



広報

# 西東京



発行/西東京市 編集/秘書広報課  
配布/シルバー人材センター  
電話 042-428-0787  
(不配のお問い合わせ先)

詳細はホームページで

西東京市Web

検索

公式

LINE



そのほか

公式SNS



## 新春対談

NPO団体

MURP

西東京市 市長

池澤 隆史

# 地域活動を通じて平和につなげる

市内で活動するMURPの中心メンバーに地域活動の思いを語っていただきました。



対談は4・5面へ



賀 新年  
謹

ともにみらいにつなぐ

西東京市長 池澤 隆史



あけましておめでとうございます。

令和6年の年頭にあたりまして、市民の皆様へ謹んで新春のお慶びを申し上げますとともに、日頃より、市政にご理解とご協力をいただいておりますことに、心から感謝を申し上げます。

昨年は、世界中で猛威を振るった新型コロナウイルス感染症が5類へと移行し、市民生活が徐々に戻っていく一方で、依然として続くロシアによるウクライナ侵攻やイスラエル・パレスチナ情勢など、平和の大切さを改めて痛感する一年でありました。

一方で、エネルギーや食料品などの物価が高騰し、市民生活に影響を及ぼす一年でもあり、市では、市民の皆様、事業者の皆様、議会の皆様のご意見やご要望をお聴きしながら、補正予算を編成し、迅速に対応を図ってまいりました。

本年は昨年に引き続き、「次世代への責任ある選択」の考えに基づき、SDGsの理念を念頭に置きつつ、「子どもがど真ん中の施策」「ゼロカーボンシティ宣言に基づく環境施策」「恒久平和への願いを市民と共に取り組む施策」をさらに実効性のある取組として進めてまいります。

令和6年度からは、第3次基本構想・基本計画が新たにスタートいたします。基本理念を「ともにみらいにつなぐ やさしさといいの西東京」として、目指すべき6つの基本目標の実現に向けて、これまでの取組をベースにさらに発展させてまいります。

特に、みらいにつなぐ仕組みづくりとして、若者が本市のまちづくりに積極的に参画し、ともに地域課題の解決に向け取り組むなど、基本理念に込めた思いを一つ一つの施策で実現することを目指してまいります。

今を生きる私たちが、「未来のために今できること」にしっかりと目を向け、次世代への責任ある選択を行うことで、「子どもがど真ん中のまちづくり」を実現し、住みたいまち、住み続けたいまち西東京市のさらなる発展に尽くしてまいります。

結びに、市民の皆様のご健勝とご多幸を祈念いたします。新年の挨拶といたします。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



市長動画メッセージ



# 市からの 連絡帳

**1月は、市・都民税普通徴収  
第4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

## 税・保険・年金

### 市税の夜間納付相談窓口

時 1月9日(火)・11日(休)午後8時<sup>まで</sup>  
場 納税課(田無庁舎4階)  
内 市税の納付および相談、納付書の再発行<sup>等</sup>  
▶納税課 田 042-460-9832

### 国民健康保険料の 産前産後期間の免除制度

国民健康保険加入者の方が出産した際に、産前産後の一定期間の国民健康保険料が免除されます。

#### □産前産後期間

出産予定月または出産月の前月から4カ月相当分を国民健康保険料の年額から減額します。なお、多胎妊娠の場合は出産予定月または出産月の3カ月前から6カ月相当分を減額します。  
※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(死産・流産・早産・人工妊娠中絶の場合を含む)。  
※令和6年1月分以降の国民健康保険料が減額対象です。

**対**産前産後期間に国民健康保険加入者で、出産日が令和5年11月1日以降の方

#### □届出時期

●出産予定日の6カ月前<sup>から</sup> ●出産後  
**持**●本人確認できるもの(運転免許証・パスポート・マイナンバーカード<sup>など</sup>)  
●母子健康手帳  
※出産後の届け出で、母子が別世帯の場合は出生証明書など出産日および親子関係を明らかにする書類  
**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)  
▶保険年金課 田 042-460-9822

### 国民年金保険料の 産前産後期間の免除制度

国民年金第1号被保険者の方が出産をした際に、産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。免除として認められた期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

#### □産前産後免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。  
※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(死産・流産・早産された方を含む)。

**対**産前産後免除期間に国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方

#### □届出時期

●出産予定日の6カ月前<sup>から</sup> ●出産後  
**持**●本人確認できるもの(運転免許

証・パスポート・マイナンバーカード<sup>など</sup>)  
●母子健康手帳  
※出産後の届け出で、被保険者と被保険者が出産した子が別世帯の場合は出生証明書など出産日および親子関係を明らかにする書類  
**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)  
**問**武蔵野年金事務所 田 0422-56-1411 (ナビダイヤル)  
▶保険年金課 田 042-460-9825

## くらし

### 南町自転車等保管所の閉鎖

南町自転車等保管所は、令和5年12月28日をもって閉鎖となり、1月4日(休)から柳沢自転車等保管所に集約して保管します。

#### ◆柳沢自転車等保管所

田 042-466-8100  
時(土)・年末年始を除く毎日  
午後1時～6時

#### □撤去保管料

●自転車：2,000円  
●原付バイク：3,000円  
▶交通課 保 042-438-4057



### 生産緑地地区の変更図書の縦覧

西東京都市計画生産緑地地区の変更について告示しましたので、関係図書を縦覧しています。

▶都市計画課 保 042-438-4050

### 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 ①1月10日(休)午後2時～5時 / 保谷東分庁舎 ②1月13日(土)午前9時30分～午後0時30分 / イングビル  
**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**①1月5日(金) ②1月10日(休)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



## 募集

### 保育園保育推進員

□募集人数 7人程度  
□勤務地 市内公設公営保育園  
□任用期間 2月1日(木)～3月31日(日)  
□報酬 有資格者：時給1,480円  
□応募資格 保育士資格  
□募集期間 1月15日(月)<sup>まで</sup>  
▶幼児教育・保育課 田 042-452-6777

## 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。  
\*東学童クラブ保護者会 様(テレビ・ブルーレイプレーヤー・ヒブス<sup>ほか</sup>)  
▶総務課 田 042-460-9810

## 傍聴

- 審議会など**
  - スポーツ推進審議会
 時 1月10日(休)午後6時30分  
場 田無第二庁舎5階  
内/定 スポーツ推進計画<sup>ほか</sup> / 5人  
▶スポーツ振興課 田 042-420-2818
  - 文化芸術振興推進委員会
 時 1月11日(休)午後5時  
場 イングビル  
内/定 第3期文化芸術振興計画について<sup>ほか</sup> / 5人  
▶文化振興課 田 042-420-2817
  - 地域自立支援協議会計画策定部会
 時 1月15日(月)午後6時30分  
場 田無第二庁舎4階  
内 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<sup>ほか</sup>  
**定**5人  
▶障害福祉課 田 042-420-2804
  - 環境審議会
 時 1月17日(休)午後6時  
場 田無庁舎5階  
内/定 環境基本計画答申案 / 5人  
▶環境保全課 田 042-438-4042
- 使用料等審議会
 時 1月17日(休)午前10時  
場 田無庁舎3階  
内 使用料・手数料等の適正化  
**定**5人
- 行財政改革推進委員会
 時 1月18日(休)午後2時  
場 田無庁舎3階  
内/定 第5次行財政改革大綱策定に向けた検討 / 5人  
▶企画政策課 田 042-460-9800
- 建築審査会
 時 1月18日(休)午後2時  
場 保谷東分庁舎  
内 建築基準法に基づく同意<sup>ほか</sup>  
**定**5人  
※一部非公開  
▶建築指導課 保 042-438-4026
- 国民健康保険運営協議会
 時 1月19日(金)午後7時  
場 田無庁舎5階  
内/定 令和6年度国民健康保険料のあり方 / 5人  
▶保険年金課 田 042-460-9821

## 1月の人権・身の上相談のご案内

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。  
時 1月11日(木)・24日(休)午前9時～  
正午・午後1時～4時  
場 田無庁舎2階  
**申**1月4日(木)から電話で下記へ  
▶協働コミュニティ課 田 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 1月4日(休)午前8時30分(★印は、12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

※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 田 042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	1月19日(金)・24日(休)・25日(休)午前9時～正午
		1月17日(休)・22日(月)・26日(金)午後1時30分～4時30分
交通事故相談	電話・対面	★1月5日(金) 午後1時30分～4時
		1月23日(火) 午前9時30分～正午
税務相談	電話・対面	1月19日(金)・23日(火) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	★1月11日(木) 午後1時30分～4時30分
		1月26日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話・対面	★1月15日(月) 午前9時～正午
		★1月18日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★1月15日(月) 午前9時～正午
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	電話・対面	※1月15日号でお知らせします。
行政相談	電話・対面	★1月10日(休) 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	★1月12日(金) 午後1時30分～4時30分



## 各種教室「はじめてのスマホ教室」



スマートフォンの使い方に関する初心者向けの教室です。  
**時/場** 下表参照  
**対** 在住の60歳以上でスマートフォンを持っていないまたは使い慣れていない方  
**定** 各10人程度(申込多数は初めての方を優先し抽選)  
**申** 1月12日(金)午後5時(必着)までに、往復はがきで希望講座番号・住所・氏名・年齢・電話番号・福祉会館または老人福祉センター利用証の有無を

〒188-0011田無町5-5-12西東京市社会福祉協議会福祉支援課へ  
**問** 社会福祉協議会 ☎042-497-5136  
 ▶高齢者支援課 ☎042-420-2812



講座番号	会場	日時
スマホ①	新町福祉会館	2月5日(月)午前9時30分～11時30分
スマホ②	富士町福祉会館	2月5日(月)午後2時～4時
スマホ③	下保谷福祉会館	2月6日(火)午前9時30分～11時30分
スマホ④	ひばりが丘福祉会館	2月6日(火)午後2時～4時
スマホ⑤	田無総合福祉センター	2月7日(水)午前9時30分～11時30分
スマホ⑥	住吉老人福祉センター	2月7日(水)午後2時～4時

## ！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

### 正月朝湯・1月の薬湯

気分も新たに朝湯につかり、一年の計を立ててみませんか。  
**時/場** 1月2日(火)  
 ●ゆパウザ 午前8時～午後1時  
 ●みどり湯 午前8時～午後2時  
 ●庚申湯 午前9時～午後2時  
 ※入浴料は通常料金  
**□1月の薬湯～正月 南天の湯～**  
 南天は「難を転じて福となす」といわれ、縁起が良く漢方の妙薬として、喉・足腰の痛みなどに良いといわれています。  
**時/場** 1月7日(日)／上記各公衆浴場  
 ※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)  
**問** 西東京市公衆浴場会  
 庚申湯 ☎042-465-0261

**□東京消防庁災害時支援ボランティア**  
 東京消防庁管下に震度6弱以上の地震や大規模な自然災害などが発生した場合、消防署に参集して消防活動の支援を行う事前登録制の専門ボランティアです。登録要件や活動内容についてはお問い合わせください。  
**問** 西東京消防署 ☎042-421-0119

**東京税理士会東村山支部による無料申告相談(完全予約制)**  
**時** 2月7日(水)・8日(木)・9日(金) 午前9時30分～午後3時30分  
**場** 防災・保谷保健福祉総合センター6階  
**内** 次の申告書の作成と提出  
 ●小規模納税者の所得税および復興特別所得税・個人消費税  
 ●年金受給者ならびに給与所得者の所得税および復興特別所得税  
 ※提出のみの方は、〒189-8555東京都東村山市本町1-20-22東村山税務署へ郵送または直接窓口へ  
 ※詳細は国税庁☎をご確認ください。  
**申** 1月10日(水)から各相談実施日の3日前までに次の方法で申込  
 ●事前申込専用番号(☎03-6745-6353)へ  
**問** 東村山税務署個人課税部門 ☎042-394-6811

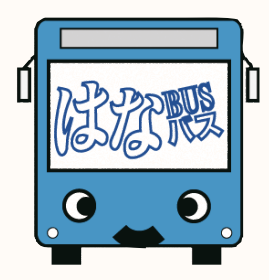
### 防災とボランティア週間

毎年1月17日は「防災とボランティアの日」、1月15日から21日までは「防災とボランティア週間」です。災害発生後における自主的な防災活動やボランティア活動の認識を深め、災害への備えを充実強化することを目的としています。  
 多摩東部を震源とする地震が発生した場合、条件によって西東京市は多摩地区で最も火災による被害が大きくなると予想されています。

## はなバス敬老回数券購入時の確認書類の変更

はなバス敬老回数券を営業所・案内所で購入するときに提示する書類を、1月1日(祝)(案内所は1月4日(木))から変更します。  
**□変更前**  
 後期高齢者医療被保険者証  
**□変更後**  
 後期高齢者医療被保険者証・マイナンバーカード・運転免許証<sup>※</sup>(住所と生年月日が確認できる官公庁が発行する身分証明書)  
 ※はなバス車内での購入は、これまで

どおり後期高齢者医療被保険者証の提示が必要です。  
 ▶交通課 ☎042-439-4435



## 地球温暖化対策

### 海の森「ブルーカーボン」海洋生態系～ブルーカーボンが地球を救う～



ブルーカーボンとは、海域の生物が吸収・貯留したCO<sub>2</sub>のことで、2009年に国連環境計画により定義された言葉で、陸域の生物が吸収・貯留したCO<sub>2</sub>のグリーンカーボンとは区別されています。この講座では、横浜市でブルーカーボン事業として「コンブの養殖」で海の環境浄化に取り組んでいる講師から、ブルーカーボンの生態系のメカニズムを学びます。  
**時** 1月20日(土)午後1時30分～3時30分  
**場** エコプラザ西東京  
**対** 在住・在勤・在学の18歳以上の方

**定** 20人(申込順)  
**講** 小笠原伸一さん(特非)アジア環境整備機構 副理事長  
**持** 筆記用具  
**申** 1月8日(祝)午前11時～18日(休)午後5時までに、電話・メールで、講座名・氏名・住所・電話番号・年齢を**問**へ  
 ※受付開始時間より前の電話やメールは無効になりますのでご注意ください。  
**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

## 市民会館跡地新施設の文化施設名称投票受付中!

市民会館跡地に建設中の建物について、その一部は公共施設(文化施設)として令和6年12月オープン予定です。  
 先日募集した文化施設部分の名称について、1月14日(日)まで投票を

行っています。下記のQRコードまたは市☎から投票ください。  
 ▶文化振興課 ☎042-420-2817  
 投票フォーム



## 「はたちの献血」キャンペーン

20歳の若者を中心とした市民の皆さんに、かけがえのない生命を守る血液の必要性を知ってもらうため、西東京市献血推進協議会によるキャンペーンを実施します。次のとおり献血を行いますので、皆さんのご協力をお願いします。  
**時** ●1月2日(火)午前9時30分～11時45分、午後1時～4時  
 ●1月3日(水)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～4時  
**場** 東伏見小学校  
 ▶健康課 ☎042-438-4021



## 接種無料 新型コロナワクチン接種のお知らせ 3月31日(日)まで

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。  
 XBB対応ワクチンでの接種実施中。1月9日(火)以降、一部医療機関で12歳以上の追加接種(3回目以降)に第一三共社のワクチンを使用する予定です。追加接種は、令和5年9月20日から3月31日(日)までの期間に1人1回接種できます。詳細は、市☎またはコールセンターへ。

**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  
 ※令和5年12月29日(金)～1月3日(水) (祝・休を除く)



**西東京市新型コロナワクチン相談窓口**  
**場** 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター4階  
**内** 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<sup>※</sup> ※予約希望の方は要接種券





新春対談 NPO団体 MURP × 西東京市 市長 池澤 隆史

# 地域活動を通じて平和につなげる

MURPの4人の中心メンバーに地域活動の思いを語っていただきました。



MURP 創設者 うえの りゅうたろう 上野 隆太郎さん

## 自分たちが楽しむことが最も大切



なぜ、MURPを始めようと思ったのか、きっかけを教えてください。

一昨年、新柳沢団地自治会の役員の方から「3年ぶりに夏祭りをやることになったが、若者が少ないから一緒にやらないか」と当時の私のゼミに声を掛けていただいたことがMURP発足のきっかけです。夏祭りではゼミ生だけでなく、大学の後輩たちにも声を掛け、夏祭りの担い

手として参加しました。その後、ゼミ生が4年になって卒論の準備が始まり、活動が難しくなりましたが、後輩たちを中心に「地域活動は継続しないと効果が出ない」という意見が上がり、MURPを設立しました。**活動の中で最も重点を置いていることは何ですか。**

私たちの活動で重点を置いていることは「自分たちが楽しむこと」ですね。MURPのミッションは「人と人をつなげること」「人と地域をつなげること」など複数ありますが、継続して活動するためには自分たちのためになったり、成長につながるなどプラスの気持ちになれないといけないと思っています。本年よりMURPは代表として新たに勝田が就任し活動していきますが、今後は私自身熱意を絶やさないようにしながら、若者と地域をどうつなげていくかをテーマに活動を続けていきたいと思っています。

### 地域に溶け込む姿勢が見える

イベントの会場でMURPの皆さんによくお会いします。自分たちのイベントだけでなく、ほかの会場でもお見かけする機会も多いですね。本当に地域に溶け込んでいると感じています。



池澤市長から

MURP 代表 かつた ななみ 勝田 菜々美さん

## 人と人とのつながりが濃いのが西東京市の魅力

活動を通して西東京市の魅力はどんなところにありましたか。

西東京市は人と人とのつながりが濃密だなという印象ですね。私たちは新柳沢団地を中心に活動していますが、たくさんの方に協力していただいたり、むしろ「やっていただけませんか」とお声を掛けていただいたりと、地域に住んでいる人たちが積極的に地域活動を行っているというのが西東京市の魅力的なところだと思います。

**若い人に西東京市の市政や地域活性に興味を持ってもらうためには、何が必要だと思いますか。**

私自身は最初から地域福祉や地域活動に興味を持っていたわけでは



なく、児童福祉に興味がありました。ただ、MURPに入って活動する中で地域に興味を持つようになって、視野が広がったと実感しています。私の場合、MURPに入ったことがきっかけでしたが、同世代の人もきっかけ作りをすることで行動が変わったり、視野が広がったりするのではないのでしょうか。

**昨年1年で、一番印象に残った活動を教えてください。**

私が最も印象に残っているイベントは、昨年9月に開催した「ユメバルーンを夜空へ。」ですね。団体として一番規模の大きなイベントだったことや私自身がこの企画の担当だったことから、とても印象に残っています。たくさんの方に喜んでいただけたことが嬉しかったです。



池澤市長から

### やさしさとふれあいが市の基本理念

西東京市は誕生して約20年になるのですが、「やさしさとふれあい」を基本理念として大切にしてきました。市民の皆さんのつながりが濃密なもの、その結果だと思います。



# MURP とは?!



MURP HP

世代や地域の壁を飛び越えて、さまざまな人と人を団結させたいという想いに共感したメンバーで結成された、地域ボランティアを行う非営利組織です。MURPでは、地域住民が楽しく集い親睦を深めることを図るために、一つの世代に焦点を当てる活動を行うだけでなく、多世代交流の促進を目指しています。

## 活動事例



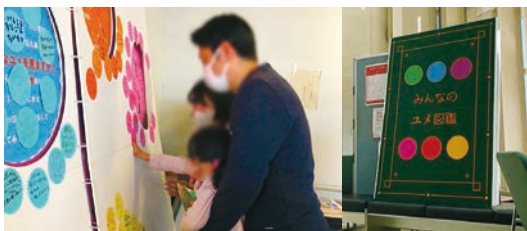
「水族館を作ろう！」(令和5年7月)



「JUN SKY WALKER(S) Free Live in Nishi-Tokyo "Birthday Party"」(令和5年5月)



「ユメバルーンを夜空へ。」(令和5年9月)



「ともに生きる! まちづくりフェス」(令和5年3月)



「しもじゅく夏祭り2023 in きらっと」(令和5年8月)

MURP

副代表

酒井 朝基さん

## 人と人、人と地域がつながる大切さを実感

### 「平和」につながる行動、いま私たちができることは?

MURPとして活動していて、人と人、人と地域がつながっていく大切さを実感しています。地域の中で緩やかなつながりが生まれることで、人と人との顔が見える関係性ができて、それが高齢者の孤独死防止や構造的暴力による虐待の防止、ひいては広い意味での平和につながるのではないかと思います。

私自身、昨年6月にバングラデシュの児童労働とSDGsを通じて平



和を考えるワークショップ、「子ども・若者平和ワークショップ」をお手伝いさせていただきました。幅広い若者世代が参加しており、私自身、子どもの頃に平和について触れる機会が少なかったこともあって、平和について考える貴重な機会を持てました。

日本は世界でも唯一の被爆国でもありますし、歴史的な事実を各世代に語り継いで平和の尊さを学ぶことが大切だと思います。そうした思いを持てる機会を作れるのもMURPの活動の意義なのかなと感じています。



池澤市長から

### 平和を考える上では顔の見える関係をつなぐのが大切

顔の見える関係をつないでいくのは平和を考える上ではとても大切なことだと思います。「子ども・若者平和ワークショップ」は毎年続けたいので、その機会になればと思っています。

MURP

参事

巻嶋 幸帆さん

## 地域のつながり作りに貢献したい



### 昨年一年で、一番印象に残った活動を教えてください。

私はMURPに所属したのが昨年からです。まだそれほど多くの体験はしていませんが、昨年の7月に開催した「水族館を作ろう!」は楽しかったですね。参加されたお子さんはもちろん、一緒に来てくださった保護者の方やのぞきにいられた地域の方、そして私たち

MURPメンバーも一緒に楽しんでいる様子が強く感じられ、人と人がつながっていると感じました。

### 日本における平和についてどう考えますか。

MURPの活動を通じて、人と人が顔の見える関係を築くことの大切さを実感しています。「平和」ということばは、戦争や紛争だけでなく、災害や犯罪が起こらず、人々が不自由なく暮らせることを指すのだと思います。日本は幸い、75年以上戦争が起こっていませんが、差別や間接的な暴力などが起こっている現状もあり、本当の意味で平和とはいえない状態だと思います。

顔の見える関係を築くことによって、防犯や防災などさまざまな効果が生まれるのではないのでしょうか。これからも私たちの活動を通して地域のつながり作りに少しでも貢献できるように模索したいと思っています。

### 若者の平和への思いに期待

皆さんとともに平和への思いを未来へつないでいきたいと思っています。皆さんが平和に暮らせる社会は、日常の少しの工夫からでも始められると思います。若い人の力に期待しています。

池澤市長から



## 市長から 皆さんへ

昨年を振り返ると、若い人たちがまちづくりに参加することは、とても大切なことだと感じた1年でした。当市も誕生して23年経ちます。まちづくりにおいて、一緒に未来につないでいくためにはやはり若い人の力は必要となります。その中で市の取組の大きなテーマである平和と環境は市民の皆さんが安心して生活できるように進めるべきことであり、そのためには若い人の取組はより大切だと思います。

日常の中からできる取組があると思いますので、皆さんとまた今年1年、平和と環境について、一緒に取り組んでいきたいと思っています。



新春対談 市HP



# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

**A メール**  
【腹筋・ヒップアップトレーニング】申込  
①1月18日  
②氏名  
③生年月日  
④住所  
⑤電話番号  
⑥保育希望の有無  
※希望者は子どもの氏名、生年月日、性別

**B 電子申請**  
【ファミリー学級】申込  
QRコード

**C メール**  
【糖尿病基礎講座】申込  
①氏名(ふりがな)  
②住所  
③生年月日  
④電話番号

**D はがき・メール**  
【男性の料理教室】申込  
①住所  
②氏名(ふりがな)  
③生年月日  
④電話番号

**E メール**  
【離乳食講習会 ステップ】申込  
①2月8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○子  
⑦電話番号

▶健康課 ☎042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	1月15日(月)午後1時30分～3時30分 防災・保育保健福祉総合センター 2階	在住の方/2人	1月12日(金)までに電話
女性のための 腹筋・ヒップアップトレーニング 保育あり	1月18日(木)午前10時～11時 防災・保育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	電話・メール(右上記入例㊦) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 1月15日(月)
西東京しゃきしゃき体操パート2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!】	1月26日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	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)。
ファミリー学級・1日制(マタニティーズ) 【妊娠中から産後の生活と健康、赤ちゃんのお世話について】	1月29日(月)午前10時～11時30分 防災・保育保健福祉総合センター 2階	在住で妊娠28週～35週の初妊婦(パートナーの参加可)/12組 ※市のファミリー学級・2日制に参加していない方	1月25日(木)までに電話
栄養ミニ講座 「悪玉コレステロールを下げるコツ」	1月31日(水)午前10時15分～11時30分 田無総合福祉センター	在住の方/15人	1月26日(金)までに電話
ファミリー学級・2日制 第11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: 2月3日(土)午前9時30分～午後0時15分 2日目: 2月16日(金)午後1時30分～4時15分 防災・保育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: 令和6年5月～6月 ※2日間ともパートナーとの参加が可能です。	市 ☎ または 右上 ☐ 電子申請 申込期間: 1月5日(金)～19日(金)
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	2月7日(水)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の食事療法をこれから始める方および家族/10人	電話・メール(右上記入例㊦) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 2月2日(金)
男性の料理教室 3日制 【料理初心者の男性向けの教室。講話と調理実習】	2月9・16日(金)、3月1日(金) 午前10時～午後1時 田無総合福祉センター	在住で料理初心者の男性/16人(申込多数は抽選)	はがき・メール(記入例㊦) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 1月15日(月)

▶健康課 ☎042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
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】	2月8日(木)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㊦) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 1月25日(木)
お口の健康支援室 【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】	2月13日(火)午前9時15分(初回) 防災・保育保健福祉総合センター 3階 (2回目以降は健診時に予約)	在住の1～3歳のお子さんと保護者/10組	2月9日(金)までに電話
▶教育支援課 ☎042-420-2829			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
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】	1月19日(金)午後1時30分～5時 教育支援課(田無第二庁舎4階)	5～12歳ぐらい/14人 1人15分程度(申込順)	1月4日(木)～17日(水) 午前9時～午後5時に電話 ※予約制

## 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。

**歯科**(受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください)

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	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	年始の輪番制(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
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		
3日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682		
7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	こみち内科クリニック 南町6-9-19 ☎042-450-6731	
8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	さいとう小児科内科クリニック 下保谷4-2-21 ☎042-421-7201	
14日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	はるクリニック 谷戸町3-23-1 K-flat 1階 ☎042-425-1178	

受付時間	午前10時～午後4時		
1日	井出歯科 泉町1-13-4 ☎042-465-6488	平田歯科クリニック 新町2-4-3 2階 ☎0422-25-8211	向台ソラーレデンタルケア 向台町4-21-11 ☎042-452-7799
2日	いくたま歯科医院 下保谷4-8-27 ☎042-438-1182	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎042-461-8711	山本歯科医院 ひばりが丘1-3-2 ☎042-421-1182
3日	おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 ☎042-451-6480	仲川歯科医院 ひばりが丘北2-8-15 ☎042-422-5450	三國歯科医院 柳沢6-4-3 107 ☎042-461-0899
4日	大槻歯科医院 北町1-4-2 ☎042-422-6488	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618	
7日	鎌田歯科 ひばりが丘北3-2-6 ☎042-423-2526	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎042-465-8841	
8日	畑中歯科医院 東町5-9-3 シャトー本多A号 ☎042-423-8249	みずた歯科医院 新町2-2-2 ドム又武蔵野1階 ☎0422-36-1414	
14日	おおたけ歯科医院 保谷町3-9-2 コーラルタウン1階 ☎042-462-6162		

# 多摩六都科学館 ナビ

## プラネタリウム特別投影「ウクライナの星空」

ウクライナの星空は日本とは違うの？星をなんて呼ぶの？ウクライナ・ハルキウプラネタリウムのオレナ・ゼムリヤチェンコ解説員による特別投影をウクライナ語と日本語で聞くことができます。

**時** 2月18日(日)午後5時30分～6時30分

**対** どなたでも参加できます(小学生以下は保護者と参加)

**定** 234人

**料** 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** 2月5日(月)までに、**問**の**HP**・は

がきで事前申込  
※はがきの場合はイベント名・開催日・氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号を**問**へ

※申込多数は抽選し、当選者のみに参加券を送付

**場**・**問** 多摩六都科学館  
〒188-0014西東京市芝久保町5-10-64

**電** 042-469-6100

※休館日：1月1日(祝)～3日(水)・9日(火)～12日(金)・15日(月)～19日(金)・22日(月)・29日(月)

※プラネタリウムのみ休止：1月13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日)

### ロクトサイエンスコラム

## 104 モノを動かす考え方

今や子どもも大人も幼少期からゲーム慣れしている世代といえますが、コントローラーで画面の中の人や物を自在に動かすことは、実在の機械を適切な手順で正確に作動させることと同じではありません。それを目の当たりにするのが、毎年開催している「ロクトロボットパーク」で人気の「メカモグラ・タイムアタック」です。産業用の排水管用ロボットを元に開発されたロボットを操作し、専用のパイプで組まれたコースを規定タイム以内にクリアすることを目指します。ゲームで通用する「連打」や「瞬間移動」はあり得ず、

操作が部品の動きとどう連動するのかよく考える必要があります。習熟すると、世代を問わず、驚きの速さでコースを走行させることもできます。マシンをねらいどおりに動かす体験を重ねた実績は美用に供するはずで



## 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。

## イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

### 就職面接会in西東京

1月19日(金)

第1部:午前10時～正午  
第2部:午後2時～4時  
きらっと

東京しごとセンター多摩と西東京市ほか5市の共催により、開催します。

**持** 履歴書(面接を希望する企業数分)、室内履き・外履き入れ

**参加企業** 各部10社程度

※参加企業は、**問**の**HP**に掲載  
※車での来場はご遠慮ください。

**申**・**問** 東京しごとセンター多摩

**電** 042-526-4510

▶産業振興課**電** 042-420-2819

### 講演会「高次脳機能障害と共に～地域に戻る・地域で暮らす～」

1月20日(土) 午後1時～4時

東村山市中央公民館

**第1部 基調講演**

「高次脳機能障害者の地域移行について」  
**講** 相良宏司さん(東京高次脳機能障害者支援ホームHiBDy.Tokyo施設長)

**第2部 トークセッション**

「医療機関から地域へ、自立と社会参加に向けて」

**講** 当事者と家族、支援者

**主催** 北多摩北部地域高次脳機能障害者支援ネットワーク協議会・国立病院機構東京病院

◆オンデマンド配信

後日オンデマンド配信があります。希望する場合は事前申込が必要となります。

**申** 1月19日(金)までに下記QRコードから

▶障害福祉課**電** 042-420-2805

**FAX** 042-466-9666



申込フォーム

### 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

1月25日(木) 午前10時～正午  
住吉会館ルピナス

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。

**定** 20人(申込順)

※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**問**へ

**問** 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**電** 042-452-6777

### 障害者サポーター養成講座(初級編)

1月27日(土)

午後2時30分(受付:2時)  
新町福祉会館

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(約1時間)

**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**電** 042-420-2804



ヘルプカード



サポートキーホルダー

### 知的障害者(児)移動支援従業者養成研修(第2回)

1月29日(月)～31日(水)

午前9時～午後5時

イングビル

**対** 次のいずれかに該当する方

●市内を営業区域として移動支援を実施している(予定を含む)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・在勤で移動支援の従事が可能で健康な方

**定** 各20人(申込順)

**料** 1,100円(教材費)

**申** 1月9日(火)～22日(月)までに、申込書を〒188-8666市役所障害福祉課へ郵送または持参(両庁舎1階)

※詳細は、市**HP**・障害福祉課で配布する申込書をご確認ください。

※受講前に本人確認を行います。

※研修を欠席しても補講は行いません。

▶障害福祉課**電** 042-420-2804

### 先輩ママとお話する会

2月1日(木)

午前9時15分～10時15分・10時30分～11時30分

障害者総合支援センターフレンドリー

障害のあるお子さん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。

お子さん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。

**対/定** 障害のあるお子さん(就学前から高校生)の保護者/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っく

**電** 042-452-0075

▶障害福祉課**電** 042-420-2805

### ミニ手話講座(全5回)

2月6・13・20・27日(火)、3月5日(火)

午前9時～11時

田無庁舎5階

初めて手話を学ぶ方を対象とした講座です。手話を使ってコミュニケーションの幅を広げてみませんか。

**対** 在住の20歳以上で手話学習経験のない方(手話講習会受講者・手話サークルに入っている方・過去に参加したことのある方を除く)

**定** 15人(申込順)

**申** 1月19日(金)までに電話で下記へ

※定員に達し次第募集は終了します。

▶障害福祉課**電** 042-420-2804

## 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 **電** 042-438-1100  
1月9日 麻酔/ペインクリニック 16日 整形外科  
23日 耳鼻咽喉科 30日 呼吸器内科・アレルギー科

**歯科相談(西東京市歯科医師会)** **電** 042-466-2033  
金曜日 午後0時30分～1時30分



**物価高騰対策事業 電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(追加分)を支給します**

**◆ 電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金追加分(7万円)**

長引く物価高騰の影響を受けている生活者への支援のため、特に家計への影響が大きい低所得世帯(令和5年度住民税非課税世帯)に対し、1世帯当たり7万円を給付します。

☑ 令和5年12月1日時点で西東京市に住民登録がある世帯で、世帯全員の令和5年度住民税均等割が非課税である世帯に、1世帯当たり7万円支給します。

**□ 支給方法**

電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(3万円)を西東京市で受給した世帯には、1月中旬ごろに「お知らせ」もしくは「確認書」を送付します。

「お知らせ」が届いた方は、特に手続の必要はありません。  
「確認書」が届いた方は必要事項を記入し、添付書類とともに返送してください。

**□ 申請が必要な方**

令和5年6月2日以降に転入した方や住民税が未申告の方がいる世帯は申請が必要になります。

※詳細は市HPまたは下記へお問い合わせください。

▶ 地域共生課 電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金担当  
☎ 042-497-6451



**西東京市PR親善大使 シチズン卓球部からのメッセージ**

西東京市PR親善大使のシチズン卓球部と子どもから大人まで楽しめる卓球大会を開催するに当たり、シチズン卓球部の皆さんからメッセージが届きましたのでご紹介します。

**メッセージ**

あけましておめでとうございます。シチズン卓球部です！2月25日にシチズンフェスティバル卓球大会を開催することになりました。卓球大会ではトーナメントで勝ち上がると、私たちと対決することができます！そのほかにも卓球レッスンコーナーやオリジナル時計の組立イベント、西東京市PRコーナーもありますので、ぜひお越しください。



時/場 2月25日(日)/総合体育館

※卓球大会は1月10日(水)までに申込が必要です。

※詳細は市HPをご覧ください。

▶ 秘書広報課 ☎ 042-460-9804



市HP

**ようこそとしょかんへ**

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。



**① 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 4・18日(木) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 4・11・18・25日(木) 午後3時30分/3歳児から
- サンサンおはなし会 21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) 7日(日) 午前11時/3歳児から

**② 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

- ちびっこおはなしひろば 12・26日(金) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 12・26日(金) 午後4時/3歳児から
- おはなしのへや 6・20日(土) 午後3時30分/5歳児から

**③ 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 10日(水) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 11・18・25日(木) 午後4時/3歳児から

**④ 谷戸 ☎ 042-421-4545**

火～日 午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 17日(水) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 10・24日(水) 午後3時30分/3歳児から

**⑤ 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 5・12日(金) 午前11時/1～2歳児と保護者
- わくわくドキドキ紙芝居 13日(土) 午前11時/どなたでも
- おはなしひろば 10・17・24日(水) 午後3時30分/3歳児から

**⑥ 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 5・12・26日(金) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 17日(水) 午後4時/3歳児から
- おはなしひろばサタデー 6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 11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 10日(水) 午後3時30分/新町児童館/3歳児から

**各館の休館日**

1日(祝)・2日(火)・3日(水)・9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、19日(金)も休館  
※芝久保・谷戸図書館は、8日(祝)も休館  
※各館の特別整理のための休館については、1月15日号をご覧ください。

「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 ☎ 042-421-4545へお問い合わせください。

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。 R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用 VEGETABLE OIL INK

**西東京市社会福祉法人連絡会主催 フードドライブにご協力ください**

フードドライブは、ご家庭に保管されたままの食品を提供していただき、食材として有効活用する取組です。お持ちいただいた食品は、食の支援が必要な方にお配りします。

時 1月11日(木)～25日(木) 午前8時30分～午後5時(土・日を除く)

- 場 ● 田無庁舎2階総合案内横
  - 防災・保谷保健福祉総合センター1階警備室前
  - エコプラザ西東京2階
  - 市内の社会福祉法人事業所など
- ※受付時間は事業所などによって異なります

なりますので、詳細は市HPをご確認ください。

☎ 西東京市社会福祉法人連絡会事務局 ☎ 042-497-5180

▶ 環境保全課 ☎ 042-438-4042



市HP



**西東京市伝統文化等継承事業補助金交付事業**

**どんど焼き**

正月に飾った門松やしめ縄などを持ち寄り、天高く焼く伝統行事です。正月にご家庭で使用したお飾りをぜひご持参ください。

◆ 保谷第二小学校(柳沢4-2-11)

時 1月13日(土)  
松飾り受付 午後1時～3時30分  
点火 午後3時45分ごろ  
※小雨決行。雨天・強風時はお焚き上げ中止。振る舞いは当日判断。  
☎ 栗田 ☎ 090-2440-3361

◆ 明保中学校(東町1-1-24)

時 1月13日(土)  
松飾り受付 午前9時30分～午後1時  
点火 正午ごろ  
和太鼓の演奏・伝承遊び・おしるこ・わたあめ・餅焼きなどのお楽しみあり。  
※雨天・強風時は中止。  
☎ 川合 ☎ 090-7903-6016

◆ 上向台小学校(向台町6-7-28)

時 1月20日(土)  
松飾り受付 午前10時～午後0時30分  
点火 午後1時ごろ  
※小雨決行。雨天・強風時の振る舞いは実施、お焚き上げは中止。実施状況は上向台どんど焼き実行委員

会HPをご覧ください。  
☎ 山岸 ☎ 090-6267-5713

□ 注意

- 人形やお札などお正月飾り以外のものは受付不可。不燃物など燃やしてはいけないものは必ず取り外すこと
  - 衛生管理上、動物の同伴は不可
  - 車での来場は不可
  - 各学校への問い合わせは不可
- ▶ 文化振興課 ☎ 042-420-2817



**西東京市消防団 出初式**

時 1月14日(日) 午前10時  
場 都立東伏見公園

消防団による年初めの消防訓練です。放水訓練・分列行進・消防団員への表彰などを行います。  
※当日の午前8時30分に演習信号のサイレンを鳴らします。火災と間違えないよう、ご注意ください。

□ 西東京市消防団

団長を筆頭に団員それぞれが本業を持ちながら、地域防災の担い手として市民の生命と財産を守るために昼夜を問わず、消防・防災活動を行っています。消防団活動にご理解ご協力をお願いします。

▶ 危機管理課(保) ☎ 042-438-4010