



「いこいーな」  
©シンエイ/西東京市

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



# 西東京

主な内容

- 平成27年 国勢調査を実施…2
- 一店逸品事業 紹介冊子(第3弾)…3
- 動物愛護週間(9月20日~26日)…5
- ファミリー・サポート・センター…7
- 総合防災訓練を実施(9月6日)…10

No.365

平成27年(2015)

9/1

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 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](#)

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/>



## 多摩六都

# リレーマラソン2015

ランナー募集!

たすき  
思いをのせた襷がつなぐ人とまち

多摩北部圏域5市(小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京)の皆さんにスポーツへの参加機会を提供し、健康増進や市域・世代を越えた市民相互の交流を図っていただくために「多摩六都リレーマラソン2015」を開催します。



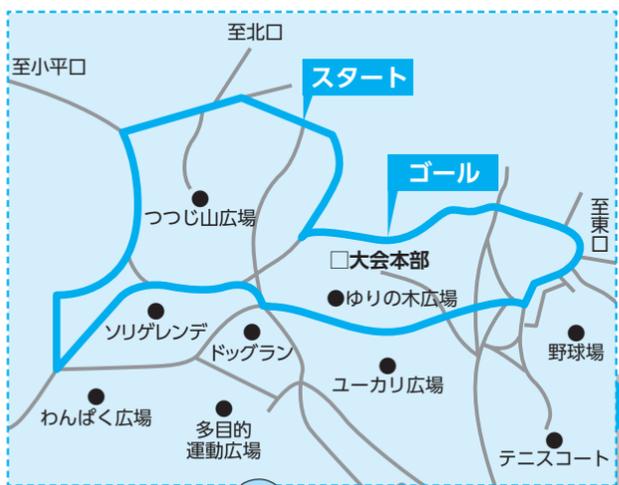
時 12月23日(祝)

〈開会式〉午前7時45分  
〈スタート〉午前8時30分  
※雨天決行・積雪中止

場 都立小金井公園

### コース

都立小金井公園内園路 1周1,846.3mのコースを23周(1周目のみ1,576.4m) 合計42.195km  
※襷によるリレーマラソン



### 制限時間

4時間(4時間を経過した時点でコース上にいるランナーが最終ランナーとなり、そのランナーがゴール地点を通過したタイムが記録となります)

### 参加資格

次の①~③全てを満たす4~10人で構成されたチーム  
①小学生以上の健康な方  
②1人で約2kmを完走できる方  
③市内在住・在勤・在学の方  
※中学生以下は、保護者の署名・承認印が必要です。

### 参加費

1チーム5,000円

### 募集チーム数

各市20チーム、合計100チーム

- ①一般の部(条件なし)
- ②職場の部(全員が同一職場)
- ③女子の部(全員が女子)
- ④高校の部(全員が高校生)
- ⑤中学生以下の部(全員が中学生以下)

※③以外は男女組み合わせ自由

※各市各部門4チーム程度(応募状況により調整する場合あり)

※申込多数の場合は抽選。結果は10月30日(金)にメールまたは返信はがきを発送

### 申込方法

9月1日(火)~30日(水)に、次のいずれかの方法で問へ

- ①スポーツ振興課(保谷庁舎3階)・スポーツセンター・きらっと・総合体育館で配布する申込書と返信用はがきを封書で郵送
- ②西東京市体育協会HPからダウンロードした申込書を添付ファイルとしてメールで送付

※必ず大会要項をご確認ください。

※要項・申込方法など詳細は、市HP・市体育協会HPをご覧ください。  
問 NPO法人西東京市体育協会(〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター内・042-425-7055・taikyou@bz03.plala.or.jp)

◆スポーツ振興課(042-438-4081)

参加者全員に参加賞  
各部門1~3位に賞状を授与



大会当日は、特産品販売ブースなどで各市の魅力をお知らせします♪

東京都パラリンピック体験プログラム「NO LIMITS CHALLENGE」同時開催!!



エフエム放送「西東京市からののお知らせ(84.2MHz)」放送中! この面の内容は、9月2日(水)・11日(金)の①午後0時45分 ②午後8時から放送予定です。



# 市 からの 連絡 帳

## 届け出・税・年金

### マイナンバー「通知カード」の送付

10月以降、住民登録をしている全ての方へ「通知カード」により、マイナンバー（個人番号）が通知されます。

#### ※やむを得ない理由により住民票の住所とは別の場所にお住まいの方

住民票のある市区町村で居所情報の登録申請を行うことで、現在お住まいのところで通知カードを受け取ることができます。

詳細は、住民票のある市区町村にお問い合わせください。

- 東日本大震災による被災者の方
- DV、ストーカー行為、児童虐待などの被害者の方で、住民票を残して別の場所にお住まいの方
- 長期の入院・入所が見込まれ、かつ住所地に誰も居住していない方
- ◆市民課 田 (☎042-460-9820) 保 (☎042-438-4020)

### 市税の休日・夜間納付相談窓口

仕事などで日中に来られない方のために「休日・夜間納付相談窓口」を開設します。

- 時 9月5日(土)・6日(日)午前9時～午後4時
- 9月8日(火)・10日(休)午後5時～8時
- 場 納税課(田無庁舎4階)
- ※窓口は田無庁舎のみ
- 内 市税の納付・相談、納付書の再発行など
- ◆納税課 田 (☎042-460-9832)

### 家屋を取り壊したとき

家屋を取り壊したときは、資産税課(田無庁舎4階)へご連絡ください。また、

表題登記がなされている建物を取り壊したときは、不動産登記法により、所管の法務局に滅失の登記をしてください。

問 登記について…東京法務局田無出張所(☎042-461-1130)

- ◆資産税課 田 (☎042-460-9830)

### 会社などを退職したときは国民年金の手続きが必要で

国内に住所がある20歳以上60歳未満の方は、厚生年金や共済組合に加入している場合を除き、国民年金に加入しなければなりません。

会社などを退職し、厚生年金・共済組合を脱退した方と、退職した方の扶養になっていた配偶者は、国民年金第1号被保険者への加入手続きが必要です。

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、年金が請求できなくなったりします。加入手続きは忘れずに行ってください。

退職日の翌日に再就職して厚生年金・共済組合に加入する場合や、退職日の翌日から厚生年金・共済組合に加入している配偶者の扶養になる方は、市役所での手続きは不要です。

場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)・各出張所

内 印鑑・年金手帳(基礎年金番号が確認できるもの)・退職日の記載がある書類(雇用保険被保険者離職票・退職証明書など)

- ◆保険年金課 田 (☎042-460-9825)

## 福祉

### 敬老金をお贈りします

該当する高齢者に、敬老と長寿をお祝いして敬老金をお贈りします。対象者へ事前にはがきまたは電話で連

絡し、民生委員または市職員が、9月5日(土)～13日(日)にご自宅へお届けします(申請不要)。

- 問 9月1日現在、本市に住民登録のある、①88歳(大正15年9月1日～昭和2年8月31日生まれ)の方：1万円
- ②100歳(大正4年4月1日～翌年3月31日生まれ)の方：5万円
- ◆高齢者支援課 保 (☎042-438-4028)

### 老人クラブに加入しませんか～生きがい・健康・地域の仲間づくりに～

老人クラブの会員になり、心身の健康保持と仲間づくり活動をして、高齢期をいきいきと過ごしませんか。

市内には44の老人クラブがあり、60歳以上の方々が長年培った経験・知識を生かして、生活の充実・地域への貢献を積極的に進めながら、高齢者にとって安全・安心なまちづくりに取り組んでいます。

お近くの老人クラブをご紹介しますので、お問い合わせください。

- ◆高齢者支援課 保 (☎042-438-4029)

## くらし

### 西東京就職情報コーナーのご利用を～平成26年度就職実績 1,000人以上～

西東京就職情報コーナーは、市とハローワーク三鷹が共同で運営する、身近なお仕事探しスポットです。

全国の求人情報の検索や、ハローワーク職員による相談を受け付けています。

- 場 田無庁舎2階
- 時 平日午前9時～午後5時
- 問 西東京就職情報コーナー(☎042-464-1860)
- ◆産業振興課 保 (☎042-438-4041)

### わが家の耐震診断をしよう

地震災害に備えるため建物の設計図を基に簡易耐震診断をし、皆さんが抱える問題への指導・助言などの無料相談を毎月両庁舎で交互に行っています。

時・場 9月12日(土)午前9時30分～午後0時30分・田無庁舎1階

問 ①市内にある地上2階建て以下の木造戸建てで、自ら所有し居住している住宅 ②原則として新耐震設計基準(昭和56年6月1日施行)以前に建築した住宅

定 8人(申込順) ※1人40分程度

申 3日前までに電話で下記へ

- 相談員 住みよい町をつくる会に所属する相談員
- ◆都市計画課 保 (☎042-438-4051)

## 募集

### 技能功労者表彰・商工業従業員表彰にご推薦ください

#### ◆技能功労者表彰

市では、長年にわたり同一職業に従事し、産業の振興に顕著な功績を修められた技能者を表彰しています。11月18日(水)現在、次の①～⑤を全て満たす方をご推薦ください(技能職団体からの推薦が原則ですが、団体を組織していない職種の技能者については、ほかの団体・個人からの推薦も可)。

問 ①市内で技能職に従事 ②続けて5年以上市内に居住 ③技能者としての経験年数が30年以上 ④満60歳以上 ⑤優れた技能を持ち、徳行著しく後進の模範となっている

□推薦方法 9月11日(金)(必着)までに、市HPまたは産業振興課(保谷庁舎3階)にある「西東京市技能功労者推薦書」に必要事項を明記し、〒202-8555市役所産業振興課へ郵送または持参

## 国勢調査 平成27年 国勢調査を実施



国勢調査は、統計法に基づき、国内に住む全ての人と世帯を対象に5年ごとに実施する最も重要な統計調査です。

今回の調査は、少子高齢化社会における日本の未来を考えるうえで必要な基礎資料を得るために実施します。調査結果は、社会福祉・雇用政策・生活環境の整備・防災対策など、私たちの暮らしのために役立てられます。

国勢調査は、統計法によって報告義務が定められていますので、回答忘れないようご注意ください。調査員が訪問した際は、ご協力をお願いします。

□調査基準日 10月1日

問 国内に住んでいる全ての人・世帯

□調査方法 9月上旬～10月中旬に、国勢調査員証(顔写真付き)を携行した調査員が世帯を訪問して、調査関係書類の配布・回収などを行います。

□回答方法 次から選択

①インターネットから ②調査票を調査員に手渡し ③調査票を郵送

※オンライン調査先行方式…本調査は、先にインターネットでの回答を受け付け、回答のなかった世帯に紙の調査票を配布します。インターネットでの回答は、回答時間が短縮され、提出も簡単で、期間内の都合の良い時間に回答

できるため便利です。スマートフォンにも対応していますので、インターネット環境のある世帯はこの方式での回答にご協力をお願いします。

#### □調査の流れ

- 9月上旬：調査員が担当調査区内の確認のために巡回します。
- 9月10日から：調査員がインターネット回答に必要な利用者情報などの関係書類を配布します。不在の場合は、郵便ポストに関係書類を入れることがあります。9月15日(火)までに届かないときは、西東京市国勢調査実施本部へご連絡ください。
- 9月10日～20日：インターネット回答期間
- 9月下旬：インターネット回答のなかった世帯に、調査員が紙の調査票を配布します。不在の場合は、郵便ポストに調査票を入れることがあります。10月1日(休)までに届かないときは、西東京市国勢調査実施本部へご連絡ください。
- 10月1日から：調査員による調査票の回収を希望する世帯へ再訪問します。郵送による提出を希望する世帯は、郵送用封筒を利用して、10月7日(休)までに投函してください。

#### □調査項目

- 世帯員について(13項目) 氏名、男女の別、世帯主との続き柄、出生の年月、配偶の関係、国籍、現在の住居における居住期間、5年前の住居の所在地、就業状態、従業地または通学地、従業上の地位、仕事をしている事業所の名称および事業の内容
- 世帯について(4項目) 世帯員の数、住居の種類、住宅の建て方、世帯の種類
- かたり調査にご注意を 国勢調査を名乗って、上記の調査項目以外の口座情報や年金情報などを聞き出そうとするかたり調査が発生しています。不審な電話や訪問での問い合わせには回答しないようご注意ください。

#### □マンション関係者の方へのお願い

オートロックマンションなどでの調査活動が、年々難しくなっています。調査員がオートロックのドアを通過することや、ドアを入った後、世帯を連続で訪問することへのご理解・ご協力をお願いします。また調査員が空き室情報などをお伺いすることがあります。情報の提供についてもご協力をお願いします。

#### □個人情報の取り扱い

調査員をはじめとする国勢調査に従事する者には、統計法によって個人情報を保護するための厳格な守秘義務が課せられており、調査票の記入内容は厳重に守られ、統計の作成に関連する目的以外に使用することはありません。

#### □調査についての問い合わせ先

- ①調査の内容、調査票の記入方法などの照会・相談やインターネット回答に関する照会・操作方法など調査全般について 国勢調査コールセンター(☎0570-07-2015 ナビダイヤル) ※IP電話から：☎03-4330-2015 受付時間：午前8時～午後9時(設置期間中は無休) 設置期間：10月31日(土)まで
- ②訪問日程の調整の連絡や調査関係書類が配布されないなど、世帯の個別事項について 西東京市国勢調査実施本部コールセンター(☎0570-008055 ナビダイヤル) 受付時間：平日午前9時～午後7時、土・日曜日、祝日午前9時～午後5時 設置期間：9月8日(火)～10月12日(祝) ※設置期間以外は右記へ ◆総務法規課 田(☎042-460-9810)



### ◆商工業従業員表彰

市と西東京商工会では、市内の商工業に従事している優良な従業員を表彰しています。次の対象者を雇用している事業主の方はご推薦ください。

【例】11月17日(火)現在、10年以上同一事業所に勤務し、表彰日現在も当該事業所に勤務している従業員で、勤務成績が優良な方(事業主と同一世帯の方およびパートタイマーを除く)

□推薦方法 9月11日(金)(必着)までに、市HP・産業振興課・商工会事務局にある「西東京市商工業従業員表彰推薦書」に必要事項を明記し、〒188-0012南町5-6-18西東京商工会田無事務所(☎042-461-4573)へ郵送または持参いずれも推薦された方の中から、表彰規定により該当者を決定します。

### ◆表彰式

【時・場】11月18日(水)・田無庁舎5階  
◆産業振興課(☎042-438-4041)

### 生活福祉課嘱託員(10月採用)

- 職種・人数 被保護者高齢者支援員・1人
- 試験日・選考方法 9月12日(土)・面接
- 募集案内 9月7日(月)まで、生活福祉課(両庁舎1階)で配布  
※市HPからもダウンロード可
- 申込期限 9月7日(月)午後5時  
※資格・仕事内容など詳細は、募集案内をご覧ください。
- ◆生活福祉課(☎042-438-4025)

### 児童送迎バス運転手

- 【例】発達に遅れのある幼児をバスで送迎
- 資格・人数 大型運転免許所持・1人
- 勤務場所 住吉会館ルピナス・市内全域
- 期間 10月～平成28年3月
- 勤務時間 月～木曜日(1日約5時間)

- 賃金 時給1,190円
- 【例】9月15日(火)(必着)までに、履歴書・運転免許証の写しを〒202-0005住吉町6-15-6こどもの発達センターひらぎへ郵送または持参(住吉会館ルピナス)
- ◆健康課(☎042-422-9897)

## 事業者募集

### 障害者・児 通所施設運営事業者

- 事業種別 ①生活介護(東伏見2号分庁舎：東伏見6-1-36) ②就労継続支援B型・生活介護・就労移行支援(西原総合教育施設) ③障害児通所支援(旧西原児童館)
- 選定方法 プロポーザル方式  
※詳細は、市HPをご覧ください。
- ◆障害福祉課(☎042-438-4033)

### 地域密着型サービス事業者

- 説明会 時 9月11日(金)午後2時  
場 保谷庁舎別棟
- 【例】市内で地域密着型サービス事業の開設を希望する事業者
- 【申】電話で下記へ  
◆高齢者支援課(☎042-438-4030)

## その他

### 寄附

- 市へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。
- ◆核研OB会 様(核研址碑 説明文サイン)
- ◆管財課(☎042-460-9812)

### 第48回東京都市町村総合体育大会の結果

市町村総合体育大会は、スポーツの振興と都内市町村間の交流を目的とした歴史あるスポーツ大会です。各市町村を代表する選手が、14競技22種目にわたり競い合いました。

西東京市は、男子ソフトボール、女子ソフトボール、男子バドミントンにおいて第1位、女子バドミントン、女子剣道、男子卓球において第2位、男子剣道において第3位となり、29市町中、総合第3位と好成績を収めました。

◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)



ソフトボール(男女アベックで第1位)



男子バドミントン(第1位)

### 傍聴 審議会など

- 図書館協議会  
時 9月10日(休)午後3時～5時  
場 田無公民館  
【例】合築複合化における図書館施設・5人  
◆中央図書館(☎042-465-0823)

- 社会教育委員の会議  
時 9月14日(月)午後2時～4時  
場 保谷庁舎3階  
【例】今後の活動・5人  
◆社会教育課(☎042-438-4079)

## 庁舎統合についてお答えします! ③

市では庁舎の統合整備に向けた取組を進めています。これまでの市民説明会やパブリックコメントなどで寄せられたご意見を参考に、庁舎統合の疑問などについてお答えします。

◆企画政策課(☎042-460-9800)

### 保谷庁舎は耐用年数が来ると使えなくなるの?

市では「減価償却資産の耐用年数等に関する省令」の基準を目安として、建て替え・取り壊し・長寿命化などを検討することとしています。耐用年数到達後、すぐに使用できなくなるわけではありませんが、保谷庁舎は合併以降、2庁舎体制の課題などを検討してきたことから、躯体や給排水・空調設備など、経年劣化に対する改修工事を最低限に抑制してきました。

そのため、今後も継続使用するのであれば、大規模な改修工事が必要となります。その費用は約53億円と試算しており、費用対効果などに鑑み、保谷庁舎は取り壊すこととしました。

### 庁舎統合に多額の費用を掛ける必要があるの?

耐用年数の迫る保谷庁舎は、老朽化が喫緊の課題となっており、この課題に対応するためには、建て替えまたは大規模な改修が必要になります。そのコストを試算して比較した結果、建て替えが最も財政効果が高いことが分かりました。

しかし、建て替えて2庁舎体制を維持した場合、年間約1億2,500万円の財政負担を将来にわたり継続することになります。厳しい財政状況が見込まれる中、将来需要への対応や行政サービスの維持・向上、財政負担の解消を図る上でも、庁舎の統合整備は必要であると考えています。

## 「地方自治と子ども施策」全国自治体シンポジウム2015西東京

子ども支援・子育て支援に向けた子ども施策の在り方やまちづくりの展望を見出すために2002年から開催しています。自治体関係者と研究者・専門家・NPOなどが連携・協力し、情報・意見交換や研修をする機会として、今回は西東京市で開催します。テーマは「連携と協働による子ども支援・子育て支援～子どもにやさしいまちづくり～」です。

【時】10月10日(土)午後1時～6時・11日(日)午前9時30分～午後5時15分  
【場】西東京市民会館

□1日目：全体会 オープニングセレモニー、シンポジウム、特別講演「ヨーロッパにおける子どもにやさしいまちづくり」

- 2日目：分科会 ①子どもの相談・救済 ②子どもの虐待防止 ③子どもの居場所 ④子ども参加 ⑤子ども計画 ⑥子ども条例 ⑦子ども支援・子育て支援と連携・協働

【申】●1日目は当日、直接会場へ  
●2日目は9月18日(金)までに、市HP・事務局窓口にある「参加申込書」を郵送・ファクス・Eメールまたは持参(田無庁舎1階)

□共催 「地方自治と子ども施策」全国自治体シンポジウム2015実行委員会  
◆子育て支援課(事務局) (☎042-460-9841)・FAX 042-466-9666・✉kosodate@city.nishitokyo.lg.jp

## NPO等企画提案事業 新規チャレンジ部門募集

NPO等企画提案事業とは、NPOや任意団体などから事業の企画提案をもらい、選考審査により採用された事業を市との協働で実施するものです。提案団体と市とで協力し合って事業を進めることで、市内の協働を一層促進させることを目的としています。

今回は、新規チャレンジ部門として、平成28年度から新たに実施する事業の募集を行います。採用された事業には、事業経費に対して補助金を交付します。

- 募集事業  
①ボランティア・市民活動の普及や促進を目的とする事業  
②地域の課題を解決する先駆的な事業  
③多様化する市民ニーズに応える市民活動団体ならでの事業
- 実施時期 平成28年4月～翌年2月末
- 補助金 1事業上限20万円
- 応募資格 次の要件を全て満たす公益活動を目的とする団体(法人格の有無は不問)

- ①市内を中心に活動している
- ②5人以上の会員で組織し、活動を継続できる見込みがある
- ③団体の運営に関する規則・規約・会則と、団体の構成員の名簿を備えている
- ④応募した事業の企画・実施・結果報告までを責任を持って実行できる
- ⑤宗教または政治活動を目的としない
- ⑥暴力団やその構成員の統制下でない
- ⑦特定の個人または団体の利益の増進を目的としない
- ⑧特定の公職者(候補者を含む)・政党を推薦・支持・反対することを目的としない
- 【申】9月1日(火)～10月30日(金)に、関係書類を〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ郵送または持参(保谷庁舎3階)  
※詳細は、協働コミュニティ課で配布する募集要項をご覧ください。市HPからもダウンロード可
- ◆協働コミュニティ課(☎042-438-4046)

## お待たせしました! 一店逸品事業紹介冊子(第3弾)完成

市では西東京商工会と協力して、モノやサービスなど個店独自の逸品を確立し、入りたくなる店づくりへとつなげる一店逸品事業を展開中です。

このたび、平成26年度に認定した逸品(飲食物)を紹介する冊子が完成しました。



- 9月1日から、産業振興課(保谷庁舎3階)・田無庁舎2階市民相談室・西東京商工会・参加店などで配布します。
- 【例】フェイスブックによる情報発信を始めました  
Facebook 西東京市の一店逸品で検索
- ◆産業振興課(☎042-438-4041)

## 子育て世帯臨時特例給付金の申請は10月30日(金)(消印有効)まで!

申請期限を過ぎると給付金を受け取れなくなります。お早めにご申請ください。市内在住の公務員の方で平成27年6月分の児童手当を受給している方や外国人の方は、申請に際し注意点がありません。詳細は、市報8月1日号または市HPをご覧ください。

◆子育て支援課(☎042-460-9840)



# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課  
担当宛て  
※返信用には、住所・氏名を記入

### A 往復はがき・Eメール

「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第〇子  
⑦電話番号

### B はがき

「胃がん検診」申し込み  
①氏名(ふりがな) ②性別 ③住所  
④生年月日 ⑤電話番号  
⑥検診日について  
ア いつでもよい  
イ 会場のみ指定(田無・保谷)  
ウ 希望日あり(3日まで記入)  
⑦糖尿病による治療の有無

※⑥は該当する項目を記入してください。  
※希望日のある方は、3日までご記入ください。ただしご希望に沿えないこともあります。

## 一般

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
<b>◆健康課保(☎042-438-4037)</b>			
栄養相談 【管理栄養士による相談】	9月16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)	9月11日(金)までに電話予約
	10月5日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター		10月1日(休)までに電話予約
ボディケア講座～ひざ痛予防～ 【理学療法士による、ひざ痛予防に関する話と自宅でできる体操】	9月17日(水)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。	9月8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(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、会場はご準備ください)。
	9月25日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター		
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	9月15日(火)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)	9月10日(休)までに電話予約

## 子ども

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
<b>◆健康課保(☎042-438-4037)</b>			
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】	10月20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子優先)/25組(申込順)	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)：9月18日(金)～10月2日(金)
<b>◆教育支援課保(☎042-438-4074)</b>			
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】	9月16日(水)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/10人(申込順)	9月1日(火)午前9時～14日(月)に電話予約

## 健康ガイド

### ■各種検診の申込受付中

☐胃がん検診 9月4日(金)まで  
時 10月30日(金)～12月3日(木)の指定日  
対 平成28年3月31日時点で30歳以上の方  
申 ①はがき(記入例☑参照) ②窓口(保谷保健福祉総合センター4階健康課・田無庁舎2階保険年金課) ③電子申請(市HP☑)で  
※病歴などによる受診制限あり。条件および日程の詳細は、市報8月15日号・市HPをご覧ください。  
☐骨粗しょう症検診 10月23日(金)まで  
※詳細は、市報7月15日号・市HPをご覧ください。

### ■妊婦健康診査受診票のご利用を

母子健康手帳の交付と同時に、妊婦健康診査受診票を14回分交付しています。妊婦健康診査時に使用すると、費用の一部が助成されます。助産院・都外医療機関など、都内指定医療機関以外で受診した場合は、この受診票が使えないため、出産後1年以内に還付の手続きをしてください。  
詳細は、妊婦健康診査受診票交付時のお知らせ、または市HPをご覧ください。

◆健康課保(☎042-438-4021)

## 救急の日・救急医療週間

9月9日(水)は「救急の日」・9月6日(日)～12日(土)は「救急医療週間」です

東京消防庁では「応急手当ての重要性・技能の習得」や「救急車の適正利用」を呼び掛けていきます。

### ◆救急車の適正利用

東京消防庁管内の平成26年中の救急出場件数は、75万7,609件で過去最多となりました。件数の増加に伴い救急車の平均到着時間が伸びている一方、搬送された方のうち、軽症者が半数を占める実態もあることから、東京

消防庁では救急車の適正利用について呼び掛けを行っています。救急車を呼ぶべきか迷ったら、電話#7119で相談できる救急相談センターや、インターネットで確認できる救急受診ガイドをご利用ください。本当に必要な方に救急車を利用してもらうため、皆様のご理解とご協力をお願いします。  
問 西東京消防署(☎042-421-0119)  
◆危機管理室保(☎042-438-4010)

## ☎ 電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門の医師が相談に応じます。

火曜日 午後1時30分～2時30分 ☎042-438-1100  
9月1日 消化器内科 8日 小児科  
15日 循環器内科 29日 整形外科

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  
9月4日・11日・18日・25日

## 9月は自殺対策強化月間です 気づいてください！体と心の限界サイン

(九都県市統一標語)

東京都では、自殺のない社会を目指して自殺防止に取り組んでおり、9月を自殺対策強化月間として次のような特別相談などを実施予定です。

### ◆電話による特別相談

- 東京都自殺相談ダイヤル  
～こころといのちのほっとライン～  
☎0570-087478  
9月7日(月)～11日(金)(全日24時間)
- 54時間特別相談(東京自殺防止センター)  
☎0120-58-9090  
9月5日(土)午前0時～7日(月)午前6時

### ●多重債務110番(東京都消費生活総合センター)

- ☎03-3235-1155  
9月7日(月)～8日(火)各日午前9時～午後5時
- ◆講演会「自分を傷つけずにはられない！～生きづらさを抱える若者の自殺予防のために～」  
精神科医が若者の自殺についてお話しします。  
時 9月10日(水)午後6時30分～8時  
場 東京都庁都民ホール  
申 東京都福祉保健局HPをご覧ください。
- ◆健康課保(☎042-438-4037)

## ☎ 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
6日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	ひがき医院 芝久保町1-11-10 ☎042-462-5521	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
13日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	廣川クリニック 東町4-8-28 JUN西東京市101 ☎042-425-6476	

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	
6日	なつデンタルクリニック 新町4-6-7 1階 ☎0422-50-0588	とよき歯科 住吉町3-11-4 ☎042-424-8605



健診を受けよう

あなたの数値は大丈夫?

9月は健康増進普及月間

◆肥満は「見た目」ではない

肥満とは体が太っているという意味ですが、医学的には脂肪が一定以上に多くなった状態、人間のからだを構成しているさまざまな物質の中の脂肪の割合が多すぎることを言います。

肥満の状態を正確に調べるのは容易ではありません。そのため、BMI(肥満や低体重の判定に用いられる体格指数)と腹囲が指標として用いられるようになりました。

◆今、肥満が目目されているのはなぜ

肥満の中でも内臓脂肪が多くなると、内臓脂肪から高血圧や脂質異常症、糖尿病、動脈硬化などになりやすくなる物質が多く分泌されるようになり、さまざまな生活習慣病の悪循環の流れに乗ってしまいます。

◆肥満をチェック!悪循環をチェック!

健診でからだの状態を毎年チェック

しましょう。

健診は肥満をチェックすることができます。また、毎年受けることで、検査結果だけではわからない、悪循環の流れに乗っていないかどうかチェックすることができます。

◆いつまでも元気に過ごすポイントは1に運動 2に食事

しっかり禁煙 最後に葉

でも、何をやっていいかわからない、自分だけでは続ける自信がない…そんなときは、市の健康応援事業「健康チャレンジ2015みつけよう!カラダのレシピ」に参加してみませんか。

健康づくりに取り組んで応募すると、抽選で素敵な景品が当たります。

詳細は市報8月15日号・市報を

◆健康課(☎042-438-4037)

西東京市コスモス商品券

販売日時 9月13日(日)午前10時~午後3時

※来場者多数の場合は、整理券を配布します。

完売次第終了。完売しなかったときは、14日(月)に西東京商工会保谷・田無両事務所、保谷こもれびホールで販売。  
 ※保谷こもれびホールは14日(月)のみ  
 □販売価格 1セット1万円(500円×24枚の1万2,000円分)  
 □購入限度額 10万円(1人10セット)  
 □有効期限 12月31日(木)

※販売場所および取扱店舗など詳細は、市報8月15日号の折込チラシ・専用HP http://nishitokyo-cosmos.netでお知らせしています。  
 ※商品券は転売禁止です。  
 ☎西東京商工会(☎042-461-4573)  
 ◆産業振興課(☎042-438-4041)

動物愛護週間 9月20日(日)~26日(土)

~動物は責任と愛情をもって終生飼いましょう~

動物愛護週間のイベント

◆動物愛護ふれあいフェスティバル

【飼う前も、飼ってからも考えよう】

①時 9月6日(日)午後1時~4時30分

場 東京国立博物館平成館

内 動物愛護管理功労者表彰式・講演

「命の花プロジェクト」

定 390人(申込順)

申 9月1日(火)~4日(金)正午に、電話

で日本動物福祉協会へ

②時 9月12日(土)午前11時~午後4時

場 上野恩賜公園内(噴水前広場・上野

動物園) ※当日、直接会場へ

内 動物愛護セミナー・移動水族館・

パネル展示

※詳細は、東京都福祉保健局HPを

覧ください。

☎(公社)日本動物福祉協会

(☎03-6455-7733)

東京都福祉保健局健康安全部環境保健衛生課(☎03-5320-4412)

◆子猫の一時預かりボランティア募集

飼い主のいない猫を救う会では、市内に生息するのら猫が増えないよう、不妊・去勢手術を実施しています。また、保護した子猫の譲渡会を、4~12月の第1日曜日「りさいくる市」と同時開催しています。

保護された子猫を会員のみで飼育することが困難となっています。子猫を譲渡会へ出すまでの間の「一時預かりボランティア」にご協力いただける方は、環境保全課までご連絡ください。

身近にいる動物たちについてもう一度考えてみましょう

●飼うなら正しく最期まで

飼い主は、動物を飼育するうえで、その習性や生理をよく理解し、責任と愛情を持って終生飼いましょう。

●不妊・去勢手術を

「手術はかわいそう」と思う人もいますが、繁殖を望まない場合は実施しましょう。手術が生殖器系の病気予防にもなります。

●猫の飼育はできるだけ屋内で

ふん尿や発情期の鳴き声など近隣に迷惑をかける場合があるほか、交通事故や感染症など、猫にとっても危険が多いものです。

●犬にはしつけを

人間と犬が同じ社会で暮らしていくために、しつけは不可欠です。

●犬の散歩はルールを守って

犬の散歩をするときは、リードできちんとつなぎ、ふんは必ず持ち帰りましょう。

●身元の表示を

迷子になり、飼い主の元に戻ることができない動物は少なくありません。犬には鑑札を、そのほかの動物には名札などを着けましょう。

●災害に備えて

飼い主が無事でなければ動物は災害を乗り切れません。また、避難時に嫌がらずケージに入れる、トイレは決められた所です、人やほかの動物を怖がらないなどのしつけをしておきましょう。動物のための防災用品(3日分以上の食事と水など)も用意しましょう。

◆環境保全課(☎042-438-4042)

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)

□予約開始 9月4日(金)午前8時30分(★印は、8月19日から受付中)

□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。

☎田無庁舎2階市民相談室(☎042-460-9805)

保谷庁舎1階市民相談室(☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	9月10日(木)・17日(木)・18日(金) 午前9時~正午
	保	9月9日(水)・15日(火)・16日(水) 午後1時30分~4時30分
人権・身の上相談	田	10月1日(木) 午前9時~正午
	保	9月24日(木)
税務相談	田	9月11日(金) 午後1時30分~4時30分
	保	9月18日(金)
不動産相談	田	9月17日(木) 午後1時30分~4時30分
	保	★9月24日(木)
登記相談	田	★9月10日(木) 午後1時30分~4時30分
	保	★9月17日(木)
表示登記相談	田	★9月10日(木) 午後1時30分~4時30分
	保	★9月17日(木)
交通事故相談	田	★9月9日(水) 午後1時30分~4時
	保	9月30日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	保	★9月14日(月) 午後1時30分~4時30分
行政相談	保	★9月3日(木) 午後1時30分~4時30分
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	10月7日(水) 午後1時30分~4時30分

■そのほかの相談

内容	日時/場所	問い合わせ
教育相談	月~金曜日 午前9時~午後5時/ 保谷庁舎4階・田無庁舎5階 ※予約制 【電話相談】月~金曜日 午前9時~午後5時 (☎042-425-4972)	教育支援課(☎042-438-4077)
不登校 ひきこもり 相談	月・水・金曜日 午前9時~午後5時/ Nicomoルーム(西原総合教育施設) 【電話相談】午前9時~午後5時 月・水・金曜日(☎042-452-2244) 火・木曜日(☎042-438-4077)	
子供家庭相談	月~土曜日 午前9時~午後4時 ※土曜日は電話相談のみ(正午~午後1時を除く)/ 子ども家庭支援センター(住吉会館ルピナス)	子ども家庭支援センター (☎042-439-0081)
ひとり親相談	月~金曜日 午前9時~午後4時/ 子育て支援課(田無庁舎1階) ※予約制	子育て支援課(☎042-460-9840)
女性相談	①月~水・金曜日 午前10時~午後4時 木曜日 午前10時~午後8時/男女平等推進センターパリティ(住吉会館ルピナス) ②月~水曜日(第4火・水曜日を除く)午前10時~ 正午/田無庁舎2階 ※いずれも予約制	男女平等推進センター (☎042-439-0075)
生活相談	月~金曜日 午前8時30分~午後5時/ 生活福祉課(両庁舎1階)	生活福祉課 田(☎042-460-9836) 保(☎042-438-4027)
生活困窮者相談	月~金曜日 午前8時30分~午後5時/ 生活サポート相談窓口(保谷庁舎1階)	生活福祉課(☎042-438-4023)
障害福祉相談	障害の種類を問わない相談 月~土曜日 午前9時~午後6時 発達障害相談 ※予約制 月曜日 午前9時~正午 いずれも、相談支援センター・えぼっく(フレンドリー)	相談支援センター・ えぼっく (☎042-452-0075)
外国人相談	月~金曜日 午前10時~午後4時/ 多文化共生センター(イングリル)	多文化共生センター (☎042-461-0381)
消費生活相談	月~金曜日 午前10時~正午・午後1時~4時/ 消費者センター(保谷庁舎3階) ※予約制	消費者センター(☎042-425-4040)
住宅増改築 相談	第1金曜日 午後1時30分~4時/ 田無庁舎2階ロビー・保谷庁舎1階ロビー	都市計画課(☎042-438-4051)
動物相談 (西東京市獣医師会)	第3金曜日 午後1時30分~2時30分/ 田無庁舎2階ロビー・保谷庁舎1階ロビー	環境保全課 (☎042-438-4042)



# お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

## 9月の薬湯

### 敬老の日 スギナの腰湯



肩こりや足腰の痛みには効果があるといわれています。

時 9月21日(祝)

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)、65歳以上は午後4時～6時入浴無料

場 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ

問 西東京市公衆浴場会

(庚申湯 ☎042-465-0261)

## 嘱託職員募集

内 高齢者に関する地域資源のコーディネーター・相談

□ 職種・人数 生活支援コーディネーター・2人

□ 資格 次のいずれかに該当し、簡単なパソコン操作ができる方

①社会福祉士・精神保健福祉士・介護福祉士・社会福祉主事・介護支援専門員・保健師の資格を有する方

②地域における助け合い活動や生活支援サービスの調整実績がある方

□ 期間 10月1日～平成28年3月31日(更新あり)

□ 勤務時間・場所 平日午前8時30分～午後5時15分・保谷庁舎または田無総合福祉センター

□ 報酬 日給1万1,500円

申 9月7日(月)午後5時までに、履歴書を問へ持参(平日のみ)

□ 選考方法 書類審査のうえ、合格者のみ9月14日(月)に面接

問 西東京市社会福祉協議会(保谷東分庁舎内・☎042-438-3771)

## ふれまち助け合い活動

ちょっとしたお困り事を住民同士で解決するための「ふれまち助け合い活動」に協力して下さる方を募集します。希望者は説明会にご参加ください。

日程	時間	場所
9月14日(月)		保谷庁舎別棟
16日(水)	午後2時	地域活動拠点「わくわくサロン」
17日(木)		ふれあいセンター
18日(金)	午前10時	地域活動拠点「ふらっと住吉」
10月2日(金)	午後2時	地域活動拠点「芝久保サロンしゃくなげ」

## シルバーパス一斉更新

有効期限が9月30日のシルバーパスをお持ちの方で、引き続きご利用になる場合は更新手続きが必要です。

□ 更新期間 9月1日(火)～30日(水)午前10時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く)

□ 更新窓口 保谷庁舎2階・アスタビル2階センターコート

※更新期間・窓口は、お送りした更新申込書で個別に指定されています。

持 ①シルバーパス更新申込書 ②住所・氏名・生年月日が確認できる証明書(保険証・運転免許証など) ③現在使用中のシルバーパス ④次の(ア)～(ウ)のうち該当する項目の費用・書類

ア平成27年度住民税が非課税の方

1,000円と次のいずれか

①「平成27年度介護保険料納入(決定)通知書」の所得段階区分欄に1～5の記載があるもの ②平成27年度住民税非課税証明書 ③生活保護受給証明書(生活

扶)各回前日までに、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を添えて問へ

問 西東京市社会福祉協議会(☎042-438-3771・FAX042-438-3772・

✉furemachi20@n-csw.or.jp)

## 西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

### 女性のための創業セミナー(要予約)

実例に触れながら起業について考えます。

時 9月15日(火)午前10時～正午

場 イングビル

定 20人(予定・申込順)

### 西東京市創業スクール(全5回・要予約)

創業に必要な知識を総合的に学び、ビジネスプラン作成を目指します。

時・内 ①10月17日(土)・事業構想・経営理念 ②10月24日(土)・税務・会計・事業開始手続き<sup>ほか</sup> ③10月31日(土)・マーケティング・販売戦略 ④11月7日(土)・雇用・人材育成 ⑤11月21日(土)・ビジネスプラン発表・懇親会(希望者のみ。実費は負担) ※午後1時30分～4時30分(③のみ5時<sup>まで</sup>)

場 イングビル

定 20人(予定・申込順)

¥3,000円

※各回終了後30分は、参加者からの相談を受け付けます。

問 西東京創業支援・経営革新相談センター(☎042-461-6611)

## 公開講座「和紙を楽しむ」(全3回)

時・内 11月8・15・29日(日)午前10時～午後4時・作品製作(和綴じ本<sup>ほか</sup>)

定 20人(申込多数の場合は抽選)

¥3,000円(教材費込み)

申 10月1日(木)(必着)までに、往復はがきに件名「和紙を楽しむ申込希望」・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し問へ

場・問 都立保谷高等学校(〒202-0005 住吉町5-8-23・☎042-422-3223)

## はなバス運転士募集

対 60歳ぐらいいまでで大型二種免許を有する方 ※経験不問

□ 賃金 時給1,310円 ※別途賞与あり

※研修期間あり、有休あり、社会保険完備

申・問 関東バス(☎03-3371-7111)

## 市民公開講座

「わが家の地震対策大丈夫?! ~大地震がくる前に備えておくもの~」

時 9月12日(土)午後2時～3時

定 60人(先着順) ※当日、直接会場へ

場・問 西東京中央総合病院(芝久保町2

-4-19・☎042-464-1511)

## 不動産の街頭無料相談

時 9月12日(土)午前10時～午後4時

場 アスタビル2階センターコート

内 不動産に関する一般相談(法律・税務・売買・賃貸<sup>など</sup>)

問 (公社)東京都宅地建物取引業協会北多摩支部(☎042-467-3188)

## 市民スポーツまつり フリーマーケット 出店者募集

誰でも自由に参加できる運動会「西東京市民スポーツまつり」の会場でフリーマーケットを開催します。

時 10月12日(祝)午前9時30分～午後4時

場 向台運動場

※雨天時、フリーマーケットは中止

□ 募集区画数 100区画(1区画2.5m)  
※1人または1団体につき1区画。飲食店不可。申込多数の場合は抽選

□ 出店協力金 1区画500円

※中止の場合も返金しません。

申 9月11日(金)(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・出店物(衣類・雑貨<sup>など</sup>)を明記し問へ

□ 出店説明会 ※出席必須

時 9月25日(金)午後7時

場 きらっと

問 NPO法人西東京市体育協会(〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター内・☎042-425-7055

※平日午前9時～午後4時)

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4081)



毎年「ぎわうフリーマーケットコーナー」

## ようこそとしゃかんへ 9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

谷戸 ☎042-421-4545

火～日 午前10時～午後6時

●ちびっこおはなし会 2・16日(火)午前11時/1～2歳児と保護者対象

●おはなし会 9日(水)午後3時30分/3歳児から対象

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 4・11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 12日(土)午前11時

●おはなしひろば 毎週水曜日午後3時30分/3歳児から対象

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

●ちいさなおはなしひろば 4・25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 5日(土)午前11時/3歳児から対象

●おはなしひろば 2・16日(水)午後4時/3歳児から対象 ※今月から月2回開催

新町分室 ☎0422-55-1783

水～土 午後1時～5時

●おはなしひろば 16日(水)午後3時30分

### 休館日

7日(月)・14日(月)・28日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館・新町分室は、18日(金)も休館

※芝久保・谷戸図書館・新町分室は、21日(祝)・22日(休)・23日(祝)も休館

※新町分室は、毎週火・日曜日も休館

中央 ☎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 6日(日)午前11時

●にこにこおはなし会 3・17日(木)午前11時/1～2歳児と保護者

●サンサンおはなし会 20日(日)午前11時/3歳児から対象

●おはなし会 毎週木曜日午後3時30分/3歳児から対象

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

●はじめてのページ 3日(休)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 11・25日(金)午前11時/1～2歳児と保護者

●おはなしひろば 11・25日(金)午後3時30分/3歳児から対象

●おはなしのへや 12・26日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

芝久保 ☎042-465-9825

火～日 午前10時～午後6時

●おはなし会 毎週木曜日午後4時



# 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。

## ピアカウンセリング

小・中学生の障害児を育てている保護者が相談員となり、同じ親の立場から相談を受け、実体験をもとにアドバイスします。障害の有無を問わず、発達や行動の不安を気軽に相談できます。

**時** 9月8日(火) 午前9時15分～10時・10時30分～11時15分

**場** 相談支援センター・えぼっく(障害者)

総合支援センターフレンドリー内)

**定** 2人(申込順)

**申** 電話で問へ

**問** 相談支援センター・えぼっく (☎042-452-0075)

◆障害福祉課係 (☎042-438-4034)

## 子育て支援講演会 生きる意欲、学ぶ意欲、やさしさが育つ子育て

**時** 9月18日(金) 午前9時50分～11時35分(9時30分開場)

**場** 保谷こもれびホール

※当日、直接会場へ

※車での来場はご遠慮ください。

※子どもと一緒に講演を聞くことができるモニタールームあり

**対** 市内在住の未就学児の保護者

**定** 500人(先着順)

**講** 井桁容子さん(東京家政大学ナースリールーム主任)

□共催 西東京市私立幼稚園連絡協議会

◆子ども家庭支援センター (☎042-425-3303)

## こそだて応援講座@児童館 家庭の教育力向上の支援事業

家庭は、子どもたちにとって最も身近な社会であり、全ての教育の出発点です。子育てを楽しみながら家庭教育を行うための講座を開催します。

◆親子の絆づくりとベビーマッサージ

**時** 9月17日(木)、12月17日(木) 午前10時30分

**対** 市内在住の、生後6カ月～1歳児(開催日時点)と保護者

**定** 各回20組(申込順)

**持** バスタオル・飲み物・ミルク(母乳の場合は不要)

**申** 各回前日までに、電話で問へ

**場** 問 芝久保児童館 (☎042-465-1678)

◆子育ての話と悩み相談

**時** 10月28日(水) 午前10時30分

**対** 市内在住の乳幼児と保護者

**定** 40組(申込順)

**申** 前日までに、電話で問へ

**場** 問 中町児童館 (☎042-422-8800)

◆講話「親子の絆づくりプログラム」

**時** 11月9日(月)・16日(月)・30日(月)、12月7日(月) 午前10時(全4回)

**対** 市内在住の、生後2～5カ月児(初回開催日時点)と保護者

**定** 10組(申込順)

**持** バスタオル・飲み物

**申** 10月30日(金)までに、電話で問へ

**場** 問 ひばりが丘児童センター (☎042-465-4540)

※いずれの講座も詳細は、市内の各児童館で配布するチラシをご覧ください。

◆児童青少年課 田 (☎042-460-9843)

## 「親子で農業体験2015」inなめがた

茨城県行方市の大自然の中で、さつまいも収穫やフルーツトマト狩りなどを体験します。また「なめがた野菜クイズ」など、楽しいプログラムも予定しています。収穫体験を通して親子や人と人との絆を深めませんか。

※この事業は、市と災害時相互応援協定を結んでいる行方市との共同事業です。

**時** 10月4日(日)

集合：午前7時30分、解散：午後6時30分(予定)

※雨天決行・荒天中止(天候によりプログラムや収穫作物が変更になる場合があります)

**場** 茨城県行方市内

※大型観光バスを使用。集合・解散は田無庁舎

**対** 市内在住の小中学生と保護者

**定** 23組46人(申込多数の場合は抽選)

**料** 1組2,000円(昼食・体験代など)

※当日徴収

**持** 雨具、汚れてもよい服装・靴

※暑さ対策が必要です。

※さつまいものお土産あり(10kg<sup>まで</sup>)

**申** 9月11日(金)(必着)までに、往復はがきで〒188-8666市役所児童青少年課へ

※詳細は、市内の小中学校・児童青少年課(田無庁舎1階)・各児童館で配布するチラシをご覧ください。

**問** 事業内容について…茨城県行方市農業振興センター(☎0291-35-3114) 応募方法などについて…下記へ

◆児童青少年課 田 (☎042-460-9843)



## 第15回 西東京市少年サッカー大会

15回目を迎えた小学生のサッカー大会の参加チームを募集します。西東京市サッカー協会に所属していないチームは、申し込みが必要です。

**時** 10月17日(土)・18日(日)・25日(日)・31日(土)、11月1日(日)・3日(祝)・8日(日)・14日(土)・15日(日)

**場** ひばりアム・市民公園グラウンド・向台運動場

**対** 市内在住・在学・在クラブの小学5・6年生で構成されたチームで、審判員2人以上・大会運営委員1人以上を選出で

きるチーム

**申** 9月25日(金)(必着)までに、所定の申込書で、問へ郵送・ファクスまたは持参

□代表者会議・組み合わせ抽選会

**時** 10月9日(金)午後7時

**場** スポーツセンター

**問** NPO法人西東京市体育協会 (〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター内・☎042-425-7055・FAX042-439-3395)

◆スポーツ振興課 田 (☎042-438-4081)

## リユース推進講座 ミッキーとあそぼう!! 親子でエコダンスとリユース～秋～

**時** 9月4日～12月11日の金曜日 午前10時～11時30分

**場** エコプラザ西東京

※当日、直接会場へ

**内** エコダンス・親子体操・障害物遊び・家庭の不用品を持ち寄って譲り合うリユース活動

**対** 乳幼児と保護者(市内在住・在勤)

**定** 各回25組(先着順)

**持** タオル・飲み物・子ども用の名札(用意可能な方のみ)・室内履き(はだし可)・動きやすい服装

**問** エコプラザ西東京(☎042-421-8585 ※午前9時～午後5時)

◆環境保全課(☎042-438-4042)



## ファミリー・サポート・センター

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と、預かる方(サポート会員)が会員となり、子どもの預かり・送迎・外出の同行などを会員間で行う有償の相互援助活動事業です。ファミリー会員が支払う利用料金が、サポート会員の活動報酬となります。

◆サポート会員になりたい方

養成講習会を受講してください。

**時** 内 別表1 参照

**場** 田無総合福祉センター

**対** 市内在住で満20歳以上の心身ともに健康な方で、講習会を全て受講し、修了後はサポート会員として登録・活動ができる方

※保育なし

※全日程の受講が難しい方はご相談ください。活動に少しでも関心のある方、受講を迷っている方もお気軽にお問い合わせください。

**定** 30人(申込多数の場合は抽選)

**料** 2,000円(テキスト代)

**申** 10月2日(金)までに、電話で問へ

※後日、決定通知を送付

※平成28年6月にも同様の講習会を防

災センターで開催します。

◆ファミリー会員になりたい方

□利用内容 子どもの預かり、保育園・幼稚園・習い事の送迎など

□利用時間・場所 毎日午前6時～午後11時・サポート会員宅など

□利用料金(1時間当たり) 平日午前8時30分～午後5時…800円 上記以外の曜日・時間帯…1,000円

□利用方法 登録説明会に参加し、ファミリー会員として登録後、利用できます。

□ファミリー会員登録説明会

**時** 場 別表2 参照

**定** 各回20人 ※保育あり：各回10人(申込順)

**持** 保護者の顔写真(縦3cm×横2.5cm)1枚・印鑑・82円切手(会員証郵送用)・ボールペン

**申** 各回前日の午後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(☎042-438-4121 ※平日午前9時～午後5時)

◆子ども家庭支援センター (☎042-425-3303)

### 別表1 サポート会員養成講習会

日程	時間	内容
10月13日(火)	午後1時～4時	オリエンテーション・本市の子育て支援
14日(水)	午前9時30分～正午	子どもの心の発達とかかわり
	午後1時～4時	子どもを安全に預かるために
15日(木)	午前9時30分～正午	子どもを預かる心構え
	午後1時～3時30分	子どもの生活と遊び
16日(金)	午前9時～正午	登録説明会・修了式

### 別表2 ファミリー会員登録説明会

日程	時間	場所
9月10日(日)	午前10時～正午	田無総合福祉センター
19日(土)		防災センター
10月3日(土)		



# イベント NEWS もっと知ろう！楽しもう！

## 交通安全講習会

- ① 9月11日(金) 保谷こもれびホール
  - ② 9月17日(木) 西東京市民会館
- いずれも午後7時～8時  
※当日、直接会場へ

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。これに先立ち講習会を開催しますので、ぜひご参加ください。

問 西東京市交通安全協会  
(清水 ☎042-461-2210)  
◆道路管理課保  
(☎042-438-4055)

## バイクスクール

- 9月13日(日) 午前9時(受付:8時30分)
- 田無自動車教習所(芝久保町4-4-4)  
※当日、バイクで直接会場へ

二輪車の交通事故防止のための教室です。

問 田無自動車教習所  
(☎042-461-7111)  
◆道路管理課保  
(☎042-438-4055)

## 創業支援セミナー ミニブルーム交流カフェ

- 9月17日(木) 午後7時～9時
- イングビル

創業に関心がある方を対象に、体験談など創業に関する講演や、仲間・ネットワークづくり、情報交換を行います。

□第1部 講演会  
内 「ニッチな課題で新しい仕事を生む“ファブレス企業”のものづくり～視覚障がい者向けボードゲームを開発する、アイデア集団の挑戦～」  
講 濱田隆史さん(ギフトテンインダスト

リ(株)代表)  
□第2部 トークセッション  
内 講師・参加者同士による情報交換・ネットワークづくり

定 20人(申込順)  
申 専用HP <http://www.bloom-c.biz>から  
□共催 多摩信用金庫、日本政策金融公庫、西東京創業支援・経営革新相談センター  
問 多摩信用金庫(☎0120-778-265)  
※平日午前9時～午後5時  
◆産業振興課保(☎042-438-4041)

## 花いっぱい運動 コミュニティガーデナー養成講座

- 9月～平成28年2月の第3土曜日
- 午後1時30分～4時(全6回)  
西東京いこいの森公園

楽しみながら花を育てるための技術・知識を学んでみませんか。

内 デザインの知識・植栽の技術・公共花壇の見学・病害虫の防除など  
対・定 市内在住・在勤で、受講後「花いっぱい運動」のボランティア活動に参加できる方・30人(申込順)  
¥ 2,000円(資料代)  
申 9月12日(出までに、電話で問へ)  
問 NPO法人西東京花の会  
(水井 ☎080-3364-4422)  
◆みどり公園課保  
(☎042-438-4045)

## 講演会「日本に住む外国人市民を取り巻く問題」

- 9月19日(土) 午後2時～4時
- イングビル ※当日、直接会場へ

外国人市民は言語や文化の違いからさまざまな問題を抱えており、多種多様な内容の相談が市に寄せられていま

す。近くに住む外国人市民が日本でどのように暮らしているのか、どんな悩みを抱えているのかを考えてみませんか。

定 40人(先着順)  
◆文化振興課保(☎042-438-4040)

## 2015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(東伏見駅南口徒歩5分) ※当日、直接会場へ

子どもから大人まで、家族で楽しめるスポーツイベントです。早稲田大学のスポーツ施設でさまざまなスポーツに挑戦でき、学生が優しくスポーツを教えてください。ゲストやいこいななどのキャラクターも来ますので、お気軽にご参加ください。

内 ●スポーツ体験  
野球・サッカー・ラグビー・テニス・バスケットボール・ゴルフ・相撲・ラクロス・ホッケー・フラッグフットボール・ライフル・アーチェリー・卓球・体操ほか  
●おもしろ体験  
ちゃんこ鍋・ジュニア乗馬・馬との触れ合い・スタンプラリー  
●展示  
チアリーディングステージ・レースカー・グライダー・早稲田スポーツ写真  
※一部、定員や実費負担あり  
問 早稲田大学競技スポーツセンター  
(☎03-5286-3757)  
◆企画政策課田(☎042-460-9800)

## 秋のENJOYニュースポーツ交流会

- 9月27日(日) 午前9時20分～11時30分(受付:午前9時)
- スポーツセンター

誰でもすぐにゲームが楽しめるニュースポーツ(ユニカール・ポッチャ・輪投げ)の交流会です。普段運動していない方、障害のある方もお気軽にご参加ください。

□ユニカールとは カーペット上のカーリングで、ストーンをいかに標的に近づけるかを競います。

□ポッチャとは ボールを転がしたり、ほかのボールに当てたりして、いかに目標球に近づけるかを競います。

対 市内在住・在勤・在学の小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定 大人36人・子ども12人(申込順)  
持 運動ができる服装・室内用運動靴・タオル・飲み物など

申 9月11日(金)(必着)までに、往復はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、〒202-8555市役所スポーツ振興課「秋のENJOYニュースポーツ交流会」係へ  
※チーム(1チーム3人)での申し込みも可

◆スポーツ振興課保  
(☎042-438-4081)

## パリテ女性の自立支援講座 輝く私のために～かけがえないあなたを応援！～

- 日程: 下記参照 午前10時～正午
- 住吉会館ルピナス

DV(配偶者などからの暴力)について分かりやすく学び、自分らしい生き方を考える、女性のための講座です。

◆タッピングタッチ～こころとからだのリラクゼーション～

時 9月28日(月)、11月16日(月)  
定 各回20人(申込順) ※重複受講可

◆アートでリフレッシュ！～こころとからだに深呼吸～

時 10月9日(金)・22日(木)(全2回)  
対・定 両日受講できる方・20人(申込順)

◆これってモラハラ？～こころとからだに与えるマイナスの影響～

時 10月13日(火)  
定 30人(申込順)

◆もしも離婚となったら～知っておきたい法知識～

時 10月27日(火)  
定 30人(申込順)

## 第15回 西東京市消費生活展 関連イベント(事前募集)

### ①講演会「注意してほしい10大食品添加物」

日頃、何げなく口にしている食品添加物について考えます。

時 9月29日(火)午前10時～正午  
場 コール田無 ※当日、直接会場へ  
定 100人(先着順)

講 渡辺雄二さん(科学ジャーナリスト。「食べるならどっち!」など著書多数)

□保育サービス  
対・定 生後6カ月以上の未就学児・9人(申込順)  
申 ファクス・Eメールで下記へ

### ②これで我が家は毎日ピカピカ！おそうじ予定を立ててみよう～忙しい人ほど良い習慣、重曹・クエン酸・粉石けんでシンプルそうじ～

汚れをピカピカにするクエン酸や重曹を使うエコ掃除のコツやテクニックを体験してみましょう。

時 10月16日(金)午前10時30分～正午、10月17日(土)午前10時30分～正午・午後2時～3時30分  
定 各回10人

### ③親子でつくる地粉・地場野菜の団子汁

市内産の小麦粉や野菜で団子汁を作ります。

時 10月17日(土)午前9時30分～11時45分  
対・定 小学生と保護者・12組

④ちびまる子ちゃんと考えるおこづかい  
ちびまる子ちゃんのアニメを見たり、クイズに挑戦したりしながら、お金の使い方・買い物の仕方・おこづかいの管理などを、親子で一緒に考えます。おこづかい帳のプレゼント付き！

時 10月17日(土)午後2時～3時30分  
対・定 小学生と保護者・10組

□共通事項  
場 消費者センター分館  
申 9月15日(火)(必着)までに、往復はがき・ファクス・Eメールで、希望の講座名・希望日時(②のみ)・住所・氏名・電話番号・ファクス番号(ファクスで申し込みの場合のみ)を明記し下記へ(申込多数の場合は抽選)

□企画・運営 第15回西東京市消費生活展実行委員会  
◆協働コミュニティ課保(☎042-438-4046・FAX 042-438-2021・kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

## りさいくる市

- 時 9月6日(日) 午前9時ごろ～正午
- 場 田無庁舎市民広場 ※雨天中止

※環境保護のため徒歩・自転車での来場にご協力ください。  
※当日、地元産野菜の販売、茶わんのリサイクル、猫の里親探し・譲渡会があります。  
◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

## 資源物の持込回収

会場で、次の資源品を無料で回収します。受付までご持参ください。  
※りさいくる市が中止の場合は、回収も中止

プラスチック製品	バケツ・ポリタンク・プランター・カゴ・ごみ箱など
陶磁器食器 ※ごみ資源化市民会議主催	茶わん・皿・小鉢・湯飲み(ガラス・花瓶・土鍋・自作品は回収できません。)

## 「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

- 時 10月4日(日)午前9時ごろ～正午
- 場 エコプラザ西東京

□出店資格 成人で市内在住の個人・団体(業としている方を除く)  
□募集区画数 43区画(1区画約3.5㎡)  
申 9月10日(日)(消印有効)までに、往復はがきに参加者全員の氏名(ふりがな)、代表者の住所・年齢・電話番号、出店物(衣類・雑貨など)を明記し、〒202

ー0011泉町3-12-35ごみ減量推進課へ(応募は1世帯1通。当日の参加者による申し込みに限る。申込多数の場合は抽選)

※飲食物・動植物などの販売は不可  
※出店場所の選択は不可

◆ごみ減量推進課  
(☎042-438-4043)



□共通事項

申 9月1日(火)午前9時から、電話またはEメールで、件名「自立支援講座」・住所・氏名・電話番号・希望講座名を添えて下記へ
※保育あり：生後6カ月以上の未就学児・各回15人(申込順)
◆男女平等推進センター(☎042-439-0075・✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

多摩六都フェア 第13回 水と緑ウォッチングウォーク

10月3日(土) 午前9時～正午(予定)
※雨天決行・荒天中止
集合：西武新宿線小平駅南口

多摩六都の水と緑を楽しんでみませんか。

□コース 小平駅南口→小平霊園→柳窪緑地保全地域→しんやま親水広場→新所沢街道→野火止用水→東村山市運動公園(休憩)→万年橋の大ケヤキ→久米川駅北口(解散)

定 100人(申込多数の場合は抽選)
持 飲み物・雨具など
申 9月18日(金)(必着)までに、往復はがきまたはEメールで、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記し☎へ
□主催 多摩北部都市広域行政圏協議会
☎ 東村山市みどり公園課(〒189-8501東村山市本町1-2-3・☎042-393-5111・✉midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp)
◆みどり公園課 ☎(☎042-438-4045)

沿線3市連携事業 写真展とトークセッション 「いま、働くこと育てること」

①10月3日(土)～8日(木) 午前9時～午後5時
②10月4日(日) 午後2時～4時
東久留米市役所1階(西武池袋線東久留米駅西口徒歩5分)

①写真展
内 同事業のワークショップ「パパ お父さんの一日」から生まれた写真と、落合由利子さん(写真家)の「働くこと育てること」の展示
※当日、直接会場へ
②保育の専門家などによるトークセッション
対 40人(申込順)
申 9月2日(火)～30日(水)に、電話または直接☎へ
□保育サービス
対・定 2歳～未就学児・5人(申込順)
申 9月2日(火)～24日(水)に、電話または直接☎へ
☎ 東久留米市男女平等推進センター(☎042-472-0061) ※火曜日は休館
◆男女平等推進センター(☎042-439-0075)

就職支援セミナー

①10月5日(月) ②6日(火)
③7日(水) 午後1時30分～3時30分
防災センター
内 ①就職活動準備と自己理解・職業理解 ②履歴書・職務経歴書の書き方

③面接対策 ※いずれも講義形式
対 雇用保険を受給中の方
定 各回50人(申込順)
※定員内で重複受講可
持 筆記用具・雇用保険受給資格者証
申 9月7日(月)から、電話で(株)東京リーガルマインド(運営委託先☎03-5913-6910 ※平日午前9時～午後5時)へ
□保育サービス 保育希望者は、セミナー申込後に必ず予約してください。
対・定 生後6カ月～4歳児・各回8人(申込順)
申 9月7日(月)～30日(水)正午に、電話で産業振興課へ
☎ 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)

西東京市プレイリーダー養成講座(全3回)

①10月9日(金) 午後7時～9時 田無児童館
②10月25日(日) 午前10時～午後3時 西原北児童館
③11月15日(日) 午前9時45分～午後4時15分 西原北児童館

子どもたちと関わる活動や仕事をしている方・したい方、地域で子どもたちと関わるボランティアをしたい方、あなたの「これから」を広げます！
内 ①講演「子どもの遊びとコミュニ

ケーション」 ②子どもが遊ぶ遊びの体験・企画の立案 ③指導の実践(親子デイキャンプに遊びのコーナーを出店)
対・定 高校生年代以上・30人(申込順)
申 9月15日(火)～10月2日(金)に、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を添えて☎へ
※子ども同伴で受講を希望する方は、事前にご相談ください。
☎ 田無児童館(☎・FAX042-462-6237・✉jidoukan@city.nishitokyo.lg.jp)
◆児童青少年課 ☎(☎042-460-9843)

市民介護講習会

10月31日(土)、11月7日(土)・14日(土) 午前10時～午後3時(全3回)
特別養護老人ホーム緑寿園

高齢者を支える基本知識と介護技術をテーマとした、施設の専門職員による講習会です。
対 市内在住の、高齢者を介護する家族・介護に関して知恵を身に付けたい方・ボランティア活動をしたい方で、全日程受講可能な方
定 20人(申込多数の場合は抽選)
申 9月15日(火)(消印有効)までに、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・希望講習内容(可能な範囲で対応)を明記し、〒202-8555市役所高齢者支援課「市民介護講習会」係へ
◆高齢者支援課 ☎(☎042-438-4028)

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。

多摩六都科学館ナビ



ボランティア会 会員募集

来館者と触れ合いながら、科学の面白さを伝えるメンバーを募集します。子どもと接するのが好きな方や科学に興味のある方、工作・実験・読み聞かせなど、特技を生かして活動してみませんか(活動は無償)。
内 教室・イベントの企画・運営、展示室での来館者との対話など
対・定 一般ボランティア：18～70歳ぐらいで週1回程度活動できる方・約20人
ジュニアボランティア：小学5年生～

18歳(高校生年代)で月1回程度活動できる方(要保護者同意)・約10人
申 9月5日(土)～30日(水)(必着)に、当館・市役所・公民館・図書館などで配布の応募用紙を、☎へ郵送または持参 ※募集要領・応募用紙は、当館HPからもダウンロード可
※締め切り後、面談日程を連絡します。
☎ 多摩六都科学館(〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100)
※1日(火)～4日(金)・7日(月)・14日(月)・24日(水)・28日(月)は休館

ロクト・サイエンス・コラム 16

天才が残した100年越しの宿題

夏休みの宿題はいつの時代も苦勞しますが、世紀の宿題となればなおさらです。1915年、アインシュタインは「一般相対性理論」を発表しました。特殊相対性理論(1905年)では宇宙の光の速さが不変であるため空間や時間が伸び縮みすることを発見しましたが、一般相対性理論では、重力によっても空間や時間が歪むことを予言したのです。
現在、大質量天体により光の道筋が歪む「重力レンズ効果」や、GPSには欠かせない時間の補正は一般相対性理論の正しさを示しています。しかし、理論が予言する「重力の歪みが波として伝わる」重力波は、いま

だ誰も観測できていません。
アインシュタインの宿題に挑む研究は、東京大学宇宙線研究所が田無に拠点を構えていたころから積み上げられてきました。現在、神岡鉱山(岐阜県)の地下に重力波観測装置KAGRAの建設が進み、今冬から試験稼働の予定です。世紀の宿題は田無で生まれた研究により、解き明かされる日を待っているのです。



さらに詳しく知りたい方は…
「アインシュタインの宿題に挑む～重力波検出への期待～」
☎ 10月12日(水)
※要予約。詳細は、当館☎で

# 総合防災訓練を実施します

**みんなで体験しよう!**  
～命を守る防災行動力～

平成23年の東日本大震災以降、自らの備え(自助)や地域の助け合い(共助)の重要性が再認識されています。防災訓練は、市民一人一人が日常および災害発生時に「自らが何をすべきか」を考え、災害に対して準備をするなど、防災に関する意識や知識、行動力の向上を図る良い機会です。災害に強いまちづくりのために、ぜひ訓練に参加しましょう。

**地震が発生したら…まずこの行動をとろう!!**



イラスト提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

## 防災行政無線運用訓練を市内75カ所で一斉に行います

訓練当日、次の時間帯に放送します。ご理解・ご協力をお願いします。

時間	内容
8時45分	事前放送
9時	災害発生(緊急地震速報)
9時02分	災害発生広報
9時20分	避難勧告(訓練会場周辺)
正午	訓練終了報告

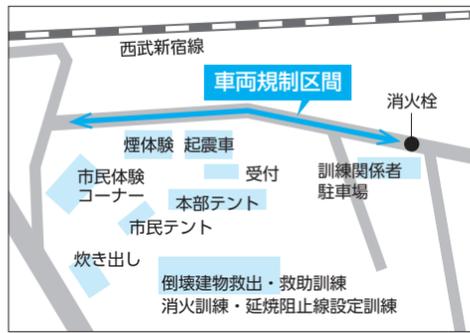
**時** 9月6日(日)午前9時～正午  
(雨天決行・荒天中止)

**場** ①都立東伏見公園 ②東伏見小学校ほか

□**参集方法** 当日の午前9時に放送される防災行政無線の合図で、まずは左記のイラストの行動をとり、家庭内の安全を確認した後、訓練会場へご参集ください。会場までは「防災ウォーキング(地域の危険箇所を確認しながら歩くこと)」でお越しください。なお、これらの行動をとった人数を集計しますので、当日配布のアンケート(会場に参集しない方は市HP上のアンケート)にご協力ください。



□**公園内車両規制のご案内**  
(午前8時～午後1時)



## スタンプラリーに参加しよう

会場では、各種体験型訓練を実施し、関係機関のPRコーナーを設置します。訓練などを体験しスタンプを集めた方には、防災グッズなどの参加賞を差し上げます(先着順・数量限定)。  
※スタンプラリー用台紙は当日、都立東伏見公園の受付で配布

## いろんな訓練を体験しよう!

..... 訓練想定 .....

午前9時ごろ、多摩直下地震が発生しました。西東京市は震度6強を計測し、東伏見・柳沢を中心に老朽化建築物の倒壊、同時多発的な火災による甚大な被害が発生。市は災害対策本部を設置。市民の皆さんは、自分たちのまちは自分たちで守るために近隣の救助・救急・消火などを地域住民一体となって実施してください。



主な訓練名	9時	10時	11時	12時	実施場所など
シェイクアウト訓練(一斉防災行動訓練)	00				発災場所(自宅・職場など)
避難活動訓練・避難住民誘導訓練	02	20			各地域 → 避難場所
体験型訓練(起震車・初期消火・煙・応急救護など)	20		00		都立東伏見公園
非常炊き出し訓練(配布は午前10時30分ごろから)		40		30	
ライフライン関係機関体験訓練(電気・ガス・電話など)	20			30	
備蓄品資機材稼働体験訓練	20			30	
応急給水訓練(消火栓からの応急給水活動)	20		00		
倒壊建物救出・救助訓練			30	45	
消火訓練・延焼阻止線設定訓練(一斉散水)				45	
避難施設開設訓練(防災体感シアターがご覧になれます)	40			00	東伏見小学校体育館

※そのほか、帰宅困難者対応訓練や医療救護所開設訓練も実施します(関係者のみ)。

## 福島県下郷町のホームページに西東京市総合防災訓練情報を掲載! ~代理掲載訓練~

総合防災訓練が行われている間、姉妹都市である福島県下郷町のホームページ(トップページ)に、西東京市の防災訓練情報が掲載されます。これは訓練として、西東京市のホームページが災害による被災のため閲覧または更新ができない状態になったことを想定して、西東京市の情報を被災していない福島県下郷町のホームページに代理掲載するものです。同様に、同日に行われる下郷町の防火訓練の情報を、西東京市のホームページに代理掲載します。

万が一に備えて、下郷町ホームページを「お気に入り」や「ブックマーク」に登録するなど、スムーズに閲覧できる準備をお願いします。  
◆秘書広報課 ☎042-460-9804

大規模災害などで市のホームページが繋がらないときは  で