ともにみらいにつなぐ　やさしさといこいの西東京

広報

にしとうきょう

広報西東京
11/1
No.641
令和８年（2026年）11月１日号



いこいーな
ⓒシンエイ／西東京市

一歩入れば、100年前の澄んだ風。縁側に腰を下ろし、下保谷の原風景に出会う。

下保谷四丁目特別緑地保全地区（旧髙橋家屋敷林）

下保谷四丁目に広がる「特別緑地保全地区（旧髙橋家屋敷林）」をご存じですか？

緑豊かな敷地に一歩足を踏み入れると、どこか懐かしく、驚くほど心地よい空間が広がっています。普段なにげなく通り過ぎている旧髙橋家屋敷林には、実は都市の熱を和らげる驚きの仕組みや、この土地ならではの生態系の記憶が残されています。

今回は伊藤教授に、屋敷林に息づく「自然と共生する先人の知恵」や、私たちが暮らすまちをより豊かに捉え直す視点についてお話を伺いました。

２面につづく

旧髙橋家屋敷林は、「生きた博物館」



お話を伺ったのは…

武蔵野大学工学部
建築デザイン学科 教授
西東京市緑化審議会 会長
伊藤（いとう）　泰彦（やすひこ）さん

保谷駅北口から少し歩くとふと現れる、緑豊かなアプローチ。旧髙橋家屋敷林は、かつて農家と屋敷林、畑が織りなしていた「散居村（さんきょそん）」の面影や暮らしの工夫を今に伝える、私たちのまちの貴重な財産です。

母屋の縁側に腰を下ろすと、通り抜ける涼気の心地よさに驚かされます。

専門家によると、人間が感じる快適さは単なる「気温」ではなく、周囲を囲むものの「表面温度」が大きく影響しているのだそう。夏場は60℃近くまで熱を溜（た）め込むアスファルトに対し、熱を逃がす樹木の葉は気温と同じ程度の表面温度に保たれます。

前庭のケヤキ1本をとっても、夏は茂る葉が木陰を作って涼を呼び、冬は葉を落として温かな陽（ひ）だまりをもたらす―― 四季の熱環境を調整してきた先人の知恵が息づいています。

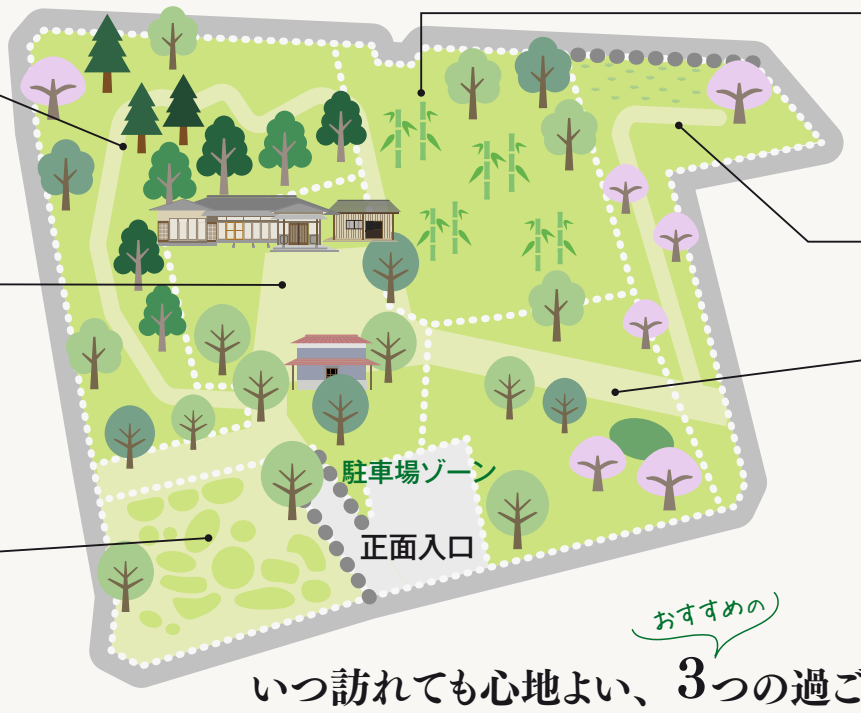
ここは単なる緑の多い公園ではありません。

地域の歴史や植生、息づく生き物まで丸ごと五感で学べる「生きた博物館（フィールドミュージアム）」です。都市で育つ子どもたちにとっても、本物の木漏れ日や風の音に身を置く時間は、何よりの教材となり豊かな感性を育みます。また、「この場所や風の音が好き」と地域に興味を持つことは、まちを知り、自分たちの居場所をつくるきっかけにもなります。そして、都市化のなかで見えにくくなるその「地域らしさ」に触れることこそが、まちへの愛着を育む大切な鍵になります。

かつてこの場所は、家主が敷地を地域へひらき、人々が集い温かな交流を重ねてきた背景を持っています。特別な知識がなくても、「身近にこんな空間があるんだ」と知ることや、「どんなふうに使えるかな」と思い巡らせることが、このかけがえのない財産を未来へ引き継ぐ第一歩になります。

このまちが大切に育んできた豊かな景観と歳月。まずはこの空間に少しだけ心を寄せ、私たちが暮らすまちに息づく「宝もの」のような魅力を、ぜひ体感しに来てください。

一般開放ゾーンに加え、一部ゾーン*はイベント時のみの特別開園です。



高木林ゾーン *イベント時のみ



ケヤキやシラカシがそびえる、木漏れ日の豊かな森。

屋敷と前庭ゾーン



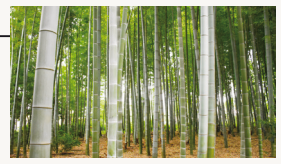
歴史ある母屋と蔵がたたずむ、風情あふれる空間。

野草園ゾーン



季節のかれんな草花が出迎える、身近な観察エリア。

竹林ゾーン *イベント時のみ



澄んだ風と竹の葉音が心地よい、静かな竹林エリア。

草地ゾーン *イベント時のみ



日当たりが良く、多様な草花や虫たちが集うエリア。

小広場と鑑賞樹ゾーン



サクラやイロハモミジなど季節折々の樹木を眺める場所。地域の文化を伝える「藍」の栽培も行われています。



おすすめの いつ訪れても心地よい、3つの過ごし方

縁側でちょっとひと休み
母屋の縁側に座って、庭を眺めながら静かな時間を過ごすぜいたく。

野草園と小道をのんびり散策
約10mのアプローチから広がる緑。季節ごとに咲く珍しい草花に出会えます。

木漏れ日のもとで森林浴や写真撮影
アスファルトのまちなかとは違う、澄んだ風を感じるリフレッシュ空間。

季節を楽しむ、屋敷林の歳時記

毎回趣向を凝らしたワークショップや野草園のガイドツアー、文化・芸術に触れる講座などを開催。
開催日が近くなると市報や市SNSでお知らせしています。
※開催時期やテーマは毎年変わります。

市HP

春　桜を見ながら春の息吹を感じる春イベント
かれんな野草と新緑に包まれる春の屋敷林。花々を巡る野草園ツアーや自然素材の工作、昔遊びなど、ポカポカ陽気のなか親子で季節の芽吹きを楽しめます。

夏　新緑や涼を感じる夏イベント
街中より涼しい天然のエアコン空間！ 冷たい井戸水の足水コーナーや手作り竹水鉄砲など、木陰の澄んだ風を感じながら昔ながらの涼を満喫できる夏企画です。

秋　文化・芸術をテーマにした秋イベント
彼岸花や野草が咲く爽やかな秋の屋敷林。伝統の藍染め体験や民具展示など、心地よい秋風を感じながら地域の自然と文化の恵みに親しめるイベントが充実しています。

冬　紅葉や工作を楽しむ冬イベント

紅葉を楽しむ会　申込不要

時 12月6日(日)　午前10時～午後4時
※雨天は中止の場合あり

どこか懐かしい景観や遊びが楽しめる、秋の屋敷林に出かけませんか？
特設スペースでゴロンと寝転び見上げる紅葉は、1日だけの特別な時間です。

- 野草ガイドツアー　●午前10時30分から　●午前11時30分から
- ワークショップ
- 昔遊びコーナー

募集　**ふるさと納税型クラウドファンディング**
江戸から続く屋敷林の美しい景観と豊かな自然を次の世代に継承するため、クラウドファンディングを12月29日(火)まで受付中。　※詳細は市HPへ

▶みどり公園課 ☎042－438－4045

あんしん 暮らし情報

税・保険・年金

未分筆道路の非課税申告

敷地の一部が未分筆のまま道路として使用されている土地で、一定の要件を満たすものは、申告をすることにより道路部分の固定資産税・都市計画税が原則として翌年度から非課税となります。　※詳細は下記へ

▶資産税課 田 ☎042－460－9829

市税・国民健康保険料の休日・夜間納付相談窓口

時 ●休日窓口…12月５日㈯・６日㈰午前９時～午後４時　※国民健康保険料の納付相談は12月５日㈯のみ

●夜間窓口…12月１日㈫・３日㈭午後８時まで　場 田無庁舎

●市税…納税課(４階)　●国民健康保険料…保険年金課(２階)　※電話または窓口で相談可

内 市税・国民健康保険料の納付および相談、納付書の再発行など

▶●納税課 田 ☎042－460－9832

●保険年金課 田 ☎042－460－9824

福祉・健康

11月14日は世界糖尿病デー(World Diabetes Day)

国連は11月14日を世界糖尿病デーに指定し、全世界で糖尿病抑制に向けたキャンペーンを推進しています。「糖尿病が強く疑われる人」の割合は、男性17.7％、女性9.3％（令和６年「国民健康・栄養調査」）です。糖尿病の重症化予防のためには、早期発見・早期治療が重要です。

❖血糖値が高くなる前に

初期には血液検査でしか兆候が現れないため定期的に健康診断を受け、血糖値を確認することが大切です。特に肥満・過食・運動不足・ストレスがある場合には、生活習慣を見直しましょう。

❖糖尿病を詳しく知りたい方へ

健康課では、栄養・食生活相談を毎月、糖尿病予防講座を年４回行っています。

※栄養・食生活相談は10面へ

▶健康課 保 ☎042－439－3526

生活のしづらさなどに関する調査(全国在宅障害児・者等実態調査)にご協力ください

在宅の障害児(者)などの生活実態とニーズを把握するため、調査員が調査地区内の世帯を訪問し、調査対象者がいるか確認します。対象者がいる場合は調査票をお渡ししますので、記入および郵送でのご回答をお願いします。

時 11月上旬～11月24日㈫

問 厚生労働省担当窓口

☎03－5253－1111

▶障害福祉課 田

☎042－420－2804　市HP

手当・助成・補助

小規模店舗等バリアフリー改修工事費等助成制度をご利用ください

店舗などのトイレの改修工事や段差解消の工事を実施する方に対し、その改修工事などにかかる費用の一部を助成しています。また、手すり設置など簡易改修工事などに対する助成もあります。

対 店舗、診療所などに供する部分の床面積が200㎡未満の既存建築物(築年数などの要件あり)　※助成金額は助成メニューにより異なります。

※詳細は下記へ

▶都市計画課 保

☎042－438－4050　市HP

くらし・環境

防災行政無線などによる全国一斉情報伝達試験

武力攻撃や地震などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国の緊急情報を、確実に皆さんへお伝えするため、市内で緊急情報伝達手段の試験を行います。この試験は、全国的に実施されます。

時 11月11日㈬午前11時　内 市内の防災行政無線スピーカーより「これはJアラートのテストです」という音声を３回放送します。　※災害とお間違えないようにお願いします。　※今回の試験放送は戸別受信機からは流れません。　※詳細は市HPへ

□**Jアラート**　国から送られてくる弾道ミサイル情報や地震などの緊急情報を、人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステム

▶危機管理課 保

☎042－438－4010　市HP

住宅増改築相談 申込不要

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分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 11月27日㈮午前10時～午後３時

場 田無庁舎２階

□**相談員**　西東京市住宅リフォーム斡旋センター

▶住宅課 保 ☎042－438－4052

都営住宅の入居者募集

❖東京都直接募集

●家族向・単身者向…3,802戸

□**案内・申込書配布**

時 11月２日㈰～11日㈬の平日のみ

場 田無庁舎２階、防災・保谷保健福祉総合センター１階、住宅課、出張所ほか

※申込書などは、募集期間中のみ 問 のHPからもダウンロード可

申 11月17日㈫(必着)までに、申込書を渋谷郵便局へ郵送またはオンライン申込

問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター(申込受付期間中☎0570－010－810／それ以外☎03－3498－8894)

❖西東京市地元募集

●家族向(２人以上)…５戸

□**案内・申込書配布**

時 11月19日㈭～30日㈰の平日のみ

場 田無庁舎２階、防災・保谷保健福祉総合センター１階、住宅課、出張所

申 12月４日㈮(必着)までに〒202－8555市役所住宅課へ郵送またはオンライン申込

▶住宅課 保

☎042－420－2742　市HP

アスベストの事前調査を知っていますか？

建築時期・規模・用途を問わず全ての建物の解体・リフォーム(改造・補修)工事を行う際にアスベスト(石綿)含有建材の有無を調査(事前調査)する必要があります。事前調査は元請け業者または自主施行者が実施しますが、工事を発注する皆さんは業者へ次のような配慮を行うことが義務となります。

●建築物などのアスベストの使用状況(設計図書など)を業者に通知するよう努める

●建築物などにアスベストが使われていた場合、アスベスト除去などの工事に必要な費用、工期、作業の方法などの発注条件について、業者が法令を順守して工事ができるよう配慮するなど

今後、解体などを検討している方は、適切な調査などを行う業者の選択および、業者への配慮をお願いします。

※詳細は国HPへ

▶環境政策課

☎042－438－4042　国HP

私有地から道路へ張り出した樹木、雑草の剪定・伐採などをお願いします

自宅の庭などの私有地から道路に張り出した樹木などが原因で事故が発生した場合、所有者の責任が問われることがあります。特に樹木などが生育する夏場には、強風や大雨などで傾き通行の支障となるケースが多くあります。

市道の通行に支障となる場合は市職員から剪定・伐採などをお願いすることもありますが、日常的な手入れなどについても皆さんのご協力をお願いします。

□**作業時の注意点**

電線や電話線のある場所での作業は危険を伴いますので、事前に東京電力パワーグリッド㈱またはNTT東日本㈱に連絡し、周囲の安全と作業中の事故に注意し作業してください。

▶道路課 保 ☎042－438－4055

市政

アスタ市営駐車場の一部閉鎖

アスタ市営駐車場の既存の機械式駐車施設を撤去し、平面化改修工事を実施します。以下の工事期間中も駐車場の利用は可能ですが、一部区画の利用ができなくなります。ご理解とご協力をお願いします。

□**工事期間**　令和９年１月中旬～12月中旬(予定)

※詳細は市HPへ

▶交通課 保

☎042－438－4057　市HP

図書館全館休館およびサービス停止

田無庁舎の電気設備点検のため、11月８日㈰は全館休館します。また、図書館電話サービス(CTI)・メール送受信サービス・各図書サービスも停止します。

なお、11月20日㈭は全館、開館します。

▶中央図書館☎042－465－0823

証明書コンビニ交付サービス停止のお知らせ

庁舎の電気設備点検に伴い、下記の日時でコンビニ交付サービスが停止します。ご理解とご協力をお願いします。なお、停止日程は変更になる場合があります。　※詳細は市HPへ

時 ●11月７日㈯午後６時から終日

●11月８日㈰終日

対 市内外の全ての店舗

□**停止する証明書**

●戸籍全部(個人)事項証明書

●戸籍の附票の写し

▶市民課 田 ☎042－460－9820

保 ☎042－438－4020

違法駐車はみんなの迷惑

田無駅周辺を、「違法駐車等防止重点実施地域」に指定しています。違法駐車は、交通渋滞や交通事故の原因となり、救急車や消防車などの緊急車両の通行の妨げにもなります。駐車の際には、駐車場の利用をお願いします。

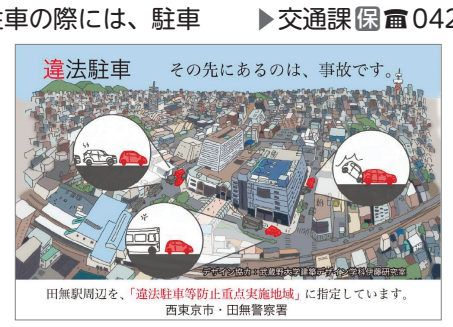
□**主な事故原因**

●駐車車両への衝突(特に夜間)

●駐車車両を避けるための進路変更

●駐車車両による歩行者発見の遅れ

▶交通課 保 ☎042－438－4057



市と武蔵野大学との相互協力事業として、建築デザイン学科伊藤研究室の学生がデザインしました。

《下郷町HPのブックマーク登録を》　災害などで市HPが更新できない場合、姉妹都市の福島県下郷町HPに災害関連情報を代理掲載します。　▶広報プロモーション課 田

教育委員会事務事業の点検・評価報告書

教育委員会では、令和７年度の主な施策事業である24項目について、点検および評価を行い、報告書を作成しました。報告書などの詳細は、市HPまたは市役所情報公開コーナーでご覧ください。

▶教育企画課 田
☎042－420－2822

市HP

選挙

期日前投票・不在者投票制度

12月27日㈰は、西東京市議会議員選挙の投票日です。投票日当日に投票できない方は、期日前投票・不在者投票をご利用ください。※詳細は市HPへ

□**期日前投票**

時／場 ●12月21日㈰～26日㈯／田無庁舎２階またはエコプラザ西東京
●12月24日㈭～26日㈯／ひばりが丘図書館
いずれも午前８時30分～午後８時

□**滞在地での不在者投票**

仕事・旅行などで市外に滞在する方は、滞在地の選挙管理委員会で不在者投票ができます。本市選挙管理委員会に不在者投票用紙などの請求をしてください。マイナポータル「ぴったりサービス」から電子申請もできます。投票用紙などを受領後、お早めに滞在地の選挙管理委員会で投票してください。

□**指定病院などでの不在者投票**

不在者投票できる施設として指定を受けた病院・老人ホームなどの施設に入院・入所している方は、その施設内で不在者投票ができます。希望する方は、施設の担当者にお申し出ください。

▶選挙管理委員会事務局 田
☎042－420－2801

市HP

募集

市民マップへの広告掲載

令和９年４月に発行する市民マップへ掲載を希望する事業主を募集します。

□**募集枠** ５枠
□**サイズ** 縦５㎝×横7.5㎝以内
□**印刷予定部数** １万1,000部
□**配布先** 転入者・希望者
□**掲載料** １万5,000円
□**申込期限** 11月30日㈰
※詳細は市HPへ

▶広報プロモーション課 田
☎042－460－9804

市HP

会計年度任用職員(障害のある方)

採用を希望される方は事前登録が必要です。欠員が生じた場合に条件の合う方へ連絡し、後日面接を行います。必ず面接または採用されるわけではありませんので、ご了承ください。

□**受験資格** 次のいずれかに該当すること
●身体障害者手帳の交付を受けている方
●療育手帳の交付を受けている方
●障害者職業センターなどにより知的障害者であると判定された方
●精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方

※詳細は市HPへ

▶職員課 田
☎042－460－9813

市HP

生活介護事業所運営事業者

市有財産賃貸借契約が令和９年３月31日をもって期間満了になることに伴い、運営事業者を募集します。

□**賃貸借物件** 東伏見２号分庁舎
□**貸付期間** 令和９年４月１日～令和12年３月31日 ※詳細は市HPへ

▶障害福祉課 田 ☎042－420－2804

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** 12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** 11月６日㈭まで

▶幼児教育・保育課 田 ☎042－452－6777

【市民協働企画提案事業(U29チャレンジ部門)】西東京市役所大解剖！アンケートにご協力ください！

エフエム西東京で学生ラジオ番組を放送している団体「ミッドナイトスクール」は、若者の地域への関心向上や地域参画の促進を目的として、市役所の仕事や職員の思いを取材し、若者目線の情報発信に取り組んでいます。ラジオ番組やWEB記事作りの参考とするため、市民の方から見た市役所の仕事や職員に関するイメージや気になることなどを教えてください。

□**回答** 11月30日㈰までに、下記フォームから
※３分程度 ※回答は団体に送信され統計的に処理します。

▶協働コミュニティ課 田
☎042－420－2821

回答フォーム

□市民協働企画提案事業 U29チャレンジ部門とは

市では、市民活動団体などと市が協働で地域課題の解決と市民サービス向上に向けた取組を企画提案していただき、審査により採択された事業に補助金を交付しています。なかでもU29チャレンジ部門は、29歳以下を中心とする団体が市の魅力アップやこうなったらいいなと思うことを企画提案する部門です。令和８年度は子ども向けイベントの開催や市の魅力アップ活動を行う５つの団体を採択し、若者世代の“やりたい！”を応援しています。

市職員(令和９年４月１日以降採用予定)

市民の皆さんに寄り添い、より良い未来を共に築く職員を募集しています。「西東京市を支える仕事をしてみたい」そんな思いをお持ちの方、ぜひお申し込みください。
※試験区分により、年齢などの受験資格が異なります。

□**申込締切** 11月24日㈫午前10時 ※詳細・申込は市HPへ

▶職員課 田
☎042－460－9813

市HP

試験区分	採用予定者数
一般事務Ⅰ類(主任級)	10人
一般事務Ⅰ類	
一般事務Ⅰ類(社会福祉士)	5人
一般事務Ⅰ類(精神保健福祉士)	
一般事務Ⅰ類(障害のある方)	若干名
土木技術Ⅰ類(主任級)	若干名
土木技術Ⅰ類	
建築技術Ⅰ類(主任級)	若干名
建築技術Ⅰ類	
保育士Ⅰ類	若干名
保育士Ⅱ類	

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。

❀飯田幸正 様(金員)

▶広報プロモーション課 田 ☎042－460－9804

11月の人権・身の上相談のご案内

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。

時11月12日㈭・25日㈫午前９時～正午・午後１時～４時 場田無庁舎２階
申11月2日㈰～前日に、電話で下記へ

▶男女平等推進センター☎042－439－0075

他機関からのお知らせ

※申マークがないものは、当日、直接会場へ

東京ウィメンズプラザフォーラム

男女平等参画の推進を目的に、民間39団体と連携した情報発信を行うイベントを開催します。

時 ●11月７日㈯午前10時～午後７時
●11月８日㈰午前10時～午後４時
場東京ウィメンズプラザ
内民間団体による展示・ワークショップ、編み物ワークショップ、出展団体とのおしゃべり交流会、東京女子管弦楽団によるトーク＆アンサンブルなど
¥民間出展団体の一部企画において有料企画あり
※詳細は問のHPへ
問東京ウィメンズプラザフォーラム事務局 ☎03－6804－6645

傍聴 審議会など

■市議会定例会

第４回定例会は、11月20日㈭から開催する予定です。本会議・委員会は傍聴できます。日程などは決まり次第、市議会HPでお知らせします。請願・陳情の提出期限などは、お問い合わせください。

▶議会事務局 田 ☎042－460－9861

■空き家等対策協議会

時11月５日㈭午前９時30分
場防災・保谷保健福祉総合センター６階
内管理不全空き家等および特定空き家等の進捗状況など
定５人 ※議題によっては全て非公開となる可能性があるため、傍聴を希望される場合は、事前に下記へご連絡ください。

▶住宅課 保 ☎042－438－4052

■文化財保護審議会

時11月５日㈭午後６時30分
場田無第二庁舎５階
内西東京市の文化財保護
定５人

▶地域学習推進課 田 ☎042－420－2832

■行財政改革推進委員会

時11月６日㈭午前10時
場田無庁舎３階
内行財政改革大綱、アクションプランの取組など
定５人

▶企画政策課 田 ☎042－460－9800

■下水道審議会

時11月12日㈭午後２時
場保谷南分庁舎
内経営改善のあり方の方向性の検討
定３人

▶下水道課 保 ☎042－438－4058

■介護保険運営協議会

時11月13日㈭午後７時
場田無第二庁舎４階
内高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(第10期)・認知症施策推進計画(素案)検討など
定５人

▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2810・2814

■建築審査会

時11月19日㈭午後２時
場保谷東分庁舎
内建築基準法に基づく同意など
定５人 ※一部非公開

▶建築指導課 保 ☎042－438－4026

■文化財保存活用懇談会

時11月25日㈫午後６時
場田無第二庁舎３階
内市内文化財の保存と活用に関すること
定５人

▶地域学習推進課 田 ☎042－420－2832

■教育委員会

時11月13日㈭午後２時
場田無第二庁舎４階
内行政報告など
定10人

▶教育企画課 田
☎042－420－2743

凡例 時日時 場場所 内内容 対対象 定定員 講講師 ¥料金(記載がない場合は無料) 持持ち物 申申込 問問い合わせ 田田無庁舎敷地内 保保谷庁舎敷地内

休日診療

※マイナ保険証または資格確認書、診療代をお持ちください。

市HP

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(びくう)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 5時～ 7時
1日	**保谷厚生病院** 栄町１－17－18 ☎042－424－6640	**しげみつファミリークリニック** 田無町５－４－13 ハママンション第二　１階 ☎042－452－7411	**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
3日	**西東京中央総合病院** 芝久保町２－４－19 ☎042－464－1511	**東伏見駅前内科糖尿病クリニック** 富士町４－18－11 フジビル１階 ☎042－466－5105	
8日	**田無病院** 緑町３－６－１ ☎042－461－2682	**やまぐち内科眼科クリニック** (内科診療のみ対応可) 田無町７－16－30 ☎042－462－7578	
15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	**武村医院** 東伏見５－９－14 ☎042－462－8556	

□**東京都　子供の健康相談室**
時 ●平日：午後６時～翌午前８時　●㊏・㊐・㊗：午前８時～翌午前８時
☎＃8000（プッシュ回線の固定電話、携帯電話）／☎03－5285－8898

□**東京消防庁救急相談センター**
時毎日24時間 ☎＃7119（プッシュ回線の固定電話・携帯電話）／☎042－521－2323

□**東京都　医療機関案内サービスひまわり**
時毎日24時間 ☎03－5272－0303
聴覚障害者向け専用ファクス FAX03－5285－8080

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	
1日	**しげる歯科** 向台町５－１－１ ☎042－467－1107	
3日	**はせがわ歯科クリニック** 田無町３－１－13　ラ・ベルドゥーレ田無101 ☎042－450－5800	**歯科吉岡医院** 谷戸町３－26－２ ☎042－421－8141
8日	**たむらデンタルクリニック** 東町４－13－23　メープルヴィレッジ１階 ☎042－439－4618	
15日	**遠藤歯科医院** 田無町２－21－４ ☎042－461－1100	

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

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。



パブリックコメント

皆さんのご意見をお寄せください

市の重要な政策を策定する際に、原案を公表して広く市民の皆さんから意見を求め、いただいた意見を考慮しながら政策を決定します。
※匿名意見は受け付けませんので、意見提出の際は、住所・氏名を必ずご記入ください。
※ご意見には個別に回答しません。

事案名　西東京市一般廃棄物処理基本計画および西東京市災害廃棄物処理計画の改定(素案) ▶資源循環推進課☎042－438－4043

策定趣旨	令和３年度に策定された「西東京市一般廃棄物処理基本計画」および「西東京市災害廃棄物処理計画」について、令和８年度に第１期計画期間が終了します。そのため、この間の廃棄物および資源物を取り巻く社会情勢の変化に対応するべく、両計画を改定します。
閲覧方法	11月９日㈪から、情報公開コーナー(田無庁舎５階)・市HP
対象	在住・在勤・在学者、市内に事務所または事業所がある法人・団体
提出期間	11月９日㈪～12月８日㈫(必着)
提出方法	●持参(エコプラザ西東京) ●郵送(〒202－8555市役所資源循環推進課) ●ファクス(FAX042－421－5410)　●市HPから ●メール(✉shigen@city.nishitokyo.lg.jp)
検討結果の公表	令和９年２月(予定)

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　11月４日㈬午前８時30分(★印は、10月19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。
※同一申込期間に予約できる相談は、１件です。
※申込開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。
問市民相談室 田☎042－460－9805

内容	相談員	日時	
法律相談	弁護士	11月19日㈭・25日㈫・26日㈭	午前９時～正午
		11月17日㈪・18日㈫・27日㈭	午後１時30分～４時30分
交通事故相談	弁護士	★11月 ５日㈭	午後１時30分～４時
		11月24日㈪	午前９時30分～正午
税務相談	税理士	11月20日㈮・24日㈫	午後１時30分～４時30分
不動産相談	宅地建物取引士	★11月12日㈭	午後１時30分～４時30分
		11月27日㈮	午前９時～正午
登記相談	司法書士	★11月 ２日㈪	午前９時～正午
		11月19日㈭	午後１時30分～４時30分
表示登記相談	土地家屋調査士	★11月 ２日㈪	午前９時～正午
年金・労災・雇用保険人事一般相談	社会保険労務士	※11月15日号でお知らせします。	
行政相談	行政相談委員	★11月 ９日㈪	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	★11月13日㈮	午後１時30分～４時30分

のびのび子育て

福祉・健康

離乳食講習会スタート

時12月４日㈮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11月27日㈮までに市HPから
▶子ども家庭課保
☎042－438－4037

市HP

離乳食講習会ステップ(保育あり)

時12月10日㈭午前10時30分～11時45分(受付：10時15分から)　場田無総合福祉センター　内離乳食の中期から後期のお話、試食、歯科のお話　対在住の６～８カ月の子どもの保護者　定16組(第一子優先)　申11月26日㈭までに、メールで件名「離乳食ステップ」・希望日・住所・保護者氏名・子どもの氏名(ふりがな)・子どもの生年月日・第○子・電話番号を下記へ
▶子ども家庭課保☎042－438－4037
✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

からだと心の健康相談(保健師による電話相談)　時平日 午前９時～正午・午後１時～４時　▶健康課保(☎042－438－4087)(相談専用)

３～４カ月児健康診査

時11月５・19日㈭ 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①11月16日㈪ ②12月21日㈪ 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①は11月10日㈫ ②は12月15日㈫までに、市HPから
▶子ども家庭課保
☎042－438－4037
市HP

にこにこ２さいの会

時11月10日㈫、12月８日㈫ 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11月４・11・25日㈬ 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

お口の健康相談室

時①11月17日㈫午後１時15分・１時30分(初回) ②12月15日㈫午前９時15分・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①は11月11日㈬ ②は12月９日㈬までに、電話または市HPから
▶子ども家庭課保
☎042－438－4037
市HP

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11月20日㈭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11月１日㈰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
申込フォーム

個別育児相談会

時・場①11月26日㈭田無総合福祉センター ②12月７日㈪防災・保谷保健福祉総合センター２階 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①は11月19日㈭ ②は11月30日㈪までに、下記へ電話
▶子ども家庭課保
☎042－438－4037

手当・助成

新入学準備金の申請受付が始まりました

令和９年４月に新小・中学１年生になる子どものいる家庭で、経済的理由により就学困難と認められる場合、新入学準備金を受給できます。ご希望の方は申請してください。
対令和９年２月１日時点で西東京市に住民登録があり、令和９年４月に新小・中学１年生になる子どもがいる家庭の保護者の方
※収入などによる審査あり ※現在小学６年生で、既に「令和８年度就学援助費」に認定されている方は申請不要
※生活保護受給中の方・私立小学校に在籍の方は対象外
□**支給金額**
●新小学１年生：６万4,300円
●新中学１年生：８万1,000円
□**支給時期** 令和９年２月末(予定)
□**申請方法** 市HPにある申請フォームまたは学務課(田無第二庁舎３階)
□**受付期間** 11月１日㈰～令和９年１月15日㈭ ※詳細は市HPへ
▶学務課田
☎042－420－2824
市HP

児童育成手当の所得制限限度額の引き上げ

児童育成手当の制度改正により、令和８年６月分の手当から、所得制限限度額が引き上げられました。
現在、児童育成手当を申請していない方で、新たに手当の支給対象となる場合には申請が必要です。なお、今回の制度改正により新たに支給対象として認定された場合には、令和８年６月分の手当から支給されます。
※既に児童育成手当を受給している方は手続不要です。
□**所得制限限度額**

扶養人数	これまで	令和8年6月分から
０人	366万1,000円	375万8,000円
１人	404万1,000円	413万8,000円
２人	442万1,000円	451万8,000円
３人	480万1,000円	489万8,000円
４人目以降	１人増すごとに38万円を加算	
16歳から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25万円	
老人扶養	１人につき10万円	

▶子ども若者応援課田
☎042－460－9840
市HP

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)と、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 ●11月７日㈯午前10時～正午／田無総合福祉センター ●11月18日㈬午前10時～正午／住吉会館ルピナス 定各20人(申込順) ※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

年末保育の実施

12/29㈫

午前７時30分～午後６時30分の間で保護者の就労に応じた時間
※午前10時までに登園必須。午後のみの保育は行いません。
場すみよし保育園・向台保育園
(利用申請人数によりどちらか１園になる場合あり)

年末に保護者が就労のため家庭で保育ができない場合に、市内公設公営保育園で保育を実施します。
□**保育要件** 保護者の就労により家庭保育が困難と認められたとき
対／定在住で１歳～就学前の子ども／各園30人(利用申請人数により抽選および調整あり)
¥ ●半日利用（午後１時まで）…1,500円
● １日利用(午後１時を超えた場合)…3,000円(おやつ代を含む)
※昼食は弁当を持参してください。
申11月13日㈮～30日㈪に、下記の提出書類を幼児教育・保育課(田無第二庁舎２階)または市内公設公営保育園へ持参(平日午前８時30分～午後５時)
□**提出書類**
●年末保育利用申請書
●勤務証明書(両親分)：12月29日㈫が勤務であることを事業主が証明したもの
●児童連絡票
●食事調査表
※食物アレルギーのある子どもは事前に年末保育実施園に必ずご相談ください。
※各書類は幼児教育・保育課および市内公立・私立保育園で配布
□**決定通知** 12月４日㈮発送予定
▶幼児教育・保育課田
☎042－452－6777



Web申込できます！ 令和９年４月からの学童クラブ入会案内

現在入会中の方も、毎年度申請が必要です。

学童クラブの利用をご希望の方は、必ず、入会案内にて要件や必要書類をご確認のうえ、お申し込みください。
※本申請期間中の申込が優先されますので、ご注意ください。
対小学校などに在学中の児童(５・６年生は障害のある児童のみ)
□**入会案内の配布**
11月９日㈪から、市HP、児童青少年課窓口(田無第二庁舎２階)、防災・保谷保健福祉総合センター１階、児童館*1、学童クラブ
※勤務証明書は市HPで公開中。お早めにご準備ください。
□**申込方法・受付期間**

申請方法	受付期間
申込フォーム	11月13日㈮～12月18日㈮
郵送	11月13日㈮～12月18日㈮(消印有効)
窓口	12月１日㈫～18日㈮ ●児童青少年課(田無第二庁舎２階) ※平日午前８時30分～午後５時 ●児童館*1 ※㈪～㈯午前９時30分～午後６時 12月１日㈫～11日㈮ ●学童クラブ ※㈫～㈮午後１時～６時

※施設の利用状況および申請状況により、ご希望の学童クラブに近接する学童クラブになる場合や入会できない場合があります。
＊１ 田無柳沢児童センターを除く
▶児童青少年課田
☎042－460－9843
市HP
申込フォーム



凡例 時日時 場場所 内内容 対対象 定定員 講講師 ¥料金(記載がない場合は無料) 持持ち物 申申込 問問い合わせ 田田無庁舎敷地内 保保谷庁舎敷地内

先輩ママとお話しする会

障害のある子どもの保護者が相談員となっ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㈬、第３㈭開催予定)。
時11月19日㈭、12月２日㈬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ぽっく
☎042－452－0075
▶障害福祉課 田
☎042－420－2805
市HP

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１日目：12月４日㈮　２日目：12月19日㈯いずれも午前９時45分～正午(受付：９時30分から)　場防災・保谷保健福祉総合センター２階　内１日目：赤ちゃんのお世話について　２日目：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(申込多数は抽選)　※２日間ともパートナーとの参加可　申11月２日㈪～14日㈯に、市HPから
▶子ども家庭課 保
☎042－438－4037
市HP

ようこそ としょかん　11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**　５・19日㈭午前11時／１～２歳児と保護者　※５日は「わらべうたの時間」
- **おはなし会**　５・12・19・26日㈭午後３時30分／３歳児から
- **サンサンおはなし会**　15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)**　１日㈰午前11時／どなたでも
- **秋のスペシャルおはなし会**　３日㈷午前11時／３歳以上の子どもと保護者

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**　13・27日㈮午前11時／１～２歳児と保護者　※13日は「わらべうたの時間」
- **おはなしひろば**　27日㈮午後４時／３歳児から
- **おはなしのへや**　７・21日㈯午後３時30分／５歳児から
- **秋のスペシャルおはなしひろば**　13日㈮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**　11日㈬午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなし会**　５・12・19・26日㈭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**　４・18日㈬午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなし会**　11・25日㈬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**　６・13日㈮午前11時／１～２歳児と保護者　※６日は「わらべうたの時間」
- **おはなしひろば**　４・11・18・25日㈬午後３時30分／３歳児から
- **わくわくドキドキ紙芝居**　14日㈯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**　６・13・27日㈮午前11時／１～２歳児と保護者
- **おはなしひろば**　４・18日㈬午後４時／３歳児から
- **おはなしひろばサタデー秋のスペシャル**　７日㈯午前11時／３歳以上の子どもと保護者

児童館・児童センターとの共催行事

- はじめてのページ　５日㈭午前11時15分／下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば　13日㈮午後３時30分／新町児童館／３歳児から

各館の休館日　２日㈪・８日㈰・９日㈪・16日㈪・24日㈫・30日㈪
※芝久保・谷戸図書館は、３日㈷・23日㈷も休館

いきいき シニア

初心者歓迎！
eスポーツ連続講座・デジサポ養成研修

「eスポーツ」とは、電子機器(ゲーム)を用いて行う娯楽・競技・スポーツ全般を指す言葉です。高齢者には認知機能の維持やフレイル(虚弱)予防の効果があると考えられています。

❖eスポーツ連続講座

３回の講座を通して楽しみながらレベルアップしましょう！
時・場下表参照
内太鼓ゲーム・パズルゲーム
対在住の60歳以上で、会館ごとの全日程(各３回)に参加可能な方・未経験者も可
定各20人程度



会場	日程	時間
老人福祉センター	【１回目】12月１日㈫	午前11時～正午
	【２回目】12月８日㈫	
	【３回目】12月15日㈫	
富士町福祉会館	【１回目】12月１日㈫	午後１時30分～２時30分
	【２回目】12月８日㈫	
	【３回目】12月15日㈫	
新町福祉会館	【１回目】12月18日㈮	午後１時30分～２時30分
	【２回目】12月22日㈫	
	【３回目】12月25日㈮	
住吉老人福祉センター	【１回目】12月23日㈬	午前11時～正午
	【２回目】令和９年１月６日㈬	
	【３回目】令和９年１月13日㈬	
ひばりが丘福祉会館	【１回目】令和９年１月12日㈫	午後１時30分～２時30分
	【２回目】令和９年１月19日㈫	
	【３回目】令和９年１月26日㈫	
下保谷福祉会館	【１回目】令和９年１月12日㈫	午前11時～正午
	【２回目】令和９年１月19日㈫	
	【３回目】令和９年１月26日㈫	

❖デジサポ養成研修

家庭用ゲーム機を用いて、市の公共施設や高齢者のイベントで講座を盛り上げる「デジサポ」(健康デジタル指導士)になりませんか？
時11月27日㈮ 午後１時～４時
場J:COMコール田無
対在住・在勤・在学の18歳以上の方
定20人

□**共通**
申11月２日㈪午前９時以降、電話または各申込フォームから
問西東京市eスポーツ事業受付窓口
(運営：JCOMマーケティング㈱)
☎03－5544－8142（平日午前９時～午後５時）
▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2812
共通申込フォーム

eスポーツ出張体験会受付中

普段活動している場所でいつもの仲間とeスポーツをやってみませんか？eスポーツを行う場所をご用意いただければ機器を持って出張します！

❖eスポーツ出張体験会

時・場要相談
内太鼓ゲーム・パズルゲームなど
対60歳以上の方の集いの場・地域のイベントなど
申電話または各申込フォームから
問西東京市eスポーツ事業受付窓口
(運営：JCOMマーケティング㈱)☎03－5544－8142
(平日午前９時～午後５時)
▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2812
申込フォーム

《授乳室のご案内》　田無庁舎２階、田無第二庁舎２階、防災・保谷保健福祉総合センター１～３階　※乳幼児を連れてご来庁の際は、お気軽にご利用ください。

西東京市フロマエ・ロマン事業

お風呂屋さんで体操してから、一番風呂に入ろう!



銭湯で、椅子に座ってストレッチと有酸素運動で楽しく体を動かした後、一番風呂に入りませんか？30分間の体操の後、銭湯開店まで参加者限定で入浴ができます。　※午後３時の銭湯開店後も、引き続き入浴可能

対 在住の65歳以上で、要介護１～５の認定を受けておらず、運動が可能な方

定 ●ゆパウザひばり：各回10人　●庚申湯：各回８人

¥ 300円(入浴料込み、当日会場で現金を支払い)　申 11月２日㈪午前９時～16日㈪午後５時に、住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望会場名を電話で下記へ(ともに申込順・１人２回まで)

会場	日程	体操実施時間
ゆパウザひばり 谷戸町３－17－８	12月 ７日㈪ 令和９年 １月18日㈪ ２月 ８日㈪ ３月 ８日㈪	午後２時～ ２時30分
庚申湯 芝久保町１－13－２	12月24日㈭ 令和９年 １月28日㈭ ２月25日㈭ ３月18日㈭	

※開場時間：午後１時50分
※入浴可能時間：午後２時30分から
▶高齢者支援課 田 ☎042－420－2812

入院期間中の紙おむつ代の助成申請

対象期間　令和８年７月１日～10月31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、紙おむつ代を病院などに支払っている高齢者の方などに助成を行います。

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に支払っている　●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…11月10日㈫～30日㈪に下記へ　※平日のみ
●郵送…11月10日㈫～30日㈪(消印有効)に〒188－8666市役所高齢者支援課へ

□**必要なもの**

●紙おむつ助成金交付申請書(成年後見人など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
※令和８年３～６月入院分の未申請分についても、併せて受付可能です。
※次回(令和８年11月～令和９年２月入院分)は令和９年３月に予定
▶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)
☎042－420－2810

シルバーウイーク

～65歳以上の方はスポーツ施設を無料で利用できます～

12/14㈪▶25㈮

平日午前９時～午後３時入館

内 ●温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用　●各種教室の参加(下表参考)　※事前申込が必要　対 在住の65歳以上の方　持 令和８年度用のシルバーウイーク参加カード(過去のカードは住所が分かるものも必要。ない方は初回のみ本人確認書類を持参)　申 11月５日㈭午前９時以降に、開催施設へ直接お電話または受付窓口へ
※申込順

問 ●旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター ☎042－425－0505
●総合体育館 ☎042－467－3411
●きらっと ☎042－451－0555



場所	番号	教室名	施設	日付	時間	定員
プール	①	水中ウオーキング	旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター	12月25日㈮	午後１時～２時	各20人
	②	水中運動		12月17日㈭		
フロア	③	バランストレーニング&ストレッチ		12月18日㈮		各30人
	④	転倒予防&健脳トレーニング		12月22日㈫		
	⑤	ウオーキング&簡単筋トレ	総合体育館	12月16日㈬	午前10時30分～11時30分	各20人
	⑥	体力向上ハツラツ体操		12月23日㈬		
	⑦	簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	12月21日㈪		
	⑧	ストレッチ&転倒予防		12月14日㈪		

▶スポーツ振興課 田 ☎042－420－2818

わくわく催し

西原自然公園 里山しごと体験デー 始めます

毎月第３㈯
● ６～９月：午前９時～11時
● 10～５月：午前９時30分～11時30分
※雨天中止
西原自然公園

誰でも里山しごとを体験できる「西原自然公園　里山じかん」を毎月第３㈯に開催。ノコギリや草刈り作業のあとはお楽しみ時間も。まちなかにある自然豊かな公園で思いきり体を動かし、運動不足解消・リフレッシュしましょう。

□**持ち物**　軍手・長袖・長ズボン・帽子・飲み物　※カマは貸出あり
対 小学生以上(小学生以下は保護者同伴)　申 申込フォームから　※当日参加可能　※詳細は問のHPへ
問 日比谷アメニス・公園とまちづくりグループ(西東京いこいの森公園パークセンター) ☎042－467－2391 (午前９時～午後５時)
協力：西原自然公園を育成する会
▶みどり公園課 ☎042－438－4045

ひと味違う！めぐマルシェ

11月６・20日㈮
午後１時15分～２時30分
※売り切れ次第終了
ONE FOR ALL西東京



朝、畑から収穫した西東京産の新鮮な野菜と甘い果実(シャインマスカット・キウイフルーツなど)が並びます。“ひと味違う新鮮野菜、甘い果実”をぜひ日常の中で味わってください。売り切れ次第終了となりますのでお早めにお立ち寄りください。
持 エコバッグ
▶産業振興課 田 ☎042－420－2820

３虐待(児童・高齢者・障害者)防止キャンペーン

11月６日㈮ 午後２時
※グッズなくなり次第終了
田無駅

11月の児童虐待防止推進月間に合わせて、高齢者・障害者への虐待防止を推進するため「３虐待防止キャンペーン」を実施します。
内 キャンペーングッズの配布
□**高齢者に関する相談窓口**

凡例　時 日時　場 場所　内 内容　対 対象　定 定員　講 講師　¥ 料金(記載がない場合は無料)　持 持ち物　申 申込　問 問い合わせ　田 田無庁舎敷地内　保 保谷庁舎敷地内

▶●高齢者支援課 田
☎042－420－2811
●地域包括支援センター(市内８カ所のセンターの 問 は市 HP へ)

□障害者に関する相談窓口
▶障害福祉課 田
☎042－420－2805

□子育て家庭に関する相談窓口
▶子ども家庭課 保
☎042－439－0081

□子どもの相談・救済に関する窓口
▶子ども相談室ほっとルーム
☎0120－9109－77　市 HP

認知症サポーター養成講座

11月14日㈯ 午後２時～３時30分
ふれあいけやきサロン(西原総合教育施設)

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始めてみませんか？

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人以上で市内どこでも出張講座を実施します。

対 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 11月10日㈫までに、申込フォームまたは電話で下記へ

□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 田
☎042－420－2811　申込フォーム

女性に対する暴力をなくす運動期間 パネル展示・ワークショップ

①11月17日㈫～25日㈬
②11月18日㈬
午前10時～11時30分・午後２時～３時30分
住吉会館ルピナス　※当日直接会場へ

11月12～25日は、女性に対する暴力をなくす運動期間です。男女平等推進センターパリテではパネル展示と登録団体によるワークショップを行います。誰もが安心して暮らせる社会の実現に向けて、考えるきっかけにしてみませんか。

内 ①ＤＶ防止啓発パネル展示
②パープルリボンプロジェクトをすすめる会によるワークショップ
定 30人(先着)
▶男女平等推進センター
☎042－439－0075　市 HP

リハビリ窓口相談

11月19日㈭
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 11月16日㈪までに、電話で下記へ
▶健康課 保 ☎042－439－3526

パート・アルバイト・契約社員で働くときの基礎知識 ～社会保険・税金・労働法のしくみを知り、働き方を選ぶために～

11月20・27日㈭
午後１時30分～３時30分
東京都労働相談情報センター多摩事務所

定 70人(申込順)　申 申込フォームまたは電話で 問 へ
問 東京都労働相談情報センター多摩事務所
☎042－595－8731
▶男女平等推進センター
☎042－439－0075

多摩六都フェア　多摩５美術展

11月21日㈯～29日㈰
午前９時～午後５時(初日は午後２時から)　※23日㈷を除く
※11月27日㈭のみ午後８時まで(ナイトミュージアム)
東村山市立中央公民館

圏域５市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)を代表する著名な美術家の作品(絵画)を展示します。圏域５市を巡回しており、今年は東村山市で開催します。
※詳細は東村山市 HP へ

□主催　多摩北部都市広域行政圏協議会
問 東村山市立中央公民館
☎042－395－7511
▶文化振興課 田
☎042－420－2817　問の HP

「みどりの散策路」を歩こう

11月25日㈬
午前９時30分～正午　※雨天中止
●**集合：保谷駅北口広場**
●**解散：あらやしき公園**

「みどりの散策マップ(A)まちの里山コース(2.9㎞)」の「下保谷」の歴史をしのぶ社寺、屋敷林や豊かなみどりと田園風景がゆっくり楽しめるコースを歩きましょう！

定 20人(申込順)　持 水筒・雨具など
申 11月13日㈭午前９時～20日㈭午後５時までに、電話・メールで住所・氏名・電話番号・年齢を下記へ
▶みどり公園課
☎042－438－4045
✉kouen@city.nishitokyo.lg.jp

事業承継個別相談会

11月25日㈬
●午後１時30分
●　３時(各回完全予約制)
田無第二庁舎５階

国が運営する「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・引き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 11月18日㈬までに、電話または市 HP 内のチラシ兼申込書に必要事項を記入のうえ、ファクスで下記へ
▶産業振興課 田
☎042－420－2819
FAX042－420－2893　市 HP

生成AI活用セミナー

11月25日㈬ 午後７時～８時30分
保谷駅前公民館

生成AIの歴史や仕組み、仕事での活用法を演習を交えて学びます。

定 20人　※Zoom参加：30人程度(いずれも申込順)　講 櫻井良堅さん(ITコーディネータ多摩協議会)　申 11月４日㈬から、申込フォームから
問 保谷駅前図書館
☎042－421－3060
▶中央図書館
☎042－465－0823　申込フォーム

クリスマスリースを作ろう！ ～緑のカーテンのつるの再利用～

11月26日㈭
午前10時～午後０時30分
エコプラザ西東京

エコプラザ西東京壁面で毎年育成している「琉球アサガオの緑のカーテン」。このつるを有効利用してリースを作ります。手づくりのリースで華やかにクリスマスの飾りつけをしましょう！

対 在住・在勤・在学で18歳以上の方
定 15人(申込多数は抽選)　講 中島京子さん(エコプラザ西東京協力員)
申 11月１日㈯～10日㈫に、申込フォームから　※当選者にのみ、11月12日㈭までにメールで連絡
問 エコプラザ西東京
☎042－421－8585
▶環境政策課
☎042－438－4042　申込フォーム



庭の緑地化ガーデニング講座 初冬編～街の緑化は我が家から～

11月27日㈭
午前10時30分～午後０時30分
※雨天は12月４日㈭に延期
エコプラザ西東京

土づくりの基礎、冬の花苗の種類などを学びます。エコプラザ西東京の花壇で寄せ植えの実践もします。学習後に自宅で実践するための２苗を持ち帰ることができます。

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方
定 12人(申込多数は抽選)　講 どろんこ作業所 手づくり山(作業指導)　持 軍手・筆記用具　申 11月２日㈪～９日㈪に、申込フォームから　※当選者にのみ、11月12日㈭までにメールで連絡　※雨天の場合は、開催の有無を前日午後５時30分までに電話連絡
問 エコプラザ西東京
☎042－421－8585
▶環境政策課
☎042－438－4042　申込フォーム

からだとこころの健康相談 【保健師による面接相談】

11月27日㈭
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

対 市内に住民票がある方　定 ２人(申込順)　申 11月24日㈫までに、電話で下記へ
▶健康課 保 ☎042－439－3526

しゃきしゃき体操パート２講座

11月27日㈭
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。

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 前日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

親子で収穫祭　大根を収穫しよう！

11月28日㈯
●午前９時45分～10時15分
●　10時45分～11時15分
(雨天時：11月29日㈰)
市内農業者のほ場(北町６－６)

市内の畑で、大根の収穫体験をします。とれたての大根をご家庭で味わってみましょう。親子で市内の農業の魅

エコプラザ西東京リユース祭り2026秋

11/22㈰　午前10時～午後２時
※入場整理券は午前９時から配布
場 エコプラザ西東京

衣類・食器・かばん・靴・おもちゃ・雑貨・DVD・CD・本など、再利用可能な不要品を無料で譲り合うリユース活動。当日１人５点まで受け取り可。市外の方も参加できます。　※営利目的の利用不可

□リユース品の持込受付
時 11月21日㈯午前10時～午後１時
内 １人10点(セット品は一式で１点)まで受け付けます。　※動植物、危険物、飲食類、医薬品、貴金属、修理・修繕が必要なもの、汚れているものなどリユース品として適当ではないと判断した物は不可
対 在住・在勤・在学の方　※11月23日㈷以降のリユース品は在庫状況に応じて１週間程度継続展示を実施しますが詳細は未定
問 エコプラザ西東京
☎042－421－8585
▶環境政策課
☎042－438－4042

市役所の郵便番号は個別番号です。田無庁舎敷地内：〒188－8666、保谷庁舎敷地内：〒202－8555で、この記入があれば、住所(所在地)は省略できます。

力を、ぜひ体験してみてください。
対在住の小学生と保護者　定各回25組(申込多数は抽選)　持軍手・飲み物・タオル・汚れてもよい服装・靴・持ち帰り用袋
申11月16日㈰午後５時までに、申込フォームから
▶産業振興課 田
☎042－420－2820　申込フォーム

ここでしか聞けない！里親の話 ～養育家庭(里親)体験発表会～

11月28日㈯ 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

都には、親の病気や虐待などのさまざまな理由により、親と一緒に暮らすことのできない子どもが約4,000人います。このような子どもたちを自らの家庭に迎え入れ、あたたかく愛情をもって育ててくださる方を「里親」といいます。当日は、東京都の里親制度の説明と、養育家庭経験をした里子が登壇し、里親との関係や日々の生活について話をします。
内里親制度の説明・里子へのインタビュー・個別相談　定40人程度(申込順)　※３人まで保育あり(申込順・前日正午までに下記へ)
申申込フォームまたは電話で下記へ
▶子ども家庭課 保
☎042－425－3303　申込フォーム

栄養・食生活相談

12月４日㈮
午前９時～正午(１人30分程度)
田無総合福祉センター

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12月１日㈫までに、電話で下記へ
▶健康課 保 ☎042－439－3526

野鳥観察会(初冬)

12月５日㈯ 午前９時45分～正午
※荒天時は翌日同時刻に延期
石神井川・武蔵関公園周辺

身近な野鳥に親しむ講座です。初冬の野鳥観察をいっしょに楽しみましょう！
対在住・在勤・在学の小学３年生以上の方(小学生は保護者同伴)　定15人(申込多数は抽選)　持双眼鏡(あれば倍率８倍程度のもの)・筆記用具・防寒具・雨具・飲み物　申11月２日㈪～24日㈫に申込フォームから　※当選者には11月25日㈫にメールで連絡
問エコプラザ西東京
☎042－421－8585
▶環境政策課
☎042－438－4042　申込フォーム

身近なものをすてきにリメイク！ デコパージュを楽しもう

12月５日㈯ 午後１時～３時
エコプラザ西東京

身近な「もの」をオリジナル品のように装飾・リメイクできるデコパージュ。「もの」をリメイクする楽しみ、趣も新たに使う楽しみを体験しながら学べます。
対在住・在勤・在学の中学生以上の方　定12人(申込多数は抽選)　講三宅里江さん(デコパージュ・アーティスト)　¥400円(材料費)　申11月１日㈯午前11時～26日㈭午後５時に、電話またはメールで、講座名・氏名・年齢・住所・電話番号を下記へ　※当選者は12月１日㈫までに電話またはメールで通知
問エコプラザ西東京
☎042－421－8585(午前９時～午後５時)
✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶環境政策課 ☎042－438－4042

耳から昔話を楽しむ ～大人のためのおはなし会～

12月５日㈯
午後２時～４時(開場：１時45分)
柳沢公民館　※当日、直接会場へ

内素話「マッチ売りの少女」(「おはなしのろうそく23」より)・「魔法の馬」(「ロシアの昔話」より)ほか　定50人(先着)
※未就学児の入室は不可
□**共催・公演**　もぐらの会
▶柳沢図書館 ☎042－464－8240

東京都共催消費生活講座 元気なうちに始める終活 ～お葬式とお墓の最新事情～

12月８日㈫
午前10時～11時30分
田無第二庁舎４階

最近のお葬式やお墓について学び、終活やトラブル防止について考えてみませんか？
対在住・在勤・在学の方　定40人(申込多数は抽選)　講待鳥三津子さん(東京都消費者啓発員)　申11月13日㈭までに、申込フォームまたは電話で、住所・氏名・年代・電話番号を下記へ
▶協働コミュニティ課 田
☎042－420－2821　申込フォーム

パリテ講座 障害がある人の対人関係と性について ～ステキなおとなになるために～

12月８日㈫ 午後２時～４時
住吉会館ルピナス

対人関係と性の問題は障害の有無に関係なく、どう大人になっていくかという一人ひとりの生き方にかかわる大切な課題としてとらえ、肯定的に支援していく必要があります。障害に関係なく、成長の中で「性のめばえ」はごく自然なものであり、禁止・否定されるものではありません。性教育は障害や特性のある人の毎日の生活を整え、対人関係を豊かにすることが性の支援の基本です。相談・支援の実例を紹介しながら、障害のある人の対人関係と性について一緒に考えてみませんか。
定30人(申込順)　申12月１日㈫午後５時までに、申込フォームまたは電話で下記へ
※詳細は市HPへ
▶男女平等推進センター
☎042－439－0075　市HP

障害者権利擁護講演会 障害のある方と家族のための成年後見制度と暮らしを支える仕組み ～「親あるあいだ」にできること～

12月９日㈬
午後２時～４時(開場：１時30分)
田無庁舎５階

障害のある方が地域で安心して暮らし続けるために、成年後見制度をはじめ、遺言・日常生活自立支援事業など、暮らしを支えるさまざまな仕組みについて具体例を交えてお伝えします。「親あるあいだ」にできる将来への備えを一緒に考えてみませんか。
定60人(申込順)　講渡部伸さん(「親なきあと」相談室 主宰)　申12月８日㈫までに、電話または申込フォームから
▶障害福祉課 田
☎042－420－2805　申込フォーム

カラダまるごと測定会

12月10日㈭・11日㈮
●午前９時15分～正午
●午後１時～３時45分
田無第二庁舎４階

内体成分分析・骨量・血管年齢の測定と健康相談(30分程度)　対12月11日㈮時点で18歳以上75歳未満の西東京市国民健康保険加入者　定各日50人(申込多数は抽選)　申11月20日㈮(消印有効)までに、住所・氏名・生年月日・電話番号・第３希望までの希望日と希望時間帯(午前・午後・希望なし)を申込フォーム、はがき(〒188－8666市役所保険年金課「カラダまるごと測定会」係)、保険年金課窓口(田無庁舎２階)へ
※参加の決定は11月20日㈮以降に郵送で通知
□**協力**　東京都国民健康保険団体連合会
▶保険年金課 田
☎042－460－9821　申込フォーム

上級救命講習会 新規・再講習

①12月12日㈯
午前９時～午後６時
②令和９年１月10日㈰
午前９時～正午
きらっと

①新規　定30人(申込順)　¥3,400円
②再講習　対上級救命技能認定証を保有している方(有効期限内)　定30人(申込順)　¥2,200円　申①11月５日㈭午前10時～30日㈪午後５時、②11月５日㈭午前10時～12月14日㈪午後５時に、旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター・きらっと・総合体育館のいずれかの窓口で所定の申込用紙と参加費持参　※詳細は問へ
問きらっと ☎042－451－0555
▶スポーツ振興課 田
☎042－420－2818

野菜たっぷり食育講座

12月18日㈮ 午前10時～午後１時
田無総合福祉センター

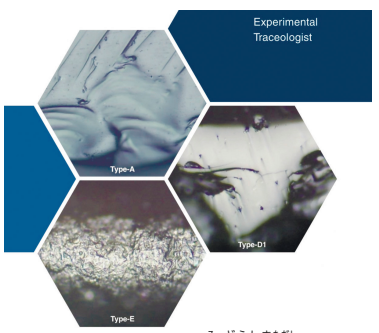
家庭でも作れる簡単おいしい野菜たっぷり料理を作ります。
内講話と調理実習　対在住の方　定16人(申込多数は抽選)　申11月13日㈮(消印有効)までに、はがきで、件名「野菜たっぷり食育講座」・住所・氏名・生年月日・電話番号を、〒202－8555市役所健康課「野菜たっぷり食育講座担当」へ郵送またはメールで下記へ
▶健康課 保 ☎042－439－3526
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

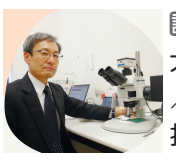
地中に眠る縄文の謎に迫る！

下野谷遺跡講演会2026 「石器から探る縄文中期の社会」

12/20㈰　午後２時～４時　場 J:COMコール田無

南関東を代表する国指定史跡「下野谷遺跡」。ここから出土する「大型粗製石匙(おおがたそせいいしさじ)」をご存じでしょうか？一体何に使われ、なぜお墓に納められたのか。実は今も多くの謎に包まれています。
本講演では、日本の石器の痕跡研究を牽引する御堂島正(みどうしまただし)氏を講師にお招きします。
高精細顕微鏡でしか見えない石器のミクロな傷(使用痕)を解き明かし、縄文人の技術や暮らし、社会の姿に迫ります。
会場では貴重な実物石器の展示も行います。下野谷遺跡のマニアックでディープな世界をのぞきに、ぜひお越しください。
定50人(申込多数は抽選)





講御堂島正(みどうしまただし)さん
大正大学名誉教授／下野谷遺跡整備指導委員会座長
申11月１日㈯～12月10日㈬に、申込フォームまたは電話で住所・氏名・年代・電話番号・メールアドレスを下記へ
▶地域学習推進課 田
☎042－420－2832　市HP

凡例　時日時　場場所　内内容　対対象　定定員　講講師　¥料金(記載がない場合は無料)　持持ち物　申申込　問問い合わせ　田田無庁舎敷地内　保保谷庁舎敷地内

このまちの「好き」を集めています！

最短１分

市では現在、市のプロモーション用の冊子を制作しています。発行にあたり、皆さんが思う西東京市の「ここが好き」や推しのスポットなどを募集していますので、アンケートにご協力ください。

▶広報プロモーション課 ☎042－460－9804

回答フォーム

スポーツ相談窓口をご利用ください

年齢や障害の有無に関わらず、スポーツ・健康づくりのきっかけをお手伝いします。

▶スポーツ振興課
☎042－420－2818

LINE

ほくっとまつり －ゆる～く つながろう－

11/23(祝) 午前10時～午後２時30分 場 文理台公園



北東部地域協力ネットワーク(ほくっとネット)が地域を元気にするイベントを開催します。今年は「ゆる～く つながろう」をテーマに、地元野菜を使った豚汁・スタンプラリー・ウルトラクイズなど、食べて、遊んで、楽しみながら地域とつながるイベントです。近隣の団体によるワークショップ・消防コーナー・キッチンカーもあります。



▶協働コミュニティ課
☎042－420－2821

西東京市リレーマラソン2027 ～走ろう！家族と 走ろう！仲間と～

令和９年2/11(祝) ※積雪、路面凍結の場合は中止 場 都立東伏見公園

□**コース**　公園内園路約0.7㎞を30周(約21㎞)
□**参加資格**　１人で１周約0.7㎞を完走できる小学生以上の健康な方
□**種目**　①一般の部：年齢制限なし ②中学生以下の部：全員が中学生以下　※制限時間：２時間30分 ※１チーム５人以上10人以内で構成(障害者の伴走者を除く)
□**募集チーム数**　①70チーム ②30チーム　※申込多数は抽選
□**参加費**　①全員が在住・在学のチーム：１万円　※左記以外のチーム：１万5,000円　②全員が在住・在学で構成されるチーム：5,000円　※左記以外のチーム：6,000円　※①②の部それぞれ第３位までを表彰
申 大会要項を必ずご覧のうえ、お申し込みください。11月５日㈭～12月11日㈮(必着)に、申込書を 問 へメールまたは持参　※申込書は市HP・問の窓口・スポーツ振興課・旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター・総合体育館・きらっとで配布
問 (NPO)西東京市体育協会
☎042－452－7155（平日午前９時～午後４時　※第１㈫を除く）
✉2026w.tokyo@gmail.com
▶スポーツ振興課
☎042－420－2818

問のHP



動画で学ぼう！ 今日からできる健康づくり

健康課の保健師・理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士が、毎日の健康づくりに役立つ動画を作りました！

食事や運動など、今日から暮らしに取り入れられる健康づくりのポイントを分かりやすく紹介しています。

▶健康課保
☎042－439－3526

市HP



総合型地域スポーツクラブ「ココスポ東伏見」会員・教室参加者募集

□**年会費会員**　●4,000円(幼児～中学生：2,000円)　●家族5,300円(５人まで　※１人増すごとに＋1,200円)　●障がい者1,300円(障がい者スポーツのみ参加の場合)　※詳細は 問 へ
内 親子リトミック・キッズベリーダンス・ヒップホップダンス・ヨガ・健康体操・障がい者スポーツ・バドミントン・バスケットボール・スポンジテニス・ピラティス・パントマイム・食育講座・フラダンス・ケイキフラ・バランスコーディネーションなど

□**KKバスケ塾(小学４年生から 経験者のみ)クラス制で実施中！**
申・問 ココスポ東伏見☎042－452－3446　※㈪・年末年始休館(㈪が祝の場合は翌日休館)
▶スポーツ振興課
☎042－420－2818

問のHP



多摩六都科学館 ナビ

勤労感謝の日 特別投影 熟睡プラ寝たリウム

11/23(祝) 午後５時10分～５時55分

忙しい毎日を送る皆さん、プラネタリウムでひと休みしませんか？星空のもと、癒やしのひとときをお届けします。投影終了後には、熟睡または完徹証明書をプレゼント。
対 どなたでも(小学２年生以下の方がプラネタリウム・大型映像を観覧する際、安全上の理由により、保護者と一緒の観覧をお願いしています)　定 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)　申 当日開館時からインフォメーションで観覧券を販売
□**協力**　日本プラ寝たリウム学会
場・問 多摩六都科学館
☎042－469－6100



《申込時の注意》●メール：申込先アドレスからの返信のためドメイン設定を　●はがき(85円)・往復はがき(170円)：記載面誤り、返信面の宛先記入漏れにご注意を

12月3日～9日は障害者週間です

障害者週間は、皆さんに障害や障害のある方に対する関心や理解を深め、考えていくための期間です。

障害は、生まれながらのものだけでなく、事故や病気などによって、だれにも生じ得るものです。また、その種類も多種多様で、外見からは分からないものや理解しづらいものもあります。

障害による不自由さはあっても、周囲の理解や配慮があればできることも広がっていきます。平成28年４月から障害者差別解消法、平成30年10月からは東京都の障害者差別解消条例が施行されました。

障害のある人もない人も共に、日常生活や事業生活の中でできる配慮や工夫を一緒に考えてみましょう。だれもが暮らしやすい共生社会の実現はそうした一歩から始まります。

▶障害福祉課 ☎042－420－2804

わたしたちの「まいにち」展＆マルシェ inアスタ

12/3(木)・4(金)　午前11時～午後４時　場アスタセンターコート

市内障害者団体や障害福祉施設に通う方々の活動内容や作品を展示します。また、心のこもった手作り品を販売します。多くの事業所が一堂に会しての開催となります。

※詳細は市HPへ

内手作り品の物販(焼き菓子・雑貨など)・活動展示など

市HP



令和７年度の様子

パラスポーツ体験会

12/5(土)　午前10時～午後１時　場きらっと

パラスポーツ選手や障害者スポーツ指導員と一緒にパラスポーツ体験や障害疑似体験を行います。今年は、車いすバスケットボールの選手をゲストにお迎えします。　※詳細は市HPへ

対在住・在勤・在学の方(障害の有無に関係なく参加可能)

市HP

皆さんご存じですか？

障害者総合支援センター「フレンドリー」

場田無町４－17－14

在住の障害者の自立と社会参加の促進を目的に、基幹相談支援センター・就労支援センター・地域活動支援センター・生活介護事業所などを統合する施設です。障害のある方だけでなく、地域の皆さんにも広く活用できるよう、情報コーナーや会議室などを備えています。

障害者サポーター養成講座(中級編)

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

時11月21日(土)午後２時30分　場保谷駅前公民館　対初級編受講者

持初級編でお渡ししたサポートバンダナまたはサポートキーホルダー

申前日までに電話で問へ

問(福)さくらの園・カノン☎042－452－7062（(火)～(土)午前９時～午後５時）

多摩六都フェア パラアート展覧会

障害の有無に関わらず、誰もが文化芸術に親しめるようパラアート制作ワークショップを開催しました。ワークショップで受講生が制作した作品や一般公募した絵画作品の展覧会と、公募作品の中から選出された優秀作品の表彰を行います。会場ではワークショップの模様が分かる映像も上映します。また、ワークショップで講師を務めたデザインユニット「GOO CHOKI PAR」の皆さんと参加者が共同制作した作品も展示します。

▶文化振興課 ☎042－420－2817　市HP

展覧会

12/1(火)▶6(日)

午前10時～午後５時
(初日：午後３時から　最終日：正午～午後３時)
場J:COMコール田無
※会場へは公共交通機関をご利用ください。



モルック(インドア用)体験会

12/6(日)

午前９時～午後１時　場J:COMコール田無

誰でも楽しめるスポーツのモルック。体験を通じてインクルーシブスポーツの楽しさや障害のある方への理解を深めましょう！

※詳細は市HPへ



「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)
❶午後０時45分～１時(月)～(日)　❷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」をデイジー版･CD版でお聞きになれます。詳細は、谷戸図書館☎042－421－4545へ

発行／西東京市　編集／広報プロモーション課 ☎042－464－1311(代表)　配布／西東京市シルバー人材センター　☎042－428－0787(不配のお問い合わせなど)

公式LINE　そのほか公式SNS
リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK