



いこいな  
@シエイ  
西東京市

●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



No. 475

主な内容

【2面】年度末・年度始の市民課窓口 混雑予想 【8面】新型コロナウイルス感染症について 【8面】森園政崇選手と卓球交流!

## 第7弾

## 西東京市一店逸品事業



# 至福の逸品

お持ち帰り品

全29品  
決定

一店逸品事業は、モノやサービスなど個店独自の「逸品」を確立し、市内外に広くPRすることで、入りたくなる店づくりへとつなげる取り組みです。今年度は食品店(テイクアウト)を対象に、至福の逸品を29品認定しました。ぜひ、逸品をお楽しみください!

☎西東京商工会 ☎042-461-4573 ▶産業振興課 ☎042-420-2819

卵黄とらやき		ココ旨プリン	
御菓子處 吉乃		ピトレスク	
北町5-1-31 ☎042-423-1541		東町2-16-24 ☎042-439-6947	

小判さつま揚げ	
大清かまぼこ店	
ひばりが丘北4-2-25 ☎042-421-7990	

ヴェールサンド	
パティスリー ジャルダンヴェール	
ひばりが丘北3-7-14 ☎042-439-8039	

大豆粉のクッキー	
菓子工房KIQCHI(キクチ)	
東町3-11-2 ☎042-425-3818	

十穀峠かりん糖	
株式会社	
泉町5-16-3 ☎042-421-4156	

ほうじ茶と和菓のケーキ	
mao-chai.cafe (マオチャイカフェ)	
ひばりが丘3-2-51 ☎080-6507-3463	

栗羊羹	
こしの	
ひばりが丘2-6-27 ☎042-421-8080	

ラズベリーチョコレートジャム	
プチ果房 ヴァリエ	
富士町2-12-27 ☎042-467-0285	

カスタードクリームパン	
パンステージ マイ	
富士町3-4-12 ☎042-450-5031	

もちもち黒米パン	
ベーカリーピヨピヨ	
ひばりが丘2-9-3 ☎042-421-2738	

贈り物にぴったりじゃない?

テイクアウトできるんだね

ふしみだんご(きなこ)	
ふしみだんご	
東伏見2-3-3 ☎042-468-8522	

ひばりドーナツ	
パティスリー カシュカシュ	
谷戸町2-3-7 ☎042-439-3405	

あれ買って おうちで食べようね!	
---------------------	--

豚玉いか焼き	
柳沢うまいか亭	
保谷町3-11-25 ☎080-7853-2542	

うなぎ蒲焼き	
うなぎの浦安	
保谷町3-10-17 ☎042-461-1238	

マカロン6個入り	
Le Magnolier (ル マグノリア)	
谷戸町3-10-2 ☎042-439-4590	

いこいなクッキー	
アジュール	
保谷町3-22-4 ☎042-466-0612	

西東京梅酒	
旬玉川屋	
南町1-12-22 ☎042-461-8850	

焼海苔プチギフト	
細沼園	
田無町3-2-1 ☎042-461-4441	

パウンドケーキ プレミアムフルーツ	
ワークステーション ウーノ おかし工房 マーブル	
保谷町3-20-4 ☎042-469-7354	

やぎサブレ	
Biscuita (ビスケット)	
保谷町3-26-19 ☎042-452-1616	

田無バターサンド	
パティスリー ムッシュエム	
田無町2-1-1 B1 ☎042-460-2900	

黒毛和牛ウインナー	
手づくりハム工房 カッセル	
田無町2-1-1 B1 ☎042-460-2986	

日本酒西東京純米	
地方銘酒 つるや	
田無町2-13-11 ☎042-468-1717	

武蔵野マドレーヌ	
武蔵野菓子工房	
田無町4-29-5 ☎042-468-0218	

福幸(しあわせ)の おすそわけ	
ケーキファクトリー スマイル	
田無町4-17-18 ☎042-497-6120	

大豆唐揚げ	
旬サンビーンズフード豆勝	
田無町4-26-3 ☎042-466-2118	

上食パン 雫(しずく)	
溶岩窯のパン工房 グラスハープ	
田無町7-3-32 ☎042-467-7800	

栄養士が考える 抗酸化カレー	
キッチンファクトリー Moe (モエ)	
向台町4-21-40 ☎042-497-6117	

聖火リレーが 市内を通過します! 東京2020オリンピック 聖火リレー 7月15日(水) / 東京2020パラリンピック 聖火リレー 8月24日(月)

FM放送「西東京市からのお知らせ(84.2MHz)」放送中! この面の内容は、3月5日(木)・11日(水)・14日(土)の①午後0時45分 ②午後8時(土を除く)から放送予定。

# 市からの連絡帳

## 税

### 市税・国民健康保険料の休日納付相談窓口

時 3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 田無 ☎042-460-9832
  - ▶保険年金課 田無 ☎042-460-9824

### 土地家屋価格等縦覧帳簿の縦覧期間

令和2年度の土地価格等縦覧帳簿および家屋価格等縦覧帳簿の縦覧は、4月1日(水)～6月1日(月)を予定しています。詳細は、市報4月1日号でお知らせする予定です。

- ▶資産税課 田無 ☎042-460-9829・9830

### バイク・軽自動車の廃車などは3月中に手続きを

軽自動車税は、4月1日現在の所有者に対して課税されます。

転出した・盗難に遭った・廃車未届けで車両が手元がない・所有者が替わった方は、3月中に手続きをしてください。

※軽自動車税には、月割課税制度はありません。

#### □取扱窓口

- 125cc以下のバイク・小型特殊自動車…市民税課(田無庁舎4階) ☎042-460-9826
- 125ccを超えるバイク…多摩自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2033
- 軽四輪自動車…軽自動車検査協会多摩支所 ☎050-3816-3104
- ▶市民税課 田無 ☎042-460-9826

## 福祉

### 住居確保給付金事業(家賃の支払いが困難な方へ)

就労意欲のある離職者で、住宅を失っている、またはそのおそれのある方を対象として、家賃給付による住まいの確保と再就職に向けた支援を行います。

住居確保給付金の支給要件、再就職に向けた就労支援などの詳細は、下記へお問い合わせください

- ※詳細は市HPをご覧ください。
- ▶地域共生課 田無 ☎042-420-2809

### 入院期間中の紙おむつ代の助成申請

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の方などに助成を行います。

□対象期間 令和元年11月1日～令和2年2月29日入院分

□助成金額 月ごとの紙おむつ代の実費金額(上限月額4,500円)

対 次の全てに該当する方

- 入院期間(上記対象期間)中に西東京市に住民登録をしている
- 40歳以上で入院時に介護保険認定において要介護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
- 入院期間中に生活保護を受給していない

□申請 時 3月10日(火)～31日(火)

※平日

場 高齢者支援課(田無第二庁舎1階・保谷庁舎1階)

#### □必要なもの

- 介護保険被保険者証のコピー ●振込先の口座が分かるもの(通帳のコピーなど) ●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・紙おむつ代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です。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になります。※今年度最後の受付となります。平成31年3月～令和元年10月入院分の未申請分についても、あわせて受付をします。

※今回の申請受付は、3～6月入院分を7月に予定しています。その際、2月以前入院の未申請分は受付できませんので、ご注意ください。

- ▶高齢者支援課 田無 ☎042-420-2810

## 子育て

### 給食費補助金の交付

子ども・子育て支援法に基づく施設

等利用給付認定を受け、無償化対象施設となっている認可外保育施設を利用する3～5歳児クラスの子どもと市内で同居している保護者に、給食費の一部を補助します。

□対象 次の全てを満たしている保護者

- 該当する子どもの給食費を完納している。
- 該当する子どもが認可保育所、地域型保育事業、認定こども園または幼稚園を利用していない。

□要件 いずれかに該当すること

- 該当する子どもが第3子以降
- 年収360万未満の世帯

□交付金額 子ども1人につき月額上限6,000円

□補助対象期間 令和元年10月～令和2年3月

申 3月23日(月)から、申請書に領収書などを添付し保育課へ提出してください。

※詳細は市HPをご覧ください。

- ▶保育課 田無 ☎042-497-4926

### 保護者助成金の支給

対 在住で次の全てに該当する保護者

- ①認可外保育施設(東京都の補助事業の対象となっている認証保育所、定期的利用保育事業実施施設および企業主導型保育施設)と月決めて契約をしている子どもと同居している(一時保育は対象外)。
- ②保育料を完納している。
- ③①に該当する子どもが、認可保育所、地域型保育事業または認定こども園(子ども・子育て支援法の規定による支給認定1号を受けている者を除く)を利用していない。

□助成金額 保育料(実費分などの一

- ▶市民課 田無 ☎042-460-9820
- 保 ☎042-438-4020

### ※こちらもご利用ください。

住民票の異動・印鑑登録・証明発行業務・マイナンバーカード更新手続き(交付は除く)は、ひばりヶ丘駅前・柳橋出張所、保谷・田無各庁舎の市民課土曜日窓口でも取り扱っています。

#### □市民課土曜日窓口

時 午前9時～午後0時30分

- 場 ●保谷庁舎…第1・3・5(土)
- 田無庁舎…第2・4(土)

※土曜日窓口では、戸籍届出の受付はできません。田無庁舎1階の「休日・夜間受付」へお持ちください。

#### ※コンビニ交付サービス

マイナンバーカードをお持ちの方は、住民票・印鑑証明書などの各種証明書を全国のコンビニで取得できます。詳細は市HPをご覧ください。

## 年度末・年度始の市民課窓口混雑予想

住所の異動が多くなることに加え、マイナンバーカード(個人番号カード)の交付・更新なども行われるため、3月16日(月)～4月10日(金)は窓口が特に混雑します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

### □年度末・年度初め市民課窓口混雑予想

月	火	水	木	金	土
3月2日	3日	4日	5日	6日	7日 保のみ
9日	10日	11日	12日	13日	14日 田のみ
16日	17日	18日	19日	20日 閉庁	21日 保のみ
23日	24日	25日	26日	27日	28日 田のみ
30日	31日	4月1日	2日	3日	4日 保のみ
6日	7日	8日	9日	10日	11日 田のみ

※開庁時間 (月)～(金):午前8時30分～午後5時 (土):午前9時～午後0時30分

	待ち時間(目安)				
	証明書発行	各種異動届出	戸籍届出	マイナンバーカード・住民基本台帳カード券面事項変更など	マイナンバーカード交付
大変混雑します	60分	120分	60分以上	90分以上	
混雑します	30分	60分	45分	60分以上	
やや混雑します	20分	40分	35分	45分以上	

※転入・転居などの異動届出と同日でマイナンバーカード・住民基本台帳カードの券面事項変更などの手続きを行う場合は、それぞれの待ち時間の合計になります。

#### □特に混雑が予想される日

3月27日(金)・28日(土)・30日(月)・31日(火)、4月1日(水) ※詳しい混雑予想カレンダーについては市HPをご覧ください。

#### □手続き期間

- 市外への転出…引っ越し予定日のおおむね2週間前から
- 転入・市内の転居…引っ越し後原則2週間以内

## 来庁の際は公共交通機関のご利用を

市庁舎駐車場は有料時間貸駐車場です。市役所でお手続きをされる方は1時間まで無料ですが、混雑時に待ち時間が長くなり、超過した分は有料になります。駐車場の駐車台数にも限りがありますので、ご協力をお願いします。

部を除く)と助成額(上限額)を比較していづれか低い額(1,000円未満切り捨て)

□無償化対象児童

	助成額(上限額)	
0~2歳児	第1子	1万6,000円
	第2子以降	2万5,000円
3~5歳児	第1子	1万6,000円
	第2子以降	2万円

□無償化対象外児童

	助成額(上限額)	
0~2歳児	第1子	1万6,000円
	第2子	3万円
	第3子以降	4万3,000円
3~5歳児	第1子	1万6,000円
	第2子以降	2万円

□申請方法 施設を通じて配布される申請書に必要事項を明記し、指定された期日までに各施設に提出してください。

※ベビーホテルは対象外

※詳細は市HPをご確認ください。

▶保育課 田

☎042-497-4926

くらし

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、助言などを受けることができます。

時・場 3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

田 3月11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



スズメバチの巣駆除作業補助申請

スズメバチの巣を専門業者に依頼して駆除した場合、駆除作業費用の2分の1を補助します(上限1万円)。

今年度、業者に依頼してスズメバチの巣を駆除し、まだ補助申請がお済みでない方は、3月31日(火)までに申請してください。※詳細は下記へ

▶環境保全課 保 ☎042-438-4042

多摩六都科学館圏域市民感謝デーに伴う増便について

3月1日(日)に開催される多摩六都科学館圏域市民感謝デーに伴い、はなバスの混雑が予想されることから、当日に限り、通常便に加えて「花小金井駅」バス停と「多摩六都科学館」バス停の間で増便を行います。増便の時刻表は、はなバスのバス停(一定期間のみ)にて掲出するほか、市HPでもご覧いただけます。

▶交通課 保 ☎042-439-4435

募集

特定任期付市職員募集

□試験区分 弁護士資格を有する法務専門職

□試験日 4月18日(土)

□応募資格 司法修習を修了し、実務経験を3年以上有する方

□試験案内 職員課(田無庁舎5階)・保谷庁舎1階総合案内・市HPで配布 ※詳細は市HP・試験案内で必ずご確認ください。

▶職員課 田 ☎042-460-9813

【傍聴】教育委員会

時 3月15日(日)午後1時

場 田無第二庁舎4階

内 行政報告

定 10人

▶教育企画課 田

☎042-420-2822

資源物戸別収集 ワンポイント

□びん・缶・ペットボトルの出し方  
びん・缶・ペットボトルについては、レジ袋や廃プラスチックの削減のため、家にあるもので構いませんのでカゴや容器などでお出しください。  
□古紙の持ち去りにご注意ください  
自宅前から古紙を持ち去られた場合は、直接声を掛けずに車両の特徴やナンバーを確認してごみ減量推進課

までご連絡をお願いいたします。  
□違う車両が回収しています  
ペットボトルとプラスチック容器包装類、びんと古紙・古布類は違う車両が回収していますので、収集時間が異なりますのでご注意ください。  
▶ごみ減量推進課  
☎042-438-4043

パブリックコメント

[検討結果]

寄せられた意見の概要や

市の検討結果をお知らせします

下記の一覧表は、市民の皆さんからお寄せいただいた意見を要約し、市の考え方をまとめたものです。全文は、情報公開コーナー・市HPでご覧いただけます。

事案名 西東京市生きる支援推進計画

▶健康課 保 ☎042-438-4021

【公表日】3月1日(日) 【募集期間】令和元年12月2日~令和2年1月6日 【意見件数】9件(2人)

お寄せいただいた主な意見	検討結果
【本市の自殺の現状について】市民に分かりやすい視点とするため、過去9年間の月平均人数などを書き加えてほしい。自殺者数は減少傾向かもしれないが、本市の現状をもう少し細かく、多面的に分析する必要があるのではないかと感じる。また、本市の男性自殺者は40代が最も高いことからその対策も必要ではないか。(3件)	本市の現状を分かりやすくお伝えできるように、記述内容を修正します。今後も、本市の現状を把握することに努め、本計画により位置付けられた事業に取り組み、生きる支援につなげられる仕組みづくりに努めます。
【基本施策について】今後どのようにして連携を活性化し、ネットワークの充実に取り組むのか。若年層や希死念慮を持ち自殺のリスクが高いと思われる自殺未遂者や自死遺族への対人支援を強化してほしい。(4件)	本計画により位置付けられた事業に取り組むことで、「誰も自殺に追い込まれることのない地域づくり」に向けて、事業の推進および評価を実施していきます。リスクが高いと思われる方への支援強化については、具体的な推進を図れるように、関係各課などと検討してまいります。
【計画管理について】庁内だけでなく、医師会・消防・警察なども含めたネットワーク会議を立ち上げ、関係機関の情報交換、実態把握、連携を図っていただきたい。「生きる支援対策会議」は、四半期に一度は必要。また、責任体制も明確に定めてほしい。(2件)	本計画の実施状況につきましては、今後、庁外委員で構成される健康づくり推進協議会において報告し、検証および連携を進めていきます。

事案名 (仮称)西東京市名誉市民条例の概要について

▶秘書広報課 田 ☎042-460-9803

【公表日】3月1日(日) 【募集期間】令和元年12月20日~令和2年1月20日 【意見件数】2件(1人)

お寄せいただいた主な意見	検討結果
他の市などの名誉市民の発表を新聞報道で見た記憶がありますが、西東京市でもそのような制度があるといいと思いました。(件数:1件)	西東京市誕生20周年記念事業での実施を目指し、引き続き作業を進めてまいります。
条例の概要の「名誉市民を贈る要件」をもう少し分かりやすく、明確にすべきと思います。(件数:1件)	本条例の制定にあたっては、いただいたご意見も踏まえ、「名誉市民を贈る要件」をより明確にお示しできるよう工夫いたします。

事案名 (仮称)西東京市空き家等対策計画(素案)

▶住宅課 保 ☎042-438-4052

【公表日】3月1日(日) 【募集期間】令和元年12月16日~令和2年1月17日 【意見件数】0件(0人)

お寄せいただいた主な意見	検討結果
ご意見はありませんでした。	

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 3月4日(水)午前8時30分(★印は、2月18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。

田 田無庁舎2階市民相談室 田 ☎042-460-9805

保 保谷庁舎1階市民相談室 保 ☎042-438-4000 ※3月分の保谷庁舎の予約のみ

【4月以降の市民相談室について】

令和2年度より市民相談室が田無庁舎に統合されることに伴い、4月以降の相談をご予約される場合は、田無市民相談室へ直接または電話でお申し込みください。皆様のご理解とご協力をお願いします。

内容	場所	日時
法律相談	田	3月19日(木)・24日(火)・25日(水)午前9時~正午
	保	3月17日(火)・18日(水)午後1時30分~4時30分
人権・身の上相談	田	4月7日(火) 午前9時~正午
	保	3月26日(木) ※1枠1時間
交通事故相談	田	★3月11日(水)
	保	3月25日(水) 午後1時30分~4時
税務相談	田	3月27日(金)
	保	3月27日(金)
不動産相談	田	★3月19日(木)
	保	★3月12日(木)
登記相談	田	★3月12日(木)
	保	★3月19日(木)
表示登記相談	田	★3月12日(木)
	保	★3月19日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	保	★3月9日(月)
	保	★3月5日(木)
相続・遺言・成年後見等手続相談	田	4月10日(金)

# 健康ひろば



▶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	
<b>出産準備クラス マタニティーズ</b> 【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】	3月6日(金)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	3月5日(木)までに電話	
<b>女性のための腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座</b> 保育あり	3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(1歳未満のお子さん参加可)	3月16日(月)までに電話	
<b>西東京しゃきしゃき体操パート2講座</b> 【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!】	3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	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)。	

▶教育支援課 田 042-420-2829				
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など	
<b>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</b> 【言語訓練士による相談】	3月18日(水)午後1時30分～5時 教育支援課(田無第二庁舎4階予定)	5～12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	3月2日(月)～11日(水) 午前9時～午後5時に電話	

## 健康ガイド

▶健康課 保 042-438-4037

### ■母子健康手帳の交付

医療機関で妊娠が確認されたら早めにお越しください。

□**交付・相談窓口** 健康課(保谷保健福祉総合センター)

□**交付のみ** 子育て支援課(田無第二庁舎2階)、子ども家庭支援センター(住吉会館ルピナス)、出張所

※なるべく保健師が常駐している健康課へお越しください。紛失などのお問い合わせは、下記へご連絡ください。

### ■1歳6カ月児医科・歯科健康診査

小児科・内科、歯科の各指定医療機関で受診してください。

内 ●医科・・・身体計測、小児科・内科健診、個別相談

●歯科・・・歯科健診、歯磨き相談

対 1歳6カ月～2歳の誕生日の前日(1歳6カ月ごろに個別通知)

※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。

## 結核は過去の病気ではありません 3月24日は世界結核デー

都内では年間約2,600人の新規結核患者が発生しており、20～40代の働き世代が3分の1を占めています。結核はどの年代もかかる可能性のある病気です。咳や発熱、食欲不振、体重減少などの症状が2週間以上続

く場合は医療機関を受診しましょう。また、周囲の人に感染させないために、職場・学校などの健康診断や市の胸部健診を毎年必ず受けましょう。  
▶健康課 保 042-438-4037

## がん検診 精密検査の受診、お済みですか?

がん検診の結果、精密検査の対象となっていた方で、検査の受け忘れはありませんか。万が一、がんだった場合、発見が早ければ早いほど治療できる可能性が高まります。受診がまだの方は速やかにお受けください。なお、手紙や電話で受診状況を

確認させていただく場合がありますことをご了承ください。

精密検査の受診や検査などについてご不明な点がある場合は、下記へお気軽にお問い合わせください。

▶健康課 保 042-438-4037

## 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	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	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	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	永田外科胃腸内科 南町4-12-6 ☎042-465-8530	

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	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899	8日 本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618

## 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  
3月3日 産婦人科 10日 皮膚科  
17日 眼科 24日 循環器内科  
31日 整形外科

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

## 2月15日号5面「高齢者肺炎球菌予防接種」の記事について

記事の内容について、補足と訂正をお知らせします。  
●予防接種を受けるために自己負担金5,000円が必要となります  
●はがきによる申し込みは、通常はがきで受け付けています  
※すでにお申し込み済みの方について影響はありません。  
お詫びして訂正します。

## 3月は東京都の自殺対策強化月間

## 自殺防止!東京キャンペーン

▶健康課 保 042-438-4037

### □こころの悩みなどについての電話相談

- 東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン  
☎0570-087478 時 3月27日(金)～31日(火)(全日24時間)
- 自殺予防いのちの電話  
☎0120-783-556 時 3月10日(火)午前8時～11日(水)午前8時、3月20日(祝)・30日(月)午後4時～午前0時
- フリーダイヤル相談(国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター)  
☎0120-58-9090 時 3月7日(土)午前0時～9日(月)午前5時30分
- 有終支援いのちの山彦電話  
☎03-3842-5311 時 3月1日(日)～31日(火)正午～午後8時(金は午後10時まで)

### □自死遺族のための電話相談

- 自死遺族傾聴電話(グリーンケア・サポートプラザ)  
☎03-3796-5453 時 3月10日(火)～13日(金)午前10時～午後10時
- 自死遺族相談ダイヤル(全国自死遺族総合支援センター)  
☎03-3261-4350 時 3月20日(祝)～22日(日)午前11時～午後7時

### □LINE相談

- LINEアカウント「相談ほっとLINE@東京」  
時 3月1日(日)～31日(火)午後3時～午後10時(受付は午後9時30分まで)

### □こころといのちの講演会

- 「こころからだが軽くなる考え方のヒント」  
時・場 3月5日(木)午後2時～4時・東京都議会議事堂  
申 東京都福祉保健局HPから

# ！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

## 3月1日(日)～7日(土) 春の火災予防運動

昨年は東京消防庁管内で83人の方が住宅火災で亡くなっています。火災が発生したときに音で知らせてくれる住宅用火災警報器は、早期避難に有効ですので設置しましょう。この機会に防火防災について考え、防災行動力を高め、火災から尊い命と貴重な財産を守れるようにしましょう。

問 西東京消防署 ☎042-421-0119

## 西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

### □特別相談(要予約)

中小企業診断士などが、創業・経営全般の相談に乗ります。

### □税務特別相談会

時・場 3月3日(火)・イングリッドビル

内 税理士による税務に関する個別相談

定 3人(申込順)

※1人最大1時間まで

申・問 ●西東京創業支援・経営革新相談センター ☎042-461-6611

●西東京商工会 ☎042-461-4573

## 特設行政相談

時 3月12日(木)午前10時～午後5時(受付:4時30分まで)

内 登記・年金・相続・税金・国の行政に関する相談

場・問 東京総合行政相談所

☎03-3987-0229

## 令和3年春採用 自衛隊一般幹部候補生募集

対 22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満は大卒見込み含む)  
※修士課程修了者などは28歳未満

### □1次試験

5月9日(土)・10日(日)  
(10日:飛行要員希望者のみ)

### □受付期間

3月1日(日)～5月1日(金)

問 自衛隊西東京地域事務所  
☎042-463-1981

## 令和3年春採用(第1回) 自衛隊一般曹候補生募集(陸海空)

対 18歳以上33歳未満の方

### □試験

●1次:5月23日(土)  
●2次:6月24日(水)～29日(月)

申 3月1日(日)～5月15日(金)

問 自衛隊西東京地域事務所  
☎042-463-1981

## 個別税務相談会

時 月2～3回(水)午前10時～午後4時

内 税理士が相続税・贈与税・所得税などの相談(事前予約制)

※時間に制限があるため、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。

申問のHPをご覧ください。

場・問 東京税理士会東村山支部

☎042-394-7038

# ようこそとしょかんへ 3月

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  
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(木)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 13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば  
13・27日(金)午後3時30分/3歳児から
- おはなしのへや 7・21日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生

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(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 5・12・19日(木)午後4時/3歳児から
- かにむかしのおはなし会 15日(日)午前11時
- はるのスペシャルおはなし会 26日(木)午後3時30分

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(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会  
11・25日(水)午後3時30分/3歳児から

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。



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(水)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  
14日(土)午前11時/3歳児から
- おはなしひろば  
4・18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  
5日(木)午前11時/下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば 4日(水)午後3時30分/新町児童館/3歳児から

休館日  
2日(月)・9日(月)・16日(月)  
23日(月)・30日(月)  
※芝久保・谷戸図書館は、20日(水)休館

## 市民講演会「ACP～人生会議～って何?」

時 3月14日(土)午後2時

場 コール田無

内 ●話し合ってみませんか? 自らが望む人生の最終段階の医療・ケア  
●周囲の信頼する人達と話し合い、共有する「人生会議」をご紹介

問 西東京市医師会 ☎042-421-4328

## ボランティアはじめて講座

時 3月16日(月)午後1時30分～4時(受付:1時15分)

場 田無総合福祉センター

内・定 ボランティア活動を始めるきっかけづくり・20人(申込順)

申 3月13日(金)までに問へ

問 西東京ボランティア・市民活動センター  
☎042-466-3070

## GOLDEN SPORTS小金井公園

時・場 3月20日(木)午前10時30分～午後3時30分・小金井公園

内 ●カラダといっしょに、何してあそぶ?  
●各種スポーツ体験・ステージパフォーマンス・展示コーナー・キッチンカー出店ほか

問 小金井公園サービスセンター

☎042-385-5611

## いこいの森公園 桜ガイド&樹名板づくり

時 4月12日(日)午前10時～11時30分

場 西東京いこいの森公園

※荒天時は屋内でスライドによる解説  
20種類以上ある桜の中から見ごろの桜を紹介し、桜の模様を描いて樹名板を作ります。

定 20人(申込順)

※小学3年生以下は保護者同伴

持 飲み物・動きやすい服装

申 直接または電話で問へ

問 いこいの森公園パークセンター  
☎042-467-2391

## 西東京消防少年団

1月26日に西東京消防少年団の選抜団員が東京消防少年団連盟40周年記念式典の競技会(都内全80団参加)に出場し、ロープ結索競技、防災競技(通報・初期消火・応急救護など)で準優勝という成績を残しました。地域の防災リーダーとなるべく、これからも活動していきますので応援をよろしくお願いいたします。

問 西東京消防少年団事務局  
(西東京消防署警防課内)  
☎042-421-0119

### 消費生活講座 「若い人が狙われる 金融トラブルに備えて」

若者がターゲットにされたマルチ商法被害、金融トラブルが増えています。また成年年齢引き下げにより、「お金の使い方」に対する知識も求められるようになります。いま、知っておくべきことをご紹介します。

時 3月28日(土)午前10時～正午  
場 田無庁舎5階  
内 若年層の金融トラブルなど  
対 在住・在勤・在学の方  
定 50人(申込順)

講 日本貸金業協会  
申 3月17日(火)(必着)までに、往復はがき・ファクス・メールで件名「若年層金融トラブル講座」・住所・氏名・日中連絡のつく電話番号を〒188-8666市役所協働コミュニティ課へ  
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821  
FAX 042-420-2893  
✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

### 西武鉄道新宿線連続立体交差化計画などの都市計画案と環境影響評価書案の縦覧、説明会開催

□都市計画案の縦覧  
①西武鉄道新宿線(井荻駅～西武柳沢駅間)連続立体交差化計画 ②西武鉄道新宿線付属街路の追加 ③東伏見駅の駅前広場計画

- 縦覧・意見書提出期間  
3月3日(火)～17日(火)(必着)
- 縦覧・閲覧場所・意見書の提出方法  
市HP・交通課で確認ください。

□環境影響評価書案の縦覧  
西武鉄道新宿線(井荻駅～西武柳沢駅間)連続立体交差事業

- 縦覧・閲覧期間  
3月3日(火)～4月1日(水)
- 意見書提出期間  
3月3日(火)～4月16日(木)(当日消印有効)
- 縦覧・閲覧場所・意見書の提出方法  
市HP・環境保全課・交通課で確認ください。

□連続立体交差化計画などに関する都市計画案・環境影響評価書案の説明会  
時 3月4日(水)午後6時30分～8時30分(6時開場)  
場 本町小学校(保谷町1-14-23)ほか  
※当日、直接会場へ  
※ほかの開催場所など、詳細は市HPへ  
問 ●都市計画案の縦覧・説明会について…  
東京都都市整備局交通企画課 ☎03-5388-3284  
●環境影響評価書案の縦覧について…  
東京都環境局環境政策課 ☎03-5388-3406  
▶交通課 ☎042-439-4435  
▶環境保全課 ☎042-438-4042

# イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

## 多職種向け講演会「高齢者法とACP」

3月10日(火) 午後7時  
コール田無 ※当日、直接会場へ

内 人生の最終段階の自己決定を法制度はどう支援できるか  
問 (公財)西東京市歯科医師会  
☎042-466-2033  
▶健康課 ☎042-438-4037

## 親子で、みんなで遊ぼう! ペガールボール!

3月14日(土)  
●第一部 午前10時~11時30分  
●第二部 午後0時30分~2時  
きらっと ※当日、直接会場へ

鬼を追いかけてボールを当て、多くボールをくっつけてその数で勝ち負けを競う、小さな子どもから大人まで誰でも楽しめるパラスポーツです。  
当日はペガールボールの他に風船バレーとポッチャの体験もできます。  
※4歳未満は保護者の参加必須  
※4歳以上の未就学児は保護者の見学必須  
持 体育館履き  
問 スポーツセンター  
☎042-425-0505  
▶障害福祉課 ☎042-420-2804

## 科学ワークショップ

### マメもいろいろ ~豆図鑑をつくらう~

3月14日(土) 午後2時~3時30分  
柳沢公民館

内 身近な食べ物である豆の名前や特徴を学びながら、オリジナル豆図鑑を作ります。  
対 小学生  
定 20人(申込順)  
講 多摩六都科学館員  
申 3月3日(火)午前10時から、開館時間中に電話または直接下記へ  
▶柳沢図書館 ☎042-464-8240

## 図書館講演会

### 「自然地理学で西東京市をまなぶ」

① 3月14日(土)・田無公民館  
② 21日(土)・ひばりが丘図書館  
午後2時~4時(1時40分開場)

『田無市史』で「田無の気候」について執筆され、自然環境と災害について研究されている講師から市の今を学びます。異なるテーマで会場も変えて2回開催します。 ※連続参加可

## 春のENJOYニュースポーツ交流会

誰でもすぐにゲーム(ユニカール・ポッチャ・輪投げ・ソフトダーツ)が楽しめます。普段運動していない方、障害のある方もご参加ください。  
時 3月29日(日) 午前9時20分~11時30分(受付:午前9時)  
場 きらっと  
内 ユニカール・ポッチャなど  
ストーンやボールをいかに標的に近づけるかをカーリングのように競います。  
対 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)  
定 同伴者も含め36人(申込順)  
※チーム(1チーム3人)で申込可

内・定 ①西東京市の自然地理-自然災害(都市水害)・50人  
②自然地理学と西東京市-都市気候、特にヒートアイランド現象・30人  
講 原芳生さん(大正大学教授)  
申 3月1日(日)午前10時から 開館時間中に電話・メールまたは直接下記へ  
▶中央図書館 ☎042-465-0823・  
✉lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

## 地域活動紹介ゆめサロン あなたに出来ること× 楽しいこと@地域

3月21日(土) 午後1時~3時30分  
イングビル

新しいことを始めるのは少し不安。一歩を踏み出すにはどうしたらいいか?お話を聞いて地域での生活を楽しくする一歩を踏み出しましょう。  
対 在住・在学・在勤でこれから地域で何か活動したいと思っている方  
定 20人(申込順)  
申 3月14日(土)までに、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・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こらぼ  
☎042-497-6950・FAX 042-497-6951・✉yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp  
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

## ささえあい訪問協力員養成研修

3月24日(火)  
午後1時30分~4時40分  
柳沢公民館

内 市内で一人暮らしをする高齢者の見守り活動  
定 20人(申込順)  
持 認め印  
申 3月23日(月)までに、電話・ファクス・メールで住所・氏名・電話番号を問へ  
問 西東京市地域サポート「りんく」  
☎042-497-4163(平日午前8時30分~午後5時)・FAX 042-497-4164・✉seikatsu@n-csw.or.jp  
▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

## 赤ちゃんと楽しむ絵本講座

3月26日(木)  
午前10時30分~11時30分  
芝久保図書館

赤ちゃんは身近な大人から語りかけてもらおうことが大好きです。子どもと

持 室内用運動靴・タオル・飲み物など  
申 3月13日(金)までに、電話で住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ  
※障害のある方は、ご相談ください。  
▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



一緒に絵本やわらべうたを楽しんでみませんか?  
内 絵本やわらべうたの実演と紹介  
対・定 生後7カ月~2歳までの乳幼児とその保護者・15組(申込順)  
申 3月3日(火)午前10時から、開館時間中に電話または直接下記へ  
▶芝久保図書館  
☎042-465-9825

## 障害者サポーター養成講座中級編

3月28日(土) 午後3時  
谷戸公民館

参加・体験型の内容で開催します。受講者には、障害者サポーターとして住所などを登録してもらいます。情報の発信やサポーター同士のつながりなどにより障害者支援の活躍の場を広げていきます。  
※受講者には、受講証明としてサポ-

トリストバンドを贈呈  
対 初級編受講者  
持 初級編でお渡ししたサポートバンドまたはキーホルダー  
申 前日までに電話で問へ  
問 社会福祉法人さくらの園・カノン  
☎042-452-7062  
▶障害福祉課 ☎042-420-2804

## 新入学児童交通安全の集い

3月30日(月) 午前10時~正午  
田無自動車教習所 ※雨天決行

4月から小学校に入学する子どもを対象に、交通安全について家族で学べる集いを開催します。警察官による交通安全のお話や交通安全に関する人形劇などを予定しています。  
※詳細は市HPをご覧ください。  
▶交通課 ☎042-439-4435

## 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

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。

時・場  
① 3月14日(土)・田無総合福祉センター  
② 25日(水)・住吉会館ルピナス  
午前10時~正午  
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

## 手話講習会

- ①初級(全36回) 4月7日からの毎週(火)午前10時~正午
- ②中級(全36回) 4月9日からの毎週(木)午後2時~4時
- ③上級(全36回) 4月7日からの毎週(火)午後7時~9時
- ④登録試験対策講座(全36回) 4月9日からの毎週(木)午後7時~9時

市の登録手話通訳者を養成する講習会を開催します。

対・定 いずれも在住で下記に該当する方

① 手話未経験者	30人
② 手話講習会初級クラス修了者	25人
③ 手話講習会中級クラス修了者	
④ 登録試験対策講座:手話講習会通訳養成クラス修了者で、12月5日地域登録試験(全国手話通訳者統一試験)を受験できる方	15人

場 西東京市障害者総合支援センターフレンドリー

申 3月2日(月)~16日(月)に、住所・氏名・連絡先を電話・ファクス・メールで下記へ  
問 西東京市手話講習会運営委員会事務局  
☎090-6545-7828(午後6時~9時)・FAX 042-438-2275・✉nishitokyoshi.shuwakou@gmail.com  
▶障害福祉課 ☎042-420-2804

## ENJOY! ドッグイベント 小規模公園・緑地活用事業

市民協働による小規模公園・緑地活用のアイデアとして、昨年度に引き続き試験的に実施するイベントです。  
イベント終了後に、マナーアップ講座および公園の美化清掃活動を行います。  
時 3月14日(土) 午前10時~正午(受付:9時30分)  
場 下保谷五丁目第1公園(下保谷5-14)  
※雨天:15日(日)  
内 ドッグライフカウンセラーの指導のもと行う、バージャンプなどのミニ遊具遊び ※遊具は主催者側が用意します。  
対 飼い主と愛犬のペア(1頭につき、1人以上)  
※小学生は保護者同伴(ヒート中の

犬は参加不可)  
※小・中型犬(柴犬くらい)  
※伸びるリード不可  
※おやつは使用なし  
※狂犬病予防注射・混合ワクチン注射済みに限ります(当日1年以内の証明書を持参)。  
▶みどり公園課 ☎042-438-4045・  
✉kouen@city.nishitokyo.lg.jp





## 各種体操教室(前期)楽しく健康づくり・仲間づくりに

**時** 4月～9月18日(金)(※田無・太極拳は5月11日(月)のみ)  
**対** 在住で60歳以上の方  
**定** 下表参照  
 ※申込多数は新規の方を優先し抽選  
**申** 3月2日(月)～7日(土)午前9時30分～午後4時に、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)を持参し、各会場の窓口へ(電話受付不可)  
 ※休館日:老人福祉センター(土)・(日)、そのほか(日)

※申込は、1人1教室まで  
 ※教材費など自己負担の場合あり  
 ※健康・体力面で不安がある方は、お申込時にご相談ください。

**問** 社会福祉協議会  
 ☎042-497-5136  
**▶** 高齢者支援課 ☎  
 ☎042-420-2811



会館名	実施日	教室名	時間(45～60分)	定員
住吉老人福祉センター ☎042-421-1122	第1～4(火)	A	午前9時40分	各60人
		B	午前10時40分	
		C	午前11時40分	
	第1～4(木)	D	午前9時40分	各25人
		E	午前10時40分	
	第1～4(金)	F	午後1時40分	各25人
		G	午後2時40分	
下保谷福祉会館 ☎042-422-8338	第1～4(金)	A	午前9時20分	各55人
		B	午前10時25分	
		C	午前11時30分	
	第1～5(月)	D	午後1時20分	各30人
		E	午後2時20分	
		F	午後3時20分	
新町福祉会館 ☎0422-55-1781	第1～5(月)	A	午前9時40分	各35人
		B	午前10時40分	
	C	午前11時40分		
第1～4(木)	D	午後1時40分	各20人	
	E	午後2時40分		
富士町福祉会館 ☎042-465-9350	第1～4(火)	A	午前9時40分	各48人
		B	午前10時40分	
	C	午前11時40分		
第1～4(金)	D	午前9時40分	各48人	
	E	午前10時40分		
ひばりが丘福祉会館 ☎042-424-0262	第1～4(金)	A	午前9時40分	各37人
		B	午前10時40分	
	C	午前11時40分		
	第1～4(木)	D	午後1時40分	
		E	午後2時40分	
老人福祉センター (田無総合福祉センター内) ☎042-466-1680	リフレッシュ体操 第1～4(火)	A	午後1時	各30人
		B	午後1時55分	
	すっきり体操 第1～4(木)	A	午前10時15分	各20人
		B	午前11時15分	
	笑顔体操(70歳以上) 第1～4(月)	A	午前10時15分	各20人
B		午前11時15分		
田無・太極拳 第1～4(月)	前期 5～9月	午後1時	30人	

※9月18日(金)まで開催 ※8月の夏期休講日については後日連絡  
 ※後期の申込みは、9月1日号に掲載予定。

## 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。

## 令和2年度 りさいくる市(フリーマーケット)

ごみの減量と資源の再利用促進のため、りさいくる市(フリーマーケット)を開催します。

**時** 4～12月の第1(日)(7月は第2(日))  
 午前9時～正午

**場** エコプラザ西東京

**申** 出店希望者は、開催1カ月前の市報で日程を確認のうえ、お申し込みください。

### ※注意事項

**申込後** 申込多数は抽選。当選した方で、出店ができなくなった場合は、必ず右記へご連絡ください(落選した方の中から繰り上げを行います)。

**当日** ●開催時間前に搬入と設営をし、正午には片付けを終了してください。

※エコプラザ西東京には駐車場があ

りません。搬入後は、庁舎有料駐車場などへ車両を移動してください(駐車料金は1時間無料)。

※環境保護のためにもできる限り車の使用を控えるようご協力ください。  
 ※西東京いこいの森公園アプローチゾーンでの実施は、天候により中止となることや出店者・来場者への暑さ対策や人数減少により検討した結果、中止とさせていただきます。

●申込者の本人確認書類(運転免許証など官公署発行のもの)をご提示ください。

●物品の売買についてのトラブルは当事者間の問題となりますので、市では責任を負いかねます。

▶ごみ減量推進課

☎042-438-4043



## トレーニングマシンで健康増進！ ～既に利用の方も更新が必要です～

週1～2回の利用で健康づくりと介護予防につながります。指導員も配置しているので初めての方でも安心してご利用いただけます。

**期** 4月～令和3年3月

**時・場** 右表参照

**内** トレーニングマシンを使用した筋力・柔軟性の維持・改善のセルフトレーニング

**対** 在住の満60歳以上で、介護保険の要介護認定を受けておらず心身ともトレーニングの実施に支障がない方

**申** いずれかの会場で申請書を記入(利用の可否については後日通知)

▶高齢者支援課 ☎

☎042-420-2811

会場	実施曜日
住吉老人福祉センター	(火)・(金)午前、(木)午後
下保谷福祉会館	(月)午前、(木)午後
老人福祉センター	(水)午後、(金)午後
新町福祉会館	(月)午後、(水)午前

※午前:午前9時30分～午後0時30分  
 午後:1時～4時



## 「りさいくる市」 フリーマーケット出店者募集

**時** 4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(業としている方を除く。)

**募集区画数** 39区画(1区画約3.5m) ※出店場所の選択は不可

**申** 3月10日(火)(消印有効)までに、往復はがきに参加者全員の氏名、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

## 新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルスは、発熱や上気道症状を起こすウイルスです。風邪やインフルエンザ対策同様、咳エチケットや手洗いなどの実施をはじめとする感染症対策が重要です。

### □ イベント参加など外出時の注意

風邪のような症状がある場合は、イベントなどへの参加や外出を控えるとともに、手洗いや咳エチケットを徹底し、感染拡大防止につとめましょう。

特に、高齢の方や基礎疾患をお持ちの方については、人混みをできる

だけ避けるなど、感染予防にご注意ください。

### ※ 咳エチケットとは

咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチや袖を使って、口や鼻をおさえること。

→新型コロナウイルス感染症に関する情報を市HP内でもお知らせしています。



▶ 健康課 ☎ 042-438-4037

## 新型コロナウイルス感染症に係る電話相談

対 次の相談をしたい方  
新型コロナウイルス感染症に関する一般相談(感染の予防・心配な症状が出た時の対応等)

### □ 東京都電話相談窓口

☎ 03-5320-4509

### □ 厚生労働省電話相談窓口

☎ 0120-565653 (フリーダイヤル)

※ 午前9時～午後9時

対 次の症状がある方

- 風邪の症状に加え、37.5℃以上の発熱が4日以上持続
- 強いだるさや息苦しさがある
- ※ 高齢者や基礎疾患などのある方は上記の状態が2日程度続いた場合

### □ 「帰国者・接触者電話相談センター」(都設置)

#### ① 多摩小平保健所

☎ 042-450-3111

※ 平日午前9時～午後5時

#### ② 合同電話相談センター

☎ 03-5320-4592

※ 平日午後5時～翌日午前9時(土・日・祝の終日)

# 東京2020オリンピック競技大会 7月15日(水) 東京2020オリンピック聖火リレーが市内を通過

## 東京2020オリンピック聖火リレールート 決定!

□ 出発地 東伏見交差点(青梅街道上) □ 到着地・セレモニー けやき小学校  
時 午後2時40分ごろ 時 午後3時24分ごろ

交通規制などの詳細は、決定次第、市報などでお知らせします。



画像提供: Tokyo 2020

## 東京都オリンピック聖火リレーサポーター (西東京市ボランティア募集)

聖火リレーのコース沿道などで、走路管理や観衆・雑踏の整理、沿道の資機材設置・撤去のサポート、各活動場所における準備業務補助などの運営にご協力いただく方を募集します。

※ 5～6月に応募者対象の説明会を予定

対 ・定 18歳以上の方・230人程度(申込順)

申 3月31日(火)(必着)までに、右記QRコード

(電子申請)または、メール・はがきで氏名・生年月日・年齢・郵便番号・住所・電話番号・メールアドレス・職業(学校名)・配慮が必要な内容・ユニホームサイズ(XS・S・M・L・LL・2XL)・パラリンピック聖火リレー(8月24日(月))でのボランティア活動への参加希望の有無を〒188-8666スポーツ振興課へ

□ 処遇 無報酬、ユニホームなどの統一したアイテムを支給する予定、活動場所までの交通費および活動中の食事は自己負担

※ 詳細は、市HPをご覧ください。

▶ スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp



## オランダに学ぶ最新共生社会 私たちにできることって何!?

年齢や病気、障害なども、各人が持つ個性として尊重されるオランダ。そんな共生社会で約16年間暮らした西出香さんの体験談を、西東京市PR親善大使である完熟フレッシュのお二人と伺うトークショー。オランダ菓子の試食会やポッチャ体験会も行います。

時 3月7日(土)午後1時～3時

場 アスタセンターコート

□ ゲスト 完熟フレッシュ、西出香

(TNO(オランダ応用科学研究機構 日本代表))

▶ スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818



## 森蘭政崇選手と卓球交流!

西東京市PR親善大使で、卓球全日本選手権混合ダブルス3連覇中のトップアスリートである森蘭政崇選手(BOBSON所属)と卓球交流をしませんか。

時・場 4月19日(日)午前9時30分～11時30分・きらっと

内・定 在住・在学の小、中学生・50人(申込順)

持 ラケット・室内履き

申 3月2日(月)～16日(月)に、メール・電話で住所・氏名・年齢・電話番号・

森蘭選手への質問を下記へ

▶ スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818

✉ sports@city.nishitokyo.lg.jp



## 多摩六都科学館 ナビ

大人のための現代天文学入門 基礎から学ぶブラックホール

2019年、人類はついにブラックホールの姿を目にしましたが、まだ謎だらけの天体には変わりありません。ブラックホールについて基礎から一緒に探求しましょう。

時 3月18日(水)、4月22日(水)

午前11時～正午 ※ 両日同内容

内 大人(高校生不可)

定 30人

¥ 入館券520円

申 当日、開館時よりエントランスホールで参加券を配布(先着)

場・問 多摩六都科学館

☎ 042-469-6100

休館日: 3月2日(月)・9日(月)・16日(月)

ロク  
サイエ  
ス  
コラム

69

## スポーツを楽しむ

昨年はラグビーワールドカップが話題をさらいました。彼らが異口同音に口にした言葉は「ラグビーを楽しんだ」でした。まさに「Play Rugby」を実践したわけです。野球もバレーボールも英語ではPlay BaseballとかPlay Volleyballと言います。スポーツをするは根源に「楽しむ」ことがあり、誰からか強制されたり怒られたりしながらのスポーツは姿を消しつつあります。

サッカーのJリーグのような地域の中で広がるクラブ型生涯スポーツも注目を集めています。楽しむスポー

ツは、競い合いや記録の挑戦だけでなく、生活に密着した喜びの要素を含み、自分自身が心地よくなる身体体験です。今年はオリンピック、パラリンピックの年。アスリートの高度な競技を観戦するのもまたスポーツの醍醐味であり、日本が金メダルをいくつとるかにも期待がかかります。寒さも和らぐこの季節、何か始めてみませんか?

