

広報

9/1

No.586

令和6年(2024年)9月1日号

にしとうきょう

特集

西東京市
子ども記者

いこいーな
©シンエイ/西東京市



まちの用心棒とは?



西 東京市では、令和6年度の新しい取組として、「西東京市 子ども記者」をスタートさせます。
さまざまな視点で、まちの課題や関わる人取材し、市報にて紹介していきます。

— 期生は柳沢中学校の6人。それぞれが役割を決め、チームワークで紙面構成・取材・編集
まで、すべてを担当してくれました。

6・7面
へGO!

あんしん暮らし情報



福祉・健康

手話通訳者登録試験 (手話通訳者全国統一試験)

時12月7日(土) 場障害者総合支援センターフレンドリー 対在住の手話通訳者養成課程修了者 申9月27日(金)～30日(月)午後1時15分～5時に申込書を試験受付会場に提出。郵送不可。申込書は障害福祉課(両庁舎1階)の窓口やHPから入手できます。

問西東京登録試験委員会事務局
✉nishitokyo.shiken@gmail.com
▶障害福祉課 田 042-420-2804



暮らし

リフォーム業者をあっせんします

「住宅の増改築や修繕などを行いたいが、地元の建築工事業者と馴染みがなく、どこに頼んでいいかわからない」という方へ、市と協定を結んでいる西東京市住宅リフォーム斡旋センターが市内の建築工事業者をあっせんしています。修繕箇所や工事内容などのご相談には内容に応じて適正な施工業者を選任します。

※直接電話で問へ ※詳細は市HPへ
時平日午前10時～午後5時
問西東京市住宅リフォーム斡旋センター
田 0120-029-011
田 042-473-8552
▶住宅課 保 042-438-4052 市HP



市政

ひばりヶ丘駅北口(一番通り西側)地区のまちづくり

◆パネル展示型説明会

時●9月13日(金)午後5時～7時 ●14日(土)午後2時～4時 場ひばりヶ丘図書館 内検討内容を示した展示パネルや関連資料などの閲覧 ※両日とも同じ内容 ※質疑応答可・意見提出可・出入り自由・申込不要 ※開催期間中は、市HPでも同様の内容を掲載します。

▶都市計画課 保 042-438-4050 市HP

一般コミュニティ助成事業のご案内

(一社)自治総合センターが実施する一般コミュニティ助成事業の令和7年度実施分の募集が開始されます。申請を希望する場合は下記担当までお問い合わせください。

対自治会・町内会、地域協力ネットワーク

□対象事業 住民が自主的に行うコミュニティ活動の促進を図り、地域の連帯感に基づく自治意識を盛り上げる

ことを目指すもので、コミュニティ活動に必要な設備などの整備に関する事業(建築物・消耗品を除く)。

□対象事業の例 音響設備・テント・机などのイベント用品の整備や山車・神輿・太鼓などのお祭り用品の整備・修繕など

□助成金額 100～250万円
※詳細は(一社)自治総合センターHPへ
▶協働コミュニティ課 田 042-420-2821



(一社)自治総合センター 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 10月1日～令和7年3月31日
□報酬 有資格者：時給1,520円
□応募資格 保育士資格
□募集期間 9月6日(金)まで
▶幼児教育・保育課 田 042-452-6777

市民スポーツまつり フリーマーケット出店者

市民みんなの大運動会「市民スポーツまつり」の会場で開催されるフリーマーケットの出店者を募集します。

時10月14日(祝)午前9時30分～午後4時 場向台運動場 ※フリーマーケットは雨天中止

□募集区画 100区画(1区画1.6m×1.6m)1人または1団体につき1区画(飲食店不可・申込多数は抽選)

□出店協力金 1区画500円 ※中止の場合も返金不可

申9月13日(金)(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・電話番号・出店物(衣類・雑貨など)を明記し、〒188-0012南町5-6-5南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」内NPO法人西東京市体育協会事務局へ

□出店者説明会 時9月27日(金)午後7時 場田無庁舎5階 ※必ず出席してください。詳細は問のHPへ

問NPO法人西東京市体育協会
田 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 田 042-420-2818



問のHP



『市税の休日・夜間納付相談窓口』
時●夜間窓口…9月10日(火)・12日(木)午後8時まで ●休日窓口…9月7

日(土)・8日(日)午前9時～午後4時 場田無庁舎 納税課(4階) ※電話または窓口で相談可 内市税の納付および相談、納付書の再発行など
▶納税課 田 042-460-9832

図書館おはなし会のボランティア

子どもたちに絵本の読み聞かせをするボランティアを募集します。

対●在住の20歳以上の方 ●継続的に活動できる方 ●養成講座(10月10・24日(木))を全日受講できる方 ●子どもへの読み聞かせ経験を有する方 ●11月から活動が可能の方 定7人 申9月3日(火)～15日(日)の開館時間内に、谷戸図書館へ来館または申込フォームから ※選考の面接あり：9月26日(木)

※詳細は図書館HPへ



図書館HP



申込フォーム

▶谷戸図書館 田 042-421-4545

図書館音訳者

音訳者養成講座を開催するにあたり、事前説明会を行います。希望される方は、必ず事前説明会に出席してください。説明会終了後に選考試験(筆記・実技試験)を行います。

□事前説明会(参加必須)

時9月13日(金)午後1時30分 場谷戸

公民館 対●在住の方 ●原則、養成講座に全日程出席できる方 ●活動時間が十分に確保でき、長期継続して活動できる方 持筆記用具

申9月1日(日)～12日(木)の開館時間内に電話または直接下記へ

※詳細は図書館HPへ

▶谷戸図書館

田 042-421-4545

図書館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。

※池田匠輝 様(1万5,000円)

※岩瀬大輔 様(金員)

※太田照子 様(100万円)

※鎌田忠詞 様(500万円)

※田淵友昭 様(金員)

※中澤和久 様(1万5,000円)

※三澤政光 様(2万円)

※匿名(1万5,000円)

※匿名(1万円)

▶秘書広報課 田 042-460-9803

救急の日 9/9

「救急の日」「救急医療週間」には、都民の皆さんに救急業務への理解と認識を深めていただく機会としてさまざまな行事を実施しています。東京消防庁管内における令和5年度中の救急出場件数は、約92万件でした。その中で搬送された人のうち、入院を必要としない「軽症」と診断された方は50%以上を占めており、要請理由として「交通手段がなかった」など緊急性の低い理由もみられました。緊急性の低い救急要請が減り、生命

救急医療週間 9/8▶14

の危機が迫っている人のもとへ一刻も早く救急車が到着できるよう、限りある救急車の適正な利用について、ご理解とご協力をお願いします。

問西東京消防署

田 042-421-0119

▶危機管理課 保

田 042-438-4010



傍聴

審議会など

■文化財保護審議会

時9月12日(木)午後4時

場田無第二庁舎3階

内西東京市の文化財保護

定5人

▶社会教育課 田

田 042-420-2832

■建築審査会

時9月19日(木)午後2時

場保谷東分庁舎

内建築基準法に基づく同意ほか

定5人 ※一部非公開

▶建築指導課 保

田 042-438-4026

■子ども子育て審議会専門部会

時9月28日(土)午前10時

場イングビル3階

内公立保育園のあり方方針

定5人

▶幼児教育・保育課 田

田 042-452-6777

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^{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
1日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 ☎0422-56-8130	
8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	大野医院 柳沢1-4-26 ☎042-452-5260	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
15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	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 ☎042-469-6776	
16日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	東伏見駅前内科糖尿病クリニック 富士町4-18-11 フジビル1階 ☎042-466-5105	

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	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎042-461-8711	
8日	大槻歯科医院 北町1-4-2 ☎042-422-6488	
15日	たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055	しげる歯科 向台町5-1-1 ☎042-467-1107
16日	井出歯科 泉町1-13-4 ☎042-465-6488	田無町歯科クリニック 田無町4-23-4 ☎042-468-2221

電話相談

医療相談(西東京市医師会)※専門医が相談に応じます。
火曜日 午後1時30分～2時30分 ☎042-438-1100
9月 3日 耳鼻咽喉科 10日 眼科
17日 小児科 24日 消化器内科

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

健康ポイントアプリ「あるこ」

三市一町合同ウォークラリー参加登録受付中!

西東京市、青梅市、瑞穂町、和歌山県有田市の3市1町で、歩数を競い合うイベントを行います。参加された方の中から抽選で景品も当たりますので、ぜひご参加ください。

□ウォークラリー参加方法

①アプリ「グッピーヘルスケア」をダウンロード

②アプリ上部の「+」ボタンから「自治体」をタップし「西東京市」を登録

③さらにアプリ上部の「+」ボタンから「ウォークラリー」をタップ

④チームコードはアプリ内メッセージで確認し入力後、他必須項目を入力

□イベント期間 10月1日(火)～21日(月)

▶健康課 ☎042-438-4037

グッピーヘルスケア

財団全国AEDマップ 登録のお願い

市では、1分1秒でも早くAEDを使って蘇生措置ができるよう、AEDを設置している方に、財団全国AEDマップへの登録をお願いします。「家族や友達にAEDが必要となり、マップを見て取りに行ったが、本当はもっと近くにあった」ということが起こらないよう、登録のご協力をお願いします。

※詳細は市HPへ

▶危機管理課 保 ☎042-438-4010

市HP

9月は自殺対策強化月間です!

西東京市

●LINE相談「こころHale・Hale@西東京市」
18～39歳を対象に専門の相談員がLINE相談を受けています。臨時増設期間として9月1日(日)～6日(金)は、連続6日間午後6時～9時30分開設。

●からだところの健康相談【保健師による面接相談】
自殺対策強化月間のため相談枠を増設しています。
時 9月17日(火)午後1時30分～3時30分 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 在住の方 申 9月11日(火)までに健康課に電話

東京都

特別相談期間を設けて、相談受付時間の延長などを行っています。相談の詳細は東京都保健医療局HPへ

●東京都こころといのちのほっとナビ～ここナビ～
こころの不安や経済的な悩みなどに関し、お住まいの地域に応じた相談窓口を検索できるHPです。

●東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～
☎0570-087478
時 9月10日(火)～14日(土)(各日24時間)

●東京いのちの電話 ☎03-3264-4343
時 9月1日(日)～30日(月)(各日24時間)

▶健康課 保 ☎042-438-4037

LINE相談

ここナビ

要申込 第2回胸部健診(肺がん・結核)

申込期間 9/2(月)▶17(火)(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。

内 胸部レントゲン撮影(該当の方に喀痰検査) ※喀痰検査のみは不可 対 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。

□日程・場所

申込期間	実施日	会場	受診券発送
9月2日(月)～17日(火)(消印有効) 第2回	10月15日(火)	谷戸公民館	10月上旬
	16日(水)		
	18日(金)		
	22日(火)	新町福祉会館	
	23日(水)		
	24日(木)		
	24日(木)	防災・保谷保健福祉総合センター	
30日(水)			
31日(木)			

※10月31日(木)のみ車いす対応可能です。階段昇降に不安がある方もこの回をお勧めします。申込の際に必ずお申し出ください。

※第3回(11月実施、最終回)の日程は10月1日号と市HPに掲載予定

申 9月2日(月)～17日(火)(消印有効)に以下のいずれかの方法で申込

●下記QRコードから ●はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・健診希望日(第2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 申込者へ10月上旬に受診券を送付します。受診券にて市が指定する日時・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 保 ☎042-438-4021

市HP

市役所の郵便番号は個別番号です。田無庁舎敷地内：〒188-8666、保谷庁舎敷地内：〒202-8555で、この記入があれば、住所(所在地)は省略できます。

9月の人権・身の上相談のご案内

9/12(木)・25(水) ●午前9時～正午
●午後1時～4時

場 田無庁舎2階 申 9月2日(月)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

高齢者を狙った悪質商法にご注意

西東京市消費者センターにご相談ください

高齢者を狙った悪質商法の手口は年々巧妙になっています。少しでもおかしいと感じたら、また、すでに被害に遭った方も、下記へご相談ください。

また、周囲の方の見守りも大切です。高齢者の消費者被害の未然防止・早期発見にご協力をお願いします。

●事例：通信販売トラブル
「お試し価格」で購入したら「定期購入が条件」だった！

⇒通信販売で購入する際は広告を安易に信用せず、注文前に購入・返品条件を確認する。

□相談先 消費者センター ☎042-462-1100

時 平日 ●午前10時～正午

●午後1時～4時 場 田無第二庁舎5階

※来所相談の場合は要予約

▶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 9月4日(水)午前8時30分(★印は、8月19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。

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	9月12日(木)・13日(金)・19日(木)午前9時～正午 9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	★9月5日(木) 午後1時30分～4時 9月24日(火) 午前9時30分～正午
税務相談	電話・対面	9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	★9月12日(木) 午後1時30分～4時30分 9月27日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話・対面	★9月5日(木) 午前9時～正午 ★9月19日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★9月5日(木) 午前9時～正午
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	電話・対面	※9月15日号でお知らせします。
行政相談	電話・対面	★9月11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	9月13日(金) 午後1時30分～4時30分

他機関からののお知らせ

※☎マークがないものは、当日、直接会場へ

古稀式 ～さらなる豊かな人生の門出を祝う会～

「高齢者学」への挑戦の1つとして、高齢期のプランニングの重要性や課題をテーマとした講演やワークショップを開催します。

時 9月15日(日)午後1時30分～5時

場 武蔵野大学武蔵野キャンパス

対 主に70歳以上の方(ご家族の方も歓迎) 申 下記問の☎から ※当日参加も可

問 武蔵野大学しあわせ研究所事務局

☎03-5530-7730(平日午前9時～午後5時)

9月の薬湯 ～敬老の日 スギナの湯～

□効能 肩こり・足腰の痛み

時 9月16日(祝) ※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)、65歳以上は午後4時～6時のみ入浴無料 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

うちゅう・かがくあそび

時 10月19日(土)午前10時・11時30分

(各回60分) 場 西東京いこいの森公園 内 音のびっくりじっけん 対 4歳以上(未就学児は保護者同伴) 定 各回20人(申込順) 料 1人1,500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

テレビ受信障害対策

携帯電話事業者によって新しい電波の利用が開始される関係で、市内の一部地域において、テレビ受信障害が生じる可能性があります。

これに伴い、700MHz利用推進協会によるテレビ受信障害対策が実施されます。対象地区では、事前対策工事や周辺チラシ配布が行われ、担当者が訪問する場合があります。受信障害が発生した場合やご不明な点はお問い合わせください。

□試験電波の発射予定時期 9月19日(木)

問 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120-700-012

※受付時間：午前9～午後10時

※上記の電話番号につながらない場合は、050-3786-0700(有料)

東京都食生活改善普及運動月間(9月)

東京都健康推進プラン21(第三次)では、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合」を増やすことを目標の1つとしています。このような食事の回数が多い人ほど、さまざまな食材や必要な栄養素をバランスよく摂っていることが報告されており、このような食事を増やすことで、心身の健康維持や健康寿命の延伸につながります。

また、食事に果物を取り入れることも大切です。果物には普段の食事では不足しやすいビタミン、ミネラル類、食物繊維が多く含まれており、果物の適量摂取が生活習慣病の発症リスクの低下と関連していることも報告されています。

ぜひこの機会に、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事や果物の摂取を実践してみませんか。

問 多摩小平保健所 ☎042-450-3111

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。



のびのび子育て



福祉・健康

お口の健康支援室

時 9月24日(火)午前9時15分(初回)
場 防災・保谷保健福祉総合センター
3階 内 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・10組(申込順) 申 9月20日
金までに電話 ※2回目以降は健診時
に予約
▶健康課保 042-438-4037

3～4カ月児健康診査

時 9月5・19・26日(木) 場 防災・保
谷保健福祉総合センター2階 対 個
別に通知
▶健康課保 042-438-4037

1歳児講座

時 9月9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)
▶健康課保 042-438-4037

2歳児すくすく相談会

時 9月3・17日(火) 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)
▶健康課保 042-438-4037

3歳児健康診査

時 9月4・11・25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)
▶健康課保 042-438-4037

離乳食講習会ステップ【保育あり】

時 10月3日(木)午前10時30分～11時
45分 場 田無総合福祉センター 内
離乳食の中期から後期のお話、歯科の
お話 対 在住の6～8カ月の子ども
の保護者 定 16人(第一子優先)
申 9月19日(木)までにメールで件名「離
乳食ステップ」・希望日・住所・保護
者氏名・子どもの氏名・子どもの生年
月日・第○子・電話番号を下記へ
▶健康課保 042-438-4037
✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

ファミリー学級・2日制 第8コース ～初めて父親・母親になる方のための教室～

時 ①1日目：10月5日(土)午前9時30
分～午後0時15分 ②2日目：10月
11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 対 在住で初めて父

親・母親になる方(対象出産予定日：
12月29日～令和7年2月14日) 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 9月6日(金)
～20日(金)に市HPから

▶健康課保 042-438-4037



個別育児相談会

時/場 ①9月10日(火)/防災・保谷保
健福祉総合センター2階 ②9月27
日(金)/田無総合福祉センター 午前9
時30分～11時の間で1人30分程度
内 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 各25組(申込順) 申 ①9月6日
金までに電話 ②9月24日(火)までに
電話
▶健康課保 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 9月13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 9月2日(月)～12
日(木)に電話(午前9時～午後5時) ※
予約制 ※詳細は市HPへ
▶教育支援課 042-420-2829



ペアレントメンターとお話会

発達障害など(疑いを含む)があるお
子さんの子育ての悩みを話してみませ
んか? 障害がある子どもの子育て経験
を生かして、同じような悩みがある親
が話を聞いたり、情報提供などを行い
ます。
時 10月11日(金)午後1時30分～3時
30分 場 田無第二庁舎2階 対 18歳
以上の発達障害など(疑いを含む)があ
る子どもの保護者 定 10人(申込順)
申 10月4日(金)までに電話で下記へ
▶障害福祉課 042-420-2805



手当・助成

給食費補助金の交付

対 次の全てを満たしている保護者
①認可外保育施設を利用する子ども
が、無償化の認定を受けている3歳児
から5歳児である ②①の子どもが
認可保育所、地域型保育事業所、認定
こども園または幼稚園を利用していな
い ※保護者が①の子どもと市内で同
居し、生計を一にして監護しているこ
とが必要です。
□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 4～9月
□申請方法 申請書に領収書などを添
付し、幼児教育・保育課に提出
□申請期間 9月11日(水)～30日(月)
※詳細は市HPへ
▶幼児教育・保育課 042-497-4926



コミュニティ

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/場 ●9月7日(土)午前10時～正午
/田無総合福祉センター ●9月18
日(火)午前10時～正午/住吉会館ルピ
ナス 定 各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 各回説明会前日の午後
5時までに電話で問へ
場 ファミリー・サポート・センター
事務局 042-497-5079
▶幼児教育・保育課 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。子どもの発達や子育
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 10月3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日前までに電話
で問へ
場 基幹相談支援センターえぼっく
042-452-0075
▶障害福祉課 042-420-2805



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(企業主導型保
育施設)と月決めで契約をしている子どもと同居している(一時保育・ベ
ビーホテルは対象外) ②保育料を完納している ③①に該当する子ど
もが、認可保育所、地域型保育事業または認定こども園(子ども・子育
て支援法の規定による支給認定1号を受けている者を除く)を利用して
いない

□助成金額 保育料(実費分などの一部を除く)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

※詳細は市HPへ

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

▶幼児教育・保育課 042-497-4926



SNSでも市の情報を発信しています!

LINE



X



Facebook



YouTube



ピンチ 消防団の危機?!

消 消防団の歴史は古く、江戸時代から。時代とともに組織体制は変化しながら、現在も活躍しています。消防団員は本業の仕事を持ちながら、ひとたび災害が発生すると、いち早く現場に駆けつけて消防署員とともに初動対応にあたります。ただ…全国的に人手不足。西東京市でも、高齢化、自営業者の減少、市外で働く人も多く、なかなか消防団員が増えず人数が足りていません。存続の危機です！わたしたちのまちを守れなくなってしまいます。

消 消防団の活動を知って、ぜひ多くの方にご協力いただきたいです。できるとき、できることだけの協力でもいいそうです！



取材メモ

緊急連絡がきたときに困ったシチュエーション

ベスト3

1位 入浴中

2位 車の運転中・外出中

3位 トイレ



お風呂もトイレも、誰だってすぐ困る！消防団あるあるみたい。それでも、1秒を争って現場に向かうので、緊急時の対応は、家族の理解と協力があるからできるんだって。

消防団の訓練メニューってどんなものがある？

消防車をすばやく正しい場所に止めて消火活動ができるように、まずは「車の誘導方法」を学ぶ。その他、消火の基本動作や消防車の運転、機器の取り扱いなど。救助などでロープを結ぶことも多いので、「もやい結び」を5秒で正確にできるように練習も。すばやく結べて強度も高く、解きやすいもやい結びは「キング・オブ・ノット(結びの王様)」とも呼ばれる信頼性の高い結び方なんだって！

市民のみなさんに気をつけてほしいことは？

昔からいわれている「マッチ一本、火事の元」を忘れないこと。火の取り扱いには慣れていても、目を離さない、周囲に燃えやすいものを置かないなど、細心の注意を払ってほしいとのこと。慣れていないからこそ、気をつけ続けることが大切なんだ。

消防車の代表 ポンプ車のしくみ

外からは見えませんが、水を送り出すポンプが車の中にあります。20メートルのホースが20〜30本つまれています。

消防車は中型免許で運転ができる！

収納ボックス

放水ホースや発電機などをしまっています。



中継口

他のポンプ車などから水をもたらうときに使います。

スロットルレバーと圧力メーター

水の圧力と放水量を調整します。

吸水用のホース

消火栓などにつなぎ、水を吸い上げるためのホース。

ここが知りたい Q & A

01 消防団員が家でしている対策は？

消火器、防災ラジオ、火災警報器などは定期的に点検。火事だけでなく地震への備えとして、備蓄や家具の転倒防止器具の取付けをしています。

備蓄は1人3日間過ごせる程度の準備が必要です。

02 やりがいは？

好きなまちや家族、子どものために役に立つこと。そして「安心した」と言われ、感謝されたときですね。防災知識や応急処置方法は、自分のためにもなります。消防団で活動した学生が、難しい試験に合格し消防士になりましたよ！

03 女性の消防団員も、消火活動をするの？

女性団員は、主に救護の仕事です。AEDや心臓マッサージ、三角巾法をはじめとする応急手当を学びます。市民向けに救急や火災予防の講習も実施。いざというときに大切な人を助けるには、1秒でも早く対処することが大事なので、応急手当はみなさんに知ってほしいです。

トップ3をと聞かれたら、まずはお水、お食料、おトイレ。1人1日5〜6回×7日分

水や食料は最初に市などからの配布が始まりますが、下水道の復旧には時間がかかるので、簡易トイレは多めに準備しておくのがおすすめ。このほか、いつも飲んでいる薬や防寒具など、いざというときにすぐに持ち出せるように非常袋を見えるところに置いておくことが重要です。



まちの用心棒 消防団のヒミツ

西東京市消防団第12分団を取材

消防団員募集!

在住または在勤で18歳以上65歳以下の健康な方が対象です(学生も可)。非常勤特別職の地方公務員となり、年額報酬に加えて出勤に伴う報酬が支給されます。勤務年数によって退職金あり。本業を持ちながらの活動なので、それぞれができることから担当していただくので、ぜひ一度、話を聞いてみませんか？



西東京市消防団事務局 ☎042-438-4010(直通)



まちを守る 12個分団

分団配置図
※数字は分団数字



非公認キャラクター「よーじん」

市立柳沢中学校 子ども記者のみなさん

児童手当の制度改革 (令和6年10月分^{から})

児童手当の制度が拡充されます。今回の改正に伴い、一部の方は申請が必要です。

□改正のポイント

- 所得制限により受給できなかった方も、受給できるようになります。
- 高校生年代のお子さんも支給されるようになります。
- 大学生年代以下のお子さんが3人以上いる方は、支給される金額が多くなります。

□申請が必要な方

表2の①～④に該当する方は申請が必要です。
※市から児童手当(特例給付)を受給中で①～④以外の方は、原則申請不要です。勤務先で受給している公務員の方は、勤務先にご確認ください。

田 10月31日(木)(必着)までに

- 市HP^{から}(QRコード)
- 郵送(〒188-8666市役所子育て支援課)
- 持参(田無第二庁舎2階子育て支援課、防災・保谷保健福祉総合センター1階市民課)

※詳細は市HP^へ

▶子育て支援課 田 042-460-9840



市HP

(表1)主な改正内容

主な変更点	改正前 (令和6年9月分 ^{まで})	改正後 (令和6年10月分 ^{から})
支給対象	中学生までの児童(15歳になった年の最初の3月末)	高校生年代までの児童(18歳になった年の最初の3月末)
所得制限	あり	なし
手当月額	3歳未満: 1万5,000円 3歳～小学生 第1子・第2子: 1万円 第3子以降: 1万5,000円 中学生: 1万円 【所得制限限度額以上の場合】 所得上限限度額未満: 5,000円(特例給付) 所得上限限度額以上: 支給なし	3歳未満 第1子・第2子: 1万5,000円 第3子以降: 3万円 3歳～高校生年代 第1子・第2子: 1万円 第3子以降: 3万円
多子加算の算定対象(数え方)	高校生年代までの児童(18歳になった年の最初の3月末)	高校生年代までの児童(18歳になった年の最初の3月末) + 高校生年代までの児童の兄弟等で次の子を追加 児童手当受給者に経済的な負担などがある大学生年代の子(22歳になった年の最初の3月末)
支給月	年3回(各前月までの4カ月分を支給) 2月(10～1月分) 6月(2～5月分) 10月(6～9月分)	年6回(各前月までの2カ月分を支給) 12月(10・11月分) 2月(12・1月分) 4月(2・3月分) 6月(4・5月分) 8月(6・7月分) 10月(8・9月分) ※各15日(休・祝の場合は前開庁日)に振込

多子加算…算定対象の児童が3人以上いる場合に、第3子以降の手当額が増える特例

(表2)申請が必要な方・提出書類

	申請が必要な方	提出書類
新規申請	① 中学生以下の児童はいないが、高校生年代の児童を養育している方	●児童手当認定請求書 【添付書類】 ・本人確認書類(例: 運転免許証(表面)、健康保険証、マイナンバーカード(表面)、パスポートなどの写し) ・請求者名義の通帳またはキャッシュカードの写し(健康保険証の写し(記号・番号を隠したもの)) ※請求者が国家公務員共済または地方公務員共済の組合員の場合のみ
	② 所得制限により児童手当(特例給付)の支給がない方	
増額申請	③ 児童手当を受給中で、算定児童として認定されていない高校生年代の児童を養育している方	●額改定請求書
	④ 大学生年代の子に対して経済的負担があり、その子を含め3人以上の児童を養育している方	●額改定請求書 ●監護相当・生計費の負担についての確認書

※世帯の状況などにより、追加の書類を求める場合があります。

ようこそとしょかん

9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	田 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 5・19日(木)午前11時/1～2歳児と保護者 ※5日は「わらべうたの時間」 ●おはなし会 5・12・19・26日(木)午後3時30分/3歳児 ^{から} ●サンサンおはなし会 15日(日)午前11時/3歳児 ^{から} ●おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力) 1日(日)午前11時/3歳児 ^{から}
保谷駅前	田 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 13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ●おはなしひろば 13・27日(金)午後4時/3歳児 ^{から} ●おはなしのへや 7・21日(土)午後3時30分/5歳児 ^{から}
芝久保	田 042-465-9825
火～日 午前10時～午後6時	●ちびっこおはなし会 11日(水)午前11時/1～2歳児と保護者 ●おはなし会 5・12・19・26日(木)午後4時/3歳児 ^{から}

谷 戸	田 042-421-4545
火～日 午前10時～午後6時	●ちびっこおはなし会 4・18日(水)午前11時/1～2歳児と保護者 ●おはなし会 11・25日(水)午後3時30分/3歳児 ^{から}
柳 沢	田 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 6・13日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ※6日は「わらべうたの時間」 ●おはなしひろば 4・11・18・25日(水)午後3時30分/3歳児 ^{から} ●わくわくドキドキ紙芝居 14日(土)午前10時30分/どなたでも
ひばりが丘	田 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 6・13・27日(金)午前11時/1～2歳児と保護者 ●おはなしひろば 4・18日(水)午後4時/3歳児 ^{から} ●おはなしひろばサタデー 14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 5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 4日(水)午後3時30分/新町児童館/3歳児	
各館の休館日	
2日(月)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・30日(月)	
※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、20日(金)も休館 ※芝久保・谷戸図書館は、16日(祝)・23日(休)も休館	

障害のある方へ

9月は障害者雇用支援月間

障害者就労支援センター 一歩では、在住の障害のある方(障害種別は不問)や雇用事業所を主な対象とし、企業就労に関する相談を受け付けています(予約制)。また、就職準備支援・就職後の定着支援・障害者雇用に関するセ

ミナーの開催などを実施しています。
時 平日・第1(土)午前9時～午後5時
場 障害者総合福祉センターフレンドリー ※面談は予約制 問 障害者就労支援センター 一歩 田 042-452-0095・FAX 042-452-0096
▶障害福祉課 田 042-420-2805

重症心身障害児(者)通所事業(医療型)の新規利用希望者の受付開始

東京都では重度の知的障害および重度の肢体不自由が重複している方を対象に、地域社会の中で生活していくために必要な療育や日常生活動作訓練などを行う通所事業を実施しています。

本事業では、あらかじめ市を通

じて利用を希望する施設に通知し、施設ごとに利用者を決定します。

※令和7年4月から新規に通所を希望する在住の在宅重症心身障害児(者)の方

※9月20日(金)までに下記へ

※詳細は市HPへ

▶障害福祉課 ☎ 042-420-2805

いきいきシニア



福祉・健康

高齢者の新型コロナワクチン定期接種を10月から開始(予定)

高齢者の新型コロナワクチン定期接種を実施(予定)します。

時 10月1日(火)～令和7年3月31日(月)

対 ●65歳以上の方 ●60～64歳で重い障害がある方

※対象や実施方法は高齢者インフルエンザ予防接種と同様

※自己負担額 3,500円 ※生活保護受給世帯などは無料

個別のご案内は送付しませんので、詳細は10月1日号と同時配布の「高齢者新型コロナワクチン予防接種のお知らせ」をご覧ください。また、定期接種以外で接種を希望の

方は、任意接種として、時期や接種場所を問わず全額自費で接種が可能です。

▶健康課 ☎

042-439-6112



市HP

令和5年度健診を受けた方へのご案内

後期高齢者医療保険に加入している方のうち、令和5年度健診の結果で対象となる方に事業のご案内をお送りしますので、ご活用ください。また、アンケート調査を同封しています。健診結果の取組に関する今後の事業の参考とするため、ご回答にご協力をお願いします。

▶保険年金課 ☎

042-460-9823



コミュニティ

スマホの使い方講座 ～入門編～

生涯現役応援サイト「ミーツ」は、シニアの方と地域の活動をマッチングするサイトです。「ミーツ」を活用するための第一歩、スマホを持っているけど使い方がよく分からないという初心者向けの講座を開催します。

時 9月24日(火)①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分 ①②

初めての方対象 フレイルチェックを受けてみよう!



年齢を重ねて、心身の活力(筋力・認知機能・社会とのつながりなど)が低下した状態をフレイルといいます。

フレイルチェックでは、ご自身のフレイルの兆候を機器による測定(手足の筋肉量・握力など)や質問票で楽しく確認することができます。

□日程 ※各会場とも①と②両日参加

会場	対象地域	日程	時間
新町福祉会館 (新町5-2-7)	南町・向台町・新町・柳沢・東伏見	【1回目】10月22日(火) 【2回目】令和7年4月	午後2時～4時
西原総合教育施設 (西原町4-5-6)	緑町・谷戸町・ひばりが丘・西原町・芝久保町	【1回目】10月29日(火) 【2回目】令和7年4月	
田無庁舎 (南町5-6-13)	北原町・泉町・住吉町・田無町・保谷町	【1回目】11月19日(火) 【2回目】令和7年5月	
下保谷福祉会館 (下保谷4-3-20)	ひばりが丘北・北町・栄町・下保谷・東町・中町・富士町	【1回目】12月18日(火) 【2回目】令和7年6月	

※次回の募集は12月1日号掲載予定

令和6年度 健康体操教室(後期)・各種教室

期間 10月▶令和7年3月

対 在住の60歳以上の方(笑顔体操のみ70歳以上)

場・定 下表参照

※申込多数は新規の方を優先に抽選

※申込は、1人1教室まで

※疾患などにより運動制限を指示されている場合は、医師に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

申 9月2日(月)～7日(土)午前9時

30分～午後4時に福祉会館・老人福祉センターの利用証を持参

し申込者本人が各会館窓口へ(電話申込不可)

※老人福祉センターは7日(土)が休館日のため、申込は受け付けていません。 ※利用証のない方は身分証明書(健康保険証など)を持参のうえ、窓口で作成してください。

問 社会福祉協議会

☎ 042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎

042-420-2812

□健康体操教室(後期)の日程

会館名	実施曜日	教室名	時間(45分～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30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20人
		E	午前10時40分	
	第1～4(金)	F	午後1時40分	各20人
		G	午後2時40分	
下保谷福祉会館 ☎ 042-422-8338	第1～4(月)	A	午後1時20分	各18人
		B	午後2時20分	
		C	午後3時20分	
	第1～4(金)	D	午前9時40分	各28人
		E	午前10時40分	
		F	午前11時40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14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26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26人
		E	午前10時40分	
ひばりが丘福祉会館 ☎ 042-424-0262	第1～4(木)	A	午後1時40分	各20人
		B	午後2時40分	
	第1～4(金)	C	午前9時40分	各20人
		D	午前10時40分	
		E	午前11時40分	
老人福祉センター ☎ 042-466-1680	笑顔体操 ※70歳以上 第1～4(月)	A	午前10時10分	各22人
		B	午前11時10分	
	田無・太極拳 第1～4(月)		午後1時	25人
	リフレッシュ体操 第1～4(火)	A	午後1時	各25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25人
		B	午前11時10分	

□各種教室の日程

会館名	教室名	実施日時	開始日	定員
老人福祉センター ☎ 042-466-1680	笑いヨガ	第1・3(金) 午前10時～10時50分	10月4日(金)	20人
新町福祉会館 ☎ 0422-55-1781	新町ヨガ	第2・4(金) 午後1時30分～3時	10月11日(金)	8人

9月は敬老月間です



9月は長年にわたり社会に貢献されてきた高齢者のご長寿をお祝いする敬老月間です。

敬老金等の贈呈

該当する高齢者の方に、敬老と長寿をお祝いして敬老金などをお贈りします。

※令和6年9月1日現在、住民登録があり、次のいずれかに該当する方

- 88歳(昭和10年9月1日～昭和11年8月31日生まれ)の方：カタログギフトを9月16日(祝)ごろにご自宅にお届け
- 100歳(大正13年4月1日～大正14年3月31日生まれ)の方：5万円を口座振込により贈呈

※対象の方には事前に市からお知らせを送付します。

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2810

第5回お買い物でつながろう～フレイル予防のすすめ～

9/18(水) 午前11時～午後4時
アスタセンターコート

お買い物を楽しみながら、フレイル予防や健康のことを考えるイベントを開催します。

□共催 アスタ西東京、田無町・向台町地域包括支援センター、西東京市地域サポート「りんく」、陽だまり

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2812

世界のバリアフリー児童図書展

9/21(土)▶29(日) 午前10時～午後4時
(24日(火)はお休み)

場 ひばりが丘図書館

全ての子どもたちに本のよこびを願う世界中の人々の思いが込められた展示会を実施します。

内 ●22の国と地域の児童図書40冊の展示 ●閲覧用カタログ(英語版・日本語版・点字版)、解説

パネル、i-Pen(音訳)などの設置

□共催 絵本バリアフリー実行委員会・JBBY(日本国際児童図書評議会)

▶ひばりが丘図書館

☎ 042-424-0264

世界のバリアフリー児童図書展 おはなし会

9/28(土) 場 ひばりが丘図書館
※当日、直接会場へ

◆いろいろなことばでたのしむおはなし会

時 ●中国語：午前10時30分 ●英語：午前11時 ●ベトナム語：午前11時30分(各回15分程度) 内 多言語で絵本のよみきかせなど

◆マルチメディアデージーおはなし会

時 午前11時45分・午後1時30分・2時(各回15分程度)

内 マルチメディアデージー(絵と音声と一緒に再生されるパソコンで読めるデジタルのバリアフリー図書)の絵本をご紹介

▶ひばりが丘図書館 ☎ 042-424-0264



図書館 HP

わくわく

催

し

市民文化祭 PR in アスタ開催

① 9/19(木)▶21(土) 午前10時～午後4時
(最終日は午後3時まで)

② 9/22(祝) 午後0時30分～3時

場 アスタセンターコート



10月14日(祝)から開催する市民文化祭を多くの皆さんにお知らせするため、PRイベントを実施します。文化祭各部の開催内容をお知らせするチラシもご用意しています。

内 ①作品展示 ②ステージ発表
※詳細は市 HP・公共施設で配布のチラシから

▶文化振興課 ☎ 042-420-2817



市 HP

「日本の文化体験フェス」
in 市民文化祭

参加者募集

10/20(日)▶11/3(祝)の(金)・(土)・(日)(全10体験)

タクトホームこもれびGRAFAREホール・きらっと・J:COMコール田無・田無公民館・ひばりが丘公民館

市民文化祭の開催期間中に日本文化の魅力を体験するフェスを開催します。日本人も外国人も皆さん一緒に、日本の文化を体験しませんか。

内 和太鼓・日舞・茶道・書道・生け花 ※参加費あり(茶道400円・生け花500円) 内 在住・在勤・在学(日本語教室を含む)で、各体験の対象年齢の方 定 各体験7～20人(申込多数は抽選) ※介助が必要な方は介助者同伴可 申 9月20日(金)までに申込フォームから ※詳細は市 HP・市内公共施設で配布するチラシから

□共催 西東京市民文化祭実行委員会
▶文化振興課 ☎ 042-420-2817



▲前回のようす

市 HP

認知症キャンペーン
図書館で「認知症」に関する共催展示

9月1日(日)～29日(日)

中央図書館・保谷駅前図書館・芝久保図書館・谷戸図書館・柳沢図書館・ひばりが丘図書館

「世界アルツハイマーデー(9月21日)」に合わせて、市では9月を「認知症キャンペーン月間」として認知症になっても安心して暮らせるまちを目指し、普及啓発を実施しています。

さまざまなイベントを行っている中で、市内6カ所の図書館で、認知症関連の図書を集めて展示・貸出を行います。この機会にぜひお立ち寄りください。

▶高齢者支援課 ☎

042-420-2811

認知症サポーター養成講座

9月14日(土) 午後2時～3時30分
田無総合福祉センター

認知症になっても安心して暮らし続けるためには地域での見守り、ちょっとした手助けが必要です。まずは、認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか？

□認知症サポーターとは 認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方

内 認知症サポーター養成講座を受講したことのない方 定 30人 ※参加者には手作りオレンジロバのストラップを贈呈 ※5人以上集まれば、市内出張講座可。 申 9月9日(月)までに電話または申込フォームから

▶高齢者支援課 ☎

042-420-2811

申込フォーム

早稲田スポーツフェスタin東伏見

9月16日(祝) 午前10時～午後4時
早稲田大学東伏見キャンパス

子どもから大人まで楽しめるイベントです。早稲田大学のスポーツ施設で学生によるサポートのもと、さまざまなスポーツに挑戦できます。応援部によるパフォーマンスやスタンプラリー、キッチンカー・飲食コーナーなど楽しさいっぱいです。

場 早稲田大学競技スポーツセンター

● ☎ 03-5286-3757(13日(金)まで)

● ☎ 042-461-1172(当日)

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818

間の HP

薬物乱用防止ポスター・標語展

9月17日(火)～20日(金)

午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで)
田無庁舎2階

中学生が「人生を無駄にしないで」と願いを込めて作成しました。ぜひご覧ください。

▶健康課 ☎ 042-438-4021

女性のための腹筋・ヒップアップ
トレーニング【保育あり】

9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

内 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 9月13日(金)までに電話またはメールで件名「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・性別)を下記へ

▶健康課 ☎ 042-438-4037

☎ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

美背中メイク講座【保育あり】

9月20日(金) 午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

対／定 在住で18～64歳の女性／15人(申込順) ※初回の方優先 申 9月13日(金)までに電話・メールで件名「美背中メイク」・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・性別)を下記へ

▶健康課 保 042-438-4037
✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

事業承継個別相談会

9月25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 9月18日(水)までに電話または市HP内のチラシ兼申込書に必要事項を記入のうえファクスで下記へ

▶産業振興課 田 042-420-2819
FAX 042-420-2893



市HP

生活習慣病予防講演会
「脱 メタボ 家族みんなで考える生活習慣」

9月26日(木)
午後1時30分～3時(1時20分開場)
田無第二庁舎4階

ご希望の方に、講演後血管年齢測定を行います。

内 医師と管理栄養士による生活習慣病と生活改善についての講演・血管年齢測定 対／定 在住の方／30人(申込順) 申 9月19日(木)までに電話・申込フォームから

▶健康課 保 042-438-4037



申込フォーム

しゃきしゃき体操パート1講座

9月27日(金) 午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

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／定 在住で立位で体操ができる方／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 保 042-438-4037

障害者サポーター養成講座
(初級編)

9月28日(土)
午後2時30分～3時30分
谷戸公民館

障害のある方が困っているときにちょっとした手助けをする障害者サポーター養成講座(初級編)を開催します。※参加者にはサポーターの証しであるサポートキーホルダーを贈呈

内 ヘルプカード・ヘルプマークとはなど 申 前日までに電話で 田 042-452-7062 (火)～(土)午前9時～午後5時

▶障害福祉課 田 042-420-2804

ENJOYニュースポーツ
秋のポッチャ交流会！

9月29日(日)
午前9時30分～11時30分(受付:9時10分)
スポーツセンター

人気のスポーツ「ポッチャ」を試合形式で楽しみましょう。普段運動していない方、障害のある方でも参加できます。

内 ボールをいかに標的に近づけるかを競います。 対 在住・在勤・在学で小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 定 48人、12チーム(申込多数は抽選) ※個人またはチーム(1チーム4人まで、コート内3人)で申込 ※個人での申込は主催者側でチームを組みます。 持 室内用運動靴・運動ができる服装・タオル・飲み物など 申 9月11日(水)(消印有効)までに、申込フォームまたは往復はがきで参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を〒188-8666市役所スポーツ振興課へ

▶スポーツ振興課 田 042-420-2818



申込フォーム

災害・防災講座
～西東京市での災害・防災に備えるポイントを学ぶ～

9月29日(日) 午後1時30分～3時30分
エコプラザ西東京

内 ●能登半島の今 ●風水害を正しく知る ●災害発生時に命を守る方法 ●災害から命を守るための備え ●持続可能なまちづくりに向けてなど

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 20人(申込順) 持 筆記用具 申 9月5日(休)午前11時～25日(水)午後5時に電話・メールで 田 042-421-8585・ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp ▶環境保全課 042-438-4042

栄養・食生活相談

10月1日(火)
午前9時～正午(1人30分程度)
防災・保育保健福祉総合センター2階

内 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 対／定 在住の方／4人(申込順) 申 9月27日(金)までに電話で下記へ

▶健康課 保 042-438-4037

就職支援セミナー

①10月2日(水) ②3日(木)
③4日(金)
午後1時30分～3時30分
田無庁舎5階

①就職活動準備と自己理解・職業理解 ②履歴書・職務経歴書の書き方 ③面接対策

対 雇用保険を受給中の方 定 各回50人(申込順) ※定員内で①～③全セミナーの受講可 持 筆記用具・雇用保険受給資格者証 申 9月2日(月)から電話で(株)東京リーガルマインド(運営委託先) 03-5913-6910 (平日午前9時～午後5時)へ 田 ハローワーク三鷹 0422-47-8617 ▶産業振興課 田 042-420-2819

日本語スピーチコンテスト2024

10月6日(日)
午後1時～4時 ※終了後交流パーティーあり
J:COMコール田無

市と関わる外国人の皆さんが、日本で生活して感じたこと、考えたこと、母国への想い、西東京市とのつながりなど、日本語でスピーチします。

定 140人 共催 NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC) 田 西東京市多文化共生センター 042-461-0381 田 info@nimic.jp ▶文化振興課 田 042-420-2817



▲前回のようす

多摩六都フェア
水と緑ウォッチングウォーク

10月12日(土)
午前9時～正午ごろ(予定)
西武新宿線・西武国分寺線・西武西武園線「東村山駅(西口)」

多摩六都の緑地や水辺環境の再発見をしてみませんか。

内 【コース】東村山駅(西口)→弁天池公園→北山公園→八国山たいけんの里→八国山緑地→下宅部遺跡はっけんのもり→多摩湖町1丁目第1仲よし広場→薬師山緑地→廻田緑道→多摩湖緑地→狭山公園→多摩湖→多摩湖駅(解散場所) 定 100人(申込多数は抽選、9月27日(金)ごろまでに結果を通知) 持 飲み物・雨具など 申 9月2日(月)～20日(金)(必着)に下記申込フォームへ。メールまたは往復はがきの場合は参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を 田 042-189-8501東村山市本町1-2-3東村山市みどり公園課 042-393-5111・midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

主催 多摩北部都市広域行政圏協議会 ▶みどり公園課 042-438-4045



申込フォーム

保育園合同就職フェア

10月12日(土)
午前10時～午後4時(受付:3時30分まで)
アスタセンターコート

市内の民営保育園が合同の就職説明会を開催します。市内で保育に携わる仕事への就職・転職をお考えの方は、人事担当や現役保育士と話せるチャンスです。開催中は入退場自由、事前準備や予約は不要です。

田 (株)HOPPA、ビーフェア(株)保育運営1課 飯原 03-6260-8367

▶幼児教育・保育課 田 042-452-6777

パリテ講座
ママとパパにきてほしい「思春期」とは!?
～子どもとの関わり方のヒントにしよう～

10月16日(水) 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

「以前のように話をしてくれない」「いつも不機嫌で無視される」。思春期世代のママ、パパ。こんな子育ての悩みはありませんか。親子関係をより良くするために“思春期の特徴”を学んでみませんか。

対 子育て中の保護者 定 30人(申込多数は抽選) ※保育あり。1歳以上未就園児まで5人 田 石森正恵さん(助産師) 申 9月1日(日)午前9時～10月10日(休)午後9時に、市HPまたはメールで件名「思春期講座」・住所・氏名・電話番号・保育の有無を明記し下記へ ▶協働コミュニティ課男女平等推進センター 042-439-0075 田 kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



市HP

市民体力テスト

10/6(日) 受付:午前9時30分～11時30分
午後1時30分～3時30分
場 きたらと ※当日、直接会場へ

体力年齢を調べて自身の健康維持・体力づくりのきっかけにしてみませんか?

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) 田 種目 握力・長座体前屈・上体起こし・開眼片足立ち・6分間歩行・10m障害物歩行・立ち幅跳び・反復横跳び・20mシャトルラン ※年齢により測定種目が異なります

ます。 ※体力テストを受けた方は、骨密度・血管年齢・脳年齢・ヘモグロビンの測定が受けられます。 持 室内用運動靴(必ず持参)・運動ができる服装・タオル・飲み物・新体力テスト実施記録(持っている方)

▶スポーツ振興課 田 042-420-2818

同行援護従業者養成研修
(一般課程および応用課程)10月19日(土)・20日(日)・26日(土)・
27日(日)、11月2日(土)

午前9時～午後6時

障害者総合支援センターフレンドリー^{ほか}

ガイドヘルパーの確保および支援の質の向上を目的とし、同行援護従業者養成研修を実施します。

☑講義・演習(ガイドヘルパーの役割や視覚障害者への理解^{ほか}) ☑全日程受講が可能な方で、次のいずれかに該当する方 ●市内を営業区域として同行援護を実施している事業所または実施する予定のある事業所に勤務している方または勤務する予定のある方 ●在住・在勤で、同行援護の従事が可能で健康な方 ☑20人(申込順)

¥5,000円教材費^{など} ☑9月2日(月)～13日(金)に障害福祉課(両庁舎1階)または市HPで配布する申込書を窓口または郵送で下記へ ※研修を欠席しても補講は行いません。

▶障害福祉課 ☎042-420-2804

たまろくとクリーンウォーキング

10月26日(土)

午前9時30分～正午

※小雨決行・荒天中止

西武池袋線東久留米駅東口または西口から西口中央公園^{まで}

隣接する各市の参加者とごみ拾いをしながらウォーキング。地域の魅力を発見しながら参加者同士の親睦を図りましょう。

☑各ルート30人 ☑申込フォームからまたは参加申込書をスポーツ振興課へ ※申込多数は多摩六都構成市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)に在住・在勤・在学の方を優先し抽選結果は後日全員に通知します。 ※詳細は市HPへ

□主催 多摩北部都市広域行政圏協議会 ☑東久留米市「たまろくとクリーンウォーキング事務局(教育部生涯学習課)」

☎042-470-7784

✉syogaigakusyu@city.higashikurume.lg.jp

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



市HP

少年サッカー大会
参加チーム募集

申込期限 9/27(金)(必着)



小学生の8人制サッカー大会(5・6年生の部、4年生以下の部)を開催します。西東京市サッカー協会に所属していないチームは、申込が必要です。

☑11月2日(土)・3日(祝)・4日(休)・10日(日)・17日(日)・24日(日) ※予備日11月23日(祝) 場 市民公園グラウンド・向台運動場・ひばりアム ☑在住・在学・在クラブの小学5・6年生または4年生以下で構成された8人以上のチームで、成人の審判員2人以上、大会運営委員1人以上を選出できるチーム ☑9月27日(金)(必着)までに申込

書(☑のHPからダウンロード)を☑の〒188-0012南町5-6-5南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」内へ郵送・ファクス・メールまたは持参

□代表者会議・組み合わせ抽選会 ☑10月4日(金)午後7時 場 スポーツセンター

☑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



☑のHP

ガスミュージアム見学会

9/22(祝)

午前10時～11時30分

場 ガスミュージアム(小平市大沼町)

- 集合:午前9時20分タクトホームこもれびGRAFAREホール前、午前9時35分田無庁舎1階ロータリー
- 解散:午前11時55分田無庁舎1階ロータリー、午後0時10分タクトホームこもれびGRAFAREホール前

「ガス」の始まりと現在を知り、燃料電池の実験も体験できます。

☑在住・在学の小学生と保護者

☑10組(20人) ※申込順、1家族2人^{まで}

☑筆記用具・飲み物 ☑9月3日(火)午前10時～15日(日)午後5時にメールで講座名・参加者氏名・年齢・学年・住所・電話番号・集

合場所を☑へ

※定員になり次第受付終了 ※受付開始前のメールは無効

☑エコプラザ西東京

☎042-421-8585

✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境保全課

☎042-438-4042

ごみ処理場柳泉園組合見学会

10/4(金)

午前10時～11時45分

場 柳泉園組合(東久留米市下里)

- タクトホームこもれびGRAFAREホール前午前9時10分集合・午後0時35分散
- 田無庁舎ロータリー午前9時30分集合・午後0時20分散

家庭から出る「ごみ」のゆくえを見学します。

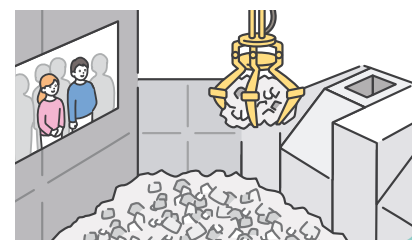
☑在住・在勤・在学の18歳以上の方 ☑20人(申込順) ☑飲み物・筆記用具

☑9月5日(木)午前11時～19日(木)午後5時に電話で講座名・参加者氏名・年齢・住所・電話番号・集

☑エコプラザ西東京

☎042-421-8585

▶環境保全課 ☎042-438-4042



多摩六都科学館 ナビ

0歳からのプラネタリウム

9/6(金)

午前10時30分～11時・11時30分～正午

多摩六都科学館 サイエンスエッグ



いっしょに おほしさを なめよう! 赤ちゃん大歓迎! 泣いてもOK! 0歳から3歳ぐらいのお子さんと楽しむプラネタリウムです。 ※乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります。

☑0～3歳ぐらいの乳幼児とその家族 ☑各回234人(先着)

¥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) ☑当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売

場・☑多摩六都科学館 ☎042-469-6100

※休館日:9月2日(月)～5日(木)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・30日(月)

西東京Pride

ローイング(ボート)新見萌恵選手が2つの
国際大会に出場しました!

市民で上向台小学校出身の新見萌恵選手が7月4～6日にオランダにて開催された「2024 FISU World University Championship(ワールドユニバーシティチャンピオンシップ)」と8月18～25日にカナダにて開催された「U23ローイング世界選手権」に日本代表として出場されました!

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818



「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。

公式



そのほか



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

