



いこいな
©シンエイ/西東京市

広報
西東京市

やさしさと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

- 都営住宅の入居者募集…3
- 西東京市カードラリー2017…5
- 募集 よいもの発見!逸品めぐり…6
- わんぱく親子体操…8
- 平和映画会、非核・平和パネル展…8

No.412

平成29年(2017)

8/1

市役所代表 電話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 電話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/>



ママだから叶う夢がある!

子育てしながら理想のワークスタイルを



平成28年度からスタートした、女性の働き方サポート推進事業「ハンサム・ママプロジェクト」。これまでに延べ600人以上が参加し、起業を実現した方が誕生しています。

今年度はブランディングスクールや出店イベントなど、プログラムを拡充して実施中。9月から第2クールが始まります!

◆産業振興課 保 電話042-438-4041



ニット製品・アクセサリー販売
sachikoさん

私は大丈夫!と確認できる場所

仕事で落ち込んだ時にハンサム・ママの仲間に話すと失敗も笑い話になったり、「みんな同じ思いで頑張ってるんだ」と元気をもらえます。

わくわくしてすっかりハマっちゃいました!

産後、同じ環境の人と話したいと思い、交流会に参加。起業なんて夢のまた夢!と思っていたのにどんどん企画書が完成!? 近場で子連れで学べるなんてとっても魅力的です!



起業に向けて準備中
松王有紀子さん

◀7月11日にアスタで開催した出店イベント「ハンサム・ママフェスタ」

ハンサム・ママプロジェクトとは?

「理想の働き方」実現に向けて市が専属コーディネーターを配置。一人一人のステップに合わせ、伴走型による起業・就労のサポートを行っています。



育児中の起業は無理? いえいえ!

子育て中でも多彩な講座でしっかり学ぶことができました。親身な先生と魅力的な仲間と出会い、私も今年起業できました!

刺しゅう作品販売
MISAさん

仲間ができて視野が広がりました

一人で悩んでいたことを仲間と共有できるようになり、今後どうするべきか深く考えることが増えました。



ネイルサロン経営
椿谷咲子さん

悩みも志も同じだから居心地が良い

実用的な知識を楽しく学べる上、刺激や励みを共有でき、ともに成長できる仲間を作ることができました。



よもぎ蒸しサロン経営
吉田満恵さん

理想の働き方実現に向けて、ステップごとに支援

どのステップからでも参加できます

Step 1 導入

“働く”のある子育てライフをデザインしよう

子育てしながらの「自分らしい働き方」について考えます。不安や心配についての意見交換も。

Step 2 基礎

起業の種を育てよう!

地域の先輩ママ起業家の実例を交え、子育てしながら「起業」することについて学びます。

Step 3 専門

実用的な専門講座

「売上UP! イベント販売の接客・ディスプレイ技術」「女性個人事業主のためのやさしい税務の話」など、女性起業家から要望の高いテーマについて学びます。

交流・相談会

実務を学ぼう! 仲間をつくらう!

起業に関する課題について議論しながら学び、参加者同士の交流を深めます。

就労を考える方に

子育てしながらの就職

子育てをしながらの就職や、職場で働く上で役立つ心構えやスキルの習得を目指します。

さらに 今年度は、
3つの新サポート
が加わり充実のプログラムに!

- 1 おうち起業のためのブランディングスクール(3回連続講座)
- 2 専門コーディネーターによる個別相談
- 3 実践でステップアップ! 出店イベントHandsomenama Festa!



楽しみながら本気で学んでいます。ぜひ一度参加してみてください。

各講座・イベントの詳細、申込は専用 をご覧ください

handsomemama.com

ハンサムママ

検索





市からの連絡帳

8月は、市・都民税 普通徴収第2期の納期です。
納付には、便利な口座振替を
◆納税課 ☎ 042-460-9831

年金・届け出

高齢年金受給資格期間が120月に短縮

8月1日から法改正により、年金を受け取るために必要な期間が短縮されます。新たに年金の受給資格を得る方には、日本年金機構から年金請求書(黄色い封筒)が順次送付されています。年金請求書が届いたら、お近くの年金事務所または街角の年金相談センターなどで手続きしてください。

※手続き・相談は事前予約が必要

□予約の電話はこちらへ

●ねんきんダイヤル
☎ 0570-05-1165(050から始まる電話からは☎ 03-6700-1165)

●武蔵野年金事務所(予約専用)
☎ 0422-56-2445

平日午前8時30分～午後5時15分
※(月)は午後7時^{まで}、第2(土)は午前9時30分～午後4時

●街角の年金相談センター武蔵野オフィス(予約専用) ☎ 0422-50-0475

平日午前9時～午後5時15分

☎ 武蔵野年金事務所 ☎ 0422-56-1411

◆保険年金課 ☎ 042-460-9825

マイナンバーカード夜間窓口を開設

8月から第3・4(火)に、マイナンバーカードの申請受付とカード交付を行う夜間窓口を開設します。カードの申請がまだお済みでない方や、交付通知書が届いたのに、まだカードを受け取っていない方は、この機会をご利用ください。

□開設場所

●第3(火)：保谷庁舎1階市民課
●第4(火)：田無庁舎2階市民課

□受付時間

●申請…午後5時15分～8時
●交付(受け取り)…午後5時15分～7時

※交付場所(田無庁舎または保谷庁舎)は、住所に応じて個別に「交付通知書」に記載されます。当初と異なる場所での交付を希望する場合は、受け取り希望日の2開庁日前までに下記へご連絡ください。

持 □カードの申請 ●通知カード ●本

人確認書類^{*1} ●住基カード(お持ちの方のみ) ●顔写真(縦4.5cm×横3.5cm。最近6カ月以内に撮影されたもの)

□カードの交付(受け取り) ●通知カード ●本人確認書類^{*1} ●住基カード(お持ちの方のみ) ●交付通知書(はがき)

※¹ 本人確認書類は、下記のうち2点 官公署発行の顔写真付きのもの(運転免許証・パスポート^{など})・健康保険証・年金手帳・預金通帳・学生証などで、氏名と生年月日または氏名と住所が分かるもの

※マイナンバーカードの交付・申請手続きは、いずれも本人の来庁が原則です。※詳細は、市HPまたは下記へお問い合わせください(窓口申請の詳細は6月1日号に掲載)。

◆マイナンバー専用ダイヤル
☎ 042-460-9845

◆市民課 ☎ 042-460-9820
保 ☎ 042-438-4020

福祉・子育て

障害福祉課窓口到手話通訳者配置

各庁舎での手続き・相談などで、ぜひご利用ください。

□8・9月の配置日

●保谷庁舎…8月9日(水)、9月13日(水)
●田無庁舎…8月18日(金)、9月15日(金)

※いずれも午後1時～5時

配置日以外にも手話通訳者の派遣を行っています。詳細は、お問い合わせください。

◆障害福祉課 ☎ 042-438-4034
☎ 042-423-4321

児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届のご提出を

現況届は、手当受給者・その配偶者・扶養義務者の前年の所得・養育状況などを確認する書類です。

現在受給している方(所得超過による支給停止の方を含む)へ7月末にお知らせを送付しましたので、窓口で受給者本人が提出してください。

提出がない場合、8月以降の手当が支給停止となることがあります。

□児童扶養手当

申 8月1日(火)～31日(木)

□特別児童扶養手当

申 8月10日(水)～31日(木)

※詳細は、お問い合わせください。

◆子育て支援課 ☎ 042-460-9840

□所得限度額 ●[◎]心身障害者医療費助成・心身障害者福祉手当・自動車燃料費助成・タクシー料金助成・難病者福祉手当・重度心身障害者手当

税法上の扶養人数	障害者本人(20歳未満の方は扶養義務者 ^{など})	障害者本人
0人	360万4,000円	
1人	398万4,000円	
2人	436万4,000円	
3人	474万4,000円	
4人	512万4,000円	

●特別障害者手当・障害児福祉手当

税法上の扶養人数	障害者本人	配偶者および扶養義務者
0人	360万4,000円	628万7,000円
1人	398万4,000円	653万6,000円
2人	436万4,000円	674万9,000円
3人	474万4,000円	696万2,000円
4人	512万4,000円	717万5,000円

※各種控除後(手当・助成用の控除額)の金額で判定

くらし

旧泉小学校グラウンドの開放を終了

旧泉小学校校舎の解体工事開始に伴い、8月30日をもってグラウンドの開放を終了します。

□開放時間 8月30日までの(水)・(土)・(日) 祝午前9時～午後5時30分

申 当日、受付で住所・氏名などを記入 ※雨天など中止の場合あり

※団体利用は不可

◆管財課 ☎ 042-460-9812

わが家の耐震診断をしよう

建物の設計図を基に簡易耐震診断をし、指導・助言などをします。

時・場 8月19日(土)午前9時30分～午後0時30分・保谷庁舎1階

対 市内の地上2階建て以下の木造一戸建てで、自ら所有し居住している住宅 ※原則、昭和56年6月1日以前の建築

定 8人(申込順) ※1人40分程度

申 8月16日(水)までに電話で下記へ

□相談員 住みよい町をつくる会

◆住宅課 保 ☎ 042-438-4052

募集

市職員募集(平成30年4月1日付)

□試験区分 一般事務Ⅲ類^{など}

□試験案内 8月1日(火)から職員課(田無庁舎5階)・保谷庁舎1階総合案内・市HPで配布

申 8月1日(火)～21日(月)

※詳細は、市HP・試験案内で必ず確認してください。

◆職員課 ☎ 042-460-9813

保育園保育嘱託員

□資格 保育士

□人数 7人程度

※一部無資格者でも可能な職種あり

□任期 10月1日～平成30年3月31日

□募集要項 8月1日(火)～31日(木)に、

保育課(田無庁舎1階)・市内公立保育園(田無・そよかぜ・みどり・しもほうや・ひがしふしみ・ほうやちょう・芝久保を除く)・市HPで配布

※詳細は、募集要項をご覧ください。

◆保育課 ☎ 042-460-9842

健康づくり推進協議会市民委員

因 健康づくりに関する方策を総合的に協議・検討

□資格 市内在住・在勤・在学の18歳以上

□人数 4人

※ほかの審議会委員などとの兼任不可

□任期 10月から2年間

□会議数 年4回程度

□報酬 日額1万800円

申 8月1日(火)～21日(月)(必着)に、作文「健康都市をめざすまちづくり」(800字程度)に住所・氏名・電話番号・生年月日・職業・応募理由を〒202-8555市役所健康課へ郵送または持参(保谷保健福祉総合センター4階)

※選考後、結果を連絡。作文の返却不可

◆健康課 保 ☎ 042-438-4021

その他

生ごみ減量化処理機器などの購入助成金制度の終了

生ごみ減量化処理機器などの購入助成金制度は、助成枠に達しましたので、受付終了とさせていただきます。

◆ごみ減量推進課
☎ 042-438-4043

議員の寄附行為は禁止されています

議員は、選挙区内の方に対する次の行為が禁止されています。

市民の方が議員に対して実費を伴う行事や会費が必要な催しを案内する際には、会費を明示してください。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

□寄附行為^{など} ●お金や物の贈答 ●暑中見舞いなどの時候の挨拶状の送付(答礼のための自筆によるものを除く) ●地域の祭り・会合などへ差し入れ・祝い金・賛助金を出すこと

◆議会事務局 ☎ 042-460-9860

寄附

市政へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。

※読売センター(田無・田無第一・保谷東町・田無南部)様(新聞閲覧台10台)

※屋敷林の会・下保谷の自然と文化を記録する会 様(図書27冊)

◆管財課 ☎ 042-460-9812

心身障害者 各種手当・助成制度 申請と現況届

期限後も申請できますが、申請前にさかのぼっての制度適用はありませんので、今回新しく対象になると思われる方は申請してください。

◆各種手当・助成制度の申請

●[◎]心身障害者医療費助成制度…9月29日(金)^{まで}

●各種手当・助成制度…8月31日(木)^{まで}(重度手当は11月中)

※障害程度・年齢制限など各種要件あり

◆現況届の提出

下記手当の受給者に現況届を送付しますので、提出してください。

●重度心身障害者手当…8月31日(木)^{まで}
●特別障害者手当^{など}…9月11日(月)^{まで}

心身障害者タクシー料金助成の申請(継続)

従来のタクシー利用券の有効期限切れに伴い、新しいタクシー利用券を交付します。

※従来の利用券は使えませんが、未使用分は返却してください。

時 7月31日(月)～8月31日(木)

※期間以降は、申請した月分からの助成となります。

場 障害福祉課(両庁舎1階)

対 身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度の方

持 ●身体障害者手帳または愛の手帳

●申請書(対象者に送付済み)

●障害者本人の認め印(代理人が申請する場合はその方の認め印も)

心身障害者自動車燃料費の請求

時 8月7日(月)～31日(木)

場 障害福祉課(両庁舎1階) ※郵送可

対 ①身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度・脳性まひ者(児)・進行性筋萎縮症の方で運転する同居の家族がいる方 ②身体障害者手帳1～4級で自ら運転する方

持 ●現況届兼請求書(対象者に送付済み)

●障害者本人の認め印(代理人申請の場合はその方の認め印も)

●車検証のコピー

●運転免許証のコピー

●障害者本人の振込先口座(20歳未満の場合は保護者の口座可)

●請求対象期間内*に給油した際の領収書などの原本

※2～7月(この間に新たに認定申請をした方は、認定申請日～7月)

◆障害福祉課 保 ☎ 042-438-4035



URとの連携協力に関する協定

西東京市と(独)都市再生機構(UR都市機構)は、7月31日に「ひばりが丘パークヒルズ団地における連携協力に関する協定」を締結しました。本協定により、ひばりが丘パークヒルズ団地(ひばりが丘3丁目)において、両者が連携協力し、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちの実現を目指します。

◆企画政策課 ☎042-460-9800

ふるさと納税お礼の品

- お礼の品追加
「西東京市産果物コース」(数量限定)が追加されました。詳細は市HPをご覧ください。
- お礼の品贈呈対象の変更
総務大臣通知を受け、平成29年10月1日のご寄附より下記のとおりお礼の品贈呈対象を変更します。
- 対市外に住所を有する個人
- ◆秘書広報課 ☎042-460-9803

パブリックコメント 結果 募集結果をお知らせします

事案名 西東京市個人情報保護条例等の改正
◆総務法規課 ☎042-460-9811

【公表日】 8月1日(火) **【募集期間】** 6月1日～30日 **【意見件数】** 0件
ご意見はありませんでした。

都営住宅の入居者募集

- ◆東京都直接募集
 - 家族向け(ポイント方式)…1,290戸
 - 単身者向け・単身者用車いす使用者向け・シルバーピア…277戸
 - 事業再建者向け定期使用住宅…10戸
- 案内・申込書配布
 - 時 8月1日(火)～9日(水)(平日のみ)
 - 場 田無庁舎2階ロビー・保谷庁舎1階総合案内・出張所
 - ※都庁・区市町村窓口・問でも配布
 - ※申込書などは、募集期間中のみ問のHPからもダウンロード可
 - 申 8月15日(火)(必着)までに、申込書
- を渋谷郵便局へ郵送
 - 問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター(案内配布期間中 ☎0570-010-810、それ以外 ☎03-3498-8894)
- ◆西東京市地元募集
 - 単身者向け…3戸
- 案内配布
 - 時 8月23日(水)～31日(木)(平日のみ)
 - 場 田無庁舎2階ロビー・保谷庁舎1階総合案内・出張所
 - 申 9月5日(火)(必着)までに、〒202-8555市役所住宅課へ郵送
 - ◆住宅課 ☎042-438-4052

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) 午前8時30分～午後5時

- 専門相談(申込制) ※1枠30分(人権・身の上相談は1時間)
- 申込開始 8月4日(金)午前8時30分(★印は、7月20日から受付中)
- 申込方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話
- ※申込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 ☎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	8月10日(木)・17日(木)・18日(金)午前9時～正午
	保	8月8日(火)・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	9月7日(木)
	保	8月24日(木)
交通事故相談	田	★8月9日(火)
	保	8月23日(水)
税務相談	田	★8月4日(金)
	保	8月18日(金)
不動産相談	田	★8月17日(木)
	保	★8月10日(木)
登記相談	田	★8月10日(木)
	保	★8月17日(木)
表示登記相談	田	★8月10日(木)
	保	★8月17日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	★8月14日(月)
行政相談	田	★8月18日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	保	9月8日(金)

傍聴 審議会など

- 文化財保護審議会
 - 時 8月2日(水)午前10時～正午
 - 場 保谷庁舎3階
 - 内・定 西東京市の文化財保護・5人
 - ◆社会教育課 ☎042-438-4079
- 男女平等推進センター企画運営委員会
 - 時 8月25日(金)午後7時
 - 場 住吉会館ルピナス
 - 内・定 男女平等参画推進事業ほか・3人
 - ◆協働コミュニティ課 ☎042-439-0075

りさいくる市

時 8月6日(日)午前9時～正午
場 エコプラザ西東京

会場で、右記の資源品を無料で回収します。受付までご持参ください。
※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、地元産の野菜の販売、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

プラスチック製品	バケツ・ポリタンク・プランター・かご・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・自作品は回収不可
都市鉱山からつくる! みんなのメダルプロジェクト	携帯・スマホ、電子辞書・カーナビ、デジカメ・ビデオカメラ、携帯音楽(CD・MDを含む)プレーヤー、携帯ゲーム機、ACアダプターなどのコード類

※メダルプロジェクトは、ごみ減量推進課窓口でも随時受付

「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 9月3日(日)午前9時～正午
場 田無庁舎市民広場

- 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 65区画(1区画約3.5m)
- ※出店場所の選択は不可
- 申 8月10日(水)(消印有効)までに、往復はがきで参加者全員の氏名、代表者

の住所・年齢・電話番号、出店物(衣類・雑貨など)を下記へ(1世帯1通。申込多数は抽選)
※飲食物・動植物などの販売は不可

◆ごみ減量推進課
〒202-0011泉町3-12-35
☎042-438-4043

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

8月の薬湯～ハッカ湯～

時 8月6日(日)
場 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ

- ※小学生以下…入浴無料(保護者同伴)
- 問 西東京市公衆浴場会
庚申湯 ☎042-465-0261

創業者&経営者向け金融セミナー

中小企業診断士が、事業資金調達の方法などについて講義します。

時 8月8日(火)午後6時30分～8時30分
場 イングビル

- 対 創業を目指す方・経営者
- 定 20人(申込順)
- 問 西東京商工会 ☎042-461-4573

複式簿記講習会(全8回)

簿記3級程度の知識習得を目指す、税理士による講習会です。

時 9月5日～28日(火)・(木)午前10時～正午(車での来所はご遠慮ください)

- 定 30人(申込順)
- 持 電卓・筆記用具
- 申 8月4日(金)から電話で問へ
- 場・問 (一社)東村山青色申告会(東村山市) ☎042-394-4523

三鷹の森ジブリ美術館 抽選でご招待

時 9月30日(土)(午前10時・正午・午後2時・4時)

- 対 西東京・武蔵野・小金井・調布・府中・三鷹市に在住の方
- 定 600組(4人1組) ※1人での申込み可
- 申 8月16日(水)(必着)までに、はがきで代表者の住所・氏名・年齢・電話番号、入館者全員の氏名・年齢、希望入館時間

を問へ
※当選者には9月中旬に招待状を送付。抽選結果の返信を希望する場合は、往復はがきで申込(電話での当否確認は不可)
※3歳以下は人数に含みません(名前・年齢をご記入ください)。
※同一グループによる複数枚の申込や記載事項に不備がある場合は無効

問 〒181-8555三鷹市役所スポーツと文化部芸術文化課
☎0422-45-1151(内線2912)

FC東京「AJINOMOTO Day」親子ペアでご招待!

試合観戦のほか、イベントも多数企画!

時 9月9日(土)午後7時
FC東京 対 セレッソ大阪(ホーム自由席)
場 味の素スタジアム(飛田給駅)

- 対 市内在住の小学生親子ペア
- 定 200組400人(申込多数は抽選)
- 申 8月20日(日)までに、fctokyo3@jm.mdに空メールを送信し、自動返信されるURLから必要事項を入力(1組1通まで)
- チケットのお渡し 8月25日(金)以降に結果をメールで通知します。
- ※発券手数料は当選者負担
- 問 FC東京 ☎03-3635-8960

職員募集

申込方法など詳細は各問へ(HPあり)

- 社会福祉協議会 臨時職員
- 対 社会福祉士等あれば望ましい
- 申 8月10日(水)まで
- 問 社会福祉協議会 ☎042-438-3776
- 柳泉園組合 職員(4月1日付)
- 対 高卒以上で25歳以下の方
- 申 8月16日(水)～24日(木)
- 問 柳泉園組合 ☎042-470-1545



健康ひろば



市の花 ひまわり

記入例	A 往復はがき・Eメール	B はがき・Eメール	C 往復はがき・Eメール	D はがき
【はがき宛先】 〒202-8555 市役所健康課 ※往復はがきの返信用には、住所・氏名を記入	【野菜たっぷり食育講座】 申込 ①住所 ②氏名 ③生年月日 ④電話番号	【ファミリー学級】 申込 ①第6コース ②夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日・年齢 ③住所 ④電話番号 ⑤出産予定日・病院名 ⑥パパの参加予定日(例)両日、2日目の。	【離乳食講習会】 申込 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子どもの生年月日 ⑦電話番号	【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・転入等) ※保険変更の場合は資格取得日を記入

一般

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
◆健康課 保 042-438-4037			
野菜たっぷり食育講座 【韓国料理をつくろう】実習・試食	9月28日(休)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(必着)：8月16日(休)
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 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。	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	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(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)
	8月25日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター		
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
女性のボディケア講座 腹筋・骨盤まわり編	8月17日(休)午前10時～11時 保谷保健福祉総合センター	市内在住で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
からだとの健康相談 【保健師による面接相談】	8月9日(水)午後1時30分～3時30分 田無総合福祉センター	市内在住の方/2人	8月4日(金)までに電話
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・育児参加方法等】	第6コース：9月1日(金)・30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)/30組 対象出産予定月：12月・1月	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)：8月4日(金)～18日(金)

子ども

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	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】	9月20日(水)午後1時15分～3時 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	往復はがき・Eメール(記入例C) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効)：9月1日(金)
◆教育支援課 保 042-438-4074			
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】	8月4日(金)午後1時30分～5時 教育支援課(保谷庁舎4階)	5～12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	8月1日(火)～3日(休) 午前9時～午後5時に電話

健康ガイド

40歳以上の方へ

■特定・一般健康診査が始まっています
※年齢は平成30年3月31日時点

□健診期間 7月3日(月)～12月20日(水)
【西東京市国民健康保険(40～74歳)
または後期高齢者医療保険に加入の方】

□受診方法 対象者に受診券を送付しました。詳細は、同封の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 12月13日(水)(消印有効)までに、次のいずれかの方法で

- 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D)

◆健康課 保 042-438-4021

■喉頭がん検診 継続受付中

□検診期間 8月1日(火)～11月30日(休)
対 40歳以上で特に喫煙する方
¥600円

□申込期限 11月17日(金)(申込順)
※順次受診券を送付
※詳細は、健康事業ガイドまたは市HPで

◆健康課 保 042-438-4021

■5歳児歯科健康診査

7月末に対象者へ個別通知しました。歯科の指定医療機関で受診してください。

時 8月1日(火)～10月31日(火)
内 歯科健診・相談、歯科保健指導、必要に応じてフッ化物塗布

対 平成24年4月2日～翌4月1日生まれ
※詳細は、個別通知をご覧ください。転入などの方はご連絡ください。

◆健康課 保 042-438-4037

40～74歳で西東京市国民健康保険以外の医療保険に加入している方へ

特定健康診査は、加入している医療保険者(健保組合・保険組合・共済組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施しています。受診方法は、保険証に記載の保険者へお問い合わせください。

※受診券の契約取りまとめ機関名に[集合B]の記載があれば、市内の健診実施医療機関で受診可

□受診期間 7月3日(月)～12月20日(水)
問 西東京市医師会
☎042-421-4328

骨髄移植ドナー支援事業がスタート

骨髄移植・末梢血管細胞移植を提供した方(ドナー)や、ドナーの方を雇用している事業主に対して、奨励金を支給する制度を開始しました。平成29年4月以降に完了した骨髄などの提供が支給の対象となります。詳細は市HPをご覧ください。

◆健康課 保 042-438-4021

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	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	8月の輪番制(診療所)はお休みです。	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
11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		
13日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640		

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	三浦歯科医院 ひばりが丘北4-5-17 ☎042-422-1870	12日 篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎042-461-5323
11日	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 ☎042-461-1100	13日 パンダ歯科クリニック 田無町4-4-15 宮田ビル2階 ☎042-465-6480
	保谷歯科医院 住吉町6-4-2 ☎042-423-4182	14日 仲川歯科医院 ひばりが丘北2-8-15 ☎042-422-5450

電話相談

医療相談(西東京市医師会)
8月の相談はお休みです ☎042-438-1100

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 ※11日(祝)を除く ☎042-466-2033



今年も やってきた!

開催期間 **8月19日(土)** ~ 11月12日(日)

参加費 無料

いこ 憩いのまち **西東京市 カードラリー 2017** **Go! Go!**

これまで約9,000人が参加したカードラリー、今年夏から開催します。クイズカードやツイッター連動などさらにパワーアップしました。カードは全部で30種類。集めて、バトルして、楽しもう! さあ、西東京市の魅力を見つけに行きましょう!

◆産業振興課 保 042-438-4041

西東京市を 知って 楽しむ 旅に出発しよう! 参加方法

ステップ 1 スタートカードとガイドブックをGETしよう!

スタートカード

カードラリーガイドブック

※一部イベント会場などでも配布

もらえる場所(午前9時~午後5時) ●田無駅 ●西武柳沢駅 ●東伏見駅 ●ひばりヶ丘駅 ●保谷駅
※田無駅は9月4日(月)から配布

ステップ 2 カードがもらえるスポットへGo!

ガイドブックに載っているカードがもらえる場所に行き、スタートカードを見せて、カードをGET!

所定のスポットでオリジナルカードホルダーをプレゼント!

はいどうぞ!

カードGET!

ステップ 3 ゴールカードを市民まつりでGETしよう!

集めたカードを10種類以上持って参加すると、いこいなキラキラカードがもらえる!

GOAL ?

西東京市民まつり 11月11日(土) 12日(日)

場 西東京いこいの森公園 カードラリーブースでGET!

さらに抽選でグッズをGET 詳細はガイドブックを見てね

★姉妹・友好都市賞★

北杜市 増富の湯 下郷町 大内宿 勝浦市 かつらう海中展望塔 各種施設利用券

★いこいな賞★ ★西武鉄道トレイン賞★ ★シズン賞★ ★ざっくろ賞★

親子で大興奮! 楽しいコメント続々!!

市内在住 30代 女性
子どもがカードを受け取るとき、自ら「こんにちは」「ありがとう」など、進んで言えるようになりました。

市内在住 30代 男性
子どもに良いパパをアピールできました。

市内在住 40代 男性
長く住んでいるのに知らないスポットがたくさん。西東京市の魅力を再発見しました!

市内在住 10代 女性
かぞくてたのしかったです。

市内在住 8歳 男性
バスのカードがあるといいな。

今年もツイッターと連動するよ!!

#西東京市カードラリー

カードラリーの参加方法やイベント内容の詳細は... **西東京市カードラリー** で 検索





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。

子どものための地域を知る講演会 田無村の半兵衛さんと村人たちの世界

市内の歴史を研究している方が江戸時代に田無村に住んでいた村人たちの暮らしを、分かりやすい事例と図書館の資料で解説します。
時 8月18日(金)午後1時30分～2時30分
場 中央図書館

対・定 小学4年生～中学生・30人(申込順)
 ※高校生以上・大人の方の見学や付き添いも要申込
申 8月2日(水)午前10時から、下記へ来館または電話
 ◆中央図書館 ☎ 042-465-0823



赤ちゃん集まれ～♪

地域子育て支援センターでは、毎月赤ちゃんと保護者が気軽に楽しめるつどいを行っています。ぜひご参加ください！
対 8カ月までの乳児と保護者、妊婦
時 午前10時～11時30分
 ※センターひがしのみ午後1時45分～3時
 ※センター以外でも市内各所で開催(詳細は市HPをご覧ください)

□赤ちゃんのつどい日程(8・9月)

会場(同保育園内)	日程
センターすみよし	8月30日(水)、9月22日(金)
センターけやき	8月25日(金)、9月22日(金)
センターやぎさわ	9月8日(金)
センターなかまち	9月8日(金)・22日(金)
センターひがし	9月4日(月)

◆保育課 ☎ 042-460-9842

親子で野菜づくりにチャレンジ みんな集まれ！畑の学校！



まちの畑で、カブと大根を育てます。市内で育った野菜を味わってみましょう！親子で市内の農業の魅力を体験してください。
時 種まき：9月2日(土) 収穫：10月28日(土)
 ※いずれも午前9時～11時
場 農のアカデミー体験実習農園(北町4-8)
対・定 市内在住の小学生までの親子・20組(作付は1組2人分を用意)

※申込多数は抽選
持 帽子・軍手・飲み物・タオル
申 8月15日(火)(必着)までに、往復はがきで事業名・住所・参加者(親子)の氏名と年齢・電話番号を〒202-8555市役所産業振興課へ
 ◆産業振興課 ☎ 042-438-4044



第17回 少年野球大会

大会で日頃の成果を発揮しませんか。※西東京市軟式野球連盟少年部に所属していないチームは要申込
時 9月17日～10月1日(土)・(日)・(祝) ☎
場 市民公園グラウンド・ひばりアム ☎
対 市内在住・在学の小学生で、リトル・ポニーの各リーグに所属していないチーム(1チーム10人以上20人以内)

申 8月18日(金)までに、所定の申込書を☎へ郵送・ファクスまたは持参
□責任者会議・組み合わせ抽選会
時 9月2日(土)午後6時
場 スポーツセンター
☎ NPO法人西東京市体育協会 ☎ 042-425-7055・☎ 042-439-3395
 ◆スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

犯罪から子どもを守りましょう



夏休み中は、子どもたちが公園など野外で遊ぶ機会が多くなり、大人の目が行き届きにくくなります。子どもたちが犯罪に巻き込まれないように、子どもと一緒に次のことを確認しておきましょう。
 ●声を掛けられてもついて行かない
 ●外で一人では遊ばない
 ●外出時は行き先や帰宅時間を伝える

●遊びに行く時も防犯ブザーを持つ
 また、子どもが一人きりになる時間をなくしたり、自宅周辺の危険な場所を確認するなど、大人が犯罪の起きにくい環境を作ることも大切です。地域の方で子どもの安全・安心を守りましょう。
 ◆危機管理室 ☎ 042-438-4010

ハクビシンによる被害

屋根裏にハクビシンがいる、庭の果物を食べられたという相談が市に寄せられています。鳥獣保護法により一般市民による捕獲は許可されていません。屋内への侵入、営巣被害がある場合は専門の業者を紹介します。また、ハクビシン・アライグマの目撃情報を募集しています。市内で見かけたらご連絡ください。
 ◆環境保全課 ☎ 042-438-4042



東京都環境局 提供

募集 西東京市一店逸品事業 第5弾



よいもの発見! 逸品めぐり

～サービス・ものづくり業など
食品関係以外の業種対象～

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、これまで4回の認定で110品以上の商品を認定しました。このたび、第5弾としてこだわりのある自慢の逸品を募集します。
 ※第2弾で認定済み逸品の再申込み可

□募集期間 10月27日(金)まで
□認定テーマ
 「サービス・ものづくり 自慢の逸品」
 ●市の認知度を向上させるもの
 ●手作りやオリジナル性の高い、こだわりの感じられる自慢の逸品であること
□応募方法
① 市内で事業を営む方からの自薦
 専用の申込用紙を☎へ提出
 ※応募には参加基準を満たしている必要があります。詳細は、専用HPまたは

は☎へお問い合わせください。
② 市民の皆さんからの推薦
 気に入っている商品(物品販売業・サービス業・ものづくり業など)のお店を、専用HPまたは☎へ推薦してください。推薦されたお店に、事業への参加意向を確認します。
☎ 西東京商工会(イングリッド内) ☎ 042-461-4573
西東京市の一店逸品
 ◆産業振興課 ☎ 042-438-4041



ようこそとしゃかんへ 8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(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 9・23日(水)午後3時30分/3歳児から

中央 ☎ 042-465-0823
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝 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(水)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
- おはなし会 3・10・17・31日(水)午後3時30分/3歳児から
- 蚊帳の中のおはなし会 24日(水)午後3時30分/3歳児から

柳沢 ☎ 042-464-8240
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝 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
- 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)午後3時30分/3歳児から

保谷駅前 ☎ 042-421-3060
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝 午前10時～午後6時

- 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
- おはなしのへや 5・26日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生

ひばりが丘 ☎ 042-424-0264
 火～金 午前10時～午後8時
 土・日・祝 午前10時～午後6時

- ちいさなおはなしひろば 4・11・25日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろばサタデー 12日(土)午前11時/3歳児から
- おはなしひろば 2・16日(水)午後4時/3歳児から

児童館・児童センターとの共催行事

- はじめてのページ 3日(水)午前11時/下保谷児童センター

芝久保 ☎ 042-465-9825
 火～日 午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 9日(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 3・17・24日(水)午後4時/3歳児から

休館日
 7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、18日(金)休館
 ※芝久保・谷戸図書館は、11日(水)休館

危険外来生物ヒアリに注意!

南米原産の攻撃性の強いヒアリが、東京港の大井ふ頭で発見されました。ヒアリの毒にはハチ毒と共通成分が含まれるため、過去にハチに刺された方でハチ毒アレルギーをお持ちの方は特に注意が必要です。
□症状 激しい痛み・水疱状の腫れ・かゆみを伴う発疹など

□刺されてしまったら
 20～30分程度安静にし、症状がなくても医療機関を受診してください。症状が悪化する場合は、すぐに救急医療機関で診察・治療を受けてください。
 詳細は市HPをご覧ください。
 ◆環境保全課 ☎ 042-438-4042



イベント NEWS

もっと知ろう！ 楽しもう！

「ひばりが丘さくらの道公園」開園式典

8月8日(火) 午前10時
同公園(ひばりが丘3-2)

地域の方々と一緒に考え、そのアイデアを取り入れて整備しました。園内にはさまざまな運動やストレッチのできる健康遊具、全長約30mの足つぼ歩道、アスレチック遊具などがあり、サクラ・ケヤキ・ツツジなどが観賞できます。式典後、全面開園します。
◆みどり公園課 ☎042-438-4045

おおぞら公園 桜の老木の安全管理

①8月19日(土) 午前9時30分～午後0時30分
新町福祉会館
②9月2日(土) 午後1時30分～4時30分
おおぞら公園

上記公園の桜は老木が多く、伐採も想定した安全管理を行う必要があるため、市民の皆さんとの話し合いを行います。
内 公開樹木診断・ワークショップなど
対・定 両日参加できる方・30人(申込順)
持 帽子・飲み物
申 電話・Eメールで下記へ
◆みどり公園課 ☎042-438-4045
☒kouen@city.nishitokyo.lg.jp

市役所の仕事を知ろう！ 1 DAYインターンシップ

8月23日(水) ●午前10時
●午後1時 ●3時15分(3回実施)
田無庁舎2階

対・定 大学3年生、大学院1年生、短大・専門学校1年生・各回30人(申込順)
申 市HPをご確認のうえ、早めにお申し込みください。
◆職員課 ☎042-460-9813

人権バスハイク 国立ハンセン病資料館・国立療養所多磨全生園見学会

8月24日(木) 午後0時30分～4時50分
集合・解散：田無庁舎または保谷庁舎

国立ハンセン病資料館と映画「あん」のロケ地となった国立療養所多磨全生園を見学します。ハンセン病問題を通して、人権について考えてみませんか。親子参加大歓迎！
内 資料館展示物の見学・ビデオ鑑賞、全生園の史跡めぐりなど

対・定 市内在住・在勤・在学の小学校高学年以上・25人(申込多数は抽選)
※小学生は必ず保護者同伴
※保護者は1人、子どもは2人まで
申 8月14日(月) (必着) までに、往復はがき・Eメールで住所・氏名・年齢(学年)・性別・電話番号・学校名または勤務先(在勤・在学のみ)・希望の集場所を ☎202-8555市役所協働コミュニティ課「人権バスハイク」係へ
◆協働コミュニティ課 ☎042-438-4046・☒kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

生き物観察とモノづくりにチャレンジ

8月27日(日) ①午前9時30分～11時 ②午後1時～3時30分
西東京いこいの森公園(雨天は屋内)

①いこいの森の木の実クラフト
生き物に詳しいパークレンジャーと一緒にいこいの森公園を探検して、木の実を使ったクラフトに挑戦しよう！
対 小学生以上(3年生以下は保護者同伴)
②みて、さわって、つくる！ 樹名板づくり講座
いこいの森の雑木林についてパークレンジャーから学んだ後、樹名板(樹木の名札)を作って雑木林の樹木に取り付けます。
対 小学4～6年生
□共通
定 各30人(申込順)
持 帽子・飲み物
申 電話または直接 ☎へ
☎西東京いこいの森公園パークセンター ☎042-467-2391
◆みどり公園課 ☎042-438-4045



第2回健康セミナー 体力測定をして自分の体力を知ろう

9月1日(金) 午後1時～2時30分
スポーツセンター

ご自身の体力を再確認し、今後の健康・体力づくり、そして生活習慣を見直しませんか。
内 体力測定の結果を基にからだづくりのアドバイス
対・定 50歳以上の普段運動をしない方・体力に自信のない方・30人(申込順)
申 8月4日(金)から、スポーツセンター・総合体育館・きらっとの窓口または電話 ☎きらっと ☎042-451-0555
◆スポーツ振興課 ☎042-438-4081

地域に飛びだせ！ パパ講座 パパと作っておいしい、 パパ子料理講座

9月3日(日) 午前10時～午後1時
消費者センター分館

パパと子どもで協力して、おいしい料理を作ります。
定 親子12組 ※保育あり：生後6カ月以上の未就学児・15人(申込順)
講 滝村雅晴さん(日本パパ料理協会)
¥1組1,000円(材料費)
申 8月1日(火)午前9時から、電話・Eメールで件名「パパ講座Ⅲ」・住所・氏名・電話番号・保育の有無を下記へ
◆男女平等推進センター ☎042-439-0075・☒kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

完璧な親なんていない ノーバディーズ・パーフェクト

9月7日～10月12日の毎週(木)
午前10時～正午(全6回)
住吉会館ルピナス

カナダ発祥の参加者中心の親支援プログラムで、自分や子育ての振り返りをしながら自分らしさを見つけます。
対・定 乳幼児(6カ月～3歳)の親・10人 ※保育あり：生後6カ月以上の未就学児・15人(申込順)
講 NPO法人ワーカーズコレクティブ ちろりん村
申 8月1日(火)午前9時から、電話・Eメールで件名「ノーバディーズ」・住所・氏名・電話番号・保育の有無を下記へ
◆男女平等推進センター ☎042-439-0075・☒kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

東京都共催 おうちで実践！ 暮らしに役立つ片付け術

9月8日(金) 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

話題の整理収納アドバイザーが、片付け部屋の作り方を紹介します。片付けにお悩みの方、ぜひこの機会に快適な住まいづくりをしてみませんか。
対 市内在住・在勤・在学の方
定 50人(申込多数は抽選)

講 中山真由美さん(整理収納アドバイザー)
申 8月18日(金)(必着)までに、往復はがき・ファクス・Eメールで件名「お片付け」・住所・氏名・電話(ファクス)番号を ☎202-8555市役所協働コミュニティ課へ
◆協働コミュニティ課 ☎042-438-4046・☒kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

救命講習市民大会

9月9日(土) 午前9時～正午
防災センター

大切な家族や友人が目の前で倒れてしまったら…。その命を救うため、救急車到着までにできることがあります。この機会に応急手当を学びませんか。
内 心肺蘇生法・AED取扱方法・止血法
定 60人
¥1,400円(初講習)・1,200円(再講習)
申 9月8日(金)までに ☎へ
※認定証の当日交付は9月3日(日)受付分まで
☎西東京消防署 ☎042-421-0119(内線380)
◆危機管理室 ☎042-438-4010

高齢者大学単科講座 自分でできる、 カラダのゆがみ改善

●前期：9月13日～10月11日
●後期：10月18日～11月15日
の毎週(水)
午前9時30分～11時(各5回)
住吉老人福祉センター

ゆがみを自分で正していく方法を理論と実技を通して身に付けます。
対・定 市内在住60歳以上で、全日出席できる方・各30人(申込多数は抽選)
申 8月12日(土)(消印有効)までに、往復はがきで希望期・住所・氏名・年齢・電話番号を ☎の「カラダのゆがみ改善講座」係へ
※医師より運動制限の指示がある方は、相談のうえお申し込みください。
※はがき1枚につき1人。前期・後期のいずれか1講座のみ
☎社会福祉協議会 ☎202-0013中町1-6-8・☎042-438-3773
◆高齢者支援課 ☎042-438-4029

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。

第17回 西東京市民まつり出演者募集

◆パレード

時 11月12日(日)午前10時30分～11時30分(予定)
場 ひばりヶ丘駅南口～会場(西東京いこいの森公園)

◆野外演芸

時 11月11日(土)午前10時～午後4時・12日(日)午前9時～午後3時30分
場 野外特設ステージ、パフォーマンス・ストリート
対 主に市内で活動する市内在住・在勤・在学の個人・団体
□申込期限 8月25日(金)(必着)
申 各参加申込書を、ファクス・Eメール・郵送または直接 ☎へ

※野外演芸は申込状況により、参加希望日時に沿えない場合あり
※各実施要領・参加申込書は文化振興課(保谷庁舎3階)・市HPで配布
☎市民まつり実行委員会事務局 ☎202-8555市役所文化振興課内
◆文化振興課 ☎042-438-4040
☒042-438-2021・☒bunka@city.nishitokyo.lg.jp



野外ステージでのパフォーマンス

ひろみち
お兄さんの

木んぼく親子体操



親子体操とは、親子でコミュニケーションやスキンシップを取りながら、基本的な体力要素を全て含む内容で、小さなスペースでもできる楽しい体操です。

時 9月2日(土)午後3時～4時

場 総合体育館

対 市内在住の3～6歳の未就学児と保護者

定 300人(申込順)

※親子参加型のイベントのため見学のみの参加は不可

持 動きやすい服装・タオル・飲み物・上履き

申 8月18日(金)までに、Eメールで件名「親子体操」・参加者の氏名・年齢・性別、住所・電話番号を下記へ

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

※詳細は市HP・児童館で配布のチラシをご覧ください。

◆児童青少年課

☎042-460-9843

✉jidou@city.nishitokyo.lg.jp

佐藤 弘道
さん



「親子体操」には、子どもの筋力や柔軟性のほか、全身をバランスよく育てる要素が盛り込まれています。さらに子どもと一緒に体を動かすことで、保護者の育児ストレスが解消され、生活全般における肯定的な感情や、子どもに対する愛情が強くなるといわれています。

プロフィール

1968年生まれ。東京出身。
日本体育大学体育学部卒業。
1993年4月よりNHK教育番組「おかあさんといっしょ」10代目体操のお兄さんなど合計15年間教育番組に出演。
2015年9月より「体験の風をおこそう」応援団に就任。



市は、子育て家庭を地域全体で支えるとともに、保護者同士の仲間づくりや子育ての喜びを共有できるまちづくりを目指します。

この機会を 平和について考えるきっかけ にしてみませんか。

夏休み平和映画会

戦争の悲惨さ、核兵器の恐ろしさ、平和の大切さを伝えるため、「夏休み平和映画会」を開催します。

■上映作品

「この世界の片隅に」

第2次世界大戦下の広島・呉を舞台に、大切なものを失いながらも前向きに生きようとするヒロインと、彼女を取り巻く人々の日常をいきいきと描くアニメーション作品。監督・脚本：片淵須直 原作：この史代 声の出演：のんほか



©この史代・双葉社/「この世界の片隅に」製作委員会

時 8月26日(土)午後1時30分(1時開場)

※当日の午前11時から西東京市民会館で入場整理券を配布

場 西東京市民会館

※当日、直接会場へ

内 ●「忘れてはいけない記憶～西東京市にもあった戦争～」上映

●「広島平和の旅」参加者報告会 ※映画上映前に上記イベントを実施します。

●映画「この世界の片隅に」上映



詳細は7月15日号1面に

非核・平和パネル展

本市の空襲の被害、今も残る戦争の遺跡や資料のほか、広島・長崎の原子爆弾の被害の様子をパネルで紹介します。

□展示内容

- 西東京市戦災パネル
- ヒロシマ・ナガサキ被爆の実相などに関するポスター
- 平和と学びポスター
- 1t爆弾模型
- 原爆模擬爆弾の資料

時 8月4日(金)～10日(休)午前10時～午後5時(最終日は2時まで)

□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 ☎042-438-4046

場 アスタセンターコート

□常設展示

①●西東京市戦災パネル

●1t爆弾模型の展示

場 西東京市民会館

※8月31日(木)まで(休館日を除く毎日。以後不定期)

②戦争の遺品の展示

場 田無庁舎2階展示コーナー



詳細は7月15日号1面に

多摩六都科学館ナビ

お盆限定プラネタリウム

星を見に行こう 西武鉄道星空の旅

皆様のご要望にお応えして、期間限定で再登場！西武鉄道に乗って星空観察の旅に出掛けてみませんか？大型ドームで見る運転席からの景色をお楽しみください。

※平成28年11月～翌年1月と同じ内容です。

時 8月11日(祝)～15日(火)午後5時45分～6時30分

定 234人 ※小学2年生以下は保護者同伴

料 観覧付入館券 1,000円(4歳～高校生 400円)

場・問 多摩六都科学館 ☎042-469-6100

8月の展示室開館時間：午前9時30分～午後5時30分

※入館は4時30分まで ※8月中は毎日開館



スタンプ常設

ロフト・サイエンス・コラム39

伝統的七夕をご存じですか？

七夕といえば7月7日で、もう過ぎてしまっていると思われる方が多いでしょう。しかし、今と昔では使っていたカレンダー(暦)が違うので、昔(旧暦)の7月7日を今の暦に直すと今年は8月28日になり、旧暦の七夕を「伝統的七夕」と呼んでいます。

伝統的七夕のころには梅雨も明け、「おり姫星」と「ひこ星」が頭上高くに昇り、見やすくなります。

七夕の星を探す目印は「夏の大三角」。8月28日夜8時ごろに天頂(頭の真上)付近の明るい星3つを結んで大きな三角形を作りましょう。3つの星の中で一番明るいのが「こと座」のベガ(おり姫星)。ベガから遠い星が「わし座」のアルタイル(ひこ星)。東京では街の明かりなどで見えませんが、2つの星の間には星の集まりである天の川があります。東京でも見える七夕の星を探してみてください。

