



主な内容

【2面】認可外保育施設給食費補助金の交付 【3面】低所得者支援給付金を支給します 【8面】桜ほころび 春到来!



気軽に やってみる! からはじまる 才能開花のきっかけ

#特化型児童館

#楽器

#ダンススタジオ

#音楽大好き

#スタジオ

楽器やダンスを
やってみたいけど...

思いっきり
練習したいけど...

みんなで集まって
ライブをしたいけど...

使わないのはもったいない! プロ仕様の設備でダンス&ミュージック

18歳までが無料で使える充実した施設♪
初めてでも大歓迎!

下保谷で音楽!ダンス!

下保谷児童センター(文化・芸術特化型)

練習用スタジオ3つに、50人収容できるライブスタジオ!
壁一面の鏡で動きを確認できるダンススタジオも。
一人でも仲間とでも思いっきり練習ができて、中高生年代は
午後9時まで利用が可能。音楽の力で自分の可能性を広げよう!
※事前予約が必要です。



プロ仕様の設備

ライブの様子

特別講座ではプロからPA(音響)や照明機材の使い方を学べます!

講座を担当してくれるのは、
こんねっと学院の近藤校長やさっしー氏

新しく
始め
ました!

開催日は
下保谷児童センターの
Instagramでチェック▶



講座の様子と
先生からの
コメントはこちら▶



ドラム

エレキギター

アコースティックギター

ミキサー

楽器は
持ち込み
もOK

本格的ドラムス4セット、
各種ギター、キーボードを
貸し出し可能

申込は
簡単

初めての人は
申請書を
提出するだけ▶



CDも自主制作できる
ミキシングルーム

- | 特化型 | |
|-----|-------------|
| 1 | 下保谷児童センター |
| 2 | ひばりが丘児童センター |

- | 地域型 | |
|-----|--------------|
| 3 | 田無児童館 |
| 4 | 北原児童館 |
| 5 | 芝久保児童館 |
| 6 | 新町児童館 |
| 7 | 中町児童館 |
| 8 | ひばりが丘北児童センター |
| 9 | 西原北児童館 |
| 10 | 田無柳沢児童センター |
| 11 | 保谷柳沢児童館 |

マークで
夜間開館をチェック!

午後6~9時(中高生年代のみ対象)
※場所ごとに開館曜日が異なるため要確認!

ひばりが丘は
スポーツ特化型



午後4時30分
以降は静かに
集中できる
学習室としても!



市からの 連絡帳

目 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 ☎042-460-9826

市税・国民健康保険料の 休日・夜間納付相談窓口

- 時** ● 休日窓口：3月2日(土)・3日(日)午前9時～午後4時(国民健康保険料の納付相談は3月3日(日)のみ)
- 夜間窓口：3月5日(火)・7日(木)午後8時^{まで}
- 場** 田無庁舎 ※電話または窓口で相談可
- 市税…納税課(4階)
 - 国民健康保険料…保険年金課(2階)
- 内** 市税・国民健康保険料の納付および相談、納付書の再発行^{など}
- ▶納税課 ☎042-460-9832
 - ▶保険年金課 ☎042-460-9824

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(第3号被保険者)のうち、国内に住所がある20歳以上60歳未満の方は、国民年金第1号被保険者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)・市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)
 - 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 ☎042-460-9825

子育て

認可外保育施設 給食費補助金の交付

子ども・子育て支援法に基づく施設等利用給付認定を受け、認可外保育施設を利用する3～5歳児クラスの子どもと市内で同居している保護者に、給食費の一部を補助します。

対 次の全てを満たしている保護者

- 該当する子どもの給食費を完納済み
 - 該当する子どもが認可保育所、地域型保育事業、認定こども園または幼稚園を利用していない
- 口**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同一にする小学校就学前の子どものうち、第3子以降
 - 年収360万未満相当世帯
- 口**交付金額 子ども1人につき月額上限6,000円
- 口**補助対象期間 令和5年10月～令和6年3月
- 申** 3月11日(月)～29日(金)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をご覧ください。
- ▶幼児教育・保育課 ☎042-497-4926

募集 (令和6年度会計年度任用職員)

学年教育アシスタント

- 口**採用予定人数 17人
 - 口**試験日 3月10日(日)
 - 口**報酬 時間額1,560円
 - 口**受付期間 3月4日(月)^{まで}
 - 口**募集要項 教育指導課・職員課・HPで配布
- ※詳細は募集要項・市HPをご覧ください。
- ▶教育指導課 ☎042-420-2826

体力増進指導委員(児童館)

- 口**採用人数 1人
 - 口**試験日 3月11日(月)～18日(月)の間で1日
 - 口**受付期間 3月8日(金)^{まで}
 - 口**報酬 時間額1,480円
- ▶児童青少年課 ☎042-460-9843

学童クラブ指導員

- 口**採用人数 5人程度
 - 口**試験日 3月11日(月)～18日(月)の間で1日
 - 口**受付期間 3月8日(金)^{まで}
 - 口**報酬 月額20万6,350円
- ▶児童青少年課 ☎042-460-9843

介護保険指導員

- 口**資格 ※ア・イのいずれにも該当する者
 - ア** 次のいずれかの資格等を有する者
(ア)介護支援専門員の資格を有する者
(イ)保健師その他の高齢者の医療または介護に有用な資格を有し、かつ、市区町村において、介護保険事業に従事した経験のある者
 - イ** 介護保険に関する相談・指導業務または居宅サービス計画等の作成業務に従事した経験のある者
 - 口**採用人数 1人
 - 口**任期 4月1日～令和7年3月31日(更新有り)
 - 口**勤務日・場所 週5日 午前9時～午後5時までの範囲で1日6時間・高齢者支援課(田無第二庁舎1階)
 - 口**報酬 日額1万800円
 - 口**試験日 3月13日(水)
 - 口**選考方法 書類選考・面接試験
 - 口**募集要項 高齢者支援課(田無第二庁舎1階)で配布
 - 口**受付期間 3月8日(金)^{まで}(平日のみ)・高齢者支援課(田無第二庁舎1階)
- ▶高齢者支援課 ☎042-420-2814

地籍調査業務専門員

- 口**採用人数 1人
- 口**資格 次の全てに該当する方

- 道路行政事務(道路台帳)に2年以上携わったことのある方
 - 道路台帳および測量法に規定する公共測量に関する分野において専門的知識および能力を有する方
 - 口**業務 国土調査法に規定する地籍調査に関する業務
 - 口**任期 4月1日～令和7年3月31日
 - 口**報酬 19万5,300円
 - 口**試験日 3月18日(月)
 - 口**募集要項 道路課(保谷東分庁舎)・職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布
- 申** 3月8日(金)(必着)までに、必要書類を〒202-8555市役所道路課へ郵送または持参(保谷東分庁舎)
- ▶道路課 ☎042-438-4056

街路樹^{せんてい}剪定等作業員

- 口**採用人数 2人
 - 口**業務 街路樹の剪定・除草や自転車による市内の道路附属物等の巡視・点検業務
 - 口**任期 4月1日～令和7年3月31日
 - 口**報酬 19万5,300円
 - 口**試験日 3月18日(月)
 - 口**募集要項 道路課(保谷東分庁舎)・職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布
- 申** 3月8日(金)(必着)までに、必要書類を〒202-8555市役所道路課へ郵送または持参(保谷東分庁舎)
- ▶道路課 ☎042-438-4055

用地業務専門員

- 口**採用人数 1人
- 口**資格 次の全てに該当する方
- 国または地方公共団体の職員として、公共用地の取得に係る事務に3年以上携わったことがある
- 不動産に関する分野において専門的知識および能力を有する
- 口**任期 4月1日～令和7年3月31日
- 口**報酬 月額19万5,300円
- 口**試験日 3月15日(金)
- 口**募集要項 用地課(保谷東分庁舎)・

職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布

申 3月8日(金)(消印有効)までに、必要書類を〒202-8555市役所用地課へ郵送または持参(保谷東分庁舎)

※詳細は市HPをご覧ください。

▶用地課 ☎042-438-4053

スクールソーシャルワーカー

- 口**採用人数 若干名
 - 口**試験日 3月23日(土)
 - 口**報酬 月額24万7,350円
 - 口**募集要項 教育支援課(田無第二庁舎4階)・職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布
- 申** 3月14日(木)(必着)までに、必要書類を〒188-8666市役所教育支援課へ郵送または持参(田無第二庁舎4階)
- ※詳細は募集要項・市HPをご覧ください。
- ▶教育支援課 ☎042-420-2829

校内別室指導支援員

- 口**採用予定人数 3人
 - 口**試験日 3月22日(金)
 - 口**報酬 日額9,420円
 - 口**勤務時間 6時間45分(休憩時間45分を含む)
 - 口**受付期間 3月12日(火)^{まで}
 - 口**募集要項 教育指導課・職員課・市HPで配布
- ※詳細は募集要項・市HPをご覧ください。
- ▶教育指導課 ☎042-420-2827

児童発達支援センター職員

- 口**資格 言語聴覚士
 - 口**内容 センターでの相談を希望する児童の言語検査などとその保護者への支援^{など}
 - 口**勤務回数 月3～4回程度
 - 口**謝金 日額2万円
 - 口**受付期間 3月8日(金)^{まで}
- ※提出物など詳細は下記へ
- ▶健康課(児童発達支援センターひいらぎ) ☎042-422-9897

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。

- 口**対象期間 令和5年11月1日～令和6年2月29日入院分
- 口**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)
- 口**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
- 口**次のいずれかで申請
 - 持参…3月11日(月)～29日(金)に下記へ ※(土)・(日)・(祝)を除く
 - 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11日(月)～31日(日)(消印有効)に〒188-8666市役所高齢者支援課へ
- 口**必要なもの
 - 紙おむつ助成金交付申請書

※成年後見人などが申請者となる場合、「登記事項証明書」の写しが必要で

- 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

※今年度最後の受付となります。令和5年3～10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6年3～6月入院分)は令和6年7月に予定しています。その際、令和6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

低所得者支援給付金を支給します

長引く物価高騰の影響を受けている生活者支援として、電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(追加分)給付対象世帯のうち、扶養されている18歳以下の児童を対象として1人当たり5万円を給付します。

また、同様の生活者支援として、新たに、住民税均等割のみ課税される世帯に対し、1世帯当たり10万円を給付するとともに、当該世帯内の扶養されている18歳以下の児童を対象として1人当たり5万円を給付します。

基準日	対象要件	支給額	通知
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	①令和5年度住民税均等割が非課税で18歳以下の児童がいる世帯	児童1人当たり5万円	3月中旬に「お知らせ」をお送りします。
	②令和5年度住民税均等割のみ課税世帯	1世帯当たり10万円	3月下旬に「確認書」をお送りします。
	②のうち18歳以下の児童がいる世帯	児童1人当たり5万円	

※令和5年1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

（傍聴）

教育委員会

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

審議会など

■建築審査会
時 3月11日(月)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 ☎042-438-4026

手話講習会

西東京市の登録手話通訳者を養成する講習会を開催します。

- ①初級クラス：4月9日から毎週(火)午後2時～4時(全36回)
 - ②中級クラス：4月12日から毎週(金)午後7時～9時(全36回)
 - ③上級クラス：4月8日から毎週(月)午前10時～正午(全36回)
 - ④試験対策クラス：4月9日(火)午後7時～9時(全26回)
- 場 西東京市障害者総合支援センターフレンドリー

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)
- 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(金)～15日(金)に、メールで住所・氏名・連絡先を問へ

問 運営委員会事務局

☎nishitokyoshi.shuwakou@gmail.com

▶障害福祉課 ☎042-420-2804



〈お詫びして訂正します〉

市報2月15日号3面掲載のパブリックコメントにおける「西東京市第3期文化芸術振興計画(素案)」の検討結果内の表記について誤りがありました。正しくは次のとおりです。

正) (仮称)西東京市民文化プラザ

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

□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。

※ベビーホテルは対象外

※詳細は市HPをご確認ください。

▶幼児教育・保育課 ☎042-497-4926

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



年度末・年度初めは市民課窓口が大変混雑します

例年、3月から5月中旬までは、市民課の窓口が大変混雑します。時間に余裕をもってご来庁いただき、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。

□住民票異動届の受付期間

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



郵送



オンライン申請

- 市内への転入・市内転居…引っ越し後2週間以内(予定での受付はできません)

□受付時間の目安

- 証明書発行…約30～75分以上
- 住所異動…約90～150分以上
- 印鑑登録…約30～75分以上
- マイナンバーカード受取…約40～120分以上

※窓口の状況により、待ち時間が前後することがあります。

※土曜日窓口で転入・市内転居をする場合の注意点

〈第1・第2土曜日〉転入・市内転居の手続とマイナンバーカードの住所変更手続を同日にする場合は以下の対応となります。

- 午前11時前に窓口受付完了の場合…通常どおり、即日で手続可能
- 午前11時以降に窓口受付完了の場合…マイナンバーカードの住所変更は午後2時以降

〈第3～5土曜日〉転入・市内転居の手続とマイナンバーカードの住所変更手続を同日にする場合は以下の対応となります。

- 午前11時30分前に窓口受付…即日マイナンバーカード住所変更手続が可能
- 午前11時30分以降に窓口受付…即日でのマイナンバーカード住所変更手続はできません。後日もう一度ご来庁していただき、マイナンバーカード住所変更手続をしてください。

※防災・保谷保健福祉総合センター1階市民課のご利用を

防災・保谷保健福祉総合センター1階の市民課でも手続ができます。ぜひ、ご利用ください。

※出張所もご利用ください

住民票異動・印鑑登録・証明書発行業務・マイナンバーカードに関する手続(カードの受取を除く)は、ひばりヶ丘駅前出張所・柳橋出張所でも取り扱っています。

※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、証明書が窓口よりも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。

※利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)が必要です。

時 午前6時30分～午後11時(年末年始・メンテナンス時を除く)

場 マルチコピー機の設置された全国の主要なコンビニエンスストア

※メンテナンス情報は市HPでお知らせします。市HP



※来庁の際は公共交通機関のご利用を

市庁舎駐車場は有料です。市役所で手続をする方は1時間まで無料ですが、混雑時に待ち時間が長くなり超過した分は有料になります。駐車台数にも限りがありますので、ご協力をお願いします。

□待合状況公開サービス

市民課(田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)での受付待ち人数と呼び出し中の番号を、パソコン・スマートフォンなどで確認できるサービスです。ご自宅や外出先でも窓口の待ち人数などの混雑状況を確認できますので、ぜひご利用ください。

□対象窓口

- 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(市民課)



▶市民課 ☎042-460-9820
☎042-438-4020

パブリックコメント
【検討結果】

寄せられた意見の概要や市の検討結果をお知らせします

下表は、市民の皆さんからお寄せいただいた意見を要約し、市の考え方をまとめたものです。全文は、情報公開コーナー(田無庁舎5階)・市HPでご覧になれます。

事案名 西東京市第3次環境基本計画(素案)
▶環境保全課 ☎042-438-4042

【公表日】2月27日 【募集期間】令和5年11月20日~12月19日 【意見件数】1件(1人)

寄せいただいた主な意見	検討結果
再生可能エネルギーは、不安定さが課題であるため、都市ガスと再生エネを組み合わせるなど、電化のみに頼らない複数のエネルギーの併用という視点が省エネルギー・省二酸化炭素の実現には必要不可欠であり、レジリエンス(防災や停電対策)の点でも有益である。また、脱炭素や価格変動などの観点でもエネルギーの多様化は不可欠な要素であるため、以下の変更を求む。 ●原案(p56)脱炭素型ライフスタイルへの転換を行うとともに、重油などの化石燃料から電化など転換を行います。 ●提案(p56)脱炭素型ライフスタイルへの転換を行うとともに、重油などの化石燃料からカーボンニュートラル化したエネルギーの利用を行います。(1件)	再生可能エネルギーのデメリットは、天候などの環境要因に左右されやすいことを理由とする電力供給の不安定さと言われており、現在、研究が進んでいる脱炭素化されたガスなどの併用が脱炭素社会の実現に必要であると認識しています。 ご意見を踏まえ、記述を修正します。

事案名 西東京市住宅マスタープラン(素案) ▶住宅課 ☎042-438-4052

【公表日】2月28日 【募集期間】令和5年12月18日~1月18日 【意見件数】5件(2人)

寄せいただいた主な意見	検討結果
西東京市の住宅課のやっているアウトリーチや伴走型支援については、都内でも先駆的な取り組みであり、市民として安心していきます。担当されている職員の皆様は大変でしょうが、今後もぜひ頑張ってください。そして、このような取り組みを机上のものとししないで実際に行っていることをもっと広報しても良いと思います。(1件)	市の取組に関する広報については、ホームページや市報による情報提供の他、地域に出向いての情報発信を行う、関係機関への制度の周知等のアウトリーチによる情報発信を充実させることにより、住まいに関する情報を必要とする市民が、適切な情報を得られるような情報提供体制の工夫を行います。
空き家については、予防から取り組みをおこなうことの必要性をかねてから感じていたので、素案に入れていただけて大変安心いたしました。空き家予防の部分でも、地域包括や基幹型相談の部署との連携は重要だと考えますので今後も推進をしていただきたいです。(1件)	空き家の発生予防については、日頃から地域包括支援センターや基幹型相談支援センターを含む福祉関係団体や法律関係団体、不動産関係団体等と連携した情報提供等を通じて「自宅を空き家等としない」という市民意識の醸成を図ります。

事案名 西東京市都市計画マスタープラン(素案)
▶都市計画課 ☎042-438-4050

【公表日】2月28日 【募集期間】令和5年12月15日~1月15日 【意見件数】30件(8人)

寄せいただいた主な意見	検討結果
道路の安全対策について(6件)	歩行者等の安全性の確保や誰もが安全に通行できるように、ユニバーサルデザインの推進をはじめ、路側帯や道路標識等の整備のほかゾーン30等の交通規制に関する施策など交通安全対策について検討します。
駅周辺(拠点)への都市機能誘導について(4件)	公共交通によりアクセスの利便性が高い鉄道駅などの周辺については、商業施設などの都市機能が集積しているため、今後も維持・誘導を図っていく方針です。
南北方向(西武鉄道新宿線と池袋線間)のバス以外の交通手段の整備について(2件)	南北方向の交通については、都市計画道路などの整備の進捗状況に合わせて、路線バス等の経路変更や新規路線開設など、公共交通ネットワークの充実に向けた対応を検討します。
農地の保全について(2件)	みどりや農地の保全・活用、住宅地等の緑化推進などみどりと調和した土地利用を推進します。事業や支援制度については、国や東京都の動向も踏まえて情報を収集し、「農地が身近にある住環境の維持」に向けた取組を検討します。
防災上課題のある地域のまちづくりについて(2件)	地震などの災害に対する建物の耐震化・不燃化などの対策を進め、防災性の高い市街地の形成を目指します。

事案名 西東京市地域公共交通計画(案)
▶交通課 ☎042-439-4435

【公表日】2月28日 【募集期間】令和5年12月18日~1月18日 【意見件数】1件(1人)

寄せいただいた主な意見	検討結果
はなバスをなくさないでほしいです。	はなバスについては、今後も持続的に運行していくため、役割やあり方を踏まえ、バス事業者と協議しながら、利用実態に応じたより効率的で利便性の高い運行を目指すことを計画に位置付けております。

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)	(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 3月4日(月)午前8時30分(★印は、2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

※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21日(木)・27日(水)・28日(木)午前9時~正午
		3月19日(火)・22日(金)・25日(月)午後1時30分~4時30分
交通事故相談	電話・対面	★3月7日(木) 午後1時30分~4時
		3月26日(火) 午前9時30分~正午
税務相談	電話・対面	3月15日(金)・26日(火) 午後1時30分~4時30分
不動産相談	電話・対面	★3月14日(木) 午後1時30分~4時30分
		3月22日(金) 午前9時~正午
登記相談	電話・対面	★3月6日(水) 午前9時~正午
		★3月21日(木) 午後1時30分~4時30分
表示登記相談	電話・対面	★3月6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11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8日(金) 午後1時30分~4時30分

3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 3月14日(木)・27日(水)午前9時~
正午・午後1時~4時
場 田無庁舎2階
申 3月1日(金)から電話で下記へ
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

接種無料 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。
新型コロナワクチン接種のお知らせ

新型コロナワクチンを全額公費で接種できる「特例臨時接種」の期間は、**3月31日(日)で終了します。**

各医療機関で接種可能な最終日は異なりますので、接種をご希望の方は、お早めの接種をご検討ください。

※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**

4月1日以降の接種について

4月1日(月)以降、新型コロナワクチン接種は予防接種法上、現在の「特例臨時接種」から高齢者インフルエンザ予防接種と同様の「B類疾病の定期接種」として位置づけられ、下記のとおり実施する予定です。また、定期接種以外で接種をご希望の方は、「任意接種」として、自費で接種いただくことになる予定です。詳細は、決まり次第お知らせします。

定期接種の概要

- 目的 個人の重症化予防により重症者を減らすことを目的として実施
- 対象者 65歳以上の方
60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん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機能に身体障害者手帳1級程度の障害がある方
- 費用 原則、一部自己負担あり(金額等は未定)
- 接種回数及び接種時期 年1回、秋冬に接種

西東京市新型コロナワクチンコールセンター ※3月30日(土)で終了

☎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 ※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
※田無庁舎2階の相談窓口は3月29日(金)で終了
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など ※予約希望の方は要接種券

西東京市新型コロナワクチン掲示板は3月31日(日)で公開終了

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
① 3月28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

▶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】	3月15日(金)午後1時30分～3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方/2人	3月12日(火)までに電話
西東京しゃきしゃき体操パート1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!】	3月22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】	3月25日(月)午前10時～11時30分 防災・保谷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	3月21日(木)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	3月28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	電話・メール(右上記入例A) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限:3月25日(月)
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～ 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:4月6日(土)午前9時30分～午後0時15分 2日目:4月19日(金)午後1時30分～4時15分 防災・保谷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 対象出産予定日:7月1日(月)～8月24日(土) ※2日間ともパートナーとの参加が可能です。	市 ☎ または右上回電子申請 申込期間:3月8日(金)～22日(金)

▶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】	3月15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)	3月1日(金)～13日(水) 午前9時～午後5時に電話 ※予約制

健康ガイド

▶健康課 ☎042-438-4037

■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)(祝を除く)
午後6時～10時
(午後9時30分受付終了)



対 おおむね18歳～39歳
臨時増設期間として3月10日(日)～17日(日)は8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
(午後10時30分受付終了)

□電話による特別相談

●有終支援いのちの山彦電話～傾聴電話～

☎03-3842-5311

時 特別相談期間:3月の(火)(水)(木)(金)各日正午～午後8時、通常:(火)(水)(木)(金)各日正午～午後8時

●東京都の相談窓口

こころといのちのほっとライン
☎0570-087478

時 特別相談期間:3月27日(水)～31日(日)(各日24時間) 通常:毎日正午～翌日午前5時30分

●自死遺族相談ダイヤル
NPO法人全国自死遺族総合支援センター ☎03-3261-4350

時 特別相談期間:3月11日(月)～13日(水)(各日午前10時～午後5時) 通常:毎週(木)午前10時～午後8時・毎週(日)午前10時～午後6時
※そのほかの相談の詳細は、東京都保健医療局 ☎ をご覧ください。

□こころといのちの講演会(Web開催)
「女性のホルモン変動に伴うメンタルヘルスの諸問題～自分でできること、医療ができること」

時 3月10日(日)午前10時30分～11時45分

田 3月6日(水)午後5時までに、東京都保健医療局 ☎ から

□自殺予防対策キャンペーンの共催展示
図書館で「癒やしの一冊」をテーマとした共催展示を行います。

時 3月1日(金)～22日(金)

場 市内全図書館



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1日(金)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 ☎042-438-4021

+ 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ら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き液での検査(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
3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	西尾内科クリニック 南町5-5-13 田無丸八ビル1階 ☎042-460-3700	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。
10日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	がんばりクリニック 芝久保町3-30-16 ☎042-465-8774	※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで

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		
3日	堀歯科医院 田無町5-8-10 ライオンズマンション田無第2 ☎042-466-4182		
10日	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
3月5日 産婦人科 12日 整形外科
19日 循環器内科・循環器外科 26日 神経内科・腎臓内科

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

■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2,000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必ず受けましょう。

■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ことをご了承ください。
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。

イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

オンライン講演会 「新年度に向けた不登校理解」

3月8日(金)～5月10日(金)
YouTube(西東京市動画チャンネル)
配信

保護者の方やご家庭を支える学校関係者の方に対し、新学期に向けて春休み期間中に取り組みのポイントなどについてお話します。

講 齋藤暢一朗さん(北海道教育大学大学院 学校臨床心理専攻 准教授)

申 3月1日(金)午前9時～5月2日(休)までに、下記申込フォームから

□配信方法

申込時に記載したメールアドレスに、限定アドレスを自動送付します。

▶教育支援課 田

☎042-420-2829



申込フォーム

いろいろなことばで たのしむおはなし会 (春スペシャル)



3月10日(日) 午前11時～正午
谷戸図書館

内 日本語・英語・中国語・ネパール語で絵本のよみきかせやゲーム

対 3歳以上 ※未就学児は保護者同伴にて可

定 親子10組(申込順)

申 3月1日(金)から、電話または直接下記へ

▶谷戸図書館

☎042-421-4545

✉lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

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 3月16日(土) / 田無総合福祉センター
- ② 22日(金) / 住吉会館ルピナス

午前10時～正午

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 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

つながみんなの笑顔2024

3月17日(日)
午後1時30分～3時45分(1時開場)
コール田無

市内障害者団体の歌、ダンス、演奏などの発表および参加団体の紹介と団体紹介動画の上映を行います。また、障害者福祉施設に通う方々の活動内容や作品の展示、心のこもった手作りを販売します。

□主な出品

お菓子(クッキー・サブレ・パン)・アクセサリー・陶器・小物雑貨など

▶障害福祉課 田 ☎042-420-2804

障害者サポーター養成講座 (中級編)

3月23日(土)
午後2時30分(受付:2時)
谷戸公民館

障害者支援について学ぶ参加・体験型の講座です。受講後は、障害者サポーターとして登録してもらい、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/持 初級編受講者/受講後に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

☎042-452-7062

(火)～(土)午前9時～午後5時

▶障害福祉課 田 ☎042-420-2804

ごみ処理場「柳泉園組合」 親子見学会

3月27日(水)
午前10時～11時45分
柳泉園組合

□タイムスケジュール

集合: 午前9時10分タクトホーム
こもれびGRAFAREホール前
午前9時30分田無庁舎1階
ロータリー

見学時間: 午前10時～11時45分

解散: 午後0時20分田無庁舎1階
ロータリー

午後0時35分タクトホーム
こもれびGRAFAREホール前

※見学地まで市マイクロバスによる送迎

私たちの家庭から出る「ごみ」はどのように処理されているのでしょうか。ごみ処理施設を見学して、ごみのゆくえについて親子で考えましょう。

対 在住・在学の小学1～6年生の親子

定 10組(20人)

持 筆記用具・飲み物

申 3月5日(火)午前11時～22日(金)午後5時まで、メールで件名「ごみ処理場柳泉園組合親子見学会」・氏名・住所・電話番号・年齢・集合場所を問へ

※定員になり次第受付終了

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



花いっぱい運動わくわく講座

3月28日(木)
午後1時～4時30分
イングビル

公園や地域の花壇などに植える花のデザインの仕方を楽しく学びます。街をきれいにしたり、花を植えるなどボランティア・地域活動を通じてみなさんの暮らしを充実させてみませんか。

対 18歳以上

定 30人(申込順)

講 杉田住子さん(株東京有機)・野口雪子さん(クリスマスローズ ふみ屋)

申 3月15日(金)午後5時までに、電話・メールで住所・氏名・電話番号を下記へ

▶みどり公園課

☎042-438-4045

✉kouen@city.nishitokyo.lg.jp

春のポッチャ交流会

3月31日(日) 午前9時30分～
11時30分(受付:9時10分)
きらっと

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、障害のある方も、どなたでも参加できます。

内 ポッチャ

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・在学の小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定 40人(申込多数は抽選)

※個人またはチーム(1チーム4人まで、コート内は3人)で申込

持 室内用運動靴・タオル・飲み物など

申 3月7日(木)(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・電話番号を下記へ

〒188-8666市役所スポーツ振興課

※障害のある方はご相談ください。

▶スポーツ振興課 田
☎042-420-2818



申込フォーム



先輩ママとお話する会

4月4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日前までに問へ

問 基幹相談支援センターえぼっく

☎042-452-0075

▶障害福祉課 田 ☎042-420-2805

多摩六都科学館 ナビ

0歳からのプラネタリウム

赤ちゃん大歓迎! 泣いてもOK! 0歳から3歳くらいのお子さま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。

時 3月19日(火)午前10時30分～11時・11時30分～正午

対 0～3歳くらいの乳幼児とそのご家族

定 234人(先着)

¥ 観覧券(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

場・問 多摩六都科学館

☎042-469-6100

※休館日: 3月4日(月)・11日(月)・18日(月)・21日(休)



ロクトサイエンスコラム

106

30年前を振り返ると

多摩六都科学館が開館したのは1994年3月1日。今年で30周年を迎えます。

30年前を科学の視点で振り返ってみると、当時は一般向けのインターネット接続サービスが始まった頃で、科学館のホームページはまだありませんでした(開設されたのは1996年10月です)。一般向けのデジタルカメラが販売され始めたのもこの頃です。当時はフィルムカメラで撮影して、現像するまでどんな写真が撮れているか分からなかったのに、現在では誰もがスマホで撮影して、その場で加工して、世界に向けて発信までできます。30年の間に通信やデジタル機器が自覚ましく進化してきたことがわかりますね。

開館した年に小学校4年生でプラ

ネタリウムの学習投影を見に来た人は、今40歳。あのとき子どもだった人たちの中に、自分の子どもを連れて科学館を楽しんでくれている人がいるかもしれません。その子どもたちが大人になった頃、私たちの暮らしがどのように変わっているか、考えてみてはいかがでしょうか。



ようこそとしゃかんへ

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 7・21日(木) 午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 7・14・21・28日(木) 午後3時30分/3歳児から
- サンサンおはなし会 17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) 3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

- ちいさなおはなしひろば 8・22日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 8・22日(金)午後4時/3歳児から
- おはなしのへや 2・16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 13日(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 14・21・28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 6日(水)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなし会 27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 1・8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 9日(土)午前11時/どなたでも
- おはなしひろば 13日(水)・20日(水)・27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 1・8・22日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 6日(水)・20日(水)午後4時/3歳児から
- おはなしひろばサタデー 2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 7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 6日(水)午後3時30分/新町児童館/3歳児から

各館の休館日

4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、15日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、20日(水)も休館
※各館の特別整理のための休館については、広報西東京1月15日号をご覧ください

おでかけおはなし会

図書館職員と学生ボランティアが、各施設におでかけします。絵本の読み聞かせ・手あそび・紙しばい・工作などが楽しめます。

- ひばりが丘公民館 13日(水)午後2時30分/3歳児から

親子で楽しむ人形劇 ～いっしょにあそぼうわらべうた～

時 3月24日(日)午前11時
場 田無公民館
内 人形劇を見ながら、わらべうたも楽しんでみませんか?
公演: くまさんの会
講 福岡淳子さん(保育と人形の会、日)

本子どもの本研究会会員)
対 1歳半から5歳までの幼児とその保護者
定 20組
申 3月6日(水)から電話または来館
▶中央図書館 ☎042-465-0823

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

3月の薬湯 ～紅花の湯～

効能 アレルギーと美容に効果
時 3月3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 西東京市公衆浴場会
庚申湯 ☎042-465-0261

えます。
時 毎月2～3回(水)午前10時～午後4時
内 相続税・贈与税・所得税などの相談(事前予約制)
※時間に限りがありますので、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。
申 問の☎をご覧ください。
場・問 東京税理士会東村山支部
☎042-394-7038

東京都平和の日記念式典

東京都では、平和意識の高揚を図るため、毎年記念行事を実施しています。東京都公式動画チャンネル「東京動画」にて生中継します。(開催後にも閲覧可能)
時 3月10日(日)午後2時～3時15分
場 東京都庁第一本庁舎
問 東京都生活文化スポーツ局 文化振興部企画調整課
☎03-5000-7230

公園の緑の中で体づくり! 「いこいの森のパークヨガ」

時 4月21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日) 午前10時30分～11時30分
※雨天屋内
場 西東京いこいの森公園
対/定 高校生以上/15人(申込順)
¥ 1回1,200円(レンタルマット300円)
持 飲み物・虫よけ・動きやすい服装
申 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

個別無料税務相談会

さまざまな税の相談に税理士がお答

令和6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 在住で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 3月1日(金)～7日(木)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)
※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。
※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)
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(前期)の日程

会館名	曜日	教室名	時間(45～60分)	定員
住吉老人福祉センター ☎042-421-1122	第1～第4(火)	A	午前9時40分	各28人
		B	午前10時40分	
		C	午前11時40分	
	第1～第4(木)	D	午前9時40分	各15人
		E	午前10時40分	
		F	午後1時40分	
下保谷福祉会館 ☎042-422-8338	第1～第4(金)	G	午後2時40分	各15人
		A	午後1時20分	
		B	午後2時20分	
	第1～第4(月)	C	午後3時20分	各15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～第4(金)	F	午前11時40分	各26人
		A	午前9時40分	
		B	午前10時40分	
	第1～第4(木)	C	午前11時40分	各18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～第4(火)	A	午前9時40分	各24人
		B	午前10時40分	
		C	午前11時40分	
	第1～第4(金)	D	午前9時40分	各24人
		E	午前10時40分	
		F	午前11時40分	
ひばりが丘福祉会館 ☎042-424-0262	第1～第4(木)	A	午後1時40分	各18人
		B	午後2時40分	
		C	午前9時40分	
	第1～第4(金)	D	午前10時40分	各18人
		E	午前11時40分	
		F	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～第4(月)	A	午前10時10分	各22人
		B	午前11時10分	
	田無・太極拳 ※5月開始 第1～第4(月)		午後1時	22人
	リフレッシュ体操 第1～第4(火)	A	午後1時	各22人
		B	午後1時55分	
すっきり体操 第1～第4(木)	A	午前10時10分	各22人	
	B	午前11時10分		

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。

桜ほころび、春到来!

天气のいい日は、
ちょっとまち歩きしませんか?

公園の詳細は
こちらから



市HP

▶秘書広報課 ☎042-460-9804

1 西東京いこいの森公園



早咲きから遅咲きのもので20種以上!
100本以上の桜を鑑賞できます。

2 向台運動場/田無市民公園



周囲を一周しながら、ゆったりと桜を鑑賞したい時に最適。

3 都立小金井公園



広い園内には約50種、約1400本もの桜が
植えられている桜の名所。

4 文理台公園



しだれ桜とソメイヨシノが同時に楽しめます。

5 都立東伏見公園



長いローラー滑り台
や電車がよく見える
ウッドデッキは子ども
たちに大人気。

6 さくら公園



園内にはさくら並木が続き、池や小川もあるので
散歩コースに最適。一年を通して幅広い世代
がそれぞれの楽しみ方でゆっくり過ごせます。



#春映え
#西東京市
#桜スポット
是非SNS投稿を

花より団子派には...

市内にある老舗和菓子店をご紹介します!

A 葉匠こしの ひばりが丘2-6-27

吉祥寺の行列店。名物の栗羊羹は、実はひばりが丘でも購入が可能。小豆をじっくり時間をかけて練りあげているため、お汁粉をそのまま固めたようなコクと風味が格別。



栗羊羹



B い志井 田無町2-1-1 田無アスタ専門店街 B1F

名物「どら夢すこ」は、ふわふわで甘めの生地に粒あんとしずくクリームと黄金バランスが上品な味。飽きのこない定番の和菓子も多種揃い、季節の上生菓子もおすすめ。



どら夢すこ



うさぎまんじゅう

C ふしみだんご 東伏見2-6-2

名物「ふしみだんご」は、一度揚げてから風味豊かなきな粉がまぶしてあり、食感と香りの両方が楽しめる逸品。春の季節は、さくら餡やいちごだんごが大人気!



桜あん抹茶あん



ふしみだんご

春の火災予防運動 (3月1日(金)~7日(木))

この運動は、皆さんの防火防災行動力を高め、火災の予防や被害を軽減することを目的としています。令和5年中の東京消防庁管内の火災件数は4,326件(1日当たり約11.9件)もの火災が発生し、87人の方が火災により亡くなっています(速報値)。

中でも一番多い出火原因はたばこでした。万が一のときに素早く行動できるように、いま一度ご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にいながら初期消火や119番通報要領が学べるリモート防災訓練の動画を公開しています。東京消防庁☎やYouTube東京消防庁公式チャンネル、東京消防庁公式アプリでご覧になれますので、ぜひご活用ください。

◆西東京消防署庁舎開放
時 3月3日(日)午前9時~正午(予定)
場 中町1-1-6
内 初期消火体験や消防車見学など
※詳細は☎のHPをご覧ください。
☎ 西東京消防署 ☎042-421-0119
▶危機管理課 ☎042-438-4010

自転車は自転車駐車場に置きましょう

自転車・バイクは、手軽で便利な交通手段の一つですが、駅周辺の歩道や路上への放置が後を絶ちません。歩道は、高齢者・障害者・子どもなどさまざまな人たちが利用します。自転車・バイクなどが放置されると、通行の障害となるばかりか、災害・緊急時の活動の妨げにもなります。通勤・通学・買い物などで自転車・原付バイクを利用する際は、一人一人が責任をもって自転車駐車場を利用しましょう(原付バイクは、施設により制限あり)。各駅周辺には自転車駐車場があり

ます。利用の際は、係員の指示に従ってください。混雑時はほかの利用者の迷惑にならないよう、無理な駐車はしないでください。※市内自転車駐車場は市HPまたは右記QRコードから
▶交通課 ☎042-438-4057

