

手当助成・補助

入院期間中の紙おむつ代の助成申請

医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院など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 7月1日～10月31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)

□対象者 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 ●医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院などに支払っている ●入院期間中に生活保護などを受給していない ●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

□次のいずれかで申請

- 持参…11月11日(月)～29日(金)に下記へ ※(土)・(日)・祝を除く
- 高齢者支援課(田無第二庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)
- 郵送…11月11日(月)～30日(土)(消印有効)に〒188-8666市役所高齢者支援課へ

わくわく

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

西東京市、和歌山県有田市、東京都青梅市、東京都瑞穂町の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。

□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 12月13日(金)～令和7年1月10日(金)

▶健康課 ☎042-438-4037

グッピーヘルスケア

息子介護者の会・娘介護者の会

11月16日(土) 午前10時30分～正午イングビル

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？

■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

□必要なもの

- 紙おむつ助成金交付申請書 ※成年後見人等が申請者となる場合、「登記事項証明書」のコピーが必要です。
 - 紙おむつ助成金口座振込依頼書
 - 介護保険被保険者証のコピー
 - 振込先の口座が分かるもの(通帳のコピーなど)
 - 病院または病院が別途委託している業者などが発行した領収書のコピー
- ※領収書に、対象者氏名・入院期間・病院名・紙おむつの金額が明記され、領収印があることが必要です。紙おむつ代の記載がないものは申請できません。領収金額とおむつ代が異なる場合、併せて領収金額の詳細が分かる明細書も提出してください。
- ※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、別途病院や委託業者などが発行した内訳のコピーが必要になります。 ※申請書などは市HPで配布 ※令和6年3月～6月入院分の未申請分についても、併せて受付可能 ※次回(11月～翌年2月入院分)は令和7年3月に予定
- ▶高齢者支援課 ☎042-420-2810

催し

障害者サポーター養成講座(中級編)

11月16日(土) 午後2時30分
保谷駅前公民館

この講座は、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住所などを登録してもらい、情報の発信やサポーター同士のつながりなどにより受講された方の障害者支援の活躍の場を広げていきます。 ※受講証明としてサポートリストバンドを贈呈

■初級編受講者 ■初級編でお渡ししたサポートバンドナまたはサポートキーホルダー ■前日までに電話で☎へ ☎(福)さくらの園・カノン ☎042-452-7062(火)～(土)午前9時～午後5時

▶障害福祉課 ☎042-420-2804

講演会

「すいせい」と「かがく」のアツい話

11月17日(日) 午後2時～4時
田無公民館

「水星」と「彗星」、2つの「すいせい」について世界の研究の最前線に関わっている研究者がお話しします。

■会場参加50人・Zoom参加50人程度(いずれも申込順) ■鈴木雄大さん(JAXA宇宙科学研究所 博士研究員)

■11月1日(金)午前10時から、開館時間内に中央図書館へ来館・電話・または図書館HPの申込フォームから

※詳細は図書館HPへ

▶中央図書館 ☎042-465-0823

女性のための腹筋・ヒップアップトレーニング【保育あり】

11月21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) ■10人(申込順) ■11月18日(月)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

しゃぎしゃぎ体操パート2講座

11月22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。 ■/■在住で、立位で体操ができる方/15人(申込順) ■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

多摩5美術展

11月23日(祝)～29日(金)
午前10時～午後6時
きらっと

圏域5市(西東京・小平・東村山・清瀬・東久留米市)を代表する著名な画家の作品を、所属団体などの会派を超えて一堂に展示します。また、11月24日(日)のワークショップで会場のガラスに描かれる作品もぜひご覧ください。 ※ワークショップの申込は11月1日(金)まで

□「対話による美術鑑賞」事業体験会

子どもから大人まで楽しめる体験会を開催します。 ※当日、直接会場へ

- 体験会：24日(日)午後1時～1時40分・2時30分～3時10分

※詳細は、市内公共施設などで配布しているチラシ・市HPをご覧ください。

□主催 多摩北部都市広域行政圏協議会

□企画運営 多摩5美術展実行委員会

▶文化振興課 ☎042-420-2817

ほくっとまつり～北東部の農を通して地域を知ろう～

11月24日(日)
午前10時～午後1時30分(朝市は午前9時30分から)
文理台公園

北東部地域協力ネットワーク(ほくっとネット)が地域を元気にするイベントを開催します。今年は北東部の「農」をテーマに、新鮮野菜の朝市や地元野菜を使った屋台、野菜クイズのスタンプラリーなど、食べ、知って、楽しみながら地域が学べる内容です。

ほかに、地元の団体が出店する飲食やお楽しみブースなど、楽しい企画が盛りだくさん！

▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821



事業承継個別相談会

11月27日(水)
●午後1時30分 ●午後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を行います。

■事業承継・引継ぎについてお考えの中小企業経営者、市内の事業を引き継いで創業を検討している方など

■11月20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 ☎042-420-2819

☎042-420-2893 市HP

クリスマスリースを作ろう～緑のカーテンのつるの再利用～

11月28日(木)
午前10時～午後0時30分
エコプラザ西東京

毎年夏に実施しているエコプラザ西東京壁面の「琉球アサガオの緑のカーテン」のつるでリースを作ります。手づくりのリースで華やかにクリスマスの飾りつけをしましょう！

■在住・在勤・在学の方 ■10人(申込順) ■持筆記用具 ■11月7日(木)午前10時～14日(木)午後5時に電話で☎へ ☎エコプラザ西東京 ☎042-421-8585

▶環境保全課 ☎042-438-4042



作品例

多者協働のまちづくり2024

11月28日(木) 午後2時～4時30分
J: COMコール田無

「若者が積極的に参加できるまちづくり」をテーマに講演とパネルディスカッションを行います。パネラーとして市内で活躍する団体や学生の方も登壇します。まちづくりや若者参画に興味・関心がある方のご参加をお待ちしています。

■160人 ■湯浅誠さん(社会活動家)

■市民協働推進センターゆめこらぼ ☎042-497-6950

▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

講師の湯浅 誠さん

認知症サポーター養成講座

11月30日(土) 午後2時～3時30分
西原総合教育施設

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