

西東京市出前講座のご案内

～ 講座メニューの一覧 ～

出前講座とは、講座メニュー（市の業務や制度など）の中から希望するものについて、市の職員が皆さんのもとへ出向いてお話をするものです。市政についての理解を深めていただくとともに、団体・グループの学習の場としてもご利用いただけます。



西東京市マスコットキャラクター「いこいな」
©シンエイ／西東京市

西東京市

令和7年5月

◇◆◇ 出前講座ご利用の方法 ◇◆◇

◆お申込みができるのは

原則として、市内に在住、在勤、在学の方で構成する10人以上の団体・グループ等です。

出前講座を受講するために一時的に作られた団体・グループ等も含まれます。

◆開催できる時間は

原則として、平日午前9時から午後5時の2時間以内です。

◆会場は

申込団体等で市内の公共的な施設をご用意ください。

◆出前講座の内容は

2～4ページの一覧表のとおりです。

5～13ページには、各講座の概要をお知らせしています。詳しい内容等については担当課にお問合せください。

◆費用は

無料ですが、講座によって材料費などの実費が必要な場合があります。

◆お申込み手続きは

事前に電話等で担当課と連絡を取り、日時の調整（予約）をしてください。その後、開催予定日の14日前までに「出前講座講師派遣申込書」を担当課に提出してください。

◆お申込みの制限

公の秩序を乱したり、政治、宗教、または営利を目的とした催しなどのおそれがある場合は、出前講座を実施できませんので、ご了承ください。

◆その他ご注意

一部の講座には、開催できない期間、月1回程度等の制限があります。

また、申込みや業務の状況などで、出前講座に応じかねる場合や、講座の決定後でも、業務などの都合で変更・中止をお願いする場合があります。

申込み団体等の都合で変更・中止する場合は連絡をお願いします。

出前講座は、行政に対する苦情・陳情等を伺う場ではありませんので、ご理解ください。

●出前講座の内容のお問合せ・お申込みは、それぞれの担当課をお願いします。（2～4ページの一覧表参照）

●講座メニューにない内容についてご希望の場合は、企画政策課までご相談ください。

●講座のご要望などは企画政策課をお願いします。

電話：042-464-1311（内線）11114 直通：042-460-9800

出 前 講 座 一 覧 表

分野	番号	講 座 名	担 当 課 等 (電 話 ・ 内 線 番 号)	ページ
く ら し	1	マイナンバーカードの取得について	市民課 (11461)	5
	2	わかりやすい住民税の話	市民税課 (11326)	5
	3	西東京市の市税白書について	市民税課 (11311)	5
	4	固定資産税のしくみ	資産税課 (11334)	5
	5	国民健康保険制度の話	保険年金課 (11471)	5
	6	国民年金制度の話	保険年金課 (11492)	5
	7	地域防災対策のあらまし	危機管理課 (22232)	5
	8	「犯罪被害防止」と「地域の絆」	危機管理課 (22232)	6
	9	交通安全の話（田無警察署と共同実施）	交通課 (22491)	6
	10	消費生活の話「安全安心な日常生活を送るために」	協働コミュニティ課 (12511)	6
	11	西東京市の産業振興マスタープラン	産業振興課 (12551)	6
	12	西東京市の農業について	産業振興課 (12555)	6
	13	下水道のしくみと種類	下水道課 (22484)	6
健 康 ・ 福 祉	14	西東京しゃきしゃき体操	健康課 (22365)	7
	15	西東京市の地域福祉計画	地域共生課 (12313)	7
	16	介護保険制度と手続	高齢者支援課 (12325)	7
	17	「ささえあいネットワーク」のしくみ	高齢者支援課 (12336)	7
	18	西東京市の介護予防について	高齢者支援課 (12272)	7
	19	西東京市の障害者基本計画・障害福祉計画	障害福祉課 (12341)	7
	20	障害福祉サービスのあらまし	障害福祉課 (12346)	7
	21	お口の健康	健康課 (22368)	8
	22	キッズの食事～楽しく食べるために～	健康課 (22366)	8

分野	番号	講 座 名	担 当 課 等 (電 話 ・ 内 線 番 号)	ページ
(続 き)	23	大人の食育～おいしい食生活のヒント!～	健康課 (22366)	8
	24	西東京市健康づくり推進プラン	健康課 (22378)	8
子 育 て ・ 教 育	25	西東京市の子育て支援計画	子育て支援課 (11521)	9
	26	子どもに関する相談・支援について	子ども家庭支援センター (11920)	9
	27	子どもの育ちと関わり方	幼児教育・保育課 (11536、11537)	9
	28	子どもの遊び	幼児教育・保育課 (11536、11537)	9
	29	子どもの食事	幼児教育・保育課 (11536、11537)	9
	30	子どもの健康	幼児教育・保育課 (11536、11537)	9
	31	児童館のしくみと遊びについて ※主に乳幼児及び乳幼児の保護者、小学生が対象	児童青少年課 (11541)	9
	32	教育委員会のしくみ	教育企画課 (12616)	10
	33	西東京市の学校教育の目指すもの	教育指導課 (12636)	10
	34	西東京市の生涯学習の推進について	社会教育課 (12711)	10
	35	西東京市の文化財について	社会教育課 (12712)	10
	36	サークルづくりのお手伝いします	柳沢公民館 (Tel464-8211)	10
市 政 情 報	37	市議会の役割としくみ	議会事務局 (11715)	11
	38	西東京市の行財政改革	企画政策課 (11113)	11
	39	西東京市総合計画・総合戦略について	企画政策課 (11113)	11
	40	庁舎統合について	企画政策課 (11113)	11
	41	西東京市の予算について	財政課 (11131)	11
	42	西東京市の決算について	財政課 (11131)	11
	43	市のホームページの活用のしかた	秘書広報課 (11142)	11
	44	西東京市の情報化の取組について	情報推進課 (11151)	12
	45	西東京市における情報公開と個人情報の保護	総務課 (11227)	12

分野	番号	講 座 名	担 当 課 等 (電 話 ・ 内 線 番 号)	ページ
(続 き)	46	統計調査について	総務課 (11221)	12
	47	西東京市の都市計画マスタープラン	都市計画課 (22411)	12
	48	地区計画（まちのルール）のつくり方	都市計画課 (22411)	12
環 境	49	ゼロカーボンシティの実現に向けた取組	環境保全課 (3304)	13
	50	ゼロカーボンシティ環境学習について ※ <u>小学校5年生対象</u>	環境保全課 (3304)	13
	51	ごみが生まれ変わるまで～4Rへの挑戦～	ごみ減量推進課 (3208)	13



く ら し (1番~13番)

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
1	マイナンバーカードの取得について	マイナンバーの取得と活用方法について、わかりやすくお話しします。	市民課 内線) 11461 直通) 042-460-9820
2	わかりやすい住民税の話	老年者やパート収入等の納税者に対して、わかりやすく市民税のしくみについてお話しします。 ※あわせて納税に関するお話もします。	市民税課 内線) 11326 直通) 042-460-9828
3	西東京市の市税白書について	西東京市の市税の現状について、表やグラフを用いた「市税白書」を使いながらわかりやすくお話しします。	市民税課 内線) 11311 直通) 042-460-9826
4	固定資産税のしくみ	固定資産税(土地・家屋)の評価などについてお話しします。 ○ 固定資産税の概要について ○ 土地に対する固定資産税の評価・課税について ○ 家屋に対する固定資産税の評価・課税について	資産税課 内線) 11334 直通) 042-460-9829
5	国民健康保険制度の話	国民健康保険制度についてお話しします。	保険年金課 内線) 11471 直通) 042-460-9821
6	国民年金制度の話	国民年金制度についてお話しします。	保険年金課 内線) 11492 直通) 042-460-9825
7	地域防災対策のあらまし	災害に強いまちをつくるために、地域ぐるみの防災活動、防災市民組織育成についてお話しします。	危機管理課 内線) 22232 直通) 042-438-4010

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
8	「犯罪被害防止」と「地域の絆」	市内並びに地域ごとの犯罪情勢・防犯対策・地域の自主防犯活動の必要性和防犯パトロール実施要領についてお話しします。	危機管理課 内線) 22232 直通) 042-438-4010
9	交通安全の話 (田無警察署と共同実施)	事故防止を図るために、市内の交通事故の状況、事故防止、交通安全の知識等について田無警察署と市の職員がお話しします。	交通課 内線) 22491 直通) 042-439-4435
10	消費生活の話「安全安心な日常生活を送るために」	消費生活におけるさまざまなトラブルを紹介し、未然に防止するためのコツやすぐに役立つ豆知識をお伝えします。	協働コミュニティ課 内線) 12511 直通) 042-420-2821
11	西東京市の産業振興マスタープラン	市の産業振興に関する施策をまとめた産業振興マスタープランについてお話しします。	産業振興課 内線) 12551 直通) 042-420-2819
12	西東京市の農業について	市内の農業の現状及び取組み等について、お話しします。ファームカー(車両)を使用し、映像等を活用することも可能です。	産業振興課 内線) 12555 直通) 042-420-2820
13	下水道のしくみと種類	公共下水道のしくみと種類についてお話しします。 ・各家庭等から排水する汚水について、安全にかつ衛生的に処理放流するその施設、役割について説明します。 ※年度内に2回程度を予定。事前に相談を。	下水道課 内線) 22484 直通) 042-438-4059

健康・福祉（14番～24番）

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
14	西東京しゃきしゃき体操	下肢筋力とバランス能力向上に効果的な市オリジナル体操をお伝えします。市歌に合わせて楽しく体操ができます。運動初心者、筋力低下・運動不足が気になる方におすすめの体操です。	健康課 内線) 22365 直通) 042-438-4037
15	西東京市の地域福祉計画	市の地域福祉を総合的かつ計画的に推進するため、地域福祉計画の理念とそれを実現するための具体的な取組について、お話しします。	地域共生課 内線) 12313 直通) 042-420-2745
16	介護保険制度と手続	介護保険制度と介護サービスの利用の仕方及び手続についてお話しします。	高齢者支援課 内線) 12325 直通) 042-420-2816
17	「ささえあいネットワーク」のしくみ	高齢者の方たちが、安心して安全に地域での生活を継続できるよう、地域の人々等が連携し、協力していくためのネットワークを構築する必要性についてお話しします。	高齢者支援課 内線) 12336 直通) 042-420-2811
18	西東京市の介護予防について	介護予防の意味、介護予防の必要性などをわかりやすく楽しくお話しします。	高齢者支援課 内線) 12272 直通) 042-420-2812
19	西東京市の障害者基本計画・障害福祉計画	市民アンケート調査を実施し、障害と福祉に関する意義と行動の現状を基礎資料として、障害者基本計画及び障害福祉計画策定についてお話しします。	障害福祉課 内線) 12341 直通) 042-420-2804
20	障害福祉サービスのあらまし	障害者総合支援法に定める障害福祉サービスの概要と、利用申請から支給決定までのながれ、自己負担額などについてお話しします。	障害福祉課 内線) 12346 直通) 042-420-2805

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
21	お口の健康	上手な歯みがきや、むし歯、歯周病の予防、口腔ケア、健口体操や入れ歯についてなどご要望に沿った内容にいたします。 ※日程を決める前に相談を。	健康課 内線) 22368 直通) 042-438-4037
22	キッズの食事～楽しく食べるために～	離乳食・幼児食の進め方や食べさせ方など、乳幼児期の食事に関わる内容について、ご要望に合わせお話をします。 ※日程・内容等、事前にご相談ください。	健康課 内線) 22366 直通) 042-438-4037
23	大人の食育～おいしい食生活のヒント！～	健康づくりや生活習慣病予防のための栄養・食生活について管理栄養士がお話します。	健康課 内線) 22366 直通) 042-438-4037
24	西東京市健康づくり推進プラン	市民や地域の「健康づくりへの取り組み」を支援するために、西東京市が行うべき健康づくり施策についてお話しします。	健康課 内線) 22378 直通) 042-438-4037



子育て・教育（25番～36番）

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
25	西東京市の子育て支援計画	西東京市の子どもと子育て家庭への支援を対象とする現行の計画についてお話しします。	子育て支援課 内線) 11521 直通) 042-460-9841
26	子どもに関する相談・支援について	子ども家庭支援センターのどかの業務についてお話しします。	子ども家庭支援センター 内線) 11920 直通) 042-425-3303
27	子どもの育ちと関わり方	「こんな時、どうしたらいいの？」 子どもの心身の発達に合わせた大人の関わり方をお話しします。 ※日程・内容等、事前にご相談下さい。	幼児教育・保育課 内線) 11536、11537 直通) 042-452-6777
28	子どもの遊び	手遊びやわらべ歌、ふれあい遊びや手作りおもちゃなどを紹介します。 ※日程・内容等、事前にご相談下さい。	幼児教育・保育課 内線) 11536、11537 直通) 042-452-6777
29	子どもの食事	離乳食、乳幼児期の食事、食育などについてお話しします。 ※日程・内容等、事前にご相談下さい。	幼児教育・保育課 内線) 11536、11537 直通) 042-452-6777
30	子どもの健康	乳幼児の健康を守るための生活や病気についてお話しします。 ※日程・内容等、事前にご相談下さい。	幼児教育・保育課 内線) 11536、11537 直通) 042-452-6777
31	児童館のしくみと遊びについて	「児童館ってどんなところ？」 児童館の利用は、0歳から18歳未満までが可能であり、その利用手続きの方法からイベントなどの紹介、また、児童館で行っている手遊びや工作を通じて、児童館の楽しさを地域の子どもたちに知ってもらう。 ※対象は、乳幼児及び乳幼児の保護者、小学生が中心	児童青少年課 内線) 11541 直通) 042-460-9843

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
32	教育委員会のしくみ	「教育委員会って何をするとこ ろ？」という素朴な疑問について、 教育委員会制度（教育委員会制度の 意義やしくみについて。教育長・教 育委員の職務や事務局の役割等）を わかりやすくお話しします。	教育企画課 内線）12616 直通）042-420-2822
33	西東京市の学校教育 の目指すもの	学習指導要領の内容を中心に、学校 教育が目指すものについてお話しす るとともに、西東京市教育委員会の 教育目標、基本方針についてお話し します。	教育指導課 内線）12636 直通）042-420-2827
34	西東京市の生涯学 習の推進について	生涯学習推進指針についての基本理 念や基本的な方向、推進施策・事業 などについてお話しします。	社会教育課 内線）12711 直通）042-420-2831
35	西東京市の文化財 について	市内の文化財について、分かりやす くお話しします。	社会教育課 内線）12712 直通）042-420-2832
36	サークルづくりの お手伝いします	通常、公民館で行われている学習相 談のうち、サークル・グループづく りのご相談を出前にて行います。 サークルづくりのことばかりでな く、組織の運営の仕方や講師との交 渉の方法についてもお相談に応じま す。	柳沢公民館 (TEL) 042-464-8211



市政情報（37番～48番）

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
37	市議会の役割としくみ	定例会の流れ(本会議・常任委員会、特別委員会)、請願・陳情の出し方と提出後の流れ、傍聴の方法等についてお話しします。 ※議会月の3・6・9・12月とその前後1週間は除かせていただきます。	議会事務局 内線) 11715 直通) 042-460-9860
38	西東京市の行財政改革	市の行財政改革への取組についてお話しします。	企画政策課 内線) 11113 直通) 042-460-9800
39	西東京市総合計画・総合戦略について	市の総合計画や、デジタル田園都市国家構想総合戦略についてお話しします。	企画政策課 内線) 11113 直通) 042-460-9800
40	庁舎統合について	庁舎統合に向けた取組について、市の方針や考え方などをお話しします。 ※日程や内容、会場については、事前にご相談ください。	企画政策課 内線) 11113 直通) 042-460-9800
41	西東京市の予算について	西東京市の予算について、「西東京市予算の概要」などを使いながらわかりやすくお話しします。 ※日程を決める前に相談を。(予算編成等の時期は除かせていただきます。)	財政課 内線) 11131 直通) 042-460-9802
42	西東京市の決算について	西東京市の決算について、「西東京市財政白書」などを使いながらわかりやすくお話しします。 ※日程を決める前に相談を。(予算編成等の時期は除かせていただきます。)	財政課 内線) 11131 直通) 042-460-9802
43	市のホームページの活用のしかた	市の様々な行政情報を掲載しているホームページの見方、活用の仕方を、プロジェクターを使いながら、わかりやすくお話しします。 ※市のホームページから市の行政情報を得たいと思っている方を対象とします。	秘書広報課 内線) 11142 直通) 042-460-9804

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
44	西東京市の情報化の取組について	西東京市の地域情報化計画や情報化の取組等についてお話しします。	情報推進課 内線) 11151 直通) 042-460-9806
45	西東京市における情報公開と個人情報の保護	市が行っている情報公開と個人情報の保護への取組についてお話しします。 ○開かれた市政を推進するために行っている市の情報公開制度について ○市が保有する個人情報を守るために行っている対策と市の個人情報保護制度について ※日程を決める前に事前に内容等の相談・確認をお願いします。	総務課 内線) 11227 直通) 042-460-9811
46	統計調査について	国勢調査等国の基幹統計調査の概要や市の主な結果数値等をお話しします。 ※日程を決める前に事前に内容等の相談・確認をお願いします。	総務課 内線) 11221 直通) 042-460-9810
47	西東京市の都市計画マスタープラン	市のまちづくりの基本方針である「西東京市都市計画マスタープラン」に沿って、市全体の将来都市像、まちづくりの目標や、立地適正化計画などについてお話しします。	都市計画課 内線) 22411 直通) 042-438-4050
48	地区計画（まちのルール）のつくり方	「今の良好な住環境を守りたい！」 「もっとこんな地域にしたい！」 地域にお住まいの方が中心となり、まちのルールづくりを考えてみませんか？地区計画（土地を利活用するときに守らなければいけないまちのルール）のつくり方についてお話しします。	都市計画課 内線) 22411 直通) 042-438-4050

環 境 (49番～51番)

番号	講座名	内 容	担当部署・連絡先
49	ゼロカーボンシティの実現に向けた取組	西東京市が目指す環境像である「西東京市環境基本計画」や「地球温暖化対策実行計画（事務事業編）」を中心として、ゼロカーボンシティの実現に向けた取組について説明します。	環境保全課 内線) 3304 直通) 042-438-4042
50	ゼロカーボンシティ環境学習について ※小学校5年生対象	子どもたちから地球環境を良くしていこうとする心と、将来の自然環境を変えていく大きな力を育ていくため、副読本「西東京の環境（電子版）」を使って、ゼロカーボンシティの実現など環境に関する取組を説明します。	環境保全課 内線) 3304 直通) 042-438-4042
51	ごみが生まれ変わるまで ～4Rへの挑戦～	各家庭における4Rの実践を目的として、ごみの減量や資源循環の大切さについてお話しします。	ごみ減量推進課 内線) 3208 直通) 042-438-4043

