



いこいーな  
©シンエイ/  
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  
電話 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. 509

**緊急事態宣言が発出中 8月22日(日)まで** 大切な人を守る行動を皆でとりましょう。

## 接種無料 新型コロナワクチン接種のお知らせ(5・6・10面へ)

8月1日(日)で  
しゅうねん  
2周年!

なや だいじょうぶ  
ひとりで悩まなくても大丈夫!

こども しょうだんしつ  
子ども相談室

# ほっとルーム

しょうだん  
に相談してね



市では、子ども条例に基づいて、子どもがSOSを出しやすい仕組みとして、子ども相談室を令和元年8月1日に開設しました。  
つらいこと、苦しいこと、困っていること、学校のことでもおうちのことでも、誰に相談したらいいかわからないことも、どんなことでも子どもの権利擁護委員(CPT)に相談してくださいね!

「ほっとルーム」と「CPT(Children Protect Team (チルドレンプロテクトチーム))」は市内小・中学生により考案され、投票で選ばれた「子ども相談室」と「子どもの権利擁護委員」の愛称です。

ある日の相談は友だちのことでした

友だちと  
うまくいなくて、  
最近一人なんだ…



それはつらいね。  
もう少し話を  
きかせて  
くれるかな?



CPTの野村さん

つらい気持ちを話してみませんか。どうしたらよいか、  
何ができるかを一緒に考え、解決します。

流れが分かったら  
安心だね!



### 1 気持ちを大切にします



相談者は友だちに言われた言葉に傷つき、同時に傷つけてしまったかもしれないと思っている様子でした。  
ほっとルームでは、まずその気持ちに耳を傾けお話を聴きました。

### 2 一緒に考えます



お話を聴いているうちに、どうすれば仲直りできるかという話題に変わっていききました。一緒に解決策を出し合って、できそうと思える方法を探しました。

### 3 最後まで応援します



相談者は、一緒に考えた方法を試してみました。あるとき、「仲直りできたよ!」という連絡がありました。その後も、その時々様子を教えてくれています。



ほかにもできることはあるのかな?

### 調べたり、伝えたりします

一緒に考えたことについて、関係する人に話を聞いたり、調べたりできます。あなたの気持ちを代わりに伝えることもできます。



CPTの谷川さん

相談は、電話・メール・ファクス・手紙・対面のどの方法でも受け付けているよ。  
秘密は守ります。  
安心して相談してね!



CPTの井利さん

でんわ **0120-9109-77**

ファクス 042-439-6646

てがみ 〒202-0005  
西東京市住吉町6-15-6  
子ども相談室 ほっとルーム宛

### メール相談受付フォーム

こちらからいつでも送信できます



窓 □ 住吉会館ルピナス2階 子ども相談室

相談時間 平日午後2時～8時  
土曜午前10時～午後4時  
日曜・祝日・年末年始はお休み

# 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

## 保険・年金

### 医療機関受診勧奨通知の送付

生活習慣病に関連する数値が高い方に、かかりつけ医に早期に受診していただき、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の重症化および合併症の発症を予防することを目的として、医療機関への受診勧奨通知を送付します。  
対生活習慣病に関連する数値から、医療機関の受診が必要な国民健康保険加入者 ※8月中旬送付予定  
▶保険年金課 ☎042-460-9821

### 国民年金保険料のクレジットカード納付

国民年金保険料はクレジットカードで納付することができます。クレジットカード納付を希望する方は、☎へ申込が必要です(郵送可)。  
※金融機関などの窓口でクレジットカードを直接ご提示・お支払いいただく方法ではありません。  
申出書は市役所保険年金課(田無庁舎2階)、市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)にて配布しています。  
※日本年金機構HPからダウンロード可  
※被保険者とクレジットカードの名義人が違う場合は、同意書も必要  
□納付方法  
毎月納付・6カ月前納・1年前納・2年前納から選択(前納割引あり)  
□申込期限  
●毎月納付…随時受付  
※引き落とし開始時期は☎へ。  
●6カ月前納(10月分から開始)…8月末日、(令和4年4月分から開始)…令和4年2月末日  
●1年前納・2年前納(令和4年4月分から開始)…令和4年2月末日  
※過去の未納分や一部免除承認済み期

間はクレジットカード納付の利用不可  
☎武蔵野年金事務所 ☎0422-56-1411 (ナビダイヤル)  
▶保険年金課 ☎042-460-9825

## 福祉

### 庁舎窓口到手話通訳者を配置

両庁舎でのお手続・相談などが必要な場合にご利用ください。  
□手話通訳者配置日 午後1時～5時  
防災・保谷保健福祉総合センター 田無庁舎  
8月4日(水) 8月20日(金)  
9月1日(水) 9月17日(金)

※配置日以外にも手話通訳者を派遣します。詳細はお問い合わせください。  
▶障害福祉課 ☎042-420-2804 ☎042-466-9666

## 子育て

### 児童扶養手当・特別児童扶養手当現況届のご提出を

現在受給している方(支給停止の方を含む)へお知らせを送付しましたので、受給者本人により窓口にご提出ください。ご提出がない場合、手当の支給が停止となることがあります。  
□児童扶養手当  
時 8月2日(月)～31日(火)  
□特別児童扶養手当  
時 8月6日(金)～31日(火)  
※詳細は送付したお知らせをご覧ください。  
▶子育て支援課 ☎042-460-9840

## 暮らし

### 都営住宅の入居者募集

◆東京都直接募集  
●家族向(ポイント方式)…1,290戸  
●単身者向・車いす使用者向・シルバーピア…414戸  
□案内・申込書配布  
時 8月2日(月)～11日(水)の平日のみ  
場 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階、住宅課、出張所  
※都庁・市区町村窓口・☎でも配布  
※申込書などは、募集期間中のみ☎のHPからもダウンロード可

申 8月16日(月)(必着)までに郵送で申込書を各申込先へ  
問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター(申込受付期間中 ☎0570-010-810/それ以外 ☎03-3498-8894)

### ◆西東京市地元募集

●単身者向シルバーピア…1戸  
□案内・申込書配布  
時 8月23日(月)～31日(火)の平日のみ  
場 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階、住宅課、出張所  
申 9月3日(金)(必着)までに郵送で〒202-8555市役所住宅課へ  
▶住宅課 ☎042-438-4052

## 自治会・町内会等活性化補助金のご案内

自治会・町内会などの活性化を目的に、自治会・町内会などが地域福祉の促進と地域づくりのために行う事業に対して補助金を交付します。  
対市内の自治会・町内会およびマンション管理組合  
□対象事業 令和3年4月1日～令和4年3月31日に行う主催または共催する事業  
□補助金上限額 ①と②の合計額  
①1万2,000円 ②200円×加入世帯数  
※加入世帯数は、会員名簿などで加入世帯数が確認できる場合  
※1,000円未満は切り捨て  
申 11月30日(火)(必着)までに申請書類を〒188-8666市役所協働コミュニティ課へ郵送または持参(田無第二庁舎5階)  
※詳細は市HPまたは下記へ  
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

## 募集

### テレワークに関する4市共同アンケート調査

西東京市を含む近隣4市共同(武蔵野・三鷹・小金井市)で、今後のテレワークのあり方についての調査・研究のため、アンケートを実施します。皆様のご協力をお願いします。  
※本調査は(株)情報通信総合研究所へ委託し、実施しています。  
時 8月1日(日)～21日(土)  
申 インターネットによるWebアン

ケート  
▶企画政策課 ☎042-460-9800 アンケートフォーム

## 防犯活動団体補助金説明会および防犯活動団体リーダー連絡会の実施

時 9月4日(土)午後2時30分～3時30分  
場 防災・保谷保健福祉総合センター6階 ※1階で受付  
内 団体登録と補助金の交付手続などの説明、防犯講話  
対 市内で防犯活動を行う団体で次のいずれかに該当  
●登録済みの団体  
●登録を検討している団体  
●立ち上げを検討している団体など  
※未登録団体の方などで参加を希望される場合は、下記へご連絡ください。  
※団体の登録要件などは、市HPをご覧ください。  
※参加者は各団体1人まで  
▶危機管理課 ☎042-438-4010

## etc その他

### 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。皆様のご理解とご協力をお願いします。  
□寄附行為などの禁止事項  
●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。  
\* (株)オアシスワークマン西東京住吉店様(タオル)  
\* 匿名(車椅子)  
\* 高橋一樹様(遊具)  
▶総務課 ☎042-460-9810  
\* (一社)西東京市伝統文化育成会理事長 折元和子様(10万円)  
▶秘書広報課 ☎042-460-9803

## 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30日(木)まで  
●各種手当・助成制度…8月31日(火)まで(重度手当は11月末日まで)  
※障害程度や年齢制限など各種要件あり。詳細はお問い合わせください。

□所得制限基準額 ①◎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 <sup>※2</sup> )
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

### ②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

### ◆現況届の提出

次の手当の受給者に現況届を送付しますので、期限までに返送してください。

●重度心身障害者手当…8月31日(火)まで  
●特別障害者手当<sup>※2</sup>…9月10日(金)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。  
※従来の利用券は利用不可のため要返却  
時 7月30日～8月31日(火)(平日のみ)  
※期間以降は、申請した月分からの助成  
場 障害福祉課(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉

総合センター1階)

※7月30日～8月3日(火)は別途申請会場あり  
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) ●代理人が申請する場合はその方の身分証明書(保険証・運転免許証など)

### ■心身障害者自動車燃料費の請求

時 8月11日(水)～31日(火)(平日のみ)  
場 障害福祉課(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)  
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) ●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)  
●下記請求対象期間内に給油した際の領収書などの原本  
※同封の返信用封筒にてご返送ください。  
□対象期間 \* 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 ☎042-420-2806

**【傍聴】**

マスクの着用や手洗い・手指消毒などにご協力をお願いします。  
また、咳や発熱など、体調不良の方は傍聴をご遠慮ください。

**審議会など**

**■文化芸術振興推進委員会**

**時** 8月4日(水)午後7時  
**場** 田無庁舎5階  
**内** 第2期文化芸術振興計画<sup>ほか</sup>  
**定** 5人  
▶文化振興課 ☎042-420-2817

**■都市計画審議会**

**時** 8月16日(月)午前10時  
**場** 防災・保谷保健福祉総合センター6階  
**内** 東大生態調和農学機構周辺地区地区計画の変更について<sup>ほか</sup>  
**定** 5人  
▶都市計画課 ☎042-438-4050

**中央図書館臨時窓口のブックポストの設置場所が変わりました**

田無第二庁舎入り口に設置していたブックポストを、イングビル東側入り口に移動しましたので、ご利用ください。  
※写真右側がブックポスト  
▶中央図書館 ☎042-465-0823



**浸水害・土砂災害から身を守るために**

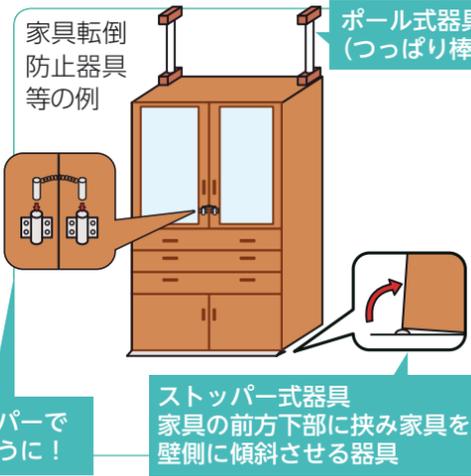
今年の7月も各地で多くの浸水害・土砂災害が発生しました。また、関東地方に被害をもたらす台風シーズンもこれからやってきます。家族や自らの身を守るために、積極的に防災に関する情報を収集しましょう。  
□ハザードマップ…市内の浸水予想区域や土砂災害警戒区域などが確認できます。市HPからもダウンロード可、暮らしの便利帳にも掲載あり  
□気象庁HP…雨雲の動きや大雨警報

などの危険度分布、5日先までの警報発表の可能性など、各種気象に関する情報が確認できます。  
□水防災総合情報システム…都内の気象情報の発表内容、石神井川の水位などが確認できます。  
□安全・安心いーなメール…警報、避難情報などを配信します。下記QRコードから登録可  
▶危機管理課 ☎042-438-4010



**家具等転倒防止器具取付け等サービスの実施**

高齢者世帯・障害者世帯を対象に「家具等転倒防止器具取付け等サービス」を実施します。器具の説明が記載されているチラシを高齢者支援課・障害福祉課で配布していますので、ご覧ください。詳細は下表をご覧ください。



**□サービス詳細**

		高齢者世帯	障害者世帯
対象世帯		65歳以上の方のみの世帯	身体障害者手帳4級以上または愛の手帳4度以上をお持ちの方のみの世帯
		※1世帯につき1回のみ。過去に給付を受けた世帯は申請不可 ※市の住民基本台帳に記録され、当サービスの給付を受けた住宅に引き続き居住する世帯が対象	
種類・定員 ※①②のいずれか	①器具の給付と取付け	器具をお持ちでない世帯で、1世帯につき給付する器具料上限額4,000円(税込み)・5カ所 <sup>まで</sup> 40世帯(申込順)	2世帯(申込順)
	②器具の取付けのみ	器具をお持ちの世帯で、業者が取り付けできる器具を、1世帯につき3カ所 <sup>まで</sup> 2世帯(申込順)	2世帯(申込順)
申請受付期限	令和4年2月18日(金) <sup>まで</sup>		
その他	代理人が申請する場合は、委任状が必要		
申請書配付・受付	高齢者支援課(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)	障害福祉課(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)	
問い合わせ	高齢者支援課 ☎042-420-2810	障害福祉課 ☎042-420-2804	

**「LED照明」設置費用の半額を助成**



地球温暖化対策の推進のため、LED照明の設置費用(工事費・購入費)の半額を助成します。

□助成内容 \*1,000円未満切捨て

種別	購入 ※設置後に申請	工事 ※設置前に申請
対象者	市民	市民・市内に集合住宅を有する個人・中小企業者等または管理組合 <sup>など</sup>
要件	●住居用途に供する部分に設置されている蛍光灯ランプのみ使用可能な照明器具をLED照明器具に取り替える ●令和3年4月以降に購入したもの ●取り替え前後の蛍光灯器具の写真・領収書 <sup>など</sup>	左記に加え、配線工事を伴う蛍光灯ランプからLEDランプへの交換も可
助成額	購入費用の50% 上限1万円	工事費用(購入費用も含む)の50% 上限5万円(ただし、集合住宅の共用部分を含まない場合は上限2万円)

※その他の要件として、市内のLED照明の普及にご協力いただける方  
※店舗部分など住居用途以外は対象外  
※同一の住宅などにつき1回、過去に同様の助成を受けた方も対象  
※購入費用のみ都営住宅・UR賃貸住宅なども対象  
■環境保全課窓口(エコプラザ西東京)  
※申請書は市HPからダウンロード可  
※購入費用の場合は郵送申請可  
※取り替え前の蛍光灯器具の写真がない場合は、申請できません。  
※工事費用の場合は、設置前の申請となりますので、ご注意ください。  
□申請受付期間 8月3日(火)~9月30日(休)  
※受付期間中であっても、予算額に達した場合は受付を終了します。  
※購入費用のみ再度、申請の受付(11月を予定)を行います。  
※購入費用で1回目に申請をした方は2回目の申請はできません。  
※詳細は市HPをご覧ください。  
▶環境保全課 ☎042-438-4042

かしこい暮らしをかしこく選択(クールチョイス)!

**お役立ちガイド 他機関からのお知らせ**

**8月の薬湯 ~桃の薬湯~**

□効能 あせも・虫刺され・ニキビ・吹き出物<sup>など</sup>  
**時** 8月8日(祝)  
※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)  
**場** 庚申湯・みどり湯・ゆパウザ  
**問** 西東京市公衆浴場会  
庚申湯 ☎042-465-0261

■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  
**定** 10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  
●西東京商工会 ☎042-461-4573

**FC東京「西東京の日」ペアでご招待!**

FC東京から「西東京の日」として市民の皆さんをご招待します。  
**時** 9月12日(日)(※キックオフの時間は8月4日(水)以降に<sup>問</sup>のHPでご確認ください。)  
FC東京対柏レイソル  
**場** 味の素スタジアム(飛田給駅)  
**対** 在位のペア  
**定** 500組1,000人(バック席) ※申込多数および席数の制限時は抽選  
**申** 8月16日(月)午後11時までに、下記QRコードから  
□チケットお渡し  
8月21日(土)までに結果をメールで通知します。当選者にはシリアルコードと専用URLを通知、指定日までに各自でWebからQRチケットを発行。  
**問** FC東京 shoutai@fctokyo.co.jp

**防衛大学校学生募集**

□入校時期 令和4年4月上旬  
□応募資格 高卒(見込を含む)または高専3年次修了(見込を含む)21歳未満の方  
□受付期間 ●推薦・総合選抜: 9月5日(日)~10日(金) ●一般: 10月27日(水)<sup>まで</sup>  
※詳細は<sup>問</sup>のHPへ  
**問** 自衛隊西東京地域事務所 ☎042-463-1981

**東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ**

今年度の更新は郵送手続となります

有効期限が9月30日(休)までのシルバーパスをお持ちの方で、引き続きご利用になる場合は更新手続が必要です。現在シルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に(株)東京バス協会から「シルバーパス更新手続のご案内」が届きます(赤い封筒または青い封筒)。更新を希望される方は「ご案内」を必ずお読みいただきお手続をお願いします。※市役所では発行していません。詳細は<sup>問</sup>へ  
**問** (株)東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950 (平日午前9時~午後5時)

**西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内**

**場** イングビル  
□西東京創業カフェ  
**時** 9月6日(月)午前10時~11時30分

# 健康ひろば



## 電子申請 (QRコード)

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

**B メール**

「美姿勢エクササイズ」申込

- ① 9月10日
- ② 氏名
- ③ 生年月日
- ④ 住所
- ⑤ 電話番号
- ⑥ 保育希望の有無
- ※希望者は子どもの氏名、生年月日

**C メール**

「まますた」申込

- ① 8月30日
- ② 氏名(ふりがな) 母親と赤ちゃん
- ③ 赤ちゃんの生年月日、月齢
- ④ 出生した場所(医療機関名など)
- ⑤ 電話番号
- ⑥ 住所(町名)
- ⑦ 上の子の実所予定の有無と人数、年齢

**D はがき・メール**

「離乳食講習会 ステップ」申込

- ① 9月9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 第〇子
- ⑦ 電話番号

**E はがき**

「〇〇健(検)診」申込

- ① 氏名
- ② 住所
- ③ 生年月日
- ④ 電話
- ⑤ 胸部健診は健診希望日

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用や手洗い・手指消毒にご協力をお願いします。

▶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
女性のための 腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育あり	8月19日(木)午前10時~11時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18~64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 8人(1歳未満のお子さんも参加可)	8月16日(月)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20日(金)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	8月17日(火)までに電話
ファミリー学級第6コース ~初めて父親・母親になる方のための教室~ 1日目:妊娠中の生活と健康 2日目:赤ちゃんのお世話について	1日目:9月3日(金)午前10時~11時30分 2日目:9月11日(土)(時間は個別通知) 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住で初めて父親・母親になる方/24組 対象出産予定月:11~1月 ※1日目は妊婦のみ	市 田 (右上QRコード 田) 申込期間:8月10日(火)~19日(木)
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	9月8日(水)午前10時~11時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の食事療法をこれから始める方 および家族/10人	9月3日(金)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	9月10日(金)午前10時~11時45分 田無総合福祉センター	在住で18~64歳の女性/15人 ※初回の方優先	電話・メール(右上記入例 田) seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):9月3日(金)

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
まますた 【出産後まもない時期のママたちのフリートーキング・情報交換】	8月30日(月)午前9時45分~11時(受付:9時30分) 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親/7組	電話・メール(右上記入例 田) fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):8月26日(木)
離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、試食、歯科の話】	9月9日(水)午前10時45分~正午 田無総合福祉センター	在住の6~9カ月の乳児と保護者(第1子優先)/16組	はがき・メール(右上記入例 田) fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):8月26日(木)
▶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
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 【言語訓練士等による相談】	8月11日(水)午後1時30分~5時 教育支援課(田無第二庁舎4階)	5~12歳くらい 10人(1人15分程度)	8月2日(月)~10日(火) 午前9時~午後5時に電話

## 健康ポイントアプリ「あるこ」で健康チャレンジ

コロナ禍でもできる健康づくりに取り組んでみませんか。おうちにいても健康に!

□「あるこ」で健康チャレンジ実施中  
8月中、あるこのエクササイズ動画を15日間視聴・実践した方の中から抽選で、250人にご協賛品をプレゼントします。

□「あるこ」登録方法  
アプリ「グッピーヘルスケア」が必要です。  
※詳細は市HPをご覧ください。  
▶健康課 保 042-438-4037  
ダウンロードはこちらから



## 健康ガイド

### ■ 喉頭がん検診 申込受付中

- 検診期間
- 時 8月2日(月)~11月30日(火)
- 対 令和4年3月31日時点で40歳以上の特にたばこを吸う方
- ¥ 自己負担600円
- 申 11月15日(月)(消印有効)までに、
- はがき(右上記入例 田)
- 窓口(防災・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)
- 市HPから(右記QRコード)
- ※ 順次受診券を送付
- ▶ 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2日(月)~10月30日(土)
- 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28年4月2日~平成29年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



## 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)  
※発熱(1週間以内に発熱37.5度以上を含む)など、感冒様症状のある方は、お電話でお問い合わせください。  
※感染拡大防止のため、鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査等)はしていません。インフルエンザ等の疑いのある方については、臨床診断での対応となります。

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	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	8月の輪番制(診療所)は休止です	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
8日	田無病院 緑町3-6-1 042-461-2682		
9日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ※小児科は午後4時30分まで 042-461-1535		

**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	五十嵐歯科医院 富士町4-16-8 野口ビル1階 042-466-0822	
8日	おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 042-451-6480	こみねキッズデンタルクリニック 南町4-13-22 042-460-4182
9日	大槻歯科医院 北町1-4-2 042-422-6488	平田歯科クリニック 新町2-4-3 2階 0422-25-8211
13日	キンデンタルクリニック ひばりが丘北3-3-52 Ponte Felice 2階 042-423-1470	ねま歯科医院 泉町1-11-14 上宿ビル1階 042-462-4118
14日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 042-423-7660	神田歯科医院 緑町3-5-30 042-466-3234

## 電話相談

	<b>医療相談(西東京市医師会)</b> 8月の相談はお休みです。	042-438-1100
	<b>歯科相談(西東京市歯科医師会)</b> 金曜日 午後0時30分~1時30分	042-466-2033



**ワクチン接種可能な市内医療機関一覧** (7月7日時点)

※掲載がない場合でも、接種可能な医療機関があります

【ファイザー社製ワクチン】

**接種無料**

続き6面へ

**予約受付中** (診療所・クリニックごとの予約状況により異なる場合があります)

**対象:クーポン券(接種券)をお持ちで、接種を希望する方(12歳以上)**

※かかりつけの方のみ、またはかかりつけの方を優先する場合がありますので、医療機関一覧をご覧ください

**【予約方法】診療所・クリニックへ随時ご相談ください。**

最新情報は専用HPをご覧ください。



医療機関一覧

No.	医療機関名	住所	大人		子ども(12~15歳)			予約方法	電話番号	備考 ※各医療機関の休診日などは、ご確認ください
			かかりつけのみ	かかりつけ優先(新規可)	かかりつけのみ	かかりつけ優先(新規可)	保護者の同伴			
1	西東京めぐみクリニック	田無町2-9-13 丸嘉ビル2階	○					来院・電話	042-452-5948	電話：午前9時~10時、午後3時~4時
2	指田医院	田無町4-2-11	○					来院	-	保護者・兄弟・祖父母は新規可 電話でのお問い合わせはお控えください。
3	三尾整形外科	田無町4-21-1 第一光ビル1階	○		○		必要	来院	-	
4	グレースホームケアクリニック 多摩	田無町5-9-1 1階		○				来院・電話	042-452-3525	電話：平日午前9時~午後6時
5	耳鼻咽喉科ヒロクリニック	田無町4-29-8 丸保ビル4階		○		○	必要	来院・電話 WEB	042-497-4233 (予約専用)	電話：平日午前11時~午後1時、午後4時~5時 (土)：正午~午後1時30分 ※(水)・(祝)を除く
6	田村医院	田無町7-3-17		○		○	必要	来院・電話	-	
7	やまぐち内科眼科クリニック	田無町7-16-30	○		○		必要	来院・電話	042-462-7578	毎年、当院で健診受診の方も可 予約は診察時間内のみ。電話予約の場合、折り返しの電話にて指定した接種日を連絡
8	ひらつか内科クリニック	南町2-1-14 新倉ビル1階		○		○	不要	来院	-	電話でのお問い合わせはお控えください。
9	薫風会山田病院	南町3-4-10	○					来院	-	当院に定期的に通院の方が対象
10	畑中医院	南町3-22-8		○		○	必要	来院・電話	042-461-3209	
11	すがひろ内科クリニック	南町4-3-2 サウスタウンビル2階	○		○		必要	来院・電話	042-464-3226	電話：午前9時~正午、午後3時~5時
12	田無ペインクリニック内科	南町4-9-1		○				来院・電話	-	詳細は、当院HPをご確認ください。
13	田無耳鼻咽喉科クリニック	南町5-1-8 田無クリニックモール2階	○					診察時・電話	070-3234-3387	詳細は、当院HPをご確認ください。
14	整形外科高橋クリニック	南町5-3-12	○					来院	-	
15	すくすくkidsクリニック	南町5-9-17	○			○	必要	WEB	-	受診歴のある子どもの保護者・兄弟は新規可
16	小野内科循環器科クリニック	西原町5-1-8 西原クリニックビル2階	○					診察時・電話	042-450-5535	電話：平日午前9時~午後0時30分、午後3時~6時 ※(水)・(土)を除く
17	すぎはらこどもクリニック	西原町5-1-17		○ (高齢者は不可)		○	必要	来院・電話 WEB	-	受診歴のある方の保護者・兄弟は新規可 電話：午前9時~正午、午後3時~6時
18	ひばりが丘やまね小児科アレルギー科	谷戸町2-1-41 びばりが丘南メディカルスクエア1階		○		○	必要	WEB	-	受診歴のある方の保護者・兄弟・祖父母は新規可
19	たなか内科リウマチ科クリニック	谷戸町2-1-41 びばりが丘南メディカルスクエア1階		○		○	必要	電話	042-452-6878	
20	はるクリニック	谷戸町3-23-1 K-flat1階		○	○		必要	来院・電話	042-425-1178	受診歴のある方の家族は新規可
21	ひろクリニック	谷戸町3-26-7	○					電話	042-423-2784	受診歴のある方の家族は新規可 接種日：毎週(水)
22	中沢耳鼻咽喉科	谷戸町3-28-16 パークシティひばりが丘1階		○		○	必要	来院	-	問い合わせのみ電話対応可： ☎042-421-3322
23	なかやま内科循環器科クリニック	向台町1-19-14 ノーブルハイツ向台1階		○				来院・電話	042-450-7710	当クリニックの診察券所持者が対象 電話受付は診察時間内。来院予約優先
24	野田医院	向台町3-6-10		○	○		必要	来院・電話	042-467-1810	受診歴のある方の保護者・兄弟・祖父母は新規可 電話：午後3時~5時
25	こみち内科クリニック	芝久保町1-5-8 ハイネス田無式番館104	○					来院	-	内科疾患にて定期的にかかりつけの方のみ
26	ひがき医院	芝久保町1-11-10		○		○	必要	来院・電話	042-462-5521	
27	南しばくぼ診療所	芝久保町2-22-36		○		○	必要	来院	-	問い合わせのみ電話対応可： ☎042-461-3764
28	たなしこどもクリニック	芝久保町3-4-30 ケルン田無1階	○			○	必要	来院・電話 WEB	042-452-7101	大人は、かかりつけの子どもの保護者・兄弟のみ可 電話：(月)・(火)・(木)・(金)午後3時~5時 未成年は必ず保護者同伴 電話でのお問い合わせはお控えください。
29	ますだ内科クリニック	芝久保町3-6-26		○				来院・電話	042-463-1159	高校生以上の方が対象
30	がんばりクリニック	芝久保町3-30-16		○		○	不要	来院	-	受診歴のある方の保護者・兄弟・祖父母は新規可 発熱外来の時間帯(午前11時~午後0時30分、午後4時30分~6時30分)は来院をお避けください。 電話でのお問い合わせはお控えください。
31	芝久保内科小児科クリニック	芝久保町4-12-45		○				来院・電話	-	電話：午前9時~11時30分、午後3時~5時
32	伊藤皮膚科形成外科クリニック	新町2-5-15		○				来院・電話	-	電話：平日午前9時~正午、午後3時~6時 (土)午前9時~正午、午後2時~4時 ※(水)・(祝)を除く
33	丸山眼科クリニック	新町2-5-15		○				来院・電話	0422-55-5812	

5面から



ワクチン接種可能な市内医療機関一覧 (7月7日時点)

医療機関名	住所	大人		子ども(12~15歳)			予約方法	電話番号	備考 ※各医療機関の休診日などは、ご確認ください
		かかりつけのみ	かかりつけ優先(新規可)	かかりつけのみ	かかりつけ優先(新規可)	保護者の同伴			
34 ひらたあや整形外科クリニック	新町2-5-35	○					来院・電話	-	受診歴のある方の保護者・兄弟・祖父母は新規可 電話：午前9時～正午
35 大野医院	柳沢1-4-26		○			○	来院	-	問い合わせのみ電話対応可：☎042-461-8702
36 川村クリニック	柳沢6-1-1 HBビル2階		○				来院・電話	042-450-7878	受診歴がない場合は来院予約
37 兼子耳鼻咽喉科医院	東伏見2-4-1	○		○			来院・電話	042-465-8733	電話：(月)・(火)・(木)・(金)午前11時～午後5時
38 武村医院	東伏見5-9-14		○			○	来院	-	
39 武村クリニック	東伏見5-9-14		○	○			来院	-	問い合わせのみ電話対応可：☎042-466-5150
40 石川クリニック	保谷町2-6-1		○			○	来院・電話 WEB	042-464-1550	電話：午後1時～3時
41 安部医院	保谷町3-24-2		○			○	WEB	-	受診歴のある方の同居人は新規可 web予約ができない方のみ、午前10時以降の 診療時間内に来院予約可
42 やぎさわ循環器クリニック	保谷町4-5-6 野口ビル1階		○				来院	-	
43 下田内科クリニック	富士町1-13-1		○				来院・電話	042-478-3508	
44 富士クリニック	富士町4-6-9 1階	○					来院	-	問い合わせのみ電話対応可：☎042-450-6555
45 藤沼内科クリニック	富士町4-18-11 フジビル1階		○				来院	-	
46 YYキッズクリニック	東町1-1-22 エリシオン1階			○			電話	-	受診歴のある12歳以上の小中学生が対象
47 増田医院	東町5-1-11		○	○			来院・電話	042-422-6036	
48 はやし内科クリニック	東町6-6-10 西東京メディカルモール B区分	○		○			来院・電話	042-423-0452	電話：午前9時30分～午後0時30分、午後3時～7時 時間前のお問い合わせはお控えください。
49 知念医院	泉町1-11-14 上宿ビル1階		○			○	来院	-	
50 吉川小児科医院	泉町3-1-6		○			○	来院・電話	042-421-5253	
51 中山皮膚科医院	泉町4-4-21		○				来院・電話	-	平成30年2月以降に受診歴のある18歳以上の方対象 電話：(月)・(火)・(木)午前10時～11時、(月)・(金)午後3時～4時 接種日：(月)・(火)・(木)・(金)
52 なかじょう内科	住吉町3-9-8 ひばりヶ丘 メディカルプラザ2階	○		○			来院	-	
53 中山耳鼻咽喉科	ひばりが丘2-11-20		○			○	電話・WEB	042-421-4187	電話：(月)・(火)・(金)・(土)午後1時30分～4時
54 ひばりが丘てらむらクリニック	ひばりが丘3-3-16		○			○	来院・電話	042-452-3960	電話：午前9時～正午、午後2時30分～5時30分
55 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		○			○	診察時	-	
56 ノーブルビルクリニック	ひばりが丘北3-5-13	○		○			来院・電話	042-424-5678	
57 藤原医院	ひばりが丘北4-8-4		○			○	来院・電話	-	
58 保谷北町かなざわファミリークリニック	北町1-6-1 レッツビルディング2階		○			○	来院・電話	070-8959-0805 (予約専用)	予約電話時間は当院☎をご確認ください。
59 保谷伊藤眼科	北町1-6-1 レッツビルディング3階		○				電話	080-4893-8123 (予約専用)	電話：午前9時30分～正午
60 斉藤小児科内科クリニック	下保谷4-2-21		○			○	来院・電話 WEB	080-5419-6334	電話：(月)・(火)・(水)・(金)午前11時～午後2時、 (木)・(土)午前8時～正午
61 みわ内科クリニック	下保谷4-12-2 メゾン泉1階		○				電話	042-438-7188	かかりつけの方は診療時に予約

医療機関名	住所	受付対象者			予約方法	その他備考
		大人	子ども(12歳~15歳)	保護者の同伴		
佐々総合病院	田無町4-24-15	○	○	必要	●電話 【西東京市新型コロナワクチンコールセンター】 ☎03-5369-3904 (月)～(土) ※祝・(休)を除く 午前8時30分～午後7時 ●インターネット <a href="https://jump.mrso.jp/132292/">https://jump.mrso.jp/132292/</a> 24時間受付	*子ども(12~15歳)の予約は、当院☎から予約 ※市民およびかかりつけの方に限る。 電話でのお問い合わせはお控えください。 予約時間の10分前にご来院ください。
田無病院	緑町3-6-1	○				
武蔵野徳洲会病院	向台町3-5-48	○	○ (*)	必要		
西東京中央総合病院	芝久保町2-4-19	○	○	必要		
保谷厚生病院	栄町1-17-18	○				

接種当日の持ち物(3点)

お願い 肩がすぐに出せるような服装でお越しください。

① クーポン券(接種券)

切り離したり、シールをはがしたりせずに、そのままお持ちください。



② 予診票(事前記入)

接種券を貼らないでください



③ 本人確認書類(健康保険証・運転免許証など)

※市内5病院や診療所・クリニックで接種をする場合は、健康保険証をご持参ください。



〈処方されている薬がある方へ〉  
お薬手帳をご持参ください。



〈高齢者・障害者施設等従事者の方へ〉  
施設が発行した証明書が必要となります。

## 先輩ママとお話する会

障害児の親が相談員となって、同じ立場から相談を受け、一緒に考えます。

- 時** 8月12日(木)  
●午前9時15分～10時15分  
●10時30分～11時30分

**場** 障害者総合支援センターフレンドリー  
**対/定** 就学前から高校生の障害児の保護者/各回1人  
**問/申** 基幹相談支援センターえぼっく  
**電** 042-452-0075  
▶障害福祉課 **電** 042-420-2805



## 赤ちゃん集まれ〜♪

お近くの赤ちゃんのつどいに参加しませんか。下表の日程で赤ちゃんのつどいと保護者の方が楽しめる赤ちゃんのつどいを行います。詳細は各センターHPをご覧ください。

- 対** 8カ月ごろまでの乳児と保護者  
▶保育課 **電** 042-460-9842



市HP

### 赤ちゃんのつどい日程(8・9月)

会場	日程	会場	日程
センターすみよし	8月31日(火) 9月28日(火)	谷戸公民館	9月13日(月)
センターけやき	8月27日(金) 9月24日(金)	芝久保児童館	9月9日(木)
センターやぎさわ	9月24日(金)	田無児童館	9月8日(水)
センターなかまち	9月13日(月)	新町児童館	9月21日(火)
センターひがし	9月14日(火)	柳沢公民館	9月16日(木)
北町ふれあいセンター	9月28日(火)	北原児童館	9月21日(火)
ひばりが丘北児童センター	9月30日(木)	下保谷児童センター	9月7日(火)
		芝久保公民館	9月21日(火)



## 多摩六都科学館ナビ

### 全編生解説プラネタリウム 木星・土星ツアーズ2021

プラネタリウムで宇宙へひとつ飛び！今年の夏は大人気の木星・土星を巡るプランをご提案します。

- 時** 9月26日(日)まで  
●8月は毎日：午後1時・4時  
●9月は平日：午後3時50分、(水)・(土)・(日)・(祝)：午後1時10分・3時50分  
**定** 110席

※小学2年生以下は保護者と一緒に観覧してください。

**料** 観覧付入館券(展示室とプラネタリウムを1回)1,040円(小人420円)  
※当日開館時よりインフォメーションにて販売(先着)

**場・問** 多摩六都科学館  
**電** 042-469-6100  
※8月の休館日なし

## 無料市民相談

### ■一般市民相談

場所	日時
市民相談室(田無庁舎2階)	(月)～(金) 午前8時30分～午後5時

### ■専門相談(申込制) ※1枠30分

専門相談は、広く市民の皆さんにご利用いただくためのもので、専門家が一緒に解決の糸口を探すものです。

新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで、電話または対面での相談を行っています。なお、今後の状況によって、相談方法の変更や相談休止となる可能性がありますので、最新の情報はお問い合わせください。

**口** 申込開始 8月4日(水) 午前8時30分(★印は、7月19日から受付中)

**口** 申込方法 市民相談室(田無庁舎2階)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** 市民相談室 **電** 042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	8月12日(木)・13日(金)・19日(木) 午前9時～正午
		8月17日(火)・18日(水) 午後1時30分～4時30分
交通事故相談	電話・対面	★8月5日(木) 午後1時30分～4時
		8月24日(火) 午前9時～11時30分
税務相談	電話・対面	8月20日(金)・24日(火) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	★8月6日(金) 午後1時30分～4時30分
		★8月27日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話	★8月4日(水) 午前9時～正午
		★8月19日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★8月19日(木) 午後1時30分～4時30分
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	電話・対面	★8月16日(月) 午後1時30分～4時30分
行政相談	電話	★9月8日(水) 午後1時30分～4時30分
相続・遺言・成年後見等 手続相談	電話・対面	★8月13日(金)、 9月10日(金) 午後1時30分～4時30分

## 西東京しゃきしゃき体操 推進リーダー養成講座受講者募集(全11回)

早稲田大学スポーツ科学学術院と一緒に作成した、市オリジナルの西東京しゃきしゃき体操の普及を目的とした推進リーダーを募集します。

普及活動を行うことで自身の体力の向上だけでなく、多くの方の健康に貢献することができます。

**時** 9月6日～11月22日の毎週(月)午後1時30分～3時30分 ※11月15日は午前  
**場** 防災・保谷保健福祉総合センター3階

**内** 体操習得・体操を教える技術・健康講義(早稲田大学教授・管理栄養士・歯科衛生士)

**対** 在住のおおむね65歳までで、運動することに支障がない方

**定** 15人(申込多数は抽選)

**申** 8月23日(月)までに、電話・メールで、件名「西東京しゃきしゃき体操推進リーダー養成講座」・住所・氏名・生年月日(年齢)・電話番号を下記へ

▶健康課 **電** 042-438-4037

✉ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp



### 西東京しゃきしゃき体操について

#### □体操をお勧めしたい方

- ひざの周りの筋力をつけたい方
- バランスを良くしたい方
- コロナ禍で運動不足の方
- いつまでも自分の足で歩きたい方
- 地域の活動やサークル活動に体操を取り入れたい方

#### □体操の効果

- 体操を続けると、次のような効果があります
- 太ももの筋肉とふくらはぎの筋肉量が増加
  - 片足で立っている時間が長くなる
  - 日常生活動作が改善(肩こり解消・階段昇降がしやすくなる)

## 要申込 胸部健診(肺がん・結核) 8月2日(月)から受付開始

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和3年度から申込制に変わりました。

**時・場** 下表参照

午前9時30分～午後3時30分の指定時間

※時間の指定はできません。

**内** 胸部レントゲン撮影(該当の方に喀痰検査)

※喀痰検査のみはできません。

**対** 令和4年3月31日時点で40歳以上の方(肺の病気で、現在治療中または経過観察中の方を除く)

※痰に血が混じるなど自覚症状がある方は、速やかな医療機関を受診を

お勧めします。

**申** 下表の申込期限までに、次のいずれかの方法

- 市HPから(右記QRコード)
- はがき(4面右上記入例回)
- 窓口(防災・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)

**口** 受診方法 申込者に受診券を送付します。受診券に指定された日時・会場で受診してください。

※会場ごとの受診者数に限りがあるため、希望日以外の日程でご案内することがあります。

▶健康課 **電** 042-438-4021

申込期限	受診券発送	実施日	会場
8月20日(金)まで (消印有効)	9月上旬	9月17日(金)	防災・保谷保健福祉総合センター
		21日(火)	
		22日(水)	
		27日(月)	
		29日(水)	
9月10日(金)まで (消印有効)	9月下旬	30日(木)	富士町福祉会館
		10月5日(火)	田無総合福祉センター
		8日(金)	新町福祉会館
		12日(火)	田無総合福祉センター
		13日(水)	下保谷福祉会館
9月27日(月)まで (消印有効)	10月上旬	16日(土)	田無総合福祉センター
		10月18日(月)	谷戸公民館
		19日(火)	田無総合福祉センター
		21日(木)	
		26日(火)	
10月28日(木)まで (消印有効)	11月上旬	27日(水)	田無総合福祉センター
		11月17日(水)	

※車いすの方は10月22日(金)に田無総合福祉センターで実施します。ご希望の方は9月27日(月)までにお申し込みください。

## 新型コロナウイルス感染症の影響でお困りの方

### 国民健康保険料の減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した被保険者の方に対し、国民健康保険料の減免の制度があります。  
※詳細は市HPまたは下記へお問い合わせください。  
▶保険年金課 ☎042-460-9822

### 国民健康保険における傷病手当金の支給

新型コロナウイルス感染症に感染もしくはその疑いのため、仕事を欠勤することを余儀なくされ、給与の全部または一部を受けることができなくなった場合、傷病手当金を支給します。  
※申請される方は事前に電話でお問い合わせください。  
▶保険年金課 ☎042-460-9821

### 介護保険料の減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した被保険者の方に対し、介護保険料の減免の制度があります。  
※詳細は市HPまたは下記へお問い合わせください。  
▶高齢者支援課 ☎042-420-2814

## 介護保険料の特別徴収(年金からの天引き)処理の誤りに関する対応

介護保険被保険者の皆さんには大変なご迷惑、ご負担をお掛けしますことを深くお詫び申し上げます。

▶高齢者支援課介護保険料係専用ダイヤル  
☎042-420-2867 時 平日午前8時30分～午後5時

### □対象者の方には、8月の年金から特別徴収となる額をお知らせしています。

本市の事務処理の誤りにより昨年8月の年金から一部特別徴収できなかった分の介護保険料については、本年8月の年金から特別徴収させていただきます。

対象の方には、7月13日に発送した令和3年度介護保険料納入通知書に同封する「介護保険料徴収方法変更通知書兼仮徴収額変更通知書」に、年金から天引きする額などをお知らせしていますので、ご確認ください。

このたびのことにしまして、ご不明な点などがございましたら、お手数をおかけしますが、上記専用ダイヤルまでお問い合わせください。

### 「還付金」詐欺・「振り込め」詐欺にご注意ください

- ★市が電話でATMに誘導して操作をお願いすることは絶対にありません。
- ★市がメールや電話で振り込みをお願いすることは絶対にありません。

## 平和の大切さについて考えてみませんか

～平和を未来に引き継ぐために～

今年の8月15日で、終戦から76年を迎えます。

戦争体験を風化させず、平和の尊さを語り継ぐため、西東京市では西東京市戦災パネルや戦争体験記、市の平和事業の取組を、市HPで公開しています。

夏休みの学習に市内の戦争遺跡を巡るなど、8月のこの時期に、ぜひ平和について考えるきっかけにしてください。



市HP  
平和推進

### 市内 しじゅうから第二公園

スポット (柳沢1-14)

西武柳沢駅南側にある、しじゅうから第二公園付近には、「模擬原子爆弾」が投下されました。投下された爆弾は、長崎に投下された原子爆弾と同型・同質量で、原子爆弾投下訓練として使用されました。この爆弾により、近くで畑仕事をしていた女性3人が亡くなりました。



### DVD 忘れてはいけない記憶 ～西東京市にもあった戦争～

戦時中にあった市内の出来事や今も残る市内の遺跡、体験談などをまとめた映像です。この映像は、市内図書館で貸出をしているほか、市HPでもご覧いただけます。



▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

## 旧保谷庁舎パネル展

旧保谷庁舎の解体工事を令和3年度から実施します。

開庁以来約50年、長きにわたりご利用いただいた市民の皆様等とともに旧保谷庁舎への感謝を込めて、庁舎との思い出を振り返る写真などのパネル展示会を開催します。

お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

時 ●パネル展示会

8月4日(水)～6日(金)午前10時～



午後5時 ※6日(金)は午後3時まで

●オープニングセレモニー

8月4日(水)午前10時

場 保谷こもれびホール

内 旧保谷庁舎との思い出を振り返る写真の展示など

▶総務課(保) ☎042-438-4001

## 西東京市女性の働き方サポート推進事業 「ハンサムMamaプロジェクト」

子育てしながらの「理想の働き方実現」を目指しませんか? 子連れで楽しく学べる講座や同じ志をもつ仲間と交流できるプログラムを用意しています。講座内容の詳細・申込は専用HPをご覧ください。

ハンサムママ 検索

\*オンライン講座の参加には、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

□9月・10月開催創業講座

内容	日時	場所・方法
基礎講座 起業の種を育てよう 定10人	9月7日(火)	オンライン(Zoom)
アドバンス講座 女性起業家のためのインスタ活用術 定20人	9月14日(火)	オンライン(Zoom)
基礎講座 起業の種を育てよう 定10人	9月16日(水)	午前10時～正午 田無第二庁舎4階
連続講座 ここからはじめる 「おうち起業」塾 定15人	9月28日(火) 10月5日(火) 10月12日(火) 10月19日(火)	田無第二庁舎4階 オンライン(Zoom) オンライン(Zoom) 田無第二庁舎4階
交流講座 一創業一 ワンランクUP!楽しく学ぶ簡単写真術 定15人	10月7日(水)	午前10時～11時30分 田無第二庁舎4階

申 専用HPから(申込順)

▶産業振興課 ☎042-420-2819



内 提出書類およびプレゼンテーション審査で、最終審査に進む8組程度のプランを選出します。※最終審査会の様子はオンラインで配信

対 新規ビジネスの立ち上げを目指す方または新規事業の立ち上げ後2年未満の方  
※業種や事業分野、個人・法人および事業規模は不問

□1次審査 11月17日(水) プレゼンテーション審査

□最終審査 令和4年1月22日(土) オンラインプレゼンテーション

□賞 グランプリ15万円・準グランプリ7万円・他副賞あり

申 9月1日(水)～10月27日(水)午後5時までに、特設HPから、所定の応募用紙をダウンロードのうえ、必要事項を記載し、メールで下記事務局へ

□送付先 ☎jimu@nishitokyo-bizcon.com

※ビジネスプラン作成サポートをご利用ください

セミナー、個別面談で事業計画作成のサポートを行います。ビジネスプランコンテストに参加を考えている方はぜひご参加ください(参加しない方でも受講・相談可)

①セミナー

内容	日時	方法
魅せる! 伝わる! 事業計画書作成セミナー 定20人	8月27日(金) 午後2時～3時30分	オンライン(Zoom)
地域と繋がりがり・地域で動く 私スタイルの創業 定20人	9月27日(月) 午前10時～11時30分	オンライン(Zoom)

②個別面談

中小企業診断士、創業支援マネージャー、金融機関の創業担当者が、事業計画作成に関する相談をお受けします(1件あたり1時間程度)。

申 特設HPから

西東京市 ビジネスプランコンテスト

検索

▶産業振興課 ☎042-420-2819

**!** 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・変更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いたします。また、参加される際には、マスクの着用など感染症対策にご協力ください。

## イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

※オンライン開催事業は、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。

### 若年性認知症の家族会・当事者会「かえるの会」

**8月13日(金)** 午後1時30分～3時  
田無第二庁舎4階

若年性認知症の方への介護に関する悩みを話したり、介護者同士でアドバイスし合ったり、気軽に語り合ってみませんか(3カ月に1回程度開催)。  
**対** ●若年性認知症の方を介護している家族の方(発症が65歳未満で現在65歳以上の方の介護者の方も参加可)  
●若年性認知症の方(若年性認知症と診断されているおおよそ70歳くらいまでの方)  
**申** 初めて参加される方のみ、8月10日(火)までに電話・メールで下記へ  
▶高齢者支援課 田無 042-420-2811  
✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

### 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

**8月25日(水)** 午前10時～正午  
住吉会館ルピナス

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** 20人(申込順)  
※同席の子どもを含む ※子どもがいる場合は保護者のもとで参加可  
**申** 8月24日(火)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

### 息子介護者の会・娘介護者の会

**8月28日(土)**  
午前10時30分～正午  
保谷駅前公民館

高齢者の介護を担っている息子さん・娘さんならではの悩みやご苦労を同じ立場の方同士で語り合ひましょう。  
**対** 高齢者の介護を担っている息子さん・娘さん  
**申** 8月27日(金)までに電話でお住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ  
▶高齢者支援課 田無 042-420-2811

### 西東京市創業スクール 特定創業支援等事業(全5回)

●9月10・17・24日(金)、10月1日(金)  
田無第二庁舎4階  
●10月22日(金) 田無庁舎5階  
午前10時～午後1時

実務に精通する講師陣から創業のノウハウを学び、事業計画書の作成を目指します。  
受講後、証明書を取得することで、会社設立時の登録免許税の軽減措置、市独自の融資あっせん制度などの特典を受けることができます。  
**対/定** 起業・創業に興味のある方、創業後間もない方/20人(申込順)  
**¥** 3,000円(初回に集金)  
**申** 電話で問へ  
**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  
▶産業振興課 田無 042-420-2819

## 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。

### シルバー月間 ～スポーツ施設の無料利用～

**時** 9月1日(水)～30日(水)の平日および20日(祝)午前9時～午後3時入館(それ以外は有料)  
※9月7日(火)は休館日  
**場** スポーツセンター・総合体育館・きらっと  
**内** ●温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用(2時間まで)  
●各教室の参加(下表参照)  
**対** 在住の65歳以上の方  
**申** 8月17日(火)(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望教室を問へ郵送または返信用はがきを各館窓口に持参(申込多数は抽選)

※1教室につき、はがき1枚が必要  
**□参加・利用方法** 利用時に「令和3年度シルバーウイーク参加カード」を提示してください(過去のカードをお持ちの方は、カードと住所が分かるものをご持参ください)。  
※カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢が分かるもの)をご持参ください。  
**問** スポーツセンター  
〒202-0013中町1-5-1  
042-425-0505  
▶スポーツ振興課 田無 042-420-2818

	教室名	場所	日時	定員
プールの	① 水中ウォーキング	スポーツセンター	9月6日(月)	各15人
	② 水中運動	温水プール	9月17日(金)	
フロアの	③ バランストレーニング&ストレッチ	スポーツセンター	9月10日(金)	午後1時～2時 各30人
	④ 転倒予防&健脳トレーニング		9月28日(火)	
	⑤ ウォーキング&簡単筋トレ	総合体育館	9月8日(水)	午前10時30分～11時30分 各20人
	⑥ 体力向上ハツラツ体操		9月16日(木)	
	⑦ 簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	9月20日(日)	
	⑧ ストレッチ&転倒予防		9月29日(水)	

### みんな集まれ! 親子で野菜づくりにチャレンジ 畑の学校!

市内の畑で、カブと大根を育て、親子で農業の魅力を体験しましょう。  
**時** ●種まき: 9月11日(土)  
●収穫: 11月6日(土)  
①午前9時30分(住吉町6-3)  
②午後3時(北原町3-3)  
**場** 市内農業者2カ所の圃場  
**対** 在住の小学生までの親子各回20組(作付けは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・汚れてもよい服装・靴  
**申** 8月16日(月)(必着)までに、イベント名および希望時間(①・②)・住所・参加者氏名(親子)・子どもの年齢・電話番号を〒188-8666市役所産業振興課へ封書で郵送  
※返信用封筒に84円切手を貼り、住所・氏名を明記し同封  
※種まき・収穫は同一場所・時間  
▶産業振興課 田無 042-420-2820



### 選挙のポスターを描いてみよう

投票参加を求めたり、明るい選挙に関するポスターを募集します。  
**対** 在住・在学の小学生～高校生  
**申** 9月10日(金)(必着)までに、作品の裏側右下に学校名・学年・氏名を明記し、選挙管理委員会事務局(田無庁舎3階)へ持参 ※学校提出の場合は、各学校の期限まで  
**□作品規格**  
●画材は自由(紙や布など、絵の具だけに限らない)  
●画用紙の四つ切り(542mm×382mm)、八つ切り(382mm×271mm)、もしくはそれに準じる大きさ  
**□その他**  
●全応募作品を学校名および学年のみ表記して市庁へ掲載  
●応募作品の一部は、選挙時の啓発物品などに使用する場合があります  
●応募作品の一部は、市の優秀作品として東京都選挙管理委員会へ推薦 ※東京都で優秀作品に選ばれると学校名・学年・氏名が公表され、全国審査に提出されます。  
▶選挙管理委員会事務局 田無 042-420-2801

### 図書館バックヤードツアー

普段は入れない裏側や休館中の図書館を見学するなど、図書館の仕事の一部と一緒に体験してもらうツアーを実施します。  
**時** ①8月9日(休)午前11時  
②8月9日(休)午後2時  
③8月20日(金)午前11時  
④8月20日(金)午後2時(各回1時間程度)  
**場/対/定**  
①・② 谷戸図書館/小学1～3年生の親子/各回親子3組(申込順)  
③・④ 柳沢図書館/小学4～6年生/各回4人(申込順)  
**申** 8月1日(日)から各回前日までに、電話または直接下記へ  
▶谷戸図書館 042-421-4545  
▶柳沢図書館 042-464-8240



### 東京2020パラリンピック聖火リレー情報

**出発式 観覧者募集**  
西東京市からパラリンピック聖火リレーが始まる出発式が行われます。  
**時** 8月23日(月)午前11時～11時40分  
**場** スポーツセンター  
**定** 100人(申込多数は抽選)  
**申** 次のいずれかの方法で申込  
●8月15日(日)までに電子申請(下記QRコード)  
●8月13日(金)までにスポーツ振興課窓口(田無第二庁舎5階)にて応募用紙に記入  
▶スポーツ振興課 田無 042-420-2818



### 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。



接種無料

# 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

※ワクチン接種は強制ではありません。

## □ワクチンの供給と予約について

国からのワクチン供給量が不足しているため、一時的に集団接種の予約が上限に達しています。診療所・クリニックについても、予約の上限に達している場合があります。市では、できる限り早く、幅広い世代の市民の皆さんにワクチン接種をしていただけるよう、ワクチンの安定供給を国や都に要望しています。ワクチンの供給に少しお時間がかかりますが、今後、ワクチン供給に応じて、予約枠を広げていく予定です。ご理解を賜りますよう、お願いいたします。

## 診療所・クリニック

診療所・クリニックでの接種については5・6面へ  
対象：クーポン券(接種券)をお持ちで、接種を希望する方(12歳以上)

## 集団接種・市内5病院

【ファイザー社製ワクチン】

予約受付状況について (集団接種・市内5病院で接種を受ける場合)	
対象	予約状況
●50歳以上の方※ (昭和47年4月1日以前に生まれた方)	予約受付中
●基礎疾患を有する方(12歳以上)	
●高齢者・障害者施設等の従事者	
●市内の保育園・幼稚園の従事者(市独自)	
●上記以外で12~49歳の方	ワクチン供給状況に応じて、予約開始予定 市報・市HPでお知らせします

※令和4年3月31日時点の年齢

### 【予約方法】

**インターネット**で予約 **24時間受付**  
スマートフォンかパソコンからアクセス  
▶ <https://jump.mrso.jp/132292/>



### 電話

で予約  
☎03-5369-3904 (通話料有料)  
時(月)~(土)午前8時30分~午後7時 ※祝・(休)を除く

### ●接種会場で2回目接種の予約

2回目は3週間後の●同じ曜日 ●同時刻 ●同会場で接種となります。  
ご予約を空けておいてください。

### 〈集団接種〉 ※12~15歳の方は保護者の同伴が必要

- 西東京市役所田無庁舎
- エコプラザ西東京

### □新設予定の集団接種会場

※会場への直接のお問い合わせはご遠慮ください。  
※詳細は8月15日号でお知らせします。

- 西東京いこいの森公園…8月中旬以降予定
- ひばりが丘パルコ  
ワクチン接種会場…8月中旬以降予定
- 田無アスタ  
ワクチン接種会場…9月以降予定

### 〈市内5病院〉

- 佐々総合病院
- 田無病院
- 武蔵野徳洲会病院
- 西東京中央総合病院
- 保谷厚生病院

市内5病院の詳細は6面をご覧ください。

## 防衛省・東京都が運営する大規模接種会場もご利用ください。



ワクチンの種類が異なるため、「重複予約」にご注意ください。

### □防衛省の運営する接種会場

- 自衛隊大規模接種センター(東京センター)
- ※詳細は防衛省HP(右記QRコード)をご覧ください。

防衛省HP



### □東京都の運営する接種会場

- 1 自力での移動が困難で、介助者が運転する車で来場する方等
- 東京都井の頭恩賜公園ワクチン接種会場 ※8月7日(土)接種開始予定
- 2 東京商工会議所、多摩地域の商工会・商工会議所の会員の中小企業従業員等

### 3 都内の大学・短大に通う学生、教職員および都内に在住し、都外の大学・短大に通う学生

- 青山学院大学(青山キャンパス) ※8月2日(月)開設
- 一橋大学(国立キャンパス) ※8月2日(月)開設
- 東京都立大学(南大沢キャンパス) ※8月7日(土)開設

### 4 教育関係者等

※詳細は東京都HP(右記QRコード) または問へお問い合わせください。

東京都HP



問 東京都ワクチン接種会場コールセンター ☎0570-034-899

### ワクチン接種証明書(ワクチンパスポート)の発行

海外渡航の予定があり、市が発行した接種券を用いて接種した方に新型コロナウイルスワクチンの接種証明書を交付します。

対 海外渡航の予定があり、西東京市が発行した接種券を用いて接種をした方

申 郵送で必要書類を〒202-8555市役所健康課新型コロナウイルスワクチン担当へ

※申請に必要な物など詳細は市HPまたは下記へお問い合わせください。

※受付してから発行まで、1週間程度かかります。

#### □問い合わせ先

- 申請手続について…西東京市新型コロナウイルスコールセンター ☎03-5369-3904
- 制度について…厚生労働省新型コロナウイルスコールセンター ☎0120-761-770

### 西東京市新型コロナウイルスコールセンター

☎03-5369-3904 (通話料有料)  
☎042-439-6171 (聴覚に障害のある方)  
時(月)~(土)午前8時30分~午後7時  
※祝・(休)を除く

### 東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター

☎03-6258-5802  
時 24時間対応(土)・(日)・(祝)を含む毎日  
内 接種後に副反応の症状が見られる場合の相談

### 新型コロナウイルス接種に関する専用HP 〈西東京市新型コロナウイルス掲示板〉

新型コロナウイルス接種に関する情報をお知らせしています。



### 西東京市新型コロナウイルス相談窓口

内 クーポン券(接種券)再発行・ワクチン接種に関するお問い合わせ・その他お困りごと  
場 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター4階