



にしとうきょう



特集

暮らしを支える介護の仕事。
ホームヘルパーをのぞいてみませんか?



週1回・短時間からでも始められます。
資格取得のサポートも充実。

介護の仕事は、確かに楽ではありません。体力が必要な場面や気配りもあります。それでも、利用者の「ありがとう」の言葉や日々の小さな変化が、やりがいにつながるという声も。いきなり一人で全部を担うのではなく、できることから少しずつ関わられます。

- 市では、介護職に興味のある方の学びサポートを実施しています。すぐに詳しく知りたい方は、市へ市HP



実は、こんな関わり方です

ホームヘルパーの仕事は、「何でもやってあげる」ことではありません。掃除や買い物、食事作りなど日常生活を支えながら、できることは本人が続けられるように寄り添う仕事です。

例えば、一緒に料理をしたり、買い物を見守ったり。介護が必要になっても、好きなことや自分らしい暮らしを続けられるよう支えています。「やってあげる」ではなく、「できる」を支える。それが、介護の関わり方です。

あなたに合った始め方があります

01/ まずは知る

厚生労働省の専用ページでは、ホームヘルパーのリアルな魅力が詰まった動画を公開中。実話をもとにした再現ドラマで、介護の仕事を知ることができます。厚生労働省HP



02/ 家事などのサポートから

西東京市
独自
資格

くらしヘルパー養成研修

全2日間・訪問介護での家事援助のための資格が取得できる基礎研修 7月22日(水)・29日(水)両日とも午前10時～午後4時 定員40人 7月8日(水)までに、電話または申込フォームから ▶高齢者支援課 ☎042-420-2815 市HP



03/ 資格取得を目指す

介護職員
初任者研修

詳しくは、
2面へ



熱中症かな?と思ったら



めまい? だるさ? 焦らず、まずは涼しい場所へGO! 市内のクールシェアスポットはこちら▶

めまい・立ちくらみ・頭痛・だるさなどの症状は、熱中症のサインです。熱中症かな?と思ったら、涼しい場所へ移動する、首筋やわきの下、足のつけ根などを冷やす、水分・塩分補給をするなどの対応が有効です。症状が改善しないときは、すぐに医療機関へ。自力で医療機関に行けない場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう。▶環境政策課 ☎042-438-4042



市HP

特集

暮らしを支える
「介護職」ホームヘルパー
って?

ホームヘルパーは、介護の資格を持つ専門職です。介護が必要な人の自宅を訪問し、掃除や食事作りなどの日常生活を支援。何でも代わりにするのではなく、できることを続けながら、その人らしい暮らしを支えます。

ホームヘルパーの主な業務

生活
援助

掃除

洗濯や
ベッドメイク

調理

買い物 など

身体
介護

食事

入浴

排泄

更衣

服薬 など

よくある
サポート例

配膳

お茶出し・会話

ベッドメイク など

ホームヘルパー
あるある

ぶっちゃけ

Q&A

仕事内容や働き方、気になるギモンまで。実際に働くホームヘルパーに、現場のリアルを聞きました。「体力は必要?」「未経験でも大丈夫?」など、本音でお答えします。

Q 未経験でも大丈夫?

A 大丈夫です!各事業所で研修やサポート体制が整っているので安心して始められます◎

Q 訪問介護は大変って聞いたことがあるけど実際どうなの?

A 大変っていうイメージがありますよね…楽だけの仕事ではないのは確かです。でも、生活を支える大事な仕事で、感謝の言葉を掛けられることも多く、とてもやりがいを感じます。最近は、ICTなどを活用したり、さまざまな福祉用具があり業務負担が軽減されています!

Q 長く働き続けることはできるの?

A もちろんです!60・70代のヘルパーも活躍しています!資格を取得していき、キャリアアップもできます!取得資格や役職によってお給料に反映される事業所もあるので頑張りがいもあります★

「ぶっちゃけQ&A」
続きはこちらで▶

市HP

実際は、こんな働き方です

- 9:00 自宅でスケジュール確認→出発
- 9:30 1軒目：デイサービスの準備と送り出し
- 10:00 次のお宅へ
- 10:30 2軒目：買い物代行や昼食の準備を一緒に行う
- 12:00 帰宅後、アプリで業務報告を行い勤務終了
- 13:00 以降はプライベートタイム!掃除や夕食の買い物・準備
- 15:00 子どもが帰宅

子育て中の方や家事・介護と両立したい方でも、生活スタイルに合わせたシフトで無理なく働けます。資格取得支援や研修制度が充実しているのもうれしい!

介護職は
キャリアアップ
していける
職種ですSTEP
3介護福祉士
(介護分野で唯一の国家資格)

3年以上の実務経験と実務者研修の修了後、試験に合格して取得します。経験を積むことで、将来的に、ケアマネジャー*や生活相談員など、専門性を生かした職種へ活躍の場を広げることができます。

STEP
2介護福祉士実務者研修
(旧介護職員基礎研修・ホームヘルパー1級)

介護職員初任者研修の上位資格。より専門的な知識や技術を学び、介護福祉士(国家資格)へのステップとなります。

【市の補助】介護人材確保対策事業補助金(上限10万円補助)

STEP
1

介護職員初任者研修

介護の基礎知識や介助方法を学ぶ入門資格。約130時間の研修で取得でき、ホームヘルパーなど介護の仕事の第一歩となります。

【市の補助】介護人材確保対策事業補助金(上限5万円補助)

申請時点で市内の介護サービス事業所に介護職員として3カ月以上従事し、かつ、その間の従事時間が48時間を超えている方
研修業者へ直接申込 ※補助金は、研修修了後1年以内に申請が必要です。

問 高齢者支援課 ☎ 042-420-2815

研修事業者を探す▶ 東京都HP



「くらしヘルパー養成研修」詳細は1面へ

*ケアマネジャーとは?

介護が必要な人や家族の相談を受け、一人ひとりに合った介護サービス計画(ケアプラン)を作成する専門職です。利用者が安心して暮らせるよう、介護・医療・地域との調整役も担います。

あんしん暮らし情報



税・保険・年金

国民年金保険料 免除・納付猶予制度

経済的な理由で国民年金保険料の納付が困難な場合、免除・納付猶予の申請をすることができます。令和8年度分(7月～令和9年6月)は7月1日(水)から受付を開始し、所得の審査などに基づいて決定されます。原則、申請は毎年度必要ですが、前年度が全額免除・納付猶予の「継続承認者」の場合、手続は不要です。学生の方は学生納付特例制度をご利用ください。

持 本人確認できるもの(マイナンバーカードなど)

□失業などによる申請を希望する場合

令和6年12月31日以降の離職日が記載されている「雇用保険被保険者離職票」「雇用保険受給資格者証」などを添付すると、失業者の所得審査を省略できます(コピー可・画像不可)。

申 保険年金課(田無庁舎2階)、市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)

※マイナポータルを利用した電子申請や年金事務所での手続も可能です。

※詳細は **問** の **HP** へ

問 武蔵野年金事務所 **☎0422-56-1411(ナビダイヤル)**

▶ 保険年金課 **☎**

☎042-460-9825



問のHP

介護保険負担限度額認定証の更新

令和7年度介護保険負担限度額認定証(介護保険施設における居住費・食費に係る負担軽減の認定証)の有効期限は、7月31日(金)です。

8月以降も引き続き認定の継続を希望する場合は、更新の手続が必要です。

令和7年度に認定を受けている方には市から申請書を送付しましたので、必要事項を記入のうえ、8月31日(月)(郵送は必着)までに手続をしてください。

▶ 高齢者支援課 **☎**

☎042-420-2813



手当助成・補助

チャレンジショップ事業

起業・創業者の店舗家賃を補助します

市内の空き店舗を活用して出店する起業・創業者を支援する「チャレンジショップ事業」を実施します。

内 月額家賃の50%以内(上限5万円、最長12カ月)の店舗家賃を補助 **申** 7月31日(金)までに、申込書と必要書類を **問** へ郵送または持参

※応募要件など詳細は **問** へ

問 西東京商工会 **〒188-0012** 南町5-6-18 3階

☎042-461-4573

▶ 産業振興課 **☎**

☎042-420-2819



問のHP

自治会・町内会等活性化補助金

自治会・町内会などが地域福祉の促進と地域づくりのために行う事業に対して補助金を交付します。

☎ 市内の自治会・町内会およびマンション管理組合

□対象事業 4月1日～令和9年3月31日に行う主催または共催する事業

□補助金上限額 ①と②の合計額

①1万2,000円 ②200円×加入世帯数 ※加入世帯数は、会員名簿などで加入世帯数が確認できる場合

※1,000円未満は切り捨て

申 11月30日(月)(必着)までに、申請書類を **〒188-8666** 市役所協働コミュニティ課へ郵送またはメール・持参(田無第二庁舎5階)で下記へ

※詳細は下記へ

▶ 協働コミュニティ課 **☎**

☎042-420-2821

✉ **kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp**



市HP

出産育児一時金・葬祭費の支給

◆出産育児一時金の支給

国保加入者が出産したときに支給されます。医療機関へ支払われる直接支払制度や受取代理制度があり、利用する場合は、出産前に医療機関と契約を交わすことで、出産後の申請は原則不要となります。※直接支払制度を利用して出産費用が一時金を下回る方や直接支払制度などを利用しない方は申請が必要です。

持 ●マイナ保険証、資格確認書などの本人確認書類 ●世帯主名義の口座情報 ●直接支払制度合意書

●出産費用明細書 ●マイナンバーの分かる書類

◆葬祭費の支給

国保加入者が死亡し、葬儀を行った場合に喪主の方に一律5万円が支給されます。

□申請期間 葬儀を行った日の翌日から2年間

持 ●マイナ保険証、資格確認書などの本人確認書類 ●喪主名義の口座情報 ●会葬礼状または葬儀の領収書(いずれも喪主の名義が分かるもの)

※郵送希望の方は事前にお問い合わせください。

場 保険年金課(田無庁舎2階)、市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)

▶ 保険年金課 **☎** **☎042-460-9821**

後期高齢者医療制度加入者の葬祭費助成

□申請期間 葬儀を行った日の翌日から2年間

「後期高齢者医療制度」の加入者が亡くなった場合、遺族(喪主)の方へ葬祭費の助成を行っています。

☎ 東京都後期高齢者医療広域連合が保険者で保険者番号が「39132295」の方の喪主

7月は、固定資産税・都市計画税第2期の納期です。

～納付には、便利な口座振替を～

▶ 納税課 **☎**

☎042-460-9831



市HP

持 ●マイナ保険証または資格確認書

●申請者(喪主)名義の金融機関口座

□助成金額 5万円

□提出書類 ●西東京市後期高齢者葬祭費助成交付申請(請求)書 ●会葬礼状または葬儀社に支払った領収書の写し(いずれも喪主の名義が分かるもの) ※申請後、2カ月程度で振り込みます。支給決定通知は申請者(喪主)の方へ郵送します。

問 制度について…広域連合お問い合わせセンターへ

☎0570-086-519 (IP電話の方は **☎03-3222-4496**)

▶ 保険年金課 **☎**

☎042-460-9823



くらし・環境

各種証明書の郵送・オンライン請求がますます便利になります!

市役所の開庁時間に窓口へ出向くことが難しい方や、遠方にお住まいの方などに向けて、これまでも各種証明書を郵送やオンラインで請求することは可能でしたが、7月1日から新たにオンライン決済の導入と取得できる証明書の範囲を拡大します。ご自宅から各種証明書を簡単に取得でき、ますます便利になります。

□マイナンバーカードを利用した本人による請求の場合

マイナンバーカードをお持ちの方は、オンラインで証明書などの交付を申請し、マイナンバーカードを利用した本人確認を行ったうえでクレジットカードなどで手数料や郵便料を支払うことで、従来から実施している住民票の写しのほかに、新たに戸籍や身分証明書などを取得できます。

□上記以外の請求の場合

これまで同様、各種証明書の請求書や本人確認書類の写しなどを市へ郵送する必要はありますが、手数料の支払方法について、これまでは定額小為替を購入し、請求書などと一緒に郵送する必要がありましたが、7月1日からは、クレジットカードなどによるお支払いも可能になります。

※各種証明書などの郵送請求時の支払いのみがオンラインで決済可能

※詳細は **市HP** へ

▶ 市民課 **保**

☎042-438-4020



市HP

プールの利用休止

旭のかりん糖 西東京市スポーツセンターでは、プールの水抜きを行い、設備点検およびメンテナンス作業などを実施するため、以下の期間でプールの利用ができません。ご理解とご協力をお願いします。

※プール以外の施設は平常通り営業

※詳細は **問** へ

時 7月5日(日)午後6時30分～10日(金)

場 旭のかりん糖 西東京市スポーツセ

ンター

▶ スポーツ振興課 **☎**

☎042-420-2818

フードドライブにご協力ください

フードドライブはご家庭に保管されたままの食品を提供していただき、食材として有効活用する取組です。お持ちいただいた食品は、食の支援が必要な方にお配りします。

□受付期間 7月1日(水)～23日(木)午前8時30分～午後5時(平日のみ)

場 ●田無庁舎2階 総合案内横 ●防災・保谷保健福祉総合センター1階 警備室前 ●エコプラザ西東京2階 資源循環推進課窓口 ●そのほか市内の社会福祉法人事業所

※詳細は **市HP** へ

問 西東京市社会福祉法人連絡会事務局

☎042-497-5180

▶ 環境政策課

☎042-438-4042



市HP

スズメバチの営巣について

スズメバチは攻撃性が強く危険なため、自宅に営巣された場合、巢の駆除は専門業者に依頼することをお勧めします。1万円を上限として、スズメバチの巢の駆除作業費用の2分の1を補助します。補助限度額を超えた費用は申請者の負担となります。なお、空の巢は補助の対象になりませんのでご了承ください。市内の駆除業者は、**市HP** に掲載しています。補助を希望される方は下記へお問い合わせください。 ※予算が無くなり次第、補助金の交付は終了します。駆除後はお早めに申請してください。

▶ 環境政策課 **☎042-438-4042**

わが家の耐震診断をしよう

建物の設計図を基に簡易耐震診断を行い、助言などを受けることができます。

時/場 ①7月8日(水)午後2時～5時/保谷東分庁舎 ②7月18日(土)午前9時30分～午後0時30分/芝久保公民館 **対** 市内の平成12年5月31日以前に建築された地上2階建て以下の木造一戸建てで、自ら所有し居住している住宅 **定** 各回8人(申込順) ※1人35分程度 **申** ①7月3日(金) ②7月15日(水)までに、電話で下記へ

□相談員 ①(一社)東京都建築士事務所協会北部支部 ②住みよい町をつくる会

▶ 住宅課 **☎** **☎042-438-4052**

柳泉園組合 水銀濃度測定結果

廃棄物焼却施設の排出ガス中における水銀濃度の規制値は、改正大気汚染防止法で0.05mg/m³Nと定められています。令和8年2～4月の測定結果(各月の1時間平均値の最高値)は、1～3号炉いずれも0.00mg/m³Nでした。

問 柳泉園組合 ☎042-470-1547

▶ 資源循環推進課
☎042-438-4043

住宅増改築相談

家の修理やリフォームをしたいがどこに頼んだらいいかわからない、という方に安心して依頼できる業者を斡旋します。

時 7月13日(月)午前10時～午後3時
場 田無庁舎2階 ※当日、直接会場へ
□相談員 西東京市住宅リフォーム斡旋センター
▶住宅課 ☎042-438-4052

はなバス車内での敬老回数券購入時の確認書類

後期高齢者医療資格確認書の取扱変更に伴い、はなバスの車内で敬老回数券を購入するときに提示する書類を、8月1日(土)から変更します。

●変更前：資格確認書 ●変更後：資格確認書またはマイナンバーカード
※はなバス車内では、上記以外の身分証明書の提示では購入できません。
※営業所・案内所ではなバス敬老回数券を購入するときは資格確認書やマイナンバーカードのほか、住所と生年月日が確認できる官公庁が発行する身分証明書(運転免許証[※])の提示で購入できます。

▶交通課 ☎042-439-4435



市HP

はなバス第4北・南ルート花小金井駅北口周辺におけるイベント開催中の運行

花小金井駅北口周辺でイベントが開催されるため、下記日時において「15.花小金井駅」の停留所には停まりません。「14.小平合同庁舎」での乗降は、通常のはなバス停留所を利用できます。
時 7月18日(土)・19日(日)午後5時～最終便 ※詳細は市HP、停留所や車内の掲示物へ

▶交通課 ☎042-439-4435



市HP

はなバス第2・第3ルートを走る車体に広告が掲出されます

車体にラッピング広告が掲出されたはなバス車両が運行しています。

□事業者名 タクトホーム(株)
※ラッピング車両は第2・第3ルートを運行する車両のうち2台です。それ以外の車両は、現行のデザインのまま運行します。

▶交通課 ☎042-439-4435



車両デザイン

市内駅周辺の自転車駐車場の利用料金が変わります

公益財団法人自転車駐車場整備センターが運営する市内各駅周辺の自転車駐車場は、近年の物価高騰などの影響により、現行の利用料金では施設運営

の継続が困難となっているため、10月1日より自転車の一時利用料金および原付バイク定期利用料金、ならびに田無駅周辺の定期利用料金を見直します。

※詳細は市HPまたは各自転車駐車場の施設HPへ

問 公益財団法人自転車駐車場整備センター

☎03-6262-5322

▶交通課 ☎042-438-4057



市HP

仕事・創業

はかりの定期検査

商店や学校、病院などで使用する「はかり」は、2年に1度の検査を受けなければなりません。全ての「はかり」について、検査員が検査対象の方々のお店などに伺い検査を実施します。

※対象者には、東京都生活文化局計量検定所検査課計画担当よりはがきで事前に通知

□検査日程 7月27日(月)～9月4日(金)(予定)

※通知が届かなかった方、新たに「はかり」を使用するようになった方、「はかり」を使用しなくなった方は問へ
問 東京都生活文化局計量検定所検査課計画担当 ☎03-5617-6638

▶産業振興課 ☎042-420-2819

選挙

西東京市議会議員選挙

令和9年1月20日任期満了に伴う西東京市議会議員選挙を執行します。私たちが住むまちの代表を決める大切な選挙です。貴重な一票を投票しましょう。

□投票日 12月27日(日)午前7時～午後8時 ※立候補予定者説明会などについては、今後の市報やHPで随時お知らせします。

□政治活動用ポスターの掲示禁止

公職選挙法により、現在西東京市議会議員の方を含め、立候補を予定されている個人の政治活動用ポスターは、任期満了の6カ月前の日(7月20日(祝))から選挙期日までの間の掲示が禁止されます。これ以降も引き続き掲示されている個人の政治活動用ポスターは、公職選挙法により、撤去命令の対象となります。

※詳細は都HPへ

▶選挙管理委員会事務局 ☎042-420-2801



都HP

募集

市民スポーツまつり実行委員

10月12日(祝)スポーツの日に開催される市民スポーツまつりに向けて、NPO法人西東京市体育協会を中心に実行委員会を立ち上げます。スポーツまつりの運営に興味がある個人の方はお申し込みください。

※詳細は問のHPへ

□第1回会議

時 7月9日(休)午後6時30分

場 田無庁舎5階 対 在住・在勤・在学の高校生以上の方 定 若干名

申 7月8日(水)までに、問のHPから

問 NPO法人西東京市体育協会

☎042-452-7155 (平日午前9時～午後4時 ※第1(火)を除く)

▶スポーツ振興課 ☎

☎042-420-2818



問のHP

パリテまつり実行委員

令和9年1月開催を予定しているパリテまつりの実行委員を募集します。パリテまつり全体の運営やイベントの企画運営に携わり、一緒にパリテまつりをつくってみませんか。年代・経歴を問わず、さまざまな方のご参加をお待ちしています。

※市HP掲載の募集要項をご確認のうえお申し込みください。

□第1回実行委員会

時 7月29日(火)午後7時 場 住吉会館ルピナス ※対面・オンラインによる併用開催 対 在住・在勤・在学の18歳以上の方または市内を中心に活動をしている団体や個人の方 申 7月22日(火)午後5時までに、市HPの申込フォームまたは市HPより参加申込書をダウンロードのうえメールで送信

▶協働コミュニティ課

☎042-439-0075

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



市HP

ゆめくらぼ市民協働フェスティバル実行委員

令和9年2月開催予定のゆめくらぼ市民協働フェスティバルの実行委員を募集します。月1回程度の打ち合わせを通じ、展示やイベントの企画運営に携わりませんか。初めての方も大歓迎。一緒に形にしましょう。

□実行委員会

時 8月4日(火)午後7時～8時 ※対面またはZoomによるオンライン開催

対 市内を中心に活動をしている団体や個人の方 定 10人程度(申込多数は抽選) 申 7月26日(日)までに、申込フォームまたはメールで、氏名・電話番号・所属団体(あれば)を問へ

問 市民協働推進センターゆめくらぼ

☎042-497-6950

✉info@yumecollabo.jp

▶協働コミュニティ課 ☎

☎042-420-2821 申込フォーム



保育園保育推進員

□募集人数 3人程度

□勤務地 市内公設公営保育園

□任用期間 8月1日～令和9年3月31日

□報酬(時給) 有資格者1,620円

□応募資格 保育士資格

□募集期間 7月7日(火)まで

▶幼児教育・保育課 ☎

☎042-452-6777

国民健康保険運営協議会委員

市長の諮問に応じ、国民健康保険の運営に関し意見を述べます。

□資格 西東京市の国民健康保険に加入している18歳以上の方

※ほかの審議会などとの兼任はできません。

□人数 1人

□任期 8月～令和10年6月

□会議 不定期(日時は運営協議会で調整、通常夜間開催)

□報酬 日額1万800円

□選考方法 作文「西東京市の国民健康保険について(800字程度)」による選考

申 7月17日(金)(必着)までに、住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、作文を〒188-8666市役所保険年金課へ郵送または持参(田無庁舎2階) ※7月下旬に選考結果を送付

▶保険年金課 ☎

☎042-460-9821

多摩六都科学館組合職員

多摩六都科学館組合では、10月1日付で採用する職員を募集します。

申 7月23日(木)(必着)までに、指定の必要書類を全て同封のうえ簡易書留郵便で〒188-0014芝久保町5-10-64多摩六都科学館組合管理課へ郵送 ※詳細は問のHPへ

問 多摩六都科学館組合

☎042-469-6982

▶企画政策課 ☎

☎042-460-9800



問のHP

etc その他

寄附

市政へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。お名前などの公表を承諾いただいた方のみ掲載しています。

※高堀雄一郎 様(5万1,000円)

※町田由佳 様(1万6,000円)

※保谷小学校PTA 様(金員)

※匿名(1万5,000円)

▶広報プロモーション課 ☎

☎042-460-9804

7月の人権・身の上相談のご案内

7/9(木)・22(水) ●午前9時～正午 ●午後1時～4時

場 田無庁舎2階 申 7月1日(水)から、前日までに電話で下記へ

人権侵害、偏見や差別、近所付き合いでの悩みごとなど人権擁護委員が市民の皆さんの相談をお受

けします。

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

市内指定医療機関

40歳以上の方の健診のご案内

健診期間 7/1(水)▶12/20(日)

必ず事前に、受診できる日時などを医療機関にお問い合わせください。

※年齢：令和9年3月31日時点

受診券の送付時期

誕生月	送付時期
4～9月	6月下旬
10～3月	7月下旬

健診対象者

- 西東京市国民健康保険に加入の方(40～74歳)
 - 後期高齢者医療保険に加入の方および75歳の市民
- 対象者に受診券を送付します。市内指定医療機関で受診できます。※詳細は同封の案内へ
- ※4月2日以降に転入した方は要申込

40歳以上の①または②の方で、ほかに健診を受ける機会のない方(要申込)

①4月2日以降に保険の種類が変わった方

②生活保護受給中または中国残留邦人などの支援給付世帯の方

申11月30日(月)(消印有効)までに、

- はがき…氏名・住所・生年月日・電話番号・申請理由(保険変更・転入など) ※保険変更の場合は資格取得日を明記し、〒202-8555市役所健康課一般健診担当へ

- 窓口…健康課(防災・保谷保健福祉総合センター4階)、保険年金課(田無庁舎2階)

健康課 ☎ 042-438-4021

40～74歳の

西東京市国民健康保険以外の医療保険に加入している方へ

特定健康診査は、加入している医療保険者(健保組合・共済組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施しています。受診方法は、健康保険被保険者証に記載の保険者へお問い合わせください。

※受診券の契約取りまとめ機関名に「集合B」と記載があれば、市内の健診実施医療機関で受診可

※令和8年度より「特定健診とあわせて行う健診」は終了となりました。ただし、大腸・前立腺がん検診は、特定健康診査と同時受診できます。

西東京市医師会

☎ 042-421-4328

健康課 ☎ 042-438-4021

無料市民相談

一般市民相談

場所	日時
市民相談室(田無庁舎2階)	平日午前8時30分～午後5時

専門相談(申込制)

※1枠30分 ※相談は電話または対面

専門相談は、広く市民の皆さんにご利用いただくためのもので、日常の問題や手続などについて専門家が一緒に解決の糸口を探すものです。

申込開始 7月6日(月)午前8時30分(★印は、6月18日から受付中)

申込方法 市民相談室(田無庁舎2階)へ直接または電話

※同一案件の相談は1人1回までです。ただし、交通事故相談はおおむね3回までです。※申込開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。

市民相談室 ☎ 042-460-9805

内容	相談員	日時
法律相談	弁護士	7月16日(水)・22日(水)・23日(木)
		午前9時～正午
交通事故相談	弁護士	7月15日(水)・21日(火)・24日(金)
		午後1時30分～4時30分
交通事	弁護士	★7月2日(水)
故相		午後1時30分～4時
談		7月28日(火)
		午前9時30分～正午
税務相談	税理士	7月17日(金)・28日(火)
		午後1時30分～4時30分
不動産相談	宅地建物取引士	★7月9日(水)
		午後1時30分～4時30分
		7月24日(金)
		午前9時～正午
登記相談	司法書士	7月16日(水)
		午後1時30分～4時30分
表示登記相談	土地家屋調査士	※8月1日号でお知らせします。
年金・労災・雇用保険人事一般相談	社会保険労務士	※7月15日号でお知らせします。
行政相談	行政相談委員	★7月13日(月)
		午後1時30分～4時30分
相続・遺言・成年後見等手続相談	行政書士	★7月10日(金)
		午後1時30分～4時30分



休日診療

※マイナ保険証または資格確認書、診察代をお持ちください。



医科

受診の際は、小児科など診療科目をお問い合わせのうえお出掛けください。

※発熱(1週間以内に発熱37.5度以上を含む)など感冒症状のある方は、必ず電話予約のうえ、ご来院ください。なお、電話が混み合いつながりにくい場合もあります。ご了承ください。 ※受診の際は、不織布マスクの着用をお願いします。 ※感染拡大防止のため、電話予約のない方の鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査など)はしていません。

診療時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後5時	午前10時～正午 午後1時～4時 午後5時～7時
5日	田無病院 緑町3-6-1 ☎ 042-461-2682	保谷北町かなざわファミリークリニック 北町1-6-1 レッツビルディング2階 ☎ 042-439-6916	休日診療所 中町1-1-5 ☎ 042-424-3331 ※歯科診療は行っていません。 ※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで
12日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ※小児科は午後4時30分まで ☎ 0570-01-3399	西東京やぎざわクリニック 柳沢6-1-1 HBビル2階 ☎ 042-450-7878	

歯科

受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください。

受付時間	午前10時～午後4時
5日	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎ 042-421-4029
12日	南田歯科医院 南町1-5-9 富士マンション1階 ☎ 042-467-5122



電話相談



歯科相談(西東京市歯科医師会)

金曜日 午後0時30分～1時30分 ☎ 042-466-2033

市民協働推進センターゆめこらぼ休館

休館日 7/4(土)・6(月)・18(土)

工事により上記の日程で当該施設が使用できず、電話またはメールでの対応となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。 ※詳細は☎のHPへ

☎ 042-497-6950
✉ info@yumecollabo.jp
協働コミュニティ課 ☎ 042-420-2821



☎のHP

二十歳のつどい



令和9年1/11(祝)

場 タクトホームこもれびGRAFAREホール

実行委員も募集中！
詳細は市HPへ

第1回

式典

午前11時15分
(受付：午前10時30分から)

ビデオメッセージ

午前11時
田無第一中・保谷中・柳沢中・
田無第四中学校学区に在住の方

第2回

式典

午後1時45分
(受付：午後1時から)

ビデオメッセージ

午後1時30分
田無第二中・ひばりが丘中・
田無第三中・青嵐中・明保中学校学区に在住の方

※式典は40分程度を予定しています。

対象者(平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれ、本市に住民登録がある方)に、案内状を11月中旬に発送予定です。市外在住などで参加希望の方には、10月以降に市HPでお知らせする予定です。 ※詳細は市HPへ

地域学習推進課 ☎ 042-420-2831



市HP

保険料の通知を送ります

国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療保険

国民健康保険

令和8年度の国民健康保険料納入通知書を、7月上旬に世帯主の方へ送付します。国民健康保険料は皆さんが安心して医療にかかるための貴重な財源です。期限内に必ず納付するようにご協力ください。

□納付書や口座振替での納付(普通徴収)の方

7月から翌年の2月まで8回に分けて納付してください。納期限を過ぎると延滞金が加算され、滞納処分を受ける場合があります。

□年金からの納付(特別徴収)の方

次の全てに該当する方

- 世帯主が国保の加入者
- 国保の加入者全員が65歳以上75歳未満
- 世帯主が受給する年金の年額が18万円以上で、国民健康保険料と介護保険料の合算額が年金額の2分の1を超えない

※該当しない方は、今までどおり納付書や口座振替での納付になります(普通徴収)。

※令和8年度中に世帯主の方が75歳到達により後期高齢者医療制度へ

移行する場合は、普通徴収での納付になります。

□特別徴収から口座振替への変更

特別徴収該当の方も口座振替による納付を選択できます。詳細は、送付する納入通知書に同封のお知らせをご覧ください。

□非自発的失業者の方は保険料の軽減手続を

次の条件全てに該当する方

- 離職日時点で65歳未満の方
- ハローワーク発行の「雇用保険受給資格者証」または「雇用保険受給

資格通知」の離職理由が次の番号の方

11・12・21・22・23・31・32・33・34

※詳細は下記へ

□スマートフォンアプリで納付できます。

●対象アプリ ※納付方法はQRコードから モバイルレジ・PayPay・au PAY・d払い・J-Coin Pay・

楽天ペイ・Fami Pay

▶保険年金課 ☎042-460-9822 市HP



介護保険

65歳以上の方(第1号被保険者)の令和8年度介護保険料納入通知書を7月中旬に発送します。介護保険は高齢者の暮らしを社会全体で支える仕組みです。介護が必要になったときに、安心して介護サービスを利用するために、介護保険料の納付にご協力ください。令和8年度も、第1段階から第3段階までの方の保険料額については、公費による負担軽減を図っています。なお、令和7年度税制改正により、給与所得控除の最低保証額が変更となりましたが、

介護保険制度の安定運営のため、令和8年度の介護保険料の算定においては変更前の算定方法となります(合計所得金額が前年度と変わらなければ令和7年度と同額の保険料)。

□年金からの納付(特別徴収)の方や口座振替での納付の方

明るい黄緑色(もえぎ色)の封筒でお送りします。決定した保険料額を、年金または口座から引き落とします。

□納付書での納付(普通徴収)の方

青色の封筒でお送りします。7月から翌年2月までの8回に分けて納

付してください。納付書裏面に記載の金融機関およびコンビニでの納付のほか、ペイジー、スマホ決済アプリによる納付が可能です。 ※口座振替依頼書を同封しています。

□10月から特別徴収が始まる方

青色の封筒でお送りします。年間保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします。 ※口座振替依頼書は同封していません。

□シルバーパスの所得確認書類に

この納入通知書は、70歳以上の方のシルバーパス購入の際、所得確認書類として活用できる場合がありますので、大切に保管しておいてください。なお、納入通知書は再発行できませんのでご注意ください。

□スマートフォンアプリで納付できます

●対象アプリ ※納付方法はQRコードから モバイルレジ・PayPay・au PAY・d払い・J-Coin Pay・

楽天ペイ・Fami Pay

▶高齢者支援課 ☎042-420-2814 市HP



後期高齢者医療保険

後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。

後期高齢者医療保険料は、皆さんが安心して医療にかかるために必要な当該医療制度の運営のための財源です。期限内の納付をお願いします。

令和8年度の保険料は、医療分(均等割額5万3,300円、所得割率9.88%)と子ども・子育て支援金分(均等割額1,300円、所得割率0.26%)を合計した額となり、保険料の賦課限度額は医療分が85万円、子ども・子育て支援金分は2万1,000円となります。

□年金からの納付(特別徴収)の方

前年度から引き続き特別徴収の方は、決定した保険料額から仮徴収(4・6・8月納付分)額を差し引いた金額を本徴収(10・12・翌年2月納付分)として年金から引き落とします。

□10月から特別徴収が始まる方

決定した保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします(詳細は、通知書の5ページをご覧ください)。

□特別徴収ではない方

納付書による納付の方は、7月から翌年2月までの8期分の納付書を同封していますので、各納期限までに金融機関などで納付してください。

口座振替による納付の方は、7月から翌年2月まで8回に分けて口座から引き落とします。

□令和8年2月1日以降に後期高齢者医療制度に加入した方および所得を更正した方

令和7年度分または所得を更正した年度分の保険料として、後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付し

ます。納期限は7月31日です。令和8年度の保険料と併せて納付してください。

☎●制度について…東京いきいきネット HP

●東京都後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター

☎0570-086-519 (IP電話の方は☎03-3222-4496)

▶保険年金課 ☎

☎042-460-9823

共通事項

▶口座振替をご希望の方

口座振替依頼書が同封されていた方は、金融機関などでお申し込みください。手続には時間が掛かりますので、納期ごとの申込期限をご確認ください。詳細は、同封のご案内をご覧ください。

▶保険料の控除

納付した保険料は、確定申告などで所得税や住民税を計算する際に、社会保険料として控除の対象となります。

傍聴

審議会など

■文化財保護審議会

時 7月8日(水)午後6時

場 田無第二庁舎3階

内 市の文化財保護

定 5人

▶地域学習推進課 ☎

☎042-420-2832

■スポーツ推進審議会

時 7月8日(水)午後6時30分

場 田無第二庁舎5階

内 スポーツ振興事業^{ほか}

定 5人

▶スポーツ振興課 ☎

☎042-420-2818

■環境審議会

時 7月13日(月)午後5時

場 田無庁舎3階

内 環境審議会の運営方法^{ほか}

定 5人

▶環境政策課 ☎042-438-4042

■地域自立支援協議会計画策定部会

時 7月15日(水)午後2時

場 イングビル

内 第8期障害福祉計画・第4期障害児福祉計画の策定^{ほか}

定 5人

▶障害福祉課 ☎

☎042-420-2804

■子ども・若者審議会評価・検証専門部会

時 7月23日(木)午前9時30分

場 田無庁舎2階

内 評価・検証の仕組み^{ほか}

定 5人

▶子ども若者応援課 ☎

☎042-460-9841

■下水道審議会

時 7月23日(木)午後2時

場 保谷東分庁舎

内 経営改善のあり方の方向性の検討

定 3人

▶下水道課 ☎

☎042-438-4058

SNSでも市の情報を発信しています!

LINE



X



Facebook



YouTube



他機関からのお知らせ

※印マークがないものは、当日、直接会場へ

自衛隊 一般曹候補生募集
(陸・海・空)

自衛隊の中核となる「曹」(専門的な知識を持つ現場のリーダー)を養成するコースです(入隊時期：9・10月および令和9年3月下旬／ただし、ほかの時期に設定されることがあります)。

対 18歳以上33歳未満
申 7月1日(水)～9月1日(火)

□試験

- 1次：9月16日(水)～27日(日)(いずれか1日)
- 2次：10月17日(土)～11月1日(日)(いずれか1日)

※詳細は、「自衛隊 西東京」で検索
問 自衛隊西東京地域事務所
☎042-463-1981

自衛隊 防衛大学校学生募集

自衛隊のリーダーとなる幹部自衛官の養成を目的として、自衛官として必要な基礎訓練のほか、一般大学と同様(4年間の教育)に本学卒業時に学士の取得が可能なコースです(入校時期：令和9年4月上旬)。

対 高卒(見込含)または高専3年次修了(見込含)21歳未満の方

□試験

- 推薦：9月19日(土)・20日(日)
- 総合選抜：9月19日(土)(1次)
- 一般：10月31日(土)(1次)

□受付

- 推薦・総合選抜：9月5日(土)～8日(火)
- 一般：7月1日(水)～10月15日(木)

※詳細は、「自衛隊 西東京」で検索
問 自衛隊西東京地域事務所
☎042-463-1981

東京都子育て支援員研修(第2期)受講者募集

対 保育や子育て支援の分野で従事するうえで必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修

□募集コース

①地域保育コース ②地域子育て支援コース・放課後児童コース・社会的養護コース

申 7月1日(水)～15日(水)に、HPまたは郵送(簡易書留／当日消印有効)

□募集要項 問のHPから入手可能

※期間中、田無第二庁舎2階子ども若者応援課、防災・保谷保健福祉総合センター1階のロビーでも配布(配布数に限りあり)

問 ①(公財)東京都福祉保健財団(HPあり)
☎03-3344-8533
②(株)東京リーガルマインド(HPあり)
☎03-5913-6225

- そのほか研修全般：東京都福祉局子供・子育て支援部企画課
☎03-5320-4121

7月の薬湯 ～ハッカの湯～

気分スッキリ疲れた肌を爽やかに引き締めます。

時 7月5日(日) ※小学生以下は入浴無料(保護者同伴) 場 庚申湯・ゆパウザひばり ※入浴料のお支払いに生

活応援カードが利用できます。

問 西東京市公衆浴場組合 庚申湯
☎042-465-0261

地域公開講座 「高次脳機能障害」とはなに？

高次脳機能障害者支援法を知りましょう。

時 7月7日(火)午後1時30分～2時30分
場 ONE FOR ALL 西東京
申 7月6日(月)までに、電話で問へ
問 佐々整形外科・透析クリニック
☎090-1484-1575
(平日午前9時～午後4時30分)

インターネット公売(動産、自動車、不動産など)のお知らせ

東京都主税局では、インターネット公売を実施します。

□公売申込期間
7月9日(木)午後1時～21日(火)午後11時

□せり売り期間(動産、自動車)
7月27日(月)午後1時～29日(水)午後11時

□入札期間(不動産など)
7月27日(月)午後1時～8月3日(月)午後1時

※詳細は、東京都主税局HPまたは問へ
問 主税局徴収部機動整理課公売班
☎03-5388-3027

東村山税務署からのお願い

7月10日(金)以降は、内部事務のセンター化に伴い以下の事項についてご協力をお願いします。

□業務センターへの申告書、申請書および添付書類などの提出先

- e-Tax(データ)による提出…東村山税務署へ送信
- 書面による提出…〒100-8156千代田区大手町1-3-3大手町合同庁舎3号館 東京国税局大手町業務センターへ郵送 ※業務センターから納税者・税理士の皆さんに対し、電話や文書により問い合わせをする場合があります。

問 東村山税務署 ☎042-394-6811

市民公開講座開催 「おしりの病気と胃カメラ」～おしりの不調から消化管がんまでを正しく知る～

時 7月18日(土)午後2時～3時 ※当日、直接会場へ 場 西東京中央総合病院 管理棟ホール ※駐車場無料
問 西東京中央総合病院経営企画課
☎042-464-1511

うちゅう・かがくあそび 月のおはなし&おやこ天体望遠鏡工作

天体望遠鏡を楽しく作って月を見よう！(夜の観察会つき)

時 7月25日(土)午前10時～11時30分
場 西東京いこいの森公園 対 4歳以上の親子 定 6組(申込順) ￥5,000円(材料費など) 申 電話または直接問へ
問 西東京いこいの森公園パークセンター
☎042-467-2391

のびのび

子育て

福祉・健康

3～4カ月児健康診査

時 7月2・16日(木) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知

▶子ども家庭課保
☎042-438-4037

1歳児講座

時 ①7月13日(月) ②8月24日(月)
場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 1～1歳3カ月の子どもと保護者 申 ①7月7日(火) ②8月18日(火)までに、市HPから電子申請
▶子ども家庭課保
☎042-438-4037 市HP

にこにこ2さいの会

時 7月21日(火)、8月18日(火) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 内 親子遊び、育児・栄養・歯科について、身長・体重測定 対 2歳の子どもと保護者 申 5日前までに、市HPから
▶子ども家庭課保
☎042-438-4037 市HP

3歳児健康診査

時 7月1・15・22日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知(別日程を希望する方はお問い合わせください)

▶子ども家庭課保
☎042-438-4037

ファミリー学級・2日制 ～初めて父親・母親になる方のための教室～

時 ①1日目：8月7日(金) ②2日目：8月15日(土) 2日とも午前9時45分～正午(受付：9時30分前) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 内 ①赤ちゃんのお世話について ②妊娠中の生活と健康 対 在住で初めて父親・母親になる方(対象妊娠週数16～29週) 定 20組(申込順) ※2日間ともパートナーとの参加可 申 7月1日(水)～14日(火)に、市HPから
▶子ども家庭課保
☎042-438-4037 市HP

個別育児相談会

時/場 ①7月23日(木)／田無総合福祉センター ②8月3日(月)／防災・保谷保健福祉総合センター2階 いずれも午前9時30分～11時の間で1人30分程度 内 身長体重測定、育児、母乳、栄養、歯科、遊び方、お母さんの健康などの相談 対 乳幼児と保護者 申 ①7月16日(木)まで ②7月27日(月)までに、電話で下記へ
▶子ども家庭課保
☎042-438-4037

ことばの発達・発音などに心配のある子どもの言語訓練・相談

□言語聴覚士による相談

時 7月17日(金)午後1時30分～5時
場 教育支援課(田無第二庁舎4階)
対 5～12歳ぐらい 定 14人(申込順)
※1人15分程度 申 7月1日(水)午前9時から、申込フォームから
※詳細は市HPへ
▶教育支援課田
☎042-420-2829 市HP

お口の健康相談室

時 8月4日(火) ●午前9時15分 ●午前9時30分(初回) ※2回目以降は健診時に予約 場 防災・保谷保健福祉総合センター3階 内 かかりつけ歯科医がなく、歯や歯肉に心配がある幼児の定期歯科健診 対 在住の1～3歳ごろの子どもと保護者 定 10組(申込順) 申 7月29日(水)までに、電話または市HPから
▶子ども家庭課保
☎042-438-4037 市HP

手当助成・補助

乳・子・青 医療証の現況届

令和7年度までは保護者が市外にお住まいの場合は現況届の提出が必要でしたが、令和8年度から現況届の提出を省略します。ただし、過年度の現況届の提出をしていない方は当該年度の現況届の提出が必要となります。

過年度の現況届の提出が必要な対象者へ「現況届」を送付しましたので、必要書類を添えて提出してください。

場 子ども若者応援課(田無第二庁舎2階) 対 過年度の現況届が未提出の方

□提出期限 7月31日(金) ※申請時の届出事項(加入保険など)に変更があり、変更届を未提出の方は早めにお手続ください(出張所では受付不可)。

▶子ども若者応援課田
☎042-460-9840

コミュニティ

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

ファミリー・サポート・センターは、地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)、子どもを預かる方(サポート会員)が会員となる相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は参加してください。

時/場 ●7月4日(土)午前10時～正午／田無総合福祉センター ●7月17日(金)午前10時～正午／住吉会館ルピナス 定 各20人(申込順) ※子ども連れで参加できます(保育あり。1歳以上5人まで) 申 各回説明会前日の午後5時までに、電話で問へ
問 ファミリー・サポート・センター事務局 ☎042-497-5079

▶ 幼児教育・保育課 田
☎ 042-452-6777

先輩ママとお話する会

障害のある子どもの保護者が相談員となつて同じ立場から相談を受け一緒に考えます。子どもの発達や子育ての不安なことを相談したり、学校や医療機関についてなど、地域の情報も聞けます(毎月第1水・第3木開催予定)。
時 ● 7月16日(木) ● 8月5日(水) いずれも午前9時15分～10時15分・午前10時30分～11時30分 場 障害者総合支援センターフレンドリー 対 障害のある子ども(就学前～20歳)の保護者 定 各回1人(申込順) 申 5日前までに、電話で問へ 問 基幹相談支援センターえぼつく

☎ 042-452-0075

▶ 障害福祉課 田
☎ 042-420-2805



市HP

いろいろなことばでたのしみおはなし会(夏スペシャル)

時 7月26日(日)午前11時～正午 場 谷戸図書館 内 日本語・英語・中国語・アラビア語で絵本の紹介、スライム工作 対 未就学児の親子、小学生 定 20人 申 7月1日(水) 午前10時から、開館時間中に電話または申込フォームから

▶ 谷戸図書館
☎ 042-421-4545



申込フォーム

まますた

時 7月28日(火)午前9時30分～11時(受付: 9時15分から) 場 田無総合福祉センター 内 第一子出産後まもない時期のママたちのフリートーキング・情報交換 対 在住の4カ月頃までの乳児とその母親 定 8組(申込順) 申 7月21日(火)までに、電話またはメールで件名「まますた」・希望日・母親と乳児の氏名・乳児の生年月日と月齢・出産した場所(医療機関名など)・電話番号・住所(町名)を下記へ

▶ 子ども家庭課 保
☎ 042-438-4037
✉ fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

学校に登校しない・できない中学生のための進路のお話

学校に登校しない・できない中学生の卒業後の進路について、高等学校の先生がお話しします。

時 7月29日(水)午後2時30分～4時
場 田無庁舎5階 対 在住で学校に登校しない・できない中学3年生の生徒

と保護者、そのほか参加を希望する中学生と保護者 定 70人(申込順) 問 都立高等学校の先生 申 7月1日(水)午前9時から、申込フォームから
※定員に達しない場合は当日参加も可
▶ 教育支援課 田
☎ 042-420-2829



市HP

リニューアルに伴う 田無柳沢児童センター休館

休館期間 7/1(水) ▶ 令和9年3/31(水)

田無柳沢児童センターはリニューアル準備に伴い休館します。「遊び」と「学び」のための居場所を目指し、Wi-Fiや電源を備えた学習スペース、飲食可能な交流スペースを整備し、令和9年4月、中高

生向けの特化型児童館としてリニューアルオープンする予定です。
※詳細は市HPへ

▶ 児童青少年課 田
☎ 042-460-9843



市HP

特別児童扶養手当の申請

▶ 子ども若者応援課 田 ☎ 042-460-9840

支給要件に該当し、まだ申請していない方は申請手続きをしてください。
場 子ども若者応援課(田無第二庁舎2階)
対 20歳未満の中・重度障害(おおむね身体障害者手帳1～3級ならびに下肢障害4級の一部程度、愛の手帳1～3度程度およびこれらと同程度の内部障害または精神障害、発達障害)のある児童を養育している父、母または養育者
※手帳をお持ちでなくても、指定の診断書により申請することができます。
□ 支給制限 児童が福祉施設などに入所している場合や、児童が障害年金などを受給している場合は該当しません。
□ 手当の支給月 申請日の翌月分から支給を開始し、年3回(4・8・11月)に各4カ月分を支払います。

□ 支給金額 単位: 円

児童数	手当額	
	1級	2級
1人につき	5万8,450	3万8,930

□ 所得制限
請求者本人および同居の配偶者等の所得制限(別表1・2参照)があります。所得制限を超えると、手当の支給が停止します。

■別表1 令和8年度特別児童扶養手当所得制限限度額表

〈令和7年1月1日～12月31日の所得〉
〈令和8年8月～令和9年7月分の手当に適用〉 単位: 円

扶養親族の数	本人	配偶者 扶養義務者
0人	459万6,000	628万7,000
1人	497万6,000	653万6,000
2人	535万6,000	674万9,000
3人	573万6,000	696万2,000
4人以上	1人につき加算38万	1人につき加算21万3,000
16～19歳未満の控除対象扶養親族および特定扶養親族	1人につき加算25万	
老人扶養	1人につき加算10万	1人につき加算6万*

* 配偶者などの老人扶養加算: 扶養親族が老人扶養のみの場合は、2人目からの加算

■別表2 所得から控除できる額 単位: 円

種別	本人・配偶者等共通
社会保険料相当額	8万
障害・勤労学生控除	27万
特別障害者控除	40万
寡婦控除	27万*
ひとり親控除	35万
雑損・医療費・配偶者特別・特定親族特別・小規模企業共済等掛金控除	控除相当額

* 配偶者は寡婦控除なし

ようこそとしょかん

7月

乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館へ

図書館HP

中央 ☎ 042-465-0823	
火～金 午前9時～午後8時 土・日・祝日 午前9時～午後6時	● にこにこおはなし会 2・16日(木)午前11時/1～2歳児と保護者 ※2日は「わらべうたの時間」 ● おはなし会 2・9・16・23・30日(木)午後3時30分/3歳児から ● サンサンおはなし会 19日(日)午前11時/3歳児から ● おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力) 5日(日)午前11時/3歳児から
保谷駅前 ☎ 042-421-3060	
火～金 午前10時～午後8時 土・日・祝日 午前10時～午後6時	● ちいさなおはなしひろば 10・24日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ※10日は「わらべうたの時間」 ● おはなしひろば 10日(金)午後4時/3歳児から ● おはなしのへや 4・18日(土)午後3時30分/5歳児から ● 夏のスペシャルおはなしひろば 24日(金)午後3時30分/3歳児から
芝久保 ☎ 042-465-9825	
火～日 午前10時～午後6時	● ちびっこおはなし会 8日(水)午前11時/1～2歳児と保護者 ● おはなし会 2・9・16・23日(木)午後4時/3歳児から
谷戸 ☎ 042-421-4545	
火～日 午前10時～午後6時	● ちびっこおはなし会 1・15日(水)午前11時/1～2歳児と保護者 ● おはなし会 8・22日(水)午後3時30分/3歳児から
柳沢 ☎ 042-464-8240	
火～金 午前10時～午後8時 土・日・祝日 午前10時～午後6時	● ちいさなおはなしひろば 3・10日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ※3日は「わらべうたの時間」 ● おはなしひろば 1・8・15日(水)午後3時30分/3歳児から ● なつのスペシャルおはなしひろば 22日(水)午後3時30分/3歳児から ● わくわくドキドキ紙芝居 11日(土)午前10時30分/どなたでも
ひばりが丘 ☎ 042-424-0264	
火～金 午前10時～午後8時 土・日・祝日 午前10時～午後6時	● ちびっこひろば 3・10・24日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ● おはなしひろば 1・15日(水)午後4時/3歳児から ● おはなしひろばサタデー 4日(土)午前11時/3歳児から

児童館・児童センターとの共催行事

- はじめてのページ 2日(木)午前11時15分/下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば 10日(金)午後3時30分/新町児童館/3歳児から

各館の休館日 6日(月)・13日(月)・21日(火)・27日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、17日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、20日(祝)も休館

障害のある方へ

プールで泳いでみませんか

夏休みにスポーツセンターのプールで障害者(児)への水泳教室を行います。
時 ● 7月26日(日)午後5時～6時30分(受付:午後4時30分^{から}) ● 8月16日(日)午後2時～4時(受付:午後1時30分^{から}) 場 A&A西東京スポーツセンター 対 在住・在勤・在学の障害者(児) 定 各回20人(申込多数は抽選)

申請用紙を障害福祉課(両庁舎1階)または市HPでダウンロードのうえ、各回前々日までにファクス・メールで問へ
問 あくあ・じょい
電・FAX 042-445-1173
E aqua.joy.contact@gmail.com
▶ 障害福祉課 問
電 042-420-2804



市HP

いきいきシニア

生涯現役セミナー シニア期に向けた暮らしと働き方

シニア世代のライフプランニングとセカンドステージでの働き方を学べます。
時 7月28日(火)午後1時30分～4時15分 場 きらっと 対 55歳以上で働く意欲のある方 定 30人

申 7月3日(金)から、電話または問のHPへ
問 東京しごとセンターシニアコーナー
電 03-5211-2335
※予約専用ダイヤル 電 03-5422-1399 (平日午前9時～午後5時)
▶ 産業振興課 問
電 042-420-2819



問のHP

入院期間中の紙おむつ代の助成申請

対象期間 令和8年3月1日～令和8年6月30日入院分

助成金額 月ごとの紙おむつ代の実費金額(上限月額4,500円)

医療保険適用の病院に入院した高齢者の方などに紙おむつ代を助成します。

対象者 次の全てに該当する方

- 入院期間(上記対象期間)中に西東京市に住民登録をしている
- 40歳以上で入院時に介護保険認定において要介護1以上の認定を受けている
- 医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院または病院の委託を受けた事業者を支払っている
- 入院期間中に生活保護などを受給していない
- 同一月内で、西東京市認知症およびねたきり高齢者等紙おむつ給付サービスを受けていない

次のいずれかで申請

- 持参…7月10日(金)～31日(金)に下記へ ※平日のみ
- 郵送…7月10日(金)～31日(金)(消印有効)に下記へ

必要なもの

- 紙おむつ助成金交付申請書(成年後見人等が申請者となる場合、「登記事項証明書」の写しが必要)
 - 紙おむつ助成金口座振込依頼書
 - 介護保険被保険者証のコピー
 - 振込先の口座が分かるもの(通帳のコピーなど)
 - 病院または病院の委託を受けた事業者が発行した領収書のコピー
- ※領収書に、対象者氏名・入院期間・病院名・紙おむつの金額が明記され、領収印があることが必要です。紙おむつ代の記載がないものは申請できません。領収金額とおむつ代が異なる場合、併せて領収金額の詳細が分かる明細書も提出してください。 ※領収書の金額にシーツやパジャマ代などが合算されている場合は、別途病院や委託事業者が発行した内訳のコピーが必要になります。 ※申請書などは市HPで配布
- ※次回(令和8年7月～10月入院分)は令和8年11月に予定
- ▶ 〒188-8666市役所高齢者支援課(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階) 電 042-420-2810

後期高齢者医療資格確認書等の更新

資格情報のお知らせまたは資格確認書をお送りします

後期高齢者医療制度の自己負担割合は、新しい年度の住民税課税所得等に基づいて、毎年8月1日を基準日として決定しています。
令和8年8月1日から使用できる資格情報のお知らせ(白色)または新しい資格確認書(水色)(どちらも有効期限は最長で令和9年7月31日^{まで})を、7月下旬に、全ての被保険者の皆さんへ資格情報のお知らせは普通郵便、資格確認書は特定記録郵便でお送りします。

届いた後、氏名・生年月日・自己負担割合などの記載内容をご確認ください。

なお、現在お持ちの資格確認書(藤色)は、住所や自己負担割合などに変更がなければ、記載されている有効期限(最長で令和8年7月31日)まで使用できます。有効期限が過ぎた8月1日以降、個人情報取り扱いに注意のうえ、ご自身で破棄してください。

令和8年8月以降の東京都後期高齢者医療広域連合での取扱い

次の条件を全て満たす方へは「資格情報のお知らせ」を、満たさない方および過去に「申請による資格確認書の交付」の申請をされた方(②)へは、「資格確認書」をお送りします。この対応は、都道府県ごとに異なります。

□条件(85歳以上の方は条件を問わず「資格確認書」をお送りします)

- 令和8年8月1日時点で84歳以下
- マイナ保険証(保険証として利用登録をしたマイナンバーカード)を保有している
- 過去1年間で6回以上マイナ保険証を利用して医療機関などを受

診・利用したことがある

- おおむね直近3カ月以内に1回以上マイナ保険証を利用して医療機関などを受診・利用したことがある

※マイナ保険証をお持ちの方も、以下の①・②に該当する場合は、申請により「資格確認書」の交付を受けることができます。ご希望の方は、お住まいの市区町村の担当窓口に必要な申請が必要です。

①マイナンバーカードを紛失した方、更新中の方

②介助者などの第三者が本人に同行して資格確認の補助をする必要があるなど、マイナ保険証での受診が困難である方

自己負担割合の判定方法

自己負担割合は、「3割負担に該当するか」を判定した後に、「1割負担または2割負担のどちらになるか」を判定します。

□3割負担(現役並み所得者) 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合

□2割負担 以下の①②の両方に該当する場合

①同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる

②「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が、被保険者が1人の場合は200万円以上(被保険者が2人以上の場合は320万円以上)である

□1割負担 同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも28万円未満の場合または2割負担の条件①には該当するが②には該当しない場合

※住民税非課税世帯の方は、1割負担となります。

「基準収入額適用申請書」提出のお願いと変更

定期判定により3割負担と判定された方で、収入金額が基準額未満の方は、申請により2割負担となります。

※西東京市で収入が確認できる方は、申請書はお送りしません。

※基準収入額適用の情報が必要で収入が確認できない方は、申請書を送付しますので、必ず申請してください。

問 制度について…広域連合お問い合わせセンター
電 0570-086-519
(IP電話の方は 電 03-3222-4496)
▶ 保険年金課 問 電 042-460-9823

接骨院の運動講座(全10回) ～近所で始める筋力アップ～

以前よりも歩けなくなった、おっくうになった方におすすめの講座です。身近な接骨院で行う筋力アップ運動とミニ講座で、手軽にフレイル(虚弱)予防ができます。

対 在住の65歳以上で、要介護1～5の認定を受けておらず、立って運動が可能な方 定 各会場3～4人(申込者多数は抽選)

¥1,500円(講座開始前に納付) 申 7月15日(水)までに、電話で、住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望会場名(第二希望まで)を下記へ
※12～2月も一部接骨院で実施予定

会場	住所	日程	実施時間
シブヤ 整骨院	ひばりが丘 2-13-20	8月18日～9月15日の 毎週(火) 9月24日(木) 9月29日～10月20日の 毎週(火)	午後0時30分～1時15分 午後1時30分～2時15分
まるやま 整骨院	柳沢 2-2-3 東邦ビル101	9月29日～10月20日の 毎週(火)	午後1時30分～2時15分
伏見通り 接骨院	柳沢 2-3-13-101	8月19日～9月16日の 毎週(水) 9月24日(木) 9月30日～10月21日の 毎週(水)	午後1時～1時45分 午後1時～1時45分
いいむら 接骨院	北町 6-7-8		午後1時30分～2時15分
榊原 接骨院	保谷町 3-25-10		午後1時～1時45分
整骨院 あゆむ	下保谷 4-11-6	8月20日～10月22日の 毎週(木)	午後1時30分～2時15分
山崎 接骨院	田無町 2-16-11-101		午後0時30分～1時15分
しばくぼ 整骨院	芝久保町2 -13-29	8月21日～10月23日の 毎週(金)	午後1時30分～2時15分
やぎさわ 整骨院	柳沢6-1 -12-104		午後2時～2時45分
つるた 接骨院	田無町2-13 -14		

▶高齢者支援課 田 042-420-2812

けに限らない)
●画用紙の四つ切り(542×382mm)、
八つ切り(382×271mm)またはそれ
に準じる大きさ

□その他

●全応募作品を学校名および学年のみ
表記して市HPへ掲載、また、一部
を西東京市の優秀作品として東京都
選挙管理委員会へ推薦

※東京都で優秀作品に選ばれると学校
名・学年・氏名が公表され、全国審査
に提出されます。

●応募作品の一部は、啓発物品などの
デザイン画に使用する場合
があります。

▶選挙管理委員会事務局 田
042-420-2801



市HP

ひと味違う！ めぐマルシェ

※日程・場所は下記参照
※売り切れ次第終了



朝畑から収穫した西東京産の新鮮な
野菜が並びます。“ひと味違う新鮮野
菜”をぜひ日常の中で味わってくださ
い。 ※エコバッグをお持ちください。
※農地の多面的機能のパネルの掲示が
あります。

日程	場所
7月3・17日(金) 午後1時15分～3時	ONE FOR ALL 西東京
7月7日(火) 午前9時30分～11時	ひばりが丘公民館
7月14日(火) 午前9時30分～11時	芝久保公民館

▶産業振興課 田 042-420-2820

リハビリ窓口相談

7月16日(木)
午前11時15分～午後0時15分
防災・保谷保健福祉総合センター3階

運動や福祉用具・住宅改修などに
ついて理学療法士が相談をお受けし
ます。
対 市内に住民票がある方で、リハビ
リに関する相談を希望する方および関
係者 定 2人(申込順) 申 7月13日
(月)までに、電話で下記へ
▶健康課 保 042-439-3526

東大農場で夏の朝に咲くハス を楽しもう

- 7月17日(金) 午前9時～正午
※最終入場11時30分まで
- 18日(土) 午前7時～11時
※最終入場10時30分まで
東大農場(緑町1-1-1)

1年に1度だけ、朝の光に咲くハス
の花をご覧になりませんか？東京大学
大学院農学生命科学研究科附属生態調
和農学機構(通称：東大農場)では、栽
培しているハスを期間限定で一般公開
します。清らかな花が一斉に咲く、夏
の朝だけの特別な風景をお楽しみくだ
さい。当日は、ハスの解説や展示のほ
か、東京大学の学生が企画した観察イ
ベントや体験企画も予定しています。
子どもから大人まで楽しめる内容です。
※荒天または酷暑の場合は、予告なく
中止になる可能性あり
※詳細は田のHPへ

田 東京大学生態調和農学機構事務室

田 042-463-1611
▶企画政策課 田
042-460-9800



田のHP

親子でたのしむえいごのおはなし会

7月18日(土) 午前11時～正午
谷戸図書館

田 英語の歌や絵本、遊びを紹介

対 未就学児とその保護者 定 10組

申 7月1日(水) 午前10時から、開館時
間中に電話または申込フォームから

▶谷戸図書館

042-421-4545



申込フォーム

障害者サポーター養成講座 (中級編)

7月18日(土) 午後2時30分から
柳沢公民館

この講座は、参加・体験型の内容で
開催します。受講者の方には、障害者
サポーターとして住所などを登録して
もらい、情報の発信やサポーター同士
のつながりなどにより受講された方の
障害者支援の活躍の場を広げていきま
す。 ※受講証明としてサポートリス
トバンドを贈呈

対 初級編受講者 持 初級編でお渡しし
たサポートバンドナまたはサポートキー
ホルダー 申 前日までに、電話で田へ
田(福)さくらの園・カノン

042-452-7062

(火)～(土)午前9時～午後5時

▶障害福祉課 田 042-420-2804

事業承継個別相談会

7月22日(水)
●午後1時30分から ●午後3時から
(各回完全予約制)
田無第二庁舎5階

国が運営している「東京都多摩地域
事業承継・引継ぎ支援センター」の専
門相談員が事業承継に関するアドバイ
スを行います。

対 事業承継・引継ぎについて考えて
いる中小企業経営者、市内の事業を引
き継いで創業を検討している方など

申 7月15日(水)までに、下記へ電話ま
たは市HP内チラシ兼申込書に必要事
項を記入のうえ下記へファクス

▶産業振興課 田

042-420-2819

FAX 042-420-2893



市HP

生活習慣病予防講演会 「今日から始めよう！糖尿病予防」

7月23日(木)
午後1時30分～3時30分(開場：1時)
J:COMコールド田無

田 東京都立多摩北部医療センター糖
尿病療養指導チーム(医師・検査科・
栄養科・看護師・リハビリ)による糖
尿病と合併症・検査・食事・運動・フッ
トケアについての講演 定 165人
※空きがある場合、当日参加可能

申 7月16日(木)までに、電
話または申込フォームから

▶健康課 保

042-439-3526

申込フォーム



わくわく 催し

東伏見ふれあいプラザ 地元農産物販売会

毎週(金) (年末年始などを除く)
午前9時から ※売り切れ次第終了
東伏見ふれあいプラザ

地元農業者が育てた農産物や鉢花が
並び販売会です。何が並びかはその日
のお楽しみ。旬の野菜や季節の花との
出会いに加え、生産者との会話も魅力
の一つ。朝の散歩や買い物のついでに
立ち寄って、地域で育まれた恵みを身
近に感じてみませんか。売り切れ次第
終了となりますので、お早めにお越し
ください。



※悪天候による収穫作業遅延のため、
販売開始時刻の変更または販売中止と
なる場合があります。

田 東伏見ふれあいプラザ

042-466-1347

▶産業振興課 田

042-420-2819



市HP

選挙のポスターを描いてみよう！

投票の呼びかけなどの、選挙に関す
るポスターを募集します。

対 在住・在学の小学生～高校生

申 9月11日(金)(必着)までに、持参ま
たは郵送で作品の裏側右下に学校名・
学年・氏名を記入し、〒188-8666
市役所選挙管理委員会事務局へ(学校
提出の場合は、各学校の期限まで)

□作品規格

●画材は自由(紙や布など、絵の具だ

初心者向け「絵本の読み聞かせ講座」(全2回)

7月23日(木)・30日(木)
午前10時～正午
谷戸図書館

小学校や保育園などで、絵本の読み聞かせを行っている方を対象とした講座です。

☑ 絵本の選び方、読み聞かせの実演など
☑ 次の3項目全てに該当する方

- 在住 ● 全2回とも参加できる
 - 現在小学校・保育園などで絵本の読み聞かせを行っている(始めて1年以上の方)またはこれから行う予定がある
- 定 20人(申込順) 関 図書館職員(児童サービス担当) ※保育なし
申 7月2日(木)午前10時から、申込フォームから

▶ 柳沢図書館
☎ 042-464-8240



図書館 HP

しゃきしゃき体操パート2 講座

7月24日(金)
午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

初心者大歓迎! 足の筋力やバランス能力を向上させましょう。

☑ 市内に住民票があり、立位で体操ができる方

定 15人(申込順)
申 前日までに、電話で下記へ
※10人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。

▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

“一日図書館員”になってみませんか?

午後1時30分～4時30分
※日程・場所は下記参照

❖中央図書館

時 ①7月24日(金) ②7月28日(火)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

❖保谷駅前図書館

時 ①7月30日(木) ②7月31日(金)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

❖芝久保図書館

時 7月31日(金) 対 小学4～6年生 定 3人

❖谷戸図書館

時 ①7月23日(木) ②7月30日(木)
対 ①小学4～6年生 ②小学4～6年生 定 各6人

❖柳沢図書館

時 ①7月24日(金) ②7月31日(金)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

❖ひばりが丘図書館

時 ①7月23日(木) ②7月24日(金)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

□共通

申 7月1日(水)～5日(日)の開館時間中に、希望する図書館の窓口へ来館(電話不可。1人1館)

※申込多数の場合、在住・在学の方、申込者が本人である方、初めての方を優先 ※申込者全員に結果を連絡

▶ ひばりが丘図書館
☎ 042-424-0264



図書館 HP

認知症サポーター養成講座

7月25日(土)
午後2時～3時30分
住吉会館ルピナス

ちょっとした気づきや行動が、認知症のある方やその家族にとって、大きな安心につながります。まずは知ることからはじめてみませんか。

☑ 認知症サポーター養成講座を受講したことのない方

定 30人(申込順)
申 7月17日(金)までに、電話または申込フォームから

※参加者には手作りオレンジロバのストラップを差し上げます。5人以上集まれば、市内どこでも出張講座します。

□ 認知症サポーターとは 認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症のある方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症サポーター養成の取組は全国的に展開されています。

▶ 高齢者支援課 関
☎ 042-420-2811



申込フォーム

からだところこの健康相談【保健師による面接相談】

7月28日(火)
午後1時30分～3時30分
防災・保谷保健福祉総合センター4階

☑ 市内に住民票がある方

定 2人(申込順) 申 7月23日(木)までに、電話で下記へ

▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

初めての成年後見制度丸わかり講座

午前10時～11時30分
※日程は下記参照
田無総合福祉センター

成年後見制度は、認知症・知的障害・精神障害などによって、判断能力が十分ではない方を法律的に支援する制度です。事例を交えて一緒に学んでみませんか。

開催日	タイトル	内容
7月28日(火)	民法改正! 成年後見制度、どう変わる?	成年後見制度の概要・民法改正のポイント、法定後見の基本
31日(金)	任意後見制度・死後事務委任	任意後見制度・死後事務委任契約・遺言の基本
8月5日(水)	遺言書ってどう作る?	事例を用いた遺言書作成の体験

☑ 在住の方 定 各回50人(申込順)

関 東京司法書士会 三多摩支会 司法書士 申 7月17日(金)までに、氏名・電話番号・希望日・手話通訳の必要有無を関へ電話またはファクス

※複数回の申し込み可

関 権利擁護センターあんしん西東京

☎ 042-497-5239

☎ 042-497-5230

▶ 地域共生課 関 ☎ 042-420-2807

20代から60代の女性の健康相談室

7月29日(水) 午後2時～4時
フレスポひばりが丘(谷戸町2-3-7)

☑ 保健師による無料の健康相談、骨密度測定(かかとの骨をエコーで測定)

☑ 市内に住民票がある方 ※当日、

直接会場へ ※参加者に健康ポイントアプリ「あるこ」のボーナスポイントを進呈

▶ 健康課 保

☎ 042-439-3526



市 HP

としょかんバックヤードツアー

① 8月5日(水) 午前10時30分から
② 午後2時から
③ 19日(水) 午前11時から
④ 午後2時から
①・② 中央図書館 ③・④ 谷戸図書館

いつもは入ることができない図書館の裏側や、図書館員の仕事を見学するツアーです。

☑ 小学1・2・3年生の親子 定 各回4組 申 7月9日(木)午前10時～16日(木)に、希望する図書館へ来館または電話で申込。結果は7月22日(水)までに、電話で連絡

※申込多数の場合、在住の方を優先し抽選 ※対象年齢以外の子どもの同伴不可

▶ ● 中央図書館

☎ 042-465-0823

● 谷戸図書館

☎ 042-421-4545



図書館 HP

理科・算数だいすき実験教室

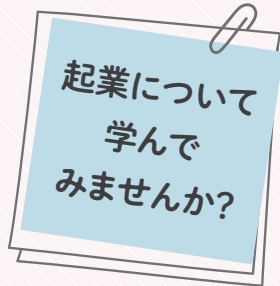
8月15日(土) 午後2時～4時
田無第四中学校

身近にあるものを使った実験で、「なぜ?」を「おもしろい!」に変えてみよう! 理科と算数の講座を通して、物事の仕組みや不思議を体験しませんか。

☑ ● スペクトロスコープを作って色の不思議を体験

私らしく働く
ハンサムママ

◆ Handsome Mama ◆
— nishitokyo city —



ハンサムママプロジェクトでは、「子どもや家庭を大切にしながらも、輝いて働きたい!」そんな子育て世代の女性の理想の働き方の実現に向け、講座を開催しています。全講座子ども連れ受講可能です。 ※詳細・申込は専用 HP へ



専用 HP

開催講座 9▶12月

内容	日時	場所	参加費
〈スクール〉レベル★★★ おうち起業家のためのブランドینگスクール*1 定 20人	9月8・15・29日、 10月6日(火) 午前10時～正午	【1・2・4日目】 インギビル 【3日目】 田無第二庁舎	2,000円
〈専門〉レベル★★ 女性個人事業主のためのやさしい税務の話 定 20人	10月28日(水) 午後7時～8時30分	オンライン	無料
〈基礎〉レベル★ 起業の種を育てよう 定 20人(保育あり*2)	11月17日(火) 午前10時～正午	柳沢公民館	無料
〈交流〉レベル★ 集まる力・つながる力 クリスマス交流会 定 30人	12月3日(木) 午前10時30分～ 午後0時30分	障害者総合支援センター フレンドリー	500円

※レベルは3段階表示(★の数が少ないほど気軽に参加できます)

*1 単発受講不可

*2 6人まで(400円/人)

▶ 産業振興課 関 ☎ 042-420-2819



緊急

夏休み特別企画

シンエイ動画×西東京市 コラボレーションイベント

参加費無料

日曜日は
会場にいるよ！

「いいいーな」のデザインをはじめ、数々の人気アニメを手掛けるシンエイ動画が、創立50周年を記念した特別イベントを開催します。アニメの世界を見て、学んで、体験できる夏休み特別企画です。親子で参加してみませんか？ ▶企画政策課 ☎042-460-9800

体験1 子ども記者募集！
アニメの裏側を取材しよう

「体験2」のアニメイラスト体験を通じてイベントの様子などを取材。見て、聞いて、感じたことを記事にまとめます。

さらに、参加者は後日、市内にあるシンエイ動画本社(田無)の見学ツアーに親子で参加できます。実際に制作現場のプロデューサーにインタビューするなど、体験内容や撮影した写真をもとに、シンエイ動画と一緒に「子ども新聞」を作ります。

完成した新聞は学校に掲示予定です。アニメの世界や取材の仕事に触れられる、夏休みだけの特別な体験です。

時 8月2日(日)午後1時～4時 場 ONE FOR ALL 西東京 対 在住・在学の小学生 定 6人 ※申込多数の場合、抽選

申 7月24日(金)までに、申込フォームから 申込フォーム

体験2 うごきのしくみを学ぼう！
アニメイラスト体験

プロのアニメーターから、絵の描き方やアニメーションの仕組みを学べるワークショップです。自分で描いた絵が動き出す楽しさを体験してみませんか？

時 7月25日(土)・26日(日)、8月1日(土)・2日(日) 各日 ①午前10時 ②午前11時 ③午後2時 ④午後3時 場 西東京市民文化プラザ

対 4歳～小学6年生(未就学児は保護者同伴)

定 各回15人(申込順) 申 申込フォームから

※「体験1」参加者は申込不要



申込フォーム7月



申込フォーム8月

展示 シンエイ動画50年の歴史

貴重なセル画や資料などを通して、シンエイ動画が手掛けてきた作品の歴史を紹介します。土曜日にはアニメーターの末吉裕一郎さんによるライブペインティングを開催。7月26日(日)には「クレヨンしんちゃん」、8月2日(日)には超人気作品からゲストが登場し、一緒に写真撮影ができます。詳しい時間などは、市HPへ

時 7月23日(木)～8月2日(日)午前10時～午後5時 ※7月28日(火)休館 場 西東京市民文化プラザ

※当日、直接会場へ

問 シンエイ動画(株)

☎042-465-7020



市HP

多摩六都フェア

受講生募集

パラアート制作ワークショップ

ワークショップ日程

8/22・29、9/5・12(土)

午前9時30分～11時30分

場 障害者総合支援センターフレンドリー

対 次の全てに該当する方

●圏域5市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)に在住・在学の中学生以上18歳以下で障害のある方

●特別な事情がない限り、全ての講習日程に参加できる方

定 10人 ※初めて受講する方を優先

申 7月31日(金)までにメールで問へ

問 (社福)さくらの園

☎042-467-1081・✉tama6to.paraart@gmail.com



市HP

絵画作品募集

パラアート展覧会

テーマ 明日色に輝くぼくらの街

※受賞者へは賞状と賞品を贈呈(予定)

対 圏域5市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)に在住・在勤・在学で障害のある方

申 9月18日(金)までに、〒188-0011田無町4-17-14障害者総合支援センターフレンドリー・就労支援センター一歩・cafeもぐもぐの森へ郵送または持参



市HP

展覧会日程

12/1(火)▶6(日) 場 J:COMコール田無

※上記期間以外に、圏域5市の公共施設などでも展示します。



多摩六都科学館 ナビ

0歳からのプラネタリウム

7/17(金) ●午前10時30分～11時 ●11時30分～正午

いっしょに おもしろさを ながめよう！赤ちゃん大歓迎！泣いてもOK！0～3歳ぐらいのお子さんと楽しむプラネタリウムです。※乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります。

対 0～3歳ぐらいの乳幼児とその家族 定 各回220人(先着)

¥観覧付入館券(展示室+プラネタリウム1回)：大人1,040円(4歳～高校生420円、3歳以下無料)

申 当日開館時からインフォメーションで観覧券を販売

※次回は9月4日(金)です。

場・問 多摩六都科学館

☎042-469-6100

ロクトサイエンスコラム

130

微化石

化石は、過去の生物の遺骸や痕跡が地層などの中に保存されたものです。化石と聞くと恐竜やアンモナイトを連想する方が多いと思います。しかし、地球には肉眼ではほとんど見分けられないような小さな生物が沢山います。そのため、小さな生物の化石は数にあり、「微化石」と呼ばれています。そのほとんどは顕微鏡を使わなければその形を観察できないほどの大きさです(ただし「大きさ何ミリメートル以下が微化石」といった

決まりはありません)。微化石になっている生物の中には、時間経過とともに進化して形が変化しているものがあります。そのような微化石は、地層の年代を決めたり、遠く離れた場所の地層の年代を比較したりするのに役立ちます。小さな化石が地球の歴史をひも解くのに大きな役割をはたしているのです。当館では微化石の模型や微化石が含まれる岩石標本を常設展示しています。ぜひ実物をご覧ください。



「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)

①午後0時45分～1時(月)～(日) ②午後8時～8時15分(月)～(金)

音声版「声の広報」も作成しています

「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞きになれます。詳細は、谷戸図書館☎042-421-4545へ

公式LINE



そのほか公式SNS



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

