



にしとうきょう



したのや縄文体操



出土遺物の展示・解説



縄文ファッションショー

第20回

したのや縄文の里 秋まつり

『みんながつないだ20回! しーたとのーやとみんなの笑顔』



縄文グッズ販売

10月4日(日) 午前10時～
午後3時

したのや縄文の里



縄文体験「弓矢」

東伏見にある南関東最大級の集落遺跡「下野谷遺跡」。国史跡に指定されてから、令和7年に10周年を迎えました。そして、令和8年の今年、市民の皆さんとともに育ててきた「したのや縄文の里 秋まつり」が、20回目の節目を迎えます。当日は、竪穴住居の見学ツアーや勾玉づくりをはじめ、縄文グッズの販売やキッチンカーなど、子どもから大人まで楽しめる催しが盛りだくさん。さらに第20回を記念したスペシャル企画もあります! 縄文の歴史や文化に触れながら、西東京市が誇る下野谷遺跡の魅力を一緒に楽しんでみませんか。

▶地域学習推進課 ☎042-420-2832(当日連絡先 ☎070-1362-0847)



タイムスケジュール

午前
10時 オープニング・
記念セレモニー(コスポ!じょうもんず♪)
10時30分 したのやムラ見学ツアー
10時40分 保谷和太鼓会(ステージ)
11時30分 オカリナ柳沢(ステージ)

午後
0時10分 コスポ!じょうもんず♪(ステージ)
0時35分 縄文ファッションショー(竪穴住居)
1時 したのやムラ見学ツアー
1時30分 TANASHIソーラン(ステージ)
2時 縄文笛つよし(ステージ)
2時45分 クロージングセレモニー(ステージ)
3時 閉会



(したのやムラの)しーた
©T&K/西東京市



のーや



市HP

※駐車場はありません。 ※雨天の場合、内容を縮小して東伏見小学校体育館で実施

※イベントの写真はすべて昨年の様子

あんしん暮らし情報



くらし・環境

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①10月7日(水)午後2時～5時
／柳沢公民館 ②10月17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①10月2日(金) ②10月14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 保 042-438-4052

令和8年社会生活基本調査を実施します

総務省・東京都では、令和8年社会生活基本調査を実施し、1日の時間の使い方を調査します。

10月上旬ごろに対象世帯へ調査員が伺いますので、回答をお願いします。

問 東京都総務局統計部人口統計課

03-5388-2532

▶総務課 田 042-460-9810



選挙

9月1日現在の選挙人名簿登録者数(定時登録)などが確定

□登録者数

	男	女	計
令和8年9月1日現在(A)	82,572人	89,839人	172,411人
令和8年6月1日現在(B)	82,305人	89,467人	171,772人
増減(A)-(B)	267人増	372人増	639人増

□今回の定時登録の要件

- ①日本国民
②平成20年9月2日以前に出生
③9月1日現在、引き続き3カ月以上居住している(他市区町村から転入した場合は、6月1日までに本市の住民基本台帳に記載)または、5月1日以降の転出で、転出前に3カ月以上居住

□在外選挙人名簿登録者数

	男	女	計
令和8年9月1日現在(A)	94人	136人	230人
令和8年6月1日現在(B)	99人	137人	236人
増減(A)-(B)	5人減	1人減	6人減

□在外選挙人名簿登録の要件

- ①日本国民
②登録申請時に18歳以上
③国外に住所を有し、次のいずれかに該当
- その者の住所を管轄する領事官の管轄区域内に引き続き3カ月以上住所がある
 - 本市の選挙人名簿に登録されており、出国前に海外への転出届および在外選挙人名簿登録移転申請をしている

▶選挙管理委員会事務局 田
042-420-2801

募集

環境講演会の運営スタッフ

時 令和9年2月14日(日) ※11月・令和9年1月に事前打ち合わせあり。全日程参加が原則 場 エコプラザ西東京など 内 催し物の発表者選考、当日の会場設営・受付・会場案内など
対 在住・在勤・在学で18歳以上の方
定 12人程度 ※申込多数は抽選
講 森田正光さん(気象予報士)

申 9月15日(火)～10月9日(金)に、申込フォームから
※詳細は市 HP へ

▶環境政策課 保
042-438-4042



申込フォーム

図書館音訳者

図書館では、視覚に障害のある方などに音訳サービスを提供しています。音訳サービスを担う音訳者を募集し、養成講座を行います。事前説明会終了後に選考試験(筆記・朗読テスト)を行います。

□事前説明会(参加必須)

時 10月16日(金)午後1時30分 場 谷戸公民館 対 ●在住の方 ●原則、養成講座に全日程出席できる方 ●図書館が指定した年間スケジュールに沿って、活動時間が十分に確保でき、長期継続して活動できる方 持 筆記用具 申 9月16日(水)午前10時～10月15日(水)午後6時に、電話・図書館 HP または直接下記へ

※詳細は図書館 HP へ

▶中央図書館

042-465-0823



図書館 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。

※(株)小学館 様(書籍)

※上原清成 様(歴史資料)

※長尾希 様(書籍)

※匿名(玩具)

▶総務課 田 042-460-9810

※(株)総企画設計 代表取締役社長 原澄雄 様(金員)

▶企画政策課 田

042-460-9800

秋の全国交通安全運動



～世界一の交通安全都市TOKYOを目指して～

9/21(祝)▶30(水)

秋の全国交通安全運動が9月21日(祝)～30日(水)の10日間実施されます。

この運動は、広く市民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるとともに、市民一人ひとりによる道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的としています。

□交通安全運動の重点項目

- ①歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
②夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
③自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
④二輪車の交通事故防止

※①②③：全国重点 ④：地域重点

▶交通課 保 042-439-4435

傍聴

審議会など

■教育委員会

時 9月26日(土)午後2時

場 田無第二庁舎4階

内 行政報告ほか

定 10人

▶教育企画課 田

042-420-2743

■社会教育委員の会議

時 9月25日(金)午後2時

場 田無第二庁舎3階

内 社会教育委員の活動ほか

定 2人

▶地域学習推進課 田

042-420-2831

■人にやさしいまちづくり推進協議会

時 10月2日(金)午後2時

場 保谷東分庁舎

内 土地利用構想届出書に対する市の指導および助言

定 5人

▶都市計画課 保

042-438-4050

■特別支援教育推進計画策定懇談会

時 10月2日(金)午後2時30分

場 田無第二庁舎5階

内 素案検討ほか

定 5人

▶教育指導課 田

042-420-2828

■廃棄物減量等推進審議会

時 10月6日(火)午後2時

場 エコプラザ西東京

内 市の廃棄物行政

定 5人

▶資源循環推進課

042-438-4043

■子ども・若者審議会評価・検証専門部会

時 10月8日(木)午前9時30分

場 田無庁舎5階

内 評価・検証の仕組みほか

定 5人

▶子ども若者応援課 田

042-460-9841

東伏見駅周辺地区まちづくり基本計画(案)に関する説明会

●9/21(祝)
●29(火)

午前10時～正午
早稲田大学東伏見キャンパス
午後6時45分～8時45分
東伏見ふれあいプラザ

市では、平成30年3月に策定した「東伏見駅周辺地区まちづくり構想」に基づき、東伏見駅周辺地区の将来像の実現に向けた方針となる「東伏見駅周辺地区まちづくり基本計画」の策定を進めています。

この度、検討中のまちづくり基本計画(案)を取りまとめましたので、その内容をお知らせします。

□パネル展示型説明会 計画(案)

の内容を説明した展示パネルなどの閲覧

※質疑応答可・出入り自由・申込不要 ※29日(火)は東伏見ふれあいプラザの閉館時間が午後7時のため、以降は案内に従って入場してください。 ※開催期間中は市 HP にも同様の内容を掲載します。

▶都市計画課 保

042-438-4050



市 HP

固定資産税の減額

▶資産税課 ☎ 042-460-9830

住宅耐震改修工事

□減額分 2 分の 1 (改修工事により、認定長期優良住宅になった場合は 3 分の 2) ※住宅面積120㎡^{まで}
□減額要件 ●昭和57年 1 月 1 日以前から市内にある住宅に対し、令和13年 3 月31日までに現行の耐震基準に適合させる耐震改修工事を実施 ●工事後 3 カ月以内に資産税課へ申告(申告が期限内に間に合わない恐れがある場合は、期限内に資産税課にご相談ください) ●認定長期優良住宅になった場合は改修後の床面積が40㎡以上240㎡以下 ●1 戸当たりの工事費用が50万円超
□必要書類 ●耐震基準適合住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ●増改築等工事証明書または住宅耐震改修証明書 ●耐震改修工事費用の領収書の写し ●長期優良住宅の認定通知書の写し(改修工事により、認定長期優良住宅になった場合のみ)

住宅のバリアフリー改修

□減額分 3 分の 1 (住宅面積100㎡^{まで})
□減額要件 ●新築日から10年以上経過した市内の住宅に対し、令和13年 3 月31日までに一定のバリアフリー改修工事^{*1}を実施 ●工事後 3 カ月以内に資産税課へ申告(申告が期限内に間に合わない恐れがある場合は、期限内に資産税課にご相談ください) ●65歳以上の方、要介護・要支援認定を受けている方、障害者の方が居住する家屋(賃貸住宅を除く) ●改修後の床面積が40㎡以上240㎡以下 ●1 戸当たりの工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額) ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋
□必要書類 ①住宅のバリアフリー改修に伴う固定資産税の減額適用申告書 ②工事内容などが確認できる書類(工事明細書・現場の写真など)と工事費用の領収書の写し ③納税義務者の住民票 ④居住者

一定の要件を満たす改修工事を行った家屋について、工事が完了した年の翌年度分の当該家屋に係る固定資産税を減額します(都市計画税を除く)。

の要件により次のいずれかの書類
●65歳以上…住民票 ●要介護・要支援…介護保険被保険者証の写し
●障害者…障害者手帳の写し ⑤補助金などの交付を受けた場合は、交付を受けたことが確認できる書類
^{*1}…廊下の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室・便所の改良、手すりの設置、屋内の段差の解消、引き戸への交換、床の滑り止め化

住宅の省エネ改修

□減額分 3 分の 1 (改修工事により、認定長期優良住宅になった場合は 3 分の 2) ※住宅面積120㎡^{まで}
□減額要件 ●平成26年 4 月 1 日以前から市内にある住宅(賃貸住宅を除く)に対し、令和13年 3 月31日までに一定の省エネ改修工事(熱損失防止改修^{*2})を実施 ●工事後 3 カ月以内に資産税課へ申告(申告が期限内に間に合わない恐れがある場合は、期限内に資産税課にご相談ください) ●改修後の床面積が40㎡以上240㎡以下 ●1 戸当たりの工事費用が60万円超(補助金などを除く自己負担額)、または改修工事に係る費用が50万円超であって、太陽光発電装置、高効率空調機、高効率給湯器もしくは太陽熱利用システムの設置工事に係る費用と合わせて60万円超であること ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋
□必要書類 ●住宅の熱損失防止改修等に伴う固定資産税の減額適用申告書 ●増改築等工事証明書 ●工事費用の領収書の写し ●納税義務者の住民票 ●交付または決定を受けたことを確認できる書類(国または地方公共団体から補助金などの交付を受けた場合) ●長期優良住宅の認定通知書の写し(改修工事により、認定長期優良住宅になった場合のみ)
^{*2}…窓・床・天井・壁の断熱性を高める改修工事(外気などと接するもので、窓の改修を含めた工事であることが必須)

公共の場所に落ちている
ごみ拾いにご協力ください

環境美化キャンペーン

9/26(土) 午前 8 時30分～10 時
(雨天決行)

西東京市高齢者クラブ連合会およびシルバー人材センターの皆さんとともに「環境美化キャンペーン」を実施します。市内公共の場(道端・公園など)に捨てられたごみ(可燃ごみ・不燃ごみ・空き缶・空きびん・ペットボトル)を拾い集め、市が設置した臨時集積所(かごを設置)までお持ちください。まちをきれいにするため、一人でも多くの参加をお願いします。

※臨時集積所に持ち込んだごみは分別(びん・かん・ペットボトルなど)し、家庭内のごみは絶対に持ち込まないようにしてください。 ※臨時集積所でのトンブや袋などの貸し出しは行っていません。

▶資源循環推進課 ☎ 042-438-4043

臨時集積所	住所
谷戸イチョウ公園	谷戸町 2-12
谷戸第二市民集会所	谷戸町 3-13
谷戸コミュニティセンター	谷戸町 1-9
緑町三丁目都営アパート集会所	緑町 3-8
田無町七丁目都営アパート公園	田無町 7-11
芝久保コミュニティセンター	芝久保町 3-15
田無駅北口第 1 自転車駐車場西側出口前	田無町 4-5
南町六丁目 小林宅	南町 6-9
田無庁舎ロータリー	南町 5-6
南町第一児童遊園	南町 2-2
向台公園東側入り口	向台町 2-5
北町緑地保全地域(北町森林公園)	北町 5-5
ひばりが丘北わんぱく公園	ひばりが丘北 2-2
あらしき公園	下保谷 4-8
武道場	東町 2-4
住吉会館「ルピナス」	住吉町 6-15
保谷庁舎ロータリー脇	中町 1-5
中町児童館	中町 4-4
えのき児童遊園	保谷町 5-2
富士町福祉会館	富士町 6-6
都立東伏見公園西側入り口	東伏見 1-2
むくのき公園	柳沢 2-3
新町福祉会館	新町 5-2
東伏見コミュニティセンター	東伏見 5-10
柳沢せせらぎ公園	柳沢 6-4

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、
無料です。
※内容についてのお問
い合わせは、各サー
クルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、
個人情報が含まれているため、
削除してあります。

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

市民公開講座開催
「知らないと損をする がん検診の力～胃がん・大腸がん・乳がん・前立腺がんを徹底解説～」

時 9月19日(土)午後2時～3時20分
場 ONE FOR ALL西東京 ※当日、直接会場へ(西東京中央総合病院の駐車場のみ無料)
問 西東京中央総合病院 経営企画課
☎042-464-1511

武蔵野IKIGAI シンポジウム
～多世代共生社会における人生のしあわせを考えよう～

茂木健一郎さんの講演およびワークショップを通して、介護や将来設計・生きがいや地域とのつながりについて学び、考える機会を提供します。

時 10月3日(土)午後1時～4時 場 武蔵野大学武蔵野キャンパス
申 問のHPから
問 武蔵野大学しあわせ研究所事務局
☎03-5530-7730(平日午前9時～午後5時)

あなたの行動で助かる命があります。
骨髄ドナー登録にご協力をお願いします。

時 ●10月14日(水)午前10時～11時30分 ●10月26日(月)午後1時30分～3時 場 多摩小平保健所 内 骨髄ドナー登録に関する説明・採血(採血量は約2mL) 対 18～54歳の方 定 各日3人 ※要予約 申 9月18日(金)～10月7日(水)に直接 問 へ ※詳細は日本骨

髄バンクHPへ
問 多摩小平保健所地域保健担当
☎042-450-3111

休日無料法律相談会

時 10月17日(土)午前10時～午後4時
場 アスタセンターコート 内 不動産の相続・贈与・売買、借地借家、遺言、成年後見、登記など
問 東京司法書士会田無支部
☎042-438-7360

キッズ化石たんてい隊！
～地球の宝さがしへしゅっぱつ！～

時 10月24日(土)午前10時・午後1時(各回60分) 場 西東京いこいの森公園 内 これはだれの化石？化石の謎解きと、化石発掘体験に挑戦しよう！
対 4歳以上(保護者1人同伴推奨)
定 各回9人(申込順) ※最少催行3組 ￥3,000円(税込・材料費など)
申 9月24日(木)から、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

東京都最低賃金改正のお知らせ

東京都最低賃金は、令和8年10月1日から時間額1,280円に改正されます。東京都内で働く全ての労働者に適用されます。

問 ●東京労働局労働基準部賃金課
☎03-3512-1614(直通)
●東京働き方改革推進支援センター
☎0120-232-865

のびのび子育て

福祉・健康

離乳食講習会スタート

時 10月8日(木)午前10時15分～11時(受付：10時から) 場 田無総合福祉センター 内 離乳食開始から初期のお話 対 在住で3～5カ月の第一子の保護者 定 30組 申 10月1日(木)までに、市HPから
▶子ども家庭課 保
☎042-438-4037 市HP

令和9年度4月保育園の1次入所申請受付

□期間 11月2日(月)～13日(金)
※電子・郵送受付は10月19日(月)から
□結果 令和9年2月上旬ごろ
□申請書類 10月9日(金)配布
※令和9年度の入園のしおりも配布予定です。
※上記の日程は予定です。

※詳細は市HPへ
▶幼児教育・保育課 問
☎042-460-9842

コミュニティ

まますた

時 10月5日(月)午前9時30分～11時(受付：9時15分から) 場 防災・保谷保健福祉総合センター3階 内 第一子出産後まもない時期のママたちのフリートーク・情報交換 対 在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親 定 8組(申込順) 申 9月28日(月)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

こそだてフェスタ@西東京

手をつなごう
～みんなでこそだて～

10/12(祝)

午前10時～午後3時
ひばりが丘児童センター
※当日、直接会場へ

こそだてフェスタ@西東京は、子育てを応援する市民団体と市子育て関連部署のコラボによる楽しくて役に立つイベントです。

内 ハグヨガ・親子ふれあい遊び・木のおもちゃ遊び・魚釣り・手形足形アート・コースターとわらぼうき作り・読み聞かせ・言葉かけの魔法体験・子どもの健康や薬の相談・助産師による育児相談・市子育て関連部署による情報提供など 対 主に0歳～小学校低学年ぐらいまでの子どもとその保護者 ※プレママ&プレパパも歓迎 ※内容変更の可能性あり

問 こそだてフェスタ@実行委員会
✉kosodatefes.24tokyo@gmail.com
▶児童青少年課 問
☎042-460-9843



いきいきシニア

コミュニティ

シニア大学単科講座
「いくつになっても高まる記憶力と人生力」(全2回)

年齢からくる記憶力の低下は当たり前でしょうか。正しい脳の使い方を学んで、記憶力を高めて生活の質を高めてみませんか。

時 10月26日(月)、11月2日(月)午前10時～11時45分 場 住吉老人福祉センター 対 在住の60歳以上で

両日参加できる方 定 20人(申込多数は抽選) 申 9月15日(火)～25日(金)午前9時30分～午後4時に、福祉会館・老人福祉センターの利用証を持参し、本人が住吉老人福祉センターで申し込み ※電話申込不可 ※利用証のない方は、本人確認書類(マイナンバーカードなど)を持参し、窓口で利用証を作成してください。

問 社会福祉協議会
☎042-497-5136
▶高齢者支援課 問
☎042-420-2812

脳トレ教室

簡単な頭の体操、手先の動きなどを取り入れたレクリエーション教室です。楽しく活動しながら、脳の活性化と認知症予防を目指します。

対 在住で60歳以上の方 申 9月15日(火)～25日(金)午前9時30分～午後4時に、福祉会館・老人福祉センターの利用証を持

参し、本人が実施会場窓口で申し込み(電話申込不可) ※利用証のない方は、本人確認書類(マイナンバーカードなど)を持参し、窓口で利用証を作成してください。 ※申込多数は抽選

問 社会福祉協議会
☎042-497-5136
▶高齢者支援課 問
☎042-420-2812

会場	日程	時間	定員
下保谷福祉会館	10月13・20・27日(火) 11月10日(火)	午後2時～3時30分	12人
新町福祉会館	10月14・21・28日(水) 11月4日(水)		15人
富士町福祉会館	10月16・23日(金) 11月6・13日(金)		10人
ひばりが丘福祉会館	10月19・26日(月) 11月2・9日(月)		10人

※各全4回

わくわく

催し

早稲田スポーツフェスタ
in 東伏見

9月21日(祝)

午前10時～午後4時

早稲田大学東伏見キャンパス

子どもから大人まで楽しめる地域交流スポーツイベントです。早稲田大学のスポーツ施設で学生によるサポートのもと、さまざまなスポーツに挑戦できます。応援部によるスペシャルステージやスタンプラリー、キッチンカー・飲食コーナーなど楽しさいっぱいです。

問 早稲田大学競技スポーツセンター

● 9月18日(金)まで

☎ 03-5286-3757

● 当日

☎ 042-461-1172

▶ スポーツ振興課 田

☎ 042-420-2818

ENJOYニュースポーツ

9月27日(日)

午前9時30分～11時30分

(受付:午前9時20分から)

旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター

※当日、直接会場へ

誰でもすぐにゲーム(ボッチャ・モルックなど)が楽しめます。子どもから高齢の方まで、初めての方も、障害のある方も、気軽に参加してください。初級パラスポーツ指導員の資格を持ったスポーツ推進委員もいるので、障害のある方も安心して参加できます。

対 在住・在勤・在学で小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 持 室内用運動靴・運動ができる服装・タオル・飲み物など

▶ スポーツ振興課 田

☎ 042-420-2818



市HP

安全・安心

まちづくりネットワーク
市民のつどい

10月1日(木)

午後1時(開場:午後0時30分)

タクトホームこもれびGRAFAREホール

10月11日から10日間実施される「全国地域安全運動」の一環として、市民のつどいが開催されます。この運動は、悪質な「特殊詐欺」や住宅街が狙われる「侵入盗」など、市民の身近で発生している犯罪の被害防止を重点に、「守ろうよ わたしの好きな 街だから」をスローガンに掲げて、安全で安心なまちづくりを目的として行います。

内 ●林家久蔵さん(西東京市PR親善大使)による落語 ●東京都都民安全総合対策本部による特殊詐欺被害防止の寸劇 ●警視庁音楽隊によるコンサートなど 定 250人(申込順) ※参加者全員に記念品贈呈

口 主催 田無警察署・田無地区防犯協会連合会(西東京市防犯協会担当)・田無母の会

問 田無警察署

☎ 042-467-0110

▶ 危機管理課 保

☎ 042-438-4005

ルピナスまつり

～世代間交流でみんなの笑顔が
かがやく楽しいおまつり!!～

10月4日(日)

午前10時30分～午後2時30分

住吉会館ルピナス

※当日、直接会場へ

子どもたちや地域住民が出展し、世代を超えて交流します。住吉会館を利用してたくさんの人が楽しめる地域のおまつりです。

※当日は駐車場は利用できません。公共交通機関・自転車・徒歩でご来場ください。

▶ 子ども若者応援課

☎ 042-439-6645



市HP

20代から60代の女性の健康相談会

10月7日(水)

午後2時～4時

フレسوبひばりが丘(谷戸町2-3-7)

※当日、直接会場へ

内 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) 対 市内に住民票がある方 ※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

自転車交通安全教室

10月7日(水)

午前10時～11時30分

南町コミュニティセンター

令和8年4月から自転車にも適用されている青切符制度を中心に、自転車の安全な利用について警察官の講話を実施します。この機会に、改めて自転車のルールを学びませんか。

定 30人程度(申込順)

申 9月13日午前9時～10月6日(火)午後5時に、南町コミュニティセンターで名簿に氏名・電話番号などを記入または南町コミュニティセンター(☎042-463-4588)へ電話

▶ 交通課 保 ☎ 042-439-4435

栄養・食生活相談

10月8日(木)

午前9時～正午(1人30分程度)

防災・保谷保健福祉総合センター2階

内 肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による個別相談 対 市内に住民票がある方 定 4人(申込順)

申 10月5日(月)までに、電話で下記へ

▶ 健康課 保 ☎ 042-439-3526

若年性認知症に関する相談会
～東京都若年性認知症総合支援
センターによる出張相談～

10月10日(土)

● 午前9時30分～10時30分

● 11時～正午

谷戸公民館

専門の若年性認知症支援コーディネーターが相談に対応します。市の認知症支援コーディネーターも同席します。「もしかして…」と思っている方も、若年性認知症の診断をされた方も、一人で悩まず相談してください。※若年性認知症の診断を受けていない方は、事前に若年性認知症総合支援センターの職員が電話で状況を伺います。※若年性認知症に関する相談に限りま

対 本人、家族、医療・福祉関係者

定 各回1組(申込順)

申 10月7日(火)までに、申込フォームから

▶ 高齢者支援課 田

☎ 042-420-2811



申込フォーム

しゃきしゃき体操パート2講座

10月13日(火)

午前10時～11時30分

防災・保谷保健福祉総合センター3階

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。

対 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 10月9日(金)までに、電話で下記へ ※10人以上で出張講座も実施(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

キレイに歩こう!
正しい歩き方講座

10月16日(金)

午前10時～11時30分

田無総合福祉センター

内 健康運動指導士による、歩く前のストレッチや筋トレ方法、正しい靴の履き方や歩き方 対 市内に住民票のある18歳以上で、軽度の運動・階段の昇降や歩行に支障のない方 定 15人(申込多数は今年度初めての方を優先し抽選。キャンセルが発生した際、

生き物博士になろう!
こうもり博士2026

11/1(日) 午後3時～5時

東京大学大学院 農学生命科学研究科附属演習林 田無演習林

意外と知らない「こうもり」の世界。こうもりの標本に実際に触れたり、講義をとおして「こうもり」の生態を学びましょう!講義の後には田無演習林を散策!運がよければ、野生のこうもりに会えるかも。

対 在住・在学の小学1～3年生(保護者同伴)

定 15組(申込多数は抽選)

申 10月6日(火)午後5時までに、申込フォームから

※詳細は市HPへ

▶ 教育企画課 田 ☎ 042-420-2822

市HP

ピースウオーク

10/31(土) 第五福竜丸展示館、
東京大空襲・戦災資料センター

● 集合:田無庁舎1階入り口(午前8時30分)
または保谷庁舎1階入り口(午前9時)

● 解散:保谷庁舎または田無庁舎(午後5時予定)

マーシャル諸島・ビキニ環礁でアメリカが行った水爆実験で被害を受けた木造マグロ漁船「第五福竜丸」をはじめ、昭和20年3月10日の東京大空襲や100回以上におよぶ東京への空襲に関する写真・資料などを見学します。

口 交通 市のバスおよび徒歩

対 在住・在勤・在学の方 定 13人(申込多数は抽選) ￥300円程度(施設入場料)

申 10月2日(金)までに、申込フォームまたは電話で、住所、氏名、年齢、電話番号、希望集合場所、在勤・在学の方は学校名または勤務先名を下記へ

口 共催 非核・平和をすすめる西東京市民の会

▶ 協働コミュニティ課 ☎ 042-420-2821

申込フォーム

前日までに追加で参加の案内する場合あり) 特室内用運動靴(ひも付きを推奨)・運動しやすい服装・飲み物・フェイスタオル(長方形タオル)
申 9 月30 日(火)までに、申込フォームまたは電話で下記へ
※今年度初参加の方に、健康ポイントアプリ「あるこ」のポイントを200ポイント進呈
▶健康課 保 042-439-3526 申込フォーム

申 10 月9 日(金)午後5 時までに、市 HP または下記へ電話
※詳細は市 HP へ
▶男女平等推進センター 042-439-0075 市 HP

知っておきたい！省エネ住宅
～新築・リフォームのポイント～

10月18日(日)
午後1 時30 分～3 時30 分
エコプラザ西東京

快適に過ごせて経済的な省エネ住宅。新築・リフォームにおける省エネ技術・省エネ化のポイント、経済効果などの役立つ情報を、住宅設計・施工の専門家が分かりやすく紹介します。新築・改築を検討されている方、必見の講座です。
対 在住・在勤・在学の18 歳以上の方 定 20 人(申込順) 講 池田浩和さん(一級建築士)
申 9 月16 日(水)午前11 時～10 月15 日(休)午後5 時に、電話・メールで講座名・氏名・年齢・住所・電話番号を 問 へ 問 エコプラザ西東京 042-421-8585
ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境政策課 042-438-4042

パリテ講座
人は一つの言葉では表せない
障害だけでは見えないその人らしさを見よう

10月17日(土)
午後1 時30 分～3 時
住吉会館ルピナス

「障害者」という言葉だけでは、その人の全てを語ることはできません。就労支援の現場で多くの人と向き合ってきた講師が、自身の経験をもとに障害者などの人権についてお話しします。「多様性」を男女だけではなく、障害・国籍・言語・年齢など、幅広い視点でとらえ、人を理解し尊重することの大切さを一緒に考えてみませんか。
定 30 人(申込順)



市民スポーツまつり

参加者募集

10/12(祝) 午前10 時～午後3 時
向台運動場・市民公園グラウンド

競技 ※事前申込制

□500m リレー

時 ● 予選：午前10 時30 分(予定)
● 決勝：午後1 時40 分(予定)

① 4 年生以下の部 ② 5・6 年生の部 ③ 中学生以上の部

定 1 チーム5 人 ※①・②は18 チーム募集 ③は12 チーム募集

□大縄跳び

時 午前11 時30 分(予定)

定 1 チーム12 人(回す人2 人・跳ぶ人10 人) ※20 チーム募集

申 500m リレー・大縄跳びに参加を希望するチームは、9 月30 日(火)までに、申込書を 問 へメール・ファクスまたは持参
問 〒188-0012 南町5-6-5「きらっと」内 西東京市体育協会事務局 042-452-7155 (平日午前9 時～午後4 時※第1 火を除く) 042-439-3395
2026w.tokyo@gmail.com
▶スポーツ振興課 042-420-2818 問のHP

健康ポイントアプリ「あるこ」

ウォークラリー参加登録受付中！

イベント期間

10/1(木)▶31(土)

健康ポイントアプリ「あるこ」を使い、市内対抗でバーチャルウォークラリーを行います。参加した方の中から抽選で景品も当たりますので、ぜひご参加ください。

▶健康課 保 042-439-3526

ウォークラリー参加方法

① アプリ「グッピーヘルスケア」をダウンロード



グッピーヘルスケア

② アプリ上部の「+」ボタンから「自治体」をタップし「西東京市」を登録

③ さらにアプリ上部の「+」ボタンから「ウォークラリー」をタップ

④ チームコードはアプリ内メッセージで確認し入力後、必須項目を入力

にしとうきょうの森
環境学習ツアー

11/14(土) にしとうきょうの森(北杜市明野町)・須玉ふれあい館

集合・解散：タクトホームこもれびGRAFAREホール前

● 集合：午前6 時30 分 ● 解散：午後6 時30 分

※現地までバスによる送迎 ※雨天の場合、予定が変更になる場合あり

友好都市の山梨県北杜市で森林整備を進めている「にしとうきょうの森」において、植樹体験や伐採見学などを行うツアーを開催します。北杜市からの参加の方とも交流ができます。

対 在住・在学の小学1～6 年生とその保護者 定 20 組(40 人)
※1 家族1 組(2 人)まで(申込多数は抽選)

¥1 組(1 家族)5,000 円 ※当日徴収、昼食代込 特長靴・マイ箸・ハンドタオル・筆記用具・飲み物など

申 9 月15 日(火)午前8 時30 分～30 日(休)午後5 時に、申込フォームから

※詳細は市 HP へ

▶環境政策課

042-438-4042

申込フォーム



多世代交流型
地域クリーン活動



生徒会が主体となり地域の皆さんと協力して多世代交流型地域クリーン活動を開催します。子どもから高齢者まで、ウォークラリー形式で交流しながらごみ拾いをすることで地域に住む人々の輪を広げます。また、イベントを通じて

ごみをどのように減らし、資源化していけばよいかを学びます。

申 市 HP から

※詳細は市 HP へ

▶資源循環推進課

042-438-4043

市 HP



それいけ！ごみヒーロー

時 10 月24 日(土)午前10 時～正午
場 青嵐中学校



さんちゅうピカピカ大作戦

時 10 月31 日(土)午後2 時～4 時
場 田無第三中学校



三多摩は一つなり交流事業

ニッ塚処分場および
谷戸沢処分場見学と
つるつる温泉バスツアー

10/15(木) ニッ塚処分場・谷戸沢処分場・生涯青春の湯つるつる温泉

集合・解散：タクトホームこもれびGRAFAREホール前

● 集合：午前7 時30 分 ● 解散：午後5 時(予定)

※雨天決行

ごみ処分場見学会と生涯青春の湯つるつる温泉をめぐるバスツアーです。ごみについて学んだあとに、あたたかい温泉に浸かりませんか？

対 在住・在勤・在学の方 ※中学生以下の方は保護者などの同伴

必須 定 30 人(申込順)

申 10 月5 日(月)午後5 時までに、申込フォームから

※詳細は市 HP へ

▶資源循環推進課

042-438-4043

申込フォーム



めぐみちゃんメニュー 投稿キャンペーン



募集期間 令和9年2/28(日)まで

めぐみちゃんメニュー参加事業者のお店で食べたメニューの写真、購入した商品の写真や農業者の直売所で購入した農産物の写真に「#西東京市めぐみちゃんメニュー」をつけて、InstagramかXで投稿いただくと、めぐみちゃんのメッセージ付きアプリ向けスタンプ画像5種類をプレゼントします。皆さんの応募をお待ちしています。

※対象店・直売所は市HPへ

□条件

- アカウント(megumi_tappuri)をフォロー
- Instagram・Xのアカウントを公開にして投稿(投稿は応募する本人が撮影・作成したものに限り)

▶産業振興課

☎042-420-2820



市HP

西東京Pride

西東京市市民栄誉賞 第1号

野球

祝・侍ジャパン新監督就任！ 井口資仁さん

市出身で元・千葉ロッテマリーンズ監督の井口資仁さんが侍ジャパン新監督に就任！

メジャーリーグでも活躍し、長年、市への車いす寄贈や少年野球教室など地域に貢献され、西東京市初となる「市民栄誉賞」を受賞されています。世界の頂点を極め、地域の子もたちに夢を与え続ける私たちの誇りです。

新たな舞台へ挑む井口さんのご活躍を、みんなで応援していきたいでしょう。

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



市HP



井口資仁さん

高校生年代～29歳の若者向け！

ライフプランニング講座 「今いくら使える？」これ、答えられますか？

10/14(水) 午後7時

25(日) 午前10時30分

イングリッシュビル

オンラインも
同時開催

貯金はしてる。でも“今いくら使えるか”は知らない。ライフプランニングが“老後の備え”だけで終わっていませんか？「投資しているのに、使えるお金が減った気がする」「貯めているのに、将来が見えない」本当の原因は9割、“人生の設計図が描けていない”ことです！SOMPOグループの現役ライフカウンセラーが、NISA・iDeCo・保険・キャリアなどを解説し、若者世代の人生の設計図作りをお手伝い！この講座を受けて今の自由と将来の安心が得られる設計図を一緒に描いてみませんか？
◎在住・在勤・在学の高校生年

代～29歳の方 ◎各日15人程度
※オンラインは定員なし ◎五十嵐沙希さん(SOMPOひまわり生命保険㈱)

☎9月30日(水)までに、申込フォームから

※詳細は市HPへ

▶子ども若者応援課

☎042-460-9841



市HP



五十嵐沙希さん

保育園合同就職フェア

10/10(土) 午前10時～午後4時(最終受付: 3時30分)
アスタセンターコート

市内の民営保育園が合同の就職説明会を開催します。市内で保育に携わる仕事への就職・転職をお考えの方は、人事担当や現役保育士と話せるチャンスです。開催中は入退場自由、事前準備や予約は不要です。

◎田無保育園

☎042-461-4478(小櫃)

▶幼児教育・保育課

☎042-452-6777



特設HP

多摩六都科学館 ナビ

0歳からのプラネタリウム

10/2(金) ●午前10時30分～11時
●11時30分～正午

いっしょに おほしさまを 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あり

◎0～3歳ぐらいの乳幼児とその家族
◎各回220人(先着) ¥観覧付入館券(展示室+プラネタリウム1回): 1,040円(4歳～高校生420円) ◎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12月24日(木)

場・ 多摩六都科学館

☎042-469-6100



ロクトサイエンスコラム

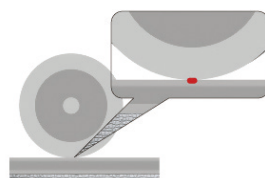
133

摩擦を小さくして走る乗り物

鉄道の車両の重さは、10両編成の場合、約300トンにもなります。なぜ重たい車両を動かせるのでしょうか？

実は車輪とレールの両方が鉄でできていることと、その形に秘密があります。鉄は硬く変形しにくい金属であるため、重い車両が乗っていても車輪が変形することはありません。円形の車輪とレールが接する面積が狭いまま保たれるので、摩擦は小さくなります。摩擦とは動きにくさを表す力で、小さいほど動きやすくなります。車輪がレールを転がるときに摩擦は止まっているときよりも小さくなるので、重たい電車を動かすことができます。

鉄の車輪とレールが錆び、傷がつくと摩擦が増えて、乗り心地も悪くなるため、定期的に滑らかな車輪とレールを保つ作業が欠かせません。



鉄の車輪は変形が少なく、触れる面積が小さい



ゴムのタイヤは変形しやすく、触れる面積が大きくなる



西東京市の
人口と世帯
総人口

20万8,041人
住民登録: 令和8年9月1日現在

人口/20万8,041人(↓ 26) (7,653人) 男/10万785人(↓ 23) (3,943人)
世帯/10万5,184(↓ 28) (4,839) 女/10万7,256人(↓ 3) (3,710人)
※()は先月比 ()は外国人住民



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。

