



主な内容

【2面】年度末・年度始めの市民課窓口の混雑予想 【7面】北京2022オリンピック 西東京市のオリンピックアスが活躍 【8面】新型コロナワクチン接種のお知らせ

交通事故のない **安心・安全** なまちを 実現するために!

交通ルールを守りましょう!

▶ 交通課 電話 042-439-4435



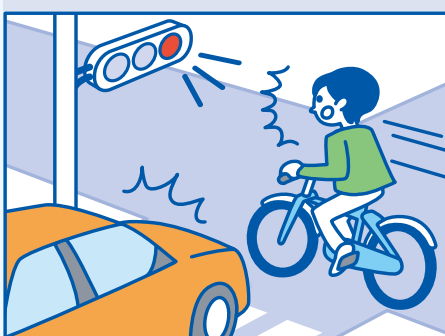
自転車の利用ルールをおさらい!



一時停止の標識があるところでは 一時停止



信号を守りましょう

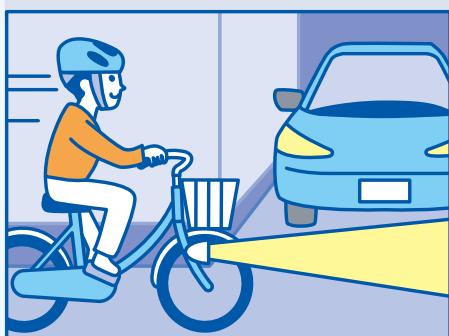


2人乗り運転をしない

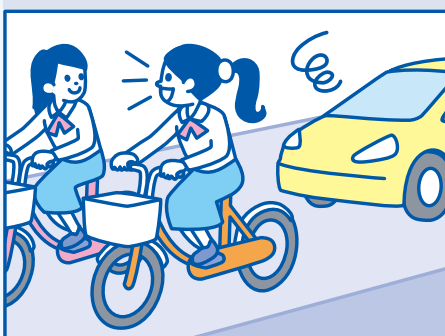


※16歳以上の方が6歳未満の幼児を幼児用座席に乘せて運転することはできます。

夜間はライトを点灯



横に並んで走行しない

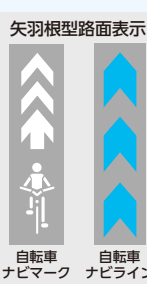


飲酒運転をしない



自転車は車道の左側を通行!

自転車は原則として車道の左側を通行し、自転車ナビマークやナビライン、自転車専用通行帯がある道路では、それらに沿って走りましょう。
ただし、安全上、やむを得ず歩道を通行する場合は、歩行者優先で車道寄りを徐行しましょう。



駅前や商業施設周辺などの人通りが多い歩道では、
自転車の押し歩きにご協力ください。



その他の注意点

- スマートフォンの操作や音楽を聴きながらの「ながら運転」は危険なのでやめましょう。
- 子ども(13歳未満)はヘルメットを着用しましょう。
- 普段から点検整備を忘れずにしましょう。
- 自転車保険への加入をしましょう。

□例外として、次の場合や対象は

歩道を通行できます

- 「自転車通行可」の標識がある歩道
- 13歳未満の子ども
- 70歳以上の高齢者
- 身体の不自由な人

大人の自転車利用マナー

東京都の動画で自転車利用マナーについて学びましょう!

動画は
こちら



自動車の事故を防ぐために



スクールゾーンについて

市内小学校周辺では通学する児童の安全を確保するため、車両の通行を規制するスクールゾーンが設置されています。規制された時間は、許可のない車は通行できません。時間帯は規制箇所によって異なりますので、標識や路面標示でご確認ください。
許可については警視庁田無警察署にご相談ください。

道路標識



路面標示



運転免許証の自主返納について

近年、高齢者の運転が原因となる重大な交通事故が発生しています。運転に自信がなくなった方、ご家族から運転が心配と言われた方は、運転免許証の自主返納についてご検討ください。詳しくは警視庁田無警察署にご相談ください。

運転時認知障害
早期発見チェックリスト30
試してみてください!



市からの

連絡帳

目

税・年金

市税・国民健康保険料の
休日納付相談窓口

時 3月5日(土)・6日(日)午前9時～午後4時
場 田無庁舎
●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}
※電話または窓口で相談可
▶納税課 **田** ☎042-460-9832
▶保険年金課 **田** ☎042-460-9824

バイク・軽自動車の廃車などは
3月中に手続を

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にない、所有者が替わった方は、3月中に手続をしてください。
※軽自動車税には、月割課税制度はありません。
□取扱窓口
●125cc(または1kW)以下のバイク
●ミニカーおよび小型特殊自動車…市民税課(田無庁舎4階)
☎042-460-9826

- 125cc(または1kW)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** ☎042-460-9826

土地家屋価格等縦覧帳簿の
縦覧期間

令和4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(金)～5月31日(火)を予定しています。詳細は、4月1日号でお知らせする予定です。
▶資産税課 **田** ☎042-460-9829・9830

退職時には国民年金への
切り替え手続が必要です

退職などにより厚生年金を脱退した方やその方の扶養になっていた配偶者(第3号被保険者)のうち、国内に住所がある20歳以上60歳未満の方は、国民年金第1号被保険者への切り替え手続が必要です。
申 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)
持 ●本人確認できるもの(運転免許証・マイナンバーカード^{など})
●退職日の記載がある書類(雇用保険被保険者離職票・退職証明書^{など})
※退職の翌日から厚生年金に加入する場合や厚生年金加入中の配偶者の扶養になる場合は、市役所での手続は不要
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

心

福祉

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3年11月1日～令和4年2月28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
●同一月内で、西東京市認知症およびねたきり高齢者等紙おむつ給付サービスを受けていない
申 3月10日(木)～31日(木)(必着)に、〒188-8666市役所高齢者支援課へ郵送または持参(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)
□必要なもの
●紙おむつ助成金交付申請書
●紙おむつ助成金振込口座依頼書
●介護保険被保険者証の写し
●振込先の口座が分かるもの(通帳の写し^{など})

- 認め印(来庁時のみ)
- 病院が発行した領収書の写し
※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申請できません。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。
※申請書などは市 **HP** で配布
※今年度最後の受付となります。令和3年3～10月入院分の未申請分についても、併せて受付をします。
※次回(3～6月入院分)は7月に予定。その際、2月以前入院の未申請分は受け付けできませんので、ご注意ください。
▶高齢者支援課 **田** ☎042-420-2810

心

子育て

認可外保育施設の
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)と月極で契約をしている子どもと同居している保護者(一時保育は対象外)
② 保育料を完納している保護者
③ ①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)を利用していない保護者
□助成金額 保育料(実費分などの一

年度末
年度始め

市民課窓口の混雑が予想されます

- ▶市民課 **田** ☎042-460-9820
保 ☎042-438-4020

住所異動が多くなることに加え、マイナンバーカードの交付・更新なども行われるため、3月14日(月)～4月8日(金)は窓口が特に混雑すると予想されます。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・年度始め市民課窓口混雑予想

月	火	水	木	金	土
2月28日	3月1日	2日	3日	4日	5日 保 ^{のみ}
7日	8日	9日	10日	11日	12日 田 ^{のみ}
14日	15日	16日	17日	18日	19日 保 ^{のみ}
21日 閉庁日	22日	23日	24日	25日	26日 田 ^{のみ}
28日	29日	30日	31日	4月1日	2日 保 ^{のみ}
4日	5日	6日	7日	8日	9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

- 特に混雑が予想される日**
3月25日(金)・26日(土)・28日(月)・29日(火)・30日(水)・31日(木)、4月1日(金)
※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。
- 手続期間**
●市外への転出手続…引越し予定日のおおむね2週間前^{から}
●転入・市内の転居手続…引越した後2週間以内

混雑回避に「待合状況公開サービス」をご活用ください

- 市民課(田無庁舎、防災・保谷保健福祉総合センター)での受付待ち人数と呼び出し中の番号を、パソコン・スマートフォンなどで確認できるサービスです。ご自宅や外出先でも窓口の呼び出し状況を確認できますのでぜひご活用ください。
- 対象窓口**
●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(市民課)
- 市公式LINEからも混雑状況が確認できます!**
市公式LINEメニューから「窓口混雑状況」を選択すると、各窓口の混雑状況が確認できます。右記QRコードから友達登録をして、ぜひご活用ください。

出張所もご利用ください

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に関する手続(交付を除く)は、出張所でもお取り扱いしています。
□市民課土曜日窓口
時 午前9時～午後0時30分
場 ●防災・保谷保健福祉総合センター…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。
◇公共交通機関のご利用を
市庁舎駐車場は有料です。市役所でお手続をされる方は1時間までは無料ですが、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、ご来庁の際は公共交通機関をご利用ください。

	平均待ち時間(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	75分	150分	60分以上	120分以上	
混雑します	45分	75分	45分	75分以上	
やや混雑します	30分	60分	35分	60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を行う場合は、それぞれの待ち時間の合計になります。

部を除く)と上限額を比較していずれか低い額

□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

■指定された期日までに、施設を通じて配布される申請書に必要な事項を記入し、各施設に提出
※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

認可外保育施設の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、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。

■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 次のいずれかに該当すること

- 該当する子どもが生計を一にする小学校就学前子どものうち、第3子以降
- 年収360万円未満相当世帯

■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3年10月～令和4年3月

■3月14日(月)～31日(木)(消印有効)に、申請書に領収書などを添付し〒188-8666市役所保育課へ郵送または直接持参(田無第二庁舎2階)

※詳細は市HPをご覧ください。

▶保育課 田 042-497-4926

暮らし

消費者団体登録

「消費者団体」として登録をすると、消費者センター分館のグループ活動室を利用したい日の2カ月前の1日から予約できるなどのメリットがあります(その他の登録団体は1カ月前[※])。

■消費生活に関する消費者の自主的な学習活動を市内で行っている団体
※更新は年度ごとになりますので、現在登録している場合も更新の手続きが必要となります。

※詳細は、市HPをご覧ください。

▶協働コミュニティ課 田

042-420-2821

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。

■3月12日(土)午前9時30分～午後0時30分

■場 田無庁舎5階

■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方
※原則、昭和56年5月31日以前の建築
■定 8人(申込順) ※1人35分程度

■3月9日(木)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

新座市の図書館との相互協定が終了

西東京市と新座市との図書館相互協定が3月31日(木)をもって終了となります。

▶中央図書館臨時窓口

保 042-465-0823

募集

婦人相談専門員

□人数 1人

□任期 4月1日(金)～令和5年3月31日(金)

□試験日 3月19日(土)

□募集要項 協働コミュニティ課男女平等推進係(住吉会館ルピナス)、市民活動推進係(田無第二庁舎5階)、職員課(田無庁舎5階)、市HPで配布
※詳細は募集要項をご確認ください。

□受付期間 3月11日(金)^{まで}

▶男女平等推進センター

保 042-439-0075

公民館専門員

□人数 1人程度

□資格 次のいずれかに該当する方

- 社会教育主事となる資格を有する
- 社会教育士の資格を有する
- 学校の教員の資格を有する
- 社会教育施設に3年以上従事経験がある
- 社会福祉士の資格を有する
- 障害者にかかわる業務に3年以上従事経験がある

□試験日 3月21日(祝)

□募集要項 3月2日(木)～11日(金)に公民館・職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布

□受付期限 3月11日(金)午後5時^{まで}

□報酬 月額17万2,800円

▶柳沢公民館 保 042-464-8211

理学療法士

■障害のある幼児の理学療法および理学的相談

□勤務場所 こどもの発達センターひいらぎ(住吉会館ルピナス)

□資格／人数 理学療法士／1人

□期間 4月1日(金)～令和5年3月末までの間で50回程度

□謝金 1日2万6,000円

■3月31日(木)(消印有効)までに、履歴書・資格証の写しを〒202-0005東京都西東京市住吉町6-15-6こどもの発達センターひいらぎへ郵送または持参(住吉会館ルピナス)

▶こどもの発達センター

保 042-422-9897

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。

※(一社)東京馬主協会会長 森保彦 様(玩具)

▶総務課 田 042-460-9810



【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、咳などの風邪症状や発熱など、体調不良の方は傍聴をご遠慮ください。

■教育委員会

■時 3月13日(日)午後2時

■場 田無第二庁舎4階

■内 行政報告^{ほか}

■定 10人

▶教育企画課 田

042-420-2822

■審議会^{など}

■建築審査会

■時 3月10日(木)午後2時

■場 保谷東分庁舎

■内／定 建築基準法に基づく同意／5人

▶建築指導課 保

042-438-4026

自転車は自転車駐車場に置きましょう

自転車・バイクは、手軽で便利な交通手段の一つですが、駅周辺の歩道や路上への放置が後を絶ちません。

歩道は、高齢者・障害者・子どもなどさまざまな人たちが利用します。自転車・バイクなどが放置されると、通行の障害となるばかりか、災害・緊急時の活動の妨げにもなります。

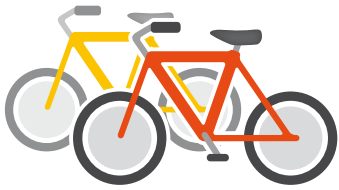
通勤・通学・買い物などで自転車・原付バイクを利用する際は、一人一人が責任をもって自転車駐車場を利用しましょう(原付バイクは、場所により制限^{あり})。

各駅周辺には自転車駐車場があります。利用の際は、係員の指示に従っ

てください。混雑時は他の利用者の迷惑にならないよう、無理な駐車はしないでください。

※市内自転車駐車場は市HPまたは右記QRコード^{から}

▶交通課 保 042-438-4057



春の火災予防運動

3月1日～7日

この運動は、皆さんの防火防災行動力を高め、火災の予防や被害を軽減することを目的としています。令和3年中に東京消防庁管内では3,936件(1日あたり約11件)もの火災が発生し、87人の方が火災により亡くなっており、皆さんにとってもひとごとではありません(速報値)。

この機会に住宅用火災警報器の点検や消火器の使用法、火災発見時に落ち着いて119番通報するための

通報要領を確認してみてください。

東京消防庁では初期消火や119番通報要領が学べるリモート防災訓練の動画を公開しています。東京消防庁HPやYouTube東京消防庁公式チャンネル、東京消防庁公式アプリでご覧になれますので、ぜひご活用ください。

■西東京消防署 保 042-421-0119

▶危機管理課 保 042-438-4010



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。

□申込開始 3月4日(金) 午前8時30分(★印は、2月18日から受付中)

□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。

■市民相談室 田 042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	3月11日(金)・17日(木) 午前9時～正午
		3月15日(火)・16日(水) 午後1時30分～4時30分
交通事故相談	電話・対面	★3月3日(木) 午後1時30分～4時
		3月22日(火) 午前9時～11時30分
税務相談	電話・対面	3月18日(金)・22日(火) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	★3月10日(木) 午後1時30分～4時30分
		★3月25日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話・対面	★3月2日(水) 午前9時～正午
		★3月17日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★3月17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	※3月15日号でお知らせします。
行政相談	電話・対面	★3月9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	★3月11日(金) 午後1時30分～4時30分

健康ひろば



電子申請



※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。

一般	▶健康課 ☎ 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	3月17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)	3月14日(月)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】	3月22日(火)午後1時30分～3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方／2人	3月18日(金)までに電話
	西東京しゃきしゃき体操パート2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！】	3月25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／10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)。
子ども	▶教育支援課 ☎ 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 【言語聴覚士などによる相談】	3月11日(金)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)	3月1日(火)～10日(木) 午前9時～午後5時に電話

健康ガイド

▶健康課 ☎ 042-438-4037

■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

□LINE相談

- LINEアカウント
「こころHale・Hale@西東京市」
時 毎週(水)・(日)(祝を除く)
午後6時～10時
(最終受付午後9時30分)
対 おおむね18～39歳
- LINEアカウント
「相談ねっとLINE@東京」
時 毎日午後3時～11時
(受付は午後10時30分まで)



□電話による特別相談

- 自死遺族相談ダイヤル
(自死遺族のための電話相談)
NPO法人全国自死遺族総合支援センター ☎ 03-3261-4350
時 特別相談期間：3月4日(金)・5日(土)・7日(月)(各日午前10時～午後8時)
通常：毎週(木)午前10時～午後8時、毎週(日)午前10時～午後6時
- 東京都の相談窓口
こころといのちのほっとライン
☎ 0570-087478
時 特別相談期間：3月27日(日)～31日(木)(各日24時間)
通常：毎日正午～翌日午前5時30分
- 有終支援いのちの山彦電話
～傾聴電話～
☎ 03-3842-5311
時 特別相談期間：3月の(火)(水)(金)(土)(日)(祝)各日正午～午後8時
通常：(火)(水)(金)(土)各日正午～午後8時
※そのほかの相談の詳細は、東京都福祉保健局 ☎ をご覧ください。

□こころといのちの講演会(オンライン開催)

- 時 3月17日(木)午後2時～4時
 - 申 3月4日(金)午後5時まで
- ※詳細は東京都福祉保健局 ☎ をご覧ください。

■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

結核は、今でも年間1万人以上の新規結核患者が発生し、約2,000人が命を落としている日本の主要な感染症です。

結核はどの年代もかかる可能性のある病気です。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や職場などへの感染の拡大を防ぐためにも重要です。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胸部健診を毎年必ず受けましょう。

■赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)

助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの体重測定、発育や発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談に応じます。訪問日時は後日、訪問指導員から連絡します。

申 母と子の保健ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送または電話で下記へ



■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。



献血のご協力をお願いします！

輸血用血液の確保が厳しい状況が続いています。西東京市献血推進協議会による献血を実施しますので、皆様のご協力をお願いします。

時 3月4日(金)午前9時30分～11時30分・午後0時50分～3時30分
場 保谷こもれびホール前
対 16～69歳 ※65～69歳の方は、

60～64歳の間に献血経験がある場合は、献血できます。

▶健康課 ☎ 042-438-4021



＋ 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、電話予約のない方の^{びくろ}鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査など)はしていません。
※休日診療所は、東京都指定の診療・検査医療機関です。

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
6日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎ 042-424-6640	田村医院 田無町7-3-17 ☎ 042-461-8441	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
13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	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 ☎ 042-469-6776	

歯科(受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください)

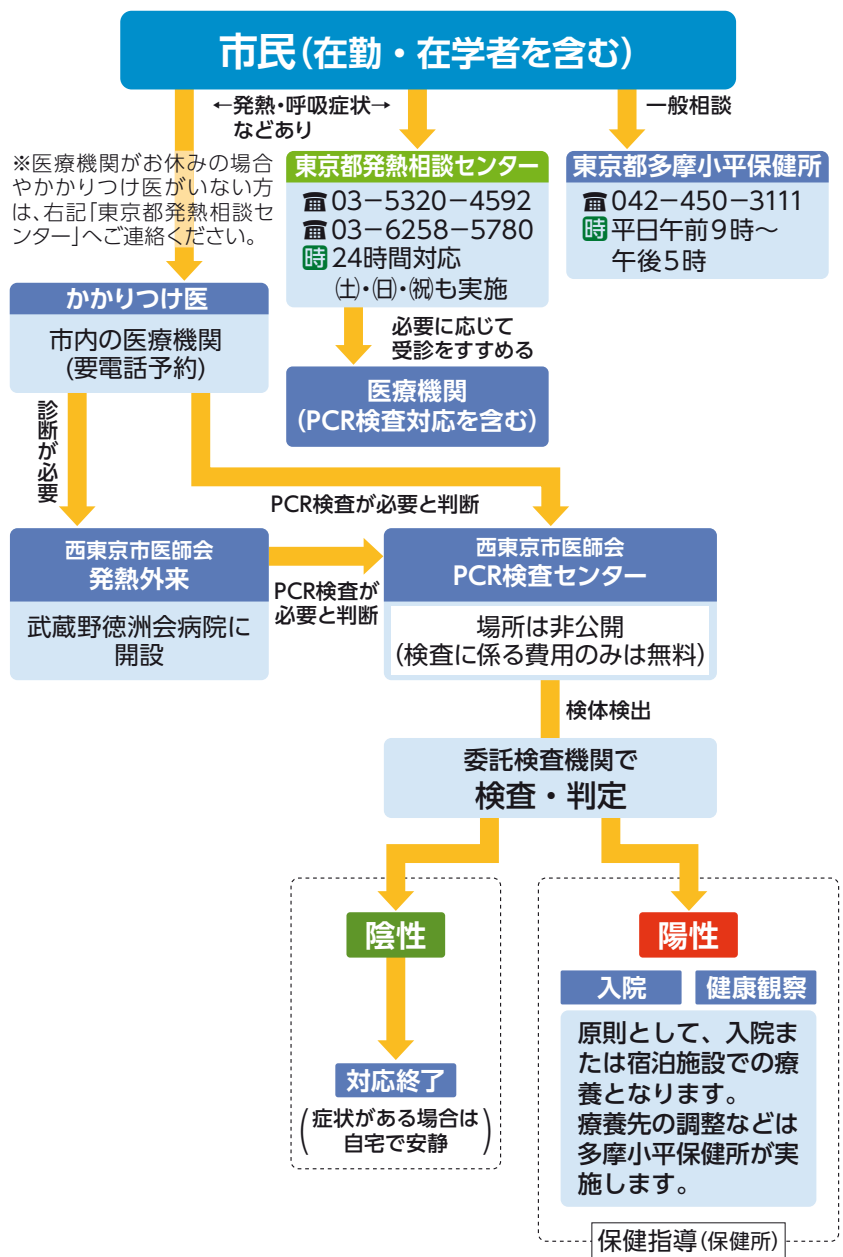
受付時間	午前10時～午後4時		
6日	のぞみ歯科クリニック 保谷町3-24-26 ☎ 042-452-6136	13日	黒川歯科医院 南町5-5-13 IBSビル2階 ☎ 042-463-2745

☎ 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 3月1日 小児科 8日 産婦人科 15日 整形外科 22日 眼科 29日 循環器内科			☎ 042-438-1100
	歯科相談(西東京市歯科医師会) 金曜日 午後0時30分～1時30分			☎ 042-466-2033

! 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。

新型コロナウイルス感染症の疑いがあった場合の流れ



「たこのおすし」を覚えて 特殊詐欺被害を未然に 防ぎましょう



- 「た」くわえを 家族で守ろう 合言葉!
- 「こ(子)」を思う 親の気持ちに つけこみます。
- 「の」っちゃだめ! ATMでの 還付金
- 「お」れだけど…^{かばん}鞆なくした それは詐欺!
- 「す」ぐ出ない。留守番電話を 聞いてから!
- 「し」っておこう。詐欺の手口と 撃退法!

問 田無警察署 ☎ 042-467-0110 ▶ 危機管理課 保 ☎ 042-438-4010

! お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※マークがないものは、当日、直接会場へ

3月の薬湯 ～紅花の湯～

- 効能 アレルギーと美容
- 時 3月6日(日)
- ※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

※修士課程修了者などは28歳未満(見込みを含む)

- 試験日程 4月23日(土)(1次)
- 受付期間 3月1日(火)～4月14日(休)

自衛隊 西東京

問 自衛隊西東京地域事務所
☎ 042-463-1981

自衛隊

❖一般幹部候補生募集(陸海空)

自衛隊のリーダーたる「幹部自衛官」の養成を目的としたコースです。幹部自衛官は、陸海空それぞれのステージで、多くの隊員を指揮・統率(運用)する総合職です。

(入校時期: 令和5年3月下旬)

□応募資格

22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満は大卒見込みを含む)

個別無料税務相談会

税理士がお答えします。

時 毎月2～3回(水)午前10時～午後4時
内 相続税・贈与税・所得税などの相談(事前予約制)

※時間に限りがありますので、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。

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

3.11東日本大震災から11年

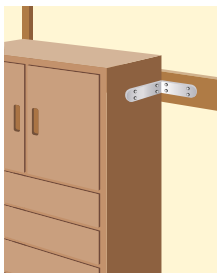
災害への備えは大丈夫ですか？

従来の災害の概念におさまらない未曾有の大災害となった東日本大震災から、まもなく11年を迎えます。2016年には、気象庁の震度階級で最も大きい震度7を2回観測した熊本地震が発生し、近年では大阪府北部を震源とする地震や北海道胆振東部地震など、大きな震度を観測する地震が多発しています。昨年には、千葉県西北部を震源とする地震により西東京市は震度4を観測しました。首都圏では首都直下地震の発生が懸念されています。災害時には、まず一人一人が自分の身は自分で守る「自助」と、周りの人と助け合う「共助」の心を持つことが重要です。犠牲となられた方々や災害から得られた貴重な教訓を忘れることなく、日頃からいつ起こるか分からない災害への準備を整えておきましょう。

▶ 危機管理課 保 ☎ 042-438-4010

自助

- 慌てずに行動できるように家族と日頃から話し合っておきましょう。
- 家具転倒防止器具やガラス飛散防止フィルムなどの設置、家具の配置をチェックし安全性を高めておきましょう。
- 災害時に自宅で生活するうえで必要な飲料や食料品だけではなく、簡易トイレなどの生活必需品を日頃から備えておくことも重要です(日常備蓄)。普段使っているものを少し多めに用意する。また、応急手当をするための救急薬品なども準備しておきましょう。



器具イメージ



共助

日頃からご近所の方とコミュニケーションを図りましょう。災害時に避難所となる市立小・中学校では、地域の方々を中心とした「避難所運営協議会」が活動しており、避難所のスムーズな開設・運営のため、マニュアルの作成や訓練を行っています。協議会が開催する訓練などに参加して、防災の知識と行動力を身に付けましょう。

公助

被害想定に基づいて、物資の備蓄を進めているほか、さまざまな団体・組織と災害協定を結び、協力体制を構築しています。また、災害時に複数の手段で情報を入手できる体制づくりを進めています。

□防災行政無線

市内75カ所のスピーカーから災害や避難に関する情報を放送します。放送内容を電話で確認できる「防災行政無線自動電話応答サービス」☎ 042-438-4103も整備しています。



□安全・安心いーなメール

登録したメールアドレスに、震度4以上の地震情報や気象警報をはじめ避難情報などの防災情報を配信します。



利用者登録

□いこいーな西東京ナビ(スマートフォン向けアプリ)

避難所の位置や、市内にあるAEDの設置場所などの情報が確認できます。



いこいーな西東京ナビ

□市HP・Twitter・Facebook・LINE

最新の情報を随時更新します。



市公式SNS

□FM西東京(84.2MHz)・J:COM

西東京市の災害状況をお知らせします。



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！

※イベントの開催方法に変更が生じる可能性があります。
※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。

いろいろなことばで
たのしむおはなし会

- 3月6日(日)中国語
 - 20日(日)英語
- 各回午前11時30分(15分程度)
谷戸図書館

内 多言語で絵本の読み聞かせ
対/定 3歳以上/10人(申込順)
※未就学児は保護者同伴にて可
申 各回前日までに、電話・メールまたは直接下記へ
▶ 谷戸図書館 ☎ 042-421-4545
✉ lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

講演会「動画配信の注意点」
～音楽著作権の基礎知識～

3月11日(金) 午後2時～4時
保谷こもれびホール

インターネットで動画配信する際に気を付けるべき事項を学んでみませんか。
定 115人(申込多数は抽選)
講 JASRAC職員
申 3月9日(水)までにメールで件名「講演会「動画配信の注意点」」・氏名・住所・電話番号を 問 へ
※詳細は市 HP・市内公共施設で配布するチラシをご覧ください。
□ 共催 保谷こもれびホール指定管理者 問 保谷こもれびホール
☎ 042-421-1919
✉ info@komorebi-hall.jp
▶ 文化振興課 田 ☎ 042-420-2817

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

- 3月19日(土)/田無総合福祉センター
 - 24日(木)/住吉会館ルピナス
- 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)からなる会員同士の相互援助活動を行っています。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 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

図書館多文化講座
「絵本で楽しむ英語の世界」

3月21日(祝)
午前11時～午後0時30分
Zoomによるオンライン開催

内 英語絵本の選び方・読み方や楽しみ方の紹介
定 20人(申込多数の場合、初めて受講する方を優先し抽選)
申 3月17日(木)までに、メールで件名「図書館多文化講座」・氏名・住所・電話番号・メールアドレス・在学の方は学年を谷戸図書館へ

※詳細は図書館 HP をご覧ください。
▶ 谷戸図書館 ☎ 042-421-4545
✉ lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

環境漫画ポスターを描こう
～プロの漫画家から学ぼう～

3月26日(土)
午前10時～正午
住吉会館ルピナス

地球温暖化など環境の問題点を知り、地球環境をよりよくするために私たちができることを、プロの漫画家から描き方を学びながら、漫画のポスターを描いてみませんか。
対/定 在住の小学生(小学校3年生までは保護者同伴)/15人(申込順)
講 街田チカさん(漫画家)
持 HB以上の濃い鉛筆(シャープペンでも可)・消しゴム・15cmほどの定規・色をつける用具(水性マーカー・色鉛筆・クレヨン・絵の具など自分が使う物) ※絵の具以外は 問 でも準備します。
申 3月5日(土)午前11時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・学年・電話番号を 問 へ
問 エコプラザ西東京 ☎ 042-421-8585(午前9時～午後5時)
FAX 042-421-8586
✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶ 環境保全課 ☎ 042-438-4042

マンガを描いて地球の幸せをつくるチョイス！

西東京市子ども読書活動推進計画策定
記念講演会「子どもの成長と絵本」

3月26日(土)
午後1時40分～3時30分(1時30分開場)
芝久保公民館 ※手話通訳あり

図書館で人気の絵本『おおきなおおきなおいも』の基となった方の講演会です。子どもの成長と絵本の関係性について、豊富な経験を交えたお話を聞いてみませんか。
定 25人(申込順)
講 市村久子さん(絵本研究家)
申 3月2日(水)午前10時から、保谷駅前図書館へ電話または直接窓口へ ※休館日を除く。ただし、3月16日(水)～18日(金)は午前10時～午後6時に電話のみ受付可
▶ 保谷駅前図書館 ☎ 042-421-3060

障害者サポーター養成講座
(中級編)

3月26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。受講者の方には、障害者サポーターとして登録後、障害者支援などの活動をしていただくこととなります。
※サポートリストバンドを贈呈
対 初級編を既に受講している方
持 初級編でお渡ししたサポートバンドナまたはキーホルダー
申 前日までに電話で 問 へ
問 (福) さくらの園・カノン ☎ 042-452-7062
▶ 障害福祉課 田 ☎ 042-420-2804

手話講習会

- ① 初級(全36回) 4月11日から毎週(月)午前10時～正午
- ② 上級(全36回) 4月12日から毎週(火)午後7時～9時
- ③ 通訳養成クラス(全36回) 4月14日から毎週(水)午前10時～正午

西東京市の登録手話通訳者を養成する講習会を開催します。

場 障害者総合支援センターフレンドリー

対・定 各回、在住で下記に該当する方

①	手話未経験者	若干名(抽選)
②	令和3年度中に、手話講習会中級クラス ※修了書必須	若干名(抽選)
③	令和3年度中に、手話講習会上級クラス ※修了書必須	選考試験 時 3月27日(日)午前10時

申 3月1日(火)～15日(火)に、電話・ファクス・メールで住所・氏名・連絡先を 問 へ
問 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 田 ☎ 042-420-2804



ENJOYニュースポーツ

誰でもすぐにゲーム(ユニカール・ボッチャ・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。

□ユニカール・ボッチャについて…

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。

時 3月27日(日) 午前9時30分～11時(受付：9時20分)

場 きらっと

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 20人(申込順)

持 室内用運動靴・タオル・飲み物など

申 3月14日(月)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 田 ☎ 042-420-2818



トレーニングマシンで健康増進！
～既に利用の方も4月からの利用には更新が必要です～

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。

※必ず事前にご申請ください。

□期間 4月～令和5年3月

時・場 下表参照

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

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 住吉老人福祉センター、下保谷福祉会館、新町福祉会館、老人福祉センターの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 田 ☎ 042-420-2811



■お詫びと訂正

市報2月15日号7面掲載の「農業者が開設する市民農園」の記事における「貸家庭菜園『手ぶら畑』」の電話番号に誤りがありました。

正しくは次のとおりです。お詫びして訂正します。

正) 電話番号：03-6759-2205

北京2022オリンピック
西東京市のオリンピックが活躍しました

17日間にわたり熱戦が繰り広げられた北京2022オリンピック競技大会では、東伏見を拠点に活動する「SEIBUプリンセスラビッツ」から選出された選手が活躍しました。

□女子アイスホッケー

決勝トーナメントに初進出しベスト8 SEIBUプリンセスラビッツ所属 小西あかね選手(西東京市民)・床亜矢可選手・鈴木世奈選手・山下菜選手・床秦留可選手・久保英恵選手・山下光選手・小山玲弥選手

8人の選手の今後の活躍にも注目です。

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



令和3年8月26日 ©JIHF PHOTO
IIHFアイスホッケー女子世界選手権

西東京市公式LINEで情報発信中

西東京市公式LINEでは、さまざまな市の情報を発信しています。

簡単な登録方法の動画も配信しています。ぜひお役立てください。

▶秘書広報課 ☎042-460-9804



西東京市長がご紹介



西東京市公式
ライン(レ)INEが
はじまりました！

令和4年度各種体操教室(前期)
～元気な仲間と健康づくり～

令和4年度前期分の申込を受け付けます。

時 4～9月
(田無太極拳のみ5月開始)

対 在住の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1日(火)～8日(火)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、

各会館窓口へ(代理申請・電話受付不可)

※休館日：老人福祉センター(土)・(日)、福祉会館・住吉老人福祉センター(日)

※申込は、1人1教室まで

※医師から運動制限の指示がある疾患をお持ちの方は、ご相談のうえお申し込みください。

※教材費など自己負担の場合あり

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

□日程

会館名	実施内容・曜日	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28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13人
		E	午前10時40分	
	第1～4(金)	F	午後1時40分	各13人
下保谷福祉会館 ☎042-422-8338	第1～4(金)	A	午前9時40分	各26人
		B	午前10時40分	
		C	午前11時40分	
	第1～4(月) ※ワクチン接種会場として使用する間は開始時間・会場が変更となります。	D	午後1時20分	各13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1～4(月)	A	午前9時40分	各18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10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24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24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17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17人
		E	午後2時40分	
老人福祉センター ☎042-466-1680	リフレッシュ体操 第1～4(火)	A	午後1時	各17人
		B	午後1時55分	
	すっきり体操 第1～4(木)	A	午前10時10分	各17人
		B	午前11時10分	
	笑顔体操<70歳以上> 第1～4(月)	A	午前10時10分	各12人
		B	午前11時10分	
	田無・太極拳 第1～4(月)	前期	午後1時	17人
		5～9月		

多摩六都科学館 ナビ

ロクトサイエンスレクチャー
「巨大加速器LHCで探る宇宙-Phantom of the Universe」

世界最大の粒子加速器、LHCの実験を描いた大型映像「Phantom of the Universe」を上映し、日本のATLASグループの研究者が映像の科学的な解説や2022年春から再稼働するLHCの実験や近況についてお話しします。高校生以上に向けた内容です。

時 3月26日(土)午後5時10分～6時50分

対 小学5年生以上

※小学生は保護者と参加(保護者も参加申込が必要)

定 100人(申込順)

※参加者以外の入室不可

講 ●花垣和則さん(KEK素粒子原子核研究所 副所長 教授、ATLAS日本共同代表)

●江成祐二さん(東京大学素粒子物理国際研究センター 助教)

¥ 入館料520円(小人210円)

□共催 大学共同利用機関法人 高エネルギー加速器研究機構(KEK)

申問のHPから

場/問 多摩六都科学館
☎042-469-6100

※休館日：3月7日(月)・14日(月)・22日(火)

ロクトサイエンスコラム 87 驚異のハイジャンパー！トビムシ

今回はムシの中でもすごい運動能力をもった生き物を紹介します。その名も「トビムシ」。トビムシには翅がありません。腹部に「跳躍器」という器官があり、これを使ってバネのように地面を蹴ることにより跳び上がります。体長1～2mmほどのとても小さい生き物ですが、自分の体の何倍も高くジャンプする姿は圧巻です。この跳躍器を使って、移動したり捕食者から逃げたりしていると考えられています。

小さな小さなトビムシですが、とてもたくさんの種類がいます。姿もユニークなものが多く、スマート型、ホッソリ型、球形、ズングリ型、と実にさまざまです。現在、日本では約400種が報告されていますが、まだまだ新種が見つかる可能性があります。

ます。新種発見をしてみたい人には研究対象としてお勧めです！

トビムシは陸上のいたるところに生息しています。ぜひ皆さんも足元の世界を観察してみてください。



トビムシの跳躍器



いろいろな種類のトビムシ

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。

◀下郷町HPのブックマーク登録を▶

災害などで市HPが更新できない場合、姉妹都市の福島県下郷町HPに災害関連情報を代理掲載します。

▶秘書広報課 ☎

市民の皆様へ

市では、現在、新型コロナワクチンの3回目接種を実施しております。
2回目接種を終えた18歳以上の皆様に接種券を順次発送しております。
お手元に届き次第、予約ができますので、ご希望される方は2回目接種から
6カ月後以降の日をご予約くださいますようお願いいたします。
また、引き続き感染防止対策にご協力をお願いいたします。

西東京市長 池澤 隆史

引き続き感染症の拡大防止に
ご協力をお願いします。



接種無料

新型コロナワクチン接種のお知らせ

新型コロナワクチンの接種は
強制ではありません。
本人による同意がある場合に
限り、接種が行われます。

対象：18歳以上 追加接種（3回目）実施中

接種券が届き次第、2回目接種から6カ月後以降の日で予約ができます。

追加接種（3回目）の接種券の発送 18歳以上の方へ ※お手元に届くまで数日かかる見込みです。

2回目の接種完了日(令和3年)	発送日(予定)
9月17日～9月23日	3月2日(水)
9月24日～9月30日	3月9日(水)
10月1日～10月7日	3月16日(水)

2回目の接種完了日(令和3年)	発送日(予定)
10月8日～10月14日	3月23日(水)
10月15日～10月31日	3月30日(水)

2回目接種後に転入された方など

3回目の接種をご希望の方は、専用HP
または西東京市新型コロナワクチンコールセンターへご確認ください。

接種場所と予約方法 接種券が届き次第、2回目接種から6カ月後以降の日をご予約ください。

◆集団接種会場(使用ワクチン：主に武田／モデルナ社製)

会場名	駐車場 ※2	実施期間	実施曜日	使用ワクチン
田無庁舎	市役所田無庁舎	3月18日(金)～当面の間	(月)～(土) ※(祝)・(休)を除く	モデルナ
きらっと ※田無庁舎隣接		当面の間		モデルナ
エコプラザ西東京	市役所保谷庁舎	当面の間		モデルナ・ファイザー※1
住吉老人福祉センター ※住吉会館ルピナス内	※移動が困難な方のみ	当面の間	(月)・(火)・(水)・(金)・(土) ※(祝)・(休)を除く	モデルナ
下保谷福祉会館	なし	当面の間		モデルナ
田無アスタワクチン接種会場	田無アスタ(有料)	3月中旬まで	(月)～(土) ※(祝)・(休)を除く	モデルナ

※1 曜日、時期により使用するワクチンが異なります。

※2 ご来場の際はできるだけ公共交通機関のご利用をお願いします。

◆市内5病院(使用ワクチン：ファイザー社製) ●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

【集団接種・市内5病院の予約方法】 要接種券

●インターネットで予約
スマートフォンかパソコンからアクセス

24時間受付



●電話で予約 (通話料有料)

西東京市新型コロナワクチンコールセンター

☎03-5369-3904 時(月)～(土) 午前8時30分～午後7時 ※(祝)・(休)を除く

※聴覚に障害のある方
FAX 042-439-6171

◆市内診療所・クリニック(使用ワクチン：ファイザー社製)

専用HPまたは接種券に同封の「集団接種会場および医療機関一覧」をご覧ください、医療機関へ直接ご予約ください。

小児(5～11歳)の接種を開始します

※ファイザー社製(小児用)

詳細は、専用HPまたはコールセンターへお問い合わせください。

☑ 5～11歳(接種日時点)の方 ※接種日の時点で市に住民登録のある方

☐接種券の発送(予定) 3月4日(金)

接種券が届き次第ご予約ください。

◇保護者の方へ

ワクチン接種は強制ではありません。接種券に同封の説明書などを
読んで、ワクチン接種を受けるか、お子様と一緒にご検討ください。

接種場所	予約方法	接種開始(予定)
集団接種会場 (田無アスタワクチン接種会場)	●インターネット ●電話「西東京市新型コロナワクチンコールセンター」へ ◇2回目接種の予約は接種会場で行います。 3週間後の●同じ曜日●同時刻●同会場で接種となります ので、両日で都合がつく日程でご予約ください。	3月19日(土)以降
市内病院・診療所・クリニック	医療機関へ直接予約 ※専用HP・接種券に同封の「医療機関一覧」でご確認ください。	医療機関により 異なります

最新情報はこちら

接種可能な
場所などを
掲載中



西東京市新型コロナワクチン相談窓口

場 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター4階

内 接種券再発行・ワクチン接種に関するお問い合わせ、インターネットによる予約サポートなど

※予約をご希望の方は接種券をご持参ください。

電話でのご相談も受付中！上記 西東京市新型コロナワクチンコールセンター へご相談ください。