



あさどくしょ
朝読書に
おすすめの本が
たくさん!

パソコン、
タブレット、
スマートフォンで
かんたんらくらく!

子ども電子図書館を利用しよう

西東京市子ども電子図書館は、インターネット上の新しい図書館です。パソコンやタブレット、スマートフォンから、いつでも、「読む」「借りる」「返す」「予約する」ことができます。

7月11日から
はじまったよ!

利用できるひと

①市内に住んでいる、市内の学校に通っている、市内で働いている方
(在住・在学・在勤) ※年齢制限はありません。

西東京市図書館の利用登録が必要です。すでに有効期限内の利用カードをお持ちの方は、新たな手続は不要です。

お手持ちの利用カードのバーコードの下にある10桁の数字が、子ども電子図書館を利用する際のID・パスワードになります。

②市立小・中学校に通っている方

学校から全員に専用の利用カードを配布します。



注意事項

利用料無料

※ダウンロードはできません。ストリーミング形式のため、Wi-Fi環境での閲覧を推奨しています。

- 電子書籍のリクエストはできません
- 電子書籍からの複製・転載はできません
- メンテナンス中は利用できません

利用ルール

貸出	2冊まで	予約	2冊まで
期間	14日間	取り置き期限	7日間

(次の予約がない場合に1回のみ、14日間延ばせます)

児童書読み放題パックは
貸出冊数の上限は
ありません。

詳しくは
右のQRコードから

中央図書館
☎042-465-0823



最後のページには、たのしいイベント情報が満載!

市からの 連絡帳

届け出

西東京市民カードは交換可能です

表面の8桁の番号が金色のカードは弾力性が弱く割れやすいため、交換可能です。

□**交換場所** 市民課(田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)、出張所

持●対象の西東京市民カード ●来庁者の本人確認ができるもの(運転免許証・旅券・健康保険証[※])

※代理人による申請の場合は委任状が必要

◇**西東京市民カード・ほうや市民カードは引き続き大切に保管してください**

現在発行されている西東京市民カード・ほうや市民カードのうち、印鑑登録がされているものについては、市民課窓口で印鑑登録証明書を請求する際に「印鑑登録証」として提示が必要です。※マイナンバーカードは印鑑登録証ではありません。市民課窓口で印鑑登録証明書を請求する場合は、印鑑登録証(令和2年8月31日以前発行の西東京市民カード・ほうや市民カードのうち印鑑登録がされているもの、旧田無市、旧保谷市の印鑑登録証を含む)をご持参ください。印鑑登録をされていてマイナンバーカードをお持ちの方は、証明書コンビニ交付サービスの利用が可能です。

▶市民課 田 042-460-9820
保 042-438-4020

保険・年金

国民年金保険料の クレジットカード納付

国民年金保険料の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)。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)で配布しています。

※金融機関などの窓口でクレジットカードを直接ご提示・お支払する方法ではありません。

※日本年金機構HPから申請書をダウンロード可



日本年金機構HP

※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/申込期限

下記から選択(前納割引あり)

●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6年4月分から開始)/令和6年2月末日

●1年前納・2年前納(令和6年4月分から開始)/令和6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

子育て

乳・子・青医療証の現況届

現在乳・子・青医療証をお持ちで、更新手続の必要な対象者へ「現況届」を送付します。必要書類を添えて提出してください。

対●市外に住居登録がある ●令和5年度の課税状況が公簿で確認できない(1月2日以降の転入者[※]) ●過年度未提出[※]

場●窓口：子育て支援課(田無第二庁舎2階) ●回収ポスト：市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)・出張所

□**提出期限** 8月21日(月)

※申請時の届出事項(加入保険[※])に変更があり変更届を未提出の方は早めにお手続ください(出張所では受付不可)。

▶子育て支援課 田 042-460-9840

ひとり親家庭の就業支援

ひとり親家庭のお母さんやお父さんを対象に就職・転職・スキルアップ(職業訓練)などのお話を伺い一緒に考えます。応募書類の書き方・面接の受け方もアドバイスします。また、児童扶養手当を受給している方の自立・就労支援のために、相談者のニーズに応じたきめ細かな支援プログラム「母子・父子自立支援プログラム」を策定し(生活保護を受給している方は対象外)、継続的に支援します。

□**相談日時** (月)・(火)・(水)・(金)午前10時～午後4時(予約優先)

8月8日(火)午後5時～7時・26日(土)午前9時～11時は時間外で就業相談を行います。ぜひご利用ください。

▶子育て支援課 田 042-460-9840

暮らし

史跡玉川上水整備活用のための作業説明会

時 7月26日(水)午後6時30分～8時

場 武蔵野スイングホール ※当日、直接会場へ

内 ●西東京市・武蔵野市内のこれまでの作業報告・今後の予定

●東京都水道局が行う水路・のり面の保全のための樹木のせん定・伐採[※]

☎東京都水道局

☎03-5320-6388

▶社会教育課☎

☎042-420-2832



はなバス第4北・南ルートの迂回運行

花小金井駅北口周辺でイベントが開催されるため、下記日時において「14.小平合同庁舎」と「15.花小金井駅」の停留所での乗降は、小平合同庁舎北側の青梅街道上に設置する仮設停留所からとなります。

時 7月15日(土)・16日(日)午後5時～9時

また第4南ルート「6-2.芝久保児童館」「7.芝久保運動場」付近の工事に伴い、下記日時において一部迂回運行を行っております。

時 7月10日(月)・12日(水)・18日(火)～21日(金)・25日(火)午前9時～午後6時(予定)

※詳細は市HP・停留所や車内の掲示物をご覧ください。

▶交通課 保 042-439-4435

傍聴

■教育委員会

時 7月28日(金)午後2時

場 田無第二庁舎4階

内 / 定 行政報告[※] / 10人

▶教育企画課 田 042-420-2822

審議会[※]

■使用料等審議会

時 7月21日(金)午前10時

場 田無庁舎3階

内 使用料・手数料などの適正化

定 5人

■総合計画策定審議会

時 7月26日(水)午後2時

場 田無庁舎3階

内 / 定 中間まとめにおけるパブリックコメント[※] / 5人

■総合教育会議

時 7月27日(木)午前10時

場 田無庁舎4階

内 教育に関する協議・調整

定 5人

▶企画政策課 田

☎042-460-9800

■教育計画策定懇談会

時 7月24日(月)午後2時

場 イングビル

内 / 定 教育計画 / 5人

▶教育企画課 田

☎042-420-2822

■男女平等参画推進委員会

時 7月25日(火)午後6時15分

場 田無庁舎5階

内 / 定 西東京市第4次男女平等参

画推進計画の評価[※] / 3人

▶協働コミュニティ課

☎042-439-0075

■介護保険運営協議会

時 7月27日(木)午後7時

場 田無第二庁舎5階

内 / 定 高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定[※] / 5人

▶高齢者支援課 田

☎042-420-2813

■社会教育委員の会議

時 7月28日(金)午前10時

場 田無庁舎3階

内 / 定 社会教育委員の活動[※] / 2人

▶社会教育課 田 042-420-2831

■空き家等対策協議会

時 8月3日(木)午前10時

場 田無第二庁舎5階

内 / 定 既存の特定空き家などの進捗状況と今後の対応[※] / 5人(一部非公開)

▶住宅課 保 042-438-4052

■防災会議

時 8月4日(金)午前9時30分

場 防災・保谷保健福祉総合センター5階

内 / 定 西東京市地域防災計画[※] / 5人

▶危機管理課 保 042-438-4010

■地域自立支援協議会計画策定部会

時 8月9日(水)午後6時30分

場 田無第二庁舎4階

内 / 定 障害者基本計画および障害福祉計画・障害児福祉計画策定[※] / 5人

▶障害福祉課 田 042-420-2804

「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新

国民健康保険

認定証の有効期限は7月31日(月)です。既にお持ちの方も申請が必要です。

場 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 ●来庁者の本人確認ができるもの ●認定証を作る方の保険証 ●マイナンバー確認書類

□**認定証とは**

所得や年齢に応じて、1カ月間に医療機関へ支払う医療費の自己負担限度額が決まっています。国保加入者が上

記認定証を医療機関に提示すると、一医療機関の1カ月間の会計を所定の限度額に抑えられます。支払った医療費が限度額を超えた方には、高額療養費の申請書を後日送付します。

□70～74歳の方へ

所得区分によっては、被保険者証兼高齢受給者証が認定証の役割を兼ねている方もいます。認定証の申請が必要かどうかについては、下記までお問い合わせください。

▶保険年金課 田

☎042-460-9821

後期高齢者医療保険

認定証の有効期限は7月31日(月)です。現在、認定証をお持ちで、8月1日(火)から下記に該当する方には、更新した認定証を7月下旬に郵送します。

□限度額適用認定証の対象の方

被保険者証の一部負担金の割合が3割負担で、後期高齢者医療制度に加入している同じ世帯の最も高い住民税課税所得者が次のいずれかに該当する方

①現役並み所得Ⅰ…課税所得145万円以上380万円未満の世帯の方

②現役並み所得Ⅱ…課税所得380万円以上690万円未満の世帯の方

□**限度額適用・標準負担額減額認定証の対象の方**

被保険者証の一部負担金の割合が1割負担で、住民税非課税世帯で次のい

ずれかに該当する方

③区分Ⅰ…世帯全員の所得が0円の方(公的年金収入は80万円を控除、給与収入は給与所得控除後さらに10万円を控除し計算)または老齢福祉年金を受給している方

④区分Ⅱ…③に該当しない方 ※認定証を持っておらず、①～④に該当する方は要申請(認定証を入院・外来時に提示することで医療機関の保険適用負担額が限度額までとなり、③・④に関しては食事代も減額されます)

☎制度について…東京いきいきネットHPまたは東京都後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター ☎0570-086-519 (PHS・IP電話からは ☎03-3222-4496)

※平日午前9時～午後5時

▶保険年金課 田 042-460-9823

高齢者の方への主な福祉施策

いつまでもいきいきと安心して暮らせるまち **西東京市**

～みんなで支え合うまちづくり～

市で行っている高齢者の方などへの主なサービスや助成制度についてご案内します。

※サービスの提供には、訪問調査のうえ、決定する事業があります。

▶ 高齢者支援課 ☎ 042-420-2810



事業	内容/対象
高齢者見守り配食サービス	昼食を週6回(月～土)のうち必要と認められた曜日に配食 ※自己負担：実費の2分の1 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上のみの世帯で、必要と認められた方
ねたきり高齢者等寝具乾燥サービス	月1回、寝具乾燥サービス車が家庭を訪問 ※自己負担：1割(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上のねたきりまたはそれに準ずる方
認知症及びねたきり高齢者等紙おむつ給付サービス	自宅に紙おむつ(種類により枚数制限あり)を配達 ※自己負担：1割 ※紙おむつ助成金交付サービスと同月での給付不可 対 常時おむつを使用している40歳以上で、次の①または②に該当する方 ①ねたきりまたはそれに準ずる状態 ②認知症により重度の介護が必要な状態(生活保護受給者などを除く)
高齢者等紙おむつ助成金交付サービス	月額4,500円を上限として助成 ※紙おむつ給付のサービスと同月での給付不可 対 40歳以上で、介護保険認定において要介護1以上の認定を受け、医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院または病院が別途委託している業者などに支払っている方(生活保護受給者などを除く) ※ドラッグストアなどで購入し、持ち込んだおむつを除く
ねたきり高齢者理・美容券交付サービス	理・美容師の訪問により、調髪・整髪またはカット・シャンプーを受けられるサービス券を年4枚まで交付 ※自己負担：1割(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で、ねたきりまたはそれに準ずる方
高齢者救急代理通報サービス	救急代理通報の機器(貸与)を通して緊急事態を受信センターに通報可能 ※自己負担：1割(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上のみの世帯で、慢性疾患などがあり常時注意を必要とする方 ※世帯の場合は、世帯全員に慢性疾患がある場合が対象(医師の意見書が必要)
高齢者住宅用防災機器給付サービス	火災警報器・自動消火装置・ガス安全システムまたは電磁調理器のうち、必要と認められる機器を給付(設置) ※自己負担：設置費用の1割相当分 ※壁の材質により設置できない場合あり 対 65歳以上の一人暮らしまたは65歳以上のみの世帯で、認知症など心身機能の低下に伴い防火などの配慮が必要と認められる方
認知症高齢者徘徊位置探索サービス	介護者に対して位置情報専用探索器を貸与 ※自己負担：1割(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で、認知症による徘徊行動が著しく、介護保険認定で要介護・要支援の認定を受けた方または事業対象者の方を介護する在住の方
高齢者入浴サービス	通所による入浴を実施(利用回数は週1回まで) ※自己負担：1割(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で、介護保険認定で要介護3以上の認定を受け、介護保険の通所介護または訪問入浴介護による入浴が困難な方
高齢者等外出支援サービス	介助員を配置したリフト付きの福祉車両などを用いた外出支援(利用者の居宅を中心とした半径20kmの範囲内) ※自己負担：実車料金(メーター料金)・有料道路料金・駐車料金(所得に応じた減額措置あり) ※生活保護受給者などは一部利用制限あり 対 40歳以上で、介護保険認定において要介護2以上と認定され、一般の公共交通機関では外出が困難な在宅で居住している方
高齢者日常生活用具等給付サービス	日常生活を支援する用具(歩行補助づえ・入浴補助用具・スロープ・歩行器・手すり)を給付 ※給付限度額あり ※自己負担：介護保険負担割合に準じる(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で、介護保険認定で非該当と認定され、用具などの給付が必要と認められる方

事業	内容/対象
高齢者入浴券支給サービス	市内の公衆浴場の入浴券を月1人10枚を限度として支給 対 65歳以上の一人暮らしまたは70歳以上のみの世帯で、いずれも自宅に入浴設備のない方
高齢者家具等転倒防止器具取付け等サービス	対 65歳以上のみの、過去に市の事業で家具等転倒防止器具の給付または取付けをしていない世帯 ※取付器具は市指定のもので、数に上限あり ※器具によってはネジで固定するため、壁や家具に穴が開きます。
高齢者福祉手技治療割引券支給サービス	はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧料金割引券(1回の保険外の治療につき1,000円割引)を申請月に応じた枚数支給 ※自己負担：施術料金から1,000円を差し引いた額 対 65歳以上の方
車いすの貸出	1カ月を限度に貸与 対 一時的に車いすを必要とする方(介護保険サービスで貸与を受けられる方、施設に入所または病院に入院している方などを除く)
ささえあい訪問サービス	市の研修を受講したボランティアが、原則週1回の外からの見守りと月1回の玄関先までの訪問を行います。 対 65歳以上の一人暮らしの方などで、日頃家族や知り合いなどからの見守りが少ない方(介護サービスや高齢者配食サービスなどの利用により、見守りの体制がある方は利用不可) ※ボランティアによる活動のため、申請後すぐにご利用できない場合があります。 ▶ 西東京市地域サポート「りんく」 ☎ 042-497-4163 ▶ 高齢者支援課 ☎ 042-420-2811
家族介護慰労金支給	在宅の高齢者を介護している家族に対して慰労金を支給 対 次の要件を全て満たしている市内の65歳以上の高齢者を介護し、過去1年以上市民税非課税世帯に属する家族介護者 ● 過去1年以上、市民税非課税世帯で要介護4または5と認定され、介護保険サービスを利用していない(年間7日間までのショートステイまたは医療型ショートステイの利用を除く) ● 過去1年間に延べ90日以上長期入院をしていない
自立支援住宅改修費助成サービス	転倒防止などのために、手すりの取付けや段差解消など ● 改修の種類：手すりの取付け、床段差の解消、滑りの防止・移動円滑化のための床材の変更、引き戸などへの扉の取替え、洋式便器などへの便器の取替え、そのほか各工事に伴う必要な工事 ※助成限度額あり。承認前の工事は給付の対象外 ※自己負担：介護保険負担割合に準じる(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で介護保険認定で非該当と認定され、サービスが必要と認められる方
高齢者住宅改修費給付サービス	介護保険対象外で、必要と認められる住宅改造の費用を給付 ● 改造の種類 ①浴槽の取替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備などの工事(ユニットバス・システムバスは要相談) ②流し・洗面台の取替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備などの工事 ※給付限度額あり。承認前の工事は給付の対象外 ※自己負担：介護保険負担割合に準じる(生活保護受給者などを除く) 対 65歳以上で介護保険認定で要支援・要介護と認定されているまたは事業対象者とされた方で、サービスが必要と認められる方
敬老金などの贈呈	9月に敬老金などを贈呈 対 88歳・100歳の方
市民介護講習会	介護に必要な知識や技術の習得 対 高齢者を介護している家族の方
介護職員初任者研修受講料助成	一定の要件を満たした方に対し、介護職員初任者研修受講料の一部を助成

(0422)局番(新町の一部地域)から電話の際は、市外局番(042)を付けておかけください。



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。

令和5年春開始接種のお知らせ 実施中(8月末まで)

対象者・接種券の発送 1・2回目接種を完了し、最終接種の完了から3カ月以上が経過した、以下のいずれかに該当する方 (年齢：接種日時点)

- 65歳以上の方 **接種券は原則、申請不要***
最終の接種完了日に応じて、順次お送りします。
※5月15日までに最終の接種完了した方には、発送済みです。
※未使用の3回目以降の接種券をお持ちの方は、そちらをご使用ください。
※最終の接種後に転入した方や接種券の再発行をご希望の方は**申請が必要です**。コールセンターへご確認ください。
※原則、接種日時時点で市に住民登録がある方

接種券は申請が必要です

- 5歳以上65歳未満の方
- 基礎疾患を有する方・そのほか重症化リスクが高いと医師が認める方
- 医療機関や高齢者・障害者施設などの従事者



基礎疾患の一覧

※申請受付後、最終の接種完了日または申請受理日に応じて順次お送りします。申請から1週間程度かかる場合があります。

接種券の申請方法

- ①電話 下記の西東京市新型コロナワクチンコールセンターへ
- ②電子申請
- ③窓口 下記の西東京市新型コロナワクチン相談窓口へ
- ④郵送 〒202-8555市役所健康課 新型コロナウイルスワクチン担当 ※専用申請書(専用HPから)

接種場所や予約方法は、接種券をご覧ください。

※最新情報は市HP・コールセンターでご確認ください。

5～11歳の方の追加接種(3回目以降)

オミクロン株対応2価ワクチンを接種していない方…引き続き、オミクロン株対応2価ワクチンを1回接種できます。
5月7日までに接種した方のうち、**基礎疾患等がある方**…上記の「令和5年春開始接種」としてオミクロン株対応2価ワクチンをさらに1回、追加接種できます。
※接種券は申請が必要です。

初回接種

生後6カ月～4歳(1～3回目)、5歳以上(1・2回目)の方への接種を引き続き実施中

西東京市新型コロナワクチンコールセンター

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

西東京市新型コロナワクチン相談窓口

📍田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター4階
📍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 ※予約希望の方は要接種券

便利なオンライン手続きをご利用ください 市役所に行かずにできる!

▶情報推進課 ☎042-460-9806

本市では、申請や届け出、講座の申込など、さまざまな手続きのオンライン化を進めています。昨年度からは、新たな電子申請ツールを導入し、さらに便利になりました。自宅や外出先からパソコンやスマートフォンなどを用いたオンライン手続きをぜひご利用ください。

主なオンライン手続きの例 ※時期によっては申請ができない手続きあり

- 暮らし・相談** 住民票の写しの郵送交付請求、転入届・転入予約、おくやみ相談予約、女性なやみなんでも相談予約
- 高年齢・健康** 介護保険被保険者証等再交付申請、各種健康診査申込
- 子育て** 子供医療費助成制度医療証交付申請、児童手当関連手続
- 学び・その他** 図書貸出予約、公共施設予約サービス、講座申込・アンケートなど

必要となる場合があるもの

- マイナンバー(個人番号)カード
- ICカードリーダーまたはマイナンバーカードに対応したNFCスマートフォン
- 電子認証アプリのインストール

利用方法(一例)

①右のQRコードから「西東京市手続一覧」にアクセス。



②手続をカテゴリーやキーワード入力により検索

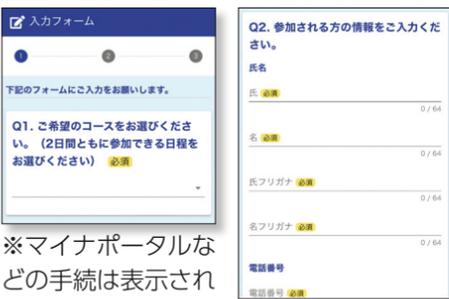


③申請を行いたい手続の申請ボタンを押してください。



申請ボタンを押す

④画面の指示に従って、必要事項などの入力



※マイナポータルなどの手続は表示される画面が異なります。

⑤入力内容を確認し、「送信」で手続完了 ※利用方法など詳細は市HPからご確認ください。



市HP

西東京市公式LINEのメニューからのアクセスが便利です

市HPのトップページの「オンライン手続(電子申請)」からもアクセスできます。

メニューの「オンライン手続」から手続一覧にアクセスができます。



市公式LINE

スズメバチにご注意ください



スズメバチは、巣に近づくと集団で襲ってくる場合がありますので、次の点に注意しましょう。

- 近くに飛んできたら、姿勢を低くして、静かにその場を離れる
- 刺されたら、すぐに患部を水で洗い、病院で手当てを受ける
- 刺されないようにするには、黒色の服装を避ける、帽子などをかぶる
- 匂いに敏感なため、強い匂いのもの(飲食物、香水など)を避ける

❖ハチ防護服を貸し出します 貸し出し状況はお問い合わせください。

❖スズメバチの巣駆除補助制度 補助対象はスズメバチのみで、駆除作業費用の2分の1と補助金限度額(1万円)のいずれか少ない方の額を補助します。
※限度額を超えた費用は申請者負担
※空の巣は補助対象外
▶環境保全課 ☎042-438-4042

市内の情報をお届けします

大好きです 西東京

スポーツ応援編

西東京市ゆかりの清家貴子選手 サッカー日本女子代表選出

7月20日(木)から開催されるFIFA女子ワールドカップ オーストラリア&ニュージーランド2023の日本代表「なでしこジャパン」に、西東京市ゆかり(柳沢小学校・田無第四中学校卒業)の清家貴子選手(三菱重工

浦和レッズレディース)が選ばれました。



©URAWA REDS

▶試合日時

対戦相手	日程	時間
ザンビア	7月22日(土)	午後4時
コスタリカ	7月26日(水)	午後2時
スペイン	7月31日(月)	午後4時

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A 電子申請 「ファミリー学級」申込 	B メール 「離乳食講習会 ステップ」申込 ①8月17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	C はがき 「〇〇検診」申込 ①氏名 ②住所 ③生年月日 ④電話番号	D 電子申請 「健康診査等」申込
----------------------------------	---	--	--------------------------------

▶健康課 保 電 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
ボディケア講座～腰痛予防～ 【理学療法士による、腰痛予防に関する話と自宅でできる体操】	8月2日(水)午後1時～2時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18歳以上の方/15人 (1歳未満のお子さんの子連れ参加可)	前日までに電話
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!】	8月8日(水)午前10時～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で立位がとれる方/15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)。
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	8月8日(水)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4日(金)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】	①8月2日(水)午後2時15分～3時15分 ②8月17日(水)午前11時15分～午後0時15分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	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
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個別相談】	8月25日(金)午前9時～正午の間で1人30分程度 田無総合福祉センター	在住の方/4人	8月22日(水)までに電話
ファミリー学級・2日制 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: 8月26日(土)午前9時30分～午後0時15分 2日目: 9月8日(金)午後1時30分～4時15分 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: 12月～令和6年1月 ※2日間ともパートナーとの参加が可能です。	市HPまたは右上電子申請 申込期間: 7月28日(金)～8月11日(祝)
離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、歯科の話】	8月17日(水)午前10時30分～11時45分 田無総合福祉センター	在住の6～8カ月の乳児と保護者(第1子優先)/16組	メール(右上記入例回) fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 8月3日(水)
個別育児相談会 【身長・体重測定と、育児・母乳・栄養・歯科・遊び方・お母さんの健康などについての個別相談】	①8月7日(月)防災・保谷保健福祉総合センター2階 ②8月28日(月)田無総合福祉センター 午前9時30分～11時30分の間で1人30分程度	乳幼児と保護者/各25組	①は8月3日(水)までに電話 ②は8月24日(水)までに電話
子ども			
3～4カ月児健康診査 時 7月20日(水)、8月10・24日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知		1歳児講座 時 8月21日(月) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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)	
BCG予防接種 対象のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。 場 防災・保谷保健福祉総合センター3階 対 1歳になる前日までに、まだBCG予防接種を受けていないお子さん		2歳児すくすく相談会 時 7月25日(水)、8月8・22日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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 7月26日(水)、8月9・23日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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)			



健康ガイド

▶健康課 保 電 042-438-4021

※年齢は令和6年3月31日時点 ※検診場所は市内指定医療機関

■肝炎ウイルス・大腸がん・前立腺がん検診

□検診期間 9月1日(金)～12月20日(水)
□申込期間 7月18日(水)～11月30日(水)
(消印有効)

※8月9日(水)までに申し込んだ方は、8月下旬に受診券を送付。8月10日(水)以降は受診券を順次送付予定。

【以下の方は申込不要】

- ①市で実施する特定健診・一般健診を受診する方(6月または7月下旬に受診券を送付。健診と同時実施)
- ②肝炎ウイルス検診は、当検診を未受診で、①以外の40・45・50・55・60・65・70歳の方(8月下旬に受診券を送付)

◆肝炎ウイルス検診

内 血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)
対 当検診を未受診の年度末年齢40歳以上の方

◆大腸がん検診

内 便潜血検査(2日法)
対 年度末年齢で40歳以上の方
※大腸がんで治療・経過観察中の方は対象外

◆前立腺がん検診

内 血液検査(PSA検査)
対 年度末時点で50～74歳の偶数年齢の男性 ※前立腺がんで治療中、経過観察中の方は対象外
¥500円(生活保護世帯等の方は受給証明書持参で無料)

■骨粗しょう症検診

□検診期間 9月1日(金)～10月31日(水)
□申込期間 7月18日(水)～10月13日(金)
(消印有効)

内 骨密度測定・生活指導
対 年度末時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性
※8月下旬以降、順次受診券を送付

□申込方法(全検診共通)

- はがき(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)
- 市HPから(右上電子申請回)

■令和5年8月から

帯状疱疹ワクチン任意予防接種費用一部助成(50歳以上)

詳細は8月1日号・市HPでお知らせします。

■献血のご協力をお願いします!

西東京市献血推進協議会による献血を実施します。皆様のご協力をお願いします。

時 7月27日(水) ●午前9時30分～11時30分 ●午後0時50分～3時30分
場 タクトホームこもれびGRAFAREホール(保谷こもれびホール)前
対 原則16～64歳の方

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℃以上を含む)など感冒症状のある方は必ず電話予約のうえ、ご来院ください。なお、電話が混み合いつながらにくい場合もあります。ご了承ください。
※感染拡大防止のため、電話予約のない方の鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査[※])はしていません。
※休日診療所は、東京都指定の外来対応医療機関です。
※休日診療所では「マイナ受付」に対応しています。

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
16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} 電 042-464-1511	ごとう内科 東伏見2-1-6 電 042-450-5100	休日診療所 中町1-1-5 電 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}
17日	田無病院 緑町3-6-1 電 042-461-2682	保谷内科呼吸器科クリニック 住吉町6-1-26 電 042-458-7870	
23日	佐々総合病院 田無町4-24-15 電 042-461-1535 ※小児科は午後4時30分 ^{まで}	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-13 電 042-424-5678	
30日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 電 042-465-0700	はるクリニック 谷戸町3-23-1 K-flat1階 電 042-425-1178	

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	
16日	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 電 042-461-1100	川島歯科クリニック ひばりが丘北4-4-16 ラクヒルズ壱番館104 電 042-421-5490
17日	大槻歯科医院 北町1-4-2 電 042-422-6488	田無町歯科クリニック 田無町4-23-4 電 042-468-2221
23日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 電 042-423-7660	
30日	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 電 042-461-8711	

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

多摩北部広域子ども体験塾
「出動! たまろくちゃんねる
 ~君だけの景色を見つけにゆこう~
 夏の謎解き探検編&秋の映像づくり編]

多摩北部それぞれのまちの魅力を再発見しながら謎解きに挑戦! さらに、街の魅力を取材してプロのクリエイターと映像をつくります。

◆**夏季プログラム**

□**5市街歩き謎解き(セルフ式)**

時 7月21日(金)~8月31日(木)
 場 小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京市内

対 5市在住・在学の小・中学生

◆**秋季プログラム**

街の魅力を取材して、プロのクリエイターと地域のPR映像をつくります。プログラム・日程の詳細については問のHPをご確認ください。

場 多摩六都科学館、5市各スポット

対 / 定 5市在住・在学の小学5年生~中学3年生/各コース9人(抽選)

申 8月31日(木)までに、問のHPへがきまたは直接問へ

◆**冬季プログラム**

秋季プログラムで制作した映像鑑賞を行います。

時 12月17日(日)・23日(土)

場 多摩六都科学館
 ※各プログラム実施内容、応募方法などの詳細は、問のHPでご確認ください。

問 多摩六都科学館
 〒188-0014西東京市芝久保町5-10-64多摩六都科学館「子ども体験塾 秋季プログラム」係
 ☎042-469-6100
 ▶企画政策課 ☎042-460-9800

近くの縄文遺跡に会いに行こう!
 ~第2回 北多摩縄文スタンプラリー~

7月21日(金)~令和6年1月31日(水)

「縄文ノート」を手に、縄文時代の史跡や重要文化財が見つかった5市(西東京・調布・東村山・国分寺・国立市)のチェックポイントを回り、スタンプを集めながら縄文を探検しましょう。

□**スタンプの数に応じた賞品**

- 3個…ロゴ入りサコッシュ
- 5個…ロゴ入りステンレスボトル
- 10個(全て)…各市の特産品などが入った詰め合わせセットの応募チャンス

□**縄文ノート(解説・スタンプ帳)市内配布場所**

社会教育課(田無第二庁舎3階)・郷土資料室(西原4-5-6)・東伏見ふれあいプラザ(富士町4-33-15)

□**主催** 北多摩縄文連合
 ▶社会教育課 ☎042-420-2832

ENJOYニュースポーツ

7月30日(日)
 午前9時30分~11時20分
スポーツセンター

誰でもすぐにゲーム(ユニカール、ボッチャ^{ぼちや})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。

対 在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)

定 50人
 申 7月18日(火)から、申込フォームまたは電話で下記へ
 ▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818 申込フォーム

西東京市民まつり出店者説明会

①**8月7日(月)** ②**10日(木)**
 いずれも午後6時から
田無庁舎 ※当日、直接会場へ

申込前に説明会を開催します。この説明会への参加が出店の必須条件となります。

対 ①当日飲食物を扱う方・内容未定の方 ②当日飲食物を扱わない方
 ※出店内容に応じていずれかに参加(1店舗につき1人^{まで})

¥ 出店料2万円~4万円(テント1張り)
 ※出店要領・出店申込書・臨時出店届は文化振興課窓口・西東京商工会窓口・市HPで配布

※野外演芸などの参加募集は8月1日号でお知らせする予定です。

◆**市民まつり概要**

時 11月11日(土)・12日(日)

場 西東京いこいの森公園

▶文化振興課 ☎042-420-2817
 ☎bunka@city.nishitokyo.lg.jp

NPO等企画提案事業 学習会
「子どもの“今”と向きあう 不登校経験のある若者と話そう」

8月13日(日)
 午後2時~4時30分
 ①柳沢公民館
 ②③Zoomによるオンライン

不登校の子どもへの接し方について、不登校経験のある若者と話しながらか、一緒に考えてみませんか?

対 不登校に関心のある方
 定 ①30人 ②グループワーク参加10人 ③聴講のみ20人

講 阿部伸一^{のりひこ}さん(株)REO代表取締役)
 申 8月6日(日)までに、申込フォームまたはメールで氏名・住所・希望する参加形態(上記①~③のいずれか)・電話番号・メールアドレス・不登校経験のある若者と講師への質問事項を下記へ
 問 不登校などで悩む子どもたちの居場所「ぼくるーむ」

☎pokuroom@gmail.com
 ▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821 申込フォーム

消費生活親子講座
「親子で考えるお金の教室~カレー作りカードゲームや〇×クイズで楽しく学ぼう~」

8月19日(土)
 午後2時~3時30分
田無第二庁舎4階

お金の使い方や大切さについて、親子で一緒に学びませんか。

対 / 定 在住・在学の小学1~2年生とその保護者/10組(申込多数は抽選)
 講 早野木^{のりこ}さん(消費生活アドバイザー)
 持 筆記具

申 7月28日(金)までに申込フォームへ
 ▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821 申込フォーム

子ども条例市民講座
 ~子どもにやさしい西東京を目指して~

8月26日(土)
 ①午後1時~1時50分
 ② 2時~4時
コール田無

①子どもの権利擁護委員令和4年度活動報告会

講 木村真実^{まこと}さん・井利由利^{ゆり}さん・谷川由起子^{ゆきこ}さん(西東京市子どもの権利擁護委員(CPT))

②講演および座談会「子どもと一緒に考え・施策化する~子どもの声を、子ども施策に反映するために」

講 森田明美^{あけみ}さん(東洋大学名誉教授)・子どもの権利擁護委員(CPT)の皆さん
 定 165人(申込順)

※保育^{あり}(生後6カ月以上未就学児^{まで})・6人(申込順、保育の申込は8月18日(金)午後3時^{まで})

申 7月19日(水)午前9時~8月24日(休)までに、電話または申込フォームから

▶子育て支援課 ☎042-439-6645
 ☎kosodate@city.nishitokyo.lg.jp 申込フォーム

ケアラーズスクール
はじめてのケアラーコース
in西東京市

□**全3日間コース**
 ①**9月7日(木)** ②**14日(木)**
 ③**21日(木)**

午後2時~4時
SOMPOケア在宅老人ホーム西東京(田無町4-2-11Aビル2階)

突然訪れる介護…今から学びませんか?

定 15人(申込順)
 申 7月18日(火)~9月6日(水)平日午前9時~午後5時に、電話または申込フォームから

問 ケアラーズスクール事務局

☎0570-086-070
 ▶高齢者支援課 ☎042-420-2816 申込フォーム

日本語スピーチコンテスト2023

10月1日(日)
 午後1時~5時(交流パーティー含む)
コール田無

◆**発表者募集**

日本で生活して感じたこと、考えたこと、母国への思い、西東京市とのつながりなど、日本語でスピーチ(6分以内)してみませんか。日本語やスピーチの優劣は競いません。

対 在住・在勤・在学(市内日本語教室を含む)の16歳以上で、日本語を母語としない方

定 10人(申込多数は選考)
 申 7月31日(月)(消印有効)までに、郵送またはメールで件名「スピーチコンテスト発表者」・氏名・住所・電話番号・年齢・所属(勤務先・学校・日本語教室^{など})・自己紹介・スピーチタイトルと概要(200字以内)を問へ

◆**審査員募集**

対 在住・在勤・在学の16歳以上の方

定 5人(申込多数は選考)
 申 7月31日(月)(消印有効)までに、郵送またはメールで件名「スピーチコンテスト審査員」・氏名・住所・電話番号・年齢・職業・応募理由を問へ

□**共催** NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC)

問 西東京市多文化共生センター

〒188-0012西東京市南町5-6-18インギビル1階
 ☎042-461-0381
 ☎info@nimic.jp

▶文化振興課 ☎042-420-2817

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、日常の問題や手続などについて専門家が一緒に解決の糸口を探すものです。

□**申込開始** 7月18日(火)午前8時30分(★印は、7月4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。

問 市民相談室 ☎042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	7月26日(水)・27日(木)、8月3日(木)・10日(木) 午前9時~正午
		7月28日(金)、8月1日(火)・2日(水)・8日(火) 午後1時30分~4時30分
交通事故相談	電話・対面	★7月25日(火) 午前9時30分~正午 8月3日(木) 午後1時30分~4時
税務相談	電話・対面	8月9日(水) 午前9時~正午
不動産相談	電話・対面	★7月28日(金) 午前9時~正午 8月10日(土) 午後1時30分~4時30分
登記相談	電話・対面	8月2日(水) 午前9時~正午 8月17日(木) 午後1時30分~4時30分
表示登記相談	電話・対面	8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	8月14日(月) 午後1時30分~4時30分
行政相談	電話・対面	※8月15日号でお知らせします。
相続・遺言・成年後見等手続相談	電話・対面	※8月1日号でお知らせします。

健康を支える「発酵食品」のエコで役立つ話 COOL CHOICE

発酵によってパワーアップされた食品の魅力について、楽しみながら学んでみませんか。
時 8月24日(木)午後1時30分～3時30分
対 在住・在勤・在学(中学生以上)
定 18人(申込順)
講 久藤啓子さん(MOA自然農法西東京市研究会)
申 7月19日(水)午前11時から電話・

ファクス・メールで講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
場・**問** エコプラザ西東京
電 042-421-8585(午前9時～午後5時)
ファ 042-421-8586
メ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
▶ 環境保全課 **電** 042-438-4042

接骨院の運動講座 ～近所で始める筋力アップ～



以前よりも歩けなくなった、おっくうになった方におすすめの講座です。身近な接骨院で行う筋力アップ運動とミニ講座で、手軽にフレイル(虚弱)予防ができます。
時 8～11月(全10回)
場 市内12会場の接骨院
対 在住の満65歳以上の方で立って運動が可能なる方

定 各会場3～4人(1コース)
料 1回150円
申 7月31日(月)までに、電話で住所・氏名・生年月日・電話番号・参加希望会場名(第2希望[※])を下記へ
 ※申込者多数は抽選
 ※令和6年1～3月も一部接骨院で実施予定
▶ 高齢者支援課 **電** 042-420-2812

□接骨院の運動講座日程表

会場	住所	日程	実施時間
ココカラダ接骨院	下保谷 4-11-7	8月21日～11月6日の毎週(月) ※9月18日(月)、10月9日(月)は除く	午前10時～10時45分
たかはし鍼灸院・整骨院	南町5-26-19	8月22日～10月24日の毎週(火)	午後1時30分～2時15分
いいむら接骨院	北町6-7-8	8月23日～10月25日の毎週(水)	午後0時～0時45分
榊原接骨院	保谷町 3-25-10		午後1時30分～2時15分
春風堂接骨院	下保谷 4-8-18 101		午後1時30分～2時15分
つるた接骨院	田無町 2-13-14		午後2時～2時45分
伏見通り接骨院	柳沢 2-3-13-101		午後1時～1時45分
まるやま整骨院	柳沢2-2-3 東邦ビル101	午後1時～1時45分	
しばくぼ整骨院	芝久保町 2-13-29	8月24日～10月26日の毎週(木)	午後0時30分～1時15分
シブヤ整骨院	ひばりが丘 2-13-20	8月31日～10月26日の毎週(金)、10月4・18日(水)、11月1日(水)	午後0時30分～1時15分
やぎさわ整骨院	柳沢 6-1-12-104	8月25日～10月27日の毎週(金)	午後1時30分～2時15分
かえで整骨院	富士町4-5-16 横山ビル1F		午後1時～1時45分

多摩六都フェア パラアート制作ワークショップ受講生・パラアート展覧会絵画作品募集

障害の有無に関わらず、誰もが文化芸術に親しめるようパラアート制作ワークショップ、パラアート展覧会を開催します。ワークショップで制作した作品や、募集した絵画作品は、圏域5市を順番に回って展覧会を行い、表彰式も実施します。
◆パラアート制作ワークショップ受講生募集
時/場 9月16日(土)・30日(土)、10月7日(土)・14日(土)午前9時30分～11時30分/障害者総合支援センターフレンドリー
対 次の全てに該当する方
 ●圏域5市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)に在住・在学の中学生以上18歳以下で障害のある方
 ●特別な事情がない限り、全ての講習日程に参加できる方
定 10人
 ※初めて参加する方を優先
申 8月22日(火)までに、メールで問へ

問 (福) さくらの園
電 042-467-1081
メ t2sakura@estate.ne.jp
◆多摩六都フェアパラアート展覧会絵画作品募集
□テーマ「コラボレーション(共に働く・協力する)」
対 圏域5市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)に在住・在勤・在学で障害のある方
申 9月29日(金)までに、〒188-0011田無町4-17-14障害者総合支援センターフレンドリー・就労支援センター一歩・cafeもぐもぐの森へ(郵送または持参)
◆展覧会
時 11月28日(火)～12月3日(日)
場 コール田無
 ※上記期間以外に、圏域5市の公共施設でも展示します。
 ※受賞者へは賞状と賞品を贈呈(予定)
▶ 文化振興課 **電** 042-420-2817

女性の働き方サポート推進事業



子育てをしながらの「理想の働き方実現」を目指しませんか? 子連れで参加できる講座や、同じ志をもつ仲間との交流できるプログラムを用意しています。

ハンサムママ

□9～11月開催講座

内容	日時	場所	参加費
スクール ここからはじまる『おうち起業』塾 定 20人	9月7・14・21・28日(木)	【1・3・4日目】田無第二庁舎4階 【2日目】イングビル	2,000円(初日に集金)
スクール おうち起業家のためのブランディングスクール 定 20人	10月5・12・19・26日(木)		田無第二庁舎4階
基礎講座 起業の種を育てよう 定 20人(保育あり)	11月7日(火)	柳沢公民館	無料
専門講座 女性個人事業主のためのやさしい税務の話 定 20人(保育あり)	11月14日(火)	柳沢公民館	500円

※保育あり(各回6人、1回300円)
申 専用 **印** から

◆個別相談 コーディネーターが、子育てしながらの働き方や、起業・経営に関する相談に応じます。

▶ 産業振興課 **電** 042-420-2819

学校に登校しない、できない中学生のための進路のお話

時 8月3日(木)午後2時～4時
場 田無第二庁舎4階
内 学校に登校しない、できない中学生の卒業後の進路について、高校の先生や適応指導教室の指導員からのお話[※]
対 学校に登校しない、できない中学3年生の生徒と保護者、そのほか

参加を希望する中学生と保護者
定 40人
講 都立高校教師[※]
申 7月18日(火)午前9時から申込フォーム[※](先着) ※定員に達しない場合は当日参加も可 **申** 申込フォーム
▶ 教育支援課 **電** 042-420-2829



※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。

西東京市総合体育大会

各競技要項をご確認のうえお申し込みください。体育協会 **印** から要項・申込書などをダウンロードできます。
□総合開会式
時 8月20日(日)午前9時(8時45分受付)
場 スポーツセンター

問 西東京市体育協会 **電** 042-452-7155(月)～(金)午前9時～午後4時(祝・第1(火)を除く)
▶ スポーツ振興課 **電** 042-420-2818



夏休み大特集

夏休みは自由研究や工作の本・図鑑など、宿題に役立つ本の展示や、各種イベントを開催します。ぜひ参加しよう!

「第1回西東京市図書館を使った調べる学習コンクール」開催!



公共図書館や学校図書館を使って、身近な疑問や不思議に思ったこと、興味があることなどを調べてまとめてみませんか。

- 対象 在住の小学5・6年生
- 申込 9月1日(金)～17日(日)(必着)に市内各図書館(郵送の場合は中央図書館)へ
- ※詳細は、ポスター・チラシ・図書館HPをご覧ください。

調べ方が分かる冊子を読んで、調べもの名人になろう!



「調べる学習フェア」で調べかたのヒントをお伝えします!

- 開催期間: 8月31日(木)まで
- 会場 市内各図書館
- 「テーマが決まらない」「なにから調べていいかわからない」ときは、バッジをつけた図書館スタッフに相談してください。



夏休みは図書館で楽しく学ぼう!

- イベント1・2 ▶ 中央図書館 ☎042-465-0823
- イベント3・4 ▶ ひばりが丘図書館 ☎042-424-0264
- 共通: ✉lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

イベント1 自由研究応援企画 自分だけの誕生日新聞を作ろう

自分の誕生日には何があったかな? データベース「朝日新聞クロスサーチ」を使って自分だけのオリジナル新聞を作ってみよう。

- 時 8月の毎週(水)午後1時～3時のいつでも
- 場 中央図書館
- 対 小学4年生～中学3年生
- 申 なし(先着順)
- ※1組20分程度 ※ご案内までに時間がかかる場合があります。

イベント2 とびだせ 田無・保谷の村 ～江戸時代の生活とつながる人々～

田無・保谷の村を飛び出して活動した村人たちを通じて、江戸時代の村の姿を紹介します。

- 時 8月19日(土)午後2時～4時
- 場 田無公民館
- 定 40人(申込順)
- 講 行田健晃さん(成蹊中学・高等学校教諭)
- 申 8月1日(火)午前10時から電話・メールまたは中央図書館窓口へ



イベント3 YA(ヤングアダルト)向けワークショップ 「伝わる」文章術、伝授します!!

お気に入りの1冊のブックレビューを書いてみませんか? 同時にzoomで生配信も行います。SNSの投稿にも活かせる文章術、ぜひ学びに来てください! ※詳細は図書館HPをご覧ください。

- 時 8月8日(火)午後1時～3時30分
- 場 ひばりが丘図書館
- 対 小学6年生～18歳
- 定 30人(申込順) ※zoom視聴含む
- 講 小川こころさん(文章家・文章講師)
- 申 7月16日(日)午前10時から、電話・メールまたはひばりが丘図書館窓口へ



小川こころさん

イベント4 マルチメディアダイジーでのお話し会 & リーディングトラッカーを作ろう

マルチメディアダイジーは、活字による読書が難しい方のために、文字や絵を音声と一緒にパソコンなどを使って再生するデジタル図書です。またオリジナルのリーディングトラッカーも作ってみましょう! ※詳細は図書館HPをご覧ください。

- 時 8月6日(日)午後2時～3時
- 場 ひばりが丘図書館
- 対 5歳～小学4年生程度 ※大人も参加可能
- 持 好きなマスキングテープがあれば持参
- 申 なし



※リーディングトラッカーを使うと特定の行に焦点を当てながら読むことができます。

したのや縄文里山プロジェクト 2023夏の特別展 もっと知りたい! 竪穴式住居

整備地に竪穴式住居が復元された下野谷遺跡で、竪穴式住居の復元過程やその構造などがわかる特別展を開催します。土屋根の竪穴式住居を復元しているほかの遺跡との比較など、分かりやすい解説で縄文時代の住居などを解説します。また、普段は郷土資料室などでしか見ることができない土器や石器も展示します。

現在、整備地では縄文時代にもあったと考えられるダイズやアズキの現生種などの栽培も行っており、それらの痕跡が残る土器や、それらの分析からわかってきた縄文時代の植物利用についてのパネルも展示します。

整備地と特別展示室を歩き来しながら、下野谷遺跡と縄文の里山に思いを馳せてください。

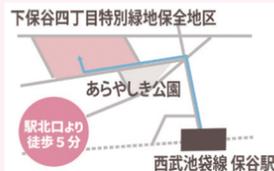
- 時 7月21日(金)～31日(月)午前10時～午後4時30分(最終入場午後4時)
- 場 東伏見市民集会所 ▶ 社会教育課 ☎042-420-2832 (土)日の連絡先 ☎090-2520-3996



下保谷四丁目特別緑地保全地区で夏のイベントを開催

四季折々の自然を感じられる屋敷林で夏のイベントを開催します。自然に囲まれた屋敷林に涼みにきませんか。

- 時 7月30日(日)午前10時～午後5時(受付:午後4時まで)
- 場 下保谷四丁目特別緑地保全地区(別地図参照)
- ※当日、直接会場へ ※荒天などにより中止する場合があります。



◆野草園ガイドツアー
野草園の夏の草花をご案内します。ぜひお立ち寄りください。

- 時/定 ●午前10時30分 ●11時30分(30分程度)/20人程度

◆ひんやり井戸水で水遊び!
竹水鉄砲工作(HPから要予約)

- 時/定 午後2時30分(30分程度)/10～15人程度

足水、水風船作りなど、緑に囲まれた屋敷林でひんやりと涼めます。



◆もりの工作室
屋敷林内にある枝などを使って自由に工作できるブースを用意します。

◆母屋でくつろごう～古民家休憩所～
※そのほか屋敷林の夏を感じるイベントも実施予定です。

□共催 高橋家屋敷林保存会
※詳細はランドブレイン(株)HP・問へお問い合わせください。
問 ランドブレイン(株) ☎03-3263-9388・✉yashikiran@landbrains.co.jp
▶みどり公園課 ☎042-438-4045



ランドブレイン(株)HP

西原総合教育施設でも、夏休みイベントを開催!

「トレジャーハンター」・「自由研究応援ウィーク」のイベントや、「Kids考古学新聞コンクール」の展示などを行っています。詳細は市HPまたは「西東京の教育」7月15日号をご覧ください。市HP

