



やさしさふれあいの西東京に暮らし まちを楽しむ



西東京

主な内容

- 災害時のホームページ代理掲載…2
- いこいな“新”5ポーズ…3
- 西東京市消防団 出初め式…7
- 児童・生徒作品展…7
- わくわくスケート教室…7

No.349

平成27年(2015)

1/1

市役所代表番号 042-464-1311

発行/西東京市

編集/企画部秘書広報課 〒188-8666 東京都西東京市南町5-6-13

配布/シルバー人材センター 042-425-6611

詳しくはWebで 西東京市Web

検索

HPアドレス <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

携帯電話 <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>



今年も心身ともに 健やかな一年となりますように！



元気すごろくで、楽しみながら
健康イベントをチェック！

▶4・5面

田無庁舎屋上から撮影

結びに、市民の皆様のご健勝とご多幸を心から祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

本市の財政は硬直化が進む厳しい状況であります。より地域が自主自立し、独自性を発揮できるよう取り組み、市民の皆様とともに、西東京市を人と人、人と地域がつながり、みんなが輝く魅力あるまちにしていきたいと考えておりますので、より一層のご理解とご協力をお願いいたします。

また、今年、東伏見に所在し、南関東で傑出した規模と内容を持つ縄文集落「下野谷遺跡」が国史跡に指定される予定です。これは本市が単独で所有する文化財として初めてのことで、誇るべき財産です。5千年前から続くこの貴重な文化遺産を、未来につないでまいります。

健康都市宣言を行っている本市は、昨年7月、まち全体で健康づくりに取り組むための意識の醸成を図るため、多摩地域の自治体として初めて、世界保健機関(WHO)西太平洋地域事務局が提唱する健康都市連合に加盟しました。このことにより、他の加盟都市との情報交換を図りながら、地域みんなの「健康」を応援し、健やかに暮らせるまちを目指してまいります。

さて、本市では、平成26年4月から今後10年間のビジョンを示す第2次総合計画による新たなまちづくりがスタートしました。

健康都市宣言を行っている本市は、昨年7月、まち全体で健康づくりに取り組むための意識の醸成を図るため、多摩地域の自治体として初めて、世界保健機関(WHO)西太平洋地域事務局が提唱する健康都市連合に加盟しました。このことにより、他の加盟都市との情報交換を図りながら、地域みんなの「健康」を応援し、健やかに暮らせるまちを目指してまいります。

昨年2月の豪雪に始まり、豪雨、御嶽山噴火、さらには長野県北部の地震と、またしても自然災害の脅威を日本全国で感じる事となりました。被災された皆様に心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈りいたします。

今年、阪神・淡路大震災から20年を迎えます。本市でも、安全で災害に強いまちづくりを進めているところですが、市民の皆様が安心して暮らしていけるよう、今後も取り組んでまいります。

みんなが輝く魅力あるまちへ



西東京市長
丸山 浩一





なかよし

ひ・み・つ♡

おめでとう！

みんなの想いが決めた！ いこいーな“新”5ポーズ

昨年5月の
「いこいーな新ポーズこども“想”選挙」で
原案が選ばれた、子どもたちの想いが詰まった新ポーズです。
今後さまざまな場面で登場するよ。
みんなも一緒に西東京市を
ゆめの広がる楽しいまちにしよう！



だいすき♡

1月25日(日)には、
いこいーなラッピングバスを
お披露目します
(イベント詳細は、市報1月
15日号に掲載予定)。

◆企画政策課 田 (☎042-460-9800)



おべんきょう

還付金詐欺に注意！

市役所職員を装って、「保険料や医療費などを還付します」と電話をし、言葉巧みにATMを操作させて金を振

り込ませるという詐欺が増えています。市役所からこのような電話は一切行っていないので、ご注意ください。
田無警察署 (☎042-467-0110)
◆危機管理室 (☎042-438-4010)



無料市民相談

■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 田・保	月～金曜日 午前8時30分～午後5時

■専門相談(予約制)

田 1月6日(火)午前8時30分から希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話
(★印は、平成26年12月17日(火)から受付中)
※予約開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。
田無庁舎2階市民相談室 田 (☎042-460-9805)
保谷庁舎1階市民相談室 保 (☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	1月15日(木)・16日(金)・23日(金)・27日(火) 午前9時～正午
	保	1月14日(水)・20日(火)・21日(水) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	★1月29日(木) 2月 5日(木)
	保	1月22日(木)
税務相談	田	1月 9日(金)
	保	1月30日(金)
不動産相談	田	1月29日(木)
	保	★1月 8日(木)
登記相談	田	★1月 8日(木)
	保	★1月15日(木)
表示登記相談	田	★1月 8日(木)
	保	★1月15日(木)
交通事故相談	田	★1月14日(水)
	保	1月28日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	保	★1月19日(月)
行政相談	保	★1月29日(木)
相続・遺言・成年後見等手続相談	田	2月 4日(水)

防災と災害時のボランティア活動

平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災を踏まえ、国では毎年1月17日を「防災ボランティアの日」、15～21日を「防災とボランティア週間」としています。

西東京消防署ではこの期間中、防災に関するイベントなどを実施します。皆さんもこれを機に、災害時におけるボランティア活動や自主的な防災について認識を深め、地域防災力の向上に努めましょう。

□東京消防庁災害時支援ボランティア募集中

西東京消防署では震災発生時などに、消防・救助活動の支援、応急救護・後方支援活動、情報収集などを行うボランティアを募集しています。

関心がある方は、田へお問い合わせください。詳細は、西東京消防署HPをご覧ください。

田 西東京消防署 (☎042-421-0119)

◆危機管理室 田 (☎042-438-4010)



お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

正月朝湯・1月の薬湯

❖正月朝湯

気分も新たに朝湯につかり、一年の計を立ててみませんか。

時・場 1月2日(金)

ゆパウザ(谷戸町3-17-8)

午前8時～午後1時

みどり湯(ひばりが丘1-14-2)

午前8時～午後2時

庚申湯(芝久保町1-13-2)

午前9時～午後2時

松の湯(南町1-13-11)

午前10時～午後7時

※入浴料は通常料金

❖1月の薬湯 ～正月 南天の湯～

南天は「難を転じて福となす」と言われ、縁起が良く漢方の妙薬として、喉・足腰の痛みなどに良いそうです。

時・場 1月4日(日)・上記各公衆浴場

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)

田 西東京市公衆浴場会

(庚申湯 ☎042-465-0261)



西東京創業支援・経営革新相談センター

❖特別相談(要予約)

中小企業診断士などが、創業・経営全般の悩みや相談に個別対応します。

❖税務セミナー(要予約)

時 1月21日(水)午後6時30分～8時30分
定 30人(予定・申込順)

田 これだけは知っておきたい！会社の税金入門

❖女性のための創業セミナー(要予約)

時 1月27日(火)午前10時～正午

定 20人(予定・申込順)

田 家事や育児をしながら自分らしい働き方を考える

❖金融・経営セミナー(要予約)

時 1月28日(水)午後7時～9時

定 30人(予定・申込順)

田 経営者保証に関するガイドラインについて

※会場は、いずれもイングビルです。

❖創業資金融資あっせん制度事前診断

当制度の申し込み時には、経営診断と創業計画書の作成が必要です。ご予約のある方はお問い合わせください。

田 西東京創業支援・経営革新相談センター (☎042-461-6611)

市民向け講習会 ジーンズからのバッグ作り

時 2月4日(水)・7日(土)午前10時～午後4時

場 エコプラザ西東京

対・定 18歳以上・15人(申込順)

¥材料費

申 1月29日(木)までに、田へ来所

※持ち物などの説明は、火・木曜日午前10時～午後3時30分に田で行います。

田 西東京市シルバー人材センター

(中町1-6-8・☎042-425-6611)

北多摩北部地域保健医療協議会 委員の募集

多摩小平保健所では、一般都民の立場から意見をいただく委員を募集します。

□任期 4月から2年

対・定 小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市在住の20歳以上の方(都職員および当該地域の市職員を除く)・3人

申 2月13日(金)(消印有効)までに、作文に住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入し、郵送・Eメールで田へ

□作文テーマ 「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けるために必要なこと」(1,200字以内)

田 東京都多摩小平保健所企画調整係

(〒187-0002 小平市花小金井1-31-24・☎042-450-3111・✉S0000351@

section.metro.tokyo.jp)

立川防災館の催し

❖防災講演会

時 1月17日(土)午後1時30分～3時

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 80人 ※要電話予約

田 「阪神・淡路大震災から20年～あの日を忘れない～」・地震体験

※詳細は、当館HPをご覧ください。

場・田 立川防災館(立川市泉町1156-1・☎042-521-1119)

無料特設行政相談

時 1月16日(金)午前10時～午後5時

(受付：午後4時30分[※])

田 登記・相続・税金・国の行政に関する相談

□参加機関 東京法務局・東京都・東京弁護士会・東京税理士会豊島支部・関東管区行政評価局

□主催 関東管区行政評価局

場・田 東京総合行政相談所(西武池袋本店7階 行政・法律・くらしの行政相談コーナー内・☎03-3987-0229)



西東京 元気すどろく

新しい年を迎え、家族団らんのひとときをすどろくで楽しみませんか。

市が取り組む、健康につながるイベントや講座などをすどろくでご紹介します。

いろいろな行事を先取りして、新しい年を元気にスタートしましょう！



しゃきりん
西東京しゃきしゃき体操の
マスコットキャラクターです。



市の花「すいせん」

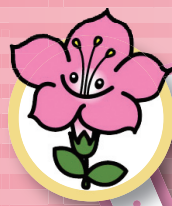


ENJOYニュースポーツ
カーリングから生まれたユニカールや
ボッチャ・輪投げ・ダーツなど、初心者
でもすぐにゲームを楽しめます。



寒くて布団から
出られず朝寝坊！
朝食が食べられず、
力が出ない…

1マス進む



市の花
「つつじ」



学生時代の友人と久しぶりの再会。
おしゃべりに花が咲く♪

スタート

ゲームの
し過ぎで
睡眠不足

右隣の人とジャ
ンケンして、勝っ
たら そのまま、
あいこ・負けは
1マス戻る

あれっ、
少し体の調子が
おかしいぞ…？
普段行っている健康に
関する取り組みを
3つ挙げる



みどりの散策路
市内のみどりが残る道を、
みんなで散策するイベントです。
魅力ある11コースを
設定しました。



エコ・クッキング
栄養豊富な野菜の皮の部分なども使い、
健康とエコにつながる工夫を
楽しく学べます。
エコ・クッキングは東京ガス㈱の
登録商標です。



えんぴつ

●使い方

えんぴつ・ペンなどをルーレット
の中心に立てて、目を閉じて
手を離す。
えんぴつ・ペンなどが倒れた
方向の数だけ進む。
※すどろくのコマは身近な小
物を使ってください。



幼児のつどいに
参加したら、ママ
友ができた！
1マス進む



幼児のつどい
児童館で、親子のふれあいあそび・
体操・手遊び、季節の行事など、
年間プログラムに参加しながら、
子育て仲間・友だちづくりが
できます。



夏休みは毎朝
ラジオ体操に参加

健康把握

食・栄養

西東京市の健康 5つの取り組み

市では、皆さんの健康を支えるために5つの取
組みを掲げています。すどろくのマスの色は、
この取り組みごとの色に対応しています。

運動 スポーツ

こころ・休養

学び・創造



迷路で迷子？
再度ルーレットを行
い、1～3が出たら
1回休み
4が出たら
そのまま



ひまわり迷路
旧東大農場で行われる
「ひまわりプロジェクトDE OIL」で、
種まき～収穫・搾油を通し、
食について学びます。

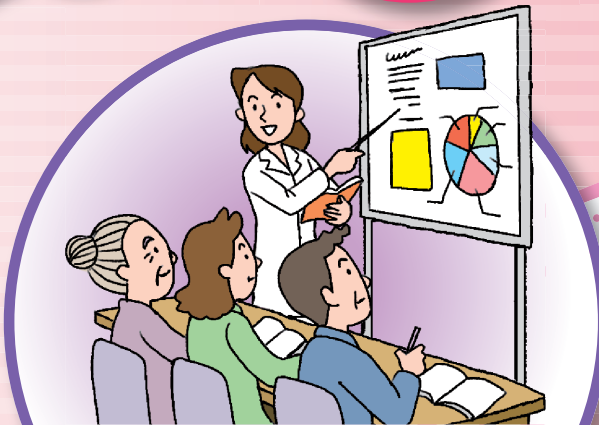


市民サークルに入会し、趣味の時間を充実させる
自分の趣味(好きなこと)を1つ挙げる

好きな野菜を2つ挙げる



親子で野菜づくりにチャレンジ
まちの畑で野菜づくりを体験しながら、市内の農業や農産物について知ってもらうための催しを開催しています。



認知症に関する講座

認知症やその予防についての知識を学んだり、認知症の予防に効果的とされるトレーニングや活動などを行ったりしながら、認知症全般への理解を深めます。



1マス進む

しゃきしゃき体操

市の歌「大好きです 西東京」に合わせて全身を動かす、市のオリジナル体操です。足の筋力・全身の柔軟性・バランス能力の向上を目指します。



健康診査を受けて体調管理

市では各年齢・保険に応じた健康診査のほかに、胃がん・乳がん・喉頭がんなど7つのがん検診を実施しています。



市民スポーツまつり

子どもから大人まで参加できる、秋の大運動会です。大縄跳びやリレーなどの競技、チャレンジコーナーなどで楽しく体を動かしましょう。



シルバーウィーク

65歳以上の方は、指定のスポーツ施設・教室を無料利用できます(要事前登録)。この機会に体を動かし、健康増進に励みませんか。



市の花「コスモス」



ゴール!

たくさんの行事に参加して、**元気な1年に!**



市民文化祭で作品を展示

毎年10～11月に開催される、市民団体が日頃の文化芸術活動の成果を発表する場です。



歩け歩け会

秋晴れの空の下、多摩湖までの約13kmを歩くイベントです。心地よい疲れを感じながら、心身ともにリフレッシュできます。



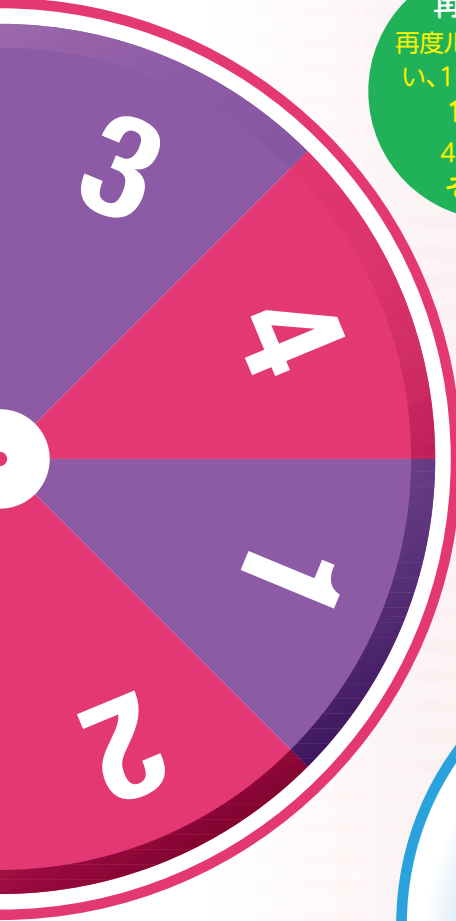
インフルエンザにかかった!
2回休み



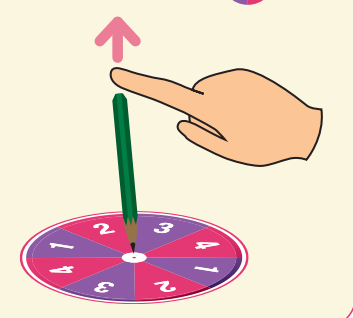
食育講座

調理実習や味覚体験教室などを通して、食に関する知識と食を選択する力を養うことで健全な食生活を実践し、心身の健康と豊かな人間性を目指します。

再検査!?
再度ルーレットを行い、1～3が出たら**1回休み**
4が出たら**そのまま**



ルーレット



夏バテした

1マス戻る



市の花「ひまわり」



記入例	A はがき・Eメール	B 往復はがき・Eメール
【はがき宛先】 〒202-8555市役所健康課 各担当宛て ※返信用には、住所・氏名を記入	『事業名』申し込み ①住所 ②氏名(ふりがな) ③生年月日(年齢) ④電話番号 ※保育希望者は、 子どもの氏名・生年月日	『離乳食講習会』申し込み ①希望日 ②住所 ③保護者氏名 ④子どもの氏名(ふりがな) ⑤子どもの生年月日 ⑥電話番号

事業名	日時／場所	対象／定員	申込方法など
◆健康課 保(☎042-438-4037)			
プラス10から始めよう！～ずっと暮らしたいまち西東京市～ 【日常生活を健康づくりに生かすコツなどの話・体成分などの各種測定】 (西東京市サンテカレッジ)	1月15日(木)午後1時30分から2時間程度 ／保谷こもれびホール	250人(申込順) ※保育あり	電話・はがき・Eメール(記入例☎参照) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効)：1月8日(木)
脂質異常症予防講演会「血液さらさら、体すっきり」 【医師・管理栄養士による話】(西東京市サンテカレッジ)	1月22日(木)午後1時15分から2時間程度 ／田無総合福祉センター	市内在住・在勤の方／ 80人(先着順)	当日、直接会場へ
運動教室「誰でも身につく運動習慣」 【健康運動指導士による講座】 ※忙しくて運動する時間が取れないという方にお勧めです。	1月24日(土)、3月14日(土)午後1時30分 から2時間程度／田無総合福祉センター ※1日のみの参加も可	市内在住の方／25人程度(申込多 数の場合は抽選) ※保育あり	電話・はがき・Eメール(記入例☎参照) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着)：1月19日(月)
ボディケア講座～腰痛予防～ 【理学療法士による、腰痛予防に関する話と自宅でできる体操】	1月15日(木)午前10時～11時／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方／15人(申込順)	前日までに電話予約
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【下肢の筋力・バランス能力の向上に効果がある健康体操】 ※初めての方にお勧めです。	1月13日(火)午前10時～11時30分／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住で立位がとれる方／ 各日20人	前日(祝日の場合は直前の平日)までに電話 予約 ※市民10人以上で出張講座も実施し ます(月～金曜日の午前9時～午後5時、会 場はご準備ください)。
	1月23日(金)午前10時～11時30分／ 田無総合福祉センター		
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	1月9日(金)午前10時～11時30分／ 保谷保健福祉総合センター	糖尿病または境界域で食事療法を これから始める方および家族／ 10人(申込順)	前日までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	1月19日(月)午後1時～4時／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方／各日5人(申込順)	1月15日(木)までに電話予約
	1月21日(水)午前9時～正午／ 田無総合福祉センター		1月16日(金)までに電話予約
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	1月14日(水)午後1時30分～3時30分／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方／2人(申込順)	1月9日(金)までに電話予約

事業名	日時／場所	対象／定員	申込方法など
◆健康課保(☎042-438-4037)			
離乳食講習会 【離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科の話】	2月24日(火)午後1時15分から2時間程度 ／田無総合福祉センター	市内在住の6～8カ月の乳児と保護者(第1子のみ)／25組	往復はがきまたはEメール(記入例参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効)：1月26日(月)～2月6日(金)
◆教育支援課保(☎042-438-4076)			
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 【言語訓練士による相談】	1月27日(火)午後1時30分～5時／ 教育支援課(保谷庁舎4階)	1人15分程度／5～12歳ぐらい ／12人(申込順)	1月5日(月)午前9時～26日(月)に電話予約

金曜日 午後0時30分～1時30分
1月9日・16日・23日・30日

A cartoon illustration of a doctor in a white coat and stethoscope examining a baby. The baby is lying on its back, held by a smiling woman in an orange shirt. The doctor is using a stethoscope to listen to the baby's chest. The background is plain white.



※健康保険証、診察代をお持ちください。

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～ 9時
1日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※上記診療所では、 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分前までです。
2日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-13 ☎042-424-5678	
3日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	大野医院 柳沢1-4-26 ☎042-461-8702	
4日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	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	
11日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	はやし内科クリニック 東町6-6-10 西東京メディカルモール ☎042-423-0452	
12日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	さいとう小児科内科クリニック 下保谷4-2-21 ☎042-421-7201	

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	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 ☎042-461-1100	小川歯科 南町2-2-7 ☎042-461-9301	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎042-421-4029
2日	おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 ☎042-451-6480	鎌田歯科医院 ひばりが丘北3-7-8 ☎042-423-2526	こうもと歯科医院 田無町4-24-14 横山ビル2階 ☎042-462-8413
3日	天野歯科医院 南町2-8-8 ☎042-461-8672	井出歯科 泉町1-13-4 ☎042-465-6488	こまむら歯科医院 下保谷2-1-21 ☎042-421-4180
4日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 ☎042-423-7660	キンデンタルクリニック ひばりが丘北4-1-32 ☎042-423-1470	ピアッツァビル2階
11日	岩田歯科医院 向台町6-16-4 ☎042-465-4507	しまだ歯科医院 ひばりが丘北3-6-26 ☎042-422-4618	
12日	仲川歯科医院 ひばりが丘北2-8-15 ☎042-422-5450	竹中歯科医院 南町3-1-2 ☎042-461-0519	



イベント NEWS

西東京をもっと楽しむ情報満載！

非核・平和学習会 被爆体験から学び、 核のない21世紀を創るために

1月11日(日)
午後2時(1時30分開場)
西東京市民会館 ※当日、直接会場へ

前広島市長による講演会を開催します。
定100人(先着順)
□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保(☎042-438-4046)

成人式のご案内

1月12日(祝) 保谷こもればいホール

❖**第1回** 開式：午前10時15分(受付：午前9時30分^{から})
対田無第一・保谷・柳沢・田無第四中学校の学区域在住者
❖**第2回** 開式：午後0時15分(受付：午前11時30分^{から})
対田無第二・ひばりが丘・田無第三・青嵐・明保中学校の学区域在住者
※対象者(平成6年4月2日～平成7年4月1日に生まれ、西東京市の住民基本台帳に登録されている方)には、案内状を発送しましたが、届いていない場合や、市外在住で参加を希望する場合はご連絡ください。

※案内状の回に不都合がある場合は、希望する回にご参加ください。
※案内状をお持ちでない方の入場をお断りする場合があります。
※庁舎敷地内での飲酒、会場内への酒類の持ち込み、飲酒者の入場はできません。
※車での来場はご遠慮ください。
◆社会教育課保(☎042-438-4079)

多摩六都フェア ぴゅあ あーと展

1月14日(水) 午後4時～6時・
15日(木)・16日(金) 午前10時～午後5時
東久留米市役所 市民プラザホール屋内ひろば(西武池袋線東久留米駅より徒歩5分)

□オープニングセレモニー 14日(水) 午後5時(予定)
多摩北部都市広域行政圏協議会(小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市)では、市域を越えた文化事業として「多摩六都フェア」を展開しています。今回は、圏域5市に在住・在勤・在学の、障がいのある方から募集した絵画・陶芸などの作品から、専門家によって選考されたものを展示するとともに、制作者をオープニングセレモニーで紹介します。また、同セレモニーではプロの音楽家による演奏も予定しています。
☎東久留米市企画経営室企画調整課(☎042-470-7702)
◆企画政策課田(☎042-460-9800)

在宅療養講演会 終の住処はどこですか～老人 漂流社会～社会保障の行方

1月17日(土) 午後3時～5時
コール田無
NHK大型企画開発センターチーフプロデューサーがお話しします。
定50人(申込順)
申1月5日(月)～16日(金)に電話で下記へ
□共催 西東京市医師会
◆高齢者支援課保(☎042-438-4030)

講演会 死ぬときに後悔しない医療 ～後悔少ない最期のために 知っておくべきこと～

1月24日(土)
午後2時～4時(1時30分開場)
コール田無 ※当日、直接会場へ
人生の終末をどう迎えるかを学び考えてみましょう。
定180人(先着順)
◆高齢者支援課保(☎042-438-4029)

児童・生徒 作品展

□中学校生徒作品展
(都立田無特別支援学校と合同)
時1月16日(金)～19日(月)午前9時～午後4時30分(最終日は午後1時^{まで})
□小学校児童作品展
時1月23日(金)午後5時30分～7時・

図工・美術・技術・家庭・書写・総合的な学習の時間などに制作された作品を展示します。創作意欲に満ちあふれ豊かな表現力が発揮された作品をご覧ください。

24日(土)～26日(月)午前9時10分～午後4時50分(最終日は午後1時50分^{まで})
場きらっと
※車での来場はご遠慮ください。
◆教育指導課保(☎042-438-4075)

スケート教室

女子アイスホッケーチーム「Queen Bears」、シンクロナイズドスケATINGのパイオニアとなった「東京シンクロナイズド・スケATINGクラブ」、早稲田大学スケート部の方たちを講師に迎え、実技指導やデモンストレーションを行います。
時2月13日(金)～15日(日)午後6時30分～8時30分
場ダイードリンコアイスアリーナ(西武新宿線東伏見駅南口)
※無料シャトルバス(ひばりヶ丘駅→スポーツセンター→会場)あり。入金時に申し込み
対小学生以上(小学生は保護者同伴。リンクサイドで見学可)
定200人(申込多数の場合は抽選)
¥中学生以上3,080円 小学生2,050円(滑走代・貸靴代・保険代込み)

□申し込みクラス ①初めて滑る ②2～3回滑ったことがある ③滑ることができる ④よりきれいに滑りたい
※申し込みクラスの途中変更可
申1月15日(木)(必着)までに、往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・年齢(学年)・電話番号・申し込みクラス(①～④)・貸靴サイズを明記し、〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター「スケート教室」係へ
※往復はがき1枚につき1人、1人1コースのみ申し込み可
□申込結果 1月19日(月)以降に返信用はがきで通知します。当選者は、期日までに参加料を入金してください。
□2次募集 欠員が出た場合のみ、2月6日(金)から追加募集をします。空き状況および詳細は、電話で☎へお問い合わせください。
☎スポーツセンター(☎042-425-0505)
◆スポーツ振興課保(☎042-438-4081)

西東京市消防団 出初め式

出初め式は、消防団による年初めの消防訓練です。ぜひお誘い合わせのうえ、ご観覧ください。
時1月11日(日)午前10時～正午
場都立東伏見公園(東伏見1-3)
内放水訓練・消防ポンプ車のパレード・消防団員の表彰^{など}
※演習信号のサイレンを鳴らします。火災と間違えないよう、ご注意ください。

□西東京市消防団

団長の村田恭男さんを筆頭に、226人の団員がそれぞれ本業を持ちながらも、地域防災の担い手として市民の生命と財産を守るために、昼夜を問わず消防・防災活動を行っています。消防団活動にご理解、ご協力をお願いします。
◆危機管理室保(☎042-438-4010)



市民を守る消防車

みんな集まれ！ どんど焼

❖**保谷第二小学校(柳沢4-2-11)**
時1月10日(土)
□松飾り受付 正午～午後3時30分
□点火 午後4時^{ごろ}
※雨天・強風の場合は11日(日)に順延
☎どんど焼実行委員会保谷第二小会場責任者(坂本☎042-462-0545)
❖**明保中学校(東町1-1-24)**
時1月11日(日)
□松飾り受付 午前10時～午後2時
□点火 午後1時15分^{ごろ}
※雨天・強風の場合は中止
☎どんど焼実行委員会明保中会場責任者(川合☎042-423-5158)
❖**上向台小学校(向台町6-7-28)**
時1月18日(日)
□松飾り受付 午前11時～午後2時30分
□点火 午後2時^{ごろ}
※雨天・強風の場合は、振る舞いは実施し、お焚き上げは中止
☎どんど焼実行委員会上向台小会場

どんど焼とは、お正月に飾った門松・竹・しめ縄などを持ち寄り、天高く焼くもので、古くからある日本の伝統行事です。お正月にご家庭で使用したお飾りを持って、ぜひご参加ください。

責任者(松村☎042-444-8567)
■お願い
●人形やお札などお飾り以外の物は受け付けません。また、不燃物など燃やしてはいけな物物は必ず取りはずしてご持参ください。
●会場となる各学校へのお問い合わせはご遠慮ください。
●当日の各☎へのお問い合わせはご遠慮ください。当日の実施状況の確認は、会場にお越しになるか、どんど焼☎<http://members2.jcom.home.ne.jp/dondo/>をご覧ください。
●各☎に電話がつかない場合は、文化振興課(☎042-438-4040 ※平日のみ)へご連絡ください。
●進行の都合上、時間が多少前後することがあります。
●衛生管理上、動物を連れての来場はご遠慮ください。
●駐車場はありません。

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。



ようこそ としょかんへ 1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

中央 画 042-465-0823
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時
●おはなしおばさんのおはなし会 4日(日)
午前11時
●にこにこおはなし会 15日(木)午前11時／
1～2歳児と保護者対象
●サンサンおはなし会 18日(日)午前11時／
3歳児から対象
●おはなし会 8・15・22・29日(木)午後
3時30分／3歳児から対象

保谷駅前 画 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
●はじめてのページ 8日(木)午前11時／下保
谷児童センター(下保谷児童センター共催)
●ちいさなおはなしひろば 9・23日(金)
午前11時／1～2歳児と保護者対象
●おはなしひろば 9・23日(金)午後3時
30分／3歳児から対象
●おはなしのへや 17・31日(土)午後3時
30分／5歳児～小学3年生対象

芝久保 画 042-465-9825
火～日 午前10時～午後6時
●おはなし会 8・15日(木)午後4時

谷戸 画 042-421-4545
火～日 午前10時～午後6時
●ちびっこおはなし会 7日(木)午前11時／
1～2歳児と保護者対象
●おはなし会 14・28日(木)午後3時30分
／3歳児から対象

柳沢 画 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 9日(金)午前11
時／1～2歳児と保護者対象
●わくわくドキドキ紙芝居 10日(土)午前11時
●おはなしひろば 7・14・21日(木)午後
3時30分／3歳児から対象

ひばりが丘 画 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
●ちいさなおはなしひろば 23日(金)午前
11時／1～2歳児と保護者対象
●おはなしひろばサタデー 10日(土)午前
11時／3歳児から対象
●おはなしひろば 21日(木)午後4時／3歳
児から対象

新町分室 画 0422-55-1783
水～土 午後1時～5時
●おはなしひろば 21日(木)午後3時30分

休館日
1日(祝)～3日(土)・5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)
※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館・
新町分室は、16日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、12日(祝)も休館
※新町分室は、毎週火・日曜日も休館
※1月19日(月)から、特別整理のため順次休館

多摩六都科学館ナビ



生解説プラネタリウム

超新星爆発「オリオンの赤い星ベテルギウスの最期」

オリオン座の1等星「ベテルギウス」はまもなく爆発と言われていいます。いつごろ爆発するのか。ここ数年の観測によって見えてきたベテルギウスの姿に迫り、星の一生をたどります。
時 3月20日(金)まで
平日：午後1時・3時50分
※1月5日(月)～7日(水)を除く
※2月以降、午後1時の回は水曜日のみ

土・日曜日、祝日、1月5日(月)～7日(水)：
午後1時10分・3時50分(上映約45分)
¥観覧付き入館券 大人1,000円、
4歳児～高校生400円
岡多摩六都科学館
(画 042-469-6100)
※1月1日(祝)～3日(土)・13日(火)・
19日(月)・26日(月)～29日(木)休館

ロフト・サイエンス・コラム⑧



謹賀新年 ダイヤモンド富士の話

大型映像「富士の星暦」より ©KAGAYA Studio

初夢に見ると縁起が良いものを表すことわざ「一富士二鷹三茄子」にかけて、「ダイヤモンド富士」をご紹介します。
富士山頂から太陽が昇る瞬間、沈む瞬間を一般的に「ダイヤモンド富士」といいます。学術的な言葉ではなく、富士山頂にまるでダイヤモンドが輝くような光景ということで名付けられたようです。そのため厳密な定義がなく、日時を特定するのは困難です。

太陽が沈む方は毎日変わるため、ダイヤモンド富士が見られる日時は場所によって異なります。科学館辺りでは1月7日頃の日の入り前です。この時期、太陽はだんだんと西寄りに沈んでいくので、ご近所でも毎日夕方に富士山を見ていれば、だいたいの日は予想できます。
確実にダイヤモンド富士を見たい方は、現在科学館で上映中の大型映像「富士の星暦」をぜひご覧ください。

