



いこいな
©シンエイ/西東京市

にしようきよう

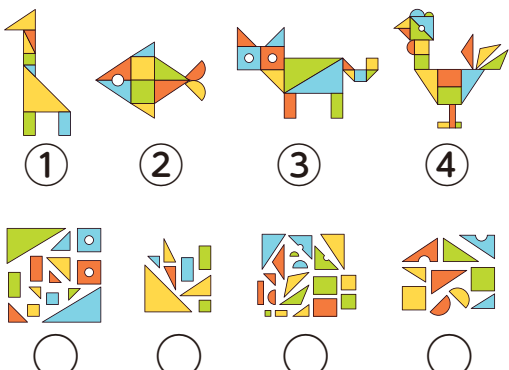
認知症
予防 集中力
記憶力
対策

挑戦は年齢不問。
好奇心を刺激する

脳トレ

思考を
リフレッシュ!

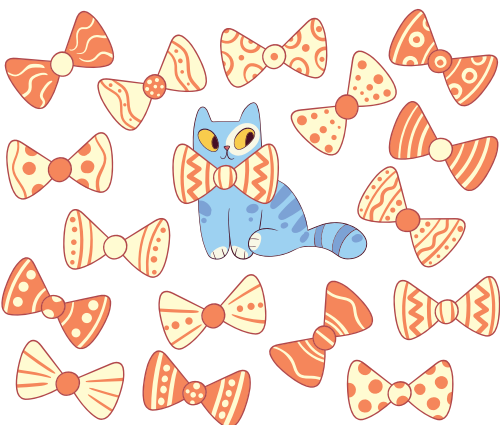
脳トレ 1 積み木をバラバラにすると
どれになるか、当てはまる数字を
書きましょう!



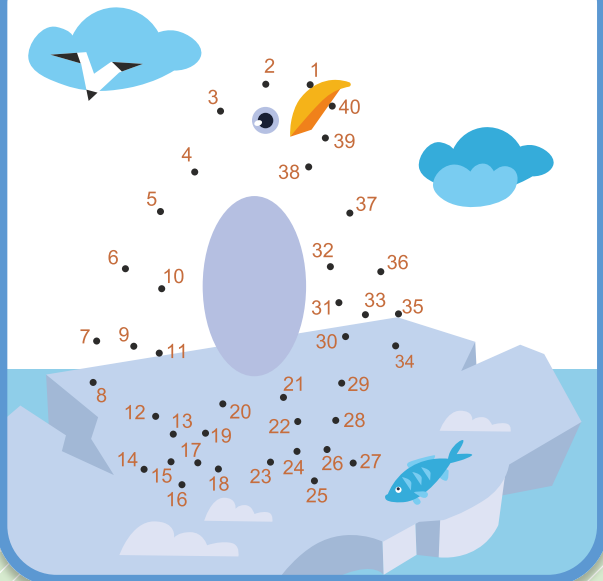
脳トレ 2 真ん中の文字を変えて、
全く別の言葉にしましょう!

- 例/ おはぎ ▶ おじぎ (お辞儀)、おうぎ (扇)
- ① くもり ▶ く□り
- ② とかい ▶ と□い
- ③ やさい ▶ や□い

脳トレ 3 ネコがしているリボンと
同じ柄はどれでしょう?



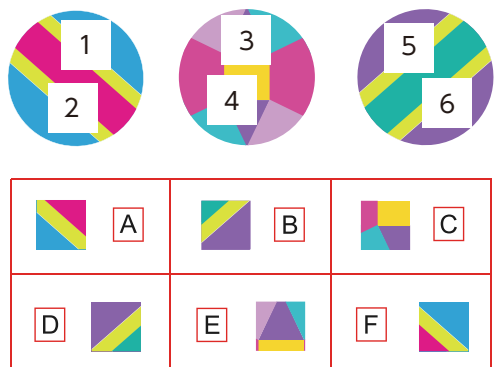
脳トレ 4 1~40の数字を順番につないで
できる生きものは?



脳トレ 5 落ち葉や木の実で、文字が隠れて
しまいました。隠れた文字は何と
書かれているでしょうか?



脳トレ 6 1~6の部分に、A~Fのブロックを
1つつ当てはめて完成させましょう!



脳トレ 7 4文字のひらがなが重なって
しまいました。重なりを直すと、
なんという言葉でしょうか?



脳トレの答えは、この面の下部をご覧ください。

秘書広報課 ☎ 042-460-9804

70歳
以上対象

もの忘れ予防検診

ご案内を6~7月に送付しています

認知症は早く気付いて
対処することで、症状を軽
減したり進行を遅らせたり
することが期待できるもの
もあります。もの忘れも、
血圧や血液検査などと同じ
ように、定期的にチェックを。

対 象	令和7年3月31日時点で70歳 以上の市民 * 認知症と診断されている方は除く
受診機関	指定医療機関
検診期間	7月1日~令和7年1月31日(金)
検診内容	問診、筆記検査

▶ 高齢者支援課地域支援係 ☎ 042-420-2811

市内在住
60歳
以上対象

市内には6カ所の 老人福祉センター・福祉会館 が充実しています。

健康体操や各種教
室などを開催(都
市報でご案内)。サー
クル活動も行われ
ています。見学で
きる活動もあり
ます。一度足を
運んでみませんか?

- 1 住吉老人福祉センター
- 2 下保谷福祉会館
- 3 新町福祉会館
- 4 富士町福祉会館
- 5 ひばりが丘福祉会館
- 6 老人福祉センター

▶ 高齢者支援課生きがい推進係 ☎ 042-420-2812



あんしん暮らし情報



税・保険・年金

家屋調査(新築・増改築分)にご協力を

新築・増改築をした家屋は、固定資産税・都市計画税の課税対象となります。これに伴い、市では税額の基となる家屋の評価額を算出するため、家屋調査を行っています。認定長期優良住宅に該当する場合は、調査の際にお申し出ください。

対 新築・増改築をした家屋

□調査内容 間取りと各部屋の仕上げ、建築設備(風呂・キッチンなど)、外装(屋根・外壁など)を調査します。 ※調査時、職員は身分証明書や固定資産評価補助員証などを携帯して伺います。

□調査日時 家屋の所有者に事前に書面などでお知らせします。書面が届きましたら資産税課へご連絡ください

▶資産税課 田 042-460-9830



福祉・健康

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 8月5日(月)午前9時30分～11時30分・午後0時50分～3時30分

場 市民広場前(保谷庁舎敷地内)

対 16～69歳の方 ※65～69歳の方で、60～64歳の間に献血経験がある場合は、献血することができます。

▶健康課 保 042-438-4021

福祉サービス第三者評価

福祉サービス第三者評価は、福祉サービスの質の向上を図り、利用者の方へ良質で適切なサービスを提供するため、公正・中立な第三者機関が専門的かつ客観的な評価を行うものです。

□市内施設も積極的に第三者評価を受けています 市報や市HPで第三者評価を普及・啓発するとともに、介護保険連絡協議会などを通じ、事業者第三者評価受審を促進しています。評価結果は、(公財)東京都福祉保健財団HPで閲覧することができます。

□事業所に受審費補助金を交付します 市内に事業所があり、東京都が定める福祉サービスを提供する事業者に対し、第三者評価を受審する費用の一部を補助します。詳細はお問い合わせください。

▶地域共生課 田 042-420-2807



手当助成・補助

小規模店舗等バリアフリー改修工事等助成制度

自動ドアなどへの改修、出入り口の段差解消、通路のスロープ化など改修

工事等を行う際にその費用の一部を助成しています。手すり設置などの簡易改修工事と点字メニューなどのコミュニケーションツール作成等に対する助成メニューが新設され、制度が利用しやすくなりました。

対 店舗・診療所などに供する部分の床面積が200㎡未満の既存建築物(助成メニューにより要件あり) ※助成金額は助成メニューにより異なります。 ※助成対象に該当するかなど、詳細はお問い合わせください。

▶都市計画課 保

042-438-4050



市HP



くらし・環境

お出かけに関するアンケート調査

地域公共交通計画に基づく公共交通空白地域における需要と状況に応じた移動手段導入の検討のため、市民アンケートを実施します。8月上旬に対象となる方に調査票を送付しますのでご協力をお願いします。

□質問内容 日頃の移動に関すること 対 向台町1丁目、南町2丁目、柳沢2～5丁目に在住で、平成21年4月1日以前に生まれた方の中から無作為に抽出した2,000人 ※回答方法などの詳細は調査票をご確認ください。

▶交通課 保 042-439-4435

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 ①8月14日(水)午後2時～5時/保谷東分庁舎 ②8月17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 各回8人(申込順) ※1人35分程度 申 ①8月8日(木)

②8月14日(水)までに電話で下記へ

□相談員 ①(一社)東京都建築士事務所協会 ②住みよい町をつくる会

▶住宅課 保 042-438-4052

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…633戸

□案内・申込書配布 時 8月1日(木)～9日(金)の平日 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^{ほか} ※募集期間中のみ 問 のHPから申込書ダウンロード可 申 8月16日(金)(必着)までに、申込書を郵送またはオンライン申込

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)

「8月は、市民税・都民税・森林環境税(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 田 042-460-9831



市HP

◆西東京市地元募集

●単身者向シルバーピア…2戸

□案内・申込書配布 時 8月22日(木)～30日(金)の平日 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5日(木)(必着)までに、申込書を〒202-8555市役所住宅課へ郵送

▶住宅課 保 042-438-4052

マンションの管理計画認定制度

マンションの管理の適正化の推進に関する法律の改正に伴い、令和4年4月から、地方自治体が適切な管理計画を有するマンションの認定を行うことができる管理計画認定制度が開始しています。市では、「西東京市マンション管理適正化推進計画」を令和5年8月1日に施行し同日付で管理計画認定制度を開始しました。また、修繕積立金の額を一定以上引き上げて管理計画の認定を受けたマンションが長寿命化に資する大規模修繕工事を実施した場合は、一定の要件のもと申請により翌年度分の家屋に係る固定資産税が減額されます。 ※詳細は市HPをご覧ください。

●管理計画認定制度



市HP

●固定資産税の減額措置



市HP

▶住宅課 保 042-438-4052



市政

技能功労者表彰・商工業従業員表彰にご推薦ください

◆技能功労者表彰

市では、永年にわたり同一職業に従事し、産業振興に顕著な功績を修められた技能者を表彰しています。

□推薦方法 「西東京市技能功労者推薦書」に必要事項を明記し、8月23日(金)までに、産業振興課へ郵送または持参

◆商工業従業員表彰

市と西東京商工会では、市内の商工業に従事している優良な従業員を表彰しています。

□推薦方法 「西東京市商工業従業員表彰推薦書」に必要事項を明記し、8月23日(金)までに、西東京商工会へ郵送または持参

□表彰式

時 11月20日(水) 場 田無庁舎5階

※表彰の基準など、詳細は市HPをご確認ください。

▶産業振興課 田

042-420-2819



市HP



募集

保育園保育推進員

□募集人数 3人程度

□勤務地 市内公設公営保育園

□任用期間 9月1日(日)～令和7年3月31日(月)

□報酬 時給1,520円

□応募資格 保育士資格

□募集期間 8月5日(月)^{まで}

▶幼児教育・保育課 田

042-452-6777

教育相談員(会計年度任用職員)

10月1日付採用です。詳細は市HPをご覧ください。

▶教育支援課 田

042-420-2829



市HP

農業振興計画推進委員

市の農業振興計画や課題などについて提言をしていただく市民の方

□資格 在住・在勤・在学で18歳以上の方

□募集人数 3人以内 ※ほかの付属機関委員などの兼任不可

□任期 9月29日(日)から2年間

□会議数 年2～3回程度

□謝礼 1回2,000円

申 8月15日(休)(消印有効)までに、小論文「都市農業について思うこと」(400字以内)・住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を明記し、〒188-8666市役所産業振興課へ郵送

※募集・選考要領は、市HP・情報公開コーナーでご覧になれます。

▶産業振興課 田

042-420-2820



市HP

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。

お名前などの公表を承諾いただいた方のみ掲載しています。

※西東京市少年サッカー連盟(少年用サッカーゴール)

※山内久美 様(テーブルサッカー)

▶総務課 田 042-460-9810

※樽見俊秀 様(1万5,000円)

▶秘書広報課 田 042-460-9803

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下記の行為が禁止されています。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。

□寄附行為の禁止事項

●お金や物の贈答

●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 田 042-460-9860



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り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など)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
4日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	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
11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		
12日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時まで ☎042-465-0700		

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	
4日	鎌田歯科 ひばりが丘北3-2-6 ☎042-423-2526	
11日	神田歯科医院 緑町3-5-30 ☎042-466-3234	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
12日	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎042-465-8841	樋口歯科医院 保谷町3-11-24 ☎042-461-0551
13日	天野歯科医院 南町2-8-8 ☎042-461-8672	さいとう歯科ファミリーメンテナンスルーム 下保谷5-13-10 ☎042-455-1488
14日	ひばりが丘ファミリー歯科 谷戸町3-27-5 桜Willマンション1階 ☎042-438-2190	山口歯科医院 田無町4-9-10 ☎042-462-4721
15日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	岩田歯科医院 向台町6-16-4 ☎042-465-4507



電話相談



医療相談(西東京市医師会)
8月の相談はお休みです。



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

傍聴

審議会など

■行財政改革推進委員会
時 8月8日(木)午前10時
場 田無庁舎3階
内 事務事業評価
定 5人
▶企画政策課 ☎042-460-9800

■文化芸術振興推進委員会
時 8月8日(木)午後5時
場 田無第二庁舎4階
内 第2期文化芸術振興計画ほか
定 5人
▶文化振興課 ☎042-420-2817

■子ども子育て審議会計画専門部会
時 8月16日(金)午前9時30分
場 田無庁舎5階
内 子育て・子育てワイワイプランの策定
定 5人
▶子育て支援課 ☎042-460-9841

■居住支援協議会
時 8月19日(月)午後2時
場 田無第二庁舎4階
内 居住支援に関することほか
定 5人
▶住宅課 保 ☎042-438-4052

■防災会議
時 8月21日(水)午後2時15分
場 防災・保谷保健福祉総合センター6階
内 西東京市地域防災計画(案)・総合防災訓練ほか
定 5人
▶危機管理課 保 ☎042-438-4010

パブリックコメント

皆さんのご意見をお寄せください

市の重要な政策を策定する際に、原案を公表して広く市民の皆さんから意見を求め、いただいた意見を考慮しながら政策を決定します。

※匿名意見は受け付けませんので、意見提出の際は、住所・氏名を必ずご記入ください。

※ご意見には個別に回答しません。

事案名

事務事業評価(中間結果) ▶企画政策課 ☎042-460-9800

策定趣旨

令和6年度の事務事業評価は、過去に評価した事業や経常事業を中心に30の事業について評価を実施しています。これらの中間評価結果について、パブリックコメントおよび市民説明会を実施し、皆さんのご意見を募集します。

閲覧方法

8月1日(木)から、情報公開コーナー(田無庁舎5階)・市HP

対象

在住・在勤・在学者、市内に事務所または事業所がある法人・団体

提出期間

8月1日(木)～9月2日(月)(必着)

提出方法

①持参(田無庁舎3階)
②郵送(〒188-8666市役所企画政策課)
③ファクス(☎042-460-7511) ④市HPから
⑤メール(✉kikaku@city.nishitokyo.lg.jp)

説明会

時/場
●8月5日(月)午後6時～7時/田無庁舎5階
●8月7日(水)午後2時～3時/防災・保谷保健福祉総合センター6階

検討結果の公表

10月(予定)

8月の人権・身の上相談のご案内

8/8(木)・21(水)

●午前9時～正午 ●午後1時～4時
場 田無庁舎2階
申 8月1日(木)から、電話で下記へ

人権侵害、偏見や差別、近所付き合いでの悩みごとなど、人権擁護委員が市民の皆さんの相談をお受けします。

▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

黙とうのお知らせ

原爆の日 8/6(火)・9(金)

終戦の日 8/15(木)

79年前の昭和20年8月6日に広島に、8月9日は長崎に原爆が投下された日です。また、8月15日は終戦の日です。これらの日を忘れることなく、犠牲者のご冥福をお祈りするとともに、世界の恒久平和を願い、黙とう(1分間)を捧げましょう。

●広島原爆の日：8月6日(火)午前8時15分
●長崎原爆の日：8月9日(金)午前11時2分
●終戦の日：8月15日(木)正午
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

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 8月5日(月)午前8時30分(★印は、7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

※同一案件の相談は1人1回までです。ただし、交通事故相談はおおむね3回までです。
※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 ☎042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	8月15日(木)・22日(木)午前9時～正午
		8月13日(火)・20日(火)・21日(水)・23日(金)午後1時30分～4時30分
交通事故相談	電話・対面	★8月1日(木) 午後1時30分～4時
		8月27日(火) 午前9時30分～正午
税務相談	電話・対面	8月16日(金) 午後1時30分～4時30分
		★8月8日(木) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	8月23日(金) 午前9時～正午
		★8月7日(水) 午前9時～正午
登記相談	電話・対面	★8月15日(木) 午後1時30分～4時30分
		★8月15日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★8月15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(水) 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28日(水) 午後1時30分～4時30分

梅毒、流行っています

令和5年の都内の梅毒患者数は、調査開始以来、過去最多に

□梅毒とは？ 梅毒トレポネーマという細菌による性感染症で、感染者との性行為や性的接触(粘膜や皮膚との直接接触)で感染します。放置していると、脳や心臓にまで重大な合併症を引き起こすことがあります。早期の薬物治療で完治が可能です。検査を受けて、

早期に発見し、治療を行うことが重要です。

□検査施設 検査は予約が必要です。日程などは☎へご確認ください。

☎多摩小平保健所

☎042-450-3111

▶健康課 ☎042-438-4037



ゼロカーボンシティの実現へ

クールシェアスポットをご利用ください!

田無庁舎

防災・保谷保健福祉
総合センター

エコプラザ
西東京

各公民館

「クールシェア」とは、夏に多く使われるエアコンの使用を見直し、涼しい場所にみんなで集まったり、公共施設などで涼んだりして涼を分かち合うこと。9月までの暑い時期にお出掛けの際、暑さを感じたら、ぜひ上記の涼しい施設をご利用ください。給水も可能です。利用可能時間などは、市HPからご確認ください。

▶環境保全課 ☎042-438-4042

市HP



息子介護者の会・娘介護者の会

8/24(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ってみませんか。ぜひご参加ください。

☎高齢者の介護を担っている息子さん・娘さん ☎前日までにお住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご連絡ください。

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

からだところの健康相談【保健師による面接相談】

8/19(月) 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(申込順) ☎8月16日(金)までに電話

▶健康課 ☎042-438-4037

寄附金を募集します!

「公園遊具リニューアル」プロジェクト
～子どものよろこぶ公園づくりのために～

9月30日(月)
までの
寄附者限定

新たに設置するスイング遊具のデザイン
決めにご参加いただけます! ※詳細は
市HPふるさとチョイスをご確認ください。



寄附金
募集期間

8/1(木) 午前10時▶10/31(木)

のびのびと自由に遊ぶことができる公園は、子どもたちにとって大切な場所です。今年度、市は市内公園遊具のリニューアルを行います。本事業についてふるさと納税制度を活用したクラウドファンディングによる寄附金を募集します。子どもたちが安全に楽しく遊べる遊具にリニューアルするため、皆さんのご支援をお願いします。

□目標金額 150万円

□寄附金の使途 市内公園の老朽化の進んだスプリング遊具をスイング遊具にリニューアルする

□税制上の優遇 個人・法人にかかわらず、税制上の優遇措置を受けることが可能です。 ※企業版ふるさと納税ではありません。

□申込(納付)方法

①ふるさと納税ポータルサイト「ふ

るさとチョイス」

ガバメントクラウドファンディング® ページで申込(クレジット決済・Amazon Pay・納付書払いなど)

②秘書広報課(田無庁舎3階)窓口で申込(現金納付・納付書払いなど)

※郵送にて納付書・払込取扱票(郵便局(ゆうちょ銀行)で納付)をお送りすることも可能です。ご希望の場合は秘書広報課までご連絡ください。 ※本プロジェクトは、返礼品の設定はありません。

※詳細は市HPをご確認ください。

▶寄附方法に関すること…秘書広報課 ☎042-460-9803

▶「公園遊具リニューアル」プロジェクトに関すること…みどり公園課 ☎042-438-4045

ふるさとチョイス
(公開: 8月1日(木)午前10時から)



第1回胸部健診(肺がん・結核)

申込期間 8/1(木)▶15(木)(消印有効)

時/場 下表参照 午前9時30分～午後3時30分の指定された時間 ※時間の指定はできません。

☎胸部レントゲン撮影(該当の方に喀痰検査) ※喀痰検査のみは不可
☎令和7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、速やかな医療機関の受診をお勧めします。

※受診券は9月上旬に送付予定

第1回実施日	会場
9月18日(水)	防災・保谷保健福祉総合センター
19日(木)	防災・保谷保健福祉総合センター
20日(金)	田無総合福祉センター
24日(火)	田無総合福祉センター
25日(水)	田無総合福祉センター
26日(木)	富士町福祉会館

※第1回・第2回・第3回の全3回実施

※第2回(10月実施)(谷戸公民館・新町福祉会館・下保谷福祉会館など)の日程は9月1日号、第3回(11月実施)の日程は10月1日号と市HPに掲載予定

※車いすの方は第2回に実施(階段昇降に不安がある方もこの回推奨)
☎8月1日(木)～15日(木)(消印有効)に、次のいずれかの方法

●右記QRコードから



市HP

●はがき: 住所・氏名・生年月日・電話番号・健診希望日(第1回の実施日のうち、第3希望まで、健診希望時間帯(希望なし・午前・午後))を記載し、〒202-8555市役所健康課胸部健診担当へ郵送

●健康課(防災・保谷保健福祉総合センター4階)・保険年金課(田無庁舎2階)窓口へ

□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 ☎042-438-4021

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。



ようこそとしょかん 8月

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

図書館HP



中央

☎042-465-0823

火～金
午前9時～午後8時
土・日・祝日
午前9時～午後6時

- にこにこおはなし会 1・15日(木)午前11時／1～2歳児と保護者
※1日は「わらべうたの時間」
- おはなし会 1・8・15・22・29日(木)午後3時30分／3歳児から ※22日は「夏のスペシャルおはなし会」
- サンサンおはなし会 18日(日)午前11時／3歳児から
- おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力) 4日(日)午前11時／3歳児から

保谷駅前

☎042-421-3060

火～金
午前10時～午後8時
土・日・祝日
午前10時～午後6時

- ちいさなおはなしひろば 9・23日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 9日(金)「夏のスペシャルおはなしひろば」午後3時30分／3歳児から 23日(金)午後4時／3歳児から
- おはなしのへや 3・17日(土)午後3時30分／5歳児から

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 14日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなし会 1・8・15・22日(木)午後4時／3歳児から

谷戸

☎042-421-4545

火～日
午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 7・21日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなし会 14・28日(水)午後3時30分／3歳児から

柳沢

☎042-464-8240

火～金
午前10時～午後8時
土・日・祝日
午前10時～午後6時

- ちいさなおはなしひろば 2・9日(金)午前11時／1～2歳児と保護者 ※2日は「わらべうたの時間」
- おはなしひろば 7・14・21・28日(水)午後3時30分／3歳児から
- わくわくドキドキ紙芝居 10日(土)午前10時30分／どなたでも
- わらべうたのじかん 3日(土)午前11時／1～2歳児と保護者

ひばりが丘

☎042-424-0264

火～金
午前10時～午後8時
土・日・祝日
午前10時～午後6時

- ちびっこひろば 2・9・23日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 7・21日(水)午後4時／3歳児から ※7日は「なつのおはなしひろばスペシャル」
- おはなしひろばサタデー 3日(土)午前11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 1日(木)午前11時15分／下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば 8月はお休みです

各館の休館日

5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、16日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、12日(木)も休館

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

8月の薬湯 ～桃の葉湯～

☐効能 あせも・虫刺され・にきび・吹き出物
☒時 8月4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・ゆパウザひばり
☒問 西東京市公衆浴場組合 庚申湯 ☎042-465-0261

西東京中央総合病院市民公開講座「糖尿病ってなに？」～実はよく知られていない糖尿病～

☒時 8月17日(土)午後2時～3時 ☒場 西東京中央総合病院 ☒定 70人
※駐車場無料
☒問 西東京中央総合病院 ☎042-464-1511

うちゅう・かがくあそび

☒時 9月7日(土)午前10時～11時30分

☒場 西東京いこいの森公園 ☒内 月のおはなし&おやこ天体望遠鏡工作
☒対 4歳以上(親子) ☒定 10組(申込順)
☒¥ 5,000円(材料費など) ☒申 1カ月前から、電話または直接☒問へ
☒問 西東京いこいの森公園パークセンター ☎042-467-2391

自衛隊 航空学生募集(海・空)

航空自衛隊および海上自衛隊のパイロットなどを目指す幹部自衛官を養成するコースです。 ※入隊時期：令和7年3月下旬～4月上旬
☐応募資格 航空希望者(高卒以上21歳未満の方)・海上希望者(高卒以上23歳未満の方)
☐試験日程 1次：9月16日(祝)
☐受付期間 9月5日(木)まで
☒問 自衛隊西東京地域事務所 ☎042-463-1981

のびのび子育て



福祉・健康

ファミリー学級・2日制 第7コース～初めて父親・母親になる方のための教室～

☒時①1日目：9月7日(土)午前9時30分～午後0時15分 ②2日目：9月20日(金)午後1時30分～4時15分
☒場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 ☒内①妊娠中の生活と健康 ②赤ちゃんのお世話 ☒☒在住で初めて父親・母親になる方(対象出産予定日：12月1日(日)～令和7年1月18日(土)) ☒定24組(申込順) ※2日間ともパートナーとの参加が可能です。 ☒申8月9日(金)～23日(金)に、市HPまたはQRコードから電子申請
☒健康課 ☎042-438-4037 ☒市HP

まますた

☒時 8月28日(水)午前9時45分～11時(受付：9時30分から) ☒場 防災・保谷保健福祉総合センター3階 ☒内第一子出産後まもない時期のママたちのフリートーク・情報交換 ☒☒在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親 ☒定8組(申込順) ☒申8月23日(金)までに、電話・メールで、件名「まますた」・希望日・住所(町名)・母親と乳児の氏名・電話番号・乳児の生年月日と月齢・出産した場所(医療機関名など)を下記へ
☒健康課 ☎042-438-4037 ☒fam-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

3～4カ月児健康診査

☒時 8月1・15・22日(木) ☒場 防災・保

谷保健福祉総合センター2階 ☒☒個別に通知
☒健康課 ☎042-438-4037

離乳食講習会スタート

☒時①8月23日(金)午前10時15分～11時(受付：10時から) ☒場 田無総合福祉センター ☒内 離乳食開始から初期のお話 ☒☒在住の3～5カ月の子どもの保護者 ☒定30人 ☒申8月20日(火)までに市HPまたは電子申請
☒健康課 ☎042-438-4037 ☒市HP

1歳児講座

☒時 8月19日(月) ☒場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 ☒☒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)
☒健康課 ☎042-438-4037

2歳児すくすく相談会

☒時 8月6・20日(火) ☒場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 ☒☒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)
☒健康課 ☎042-438-4037

3歳児健康診査

☒時 8月7・21日(水) ☒場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 ☒☒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)
☒健康課 ☎042-438-4037

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。
指定医療機関で受診してください。
時 8月1日(木)～10月31日(木) 図 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31年4月
2日～令和2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 電 042-438-4037

個別育児相談会

時/場 ① 8月5日(月)/防災・保谷保
健福祉総合センター2階 ② 8月26
日(月)/田無総合福祉センター いずれ
も午前9時30分～11時の間で1人30
分程度 図 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
対 乳幼児と保護者 定 各25組(申込
順) 申 ① 8月1日(木)までに電話
② 8月22日(木)までに電話
▶健康課 保 電 042-438-4037

お口の健康支援室

時 8月27日(火)午前9時15分(初回)
※2回目以降は健診時に予約 場 防
災・保谷保健福祉総合センター3階
図 かかりつけ歯科医がなく、歯や歯
肉に心配がある幼児の定期歯科健診
対 在住の1～3歳の子どもと保護者
定 10組(申込順) 申 前日までに電話
▶健康課 保 電 042-438-4037

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
時 8月16日(金)午後1時30分～5時
場 教育支援課(田無第二庁舎4階)
対 5～12歳ぐらい 定 14人(申込順)
※1人15分程度 申 8月1日(木)～14
日(火)に電話(午前9時～午後5時)
※予約制 ※詳細は市HPをご覧ください。
▶教育支援課 田 電 042-420-2829 市HP

手当・助成

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
送付しました。必要書類を添えて提出
してください。
□提出期限 8月21日(水)
※申請時の届出事項(加入保険など)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)。
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) 対 ●市外に住民登録がある
●令和6年度の課税状況が公簿で確認
できない(1月2日以降の転入者など)
●過年度未提出など
▶子育て支援課 田 電 042-460-9840

児童扶養手当・特別児童扶養手当
の現況届のご提出を

児童扶養手当・特別児童扶養手当を
受給している方(手当が支給停止の方
を含む)に、現況届のお知らせを送付
しました。本年度より郵送での提出が
可能です。
※提出がない場合や提出した書類に不
備がある場合は、手当の支給が停止と
なります。
□提出期間 8月1日(木)～30日(金)(必
着)
□提出場所 ●子育て支援課(田無第
二庁舎2階)へ持参 ●郵送(〒188-
8666市役所子育て支援課) ※詳細
は、送付した「お知らせ」をご覧ください。
▶子育て支援課 田 電 042-460-9840

コミュニティ

ピアカウンセリング講演会の
動画配信中

7月3日に開催した「子どもの非行
の理解と予防ー『逆境に取り残される
子どもたちー非行少年の立ち直りに携
わった元家裁調査官のお話』PART2」
の講演会動画を配信しています。下記
QRコードを読み込み、ご覧ください。
▶教育支援課 田 電 042-420-2829 市HP

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

ファミリー・サポート・センターは、
地域の中で子どもを預けたい方(ファ
ミリー会員)、子どもを預かる方(サ
ポート会員)が会員となる相互援助活
動です。ファミリー会員に登録希望の
方は参加してください。
時 8月22日(木)午前10時～正午 場 住
吉会館ルピナス 定 20人(申込順)
※子ども連れで参加できます(保育あり・
1歳以上5人まで) 申 説明会前日の午
後5時までに電話で 図 へ
図 ファミリー・サポート・センター
事務局 電 042-497-5079
▶幼児教育・保育課 田 電 042-452-6777

先輩ママとお話する会

障害のある子どもの保護者が相談員
となって、同じ立場から相談を受け、
一緒に考えます。子どもの発達や育
ての不安なことを相談したり、地域の
学校や医療機関についての情報も聞け
ます。
時 ● 9月5日(木)午前9時15分～10時
15分 ● 午前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 障害のある子ども(就学前～
18歳)の保護者 定 各回1人(申込順)
申 実施日の5日前までに 図 へ
図 基幹相談支援センターえぼっく
電 042-452-0075 市HP
▶障害福祉課 田 電 042-420-2805

外国から来た保護者のための
小学校入学前説明会

日本の小学校を知らない外国から来
た保護者が、安心して入学準備でき
るように、説明会をします。質問は中国
語・英語でできます。
時 9月7日(土)午前10時～11時30分
場 オンライン(Zoom開催) 対 小学
校に入学・転入する子どもの保護者の
うち、外国から来た保護者 定 10人

申 申込フォームから
共催 NPO法人西東京市多文化共
生センター(NIMIC)
図 西東京市多文化共生センター
電 042-461-0381
図 nimicwith@gmail.com
▶文化振興課 田 電 042-420-2817 市HP

子ども相談室 ほっとルーム 8月1日で5周年

市では、子ども条例に基づき、子
どもがSOSを出しやすい仕組とし
て、子ども相談室 ほっとルームを
令和元年8月1日に開設しました。
子どもについての相談なら、大人も
相談できます。
□相談方法 電話・メール・ファク
ス・手紙・直接会ってお話もできます。
□相談時間 ●平日：午後2時～8
時 ●(土)：午前10時～午後4時

※(日)・祝と年末年始を除く
□相談先 〒202-0005西東京市住
吉町6-15-6住吉会館ルピナス
子ども相談室 ほっとルーム
フリーダイヤル 電 0120-9109-77・FAX 042-
439-6646・図 kodomosoudan@
city.nishitokyo.lg.jp
メール相談はこちらから 図
▶子育て支援課 電 042-439-6645

赤ちゃん集まれ～

赤ちゃんと保護者の方が楽しめる赤ちゃんのつどいを行って
います。お近くの赤ちゃんのつどいに参加しませんか。詳細は各セン
ターHPをご覧ください。 対 0～8カ月ごろの乳児と保護者

赤ちゃんのつどい日程 8・9月

会場	日程	
センターひがし	8月28日(水)	9月17日(火)
センターすみよし	8月1日(木)	9月13日(金)
	8月29日(木)	9月26日(木)
センターなかまち	8月22日(木)	9月10日(火)
センターけやき	8月23日(金)	9月26日(木)
	8月8日(木)	9月27日(金)
センターやぎさわ	8月8日(木)	9月13日(金)

▶幼児教育・保育課 田 電 042-452-6777

多摩六都科学館 ナビ

全編生解説プラネタリウム

「大正[星・電車]ロマン
～100年前の夏に輝く赤い星～」

9/23(休)まで 多摩六都科学館
サイエンスエッグ



ひばりヶ丘駅・清瀬駅が開業し
て間もない大正13年夏の夜空を再
現し、ひときわ明るく見えた赤い
美光の星を紹介します。プラネタ
リウムドームに広がる電車の運転
席からの映像を当日の星空解説と
ともにお楽しみください(45分間)。
時 午後1時10分～55分、3時50

分～4時35分 ※9月のスケジュー
ルは 図のHPでご確認ください。
対 どなたでも 定 各回234人
¥観覧付入館券(展示室+プラネタ
リウム1回)1,040円(4歳～高校
生420円) 申 当日開館時よりイ
ンフォメーションにて観覧券を販売
(先着)
□協力 西武鉄道(株)、清瀬市郷土
博物館、西東京市図書館
場・図 多摩六都科学館 電 042-
469-6100 ※8月の休館日：
8月5日(月)・19日(月)・26日(月)

障害のある方へ

福祉・健康

庁舎窓口到手話通訳者を配置

各課でのお手続、相談など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7日(水)	8月16日(金)
9月4日(水)	9月20日(金)

※上記以外にも手話通訳者の派遣をします。詳細は下記へお問い合わせください。

▶障害福祉課 ☎042-420-2804
☎042-466-9666

いきいき

シニア

福祉・健康

高齢者肺炎球菌予防接種

補助が拡大します

対この予防接種を初めて受ける方で、次のいずれかに該当する方

①接種当日に65歳の方(65歳の誕生日以降に転入手続をされた方は要申込)

②接種当日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害がある方(要申込)

③66歳以上の方(要申込)(令和6年度のみ)

¥自己負担額2,500円(令和6年度のみ)
※生活保護等受給世帯の方は、証明書を医療機関に持参すれば無料

□接種券の申込

☎令和7年3月24日(消印有効)までに、
●はがき：氏名・住所・生年月日・電話番号を明記し、〒202-8555 健康課肺炎球菌担当へ郵送

●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

●下記QRコードから

□4月1日～7月31日に接種を受けた方に一部助成(償還払い)を実施します

☎令和6年4月1日～7月31日にこの予防接種を初めて受けた次の方
●市から送付された接種券を使用した ☎①②

●自費で接種を受けた ☎③

※申請方法など詳細は

市HPまたは下記へ

▶健康課保

☎042-438-4021



市HP



シルバー月間



～65歳以上の方はスポーツ施設を無料利用～

9/2(月)▶30(月)

平日午前9時～午後3時
入館(2時間以上は有料)

☎温水プール・ランニング
走路(スポーツセンター)・トレーニング室(スポーツセンター・総合体育館)の個人利用

●各種教室の参加(下表参照)

※事前申込が必要 ☎在住の65歳以上の方 ☎令和6年度シルバーウィーク参加カード(過去のカードがある方は住所が分かるものも必要。ない方は初回のみ本人確認書類持参)

☎8月15日(木)(必着)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望教室を☎

☎へ郵送または返信用はがきを各施設窓口持参(申込多数は抽選) ※1教室に1枚のはがき ☎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 ☎

☎042-420-2818

	番号	教室名	場所	日付	時間	定員
プール	①	水中ウォーキング	温水プール	9月6日(金)	午後1時～2時	各15人
	②	水中運動		9月26日(木)		
フロア	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24日(火)	午後1時～2時	各30人
	④	転倒予防&健脳トレーニング		9月13日(金)		
	⑤	ウォーキング&簡単筋トレ	総合体育館	9月11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25日(水)		
	⑦	簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	9月18日(水)		
	⑧	ストレッチ&転倒予防		9月9日(月)		

心身障害者各種手当・助成制度 ～申請と現況届～

前年度に所得制限基準額を超え手当などが対象外となり、今年度は所得制限基準額内となった方は、以下の日程から申請をすることができます。なお、各種手当・助成は申請月から支給・助成開始となります。

各種手当・助成制度の申請

●(障)心身障害者医療費助成制度…9月2日(月)から ●各種手当・助成制度…8月1日(木)から ●重度心身障害者手当…11月1日(金)から ※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

●(障)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など)
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

●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…9月2日(月)まで

●特別障害者手当など…9月11日(水)まで

心身障害者 タクシー料金助成の申請(継続)

7/31▶8/30(金)(平日のみ)

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)

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。 ※従来の未使用タクシー利用券は使えませんが返却してください。 ※期間以降は、申請した月分からの助成 ※8月2日(金)までは別途申請会場あり

☎身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度の方 ☎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(運転免許証・保険証など)

心身障害者 自動車燃料費助成の請求

8/9(金)▶30(金)(平日のみ)

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)

☎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 ●身体障害者手帳1～4級で自ら運転する方 ☎現況届兼請求書(対象者に送付済み) ●車検証のコピー ●自動車検査証記録事項のコピー(電子車検証の方は必須) ●運転免許証のコピー ●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

わくわく

催し

私の好きが「多摩」にある
多摩の魅力をめぐるデジタル
deスタンプラリー

8月1日(木)～10月31日(木)

多摩全域をフィールドに、さまざまなおすすめスポットを巡るスタンプラリーを実施します。歴史や文化、自然、体験、映えスポット、グルメなど、おすすめスポットを7つの魅力別に紹介！全員もらえる参加賞、さらにスタンプを集めると豪華な商品が抽選で当たります。知れば知るほど好きになる多摩地域の魅力と出会ってみませんか。

※市内スタンプスポット(ゆパウザひばり・下野谷遺跡・だいちcafé)

問 ●多摩の魅力発信プロジェクト事務局
☎080-4586-0036

▶企画政策課 ☎042-460-9800

特設HP

都民体育大会(春季大会)の結果

都民体育大会は、都内市区町村の対抗戦で行われる歴史のあるスポーツ大会です。今年の春季大会において、西東京市は次の成果を収めました。

□結果 ●正式競技:ソフトボール女子2位、テニス女子3位、サッカー男子ベスト8、バドミントン女子ベスト8

●公開競技:ローラースケート男子7位

□総合 男子39位、女子20位

問 NPO法人西東京市体育協会 ☎042-452-7155 ※平日午前9時～午後4時(第1(火)を除く)

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818

体育協会HP

市民協働企画提案事業(U29チャレンジ部門)
藍染め&きりたんぽづくり体験8月17日(土) 午後1時～4時
消費者センター分館

地域の伝統や食文化を体験できるワークショップを開催します。徳島県の藍染め体験、秋田県のきりたんぽ作りを通して、それぞれの地域の魅力を学び、日本文化の素晴らしさを再発見してみましょう。

対 小学1～4年生と保護者 定 8組
申 8月10日(出)までに申込フォームから

□主催 FUTATABI

▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

申込フォーム

しゃきしゃき体操パート1講座

8月20日(火) 午前10時～11時30分
防災・保谷保健福祉総合センター3階

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。

対 在住で、立位で体操ができる方 定 15人(申込順) 申 前日までに電話

※10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)。

▶健康課 ☎042-438-4037

女性のための腹筋・ヒップアップ
トレーニング【保育あり】8月22日(木) 午前10時～11時
防災・保谷保健福祉総合センター3階

対 在住で18～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 定 10人(申込順) 申 8月19日(月)までに、電話・メールで件名「腹筋・ヒップアップ」・希望日・氏名・生年月日・住所・電話番号・保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・生年月日・住所)を下記へ

▶健康課 ☎042-438-4037

☎seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

牛乳パックの有効活用講座
～スツール作りに挑戦しよう～8月25日(日) 午前10時～午後0時30分
エコプラザ西東京

リサイクルに出す前に、牛乳パックの特性を生かした便利グッズ(スツール)作り講座を開催します。

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 8人(申込順) 持 牛乳パック1人5本(洗って乾燥させて切り開かないもの)・飲み物・筆記用具・作品持ち帰り用袋(約30cm×約20cm円柱形が入るもの) 申 8月4日(日)午前11時～13日(火)午後5時に、電話で講座名・

氏名・年齢・住所・電話番号を問へ

問 エコプラザ西東京
☎042-421-8585

▶環境保全課 ☎042-438-4042

事業承継個別相談会

8月28日(水)
●午後1時30分 ●3時(各回完全予約制)
田無第二庁舎5階

国が運営している「東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター」の専門相談員が事業承継に関するアドバイスを行います。

対 事業承継・引継ぎについてお考えの中小企業経営者、市内で事業を引き継いで創業を検討している方 申 8月21日(水)までに、電話または市HP内のチラシ兼申込書に明記し、ファクスで下記へ

▶産業振興課 ☎042-420-2819

☎042-420-2893

市HP

自転車のかごカバーを作ろう!

8月31日(土) 午前10時～午後4時
※事前説明会は8月24日(土)午前10時・午後1時から(各回1時間程度)
エコプラザ西東京

対 在住・在勤・在学の18歳以上でミシンが使える方、事前説明会と講座の両方に参加できる方 定 10人(申込順) 持 華工房(エコプラザ西東京登録団体) 持 傘(8枚の傘布の傘を2本)・裁縫道具・チャコペン・まち針・定規(30cm)・ハサミ・ゴム通し・筆記用具・昼食 ※ビニール傘は不可

申 8月5日(月)午前11時～22日(木)午後5時までに問へ電話 問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585

☎ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境保全課 ☎042-438-4042

ケアラズスクール

□全3日間コース

●9月4日(水) ●11日(水)

●18日(水) 午後2時～4時

SOMPOケア「そんぽの家ひばりが丘」(西原町5-3-12)

突然訪れる介護、今のうちから学んでおきませんか?

対 在住で家族介護に不安を持つ方 定 25人(申込順) 申 8月1日(木)～31日(土)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 ☎042-420-2815

申込フォーム

知っておきたい!省エネ住宅
～新築・リフォームのポイント～9月8日(日) 午後1時30分～3時30分
エコプラザ西東京

快適に過ごせて経済的な省エネ住宅。新築・リフォーム時の省エネ化技術・要点などを住宅設計の専門家が分かりやすくご紹介します。新築・改築を検討されている方、必見の講座です。

対 在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 20人(申込順) 講 池田浩和さん(一級建築士) 持 筆記用具・飲み物 申 8月6日(火)午前11時～9月6日(金)午後5時に、電話・ファクス・メールで講座名・氏名・年齢・住所・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)・☎042-421-8586

☎ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境保全課 ☎042-438-4042

西東京市民まつり出演者募集

□パレード

11月10日(日) 午前10時30分～11時30分
谷戸小学校北門～会場(西東京いこいの森公園)本部付近 ※1団体原則30人まで(人数超過の場合は要事前相談)

□野外演芸

●11月9日(土) 午前10時～午後4時

●11月10日(日) 午前9時～午後3時30分

①野外特設ステージ

②パフォーマンス・ストリート

対 主に市内で活動する在住・在勤・在学の個人・団体 費 ①1団体につき4,000円 ②1団体につき2,000円

申 8月21日(水)までに、申込フォームから ※申込フォーム・各実施要領は市HPへ ※野外演芸は応募状況により、希望日時に沿えない場合あり

▶文化振興課 ☎042-420-2817

☎042-420-2893

☎bunka@city.nishitokyo.lg.jp

市HP

少年野球大会参加チーム募集

申込期限 8/8(木)(消印有効)

西東京市軟式野球連盟少年部に所属していないチームは申込が必要です。

申 8月8日(木)(消印有効)までに、所定の申込書を問に郵送・ファクス・メールまたは直接持参。日時・会場・申込方法など詳細は問へ

□代表者会議・組み合わせ抽選会
時 8月17日(土)午後5時
場 田無庁舎2階

問 NPO法人西東京市体育協会
☎042-452-7155(平日午前9時～午後4時 ※第1(火)を除く)

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818

野菜たっぷり食育講座

日時 9/18(水) 午前10時～午後1時

場所 田無総合福祉センター

家庭でも作れる簡単おいしい韓国料理を作ります(講話と調理実習)。

対 在住の方 定 16人(申込多数は抽選)

申 8月15日(木)(消印有効)までに、はがきで件名「野菜たっぷり食育

講座」・住所・氏名・生年月日・電話番号を、〒202-8555市役所健康課 野菜たっぷり食育講座担当またはメールで下記へ

☎seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

▶健康課 ☎042-438-4037

「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)

①午後0時45分～1時(月)～(日) ②午後8時～8時15分(月)～(金)

音声版「声の広報」も作成しています

「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞かせになれます。詳細は、谷戸図書館 ☎042-421-4545へお問い合わせください。

