



「いこいな」  
©シンエイ/西東京市

やさしさ<sup>と</sup>ふれあいの<sup>西東京</sup>に暮らし<sup>まち</sup>を楽しむ



# 西東京

主な内容

- 保険料の軽減制度が拡大…2
- 住宅用太陽光発電システム設置助成…3
- 熱中症にご注意…5
- 図書館40周年記念講座・講演会…6
- 市立児童館キャンプ…6

No.360

平成27年(2015)

6/15

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

詳細はホームページで [西東京市Web](#)

検索

市ホームページ <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

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



## さまざまな問題を抱え生活が困窮している方に 寄り添いながら支援します

### 生活サポート相談窓口をご利用ください

第1・第3のセーフティーネット(※)に加え、第2のセーフティーネットとして生活困窮者自立支援法が施行されました。

4月から自立相談支援事業、住居確保給付金事業、ひきこもり・ニート対策事業を実施しています。

これに伴い、保谷庁舎1階の生活福祉課内に新たに生活支援係を設け、その隣に生活サポート相談窓口を設置しました。

お困りの方はぜひお気軽にご相談ください。◆生活福祉課(042-438-4022)

(※)第1…社会保険・労働保険 第3…生活保護

#### 経済的に困っている方

家計のやりくり  
に困っています。  
借金も増えるし  
どうしよう…



失業して仕事が決ま  
りません。家賃の支  
払いをどうしよう…



#### 引きこもり状態の方

家族が引きこもって  
いて心配だけど、どうし  
たらいいのか…



働いたことはないけど、  
仕事をしなくてはいけ  
ないと思っています。  
でも何から始めればい  
いだろう…



### 生活サポート相談窓口 相談の流れ

生活サポート相談窓口にお電話または来庁

#### 面接相談・同行

- ① 内容を確認  
生活の中で抱えているお困りごとをお聞きます。
- ② プランを作成  
相談者と一緒に解決に向けた取り組みを考え、自立に向けたプランを作成します。
- ③ サポートがスタート  
各種支援機関や相談窓口への同行のほか、各種相談機関や地域活動などを紹介するなど、プラン実行のためのサポートが始まります。

#### お困りごとの解決



#### アフターフォロー

解決後も、必要に応じてご相談をお受けします。

#### 対象者

市内在住で生活保護を受給しておらず、次のいずれかに該当する方

- ① 経済的に困っている方
- ② 引きこもり状態の方
- ③ ①・②の方と同じ世帯の方

※ひきこもり・ニート対策事業は、生活保護受給者を含む



#### 自立相談支援

相談員がどのような支援が必要かを一緒に考え、ご本人同意のうえ具体的な支援プランを作成し、寄り添いながら自立に向けた支援をします。外出が困難な方のために、訪問支援(アウトリーチ)も行っています。

#### 住居確保給付金

離職後2年以内の65歳未満の方で住居を喪失しているか喪失する恐れがある方には、就職活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。

※資産・収入などの要件あり

#### ひきこもり・ニート対策

中学3年生～29歳の方や保護者に対し、専門のスタッフによる訪問・面談やグループ活動を通じて、生活支援や高校卒業・資格取得のための学習支援など、継続した支援を行います。

生活サポート相談窓口(042-438-4023) 場 保谷庁舎1階



市からの連絡帳

年金など

国民年金第3号被保険者から第1号被保険者への変更手続き

20歳以上60歳未満の方で、65歳未満の第2号被保険者(厚生年金保険・共済組合加入者)の配偶者に扶養されている期間は、第3号被保険者として年金に加入することができます。

第3号被保険者として年金に加入している方は、次の場合に第1号被保険者への変更手続きを行う必要がありますのでご注意ください。

- ①配偶者が会社を退職したとき
②配偶者の扶養から外れたとき
③配偶者が65歳になったとき
※配偶者が老齢年金の受給権を有しない場合を除く

手続きが遅れると国民年金保険料の納付が遅れたり、年金受給額が減少したり、記録が不正確になったりすることがあります。変更の手続きは忘れずに行ってください。

申請場所 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)・各出張所
本人・配偶者の年金手帳、資格喪失証明書(上記①に該当する場合は、配偶者の退職日記載の書類も可)
◆保険年金課 田(☎042-460-9825)

市民カードをご利用ください

暗証番号を登録すると住民票等自動交付機が利用できます。

旧市の印鑑登録証から西東京市民カードへ引き換えできます

田無市または保谷市印鑑登録証を西東京市民カードに引き換え、暗証番号を登録すると、市内7カ所の自動交付機で住民票や印鑑登録証明書の交付が受けられます。

※暗証番号を登録している「ほうや市民カード」をお持ちの方も利用できます。

西東京市民カード・ほうや市民カードの暗証番号登録・変更

暗証番号未登録の市民カードをお持ちの方は、暗証番号登録手続きができます。暗証番号をお忘れの場合は、暗証番号変更手続きができます。

上記各手続き

登録者本人が市民課窓口(田無庁舎2

階・保谷庁舎1階・各出張所)で申請してください。

持①西東京市民カード・ほうや市民カード・田無市または保谷市印鑑登録証のいずれか

②申請者の本人確認ができるもの
※②の種類により手続きの流れが次のとおり異なります。

(1)運転免許証・旅券・住基カードなど官公署が発行した顔写真の貼付してある証明書など…即日で手続きできます。

(2)保険証や年金手帳など(1)以外…即日では手続きできません。申請後、本人宛てに照会書を郵送しますので、照会書が届いたら再度来庁して手続きをしてください。

◆市民課 田(☎042-460-9820) 保(☎042-438-4020)

福祉・子育て

臨時福祉給付金 相談窓口開設

市民税(均等割)が課税されていない方を対象とした臨時福祉給付金の申請手続きの準備を進めています。

このたび、臨時福祉給付金の相談窓口を田無庁舎2階に開設しましたので、臨時福祉給付金に関してはこちらへお問い合わせください。

※申請時期・方法など詳細は、今後、市報や市HPでお知らせします。

◆臨時福祉給付金担当 田(☎042-497-4976)

児童手当現況届・子育て世帯臨時特例給付金の申請をお忘れなく

平成27年6月分の児童手当受給者に、児童手当現況届・子育て世帯臨時特例給付金申請書を送付しました。現況届は、6月30日(火)までに必ず提出してください。子育て世帯臨時特例給付金の申請期限は、10月30日(金)までです。

※詳細は、市報6月1日号をご覧ください。
◆子育て支援課 田(☎042-460-9840)

幼稚園児などの保護者への補助金

「私立幼稚園等園児保護者負担軽減事業費補助金」および「就園奨励費補助金」の申請を受け付けます。

対本市に住民登録をしている3～5歳児(平成21年4月2日～平成24年4月1日生まれ)を幼稚園などに通園させて

いる保護者。また、満3歳に達した時点で翌年度の4月を待たずに幼稚園などに通園させている保護者

申①市内の幼稚園などに通園の場合…幼稚園などから配布される「補助金交付申請書」に必要事項を明記し、指定日までに幼稚園などへ

②市外の幼稚園などに通園の場合…幼稚園などから配布される「補助金交付申請書」に必要事項を明記し、印鑑を持参のうえ、子育て支援課(田無庁舎1階)・市民課(保谷庁舎1階)へ

※6月下旬までに幼稚園などから「補助金交付申請書」が配布されない場合は、下記へご連絡ください。

□受付期間 6月29日(月)～7月3日(金) 午前9時～午後5時

□添付書類 ※該当者のみ
●生活保護受給世帯…生活保護受給証明書

●平成27年1月2日以降に本市へ転入した方…平成26年度課税証明書

●平成27年1月1日現在海外に居住していた方…勤務先からの給与証明書(平成26年1月1日～12月31日に支払われた給与などの支払い証明書)

※新制度に移行した幼稚園に通っている場合は一部内容が異なります。詳細は、お問い合わせください。

◆子育て支援課 田(☎042-460-9841)

くらし

社会教育関係団体への補助金

市内で社会教育活動をしている団体(体育団体を除く)が行う事業経費の一部を補助します。希望する団体は、事前に予約のうえ、申請書の内容について説明できる方が申請に来てください。

□申請受付 6月22日(月)～7月10日(金)に申請書を社会教育課(保谷庁舎3階)へ持参(郵送不可)

※申請書などの提出書類は社会教育課で配布。相談は随時受け付けます。

◆社会教育課 保(☎042-438-4079)

防犯活動団体への補助金

市内で防犯活動を行う団体に対して、活動経費の一部を補助します。

対市に防犯活動団体として登録をしている団体

□補助金額 防犯資器材の購入経費など

の2分1以内で、1団体20万円(申込多数の場合は補助金額の減額調整あり)

□受付期間 6月22日(月)～7月3日(金) ※詳細は、お問い合わせください。

◆危機管理室 保(☎042-438-4010)

自治会・町内会などへの補助金

市内の自治会・町内会およびマンション管理組合が実施する地域福祉の促進や地域づくりに役立つ活動を対象に、事業費の一部を補助します。

対市内の自治会・町内会およびマンション管理組合

□補助金上限額 ①と②の合計

①団体割額：1万2,000円

②世帯割額：200円×加入世帯数

※1,000円未満は切り捨て

□申請受付 第1回：7月1日(水)～31日(金) 第2回：10月1日(木)～30日(金)

申申請書類を協働コミュニティ課(保谷庁舎3階)へ持参

※詳細は、お問い合わせください。

◆協働コミュニティ課 保(☎042-438-4046)

選挙

6月2日の選挙人名簿登録者数(定時登録)が確定

□登録者数 男性7万8,444人、女性8万3,421人、計16万1,865人

3月2日の定時登録者数と比較すると、男性68人減、女性35人増、計33人減少しています。

定時登録の要件

①日本国民 ②平成7年6月2日以前の生まれ ③平成27年6月1日現在、引き続き3カ月以上本市に居住している(他市区町村から転入した場合は、平成27年3月1日までに本市の住民基本台帳に記載された方)

在外選挙人名簿登録の要件

①在外選挙人名簿に既に登録されていない ②登録申請時に満20歳以上 ③日本国民 ④在外選挙人名簿の登録申請に関し、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

6月2日現在の在外選挙人名簿登録者数は、男性122人、女性116人、計238人です。

◆選挙管理委員会事務局 保(☎042-438-4090)

保険料の軽減制度が拡大します

国民健康保険料

国民健康保険料は、前年の所得に応じた所得割額、加入人数に応じた均等割額、世帯ごとの平等割額の合計で賦課されますが、世帯全体の所得が一定基準以下の場合、均等割額と平等割額が軽減されます。

政令の改正により、平成27年度から軽減判定に使う所得(軽減判定所得)の基準が変更になり、軽減対象となる世帯が増えます。

◆保険年金課 田(☎042-460-9822)

改正内容

Table with 3 columns: 現行, 改正後, 軽減割合. Rows show changes in income thresholds for tax reduction.

※保険料の軽減判定には、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した方(旧国保被保険者)の所得および人数も含めます。

※青色専従者給与額または事業専従者控除額は必要経費に算入されません。また、それぞれの事業専従者が当該事業主から受ける給与所得はないものとします。
※65歳以上(1月1日時点)の方は、公的年金等に係る所得から15万円を控除します。 ※譲渡所得の特別控除は適用しません。 ※雑損失の繰越控除を適用します。

後期高齢者医療保険料

後期高齢者医療保険料は、前年の所得に応じた所得割額、被保険者1人当たりの均等割額の合計で賦課されますが、同じ世帯の被保険者全員と世帯主の、総所得金額などを合計した額が一定基準以下の場合、均等割額が軽減されます。

政令の改正により、平成27年度から均等割額の軽減判定の総所得(軽減判定所得)の基準が変更になり、軽減対象となる世帯が増えます。

◆保険年金課 田(☎042-460-9823)

改正内容

Table with 4 columns: 現行, 改正後, 軽減割合. Rows show changes in income thresholds for elderly medical insurance.



## 募集

### 廃棄物減量等推進員

内 各地域でごみの減量の啓発・資源化の促進、ごみの出し方や分別指導など、市の行う施策への協力

- 毎月の活動報告提出、集積所の見回り・チェック、ごみの出し方の指導・助言
- イベントでのPR活動
- 廃棄物減量等推進員会議の出席(年1回程度)

対 市内在住の方

□ 任期 2年間

□ 謝金 月額3,000円(所得税などは控除)

□ 募集地域・集合住宅

田無町1～5丁目	南町3丁目
西原町1・5丁目	緑町2・3丁目
北原町1・2丁目	向台町3丁目
芝久保町5丁目	新町2・5丁目
柳沢2～5丁目	東伏見1・2・4～6丁目
保谷町1～3丁目	富士町1・2・5・6丁目
中町1～6丁目	東町1～3・6丁目
泉町1・4・5丁目	住吉町1・3丁目
ひばりが丘1～4丁目	ひばりが丘北4丁目
北町1・2・6丁目	西原グリーンハイムゾーンハイム田無
	雇用促進住宅

◆ ごみ減量推進課 (☎042-438-4043)

### スポーツ振興審議会委員

□ 資格・人数 市内在住・在勤・在学の20歳以上(4月1日現在)の方で、市内でスポーツ振興などの社会体育活動を行っている方・1人

※ほかの審議会委員などとの兼任は不可

□ 任期 7月から2年間

□ 会議 月1回程度(平日午後7時ごろから2時間程度)

□ 報酬 1回1万800円

□ 選考方法 「地域スポーツの振興について」をテーマとした作文(800字程度)

申 6月15日(月)～22日(月)(必着)に、作文に氏名、別紙に住所・氏名・生年月日・職業・電話番号・社会体育活動歴を明記し、〒202-8555市役所スポーツ振興

課へ郵送または持参(保谷庁舎3階)

◆ スポーツ振興課保 (☎042-438-4081)

### ほっとネット推進員

内 地域の課題や問題を解決する仕組みづくりを、地域福祉コーディネーターと連携して行うボランティア

□ 登録研修

時 6月26日(金)午後2時

場 柳橋第二市民集会所

定 20人(申込順)

申 電話で、ほっとネット田無ステーション(☎042-497-4158)・ほっとネット保谷ステーション(☎042-438-9205)へ

◆ 生活福祉課保(☎042-438-4024)

### 認知症サポーター

認知症になっても安心して暮らし続けるためには地域での見守り、ちょっとした手助けが必要です。まずは、認知症とは何か、基本から学びませんか。

□ 養成講座

時 7月4日(土)午後2時～3時30分(1時45分開場)

場 障害者総合支援センターフレンドリー

内 認知症の方を地域で支えるためには<sup>※</sup>

対 市内在住・在勤の方で、本講座を受講したことのない方

定 50人(申込順)

申 6月29日(月)までに、電話で下記へ  
※参加者にはサポーターの証しであるオレンジリングを差し上げます。

※5人以上集まれば、出張講座も実施

◆ 高齢者支援課保 (☎042-438-4029)

### 障害者サポーター

障害のある人が困っている時にちょっとした手助けを行う「障害者サポーター」について学びませんか。

□ 養成講座

時 ①6月27日(土) ②7月29日(水) ③8月29日(土) ④9月26日(土)

いずれも午前11時～11時50分<sup>ご</sup>

場 ①③④は障害者総合支援センターフレンドリー、②は保谷庁舎4階

内 「ヘルプカード・ヘルプマークとは」<sup>※</sup>

※各回共通

申 各回前日までに電話で<sup>問</sup>へ

※参加者にはサポーターの証しであるサポートバンダナとキーホルダーを差し上げます。

問 社会福祉法人さくらの園・カノン (☎042-452-7062)

◆ 障害福祉課保(☎042-438-4033)

### 傍聴 審議会<sup>など</sup>

■ 文化芸術振興推進委員会

時 6月22日(月)午後7時～8時30分

場 保谷庁舎1階

内 施策・事業推進および評価

定 5人

◆ 文化振興課保(☎042-438-4040)

■ 個人情報保護審議会

時 6月23日(火)午後2時

場 田無庁舎3階

内 個人情報保護制度

定 5人

◆ 総務法規課田(☎042-460-9811)

■ 男女平等参画推進委員会

時 6月25日(木)午後6時

場 田無庁舎5階

内 第3次男女平等参画推進計画・配偶者暴力対策基本計画実績評価報告書(平成26年度)<sup>ほか</sup>

定 5人

◆ 協働コミュニティ課 (☎042-439-0075)

### 傍聴 教育委員会

時 6月23日(火)午後2時

場 保谷庁舎4階

内 行政報告<sup>ほか</sup>

定 10人

◆ 教育企画課保 (☎042-438-4070)

■ 子ども子育て審議会専門部会

時 6月27日(土)午前10時～正午

場 イングビル

内 利用者負担<sup>ほか</sup>

定 8人

◆ 子育て支援課田 (☎042-460-9841)

■ ひばりが丘中学校建替協議会

時 6月29日(月)午前10時

場 防災センター

内 基本平面案<sup>ほか</sup>

定 10人

◆ 教育企画課保 (☎042-438-4070)

■ 特別職報酬等審議会

時 6月30日(火)午前9時30分

場 田無庁舎3階

内 特別職の報酬<sup>ほか</sup>

定 5人

◆ 職員課田 (☎042-460-9813)

## 住宅用太陽光発電システム 設置助成金の受付開始

地球温暖化対策の推進を図るため、住宅用太陽光発電システムの設置費の一部を助成します。

対 ①自ら居住する住宅に、1～12月に新たに機器を設置した方、または設置予定の方(平成26年末までに設置したものは対象外) ②市税などに滞納がない方

□ 助成対象機器

住宅用太陽光発電システム

□ 助成金予定額

1kW当たり4万円(上限8万円)

□ 募集予定件数

70件(申込多数の場合は抽選)

申 7月15日(火)～8月28日(金)(消印有効)に、往復はがきに住所・氏名・電話番号・設置完了(予定)日を明記し、〒202-0011泉町3-12-35環境保全課へ

※詳細は、市HPをご覧ください。

◆ 環境保全課(☎042-438-4042)

## 固定資産税の減額

◆ 資産税課田(☎042-460-9830)

### 住宅耐震工事

昭和57年1月1日以前から市内にある住宅に耐震改修工事を行い、次の要件を満たしている場合、改修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、住宅面積120㎡まで2分の1減額します(都市計画税は含まれません)。

□ 減額要件 ①改修工事後3カ月以内に資産税課(田無庁舎4階)へ申告する ②1戸当たりの改修工事費用が50万円超

□ 減額期間 平成25年1月1日～平成27年12月31日に改修完了した場合、翌年度から1年間

□ 必要書類 ①耐震基準適合住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ②固定資産税減額証明書 ③耐震改修工事に要した費用の領収書の写し

### 住宅のバリアフリー改修

平成19年1月1日以前から市内にある家屋にバリアフリー改修工事を行い、次の要件を満たしている場合、改修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、住宅面積100㎡まで3分の1減額します(都市計画税は含まれません)。

□ 減額要件 ①改修工事後3カ月以内に資産税課(田無庁舎4階)へ申告する ②65歳以上の方、要介護・要支援認定を受けている方、または障害のある方が居住する家屋(賃貸住宅を除く) ③平成19年4月1日～平成28年3月31日までの間に一定のバリアフリー改修工事<sup>※1</sup>を行う ④1戸当たりの改修工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額) ⑤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改修工事の内容などを確認できる書類(工

事明細書・現場の写真<sup>※2</sup>)およびバリアフリー改修工事に要した費用の領収書の写し ③納税義務者の住民票の写し ④改修住宅にお住まいの方により次のいずれかの書類

(1)居住者が65歳以上の場合は、その方の住民票の写し (2)居住者が要介護または要支援の場合は、その方の介護保険被保険者証の写し (3)居住者が障害のある方の場合は、その方の障害者手帳の写し 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 一定のバリアフリー改修工事…

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、引き戸への取り換え工事、床表面の滑り止め化

### 住宅の省エネ改修

平成20年1月1日以前から市内にある住宅(賃貸住宅を除く)に省エネ改修工事を行い、次の要件を満たしている場合、

改修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、住宅面積120㎡まで3分の1減額します(都市計画税は含まれません)。

□ 減額要件 ①改修工事後3カ月以内に資産税課(田無庁舎4階)へ申告する ②平成20年4月1日～平成28年3月31日の間に一定の省エネ改修工事(以下「熱損失防止改修」)<sup>※2</sup>を行う ③1戸当たりの改修工事費用が50万円超 ④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住宅の熱損失防止改修に伴う固定資産税の減額適用申告書 ②熱損失防止改修工事証明書 ③熱損失防止改修工事に要した費用の領収書の写し ④納税義務者の住民票の写し

※2 一定の熱損失防止改修工事…

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の工事で、窓の改修を含めた工事であることが必須)



## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

### 人権身の上相談所

**時** 7月2日(休)・3日(金)午前10時15分～午後4時(受付：午後3時<sup>まで</sup>)  
**※**事前予約可  
**場** 西武池袋本店7階「行政・法律・くらしの相談コーナー」  
**内** 人権問題(近隣関係・DV・いやがらせ<sup>など</sup>)・子どもの人権問題(いじめ・体罰・不登校<sup>など</sup>)<sup>ほか</sup>  
**相** 東京人権擁護委員協議会所属人権擁護委員・東京都人権擁護委員連合会子ども人権委員会委員・東京法務局職員  
**問** 東京法務局人権擁護部第三課(☎03-5213-1234)

### 特設行政相談

**時** 7月16日(休)午前10時～午後5時(受付：午後4時30分<sup>まで</sup>)  
**内** 登記・労働・相続・税金・国の行政に関する相談  
**相** 東京法務局・池袋労働基準監督署・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  
**場**・**問** 東京総合行政相談所(西武池袋本店7階「行政・法律・くらしの相談コーナー」内・☎03-3987-0229)

### 夏！体験ボランティア西東京2015

**時** 7月21日(火)～8月31日(月)の数日間(体験先により異なる)  
**対** 小学生以上(社会人も可)  
**定** 体験先による(申込順)  
**料** 200円 ※参加費のほか、別途ボランティア保険(300～1,400円)への加入が必要(今年度加入済みの方は不要)  
**申** 6月29日(月)～8月14日(金)に、本人が

窓口へ来所(日曜日・祝日を除く午前9時～午後5時)  
**問** 西東京ボランティア・市民活動センター(田無総合福祉センター内・☎042-466-3070)

### ごみのゆくえを知ろう！夏休み処分場見学会

夏休み恒例の処分場バス見学会です。皆さんの出したごみがどのように処理されているのか、確かめてみませんか。  
**時** ①8月7日(金) ②8月28日(金)  
**場** ①八王子市戸吹クリーンセンター、二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散：JR八王子駅)  
 ②柳泉園組合、二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散：JR武蔵小金井駅)  
**※**集合時間などは後日決定  
**対** 次のいずれかに該当する方  
 ●多摩地域在住の小学4～6年生と18歳以上の保護者2人1組  
 ※小学生1人につき保護者1人が必要  
 ●多摩地域在住・在勤・在学の中学生以上(2人1組を推奨)  
**定** 各40組80人(申込多数の場合は抽選)  
**料** 1人500円(昼食代) ※当日徴収  
**申** 7月17日(金)(必着)までに、往復はがきに「見学会参加希望」、参加者全員の住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、携帯電話番号(お持ちの方)、参加希望日、通勤・通学先(多摩地域以外に在住の方<sup>のみ</sup>)を明記し、**問**の「夏休み見学会」係へ  
 ※はがき1枚につき2人<sup>まで</sup>  
 ※返信用には代表者の住所・氏名を記入  
 ※詳細は、**問**のHPをご覧ください。  
**問** 東京たま広域資源循環組合(〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642番地・☎042-597-6152)

## 夏の団体開放プール

団体の皆さんに、プールを無料開放します。  
**時** 7月25日(土)・26日(日)、8月1日(土)・2日(日)  
 午前の部：10時～正午  
 午後の部：1時30分～3時30分  
**場** けやき小学校  
**対** 子ども会・自治会など10人以上で構成された、次の条件を満たす団体  
 ①利用上の責任は各団体が持つ  
 ②各団体の責任でプール監視員を5人以上配置する  
 ③教育委員会派遣のプール総括責任者の指示に従う  
**申** 6月26日(金)までに、社会教育課(保谷庁舎3階)窓口へ

**利用条件**  
 ①自転車は所定の場所に止める  
 ②車での来校は禁止  
 ③飲食物の持ち込み禁止  
 ④化粧品(日焼け止めなどを含む)は落とす  
 ⑤必ず水着・水泳帽を着用する  
 ※水着を着用していない方は、プール施設内への入場不可  
 ⑥ビーチボールの使用不可(浮輪・腕輪のみ使用可)  
 ⑦貴金属類は外す  
 ⑧監視員の指示に従う  
 ※水温などにより、急きょ中止する場合があります。  
**◆**社会教育課(☎042-438-4079)

## 第9回 都市農地保全自治体フォーラム

本市を含む都内38市区町の連携組織である「都市農地保全推進自治体協議会」によるフォーラムを開催します。各地域のJA(農業協同組合)が都内で生産された新鮮な農産物や加工品を販売します。また、都市農地が持つさまざまな役割について講演会を行います。  
**※**車での来場はご遠慮ください。  
**◆**野菜などの即売会  
**時** 7月2日(休)午前11時30分～午後2時  
**場** 練馬区立区民・産業プラザCoconeriホール(練馬区練馬1-17-1)

**◆**フォーラム  
**時** 7月2日(休)午後1時15分～4時  
**場** 練馬区立練馬文化センター(練馬区練馬1-17-37)  
**定** 550人(先着順)  
**※**当日、直接会場へ  
**問** 都市農地保全推進自治体協議会事務局(練馬区都市農業課内)(☎03-5984-4759)  
**◆**産業振興課(☎042-438-4044)

## しごとフェアin西東京 就職面接会&面接対策セミナー

市およびハローワーク三鷹では、東京しごとセンター多摩と共催で就職面接会と面接対策セミナーを開催します。年齢制限はありません。就職相談コーナーも開設しますので、現在就職活動中の方はお気軽にご参加ください。  
**時**・**場** 7月3日(金)・きらっと  
**◆**面接対策セミナー  
**時** 午前10時～11時30分(受付：午前9時30分<sup>から</sup>)  
**定** 50人(申込順)  
**申** 6月15日(月)から、電話で**問**へ

**◆**就職面接会  
**時** 午後2時～4時(受付：午後1時30分～3時30分) ※当日、直接会場へ  
**持** 履歴書数通(複数の企業と面接可)  
**相** 参加企業 10社程度(市内および近隣の企業が参加予定)  
**※**参加企業および求人内容など詳細は、開催日約1週間前に市HP・ハローワーク三鷹HPなどで公開します。  
**※**車での来場はご遠慮ください。  
**問** ハローワーク三鷹職業相談部門(☎0422-47-8617)  
**◆**産業振興課(☎042-438-4041)

## 無料市民相談

### ■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 <b>田</b> ・ <b>保</b>	月～金曜日 午前8時30分～午後5時

### ■専門相談(予約制)

**相** 予約開始 6月17日(水)午前8時30分(★印は、6月3日から受付中)  
**相** 予約方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話  
**※**予約開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。  
**問** 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	<b>田</b>	6月23日(火)・24日(水)、7月2日(休)・3日(金) 午前9時～正午 ※7月2日(休)は人権・身の上相談を兼ねる
	<b>保</b>	6月25日(休)は午前9時～正午で、人権・身の上相談を兼ねる 7月1日(火)・7日(火)・8日(水) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	<b>田</b>	★7月2日(休) 午前9時～正午
	<b>保</b>	★6月25日(休)
税務相談	<b>田</b>	6月26日(金)
	<b>保</b>	7月3日(金)
不動産相談	<b>田</b>	7月2日(休)
	<b>保</b>	7月9日(休)
登記相談	<b>田</b>	7月9日(休)
	<b>保</b>	7月16日(休)
表示登記相談	<b>田</b>	7月9日(休)
	<b>保</b>	7月16日(休)
交通事故相談	<b>田</b>	7月8日(休)
	<b>保</b>	★6月24日(火)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	<b>保</b>	7月13日(月)
行政相談	<b>保</b>	7月2日(休)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	<b>保</b>	★7月10日(金)

## 浸水への備え！「浸水対策強化月間」

東京都下水道局では、雨季に向かう6月を「浸水対策強化月間」と定め、地域の皆さんに浸水の備えをお願いしています。  
 道路にある雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が雨水管に流れ込まず、浸水の危険性が高まります。雨水ますや側溝にごみを入れたり、物を置かないようにしましょう。  
 東京都では「東京アメッシュHP」で降雨情報を提供しています。  
**問** 東京都下水道局流域下水道本部(☎042-527-4828)  
**◆**下水道課(☎042-438-4059)

## 薬物「ダメ。ゼッタイ。」街頭キャンペーン

薬物乱用は、心と体をボロボロにするだけでなく、家族や友人を巻き込み、大切な人生を崩壊させてしまいます。6月26日の「国際麻薬乱用撲滅デー」に合わせて東京都薬物乱用防止推進西東京市地区協議会が実施するキャンペーンは、市民の皆さんが薬物乱用問題の意識を高め、薬物を乱用しない社会環境をつくるための啓発活動です。  
**時**・**場** 6月20日(土)①午後3時・田無駅 ②午後3時30分・ひばりヶ丘駅  
**◆**健康課(☎042-438-4021)

# 健康ひろば



## 記入例

【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

## はがき・Eメール

【ファミリー学級】申し込み  
①参加希望コース  
②夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日  
③住所  
④電話番号  
⑤出産予定日・病院名  
⑥病院などの母親学級受講(予定)の有無  
⑦パパの参加予定日(例)両日、2日目のみ

## 一般

◆健康課保(☎042-438-4037)

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
<b>西東京しゃきしゃき体操パート2講座</b> 【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。	6月26日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター 7月14日(木)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(申込順)	前日までに電話予約 ※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、会場はご用意ください)。
<b>栄養相談</b> 【管理栄養士による相談】	7月6日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター 7月8日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/各日5人(申込順)	7月2日(木)までに電話予約 7月3日(金)までに電話予約
<b>ボディケア講座～腰痛予防～</b> 【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】	7月1日(水)午後1時～2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
<b>リハビリ窓口相談</b> 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	7月1日(水)午後2時15分～3時15分・ 7月16日(木)午前11時15分～午後0時15分/ 保谷保健福祉総合センター	リハビリに関する相談を希望する方 および関係者/ 各日2人程度(申込順)	前日までに電話予約
<b>ファミリー学級2日間コース</b> ～初めて父親・母親になる方のための教室～ 【妊娠中の生活と健康、赤ちゃんのいる生活、父親の役割・育児参加方法など】	<b>第6コース</b> 7月10日(金)、8月1日(土) 午前9時30分～午後0時45分/ 保谷保健福祉総合センター <b>第7コース</b> 8月21日(金)、9月5日(土) 午前9時30分～午後0時45分/ 保谷保健福祉総合センター	初めて父親・母親になる市内在住の方 (妊婦のみの参加も可)/ 各28組(申込多数の場合は抽選) ◇対象出産予定日の目安 <b>第6コース</b> : 10月18日～12月26日 <b>第7コース</b> : 11月22日～平成28年1月16日	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) <b>第6コース</b> : 6月13日(土)～23日(火) <b>第7コース</b> : 7月25日(土)～8月5日(水)

## 子ども

◆健康課保(☎042-438-4037)

☎…申込不要・当日、直接会場へ ※転入などの方は事前にご連絡ください。

### 3～4カ月児健診

時 6月18日(木)・25日(木)、7月2日(木)・16日(木)・30日(木)  
受付: 午後0時10分～1時10分  
場 保谷保健福祉総合センター  
対 個別に通知

### BCG予防接種

生後5カ月になる前のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。指定された日時にお越しください。  
場 保谷保健福祉総合センター  
対 生後1歳になる前日まで、まだBCG接種を受けていないお子さん

### 1歳児お誕生相談会

時 6月22日(月)、7月6日(月)・27日(月)  
受付: 午前9時～10時  
場 保谷保健福祉総合センター  
対 個別に通知(1歳3カ月までで希望する方はお問い合わせください)

### 育児相談

(身体計測と育児に関する相談) **当日**  
時・場 6月29日(月)受付: 午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター  
7月28日(火)受付: 午前9時30分～11時・田無総合福祉センター  
対 乳幼児と保護者

### 2歳児すくすく相談会

時 6月23日(火)、7月7日(火)・21日(火)  
受付: 午前9時～10時  
場 保谷保健福祉総合センター  
対 個別に通知(2歳6カ月までで希望する方はお問い合わせください)

### 子育て講座

(離乳食と歯が生えてくる頃の話) **当日**  
時・場 6月29日(月)・保谷保健福祉総合センター  
7月28日(火)・田無総合福祉センター  
1回目: 午前10時～10時40分  
2回目: 午前10時50分～11時30分  
対 7～8カ月の乳児と保護者(各回先着15組)

### 3歳児健康診査

時 6月24日(水)、7月1日(水)・8日(水)・29日(水)  
※指定された日時にお越しください。  
場 保谷保健福祉総合センター  
対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)



## 熱中症にご注意

### ◆熱中症とは

気温や湿度が高い中での作業や運動で、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなることにより、体温上昇・めまい・体のだるさ・けいれん・意識障害などの症状を起こす病気です。熱中症は、必ずしも屋外で起きるとは限りません。約40%は住宅などの

気温や湿度が上昇するこれからの季節は、熱中症対策が必要になります。

建物内で、24%は道路や駅などの交通施設で発生しています。

### □熱中症を疑うサイン

めまい・失神・頭痛・吐き気・嘔吐・虚脱感・大量の発汗・暑いのに汗をかかない・おなかや足の筋肉痛・排尿回数が少ない・手足の運動障害・意識状態がいつもと違う・もうろうとしている・異常な高体温など

### 熱中症予防のポイント

- 暑さに体を慣らしましょう…熱中症は、梅雨明け直後の気温が高い日に多く発生します。体がまだ暑さに慣れていないためにかかりやすくなります。日頃からウォーキングなどの軽い運動を継続することで汗をかく習慣を付け、暑さに強い体をつくるのが大切です。
- 高温・多湿・直射日光を避けましょう…熱中症の原因の一つが、高温多湿です。屋外では強い日差しを避け、屋内では風通しを良くするなど、高温環境に長時間さらされないように注意しましょう。
- 水分補給は計画的、かつ、こまめに…特に高齢者はのどの渇きを感じにくくなるため、早めに水分補給をしましょう。
- 運動時などは計画的な休憩を…汗などで失われた水分や塩分をできるだけ早く補給するために、水だけでなく、スポーツドリンクなどを併せて摂取しましょう。また学校や部活動の指導者は、熱中症についてよく理解し、計画的な休憩や水分補給の配慮をしましょう。
- 規則正しい生活を…夜更かし・深酒・食事を抜くなど不規則な生活により体調不良な状態では、熱中症になる恐れがあります。規則正しい生活と十分な食事を摂ることを心掛けましょう。

☎西東京消防署(☎042-421-0119) ◆危機管理室保(☎042-438-4010)

## 休日診療

※健康保険証、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)

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
21日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	ひばりが丘てらむらクリニック ひばりが丘3-3-16 ☎042-452-3960	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
28日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	野田医院 向台町3-6-10 ☎042-467-1810	

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		
21日	堀齒科医院 田無町5-8-10 ライオンズマンション田無第2 ☎042-466-4182	28日	篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎042-461-5323

## 電話相談

<b>母と子の健康相談室(小児救急相談)</b> 平日 午後5時～10時 土・日曜日、祝日、年末年始 午前9時～午後5時	東京都 ☎03-5285-8898 または#8000
<b>東京都医療機関案内サービス(ひまわり)</b> 毎日24時間	東京都 ☎03-5272-0303
<b>救急相談センター(救急車を呼ぶか迷ったら)</b> 毎日24時間	東京消防庁 ☎042-521-2323 または#7119



# ☆ キッズルーム

子育て世代向け情報  
※市からの連絡帳コーナーも  
ご覧ください。

## 第15回 市立児童館キャンプ ホップ・ステップ・キャンプ! いきる・つながる・みつける

時 8月4日(火)～6日(木)(2泊3日)  
場 みずがき山リーゼンヒュッテ(山梨県北杜市須玉町比志3648-1)  
対 市内在住の小学4年生～高校生年代で、オリエンテーションに保護者同伴で参加できる方  
定 70人(申込多数の場合は、昨年参加していない方を優先し抽選)  
¥ 1万2,000円  
※変更になる場合あり

◆オリエンテーション  
時 7月30日(木)午前10時～午後1時(予定)  
□参加募集のチラシ 市内の小学4～6年生には、6月上旬に学校を通じて配布するほか、6月15日(月)から、児童青少年課(田無庁舎1階)、保谷庁舎1階総合案内、各児童館・児童センターで配布  
※市HPからもダウンロード可  
※申込方法はチラシでご確認ください。  
問 芝久保児童館(☎042-465-1678)  
◆児童青少年課(☎042-460-9843)



野外炊さんの様子



宿泊施設前にて

## 第1回 理科・算数だいすき実験教室(早稲田大学連携事業)

時 7月18日(出)  
講座1～3…午前9時30分～正午  
講座4～6…午後2時～4時30分  
※講座によって時間が異なります。  
場 早稲田大学高等学院(練馬区上石神井3-31-1)  
対 市内在住・在学の小学生  
申 6月23日(火)午後5時(必着)までに、往復はがきに講座名・学校名・学年・児童氏名(ふりがな)・住所・電話番号・付き添いの保護者氏名(ふりがな)を明記し、〒202-8555市役所教育企画課へ  
※持参も可(保谷庁舎3階)  
※申込多数の場合は抽選  
※詳細は、市HPをご覧ください。  
※全ての講座に保護者の同伴が必要です。  
※第2回の教室は、11月に開催予定です。  
◆教育企画課(☎042-438-4070)

童氏名(ふりがな)・住所・電話番号・付き添いの保護者氏名(ふりがな)を明記し、〒202-8555市役所教育企画課へ  
※持参も可(保谷庁舎3階)  
※申込多数の場合は抽選  
※詳細は、市HPをご覧ください。  
※全ての講座に保護者の同伴が必要です。  
※第2回の教室は、11月に開催予定です。  
◆教育企画課(☎042-438-4070)

講座名	対象学年・定員	費用
講座1 プラントンを観察しよう～顕微鏡で見る微生物の世界～	小学3年生以上・16人	500円
講座2 空気と熱のおもしろ実験～空気のない世界、低温の世界を見てみよう～	小学4年生以上・20人	500円
講座3 ふしぎな図形に挑戦!～折り紙を使ったアートから人工衛星のパネルづくりまで～	小学2年生以上・20人	300円
講座4 手作り万華鏡に挑戦しよう～ビー玉レンズと偏光板の不思議な性質～	小学4年生以上・16人	800円
講座5 ロケット入門～ロケットの原理と水ロケット製作と打ち上げ実験～	小学3年生以上・30人	800円
講座6 算数っておもしろい!～自分で作ろう「計算」の道具～	小学2年生以上・30人	400円

## ごみの出し方 ワンポイント

◆ごみ・資源物を細かく分別する理由  
は?  
可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみなどの、処理・処分する「ごみ」をできるだけ少なくし、できるだけ多くの「ごみ」を資源化し有効利用するためです。  
家庭から出された可燃ごみや不燃ごみは、東久留米市にある中間処理施設の「柳泉園組合」に運ばれ、燃やせるものは焼却し、金属類・ガラス類・硬質プラスチック類などは分別してリサイクルしています。また、西東京市の可燃ごみの焼却灰は日の出町にある二ツ塚処分場に搬入され、全量エコセメント化しているため、焼却する可燃ごみの中に「電池・金属類・水銀など」の不適合物・有害物質が入っていると、環境保全のために受け入れを拒否されます。そのため家庭での細かな分別が必要となるのです。  
多摩地域で排出された「ごみ」は、日

の出町の方の理解と協力があって初めて処理・処分ができます。市民の皆さんのご協力をお願いします。  
◆缶やペットボトルは「つぶして」出した方が良いのですか?  
「つぶす」必要はありません。缶やペットボトルは収集後「柳泉園組合」のリサイクルセンターに搬入され、選別・圧縮・梱包します。完全に「つぶれた」ものが多い場合は、圧縮してもサイコロ状に固まらず、ばらばらになってしまいます。そのため「つぶさず」に排出する方が処理しやすいのです。  
しかし、これから排出量が多くなる暑い季節となります。保管が大変、収集かごが満杯になるなどの不都合もあります。その場合は「軽くつぶす」程度で保管し、収集かごがあふれる場合は、袋で出してください。  
◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

## 図書館の催し



### 夏のかにむかしのおはなし会

時 7月4日(土)午前11時  
場 芝久保図書館  
※当日、直接会場へ  
内 絵本「ちびゴリラのちびちび」ほか  
□公演 かにむかしの会  
◆芝久保図書館(☎042-465-9825)

### 絵本の読み聞かせ講座

学校や保育園などで、初めて絵本の読み聞かせを行う方を対象とした講座です。  
時 ①6月26日(金) ②7月10日(金)  
午前10時～正午(全2回)  
場 谷戸図書館  
内 ①絵本の選び方 ②読み聞かせの実演  
対 次の全てに該当する方  
●市内在住の方  
●小学校・保育園などで、初めて絵本の読み聞かせを行う方、またはこれから行う予定のある方  
●全日程受講できる方  
定 20人(申込順)  
申 6月16日(火)午前10時から開館時間中に、下記へ電話または来館  
◆柳沢図書館(☎042-464-8240)

### 西東京市図書館40周年記念講座・講演会

短歌や俳句はいかに変遷したか～日本の短詩型文学の系譜～  
時 7月5日(日)午前10時30分～午後0時30分(10時10分開場)  
講 川口順啓さん(NPO法人東京雑学大学顧問)  
西武鉄道100年と西東京市  
時 7月5日(日)午後2時30分～4時30分(2時10分開場)  
講 石井正己さん(東京学芸大学教授)  
□共通事項  
場 田無公民館 ※当日、直接会場へ  
定 各回50人(先着順)  
◆中央図書館(☎042-465-0823)

## 消費生活相談

### Q&A



### カラーコンタクトレンズの使用には必ず眼科を受診

Q 高校生の娘がカラーコンタクトレンズを装着するようになった。充血し涙目になっている時があるが、本人は徐々に治まるから大丈夫だと言う。商品はインターネットサイトで購入したらしいが、直接目に装着する商品なので心配だ。  
A 瞳を大きく見せたり、さまざまな色を楽しんだりすることができるカラーコンタクトレンズは、若い女性を中心に使用者が増えているようです。しかし、充血や混濁の症状が出たり角膜を損傷したりするなどの事故が相次いだため、カラーコンタクトレンズの製造・輸入には厚生労働省の承認が、また、販売には知事の許可と販売管理者の設置が義務付けられました。しかし購入に際し、必ずしも医師の処

方箋を必要としないため、角膜のカーブや材質など自身に合わない商品を使い続けたり、誤った使用方法により眼障害を起こしてしまったりするケースも報告されています。  
またインターネットでは、日本での審査を受けていない商品も購入できるため注意が必要です。  
カラーコンタクトレンズを使用する際は必ず眼科を受診し、自身の目の状態を検査してもらいましょう。また使用中に異常を感じたときは直ちに使用を中止し眼科を受診してください。自覚症状がなくても、眼障害を抱えていたという事例が報告されています。定期的な受診を心掛けましょう。  
詳細は、下記へお問い合わせください。  
◆消費者センター(☎042-425-4040)

## 外国人のためのリレー専門家相談会 通訳ボランティア募集

文化・習慣の違いなどから、さまざまな悩みや問題に直面する外国籍市民が存在しています。そこで、東京外国人支援ネットワークに参加している都内の自治体や国際交流協会などが、4月～平成28年3月で約20カ所をリレーしながら、弁護士など各種専門家による外国人のためのリレー専門家相談会を実施します。本市では12月12日(土)に実施予定です。この相談会で、専門家との間に立って通訳をしてくださるボランティアを募集します。  
対 市内在住・在勤・在学で、弁護士など各種専門家との通訳ができ、研修会および相談会にボランティアとして

参加できる方  
※国籍・言語は不問  
申 7月3日(金)までに、はがきまたはEメールに、件名「27通訳ボランティア」・住所・氏名・電話番号・ファクスの有無・Eメールアドレス・通訳可能な言語を明記し、〒202-8555市役所文化振興課へ  
※申し込まれた方に、総合防災訓練の通訳協力のご案内をさせていただきます。可能な範囲でご協力をお願いします。  
◆文化振興課(☎042-438-4040)・bunka@city.nishitokyo.lg.jp

# イベント NEWS

もっと知ろう！ 楽しもう！

## NPO等企画提案事業 トンネルから抜け出そう ～ペアピアカウンセリング～

6月17日(水) 午前10時～11時  
住吉会館ルピナス

子どもに障害があったり、子どもの発達に不安があったりする保護者による、少人数のグループ相談会です。

対 市内在住で、「言葉が遅い」「落ち着きがない」など、子どもの発達や行動に不安を持つ保護者

※障害などの種類・程度・診断の有無は不問

申 6月16日(火)までに、Eメールで氏名(本名でなくても可)、子どもの年齢・性別・障害名(分かれば)、Eメールアドレス、保育が必要な場合は子どもの人数・年齢を明記し問へ

※相談会は、平成28年1月まで毎月1回開催。詳細は、問へお問い合わせください。

問 ぶーけ～西東京市障がい児の自立を考える保護者の会～

(☎ peapia8787@yahoo.co.jp)

◆協働コミュニティ課保

(☎ 042-438-4046)

## みどりの散策路を歩こう

6月24日(水) 午前9時30分～正午ごろ  
集合・解散：谷戸公民館  
※雨天中止。当日、直接会場へ

第2回は、「せせらぎ公園・社寺めぐりコース(3.4km)」を歩きます。

持 水筒・雨具など

◆みどり公園課保

(☎ 042-438-4045)

## めぐみちゃんメニュー プチマルシェ ～市内の「おいしい」がいっぱい！～

6月24日(水) 午前11時～午後4時  
田無駅北口ペダストリアンデッキ

めぐみちゃんメニュー参加事業者が出品する即売会を開催します。

問 めぐみちゃんメニュー事務局

(☎ 03-6823-1234)

◆産業振興課保(☎ 042-438-4044)

## 早稲田大学野球教室の観覧

6月28日(日) 午前8時45分～午後3時  
早稲田大学東伏見キャンパス野球場・軟式野球場  
※雨天中止。当日、直接会場へ

市内少年野球チームを対象とした野球教室です。ぜひご観覧ください。

□共催 西東京市軟式野球連盟少年部

□協力 早稲田大学競技スポーツセンター・早稲田大学野球部・早稲田大学準硬式野球部など

◆スポーツ振興課保

(☎ 042-438-4081)

## NPO等企画提案事業 多文化共生ってどんなこと？ ～西東京市の市民活動 最前線～

7月1日(水)～3日(金)  
午前10時～午後5時  
アスタビル2階センターコート

市には、世界70カ国出身の多様な文化的背景を持つ人々が暮らしています。文化の違いを楽しみ、助け合い、交流しながら活動している団体や、市内の

ボランティア日本語教室の活動をパネルで紹介。ミニ外国語講座や音楽ステージ、ビデオ上映も行います。

問 NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC) (☎ 042-461-0381)

◆協働コミュニティ課保

(☎ 042-438-4046)

## ひきこもりなど自立に困難を抱える若者への巡回相談会

① 7月6日(月) 保谷庁舎1階

② 7月10日(金) コール田無

「東京都ひきこもりサポートネット」では、電話相談・メール相談・訪問相談を行っています。今回、訪問相談の一環として巡回相談会を開催します。

対 次の全てに該当する方

● 市内在住で、引きこもりなどの自立に困難を抱える若者やその家族

● 義務教育修了後の15歳～おおむね34歳

申 電話で東京都ひきこもりサポートネット(☎ 080-6848-9478)へ

※匿名可。相談時間決定後、電話で連絡します(相談時間は1人45分程度)。

□相談時の留意点

① 本人の状況に合わせて、今後必要な支援内容を検討し、関係機関へ紹介します。希望があれば、東京都ひきこもりサポートネットの相談員が訪問相談を行います。

② 相談は無料ですが、紹介先の関係機関は有料の場合もあります。

③ 病名診断などの医療行為に当たる相談や、緊急の対応が必要な相談など、相談内容によってはお断りする場合があります。

※詳細は、東京都ひきこもりサポートネットHPをご覧ください。

問 東京都青少年・治安対策本部総合対策部青少年課(☎ 03-5388-2257)

◆児童青少年課田(☎ 042-460-9843)

## 沿線3市連携事業 パジック(パパがやるマジック)講座

7月11日(土) 午後1時30分～3時30分  
住吉会館ルピナス

マジックができるパパはかっこいい！パパと子どものコミュニケーションマジックを学んで、家族を笑顔にしませんか。

定 20人 ※保育あり：生後6カ月以上の未就学児・15人(申込順)

※小学生以下は同伴可

申 6月15日(月)午前9時から、電話またはEメールで下記へ

◆男女平等推進センター(☎ 042-439-0075・☎ kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

## 健康セミナー からだ・リフォーム術

7月17日(金)

① 午前9時30分～11時・きらっと

② 午後1時～2時30分・スポーツセンター

「運動は苦手」「痛いから無理」と思い込んでいませんか。自分の動き方の癖を知り、対処法を学びます。日常生活を「楽にできる力」を養いましょう。

対 15歳以上(中学生を除く)

定 各回30人(申込順)

¥ 500円

申 6月19日(金)～7月16日(木)に、スポーツセンター・きらっと・総合体育館で配布の申込用紙に参加費を添えて、各館窓口へ

問 スポーツセンター

(☎ 042-425-0505)

◆スポーツ振興課保

(☎ 042-438-4081)

## 夏野菜のメイソンジャーサラダ & 手作りドレッシング講座

7月17日(金) 午前10時～正午  
消費者センター分館

市内農家の畑で採れた新鮮夏野菜で、話題のメイソンジャーサラダを作ります。

定 24人(申込多数の場合は抽選)

¥ 1,000円(材料費・テキスト代)

持 参加決定者に別途お知らせします。

申 6月25日(木)(必着)までに、往復はがき・ファクス・Eメールで、件名「メイソンジャーサラダ」・住所・氏名・電話番号を明記し、〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ

◆協働コミュニティ課保

(☎ 042-438-4046・FAX 042-

-438-2021・☎

kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)



メイソンジャーサラダ

# 違法駐車はみんなの迷惑 駐車場を利用しましょう

違法駐車は、交通渋滞や交通事故の原因になり、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。

◆駐車車両による事故原因

- 駐車車両に衝突する(特に夜間)
- 駐車車両を避けるための進路変更
- 駐車車両前後の飛び出し
- 駐車車両による歩行者などの発見の遅れ

駐車の際は駐車場を利用するなど、ドライバーの皆さんのご協力をお願い

します。市では、「西東京市違法駐車等の防止に関する条例」により、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。当該地域には交通指導員を配置して、駐車を抑制する指導・啓発活動などを行っています。

◆道路管理課保(☎ 042-438-4057)



## 西東京市民文化祭

# オープニングイベント舞台進行の裏方ボランティア募集

毎年秋に開催する市民文化祭のスタートを飾るオープニングイベントは、実行委員が舞台進行をします。これを手伝ってくださるボランティアを募集します。舞台の裏方を学べるチャンスです。

時・場 打ち合わせ：9月5日(土)午前10時・保谷庁舎別棟

リハーサル：9月16日(水)・17日(木)午後6時・保谷こもれびホール

本番：10月17日(土)・保谷こもれびホール

対 市内在住・在勤・在学中、上記日

程に全て参加できる方

申 7月10日(金)(必着)までに、ファクス・Eメールで、件名「文化祭ボランティア募集」・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を明記し、文化振興課へ※持参可(保谷庁舎3階)

□企画運営 西東京市民文化祭実行委員会

◆文化振興課保

(☎ 042-438-4040・FAX 042-438-

-2021・☎ bunka@city.nishitokyo.lg.jp)

## 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。

# 姉妹都市・友好都市に泊まろう!

姉妹都市…福島県南会津郡下郷町  
友好都市…山梨県北杜市  
千葉県勝浦市

市では、姉妹都市・友好都市との交流を深めてもらえるよう、それぞれの宿泊施設と契約しています。契約施設に宿泊する際は、宿泊料金の一部を助成します。

### □助成金額(1泊につき)

- 旅館  
大人(13歳以上)…1,500円  
小人(3歳以上13歳未満)…1,200円
- 民宿・その他  
大人(13歳以上)…1,200円  
小人(3歳以上13歳未満)…1,000円

### □利用方法

①契約宿泊施設一覧より、直接ご希望の宿泊施設に連絡し、予約してください。

※一覧は、文化振興課(保谷庁舎3階)・田無庁舎2階ロビー・各出張所で配布。市HPからもダウンロード可  
※北杜市については、北杜市須玉町にある指定宿泊施設のみ利用可

②予約後、文化振興課で契約保養施設利用券を申請してください(電話での申請は不可)。

持運転免許証など本人確認ができるもの(印鑑不要)

③申請内容を確認後、利用券を発行します。宿泊当日に、その利用券を宿泊施設にご提出ください。

※この制度を利用できる方は、ご家族やグループなどで宿泊する場合も、市内在住者(住民基本台帳に登録されている方)に限られます。

※利用限度は、1年間1人2泊まで

問 下郷町商工観光係  
(☎0241-69-1144)

北杜市観光協会  
(☎0551-47-4747)

勝浦市観光商工課  
(☎0470-73-6641)

◆文化振興課保  
(☎042-438-4040)

### □イベントスケジュール

※詳細は、各都市の問へお問い合わせください。

開催日	イベント名	都市
7月2日(木)	大内宿半夏まつり	下郷町
7月18日(土)~8月23日(日)	海水浴場開設	勝浦市
7月19日(日)	三倉山山開き	下郷町
7月25日(土)	鵜原大名行列	勝浦市
7月25日(土)・26日(日)	下郷ふるさと祭り“楽しもごう2015”	下郷町
7月31日(金)	増富温泉湯まつり	北杜市
8月12日(水)	かつうら若潮まつり花火大会	勝浦市
8月13日(木)	興津湾灯籠流し	勝浦市
9月18日(金)~21日(祝)	勝浦大漁まつり	勝浦市
9月~11月中	増富ラジウム温泉博覧会	北杜市
10月4日(日)	須玉甲斐源氏祭り	北杜市
11月7日(土)	かつうら魅力市	勝浦市
平成28年2月13日(土)・14日(日)	大内宿雪まつり	下郷町
2月20日(土)(予定)	なかやま「雪月火」	下郷町
2月26日(金)~3月6日(日)	かつうらビッグひな祭り	勝浦市
2月27日(土)・28日(日)(予定)	湯野上温泉火祭り	下郷町

## 光化学スモッグに注意しましょう

日差しが強く風の弱い日は、オキシダントの濃度が高くなり、光化学スモッグが発生しやすくなります。

光化学スモッグ注意報などが発令されると、防災行政無線とエフエム西東京(84.2MHz)でお知らせし、公共施設でも看板を掲示して注意を促しています。

### ◆注意報など発令時の対処法

- なるべく外に出ないようにして、屋外での運動などは避けましょう。
- 目がチカチカしたり喉が痛くなったりしたときは、洗顔やうがいをして屋内で安静にしましょう。
- 被害を受けたときは、保健所に相談しましょう。

### □相談機関

東京都多摩小平保健所  
(☎042-450-3111)

### □光化学スモッグに関する情報提供

問 東京都環境局  
●大気汚染情報テレホンサービス  
(☎03-5320-7800)  
●東京都光化学スモッグ情報HP  
http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp/

※同HPから、画面の指示に従って登録すると、最新の光化学スモッグ注意報などの情報をメールで受け取ることができます。

※市HPからも閲覧可  
◆環境保全課(☎042-438-4042)

## 多摩六都科学館ナビ



### プラネタリウムコンサート 北欧の星空とクラシカルコーラス

七夕の夜に、本格的なクラシカルコーラスとともに、北欧の星空を楽しみませんか。

時 7月7日(火)午後6時30分~8時(6時15分開場)

定 100人(申込多数の場合は抽選)

※小学生以下は保護者同伴  
¥ 大人500円、4歳~高校生200円

申 6月22日(月)(必着)までに、当館HPまたははがきに、イベント名・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を明記し問へ

### 朗読プラネタリウム 銀河鉄道の夜

満天の星のもと、朗読で宮沢賢治の名作「銀河鉄道の夜」の世界へ出掛けてみませんか。

時 7月12日(日)午後5時10分~6時10分

対 小学生以上 ※小学生は保護者同伴  
定 180人(先着順)

¥ 観覧付入館券 大人1,000円、4歳~高校生400円

□脚本・演出 山崎巖さん

問 多摩六都科学館(〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100)  
※月曜休館

## 多摩六都フェア

### 映像制作(ドキュメンタリー)ワークショップ 受講生募集 ~ドキュメンタリー映像を通して、多摩六都の魅力を発信!~

今年度の多摩六都フェアは、“市民による地域の魅力満載!本格ドキュメンタリー映像制作”に挑戦します。

専門家による映像制作に関する講座と番組制作現場の見学、その後実際に撮影・編集・マルチオーディオ(音・ナレーション入れ)をして、グループごとに作品を作ります。完成したドキュメンタリーは、保谷こもれびホールで発表後、翌年の各種ドキュメンタリー映像作品コンテストなどへ出品することを目指します。

□講習  
時 9月6日(日)~平成28年3月13日(日)(全27回を予定)

- 対 次の全てに該当する方
- 多摩六都地域(小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市)に在住・在勤・在学の高生以上
  - 映像制作に興味があり、ワークショップに真剣に取り組める熱い情熱を持っている方
  - 屋外で長時間の撮影に耐えられる、

体力に自信のある方

●特別な事情がない限り、全講習に参加できる方

※映像制作関係の仕事をしている方は対象外

※編集作業でパソコンを使用  
定 50人(申込多数の場合は抽選)  
¥ 1万円(途中返還不可)

申 6月16日(火)~7月31日(金)に、所定の応募用紙で問へ

※詳細は、6月15日(月)から公共施設で配布するチラシまたは市HP・保谷こもれびホールHPをご覧ください。  
※本事業は、宝くじの助成を受けて実施しています。

問 保谷こもれびホール(☎042-421-1919)

◆文化振興課保  
(☎042-438-4040)



## 大好きです 西東京

### 市内の情報をお届けします

#### 身近なお知らせ編

### 安全・安心なまちづくり 地域合同パトロールをしました

4月29日午前10時~正午に、市内の防犯活動を行う団体で合同パトロールを実施しました。田無警察署・防犯協会をはじめ、合計34団体879人にご協力いただきました。各団体一丸となって、市内の防犯パトロールを行い、犯罪の未然防止に取り組みました。

今後も皆さんの力で安全・安心なまちをつかっていきましょう。秋の全国地域安全運動期間にも合同パトロールを実施しますので、ぜひご参加ください。  
◆危機管理室保(☎042-438-4010)



まちの安全を見守る皆さん