



いこーな
©シンエイ/
西東京市



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／秘書広報課
●配布／シルバー人材センター
☎042-428-0787 (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



9/15
令和元年(2019年)9月15日号

No. 464

主 な 内 容

【3面】プレミアム付商品券購入引換券交付申請書 【4面】胃がん検診 【5・8面】ラグビーワールドカップ2019™パブリックビューイング

もうすぐ始まる！ 資源物の戸別収集に ご協力ください

10/1(火)
スタート

日頃よりごみの減量・資源化にご協力いただきありがとうございます。10月1日(火)から、家庭ごみ分別の向上や資源化の促進のほか、高齢化の進展に伴い排出困難者対策などの市民サービスの向上を図るため、資源物の戸別収集を開始します。皆様のご理解とご協力をお願いします。

▶ごみ減量推進課 ☎042-438-4043

収集日程などは「ごみ・資源物収集カレンダー」
その他の詳細は「西東京市ECO羅針盤」をご覧ください。 ※市報今号と同時配布

資源物はどこに出すの？

戸建住宅の場合

道路に面した敷地内の見やすい所に出してください。



集合住宅の場合

各集合住宅で指定された場所に出してください。



集積所の継続利用の場合

指定された場所に出してください。

申 申込書は、市HP・ごみ減量推進課の窓口で配布中



集積所を継続して
利用する場合は、
申請をお願いします！



収集日と収集回数が変わります

集積所収集から戸別収集に変更することに伴い、本市の収集量の推移と他市の収集回数を参考にして、回数を変更します。

品目	9/30まで 集積所収集	10/1から 戸別収集
びん・スプレー缶・ライター	1回／1週	1回／2週
缶類	1回／1週	1回／2週
古紙・古布類	1回／1週	1回／2週
ペットボトル	1回／1週	
金属類	1回／4週	
小型家電	1回／4週	
廃食用油	1回／4週	
		変更なし

ご家庭でカゴ等をご用意ください

基本的に家にあるもので構いません。中身の見える、ふたの無いもので、雨水のたまらないものをおすすめします。



〈イメージ〉



〈イメージ〉

公共施設への缶の持込場所を10カ所設置

□持込場所 ◎原則、持ち込みは各施設の開館時間中をお願いします。

エコプラザ西東京

田無庁舎

柳橋出張所

ひばりが丘公民館

谷戸公民館

芝久保公民館

ふれあいセンター

柳沢公民館

住吉会館ルピナス

東伏見コミュニティセンター

ごみ出しにお困りの方へ ふれあい収集

高齢または障害等により、「ごみ・資源物」を出すことが困難な世帯に、玄関先などから収集する「ふれあい収集」を行っています。
次の①から③までのいずれかに該当する世帯が対象になります。

【対象世帯要件】令和元年10月より

- ①介護保険法に基づく要介護状態区分が要介護1から要介護5までのいずれかの認定を受けた65歳以上の者だけで構成されている世帯
- ②身体障害者福祉法に基づく身体障害者手帳の障害の程度が肢体不自由の1級または2級の者だけで構成されている世帯
- ③その他ふれあい収集が必要な世帯

市からの

連絡帳

年金

令和元年度 国民年金保険料
継続免除承認結果が却下になった方

前年度(以前)から、継続免除(全額または納付猶予)承認済みの方が、今年度承認却下となった場合、再申請をすれば一部免除(4分の1・半額・4分の3)に該当することがあります。再申請する方は手続きをしてください。
※継続免除とは、前年度の免除承認区分が全額か納付猶予に限り、今年度も同じ区分での免除申請を希望した方
持 年金手帳・認め印^{など}
場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)
問 武蔵野年金事務所
☎0422-56-1411(ナビダイヤル)
▶保険年金課**田**☎042-460-9825

子育て・教育

市立小・中学校の学校選択制度

新入学の児童・生徒を対象に、住所地の指定校以外の市立小・中学校に入学を希望する場合は、希望校を事前に申し立てることができます。
対 令和2年度新入学児童・生徒
持 認め印
口 受付窓口
時 10月1日(火)～31日(木)平日午前8時30分～午後5時
場 教育企画課(保谷庁舎3階)
口 臨時窓口
時 10月16日(火)～18日(金)午前8時30分～午後5時
場 田無庁舎1階
※本市に転入予定の方は別途書類^{あり}。詳細は下記へお問い合わせください。
口 学校選択制度のご案内
9月上旬に、対象の方へ「学校選択制度のご案内」を送付しました(市立小学校の6年生には在籍校で配布)。届いていない場合は、下記へご連絡ください。
口 学校案内パンフレット
教育企画課(保谷庁舎3階)・市民相談室(田無庁舎2階)で配布
▶教育企画課**保**☎042-438-4071

子供医療費助成制度
～乳・子医療証の送付～

現在**乳**・**子**医療証をお持ち方は、原則自動更新となりますので、新しい医療証を9月下旬に送付します。
なお、転入・未申告などで更新手続きが必要な方には7月および8月に書類を送付しています。まだ手続きをしていない方は必ず行ってください。本制度の対象となる方で医療証をお持ちでない場合は、申請が必要です。
▶子育て支援課**田**
☎042-460-9840

くらし

アスタ市民ホール利用一時休止

日本中央競馬会による館内大規模工事のため、アスタ市民ホールの利用を一時休止します。
※再開は、令和2年11月2日を予定。工事の進捗状況によって、日程が前後する場合がありますので、改めて市報・市**HP**でお知らせします。
時 12月1日～令和2年11月1日(予定)
場 アスタ市民ホール
▶文化振興課**保**
☎042-438-4040

民間賃貸住宅への入居や
居住継続にお困りの方へ

住宅確保要配慮者民間賃貸住宅入居支援・居住継続支援制度をご活用ください。
☆住宅探しのお手伝い
内 市と協定を結んだ不動産関係団体の担当者が住宅を探すお手伝いをする^{など}
対 本市の住民基本台帳に記載され、収入があり、次のいずれかに該当する方
●高齢者世帯(65歳以上のみの世帯)
●障害者世帯(身体障害者手帳4級以上・愛の手帳3度以上・精神障害者保健福祉手帳2級以上の所持者がいる世帯)
●ひとり親世帯(18歳未満の子と父または母いずれかのみの世帯)
☆保証委託契約のあっせん
内 住宅を借りる際に保証人が見つからない場合のあっせん
対 「住宅探しのお手伝い」に同じ
☆各種費用の助成
①保証委託料…市と協定を結んだ不動産関係団体を通して保証会社と保証

委託契約を締結した場合、新規契約時と初回更新時の保証委託料の一部を助成
②少額短期保険料…本制度を活用した賃貸借契約にあたり少額短期保険に加入した場合、2年間保険料の一部を助成
③初期費用…本制度を活用し、賃貸借契約の締結予定の方で、初期費用の準備ができずに困っている方へ初期費用の一部を助成
口 助成額 ①委託料の2分の1(2万円^{まで})
②保険料の2分の1(月々1,500円^{まで})
③初期費用の2分の1(14万円^{まで})
対 市内に2年以上居住し、市が定める所得基準内にある方で、
①保証会社と保証委託契約を締結した方
②少額短期保険に加入した方
③自らの都合ではなく賃貸人からの立ち退き要求を受けている方
※そのほか詳細な条件がありますので、事前にお問い合わせください。
▶住宅課**保**☎042-438-4052

雨水浸透施設などの
助成制度のご利用を

集中豪雨や台風による浸水被害を軽減するための取組の一つとして、宅地内に雨水浸透施設(屋根に降った雨を道路や河川に流さず地下に浸透させる施設)などを設置する際の設置費用の一部(上限額15万円)を助成しています。
対 市内にある個人所有の住宅
口 実施期間 令和2年2月末^{まで}(予定)
※詳細はお問い合わせください。
▶下水道課**保**☎042-438-4059



浸透ますの設置例

公共下水道への切替えを

公共下水道(汚水)に未接続の場合、浄化槽を利用していたとしても、洗濯や流しなどの汚水が直接河川に流れ込み、悪臭や汚濁の原因となります。
浄化槽・くみ取便所を利用している場合は、遅滞なく公共下水道に接続することが法律で義務付けられていますので、早めの切替えをお願いします。
申 市の指定下水道工事店(市**HP**で紹介)へ
▶下水道課**保**☎042-438-4058

はなバス第4北ルート 西原町4丁目(田無ファミリーランド)停留所の移設について

9月24日(火)始発より、現在の位置より西側の田無ファミリーランド敷地内に停留所を移設します。これに伴い、花小金井駅方面行きは、停まりません。
また、時刻表および一部の時間帯で運行経路に変更が生じます。新しい時刻表は、以下の公共施設や、はなバスの車内(一定期間のみ)にて配布するほか、市**HP**でもご覧いただけます。
なお、第1・2・3ルート、第4南ルートの時刻表は変更ありません。
口 配布場所 田無庁舎・保谷庁舎・出張所・図書館・公民館
▶都市計画課**保**☎042-438-4050



無料市民相談

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。
口 申込開始 9月18日(水)午前8時30分(★印は、9月4日から受付中)
口 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**田**☎042-460-9805
保谷庁舎1階市民相談室**保**☎042-438-4000

内容	場所	日時
法律相談	田	10月4日(金)・10日(木)午前9時～正午
	保	10月1日(火)・2日(水)・8日(火)・9日(水)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	★10月3日(木)
	保	★9月26日(木)
交通事故相談	田	10月9日(水)
	保	★9月25日(水)
税務相談	田	10月11日(金)
	保	10月4日(金)
不動産相談	田	10月17日(木)
	保	10月10日(木)
登記相談	田	10月10日(木)
	保	10月17日(木)
表示登記相談	田	10月10日(木)
	保	10月17日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	10月7日(月)
行政相談	田	10月18日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	★10月2日(水)

「バーチャル行政窓口」を活用した
窓口業務の実証実験を実施

「バーチャル行政窓口」とは、離れた場所でも、まるで目の前で対話するようにコミュニケーションが行える機能を、一体的に備えた新しいシステムです。
このようなICTを活用した新サービスの行政分野における適用可能性を検証するため、子育て関係の窓口業務に関する実証実験を行いますので、ぜひご利用ください。
口 実施期間 9月17日(火)～10月4日(金)
口 設置場所 保谷庁舎1階市民課
口 実施内容 保谷庁舎と田無庁舎を専用端末でつなぐことで、保谷庁舎にはない子育て支援課に関する申請手続・相談等が行えるようになります。

口 対象業務 ●児童手当および医療費助成の新規手続き ●児童扶養、児童育成、特別児童扶養手当、ひとり親家庭医療等の相談対応
※実証実験のため、一部の業務は完結できない場合があります。

▶企画政策課**田**
☎042-460-9800



市政

プレミアム付商品券購入引換券交付申請書を発送しました

令和元年度の住民税が課税されていない方へ、プレミアム付商品券購入引換券交付申請書を発送しました。

対象者で申請書が届かない場合は、お問い合わせください。

※住民税課税者の配偶者や課税者と住民票が同一世帯の方、生活保護の受給者は対象外です。

※郵便受けにお名前が表示されていない場合には返送される可能性があります。

▶企画政策課 ☎ 042-439-5959

特定生産緑地に関する説明会

平成29年に生産緑地法の一部が改正され、生産緑地を計画的に保全することを目的として、新たに「特定生産緑地制度」が創設されました。本制度に関する説明会を開催します。

時・場 下表参照

対 市内生産緑地をお持ちの方とその関係者

▶都市計画課 ☎ 042-438-4050
□説明会 ※各回、同じ内容です。

日時	場所
9月28日(土)	JA保谷支店
10月2日(火)	新町福祉会館
3日(木)	向台地区会館
4日(金)	下保谷福祉会館
5日(土)	JA田無支店
8日(火)	田無庁舎5階
9日(水)	ひばりが丘北市民集会所
11日(金)	上向台地区会館
16日(水)	保谷庁舎4階

※進行状況により、午後5時より前に終了する場合があります。

選挙

9月1日現在の選挙人名簿登録者数(定時登録)などが確定

□登録者数

男性8万2,026人、女性8万7,941人、計16万9,967人
前回の選挙時登録者数と比較すると、男性467人増、女性537人増、計1,004人増加しています。

□今回の定時登録の要件

- ①日本国民
- ②平成13年9月2日以前に出生
- ③9月1日現在、引き続き3カ月以上

居住している(他市区町村から転入した場合は、6月1日までに本市の住民基本台帳に記載)または、5月1日以降の転出で、転出前に3カ月以上居住していた

□在外選挙人名簿登録者数 男性89人、女性104人、計193人

□今回の在外選挙人名簿登録などの要件

- ①日本国民
- ②登録申請時に満18歳以上
- ③在外選挙人名簿に登録されていない
- ④国外に住所を有し、次のいずれかに該当する

●その者の住所を管轄する領事官の管轄区域内に引き続き3カ月以上住所がある

●本市の選挙人名簿に登録されており、出国前に海外への転出届および在外選挙人名簿登録移転申請をしている
▶選挙管理委員会事務局 ☎ 042-438-4090

募集

西東京市一店逸品事業 第7弾募集!

よいもの発見! 逸品めぐり
～食料品店対象～

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、これまでの6回で180品以上の逸品を認定しました。

このたび、第7弾として逸品を募集します。

※過去の認定済み逸品の再申込み可

□募集期間 10月15日(火)まで

□認定テーマ 「持ち帰り飲食料品」

- 市の認知度を向上させるもの
- 市の特徴を活かしたもの
- 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申込書を☎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☎へお問い合わせください。

②市民の皆さんからの推薦

気に入っている逸品(味・店主の熱意など)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。

西東京市の一店逸品 検索

☎西東京商工会
☎ 042-461-4573

▶産業振興課 ☎ 042-438-4041

etc その他

東京都市町村総合体育大会の結果

スポーツ振興と都内市町村間の交流を目的とした歴史のあるスポーツ大会で、14競技22種目を競いました。

本市は、卓球男子・ソフトボール女子で第2位、柔道男子で第3位となりました。

問 NPO法人西東京市体育協会事務局 ☎ 042-425-7055

※平日午前9時～午後4時(第1(火)を除く)
▶スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

西東京市手話通訳者登録試験

(手話通訳者全国統一試験)

時 12月7日(土)午前10時～午後5時

場 日野市「生活・保健センター」

対 在住の20歳以上で、手話通訳者養成課程修了者

料 6,000円

申 9月27日(金)～30日(月)に申込書を提出(郵送不可)

□申込書 障害福祉課(両庁舎1階)・市HPで配布

問 西東京登録試験委員会事務局
☎ 042-438-2275・✉nishitokyo.shiken@gmail.com

▶障害福祉課 ☎ 042-438-4033

寄付

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)スモール・プラネット様

▶管財課 ☎ 042-460-9812

※匿名5人(各1万円)

※五十嵐真太郎様(金員)

▶秘書広報課 ☎ 042-460-9803

教育委員会

時 9月17日(火)午後2時

場 防災センター

内・定 行政報告ほか・10人

▶教育企画課 ☎ 042-438-4070

審議会など

■社会教育委員の会議

時 9月27日(金)午後2時

場 保谷庁舎4階

内・定 地域学校協働活動・5人

▶社会教育課 ☎ 042-438-4079

■地域密着型サービス等運営委員会

時 10月1日(火)午後7時

場 防災センター

内・定 地域密着型サービスなど・5人

▶高齢者支援課 ☎ 042-438-4030

■子ども子育て審議会計画専門部会

時 10月7日(月)午後2時

場 田無庁舎5階

内・定 子育て・子育てワイワイプラン後期計画策定・8人

■青少年問題協議会

時 10月9日(水)午前9時30分

場 田無庁舎3階

内・定 活動報告・5人

▶子育て支援課 ☎ 042-460-9841

<お詫びして訂正します>

9月1日号の2面『事業者募集』障害者総合支援センターの指定管理者』の記事において、指定期間の誤りがありました。正しくは次のとおりです。

(正) 指定期間

令和2年10月1日～令和7年9月30日

ガスコンロによる火災に注意

調理中にガスコンロの周囲にある可燃物や着衣に着火する火災が発生しています。

□着衣着火を防ぐ

- 防災品のエプロンやアームカバーを使用する
- 袖や裾が広がった衣服の着用を避ける
- 鍋等の底から火があふれ出ないよう

うに、適切な火力調整をする

□伝導加熱

ガスコンロの熱が壁面の金属板などを伝わり、内側の木材を徐々に炭化させ、出火に至ることがありますのでガスコンロと壁の距離を適切にとり、定期的に点検確認を行いましょう。

問 西東京消防署 ☎ 042-421-0119

▶危機管理室 ☎ 042-438-4010

薬物乱用防止ポスター・標語展

市内の中学生が「人生を無駄にしないで」と願いを込めて制作しました。

時 9月24日(火)～27日(金)午前10時

～午後4時(最終日は3時まで)

場 田無庁舎2階

▶健康課 ☎ 042-438-4021

固定資産税の減額

▶資産税課 ☎ 042-460-9830

※いずれも工事後3カ月以内に、資産税課への申告が必要です。

住宅耐震改修工事

□減額分 2分の1(住宅面積120㎡^{まで})

□要件 ●昭和57年1月1日以前から市内にある住宅に対し、現行の耐震基準に適合させる耐震改修工事を行う

●1戸当たりの工事費用が50万円超

□必要書類 ①耐震基準適合住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ②増改築等工事証明書または住宅耐震改修証明書 ③耐震改修工事費用の領収書の写し

住宅のバリアフリー改修

□減額分 3分の1(住宅面積100㎡^{まで})

□要件 ●新築日から10年以上経過した市内の住宅に対し、一定のバリアフリー改修工事(※1)を行う ●65歳以上の方、要介護・要支援認定を受けている方、障害者の方が居住する家屋(賃貸住宅を除く)

●改修後の床面積が50㎡以上280㎡以下 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額) ●現在、新築住

宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋

※1…廊下の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室・便所の改良、手すりの設置、屋内の段差の解消、引き戸への交換、床の滑り止め化

□必要書類 ①住宅のバリアフリー改修に伴う固定資産税の減額適用申告書

②工事内容などが確認できる書類(工事明細書・現場の写真^{など})と工事費用の領収書の写し

③納税義務者の住民票 ④居住者の要件により次のいずれかの書類 ●65歳以上…住民票 ●要介護・要支援…介護保険被保険者証の写し

●障害者…障害者手帳の写し

⑤補助金などの交付を受けた場合は、交付を受けたことが確認できる書類

住宅の省エネ改修

□減額分 3分の1(住宅面積120㎡^{まで})

□要件 ●平成20年1月1日以前から市内にある住宅(賃貸住宅を除く)に対し、一定の省エネ改修工事(熱損失防止改修※2)を行う ●改修後の床面積が50㎡以上280㎡以下 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額) ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋

※2…窓・床・天井・壁の断熱性を高める改修工事(外気などと接するもので、窓の改修を含めた工事であることが必須)

□必要書類 ①住宅の熱損失防止改修に伴う固定資産税の減額適用申告書

②増改築等工事証明書 ③工事費用の領収書の写し ④納税義務者の住民票

健康ひろば



一般	▶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。			
	事業名	日時／場所	対象／定員(申込順)	申込方法など
	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のできる体操】	10月2日(水)午後1時～2時 保谷保健福祉総合センター	在住の18歳以上の方／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】	10月2日(水)午後2時15分～3時15分 10月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	前日までに電話
	からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	10月3日(木)午後1時30分～3時30分 田無総合福祉センター	在住の方／2人	9月30日(月)までに電話
	西東京しゃきしゃき体操パート1講座 【初心者大歓迎！足の筋力やバランス能力を向上させましょう！】	10月8日(火)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター	在住で立位がとれる方／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)。
	栄養ミニ講座 「悪玉コレステロールを下げるコツ」	10月11日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	在住の方／15人	10月8日(火)までに電話
子ども	栄養・食生活相談 【肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による相談】	10月11日(金)午後1時～4時 田無総合福祉センター	在住の方／4人	10月8日(火)までに電話
	骨力アップ講座(2日間) ※保育あり 1日目：栄養講座・骨密度測定 2日目：運動講座・実技	1日目：10月18日(金) 2日目：25日(金) 午前10時～正午 田無総合福祉センター	在住の18歳～70歳までの女性で、歩行に支障のない方／30人 ※2日間参加可能な方	10月11日(金)までに電話
	3～4カ月児健康診査 時 9月19日(休)、10月3・17・31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 9月30日(月)、10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 9月17日(火)、10月1・15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 9月18・25日(火)、10月2・16・23日(火) 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 1歳になる前日まで、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 ●10月30日(火)受付：午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター ●11月27日(火)受付：午前9時30分～11時・田無総合福祉センター 対 乳幼児と保護者	子育て講座 (歯科衛生士による歯が生えてくる頃の話) 当日 時・場 ●10月30日(火)・保谷保健福祉総合センター ●11月27日(火)・田無総合福祉センター 午前10時 ^ア から 対 生後7カ月前後の乳児と保護者(先着15組)	

予約は9月17日(火)から
電話やWebで

第2回 胃がん検診

内 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。
対 令和2年3月31日時点で40歳以上で、前年度に市の胃がん検診を受診していない方
申 9月17日(火)午前9時から、下記申込専用電話またはWebへ
①胃がん検診申込専用電話
0120-128-331 (固定電話^カら)
03-3269-4752 (携帯電話・スマートフォン^カら)
※平日のみ：午前9時～午後5時
②Web予約 下記QRコード^カら

□第2回 胃がん検診 日程 検診時間：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	10月16日(水)・28日(月) 11月12日(火)・26日(火) 12月4日(水)	11月15日(金)・20日(水) 12月7日(土)・10日(火)
保谷保健福祉総合センター	10月15日(火)・26日(土) 11月1日(金)・30日(土)	10月19日(土)・24日(木) 11月6日(水)・17日(日)・25日(月) 12月2日(月)

※第3回日程は、11月15日号と市報^ニに掲載予定
▶健康課保 042-438-4021 ※健康課では予約の受付はしていません。

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
15日	田無病院 緑町3-6-1 042-461-2682	藤沼内科クリニック 富士町4-18-11 フジビル1階 042-466-5105	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 ^キ まで
16日	佐々総合病院 田無町4-24-15 042-461-1535	さいとう小児科内科クリニック 下保谷4-2-21 042-421-7201	
22日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時 ^キ まで 042-465-0700	池田クリニック 柳沢2-3-13 都営柳沢二丁目アパート110号 042-465-3331	
23日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 042-424-6640	南しばくぼ診療所 芝久保町2-22-36 042-461-3764	
29日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時 ^キ まで 042-464-1511	たなか内科・リウマチ科クリニック 谷戸町2-1-41 ひばりが丘南メディカルスクエア1階 042-452-6878	

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	ニヤマ歯科 田無町6-6-31 042-465-8666	竹中歯科医院 南町3-1-2 042-461-0519
16日	神田歯科医院 緑町3-5-30 042-466-3234	たきもと歯科医院 東町2-13-18 042-438-3055
22日	しげる歯科 向台町5-1-1 042-467-1107	堀歯科医院 田無町5-8-10 ライオンズマンション田無第2 042-466-4182
23日	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 042-421-4029	佐野歯科医院 富士町4-19-11 川本ビル2階 042-468-7648
29日	井出歯科 泉町1-13-4 042-465-6488	

！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※申マークがないものは、当日、直接会場へ

高齢者安全運転支援装置 設置促進事業補助金

東京都では「高齢者安全運転支援装置設置促進事業補助金」を開始します。

□**制度概要** ※対象となる要件^{あり}

都内在住の高齢運転者が、ペダル踏み間違いなどによる急加速抑制装置としての機能を有する安全運転支援装置を1割の負担で購入・設置できるよう、取り扱い事業者に対し、東京都が当該費用の9割を補助(補助限度額は10万円/台)するものです。

問 東京都都民安全推進本部総合推進部交通安全課 ☎03-5321-1111

2019早稲田スポーツフェスタ In東伏見

学生アスリートと共にスポーツを楽しみましょう。

時 9月16日(祝)午前10時～午後4時

場 早稲田大学東伏見キャンパス

内 ●スポーツ体験 ●おもしろ体験^{など}

※詳細は、**問**のHPへ

問 早稲田大学競技スポーツセンター ☎03-5286-3757

おまとめ市民公開講座

時 9月21日(土)午後2時～4時30分(1時30分開場)

場 スカイツー西東京

内 がん市民検診のススメ

問 西東京中央総合病院 ☎042-464-1511

ラグビーワールドカップ2019™ パブリックビューイング

時 9月28日(土)午後3時開場

- 3時30分 ラグビートークショー
- 4時15分 キックオフ(予定)

□**要入場整理券**

結核は昔の病気と思いませんか？

結核予防週間 9月24日(火)～30日(月)

結核は日本の重大な感染症であり、年間1万5,000人程度が新たに発症しています。結核は、早期発見・早期治療により治すことができます。

□**60歳から感染者が増加** 新たに発症した方のうち、60歳以上の方が70%以上を占めています。体のだるさや微熱、体重減少に注意が必要です。

電話または直接**問**へ ※残数僅少

場・**問** 保谷こもれびホール ☎042-421-2323

nikoフェスwithいこいの森 サマーDAY

時 9月29日(日)午前10時～午後4時

※荒天中止

場 西東京いこいの森公園

内 飲食物・ハンドメイド雑貨の販売^{など}

※詳細は、**問**のHPへ

□**主催** (一社)SEM、西東京の公園・西武パートナーズ

問 事務局 ☎info@nikofes.com

田無駅不動産街頭相談会

時 10月1日(火)午前10時～午後4時

場 田無駅コンコース

内 弁護士・税理士による相談

問 (公社)全日本不動産協会 多摩北支部 ☎042-528-2121

災害ボランティア養成講習会

時・**場** ①10月1日(火)午後1時30分～4時30分・田無総合福祉センター

②13日(日)午前9時～正午・都立東伏見公園

内 講義や災害ボランティアセンター設置・運営訓練

対・**定** 在住・在勤・在学の方・40人(申込順) ※両日参加可能な方

申 9月25日(木)までに、郵送・ファクス・メールで**問**へ ※詳細は**問**のHPへ

問 西東京ボランティア・市民活動センター ☎042-466-3070・☎info@nishitokyo-vol.jp

健康マージャン教室を始めます！

時 10月3日から毎週(休)(全8回)午前9時30分～11時30分

対・**定** 全日参加可能な方・40人(申込順)

¥ 1万円

申 9月15日(日)より**問**の窓口で

場・**問** スポーツセンター ☎042-425-0505

みんなのパソコン教室(10月)

無料体験(初心者向) 3日(木)午後1時～4時

申 往復はがきで住所・氏名・電話番号を**問**へ ※その他講座はパンフレットをご請求ください。

場・**問** シルバー人材センター 〒202-0021東伏見6-1-36・☎042-428-0787

西東京創業支援・ 経営革新相談センターのご案内

場 いずれもイングビル

□**ITクラウド活用セミナー**

時 10月4日(金)①午後4時～5時30分

②7時～8時30分

内・**定** クラウドを活用した業務効率化についてITツールを用いた講義・各20人(申込順)

□**西東京創業カフェ**

時 10月8日(火)午前10時～11時30分

内・**定** 参加者同士の交流・創業支援コーディネーターによる創業に関する基礎知識の情報提供・10人(申込順)

申・**問**

- 西東京商工会 ☎042-461-4573
- 西東京創業支援・経営革新相談センター ☎042-461-6611

いこいの森ドッグフェスタ

時 10月5日(土)午前11時～午後4時

※雨天時：10月6日(日)

場 西東京いこいの森公園

※ドッグラン入場には、条件があります。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 ☎042-467-2391

フレンドリーまつり同日開催 認知症相談会

時 10月12日(土)午前10時～午後3時

- 午前(10時～正午) ※申込順
- 午後(1時～3時) ※当日、直接会場へ

※それぞれ定員になり次第終了

場 障害者総合支援センターフレンドリー

対 認知症の診断を受けているご本人、あるいはそのご家族の方

申 電話で**問**へ

問 薫風会山田病院認知症疾患医療センター ☎042-461-0622

医療安全推進講演会 「歯科医療の上手なかかり方」

時 10月18日(金)午後2時～4時

内 中高年の方向けに、主治医と上手に付き合うための歯科治療の基本

対 小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市に在住・在勤の方

申 電話で**問**へ

場・**問** 多摩小平保健所 ☎042-450-3111(内273)

市民交流マージャン大会 (文部科学大臣賞・西東京市予選)

時 10月24日(木)午後1時～5時

場 スポーツセンター

対・**定** マージャン経験者・40人(申込順)

¥ 1,500円

申 電話・ファクスで**問**へ

問 NPO法人健康麻将全国会(西東京市健康応援団) ☎070-6454-8141・FAX 03-5434-9621

北多摩TOKYOカードラリー2019

東京都商工会連合会多摩観光推進協議会は多摩北部都市広域行政圏協議会(小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市)の協力のもと、昨年度に引き続き実施します。

20種類以上のカードを集めて、ゴールポイント(多摩六都科学館^{など})へ行ってプレミアムカードとすてきなプレゼントが当たる応募はがきを手に入れよう。

内 各市の観光施設やお店などを回遊しながらカードを集める「まち歩き」

□**参加方法** スタートカードとラリー攻略ガイドを入手する

※市内配布場所(田無駅・保谷駅・ひばりヶ丘駅)

時 10月20日(日)～令和2年2月9日(日)

※詳細は特設HPをご覧ください。

北多摩TOKYOカードラリー

問 北多摩TOKYOカードラリー2019事務局 ☎03-5308-1956(平日午前10時～午後5時)

環境美化一斉清掃にご協力を

時 9月28日(土) 午前8時30分～10時 ※雨天決行

場 **臨時集積所**(下表参照)

9月24日は「清掃の日」、10月1日は「浄化槽の日」、これを結ぶ期間が「環境衛生週間」です。

西東京市高齢者クラブ連合会・シルバー人材センターの皆さんと、環境美化一斉清掃を実施します。

□**臨時集積所** ※家庭内のごみは持ち込まないでください。

谷戸イチョウ公園	南町六丁目 小林宅	保谷庁舎正面入り口
谷戸第二地区会館	田無庁舎市民広場	中町児童館
谷戸地区会館	(エスカレーター寄り)	第2えのき児童遊園
緑町三丁目都営アパート集会所	南町第一児童遊園	富士町福祉会館
田無町七丁目都営アパート公園	向台公園東側入り口	東伏見公園
	北町緑地保全地域	むくのき公園
	ひばりが丘北わんぱく公園	新町福祉会館
芝久保地区会館	あらやしき公園	東伏見コミュニティセンター
	武道場	
田無駅北口第一自転車駐車場西側出口前	住吉会館ルピナス	柳沢せせらぎ公園



イベントNEWS

もっと知ろう！
楽しもう！

ひばりが丘福祉会館作品展示会

9月25日(水)～27日(金)

午前10時～午後4時

(最終日は3時^{まで})

ひばりが丘福祉会館

福祉会館で活動しているサークルの活動の成果をご覧ください。

問 ひばりが丘福祉会館

☎042-424-0262

▶高齢者支援課 図 ☎042-438-4029

ファミリー・サポート・センター ファミリー会員登録説明会

●9月26日(木)・住吉会館ルピナス

●10月5日(土)・田無総合福祉センター

午前10時～正午

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)の相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。

定 各20人(申込順)

※保育あり。1歳以上5人^{まで}

申・問 各回説明会前日の午後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 ☎042-497-5079

▶子ども家庭支援センター

☎042-425-3303

就職支援セミナー

①10月1日(火) ②2日(水)

③3日(木)

午後1時30分～3時30分

防災センター

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

対 雇用保険を受給中の方

定 各回50人(申込順)

※定員内であればすべてのセミナーを受講可

持 筆記用具、雇用保険受給資格者証

申 (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

□保育サービス セミナー申込後に必ず予約してください

対・定 生後6カ月以上の未就学児・各回6人(申込順)

申 9月25日(火)正午までに、産業振興課(保谷庁舎3階)へ

問 ハローワーク三鷹

☎0422-47-8617

▶産業振興課 保

☎042-438-4041

地域活動紹介ゆめサロン

あなたに出来ること×安心・安全な地域 for 子ども

10月5日(土) 午前10時～正午

障害者総合支援センターフレンドリー

子どもの安全のために活動されている市民、団体の方からのお話を通して地域活動への参加のきっかけにしてみませんか。

対 在住・在学・在勤の方

定 30人(申込順)

申 10月2日(火)までに電話・ファクス・メールで住所・氏名・電話番号を問の「地域活動紹介ゆめサロン」係へ

問 市民協働推進センターゆめくらぼ

☎042-497-6950・FAX 042-497-

6951・E yumecollabo@ktd.

biglobe.ne.jp

▶協働コミュニティ課 保

☎042-438-4046

市民体力テスト

自身の体力チェックを！

10月6日(日) 受付：午前9時30分～

11時30分・午後1時30分～3時30分

きらっと ※当日、直接会場へ

対 在住・在勤・在学の小学生以上

□種目 握力・長座体前屈・上体起こし・開眼片足立ち・6分間歩行・10m障害物歩行・立ち幅とび・反復横とび・20mシャトルラン

※年齢により測定種目が異なります。※体力テストを受けた方は、骨密度と血管年齢の測定が受けられます。

持 室内用運動靴(必ず持参)・運動のできる服装・タオル・飲み物^{など}

▶スポーツ振興課 図 ☎042-438-4081

無心で描いてリフレッシュ

～誰にでも描ける
ゼンタングル®アート～

10月26日(土) 午前10時～正午

住吉会館ルピナス

ゼンタングルとは、禅+tangle(ぐるぐる・絡み合い)から生まれた言葉。消しゴムも定規も使わない誰でも描けるフリーハンドのアートです。

定 15人 ※保育あり。生後6カ月以上未就学児^{まで}・10人(先着)

講 Momoeさん(ゼンタングル認定講師)

¥500円

申 9月17日(火)午前9時から、電話・メールで件名を「ゼンタングル」・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・E kyoudou@city.

nishitokyo.lg.jp



東京文化財ウィーク2019 第1弾

縄文の森の秋まつり

～下野谷から世界へ!! 縄文 WA・和・環～



したのやまの「しーた」と「のーや」 ©T&K/西東京市

◇下野谷遺跡「縄文の森の秋まつり」

図 スタンプラリーでプレゼントがもらえる縄文体験やVRでの5,000年前の下野谷ムラ探検のほか、今年は1年後に迫ったオリンピック・パラリンピックにむけて、弓や火おこしなどの縄文の技を競う「じょうもリンピック」を行います。下野谷遺跡で出土した土器の展示・解説やステージ演奏、軽食・野菜などの販売も行います。

当日、縄文風のファッションでのご来場や縄文にちなんだものをご持参の方にはミニプレゼントがあります。縄文のムラを足下を感じながら縄文人になって、まつりをワイワイ盛り上げましょう。

時 10月6日(日)午前10時～午後4時

場 下野谷遺跡公園 ※当日、直接会場へ

※雨天時：東伏見小学校体育館

※車でのご来場はご遠慮ください。



和太鼓演奏

◇「縄文の森の秋まつり」運営ボランティア大募集！

当日おまつりの運営の補助をしてくださるボランティアを募集します。

□事前説明会

時 9月21日(土)10時～正午

場 東伏見市民集会所

対 中学生以上で、事前説明会に参加できる方

申 9月17日(火)～20日(金)に、電話で下記へ

▶社会教育課 保

☎042-438-4079



布づくりブース



出土した土器の展示・解説

おたすけ隊募集

認知症サポーター・
ステップアップ講座 受講者募集

認知症の方への声掛けの仕方など、グループワークを交えて認知症サポーター養成講座の学びをさらに深めます。

□認知症サポーターとは

認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方

時 9月30日(月)午後2時～4時(1時

知的障害者(児)移動支援従業者
養成研修

知的障害者の外出に付き添いをするガイドヘルパーの養成研修を実施します。

時 10月21日(月)・22日(祝)・23日(火)

場 イングビル

対 在住の65歳未満の方、本市を営業

45分開場)

場 田無庁舎5階



対 在住・在勤の方で、認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

定 50人(申込多数は抽選)

申 9月24日(火)までに、電話・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ

▶高齢者支援課 保

☎042-438-4029

E f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

区域とする移動支援実施事業所へ就業している方、または就業予定の方

定 各35人(申込順)

申 10月11日(金)までに問へ

※詳細はお問い合わせください。

問 NPO法人こげら会

☎042-349-6950

▶障害福祉課 保

☎042-438-4033

トレーニングマシン一般開放利用者のための体力測定会

ご自身の状況を知り今後のトレーニングに生かしましょう。

内 握力・歩行速度など4種類

対 トレーニングマシン一般開放の利用を登録していて、今年度の体力

測定を行っていない方

定 各会場35人(申込順)

持 飲料水・タオル・室内履き

申 電話で下記へ(受付時に時間を指定)

▶高齢者支援課 図 ☎042-438-4029

会場	日時
住吉老人福祉センター	10月1日(火)
新町福祉会館	2日(水)
老人福祉センター	
下保谷福祉会館	3日(木)

※体力測定日はトレーニングマシン一般開放はお休みです。



入りやすく見えにくい場所

地域の危険箇所なくしましょう。

子どもや女性を狙った声掛け・公然わいせつなどの犯罪が発生しています。

□不審者の行動 ターゲットを物色しながら入りやすく(自由に行き来できる)見えにくい場所を移動して、同じ行為を繰り返します。

□見えにくい場所とは 壁や木などで周囲から見えにくいだけでなく、ごみが放置されているなど地域の目

が届きにくい場所も含まれます。

□「入りにくくて見えやすい」まちに日頃から地域の環境を整え、お互いにあいさつしやすい環境をつくり、不審者が嫌う「地域の目が行き届いたまち」を皆さんで作り上げていきましょう。

▶危機管理室 保

☎042-438-4010



シニアルーム

シニア世代向け情報

※市からの連絡帳(2・3面)も
ご覧ください。

シニア大学単科講座「健康講座」(全2回) 受講者募集

健康管理士上級指導員から毎日の健康づくりに役立つ知識を学ぶ講座です。

時 ●第1回：10月21日(月)
●第2回：28日(月)
午後2時～3時30分

場 田無総合福祉センター

対・定 在住の60歳以上の方で両日出席できる方・30人

申 9月28日(土)(消印有効)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号・福祉会館利用者証の有無を〒188-0011田無町5-5-12田無総合福祉センター内西東京市社会福祉協議会地域福祉推進係「健康講座」へ

※申込多数は抽選。結果は10月4日(金)から返信はがきで通知

※はがき1枚につき1人まで

問 社会福祉協議会 ☎ 042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎ 042-438-4029

令和元年度各種教室 後期日程受講者募集

11月から来年3月までの教室です。初めての方大歓迎です。

□開催日

時・場・定 下表参照

対 在住で60歳以上の方

申 9月17日(火)～30日(月)平日午前9時30分～午後4時まで、福祉会館・老人福祉センター利用証(お持ちでない方は、健康保険証など住所・氏名・生年月日を確認できるもの)を持参のうえ、直接実施する会館窓口へ(電話受付不可)

※受講決定は、10月7日(月)に申し込みした会館において掲示

問 社会福祉協議会 ☎ 042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎ 042-438-4029

会場	教室名	実施日時	定員	開始日
新町福祉会館 ☎ 0422-55-1781 新町5-2-7	新町ヨガ	11月15・29日、 12月6・20日、 1月17・31日、 2月7・21日 3月6・27日(金) 午後1時30分～3時(全10回)	15人	11月15日(金)
ひばりが丘福祉会館 ☎ 042-424-0262 ひばりが丘2-8-27	ひばりヨガ	第1・3(月) 午後1時30分～3時(全9回)	20人	18日(月)

※応募者多数の場合は、初めて受講の方を優先し抽選 ※日時については、都合により変更する場合があります。 ※年末年始・祝日はお休みです。 ※教室の詳細については、各館にお問い合わせください。

男女平等推進センター パリテまつり展示・出店募集

男女平等参画推進、啓発を目的としているパリテまつりでは展示・出店者を募集します。

□説明会(参加希望者は出席必須)

時 10月5日(土)午後1時

場 イングビル

申 9月17日(火)午前9時～30日(月)午後5時まで下記へ

❖展示コーナー

活動紹介・作品発表

時 令和2年2月10日(月)～21日(金)

❖出店コーナー

喫茶や物品販売など

時 令和2年2月15日(土)・16日(日)

□共通

場 住吉会館ルピナス

対 男女平等参画の推進・啓発に協力できる団体や個人

※申込多数は抽選

¥ 電源を使用する団体は500円

□企画・運営 同実行委員会

▶男女平等推進センターパリテ

☎ 042-439-0075

住吉会館ルピナスまつり

住吉小学校学区育成会「わかば」を中心として地域の方々が実行委員会を作り、第4回ルピナスまつりを実施します。子どもたちの安心・安全と地域の世代間交流の場として、住吉会館全てを利用してたくさんの人に楽しんでいただこうと企画しました。

時 10月6日(日)午前10時～午後3時

場 住吉会館ルピナス

※当日、直接会場へ

内 合唱・ダンス発表・あめ玉すくい・木工・何でもすくい・南京玉すだれ・昔遊び・組みひも体験・フレイル講座など

▶子ども家庭支援センター

☎ 042-425-3303



西東京市民文化祭「PR in アスタ」開催

10月19日(土)から開催する西東京市民文化祭を多くの皆さんにお知らせするため、参加団体によるPRイベントを実施します。文化祭当日の内容が分かるチラシもご用意しています。

時 ①10月2日(火)～4日(金)午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで)
②5日(土) 午後1時15分～3時

場 アスタセンターコート

内 ①作品展示
②ステージ発表

昨年度のステージ発表の様子

※詳細は、市HP・公共施設で配布のチラシをご覧ください。

▶文化振興課 ☎ 042-438-4040



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。

ひろみちお兄さんの わんぱく親子体操

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省スペースでもできる楽しい体操です。

時 10月27日(日)午前10時30分～11時30分(10時開場)
場 総合体育館
対 在住の3～6歳の未就学児と保護者
定 300人(申込多数は抽選)
持 動きやすい服装・タオル・飲料水・上履き
申 9月16日(祝)～30日(月)に、下記QRコード(電子申請サービス)へ

※親子参加型のイベントのため見学のみの参加はできません。
 ※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、各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



佐藤 弘道さん
 1993年4月よりNHK教育番組「おかあさんといっしょ」第10代目体操のお兄さんなど合計15年間教育番組に出演。



ラグビーワールドカップ2019™ パブリックビューイング

4年に1度開催される15人制のラグビー世界王者決定戦がラグビーワールドカップです。1987年に始まり第9回目の今回、アジアで初めて開催されます。熱戦を応援しましょう！

時 9月28日(土)午後4時～6時
場 アスタセンターコート ※当日、直接会場へ
 ▶スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081




TM © Rugby World Cup Limited 2015. All rights reserved.

西東京市一店逸品事業 「ジョイバル」今年も開催決定！

一店逸品認定商品提供店舗を中心とした飲食店で飲み食べ歩き！ぜひご参加ください。

時 ●10月15日(火)～29日(火)
 ※時間は各店によって異なります
 ●あとバル：10月30日(水)～11月4日(休)
参加方法 ①チケットを購入
 ②参加店舗でチケットを渡し、バルメニューを注文(チケット1枚もしくは2枚使用)
 ③次の店舗へ
 ※②・③を繰り返し。追加注文は別途支払い

チケット販売
 ●プレミアムチケット2,900円(800円券×4枚)(300枚・完売次第終了)
時 9月20日(金)～10月14日(祝)
 ●ジョイバルチケット3,200円(800円券×4枚)(350枚・完売次第終了)
時 10月15日(火)～29日(火)
対 20歳以上
 ※詳細は問へ。一店逸品専用HP・Facebookにて情報更新中

西東京市一店逸品 **検索**
 問 西東京商工会 ☎ 042-461-4573
 ▶産業振興課 ☎ 042-438-4041

秋だ！運動だ！スポーツセンター「スポーツまつり」開催！

どなたでも気軽に楽しめるスポーツレクリエーションのイベントです。

時 10月6日(日)午前9時～午後6時
場 スポーツセンター
 ※当日、直接会場へ
内 温水プール・トレーニング室・ランニング走路・個人開放・ボッチャなどの無料利用
 ●特別①「東京五輪音頭～2020～練習会」
 ●特別②「パラアスリート交流イベント」

小山恭輔さん(北京パラリンピック50mバタフライ銀メダリスト)の講演会、水泳教室
定 特別①・②は各30人(申込順)
申 特別①・②は、9月15日(日)午前9時からスポーツセンター窓口または電話
持 室内履き
問 スポーツセンター ☎ 042-425-0505
 ▶スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

こそだてフェスタ @西東京

子どもと一緒に、遊んで、学んで、参加して、みんなで地域とつながろう！
 子育て中の方はもちろん、妊娠中・妊娠中の方、子育て支援に関心のある方もご来場ください。

手をつなごう ～みんなでこそだて～

時 9月29日(日)午前10時～午後3時
場 きらっと
 ※雨天開催。車での来場はご遠慮ください。

アンケートへのご協力で…
オリジナルお絵描き帳プレゼント

※内容は変更になることがあります。

コーナー紹介

ステージ	お気軽相談
★チアダンス ★ママユニットのライブ ★世界のことばと音楽遊び ★楽しく学ぶ防災知識 ★英語リトミック ★手話ダンス ★キャベッツさんも登場！	★子どもの医療相談(小児科医師・歯科医師・薬剤師) ※午後1時まで ★助産師の母乳育児相談
いっぱい遊ぼう	健康な身体に
★もぐらたたき ★魚つりゲーム ★囲碁体験 ★算数ひろば ★多言語ゲーム ★新聞紙遊び ★ボッチャ ★ミニアスレチック	★赤ちゃんとヨガ ★ピラティス ★バンド使用エクササイズ ★子どもの「足」と「歩行」セミナー ★ベビーマッサージ ★リンパケア ★米粉蒸しパンの販売(小麦粉・乳・卵・白砂糖不使用) ※午前11時より数量限定
じっくり楽しんで	思い出を持ち帰ろう
★SDGsの積み木遊び ★読み聞かせ ★絵本と子どもの本 ★木のおもちゃ(※0～2歳対象) ★赤ちゃんフリースペース	★写真館 ★自由帳プレゼントほか、おみやげ多数
役立つ	広がり、思いやりの輪
★抱っこひも試着会 ★我が子を守る防災知識 ★子ども条例の紹介 ★子育て支援施設、団体紹介	★ペットボトルキャップ回収 ※軽く洗浄し、シールなどを取り除いてください。 ★ヘルプマークの紹介

持 マイバッグ・室内履き・靴袋
主催 こそだてフェスタ@西東京実行委員会
 ▶児童青少年課 ☎ 042-460-9843



多摩六都科学館 ナビ

10月から利用料金を改定します

消費税率の引き上げに伴い10月1日(火)から多摩六都科学館の利用料金を次のとおり改定します。

●入館券：大人520円・小人210円
 ●観覧付入館券：大人1,040円・小人420円

●セット券：大人1,460円・小人530円
 ※そのほか、団体利用料金なども改定します。詳細は問のHPをご覧ください。

ボランティア会 会員募集

来場者と触れ合いながら、科学の面白さを伝えてみませんか。

対・定 ●一般：週1回程度活動できる18～70歳ぐらいの方・約20人
 ●ジュニア：月2回程度活動できる小学5年生～18歳(高校生)の方(保護者の同意が必要)・約8人
 ※申込多数は抽選の後面談

申 9月18日(火)～10月15日(火)(必着)までに、問のHP・問の窓口・市役所・公民館・図書館などで配布の応募用紙を、問へ郵送または持参。休館日にご注意ください。
 ※締め切り後、面談の日程を連絡します。

場・問 多摩六都科学館 〒188-0014 芝久保町5-10-64 ☎ 042-469-6100 ※9月の休館日：17日(火)・24日(火)・30日(月)

