はオランダ語。

どちらも午前11時30分～11時45分 ところ：ひばりが丘

図書館 対象：3歳以上 定員：親子5組(申込順)

申込み：前の日までに電話、メールまたは直接問い合わせ先へ

問合せ：谷戸図書館 ☎ 042-421-4545

✉ lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

ごみの出し方に気をつけましょう

ごみはカラスやネコが散らかしたり、風で飛びます。

ネットをかけるか、フタ付きのバケツで出してください。

問合せ：ごみ減量推進課 ☎ 042-438-4043



아동관에서 점심을 먹을 수 있습니다

식사시간, 집에 어른이 없는 초등학생은,

아동관에서 점심을

먹을 수 있습니다.

때: 7월 21일(목)~8월 31일(수) 평일.

8월 11일(축일)은 없습니다.

곳: 니시하라기타 아동관, 타나시 아동관, 나카마치 아동관,

호우야야기사와 아동관, 신마치 아동관, 시바쿠보 아동관

대상: 시에 살고 있는 초등학생

준비물: 보호자가 준비한 도시락, 물통(음료)

신청: 시의 홈페이지의 「아동관 점심시간 이용신청서」를

아동관으로 가지고 와 신청해 주시기 바랍니다.

문의: 아동청소년과 ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp



Reading Picture Books in Different Languages

There are reading events of picture books in various languages

When: English on July 17 (Sun), Dutch on July 23 (Sat). Both from 11:30 a.m. to 11:45 a.m. Place: Hibarigaoka Library

For children of 3 years old and up.

Capacity: 5 parent-child pairs (in order of application)

How to apply: Please call Yato Library or send an email, by the day before the event.

Inquiry: Yato Library ☎ 042-421-4545

✉ lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp



Be careful how you dispose of your garbage!

Garbage can be scattered by crows and cats, or it can be blown away by the wind. Please use a net or a bucket with a lid.

Inquiry: Garbage Reduction Promotion Section

☎ 042-438-4043

在儿童馆吃午饭

午饭时间, 家里大人不在的小学生, 可以在儿童馆吃午饭。

时间: 7月21日(星期四)~8月31日(星期三)平日。8月11日(祝日)休息。

地点: 西原北儿童馆、田无儿童馆、中町儿童馆、保谷柳泽儿童馆、新町儿童馆、芝久保儿童馆

对象: 居住在市内的小学生

携带物: 家长准备好的便当、水壶(饮料)

报名: 请带着市网页上的「儿童馆午餐时间利用申请书」去儿童馆申请报名。

咨询: 儿童青少年课 ☎ 042-460-9843

✉ jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp



여러 언어로 즐기는 이야기 모임

그림책 읽어주기를 합니다.

때: 7월 17일(일)은 영어, 7월 23일(토)는 네덜란드어.

모두 오전 11시 30분~11시 45분 곳: 히바리가오카 도서관

대상: 3세 이상 정원: 부모자녀 5조(신청순)

신청: 전날까지 전화, 메일 또는 직접 문의처로

문의: 야토 도서관 ☎ 042-421-4545

✉ lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

쓰레기 배출 방법에 주의합니다

쓰레기는 까마귀나 고양이가 어지럽히거나 바람에 날립니다.

네트를 씌우거나, 뚜껑 있는 양동이에 넣어 내놓아 주세요.

문의: 쓰레기감량 추진과 ☎ 042-438-4043



扔垃圾时的注意点

垃圾会引来乌鸦和猫散乱垃圾, 大风会吹散垃圾。所以扔垃圾时请盖上防护网或使用有盖的桶。

咨询: 垃圾减量推进课 ☎ 042-438-4043

せっしゅむりよう しんがた せっしゅ し
接種無料 新型コロナワクチン接種のお知らせ

ついかせっしゅ かいめ
■追加接種（4回目）のお知らせ

・60歳以上の人 申し込みはおりません。3回目の接種が終わった日が2月20日～26日の人は7月6日（水）、2月27日～3月2日の人は7月13日（水）、3月3日～9日の人は7月21日（木）、3月10日～16日の人は7月27日（水）に接種券を送る予定です。



・18歳以上で60歳未満の人で病気がある人、3回目接種後に引越して来た人は申し込んでください。

・接種券が届いたら、3回目接種から5カ月後以降の日を予約してください。予約方法：電話で西東京市新型コロナワクチンコールセンターへ・インターネット（QRコード）



■12歳以上の人で3回目接種と、5歳～11歳の人と12歳以上の人で、まだ接種していない人は接種できます。詳しいことは、電話で西東京市新型コロナワクチンコールセンター



☎ 03-5369-3904 (月)～(土)
 午前8時30分～午後7時(祝)(休)を除く

にしとうきょうしきゅうじつしんりょうじょ
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）

접종 무료 신종 코로나 백신 접종 공지

■추가접종(4 회차) 공지

・60 세 이상인 사람 신청은 필요없습니다. 3 번째 접종이 끝난 날이 2 월 20 일~26 일인 사람은 7 월 6 일(수), 2 월 27 일~3 월 2 일인 사람은 7 월 13 일(수), 3 월 3 일~9 일인 사람은 7 월 21 일(목), 3 월 10 일~16 일인 사람은 7 월 27 일(수)에 접종권을 보낼 예정입니다.

・18 세 이상으로 60 세 미만인 사람 중 병이 있는 사람, 3 차 접종 후 이사 온 사람은 신청해 주십시오.

・접종권이 도착하면, 3 번째 접종으로부터 5 개월 이후의 날짜를 예약해 주세요. 예약방법:전화로 니시도쿄시신종코로나백신콜센터로・인터넷(QR 코드)



■ 12 세 이상인 사람으로 3 번째 접종과, 5 세~11 세 이상인 사람과 12 세 이상인 사람으로, 아직 접종하지 않은 사람은 접종할 수 있습니다. 자세한 것은, 전화로 니시도쿄시신종코로나백신콜센터 ☎ 03-5369-3904(월)~(토) 오전 8 시 30 분~오후 7 시(축)(휴)를 제외

にしとうきょうし けつじつ しんりょうじょ
西東京市休日診療所

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)

Vaccination against Covid-19 – Free of charge

■Booster shot (4th time)

• Persons 60 years or older: Application is not necessary

For those who had their third vaccination between February 20th and 26th, the vaccination tickets will be sent on July 6th (Wed.).

For those who had their third vaccination between February 27th and March 2nd, the vaccination tickets will be sent on July 13th (Wed).

For those who had their third vaccination between March 3rd and March 9th, the vaccination tickets will be sent on July 21st (Thu).

For those who had their third vaccination between March 10th and March 16th, the vaccination tickets will be sent on July 27th (Wed).

• Those who are over 18 but under 60 years and have a medical condition, and those who have moved to Nishitokyo after the third shot, should submit an application.

• When you receive your vaccination ticket, please make an appointment for a date five months after the third vaccination.

How to make an appointment: call the Nishitokyo City Covid-19 Vaccination Call Center, or through the website (QR code).



■A booster shot (3rd time) for persons older than 12 years is also available. The first vaccination for persons from 5 to 11 years old and 12 years old or older is also available. Please call the Nishitokyo City Covid-19 Vaccination Call Center for more information. ☎ 03-5369-3904 Monday through Saturday, from 8:30 a.m. to 7 p.m., excluding national holidays and holidays.

にしとうきょうし けつじつ しんりょうじょ
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)

免费接种 新冠疫苗接种通知

■追加接种（第四次）的通知

・60 岁以上的人不需要申请。第三次疫苗接种完的日期是 2 月 20 日~26 日的人是 7 月 6 日（星期三）、2 月 27 日~3 月 2 日的人是 7 月 13 日（星期三）、3 月 3 日~9 日的人是 7 月 21 日（星期四）、3 月 10 日~16 日的人是 7 月 27 日（星期三）将送出接种券。

・18 岁以上 60 岁未满足有疾患的人，或是第三次接种完后搬家进来的人请申请。



・收到接种券后，请预约第三次接种后经过了五个月的日子。预约方法：电话至西东京市新冠疫苗呼叫中心・网上预约（二维码）



■ 1 2 岁以上的第三次接种和 5 岁~ 1 1 岁的人和 1 2 岁以上的还未接种过的人也可以接种。详细情况请电话至西东京市新冠疫苗呼叫中心 ☎ 03-5369-3904（星期一）~（星期六）上午 8 点 30 分~下午 7 点（祝日）（休息）除外

にしとうきょうし けつじつ しんりょうじょ
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)