



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/秘書広報課
●配布/シルバー人材センター
電話 042-425-6611 (不配のお問い合わせ※)

詳細はホームページで

西東京市Web

検索



7/1

平成30年(2018年)7月1日号

No. 435

主な内容

【3面】はなバス第4北・南ルート一時変更 【5面】各種健診のご案内 【6面】ハンサム・ママフェスタ 【7・8面】夏休みのイベントなど

ひとりで悩まないで!

生活の困りごと



子どもの将来が不安だが、どこに相談して良いかわからない...

生活

将来のことが何も決まっていないう、どうするべきか...

自分の今後の生活が不安、誰にも相談できない...

仕事

自分で仕事先を探しているが、なかなか見つからず困っている

働きたいけど、不安でなかなか一歩が踏み出せない

立ち退きを求められているが、今後どうしたら良いかわからない

住まい

失業して仕事が見つからない。家賃が支払えなくなりそう

相談無料! 秘密厳守

仕事は決まっているが、初回の給料までの生活費に困っている。食べ物がない

お金

今病気にかかっているが、治療費がなく病院に通えない

公共料金の支払いが難しい

問題解決に向けて相談員が一緒に取り組みます!

「西東京市生活サポート相談窓口」は、経済的な問題や生活をしていく上でのさまざまな問題を抱えた方のための相談窓口です。相談員が問題解決に向けて一緒に考え支援します。ひとりで悩まず、お気軽に下記の相談窓口へご相談ください。



Q 相談したい! まず、何をしたらいいの?

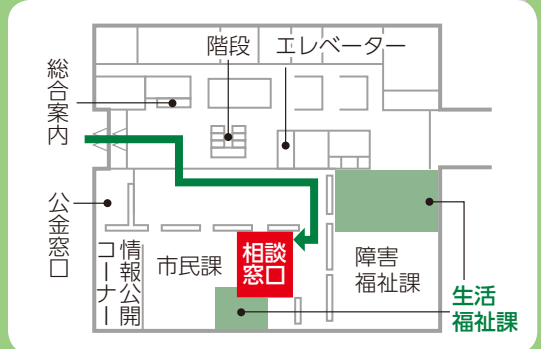
あらかじめお電話をいただくと、窓口でスムーズに相談ができます。

生活サポート相談窓口 保谷庁舎1階
電話 042-438-4023



A まずは、こちらにお電話ください

- 対象者 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 経済的に困りの方
 - ② 就労希望の方
 - ③ 家賃の支払いが困難な方
 - ④ 働くことに自信のない方
- ※ご家族からの相談も受け付けます。



Q 相談後はどうなるの?

A 面接相談・同行の流れです

1 内容を確認

生活の中で抱えているお困り事をお聞きします。



2 プランを作成

相談者と一緒に解決に向けた取組を考え、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。

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。必要に応じて、訪問支援も行います。

住居確保給付金

現在、離職または離職後パートなどに就いており、新たに就職活動を行っているまたは行おうとしている方(65歳未満で離職後2年以内)に対して、家賃を一定期間支援し、早期に就職を達成し自立するために支援します。 ※資産・収入など要件あり

平成30年度 新規事業 就労準備支援

「働き始めることに自信がない」「生活リズムがつかめない」「離職期間が長く、不安を感じる」「コミュニケーションをとるのが苦手」など、直ちに就職活動を行うことが困難な方を対象に、基礎能力を身につけられるように支援を行います。

専門窓口

必要に応じて各専門窓口をご紹介します。

アフターフォローも! 解決後も、必要に応じてご相談を受け付けています。

▶生活福祉課 保
電話 042-438-4022

市からの 連絡帳

7月は、固定資産税・都市計画税第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

税・年金・届け出 証明書コンビニ交付サービス停止

東京都の庁舎電気設備点検に伴い、マイナンバーカードを利用した証明書コンビニ交付サービスが下記の日程で終日停止します。ご理解とご協力をお願いします。

なお、停止日程は変更になる場合がありますので、最新の情報は市HPをご覧ください。

時 7月14日(土)・8月4日(土)
対 市内外の全ての店舗
▶市民課 ☎042-460-9820
保 ☎042-438-4020

市税・国民健康保険料の 休日納付相談窓口

時 7月7日(土)・8日(日)午前9時～午後4時
場 いずれも田無庁舎のみ
●市税・納税課(4階)
●国民健康保険料…保険年金課(2階)
内 市税・国民健康保険料の納付および相談、納付書の再発行など
▶納税課 ☎042-460-9832
▶保険年金課 ☎042-460-9824

国民年金保険料納付免除・納付猶予の申請

平成30年度分(7月～平成31年6月)の保険料納付免除・納付猶予申請受付が7月2日(月)から始まります。
場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)
特 年金手帳・認め印など

□**免除申請** 申請者(本人)・配偶者・世帯主それぞれの前年所得(平成29年中所得)が基準額以下の場合に、全額または一部免除が承認されます。承認期間は年金受給資格期間に含まれ、老齢基礎年金の受給額は承認区分や一部納付の月数に応じて反映されます。
※一部免除承認期間は、下表の保険料を納めないで未納扱いとなります。

□**納付猶予申請** 50歳未満の方で、申請者(本人)・配偶者それぞれの前年所得が基準額以下などの場合に承認されます。承認期間は年金受給資格期間に含まれますが、老齢基礎年金額には反映されません。

承認区分	承認後の保険料(月額)	老齢基礎年金額に反映される割合
全額免除	0円	2分の1
一部免除	4分の3	8分の5
	半額	4分の3
	4分の1	8分の7
納付猶予	0円	反映されません

※平成21年3月以前の免除承認期間は老齢基礎年金額に反映される割合が異なります。※原則、申請は毎年必要ですが、前年度継続承認済の方は申請が不要の場合があります。

□**特例認定区分について(失業など)**
申請者(本人)・配偶者・世帯主のうち、失業などの理由で免除・納付猶予を申請する場合、以下の書類(いずれか1つ。写し可)の添付によって所得審査を省略できます(平成30年度分は平成28年12月31日以降の退職日のものが有効)。

- 雇用保険被保険者離職票
 - 雇用保険受給資格者証
 - 雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など
- ※一般的な退職証明書・社会保険資格喪失証明書などは特例認定区分の利用不可
問 武蔵野年金事務所 ☎0422-56-1411
▶保険年金課 ☎042-460-9825

出産育児一時金・葬祭費の支給

西東京市国民健康保険に加入し、出産育児一時金・葬祭費の申請手続きを行っていない方は、手続きをしてくだ

さい。時効は2年間です。
場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)
□**出産育児一時金の支給** 国保の加入者が出産した時に支給されます。医療機関へ支払われる直接支払制度や受取代理制度があり、利用する場合は、出産前に医療機関と契約を交わすことで、出産後の申請は原則不要となります。※直接支払制度を利用して出産費用が一時金を下回る方や、直接支払制度などを利用しない方は申請が必要です。

- 特 ●保険証 ●認め印 ●世帯主名義の口座が確認できるもの ●直接支払制度合意文書 ●出産費用明細書 ●マイナンバーの分かる書類
- 葬祭費の支給** 国保の加入者が亡くなり、葬祭を行った場合に喪主の方に支給されます。
特 ●会葬礼状または葬儀の領収書 ●保険証 ●認め印 ●喪主名義の口座が確認できるもの ●マイナンバーの分かる書類
▶保険年金課 ☎042-460-9821

後期高齢者医療保険加入者の葬祭費助成

後期高齢者医療保険の加入者が亡くなった場合、遺族(喪主)の方へ葬祭費の助成を行っています。

- 対 東京都後期高齢者医療広域連合が保険者で保険番号が「39132295」の方の遺族(喪主)
- 特 申請者(喪主)名義の金融機関口座・認め印・保険証
- 助成金額** 5万円
- 申請期間** 葬儀を行った日の翌日から2年間
- 提出書類** ●西東京市後期高齢者葬祭費助成交付申請(請求)書 ●会葬礼状または葬儀社に支払った領収書の写し(いずれも喪主の名義のもの)
※申請後2カ月程度で振り込み、通知は申請者(喪主)へ郵送
※広域連合では、後期高齢者医療制度について、東京いきいきネットHPで情報提供を行っています。
▶保険年金課 ☎042-460-9823

福祉

心身障害者医療費助成制度(マル障)が変わります

□**助成対象**
●精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方…平成31年1月1日^{から}
※所得制限基準額を超える方・生活保護受給中の方・65歳までに申請しなかった方などは対象外
※経過措置として交付日が平成30年12月31日以前の手帳をお持ちの65歳以上の方は、平成31年6月30日までの間に限り、65歳を超えていても申請可
●申請窓口 住民票のある区市町村(11月1日～事前受付を開始予定)
※詳細は決まり次第お知らせします。

□**負担上限の変更**
●80136から始まる受給者証をお持ちの方(市民税課税者の方)…8月1日^{から}

マル障一部負担金	負担上限額 ^{*1}	
80136	1万4,000円/月(年間上限) ^{*2}	
部 食	外来	14万4,000円/年(多数回) ^{*3}
	入院	5万7,600円/月(多数回) ^{*3}
	4万4,400円/月	

※1 同一医療機関で1カ月の負担額が上記の額に達したときは、その医療機関において、その月のそれ以上の窓口負担なし
※2 外来療養は、年間上限14万4,000円が設定されます。
※3 入院の場合、過去12カ月以内に3回以上、上限に達した場合は4回目から上限額が44,400円に下がります。

※80137から始まる一部負担なしの受給者証をお持ちの方(市民税非課税の方)は、変更なし。
問 東京都福祉保健局医療助成課 ☎03-5320-4571
▶障害福祉課 ☎042-438-4035

入院期間中の紙おむつ代の助成

紙おむつの持ち込み不可の病院に入院し、紙おむつ代を病院に支払っている高齢者などに助成を行います。

- 対象期間** 3月1日～6月30日入院分
- 助成金額** 月ごとの紙おむつ代の実費(上限月額4,500円)

「国民健康保険高齢受給者証」または「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方へ

一部負担金の割合は、毎年8月1日に当該年度の収入金額および住民税の課税所得金額と世帯の状況により見直し(定期判定)を行います。

新しい国民健康保険高齢受給者証または後期高齢者医療被保険者証は7月中旬に簡易書留で郵送します。配達時に不在の際は、不在票の指示に従ってお手続きください。郵便局での保管期間経過後の受け取りは、保険年金課(田無庁舎2階)の各係へお問い合わせください。

国民健康保険高齢受給者証

- ◆**負担割合の判定基準**
- 2割負担(昭和19年4月1日以前生まれの方は特例措置により1割負担)**
次のいずれかに該当する方
 - 世帯に住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上の被保険者がいない
 - 本人および同じ世帯にいる昭和20年1月2日以降生まれの被保険者の「基礎控除後の総所得金額等」の合計額が210万円以下
 - 住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上だが、被保険者等の収入の合計が次のいずれかに当てはまる(基準収入額適用申請が必要)
 - ①世帯に被保険者が1人…383万円未満
 - ②同じく2人以上…520万円未満
 - ③被保険者と同じ世帯に後期高齢者医療制度への移行により国保を抜けた方(旧国保被保険者)がいる…旧国保被

後期高齢者医療被保険者証

- 3割負担(現役並み所得者)**
次の全てに該当する方
 - 世帯に住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上の被保険者がいる
 - 世帯に被保険者が1人の場合はその収入が383万円以上、2人以上の場合は合計が520万円以上
- ◆**「基準収入額適用申請書」提出のお願い**
定期判定により3割負担と判定された方で、収入金額が基準額未満の場合は、申請により2割負担(昭和19年4月1日以前生まれの方は特例措置により1割負担)となります。
※該当すると思われる方へ6月下旬に申請書を送付しましたので、必ず申請してください。
▶保険年金課 国保給付係 ☎042-460-9821

後期高齢者医療被保険者証

- 新しい保険証**
青竹色 有効期間…8月1日～平成32年7月31日
- ◆**負担割合の判定基準**
- 1割負担**
次のいずれかに該当する方
 - 世帯に住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上の被保険者がいない
 - 本人および同じ世帯にいる昭和20年1月2日以降生まれの被保険者の「基礎控除後の総所得金額等」の合計額が210万円以下
 - 住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上だが、被保険者等の収入の合計が次のいずれかに当てはまる(基準収入額適用申請が必要)
 - ①世帯に被保険者が1人…383万円未満
 - ②同じく2人以上…520万円未満
 - ③被保険者と同じ世帯に70～74歳の

後期高齢者医療制度以外の保険に加入している方がいる…その方と被保険者の収入の合計が520万円未満

- 3割負担(現役並み所得者)**
次の全てに該当する方
 - 世帯に住民税課税所得(課税標準額)が145万円以上の被保険者がいる
 - 世帯に被保険者が1人の場合はその収入が383万円以上、2人以上の場合は合計が520万円以上
- ※被保険者とは後期高齢者医療被保険者証を持っている方です。
- ◆**「基準収入額適用申請書」提出のお願い**
定期判定により3割負担と判定された方で、収入金額が基準額未満の場合は、申請により1割負担となります。
※該当すると思われる方へ6月末に申請書を送付しましたので、必ず申請してください。
▶保険年金課 後期高齢医療係 ☎042-460-9823

対 次の全てに該当する方
 ●入院中に本市に住民登録がある
 ●40歳以上で、入院時に介護保険で要介護1以上の認定を受けている ●紙おむつの持ち込み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 ●入院中に生活保護を受給していない
申請時 7月10日(火)～31日(火)の平日
場 高齢者支援課(田無庁舎1階・保谷保健福祉総合センター)
持 ●介護保険被保険者証コピー ●振込先口座が分かるもの(通帳のコピー[※]) ●認め印 ●病院が発行した領収書のコピー
 ※領収書には、対象者氏名・入院期間・病院名・紙おむつの金額の記載が必要です(紙おむつ代の記載がないものは不可。領収書の金額にシーツやパジャマ代などが合算されている場合は、別途病院発行の内訳が必要)。
 ※次回(7～10月入院分)は11月を予定
 ▶高齢者支援課 ☎042-438-4028

「介護保険と高齢者福祉の手引き」改訂版を7月上旬から全戸配布

内 4月からの介護報酬改定を踏まえた、介護保険サービスや高齢者福祉サービスを円滑に利用するための情報を掲載
その他配布場所 高齢者支援課(保谷保健福祉総合センター・田無庁舎1階)・出張所・各地域包括支援センター
 ▶高齢者支援課 ☎042-438-4032

介護保険訪問看護利用者負担軽減認定の申請

低所得者を対象に、介護保険にお

る訪問看護の利用者負担(1割負担)の25%を軽減します。
申 7月2日(月)から、平成30年度(8月～平成31年7月)の受付開始
 ※世帯全員が住民税非課税などの要件がありますので、事前にお問い合わせください。
持 ●介護保険訪問看護利用者負担軽減対象認定申請書
 ●収入および預貯金などの申告書(世帯全員の預貯金通帳のコピーを添付)
 ●資産および扶養の有無に関する申告書
 ▶高齢者支援課 ☎042-438-4030

介護保険負担割合証を送付します

負担割合(1割または2割)が記載された「介護保険負担割合証」の有効期限は7月31日です。対象となる方には、更新した負担割合証を送付します(申請不要)。8月から2割負担者のうち特に所得の高い方の負担割合は3割負担となります。
 介護保険被保険者証と一緒に保管し、ケアマネジャーやサービス事業者に提示してください。
発送日 7月中旬
対 要介護認定などをお持ちの方(事業対象者を含む)
 ▶高齢者支援課 ☎042-438-4030

くらし

第2次総合計画(後期基本計画)の策定に向けたパネル展示・説明会

長期的な視点に立ったまちづくりのビジョンとなる第2次総合計画について、平成31年度から5年間の後期基本計画の策定を進めています。市民の

皆さんへのアンケートを含むさまざまな調査や議論を踏まえ、素案をまとめました。
時・場 ●パネル展示：7月10日(火)・柳沢公民館、11日(水)・スポーツセンター、25日(水)・ひばりが丘パルコ
 ※午前10時～午後2時
 ●パネル展示・説明会：21日(土)午前10時～午後4時・アスタセンターコート(説明会：●午前11時 ●午後3時)
 ※21日は「いこいーな」が登場
 ▶企画政策課 ☎042-460-9800

中央図書館・田無公民館の耐震等対応に関する市民説明会

時 7月6日(金)午後2時～4時・11日(水)午後6時～8時
場 イングビル
内 ●対応方針 ●今後のスケジュール
 ▶中央図書館 ☎042-465-0823
 ▶柳沢公民館 ☎042-464-8211

史跡玉川上水整備活用のための作業説明会

時 7月11日(水)午後6時30分～8時
場 武蔵野スイングホール(JR武蔵境駅前) ※当日、直接会場へ
内 ●西東京市・武蔵野市内のこれまでの作業報告、今後の予定 ●東京都水道局が行う水路・のり面の保全のための樹木の剪定・伐採^{せんてい}など
問 東京都水道局 ☎03-5320-6388
 ▶社会教育課 ☎042-438-4079

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行い、指導・助言などをします。

時・場 7月14日(土)午前9時30分～午後0時30分・田無庁舎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5月31日以前の建築
定 8人(申込順) ※1人40分程度
申 7月11日(水)までに電話で下記へ
相談会 住みよい町をつくる会
 ▶住宅課 ☎042-438-4052

はなバス第4北・南ルート一時変更

☆花小金井駅北口周辺でのイベント開催中の乗降

7月14日(土)・15日(日)の午後5時～9時、花小金井駅北口周辺でイベントが開催されるため、花小金井駅までの運行ができません。イベント開催中は14番小平合同庁舎と15番花小金井駅のバス停での乗降ができないため、小平合同庁舎北側の青梅街道上に設置する仮設バス停からの乗降となります。
 当日の運行は、下図・市営バス停の掲示物をご覧ください。

第4北・南ルート花小金井駅北口周辺におけるイベント開催中の乗降



▶都市計画課 ☎042-438-4050

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険 平成30年度 保険料の納付を忘れずに

国民健康保険料
 国民健康保険料納入通知書を、7月中旬に世帯主の方へ送付します。
 国民健康保険料は、皆さんが安心して医療にかかるための貴重な財源です。期限までの納付にご協力をお願いします。
納付書や口座振替での納付(普通徴収)の方 7月から翌年2月までの8回に分けて納付していただきます。納期限

を過ぎると延滞金^{えんたいきん}が加算され、滞納処分を受ける場合があります。
年金からの納付(特別徴収)の方
対 次の全てに該当する方 ●世帯主が国保の加入者 ●国保の加入者全員が65歳以上75歳未満 ●世帯主が受給する年金の年額が18万円以上で、国民健康保険料と介護保険料の合算額が年金額の2分の1を超えない
 ※該当しない方は、今までどおり納付

書や口座振替での納付となります(普通徴収)。
 ※今年度中に世帯主の方が75歳到達により後期高齢者医療制度へ移行する場合は、普通徴収での納付になります。
特別徴収から口座振替への変更
 特別徴収該当の方も口座振替による納付を選択できます。詳細は、送付する納入通知書に同封のお知らせをご覧ください。

非自発的失業者の方は保険料の軽減手続きを
対 次の全てに該当する方 ●離職日時点で65歳未満の方 ●ハローワーク発行の「雇用保険受給資格者証」の離職理由が下記番号の方
 11・12・21・22・23・31・32・33・34
 ※詳細はお問い合わせください。
 ▶保険年金課 国保加入係 ☎042-460-9822

後期高齢者医療保険料
 後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します(平成29年1～12月の所得を基に算出)。
 平成30年度は、均等割額が4万3,300円、所得割率が8.80%、保険料の賦課限度額が62万円となります。
前年度から引き続き特別徴収(年金からの納付)の方 決定した保険料額

から仮徴収額(4・6・8月分)を差し引いた額を10・12・翌年2月に年金から引き落とします。
10月から特別徴収が始まる方
 保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします(詳細は、通知書の5ページをご覧ください)。
特別徴収ではない方 7月から翌年

2月までの8回に分けた納付書を同封しますので、各納期限までにお近くの金融機関などで納付してください。
2月1日以降に後期高齢者医療制度に加入した方および所得を更正した方
 29年度分または所得を更正した年度分の保険料として後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付します。納期限は、7月31日の1回のみです。平成30年度の保険料と併せて納付し

てください。
 ▶保険年金課 後期高齢者医療係 ☎042-460-9823
制度について…東京いきいきネット ☎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 ☎03-3222-4496
 ※平日午前9時～午後5時

介護保険料
 65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料納入通知書を7月中旬に送付します。
 介護保険制度は、介護が必要になっても安心して自立した生活を送れるように、社会全体で支えていこうという仕組みです。

納付書や口座振替での納付(普通徴収)の方 青色の封筒でお送りします。7月から翌年2月までの8回に分けて納付をお願いしています。コンビニ納付およびペイジーによる納付が可能です。納期までの納付にご協力をお願いします。
年金からの納付(特別徴収)の方
納付書や口座振替での納付(普通徴収)の方 青色の封筒でお送りします。7月から翌年2月までの8回に分けて納付をお願いしています。コンビニ納付およびペイジーによる納付が可能です。納期までの納付にご協力をお願いします。

りします。決定した保険料額を年金から引き落とします。
10月から特別徴収が始まる方
 青色の封筒でお送りします。保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします。※口座振替依頼書は同封し

ていません。
☆シルバークレジットの所得確認書類に
 介護保険料納入通知書は、満70歳以上の方のシルバークレジット購入の際、所得確認書類として活用できる場合があります。再発行はできませんので、必要な方は大切に保管しておいてください。
 ▶高齢者支援課 ☎042-438-4031

共通事項
 ●**口座振替をご希望の方** 口座振替依頼書が同封されていた方は、金融機関などでお申し込みください。手続きには時間が掛かりますので、納期ごとの申込期限をご確認ください。詳細は、同封のご案内をご覧ください。
 ●**納付が困難な方はご相談ください。**
 ●**保険料の控除** 納付した保険料は、確定申告などで所得税や住民税を計算する際に、社会保険料として控除の対象となります。

募集

市の指定収集袋(ごみ袋)に掲載する広告

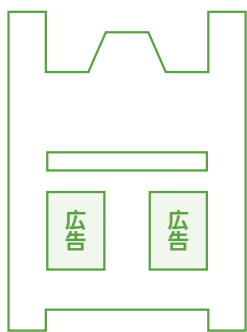
家庭ごみの排出に使用する指定収集袋(ごみ袋)に掲載する広告を、企業や事業者の方から募集します。

この広告掲載事業は、市の財源確保と地域の産業振興を目的としています。

募集内容

掲載対象	可燃・不燃ごみ兼用袋
掲載位置	指定収集袋の表面下部に1色で印刷
掲載枠・掲載料	1枚につき2枠の広告を掲載 中袋(20ℓ)：縦130mm×横120mm…7万円 大袋(40ℓ)：縦180mm×横170mm…10万円
掲載枚数	各袋とも50万枚(販売が完了した時点で掲載終了)
掲載時期	12月(予定)

広告掲載イメージ



指定収集袋(ごみ袋)

7月2日(月)～17日(火)に、広告掲載申込書・会社概要など業種が分かる書類・広告案を下記へ持参(エコプラザ

西東京)
※詳細は市HPをご覧ください。
▶ごみ減量推進課
☎042-438-4043

男女平等推進センター 企画運営委員会委員

男女平等推進センターの年間事業の企画・運営

資格・人数 在住・在勤・在学で18歳以上の方・2人

任期 平成32年6月6日(土)まで

謝金 日額2,000円

7月13日(金)(必着)までに、作文「これからの男女平等推進センターの役割について」(800～1,000字程度)に、住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、〒202-0005住吉町6-15-6男女平等推進センターへ郵送・ファクス・メールまたは持参

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

FAX 042-422-5375

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

緑化審議会委員

みどりの保護と育成に関する事項
平成30年度：下保谷四丁目特別緑地保全地区の保全・活用方針

資格・人数 在住で18歳以上の方・3人 ※ほかの審議会等委員との兼任不可

任期 8月から2年間

会議数 平成30年度は2～4回(平日昼間)、平成31年度は未定

8月8日(水)(1回目・午後1時予定)
報酬 日額1万800円
7月13日(金)(必着)までに、作文「都市の緑の保全」(800字程度)に、住所・氏名・生年月日・電話番号・職業を明記し、〒202-8555市役所みどり公園課へ郵送または持参
▶みどり公園課
☎042-438-4045

etc その他

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。
*株式会社武蔵野テーブル 様(金員)
▶秘書広報課
☎042-460-9803

審議会など

行財政改革推進委員会

7月5日(木)午前9時

場 田無庁舎3階

行財政改革大綱の中間見直し
5人

▶企画政策課 ☎042-460-9800

地域福祉計画策定・普及推進委員会

7月17日(火)午後7時

場 保谷庁舎2階

第4期地域福祉計画
5人

▶生活福祉課 ☎042-438-4024

地域密着型サービス等運営委員会

7月3日(火)午後7時

場 保谷庁舎別棟

地域密着型サービス
5人

▶高齢者支援課 ☎042-438-4030

子ども子育て審議会児童館等再編成専門部会

7月30日(月)午後7時

場 田無庁舎5階

児童館の再編成
8人

▶子育て支援課 ☎042-460-9841

産業振興マスタープラン推進委員会

7月6日(金)午前10時

場 保谷庁舎2階

後期計画策定に係る方向性
5人

▶産業振興課 ☎042-438-4041

環境審議会

7月11日(水)午後2時

場 田無庁舎3階

西東京市環境基本計画(後期計画)などの策定
5人

▶環境保全課 ☎042-438-4042

田無第四・柳沢中学校の生徒数の変動への対応に関する地域協議会

7月23日(月)午前10時

場 イングビル

協議会の運営
10人

▶教育企画課 ☎042-438-4071

図書館計画策定懇談会

7月10日(火)午後3時～5時

場 中央図書館

計画素案の検討
5人

▶中央図書館 ☎042-465-0823

児童扶養手当・特別児童扶養手当の申請を

支給要件に該当し、まだ申請していない方は、子育て支援課(田無庁舎1階)で申請手続きをしてください。
▶子育て支援課 ☎042-460-9840

児童扶養手当

次のいずれかの状態にある児童を養育する方(公的年金の受給額により併給可能な場合あり)

- 父母が離婚
- 父または母が死亡または生死不明
- 父または母に重度の障害がある
- 婚姻によらない出生

※1 18歳に達した日の属する年度の3月31日(一定の障害がある場合は20歳未満)

※詳細はお問い合わせください。

支給制限 児童が次の状態にある場合は該当しません。

- 里親に委託または児童福祉施設などに入所
- 請求者以外の父または母と同一生計
- 父または母の配偶者(事実上の配偶者を含む)と同一生計
- 請求者または児童が日本に住所を有しない

※2 単身の異性の住民票が同住所にある場合や定期的な訪問、生活費の補助などを受けている場合を含む

支給金額(月額) 単位：円

児童数	手当額	
	全部支給	一部支給
1人目	4万2,500	4万2,490～1万30
2人目加算額	1万40	1万30～5,020
3人目以降加算額(1人につき)	6,020	6,010～3,010

特別児童扶養手当

20歳未満の中・重度の障害(おおむね身体障害者手帳1～3級、下肢の4級の一部程度、愛の手帳1～3度程度およびこれらと同程度以上の内部障害または精神障害、発達障害)のある児童を養育している方
※手帳をお持ちでなくても、指定の診断書により申請することができます。
※児童が児童福祉施設などに入所している場合や、児童の障害を支給事由とする公的年金を受ける場合は支給されません。

支給金額(月額) 単位：円

児童数	手当額	
	1級	2級
1人につき	5万1,700	3万4,430

各手当共通

手当の支給月・所得制限

申請日の翌月分から支給を開始し、年3回(児童扶養手当：4・8・12月、特別児童扶養手当：4・8・11月)各4カ月分の支払いとなります。受給者本人および同居の扶養義務者等の所得制限(別表1・2参照)があります。所得に応じて手当額の一部または全部の支給が停止されます。

注意

手当の受給資格がなくなっているにもかかわらず、届け出をしないで手当を受給した場合は、資格がなくなった月の翌月からの手当額を全額返還していただきます。また、偽りや不正な手段により手当を受けた者は、3年以下の懲役または30万円以下の罰金に処されることがあります。

別表1 平成30年度児童扶養手当・特別児童扶養手当所得制限限度額表

〈平成29年中の所得・平成30年8月分～平成31年7月分手当に適用〉 単位：円

扶養親族の数	児童扶養手当		特別児童扶養手当		
	本人	孤児などの養育者・配偶者・扶養義務者	本人	配偶者・扶養義務者	
0人	49万	192万	236万	459万6,000	628万7,000
1人	87万	230万	274万	497万6,000	653万6,000
2人	125万	268万	312万	535万6,000	674万9,000
3人	163万	306万	350万	573万6,000	696万2,000
4人以上	1人につき加算38万			1人につき加算21万3,000	
1人につき加算	16～19歳未満の控除対象扶養親族および特定扶養親族15万	老人扶養6万(老人扶養のみの場合は、2人目から)	16～19歳未満の控除対象扶養親族および特定扶養親族25万	老人扶養6万(老人扶養のみの場合は、2人目から)	
	老人扶養10万		老人扶養10万		

※児童扶養手当の受給者が父または母の場合、監護する児童の母または父から、受給者または児童が受け取る養育費は、その金額の8割が受給者の所得として取り扱われます。※上記限度額表のうち児童扶養手当については、8月分から改正予定のものです。

別表2 所得から控除できる額

単位：円

種別	児童扶養手当		特別児童扶養手当
	受給者(父または母)	受給者(養育者)配偶者・扶養義務者	本人・配偶者等共通
社会保険料相当額	8万		
障害・勤労学生控除	27万		
特別障害者控除	40万		
寡婦(夫)控除	0	27万	※27万
寡婦特別加算控除	0	8万	8万
雑損・医療費・配偶者特別・小規模企業共済等掛金控除	控除相当額		

※配偶者は寡婦(夫)控除なし

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A メール	B はがき・メール	C はがき	D はがき
「美姿勢エクササイズ」申込 ①7月25日 ②氏名 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥保育希望の場合、 子どもの氏名・生年月日	「ファミリー学級」申込 ①第5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日目のみ	「若年健康診査」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希望日 (第一希望、第二希望)	「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も記入)

▶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	
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	7月18日(水)午後1時30分～3時30分 保谷保健福祉総合センター	在住の方/2人	7月13日(金)までに電話	
女性のボディケア講座 腹筋・骨盤まわり編 保育あり	7月19日(木)午前10時～11時 保谷保健福祉総合センター	在住で18～64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	
美姿勢エクササイズ 【呼吸と姿勢のチェック、体幹トレーニング】 保育あり	7月25日(水)午前10時～正午 保谷保健福祉総合センター	在住で18～64歳の方/20人 ※初回の方優先	電話・メール(記入例A) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):7月20日(金)	
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【誰でも参加OK! Let's try しゃきしゃき体操!】	7月27日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	在住で立位がとれる方/20人 ※7人以上で出張講座(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)	前日までに電話	
出産準備クラス まますぐ 【赤ちゃんのお世話(抱っこ、おむつ替え、着替え、お風呂)の実習など】	7月30日(月)午前9時30分～正午 保谷保健福祉総合センター	在住でおおむね妊娠30～36週の妊婦(パートナーの方も参加可)/12人 ※市のファミリー学級に参加していない方優先	7月23日(月)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・育児参加方法など】	第5コース:8月3日(金)・25日(土) 午前9時30分～午後0時30分 保谷保健福祉総合センター	在住で初めて父親・母親になる方 (妊婦のみの参加も可)/30組 対象出産予定日:11・12月	はがき・メール(記入例B) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効):7月6日(金)～20日(金)	

▶教育支援課 保 042-438-4074				
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など	
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】	7月18日(水)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)	7月2日(月)～11日(水) 午前9時～午後5時に電話	

今年も受けよう! 各種健診のご案内

※年齢は平成31年3月31日時点です。
～自覚症状がなくても、年に1回の健診で健康状態の確認をしましょう～

▶健康課 保 042-438-4021

【18歳～39歳の方】要申込 若年健康診査 子ども連れもOK!

会場	健診日程
保谷保健福祉総合センター	8月30日(木)・31日(金)
田無総合福祉センター	9月1日(土)・3日(月)・4日(火)・5日(水)

①市 印 または右記QRコード
②はがき(記入例C)
③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)

□受診方法 申込者に受診券を送付します(8月中旬)。受診券に指定された日時・会場で受診してください。
※各日の定員を超えた場合は、希望日以外の日程でご案内する場合があります。

①4月2日以降に保険の種類が変わった方・転入した方
②生活保護受給中または中国残留邦人などの支援給付世帯の方
申 12月13日(木)(消印有効)までに、次のいずれかの方法
①はがき(記入例D)
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)

■40～74歳の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、ご加入している医療保険者(健保組合・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、健康保険被保険者証に記載の保険者へお問い合わせください。
※受診券の契約とりまとめ機関名に「集合B」と記載があれば、市内の健康実施医療機関で受診することができます。

□受診期間 7月2日(月)～12月20日(木)
問 西東京市医師会 042-421-4328

■西東京市国民健康保険に加入の方(40～74歳)(申込不要)
□受診方法 対象者に受診券を送付します。市内指定医療機関で個別受診または、保谷保健福祉総合センター・田無総合福祉センターで集団健診の選択ができます。詳細は送付する健診の案内をご覧ください。

■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す。市内指定医療機関で受診してください。詳細は送付する健診の案内をご覧ください。※4月2日以降に転入した方は要申込

■4月2日以降に保険の種類が変わった方(要申込)
対 平成31年3月31日時点で40歳以上の①または②の方で、ほかに健診を受ける機会のない方

第68回 社会を明るくする運動

法務省が主唱し、全ての国民が犯罪の防止と罪を犯した人や非行に陥った少年たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。7月の強化月間に合わせ、本市同実施委員会は「あいさつ運動」を行いますのでご協力ください。

時 7月9日(月)～13日(金)
場 市立小・中学校
▶生活福祉課 保 042-438-4024

+ 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
1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	廣川クリニック 東町4-8-28 JUN西東京市101 042-425-6476	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
8日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 042-424-6640	ひばりヶ丘北口駅前クリニック ひばりが丘北3-3-30 エクレールひばり1階 042-439-4976	

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

1日	田無町歯科クリニック 田無町4-23-4 042-468-2221	8日	ひかり歯科医院 柳沢3-1-4 042-468-8849
----	---	----	------------------------------------

☎ 電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門医が相談に応じます。

火曜日 午後1時30分～2時30分 042-438-1100
7月3日 腎臓内科 10日 整形外科
17日 消化器・呼吸器 24日 眼科 31日 小児科

歯科相談(西東京市歯科医師会) 042-466-2033
金曜日 午後0時30分～1時30分

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

JA東京みらいの催し

※いずれも車での来場は不可
□保谷直売所3周年イベント
時 7月3日(火)午前9時～午後1時(売り切れまで)
場 JA東京みらい保谷支店直売所
内 野菜・食品販売、先着プレゼント企画
□ちびっこ農業教室
時 7月21日(土)午前9時～午後1時
場 岩崎亮介さんの圃場(集合:住吉小学校) ※小雨決行
内 野菜の収穫体験・スイカ割りなど
対 在住の小学生と保護者
定 30組(申込順)
持 昼食・飲み物・筆記用具・はさみ・帽子・軍手・袋
申 7月10日(火)までに、電話で問へ
問 JA東京みらい ☎042-421-6479

東大農場・演習林 サマースクール2018 夏の田んぼと林を体験しよう

時 8月2日(木)午前8時50分～午後4時
場 東京大学生態調和農学機構・田無演習林 ※荒天中止
対・定 小学2～6年生・20人
 ※保護者1人まで可。申込多数は抽選
料 2,000円(保護者は1,000円)
申 7月21日(土)までに、問のHPからまたははがきでイベント名・住所・氏名・学年・性別・電話番号(保護者参

加の場合は保護者氏名・年齢)を問へ
 ※当選者のみに参加券を送付
□主催 同サマースクール実行委員会ほか
問 多摩六都科学館 ☎188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100

西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

□西東京創業カフェ
時 7月13日(金)午前10時～11時30分
場 イングビル
内 創業支援マネージャーのサポートによるグループディスカッション
定 10人(申込順)
□経営セミナー
時 7月25日(水)午後7時～9時
場 イングビル
内・定 経営に生かせる名刺の作り方やコツ・30人(申込順)
申・問 西東京創業支援・経営革新相談センター ☎042-461-6611

平成31年春 自衛隊一般曹候補生募集

陸・海・空一般曹候補生を募集します。
対 18歳以上27歳未満
□試験 1次: 9月21日(金)～23日(日)
 2次: 10月12日(金)～17日(水)
申 いずれも7月1日(日)～9月7日(金)
問 自衛隊西東京地域事務所 ☎042-463-1981

ごみの出し方 ワンポイント

□水切りの徹底をお願いします
 夏場は生ごみの中に水分が多く含まれています。絞ることでよりごみの減量と臭い防止にもなります。燃えるごみを出す前に水切りの徹底をお願いします。

□瓶・缶・ペットボトルの出し方
 中身が残っているものは回収できません。中身を出して軽くすすいで出してください。なお、ペットボトルのラベル・キャップははずしてプラスチック容器包装類で出してください。
 ▶ごみ減量推進課 ☎042-438-4043

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 ※専門家が一緒に解決の糸口を探します。

□申込開始 7月4日(水)午前8時30分(★印は、6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	7月12日(木)・20日(金)・24日(火)午前9時～正午
	保	7月11日(水)・17日(火)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	8月2日(木) 午前9時～正午
	保	7月26日(木) ※1枠1時間
交通事故相談	田	★7月11日(水)
	保	7月25日(水) 午後1時30分～4時
税務相談	田	7月13日(金)
	保	7月20日(金)
不動産相談	田	★7月19日(木)
	保	★7月12日(木)
登記相談	田	★7月12日(木)
	保	★7月19日(木)
表示登記相談	田	★7月12日(木)
	保	★7月19日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	保	★7月9日(月)
	保	★7月5日(木)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	8月1日(水)

西東京市女性の働き方サポート推進事業 Handsome Mama Festa!

子育て中の女性の起業を応援する「ハンサムMamaプロジェクト」では、出店型イベントを開催します。
時 7月10日(火)午前10時～午後3時30分
場 アスタセンターコート
内 プロジェクト参加者22組による、物販・ワークショップ・体験・サービス紹介

詳細は専用HPをご覧ください。
 ▶産業振興課 ☎042-438-4041



ハンサム・ママ 検索

市民スポーツまつり実行委員募集

10月8日(祝)に開催される市民スポーツまつりに向けて、実行委員会を立ち上げます。運営にご協力いただける方は、第1回会議にご参加ください。
対 在住・在勤・在学で高校生以上の方
□第1回会議
時 7月13日(金)午後6時30分
場 田無庁舎5階

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



玉入れの様子

キャッシュカード受け取り型詐欺が急増中!

市の職員や大手家電量販店店員、警察官などを装ってさまざまな口実でキャッシュカードをだまし取るものです。
 市の職員などが高齢者宅を訪れ、キャッシュカードを預かっていくことはありません。キャッシュカードは、絶対に他人に渡さないでください。
□実際の事例
 市の職員などを装って「保険金に戻ります。口座に入金するのであなたのキャッシュカードについて教えて

ください」「そのキャッシュカードは古くて使えないので巡回している銀行の職員が交換に行きます」などの電話がかかってくる。電話の最中に、ニセの職員が高齢者宅を訪れ、キャッシュカードを受け取り、近くのATMで預金を引き下ろす事案です。このような電話を受けたらすぐに電話を切り、110番通報してください。
 問 田無警察署 ☎042-467-0110
 ▶危機管理室 ☎042-438-4010

「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 8月5日(日)午前9時～正午
場 エコプラザ西東京
□出店資格 成人で在住の個人・団体(業としての方を除く)
□募集区画数 43区画(1区画約3.5㎡) ※出店場所の選択は不可
申 7月10日(火)(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 ☎202-0011 泉町3-12-35ごみ減量推進課へ ※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 ☎042-438-4043

猫の一時預かりボランティア募集

西東京市地域猫の会では、保護した飼い主のいない猫の譲渡会を、4～12月の第1(日)開催の「りさいくる市」で実施しています。
 保護数の増加による人手不足解消

のため、譲渡までの一時預かりにご協力いただける方は下記までご連絡ください。
 ▶環境保全課 ☎042-438-4042



市内産農産物の放射能検査結果

東京都が西東京市内産農産物について検査をした結果、全ての検体について放射性セシウムは検出限界値未満(ND)でした。検査結果の詳細については、下表のとおりです。

検査品目	採取日	検査結果【放射能濃度(Bq/kg)】		
		ヨウ素-131	セシウム-134	セシウム-137
ナス(露地栽培)	平成29年10月16日	測定せず	ND (<4.2)	ND (<4.7)
キャベツ(露地栽培)	平成30年5月25日		ND (<4.2)	ND (<4.2)

※[ND]とは、検査機関の分析による検出限界値未満を示します。
 ※農林水産物の放射性セシウムの新基準値は、セシウム-134とセシウム-137の合計で、100Bq(ベクレル)/kg、放射性ヨウ素は半減期が短いため基準値の設定はありません。
 ▶産業振興課 ☎042-438-4044

としょかん子どもイベント 第1弾 夏休み★楽しく学ぼう!



「一日図書館員」になってみませんか?

- 中央図書館
 - 時①7月24日(火) ②31日(火)
 - 対・定①小学4～6年生・6人 ②小学5年生～中学生・6人
- 保谷駅前図書館
 - 時①7月26日(休) ②31日(火)
 - 対・定小学4～6年生・各日6人
- 芝久保図書館
 - 時7月20日(金)
 - 対・定小学4～6年生・3人
- 谷戸図書館
 - 時①7月24日(火) ②26日(休)
 - 対・定小学4～6年生・各日4人
- 柳沢図書館
 - 時①7月24日(火) ②31日(火)
 - 対・定①小学4～6年生・6人 ②小学5～中学生・6人
- ひばりが丘図書館
 - 時①7月25日(休) ②26日(休)
 - 対・定小学4～6年生・各日6人
 - ※いずれも午後1時30分～4時30分
 - 申7月1日(日)～8日(日)に、希望する図書館へ来館(電話不可)
 - ※1人1館まで ※申込多数は、在住・在学の初めての方優先
 - ※結果は電話で通知
 - ▶中央図書館 ☎042-465-0823

夏の紙芝居スペシャル
紙芝居で見る戦争ってどんなこと?
時・場①7月22日(日)午後2時30分～3時30分・保谷駅前図書館

②8月4日(土)午前11時～正午・中央図書館 ※当日、直接会場へ
内「りんごの歌」ほか
対3歳以上(3歳未満は保護者同伴にて可)大人だけの参加も可
□共催 はとぼっぼ
▶中央図書館 ☎042-465-0823

ソウセキさんに学ぶ「なんだ、これでいいんだ!」おもしろお手紙教室

時7月27日(金)午後2時～4時
場谷戸公民館
内型にはまらない手紙づくりの楽しさを体験します。
対・定小学生・20人(付き添い見学可)
講中川越さん(手紙文化研究家)
申7月10日(火)から、来館または電話で下記へ
▶谷戸図書館 ☎042-421-4545

きみも調べ方マスター! 百科事典ポプラディア講座

時7月28日(土)午前10時30分～正午
場田無公民館
内自由研究にも使える百科事典。事典編さんに携わる方と使い方のコツを楽しく学びます。
対・定小学3年生～中学生・24人(先着) ※保護者同伴も可
講齋木小太郎さん(ポプラ社)
申7月3日(火)から、来館または電話で下記へ
▶中央図書館 ☎042-465-0823

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

犬のしつけ方教室(入門編) 7月20日(金) 午後1時30分～3時30分 エコプラザ西東京

これから犬を飼うことを検討中の方もご参加ください。
内犬に関する法律・犬のしつけ方の講習と実習など(飼犬は同伴不可)
定50人(申込順)
講東京都動物愛護相談センター職員
申7月2日(月)～19日(休)に電話で下記へ ※講師への質問も受け付けます。
▶環境保全課 ☎042-438-4042

障害者スポーツ支援 7月21日(土) 午前9時30分～11時30分 スポーツセンター

障害者スポーツ支援事業として、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です。
対在住または市内の障害者作業所などに通所している方
内NPO法人ウーノの会 ☎042-424-7775・FAX042-439-4487
▶障害福祉課保 ☎042-438-4033

認知症セミナー 認知症と、どうつきあっていけばいい? 7月29日(日) 午後2時～3時30分 田無総合福祉センター

内誰にとっても、かけがえのない人生を豊かに生きるためのヒントと工夫
定100人(申込順)
申氏名・住所・電話番号を☎へ
内・申NPO法人ハート・リング運動 ☎03-6848-2800・FAX03-6800-2562・info@heartring.or.jp
▶高齢者支援課保 ☎042-438-4029

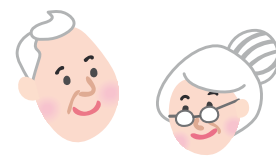
協働のまちづくりワークショップ 7月31日(火) 午後1時30分～4時30分 防災センター

内講演およびワークショップ「命と暮

らしを守る協働～私たちの力は、まちを守る力になる～」
対協働に関心のある市内NPO・市民活動団体・企業・自治会の方
定30団体30人(申込順。1団体1人まで)
講浅野幸子さん(減災と男女共同参画研修推進センター共同代表)
申7月23日(月)までに、電話・ファクス・メールで住所・氏名・電話番号を☎の「協働のまちづくりワークショップ」係へ
内市民協働推進センター ☎042-497-6950・FAX042-497-6951・yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp
▶協働コミュニティ課保 ☎042-438-4046

フレイル予防講座 ①8月の毎週(火)、9月4日(火)・10月2日(火) URひばりが丘南集会所 ②8月24・31日、9月7・14・21日、11月2日 ※いずれも(金) 住吉福祉会館 午後2時～3時30分

硬いものが食べられなくなっているかもしれません。
以前より外出がおっくうだったり、人と話す機会がなくなってきていませんか? それはフレイルの危険信号です。みんなで楽しく、フレイルを予防します。
内●運動 ●食事 ●お口のケア
対65歳以上の方(各種講座に参加したことがない方優先)
※おおむね全日程参加できる方
定各回20人(申込多数は抽選)
¥1回150円
申7月13日(金)(消印有効)までに、はがきで住所・氏名・年齢・電話番号・講座名・希望のコース番号を〒202-8555市役所高齢者支援課へ
※他の会場でも実施予定、順次広報で募集します。
▶高齢者支援課保 ☎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いたします。

「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。

ようこそとしょかんへ7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。



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
おはなしおばさんのおはなし会 1日(日)午前11時
- にこにこおはなし会 5・19日(木)午前11時/1～2歳児と保護者
- サンサンおはなし会
15日(日)午前11時/3歳児から
- おはなし会
毎週(休)午後3時30分/3歳児から
- 夏は山、夏は海、夏はおはなしと紙芝居スペシャル!
21日(土)午前11時/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 13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば
13日(金)午後3時30分/3歳児から
- おはなしのへや 14・28日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生
- 夏休みおはなしひろばスペシャル
27日(金)午後3時30分～4時30分/3歳児から

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
11日(木)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 毎週(休)午後4時/3歳児から
- かにむかしのおはなし会
7日(土)午前11時

谷戸 ☎042-421-4545
火～日 午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 4・18日(木)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会
11・25日(木)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 6・13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
14日(土)午前11時
- おはなしひろば
毎週(休)午後3時30分/3歳児から

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 6・13・27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
7日(土)午前11時/3歳児から
- おはなしひろば
4日(木)午後4時/3歳児から
- なつのおはなしひろば
18日(木)午後4時～5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
5日(休)午前11時/下保谷児童センター

休館日
2日(月)・9日(月)・17日(火)・23日(月)・30日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、20日(金)休館
※芝久保・谷戸図書館は、16日(休)休館

夏休みどこへ遊びに行こうかなあ

図書館のイベントは7面にあるよ!



今年の夏はJOMONがあつい! 縄文展 ダブル見学ツアー 下野谷遺跡&東京国立博物館で縄文にハマろう!

2つの縄文時代の特別展を市の学芸員の解説で見学します(館内の混雑状況により、解説箇所などは変わります)。国立博物館では、特別に映像などによる解説を鑑賞します。

①「下野谷から探る縄文の眼差し」
②「縄文-1万年の美の鼓動」

対 A 小学校4年生~中学生 B 中学生以上

※A・Bともに①・②両日参加できる方(保護者同伴可)。

時 ①8月1日(水)・②8月22日(水) A 午前10時30分~正午 B 午後2時~3時30分

場 ①郷土資料室(西原総合教育施設内)・②東京国立博物館 ※いずれも現地集合・現地解散

定 A・B各20人(先着)

申 7月3日(火)午前10時から、電話で氏名・年齢・連絡先を下記へ

※国立博物館の入館料は参加者の負担(中学生以下無料。一般当日1600円)。
▶社会教育課 電話 042-438-4079

パパ's絵本プロジェクト15周年ライブ

子どもも、パパも、ママもみんなで笑って楽しもう!

絵本と歌のライブを通して、子どもだけでなく、大人も楽しみましょう。新たな発見があるかもしれません。

時 7月29日(日)午前10時~正午

場・定 住吉会館・親子30組

講 パパ's絵本プロジェクト(ファザリングジャパン)

申 7月2日(月)から、電話・メールで件名「パパ's絵本プロジェクト」・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

電話 042-439-0075

メール kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

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5回)

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 7月24日(火)・8月21日(火)~24日(金)午後3時~5時(受付:2時30分)

場 総合体育館

対 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14日(出)(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・性別・保護者名・電話番号・学校名(学年)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 電話 042-425-0505

▶スポーツ振興課 電話 042-438-4081

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

ハンセン病に対する正しい理解を深め、人権について考えてみませんか? 貸切バスで現地へ行きます。親子参加大歓迎!

時 8月2日(休)午後0時30分~5時15分

場 国立ハンセン病資料館(集合・解散:田無庁舎または保谷庁舎)

消費生活展バス見学会 石けん工場を見学しよう!レッツゴー横浜!

「人にも、環境にも優しい」石けん工場を親子で見学!自分でかたどった石けんを持ち帰れます。

時 7月26日(木)午前8時~午後4時(集合:田無庁舎)

内 午前:太陽油脂(株)(石けん工場見学) 午後:横浜港大さん橋国際客船ターミナル ※全行程バス移動。工場見学は小学3年生以上向けの内容

対・定 在住の小学生と保護者・16組程度(申込多数は抽選)

※子どもは2人まで

持 昼食、飲み物、筆記用具、動きやすい服装・靴

申 7月6日(金)(必着)までに、往復はがき・ファクス・メールで件名「バス見学会」・住所・保護者氏名・子どもの氏名と学年・電話(ファクス)番号を〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ

企画・運営 第18回西東京市消費生活展実行委員会

▶協働コミュニティ課 電話 042-438-4046

ファクス 042-438-2021

メール kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

いこいの森 Summer Day

普段とちょっと違った雰囲気でのんびりいこいの森公園の夏をお楽しみください。

時 8月4日(土)午前10時~午後4時

場 西東京いこいの森公園

内 ●ビールやかき氷などの、夏にぴったりのケータリング ●子どもたちに大人気の噴水やクラフトイベント

※パラソル付きのテーブルやイスあり ※詳細は問のHPをご覧ください。

問 西東京いこいの森公園パークセンター

電話 042-467-2391

▶みどり公園課

電話 042-438-4045



新種発見?? 勝浦市(友好都市)で磯観察!

友好都市である千葉県勝浦市は海に面しており、海水浴場も多く、海産物が味わえる魅力満載のまちです。

時 8月27日(月)午前6時~午後8時(到着予定) ※バス移動・雨天決行(一部内容変更あり)・荒天中止

内 勝浦市の小・中学生と一緒に海に詳しい研究員の指導のもと磯の生き物の観察・学習

コース 集合(両庁舎)~勝浦市(海辺・博物館)~解散(両庁舎)

対 在住・在学の小学4年生~中学生で、事前学習会に参加できる方(保護者同伴可)

定 20人(申込多数は抽選)

¥50円(保険料)

※昼食は各自用意

事前学習会

時・場 8月17日(金)午後2時~5時・防災センター

申 7月20日(金)(必着)までに、はがきまたはメールで住所・氏名(保護者同伴の場合は保護者氏名も)・性別・学校名・学年・年齢・電話(ファクス)番号を〒202-8555市役所文化振興課「勝浦市で磯観察!」係へ ※詳細は市HPをご覧ください。

▶文化振興課 電話 042-438-4040

メール bunka@city.nishitokyo.lg.jp



磯観察の様子

勤務先(在勤・在学のみ)・希望の集合場所を〒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 電話 042-438-4046

メール kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

多摩六都科学館 ナビ

昆虫標本作り教室

昆虫の体のつくりはどうなっているのでしょうか。専門家の先生の話聞きながら、昆虫の標本を作ってみませんか。

時 ①7月21日(土):アトラスオオカブト ②22日(日):メタリフェルホンアカクワガタ 午後2時~4時

対・定 小学3年生~中学生・各20人

¥2,500円 ※別途入館券(小人200円)

申 7月9日(月)(必着)までに、問のHPからまたははがきで「イベント名」・開催日・氏名・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を問へ ※当選者のみに参加券を送付

問・場 多摩六都科学館 〒188-0014 芝久保町5-10-64

電話 042-469-6100

休館日:2・9日(月)・17日(火)



ロクサイエンス コラム

50 タケとササ、どう違う?

七夕の歌は「笹の葉さらさら~」と始まりますが、子どもたちが願い事を書いた短冊をつるしているもの多くはタケです。このタケとササ、同じ植物なのでしょう?

タケもササも、イネ科タケ亜科の植物です。背が高くなるのがタケで低いのがササ、と分けたくところですが、きちんと種として分ける基準があります。植物の分類で注目するのはタケノコのときについてい



科学館では竹を飾っています。竹(笹)の状態です。どちらも地面から生えてきた時には茎全体が皮で覆われていますが、成長するにつれてタケはその皮が落ちてしまいます。一方、ササは成長してもそのまま皮が残ります。

七夕飾りを見ると、ついどんな願い事がされているかばかりを見てしまいがちですが、短冊が結ばれた枝も見て、皮があるかないかを確かめてみるのも楽しいですよ。