

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや、例年行われているイベント・事業についても中止・延期となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いします。

残り1カ月 西東京健康チャレンジ2020

◆西東京健康チャレンジとは？

幅広い市民の方を対象に健康について見直す機会、健康づくりを行うきっかけ作りになることを目指しています。チャレンジしていただいた方の中から抽選で市内特産品またはクオカードが当たります。

申 令和3年1月11日(祝)(消印有効)

までに、はがき・市HP(右記QRコード)または直接窓口へ
※詳細は市HPをご覧ください。

▶健康課 ☎042-438-4037



野菜たっぷりカレンダーイラスト原画展

本市栄養士連絡会が作成している「野菜たっぷりカレンダー」のイラストは、毎年保育園児・小学生を対象に募集しています。令和3年版は応募502作品から12作品が選出されました。

このたび、1次審査を通過した78作品を展示します。なお、カレンダーは市内公共施設および市HPで掲載します。

時 12月14日(月)～令和3年1月8日(金)

場 防災・保谷保健福祉総合センター4階

▶健康課 ☎042-438-4037



12～3月は特に注意 積雪や路面凍結の事故防止

毎年この期間は、積雪や路面の凍結により滑って転倒するなどの事故が多くなっています。

降雪がなくても、気温の低下により雨で路面凍結する場合もあります。

□事故防止ポイント

- 滑りにくい靴を選びましょう
- 足元に気を配りゆっくり歩きましょう
- 降雪後の数日間は踏み固まった凍

結箇所での転倒・事故が多いことから、特に注意を払いましょう
また、自転車などの利用は控えるようにしましょう

- 路面が滑りやすいことを想定し、通常よりも少し早めに自宅を出るなど余裕を持って行動するよう心掛けましょう

問 西東京消防署 ☎042-421-0119

▶危機管理課 ☎042-438-4010

防犯ボランティア団体の皆さんへ！ 東京都から大東京防犯ネットワークのご案内

□大東京防犯ネットワークって？

防犯ボランティアの皆さんを応援するサイトです。団体登録をすると、団体名や活動概要などの情報が同サイト上に掲載されます。また、東京都から防犯に関する情報が随時発信されます。西東京市への自主防犯ボランティア団体登録と併せて、当サイトを積極的に活用し、防犯ボラン

ティアの輪を広げていきましょう。

問 東京都民安全推進本部総合推進部都民安全推進課

☎03-5388-2281

▶危機管理課 ☎042-438-4010



！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

12月の薬湯～冬至 ゆず湯～

□効能 風邪の予防

時 12月20日(日)

※小学生以下…入浴無料(保護者同伴)

場 庚申湯・松の湯・ゆパウザ・みどり湯

問 西東京市公衆浴場会

庚申湯 ☎042-465-0261

こころといのちの法律相談

時・対 ●12月21日(月)・40歳未満

●令和3年1月6日(水)・年齢不問

午後1時～7時

□電話による相談先

●☎0120-556-289(フリーダイヤル)

※東京・千葉・神奈川・埼玉・茨城発信

限定

●☎03-6257-1007(全国)

※通信料がかかります

問 東京弁護士会人権課

☎03-3581-2205

公立昭和病院

12月29日(火)～令和3年1月3日(日)
の一般外来診療を休止

救急診療は通常どおり行いますが、重症重篤患者を優先的に診療します。来院の際は事前に電話でお問い合わせください。

また、紹介状の持参がない場合には、選定療養費(5,500円)をご負担いただきます。

問 公立昭和病院

☎042-461-0052

パソコン・スマホ教室(1月)

①無料パソコン体験(初心者向)

21日(木)午後1時～4時

②パソコン入門(全4回)

8～29日(金)午前

③ワード初級(全4回)

5～26日(火)午前

④エクセル初級(全4回)

5～26日(火)午後

⑤iPhone入門(全2回)

8・15日(金)午後

⑥スマホ入門(全2回)

22・29日(金)午後

⑦デジカメ(全3回)

15～29日(金)午後

対 ①②③以外は文字入力のできる方

定 各10人(申込順)

¥ ②～④8,000円

⑤・⑥4,000円

⑦6,000円

申 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・電話番号を問へ

場・問 シルバー人材センター

〒202-0021東伏見6-1-36

☎042-428-0787

フードライブにご協力ください

フードライブは、ご家庭に保管されたままの食品を提供いただき、食材として有効活用する取り組みです。お持ちいただいた食品は、市内の子ども食堂や生活に困っている方にお配りします。

時 令和3年1月5日(火)～15日(金)

※受付施設によって受付日・時間が異なりますので、詳細は下記へお問い合わせください。

問 西東京市社会福祉協議会

(フードライブ担当)

☎042-497-5180

創業塾 正月コース(全4日間)

多彩な分野で活躍する専門家が講師となり、起業に必要な基礎知識や実務ノウハウまで、体系的に学べる創業塾です。

時 令和3年1月5日(火)・6日(水)・7日(木)・8日(金)

午前9時～午後3時

※ZoomによるWeb開催

対 創業に興味がある方・創業して間もない方(インターネット環境必須)

定 40人(申込順)

※詳細は問のHPをご覧ください。

申・問 西東京商工会

☎042-461-4573

成年後見制度講演会

時 令和3年1月25日(月)午後2時～4時

場 田無総合福祉センター

内 「成年後見制度のきほん」～成年後見制度ってどんな制度？～

※手話通訳あり

定 30人(申込順)

申 電話またはファクスで問へ

問 西東京市社会福祉協議会 権利擁護

センターあんしん西東京

☎042-497-5239

FAX042-497-5230

確定申告書作成会場の開設

令和3年2月16日(火)から3月15日(月)に確定申告書作成会場を東村山税務署に開設します。

なお、会場の混雑(3密)を避けるため入場制限を実施します。混雑状況によって後日の来場をお願いする場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

税務署には庁舎外も含め駐車スペース(障害者スペースを除く)はありませんので、ご来署は公共交通機関をご利用

用ください。

※詳細は国税庁HPをご覧ください。

問 東村山税務署

☎042-394-6811

※自動音声で2番を選択

自衛隊 予備自衛官補募集(一般・技能)

一般の社会人や学生を公募・採用し、所定の教育訓練終了後、「予備自衛官」(近年は災害派遣でも活躍)として任用する制度です(訓練期間：一般「50日/3年以内」、技能「10日/2年以内」)。
※採用・訓練時期：試験合格以降、予備自衛官補に任命され訓練日程が調整されます。

□応募資格

- 一般：18歳以上34歳未満の方
- 技能：18歳以上で保有する資格などに応じ53～55歳未満の方

□試験日程

令和3年4月中旬ごろ

□受付期間

令和3年1月上旬～4月上旬

※詳細は下記へお問い合わせください。

自衛隊 西東京

検索

問 自衛隊西東京地域事務所

☎042-463-1981

北多摩北部地域保健医療協議会委員の募集

地域の保健医療福祉サービスについて、市民の立場から意見をいただく委員を募集します。

対 西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市在住の20歳以上の方(令和3年4月1日時点)

※都職員および当該地域の市職員を除く
※申込方法など詳細については、問にお問い合わせください

問 多摩小平保健所企画調整担当

☎042-450-3111