

A colorful illustration of three children playing in a snowy landscape. On the left, a boy in a green and white winter suit and hat is sliding on his stomach. In the center is a snowman made of three snowballs, wearing a black hat, a red and white striped scarf, and having stick arms. To the right, two girls are running towards the snowman; one is wearing a brown and white outfit, and the other is wearing a green and white outfit. The background is a soft, hazy blue and white, suggesting a snowy day.

【B】はがき・Eメール

「ファミリー学級」申込

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

◆健康課保(☎042-438-4037)

事業名	日時／場所	対象／定員(申込順)	申込方法など	
薬膳料理講習会	3月3日(金)午前10時～午後1時 田無総合福祉センター	市内在住の方 20人(申込多数の場合は抽選)	往復はがき・Eメール(記入例A) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効)：2月3日(金)	
女性のボディケア講座 腹筋・骨盤まわり編	2月3日(金)午前10時～11時 保谷保健福祉総合センター	20～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方)／20人	前日までに電話予約	
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】	2月8日(水)午後2時～3時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の予防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	前日までに電話予約	
サンテ ミニ栄養講座 初級 【体重が気になる方のためのバランス食】	2月20日(月)午後1時～2時10分ごろ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方／10人程度	2月16日(水)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27日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	市内在住で立位がとれる方／各20人	前日までに電話予約 ※7人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。	
	2月14日(水)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター			
栄養相談 【管理栄養士による相談】	2月15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3人程度	2月10日(金)までに電話予約	
	2月20日(月)午後2時30分～4時 保谷保健福祉総合センター		2月16日(水)までに電話予約	
ボディケア講座～肩こり予防～ 【理学療法士による、肩こり予防に関する話と自宅でできる体操】	2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	前日までに電話予約	
リハビリ窓口相談 【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】	2月1日(水)午後2時15分～3時15分・ 16日(水)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2人程度	前日までに電話予約	
ファミリー学級2日間コース ～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】	第16コース ：3月3日(金)・25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	市内在住の初めて父親・母親になる方(妊婦のみの参加も可)／22組	対象出産予定日の目安 6月11日～8月5日	はがき・Eメール(記入例B) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効) 2月3日(金)～13日(月)

◆健康課保(☎042-438-4037)

当日…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 歳児健康診査

時 1月18日(水)・25日(水)
2月8日(水)・15日(水)・22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)

当日

時・場 1月27日(金)受付:午前9時30分
～11時・田無総合福祉センター
2月20日(月)受付:午前9時30分～11時・
保谷保健福祉総合センター
対 乳幼児と保護者

時・場 1月27日(金)・田無総合福祉センター
2月20日(月)・保谷保健福祉総合センター
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カ月ぐらいの乳児と保護者(各回先着15組)



※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
15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}
22日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	永田外科胃腸内科 南町4-12-6 ☎042-465-8530	
29日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時 ^{まで} ☎042-465-0700	はるクリニック 谷戸町3-23-1 K・flat 1 階 ☎042-425-1178	

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				
15日	浅野第三歯科診療所 芝久保町2-19-12 ☎042-468-8714	22日	おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 ☎042-451-6480	29日	ニイヤマ歯科 田無町6-6-31 ☎042-465-8666

昭和24年1月26日、奈良県の法隆寺で作業員の不注意により火災が発生し、白鳳時代(7世紀末～8世紀初期)に描かれた十二面壁画が焼損しました。木や紙などの可燃物で造られているものが多い文化財は、大火災に発展しやすく危険です。

先人たちが残した文化財を火災から守ろうと、昭和30年から1月26日を「文化財防火デー」とし、文化財の防火設備の点検・整備や、消防演習などにより文化財を火災から守る運動を展開しています。

文化財の防火は管理者、地域住民、消防機関が一体となって取り組むことが必要です。市内にも貴重な文化財が多数あることから、火災予防を推進していきます。

□文化財の防火対策

- 文化財の周辺に可燃物を置かない
- 初期対応訓練を行い、火災発生時に備える
- 喫煙や裸火使用などの禁止区域内を巡視する

問 西東京消防署 ☎042-421-0119)

◆危機管理室保 ☎042-438-4010)

法律では排出規制基準が定められていないため、当組合では廃棄物焼却施設の排出ガス中の水銀濃度の自己規制値を0.05mg/m³Nと定め測定しています。8～10月の分析計測結果(各月の1時間平均値の最高値)は、1～3号炉いずれも0.00mg/m³Nでした。

問 柳泉園組合(☎042-470-1545)
◆ごみ減量推進課
(☎042-438-4043)