

広報

3/1
No.599

令和7年(2025年)3月1日号



いこいな
©シンエイ/西東京市

にしとうきょう

寄り道したくなる
逸品に出会うまちめぐり。



西東京市
一店逸品事業

今年度は **84店** を認定！

皆さんのお気に入りのお店はいくつありますか？

まだまだ隠れた名店がたくさん。

こだわりの逸品に出会ってみませんか？



PR
親善大使
プロフィール

シチズン卓球部

シチズン時計(株)の唯一の実業団チーム。普段は西東京市の本社内にある卓球場で練習しており、創部50年を超える歴史と伝統のあるチーム。数々の名選手を輩出し、常に日本のトップステージにて活躍中。

写真左前列から時計まわりに、浅津選手、三部選手、上村選手、阿部選手

表紙を
撮影したのは…

NEW

ONE FOR ALL 西東京！

ONE FOR ALL 西東京は、医療・健康支援・地域交流施設として令和7年1月にオープン。クリニックや健康支援センターをはじめ、1階には撮影をした「地域交流スペース」があります。誰もが読書などで居心地よく過ごすことができ、乳幼児向けの絵本をそろえたキッズコーナーも併設。利用されてはいかがでしょうか。

また、4階および1階の一部には新しい文化芸術の拠点となる「西東京市民文化プラザ」が誕生。最大158人が利用できるスペース(4部屋同時利用の場合)があるほか、学習コーナーなどもあります。

問 ● 西東京市民文化プラザ ☎ 042-497-5115 ● ONE FOR ALL 西東京 ☎ 042-439-5125
▶ 文化振興課 ☎ 042-420-2817



あんしん暮らし情報

税・保険・年金

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がない・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・電動キックボード、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

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)・市民税課(防災・保谷保健福祉総合センター1階) ※年金事務所およびマイナポータルを利用した電子申請も可能です。 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



日本年金機構

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 3月7日(金) ●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ホール前 対 16～69歳の方 ※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 保 ☎042-438-4021

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1,600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受けるようにしましょう。

▶健康課 保 ☎042-438-4037

がん検診
精密検査の受診はお済みですか

がん検診の結果、精密検査の対象となっていた方で、検査の受け忘れはありませんか。がんだった場合、発見が早ければ早いほど治療できる可能性が高まります。受診がまだの方は速やかにお受けください。なお、手紙や電話で受診状況を確認させていただく場合がありますのでご了承ください。

精密検査の受診や検査などについてご不明な点がある場合は、下記へお問い合わせください。

▶健康課 保 ☎042-438-4037

風しんの追加的対策抗体検査・予防
接種の費用助成は3月31日(月)で終了

□実施期限 3月31日(月)まで

対 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方

※対象者の方にはクーポン券を送付しています。お手元がない方は3月24日(月)までに、下記へお電話ください。

※予防接種は、抗体検査の結果、接種が必要とされた方のみ

▶健康課 保

☎042-438-4021



市

くらし・環境

証明書コンビニ交付サービス停止

システムメンテナンスに伴い、下記の日程でコンビニ交付サービスが停止します。ご理解とご協力をお願いします。

時 3月10日(月)・11日(火)終日

対 市内外全ての店舗

□停止する証明書 全ての証明書

▶市民課 田 ☎042-460-9820

保 ☎042-438-4020

春の全国火災予防運動期間

3月1日～7日は、春の全国火災予防運動期間です。皆さんの防火防災行動力を高めてもらうことで火災の発生を防ぎ、万が一発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い生命と財産を守ることを目的としています。万が一のときに行動できるよう、自

宅の住宅用火災警報器の点検や消火器の配置場所、使用方法の確認、119番の正しい通報要領を確認しましょう。

東京消防庁では自宅や職場で初期消火や119番通報要領が学べるリモート防災訓練動画を公開しています。東京消防庁 保 や東京消防庁公式YouTubeチャンネル、アプリで見ることができます。

問 西東京消防署 ☎042-421-0119

▶危機管理課 保

☎042-438-4010

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 3月15日(土)午前9時30分～午後0時30分 場 保谷駅前公民館 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 対 8人(申込順) ※1人35分程度 申 3月12日(火)までに、電話で下記へ

□相談員 (一社)東京都建築士事務所協会

▶住宅課 保 ☎042-438-4052

市政

地区計画決定および都市計画
公園変更図書の縦覧

ひばりヶ丘駅北口西側地区地区計画の決定および西東京都市計画公園の変更(第2・2・10号ひばりが丘北四丁目公園の追加)について告示しましたので関係図書を縦覧します。

□地区計画決定図書の縦覧場所

都市計画課(保谷東分庁舎)

□都市計画公園変更図書の縦覧場所

みどり公園課(エコプラザ西東京)

▶都市計画課 保 ☎042-438-4050

▶みどり公園課 ☎042-438-4045

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。

※有瀬川工業所代表取締役 加藤幸恵様(リモデルトイレ)

※匿名(ギター)

知っておきたい 自転車の交通ルール

自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯 ④飲酒運転は禁止 ⑤ヘルメットを着用

令和6年11月1日の道路交通法改正

- ながらスマホ ●酒気帯び運転 などの罰則の強化

自転車の悪質運転に対する取締り強化自転車運転者講習制度

自転車の運転による交通の危険を防止するための講習制度で、3年以内に2回以上、自転車運転中に信号無視などの危険行為を行い、交通違反として取締りを受けた、または交通事故を起こして送致された者は、受講時間3時間、手数料6,000円の講習を受けなければなりません。受講命令に従わなかった場合は5万円以下の罰金となります。

▶交通課 保 ☎042-439-4435

市民課窓口が大変混雑します

混雑が予想される期間 3～4月中旬

時間に余裕をもってお越しいただき、特に混雑が予想される月・金曜日や祝日明けを避けるなど、混雑の緩和にご協力ください。

住民票異動届の手続期間

●市外への転出…2週間前(から(郵送・マイナンバーカードによるオンライン申請も可))

●市内への転入・市内転居…引っ越し後2週間以内(引っ越し前の受付は不可)

※手続時間の目安は 田 へ



郵送



マイナポータル

コンビニで住民票や印鑑登録証明書が取得できます

マイナンバーカードをお持ちの方は、窓口よりも100円安く取得できる証明書コンビニ交付サービスが利用できます。詳細は市 田 へ

※来庁の際は公共交通機関のご利用を

市庁舎駐車場は1時間を超えると有料です。

□待合状況公開サービス



田無庁舎



保谷庁舎

▶市民課

田 ☎042-460-9820

保 ☎042-438-4020

- ※(一社)東京馬主協会会長 森保彦 様
(玩具)
▶総務課 ☎ 042-460-9810
※柴田淳志 様(金員)
※竹島徹平 様(金員)
※森田博行 様(金員)
- ※山本泰寛 様(1万5,000円)
※吉田大泰 様(1万円)
※匿名1名(1万5,000円)
※トヨタモビリティ東京(株) 様(50万円)
▶秘書広報課 ☎ 042-460-9803

市議会議長、副議長が決まりました

2月10日から開催された令和7年第2回市議会臨時会で、佐藤公男議員(さとう・きみお、ひばりが丘在住)が議長に、大竹あつ子議員(おおたけ・あつこ、東町在住)が副議長にそれぞれ選任されました。
▶議会事務局 ☎ 042-460-9860



監査委員が決まりました

2月13日に開催された令和7年第2回市議会臨時会で、稲垣裕二議員(いながき・ゆうじ、富士町在住)が、議員の中から選任される監査委員として同意され、2月14日付で選任されました。任期は議員の任期です。
▶監査委員事務局 ☎ 042-460-9870



傍聴

審議会など

■教育委員会

時 3月9日(日)午後2時
場 田無庁舎5階
内／定 行政報告^{ほか}／10人
▶教育企画課 ☎ 042-420-2822

■スポーツ推進審議会

時 3月5日(水)午後6時30分
場 田無第二庁舎5階

内／定 スポーツ振興事業^{ほか}／5人
▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818

■建築審査会

時 3月12日(水)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) ☎ 042-438-4026

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。



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)	平日 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** 3月4日(火)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

※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	3月13日(水)・14日(金)・21日(金)午前9時～正午
		3月11日(火)・18日(火)・19日(水)午後1時30分～4時30分
交通事故相談	電話・対面	★3月6日(水) 午後1時30分～4時
		3月25日(火) 午前9時30分～正午
税務相談	電話・対面	3月12日(水) 午前9時～正午
		3月21日(金) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	★3月13日(水) 午後1時30分～4時30分
		3月28日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話・対面	★3月5日(水) 午前9時～正午
		★3月17日(月) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★3月5日(水) 午前9時～正午
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10日(月) 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14日(金) 午後1時30分～4時30分

入院期間中の紙おむつ代の助成申請

対象期間 令和6年11月1日～令和7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)

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…3月10日(月)～31日(月)に下記へ ※平日のみ
場 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…3月10日(月)～31日(月)(消印有効)に〒188-8666 市役所高齢者支援課へ

☐ **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」の写しが必要です。
- 紙おむつ助成金口座振込依頼書

類書

- 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。**はがきタイプの領収書をお持ちの方は注意してください。詳細は下記へ**

※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

※今年度最後の受付となります。令和6年3月～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(令和7年3月～6月入院分)は令和7年7月に予定。その際、令和7年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 ☎ 042-420-2810

一店逸品とは

西東京商工会では、モノやサービスなど個店独自のこだわりの「逸品」を認定し、入りたくなる店づくりへとつなげる「一店逸品事業」を実施しています。

HPはこちら



西東京市 一店逸品事業

こだわりの逸品84店を認定

- グルメ 買い物 サービス/体験

西部エリア

ひばりヶ丘駅を中心とした緑豊かな閑静な住宅街エリア

クラフトビール
21 Brew Cave
谷戸町 1-23-7
☎070-8379-7586

世界のトップBOX
ChanQ Coffee
谷戸町 2-10-1-1F
☎042-457-1214

手作リメンチ
あかねや
谷戸町 2-10-2
☎042-422-0558

中華居茶ノス
谷戸町 3-23-18-1F
☎042-423-1571

ロクトショクドウ
芝久保町 5-10-64 多摩新科学館
☎042-497-6304

ワイン酒場いちぞう
ひばりが丘 1-3-2 永山ビル2F
☎042-439-8691

まのち-cafe
ひばりが丘 2-8-5

ペーカリーカフェ ペーカリービヨビ
芝久保町 2-9-3
☎042-421-2738

ニッシンエレクトロ株式会社
芝久保町 4-4-32
☎042-465-9321

こんべい陶
上三軒の森マンション1階
☎042-458-5610

月曜弁当
ひばりが丘 2-8-15
☎080-6656-3756

白レーの香り煮
谷戸町 2-8-15
☎080-6656-3756

タタミショップ新幸
芝久保町 5-2-20
☎042-469-6848

HIGH ROOF TOKYO
芝久保町 5-2-17-8
☎042-428-0280



北東部エリア

保谷駅を中心に市を縦につなぐ都市農業が盛んなエリア

プチ果房ヴァリエ
保谷町 2-12-27
☎042-467-0285

中華料理 曉
保谷町 ララジョン1F D号
☎042-450-2866

杜鰍の天ざるそば
朝日屋 そば店
東町 2-15-26
☎042-421-5266

菓子工房KIQCHI
東町 ララジョン110号
☎042-425-3818

ジャム工房
保谷町 2-12-27
☎042-467-0285

パティスリーザルダンヴェール
保谷町 3-23-18-1F
☎042-439-8039

武蔵野肉汁うどん 金勝雲
保谷町 4-3-30 JCBビル1F
☎042-421-6066

DecaCoffeeStand toMe.
下保谷 4-11-8 プチコーポ南
☎042-439-9088

工務みち
保谷町 2-9-4
☎042-463-7898

シード焼きそば
チャイナ倶楽部 旬
保谷町 スタービル2階
☎042-423-9311

エニタイムオオセキ
東町 4-13-23
☎042-423-5181

岡庭建設株式会社
保谷町 1-13-11
☎042-468-1166

上田鍼灸整骨院
保谷町 4-1-30
☎042-421-2493

株式会社ひらまつ
東町 1-15-34
☎042-421-5053

TOHNO DANCE STUDIO
保谷町 4-3-30 JCBビル1F
☎042-421-6066

ごるふの時間-ひばりが丘店
保谷町 4-11-8 プチコーポ南
☎042-439-9088

このステッカーが目印!



市内ちよこつと乗りにも便利! はなバス情報



市内をつなぐコミュニティバスは、明るく夢のあるまちにしたいと願いを込めて運行中。運行ルートは5つあるので、市で時刻表と併せてチェックを。

■料金
中学生以上...150円
子ども...100円

時刻表はこちら

南部エリア

田無行倉があり、新旧あわせもつ隠れた店舗の多いエリア

玉川屋
南町 1-12-22
☎042-461-8850

ダイニング酒場 寅さん
南町 4-3-10
☎042-452-5689

自家製チーズケーキ
ヤナカフェ西東京
南町 2-13-9
☎042-452-9114

おべんとう道
南町 1-3-10
☎042-430-6122

一丸中華そば
南町 6-4-3 宮澤ビル1F
☎042-469-3278

ぶどう食パン
フクスターショップ/石原ビル1F
☎042-452-6565

コーヒースタッフ
南町 6-1-2 ミサカビル102
☎042-467-2958

ふしみだんご
東伏見 2-6-2 ミサカビル102
☎042-468-8522

ここも助産所
南町 2-1-13
☎042-478-6793

あおさやAosaya
南町 1-15-10
☎070-3898-8686

中部エリア

市内中央部に位置し、3駅をつなぐ商店・飲食店が多いエリア

手づくりハム工房カッセル
田無町 2-1-1 アスタB1
☎042-460-2986

パティスリームッシュエム
田無町 2-1-1 アスタB1
☎042-460-2900

有(有)志井菓子店
田無町 2-1-1 アスタB1
☎042-460-2220

伊太利料理 武蔵野食堂
田無町 4-3-13
☎042-451-2855

ケーキファクトリースマイル
田無町 4-17-18 ミルビル1F
☎042-497-6120

中国家庭料理 花屋 田無店
田無町 4-24-1 KHouse3-1F
☎042-451-8852

手打ちそば 砂場(田無町 北口駅前)
田無町 4-25-1
☎042-463-8717

油そば
南町 5-3-6
☎080-2044-9243

バターサンド各種
おべんとう道
南町 1-3-10
☎042-430-6122

チーズケーキ
インドライククナン
田無町 4-26-8
☎042-446-6804

武蔵野菓子工房 田無本店
田無町 4-29-1 KHouse5-1F
☎042-468-0218

レストランけんぞう
田無町 6-16-13
☎042-465-0300

パン・アイス・デザート
株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

アジュール
保谷町 3-22-4
☎042-466-0612

株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

ピルカ
保谷町 3-24-25
☎042-452-9437

Nyam Nyam Cafe
保谷町 3-26-14 MBCビル1F
☎042-451-3099

黒胡椒
保谷町 5-16-3
☎042-439-8151

手創りかばん工房クラフ
保谷町 3-10-16
☎042-461-0752

橋本商店
保谷町 3-11-25 リアC
☎042-427-0812

オリジナル帆布かばん
合同会社さわはた量屋
保谷町 3-12-15
☎042-422-9103

東部エリア

市を縦につなぐ都市農業が盛んなエリア

カレーとデミ カサネヤ
保谷町 2-2-3 スカイビル1F
☎042-427-5046

屋敷ジャイアン田無本店
田無町 2-9-1
☎042-459-3611

黒花居茶ノス
保谷町 4-24-1 KHouse3-1F
☎042-451-8852

手打ちそば 砂場(田無町 北口駅前)
田無町 4-25-1
☎042-463-8717

油そば
南町 5-3-6
☎080-2044-9243

バターサンド各種
おべんとう道
南町 1-3-10
☎042-430-6122

チーズケーキ
インドライククナン
田無町 4-26-8
☎042-446-6804

武蔵野菓子工房 田無本店
田無町 4-29-1 KHouse5-1F
☎042-468-0218

レストランけんぞう
田無町 6-16-13
☎042-465-0300

パン・アイス・デザート
株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

アジュール
保谷町 3-22-4
☎042-466-0612

株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

ピルカ
保谷町 3-24-25
☎042-452-9437

Nyam Nyam Cafe
保谷町 3-26-14 MBCビル1F
☎042-451-3099

黒胡椒
保谷町 5-16-3
☎042-439-8151

手創りかばん工房クラフ
保谷町 3-10-16
☎042-461-0752

橋本商店
保谷町 3-11-25 リアC
☎042-427-0812

オリジナル帆布かばん
合同会社さわはた量屋
保谷町 3-12-15
☎042-422-9103

天翔 ~amakakeru~
南町 5-3-5 サウスビル201
☎090-3202-2525

三幸自動車株式会社
南町 1-15-21
☎042-461-2775

浅津選手

金魚のぼろろ
保谷町 1-3-3
☎042-461-6063

田無/パーソナル コアライン
保谷町 2-19-8 2F
☎042-469-1170

Good! いすまろ
保谷町 2-15-6 1F
☎042-461-0364

パン・アイス・デザート
株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

アジュール
保谷町 3-22-4
☎042-466-0612

株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

ピルカ
保谷町 3-24-25
☎042-452-9437

Nyam Nyam Cafe
保谷町 3-26-14 MBCビル1F
☎042-451-3099

黒胡椒
保谷町 5-16-3
☎042-439-8151

手創りかばん工房クラフ
保谷町 3-10-16
☎042-461-0752

橋本商店
保谷町 3-11-25 リアC
☎042-427-0812

オリジナル帆布かばん
合同会社さわはた量屋
保谷町 3-12-15
☎042-422-9103

浅津選手

金魚のぼろろ
保谷町 1-3-3
☎042-461-6063

田無/パーソナル コアライン
保谷町 2-19-8 2F
☎042-469-1170

Good! いすまろ
保谷町 2-15-6 1F
☎042-461-0364

パン・アイス・デザート
株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

アジュール
保谷町 3-22-4
☎042-466-0612

株式会社 保谷納豆
保谷町 3-22-10
☎042-394-6600

ピルカ
保谷町 3-24-25
☎042-452-9437

Nyam Nyam Cafe
保谷町 3-26-14 MBCビル1F
☎042-451-3099

黒胡椒
保谷町 5-16-3
☎042-439-8151

手創りかばん工房クラフ
保谷町 3-10-16
☎042-461-0752

橋本商店
保谷町 3-11-25 リアC
☎042-427-0812

オリジナル帆布かばん
合同会社さわはた量屋
保谷町 3-12-15
☎042-422-9103

3月の人権・身の上相談のご案内

3/13(木)・26(水) ●午前9時～正午
●午後1時～4時

場 田無庁舎2階 申 3月3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 田
☎042-420-2821

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、電話が混み合いに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 5時～9時
2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	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎042-464-3226	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
9日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	石川クリニック 保谷町2-6-1 ☎042-464-1550	

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		
2日	黒川歯科医院 南町5-5-13 IBSビル2階 ☎042-463-2745	9日	神田歯科医院 緑町3-5-30 ☎042-466-3234



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
3月4日 産婦人科 11日 整形外科 18日 眼科 25日 神経内科

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

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」
～話してみよう 糸口みつけるから～

LINE相談

LINEアカウント「こころHale・Hale@西東京市」

時 毎週(水)・(日)午後6時～10時(受付：午後9時30分まで)

対 おおむね18～39歳 ※臨時増設期間として3月16日 友だち追加
(日)～21日(金)は6日間連続で開設

LINEアカウント「相談ほっとLINE@東京」

時 毎日午後3時～11時(受付：午後10時30分まで)

電話による特別相談

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 毎日正午～翌日午前5時30分 ※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。※詳細は東京都保健医療局 HPへ

ホームページ

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、お住まいの地域に応じた相談窓口を検索できるHPです。

図書館

図書館で「出会いの一冊」をテーマとした共催展示を行います。

時 3月1日(土)～29日(土) 場 市内全図書館

▶健康課 保 ☎042-438-4037

展示のようす



のびのび 子育て



福祉・健康

3～4カ月児健康診査

時 3月6・27日(休) 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 3月17日(月) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 1～1歳3カ月の子どもと保護者 申 3月12日(水)までに、申込フォームから
▶健康課 保 ☎042-438-4037

市HP

2歳児すくすく相談会

時 3月11・25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 3月5・19・26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

個別育児相談会

時/場 ①3月10日(月)/防災・保谷保健福祉総合センター2階 ②3月28日(金)/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 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 定 各25組(申込順) 申 ①は3月6日(休)までに電話 ②は3月24日(月)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

時 ①3月7日(金)午後1時30分～5時 ②3月14日(金)午後1時30分～5時 場 教育支援課(田無第二庁舎4階) 内 言語聴覚士による相談(①臨時開催 ②定例開催) 対 5～12歳ぐらい 定 各回14人(申込順) ※1人15分程度 申 3月3日(月)午前9時から、電話で下記へ ※予約制 ※詳細は市HPへ
▶教育支援課 田 ☎042-420-2829

市HP

お口の健康支援室

時 3月18日(火)午後1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

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 定 10組(申込順) 申 前日までに電話
▶健康課 保 ☎042-438-4037

手当助成・補助

認可外保育施設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3～5歳児であること ②①の子どもが認可保育所、地域型保育事業所、認定子ども園または幼稚園を利用していないこと ※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 令和6年10月～令和7年3月

申 3月11日(火)～31日(月)に、申請書に領収書などを添付し〒188-8666市役所幼児教育・保育課へ郵送または持参(田無第二庁舎2階)

※詳細は市HPへ

▶幼児教育・保育課 田
☎042-497-4926

市HP

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)と月決めて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子ども園(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

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

※詳細は市HPへ

▶幼児教育・保育課 田
☎042-497-4926

市HP

□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



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

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と子どもを預かる方(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 ● 3月8日(土)午前10時～正午／田無総合福祉センター ● 3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) ※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 問ファミリー・サポート・センター

事務局 ☎042-497-5079

▶幼児教育・保育課 田

☎042-452-6777

ファミリー学級・2日制 第1コース
～初めて父親・母親になる方のための教室～

時 1日目：4月5日(土)午前9時30分～午後0時15分 2日目：4月18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 対 在住で初めて父親・母親になる方(対象出産予定日：7月1日～8月24日) 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 3月7日(金)～21日(金)に、申込フォームから

▶健康課 保

☎042-438-4037



市 田

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 4月2日(水)午前9時15分～10時15分・10時30分～11時30分、17日(木)午前9時15分～10時15分・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～20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

問 基幹相談支援センターえぼく

☎042-452-0075

▶障害福祉課 田

☎042-420-2805



市 田

令和7年度 健康体操教室(前期)

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 ※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 3月1日(土)～7日(金)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)

※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)

※利用証のない方は、身分証明書(マイナンバーカードなど)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 田

☎042-420-2812

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 31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 21人
		E	午前10時40分	
	第1～4(金)	F*	午後 1時40分	15人
下保谷福祉会館 ☎042-422-8338	第1～4(月)	G	午後 2時40分	21人
		A*	午後 1時20分	
		B	午後 2時20分	
	第1～4(金)	C	午後 3時20分	各 20人
		D	午前 9時40分	
		E	午前10時40分	
新町福祉会館 ☎0422-55-1781	第1～4(月)	F	午前11時40分	各 30人
		A	午前 9時40分	
		B	午前10時40分	
	第1～4(木)	C	午前11時40分	各 19人
		D*	午後 1時40分	
		E	午後 2時40分	
富士町福祉会館 ☎042-465-9350	第1～4(火)	F	午前11時40分	各 14人
		A	午前 9時40分	
		B	午前10時40分	
	第1～4(金)	C*	午前11時40分	各 27人
		D	午前 9時40分	
		E	午前10時40分	
ひばりが丘福祉会館 ☎042-424-0262	第1～4(月)	F	午前11時40分	各 27人
		A*	午後 1時40分	
		B	午後 2時40分	
	第1～4(木)	C	午前 9時40分	各 21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* 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	
	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	

*は他の教室より、ゆっくりした動きの教室
(おおむね75歳以上の方を対象)

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 6日(木)・20日(祝)午前11時／1～2歳児と保護者 ※6日はわらべうたの時間になります。
- おはなし会 6・13日(木)・20日(祝)・27日(木)午後3時30分／3歳児から
- サンサンおはなし会 16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) 2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 14・28日(金)午前11時／1～2歳児と保護者 ※14日はわらべうたの時間になります。
- おはなしひろば 14・28日(金)午後4時／3歳児から
- おはなしのへや 1・15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 12日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなし会 6・13日(木)・20日(祝)・27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 5・19日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなし会 12・26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 7・14日(金)午前11時／1～2歳児と保護者 ※7日はわらべうたの時間になります。
- おはなしひろば 5・19・26日(水)午後3時30分／3歳児から
- わくわくドキドキ紙芝居 8日(土)午前10時30分／どなたでも

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 7・14・28日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 19日(水)午後4時／3歳児から
- おはなしひろばサタデー 8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 6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 5日(水)午後3時30分／新町児童館／3歳児から

おでかけおはなし会

- 田無児童館 5日(水)午後1時30分／3歳児から
- のどかひろば 7日(金)午前10時30分／1～3歳児と保護者
- 田無柳沢児童センター 12日(水)午後3時／3歳児から
- ピッコロひろば 13日(木)午前10時30分／1～3歳児と保護者
- 芝久保児童館 19日(水)午後3時／3歳児から

各館の休館日

3・10・17・24・31日(月)

※芝久保・谷戸図書館は、20日(祝)も休館
※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、21日(金)も休館
※ひばりが丘図書館は、4日(火)～6日(木)、特別整理休館
※柳沢図書館は、11日(火)～13日(木)、特別整理休館

■お詫びして訂正します

市報2月15日号 4・5面掲載の「デジ図書とは？」の記事における、専用機器の名称の表記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)プレクストーク

わくわく

催し

インドアモルック体験会

3月11・18・25日(火)

午前10時～午後1時(受付:9時30分から)きらっと

最近人気上昇中のモルックですが、今回は室内で行えるインドアモルックを使って体験会を実施します。

ルールはモルックと呼ばれる棒を投げて、スキttlと呼ばれる1から12の数字が書いてある棒を倒し、既定の点数を目指します。一般的なモルックとは異なり、室内用で軽く柔らかい素材のため、老若男女どなたでも楽しめます。

対 在住・在勤・在学でモルックに興味のある方 持 室内用運動靴 定 各日30人(申込順) 申 3月3日(月)から、電話またはメールで氏名・年齢・連絡先を 問 へ

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

☒ nishitokyotaikyo@atbb.ne.jp

▶ スポーツ振興課 田 電 042-420-2818

障害者サポーター養成講座(中級編)

3月22日(土) 午後2時30分

谷戸公民館

参加・体験型の内容で開催する講座です。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

対 初級編受講者 持 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 申 前日までに電話で 問 へ

問 (福)さくらの園・カノン 電 042-452-7062 (火)～(土)午前9時～午後5時

▶ 障害福祉課 田 電 042-420-2804

事業承継個別相談会

3月26日(火) ※各回完全予約制

●午後1時30分 ●午後3時

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。

対 事業承継・引継ぎについて考えている中小企業経営者、市内の事業を引き継いで創業を検討している方など 申 3月19日(火)までに、市 田 内のチラシ兼申込書に必要事項を明記し、電話またはファクスで下記へ

▶ 産業振興課 田

電 042-420-2819

☎ 042-420-2893



市 田

女性のための腹筋・ヒップアップトレーニング(保育あり)

3月27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 3月24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 田 電 042-438-4037

☒ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

しゃきしゃき体操パート1講座

3月28日(金) 午前10時～11時30分

田無総合福祉センター

対 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人以上で出張講座可(平日午前9時～午後5時、会場はご用意ください)

▶ 健康課 田 電 042-438-4037

身近なものを素敵にリメイク!～デコパージュの楽しみ～

3月29日(土) 午後1時30分～3時30分

エコプラザ西東京

身近なもの・使わなくなったものを装いも新たにリメイクする、デコパージュの技法を体験しながら学べます。

対 在住・在勤・在学中で中学生以上の方 定 8人(申込順) 料 300円(材料費) 講 三宅里江さん(デコパージュ講師) 持 持ち帰り用の手提げ袋 申 3

月5日(火)午前11時～27日(木)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 電 042-421-8585(午前9時～午後5時)・☎ 042-421-8586・☒ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶ 環境保全課 電 042-438-4042

ENJOYニュースポーツ
ボッチャ&インドアモルック春の交流会!

3月30日(日)

午前9時30分～11時30分(受付:9時15分)きらっと

人気のスポーツボッチャとインドアモルック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、どなたでも参加できます。

内 ●ボッチャ…ボールをいかに標的に近づけるかを競います。 ●インドアモルック…モルック(投げる棒)を投げて数字が書いてあるスキttl(倒す棒)を倒して目標点を目指します。

対 在住・在勤・在学中で小学生以上(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3～4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 3月12日(火)(消印有効)までに、市 田

市 田

内にある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・電話番号を明記し、〒188-8666市役所スポーツ振興課へ

▶ スポーツ振興課 田

電 042-420-2818



市 田

手話講習会

①初級クラス: 4月8日から毎週火曜日午後7時～9時(全36回)

②中級クラス: 4月8日から毎週火曜日午後2時～4時(全36回)

③上級クラス: 4月11日から毎週金曜日午後7時～9時(全36回)

④試験対策クラス: 4月10日から毎週木曜日午後2時～4時(全32回)

障害者総合支援センターフレンドリー

市の登録手話通訳者を養成する講習会を開催します。

対 / 定 在住で下記に該当する方 ①

手話未経験者 / 30人(申込多数は抽選) ※受講決定者は3月16日(日)午前中に面接あり ②初級修了者(要修了証)

／若干名 ③中級修了者(要修了証)／若干名 ④通訳養成修了者(要修了証)／若干名 申 3月1日(土)～10日(月)に、

メールで住所・氏名・連絡先を 問 へ

問 手話講習会運営委員会事務局

☒ nishitokyoshi.shuwakou@gmail.com

▶ 障害福祉課 田 電 042-420-2804

3/4(火) 正午ごろから 市公式LINEがもっと便利に

主な変更点

- メニューの防災情報を拡充
- 受信設定カテゴリごとに右表の頻度(曜日)で配信
- 「安全・安心(防犯・防災)」のカテゴリに市内の不審者情報などの配信を開始

この機会に友だち追加や受信設定の見直しをお願いします。

※詳細は市 田 へ



友だち追加



市 田

▶ 秘書広報課 田

電 042-460-9804

受信設定カテゴリ	配信頻度
緊急情報 *	随時
市報発行情報 *	毎月2回
市政情報	毎週(月)
子育て(未就学)	毎週(木)
子育て(小中学生)	毎週(木)
子育て(高校生以上)	毎週(木)
健康(各種検診等)	毎週(火)
福祉(高齢・障害・生活援助等)	毎週(火)
安全・安心(防犯・防災)	随時
イベント(子ども向け)	毎週(火)・(金)
イベント(大人向け)	毎週(火)・(金)
新型コロナウイルス感染症	毎週(火)
ごみ・環境	毎週(土)
市内のできごと	毎週(日)
市長からのメッセージ	随時

*友だち全員配信

※原則正午に投稿します。定期通信や市報発行情報は午後6時に投稿します。配信する情報がない場合は、その回の配信はありません。 ※急いでお知らせする必要がある配信は随時配信します。

下野谷遺跡
国史跡指定

10th

3/10(月) 下野谷遺跡
国史跡指定10周年!下野谷遺跡国史跡
指定10周年記念
現地解説会

3/16(日)

●午前10時～11時
●午後2時～3時
場 したのや縄文の里

※当日、直接会場へ ※荒天中止
●当日連絡先 電 090-2520-3996



市 田

「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」をデジター版・CD版でお聞きになれます。
詳細は、谷戸図書館 電 042-421-4545へお問い合わせください。

公式
LINEそのほか
公式SNS

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。VEGETABLE
OIL INK