



やさしさ^とふれあいの^の西東京^に暮らし まち^を楽しむ



西東京

主な内容

- 庁舎統合に関するパネル展示…2
- 高齢者の方への主な福祉施策…4
- 各種検診(胃がん・骨粗しょう症など)…5
- チャレンジカップ2017…7
- 天神社拝殿を市文化財に指定…8

No.411

平成29年(2017)

7/15

市役所代表 ☎042-464-1311 (平日午前8時30分～午後5時)

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](http://www.city.nishitokyo.lg.jp/)

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/>



西東京市を、遊ぼう! 食べよう! 楽しもう!

市内を巡って楽しむイベント「グルメぐキャンペーン」と「いこいな」をさがせ! が始まります。片方だけに参加するもよし、近くのポイントを巡って一石二鳥で両方のスタンプを集めるもよし。楽しみ方はあなた次第♪見のがしていたすてきな西東京市に出会えるチャンスです!

7月21日(金)から

西東京市の「農」を 食べ歩こう! グルメぐキャンペーン

西東京市農産物キャラクター
めぐみちゃん

**7月21日(金)
～12月27日(水)**

めぐみちゃんメニューを提供している
お店を巡ってスタンプを集めよう!
抽選で「限定ボウル&コップセット」や
「農産物詰め合わせセット」が当たります。

参加方法

- ①公式HPや市内公共施設などで配布されているマップを手に入れよう!
※マップは7月21日(金)から配布
- ②マップに付いている台紙に、お店でもらえるスタンプを集めよう!
- ③台紙を切り取って応募しよう!



抽選でプレゼントが当たる!

詳細は、たっぷり畑の
恵みHPでチェック! →



応募方法は
マップを見てね

マルシェ(即売会)
の情報なども
掲載♪

★産業振興課では、「めぐみちゃんメニュー事業」以外にも「植木の寄せ植え(緑のアカデミー)」など、さまざまなイベントの開催を予定しています。詳細が決まりましたら、市報でお知らせします。

◆産業振興課 ☎042-438-4044

西東京市冒険物語

いこいなをさがせ! 第5章

参加方法

ミッション 1

冒険の入り口(スポーツセンター・きらっと・総合体育館)で、アドベンチャーブックを手に入れよう!
※いずれも8月1日(火)は休館

ミッション 2

アドベンチャーブックに記されたポイントを冒険して「スタンプ」と「ヒント」を集め、「秘密のワード」を導き出そう!

※事前申込が必要なポイントあり

ミッション 3

「秘密のワード」をアドベンチャーブックに記入したら、冒険の入り口に戻って答え合わせをしよう!

見事正解していたら…クリア!!

オリジナルエコバッグをゲットしよう!

※先着500人。配布は8月2日(水)から

市報でこのマークがあるイベントなどではスタンプが押せるよ! →

**7月21日(金)
～8月31日(木)**

「スタンプ」と
「ヒント」の場所は
市HPでチェック!



☎ スポーツセンター
☎ 042-425-0505
◆ スポーツ振興課 保
☎ 042-438-4081

次はどこへ
食べに 遊びに 行こうかな～♪





70歳以上の方の高額療養費の上限額変更

後期高齢者医療制度に加入の方・70歳以上の国民健康保険に加入の方の高額療養費の上限額が8月から右記のように変更になります。

□高額療養費とは

1カ月間に支払った医療費が高額になった場合に、決められた上限額を超えて支払った分を払い戻す制度です。上限額は、個人または世帯の所得に応じて決まっています。

◆保険年金課 ☎

- 後期高齢者医療制度に加入の方… ☎ 042-460-9823
- 70歳以上の国民健康保険に加入の方… ☎ 042-460-9821

7月まで

適用区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み	課税所得145万円以上の方	4万4,400円	8万100円 + (医療費-26万7,000円) × 1 % 〈多数回4万4,400円〉 ※ 2
一般	課税所得145万円未満の方 ※ 1	1万2,000円	4万4,400円
非住民税課税	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	2万4,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯(年金収入80万円以下 ^{※2})		1万5,000円

- ※ 1 世帯収入の合計額が520万円未満(1人世帯の場合は383万円未満)の場合や、「旧ただし書き所得」の合計が210万円以下の場合も含まれます。
- ※ 2 過去12カ月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

8月から

外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
5万7,600円	8万100円 + (医療費-26万7,000円) × 1 % 〈多数回4万4,400円〉 ※ 2
1万4,000円 年間上限 14万4,000円	5万7,600円 〈多数回4万4,400円〉 ※ 2
8,000円	2万4,600円
	1万5,000円

国民健康保険「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新

認定証の有効期限は7月31日です。既にお持ちの方も申請が必要です。

☒ 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)

☒ ●来庁者の本人確認書類

- 認定証を作る方の保険証
- 認め印
- マイナンバーの分かる書類

□認定証とは

所得や年齢に応じて、1カ月間に医療機関へ支払う医療費の自己負担限度額

が決まっています。国保加入者が上記認定証を医療機関に提示すると、1医療機関の1カ月間の会計を所定の限度額に抑えられます。支払った医療費が限度額を超えた方には、高額療養費の申請書を後日送付します。

□70～74歳の方は

高齢受給者証が認定証の役割を兼ねています(住民税非課税世帯の方は、認定証の申請が必要)。

◆保険年金課 ☎ ☎ 042-460-9821

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

認定証の有効期限は、7月31日です。現在、認定証をお持ちで、8月1日(火)から下記に該当する方には、更新した認定証を7月下旬に郵送します。

☒ 被保険者証の一部負担金の割合が1割負担で次のいずれかに該当する方

- ①区分Ⅰ…住民税非課税世帯であり、世帯員全員が年金収入80万円以下(そのほかの所得がない)、または老齢福祉年金を受給している方
- ②区分Ⅱ…住民税非課税世帯であり、

①に該当しない方

※認定証を持っておらず、①・②に該当する方は要申請(認定証を入院・外来時に提示することで食事代と保険適用の負担額が減額されます)

☒ 制度について…東京いきいきネット HP または東京都後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター ☎ 0570-086-519(PHS・IP電話から ☎ 03-3222-4496)

※平日午前9時～午後5時
◆保険年金課 ☎ ☎ 042-460-9823

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

チャリティー・市民ゴルフ大会

地域福祉事業を推進するための財源づくりを目的として開催します。

☒ 9月12日(火) ※雨天決行
☒ 西武園ゴルフ場(所沢市荒幡1464)

☒ 原則、市内在住・在勤の方

☒ ￥ ●4,000円(パーティー代・チャリティー費^{※2}) ※申込時に支払い

- 1万6,500円(プレー代・昼食代(飲物別)^{※2}) ※当日ゴルフ場へ支払い

☒ 競技方法 18ホールストロークプレー(新ペリア方式)

☒ 市内ゴルフ練習^{※2}
☒ 社会福祉協議会 ☎ 042-438-3774

みんなのパソコン教室(8月)

- ①無料体験 3日(木)午後1時～4時
- ②パソコン入門(全4回) 原則(金)午前
- ③ワード初級(全4回) 原則(火)午前
- ④エクセル初級(全4回) 原則(火)午後
- ⑤iPhone(スマホ入門) 18・25日(金)午後
- ⑥インターネット・デジカメ(金)午後
- ☒ ①②以外は文字入力のできる方
- ☒ 定 各10人(申込順)

☒ ￥ ②～④8,000円 ⑤⑥各回2,000円

☒ 開始日1週間前までに、往復はがきで講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を ☒ へ

☒ 場・ ☒ シルバー人材センター 〒202-0021 東伏見6-1-36・ ☎ 042-425-6611

本人講座

☒ 時・ ☒ 9月2日(土)・和太鼓演奏 30日(土)・レクリエーション

※いずれも午前9時30分～正午

☒ 対・ ☒ 市内在住の知的障害のある18歳以上の方・各20人

☒ 持 室内履き・運動靴

☒ 申 ☒ のHPをご覧ください。

☒ 場・ ☒ 都立田無特別支援学校 ☎ 042-463-6262

夏まつり

☒ 時 7月30日(日)午前11時30分～午後3時 ※雨天時31日(月)

☒ 内 焼きそば・綿あめ・ゲーム^{ほか}

☒ ￥ 200円

☒ 場・ ☒ 聖ヨゼフホーム ☎ 042-464-2211

☒ 時 8月6日(日)午後3時～7時

☒ 内 第19回 保谷苑夏祭り

焼きそば・ゲーム・保谷和太鼓^{など}

☒ 場・ ☒ 特別養護老人ホーム 保谷苑 ☎ 042-423-5002

☒ 時 7月15日(土)午後4時～7時15分

☒ 内 模擬店・アトラクション・花火^{ほか}

☒ 場・ ☒ 都立大泉特別支援学校(練馬区) ☎ 03-3921-1381

市民公開講座

☒ 時 7月23日(日)午後2時～4時

☒ 内 ●目の病気と治療

- ^{かつけつ}咯血をきたす肺の病気と治療法

☒ 場・ ☒ 東京病院(清瀬市) ☎ 042-491-2111

傍聴 教育委員会

☒ 時 7月25日(火)午後2時

☒ 場 保谷庁舎4階

☒ 内・ ☒ 行政報告^{ほか}・10人

◆教育企画課 ☒ ☎ 042-438-4070

傍聴 審議会^{など}

■介護保険運営協議会・高齢者保健福祉計画検討委員会

☒ 時 7月20日(火)午後1時

☒ 場 田無庁舎4階

☒ 内・ ☒ ワークショップおよびグループワーク実施結果^{ほか}・5人

◆高齢者支援課 ☒ ☎ 042-438-4030

■建築審査会

☒ 時 7月20日(火)午後2時

☒ 場 防災センター

☒ 内・ ☒ 建築基準法に基づく同意・5人

◆建築指導課 ☒ ☎ 042-438-4026

■健康づくり推進協議会

☒ 時 7月25日(火)午後1時30分～2時45分

☒ 場 住吉会館ルピナス

☒ 内・ ☒ 健康づくり推進プラン^{ほか}・5人

◆健康課 ☒ ☎ 042-438-4021

■地域自立支援協議会

☒ 時 7月27日(金)午後6時30分

☒ 場 田無庁舎3階

☒ 内・ ☒ 障害者計画の進捗状況確認・3人

◆障害福祉課 ☒ ☎ 042-438-4034

■下野谷遺跡保存活用計画策定懇談会

☒ 時 7月31日(月)午後2時～4時

☒ 場 保谷庁舎3階

☒ 内・ ☒ 下野谷遺跡保存活用計画・5人

◆社会教育課 ☒ ☎ 042-438-4079

■地域公共交通会議

☒ 時 8月2日(火)午後2時～4時

☒ 場 保谷東分庁舎

☒ 内・ ☒ はなバスの料金^{など}・5人

◆都市計画課 ☒ ☎ 042-438-4050

高齢者の方への主な福祉施策

市では、介護保険のほかに下表の事業を実施しています。
※サービスの提供には、訪問調査のうえ決定する事業があります。

サービス名		内容/対象
高齢者福祉サービス	高齢者福祉手技治療 割引券支給	はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧料金割引券（1回につき1,000円割引）を月1枚支給 ※自己負担：施術料金から1,000円を差し引いた額 対 65歳以上の方
	高齢者配食	昼食を週6回(月)～(土)、希望する曜日に配食 ※自己負担：1食当たり411円 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上の方のみの世帯で、配食を必要と認められた方(日中、65歳以上の方のみで生活している場合を含む)
	認知症及び ねたきり高齢者等 紙おむつ給付	自宅に紙おむつ(種類により枚数制限あり)を配達 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 常時おむつを使用している40歳以上で①または②に該当する方 ①寝たきり、またはそれに準ずる状態 ②認知症により重度の介護が必要な状態
	高齢者等紙おむつ 助成金交付	月額4,500円を上限に助成 ※紙おむつ給付サービスと同月での併給不可 対 40歳以上で、介護保険で要介護1以上の認定を受け、紙おむつの持込を禁止している医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院に支払っている方 ※生活保護世帯などを除く
	ねたきり高齢者理・ 美容券交付	理・美容師の訪問により、調髪・顔そりまたはカット・シャンプーを受けられるサービス券を、年4枚まで交付 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上の寝たきり、またはそれに準ずる方
	ねたきり高齢者等 寝具乾燥	月1回、寝具乾燥サービス車が家庭を訪問 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上の寝たきり、またはそれに準ずる方
	高齢者緊急通報・ 火災安全システム設置	緊急通報システム・火災安全システムを通して緊急事態を受信センターに通報できます。 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上の方のみの世帯で、慢性疾患などがあり常時注意を必要とする方 ※世帯の場合は、世帯全員に慢性疾患がある場合が対象(医師の意見書必要)
	高齢者住宅用防災機器 給付	火災警報器・自動消火装置・ガス安全システムまたは電磁調理器のうち、必要と認められる機器を給付(設置) ※自己負担：設置費用の1割相当分 ※壁の材質により設置できない場合あり 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上の方のみの世帯で、認知症など心身機能の低下に伴い防火などの配慮が必要と認められる方
	認知症高齢者徘徊 位置探索	徘徊高齢者の早期発見と安全の確保に役立てるため、介護者に位置情報専用探索器を貸与 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上で、介護保険で要支援・要介護の認定を受けている、または事業対象者とされた方で、認知症により徘徊行動の著しい方
	高齢者入浴サービス	通所による入浴(週1回まで) ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上で、介護保険で要介護3以上の認定を受け、介護保険の通所介護または訪問入浴介護による入浴が困難な方
	高齢者等外出支援	介助員を配置したりフト付きの福祉車両などを用いた外出支援(利用者の居宅を中心とした半径30kmの範囲内) ※自己負担：実車料金(メーター料金)・有料道路料金・駐車料金(所得に応じた減額措置あり) 対 40歳以上で、介護保険で要支援・要介護の認定を受けている、または事業対象者とされた方で、一般の公共交通機関や手段では外出が困難な、現に在宅で居住している方
	高齢者緊急短期入所 ※	施設の緊急ベッドを確保 ※自己負担あり 対 ●おおむね65歳以上で、虐待・放置などにより緊急に施設入所などが必要な方 ●介護者の病気・けがなどの緊急事態により適切な介護を受けることができなくなり、施設入所による保護が必要と市長が認めた方

サービス名		内容/対象
日常生活用具など	高齢者日常生活用具等 給付	介護保険対象外の用具や日常生活に必要な歩行支援用具などの給付 ●非該当・要支援・要介護の認定を受けている、または事業対象者とされた方：難燃性寝具・洗髪器・空気清浄機 ●非該当の認定を受けた方：歩行補助杖・入浴補助用具・スロープ・歩行器・手すり 対 65歳以上で上記の介護認定などを受け、用具などの給付が必要と認められる方 ※給付限度額あり ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く)
	高齢者入浴券支給	市内の公衆浴場の入浴券を月1人10枚を限度として支給 対 自宅に入浴設備がない65歳以上の一人暮らしまたは70歳以上の方のみの世帯(身体的な理由で自宅の入浴設備を使用できない場合はお問い合わせください)
	自立支援 住宅改修費給付	転倒防止などのための、手すりの取り付けや段差解消など ●改修の種類：手すりの取り付け・床段差の解消・滑りの防止・移動円滑化のための床材の変更・引き戸などへの扉の取り替え・洋式便器などへの便器の取り替え・そのほか各工事に伴う必要な工事 ※助成限度額あり。承認前の工事は対象外 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上で、介護保険で非該当の認定を受け、サービスが必要と認められる方
	高齢者住宅改造費給付	介護保険対象外で、必要と認められる住宅改造の費用 ●改造の種類：①浴槽の取り替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備などの工事(ユニットバス・システムバスは要相談) ②流し・洗面台の取り替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備などの工事 ※助成限度額あり。承認前の工事は対象外 ※自己負担：1割(生活保護世帯などを除く) 対 65歳以上の介護保険で要支援・要介護の認定を受けている、または事業対象者とされた方で、サービスが必要と認められる方
	高齢者家具等 転倒防止器具取り付け等	対 65歳以上の方のみの世帯で、過去に市の事業で家具等転倒防止器具の給付または取り付けをしていない世帯 ※取付器具は市指定のもので、数に上限あり ※家具や設置場所の状況によっては、取り付けができない場合あり ※器具によってはネジで固定するため、壁や家具に穴が開きます。
介護・日常生活の援助など	車いすの貸し出し	1カ月を限度に貸与 対 一時的に車いすを必要とする方(介護保険サービスで貸与を受けられる方、施設に入所または病院に入院している方などは対象外)
	敬老金の贈呈	9月に敬老金(88歳の方：1万円、100歳の方：5万円)を贈呈
	家族介護慰労金	慰労金を支給 対 次の要件を全て満たしている市内の65歳以上の方を過去1年間以上介護し、過去1年間以上市民税非課税世帯に属する同居の家族介護者 ●過去1年間以上、市民税非課税世帯で要介護4または5で介護保険サービス無受給(年間7日間までのショートステイを除く) ●過去1年間に90日以上長期入院をしていない
	介護職員 初任者研修事業	対 市内在住・在勤で、既に介護職員として働いている・働くことが決まっている・働くことを希望する方 ※自己負担あり
	在宅介護講習会	介護に必要な知識や技術の習得 対 要介護者のいる家庭の介護者など
	高齢者いきいき ミニデイ ※	地域住民が中心となり、趣味・レクリエーション・学習などの生きがいの場を提供。また、その場を提供している個人・団体に対してへの活動費の一部を助成 ※平成28年3月31日をもって、新規申請の受付終了 ※現在活動している「いきいきミニディ活動一覧表」は高齢者支援課窓口で配布 対 市内在住の一人暮らし・虚弱などで閉じこもりがちな65歳以上の方



健康ひろば

一般 ◆健康課 ☎ 042-438-4037			
事業名	日時／場所	対象／定員(申込順)	申込方法 ^{など}
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】	8月2日(水)午前10時～11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
サンテ ミニ栄養講座 「おやつがやめられない人のための健康間食学」	8月25日(金)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	8月22日(火)までに電話
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。	7月28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 ※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)。
	8月8日(火)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター		
栄養・食生活相談 【生活習慣病予防の食事や健康づくりのための食生活について管理栄養士による相談】	8月23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	8月18日(金)までに電話
	8月25日(金)午後2時30分～4時 保谷保健福祉総合センター		8月22日(火)までに電話
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】	8月2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
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】	8月2日(水)午後2時15分～3時15分・ 17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2人程度	前日までに電話

記入例

【はがき宛先】〒202-8555 市役所健康課

☐はがき

「〇〇検診」申込
①氏名(ふりがな) ②性別
③住所 ④生年月日
⑤電話番号

☑はがき

「一般健康診査(その他)」申込
①氏名(ふりがな) ②性別
③住所 ④生年月日
⑤電話番号
⑥申請理由(保険変更・転入^{など})
※保険変更の場合は資格取得日を記入

特定・一般健康診査対象の方へ
6月下旬および7月下旬発送の西東京市健康診査受診券に同封した「医療機関一覧表」に誤りがありました。お詫びして訂正します。
田無循環器クリニック
誤)田無町5-1-8
正)南町5-1-8

子ども ◆健康課 ☎ 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。

3～4カ月児健康診査

時 7月20・27日(木)、
8月3・24日(木)
場 保谷保健福祉総合センター
対 個別に通知

1歳児お誕生相談会

時 7月24日(月)、8月7・28日(月)
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)

2歳児すくすく相談会

時 7月25日(火)、8月8・22日(火)
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)

3歳児健康診査

時 7月26日(水)、8月2・9・23日(水)
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)

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。
場 保谷保健福祉総合センター
対 生後1歳になる前日までに、まだBCG接種を受けていないお子さん

育児相談

(身体計測と育児に関する相談) ☑当日
時・場 7月28日(金)受付：午前9時30分～11時・田無総合福祉センター
8月17日(木)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

子育て講座

(離乳食と歯が生えてくる頃の話) ☑当日
時・場 7月28日(金)・田無総合福祉センター
8月17日(木)・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カ月前後の乳児と保護者(各回先着15組)

健康ガイド

年齢は平成30年3月31日時点 検診場所は市内指定医療機関

■肝炎ウイルス・大腸がん・前立腺がん検診

☐検診期間 9月1日(金)～12月20日(水)
☐申込期間 7月18日(火)～8月4日(金)(1次締切)
※大腸がん・前立腺がんの電子申請は7月15日(土)から開始
※検診期間中は、12月13日(水)まで随時申込受付
※1次締切までの申込者には8月下旬に受診券を送付、以降は順次送付予定
【以下の方は申込不要】
①市で実施する特定健診・一般健診を受診する方(6月または7月下旬に受診券を送付。健診と同時実施)
②肝炎ウイルス検診は、当検診を未受診で、①以外の40・45・50・55・60・65・70歳の方(8月下旬に受診券を送付)
◆肝炎ウイルス検診
☑血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)
☑当検診を未受診の40歳以上の方
◆大腸がん検診
☑便潜血検査(2日法)
☑40歳以上の方
※大腸がんで治療中の方は対象外
◆前立腺がん検診
☑血液検査(PSA検査)
☑50～74歳の偶数年齢の男性
※前立腺がんで治療中の方(経過観察中の方を含む)は対象外
¥500円(生活保護世帯の方は受給証明書持参で無料)

■骨粗しょう症検診～骨密度測定をして、自分の骨を知ろう！～

☐検診期間 9月1日(金)～10月31日(火)
☐申込期間 7月18日(火)～10月24日(火)(消印有効)
☑骨密度測定・生活指導
☑40・45・50・55・60・65・70歳の女性
※8月下旬以降、順次受診券を送付

☐申込方法(全検診共通)
●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)
●はがき(記入例☑)
●市HP^{から}(QRコード)

各種健康診査等電子申請一覧へ

■40歳以上の方への健診案内

4月1日時点で国民健康保険(40～74歳)、または後期高齢者医療保険に加入の方は**申込不要**。対象者には7月下旬までに受診券を送付します。詳細は送付する健診の案内をご覧ください。
【次の方は要申込】
●4月2日以降に転入した、または保険の種類が変わった ●生活保護または中国残留孤児などの支援給付世帯
☐申込方法
●窓口 ●はがき(記入例☑)

◆健康課 ☎ 042-438-4021

予約は7月18日(火)から 申込は電話でカンタン・便利

第1回 胃がん検診

胃がん検診申込専用電話
☎0120-128-331(固定電話^{から})
☎03-3269-4752(携帯電話・スマートフォン^{から})

時・場 下表参照
☑問診・エックス線検査(バリウム使用)
※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。
☑平成30年3月31日時点で30歳以上の方(前年度に受診した方を除く)
☑申 7月18日(火)から上記申込専用電話へ
※予約の際に「西東京市で行う胃がん検診の予約」と伝えてください。
●平日：午前9時～午後5時
※初日から数日と午前中は電話がつながりにくい場合あり
※定員に達した時点で受付終了
※申込完了後、お知らせを順次発送
【受診できない方】
●妊娠中または妊娠の可能性がある
●胃の手術をした ●胃・十二指腸の治療中または経過観察中 ●消化管の閉塞またはその疑いがある ●バリウムを飲んで、過敏症が出た、排便困難・腹痛などにより医療機関で処置を受けたことがある ●水分制限がある(透析中・腎疾患・心不全^{など}) ●1年以内に脳血管障害や心疾患で発作があった(脳梗塞・脳内出血・心臓発作^{など})
●そのほか受診が困難(指示に従って体を動かすことができない^{など})

☐第1回 胃がん検診 日程

検診実施時間：午前8時45分～11時30分

会場	男性	女性
田無総合福祉センター	8月15日(火)・20日(日)、9月20日(水)・21日(木)・25日(月)	8月16日(水)・24日(木)・25日(金)・28日(月)、9月15日(金)・26日(火)・30日(土)
保谷保健福祉総合センター	9月1日(金)・2日(土)・4日(月)、10月4日(水)・7日(土)	9月6日(水)・14日(木)・17日(日)、10月2日(月)・3日(火)・12日(木)・13日(金)

※第2回日程は、9月15日号と市HPに掲載予定
◆健康課 ☎ 042-438-4021 ※健康課での予約受付はしていません。

休日診療は6面

《東京都からのお知らせ》

東京都医療機関案内サービス(ひまわり)

☑所在地、診療曜日・科目^{など}

☎03-5272-0303(毎日24時間)

5



障害のある皆さん スポーツを楽しみませんか

障害者スポーツ支援事業

障害者スポーツ指導員や補助員と一緒に
行うスポーツレクリエーション！
時 毎月第3（土）午前9時30分～11時30分
場 スポーツセンター
内 バルーン体操・ボッチャ・ボウリングなど
対 市内在住または市内の障害者作業所などに通所している方
※車椅子利用の方はご相談ください。
¥ 保険料（1回50円または年間12回まで500円）
申・問 NPO法人ウーノの会 ☎042-424-7775・FAX 042-439-4487

障害者水泳教室

水慣れから始め、水中での感覚などの体感を目指します。
時 7・8月を除く毎月第4（土）午後2時～3時30分
場 スポーツセンター
対・定 市内在住・在学または市内の障害者作業所などに通所している障害のある方（高校生以上）・20人
※介助者の入水も可
申・問 MTNT共同事業体 ☎042-425-0505・FAX 042-425-0606
◆障害福祉課 保 ☎042-438-4033

ENJOYニュースポーツ2017

普段運動をしていない方、障害のある方もすぐにゲームが楽しめるニュースポーツ！
時 9・3月を除く毎月最終（日）午前9時30分～11時30分
場 スポーツセンター（8月[※]）・きらっと（10～2月）
※当日、直接会場へ（受付：9時20分^{から}）
内 ユニカール・ボッチャ・ソフトバレーボール・ミニテニスなど
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）
持 室内用運動靴・タオル・飲み物など
◆スポーツ振興課 保 ☎042-438-4081

普段運動をしていない方も

第17回 西東京市総合体育大会

□総合開会式

時 8月20日（日）午前8時30分
場 スポーツセンター
持 室内用運動靴

申・問 下表参照

問 NPO法人西東京市体育協会
☎042-425-7055
◆スポーツ振興課 保 ☎042-438-4081

東京2020大会 気運醸成事業 チャレンジカップ2017

シドニーパラリンピックID（知的障害者）バスケットボール日本代表コーチ小川直樹さんが、知的障害者のバスケットボール指導を通して得た経験や障害者スポーツの現状についてお話しします。

講演会終了後は、IDバスケットボール日本代表チームと市内高校のバスケットボール部・球技部などとのエキシビジョンミニゲームなどを行います。熱戦をぜひご覧ください。

時 7月23日（日）午後1時～5時
場 総合体育館 ※当日、直接会場へ
持 室内用運動靴
◆スポーツ振興課 保 ☎042-438-4081



昨年の様子

多摩・島しょスポーツ習慣定着促進事業
走って、投げて、蹴って（全4回）

継続的な子どもの体力・運動能力の向上を目的としたプログラムです。

将来、スポーツに生かすことのできる「走る」「投げる」「蹴る」の基本となる体の使い方や調整力を各種目の専門指導員が分かりやすく指導します。

時 8月23日（水）～26日（土）午前9時30分～正午
場 総合体育館
対 市内在住・在学の小学1～3年生で全日参加できる方

定 50人（申込多数は抽選）
申 7月31日（月）（必着）^{ふりがな}までに、往復はがきで住所・氏名・性別・学校名・学年・電話番号を問の「走って、投げて、蹴って」係へ
※スポーツセンター・きらっと・総合体育館窓口でも申込可（返信用はがきを添付）
問 スポーツセンター ☎202-0013 中町1-5-1・☎042-425-0505
◆スポーツ振興課 保 ☎042-438-4081

第70回都民体育大会春季大会結果

今年の春季大会において、本市は次の成果を収めました。

□結果 卓球男子優勝、卓球女子準優勝、バドミントン女子5位

◆スポーツ振興課 保 ☎042-438-4081

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。

遺跡ミステリーツアー&ワークショップ
“遺跡めぐり”をして下野谷遺跡の宝物を探そう！

縄文時代の大集落、国史跡下野谷遺跡を地域の宝物として素晴らしい遺跡に育てるための意見交換会を開催します。参考となる近隣の遺跡の整備や活用の様子を見学し、下野谷遺跡の未来を一緒に考えませんか。

時 8月19日(土)午前8時30分～午後5時(予定)(移動:バス) ※雨天決行
□コース 集合 保谷・田無庁舎～近隣市の遺跡・博物館等～市施設(ワークショップ)～田無・保谷庁舎 解散
対 A:市内在住・在学の中学生
B:市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生はAに含む)
定 A・Bとも各15人程度(申込多数は抽選)
※昼食は各自で用意
申 8月1日(火)(必着)までに、はがきまたはEメールで、住所・氏名・年齢・学校名(在学の方)・電話番号を〒202-8555市役所社会教育課「遺跡ミステリーツアー」係へ
※詳細は市HPをご覧ください。



この遺跡はどこでしょう？
◆社会教育課 保 042-438-4079
✉syakyou@city.nishitokyo.lg.jp

天神社拝殿を市文化財に指定

天神社は、かつては三十番神を祭り「番神様」と呼ばれていました。明治政府の宗教政策により三十番神信仰が禁止されましたが、菅原道真を祭神とし天神社に改め、下保谷村の鎮守として今日に至っています。
拝殿は、天保5(1834)年の建築と推定され、市内に現存する木造建造物で年代が明らかになっているものの中でも有数の古さであり、一部改修が見られるものの、建築当初の姿を現在に伝えています。
また、拝殿の四方上部の小壁に施された波や竜の鍍金は、市内唯一であり、

幕末期の建築意匠を色濃く反映した貴重なものとなっています。
この指定により、市指定文化財は全部で50件となりました。
場 北町6-7-19
◆社会教育課 保 042-438-4079



献血のご協力をお願いします



輸血用血液の確保が厳しい状況が続いています。西東京市献血推進協議会による献血を実施しますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。
時 8月1日(火)午前10時～11時30分・午後1時～4時

場 田無庁舎1階ロビー
対 16～64歳(60～64歳の間にご協力実績がある方は69歳まで可)
◆健康課 保 042-438-4021

大好きです
西東京

市内の情報をお届けします

文化芸術編

祝！岡本侑也さん 第2位・イザイ賞 受賞

5月8日～6月3日にベルギーのブリュッセルで行われた「世界三大コンクール」の1つで世界的な演奏家への登竜門とされる「エリザベート王妃国際音楽コンクール」のチェロ部門で、青嵐中学校出身の岡本侑也さんが、堂々の第2位とイザイ賞を受賞しました！
岡本さんは決勝で、ドヴォルザークのチェロ協奏曲を演奏。
過去には、第25回(2014年度)新日鉄住金音楽賞フレッシュアーティスト賞などを受賞し、既に第一線で演奏活動を行い、数々のオーケストラと共演されています。
今後も皆さんの応援をお願いします。



◆文化振興課 保 042-438-4040

第17回 西東京市民まつり出店者説明会

今年度から、申込前に説明会を開催します。
衛生・安全面など重要な説明を行うため、
この説明会への参加が出店の必須条件となります(代理出席可)。

時 ①8月4日(金) ②8月7日(月)
いずれも午後6時
※出店内容に応じていずれかに参加
場 防災センター ※当日、直接会場へ
対 ①当日飲食物を扱わない方
②当日飲食物を扱う方・内容未定の方
※出店申込書一式は、説明会後～8月21日(月)(必着)に、文化振興課窓口(保谷庁舎3階)へ持参・郵送
※説明会会場でも受付します。
※出店要領・出店申込書・臨時出店届は文化振興課窓口・西東京商工会窓口・市HPで配布
※野外演芸などの参加者募集は8月1日号でお知らせする予定です。

◆市民まつり開催概要
時 11月11日(土)・12日(日)
場 西東京いこいの森公園
問 西東京市民まつり実行委員会事務局(文化振興課内)
◆文化振興課 保 042-438-4040



昨年も多くの方々が来場されました！

特殊詐欺根絶イベントin西東京

振り込め詐欺などの特殊詐欺根絶に向けたイベントが西東京市で開催されます。「自分は大丈夫。うちにはお金はないから」などと思っても被害に遭ってしまう振り込め詐欺。犯人たちの巧みな手口や、その対処法などを一緒に考えませんか。
時 7月29日(土)午後1時30分～3時30分
場 西東京市民会館
※当日、直接会場へ

内 特殊詐欺被害防止公演、クイズ、コンサートなど
定 400人(先着順)
※参加者全員に記念品贈呈
□共催 東京都・警視庁
◆危機管理室 保 042-438-4010



武蔵野女子学院中高吹奏楽部の皆さん

期間限定
コンビニで いこいなグッズ を販売！

市と(株)セブン-イレブン・ジャパンは昨年度、相互に連携を強化し、地域の一層の活性化と市民サービスの向上を目指し、「地域活性化包括連携協定」を締結しました。
この度、期間限定で市内のセブン-イレブン(一部店舗を除く)で西東京市マスコットキャラクター「いこいな」のグッズを販売します。
時 7月22日(土)～8月31日(木)
□取扱商品 めいぐるみ・ハンドタオル・リフレクターキーチェーン・干社札風ストラップ・マグカップ・ピンバッジ
※店舗により取扱商品が異なります。

□プレゼント
●いこいなグッズを購入された方のうち、各店舗先着10人に「いこいなうちわ」(非売品)
●めいぐるみを購入された方に、「いこいな紙袋」
◆企画政策課 田 042-460-9800



多摩六都科学館ナビ

夏の特別企画展 パズル島へようこそ！
～解ける？ 解けない？ パズルの不思議～

今年の夏はパズルがおすすめ！ 動物や浮輪など、楽しいパズルを紹介。あなたの好きなパズルを探してみよう！

時 7月15日(土)～9月3日(日)
※7月18日(火)と9月1日(金)は休館
場 多摩六都科学館 ※当日、直接会場へ
¥ 入館券(大人500円 子ども200円)
問 多摩六都科学館 042-469-6100

