

西東京市生活便利帳
**Nishitokyo City
Living Guidebook**

西東京市生活指南手冊

니시도쿄시 생활가이드북



西東京市マスコットキャラクター「いこいーな」
© SHIN-EI/NISHITOKYO-CITY

 西東京市

し せつ あん ない
施設案内マップ
Facilities Map



西東京いこいの森公園
 Nishitokyo Ikoinomori Park



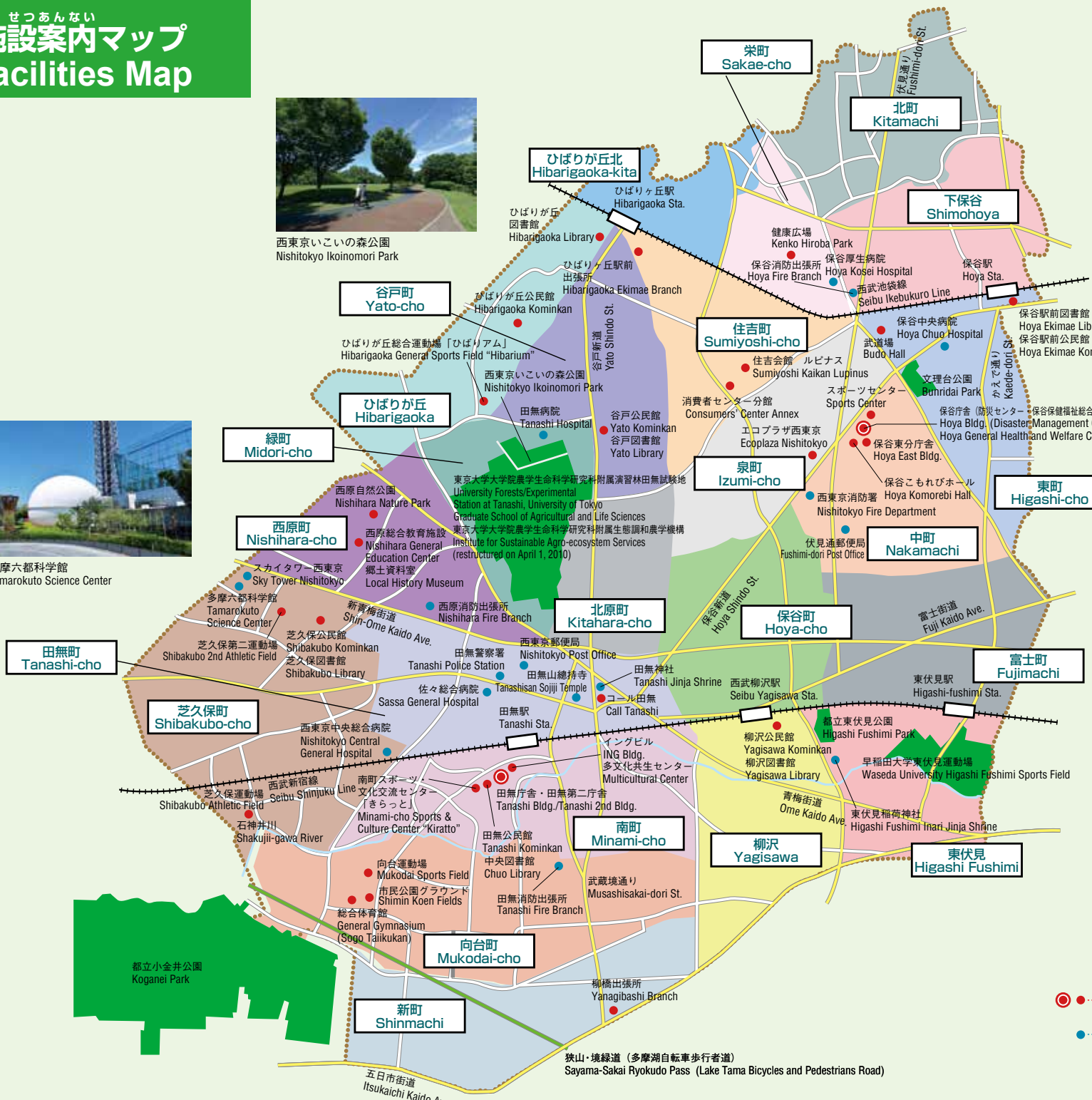
多摩六都科学館
 Tamarokuto Science Center



保谷こもれびホール
 Hoya Komorebi Hall



都立東伏見公園
 Higashi Fushimi Park



- 市の施設
 Municipal Facilities
- その他の施設
 Other Facilities

狭山・境線 (多摩湖自転車歩行者道)
 Sayama-Sakai Ryokudo Pass (Lake Tama Bicycles and Pedestrians Road)

■コミュニティバス (はなバス)

「はなバス」は、路線バスや電車が通っていない地域を走っています。料金は、大人150円、子ども100円（小学校入学前の子どもは無料）です。パスモ(PASMO)、スイカ(Suica)などの交通系ICカードが使えます。一般の回数券は売っていません。75歳以上の西東京市民の方は「敬老回数券」(150円券×10枚で1,000円)が買えます。

■Community Bus (Hana Bus)

The Hana Bus operates in areas not served by other buses or trains. Fares are 150 yen for adults and 100 yen for children (preschool age children ride free). Transportation smartcards, such as Pasmo and Suica, can be used on this bus. There are no general coupon tickets. But coupon tickets for the elderly are available (150 yen-tickets × 10 for 1,000 yen) for Nishitokyo residents who are 75 years of age or older.

■社区巴士 (花巴士)

“花巴士”在没有开通公交线路和电车的区域运行。采用统一车费，大人150日元、小孩100日元（还没上学的儿童免费）。可以使用PASMO、Suica等交通IC卡。不出售普通的回数券。75岁以上的西东京市民可购买“敬老回数券”（150日元卡×10张合计1000日元）。



はなバス
Community Bus (Hana Bus)

■커뮤니티 버스 (하나 버스)

‘하나 버스’는 노선버스와 전철이 통행하지 않는 곳을 운행하고 있습니다. 요금은 어른 150 엔, 어린이 100 엔 (취학 전 아동은 무료) 으로. 파스모 (PASMO), 스이카 (Suica) 등의 교통계 IC 카드 등을 이용할 수 있습니다. 일반 회수권은 판매하지 않습니다. 75세 이상의 니시도쿄 시민은 ‘경로 회수권’ (150 엔권×10 장에 1,000 엔) 을 구매할 수 있습니다.



ひばりヶ丘駅北口
Hibirigaoka Station North Exit



保谷駅南口
Hoya Station South Exit



田無駅北口
Tanashi Station North Exit



東伏見駅南口
Higashi Fushimi Station South Exit

西東京市の紹介

2001年1月、田無市と保谷市が一緒になって西東京市になりました。目標は、「やさしさとふれあいの西東京市に暮らし、まちを楽しむ」です。市民がみんな健康でいきいきと暮らせるようになることです。

西東京市の人口は、現在約20万6千人となり、多摩地域で5番目の都市になりました。また、外国人住民数は約70カ国、約5,200人で人口の約2.5%です。

西東京市の紹介

2001年1月、田無市和保谷市合并为西东京市。城市建设目标是“生活在充满温情与睦友好的西东京。享受愉快的城市生活”。让市民们能生活得健康而生机勃勃。

西东京市现在人口约20万6千人，在多摩地区已成为第5大城市。此外，外国人居民人数为70个国家约5,200人，占人口的2.5%。

●位置

西東京市は、東京の西北部にある武蔵野台地のほぼ中央にあります。
面積：15.75km²（東西4.8km、南北5.6km）
標高：67m

●人口世帯（2020年7月1日現在）

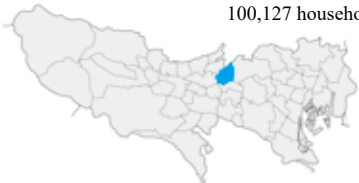
206,011人（外国人住民数5,204人を含む）
100,127世帯

●位置

西东京市位于东京西北部的武蔵野高地的中央部。
面积：15.75km²（东西4.8km、南北5.6km）
标高：67m

●人口、家庭（2020年7月1日現在）

206,011人（包括外国人居民人数5,204人）
100,127户家庭



Introduction to Nishitokyo City

In January 2001, Tanashi City and Hoya City combined to form Nishitokyo City. The goal of Nishitokyo City is for people to enjoy the friendliness and communication of life in Nishitokyo. This means that all people will be healthy and cheerful living in the city.

Nishitokyo currently has a population of about 206,000, making it the fifth largest city in the Tama region. The city is home to about 5,200 registered foreign residents (2.5% of the population) from about 70 different countries.

니시도쿄시 소개

2001년 1월, 타나시시와 호야시가 니시도쿄시로 합쳐졌습니다. 목표는 ‘따뜻함과 만남의 도시. 니시도쿄시에 살며 동네를 즐기는 것’입니다. 시민들이 모두 건강하고 활기차게 살 수 있게 되는 것입니다.

니시도쿄시의 인구도 현재 약 20만 6천명이나 되어 타마 지역의 5번째 도시가 되었습니다. 또한 외국인 주민 수는 약 70개국, 약 5,200명으로 인구의 약 2.5%입니다.

● Location

Nishitokyo is located mostly in the center of the Musashino Plateau in the northwestern part of Tokyo.
Area: 15.75 km² (4.8 km east to west, 5.6 km north to south)
Elevation: 67 meters

● Population / Households (As of July 1, 2020)

206,011 residents (including 5,204 registered foreign residents)
100,127 households

● 위치

니시도쿄시는 도쿄 서북부에 있는 무사시노다이치의 거의 중앙에 위치해 있습니다.
면적：15.75km²（동서 4.8km, 남북 5.6km）
표고：67m

● 인구·세대（2020년 7월 1일 현재）

206,011명（외국인 주민 수 5,204명 포함）
100,127세대

発行にあたって

このガイドブックは、外国人の皆さんが西東京市で必要な手続きや利用できるサービス、生活の生活を相談できること、公共の施設など、生活していくなかで役に立つ情報をまとめたものです。

外国人の皆さんにも西東京市にずっと住み続けてほしいと願い、作りましたので、ぜひ読んでください。

※このガイドブックの情報は、2020年7月1日現在の情報で作りました。

关于发行

本手册概括了外籍人士在西东京市生活中所需的各种有用的信息，包括：必要的手续、可享受的服务、可咨询生活事务的场所、公共设施等。

本手册为使各位外籍人士也能够长久安心居住在西东京市而制作，请一定好好阅读。

※本手册中的信息是根据2020年7月1日现下的信息制作而成的。



About this guidebook

This guidebook provides foreign residents in Nishitokyo City with useful information concerning the necessary procedures, available services, consultation services, public facilities, and other tips on daily life in the city.

We earnestly hope that this guidebook will help foreign residents live in Nishitokyo for a long time.

*The guidebook was written on the basis of information as of July 1, 2020.

발행에 앞서

이 가이드북은 외국인 여러분들이 니시도쿄시에서 필요한 절차나 이용 가능한 서비스, 생활 전반에 대해 상담할 수 있는 곳, 공공시설 등과 같이 생활 속에서 도움이 되는 정보를 정리해 놓은 것입니다.

외국인 여러분에게도 니시도쿄시에서 계속해서 살아 주셨으면 하는 마음으로 만들었으니, 꼭 읽어 주시길 바랍니다.

※이 가이드북의 정보는 2020년 7월 1일 현재 정보를 기반으로 만들었습니다.

もくじ 目次 Table of Contents

施設案内マップ / 커뮤니티バス / Facilities Map / Community Bus	
西東京市の紹介 / Introduction to Nishitokyo City	
発行にあたって / About this guidebook	1
目次 / Table of Contents	2
<ul style="list-style-type: none"> 市役所 / 出張所 / 西東京市多文化共生センター / 西東京市Web / 西東京市くらしの情報 / 新しい窓口の紹介 City Office / Branch Offices / Nishitokyo Multicultural Center / Nishitokyo City Web / Nishitokyo News Letter / New Service Contacts 	
外国語の相談機関 / Foreign Language Consultation Service Organizations	12
<ul style="list-style-type: none"> 行政関係 / 民間 Public Organizations / Private Organizations 	
ライフライン / Lifelines	18
<ul style="list-style-type: none"> 電気・ガス・水道 / 電話・郵便 Electricity, Gas, and Water / Telephone/Postal Services 	
健康と医療 / Health Care	22
<ul style="list-style-type: none"> 東京医療機関案内サービス「ひまわり」/ 病院で治療を受けるとき / 健康診査 / 休日診療案内 Tokyo Medical Information Service - Himawari / Obtaining Medical Treatment / Health Exams / After-hours Care Information 	
市役所での手続き / Procedures Handled at the City Office	28
<ul style="list-style-type: none"> 住民登録 / 住まい / 印鑑登録 / 国民健康保険 / 後期高齢者医療制度 / 国民年金 Resident Registration / Housing / Seal Registration / National Health Insurance / Older Senior Citizen Health Insurance / National Pension 	
税金 / Taxation	56
妊娠・出産・育児・学校 / Pregnancy, Childbirth, Childrearing, and Schools	58
<ul style="list-style-type: none"> 妊娠したときの手続き / 子どもが生まれたときの手続き / 予防接種 (予防注射やワクチンなど) / お母さんと子どもの健康 / 手当・助成 / 保育園の子育てサポート / その他の子育てサポート / 保育園 / 幼稚園 / 児童館・学童クラブ / 学校 Procedures for Pregnant Women / What to Do When a Child Is Born / Immunizations / Mother and Child Health / Allowances and Subsidies / Childrearing Support at Nursery Schools / Other Childrearing Support Programs / Nursery Schools / Kindergarten / Children's Halls and After School Child Care Centers / Schools 	
ごみとリサイクル / Waste and Recycling	82
<ul style="list-style-type: none"> ごみとリサイクル / Waste and Recycling 	
自転車と交通 / Bicycles and Traffic	88
<ul style="list-style-type: none"> 自転車の利用 / Bicycle Use 	
施設案内 / Facility Information	92
<ul style="list-style-type: none"> 文化施設 / 公民館・図書館 / スポーツ施設 / 大きな公園 / その他の施設 Cultural Facilities / Kominkan and Libraries / Sports Facilities / Large Parks / Other Facilities 	
災害などが起きたとき / When a disaster happens	102
<ul style="list-style-type: none"> 地震への備え / 地震が起きたとき / 110番・119番通報の仕方 Earthquake Preparedness / When an Earthquake Strikes / How to Use 110 and 119 	
大使館 / Embassies	108
施設一覧 / List of Facilities	110

目次 목차

设施指南地图/社区巴士/ 시설 안내 맵/커뮤니티 버스	
西東京市の介绍/ 니시도쿄 시의 소개	
关于发行/ 발행에 앞서	1
目录/ 목차	3
<ul style="list-style-type: none"> 市政府/办事处/西東京市多文化共生中心/西東京市Web /西東京市生活信息 /新窗口介绍 시청/ 출장소/ 니시도쿄시 다문화 공생센터/ 니시도쿄시 Web/ 니시도쿄시 생활정보/ 새로운 창구 소개 	
外国语的咨询机关/ 외국어 상담기관	13
<ul style="list-style-type: none"> 行政方面 / 民间 민간 / 행정 관련 	
生活管道 / 라이프라인	19
<ul style="list-style-type: none"> 电力・煤气・自来水 / 电话・邮政 전기・ 가스・ 수도 / 전화・ 우편 	
健康与医疗 / 건강과 의료	23
<ul style="list-style-type: none"> 东京都医疗机关指南服务“向日葵” / 在医院接受治疗时 / 健康检查 / 假日诊疗指南 도쿄도 의료기관 안내 서비스 ‘히마와리’ / 병원에서 치료를 받을 때 / 건강검진 / 휴일 진료 안내 	
要到市政府办理的手续/ 시청에서의 수속	29
<ul style="list-style-type: none"> 居民登记 / 住房 / 印章登记 / 国民健康保险 / 后期高齢者医疗制度 / 国民年金 주민등록 / 주소 / 인감등록 / 국민건강보험 / 후기고령자 의료제도 / 국민연금 	
税金 / 세금	57
妊娠・分娩・育儿・学校 / 임신・출산・육아・학교	59
<ul style="list-style-type: none"> 妊娠后所要办理的手续 / 孩子出生后要办理的手续 / 预防接种 (打预防针或疫苗) / 母与子的健康 / 儿童津贴、补助 / 保育园的育儿支援 / 其他育儿支援 / 保育園 / 幼儿园 / 儿童馆・学童俱乐部 / 学校 임신했을 때의 수속 / 아이가 태어났을 때의 수속 / 예방접종 (예방주사 및 백신 등) / 어머니와 아이의 건강 / 수당・조성 / 보육원의 육아 지원 / 그 밖의 육아 지원 / 보육원 / 유치원 / 아동관・학동클럽 / 학교 	
垃圾与再利用 / 쓰레기와 재활용	83
<ul style="list-style-type: none"> 垃圾与再利用 / 쓰레기와 재활용 	
自行车与交通 / 자전거와 교통	88
<ul style="list-style-type: none"> 自行车的利用 / 자전거의 이용 	
设施指南/ 시설 안내	93
<ul style="list-style-type: none"> 文化设施 / 公民馆・图书馆 / 体育设施 / 大型公园 / 其他设施 문화시설 / 공민관・ 도서관 / 스포츠 시설 / 큰 공원 / 기타시설 	
发生灾害等时 / 재해 등이 발생했을 때	103
<ul style="list-style-type: none"> 对地震的准备 / 发生地震时 / 通报 110、119 电话的方法 지진에 대한 대비 / 지진이 발생했을 때 / 110 번, 119 번 신고 방법 	
大使馆 / 대사관	109
设施一览 / 시설 목록	110

しやくしよ
市役所 / City Office / 市政府 / 시청

市役所は、田無庁舎・田無第二庁舎と保谷庁舎(防災センター・保谷保健福祉総合センター)に分かれています。2つの庁舎は違う仕事をしています。市役所に行くときは、どちらの庁舎か確かめてください。

利用できる時間：月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)

代表電話：042-464-1311

市政府分为田无厅舍・田无第二厅舍和保谷厅舍(防灾中心・保谷保健福祉综合中心)。两处厅舍负责不同的工作。前往市政府的时候, 请事先确认要前往哪一座厅舍。

受理时间: 星期一~星期五的上午8点30分~下午5点(节假日、年末年初除外)

总机电话: 042-464-1311

The city office is divided into the Tanashi Building / Tanashi Second Building and the Hoya Building (Disaster Management Center & Hoya General Health and Welfare Center). The buildings at the two sites handle different services. Please check which site handles the service that you seek before you visit the city office.

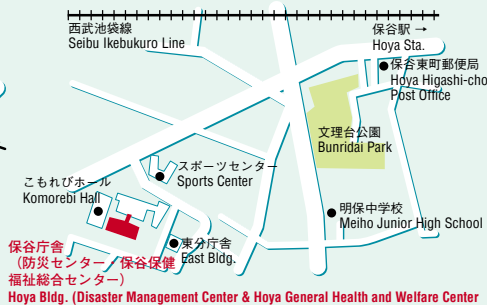
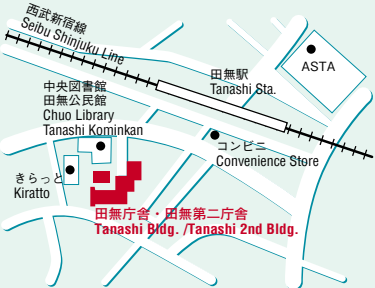
Hours: Mon. to Fri., 8:30 a.m. to 5:00 p.m. (closed on national holidays, New Year's holiday)

Tel: 042-464-1311

시청은 타나시 청사, 타나시 제2청사와 호야 청사(방재센터 및 호야보건복지종합센터)로 나뉘어져 있습니다. 두 청사는 다른 업무를 담당합니다. 시청에 갈 때는 어느 청사로 갈지 확인하세요.

이용시간: 월~금요일 오전 8시 30분~오후 5시(공휴일·연말연시 제외)

대표전화: 042-464-1311



田無庁舎・田無第二庁舎
ところ: 南町 5-6-13

Tanashi Bldg. / Tanashi 2nd Bldg.

Address: 5-6-13 Minami-cho

田无厅舍・田无第二厅舍

地址: 南町 5-6-13

타나시 청사·타나시 제2청사

소재지: 南町(미나미쵸) 5-6-13

保谷庁舎(防災センター・保谷保健福祉総合センター)
ところ: 中町 1-5-1

Hoya Bldg. (Disaster Management Center & Hoya General Health and Welfare Center)

Address: 1-5-1 Nakamachi

保谷厅舍(防灾中心・保谷保健福祉综合中心)

地址: 中町 1-5-1

호야 청사(방재센터 및 호야보건복지종합센터)

소재지: 中町(나카마치) 1-5-1

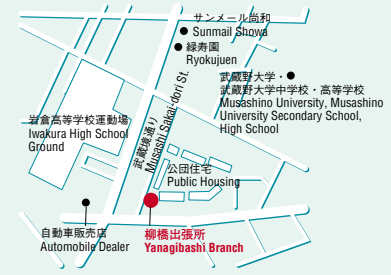
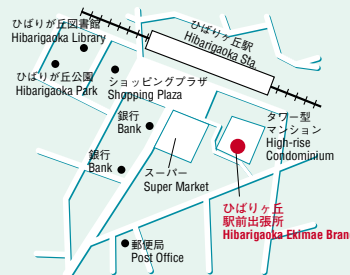
しゅちよしよ
出張所 / Branch Offices / 办事处 / 출장소

市内には2か所の出張所があります。住民登録や印鑑登録ができます。住民票や印鑑登録証明書がもらえます。税金や手数料が払えます。

利用できる時間: 月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)

市内有2家办事处。可以进行居民登记和印章登记。可以领取住民票和印章登录证明书。可以支付税金和手续费。

受理时间: 星期一~星期五的上午8点30分~下午5点(节假日、年末年初除外)



ひばりヶ丘駅前出張所
ところ: 住吉町 3-10-25

HIBARI TOWER 1階

電話: 042-425-7577

Hibarigaoka Ekimae Branch

Address: HIBARI TOWER 1F, 3-10-25

Sumiyoshi-cho

Tel: 042-425-7577

云雀丘駅前办事处

地址: 住吉町 3-10-25 HIBARI TOWER 1楼

电话: 042-425-7577

히바리가오카역 앞 출장소

소재지: 住吉町(스미요시쵸) 3-10-25 HIBARI TOWER 1층

전화: 042-425-7577

柳橋出張所

ところ: 新町 1-4-25

電話: 0422-51-8439

Yanagibashi Branch

Address: 1-4-25 Shinmachi

Tel: 0422-51-8439

柳桥办事处

地址: 新町 1-4-25

电话: 0422-51-8439

야나가바시 출장소

소재지: 新町(신마치) 1-4-25

전화: 0422-51-8439

にしとうきょうし たふんか きょうせい
西東京市多文化共生センター / Nishitokyo Multicultural Center /
西東京市多文化共生中心 / 니시도쿄시 다문화 공생센터



市には、地域で暮らす外国人の皆さんの相談窓口「西東京市多文化共生センター」があります。外国人の生活の中の困ったこと、知りたいことがあるときは相談してください。相談は無料です。多言語でできます。英語・中国語・韓国語・スペイン語やその他の言語で相談できます。テレビ電話を利用した多言語通訳サービス（15言語：2020年11月現在）による相談ができます。利用できる時間：月～金曜日の午前10時～午後4時（祝日・年末年始12月27日～1月4日は休み）



にしとうきょうし たふんか きょうせい
西東京市多文化共生センター
ところ：南町 5-6-18 イングビル 1 階
電話・FAX：042-461-0381
Nishitokyo Multicultural Center
Address: ING Bldg. 1F, 5-6-18 Minami-cho
Tel/Fax: 042-461-0381

The Nishitokyo Multicultural Center provides a consultation service for foreign residents who live in the region.

Consult the center if you have problems or questions related to the life of foreign residents. The consultation service is provided free of charge. The service is offered in multiple languages, including English, Chinese, Korean, Spanish, and others. Multilanguage interpretation is available via videophone (in 15 languages as of November 2020).

Hours: Mon. to Fri., 10:00 a.m. to 4:00 p.m. (The consultation service is closed on national holidays, year-end, and New Year's holiday from December 27 to January 4.)

市内设置有面向居住在本地地区的外国人的咨询窗口“西東京市多文化共生中心”。

外国人在生活中如果遇到困难或有想了解的事情均可前来咨询。咨询免费。提供多种语言服务。可以进行英语・汉语・韩国语・西班牙语和其他语言的咨询。可以通过使用电视电话的多种语言翻译服务（支持15种语言：2020年1月当下）进行咨询。

受理时间：星期一～星期五的上午10点～下午4点（节假日・年末年初12月27日～1月4日休息）

니시도쿄시에는 지역에 거주 중인 외국인 분들의 상담창구인 ‘니시도쿄시 다문화 공생센터’가 있습니다.

외국인 분들이 생활하며 겪는 어려움, 알고 싶은 것이 있을 때는 상담 바랍니다. 상담은 무료로 받을 수 있습니다. 다국어를 지원합니다. 영어, 중국어, 한국어, 스페인어 및 그 외의 언어로 상담이 가능합니다. TV 전화를 이용한 다국어 통역 서비스 (15개 언어 : 2020년 11월 현재)로 상담을 받을 수 있습니다.

이용시간：월～금요일 오전 10시～오후 4시（공휴일 및 연말연시 12월 27일～1월 4일은 휴무）

西東京市多文化共生中心
地址：南町 5-6-18 ING 大厦 1 楼
电话、传真：042-461-0381
니시도쿄시 다문화 공생센터
소재지：南町 (미나미초) 5-6-18 ING 빌딩 1 층
전화 · FAX: 042-461-0381

にしとうきょうし
西東京市 Web / Nishitokyo City Web /
西東京市 Web / 니시도쿄시 Web



市のホームページ「西東京市 Web」は、市民の皆さんがいつでも必要な情報やサービスにつながる事ができます。また、子ども向けサイト、英語サイト、携帯電話用サイトがあります。

ホームページは自動翻訳で見ることができます（英語・中国語・韓国語）。

トップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

子ども向けサイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/kosodate/kids/>

英語サイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/>

携帯電話用サイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>

多言語翻訳ページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

ホームページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

子ども向けサイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/kosodate/kids/>

英語サイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/>

携帯電話用サイトトップページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>

多言語翻訳ページ：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

市主页“西東京市 Web”可以随时连接到市民们需要的信息和服务。此外，还有面向儿童的网站、英语网站、和手机版网站。

主页提供自动翻译功能（英语・汉语・韩国语）。

主页：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

儿童网站主页：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/kosodate/kids/>

英语网站主页：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/>

手机版网站主页：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

多种语言翻译页面：<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

にしとうきょうし じょうほう
西東京市くらしの情報 / Nishitokyo News Letter /
西東京市生活信息 / 니시도쿄시 생활정보



市では市民ボランティア団体と協力して、市報の中から生活に役立つ情報の記事を選んでいきます。多言語に翻訳した生活情報紙「西東京市くらしの情報」を毎月作っています。

公民館や市役所などに置いてあります。市のホームページでも見ることができます。

市政府与市民志愿者团体合作，从市报中选出对生活有用的信息报道。每月制作翻译成多种语言的生活信息报“西東京市生活信息”。报刊放置在公民馆和市政府等处。也可以在市主页上浏览。

You can access the official website "Nishitokyo City Web" whenever you need information or services. We also have a website for children, a website in English, and a website for mobile phones.

You can view these Web pages via automatic website translation (in English, Chinese, and Korean).

Main page: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

Children's page: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/kosodate/kids/>

English site main page: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/>

Mobile phone main page: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

Multilanguage translation pages: <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/multilingual/>

福祉丸ごと相談窓口 / Comprehensive Welfare Consultation Service



福祉まるごと相談窓口（田無庁舎）は、①生活サポート相談窓口、②ほっとネット田無ステーション、③生涯現役応援窓口があるところです。

お問い合わせ：福祉丸ごと相談窓口（田無庁舎）
 ①生活サポート相談窓口（福祉丸ごと相談窓口内）
 電話：042-420-2809
 ②ほっとネット田無ステーション（福祉丸ごと相談窓口内）
 電話：042-497-4158
 ③生涯現役応援窓口（火曜日・木曜日・金曜日の午前9時30分から午後3時まで）（福祉丸ごと相談窓口内）
 電話：042-455-6490

- ①生活サポート相談窓口
 仕事や生活などに心配のある人は、生活サポート相談窓口に来てください。
 仕事が見つからない人、借金が増えてきた人、家賃が払えないなどお金に困っている人、働きたいけど何をしたらいいかわからない人、自分や家族のことで心配がある人は、相談してください。相談員と一緒に考えます。
- ②ほっとネットステーション
 どこに相談したらいいかわからないとき、相談することです。困っていることを一緒に考えます。助けてくれるところを探します。
- ③生涯現役応援窓口
 原則55歳以上の方は、仕事や社会参加の相談

ができます。
 上記のような内容で困っていることを、相談窓口で相談員と一緒に考えるところです。相談は日本語です。

The Comprehensive Welfare Consultation Service (in the Tanashi Building) is located in the same area as the 1) Living Support Consultation Service, 2) Hotto Net Tanashi Station, and 3) Lifelong Working Support Service.

Inquiries: Comprehensive Welfare Consultation Service (Tanashi Building)
 1) Living Support Consultation Service (in the Comprehensive Welfare Consultation Service)
Tel: 042-420-2809
 2) Hotto Net Tanashi Station (in the Comprehensive Welfare Consultation Service)
Tel: 042-497-4158
 3) Lifelong Working Support Service (Tuesdays, Thursdays and Fridays, from 9:30 a.m. to 3:00 p.m.) (in the Comprehensive Welfare Consultation Service)
Tel: 042-455-6490

- 1) Living Support Consultation Service**
 Visit our Living Support Consultation Service when you have concerns about work or living in the city.
 Consult us if you cannot find a job, have increasing debts, are not able to pay rent or have other financial problems, want to work but have no idea what to do, or are otherwise concerned about yourself or your family. Our consultants will consider your problem together with you.
- 2) Hotto Net Station**
 Consult the station if you do not know which service to seek. They will consider your concerns together with you and look for services that will help.
- 3) Lifelong Working Support Service**
 Persons who are aged 55 years or older are able to consult the service about work and social engagement.
 Consultants will consider the concerns above together with you. The service is provided in the Japanese language.

福祉相关咨询窗口 / 복지 상담 창구

福祉相关咨询窗口（田无厅舎）位于设有①生活支援咨询窗口、②安心网田无站、③生涯现役应援窗口的地方。

咨询：福祉相关咨询窗口（田无厅舎）
 ①生活服务咨询窗口（福祉相关咨询窗口内）
 电话：042-420-2809
 ②安心网田无站（福祉相关咨询窗口内）
 电话：042-497-4158
 ③生涯现役应援窗口（星期二・星期四・星期五的上午9点30分至下午3点）（福祉相关咨询窗口内）
 电话：042-455-6490

- ①生活支援咨询窗口
 对工作和生活等有所担忧的人，请前来生活支援咨询窗口。
 找不到工作的人、欠债增加的人、支付不起房租等存在资金困难的人、有就业倾向却不知如何选择的人、为自己和家人担心的人，请前来咨询。咨询员会与您一同考虑。
- ②安心网田无站
 不知道该找谁商量的时候可以在此进行咨询。一起考虑困难的事情。寻找能够帮助解决问题的地方。
- ③生涯现役应援窗口
 原则上可以向55岁以上的人，提供工作和参加社会活动相关的咨询。
 上述令人困扰的问题，可在咨询窗口和咨询员一起商量。可以在咨询窗口和咨询员一起商量。咨询时使用日语。



복지 통제로 상담 창구（타나시 청사）는 ①생활 서포트 상담 창구, ②핫넷 타나시 스테이션, ③생활 현역 응원 창구에 있습니다.

문의：복지 통제로 상담 창구（타나시 청사）
 ①생활 서포트 상담 창구（복지 통제로 상담 창구 내）
 전화：042-420-2809
 ②핫넷 타나시 스테이션（복지 통제로 상담 창구 내）
 전화：042-497-4158
 ③평생 현역 응원창구（화요일, 목요일, 금요일의 오전 9시 30분부터 오후 3시까지）（복지 통제로 상담 창구 내）
 전화：042-455-6490

- ①생활 서포트 상담 창구
 일이나 생활 면에서 걱정이 있는 분은 생활 서포트 상담 창구로 와 주시기 바랍니다.
 일을 찾지 못한 분, 빛이 늘어난 분, 집세를 낼 수 없다 등의 돈 문제 때문에 고민하는 분, 일을 하고 싶지만 뭘 해야 할지 모르겠다는 분, 본인이나 가족 때문에 걱정이 많은 분은 상담을 신청해 주세요. 상담원이 함께 고민하겠습니다.
- ②핫넷 스테이션
 어디로 상담하면 될지 모를 때는 이곳에서 상담하시면 됩니다. 고민하는 것에 대해 함께 생각해 보겠습니다. 도움을 줄 곳을 찾겠습니다.
- ③평생 현역 응원 창구
 원칙적으로 55세 이상인 분께 일이나 사회 참가에 대한 상담을 해 드릴 수 있습니다.
 위와 같은 내용으로 어려움을 겪고 있는 분들이 상담 창구에서 상담원과 함께 생각해 보는 곳입니다. 일본어로 상담합니다.



問い合わせ：子育て支援課子ども相談係（住吉会館内）
電話：042-439-6645

西東京市には、「西東京市子ども条例」があります。まち全体で子どもの育ちを支える、子どもにやさしい西東京市をつくっていきます。

子どもは、ひとりひとりが人間として、その人格や権利が大切にされ、安全な暮らしが守られます。

“子ども相談室 ほっとルーム”は、子どものことであればどんなことでも相談できます。子どもがいじめられたり、暴力を受けたり、つらい思いをしているとき、誰かに話を聞いて欲しいとき、電話してください。

(相談について)

受付時間：月～金曜日の午後2時から午後8時まで
土曜日の午前10時から午後4時まで
※日曜日・祝日・年末年始を除く

相談専用電話：0120-9109-77
場所：住吉会館ルピナス2階



Child Consultation Service Hotto Room
Inquiries: Child Care Consultation, Child Care Support Section (in Sumiyoshi Kaikan Lupinus)
Tel: 042-439-6645

Nishitokyo City has the Nishitokyo Child Care Ordinance. We will formulate a city that is child-friendly and supports comprehensive child development.

Each child is a human being, their safety is protected, and their personalities and rights are respected.

You can consult the Child Consultation Service Hotto Room for any concerns about children. Call us if you are bullied, physically abused, or mentally anxious, or if you want somebody to listen to you.

(Consultation)

Hours: Mondays through Fridays from 2:00 p.m. to 8:00 p.m.
Saturdays, from 10:00 a.m. to 4:00 p.m.

*Closed on Sundays and national, year-end, and New Year's holidays

Consultation notifications: 0120-9109-77

Location: Sumiyoshi Kaikan Lupinus 2F

儿童咨询室 安心空间
咨询: 育儿支援课儿童咨询系(住吉会馆内)
电话: 042-439-6645

西东京市设有“西东京市儿童条例”。在整个城市里为孩子的成长提供支援，为孩子们打造一个充满温情的西东京市。

将每个孩子视为独立的人，重视其人格和权利，保护他们可以安全的生活。

只要是关于孩子，任何问题都可以前往“儿童咨询室 安心空间”进行咨询。当孩子受到欺凌、遭到暴力、觉得痛苦的时候，希望找谁倾诉的时候，请拨打我们的电话。

(关于咨询)

受理时间: 星期一～星期五的下午2点至晚上8点

星期六的上午10点至下午4点

※ 星期日・节假日・年末年初除外

咨询专用电话: 0120-9109-77

地址: 住吉会馆 Lupinus 2 楼

어린이 상담실 핫룸
문의: 육아지원과 어린이 상담계(스미요시 회관내)
전화: 042-439-6645

니시도쿄시에는 ‘니시도쿄시 어린이 조례’가 있습니다. 도시 전체에서 육아를 지원, 어린이에게 따뜻한 니시도쿄시를 만들어 나가겠습니다.

어린이는 한 사람 한 사람이 인간으로서 인격과 권리를 존중받고, 안전한 생활을 보장받습니다.

‘어린이 상담실 핫룸’은 어린이와 관련된 모든 문제에 대해 상담이 가능합니다. 아이들에게 괴롭힘 또는 폭력을 당했거나 힘이 들 때, 누군가에게 이야기를 털어놓고 싶을 때 전화주세요.

(상담)

이용시간: 월～금요일 오후 2시부터 오후 8시까지

토요일 오전 10시부터 오후 4시까지

※ 일요일・공휴일・연말연시 제외

상담전용전화: 0120-9109-77

장소: 스미요시 회관 루피ナス 2층





きょうせいけんけい 行政関係

●外国人在留総合インフォメーションセンター

出入国在留管理局で、入国・在留について英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語などで相談できます。

相談できる時間：月～金曜日の午後1時～午後5時15分

ところ：港区港南 5-5-30

電話：0570-013904 (IP、PHS、海外からは03-5796-7112)

●外国人総合相談支援センター

入国管理手続などの行政手続、生活に関する相談と情報提供をしています。

英語・中国語＝月～金曜日(第2・4水曜は除く)、ポルトガル語＝月・火・水曜日、スペイン語＝月・火・水曜日、インドネシア語＝火曜日、ベトナム語＝月・水曜日、タガログ語＝金曜日

ところ：新宿区歌舞伎町 2-44-1 東京都健康プラザハイジア 11階

電話：03-3202-5535

●外国人在留支援センター(FRESC/フレスク)

日本に住んでいる外国人を助けるためのいろいろな相談ができる場所が集まっています。困っている外国人が相談できます。

相談できる時間：月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)

ところ：新宿区四谷 1-6-1 四谷タワー 13階

電話：0570-011000 (ナビダイヤル) (IP、海外からは03-5363-3013)

●東京外国人雇用サービスセンター

外国人への情報提供、職業相談・紹介をしています。英語・中国語の通訳がありますが、日にちが決まっています。通訳がほしい人は、電話をしてから来てください。

相談できる時間：月～金曜日の午前8時15分～午後5時15分

ところ：新宿区四谷 1-6-1 コモレ四谷

四谷タワー 13階

電話：0570-011000 (ナビダイヤル)

Public Organizations

● Immigration Information Center

Immigration Services Bureau can answer questions regarding immigration and residency in English, Chinese, Korean, Spanish, and Portuguese.

Consultation hours: Monday to Friday, 1:00 p.m. to 5:15 p.m.

Address: 5-5-30 Konan, Minato-ku

Tel: 0570-013904 (for IP and PHS phones, and from overseas, Tel: 03-5796-7112)

● Consultation Support Center for Foreign Residents

The center offers advice and information concerning administrative procedures, such as immigration/visa procedures, as well as various problems encountered in everyday life.

English and Chinese: Monday to Friday (excluding the second and fourth Wednesdays of the month); **Portuguese:** Mondays, Tuesdays and Wednesdays; **Spanish:** Mondays, Tuesdays, and Wednesdays; **Indonesian:** Tuesdays; **Vietnamese:** Mondays and Wednesdays; **Tagalog:** Fridays

Address: Tokyo Metropolitan Health Plaza Hygeia 11F, 2-44-1 Kabuki-cho, Shinjuku-ku

Tel: 03-3202-5535

● Foreign Resident Support Center (FRESC)

Various consultation services are available to help foreign residents in Japan. Foreign residents who have problems can consult the center for services.

Consultation hours: Monday to Friday, 9:00 a.m. to 5:00 p.m.(closed holidays)

Address: Yotsuya Tower 13F, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku

Tel: 0570-011000(navigation dial) (for IP and from overseas, Tel: 03-5363-3013)

● Tokyo Employment Service Center for Foreigners

This center provides information to foreign residents and also offers job counseling and referrals. Interpretation in English and Chinese is available on specified days only. If you need interpretation, call the service before visiting.

Consultation hours: Monday to Friday, 8:15 a.m. to 5:15 p.m.

Address: Yotsuya Tower 13F, CO・MO・RE YOTSUYA, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku

Tel: 0570-011000(navigation dial)

行政方面

●外国人在留総合信息中心

出入国在留管理局可提供英語、漢語、韓国語、西班牙語、葡萄牙語等有关入境、居留的咨询服务。

咨询时间：星期一至星期五的下午1点～下午5点15分

地址：港区港南 5-5-30

电话：0570-013904 (IP 电话、PHS、海外拨打为 03-5796-7112)

●外国人総合相談支援センター

提供入境管理手続等行政手続、生活相关咨询及信息。

英語、漢語＝星期一至星期五(第2、4个星期三除外); 葡萄牙語＝星期一、星期二、星期三; 西班牙語＝星期一、星期二、星期三; 印度尼西亚語＝星期二; 越南語＝星期一、星期三; 菲律賓語＝星期五

地址：新宿区歌舞伎町 2-44-1 東京都健康广场 HYGEIA 11 楼

电话：03-3202-5535

●外国人在留支援センター(FRESC)

为了帮助住在日本的外国人，聚集了可以提供各类咨询的设施。有困难的外国人可以前来咨询。

咨询时间：星期一至星期五上午9点～下午5点(节假日除外)

地址：新宿区四谷 1-6-1 四谷 TOWER13 楼

电话：0570-011000 (热线电话) (IP、海外请拨打 03-5363-3013)

●東京外国人雇用サービスセンター

为外国人提供信息、职业咨询与介绍。提供英語・漢語的翻译，但是有固定的日期。如果需要翻译，请先致电再前来咨询。

咨询时间：星期一至星期五上午8点15分～下午5点15分

地址：新宿区四谷 1-6-1 komore 四谷 四谷 TOWER13 楼

电话：0570-011000 (热线电话)

행정 관련

●외국인 체류 종합 인포메이션센터

출입국체류관리국에서 입국·체류에 관한 상담을 할 때 영어, 중국어, 한국어·조선어, 스페인어, 포르투갈어 등으로 대응합니다.

상담일시: 월~금요일의 오후 1시~오후 5시 15분

소재지: 港区港南(미나토구 코난) 5-5-30

전화: 0570-013904(IP 전화·PHS·해외에서는 03-5796-7112)

●외국인 종합 상담지원센터

입국 관리 수속 등의 행정 수속, 생활에 관한 상담 및 정보를 제공하고 있습니다.

영어·중국어=월~금요일(둘째·넷째 수요일 제외), 포르투갈어=월·화·수요일, 스페인어=월·화·수요일, 인도네시아어=화요일, 베트남어=월·수요일, 타갈로그어=금요일

소재지: 新宿區歌舞伎町(신주쿠구 카부키쵸) 2-44-1 도쿄도 건강 플라자 하이ジア 11층

전화: 03-3202-5535

●외국인재류지원센터(FRESC/프레스크)

일본에 거주 중인 외국인을 돕기 위한 상담을 다양하게 받을 수 있는 곳들이 한데 모여 있습니다. 어려움을 겪고 있는 외국인분들은 상담을 받을 수 있습니다.

상담일시: 월~금요일의 오전 9시~오후 5시(공휴일 제외)

소재지: 新宿區四谷(신주쿠구 요즈야) 1-6-1 요즈야타워 13층

전화: 0570-011000(대표전화) (IP 전화·해외에서는 03-5363-3013)

●도쿄 외국인 고용 서비스센터

외국인을 위한 정보 제공, 직업 상담·소개를 실시하고 있습니다. 영어, 중국어 통역이 있으나 날짜가 정해져 있습니다. 통역이 필요한 분은 전화를 한 후 방문주세요.

상담일시: 월~금요일의 오전 8시 15분~오후 5시 15분

소재지: 新宿區四谷(신주쿠구 요즈야) 1-6-1 고모레 요즈야 요즈야타워 13층

전화: 0570-011000(대표전화)

●**東京都外国人相談**
医療・教育・仕事に関することなど日常生活についての相談ができます。

相談できる時間:
午前9時30分～正午、午後1時～5時
英語＝月～金曜日
電話：03-5320-7744
中国語＝火・金曜日
電話：03-5320-7766
韓国語＝水曜日
電話：03-5320-7700

ところ：新宿区西新宿 2-8-1
東京都庁第一本庁舎3階北側 都民の声係
「外国人相談」

●**東京都労働相談情報センター国分寺事務所**
日本で働くために必要な法律や決まり、賃金がもらえないときや解雇など職場でのトラブルについて英語でアドバイスをします。英語以外の人の相談は、事前に聞いてください。

英語で相談できる時間：水曜日の午後2時から4時まで（事務所にきて相談する人は来る前に予約してください）
日本語で相談できる時間：月～金曜日の午前9時から午後5時まで（正午～午後1時は昼休み、祝日と12月29日から1月3日は休み）

ところ：国分寺市南町 3-22-10
電話：042-321-6110

●**西京市多文化共生センター**
外国人の日常生活について多言語で相談ができます。また、外国人向けの情報や日本語教室の案内、国際交流やボランティアについての情報などがあります。センターの窓口で通訳できる言語についてはセンターに聞いてください。

利用できる時間：月～金曜日の午前10時～午後4時
休み：祝日・年末年始（12/27～1/4）
ところ：南町 5-6-18 イングビル 1階
電話・FAX：042-461-0381

●**Tokyo Metropolitan Foreign Resident Consultation Service**

Offers consultations on everyday life issues such as healthcare, education and employment for foreign residents.

Consultation hours: 9:30 a.m. to 12 noon, 1:00 to 5:00 p.m.
English: Monday to Friday
Tel: 03-5320-7744
Chinese: Tuesdays, Fridays
Tel: 03-5320-7766
Korean: Wednesdays
Tel: 03-5320-7700

Address: Citizens Voice, Foreign Resident Consultation Service, Tokyo Metropolitan Main Building No. 1 3F (north side), 2-8-1 Nishi-shinjuku, Shinjuku-ku

●**Tokyo Metropolitan Labor Consultation Center Kokubunji Office**

Advice is available in English regarding laws and rules applicable to working in Japan, unpaid wages, dismissal, and other workplace problems. Ask in advance for consultation in a language other than English.

Consultation hours in English: Wednesdays 2:00 to 4:00 p.m. (make an appointment in advance if you want to visit the office)
Consultation hours in Japanese: Mondays through Fridays from 9:00 a.m. to 5:00 p.m. (closed from 12:00 noon to 1:00 p.m. for lunch; service closed on national holidays and from December 29 to January 3)

Address: 3-22-10 Minami-cho, Kokubunji City
Tel: 042-321-6110

●**Nishitokyo Multicultural Center**

The consultation service is available in multiple languages regarding the daily lives of foreign residents. Information is also available for foreign residents, Japanese language classes, international exchange, and volunteering. Contact the center for languages with available interpretation at the center.

Hours: Monday to Friday, 10:00 a.m. to 4:00 p.m.
Closed: National holidays and New Year's holiday (Dec. 27 to Jan. 4)
Address: ING Bldg. 1F, 5-6-18 Minami-cho
Tel/Fax: 042-461-0381

●**東京都外国人咨询**

向外国人提供有关医疗、教育、工作等日常生活方面的咨询服务。

咨询时间：上午9点30分～中午、下午1点～5点
英语＝星期一～星期五
电话：03-5320-7744
汉语＝星期二・星期五
电话：03-5320-7766
韩语＝星期三
电话：03-5320-7700
地址：新宿区西新宿 2-8-1
東京都庁第一本庁舎3楼北侧 都民之声系“外国人咨询”

●**東京都劳动咨询信息中心国分寺事务所**

针对在日本工作所需的法律和规则、拒付工资和解雇等职场纠纷，用英语给出建议。如需英语以外的咨询，请事先询问。

英语咨询时间：星期三下午2点至4点（前往事务所咨询者请事先预约）
日语咨询时间：星期一～星期五上午9点至下午5点（中午～下午1点为午休时间，节假日及12月29日至1月3日休息）
地址：国分寺市南町 3-22-10
电话：042-321-6110

●**西京市多文化共生中心**

关于外国人的日常生活，可提供多种语言咨询。另外，还有面向外国人的信息及日语教室的介绍、国际交流和志愿者的信息。关于中心的窗口可提供口语翻译，请前来中心咨询。

受理时间：星期一～星期五的上午10点～下午4点
休息日：节假日、年末年初（12/27～1/4）
地址：南町 5-6-18 ING 大厦 1楼
电话・传真：042-461-0381

●**도쿄도 외국인상담**

외국인 여러분을 위해 의료·교육·일에 관한 것 등 일상생활상의 상담을 받습니다.

상담시간: 오전 9시 30분 ~ 정오, 오후 1시 ~ 5시
영어: 월 ~ 금요일
전화: 03-5320-7744
중국어: 화 · 금요일
전화: 03-5320-7766
한국어: 수요일
전화: 03-5320-7700
소재지: 新宿區西新宿 (신주쿠구 니시신주쿠) 2-8-1
도쿄 도청 제1본청사 3층 북측 도민의 목소리계 ‘외국인 상담’

●**도쿄도 노동상담 정보센터 고쿠분지 사무소**

일본에서 일하기 위해 필요한 법률이나 규칙, 임금 미지불과 해고 등과 같은 직장 내 트러블에 대해 영어로 조언을 해 드립니다. 영어 이외의 언어를 모국어로 하는 분의 상담은 사전에 문의 바랍니다.

영어로 상담 가능한 시간: 수요일 오후 2시부터 4시까지 (사무소에서 상담을 받는 분은 사전에 예약해 주셔야 합니다)
일본어로 상담 가능한 시간: 월 ~ 금요일 오전 9시부터 오후 5시까지 (정오 ~ 오후 1시는 점심시간, 공휴일 및 12월 29일부터 1월 3일은 휴무)
소재지: 國分寺市南町 (고쿠분지시 미나미쵸) 3-22-10
전화: 042-321-6110

●**니시도쿄시 다문화공생 센터**

외국인분들의 일상생활에 대해 다국어로 상담이 가능합니다. 또한 외국인들을 위한 정보나 일본어 교실 안내, 국제교류 및 봉사활동에 대한 정보 등이 있습니다. 센터의 창구에서 통역 가능 언어에 대한 내용은 센터로 문의 주세요.

이용일: 월 ~ 금요일 오전 10시 ~ 오후 4시
휴무일: 공휴일 · 연말연시 (12/27~1/4)
소재지: 南町 (미나미쵸) 5-6-18 ING 빌딩 1층
전화 · FAX: 042-461-0381

民間

● Japan Helpline

各国語で生活全般の相談ができます。24時間相談ができます。
電話：0120-46-1997

● 法律相談 (日本司法支援センター 法テラス)

生活に困っている人が、無料で相談できます。多言語(英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、タイ語)で相談できます。法律の制度や手続き、関係機関の案内などを行っています。
相談できる時間：月～金曜日の午前9時～午後9時、土曜日の午前9時～午後5時
ところ：新宿区四谷1-6-1 四谷タワー13階
電話：0570-078374、IPからは03-6745-5600、0570-078377(多言語対応)

Private Organizations

● Japan Helpline

Offers general consultations in multiple languages. Available 24 hours a day.
Tel: 0120-46-1997

● Legal Consultation (Japan Legal Support Center [JLTC/Houterasu])

Advice is available free of charge to persons who have difficulty living in the city. Service is available in multiple languages (English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Vietnamese, Tagalog, Nepalese, and Thai). Information is provided concerning legal systems, proceedings, and related institutions.
Hours: Mondays through Fridays from 9:00 a.m. to 9:00 p.m. and Saturdays from 9:00 a.m. to 5:00 p.m.
Address: Yotsuya Tower 13F, CO・MO・RE YOTSUYA, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku
Tel: 0570-078374, for IP, Tel: 03-6745-5600, 0570-078377 (multiple languages)



民間

● Japan Helpline

用各种语言提供生活各方面的咨询。可24小时接受咨询。
电话：0120-46-1997

● 法律咨询 (日本司法支援中心 法律平台)

生活困难的人可以免费咨询。支持多种语言(英语、汉语、韩语、西班牙语、葡萄牙语、菲律宾语、尼泊尔语、泰语)咨询。提供法律制度 and 手续、相关机关的介绍等。
咨询时间：星期一～星期五上午9点～晚上9点，星期六上午9点～下午5点
地址：新宿区四谷1-6-1 四谷 TOWER13楼
电话：0570-078374、IP请拨打03-6745-5600、0570-078377(多种语言对应)

민간

● Japan Helpline

각국 언어로 생활 전반의 상담이 가능합니다. 24시간 상담 가능.
전화：0120-46-1997

● 법률상담 (일본사법지원센터 법 테라스)

생활에 어려움이 있는 분들은 무료로 상담이 가능합니다. 다국어(영어, 중국어, 한국어, 스페인어, 포르투갈어, 베트남어, 타갈로그어, 네덜어, 태국어)로 상담이 가능합니다. 법률의 제도나 절차, 관계기관을 안내해 드립니다.
상담일시：월～금요일 오전9시～오후9시, 토요일 오전9시～오후5시
소재지：新宿區四谷(신주쿠구 요츠야) 1-6-1 요츠야타워 13층
전화：0570-078374, IP 전화는 03-6745-5600, 0570-078377(다국어 지원)





● 電気・ガス・水道

● 公共料金の支払い

電気・ガス・水道など公共料金の支払いは、それぞれの会社から来る納付書(お金を払うための紙)でコンビニエンスストアなどで払うことができます。預金口座から自動的に引落とすこともできます。手続きは、納付書と通帳(印鑑があれば印鑑も)を持って金融機関でします。

引越のときは、引越の日まで使った分を払います。3~4日前までに知らせてください。

● 電気

西東京市の電気は、100ボルト、50Hzです。会社は東京電力です。

問い合わせ: 東京電力カスタマーセンター
料金の確認・引越・契約変更 = 0120-995-661

その他 = 0120-995-662

利用できる時間: 月~土曜日の午前9時~午後5時

休み: 日曜日、祝日(停電などの緊急時は休みなし、24時間いつでも電話してください。)

● ガス

問い合わせ: 東京ガスお客様センター

電話: 0570-002211

引越専用電話: 03-6838-9003

利用できる時間: 月~土曜日の午前9時~午後7時、日曜日・祝日の午前9時~午後5時

休み: なし(ガス漏れしたときは24時間いつでも電話してください)

プロパンガス: 近くのプロパンガスの店へ知らせてください。

● 水道

使い始めるとき、止めるときは水道局へ知らせてください。料金は2か月に1回、下水道料金と一緒に払ってください。

問い合わせ: 多摩お客さまセンター

<引越・契約変更について>

電話: 0570-091-101、042-548-5100

■ Electricity, Gas, and Water

● Payment of Utility Bills

Utility bills for electricity, gas and water service can be paid at convenience stores using the payment slips sent to you from the utility companies. To sign up for automatic transfer, take your payment slip and your bankbook (and your personal seal if you have one) to your financial institution.

If you plan to move, you need to pay the utilities that you used up to the day of moving. Please notify the utilities of the planned move three or four days in advance.

● Electricity

In Nishitokyo City, electricity is supplied at 100V, 50Hz from Tokyo Electric Power Company.

Inquiries: Tokyo Electric Customer Center
Confirmation of bills/ moving/ contract revisions: 0120-995-661

Other: 0120-995-662

Hours: Monday to Saturday, 9:00 a.m. to 5:00 p.m.

Closed: Sundays and national holidays (for blackouts or other emergencies, the office will remain open and able to respond 24 hours a day)

● Natural Gas

Inquiries: Tokyo Gas Customer Center

Tel: 0570-002211

Moving notifications: 03-6838-9003

Hours: Monday to Saturday, 9:00 a.m. to 7:00 p.m., Sundays and national holidays from 9:00 a.m. to 5:00 p.m.

Closed: None (in the event of a gas leak, call at any time 24/7)

Propane gas: Inform the propane gas store near you.

● Water

Notify the Bureau of Waterworks to start or stop the water supply. Pay the water bill once every two months together with the sewerage bill.

Inquiries: Tama Customer Center

Moving, Contract Changes

Tel: 0570-091-101, 042-548-5100



■ 電力・煤气・自来水

● 公共费用的缴纳

電力・煤气・自来水等公共费用的支付, 可以使用各个公司寄来的缴纳书(用于支付的纸张)在便利店等处进行支付。也可以从存款账户中自动扣除。请携带缴纳单与存折(如有印章, 请同时携带上印章)到金融机构办理相关手续。

搬家时, 要支付直至搬家日为止使用过的部分。请于3~4天前通知。

● 电力

西东京市的电力规格为100V、50Hz。公司为东京电力。

咨询: 东京电力客服中心

费用的确认・搬家・合同变更 = 0120-995-661

其他 = 0120-995-662

受理时间: 星期一~星期六的上午9点~下午5点

休息日: 星期日、节假日(发生停电等紧急情况不休息, 24小时对应)

● 煤气

咨询: 东京煤气客服中心

电话: 0570-002211

搬迁专用电话: 03-6838-9003

受理时间: 星期一~星期六的上午9点~晚上7点, 星期日・节假日的上午9点~下午5点

休息日: 无(如遇煤气泄漏的状况, 可以24小时随时来电)

丙烷气: 请通知附近的丙烷气商店。

● 自来水

开始使用和停止使用时请通知水道局。费用每2个月结算一次, 请和下水道费用一起支付。

咨询: 多摩顾客中心

<搬迁或合同变更时>

电话: 0570-091-101、042-548-5100

■ 전기・가스・수도

● 공공요금 납부

전기, 가스, 수도 등의 공공요금은 각 회사에서 보내는 납부서(돈을 지불할 때 필요한 종이)를 가지고 편의점 등에서 납부할 수 있습니다. 예금계좌에서 자동이체할 수도 있습니다. 수속은 납부서와 통장(인감이 있으면 인감)을 가지고 금융기관에서 하십시오.

이사를 할 때는 이사를 하는 날까지 사용한 만큼을 납부하게 됩니다. 3~4일 전까지 알려주시기 바랍니다.

● 전기

니시도쿄시의 전기는 100볼트, 50Hz입니다. 회사는 도쿄전력입니다.

문의: 도쿄 전력 고객센터

요금 확인・이사・계약 변경: 0120-995-661

기타: 0120-995-662

이용시간: 월~토요일 오전 9시~오후 5시

휴무일: 일요일, 공휴일(정전 등 긴급시에는 휴무일 없이 24시간 대응)

● 가스

문의: 도쿄 가스 고객센터

전화: 0570-002211

이사전용전화: 03-6838-9003

이용시간: 월~토요일 오전 9시~오후 7시, 일요일 및 공휴일 오전 9시~오후 5시

휴무일: 없음(가스가 샐을 때는 24시간 언제든지 전화 바랍니다)

프로판 가스: 근처 프로판 가스 가게로 알려주세요.

● 수도

사용을 시작할 때, 멈출 때는 수도국으로 알려주세요. 요금은 2개월에 1번, 하수도요금과 함께 납부하세요.

문의: 타마 고객센터

<이사 및 계약 변경>

전화: 0570-091-101, 042-548-5100

<料金、水漏れについて>

電話：0570-091-101、042-548-5110
 利用できる時間：月～土曜日の午前8時30分～午後8時
 休み：日曜日、祝日（水漏れなどの緊急時は休みなし、24時間いつでも電話してください）

電話・郵便

●電話
 問い合わせ：
 国内 = 局番なしの116番（無料）
 国際 = KDDI=0057、ソフトバンクテレコム = 0088-41、NTTコミュニケーションズ = 0120-560560、楽天コミュニケーションズ = 0120-987-100

郵便

国際郵便物の主な種類
 国際郵便物は、航空便、船便とSAL便の3種類があります。それぞれ重量や地域別に料金や届くまでの日数が違います。
 この他に、急いで送る仕事の書類や荷物などに便利な国際エクスプレスメール（EMS）などもあります。

不在通知

書留や小包などの郵便物は受け取りのサインや印鑑が必要です。配達のとときに家にいなかった場合には、不在配達通知書が届きます。郵便物を受け取るときは、在留カード、パスポートなどの証明書と不在配達通知書を持って、そこに書いてある郵便局で受け取るか、もう一度配達してもらいます。

引越の届け出

引越をしたときは、届け出をすると郵便局で何日か郵便物を預かってくれます。また新しい住所へ送ってくれます。

Fees, Leaks

Tel: 0570-091-101, 042-548-5110
 Hours: Monday to Saturday, 8:30 a.m. to 8:00 p.m.
 Closed: Sundays and national holidays (for water leaks or other emergencies, the office will remain open and able to call at any time 24/7)

Telephone/Postal Services

●Telephone
 Inquiries regarding telephone calls:
 Domestic: Dial 116 (toll free)
 International: KDDI: 0057, SoftBank Telecom: 0088-41, NTT Communications: 0120-560560, Rakuten Communications: 0120-987-100

●Postal Services

Major Types of International Postal Services
 There are three types of international postal services: air mail, surface mail, and SAL. Each service is offered at different rates and delivery times based on weight and destination.
 In addition to these, there is a convenient international express mail service (EMS) for urgent business documents and packages.

Notice of Attempted Delivery

If you are absent when a mail item requiring a signature or seal, such as a parcel or registered mail item, is delivered, the postal carrier will leave a notice of attempted delivery. To pick up the item, take the notice, along with some form of identification such as your residence card or your passport, to the post office. You may also request that the item be redelivered.

Moving Notice

If you move and notify the post office accordingly, your mail can be retained for several days at the post office before forwarding it to your new address.

<关于费用、漏水>

电话：0570-091-101、042-548-5110
 受理时间：星期一～星期六的上午8点30分～晚上8点
 休息日：星期日、节假日（发生漏水等紧急情况不休息，24小时随时）

电话・邮政

●电话
 咨询：
 国内 = 116，不需拨地区号（免费）
 国际 = KDDI=0057、SoftBank 电话 = 0088-41、NTT 通信 = 0120-560560、乐天通信 = 0120-987-100

●邮政

国际邮件的主要种类
 国际邮件有航空、船运和SAL三种。每种运送方式按重量和送往区域不同，费用及送达天数不同。
 此外，还有便于紧急运送工作文件和行李等的国际快递邮寄（EMS）等。

不在通知

对于挂号邮件与包裹等需要收件人签名或盖章的邮递物品来说，如果递送时收件人不在家，邮递员将留给您不在递送通知书。如您要领取这些邮递物品，请携带本通知书与在留卡、护照等身份证明文件，到通知书上列出的邮局领取，或请邮局再次递送。

搬迁申报

搬家时，提出申报后会在邮局保管几天邮寄物件。再寄送至新的地址。

<요금 및 누수>

전화：0570-091-101, 042-548-5110
 이용시간：월～토요일 오전 8시 30분～오후 8시
 휴무일：일요일, 공휴일(누수 등 긴급 시에는 휴무일 없이 24시간 언제든지)

전화・우편

●전화
 문의：
 국내 = 국번없이 116번(무료)
 국제 : KDDI=0057, 소프트뱅크 텔레콤 = 0088-41, NTT 커뮤니케이션즈 = 0120-560560, 라쿠텐 커뮤니케이션즈 = 0120-987-100

●우편

주요 국제 우편물의 종류
 국제우편물에는 항공편, 선편과 SAL 편 총 3가지 종류가 있습니다. 각각 중량과 지역별로 요금 및 도착할 때까지의 일수가 다릅니다.
 그 외에 급히 보내는 업무용 서류나 화물 등을 보낼 때 편리한 국제 익스프레스 메일(EMS) 등도 있습니다.

부재통지

등기우편이나 소포 등을 인수할 때는, 서명이나 인감이 필요합니다. 외출 등 부재 시에 배달된 경우에는 부재배달 통지서가 배달됩니다. 우편물을 인수할 때는 체류카드, 여권 등 신분증명서와 부재배달 통지서를 지참하고 통지서에 기재되어 있는 우체국에서 직접 인수하거나 재배달을 요청해 주십시오.

이사의 신고

이사를 했을 때는 신고를 하면 우체국에서 며칠간 우편물을 보관해 줍니다. 또 새로운 주소로 보내 줍니다.



とうきょうと いりょう き かんあんない
■ 東京都医療機関案内サービス

「ひまわり」

外国語での医療情報サービス
英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語で病院や診療所、健康や医療についての情報の案内をしています。
利用できる時間：午前9時～午後8時
電話：03-5285-8181

<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/>

びょういん ちりょう う
■ 病院で治療を受けるとき

病院や診療所などで診察を受けるときは、必ず健康保険証を持って行ってください。また大きい病院では、今まで診察していた医者からの紹介状が必要となることがあります。特に初めて大きい病院に行くときは病院に聞いてください。

しんない ちか し まさきやぶひょういん
市内と近くの市の救急病院

● 佐々総合病院

ところ：田無町 4-24-15
電話：042-461-1535
診療科目：内、外、小、産婦、皮、泌、整、脳外、麻、消外、循内、乳、形、総、脳内

● 田無病院

ところ：緑町 3-6-1
電話：042-461-2682
診療科目：内、外、消、整、耳、眼、泌、脳外、リハ、放

● 武蔵野徳洲会病院

ところ：向台町 3-5-48
電話：042-465-0700
診療科目：総、腎内、肝内、循内、泌、神内、外、小、救、麻、整、形、脳外、放、リハ、皮、耳、乳、消内、臨

● 西東京中央総合病院

ところ：芝久保町 2-4-19
電話：042-464-1511
診療科目：内、小、眼、耳、皮、泌、整、脳外、心外、呼、消内、消外、循内、麻、リハ、腎内、透、乳、総

■ Tokyo Medical Information Service - Himawari

Foreign language medical information service

Information on hospitals, medical clinics, health, and medical care is offered in English, Chinese, Korean, Thai, and Spanish.
Hours: 9:00 a.m. to 8:00 p.m.
Tel: 03-5285-8181
<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/>

■ Obtaining Medical Treatment

Be sure to bring your health insurance card with you when receiving medical treatment at a medical institution. Some major hospitals that provide advanced medical treatments require patients to have a referral from a doctor who has already seen them to receive care. Contact the hospital, especially before you visit a large hospital for the first time.

Emergency Hospitals in Nishitokyo and Vicinity

● Sassa General Hospital

Address: 4-24-15 Tanashi-cho
Tel: 042-461-1535
Care services: IM, Surg, ped, ob/gyn, dermatol, ortho, neuro surg, anes, dig surg, cardiovasc IM, breast surge, plastic, gen med, neurol

● Tanashi Hospital

Address: 3-6-1 Midori-cho
Tel: 042-461-2682
Care services: IM, surg, gastro, ortho, ENT, ophthal, uro, neuro surg, rehab, rad

● Musashino Tokushukai Hospital

Address: 3-5-48 Mukodai-cho
Tel: 042-465-0700
Care services: gen med, neph, hepatol, cardiovasc IM, uro, neuromed, surg, ped, emerg, anes, ortho, plastic, neuro surg, rad, rehab, dermatol, ENT, breast surg, GI med, clin lab

● Nishitokyo Central General Hospital

Address: 2-4-19 Shibakubo-cho
Tel: 042-464-1511
Care services: IM (general, rhuem, alle), ped, ophthal, ENT, dermatol, uro, ortho, neuro surg, cardiovasc surg, resp, GI med, dig surg, cardiovasc IM, anes, rehab, neph, dial, breast surg, gen med

■ 東京都医療機関指南サービス

“向日葵”

用外语提供的医疗信息服务
用英语、汉语、韩语、泰语、西班牙语介绍关于医院、诊疗所、健康和医疗的信息。
受理时间：上午9点～晚上8点
电话：03-5285-8181
<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/>

■ 在医院接受治疗时

到医疗机构接受诊疗时请务必携带健康保险证。并且，有时大医院需要提供以往就诊医师所开具的介绍信。尤其是初次前往大医院就诊时请向医院咨询。

市内及临近城市的急救医院

● 佐佐総合病院

地址：田無町 4-24-15
电话：042-461-1535
诊疗科目：内・外・小・妇产・皮・泌・整・脳外・麻・消外・循内・乳・形・総・脳内

● 田無医院

地址：緑町 3-6-1
电话：042-461-2682
诊疗科目：内・外・消・整・耳・眼・泌・脳外・康・放

● 武蔵野徳洲会医院

地址：向台町 3-5-48
电话：042-465-0700
诊疗科目：総・腎内・肝内・循内・泌・神内・外・小・救・麻・整・形・脳外・放・康・皮・耳・乳・消内・臨

● 西東京中央総合病院

地址：芝久保町 2-4-19
电话：042-464-1511
诊疗科目：内・小・眼・耳・皮・泌・整・脳外・心外・呼・消内・消外・循内・麻・康・腎内・透・乳・綜

■ 도쿄도 의료기관 안내 서비스 ‘히마와리’

외국어 의료정보 서비스
영어, 중국어, 한국어, 조선어, 태국어, 스페인어로 병원 및 진료소, 건강과 의료에 관한 정보를 안내하고 있습니다.
이용시간: 오전 9시 ~ 오후 8시
전화: 03-5285-8181
<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/>

■ 병원에서 치료를 받을 때

의료기관에서 진찰을 받을 때는 반드시 건강보험증을 지참해 주십시오. 아울러 큰 병원에서는 지금까지 진찰한 의사의 소개장이 필요한 경우가 있습니다. 특히 처음으로 큰 병원에 갈 때는 병원에 문의 바랍니다.

市内 및 가까운 시의 구급병원

● 3사(佐々) 종합병원

소재지: 田無町 (타나시쵸) 4-24-15
전화: 042-461-1535
진료과목: 내·외·소·산부·피·비·정·신외·마·소외·순내·유·형·총·뇌내

● 타나시(田無) 병원

소재지: 緑町 (미도리쵸) 3-6-1
전화: 042-461-2682
진료과목: 내·외·소·화·정·이·안·비·뇌외·재활·방

● 무사시노도쿠슈카이 병원

소재지: 向台町 (무코다이쵸) 3-5-48
전화: 042-465-0700
진료과목: 총·신내·간내·순내·비·신내·외·소·구·마·정·형·뇌외·방·재활·피·이·유·소내·임

● 니시도쿄 중앙종합(西東京中央総合) 병원

소재지: 芝久保町 (시바쿠보쵸) 2-4-19
전화: 042-464-1511
진료과목: 내·소·안·이·피·비·정·뇌외·심외·호·소내·소외·순내·마·재활·신내·투·유·총

●保谷厚生病院

ところ：栄町 1-17-18
電話：042-424-6640

診療科目：内、外、眼、泌、整、脳外、消内、
循内、放、リハ、透、呼内

●公立昭和病院

ところ：小平市花小金井 8-1-1
電話：042-461-0052

診療科目：呼内、循内、消内、血内、腎内、
心内、小、外、消外、心外、乳内外、脳外、
泌、産婦、歯、口、放、脳内、糖内内、代、膠、
外消外、呼外、整、形、皮、眼、耳、緩

診療科目

内=内科、神内=神経内科、呼=呼吸器科、消=
消化器科、小=小児科、外=外科、整=整形外科、形
=形成外科、脳外=脳神経外科、心外=心臓血管外科、
皮=皮膚科、泌=泌尿器科、産婦=産婦人科、消外=
消化器外科、消内=消化器内科、循内=循環器内科、
救=救急科、腎内=腎臓内科、血内=血液内科、乳内
外=乳腺・内分泌外科、眼=眼科、耳=耳鼻咽喉科、
麻=麻酔科、放=放射線科、歯=歯科、口=歯科口腔
外科、リハ=リハビリテーション科、透=人工透析、
心内=心療内科、呼内=呼吸器内科、乳=乳腺外科、
脳内=脳神経内科、肝内=肝臓内科、総=総合診療科、
糖内代=糖尿病・内分泌・代謝内科、呼外=呼吸器
外科、臨=臨床検査科、糖内内=糖尿病・内分泌内
科、代=代謝内科、膠=膠原病内科、外消外=外科・
消化器内科、緩=緩和医療科

健康診査

問い合わせ：健康課（保谷保健福祉総合
センター）
電話：042-438-4021

自分の健康状態を調べたいとき、市民は
次のような診査を受けられます。
・特定健康診査（西東京市国民健康保険に
入っている40～74歳のひと）
・一般健康診査（①18歳～39歳のひと）②生
活保護を受けている人 ③4月2日以後に
健康保険が変わった人 ④後期高齢者医療
保険に入っている人と75歳の人

●Hoya Kosei Hospital

Address: 1-17-18 Sakae-cho
Tel: 042-424-6640

Care services: IM, surg, ophthal, ob, ortho, neuro
surg, GI med, cardiovasc IM, rad, rehab, dial, resp IM

●Showa General Hospital

Address: 8-1-1 Hanakoganei, Kodaira City
Tel: 042-461-0052

Care services: resp IM, cardiovasc IM, GI med, hema,
neph, psycho IM, ped, surg, dig surg, cardiovasc surg,
breast/endoctr surg, neuro surg, uro, ob/gyn, dent, dent/
oral surg, rad, neurol, diabetes/endoctrinol, metab, collagen
diseases, surg/gastroenterol, resp surg, ortho, plastic, derm,
ophthal, ENT, palliat med

Care services

IM: Internal medicine, neuromed: neuromedicine, resp:
respiratory medicine, gastro: gastroenterology, ped:
pediatrics, surg: surgery, ortho: orthopedic surgery, plastic:
plastic surgery, neuro surg: neuro surgery, cardiovasc surg:
cardiovascular surgery, derm: dermatology, uro: urology,
ob/gyn: obstetrics/gynecology, dig surg: digestive system
surgery, GI med: gastrointestinal medicine, cardiovasc
IM: cardiovascular internal medicine, emerg: emergency
medicine, neph: nephrology, hema: hematology, breast/
endoctr surg: breast and endocrine surgery, ophthal:
ophthalmology, ENT: Ear, nose, and throat, anes:
anesthesiology, rad: radiology, dent: dentistry, dent/oral surg:
dental and oral surgery, rehab: rehabilitation, dial: artificial
dialysis, psycho IM: psychosomatic internal medicine,
resp IM: respiratory internal medicine, breast surg: breast
surgery, neurol: neurology, hepatol: hepatology, gen med:
general medicine, diabetes/endoctrinol/metab: diabetes,
endocrinology, and metabolism, resp surg: respiratory
surgery, clin lab: clinical laboratory, diabetes/endoctrinol:
diabetes and endocrinology, metab: metabolism, collagen
diseases: collagen diseases, surg/gastroenterol: surgery and
gastroenterology, palliat med: palliative medicine

Health Exams

Inquiries: Health Section (Hoya Hoken
Fukushi Sogo Center)
Tel: 042-438-4021

Individuals who would like to have their own
health checked are eligible for the following exams.
・Designated Health Exams (for individuals aged
40-74 who are subscribers to National Health
Insurance through Nishitokyo)
・General Health Exams (1) individuals aged
18-39, (2) individuals receiving public welfare
assistance, (3) individuals whose health insurance
has changed since April 2, and (4) individuals who
are subscribed to Older Senior Citizen Health
Insurance and who are 75 years of age)

●保谷厚生医院

地址：栄町 1-17-18
电话：042-424-6640

诊疗科目：内・外・眼・泌・整・脳外・消内・
循内・放・康・透・呼内

●公立昭和医院

地址：小平市花小金井 8-1-1
电话：042-461-0052

诊疗科目：呼内・循内・消内・血内・腎内・
心内・小・外・消外・心外・乳内外・脳外・
泌・妇产・歯・口・放・脳内・糖内内・代・胶・
外消外・呼外・整・形・皮・眼・耳・緩

诊疗科目

内=内科、神内=神经内科、呼=呼吸器内科、
消=消化器内科、小=小児科、外=外科、整
=整形外科、形=成形外科、脳外=脳神経外科、
心外=心臓血管外科、皮=皮膚科、泌=泌尿器
内科、妇产=産婦人科、消外=消化器外科、消
内=消化器内科、循内=循環器内科、救=急
救科、腎内=腎臓内科、血内=血液内科、乳
内外=乳腺・内分泌外科、眼=眼科、耳=耳
鼻咽喉科、麻=麻酔科、放=放射科、牙=牙
科、口=歯科口腔外科、康=康復科、透=人工
透析、心内=心療内科、呼内=呼吸内科、乳
=乳腺外科、脳内=脳神経内科、肝内=肝臓内
科、総=総合診療科、糖内代=糖尿病・内分泌・
代謝内科、呼外=呼吸外科、臨=臨床検査科、
糖内内=糖尿病・内分泌内科、代=代謝内科、
胶=膠原病内科、外消外=外科・消化器内科、
緩=緩和医療科

健康检查

咨询：健康课（保谷保健福利综合中心）
电话：042-438-4021

当想了解自己的健康状态时，市民可
以接受以下健康检查。
・特定健康检查（凡加入西东京市国民健康
保险的40岁至74岁的市民）
・一般健康检查（①18至39岁的人）②
接受生活保护的人 ③4月2日以后健
康保险发生变化的人 ④加入后期高
龄者医疗保险的人或年满75岁的人

●호야 후생 (保谷厚生) 병원

소재지: 榮町 (사카에초) 1-17-18
전화: 042-424-6640

진료과목: 내·외·안·비·정·뇌외·소내
·순내·방·재활·투·호내

●공립 쇼와 (公立昭和) 병원

소재지: 小平市花小金井 (고다이라시
하나코가네이) 8-1-1
전화: 042-461-0052

진료과목: 호내·순내·소내·혈내·신내·심내·
소·외·소외·심외·유내외·뇌외·비·산부·
치·구·방·뇌내·당내내·대·교·외소외·
호외·정·형·피·안·이·완

진료과목

내=내과、신내=신경내과、호=호흡기과、소화
=소화기과、소=소아과、외=외과、정=정형외과
·형=성형외과、뇌외=뇌신경외과、심외=심장혈
관외과、피=피부과、비=비뇨기과、산부=산부인과、소외=소화
기외과、소내=소화기내과、순내=순환기내과、구=구급과、신내
=신장내과、혈내=혈액내과、유내외=유선·내분비외과、내분
비내과、안=안과、이=이비인후과、마=마취과
·방=방사선과、치=치과、구=치과구강외과、
재 활 = 재 활 치 료 (rehabilitation)
과、투=인공투석、심내=심도내과、호내=호흡기과
내과、유=유선외과、뇌내=뇌신경내과、간내=간장
내과、총=가정의학과、당내내=당뇨병·내분비·대사내과
호외=호흡기과 외과、임=임상검사와、당내내=당노
병·내분비내과、대=대사내과、교=교원병내과、외소외=
외과、소화기내과、완=완화의료과

건강검진

문의: 건강과 (호야 보건복지 종합센터)
전화: 042-438-4021

자신의 건강 상태를 점검하고 싶을 때
시민은 다음과 같은 검진을 받을 수 있습니다.
・특정 건강검진 (니시도쿄시 국민 건강
보험에 가입한 40~74 세인 분)
・일반 건강검진 (① 18~39 세인 분), (②
생활 보호를 받고 있는 분), (③ 4 월 2 일
이후에 건강 보험이 변경된 분), (④ 후기
고령자 의료 보험에 가입한 분 및 75 세인
분)

健診内容: 視診、聴打診、触診、身体計測、
 血圧、血液検査(血糖、脂質、肝機能など)、
 尿検査、腹囲測定
健診費用: 無料(ただし精密検査や治療は自己負担)

成人歯科健診

18歳以上の市民を対象に、歯科医が歯の健康状態を調べたり、相談を行います。
 ※申込みが必要です。
場所: 市内の指定歯科医院
健診費用: 無料(ただし治療は自己負担)

がん検診

市では、市民を対象とした無料のがん検診をしています。健診の種類は、大腸がん検診、前立腺がん検診、胃がん検診、喉頭がん検診、乳がん検診、胸部健診(肺がん・結核検診)、子宮頸がん検診です。対象者、検診内容、検診期間などは検診の種類によって違うので、聞いてください。
 ※申込みが必要です。

休日診療案内

●西東京市休日診療所

ところ: 中町 1-1-5
診療日: 日曜日、祝日、年末年始(12/29~1/3)
診療時間: 午前 10 時~正午、午後 1 時~4 時、午後 5 時~9 時(受付は診療終了時間の 30 分前まで)
診療科目: 内科など(出かける前に電話で聞いてください)
電話: 042-424-3331
 ※その他、市内の病院・医院・歯科医院が交代で診察します。担当の病院・医院など、詳しいことは市報またはホームページを見てください。

Exam types: Visual, aural, and manual exams, body measurements, blood pressure, blood test (blood glucose, fat, liver function), urine test, waist size measurement.
Exam cost: Free (but patients are responsible for more specific exams and treatment)

Adult Dental Exams

Dental exams and consultations are offered to all residents aged 18 and older.
 *Reservations are required.
Location: Dental clinics designated by the city
Exam cost: Free (but patients are responsible for treatment)

Cancer Exams

The city offers free cancer screenings to all residents. Exams are conducted to detect cancer of the colon, prostate, stomach, larynx, breast (lung, as well as to detect tuberculosis), and uterus.
 Eligibility, exam content, and exam periods differ for different types of exams. Inquire for details.
 *Reservations are required.

After-hours Care Information

●Nishitokyo Holiday Clinic

Address: 1-1-5 Nakamachi
Open: Sundays, national holidays, New Year's holiday (Dec. 29 to Jan. 3)
Hours: 10:00 a.m. to 12 noon, 1:00 to 4:00 p.m., 5:00 to 9:00 p.m. (Reception is closed 30 minutes before the end of consultation hours)
Care services: IM and others (call the clinic to inquire about other services before visiting)
Tel: 042-424-3331
 * In addition, hospitals, clinics, and dental clinics in the city offer after-hours care on a rotating basis. For details about the on-call hospital or clinic, see the city newsletter or website.

病気やけがの時に役立つ言葉 ● Helpful phrases for use when you are ill or injured

~が痛い (~ ga itai) = X hurts
 ~が苦しい (~ ga kurushii) = X is extremely painful
 熱がある (Netu ga aru) = I have a fever
 下痢している (Geri shiteiru) = I have diarrhea
 体がだるい (Karada ga darui) = I feel weak
 目まいがする (Memai ga suru) = I am dizzy
 吐く (Haku) = I feel nauseous
 初診 (Shoshin) = first visit
 外来 (Gairai) = outpatient
 入院 (Nyu-in) = admission to a hospital
 薬局 (Yakkyoku) = pharmacy
 保険証 (Hokensho) = health insurance card
 検査 (Kensa) = test
 診察 (Shinsatsu) = medical exam
 健診・検診 (Kenshin) = health exam / checkup

健診内容: 視診、叩診、聴診、触診、身体測定、血圧、血液検査(血糖、脂質、肝機能等)、尿液検査、腹囲測定
健診費用: 無料(但精密検査や治療の費用由自己負担)

成人牙科健診

以 18 岁以上的的市民为对象，由牙科医生来检查牙齿的健康状况，并提供咨询。
 ※ 需要申请。
地址: 市内指定的牙科医院
健診費用: 免费(但治疗费由自己负担)

癌症検査

市府向市民提供免费の癌症検査。検査の種類为大肠癌検査、前列腺癌検査、胃癌検査、咽喉癌検査、乳腺癌検査、胸部健診(肺癌、結核検査)、宫颈癌検査。
 対象人員、検査内容、検査期限等根据検査の種類而异。详情请电话咨询。
 ※ 需要申请。

● 假日诊疗指南

●西东京市假日诊疗所

地址: 中町 1-1-5
诊疗日: 星期日、节假日、年末年初(12/29~1/3)
诊疗时间: 上午 10 点~中午、下午 1 点~4 点、下午 5 点~9 点(受理截止至诊疗结束时间前 30 分钟)
诊疗科目: 内科等(出门前请先来电咨询)
电话: 042-424-3331
 ※ 另外，由市内の诊所、医院及牙科医院轮班診察。负责的诊所及医院等具体信息请参考市报或主页。

검진내용: 시진(視診), 청타진, 촉진, 신체계측, 혈압, 혈액검사(혈당, 지방질, 간기능 등), 소변 검사, 복부 둘레 측정
검진비용: 무료(단, 정밀검사와 치료는 자기부담)

성인 치과검진

18 세 이상인 시민을 대상으로 치과 의사의 건강 상태를 검진하거나 상담을 실시합니다.
 ※신청이 필요합니다.
장소: 시내 지정 치과의원
검진비용: 무료(단, 치료는 자기부담)

암 검진

시에서는 시민을 대상으로 무료 암 검진을 실시하고 있습니다. 검진의 종류에는 대장암검진, 전립선암검진, 위암검진, 후두암검진, 유방암검진, 흉부 검진(폐암, 결핵 검진), 자궁경부암 검진이 있습니다.
 대상자와 검진내용, 검진기간 등은 검진의 종류에 따라 다르므로 문의해 주십시오.
 ※신청이 필요합니다.

● 休日 진료 안내

●니시토쿄시 휴일 진료소

소재지: 中町(나카마치) 1-1-5
진료일: 일요일, 공휴일, 연말연시(12/29~1/3)
진료시간: 오전 10 시~정오, 오후 1 시~4 시, 오후 5 시~9 시(접수는 진료 종료 시간 30 분 전까지)
진료과목: 내과 등(방문하기 전에 전화로 문의 해 주십시오)
전화: 042-424-3331
 ※ 이 밖에 시내의 병원·의원·치과의원이 교대로 진찰합니다. 담당 병원·의원 등의 자세한 내용은 시청 홍보물 또는 홈페이지를 참조해 주십시오.

生病或受伤时的常用语 ● 질병 및 부상 시에 유용한 말

~가痛い (~ ga itai) = ~疼 = ~가(이) 아프다
 ~가苦しい (~ ga kurushii) = ~难受 = ~가(이) 괴롭다
 熱がある (Netu ga aru) = 发烧 = 열이 있다
 下痢している (Geri shiteiru) = 腹泻 = 설사하고 있다
 体がだるい (Karada ga darui) = 体乏 = 몸이 나른하다
 目まい가する (Memai ga suru) = 眩暈 = 현기증이 난다
 吐く (Haku) = 呕吐 = 토한다
 初診 (Shoshin) = 初诊 = 초진
 外来 (Gairai) = 门诊 = 외래
 入院 (Nyu-in) = 住院 = 입원
 薬局 (Yakkyoku) = 药房 = 약국
 保険証 (Hokensho) = 保険証 = 보험증
 検査 (Kensa) = 検査 = 검사
 診察 (Shinsatsu) = 診察 = 진찰
 健診・検診 (Kenshin) = 健診·検査 = 검진



住民登録

問い合わせ:
出入国在留管理局 外国人在留総合イン
フォメーションセンター 電話: 0570-013904
(IP 電話・PHS・海外からは 03-5796-7112)

問い合わせ:
市民課 (田無庁舎) 電話: 042-460-9820
市民課 (保谷庁舎 (防災センター・保谷
保健福祉総合センター))
電話: 042-438-4020
柳橋出張所 電話: 0422-51-8439
ひばりヶ丘駅前出張所 電話: 042-425-7577

新しい在留制度ができました。住民基本台帳法が変わりました。今まであった外国人登録証明書が、在留カード・特別永住者証明書になりました。外国人も住民登録して住民票を作ります。
※短期滞在の人、在留資格がない人、在留期間が3か月以下の人は住民登録できません。
※特別永住者の人は、現在持っている外国人登録証明書を、有効期限が満了するまでは特別永住者証明書とみなしますので、すぐに替える必要はありません。

● 入国したとき

出入国港で在留カードが交付された人は、住むところを決めてから14日以内に在留カードを持って、市役所の市民課で転入の届を出してください。
<手続きできる人>
・本人または同一世帯の人 (住民票が一緒の人)
※代理人 (代わりに行く人) が届けを出すとき委任状 (代わりに人にたのむことを書いた紙) が必要です。
<持ち物>
・在留カード
・パスポート

Resident Registration

Inquiries:
Immigration Information Center,
Immigration Services Bureau
Tel: 0570-013904 (for IP and PHS phones,
and from overseas, **Tel:** 03-5796-7112)

Inquiries:
Citizens' Registration and Affairs Section
(Tanashi Bldg.)
Tel: 042-460-9820
Citizens' Registration and Affairs Section
(Hoya Bldg. (Disaster Management Center and
Hoya General Health and Welfare Center))
Tel: 042-438-4020
Yanagibashi Branch Office
Tel: 042228-51-8439
Hibarigaoka Ekimae Branch Office
Tel: 042-425-7577

A new residence system has been established. The Basic Resident Registration Act has been revised. The former alien registration card has been changed to the residence card / special permanent resident certificate. Foreign residents are also registered as residents with certificates of residence.
*Persons who stay only a short time, those without residence qualification, and those with residence for three months or shorter cannot be registered as residents.
*Special permanent residents do not need to promptly update their alien registration card to a special permanent resident certificate because the former will be regarded as the latter until it expires.

● Upon Entering Japan

If you are issued a residence card at your port of entry, you should bring the card to the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office within 14 days after your address is decided to submit a notification of moving into the city.
Who can complete this procedure: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).
*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).
What to bring:
- Residence card
- Passport

居民登记

咨询:
出入国在留管理局 外国人在留综合信息中心
电话: 0570-013904 (IP 电话、PHS、海外拨打为 03-5796-7112)

咨询:
市民课 (田无厅舍) 电话: 042-460-9820
市民课 (保谷厅舍 (防灾中心・保谷保健福祉综合中心))
电话: 042-438-4020
柳桥办事处 电话: 0422-51-8439
云雀丘站前办事处 电话: 042-425-7577

西东京市建立了新的在留制度。住民基本台帳法发生了变化。迄今为止的外国人登录证明书成为了在留カード・特別永住者证明书。外国人也进行住民登记并制作住民票。
※短期停留者、没有在留资格者、在留期限在个月以下者不能进行住民登记。
※特別永住者目前持有的外国人登录证明书在有效期届满之前等同于特別永住者证明书, 因此无需立刻更换。

● 入境时

在出入境港口获得在留卡发放的人, 请在确定住所后的14日以内, 持在留卡至市政府的市民课申报迁入手续。
<可办理手续的人>
本人或同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人)
※代理人 (代替前往的人) 提交申请时需要委托书 (写有委托代理人的纸张)。
<携带物品>
在留卡
护照

주민등록

문의:
출입국체류관리국 외국인 체류 종합
인포메이션센터
전화: 0570-013904 (IP 전화 · PHS
· 해외에서는 03-5796-7112)

문의:
시민과 (타나시 청사) **전화:** 042-460-9820
시민과 (호야 청사 (방재센터 · 호야보건복지
종합센터))
전화: 042-438-4020
야나기바시 출장소 **전화:** 0422-51-8439
히바리가오카역 앞 출장소 **전화:** 042-425-7577

새로운 체류제도가 생겨났습니다. 주민기본대장법이 변경되었습니다. 지금까지의 외국인등록증명서가 체류카드·특별영주자증명서로 바뀌었습니다. 외국인도 주민등록을 해 주민표를 만듭니다.
※단기체류자, 체류자격이 없는 분, 체류기간이 3개월 이하인 분은 주민등록을 할 수 없습니다.
※특별영주자는 현재 소지 중인 외국인 등록증명서를 유효기한이 만료될 때까지는 특별영주자 증명서로 간주하기 때문에, 바로 바꿀 필요는 없습니다.

● 입국했을 때

출입국항에서 체류카드가 교부된 분은 거주지를 결정한 후 14일 이내에 체류카드를 지참하여 시청 시민과에서 전입 신고를 해 주십시오.
<수속할 수 있는 분>
· 본인 또는 동일 세대원 (주민표가 같은 분)
※대리인 (대신 오시는 분) 이 신청서를 낼 때는 위임장 (대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이) 이 필요합니다.
<지참물>
· 체류카드
· 여권

・世帯主(住民票の代表者)との統柄(つながり)を証明する公的な文書(日本語訳がついているもの)

●西東京市に引越してきたとき

他の市区町村から西東京市に引越したときは、14日以内に転入届を出してください。

<手続きできる人>

・本人または同一世帯の人(住民票が一緒の人)

※代理人(代わりに行く人)が届けを出すときは委任状(代わりに人に頼むことを書いた紙)が必要です。

<持ち物>

- ・転出証明書
- ・在留カードまたは特別永住者証明書
- ・世帯主(住民票の代表者)との統柄を証明する公的な文書(日本語訳がついているもの)

●西東京市内で引越したとき

市内で引越したときは、14日以内に転居届を出してください。

<手続きできる人>

・本人または同一世帯の人(住民票が一緒の人)

※代理人(代わりに行く人)が届けを出すときは委任状(代わりに人に頼むことを書いた紙)が必要です。

<持ち物>

- ・在留カードまたは特別永住者証明書
- ※国民健康保険に入っている人は保険証も持ってきてください。

●西東京市から引越するとき

西東京市から他の市区町村に引越するときは、転出届を出してください。転出証明書を送ります。新しい市区町村に住み始めてから14日以内に新しい住所の役所に転入届を出してください。

- An official document (with Japanese translation) certifying your relationship to the head of the household (Representative on the certificate of residence).

● When Moving to Nishitokyo City from Another Part of Japan

If you move into Nishitokyo City from another municipality, file a notification of moving in within 14 days.

Who can complete this procedure: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).

*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).

What to bring:

- A certificate of moving out
- Residence card or special permanent resident certificate
- An official document (with Japanese translation) certifying your relationship to the head of the household (Representative on the certificate of residence).

● When Moving within Nishitokyo City

If you have moved within the city, file a notification of moving (notification that your place of living has changed) within 14 days.

Who can complete this procedure: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).

*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
- *Those enrolled in National Health Insurance should also bring their health insurance card.

● When Moving Out of Nishitokyo City

If you move from Nishitokyo City to another municipality, file a notification of moving out. You will then be issued a certificate of moving out. Please file a notification of moving into the city at the municipal office administering your new address within 14 days after moving in.

・与户主(住民票の代表者)关系证明の公证书(附日语翻译)

● 搬迁至西东京市时

从其他市区町村搬进西东京市时, 请在14天内提交转入申请。

<可办理手续的人>

・本人或同住的亲属(登记在同一张住民票上的人)

※代理人(代替前往的人)提交申请时需要委托书(写有委托代理人的纸张)。

<携带物品>

- ・迁出证明书
- ・在留卡或特别永住者证明书
- ・与户主(住民票的代表者)关系证明的公证书(附日语翻译)

● 在西东京市内搬迁时

在市内搬家的时候, 请在14天内提交搬家申请(居住地改变的时候提交)。

<可办理手续的人>

・本人或同住的亲属(登记在同一张住民票上的人)

※代理人(代替前往的人)提交申请时需要委托书(写有委托代理人的纸张)。

<携带物品>

- ・在留卡或特别永住者证明书
- ※加入国民健康保险的人请携带保险证

● 从西东京市迁出时

从西东京市搬到其他市区町村时, 请提交转出申请。同时发放迁出证明书。在其他市区町村开始居住后, 请在14日以内在新居住地的市政府等进行迁入申报。

・세대주(주민票의 대표자)와의 관계(연결)를 증명하는 공적인 문서(일본어 번역이 있는 것)

● 니시도쿄시로 이사왔을 때

다른 시구정촌에서 니시도쿄시로 이사했을 때는 14일 이내에 전입신고를 해 주시기 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

・본인 또는 동일 세대원(주민票가 같은 분)

※대리인(대신 오시는 분)이 신청서를 낼 때는 위임장(대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이)이 필요합니다.

<지참물>

- ・전출증명서
- ・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
- ・세대주(주민票의 대표자)와의 관계를 증명하는 공적인 문서(일본어 번역이 있는 것)

● 니시도쿄시 내에서 이사했을 때

시내에서 이사를 했을 때는 14일 이내에 전거 신고(사는 주소가 바뀌었을 때 신고하는 것)를 해 주시기 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

・본인 또는 동일 세대원(주민票가 같은 분)

※대리인(대신 오시는 분)이 신청서를 낼 때는 위임장(대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이)이 필요합니다.

<지참물>

- ・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
- ※국민건강보험에 가입한 분은 보험증을 지참하여 오십시오.

● 니시도쿄시로부터 이사할 때

니시도쿄시에서 다른 지역으로 이사할 때는 전출신고를 해 주시기 바랍니다. 전출증명서를 교부합니다. 새로운 시구정촌에 거주하기 시작한 후 14일 이내에 새 주소지의 시청 등에 전입 신고를 해 주십시오.

<手続きできる人>

・本人または同一世帯の人 (住民票が一緒の人)

※代理人 (代わりに行く人) が届けを出すときは委任状 (代わりにの人に頼むことを書いた紙) が必要です。

<持ち物>

・在留カードまたは特別永住者証明書
 ※国民健康保険に入っている人は保険証も持ってきてください。
 ※介護保険サービス、児童手当などを受けている人は各担当課に聞いてください。

●住所以外の内容が変わったとき

「氏名」「生年月日」「性別」「国籍・地域」が変わったときは、14日以内に出入国在留管理局に届けを出してください。特別永住者の人は市役所の市民課に届けを出してください。

<手続きできる人>

・本人 (16歳未満の人は同居の親族)
 ・同居の親族 (住民票が一緒の家族) など
 ※代理人 (代わりに行く人) が届けを出すときの詳しいことは聞いてください。

<持ち物>

・在留カードまたは特別永住者証明書
 ・写真1枚 (縦4cm 横3cm 3か月以内に撮影されたもの)
 ※16歳未満の人はありません。
 ・変わったことがわかる書類 (パスポート、在留資格証明書、在外国民登録簿謄本など)

●在留カードまたは特別永住者証明書の有効期限が近づいたとき

有効期限が切れる前に、出入国在留管理局で新しく作ってください。有効期限の2か月前から申請できます。16歳未満の人は16歳の誕生日の6か月前から申請できます。特別永住者の人は市役所の市民課に申請をしてください。

Who can complete this procedure: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).

*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
 *Those enrolled in National Health Insurance should also bring their health insurance card.
 * If you use nursing care insurance services or receive a child allowance, please inquire with the respective section concerning the procedures required.

●Information other than Your Address Has Been Changed

When your name, date of birth, sex, or nationality/region has changed, file the relevant notification with the Immigration Services Bureau within 14 days. If you are a special permanent resident, please file the notification with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

Who can complete this procedure:

- You (or for those under 16 years of age, a family member living in the same household)
 - A family member living in the same household or other such person (if the certificate of residence is the same)

*Contact us for details about an agent filing a notification on your behalf.

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
 - One photo (4 cm high x 3 cm wide; taken within the last three months);
 *Not required for those under 16 years of age.
 - Documents that prove the change (such as your passport, visa, or overseas citizenship registration certificate)

●When the Expiration Date for Your Residence Card or Special Permanent Resident Certificate Is Approaching

Have a new document issued at the Immigration Services Bureau before the older one expires. You can apply for the issuance from two months before its expiry. For those under 16 years of age, an application can be filed up to six months before their 16th birthday. If you have a special permanent resident certificate, please complete the designated procedures at the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

<可办理手续的人>

・本人或同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人)

※代理人 (代替前往的人) 提交申请时需要委托书 (写有委托代理人的纸张)。

<携带物品>

・在留卡或特别永住者证明书
 ※加入国民健康保险的人请携带保险证
 ※接受看护保险服务、儿童补贴等的人请向各担当课咨询。

●住所以外的内容发生变化时

“姓名”“出生年月日”“性别”“国籍・地区”发生变化时, 请在14天内向出入国在留管理局提交申请。特别永住者请向市政府市民课提交申请。

<可办理手续的人>

・本人 (未满16岁者为同住的亲属)
 ・同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人) 等

※由代理人 (代替前往的人) 提交申请时请事先咨询。

<携带物品>

・在留卡或特别永住者证明书
 ・照片1张 (长4cm、宽3cm, 拍摄于3个月以内)
 ※未满16岁者不需要。
 ・可以看出有变化的文件 (护照、在留资格证明书、在外国民登记簿誊本等)

●在留卡或特别永住者证明书的有效期接近届满时

在有效期限到期之前, 请前往出入国在留管理局重新制作。有效期限的2个月前即可开始申请。未满16岁者可从16岁生日前6个月开始申请。特别永住者请向市政府的市民课申请。



<수속할 수 있는 분>

・본인 또는 동일 세대원 (주민표가 같은 분)

※대리인 (대신 오시는 분) 이 신청서를 낼 때는 위임장 (대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이) 이 필요합니다.

<지참물>

・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
 ※국민건강보험에 가입한 분은 보험증을 지참하여 오십시오.
 ※개호보험 서비스, 아동 수당 등을 받고 있는 분은 각 담당과에 문의해 주십시오.

●주소 이외의 내용이 바뀌었을 때

‘이름’ ‘생년월일’ ‘성별’ ‘국적·지역’ 이 바뀌었을 때는 14일 이내에 출입국체류관리국으로 신고해 주시기 바랍니다. 특별영주자는 시청의 시민과로 신고 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

・본인 (16세 미만은 동거 친족)
 ・동거 친족 (주민표가 같은 분) 등
 ※대리인 (대신 가는 사람) 이 신고할 때의 자세한 내용은 문의 바랍니다.

<지참물>

・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
 ・사진 1 장 (세로 4cm 가로 3cm 3 개월 이내에 촬영된 것)
 ※16세 미만은 불필요합니다.
 ・바뀌었다는 것을 알 수 있는 서류 (여권, 체류자격 증명서, 재외국민 등록부등본 등)

●체류카드 또는 특별 영주자 증명서의 유효기한이 다가올 때

유효기한이 끝나기 전에 출입국체류관리국에서 새로 만들어 주십시오. 유효기한의 2개월 전부터 신청 가능합니다. 16세 미만은 16세 생일 전의 6개월 전부터 신청할 수 있습니다. 특별 영주자는 시청 시민과에 신청해 주십시오.

<手続きできる人>

- ・本人 (16歳未満の人は同居の親族)
- ・同居の親族 (住民票が一籍の家族) など
- ※代理人 (代わりに行く人) が申請をする

ときの詳しいことは聞いてください。

<持ち物>

- ・在留カードまたは特別永住者証明書
- ・写真1枚 (縦4cm 横3cm 3か月以内に撮影されたもの)

※16歳未満の人はありません。

- ・パスポート

●在留カードまたは特別永住者証明書を汚したり、破損してしまったとき

出入国在留管理局でもう一度作ってください。特別永住者の人は市役所の市民課に申請をしてください。

<手続きできる人>

- ・本人 (16歳未満の人は同居の親族)
- ・同居の親族 (住民票が一籍の家族) など
- ※代理人 (代わりに行く人) が申請をする

ときの詳しいことは聞いてください。

<持ち物>

- ・在留カードまたは特別永住者証明書
- ・写真1枚 (縦4cm 横3cm 3か月以内に撮影されたもの)

※16歳未満の人はありません。

- ・パスポート

●在留カードまたは特別永住者証明書をなくしたとき

盗まれたり、なくしたときは、すぐに警察に届けを出してください。そして、なくしたことを知ったときから14日以内に出入国在留管理局でもう一度作ってください。特別永住者の人は市役所の市民課に申請をしてください。

<手続きできる人>

- ・本人 (16歳未満の人は同居の親族)
- ・同居の親族 (住民票が一籍の家族) など
- ※代理人 (代わりに行く人) が申請をする

ときの詳しいことは聞いてください。

Who can complete this procedure:

- You (or for those under 16 years of age, a family member living in the same household)
- A family member living in the same household or other such person (if the certificate of residence is the same)

*Contact us for details about an agent filing a notification on your behalf.

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
- One photo (4 cm high x 3 cm wide; taken within the last three months);
- Not required for those under 16 years of age.
- Passport

● If Your Residence Card or Special Permanent Resident Certificate Becomes Dirty or Damaged

Have the document issued again at the Immigration Services Bureau. If you are a special permanent resident, please file the application with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

Who can complete this procedure:

- You (or for those under 16 years of age, a family member living in the same household)
- A family member living in the same household or other such person (if the certificate of residence is the same)

*Contact us for details about an agent filing a notification on your behalf.

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
- One photo (4 cm high x 3 cm wide; taken within the last three months);
- Not required for those under 16 years of age.
- Passport

● If You Lose Your Residence Card or Special Permanent Resident Certificate

If the document is stolen or lost, immediately report to the police and have the document issued again at the Immigration Services Bureau within 14 days after you recognize the theft or loss. If you are a special permanent resident, please file the application with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

Who can complete this procedure:

- You (or for those under 16 years of age, a family member living in the same household)
- A family member living in the same household or other such person (if the certificate of residence is the same)

*Contact us for details about an agent filing a notification on your behalf.

<可办理手续的人>

- ・本人 (未满16岁者为同住的亲属)
- ・同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人) 等
- ※由代理人 (代替前往的人) 提交申请时

请先咨询。

<携带物品>

- ・在留卡或特别永住者证明书
- ・照片1张 (长4cm、宽3cm、拍摄于3个月以内)
- ※未满16岁者不需要。
- ・护照

●在留卡或特别永住者证明书脏污、破损时

请前往出入国管理局再制作一次。特别永住者请向市政府市民课申请。

<可办理手续的人>

- ・本人 (未满16岁者为同住的亲属)
- ・同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人) 等
- ※由代理人 (代替前往的人) 提交申请时

请先咨询。

<携带物品>

- ・在留卡或特别永住者证明书
- ・照片1张 (长4cm、宽3cm、拍摄于3个月以内)
- ※未满16岁者不需要。
- ・护照

●在留卡或特别永住者证明书丢失时

证件被盗或丢失时, 请立即报警。请在确认证件丢失后14天内前往出入国在留管理局重新制作。特别永住者请向市政府市民课申请。

<可办理手续的人>

- ・本人 (未满16岁者为同住的亲属)
- ・同住的亲属 (登记在同一张住民票上的人) 等
- ※由代理人 (代替前往的人) 提交申请时

请先咨询。

<수속할 수 있는 분>

- ・본인 (16세 미만은 동거 친족)
- ・동거 친족 (주민표가 같은 분) 등
- ※대리인 (대신 가는 사람) 이 신고할 때의 자세한 내용은 문의 바랍니다.

<지참물>

- ・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
- ・사진 1 장 (세로 4cm 가로 3cm 3 개월 이내에 촬영된 것)
- ※16세 미만은 필요 없습니다.
- ・여권

●체류카드 또는 특별 영주자 증명서를 더럽히거나 파손했을 때

출입국체류관리국에서 다시 한번 만들어주세요. 특별영주자는 시청의 시민과로 신청 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

- ・본인 (16세 미만은 동거 친족)
- ・동거 친족 (주민표가 같은 분) 등
- ※대리인 (대신 가는 사람) 이 신고할 때의 자세한 내용은 문의 바랍니다.

<지참물>

- ・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
- ・사진 1 장 (세로 4cm 가로 3cm 3 개월 이내에 촬영된 것)
- ※16세 미만은 필요 없습니다.
- ・여권

●체류카드 또는 특별 영주자 증명서를 잃어버렸을 때

도둑맞거나 잃어버렸을 때는 바로 경찰에 신고해 주시기 바랍니다. 그리고 잃어버렸다는 것을 안 후 14일 이내로 출입국체류관리국에서 한 번 더 만들어주세요. 특별영주자는 시청의 시민과로 신청 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

- ・본인 (16세 미만은 동거 친족)
- ・동거 친족 (주민표가 같은 분) 등
- ※대리인 (대신 가는 사람) 이 신고할 때의 자세한 내용은 문의 바랍니다.

<持ち物>

- ・写真1枚(縦4cm 横3cm 3か月以内に撮影されたもの)
- ※16歳未満の人はありません。
- ・パスポート
- ・警察で交付された遺失届受理証明書・盗難届受理証明書など

●帰化、日本国籍を取得したとき

帰化届、国籍取得届を市役所の市民課に出してください。日本人として住民票を作ります。在留カードは出入国在留管理局に返してください。特別永住者証明書は出入国在留管理局または市役所の市民課に返してください。

●外国人住民が死亡したとき

死亡届を市役所の市民課に出してください。住民票はなくなります。在留カードは出入国在留管理局に返してください。特別永住者証明書は出入国在留管理局または市役所の市民課に返してください。

●出国するとき

市役所の市民課で転出届を出してください。ただし、1年以内に再入国するときは市民課の手続きはいりませんが、住民税・国民健康保険料は払います。日本に戻らないときは、在留カードまたは特別永住者証明書を出入国在留管理局に返してください。

<手続きできる人>

- ・本人または同一世帯の人(住民票が一緒の人)
- ※代理人(代わりに行く人)が届けを出すときは委任状(代わりに人に頼むことを書いた紙)が必要です。

<持ち物>

- ・在留カードまたは特別永住者証明書
- ※国民健康保険に入っている人は保険証を持ってきてください。

What to bring:

- One photo (4 cm high x 3 cm wide; taken within the last three months);
- *Not required for those under 16 years of age.
- Passport
- The lost item notification receipt certificate or theft notification receipt certificate issued by the police, etc.

● If You Acquire Japanese Nationality through Naturalization

If you acquire Japanese nationality through naturalization, please file a notification of your new citizenship status with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office. A certificate of residence will be created for you as a Japanese. Return your residence card to the Immigration Services Bureau. Return your special permanent residence certificate to the Immigration Services Bureau or the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

● If a Foreign Resident Dies

Please file a notification of the death with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office. The foreign resident will no longer have a certificate of residence. The residence card should be returned to the Immigration Service Bureau. The special permanent residence certificate should be returned to the Immigration Services Bureau or the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office.

● Upon Leaving Japan

File a notification of moving out with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office. Note that, if you re-enter within one year, you will have to pay the resident tax and national health insurance premium, though the procedure at the Citizens' Registration and Affairs Section is not necessary. If you do not come back to Japan, return your residence card or special permanent residence certificate to the Immigration Services Bureau.

Who can complete this procedure: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).

*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).

What to bring:

- Residence card or special permanent resident certificate
- * If you are enrolled in the National Health Insurance plan, you should also bring your health insurance card.

<携帯物品>

- ・ 照片1張(長4cm、寬3cm、拍摄于3个月以内)
- ※ 未滿16岁者不需要。
- ・ 护照
- ・ 警察提供的遺失申报受理证明书、被盜申报受理证明书等

● 归化、取得日本国籍时

請向市政府的市民課提交归化申报、国籍取得申报。以日本人的身份制作住民票。請將在留卡返给出入国在留管理局。特別永住者證明書請返给出入国在留管理局或市政府的市民課。

● 外国人居民死亡时

請向市政府的市民課提交死亡申报、住民票将被删除。住民票将被删除。請將在留卡返给出入国在留管理局。特別永住者證明書請返给出入国在留管理局或市政府的市民課。

● 出国时

請前往市政府市民課提交转出申请。如果一年内再次入境则不需要办理市民课的手续，但是需要支付住民税・国民健康保険。不再返回日本时，請將在留卡或特別永住者證明書返给出入国在留管理局。

<可办理手续的人>

- ・ 本人或同住的亲属(登记在同一张住民票上的人)
- ※ 代理人(代替前往的人)提交申请时需要委托书(写有委托代理人的纸张)。

<携帯物品>

- ・ 在留卡或特別永住者證明書
- ※ 加入国民健康保險的人請攜帶保險証。

<지참물>

- ・ 사진 1 장 (세로 4cm 가로 3cm 3 개월 이내에 촬영된 것)
- ※ 16 세 미만은 필요 없습니다.
- ・ 여권
- ・ 경찰서에서 교부받은 유실 신고 수리증명서・도난 신고 수리증명서 등

● 귀화, 일본 국적을 취득했을 때

귀화 신고서, 국적 취득 신고서를 시청 시민과에 제출해 주십시오. 일본인으로서 주민표를 만듭니다. 체류카드는 출입국체류관리국으로 반환해 주시기 바랍니다. 특별 영주자 증명서는 출입국체류관리국 또는 시청의 시민과로 반환해 주시기 바랍니다.

● 외국인 주민이 사망했을 때

사망 신고서를 시청 시민과에 제출해 주십시오. 주민표는 사라집니다. 체류카드는 출입국체류관리국으로 반환해 주시기 바랍니다. 특별 영주자 증명서는 출입국체류관리국 또는 시청의 시민과로 반환해 주시기 바랍니다.

● 출국할 때

시청의 시민과로 전출신고를 해 주시기 바랍니다. 단, 1년 이내로 재입국할 경우 시민과의 절차는 필요 없지만 주민세 및 국민건강보험료는 지불합니다. 일본에 돌아오지 않을 때는 체류카드 또는 특별영주자證明書を 출입국체류관리국으로 반환해 주시기 바랍니다.

<수속할 수 있는 분>

- ・ 본인 또는 동일 세대원(주민표가 같은 분)
- ※ 대리인(대신 오시는 분)이 신청서를 낼 때는 위임장(대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이)이 필요합니다.

<지참물>

- ・ 체류카드 또는 특별 영주자 증명서
- ※ 국민건강보험에 가입한 분은 보험증을 지참하여 오십시오.

●マイナンバーカードについて

平成27年10月5日から、日本に住居登録している人にはマイナンバー(個人番号)があります。マイナンバーがある人は、マイナンバーカードを申し込むと、顔写真付きのプラスチックのカードがもらえます。マイナンバーカードは本人確認書類として使えます。コンビニエンスストアでいろいろな証明書が受け取れます。この他にもいろいろなサービスが使えます。

〈マイナンバーカードの申請や受け取りについての問い合わせ先〉

- ・マイナンバー総合フリーダイヤル：0120-95-0178 (月～金曜日：午前9時30分～午後8時、土曜日・日曜日、祝日：午前9時30分～午後5時30分)
- ・市民課(田無庁舎) 042-460-9820 (午前8時30分～午後5時(土曜日・日曜日、祝日を除く))
- ・市民課(保谷庁舎(防災センター・保谷保健福祉総合センター)) 042-438-4020 (午前8時30分～午後5時(土曜日・日曜日、祝日を除く))
- ・西東京市 HP: http://www.city.nishitokyo.lg.jp/siseizyoho/sesaku_keikaku/my_numbre/number_benri.html

●住民票の交付

住民登録している人は、住民票がもらえます。

〈請求できる人〉

- ・本人または同一世帯の人(住民票が一緒の人)

※代理人(代わりに行く人)が届けを出すときは委任状(代わりにの人に頼むことを書いた紙)が必要です。

〈持ち物〉

- ・本人確認書類(在留カード、特別永住者証明書など)
- ・手数料(1通分) 300円

また、マイナンバーカードを持っている人は、コンビニエンスストアにあるマルチ

●My Number Card

Starting October 5, 2015, an individual number is assigned to each person with resident registration in Japan. If you have an individual number and apply for an individual number card, a plastic card with your photo will be issued. The individual number card can be used for identification. Various certificates can be issued at convenience stores. Other services are also available at convenience stores.

Contact for application for / receipt of the individual number card

- General toll-free service for individual number card: 0120-95-0178 (Mon. to Fri.: 9:30 a.m. to 8:00 p.m., Saturdays, Sundays, and national holidays: 9:30 a.m. to 5:30 p.m.)
- Citizens' Registration and Affairs Section (Tanashi Bldg.) 042-460-9820 (8:30 a.m. to 5:00 p.m. (closed Saturdays, Sundays, and national holidays))
- Citizens' Registration and Affairs Section (Hoya Bldg. (Disaster Management Center and Hoya General Health and Welfare Center)) 042-438-4020 (8:30 a.m. to 5:00 p.m. (closed Saturdays, Sundays, and national holidays))
- Nishitokyo City HP : http://www.city.nishitokyo.lg.jp/siseizyoho/sesaku_keikaku/my_numbre/number_benri.html

●Issuance of certificate of residence

If you have resident registration, you can have a certificate of residence issued.

Who can request: You or a family member living in the same household (if the certificate of residence is the same).

*If your agent files a notification on your behalf, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person).

What to bring:

- Identification document (residence card, special permanent residence certificate, etc.)
- Service fee (for one copy): 300 yen

If you have an individual number card, you can have a certificate of residence issued on a multi-function copier at a convenience store. To receive it, you need to enter the four-digit PIN number on your electronic certificate for user authentication.

●关于个人编号卡

自平成27年10月5日起,在日本进行住民登录的人可获得个人编号(个人号码)。持有个人编号的人进行个人编号卡申请,可以获得附有证件照的塑料制卡片。个人编号卡可作为本人身份确认资料使用。可在便利店领取各种证明书。除此之外还可以享受多项服务。

〈关于申请和领取个人编号卡的咨询处〉

- ・个人编号综合免费电话:0120-95-0178 (星期一～星期五:上午9点30分～晚上8点,星期六・星期日・节假日:上午9点30分～下午5点30分)
- ・市民课(田无厅舍) 042-460-9820 (上午8点30分～下午5点(星期六・星期日、节假日除外))
- ・市民课(保谷厅舍(防灾中心・保谷保健福祉综合中心)) 042-438-4020 (上午8点30分～下午5点(星期六・星期日、节假日除外))
- ・西东京市 HP : http://www.city.nishitokyo.lg.jp/siseizyoho/sesaku_keikaku/my_numbre/number_benri.html

●住民票の交付

完成住民登记的人可以拿到住民票。

〈可请求的人〉

- ・本人或同住的亲属(登记在同一张住民票上的人)

※代理人(代替前往的人)提交申请时需要委托书(写有委托代理人的纸张)。

〈携带物品〉

- ・可以确认本人身份的证件(在留卡、特别永住者证明书等)
- ・手续费(一份) 300日元

此外,持有个人编号卡的人还可以使用便利店的多功能复印机领取住民票。领取时需要使用者证明用电子证明书的密码(4位数字)。

●마이넘버카드에 대해

2015년 10월 5일부터 일본에 주민등록을 한 분들에게는 마이넘버(개인번호)가 있습니다. 마이넘버가 있는 분은 마이넘버카드를 신청하면 얼굴 사진이 있는 플라스틱 카드를 받을 수 있습니다. 마이넘버카드는 본인 확인 서류로 사용할 수 있습니다. 편의점에서 다양한 증명서를 발급받을 수 있습니다. 그 외에도 다양한 서비스를 이용할 수 있습니다.

〈마이넘버카드를 신청하거나 수령하는 것에 대한 문의처〉

- ・마이넘버 종합 무료 전화번호: 0120-95-0178 (월～금요일: 오전 9시 30분～오후 8시, 토요일·일요일, 공휴일: 오전 9시 30분～오후 5시 30분)
- ・시민과(타나시 청사) 042-460-9820 (오전 8시 30분～오후 5시(토요일, 일요일 제외))
- ・시민과(호야 청사(방재센터·호야보건복지 종합센터)) 042-438-4020 (오전 8시 30분～오후 5시(토요일, 일요일, 공휴일 제외))
- ・니시도쿄시 HP : http://www.city.nishitokyo.lg.jp/siseizyoho/sesaku_keikaku/my_numbre/number_benri.html

●주민표 교부

주민등록이 되어 있는 분은 주민표를 받을 수 있습니다.

〈청구 할 수 있는 분〉

- ・본인 또는 동일 세대원(주민표가 같은 분)
- ※대리인(대신 오시는 분)이 신청서를 낼 때는 위임장(대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이)이 필요합니다.

〈지참물〉

- ・본인확인서류(체류카드, 특별영주자증명서 등)
- ・수수료(1통) 300원

또 마이넘버카드를 가지고 있는 분은 편의점에 있는 멀티 복사기로 주민표를 발급받을 수 있습니다. 발급을 받을 때는 이용자증명용 전자증명서의 암호(4자리 숫자)가 필요합니다.

コピー機で住民票を受け取ることができま
す。受け取る時は利用者証明用電子証明
書の暗証番号（数字で4桁）が必要です。

<持ち物>

- ・マイナンバーカード（数字4桁の暗証番
号）
- ・手数料（1通分）200円

住まい

問い合わせ：
居住支援協議会事務局・住宅課（保谷東
分庁舎）
電話：042-438-4052

住むところがみつからない人の、家を探
す手伝いをします。保証人が見つからな
く、民間賃貸住宅を借りることができな
い人や、続けて住むことができない人に住宅
に関する団体や会社に聞いて、家を探
す手伝いをします。

相談するときには、電話で予約をして
ください。日本語が話せない人は、日本語が
話せる人と一緒に来てください。

●住宅探しのお手伝い

居住支援協議会事務局（住宅課）へ申し
込むと、担当の人が一緒にお店に行って、
手伝います。不動産関係団体が協力します
ので、自分で家を決めてください。

●保証委託契約のあっせん

住宅を借りたいが、保証人がいないとき、
保証委託契約を紹介しします。保証委託契約
をしたときは保証会社が保証人になります。
また、保証委託契約は保証会社の審査があ
り、保証委託料を払う必要があります。

保証委託料（1年間）：会員保証会社によ
り、月額家賃の45%から100%まで
※要件にあてはまる人は、保証委託料、少
額短期保険料、初期費用の一部がもらえ
ます。詳しいことは、聞いてください。

What to bring:

- Individual number card (four-digit PIN
number)
- Service fee (for one copy): 200 yen

Housing

Inquiries:
Housing Support Council Office / Housing
Section (Hoya East Bldg.)
Tel: 042-438-4052

We will help you find a residence if you
are having difficulty finding housing. If you
cannot find a guarantor and are not able to
rent private rental housing, or cannot find
continuous residence, we will help you find
a residence by consulting housing-related
associations and companies.

Call us to make an appointment before the
consultation. If you cannot speak Japanese,
please visit us with a person who can.

●Support for finding housing

If you file a request with the Housing
Support Council Office (Housing Section),
our representative will accompany you to a
store and help. Select housing by yourself with
cooperation from a real estate association.

●Mediation of indemnity agreement

We will mediate an indemnity agreement if
you cannot find a guarantor to rent housing.
If you conclude an indemnity agreement, the
guaranty company serves as your guarantor.
You need to be reviewed by the guaranty
company for an indemnity agreement and pay
the guarantee commission.

Guarantee commission (for one year): from
45% to 100% of the monthly rent, depending
on the member guaranty company

*If you satisfy the specified requirements,
you will be subsidized for the guarantee
commission, the small-amount short-term
insurance premium, and a part of the initial
expenses. Ask for more details.

<携帯物品>

- ・個人番号カード（4位数字の暗証番号）
- ・手数料（1份）200円

■住房

咨询：
居住支援協議会事務局・住宅課（保谷東
分庁舎）
电话：042-438-4052

帮助找不到住所的人寻找房子。帮助
没有保证人、无法租赁民房的人，以及无
法继续租住现有住宅的人打听住宅相关的
团体和公司，协助他们找房子。

咨询时请事先电话预约。不会说日语
的人请和会说日语的同伴相约前来。

●帮助寻找住宅

向居住支援协议会事務局（住宅課）
申请后，负责人会一起前往店里帮忙。不
动产相关团体会提供协助，请自己选择住
所。

●协助签订保证委托合同

想要租房但是没有保证人的时候，市
政府会推荐保证委托合同。签订保证委托
合同时，保证公司将成为保证人。此外，
保证委托合同需要审查保证公司，并需支
付保证委托费。

保证委托费（1年）：根据各会员保证
公司，需支付每月房租的45%至100%不
等。

※符合条件者可以获得保证委托费、小
额短期保险费、初期费用的一部分金额。
详情请咨询。

<지참물>

- ・마이넘버카드（4자리 숫자로 된 암호）
- ・수수료（1통）200원

■주소

문의：
거주지원협의회 사무국・주택과
（호야하기시분 청사）
전화：042-438-4052

살 곳을 찾을 수 없는 사람의 집을 찾는
것을 도와 드립니다. 보증인을 찾을 수 없
어 민간임대주택을 빌릴 수 없는 사람이나,
계속해서 거주하기가 힘든 사람을 위해
주택에 관련된 단체나 회사에 문의해 집을
찾는 것을 도와 드립니다.

상담할 때는 전화로 예약 바랍니다.
일본어를 구사하지 못하는 분은 일본어를 할
수 있는 분과 함께 방문해 주시기 바랍니다.

●주택 탐색 도움

거주지원협의회 사무국（주택과）으로
신청해 주시면 담당자가 함께 가게로 가
도움을 드립니다. 부동산 관계 단체가
협력하니, 직접 집을 정해 보세요.

●보증위탁계약 알선

주택을 빌리고 싶지만 보증인이 없을
때 보증위탁계약을 소개해 드립니다.
보증인위탁계약을 했을 때는 보증회사가
보증인이 됩니다. 또한 보증위탁계약은
보증회사의 심사를 받아야 하고,
보증위탁료를 지불해야 합니다.

보증위탁료（1년간）：회원보증회사에
의해 월세의 45%부터 100%까지

※요건에 해당하는 분은 보증위탁료,
소액단기보험료, 초기비용 일부를 받을 수
있습니다. 자세한 내용은 문의 바랍니다.

印鑑登録

お問い合わせ：
 市民課 (田無庁舎) 電話：042-460-9820
 市民課 (保谷庁舎 防災センター・保谷保健福祉総合センター)
 電話：042-438-4020
 柳橋出張所 電話：0422-51-8439
 ひばりヶ丘駅前出張所 電話：042-425-7577

<手続きできる人>
 ・西東京市内に住み、住民登録している、15歳以上の人

<持ち物>
 ・在留カードまたは特別永住者証明書
 ・保険証など本人の確認ができるもの
 ・登録する印鑑
 ・手数料300円

登録が済むと印鑑登録証がもらえます。
 ※代理人が手続きをするときは委任状(代わりの人に頼むことを書いた紙)が必要です(申し込んだ日にすぐもらうことはできませんので、詳しいことは聞いてください)。

※登録できる印鑑にはいくつかの決まりがあります。住民登録した氏名の文字と違うもの、ゴム印、まわりが欠けているものなど、登録できない印鑑がありますので、詳しいことは聞いてください。

印鑑登録証明書の交付
 印鑑登録をしている人は、印鑑登録証明書の交付請求ができます。

<持ち物>
 ・印鑑登録証(西東京市民カード)
 ・手数料(1通分)300円

また、マイナンバーカードを持っている人は、コンビニエンスストアにあるマルチコピー機で印鑑登録証明書を受け取ることができます。受け取る時は利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字で4桁)が必要です。

Seal Registration

Inquiries:
 Citizens' Registration and Affairs Section (Tanashi Bldg.)
Tel: 042-460-9820
 Citizens' Registration and Affairs Section (Hoya Bldg. (Disaster Management Center and Hoya General Health and Welfare Center))
Tel: 042-438-4020
 Yanagibashi Branch Office
Tel: 0422-51-8439
 Hibarigaoka Ekimae Branch Office
Tel: 042-425-7577

Who can complete this procedure:
 Registered residents of Nishitokyo City who are 15 years of age or older.

What to bring:
 - Residence card or special permanent resident certificate
 - Health insurance card or other identification documents
 - The seal to be registered
 - Handling fee: 300 yen

You will receive a seal registration certificate when the registration is complete.

*If your agent performs the process, the person needs to present a power of attorney (a document that indicates what you empower that person) (ask for more details because the document cannot be received immediately upon request).

*There are several rules concerning a seal that can be registered. Ask for more details concerning seals that cannot be registered (such as a seal name that differs from the resident registration, rubber stamp, or a seal with a chipped circumference).

Obtaining Copies of a Seal Registration Certificate

If you have completed seal registration, you can obtain copies of your Seal Registration Certificate.

What to bring:
 - Seal Registration Card (Nishitokyo Citizen's Card)
 - Handling fee (for one copy): 300 yen

If you have an individual number card, you can have a seal registration certificate issued on a multifunction copier at a convenience store. To receive it, you need to enter the four-digit PIN number on your electronic certificate for user authentication.

印章登记

咨询：
 市民課 (田无庁舎) 电话：042-460-9820
 市民課 (保谷庁舎 (防灾中心・保谷保健福祉综合中心))
 电话：042-438-4020
 柳桥办事处 电话：0422-51-8439
 云雀丘站前办事处 电话：042-425-7577

<可办理手续的人>
 居住于西东京市内，办理了居民登记的，15岁以上的人

<携带物品>
 ・在留卡或特别永住者证明书
 ・保险证等能确认本人身份的证件
 ・登记的印章
 ・手续费300日元

完成登录后将获得印章登录证。
 ※由代理人办理手续时需要委托书(写有委托他人的纸)(申请当日不能立刻拿到证件，详情请咨询)。

※可登录的印章需满足几项规定。与住民登录的名字不吻合的印章、橡皮印章、周围有残缺的印章等，由于存在无法登录的印章，详情请咨询。

印章登记证明书的发放

完成印章登记的人可请求发放印章登记证明书。

<携带物品>
 ・印章登记证(西东京市民卡)
 ・手续费(1份)300日元

另外，持有个人编号卡的人可以使用便利店的多功能复印机领取印章登录证明书。领取时需要能证明使用者身份的电子证明书的密码(数字4位)。

인감등록

문의：
 시민과 (타나시 청사) 전화: 042-460-9820
 시민과 (호야 청사 (방재센터·호야보건복지종합센터))
 전화: 042-438-4020
 야나기바시 출장소 전화: 0422-51-8439
 히바리가오카역 앞 출장소 전화: 042-425-7577

<수속할 수 있는 분>
 니시도쿄시 내에 살며, 주민등록된 15세 이상인 분

<지참물>
 ・체류카드 또는 특별 영주자 증명서
 ・보험증 등과 같이 본인 확인이 가능한 것
 ・등록할 인감
 ・수수료 300 원

등록이 끝나면 인감등록증을 받을 수 있습니다.

※대리인이 수속을 할 때는 위임장(대신 오시는 분에게 부탁한다는 내용을 적은 종이)이 필요합니다.(신청한 날에 바로 받을 수 없으니, 자세한 내용은 문의 바랍니다).

※등록 가능한 인감에는 몇 가지 규칙이 있습니다. 주민등록을 한 이름의 글자와 다른 것, 고무 도장, 주변이 깨져 있는 것 등 등록되지 않는 인감이 있으니 자세한 내용은 문의 바랍니다.

인감등록증명서 교부

인감등록을 한 분은 인감등록증명서 교부를 청구할 수 있습니다.

<지참물>
 ・인감등록증(니시도쿄 시민카드)
 ・수수료(1통)300 원

또한 마이넘버카드를 가지고 있는 분은 편의점에 있는 멀티복사기에서 인감등록증명서를 받을 수 있습니다. 발급을 받을 때는 이용자 증명용 전자증명서의 암호(4자리 숫자)가 필요합니다.

<持ち物>

- ・マイナンバーカード (数字4桁の暗証番号)
- ・手数料 (1通分) 200円

国民健康保険

問い合わせ：保険年金課 (田無庁舎)
 電話：042-460-9821 (給付)、042-460-9822 (加入、喪失、保険料)、042-460-9824 (取納)

●対象になる人

住民登録をしている人が対象となります。ただし、職場の健康保険に入っている人とその家族、生活保護を受けている人は対象になりません。

●加入するとき、やめるとき

次の条件にあてはまるときは、その日から14日以内に保険年金課で手続きをしてください。

加入するとき

- ①西東京市に転入 (入国) したとき
- ②職場の健康保険をやめたとき
- ③赤ちゃんが生まれたとき
- ④生活保護を受けなくなったとき

やめるとき

- ①西東京市から転出 (出国) した (する) とき
- ②職場の健康保険に入ったとき、職場の健康保険の被扶養者になったとき
- ③死亡したとき
- ④生活保護を受けたとき

※保険料が払えなかったり、保険証を使わないという理由でやめることはできません。



What to bring:

- Individual number card (four-digit PIN number)
- Service fee (for one copy): 200 yen

National Health Insurance

Inquiries: Pension Section (Tanashi Bldg.)
 Tel: 042-460-9821 (benefit payments) and 042-460-9822 (subscription, death, insurance premiums), 042-460-9824 (premium payments)

● Who is Eligible?

This is applicable to persons with resident registration.

Note that the members of workplace health insurance, their families, and persons on public assistance are excluded from the scope.

● When to Subscribe, When to Cancel

When any of the following conditions apply, please visit the Insurance and Pension Section within 14 days to complete the necessary paperwork.

When to Subscribe

- 1) When moving to Nishitokyo City (from another city or another country)
- 2) When you have canceled your employer-sponsored health insurance policy
- 3) When you give birth
- 4) When you are no longer receiving public welfare assistance

When to Cancel

- 1) When you plan to leave Nishitokyo City (leave the country), unless you plan to re-enter
- 2) When you enroll in an employer-sponsored health insurance program, or become the dependent of a covered employee
- 3) Upon your death
- 4) When you begin receiving public welfare assistance

*You may not cancel the insurance because you cannot pay the premium, you do not need the insurance card, or for other reasons.

<携带物品>

- ・个人编号卡 (4位数字的密码)
- ・手续费 (1份) 200日元

国民健康保険

咨询：保険年金課 (田無庁舎)
 电话：042-460-9821 (給付)、042-460-9822 (加入、喪失、保険料)、042-460-9824 (收费)

●对象人员

以进行住民登录的人为对象。

但是，参加工作单位健康保险的人及其家属、接受生活保障的人不在对象范围内。

●加入时、退出时

如符合以下情形之一，请于该日起14日以内到保険年金課办理相关手续。

加入时

- ①迁入西东京市 (入境) 后
- ②退出了工作单位的健康保险后
- ③孩子出生后
- ④不再享受生活保障后

退出时

- ①从西东京市迁出 (离境) 后 (将要迁出或离境时)，再入境除外
 - ②加入了工作单位的健康保险后、成为工作单位的健康保险的被抚养者后
 - ③死亡后
 - ④享受生活保障后
- ※不能因为无法支付保险费、不使用保险证等理由退保。



<지참물>

- ・마이넘버카드 (4자리 숫자로 된 암호)
- ・수수료 (1통) 200원

国民健康보험

문의：보험연금과 (타나시 청사)
 전화：042-460-9821 (급부), 042-460-9822 (가입, 상실, 보험료), 042-460-9824 (수납)

●대상이 되는 사람

주민등록을 하고 있는 분을 대상으로 합니다.

단 직장의 건강보험에 들어있는 분과 그 가족, 생활보호를 받고 있는 분은 대상에 포함되지 않습니다.

●가입할 때, 탈퇴할 때

다음 요건에 해당되는 경우는 그날부터 14일 이내에 보험연금과에서 수속을 해주십시오.

가입할 때

- ①니시도쿄시에 전입 (입국) 했을 때
- ②직장건강보험에서 탈퇴했을 때
- ③아기가 태어났을 때
- ④생활보호를 받지 않게 되었을 때

탈퇴할 때

- ①니시도쿄시에서 전출 (출국) 했을 때 - 재입국을 제외
 - ②직장건강보험에 가입했을 때, 직장건강보험의 피부양자가 되었을 때
 - ③사망했을 때
 - ④생활보호를 받게 되었을 때
- ※보험료를 내지 못하거나 보험증을 쓰지 않는다는 이유로 중단할 수는 없습니다.

その他

- ①住所、世帯員が変わったとき
- ②在留カードに書いてあることが変わったとき

●保険料の減額や除免

災害などにより生活に、困ったときは、保険料が安くなったり、払わなくてもよいことがあります。

●保険料の納め方

1年分の納入通知書を毎年7月中旬ごろに郵送します。納付期限までに銀行などの金融機関、コンビニエンスストア、市役所、出張所の窓口で払ってください。また、銀行などの金融機関や郵便局の預貯金口座から自動的に納付期限に払うことができる便利な方法があります。納入通知書と金融機関の口座に登録した印鑑を持って、金融機関で手続きをしてください。

●保険給付

病院に行ったときは保険証を必ず見せてください。病院に払うお金の7~8割を国民健康保険が払います。病気の人は2~3割を支払います。なお、保険では①保険の対象とならない治療②健康診断③予防注射④美容整形⑤正常な出産⑥歯並びを正しくすること⑦経済上の理由による人工妊娠中絶および避妊手術などは対象になりません。

●高額療養費の支給

病気やケガで1か月の間に病院に払ったお金が決まった金額を超えたとき、申し込むと、超えた金額があとで高額療養費として戻ります。また、限度額適用認定証をもってから、病院に持って行くと、払うお金を少なくできます。

Other

- 1)When you have a change of address or change in the number of household members
- 2)If information on the residence card has changed

●Insurance Premium Reductions and Exemptions

The insurance premium may be discounted or exempted if you have difficulty living in the city due to a natural disaster or other reasons.

●How to Pay Insurance Premiums

Annual insurance bills are sent out every year in mid-July. Payments should be made at your nearest bank or other financial institution, convenience store, city office, or branch office by the due date. It is convenient to pay the premium by automatic transfer from your account at a bank, post office, or other financial institution by the due date.

●Insurance Benefits

Do not forget to present your health insurance card at the hospital. The National Health Insurance System will pay 70% to 80% of your medical expenses to the hospital. The patients will co-pay the remaining 20% to 30%. National Health Insurance does not cover: 1) medical practices not covered by the insurance; 2) routine medical checkups; 3) immunizations; 4) cosmetic surgery; 5) normal childbirth; 6) teeth straightening; 7) terminations of pregnancy and sterilizations performed for economic reasons.

●Excessive Medical Treatment Costs

If your monthly payment to a hospital due to disease or injury exceeds a specified amount, you can file an application for a refund of the excess amount as a high-cost medical expense benefit. If you have a certificate of eligibility for ceiling-amount application issued and present it at the hospital, you can reduce the payment.

其他

- ①住所、家庭成员出现变更后
- ②在留カード上记录的信息发生变化的时候

●保险费的减免

由于灾害导致生活困难时，保险费有可能降低或者无需支付。

●保险费的缴纳方法

我们将于每年7月中旬寄给您1年保险费的缴纳通知单。请在各缴纳期限前到银行等金融机构、便利店以及市政府、办事处的窗口支付保险费。另外，还可通过银行等金融机构和邮局的储蓄账户自动到期缴纳的便捷方式进行支付。

●保险补贴

前往医院就诊时一定要出示保险证。国民健康保险可向医院支付7~8成的费用。病人支付2~3成费用。另外，①不属于保险对象的医疗行为②健康诊断③预防注射④美容整形⑤正常分娩⑥齿型矫正⑦因经济方面原因接受的人工流产及避孕手术等不属于保险补贴对象。

●高额疗养费的支付

因生病或受伤在一个月内支付给医院的费用超过了规定金额时，只要进行申请，超出的金额之后会作为高额疗养费退还。另外，领取到限额适用认定证并向医院出示，支付的费用会减少。

기타

- ①주소, 세대원이 변경되었을 때
- ②체류카드에 쓰여 있는 내용이 바뀌었을 때

●보험료의 감면과 면제

재해 등으로 인해 생활에 어려움이 있을 때는 보험료가 저렴해지거나 (아예) 지불하지 않아도 되는 경우가 있습니다.

●보험료의 납부방법

1년분의 납입 통지서를 매년 7월 중순에 송부합니다. 납부기한까지 은행 등의 금융기관이나 편의점, 시청, 출장소의 창구에서 지불해 주십시오. 또 은행 등의 금융기관과 우체국의 예금 및 저금 계좌에서 자동으로 납부기한 내에 낼 수 있는 편리한 방법이 있습니다. 납입통지사와 금융기관의 계좌에 등록된 인감을 가지고 금융기관에서 수속을 해 줍시오.

●보험 급부

병원에 갔을 때는 보험증을 꼭 보여주세요. 병원에 내는 돈의 70~80%는 국민건강보험이 냅니다. 환자는 20~30% 냅니다. 다만, ①보험 대상이 아닌 의료행위 ②건강검진 ③예방주사 ④미용성형 ⑤정상적인 출산 ⑥치열 교정 ⑦경제적인 이유로 인한 인공 임신중절 및 피임 수술 등은 보험 급부의 대상이 아닙니다.

●고액요양비의 지급

질병이나 부상으로 1개월간 병원에 낸 돈이 정해진 금액을 초과했을 때 신청해 주시면, 초과된 금액이 나중에 고액치료비로 되돌아옵니다. 또 한도액 적용 인정증을 받은 후 병원에 가지고 가면, 지불 비용을 절감할 수 있습니다.

●赤ちゃんと生まれたとき

国民健康保険に入っている人が、赤ちゃんを産んだとき(外国にいても)、出産育児一時金がもらえます。妊娠12週を過ぎていると、死産・流産でも、もらえます。

●療養費の支給

保険が使えるとき、医師が使いなさいと言った器具や、外国で病院に行つて払ったお金は、あとから申し込めば、お金もどります(全部ではありません)。

●被保険者が死亡したとき

国民健康保険に入っている人が死んだとき、葬式をした人は、申し込むと、葬祭費がもらえます。

■後期高齢者医療制度

問い合わせ：保険年金課後期高齢者医療係(田無庁舎)
電話：042-460-9823

●対象となる人

- ① 75歳以上のひと：75歳の誕生日になったら入ります。手続きはいりません。
- ② 65歳以上で東京都後期高齢者医療広域連合から障害があるといわれた人：入るときは、申し込めます。
- ※ 3か月より長く日本にすることが決まっています。住民登録をしている人と3か月より短い人は、3か月より長く日本にすることが決まったとき、入ることができません。
- ※ 在留資格が特定活動で病気を治すために日本に来た人は、入れません。

●When a Child is Born

If you are a member of the National Health Insurance System, you will receive a childbirth lump-sum allowance if you give birth (even while staying overseas). The allowance is paid even in the case of a stillbirth or miscarriage if you have been pregnant for 12 weeks or more.

●Medical Treatment Costs

If you file an application and become covered by insurance later, you can receive a refund for a part (not the whole) of the expenses for the tools advised by the physician and expenses paid to a hospital overseas.

●When an Insurance Subscriber Dies

When a person who has national health insurance dies, the person who held the funeral can apply to receive the funeral fee.

■Older Senior Citizen Health Insurance

Inquiries: Older Senior Citizen Health Care Subsection, Insurance and Pension Section (Tanashi Bldg.)
Tel: 042-460-9823

●Who Is Eligible?

- 1) Persons aged 75 years or older: you are automatically included on your 75th birthday. No particular procedure is required.
- 2) Persons aged 65 years or older and recognized as having a disability by the Tokyo Extended Association of the Medical Care System for Latter-Stage Elderly People: an application needs to be filed for inclusion.
- *Persons who are determined to stay in Japan for more than three months and have been registered as residents are eligible for inclusion. Persons with residence for three months or shorter may enroll if they are determined to stay in Japan for more than three months.
- *Persons with the residence qualification for designated activities who have come to Japan to treat diseases are not eligible.

●婴儿出生后

加入国民健康保険の人、在生育の时候(即使在外国)也可以领取生育育儿的补助金。妊娠12周后、即便遇到死産・流産的情况、也可以领取。

●疗养费的支付

可以使用保险的时候、遵医嘱购买的道具和在外国就医的费用、只要之后进行申请、将退还金额(不是全部金额)。

●被保険人死亡后

加入国民健康保険の人去世的时候、办理葬礼的人如果进行申请、可以得到葬礼费。

■后期高齢者医疗制度

咨询：保険年金課后期高齢者医疗系(田无庁舎)
电话：042-460-9823

●対象

- ① 75歳以上者：过了75岁生日就可以入保。无需办理手续。
- ② 65歳以上且由東京都后期高齢者医疗广域连和鉴定为残障的人：入保时需要申请。
- ※ 決定在日本居住超过3个月且完成住民登录的人和在日本3个月以内但決定在日本居住超过3个月的人、可以入保。
- ※ 在留資格が特定活動、为治病来日的人不可入保。



●아가기가 태어났을 때

국민건강보험에 가입한 분이 아기를 낳았을 때(외국에 있어도), 출산 육아 일시금을 받을 수 있습니다. 임신 12주를 넘으면 사산, 유산을 하더라도 받을 수 있습니다.

●요양비 지급

보험을 쓸 수 있을 때, 의사가 사용하라고 해서 산 도구나 외국에서 병원에 가 지불한 금액은 나중에 신청해 주시면 되돌아 다시 줍니다(전부는 아닙니다).

●피보험자가 사망했을 때

국민 건강 보험에 들어 있는 분이 사망했을 때, 장례식을 치른 분이 신청을 하면 장례비를 받을 수 있습니다.

■후기고령자 의료제도

문의：보험연금과 후기고령자 의료계(타나시 청사)
전화：042-460-9823

●대상자

- ① 75세 이상：75세 생일이 되면 포함됩니다. 수속은 필요 없습니다.
- ② 65세 이상으로, 도쿄도 후기고령자 의료광역연합에서 장애가 있다는 말을 들은 분：가입 시에는 신청부터 합니다。
- ※ 3개월보다 길게 일본에 있기로 했고, 주민등록을 한 분과 체류 기간이 3개월이 안 되는 분은 3개월 이상 일본에 있기로 결정했을 때 가입하실 수 있습니다。
- ※ 체류자격이 특정 활동으로 병을 치료하러 일본에 오신 분은 가입 할 수 없습니다。

● 後期高齢者医療被保険者証

被保険証はひとりに1枚もらえます。病院
に行ったときは必ず出してください。

75歳になる人は、75歳の誕生日以前に
郵送します。

被保険証には、病院に払うお金の割合が、「1
割」または「3割」と書いてあります。

● 加入するとき、やめるとき

加入するとき

- ① 西東京市に転入（入国）したとき
- ② 生活保護をもらわなくなったとき
- ③ 65歳以上で、障害があると東京都後期高
齢者医療広域連合が認めたとき

やめるとき

- ① 西東京市から転出（出国）した（する）とき
- ② 死亡したとき
- ③ 生活保護をもらうことが決まったとき
- ④ 65歳以上75歳未満の人で、障害認定が
なくなったとき

※①～④以外でやめることはできません。

その他

住所が変わったとき

● 保険料の減額や免除

災害などにより生活に困ったときは、保
険料が安くなったり、払わなくてもよいと
きがあります。

● 保険料の納め方

1年分の保険料納入通知書を毎年7月中
ごろに郵送します。納付期限までに銀行な
どの金融機関、市役所、出張所で払って
ください。また、銀行などの金融機関の口座
から自動で払う便利な方法があります。口
座振替依頼書と金融機関の口座に登録した
印鑑を持って、金融機関で申し込んでくだ
さい。

● Older Senior Citizen Health Insurance
Subscriber Card

Each person can receive one health insurance
card. Do not forget to present your health
insurance card at the hospital.

The card will be sent to individuals who will
soon be turning 75 before their 75th birthday.

On the health insurance card, the rate of your
copayment to the hospital is indicated as 10%
or 30%.

● When to Subscribe, When to Cancel

When to Subscribe

- 1) When moving to Nishitokyo City (from
another city or country)
- 2) You no longer receive public assistance
- 3) You are aged 65 years or older, and
recognized as having a disability by the
Tokyo Extended Association of the Medical
Care System for Latter-Stage Elderly People

When to Cancel

- 1) When you move or plan to move out of
Nishitokyo City (to another city or country)
- 2) Death of the subscriber
- 3) It has been decided that you will receive
public assistance
- 4) You are aged 65 years or older but younger
than 75 years, and no longer recognized as
having a disability

*You may not cancel the insurance except for
the reasons 1) to 4) above.

Other

Your address has changed

● Premium Reduction or Exemption

If you are experiencing serious financial
hardship due to a disaster or other
circumstances, you may be eligible for an
insurance premium reduction or exemption.

● How to Pay Insurance Premiums

The insurance premium payment notice for
one year is sent to you around mid-July of
every year. Pay the premium at a bank, other
financial institution, city office, or city office
branch by the due date. It is convenient to pay
the premium by automatic transfer from your
account at a bank or other financial institution.
Request the transfer service at a financial
institution by presenting a transfer request
form and a seal for your account that has been
registered with the financial institution.

● 后期高齢者医療被保険証

一个人可以拿到一张被保险证。前往医
院的时候请务必出示。

在年满75周岁的生日以前，会通过邮
寄发放。

被保险证上关于向医院支付的金额比例，
写有“1成”或者“3成”。

● 加入时、退出时

加入时

- ① 迁入西东京市（入境）后
- ② 不再领取生活保障的时候
- ③ 65岁以上且由东京都后期高齢者医疗广
域连和鉴定为残障的人

退出时

- ① 从西东京市迁出（离境）后（将要迁出或
离境时）
 - ② 死亡后
 - ③ 决定领取生活保障的时候
 - ④ 65岁以上，75岁未滿，非残障认定的人
- ※上述①～④以外的原因不可退保。

其他

住址変更时

● 保险费的减免

如因灾害等原因导致生活艰难，有时
可获准减免保险费。

● 缴纳保险费的方法

毎年7月中旬左右邮寄一年份的保
险费缴纳通知书。请在缴纳期限之前前往银
行等金融机构、市政府、办事处进行支付。
此外，还有从银行等金融机构的账户自动
支付的便利方式。请携带账户转账委托书
和金融机构账户上登记的印章，前往金融
机构进行申请。

● 후기고령자 의료 피보험자증

보험증은 한 사람당 1장 받을 수
있습니다. 병원에 갔을 때는 반드시 제출해
주세요.

75세가 되는 분은 75세 생일보다 이전
에 송부해 드립니다.

보험증에는 병원에 지불하는 금액 비율이
‘10%’ 또는 ‘30%’ 라고 쓰여 있습니다.

● 가입 시, 탈퇴 시

가입 시

- ① 니시도쿄시에 전입（입국）했을 때
- ② 생활보호를 받지 않게 되었을 때
- ③ 65세 이상으로，장애가 있다고 도쿄도
후기고령자 의료광역연합이 인정했을 때

탈퇴 시

- ① 니시도쿄시에서 전출（출국）했을 때
 - ② 사망했을 때
 - ③ 생활보호를 받는 게 결정됐을 때
 - ④ 65세 이상 75세 미만의 분으로，
장애인정이 사라졌을 때
- ※①～④ 이외에 이유로 중단할 수는
없습니다.

기타

주소가 변경되었을 때

● 보험료의 감액과 면제

재해 등으로 생활이 곤란해진 경우는
보험료 감액 및 면제를 인정받을 수도 있
습니다.

● 보험료 납부방법

1년치 보험료 납입 통지서를 매년 7월
중순에 우편으로 보냅니다. 납부기한 안에
은행 등의 금융기관，시청，출장소에서
지불해 주세요. 또한 은행 등의 금융기관
계좌에서 자동으로 납부하는 편리한 방법이
있습니다. 계좌이체의뢰서와 금융기관의
계좌에 등록된 인감을 가지고 금융기관에
신청해 주시기 바랍니다.

● 保険給付

病院に行ったときは、保険証を出してください。後期高齢者医療保険が、7割か9割を払うので、病気の方は1割か3割を払います。
①保険が使えない治療②健康診断③予防注射④歯並びをなおすこと
①～④のときは、全部自分で払います。

● Insurance Benefits

Do not forget to present your health insurance card at a hospital. The health insurance for the latter-stage elderly people pays 70% to 90%, and the patients will co-pay the remaining 10% to 30%.
You will need to pay full expenses for 1) through 4).
1) Therapies that are not covered by medical insurance 2) Health checks 3) Inoculation 4) Straightening the teeth

● 高額療養費の支給

病気やケガで1か月の間に病院などに払ったお金が決まった額を超えたときは、超えた金額がもどります。病院・診療所・調剤薬局でかかった分や、家族(後期高齢者医療制度に入っている人)の分も足すことができます。あてはまるときは手紙が届きます。

● Excessive Medical Treatment Costs

If your monthly payment to a hospital due to disease or injury exceeds a specified amount, you can receive a refund. The medical service fees paid at hospitals, clinics, and dispensing pharmacies may be added up, as well as medical expenses for families (those who are in the medical care system for latter-stage elderly people). You will receive a letter if this system is applicable.

● 療養費の支給

医師が使いなさいと言って買った道具や、外国で病院に行って払ったお金は、あとから申し込めば、保険が使えるとき、お金がもどります(全部ではありません)。

● Medical Treatment Costs

If you file an application and become covered by insurance later, you can receive a refund for a part (not the whole) of the expenses for the tools advised by the physician and expenses paid to a hospital overseas.

● 被保険者が死亡したとき

後期高齢者医療保険に入っている人が死んだとき、葬式をした人は、申し込むと、葬祭費がもらえます。

● When an Insurance Subscriber Dies

When a person covered by the medical care system for latter-stage elderly people dies, the person who held the funeral can apply to receive the funeral fee.

● 国民年金

問い合わせ：
武蔵野年金事務所
ところ：武蔵野市吉祥寺北町 4-12-18
電話：0422-56-1411

■ National Pension

Inquiries:
Musashino Pension Office
Address: 4-12-18 Kichijoji Kitamachi,
Musashino City
Tel: 0422-56-1411

日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人は国民年金に入らなければなりません。外国人も入らなければなりません。会社・団体などで年金に入

All individuals residing in Japan who are 20 to 59 years of age must subscribe to the National Pension system. Foreign residents also must subscribe. No procedure is required for a person who is subscribed to a pension through their workplace.

● 保険补贴

前往医院就诊时请出示保险证。后期高齢者医疗保险会支付7成或9成的费用，病人只需支付1成或3成。
①不能使用保险支付的治疗项目②健康診断③予防注射④矯正歯
①～④的情况，全部自费支付。

● 高額療養費の支払

因生病或受伤在一个月内支付给医院的费用超过了规定金额时，只要进行申请，超出的金额之后会作为高额疗养费退还。在医院・诊所・药局所花的费用，以及家属(加入后期高齢者医疗制度的人)的费用也可以加在一起。符合条件时将收到邮寄的信件。

● 疗养費の支払

遵医嘱购买的道具和在国外就医的费用，只要之后进行申请，可以使用保险的时候，将退还金额(不是全部金额)。

● 当被保険者死亡時

加入后期高齢者医疗保险的人去世的时候，办理葬礼的人如果进行申请，可以得到葬礼费。

■ 国民年金

咨询：
武蔵野年金事務所
地址：武蔵野市吉祥寺北町 4-12-18
电话：0422-56-1411

居住在日本国内的、20岁以上未滿60岁的所有人员必须加入国民年金。因此，即使是外籍人士，也属于加入对象。在公司・团体等处领取养老金的人不需要办理手续。

● 보험 급부

병원에 갔을 때는 보험증을 제출하세요. 후기고령자 의료보험으로 70% 아니면 90%를 납부하기 때문에, 환자는 10% 아니면 30%를 냅니다.
①보험을 쓸 수 없는 치료 ②건강 진단 ③예방주사 ④치열을 교정하는 것
①~④일 때는 전부 본인이 납부합니다.

● 고액 요양비 지급

병이나 부상 때문에 1개월간 병원에 낸 돈이 일정한 액수를 넘었을 때는 초과된 금액이 되돌아옵니다. 병원, 진료소, 조제약국에서 든 비용과 가족(후기고령자 의료제도에 가입된 분)의 몫도 더할 수 있습니다. 해당될 때는 편지가 도착합니다.

● 요양비 지급

의사가 사용하라고 해서 산 도구나 외국에서 병원에 가 지불한 금액은 나중에 신청해 주시면 보험을 쓸 수 있을 때 다시 되돌아옵니다(전부는 아닙니다).

● 피보험자가 사망했을 때

후기고령자 의료보험에 가입되어 있는 분이 사망했을 때, 장례식을 치른 분이 신청을 하면 장례비를 받을 수 있습니다.

■ 국민연금

문의：무사시노 연금사무소
소재지：武蔵野市吉祥寺北町(무사시노시 키치조지 키타마치) 4-12-18
전화：0422-56-1411

일본 국내에 사는 20세 이상 60세 미만인 모든 사람이 가입해야 합니다. 따라서 외국 국적인 분도 가입 대상입니다. 회사, 단체 등에서 연금에 가입되어 있는 분은 별도의 절차가 필요하지 않습니다.

ている人は手続きはしなくていいです。

●国民年金給付の種類

- ①老齢基礎年金：受給資格期間（決められた期間）、お金を払った人は、65歳から年金をもらえます。
 - ②障害基礎年金：国民年金を払っているときに病気やけがをして、ひとりで生活できないときに、もらえます。
 - ③遺族基礎年金：国民年金に入っている人が死亡したときに、その人と一緒に生活していた家族がもらえます。
- ①②③をもらうときは、決まりがあります。帰国しても、もらうことができます。

●脱退一時金制度

年金は、決まった期間お金を払った人が、決まった年になるともらえます。6か月以上保険料を払った人で、帰国する人は、脱退一時金をもらうことができます。

支給を受けるには

帰国後、2年以内に申し込んでください。2年を過ぎると申し込むことができません。

請求方法

年金事務所にある請求用紙（申し込む紙）に書いて、年金手帳、パスポートのコピー、振込先銀行名と口座番号がわかるものを一緒に、請求書に書いてある「日本年金機構」へ、自分の国から送ってください。請求書は英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、カンボジア語、ロシア語、ネパール語、モンゴル語で説明が書いてあります。



●Types of National pension Benefits

- 1)Basic pension for the elderly: Individuals who have paid the premium over the qualifying period (as specified) are eligible to receive a pension starting at 65 years of age.
- 2)Basic disability pension: Pension benefits will be paid to individuals who suffer an illness or injury while subscribed to the National Pension Plan and have difficulty with independent living.
- 3)Basic survivor's pension: Pension benefits will be paid to the surviving family members who are living together with a person who dies while subscribed to the National Pension Plan.

Specified rules are applicable to the receipt of 1), 2) and 3). These benefits can be received even after you return to your country.

●Withdrawal Payment System

Pension benefits become payable at a specified age to individuals who have paid the premium for a specified period of time. If you return to your country after paying the premium for six months or longer, you are eligible to receive the lump-sum withdrawal payment.

To receive the payment

File a request within two years after you return to your country. After two years, you are not able to file a request for the payment.

How to Request the Payment

Fill out the application form that is available at the Pension Office, attach your pension book, a copy of your passport, and a document that indicates your receiving bank name and account number, and send them from your home country to the address of the Japan Pension Service indicated on the application form. Application instructions are provided in English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Indonesian, Tagalog, Thai, Vietnamese, Burmese, Cambodian, Russian, Nepalese, and Mongolian.

●国民年金支付の種類

- ①老齢基礎养老金：领取资格期间（规定的期间），付款者可以从65岁开始领取养老金。
 - ②残障基础养老金：支付国民养老金期间如果生病或受伤，无法独自生活时可以领取。
 - ③遗属基础养老金：加入国民养老金的人死亡时，与其共同生活的家庭成员可以领取。
- 上述①②③领取养老金时需要符合规定。即使回国以后也可以领取。

●一次性退出金制度

养老金是指人们规定的期间缴费，在规定的年份领取的金额。缴纳了6个月以上保险费的人，回国以后也可以领取退保补助金。

关于领取支付

请在回国后2年内提出申请。超过2年不可申请。

申领方法

请将在养老金事务所的申请表（申请表）上填写的养老金手册、护照的复印件、转账银行账户名和账户号码等一切知晓的信息一并，从自己的国家发送至请求书上所写的“日本养老金机构”。申请表上写有英语、汉语、韩语、西班牙语、葡萄牙语、印度尼西亚语、菲律宾语、泰语、越南语、缅甸语、柬埔寨语、俄语、尼泊尔语、蒙古语的说明。



●국민연금 급부의 종류

- ①노령기초연금：수급자격기간（정해진 기간）에 돈을 지불한 분은 65세부터 연금을 받을 수 있습니다.
 - ②장애기초연금：국민연금을 지불하고 있을 때 병에 걸리거나 부상을 입어 혼자 생활하기가 힘들 때 받을 수 있습니다.
 - ③유족기초연금：국민연금에 가입되어 있는 분이 사망했을 때 그 사람과 함께 생활했던 가족이 받을 수 있습니다.
- ①②③을 받을 때는 규칙이 있습니다. 귀국해도 받을 수 있습니다.

●탈퇴 일시금 제도

연금은 정해진 기간에 돈을 지불한 분이 정해진 해가 되면 받을 수 있습니다. 6개월 이상 보험료를 지불한 분으로, 귀국하는 분은 탈퇴 일시금을 받을 수 있습니다.

지급을 받으려면

귀국 후 2년 안에 신청 바랍니다. 2년이 넘으면 신청이 불가능합니다.

청구방법

연금사무소에 있는 청구용지（신청서）에 내용을 쓴 후 연금수첩, 여권 사본, 입금받을 은행명과 계좌번호를 확인할 수 있는 서류에 청구서에 적힌 ‘일본연금기구’ 로 본인인 있는 나라에서 송부해 주세요. 청구서는 영어, 중국어, 한국어, 스페인어, 포르투갈어, 인도네시아어, 타갈로그어, 태국어, 베트남어, 미얀마어, 캄보디아어, 러시아어, 네 팔어, 몽골어로 설명이 기재되어 있습니다.

日本の税金には、所得税(国税)と住民税(地方税)があります。外国人も税金を払います。市役所へ届をだしてください。税金を支払わなかったり、遅れたりすると税金が増えたり、自分のお金や家などが使えなくなります。

市民税についての問い合わせ:
市民税課 (田無庁舎)
電話: 042-460-9827, 042-460-9828

口座振替での納付についての問い合わせ:
納税課管理係 (田無庁舎)
電話: 042-460-9831

国税についての問い合わせ:
東村山税務署
ところ: 東村山市本町 1-20-22
電話: 042-394-6811

●市民税
市民税は、1月1日に市内に住所のある人が払います。前の年の収入によって金額が変わります。毎年6月初めに納付書がきます。年4回(6月、8月、10月、1月)、市役所、コンビニエンスストア、銀行、郵便局で払ってください。会社で払っている人は、払いません。

●軽自動車税
4月1日に2輪・4輪の軽自動車を持っている人が払います。毎年5月初めに納付書がきます。5月末までに市役所、コンビニエンスストア、銀行、郵便局で払ってください。

●口座振替での納付
手続きすれば、金融機関の預金口座から自動的に払うことができます。口座振替を希望する人は、納税課に聞いてください。

●出国する時の注意
1年以上日本に住み、税金の額が決まる(6月初め)前に出国するときは、市民税課に聞いてください。

Japanese taxes consist of income tax (national tax) and resident's tax (local tax). Foreign residents are also obliged to pay. File your tax return at the city office. If you fail to make a tax payment or if you make a late payment, additional taxes may be imposed and your assets (money, home, etc.) may become unusable.

Inquiries regarding resident's tax:
Citizens' Tax Section (Tanashi Bldg.)
Tel: 042-460-9827, 042-460-9828

Inquiries regarding payment by transfer:
Administration Subsection, Tax Payment Section (Tanashi Bldg.)
Tel: 042-460-9831

Inquiries regarding national tax:
Higashimurayama Tax Office
Address: 1-20-22 Hon-cho, Higashimurayama City
Tel: 042-394-6811

● Resident's Tax
Resident's tax is imposed on every individual who has an address in the city as of January 1. The amount varies by the person's income in the previous year. Payment slips will be sent in early June every year. Make your payment four times (in June, August, October, and January) at the city office, a convenience store, bank, or post office. You need not to make this payment if the tax is collected by your employer.

● Light Vehicle Tax
This tax is payable by individuals who own a two-wheel or four-wheel light vehicle as of April 1. Payment slips will be sent in early May every year. Make your payment by the end of May at the city office, a convenience store, bank, or post office.

● Automatic Transfer
You can sign up to have payments automatically withdrawn from your bank account. If you would like to remit payment by transfer, contact the Tax Payment Section.

● Warnings Before Leaving the Country
If you live for one year or longer in Japan and leave Japan before the tax amount is assessed in early June, contact the Citizens' Tax Section.

日本の税金包括所得税(国税)和住民税(地方税)。外籍人士也需要纳税。请向市政府提交申请。如果不纳税或者拖延纳税。税金会增加, 自己的钱财和房子等将不能使用。

市民税の相关咨询:
市民税課 (田無庁舎)
电话: 042-460-9827, 042-460-9828

转账缴纳的相关咨询:
纳税课管理系 (田無庁舎)
电话: 042-460-9831

国税的相关咨询:
东村山税务局
地址: 东村山市本町 1-20-22
电话: 042-394-6811

●市民税
市内有住所的人需在1月1日缴纳市民税。税额会根据上一年的收入有所变化。每年6月初将发送缴纳书。每年4次(6月、8月、10月、1月)请前往市政府、便利店、银行、邮局进行缴纳。由公司支付的人无需缴纳。

●轻型机动车税
持有2轮・4轮轻型机动车的人需在4月1日纳税。每年5月出发发送缴纳书。请在5月底前前往市政府、便利店、银行、邮局进行缴纳。

●转账缴款
只要办理相关手续, 便可通过金融机构的储蓄帐户自动转账。希望通过转账缴纳的人请向纳税课咨询。

●出国时的注意事项
在日本居住1年以上, 如果要在确定税金金额(6月上旬)前出国, 请向市民税课咨询。

일본의 세금에는 소득세(국세)와 주민세(지방세)가 있습니다. 외국 국적의 분들도 세금을 납부합니다. 시청에 신청서를 제출해 주세요. 세금을 납부하지 않거나 연체하면, 연체료가 붙거나 본인의 돈이나 집 등을 사용할 수 없게 됩니다.

시민세에 관한 문의:
시민세과 (타나시 청사)
전화: 042-460-9827, 042-460-9828

계좌이체 납부에 대한 문의:
납세과 관리계 (타나시 청사)
전화: 042-460-9831

국세에 관한 문의:
히가시무라야마 세무서
소재지: 東村山市本町 (히가시무라야마 시 혼쵸) 1-20-22
전화: 042-394-6811

● 시민세
시민세는 1월 1일, 시내에 주소가 있는 분이 납부합니다. 전년도의 수입에 따라 금액이 바뀝니다. 매년 6월 초에 납부서가 옵니다. 연 4회(6월, 8월, 10월, 1월) 시청, 편의점, 은행, 우체국에서 납부해 주세요. 회사에서 납부하고 있는 분은 납부하지 않습니다.

● 경자동차세
4월 1일에 2륜, 4륜 경자동차를 가진 분이 납부합니다. 매년 5월 초에 납부서를 보냅니다. 5월 말까지 시청, 편의점, 은행, 우체국에서 납부해 주세요.

● 계좌이체에 의한 납부
수속을 하면 금융기관의 예금계좌에서 자동적으로 이체할 수 있습니다. 계좌이체를 희망하는 분은 납세과로 문의 바랍니다.

● 출국 시의 주의사항
1년 이상 일본에 거주하고 세금액이 정해지기(6월 상순) 전에 출국할 때는, 시민세과로 문의 바랍니다.



**にんしん てつづ
妊娠したときの手続き**

お問い合わせ：健康課（保谷保健福祉総合センター）
電話：042-438-4037

●母子健康手帳（母子手帳）

市では、妊娠した市民に、母子健康手帳、妊婦健康診査受診票、妊娠・出産・育児の説明が書いてある「母と子の保健ファイル」を渡します。病院・診療所などで妊娠がわかっただけでなく、①健康課（保谷保健福祉総合センター4階）②子育て支援課（田無第二庁舎2階）のどちらかに行ってください。そこで妊娠届出書を書きます。印鑑を持っている人は印鑑（認印）を持ってきてください。母子健康手帳をもらう時に、保健師や助産師に出産や育児のことを相談することができます。これを「たまご面接」と呼びます。日本語が苦手な人は、テレビ電話を利用した通訳ができます。安心して来てください。

外国語の母子健康手帳が必要な人は健康課に聞いてください。

●妊婦健康診査・新生児聴覚検査

市では妊娠した人に、「妊婦健康診査受診票」を14回分と「妊婦超音波検査受診票」と「妊婦子宮頸がん検診受診票」と「新生児聴覚検査受診票」をそれぞれ1回分を渡します。この受診票を使って都内の病院・診療所などで診察を受けてください。市が診査費用の一部を払います。

こどもが生まれたときの手続き

子どもが生まれてから14日以内に、市役所の市民課に、医師の出生証明書（赤ちゃんが生まれたことを証明する紙）と一緒に出生届を出してください。出生日（赤ちゃんが生まれた日）から30日以内に出入国在留管理局で在留資格取得許可申請をしてください。

※特別永住者の人の子どもは生まれてから60日以内に、市役所の市民課で特別永住許可申請をしてください。

Procedures for Pregnant Women

Inquiries: Health Section (Hoya Hoken Fukushi Sogo Center)
Tel: 042-438-4037

●Mother and Child Health Handbook

The city provides expectant mothers with a Mother and Child Health File containing a Mother and Child Health Handbook, prenatal health exam coupons, and other important information about pregnancy, childbirth, and childrearing. Upon confirming your pregnancy at a hospital, clinic, or other medical facility, visit either 1) Health Section (4th floor, Hoya General Health and Welfare Center) or 2) Childrearing Support Section (2nd floor, Tanashi 2nd Bldg.), where you will be asked to fill out a pregnancy notification. If you have a seal, bring it to the section. When you receive a Mother and Child Health Handbook, you can seek advice from a public health nurse or midwife concerning childbirth and child care. This is called the Tamago (meaning an egg or baby) Interview. If you are not good at the Japanese language, interpretation services are available via videophone. Please feel free to visit the section.

Those who need a foreign-language version of the Mother and Child Health Handbook should contact the Health Section.

●Health Exams for Pregnant Women and Newborn Hearing Screening

The city issues 14 coupons for prenatal health checkups, and one coupon each for a prenatal ultrasound checkup, for a cervical cancer screening checkup for expectant mothers, and a newborn hearing screening checkup. Please use these coupons to receive checkups at a hospital, clinic or other medical facility in Tokyo. The exam fees are partially subsidized by the city.

What to Do When a Child Is Born

File a notification of birth with the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office within 14 days from the childbirth, along with the birth certificate provided by the physician. Apply for a visa status of residence for the child at the Immigration Services Bureau within 30 days from the date of birth of the child.

*If a child is born to special permanent residents, please complete an application for special permanent residence for the child at the Citizens' Registration and Affairs Section of the City Office within 60 days of the date of his/her birth.



■妊娠后所要办理的手续

咨询：健康課（保谷保健福祉総合センター）
电话：042-438-4037

●母子健康手冊（母子手冊）

市政府会向怀孕的市民发放母子健康手冊、孕妇健康检查受診票、写有妊娠・分娩・育儿说明事项的《母子保健档案》。请在医院・诊所等确认怀孕后尽快前往①健康課（保谷保健福祉総合センター4楼）②育儿支援課（田无第二厅舎2楼）中的任意地点。在上述地点填写妊娠登记书。持有印章的人请携带印章。领取母子健康手冊的时候，可以向保健师和助产师咨询分娩和育儿相关的知识。市政府称之为“tamago面试”。不擅长日语的人可以使用电视电话的翻译服务。请安心前来。

如需外语版母子手冊的人，请向健康課咨询。

●妊娠健康检查、新生儿听觉检查

市政府向怀孕的市民发放《孕妇健康检查受診票》14次份，《孕妇超声波检查受診票》、《孕妇产宫颈癌检查受診票》、《新生儿听觉检查受診票》各1次份。请使用以上就诊券到都内的医院或诊所等医疗机构就诊。市政府会支付一部分检查费用。

■孩子出生后要办理的手续

请在孩子出生后的14天内，和医生开具的出生证明书（证明婴儿出生的纸张）一起向市政府的市民课提交出生申请。请在出生日（婴儿出生日）起30天内前往出入国在留管理局申请在留资格许可。

※特别永住者的孩子请在出生当日起60日以内到市政府的市民课办理特别永住者许可申请。

■임신했을 때의 수속

문의：건강과（호야 보건복지종합센터）
전화：042-438-4037

●모자건강수첩（모자수첩）

니시도쿄시에서는 임신한 시민분께 모자건강수첩, 임부건강 진단 진찰표, 임신·출산·육아에 대한 설명이 적힌 ‘엄마와 아이의 보건 파일’을 드립니다. 병원, 진료소 등에서 임신 사실을 알게 되면 바로 ①건강과（호야 보건복지종합센터 4층）②육아지원과（타나시 제2청사 2층）중 한 곳으로 가세요. 거기서 임신신고서를 기입합니다. 인감을 가진 분은 인감（인인）을 가지고 와 주세요. 모자건강수첩을 받을 때 보건사나 조산사에게 출산 및 육아에 대한 상담을 받을 수 있습니다. 이걸 ‘초보 면접’이라고 부릅니다. 일본어가 서투른 분은 TV 전화를 이용한 통역이 가능합니다. 안심하고 방문해 주세요.

외국어 모자수첩이 필요한 분은 건강과 로 문의해 주십시오.

●임부 건강검진·신생아 청각검사

시에서는 임신한 분에게 「임부건강 진단 진찰표」14회분과 「임부초음파 검사진찰표」와 「임부자궁경 검진진찰표」와 「신생아 청각검사진찰표」을 각 1회분 드립니다. 이 진찰표를 사용하여 도내의 병원·진료소 등에서 진찰을 받아 주십시오. 시가 진단 비용의 일부를 지불합니다.

■아이가 태어났을 때의 수속

아이가 태어난 후 14일 이내에 시청의 시민과에 의사의 출생증명서（아가 태어난 것을 증명하는 종이）와 함께 출생신고서를 제출해 주십시오. 출생일（아가 태어난 날）로부터 30일 이내에 출입국체류관리국에서 체류자격 취득허가 신청을 해 주십시오.

※특별 영주자의 아이는 태어난 후 60일 이내에 시청 시민과에서 특별 영주자 허가 신청을 해 주십시오.

問い合わせ:
 市民課 (田無庁舎) 電話: 042-460-9820
 市民課 (保谷庁舎) 電話: 042-438-4020
 保健福祉総合センター) 電話: 042-438-4020
 柳橋出張所 電話: 0422-51-8439
 ひばりヶ丘駅前出張所 電話: 042-425-7577

問い合わせ:
 外国人在留総合インフォメーションセンター
 (出入国在留管理局)
 電話: 0570-013904 (IP 電話・PHS・海外からは 03-5796-7112)
 受付時間: 月~金曜日の午前 8 時 30 分~午後 5 時 15 分 (土曜日、日曜日、祝日を除く)

東京出入国在留管理局
 ところ: 港区港南 5-5-30
 電話: 0570-034259 (IP 電話・海外からは 03-5796-7234)
 交通: JR 山手線品川駅港南口 (東口) から都バス「品川埠頭 (循環)」または「東京出入国在留管理局前」行きで「東京出入国在留管理局前」下車
 受付時間: 月~金曜日の午前 9 時~午後 4 時 (土曜日、日曜日、祝日を除く)

東京出入国在留管理局立川出張所
 ところ: 国立市北 3-31-2 立川法務総合庁舎
 電話: 042-528-7179
 交通: JR 中央線立川駅北口から立川バス「北町」行きバスで「多摩車検場」下車
 受付時間: 月~金曜日の午前 9 時~午後 4 時 (土曜日、日曜日、祝日を除く)

Inquiries: Citizen's Registration and Affairs Section (Tanashi Bldg.), Tel: 042-460-9820
Citizen's Registration and Affairs Section (Hoya Bldg. (Disaster Management Center & Hoya General Health and Welfare Center)), Tel: 042-438-4020
Yanagibashi Branch, Tel: 0422-51-8439
Hibarigaoka Ekimae Branch, Tel: 042-425-7577

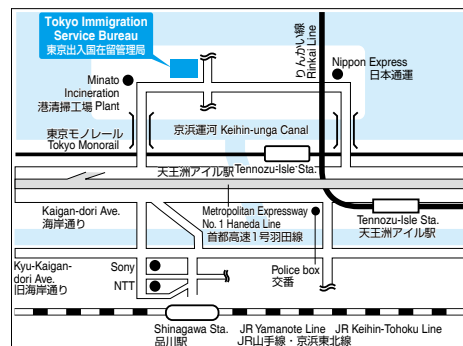
Inquiries: Immigration Information Center (Immigration Services Bureau)
Tel: 0570-013904 (for IP and PHS phones, and from overseas, Tel: 03-5796-7112)
Hours: Mon. to Fri., 8:30 a.m. to 5:15 p.m. (closed Saturdays, Sundays, and national holidays)

Tokyo Immigration Services Bureau
Address: 5-5-30 Konan, Minato-ku
Tel: 0570-034259 (for IP and from overseas, Tel: 03-5796-7234)

Getting there: Take the To-bus bound for Shinagawa Futo (Junkan) or Tokyo Shutsunyuoku Zairyu Kanrikyoku-mae from the east exit of Shinagawa Station on the JR Yamanote Line, and get off at the Tokyo Shutsunyuoku Zairyu Kanrikyoku-mae bus stop.
Hours: Mon. to Fri., 9:00 a.m. to 4:00 p.m. (closed Saturdays, Sundays, and national holidays)

Tachikawa Branch, Tokyo Immigration Services Bureau
Address: Tachikawa Hohmu Sogo Chosha, 3-31-2 Kita, Kunitachi City
Tel: 042-528-7179

Getting there: From the north exit of Tachikawa Station on the JR Chuo Line, take the Tachikawa Bus bound for Kitamachi and get off at the Tama-Shakenjo bus stop.
Hours: Mon. to Fri., 9:00 a.m. to 4:00 p.m. (closed Saturdays, Sundays, and national holidays)



咨询:
 市民課 (田无庁舎) 电话: 042-460-9820
 市民課 (保谷庁舎 (防灾中心・保谷保健福祉综合中心)) 电话: 042-438-4020
 柳桥办事处 电话: 0422-51-8439
 云雀丘站前办事处 电话: 042-425-7577

咨询:
 外国人在留综合信息中心 (出入国在留管理局)
 电话: 0570-013904 (IP 电话、PHS、海外拨打为 03-5796-7112)
受理时间: 星期一~星期五的上午 8 点 30 分~下午 5 点 15 分 (星期六、星期日、节假日除外)

东京出入国在留管理局
地址: 港区港南 5-5-30
电话: 0570-034259 (IP 电话、海外拨打为 03-5796-7234)

交通: 在 JR 山手线品川站港南口 (东口) 转乘都内巴士“品川埠头 (环线)”或“东京出入国在留管理局前”方向, 在“东京出入国在留管理局前”下车。
受理时间: 星期一~星期五的上午 9 点~下午 4 点 (星期六、星期日、节假日除外)

东京入国管理局立川办事处
地址: 国立市北 3-31-2 立川法務综合庁舎
电话: 042-528-7179
交通: 从 JR 中央线立川站北口转乘立川巴士“北町”方向的巴士至“多摩车检场”下车。
受理时间: 星期一~星期五的上午 9 点~下午 4 点 (星期六、星期日、节假日除外)

문의:
 시민과 (타나시 청사) 전화: 042-460-9820
 시민과 (호야 청사 (방재센터·호야보건복지 종합센터)) 전화: 042-438-4020
 야나기바시 출장소 전화: 0422-51-8439
 히바리가오카역 앞 출장소 전화: 042-425-7577

문의:
외국인 체류 종합 인포메이션센터 (출입국 체류관리국)
전화: 0570-013904 (IP 전화·PHS·해외에서는 03-5796-7112)
접수시간: 월요일~금요일의 오전 8시 30분~오후 5시 15분 (토요일, 일요일, 공휴일 제외)

도쿄출입국 체류관리국
소재지: 港区港南 (미나토구 코난) 5-5-30
전화: 0570-034259 (IP 전화·해외에서는 03-5796-7234)

교통: JR 야마노테선 시나가와역 코난구치 (동쪽 출구) 에서 도영 버스 ‘시나가와 후토 (순환)’ 또는 ‘도쿄출입국 체류관리국 왕복’ 행을 타고 ‘도쿄출입국 체류관리국 앞’ 에서 하차
접수시간: 월요일~금요일의 오전 9시~오후 4시 (토요일, 일요일, 공휴일 제외)

도쿄출입국 체류관리국 다치카와 출장소
소재지: 国立市北 (구니타치시 키타) 3-31-2 立川 (다치카와) 법무종합청사
전화: 042-528-7179
교통: JR 추오선 다치카와역 북쪽 출구에서 다치카와 버스 ‘기타마치’ 행 버스를 타고 「타마 차량 검사장」에서 하차
접수시간: 월요일~금요일의 오전 9시~오후 4시 (토요일, 일요일, 공휴일 제외)



予防接種 (予防注射やワクチンなど)

問い合わせ：
健康課 (保谷保健福祉総合センター)
電話：042-438-4021

●対象

ロタウイルス：出生6週0日後から24週0日後または32週0日後まで (ワクチンの種類によって違います)
B型肝炎：1歳になる誕生日の前日まで
BCG (結核)：1歳になる誕生日の前日まで
ポリオ (急性灰白髄炎)：生後3か月以上90か月に至るまで
三種混合：生後3か月以上90か月に至るまで
四種混合：生後3か月以上90か月に至るまで
二種混合：11歳から13歳未満
麻疹風しん混合 (第1期)：生後12か月から24か月未満
麻疹風しん混合 (第2期)：5歳以上から7歳未満で小学校に入学する1年前から小学校に入学する前日まで (小学校1年生になる前の年の4月1日から次の年の3月31日までの1年間)
日本脳炎 (第1期)：生後6か月以上90か月に至るまで (※3歳になってから受ける子どもが多いです)
日本脳炎 (第2期)：9歳から13歳未満
ヒブ：生後2か月以上60か月未満
小児用肺炎球菌：生後2か月以上60か月未満
子宮頸がん：小学校6年生～高校1年生の女子
※至るまでとは誕生日の前の日までです。
※未満とは誕生日の前日までです。

●集団接種と個別接種

集団：BCG
個別：ロタウイルス、B型肝炎、三種混合 (ジフテリア、百日せき、破傷風)、麻疹風しん混合、二種混合 (ジフテリア、破傷風)、日本の脳炎、ポリオ、四種混合 (ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオ)、子宮頸がん、ヒブ、小児用肺炎球菌

Immunizations

Inquiries: Health Section (Hoya Hoken
Fukushi Sogo Center Bldg.)
Tel: 042-438-4021

● Who is Eligible?

Rotavirus: From the age of six weeks to 24 weeks or 32 weeks (depending on the vaccine type)
Hepatitis B: Prior to the child's 1st birthday
BCG (Tuberculosis): Until the day before the child reaches 1 year of age
Polio (Acute poliomyelitis): From the age of 3 months up to 90 months
DPT vaccine: From the age of 3 months up to 90 months
DPT-IPV vaccine: From the age of 3 months up to 90 months
DT vaccine: From the age of 11 years to the day before the child's 13th birthday
Combined measles/rubella vaccine (Stage 1): From 12 to under 24 months of age
Combined measles/rubella vaccine (Stage 2): From 5 to under 7 years of age, from one year to one day prior to starting elementary school (from April 1 of the year before a child enters elementary school to March 31 of the following year)
Japanese encephalitis (Stage 1): From the age of 6 months up to 90 months (Note: the standard age to receive an immunization is 3 years of age or older.)
Japanese encephalitis (Stage 2): From the age of 9 years to under 13 years
Hib: From the age of 2 months up to the day before the child's fifth birthday
Pediatric pneumococcal vaccine: From the age of 2 months up to the day before the child's fifth birthday
Uterine cervical cancer: Girls from the sixth grade of elementary school through the first year of high school
*"Up to" means until the day prior to the birthday
*"Younger than" means that the birthday of that age has not come.

● Group Immunizations and Individual Immunizations

Group: BCG
Individual: Rotavirus, hepatitis B, DPT (diphtheria, pertussis, tetanus), combined measles/rubella, DT diphtheria, tetanus), Japanese encephalitis, polio, DPT-IPV (diphtheria, pertussis, tetanus, and polio), uterine cervical cancer, Hib, and pediatric pneumococcal vaccine.

予防接種 (打予防針或疫苗)

咨询：健康課 (保谷保健福祉综合中心)
电话：042-438-4021

●对象

轮状病毒：从出生6周0日后到24周0日后或32周0日后 (根据疫苗种类有所不同)
B型肝炎：至1岁生日前
BCG (结核)：截至满1岁生日的前一天
小儿麻痹症 (急性脊髓灰质炎)：出生后3个月以上至90个月之间
3种疫苗混合：出生后3个月以上至90个月之间
4种疫苗混合：出生后3个月以上至90个月之间
2种疫苗混合：11岁~未满13岁
麻疹、风疹混合疫苗 (第1期)：出生后12个月~未满24个月
麻疹、风疹混合疫苗 (第2期)：5岁以上未满7岁，就读小学1年前到就读小学前一日 (成为小学一年级学生前一年的4月1日起、至第二年的3月31日止的1年内)
日本脑炎 (第1期)：出生后6个月以上至90个月之间 (※标准接种年龄自3岁起)
日本脑炎 (第2期)：9岁~未满13岁
Hib：出生后2个月以上至未满60个月
小儿用肺炎球菌：出生后2个月以上至未满60个月
宫颈癌：小学6年级~高中1年级的女生
※“至~为止”指的是至生日的前一天为止。
※“未满”指的是至生日前一天为止。

●集体接种和个别接种

集体：BCG
个别：轮状病毒、B型肝炎、3种疫苗混合 (白喉、百日咳、破伤风)、麻疹风疹混合、2种疫苗混合 (白喉、破伤风)、日本脑炎、脊髓灰质炎、4种疫苗混合 (白喉、百日咳、破伤风、脊髓灰质炎)、宫颈癌、Hib、小儿用肺炎球菌

예방접종 (예방주사 및 백신 등)

문의：건강과 (호야 보건복지 종합센터)
전화：042-438-4021

●대상

로타바이러스：출생6주0일 후로부터24주0일 후 또는32주0일 후까지 (백신 종류에 따라 다릅니다)
B형 간염：1세가 되는 생일 전날까지
BCG (결핵)：1세가 되는 생일의 전날까지
경구용 소아마비 (급성 회백수염)：생후3개월 이상90개월에 이를 때까지
3종 혼합：생후3개월 이상90개월에 이를 때까지
4종 혼합：생후3개월 이상90개월에 이를 때까지
2종 혼합：11세부터13세 미만
홍역·풍진 혼합 백신 (제1기)：생후12개월부터24개월에 이를 때까지
홍역·풍진 혼합 백신 (제2기)：5세 이상부터7세 미만으로 초등학교 취학1년전부터 초등학교 취학 전날까지 (초등학교1학년이 되기 전년의4월1일부터 다음해3월31일까지1년간)
일본뇌염 (제1기)：생후6개월 이상90개월에 이를 때까지 (※3세가 되고 나서 접종하는 어린 이가 많습니다.)
일본뇌염 (제2기)：9세부터13세 미만
뇌수막염：생후2개월 이상60개월 미만
소아용 폐렴구균：생후2개월 이상60개월 미만
자궁경부암：초등학교6학년~고교1학년 여자
※이르기까지,는 생일 전날까지입니다。
※미만,은 생일 전날까지입니다。

●집단접종과 개별접종

집단：BCG
개별：로타바이러스, B형 간염, 3종 혼합 (디프테리아, 백일해, 파상풍), 홍역·풍진 혼합, 2종 혼합 (디프테리아, 파상풍), 일본뇌염, 경구용 소아마비, 4종 혼합 (디프테리아, 백일해, 파상풍, 경구용 소아마비), 자궁경부암, 뇌수막염, 소아용 폐렴구균

※集団接種は、市が決めた日にちや場所、他の子どもたちと一緒に予防接種を受けることです。

※個別接種は、自分で日にちや病院を決めて予防接種をすることです。

お母さんと子どもの健康

問い合わせ：健康課（保谷保健福祉総合センター）
電話：042-438-4021

市内に住む妊婦（妊娠した人）、乳幼児とその保護者は相談や健診ができます。
内容：母子健康手帳交付、妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、ファミリー学級、妊産婦・赤ちゃん訪問、離乳食講習会、3～4か月児健康診査、6～7か月児健康診査、9～10か月児健康診査、1歳児お誕生相談会、1歳6か月児健康診査、2歳児すくすく相談会、3歳児健康診査、5歳児歯科健康診査、育児相談

手当・助成

問い合わせ：子育て支援課（田無第二庁舎）
電話：042-460-9840

●児童手当
市内に住み、15歳になった後の最初の3月31日まで（中学校卒業前）の子どもを育てている人がもらえます。所得制限（収入制限）があります。
内容：子ども1人月額（1か月）
3歳未満 = 15,000円
3歳以上～小学校卒業前 = 第1子、第2子 = 10,000円 第3子 = 15,000円
中学生 = 10,000円
特例給付（所得制限を超えた人） = 5,000円

乳幼児医療費助成

市内に住んでいて小学校入学前の、健康保険に入っている乳幼児を育てている人が対象です。

*Group immunizations are administered to all children on the date and at the location designated by the city.

*Individual immunizations are administered on the date and at the site selected by the person.

Mother and Child Health

Inquiries: Health Section (Hoya Hoken Fukushima Sogo Center Bldg.)
Tel: 042-438-4021

Consultation and health checkup services are available for pregnant women, infants, and their parents/guardians living in the city.
The program includes: The issuance of a Mother and Child Health Handbook, prenatal health exams, prenatal dental exams, family and parenting classes, home visits to expectant/new mothers, weaning and baby-feeding classes, health exams for 3-4-month-olds, health exams for 6-7-month-olds, health exams for 9-10-month-olds, 1-year-old consultations, health exams for 18-month-olds, 2-year-old "happy child" consultations, health exams for 3-year-olds, dental exams for 5-year-olds, childrearing consultations.

Allowances and Subsidies

Inquiries: Childrearing Support Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9840

●Child Allowance
This allowance is paid to residents of the city who are caring for children, until the first March 31 after the child's 15th birthday (before they complete junior high school). Income restrictions apply.
Description
Monthly amounts per child (for one month)
• Children under 3 years of age: 15,000 yen
• Children 3 years of age through elementary school age: First and second child—10,000 yen, third child—15,000 yen
• Children of junior high school age: 10,000 yen
• Special case benefit (for those whose income is above the income restriction): 5,000 yen

●Medical Expense Subsidy for Infants and Toddlers
This subsidy is available to parents caring for infants and toddlers who live in the city and are enrolled in a health insurance plan, before they enroll in elementary school.

※集団接種是按照市規定期日和地点、与其他の児童一起接受的预防接种。
※个别接种指的是自己决定接种预防疫苗的日期和医院。

母与子的健康

咨询：健康課（保谷保健福祉総合センター）
电话：042-438-4021

住在市内的孕妇（怀孕的人）、婴幼儿及其监护人可以前来咨询和体检。
内容：发放母子健康手册、孕妇健康检查、孕妇牙科健康检查、家庭学习班、孕产妇和新生儿访问指导、断奶食物讲习会、3～4个月乳儿健康检查、6～7个月乳儿健康检查、9～10个月乳儿健康检查、1岁儿诞生咨询会、1岁6个月儿健康检查、2岁儿茁壮成长咨询会、3岁儿健康检查、5岁儿牙科健康检查、育儿咨询

儿童津贴、补助

咨询：育儿支援課（田無第二庁舎）
电话：042-460-9840

●儿童津贴
住在市内，家里养育年满至15岁后的第一个3月31日（中学毕业前）的子女的人可以领取。有所得限制（收入限制）。
内容：每位孩子的月額（1个月）
未滿3岁 = 15,000日元、3岁以上～小学毕业前 = 第1个孩子、第2个孩子 = 10,000日元、第3个孩子 = 15,000日元
中学生 = 10,000日元
特别给付（超过收入限制的人） = 5,000日元

婴幼儿医疗费补助

以居住在市内的小学就学前的、且加入健康保险的婴幼儿的家长为对象。

※ 집단접종은 시가 지정한 날짜나 장소에서 다른 어린이들과 함께 예방접종을 받는 것을 말합니다.
※ 개별 접종은 스스로 날짜나 병원을 정해 예방 접종을 하는 것입니다.

어머니와 아이의 건강

문의：건강과（호야 보건복지 종합센터）
전화：042-438-4021

시내에 사는 임부（임신한 분）、영유아와 그 보호자는 상담이나 건강진단을 할 수 있습니다.
내용：모자건강수첩 교부、임부 건강검진、임부 치과건강검진、가족 학급、임산부·아기방문、이유식 강습회、3~4개월아 건강검진、6~7개월아 건강검진、9~10개월아 건강검진、1세아 탄생 상담회、1세6개월아 건강검진、2세 무럭무럭 상담회、3세아 건강검진、5세아 치과 건강검진、육아상담

수당·조성

문의：육아지원과（타나시 제2청사）
전화：042-460-9840

●아동 수당
시내에 살며 15세가 된 후 첫 3월 31일까지（중학교 졸업 전）의 아이를 키우는 분이 받을 수 있습니다. 소득제한（수입제한）이 있습니다.
내용：아동 1명당 월지급액（1달）
3세 미만：월 15,000엔、3세 이상～초등학교 졸업 전 = 첫째、둘째：월 10,000엔、셋째：월 15,000엔
중학생 = 월 10,000엔
특례 급부（소득 제한을 초과한 분） = 5,000엔

영유아 의료비 조성

시내에 거주하는 초등학교 입학 전의 건강보험에 가입되어 있는 영유아를 양육하고 있는 분이 대상입니다.

●**義務教育就学児医療費助成**
 市内に住んでいる小・中学生で、健康保険に入っている子どもを育てている人が対象です。

●**児童扶養手当**
 ひとり親家庭(父、母どちらかひとりの家庭)の子ども(18歳になった後の最初の3月31日まで。障害がある場合は20歳まで)を育てている人(父か母が重い障害を持つ人も同じ)がもらえます。所得制限があります。
 内容: 手当の金額は、所得(収入)で決まります。

子ども1人の場合 月額 43,160円~10,180円
 子ども2人の場合 月額 53,350円~15,280円
 子どもが3人以上いる場合は、子ども1人月額 6,110円~3,060円増えます。

●**児童育成手当(育成手当)**
 ひとり親家庭などの子ども(18歳になった後の最初の3月31日まで)を育てている人(父か母が重い障害を持つときも同じ)がもらえます。所得制限があります。
 内容: 子ども1人月額(1か月) 13,500円

●**児童育成手当(障害手当)**
 20歳未満の障害を持つ子どもを育てている人がもらえます。所得制限があります。
 内容: 子ども1人月額(1か月) 15,500円

●**ひとり親家庭等医療費助成**
 ひとり親家庭等の子ども(18歳になった後の最初の3月31日まで。一定の障害がある時は20歳まで)がいて(父か母が重い障害を持つときも同じ)健康保険に入っている人と、その子どもがもらえます。所得制限があります。
 内容: 医療機関にかかったとき
 前の年に市民税・都民税を払わなかった人はお金を払いません。
 前の年に市民税・都民税を払った人は、病院に払うお金の1割を払います。

●**Medical Expense Subsidy for Students (Compulsory Education)**
 This subsidy is available to parents caring for city-resident elementary and junior high school students who are enrolled in a health insurance plan.

●**Childrearing allowance**
 The allowance is paid to individuals who are caring for children in a single-parent family (a family with only one parent) (until the first March 31 after the child's 18th birthday; until 20 years old for a child with a disability) (the allowance is also paid to a family with a parent who has a severe disability). Income restrictions apply.
Description: The amount of allowance varies by the income.
 A family with one child: 10,180-43,160 yen per month
 A family with two children: 15,280-53,350 yen per month
 A family with three or more children: an addition of 3,060-6,110 yen per child per month

●**Childcare Allowance (Care Allowance)**
 The allowance is paid to individuals who are caring for children in a single-parent family (until the first March 31 after the child's 18th birthday) (the allowance is also paid to a family with a father or mother who has a severe disability). Income restrictions apply.
Description: 13,500 yen/month per child (for one month)

●**Childcare Allowance (Disability Allowance)**
 The allowance is paid to individuals who are caring for children with disabilities younger than 20 years.
Description: 15,500 yen/month per child (for one month)

●**Medical Expense Subsidy for Single-parent Families**
 The allowance is paid to individuals who are covered by health insurance and have children in a single-parent family (until the first March 31 after the child's 18th birthday; until 20 years old for a child with certain disabilities) (the allowance is also paid to a family with a parent who has a severe disability) and to their children. Income restrictions apply.
Description: Visits to medical institutions
 No copayment is required for individuals who were exempted from the resident's taxes of the city and of Tokyo in the previous year.
 Copayment for 10% of hospital bills is required for individuals who paid the resident's taxes of the city and of Tokyo in the previous year.

●**义务教育就学儿童医疗费补助**
 以居住在市内的小・中学生，且加入健康保险的儿童的家长为对象。

●**儿童抚养补助**
 单亲家庭(只有父亲或母亲一方的家庭)抚养子女(至满18岁后的第一个3月31日为止。如有残障则至20岁)的人(父亲或母亲患有重度残障的人同理)可以领取。有收入限制。
内容: 补贴金额有收入决定。
 只有1个孩子 每月43,160日元~10,180日元
 有2个孩子 每月53,350日元~15,280日元
 如果有3个以上的孩子，每个孩子每月增加6,110日元~3,060日元。

●**儿童育成津贴(育成津贴)**
 单亲家庭(只有父亲或母亲一方的家庭)抚养子女(至满18岁后的第一个3月31日为止。)的人(父亲或母亲患有重度残障的人同理)可以领取。有收入限制。
内容: 每个孩子每月金额13,500日元(1个月)

●**儿童育成津贴(残疾津贴)**
 养育未满20岁残障子女的人可领取。
内容: 每个孩子每月金额15,500日元(1个月)

●**单亲家庭等医疗费补助**
 单亲家庭(只有父亲或母亲一方的家庭)抚养子女(至满18岁后的第一个3月31日为止。如有残障则至20岁)，且加入健康保险的人(父亲或母亲患有重度残障的人同理)及其子女可以领取。有收入限制。
内容: 前往医疗机构时
 前一年没有缴纳市民税・都民税的人无需付费。
 前一年缴纳市民税・都民税的人，需要支付给医院支付费用的1成。

● **의무교육 취학 아동 의료비 조성**
 시내에 거주하는 초·중학생으로, 건강보험에 가입되어 있는 아동을 양육하고있는 분을 대상으로 합니다.

● **아동부양수당**
 편부모 가정(아버지, 어머니 중 한 사람만 있는 가정)의 어린이(18세가 된 후 첫 3월 31일까지. 장애가 있는 경우는 20세까지)를 키우고 있는 분(아버지 또는 어머니가, 중장애를 가진 분도 동일)이 받을 수 있습니다. 소득제한이 있습니다.
내용: 수당 금액은 소득(수입)으로 결정됩니다.
 자녀가 1명인 경우 월액 43,160엔~10,180엔
 자녀가 2명인 경우 월액 53,350엔~15,280엔
 자녀가 3명 이상인 경우에는 자녀 1인당 월액 6,110엔~3,060엔이 늘어납니다.

● **아동 육성수당(육성수당)**
 편부모 가정 등의 자녀(18세가 된 후 첫 3월 31일까지)를 키우고 있는 분(아버지나 어머니에게 중장애가 있을 때도 동일)이 받을 수 있습니다. 소득제한이 있습니다.
내용: 아동 1명당 월 13,500엔(한 달)

● **아동 육성수당(장애수당)**
 20세 미만의 장애를 가진 자녀를 키우고 있는 분이 받을 수 있습니다.
내용: 아동 1명당 월 15,500엔(한 달)

● **편부모 가정 등의 의료비 조성**
 편부모 가정 등의 자녀(18세가 된 후 첫 3월 31일까지. 일정한 장애가 있을 때는 20세까지)가 있고(아버지 또는 어머니가 중장애를 가지고 있을 때도 동일) 건강보험에 가입되어 있는 분과 그 자녀가 받을 수 있습니다. 소득제한이 있습니다.
내용: 의료기관에 진료를 받았을 때 전년도에 시민세 및 도민세를 내지 않은 분의 경우는 돈을 지불하지 않습니다. 전년도에 시민세 및 도민세를 낸 분은 병원비의 10%를 지불합니다.

●特別児童扶養手当

20歳未満の障害を持つ子どもを育てている人がもらえます。障害の種類で、1か月、1級 52,500円、2級 34,970円もらえます。所得制限があります。

ほいくえん こまだ 保育園の子育てサポート

問い合わせ：保育課 (田無第二庁舎)
電話：042-460-9842

●子育て相談

子育ての悩みや不安について保育園の職員に相談できます。保育園に聞いてください。

●園庭開放

保育園に入園していない地域の子どもと保護者が園庭で遊べます(私立保育園では園庭開放がないところもあります。)

●地域活動事業

保育園に入園していない地域の子どもと園児と一緒に遊べるように、いろいろな行事があります。

●緊急一時保育

保護者の病気や出産のための入院をしたとき、家族の介護などで、子どもを世話することができなくなったとき、短い期間子どもを預かります(私立保育園ではやっていない保育園もあります)。



●Special Childrearing Allowance from Tokyo Metropolitan Government

The allowance is paid to individuals who are caring for children with disabilities younger than 20 years. Depending on the grade of disability, 52,500 yen is paid monthly for Grade 1, and 34,970 yen for Grade 2. Income restrictions apply.

■ Childrearing Support at Nursery Schools

Inquiries: Nursery Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9842

●Childrearing Consultations

You can consult nursery school staff regarding childrearing concerns and worries. Contact your nursery school.

●Open Playgrounds

Provide places where community children who are not enrolled in nursery school and their parents/guardians can play (Some private nursery schools do not open their playgrounds to the public.).

●Community Activities

Various events are held so that nursery school children and other local children who do not go to nursery school can play together.

●Emergency Temporary Daycare

This short-term childcare service can be used if a parent/guardian becomes temporarily unable to care for their children due to hospitalization for a disease or childbirth or due to the nursing of another family member (Not offered at all of the private nursery schools).

●特別児童扶養津貼

养育未滿20歳残障子女の人可領取。根据残障的类型，每个月，1级残障可以领取52,500日元，2级残障可领取34,970日元。有收入限制。

■保育園の育児支援

咨询：保育課 (田无第二庁舎)
电话：042-460-9842

●育儿咨询

可以和保育园的职员商量关于育儿的烦恼和不安。请咨询保育园。

●园区开放

提供一个能够使当地没有进保育园的孩子和监护人可以在园内游玩的场所(私立保育园也有不开放庭院的情况。)

●地区活动事业

为了让未入读保育园的当地孩子与园内儿童一同玩耍，举办各种各样的活动。

●紧急临时保育

当监护人因病或分娩住院的时候，或由于家庭看护等原因，无法照顾孩子的时候，可以短时间托管(有的私立保育园并未开展此项目)。



●특별 아동 부양수당

20세 미만의 장애를 가진 자녀를 키우고 있는 분이 받을 수 있습니다. 장애 종류에 따라 1개월에 1급 52,500엔, 2급 34,970엔을 받을 수 있습니다. 소득제한이 있습니다.

■보육원의 육아 지원

문의: 보육과 (타나시 제2청사)
전화: 042-460-9842

●육아상담

어린이의 고민이나 불안에 대해 보육원 직원에게 상담을 받을 수 있습니다. 보육원에 문의 바랍니다.

●보육원 운동장 개방

보육원에 입학하지 않은 지역 어린이들과 보호자가 보육원 운동장에서 놀 수 있습니다(사립보육원에서는 운동장 개방이 없는 곳도 있습니다.)

●지역활동 사업

보육원에 입학하지 않은 지역의 어린이와 원아가 함께 놀 수 있도록 다양한 행사가 있습니다.

●긴급 일시보육

보호자의 병이나 출산을 위해 입원했을 때, 가족의 간호를 할 때, 자녀를 돌보지 못하게 됐을 때 짧은 기간 동안 자녀를 맡아 드립니다(사립 보육원에서는 실시하고 있지 않은 보육원도 있습니다).

●一時保育 (西原保育園、ほうやちよう保育園、しもほうや保育園、みどり保育園、田無保育園、そよかぜ保育園、アスクたなし保育園、ひがしふしみ保育園、田無ひまわり保育園)
短い時間働く、社会活動に参加する、育児に疲れているなどの理由で保護者が子どもを世話することができなくなったとき、一時的に子どもを預かります。利用する前に登録してください。

■その他の子育てサポート

●子ども家庭支援センター「のどか」
子育てを応援するため、子どもの相談ができます。子育て広場などで、遊ぶことができます。

・相談専用電話：042-439-0081
受付：月～土曜日の午前9時から午後4時

・子育て広場：のどかひろば
利用できる時間：月～日曜日の午前10時から午後5時 (年末年始・祝日は休み)
電話：042-425-1221
ところ：住吉町 6-15-6 住吉会馆 2階

・子育て広場：ピッコロひろば
利用できる時間：火～日曜日の午前10時から午後5時 (月曜日が祝日の場合は利用でき、火曜日が休み) (年末年始は休み)
電話：042-468-3803
ところ：田無町 3-7-2 コール田無 3階

●ファミリー・サポート・センター

問い合わせ：西東京市ファミリー・サポート・センター
電話：042-497-5079

地域で子どもを預けたい人 (ファミリー会員) と子どもを預かりたい人 (サポート会員) が会員になって、助け合います。保育園や学童クラブの送り迎えをします。昼間、子どもを預かります。会員登録をしてください。
料金：800円～1,000円 (1時間あたり)
利用できる時間：午前6時～午後11時

●Temporary Daycare (Nishihara Nursery School, Hoya-cho Nursery School, Shimohoya Nursery School, Midori Nursery School, Tanashi Nursery School, Soyokaze Nursery School, Ask Tanashi Nursery School, Higashi Fushimi Nursery School, Tanashi Himawari Nursery School)
This is a system of providing temporary childcare to allow parents/guardians to work or participate in community activities for short periods or to assist in cases when parents/guardians experiencing childcare-related fatigue become temporarily unable to care for children at home. Registration is required before using the service.

■ Other Childrearing Support Programs

●Child and Family Support Center Nodoka
Consultation service concerning children is available to support childrearing. Children can play in the Child Care Park, etc.

-Consultation hotline: 042-439-0081
Hours: Mon. to Sat., 9:00 a.m. to 4:00 p.m.
-Childrearing Hiroba: Nodoka Hiroba
Hours: Mon. to Sun., 10:00 a.m. to 5:00 p.m. (Closed during New Year holidays)
Tel: 042-425-1221
Address: Sumiyoshi Kaikan Lupinus 2F, 6-15-6 Sumiyoshi-cho

-Childrearing Hiroba: Piccolo Hiroba
Hours: Tues. to Sun., 10:00 a.m. to 5:00 p.m. (when Monday is holiday, the facility will be open on Monday and closed on Tuesday.) (Closed during New Year holidays)
Tel: 042-468-3803
Address: Call Tanashi 3F, 3-7-2 Tanashi-cho

● Family Support Center

Inquiries: Family Support Center, Nishitokyo City
Tel: 042-497-5079

Persons who seek local child care services (user members) and persons who want to provide child care services (support members) help each other as members. A pick-up and drop-off service to nursery schools and after school child care centers is available. You can seek child care services during the day. Member registration is required.
Fee: 800 to 1,000 yen (per hour)
Hours: 6:00 a.m. to 11:00 p.m.

●临时保育 (西原保育園、保谷町保育園、下保谷保育園、绿保育園、田无保育園、SOYOKAZE 保育園、ASK 田无保育園、东富士见保育園、田无向日葵保育園)
当监护人因要打零工与参加社会活动、疲于育儿等原因，暂时无法在家保育孩子时，临时托管孩子的制度。使用前请先登记。

■其他育儿支援

●儿童家庭支援中心 “NODOKA”
为了支援育儿，提供儿童相关的咨询。可以在育儿广场等场所玩耍。

・咨询专线电话：042-439-0081
受理：星期一～星期六的上午9点至下午4点

・育儿广场：NODOKA 广场
开放时间：星期一～星期日的上午10点至下午5点 (年末年初，节假日休息)
电话：042-425-1221

・育儿广场：PIKORO 广场
开放时间：星期二～星期日的上午10点至下午5点 (星期日为节假日时开放，星期二休息) (年末年初休息)
电话：042-468-3803
地址：田无町 3-7-2CALL 田无 3楼

●家庭支援中心

咨询：西东京市家庭支援中心
电话：042-497-5079

由当地想把孩子托管出去的家长 (家庭会员) 和想接受托管孩子的人 (支援会员) 成为会员，互帮互助的体制。负责接送孩子去保育園或学童俱乐部。白天看管孩子。请进行会员登记。
费用：800日元～1,000日元 (每小时)
受理时间：上午6点～晚上11点

●일시보육 (니시하라 보육원, 호야초 보육원, 시모호야 보육원, 미도리 보육원, 타나시 보육원, 소요카제 보육원, 아스크 타나시 보육원, 히가시후시미 보육원, 타나시 히마와리 보육원)
단시간 취로나 사회활동 참가, 육아로 인한 피로 등 보호자가 일시적으로 가정에서 보육을 할 수 없게 된 경우에 일시적으로 자녀를 맡아서 보육하는 제도입니다. 이용하기 전에 등록 바랍니다.

■그 밖의 육아 지원

●어린이 가정지원센터 ‘노도카’
육아를 응원하기 위해 어린이 상담도 제공합니다. 육아 광장 등에서 뛰어놀 수 있습니다.

・상담전화: 042-439-0081
접수: 월～토요일 오전 9시 부터 오후 4시

・육아광장: 노도카 히로바
개방시간: 월～일요일 오전 10시 부터 오후 5시 (연말연시·공휴일 휴무)
전화: 042-425-1221

소재지: 住吉町 (스미요시쵸) 6-15-6 스미요시 회관 2층

・육아광장: 핏코로 히로바
개방시간: 화～일요일 오전 10시 부터 오후 5시 (월요일이 공휴일인 경우는 개방하고 화요일을 휴무) (연말연시 휴무)
전화: 042-468-3803

소재지: 田無町 (타나시쵸) 3-7-2 코르 타나시 3층

●패밀리 서포트센터

문의: 니시도쿄시 패밀리 서포트센터
전화: 042-497-5079

지역에서 어린이를 맡기고 싶은 분 (패밀리 회원) 과 어린이를 맡고 싶은 분 (서포트 회원) 이 회원이 되어 서로 돕습니다. 보육원이나 학생 동아리에 데려다 줍니다. 낮에 어린이를 맡아 드립니다. 회원등록을 해 주세요.
요금: 800 엔 ~ 1,000 엔 (1 시간당)
이용시간: 오전 6시 ~ 오후 11시

● **子育て支援ショートステイ事業**

問い合わせ・申込み：子ども家庭支援センター「のどか」
 電話：042-425-3303

保護者が急病や出産、けがで入院するなどの理由で一時的に子どもを世話することができないとき、市が決めた施設でしばらく子どもを預かります。

利用できる人数：1日多くて3人まで
 利用できる期間：1回につき、7日間まで(難しい場合は14日間まで預けることができます)

料金：1日に1人3,000円、その他に食費を払ってください。

預かる施設：社会福祉法人セント・ジョセフ会聖ヨゼフホーム(児童養護施設)

ところ：保谷町4-12-7

※預ける日の3日前までに子ども家庭支援センター「のどか」に申し込んでください。
 ※子どもが病気のときは聞いてください。預けられないときがあります。

● **病児・病後児保育**

問い合わせ：子育て支援課(田無第二庁舎)
 電話：042-460-9841

子どもが病気のときや病気が治っていないとき、子どもを預けることができます。

対象：生後満6か月から10歳になった後の最初の3月31日までの子ども(保護者が西東京市に住んでいるか、西東京市で仕事をしている)

利用できる時間：月～金曜日の午前8時30分～午後6時、土曜日の午前8時30分～午後0時30分

料金：1日(4時間を超えるとき)3,000円、半日(4時間以内)1,500円

※事前登録・面談が必要です。

● **Childrearing Support Short-Stay Service**

Inquiries/Registration: Child and Family Support Center Nodoka
Tel: 042-425-3303

When a parent is unavoidably and temporarily unable to care for their child due to a sudden illness, childbirth, or injury, they can take advantage of the Childrearing Support Short-Stay Service and leave their child at a city-approved childcare facility for a specified period of time.

Number of children that can be cared for: Up to three children per day

Period of use: Up to 7 days for a single stay (can be extended to 14 days under extreme circumstances)

Cost: Pay 3,000 yen per child per day, plus food expenses.

Facility: St. Joseph Congregation, St. Joseph's Home (Childcare Facility)

Address: 4-12-7 Hoya-cho

*Register with the Nishitokyo City Child and Family Support Center Nodoka by three days before the planned day of child care.

*Contact the home if the child is sick. There are times that child care services are not available.

● **Childcare During and After an Illness**

Inquiries: Childrearing Support Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9841

You can seek child care services when the child is sick or has not recovered.

Scope: Children aged six months or older, up to the first March 31 after their 10th birthday (with their parent/guardian living or working in Nishitokyo City)

Hours: Mon. to Fri., 8:30 a.m. to 6:00 p.m., Sat. 8:30 a.m. to 12:30 p.m.

Cost: Full day (more than 4 hours): 3,000 yen, Half day (up to 4 hours): 1,500 yen

*Registration and an interview in advance are required.

● **育児支援孩子短期照看事業**

咨询及申请：家庭支援中心“NODOKA”
 电话：042-425-3303

监护人遇到急病或分娩、受伤入院等原因，一时无法照看孩子时，可将孩子暂时交给市府委托的设施，提供暂时的托儿服务。

可利用人数：1天最多3人

利用时间：每一次、7天以内(有困难时，可延长至14天)

费用：请支付每日每人3,000日元，及其他餐费。

托管设施：社会福利法人圣·约瑟夫会 圣约瑟夫之家(儿童养护设施)

地址：保谷町4-12-7

※请在托管日的3天前向儿童家庭支援中心“NODOKA”申请。

※孩子生病的时候请事先咨询。有可能无法托管。

● **病児・康复儿保育**

咨询：育儿支援课(田无第二庁舎)
 电话：042-460-9841

孩子生病时或病情没有治愈时，可以提供托管。

对象：出生后满6个月至10岁后第一个3月31日为止的儿童(监护人住在西东京市或在西东京市工作)

利用时间：星期一～星期五的上午8点30分～下午6点，星期六的上午8点30分～下午0点30分

费用：1天(超过4小时)3,000日元，半天(4小时内)1,500日元

※需事先登记与面谈。

● **육아지원 숏 스테이사업**

문의 및 신청：가정지원센터「노도카」
 전화：042-425-3303

보호자가 갑작스러운 질병이나 출산, 부상 등으로 입원하는 등의 이유로 일시적으로 자녀를 돌볼 수 없을 때 우리시가 위탁한 시설에서 잠시 어린이를 돌봐 드립니다.

이용가능 인원수：하루 최대 3명까지

이용기간：1 회당 7 일 이내 (어려운 경우는 14 일 이내까지 연장 가)

비용：하루 1 인 3,000 엔, 그 외 식비를 지불해야 합니다.

숏 스테이 시설：

사회복지법인 세인트 조셉회 성 요셉 홈 (아동양호시설)

소재지：保谷町(호야초)4-12-7

※위탁일의3일 전까지 어린이 가정지원센터‘노도카’에 신청해 주십시오.

※자녀가 아플 때는 문의 바랍니다. 맡아드리지 못할 수도 있습니다.

● **질병에 걸린 아동·회복기 아동의 보육**

문의：육아지원과(타나시 제2청사)
 전화：042-460-9841

자녀가 병이 있거나 병이 낫지 않았을 때 자녀를 맡길 수 있습니다.

대상：생후 만 6 개월부터 10 세가 된 후 첫 3 월 31 일까지의 어린이(보호자가 니시도쿄시에 살고 있거나 니시도쿄시에서 근무를 하고 있어야 함)

이용 시간：월～금요일 오전 8 시 30 분～오후 6 시, 토요일 오전 8 시 30 분～오후 0 시 30 분

이용요금：1 일(4 시간을 경과할 때) 3,000 엔, 반일(4 시간 이내) 1,500 엔

※사전 등록·면담이 필요합니다.

ほいくえん
● 保育園

問い合わせ：保育課 (田無第二庁舎)
電話：042-460-9842

● 保育園

保育園は、保護者が仕事、病気、病人の世話などで、家庭で子どもの世話をすることができないとき、保護者に代わって保育をします。保育時間は午前7時～午後6時までです。迎えの時間に間に合わないとき、時間をのばして子どもを預かってもらえます(延長保育)。保育時間は保育園によって違います。保育園に聞いてください。保育園では、遠足、運動会、お祭りなど季節にあった行事があります。誕生会、避難訓練、身体測定なども毎月しています。年2回、医師による定期健康診断があります。

● 入園の申し込み

申込書の配布・受付
申込書は保育課と市内の保育園にあります。申し込みは保育課に行ってください。保育課で申し込むとき、家庭のことを聞きます。
申し込み期間
新年度(4月1日)入園：毎年11月ごろに行っている「一斉受付」(予約)の期間
年度途中の入園(空きがでたとき)：5月～翌年2月までの入園希望：毎月10日(市役所が休みのときは、その前の市役所が開いている日。ただし、2月に保育園に入りたいときのしめ切りは、1月と同じです)
※保育園への入園は、毎月1日です。「一斉受付」の募集期間など詳しくは、保育課に聞いてください。
保育園以外の施設では、認証保育所、定期的利用保育事業、企業主導型保育事業などがあります。

● Nursery Schools

Inquiries: Nursery Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9842

● Nursery Schools

Nursery schools provide care for children whose parents/guardians cannot care for them during the day due to work, illness or nursing care obligations. The child care hours are from 7:00 a.m. to 6:00 p.m. If you cannot make time for the scheduled pick-up, the child care hours may be extended ("extended child care"). The child care hours vary by nursery school. Contact your nursery school. Nursery schools hold seasonal events such as field trips, athletic meets and festivals, and also hold monthly birthday parties, evacuation drills and body measurements. Routine health exams are provided by a doctor twice a year.

● Enrollment Application

Distribution and Acceptance of Applications
The application form is available at the Nursery Section and at local nursery schools. Visit the Nursery Section to file an application. When you file an application at the Nursery Section, you will be interviewed about your family.
Application Deadline
Enrollment at the start of the school year (April 1): The "open enrollment" (reservation) period is generally held in November.
Enrollment during the year (filling vacant positions: those wishing to enroll from May to February of the following year): 10th of every month. (Or the previous business day if this falls on a non-business day. Note that the due date for child care services starting in February is the same as the due date for services starting in January)
*Nursery school enrollment starts on the first day of every month. For details regarding the "open enrollment" period, contact the Nursery Section
Facilities other than nursery schools include licensed daycare centers, enrollment-based daycare services, and business-initiated nursery service providers.

● 保育園

咨询：保育課(田無第二庁舎)
电话：042-460-9842

● 保育園

保育園是在监护人因工作、生病、照看家人等原因无法在家保育孩子时替监护人保育孩子的地方。保育时间为上午7点～下午6点。如果赶不上接孩子的时间，可以延长托管孩子的时间(延长保育)。保育时间根据各保育園有所不同，请向保育園咨询。园内一年四季举办远足、运动会、祭奠等活动。每月举行生日会，进行避难训练与身体测量等。每年还将由医生进行2次定期健康诊断。

● 入园申请

申请书的送发・受理
保育課和市内の保育園均配有申请书。申请时请前往保育課。在保育課申请时，会向您咨询家庭情况。
申请期限
新学年(4月1日)入園：毎年11月左右开始的“統一受理”(預約)期間
学年途中入園(缺員補充)：5月～次年2月間提出入園申請：毎月10日(如恰逢休庁日，则为前一个开庁日。不过，打算2月進保育園时的截止日期和1月一样)
※入托保育園时间为毎月1日。有关“統一受理”招生期間詳情，請咨询保育課。
除了保育園外，还有认证保育所、定期利用保育事業、企業主導型保育事業等設施。



● 보육원

문의：보육과(타나시 제2청사)
전화：042-460-9842

● 보육원

보육원은 보호자가 일, 질병, 간호 등으로 인해 가정에서 보육을 할 수 없는 경우에 보호자를 대신하여 보육을 실시하는 시설입니다. 보육시간은 오전 7시～오후 6시까지입니다. 마중 시간을 맞추지 못할 때, 시간을 연장해 자녀를 맡길 수 있습니다.(연장 보육) 보육 시간은 보육원에 따라 다릅니다. 보육원에 문의 바랍니다. 보육원에서는 소풍, 운동회, 축제 등 계절에 따른 행사가 있습니다. 그 밖에 생일 축하회, 대피훈련, 신체 측정 등도 매일 실시하고 있습니다. 1년에 2회, 의사에 의한 정기 건강검진도 실시합니다.

● 입원 신청

신청서의 배포・접수
신청서는 보육과와 시내의 보육원에 있습니다. 신청은 보육과로 주세요. 보육과에서 신청을 할 때 가정에 대해 여쭙습니다.
신청 기한
신년도(4월1일) 입소：매년 11월경에 실시하고 있는「일제 접수」(예약)기간
연도 중간의 입소 희망：결원 보충：5월～이듬해 2월까지의 입소 희망：매월 10일(시청이 쉬는 날인 경우는 그 전 시청이 열려 있는 날. 단, 2월에 보육원에 입학하고 싶을 때의 마감일은 1월과 동일합니다)
※보육원 입소는 매월 1일입니다. '일제 접수'의 모집기간 등 자세한 내용은 보육과에 문의해 주십시오.
보육원 이외의 시설로는 인증 보육소, 정기 이용 보육사업, 기업주도형 보육사업 등이 있습니다.

幼稚園

問い合わせ：子育て支援課 (田無第二庁舎)
電話：042-460-9841

西東京市には、私立幼稚園が13園、幼稚園類似施設が2園、無認可幼児施設が1園あります。3歳～小学校入学前の子どもの教育をしています。

児童館・学童クラブ

問い合わせ：児童青少年課 (田無第二庁舎)
電話：042-460-9843

●児童館・児童センター

乳幼児から高校生年代(0～18歳)までの子どもたちが、自由に来て遊ぶことができる場所です。いろいろな講座やイベントを行っています。市内に11か所あり、利用は無料です。乳幼児は保護者がそばにいてください。

●学童クラブ

保護者の仕事や病気などで、小学1年から4年生までの子どもが、放課後、子どもだけで家にいなくてはならないときに利用します。

遊びながら生活のルールやマナーを知ることができます。学童クラブに入りたいときは、申込みがいきます。聞いてください。

利用できる時間：
学校がある月～金曜日：下校時～午後6時
土曜日、春、夏、冬休み：午前8時30分～午後6時(弁当が必要です)
休み：日曜日、祝日、年末年始



Kindergarten

Inquiries: Childrearing Support Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9841

Nishitokyo City has 13 private kindergartens, two pseudo-kindergartens, and one unlicensed child care facility. These facilities implement education for children of preschool ages from three years old.

Children's Halls and After School Child Care Centers

Inquiries: Children and Youth Institution Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-460-9843

●Children's Halls (Jidokan) and Children's Centers

From infants to high school students (0 to 18 years old) everyone can freely come and play. They hold their own lectures and events. There are 11 centers in the city, with no admission fee. Infants should be accompanied by their parents/guardians.

●After School Child Care Centers (Gakudo Club)

These clubs are for young elementary school children (1st through 4th grade) who would otherwise have to be home alone after school because their parents work or are ill.

Children can learn rules and manners for living while playing. You need to file an application to use an after school child care center. Contact the center for more information.

Hours
School days Mon. to Fri.: After school until 6:00 p.m.

Saturdays and spring, summer, and winter breaks: 8:30 a.m. to 6:00 p.m. (children must bring their own lunch)

Closed: Sundays, national holidays, New Year's holiday

幼儿园

咨询：育儿支援课 (田无第二厅舍)
电话：042-460-9841

西东京市有13家私立幼儿园、2家幼儿园类似设施、1家无许可幼儿设施。可进行3岁～小学入学前的儿童教育。

儿童馆・学童俱乐部

咨询：儿童青少年课 (田无第二厅舍)
电话：042-460-9843

●儿童馆・儿童中心

从婴幼儿到高中生年纪(0～18岁)的孩子们可以自由前来玩耍的场所。在这里举办各种讲座与活动。市内有11处这样的设施免费使用。监护人请陪伴在婴幼儿身边。

●学童俱乐部

因监护人工作、生病等，小学1年级～4年级的儿童放学后，不得不在一个人在家时，方可参加。

可以在玩耍中学习了解生活的规则和礼仪。有意向加入儿童俱乐部时，需要申请。详情请咨询。

受理时间

上学期间的星期一～星期五：放学时～下午6点

星期六、春假、暑假、寒假：上午8点30分～下午6点(午饭自带)

休息日：星期日、节假日、年末年初

유치원

문의: 육아지원과 (타나시 제2청사)
전화: 042-460-9841

니시도쿄시에에는 사립유치원이 13개, 유치원 유사 시설이 2개, 무인가 유아시설이 1개 있습니다. 3세～초등학교 입학 전의 어린이를 교육하고 있습니다.

아동관·학동클럽

문의: 아동청소년과 (타나시 제2청사)
전화: 042-460-9843

●아동관·아동센터

영유아부터 고등학생 나이대(0~18세)까지의 어린이들이 자유롭게 와 뛰어놀 수 있는 곳입니다. 다양한 강좌나 행사를 실시하고 있습니다. 시내에 11 곳이 있으며, 이용료는 무료입니다. 영유아는 보호자가 옆에 있어 주세요.

●학동클럽

보호자의 일이나 질병 등의 이유 때문에 초등학교 1학년부터 4학년까지의 아동이 방과후, 아동끼리만 집에 있어야 하는 경우에 이용합니다.

놀이 생활 속 룰이나 매너를 배울 수 있습니다. 학생 동아리에 들어가고 싶을 때는 신청을 해야 합니다. 문의 바랍니다.

이용시간:

학교수업이 있는 월～금요일: 하교시～오후 6시

토요일, 봄, 여름, 겨울 방학: 오전 8시 30분～오후 6시 (도시락 지참)

휴무일: 일요일, 공휴일, 연말연시



学校

問い合わせ：学務課 (田无第二庁舎)
電話：042-420-2824

●日本の学校

日本では、小学校6年(満6歳~12歳)、中学校3年(満12歳~15歳)の9年間が義務教育期間で、授業料、教科書が無料です。外国人も希望すれば市立の学校に入ることができます。多くの小学校、中学校は4月から8月、9月から12月、1月から3月までの3学期に分かれています。学期の途中でも入学できます。

●学校選択制

市立の小・中学校の新1年に入学するとき、住んでいるところで入学する学校が決まっています(指定校)。

しかし、行きたい学校があるときは、学校を変えることができます。指定校以外で行きたい学校があるときは、決まった日までに、保護者が申し込んでください。人数が多いときは、抽選をします。学校により受け入れできないときがあります。

●就学援助

市内に住み、国立・都立・市立小中学校に通っている子どもが、経済的な理由によって学校で勉強することが難しいとき、その保護者に対して、学用品費や学校給食費などの教育費の一部を支給します。希望する人は学務課学務係に聞いてください。

※もらうときは、決まりがあります。聞いてください。

●受験生チャレンジ支援貸付事業

問い合わせ：西東京市社会福祉協議会
受験生チャレンジ支援貸付窓口(田无総合福祉センター内)
電話：042-497-5073

Schools

Inquiries: Educational Affairs Section (Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-420-2824

●Japanese Schools

Compulsory education in Japan consists of six years of elementary school (6 to 12 years of age) and three years of junior high school (12 to 15). Tuition and textbooks for these nine years of school are free of charge. Foreign nationals can also enroll in public schools, if their parents wish. The schedule for many elementary and junior high schools is divided into three academic terms, from April to August, September to December, and January to March. Students can enroll in the middle of a term.

●School Selection System

The first year students in municipal elementary schools and junior high schools are supposed to enroll in specified schools based on their addresses.

However, they may select to go to a different school. To go to a school other than the specified one, the parent/guardian should file an application by the specified date. A lottery system will be used if more students apply than the school can accommodate. There are cases where the requested school cannot accept the applying students.

●School Expense Support

The city partially subsidizes educational costs, such as the costs of school supplies and school-provided meals, for parents facing financial difficulties sending their children to national / metropolitan / municipal elementary schools and junior high schools. Contact the Educational Affairs Subsection, Educational Affairs Section to file a request for support.

*Specified rules are applicable to receive the support. Contact the center for more information.

●Entrance Examination Support Loans

Inquiry: Nishitokyo City Council of Social Welfare Entrance examination support loans counter (inside Tanashi General Welfare Center)
Tel: 042-497-5073

学校

咨询：学务课(田无第二庁舎)
电话：042-420-2824

●日本の学校

在日本，小学6年(満6歳~12歳)、初中3年(満12歳~15歳)这9年为义务教育期，授课费、教材费均免费。外籍人经申请也可入读市立学校。基本上，大多数的小学、初中学年分为4月到8月、9月到12月、1月到3月3个学期，学期中也可转入。

●学校选择制

市立小・中学1年级新生入学的时候，根据居住地点决定入学的学校(指定学校)。

但是，如果有其他中意的学校，可以另做选择。如果想去指定学校以外的学校就读，请在规定的日期前，由监护人提出申请。人数多时需要抽选。存在学校不接受申请的情况。

●就学援助

向住在市内的国立、都立、市立小中学在读的，因经济原因导致就学困难的儿童、学生的监护人，补贴学习用品费或学校伙食费等的一部分教育费。有意向的人请向学务课学务系咨询。

※领取时有规定。详情请咨询。

●入学考试助学贷款事业

咨询：西东京市社会福祉协议会
入学考试助学贷款窗口(田无综合福祉中心内)
电话：042-497-5073

학교

문의：학무과(타나시 제2청사)
전화：042-420-2824

●일본의 학교

일본은 초등학교 6년(만 6세~12세), 중학교 3년(만 12세~15세)의 9년간 의무교육 기간으로, 수업료와 교과서, 교재비가 무료입니다. 외국 국적인 분도 희망하면 시립학교에 들어갈 수 있습니다. 대부분의 초등학교, 중학교는 4월부터 8월, 9월부터 12월, 1월부터 3월까지의 3 학기로 나누어져 있으며, 학기 중에도 전입할 수 있습니다.

●학교 선택제

시립 초, 중학교에 1학년으로 입학할 때, 살고 있는 곳에 따라서 입학할 학교가 정해져 있습니다.(지정학교).

하지만 가고 싶은 학교가 있을 때는 학교를 바꿀 수 있습니다. 지정학교 이외에 가고 싶은 학교가 있을 때는, 정해진 날까지 보호자가 신청 바랍니다. 인원 수가 많을 때는 추첨을 합니다. 학교에 수용이 되지 않을 수 있습니다.

●취학 원조

시내에 거주하며 국립, 도립, 시립 초등학교 및 중학교에 재적 중인 아동이 경제적인 이유로 면학이 어려운 경우, 그 보호자에게 학용품비와 학교 급식비 등 교육비의 일부를 지원합니다. 희망하는 분은 학무과 학무계로 문의 바랍니다.

※받을 때는 규칙이 있습니다. 문의 바랍니다.

●수험생 쉼터 지원 대부 사업

문의：니시도쿄시 사회복지협의회
수험생 쉼터 지원 대부 창구(타나시 종합복지센터 내)
전화：042-497-5073

一定の収入以下の世帯への支援として、
中学3年生や高校3年生の塾の費用や受験
料に困っている人はお金を借りることがで
きます。利子はりません。
対象：市内に住んでいる人で、家族の生活
費を得ている人。
※借りるには決まりがあります。聞いてく
ださい。

As support is provided for households with
income lower than a specified level, loans are
available if you have difficulty paying private
tutoring fees, examination fees, or other fees for
students in the third grade of junior high schools
or high schools. No interest will be calculated.
Scope: Residents in the city who are earning
living expenses for their families
*Specified conditions must be satisfied to
receive the loans. Contact the service for
more details.

日本語適応指導

問い合わせ：教育指導課 (田無第二庁舎)
電話：042-420-2828

Japanese Language Orientation

Inquiries: Educational Guidance Section
(Tanashi 2nd Bldg.)
Tel: 042-420-2828

市内の小・中学校に通う外国人の児童・
生徒は、日本語適応指導員による初期の日
本語指導を受けることができます。基本的
な日本語の学習や、日本の文化・生活習慣
への理解を深める支援を行います。
希望するときは教育指導課に聞いてくだ
さい。

Foreign students who are enrolled in
elementary and junior high schools in
Nishitokyo can receive beginning Japanese
language orientation provided by a Japanese
language teacher who can speak their native
language. Support is provided to help students
learn basic Japanese language skills and
improve their understanding of Japanese
culture and customs.
Those interested should contact the
Educational Guidance Section.

作为对一定收入以下的家庭的支援,
面向在中学3年级和高中3年级学生的补
习班费用和考试费用上有困难的学生提供
贷款服务。不需要支付利息。
对象：住在市内且负担家庭生活费的人。
※贷款需要满足条件。详情请咨询。

일정한 수입 이하의 세대에 대한
지원으로, 중학교 3학년이나 고등학교
3학년의 학원비용 및 시험료 때문에
고민하는 분은 돈을 빌릴 수 있습니다.
이자는 붙지 않습니다.
대상 : 시내에 거주 중이며, 가족 생활비를
벌고 있는 분
※빌릴 경우에는 조건이 있습니다. 자세한
내용은 문의 바랍니다.

日语适应指导

咨询：教育指导课 (田无第二厅舍)
电话：042-420-2828

일본어 적응지도

문의：교육지도과 (타나시 제2청사)
전화：042-420-2828

在市内的中小学就读的外国儿童。学
生可由日语适应指导员进行初期的日语指
导。对于基础日语学习或对日本文化、生
活习惯的理解给予深入地支援。
有需要时请向教育指导课咨询。

시내의 초·중학교에 다니고 있는
외국인아동·학생은 일본어 적응 지도원의
초기일본어 지도를 받을 수 있습니다.
기본적인 일본어 학습과 일본의 문화와 생활
습관에 관한 이해를 높이기 위한 활동을
지원하고 있습니다.
희망하는 경우는 교육지도과에 문의해
주세요.





■ごみとリサイクル

お問い合わせ：ごみ減量推進課 (エコプラザ西東京)
電話：042-438-4043

ごみは、「可燃ごみ(もえるごみ)・不燃ごみ(もえないごみ)・プラスチック容器包装類(プラスチック容器包装類)・資源物(資源物)・有害ごみ(有害ごみ)・危険物(危険物)・粗大ごみ(粗大ごみ)」に分けて、収集(集めること)します。可燃ごみ・不燃ごみ・プラスチック容器包装類は、指定の収集袋(市が決めた袋、有料)に入れて、出します。
住んでいる場所や曜日で、集めるものが違います。収集の日は、敷地内の決まった場所に朝8時30分までにお願いします。

プラスチック容器包装類
指定収集袋(灰色)
Designated plastic containers/wrapping collection bags (gray)



■Waste and Recycling

Inquiries: Sanitation and Garbage Disposal Section (Eco Plaza Nishitokyo)
Tel: 042-438-4043

Waste is sorted and collected according to type—burnable waste, nonburnable waste, plastic containers/wrapping, recyclable resources, toxic waste, hazardous waste, and bulky waste. Burnable waste, nonburnable waste, and plastic containers/wrapping should be placed in the designated collection bags (bags designated by the city, there is a fee) before disposal.
Different types of waste are collected depending on the place of residence and the day of the week. Take out waste to the designated collection area of the residence by 8:30 a.m. on the designated collection day.



可燃ごみ
不燃ごみ
指定収集袋(黄色)
Designated burnable/nonburnable waste collection bags (yellow)

●可燃ごみ
生ごみ(食べ物のごみ)・資源にならない紙類・汚れた古布は、可燃ごみです。黄色の可燃ごみ・不燃ごみ兼用指定収集袋(黄色の市のごみ袋)に入れて、敷地内の決まった場所に出します。
※切った木の枝はひもでしばります。落ち葉・草・紙おむつは、透明・半透明の袋に入れて出します。

●Burnable Waste
Kitchen scraps (food waste), nonrecyclable paper, and dirty rags are burnable waste. Place items in the designated yellow burnable/nonburnable waste collection bags (yellow municipal waste bag) and take them to the designated collection area for your property.
*Bundle pruned branches with a string. Put fallen leaves, grass, and paper diapers in transparent/translucent bags to be collected.

●不燃ごみ
プラスチック(ハンガー・ボールペン・スポンジなど)・ガラス・陶器類・革製品などは、不燃ごみです。黄色の可燃ごみ・不燃ごみ兼用指定収集袋に入れて、敷地内の決められた場所に出します。

●Nonburnable Waste
Plastic items that are not containers or wrapping (such as hangers, ballpoint pens, and sponges), glass/ceramic items, and leather items are considered nonburnable waste. Place the items in the designated yellow burnable/nonburnable waste collection bags and take them to the collection area designated for your property.

■垃圾与再利用

咨询:垃圾减量推进课(西东京环保广场)
电话:042-438-4043

垃圾分成“可燃垃圾、不可燃垃圾、塑料容器包装类、资源物、有害垃圾、危险废物、粗大垃圾”收集。可燃垃圾、不可燃垃圾、塑料容器包装类请放入指定的收集垃圾袋(市政府规定的垃圾袋,收费)中丢弃。

根据居住的地点和星期几,回收的垃圾种类有所不同。到了回收日,请在上午8点30分之前将垃圾送到所住区域内规定的地点。

塑料容器包装类指定收集袋(灰色)
プラスチック 용기포장류
지정 수거봉투(그레이)



●可燃垃圾
厨余垃圾(食物的垃圾)、不能成为资源的纸类、脏污的旧布为可燃垃圾。丢弃时请装入黄色的可燃垃圾和不可燃垃圾兼用指定收集袋(黄色的市政府垃圾袋)中,将垃圾扔到小区内指定场所。
※将截断的树枝用绳子捆起来。将落叶·草·纸尿裤装入透明·半透明的袋子里丢弃。

■쓰레기와 재활용

문의: 쓰레기 감량추진과(에코 플라자 니시도쿄)
전화: 042-438-4043

쓰레기는 ‘타는 쓰레기·타지 않는 쓰레기·플라스틱 용기포장류·자원물·유해쓰레기·위험물·대형 폐기물’로 분리하여 수거(모으는 일)합니다. 타는 쓰레기·타지 않는 쓰레기·플라스틱 용기포장류는 지정수거봉투(시에서 선정한 봉투, 유료)에 담아 내놓습니다.

거주 중인 장소나 요일에 따라 수거하는 것도 달라집니다. 수거날은 부지 내에 정해진 장소에 아침 8시 30분까지 내놓아 주십시오.



可燃垃圾、不可燃垃圾指定收集袋(黄色)
타는 쓰레기
타지 않는 쓰레기 지정 수거봉투(노란색)

●타는 쓰레기
음식물 쓰레기(음식쓰레기)·자원이 되지 않는 종이류·더러운 천은 타는 쓰레기입니다. 노란색 타는 쓰레기·타지 않는 쓰레기 겸용 지정 수거봉투(시 지정 노란색 봉투)에 담아 부지 내의 지정된 장소에 내놓습니다.
※자른 나무가지는 끈으로 단단히 묶어매다. 낙엽이나 풀이나 기저귀는 투명 및 불투명한 봉투에 넣어서 내놓습니다.

●타지 않는 쓰레기
용기포장류 이외의 플라스틱(옷걸이·볼펜·스펀지 등)·유리·도자기류·가죽 제품 등은 타지 않는 쓰레기입니다. 노란색 타는 쓰레기·타지 않는 쓰레기 겸용 지정 수거봉투에 담아 부지 내의 지정된 장소에 내놓습니다.

●プラスチック容器包装類

プラマークが付いている商品・発泡スチロール・ポリ袋・パック類・ラベルなどはプラスチック容器包装類です。きれいに洗って、灰色の専用指定収集袋に入れて、敷地内の決められた場所に出します。きれいに洗えないものは不燃ごみで出します。

●Plastic Containers/Wrapping

Merchandise with the identifying plastic mark shown below, styrofoam, plastic bags, plastic cartons, and labels are plastic containers/wrapping. Wash the items, place them in the designated gray collection bags, and take them to the collection area designated for your property. Items that cannot be washed clean should be disposed of as nonburnable waste.



プラマーク
Plastic mark

●資源物

びん・缶・ペットボトルはラベルやキャップを取って、中を洗ってから、資源物収集用のごご（各家庭や集合住宅でご用意ください）の中に入れます。

※スプレー缶は、できるだけ使ったあと、透明・半透明の袋に入れて、資源物収集用のごごの隣に出します。

古紙（段ボールやティッシュの箱、お菓子の箱など）、古布（洋服や毛布、カバンなど）は、ひもなどでひとつにしばって出します。古布は雨の日は出さないでください。

金属類は、持つところが金属でなくても、資源物収集用のごごに入れてください。

廃食用油（料理で使った油）は、ペットボトルなどに入れて、フタをして、敷地内の決まった場所に出します。機械油・灯油・ドレッシング類は出すことができません。凝固剤で固めた食用油は可燃ごみに出してください。

デジタルカメラ、扇風機、掃除機、ラジカセなどの小型家電は、メモリーカードや電池類をとって、敷地内の決まった場所に出します。

※電子レンジ、食器洗浄機などは粗大ごみです。

※パソコン、携帯電話はメーカーに聞いてください。

●Recyclable Resources

Remove the labels and caps from bottles, cans and PET bottles, wash and clean the inside, and put them in a basket designated for recyclable resources that should be installed by the household or residential complex.

*Spray cans should be emptied as much as possible and then put in a transparent/translucent bag. Put the bag beside the basket for recyclable resources.

Tie used paper (such as cardboard, tissue cases, and snack cases) and used cloth items (such as clothes, blankets, and bags) into bundles. Do not take out used cloth items on a rainy day.

Put metal items into the basket for recyclable resources, even if they have non-metal handles.

Put waste cooking oil in PET bottles with closed caps and take them out to the designated collection area of the residence. You can also dispose of used cooking oil treated with a solidifying agent as burnable waste. Please note that machine oil, kerosene, and salad dressing are not collected.

Please dispose of small electrical appliances—such as digital cameras, electric fans, vacuum cleaners, and radiocassette players—by removing the memory card and batteries, and take them out to the designated collection area of the residence.

*Appliances such as microwave ovens and dishwashers are considered bulky waste.

*To dispose of personal computers and cell phones, please ask the company that manufactured them to collect them.

●塑料容器包装类

是指带有塑料标志的商品、发泡苯乙烯、聚乙烯袋、包装袋类、标签等塑料包装容器。请清洗干净，装入灰色的专用指定收集袋，扔到小区内指定场所。洗不干净的物品按不可燃垃圾丢弃。

●플라스틱 용기포장류

플라스틱 마크가 부착된 상품·발포스티로폼·폴리에틸렌 봉투·팩류·라벨 등은 플라스틱 용기포장류입니다. 깨끗하게 씻어 회색 전용 지정 수거봉투에 담아 부지 내의 지정된 장소에 배출합니다. 깨끗하게 씻을 수 없는 것은 타지 않는 쓰레기로 배출합니다.



塑料标记
플라스틱 마크

●资源物

将瓶・罐・塑料瓶的标签和瓶盖取下，瓶身洗净后放入资源物回收用的篮子（各家庭和集体住宅请自行准备）中。

※喷雾罐请尽量在食用完后装入透明・半透明的袋子里，放在资源物回收用的篮子旁边。

废纸（纸箱和纸巾盒、点心盒等）、旧布（衣服和毛巾、包等），请用绳子等绑在一起丢弃。请不要在下雨天丢弃旧布。

金属类垃圾即使手持的部分不是金属，也请放在资源物回收用的篮子里。

废弃食用油（料理用过的油）请倒入塑料瓶等，盖上盖子，放在所住区域内指定场所。机械油、灯油、调味料类不能丢弃。用凝固剂凝固的食用油请作为可燃垃圾丢弃。

数码相机、风扇、吸尘器、盒式收录机等小型家电，请取下内存卡或电池类请取下来放在所住区域内指定场所。

※微波炉、餐具清洗机等为粗大垃圾。

※电脑、手机请向厂商咨询。

●자원물

병, 캔, 페트병은 라벨이나 캡을 제거해 안을 씻어낸 후, 자원물 수집용 바구니(각 가정이나 집합주택에서 준비 바랍니다) 안에 넣습니다.

※스프레이 캔은 최대한 다 사용 후 투명, 반투명 봉투에 넣어 자원물 수집용 바구니 옆에 버려 주세요.

과지(골판지나 티슈상자, 과자상자 등), 헌 천(옷이나 담요, 가방 등)은 끈 등을 이용해 하나로 묶은 후 버립니다. 비가 오는 날에는 헌 천을 버리지 마세요.

금속류는 잡는 부분이 금속이 아니더라도 자원물 수집용 바구니에 넣어 주세요.

폐식용유(요리 후 남은 기름)는 페트병 등에 넣어 뚜껑을 닫아서 부지 내의 정해진 곳에 버립니다. 기계유·등유·드레싱류는 배출할 수 없습니다. 응고제로 굳힌 식용유는 타는 쓰레기로 배출해 주십시오.

디지털 카메라, 선풍기, 청소기, 라디오 카세트 등의 소형 가전제품은 메모리카드 전자 종류를 빼고 부지 내의 정해진 곳에 내놓습니다.

※전자레인지, 식기세척기 등은 대형 폐기물입니다.

※컴퓨터, 휴대전화는 제조업체에 문의해 주십시오.

●有害ごみ・危険物

乾電池：販売店（電池を売っている店）にある回収容器（電池を捨てる入れ物）に入れるか、透明・半透明の袋に入れて出します。体温計：透明・半透明の袋に入れて出します。

蛍光管・刃物・傘：危険なので、危なくないようにして、出します。西東京市 Web の有害ごみ・危険物のところを見てください。有害ごみは可燃ごみの横に置いてください。

●粗大ごみ

1 辺が 30cm を超える大型ごみは粗大ごみです。

粗大ごみの出し方：①専用電話に電話する（電話：042-421-5411）②どのシールを買うか、いつごみを出すかを聞く③市内の取扱店（シールを売っている店）で「粗大ごみ処理シール」を買う④粗大ごみにシールを貼って、収集日（電話で聞いてごみを捨てる日）に自宅敷地内のわかりやすい場所に出す。

※壊したり、小さくしても粗大ごみです。

●Toxic Waste/Hazardous Waste

Dry-cell batteries: Place batteries in the collection bins (containers to put batteries in) at retail stores (stores that sell batteries) or in transparent/ semitransparent plastic bags for disposal.

Thermometers: Put them out in transparent/ semitransparent plastic bags for disposal.

Fluorescent light bulbs/knives/umbrellas: Because these are dangerous, they should be disposed of with care to prevent injury. See the page for Toxic Waste/Hazardous Waste on the Nishitokyo City Web.

Put toxic waste beside non-burnable waste.

●Bulky Waste

Large items that are more than about 30 cm on one side are considered bulky waste.

How to dispose of bulky waste: 1) Call to request collection (Tel: 042-421-5411). 2) Ask which sticker to buy and when to take out the waste. 3) Purchase the appropriate bulky waste handling stickers at a dealer (a store that sells stickers) in the city. 4) Attach the stickers to your bulky waste, and take your item to a visible location on your property on the collection day (date of waste collection arranged by phone).

*Even if you break apart bulky waste into smaller parts, they are still regarded as bulky waste.



粗大ごみ処理シール
Bulky waste handling stickers

●市で収集できないもの

消火器、バッテリー、畳、コンクリート、仏壇、タイヤ、ピアノ、金庫、スプリング入りのソファ・ベッド、バイク（50cc 以下は粗大ごみです）などは市では収集できません。

エアコン、冷蔵庫（冷凍庫）、洗濯機、テレビは、市では収集できません。買った店に引き取ってもらうか、代表業者（武蔵野清運 電話：042-438-8938）に電話して引き取ってもらうてください。

●Items That the City Cannot Collect

The city cannot collect fire extinguishers, car batteries, tatami mats, concrete, home altars, tires, pianos, safes, sofas and beds containing springs, or motorbikes (although 50 cc models or less will be treated as bulky waste).

The city also cannot collect air conditioners, refrigerators (freezers), laundry machines, and TVs. Ask the store where you purchased the item or a representative dealer (such as Musashino Seibun, Tel: 042-438-8938) to collect your used item.

●有害垃圾・危険物

干電池：请扔到销售店（销售电池的商店）的回收容器（装废弃电池的容器）内或是装入透明、半透明垃圾袋扔弃。

体温计：请装入透明、半透明垃圾袋扔弃。

日光灯管、刀具、伞：比较危险，请事先处理至没有危险后再扔弃。请浏览西东京市 web 的有害垃圾、危险物页面。

有害垃圾请放在不可燃垃圾的旁边。

●粗大垃圾

边长超过 30cm 的大型垃圾为粗大垃圾。

粗大垃圾的丢弃方法：①请事先拨打专用电话（042-421-5411）。②询问买哪种处理券，什么时候丢弃垃圾。③在市内的受理点（销售处理券的商店）购买“粗大垃圾处理券”。④在垃圾上贴上粗大垃圾处理券，收集日（打电话询问丢弃垃圾的日子）当日请将垃圾放到自家小区内的醒目处。

※即使破坏或者拆成小份也依然属于大件垃圾。



粗大垃圾处理券
대형 폐기물 처리 스티커

●本市不予收集的物品

灭火器、蓄电池、塌塌米、混凝土块、佛龕、轮胎、钢琴、保险箱、装有弹簧的沙发及床、摩托车（50cc 以下为粗大垃圾）等本市不予收集。

空调、冰箱（冰柜）、洗衣机、电视机本市不予收集。请让购买的店铺回收或打电话请处理公司（武蔵野清運 电话：042-438-8938）回收。

●유해 쓰레기・위험물

건전지： 판매점（전지를 팔고 있는 가게）에 설치된 회수 용기（전지를 버리는 용기）에 넣거나 투명·반투명 봉투에 담아 배출합니다.

체온계： 투명·반투명 봉투에 담아 배출합니다.

형광등·칼·우산： 위험하므로 다른 사람이 다치지 않도록 정리하여 배출합니다. 니시도쿄시 Web 의 유해 쓰레기·위험물등을 확인 바랍니다.

유해 쓰레기는 안 타는 쓰레기 옆에 두세요.

●대형 폐기물

한 변이 30cm 를 초과하는 대형 쓰레기는 대형 폐기물입니다.

대형 폐기물 배출방법：①전용 전화번호로 전화한다（전화：042-421-5411）。②어느 스티커를 살지, 언제 쓰레기를 밖에 내놓을지 질문. ③시내의 취급점（스티커를 팔고 있는 가게）에 ‘대형 폐기물 처리 스티커’를 구입한다. ④대형 폐기물에 스티커를 붙이고 수거일（전화로 들은 쓰레기를 버리는 날）에 자택부지 내의 알기 쉬운 장소에 내놓는다.

※부수거나 작게 만들어도 대형 쓰레기입니다.

●시에서 수거할 수 없는 것

소화기, 배터리, 다다미, 콘크리트, 불단, 타이어, 피아노, 금고, 스프링이 들어 있는 소파·침대, 오토바이（50cc 이하는 대형 폐기물입니다）등은 시에서는 수거하지 않습니다.

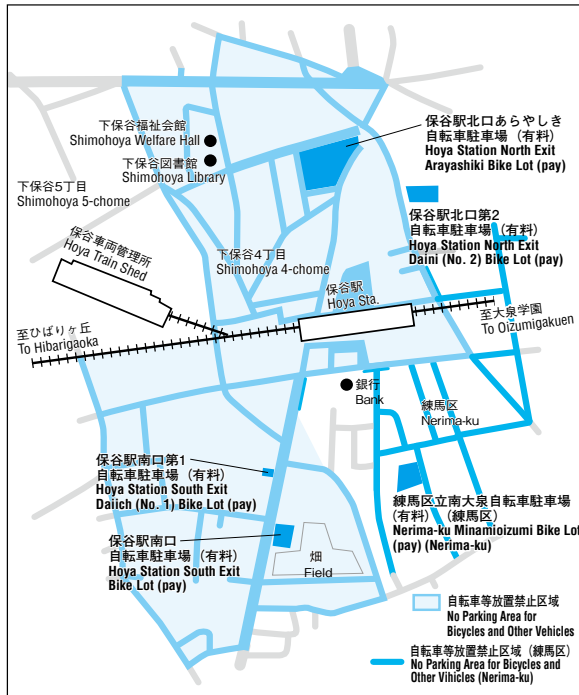
에어컨, 냉장고（냉동고）, 세탁기, TV 는 시에서는 수거할 수 없습니다. 구입한 점포에 인수를 의뢰하거나 대표 취급점（무사시노 세이운 전화：042-438-8938）에 전화하여 인수를 의뢰해 주십시오.

●保谷駅周辺自転車駐車場
(有料 4 か所)

Bicycle Lots Around Hoya Station
(four pay lots)

保谷站周围自行车停车场
(收费 4 处)

호야역 주변 자전거 주차장
(유료 4 곳)

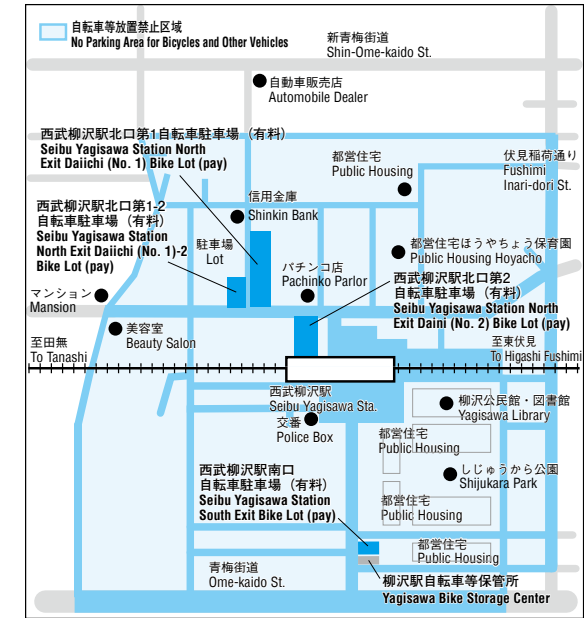


●西武柳沢駅周辺自転車駐車場
(有料 4 か所)

Bicycle Lots Around Seibu Yagisawa Station
(four pay lots)

西武柳沢站周围自行车停车场
(收费 4 处)

세이부 야기사와역 주변 자전거 주차장
(유료 4 곳)



●田無駅周辺自転車駐車場
(有料 3 か所、無料 3 か所)

Bicycle Lots Around Tanashi Station
(three pay, three free lots)

田无站周围自行车停车场
(收费 3 处、免费 3 处)

타나시역 주변 자전거 주차장
(유료 3 곳, 무료 3 곳)

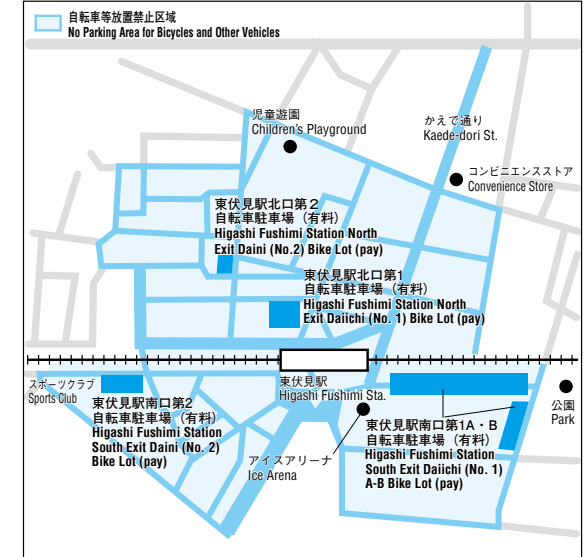


●東伏見駅周辺自転車駐車場
(有料 4 か所)

Bicycle Lots Around Higashi Fushimi Station
(four pay lots)

东伏见站周围自行车停车场
(收费 4 处)

히가시후시미역 주변 자전거 주차장
(유료 4 곳)





ぶんかしせつ
文化施設

● コール田無

多目的ホール、音楽練習室、イベントルームなどがあります。3階にピッコロひろば(乳幼児交流施設(小さい子どもが遊ぶところ))があり、親子(0歳から3歳までの乳幼児とその親)と一緒に遊べます。

ところ: 田無町 3-7-2

電話: 042-469-5006

利用できる時間: 午前9時~午後10時

休み: 月曜日(月曜日が祝日に当たるときは翌日)、年末年始

● 保谷こもれびホール

メインホール(662席)、小ホール(250席)があり、コンサート、映画、落語などを観ることができます。ホールを借りることができます。

ところ: 中町 1-5-1

電話: 042-421-1919

利用できる時間: 午前9時~午後10時

休み: 年末年始、定期休館年 10日程度

こうみんかん としよかん
公民館・図書館

● 公民館

市内に6か所の公民館があります。公民館では、さまざまな講座や事業を開催しています。柳沢公民館では子育て中の外国人女性のための日本語講座があります。市民サークル活動に使うことができます。サークルを紹介します。

※公民館の一覧は、p112~113を見て下さい。

● 図書館

市内に6か所の図書館があります。中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館には外国語の本・雑誌・新聞などがあります。初めて本を借りる時は申込んで利用カードを作ります。申込み時は住所と自分のことがわかるもの(在留カードなど)を見せてください。図

● Cultural Facilities

● Call Tanashi

This facility has a multipurpose hall, music practice rooms, event rooms and other facilities. On the third floor is Piccolo Hiroba (an infant activity facility (place for small children to play)), where parents and children (children from newborns to 3 years of age and their parents) can have fun playing together.

Address: 3-7-2 Tanashi-cho

Tel: 042-469-5006

Hours: 9:00 a.m. to 10:00 p.m.

Closed: Mondays (the next day if Monday is a holiday), the New Year's holiday

● Hoya Komorebi Hall

This facility has a main hall (662 seats) and a small hall (250 seats), and you can view concerts, movies, rakugo storytelling, and other events. The hall can be rented.

Address: 1-5-1 Nakamachi

Tel: 042-421-1919

Hours: 9:00 a.m. to 10:00 p.m.

Closed: year-end and New Year holidays, and periodic closing days (about ten days a year)

● Kominkan (community center) and Libraries

● Using the Kominkan

There are six kominkan in the city. Various classes and events are held here. The Yanagisawa Public Hall implements Japanese language classes for foreign women who are raising children. The facility can be used for the activities of citizens' circles. You can get more information about the circles at the kominkan.

*See page 112-113 for the list of kominkan.

● Using the Library

There are six libraries in Nishitokyo. Foreign-language books, magazines, and newspapers are available at the Chuo, Hoya Ekimae Yagisawa, and Hibarigaoka Libraries. Before you borrow a book for the first time, you need to have a user card issued. To have a user card issued, present a document that indicates your address and identification (such as residence

● 文化施設

● Call 田无

设有多功能厅、音乐练习室、活动室等。3楼还设有PICCOLO广场(婴幼儿交流设施(幼儿可以游泳的场所)),供亲子(0岁至3岁的婴幼儿及其父母)交流之用。

地址: 田无町 3-7-2

电话: 042-469-5006

开放时间: 上午9点~晚上10点

休息日: 星期一(逢星期二为节假日时,则次日休息)、年末年初

● 保谷 Komorebi 剧场

包括主厅(662个座位)和小厅(250个座位),可观赏音乐会、电影放映、相声等活动。剧场可租借。

地址: 中町 1-5-1

电话: 042-421-1919

开放时间: 上午9点~晚上10点

休息日: 年末年初、定期休馆每年大约10天左右

● 公民館、図書館

● 公民館

市内设有6个公民馆。公民馆会举办各种讲座和事业活动。柳泽公民馆设有面向正在育儿的外国女性的日语讲座。可以用于市民社团活动。会为您介绍社团内容。※公民馆的一览请参照 p112~113。

● 図書館

市内设有6个图书馆。中央、保谷駅前、柳泽、云雀丘图书馆还有外语书・杂志・报纸等。第一次借书时请申请制作使用卡。申请时需要出示能证明住址和自己身份的证件(在留卡等)。书、杂志最多可借30册,

● 文化施設

● 코르 타나시

다목적 홀과 음악 연습실, 이벤트 룸 등이 있습니다. 3층에 핏코로 히로바(영유아 교류시설)가 있으며, 부모와 자녀(0세에서 3세까지의 영유아와 그 부모(어린 아이가 노는 곳))가 함께 놀 수 있습니다.

소재지: 田無町(타나시쵸) 3-7-2

전화: 042-469-5006

이용시간: 오전 9시 ~ 오후 10시

휴관일: 월요일(월요일이 공휴일인 경우는 다음날), 연말연시

● 호야 코모레비 홀

메인 홀(662석), 소형 홀(250석)이 있으며, 콘서트, 영화, 라쿠고 등의 공연을 볼 수 있습니다. 홀을 빌릴 수 있습니다.

소재지: 中町(나카마치) 1-5-1

전화: 042-421-1919

개관시간: 오전 9시 ~ 오후 10시

휴관일: 연말연시, 정기휴관 연 10일 정도

● 公民館・도서관

● 公民館

시내에 6곳의 시민관이 있습니다. 시민관에서는 다양한 강좌나 사업을 개최하고 있습니다. 야나기사와 시민관에서는 육아 중인 외국인 여성분들을 위한 일본어 강좌를 합니다. 시민 동아리 활동에 사용할 수 있습니다. 동아리를 소개합니다.

※공민관 목록은 p112~113를 참조해 주십시오.

● 도서관

시내에는 6곳의 도서관이 있습니다. 중앙, 호야역 앞, 야기사와, 히바리가오카 도서관에는 외국어 책・잡지・신문 등이 있습니다. 처음으로 책을 빌릴 때는 이용카드를 신청해 만듭니다. 신청 시에는 주소와 본인을 증명할 수 있는 것(체류카드 등)을 보여주세요. 도서와 잡지는 30

書・雑誌は30冊まで、CD・カセットテープは3点まで2週間借りることができます。
※図書館の一覧は、p112～113を見てください。

■スポーツ施設

●スポーツ施設の利用

スポーツ施設を使うときはグループの申し込みが必要です。ただし、テニスコートはひとりでも申し込むことができます。温水プール、トレーニング室などは申し込みはいりません。申し込みは、スポーツセンター、総合体育館、南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」でできます。

●スポーツセンター

体育室・温水プール・トレーニング室・会議室・ランニング走路
ところ：中町 1-5-1
電話：042-425-0505
利用できる時間：午前9時～午後10時
休み：毎月第1火曜日、年末年始 (12/29～1/1)

●総合体育館

体育室・トレーニング室・会議室
ところ：向台町 5-4-20
電話：042-467-3411
利用できる時間：午前9時～午後10時
休み：毎月第1火曜日、年末年始 (12/29～1/3)

●南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」

体育室・武道場・多目的ホール・会議室
ところ：南町 5-6-5
電話：042-451-0555
利用できる時間：午前9時～午後9時
休み：毎月第1火曜日、年末年始 (12/29～1/3)

card). Users may check out up to 30 books and magazines and three CDs/cassette tapes for two weeks.

*See page 112-113 for the list of libraries.

■Sports Facilities

●Use of Sports Facilities

To use a sports facility, an application needs to be filed by a group of users. An application may be filed by an individual user for a tennis court. No application is required to use the heated pool, exercise room, etc. An application can be filed at the Sports Center, General Gymnasium, Minami-cho Kiratto Sports & Culture Center.

●Sports Center

Gymnasiums, swimming pool, exercise room, conference room, and running course
Address: 1-5-1 Nakamachi
Tel: 042-425-0505
Hours: 9:00 a.m. to 10:00 p.m.
Closed: First Tuesday of every month, over the New Year holiday (Dec. 29 to Jan. 1)

●General Gymnasium (Sogo Taiikukan)

Gymnasiums, exercise room, conference room.
Address: 5-4-20 Mukodai-cho
Tel: 042-467-3411
Hours: 9:00 a.m. to 10:00 p.m.
Closed: First Tuesday of every month, over the New Year holiday (Dec. 29 to Jan. 3)

●Minami-cho Sports & Culture Center "Kiratto"

Gymnasiums, budo hall, multi-purpose hall, conference room.
Address: 5-6-5 Minami-cho
Tel: 042-451-0555
Hours: 9:00 a.m. to 9:00 p.m.
Closed: First Tuesday of every month, over the New Year holiday (Dec. 29 to Jan. 3)

CD、磁帯最多可借3盒、最久可借2周。
※図書館の一覧参照 p112～113。

■体育设施

●体育设施の利用

使用体育设施时需要进行团体申请。但是，即使一个人也可以申请使用网球场。温水游泳池、训练室等不需要申请。可前往体育中心、综合体育馆、南町体育・文化交流中心“kiratto”进行申请。

●体育中心

体育室・温水游泳池・训练室・会議室・跑道
地址：中町 1-5-1
电话：042-425-0505
受理时间：上午9点～晚上10点
休息日：毎月第1个星期二、年末年初 (12/29～1/1)

●综合体育馆

体育室・训练室・会議室
地址：向台町 5-4-20
电话：042-467-3411
受理时间：上午9点～晚上10点
休息日：毎月第1个星期二、年末年初 (12/29～1/3)

●南町体育・文化交流中心“Kiratto”

体育室・武道場・多目的大厅・会議室
地址：南町 5-6-5
电话：042-451-0555
受理时间：上午9点～晚上9点
休息日：毎月第1个星期二、年末年初 (12/29～1/3)

권까지, CD와 카세트 테이프는 3점까지 2주간 빌릴 수 있습니다.

※도서관 목록은 p112~113를 참조해 주십시오.

■스포츠 시설

●스포츠 시설의 이용

스포츠 시설을 이용할 때는 그룹으로 신청을 해야 합니다. 단, 테니스 코트는 혼자서도 신청이 가능합니다. 온수 수영장, 트레이닝실 등은 신청할 필요가 없습니다. 스포츠 센터, 종합 체육관, 미나미초 스포츠 및 문화교류센터 ‘기랏토’에서 신청 가능합니다.

●스포츠센터

체육실·온수 풀·트레이닝실·회의실·러닝 코스
소재지：中町 (나카마치) 1-5-1
전화：042-425-0505
이용시간：오전 9시 ~ 오후 10시
휴관일：매월 첫째 화요일, 연말연시 (12/29～1/1)

●종합체육관

체육실·트레이닝실·회의실
소재지：向臺町 (무코다이쵸) 5-4-20
전화：042-467-3411
이용시간：오전 9시 ~ 오후 10시
휴관일：매월 첫째 화요일, 연말연시 (12/29～1/3)

●미나미초 스포츠·문화교류센터 ‘기랏토’

체육실·무도장·다목적 홀·회의실
소재지：南町 (미나미쵸) 5-6-5
전화：042-451-0555
이용시간：오전 9시 ~ 오후 9시
휴관일：매월 첫째 화요일, 연말연시 (12/29～1/3)

その他に武道場、向台運動場、芝久保運動場、芝久保第二運動場、ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」、健康広場、市民公園グラウンドがあります。

問い合わせ：スポーツセンター
電話：042-425-0505

大きな公園

●東大生態調和農学機構

春には桜が咲いて、夏は緑がきれいです。
公開日時：火～金曜日の午前9時～午後4時30分（祝日・年末年始・入れない目を除く）
受付：入ることができる場所は決まっています。時間や決まりを守ってください。詳しいことは、ホームページを見てください。
ところ：緑町 1-1-1

●西東京いきの森公園

市の中でいちばん広い（約4.4ヘクタール）市立公園です。公園のとなりは木がたくさんある東大生態農学機構です。11月には西東京市民まつりをします。
ところ：緑町 3-2

●西原自然公園

武蔵野の自然が残っています。コナラやクスギなど高い木がたくさんあります。コケラヤムクドリなどの鳥がたくさんいます。
ところ：西原町 4-5

●文理台公園

春には桜の花が咲きます。梅雨には菖蒲の花が咲きます。楽しむことができます。
ところ：東町 1-4

その他の施設

●エコプラザ西東京

リサイクルでゴミをへらして、私たちの生活を守ります。環境学習のための展示、発表、会

Nishitokyo also has a budo hall, Mukodai Sports Field, Shibakubo Sports Field, Shibakubo Daini Sports Field, Hibarigaoka General Sports Field “Hibarium,” Kenko Hiroba Park, and Shimin Koen Fields.

Inquiries: Sports Center
Tel: 042-425-0505

Large Parks

●Institute for Sustainable Agro-ecosystem Services (ISAS)

You can enjoy cherry blossoms in spring & beautiful greenery in summer.
Open to the public: Tuesdays through Fridays, from 9:00 a.m. to 4:30 p.m. (excluding national holidays, the year-end and New Year, and other closed days)
Reception: Visitors may only enter designated areas. Observe the specified hours and rules. See the website for more details.
Address: 1-1-1 Midori-cho

●Nishitokyo Ikoinomori Park

This is the largest municipal park (approx. 4.4 hectares) in the city. The park is adjacent to the premises with many trees of the Institute for Sustainable Agro-ecosystem Services, The University of Tokyo. The Nishitokyo Citizens' Festival is held here every November.
Address: 3-2 Midori-cho

●Nishihara Nature Park

The natural environment of Musashino remains here, with many tall trees of konara oak, sawtooth oak, etc. You can also see various birds including the Japanese pygmy woodpecker and the starling.
Address: 4-5 Nishihara-cho

●Bunridai Park

Cherry blossoms bloom in spring and blue flags in the rainy season. Enjoy the seasonal flowers.
Address: 1-4 Higashi-cho

Other Facilities

●Ecoplaza Nishitokyo

Recycling is promoted to reduce waste and protect our living. This facility is used for exhibitions, presentations, meetings, training,

上述以外、还有武道场、向台运动场、芝久保运动场、芝久保第二运动场、云雀丘综合运动场“云雀UM”、健康广场、市民公园广场。

咨询：体育中心
电话：042-425-0505

大型公园

●东大生态和谐农学机构

春季樱花绽放，夏季绿意盎然。
公开时间：星期二～星期五上午9点～下午4点30分（节假日・年末年初・场地不可入内时除外）
受理：可以入内的场地是有固定的。请遵守时间和规则。详情请浏览官网。
地址：绿町 1-1-1

●西东京休闲森林公园

是市内占地面积最大（约4.4公顷）的市立公园。公园旁边是树木郁郁葱葱的东大生态农学机构。每年11月将举办西东京市民节。
地址：绿町 3-2

●西原自然公园

仍保留着武蔵野的自然风光。有很多橡树和栎树等高大树木。栖息着许多啄木鸟和灰椋鸟等鸟类。
地址：西原町 4-5

●文理台公园

春季樱花绽放。梅雨季菖蒲盛开。可以体验丰富的乐趣。
地址：东町 1-4

其他设施

●环保广场西东京

通过再利用来减少垃圾，守护我们的生活。这里是用于环境学习的展示、发表、

상기 시설 이외에도 무도장, 무코다이 운동장, 시바쿠보 운동장, 시바쿠보 제2 운동장, 히바리가오카 종합운동장「히바리움」, 건강광장, 시민공원 그라운드があります.

문의: 스포츠센터
전화: 042-425-0505

큰 공원

●도쿄대학 생태조화농학기구

봄에는 벚꽃이 피고, 여름에는 아름다운 녹음이 우거집니다.
공개 일시: 화～금요일 오전 9시～오후 4시 30분（공휴일, 연말연시, 입장불가일을 제외）
접수: 입장할 수 있는 장소는 정해져 있습니다. 시간과 규칙을 지켜 주시기 바랍니다. 자세한 내용은 홈페이지를 확인하세요.
소재지: 綠町 (미도리쵸) 1-1-1

●니시도쿄 이코이노모리 공원

시 안에서 가장 넓은(약 4.4 헥타르) 시립공원입니다. 공원 옆은 나무가 가득 있는 도쿄대 생태학과가 있습니다. 11월에는 니시도쿄시민축제를 합니다.
소재지: 綠町 (미도리쵸) 3-2

●니시하라 자연공원

무사시노의 자연이 남아 있습니다. 졸참나무와 상수리나무 같은 큰 나무가 많습니다. 쇠딱따구리와 찌르레기 같은 새가 많습니다.
소재지: 西原町 (니시하라쵸) 4-5

●분리다이 공원

봄에는 벚꽃이 핍니다. 장마엔 창포꽃이 핍니다. 즐길 수 있습니다.
소재지: 東町 (히가시쵸) 1-4

기타시설

●에코 플라자 니시도쿄

재활용으로 쓰레기를 줄여 우리의 생활을 지킵니다. 환경 학습을 위한 전시, 발표,

議、研修などに使うところです。リサイクル家具を展示し、安く買えます。

ところ：泉町 3-12-35

電話：042-421-8585

利用できる時間：午前 9 時～午後 9 時 30 分

休み：第 3 月曜日（月曜日が祝日のときは、火曜日）、年末年始

料金：場所を使うときは、お金を払います（2 階の環境学習コーナーは無料です）。

●郷土資料室

市内の郷土資料（むかし使っていた道具など）を集めたり見せたりするところです。

ところ：西原町 4-5-6（西原総合教育施設 2 階）

電話：042-467-1183

利用できる時間：水～日曜日（祝日も開室）の午後 10 時～午後 5 時（正午～午後 1 時まで閉室）

休み：月曜日、火曜日、年末年始（12/28～1/4）

料金：無料

●下野谷遺跡

下野谷遺跡は、西東京市東伏見二丁目、三丁目、六丁目地内にある縄文時代中期（今から約 5 千年前から 4 千年前）の村です。土器や石器がたくさん見つかりました。平成 27 年 3 月に一部が国史跡に決まりました。

●男女平等推進センター（パリテ）

女性相談（予約がいります）や男女平等についての情報がもらえます。

女性相談予約・問い合わせ：協働コミュニティ課男女平等推進係（住吉会館内）

ところ：住吉町 6-15-6

電話：042-439-0075

予約受付時間：午前 9 時～午後 5 時（木曜日は午後 8 時まで）

休み：日曜、祝日、年末年始

緊急の場合（事件発生時）：警察 110 番、24 時間対応

and other events aimed at environmental learning. Recycled pieces of furniture are exhibited and purchased at low prices.

Address: 3-12-35 Izumi-cho

Tel: 042-421-8585

Hours: 9:00 a.m. to 9:30 p.m.

Closed: 3rd Mondays (Tuesday if a national holiday falls on Monday), the New Year's holiday

Admission: You need to pay a fee to use the site (only the Environmental Learning Corner on the second floor is free of charge).

●Museum of History

This museum collects and exhibits historical materials (such as ancient tools) found in the city.

Address: 4-5-6 Nishihara-cho (Nishihara General Education Center 2F)

Tel: 042-467-1183

Hours: Wed. to Sun. (including national holidays), 10:00 a.m. to 5:00 p.m. (closed from 12:00 noon to 1:00 p.m.)

Closed: Mon., Tues., New Year's holiday (Dec. 28 to Jan. 4)

Admission: Free

●Shitanoya Site

The Shitanoya Site is an archaeological site of a village of the mid-Jomon era (about 5,000 to 4,000 years ago) located in 2-chome, 3-chome, and 6-chome, Higashi Fushimi, Nishitokyo City. A large amount of earthenware and stone implements were unearthed. In March 2015, a part of Shitanoya Iseki was designated as a national historic site.

●Gender Equality Promotion Center (Parite)

Consultation service for women (an appointment should be made) and information about gender equality are available.

Women's counseling appointments and general inquiries: Gender Equality Promotion Subsection, Community Partnership Section (in Sumiyoshi Kaikan Lupinus)

Address: 6-15-6 Sumiyoshi-cho

Tel: 042-439-0075

Hours: 9:00 a.m. to 5:00 p.m. (until 8:00 p.m. on Thursday)

Closed: Sundays, holidays, New Year's holiday
In case of emergency (if an incident has occurred): Dial 110 (police station), 24 hours a day

会议、进修等の場所。可以展示并低价购买到再利用产品制作的家具。

地址：泉町 3-12-35

电话：042-421-8585

开放时间：上午 9 点～晚上 9 点 30 分

休息日：第 3 个星期一（如果星期一是节假日，则调到星期二）、年末年初

费用：使用场地时，需要付费（2 楼环境学习角是免费的）。

●乡土资料室

是收集和展示市内的乡土资料（旧时使用的道具等）的场所。

地址：西原町 4-5-6（西原综合教育设施 2 楼）

电话：042-467-1183

开放时间：星期三～星期日（节假日也开放）

上午 10 点～下午 5 点（正午～下午 1 点闭室）

休息日：星期一、星期二、年末年初（12/28～1/4）

费用：免费

●下野谷遗迹

下野谷遗迹是位于西东京市东伏见二丁目、三丁目、六丁目区域内的绳文时代中期（距今 5 千年前至 4 千年前）的村庄。遗迹内发现了许多陶器和石器。平成 27 年 3 月其中一部分被评定为国家史迹。

●男女平等推进中心（PARITE）

可以获取关于女性咨询（需要预约）和男女平等等的信息。

女性咨询预约、咨询：协动社区课男女平等推进系（住吉会馆内）

地址：住吉町 6-15-6

电话：042-439-0075

受理时间：上午 9 点～下午 5 点（星期四到晚上 8 点为止）

休息日：星期天、节假日、年末年初

紧急情况（发生事件时）：警察 110、24 小时受理

회의, 연수 등에 이용하는 곳입니다. 재활용 가구를 전시해 저렴하게 살 수 있습니다.

소재지：泉町（이즈미쵸）3-12-35

전화：042-421-8585

이용시간：오전 9 시 ~ 오후 9 시 30 분

휴관일：셋째 월요일（월요일이 공휴일일 때는 화요일），연말연시

요금：장소를 이용할 때는 돈을 지불합니다（2 층 환경학습 코너는 무료）.

●향토 자료실

시내의 향토자료（옛날에 쓰던 도구 등）를 수집하고 보여주는 곳입니다.

소재지：西原町（니시하라쵸）4-5-6（니시하라 종합체육시설 2 층）

전화：042-467-1183

이용시간：수요일 ~ 일요일（공휴일도 개관）오전 10 시 ~ 오후 5 시（정오 ~ 오후 1 시까지 폐실）

휴관일：월요일, 화요일, 연말연시（12/28~1/4）

요금：무료

●시타노야 유적

시타노야 유적은 니시도쿄시 히가시후시미 2 초메, 3 초메, 6 초메 지내에 있는 조몬 시대 중기（지금부터 약 5 천년 전부터 4 천년 전）의 마을입니다. 토기와 석기가 많이 발견되었습니다. 2015 년 3 월에 일부가 국가 유적으로 선정되었습니다.

●남녀평등 추진센터（파리테）

여성 상담（예약이 필요합니다）및 남녀 평등에 대한 정보를 구할 수 있습니다.

여성상담 예약 및 문의：협동 커뮤니티과 남녀평등추진계（스미요시회관 내）

소재지：住吉町（스미요시쵸）6-15-6

전화：042-439-0075

예약 접수 시간：오전 9 시 ~ 오후 5 시（목요일은 오후 8 시까지）

휴관일：일요일, 공휴일, 연말연시

긴급한 경우（사건 발생 시）：경찰 110 번, 24 시간 대응

● 多摩六都科学館

「チャレンジの部屋」「からだの部屋」「しくみの部屋」「自然の部屋」「地球の部屋」の5つの展示室があります。世界でいちばん多く(1億4,000万個)の星を見ることが出来るプラネタリウムがあります。イベントホール、科学学習室、実験ショーコーナーなどがあります。楽しく科学の勉強ができます。

ところ: 芝久保町 5-10-64

電話: 042-469-6100

利用できる時間: 午前9時30分~午後5時(入館は午後4時まで)

休み: 月曜日(月曜日が祝日のときは火曜日)、年末年始、決まった日以外も休みのことがあります。

料金: 展示室券=大人520円 子ども210円、展示・プラネタリウム券=大人1,040円 子ども400円、展示・大型映像券=大人1,040円 子ども400円、セット券(展示+プラネタリウム+大型映像)=大人1,460円 子ども530円

交通: 西武新宿線田無駅北口より「はなバス」第4北ルート、花小金井駅、多摩六都科学館下車

● スカイツー西東京

高さは195mあります。ライトアップの色で、翌日の天気を予報します。

ところ: 芝久保町 5-8-2

● 田無山總持寺

立派な山門と大きなケヤキがあります。だるま市、梅の市などをします。

ところ: 田無町 3-8-12

● 田無神社

竜や猿などの彫刻がある本殿・拝殿は、東京都指定有形文化財です。秋には例大祭をします。

ところ: 田無町 3-7-4

● 東伏見稻荷神社

初詣や節分、七五三のときにはたくさんの方が来ます。本殿や境内は新東京百景に選ばれています。

ところ: 東伏見 1-5-38

● Tamarokuto Science Center

There are five exhibition rooms: the Challenge Room, Body Room, Mechanism Room, Nature Room and Earth Room. The planetarium presents the world's largest display of stars (140 million). The center also has an event hall, science classroom, and experiment show area that helps visitors have fun while learning about science.

Address: 5-10-64 Shibakubo-cho
Tel: 042-469-6100

Hours: 9:30 a.m. to 5:00 p.m. (last admission at 4:00 p.m.)

Closed: Mondays (Tuesday if a national holiday falls on Monday), over the New Year holiday, The facility may be closed on days other than the specified holidays.

Admission: Exhibit hall - Adults, 520 yen; Children, 210 yen. Exhibits and Planetarium - Adults, 1,040 yen; Children, 400 yen. Exhibits and Large Screen Movies - Adults, 1,040 yen; Children, 400 yen. Full Access Pass (Exhibits, Planetarium, and Large Screen Movies) - Adults, 1,460 yen; Children, 530 yen.

Getting there: From Tanashi Station North Exit (Seibu Shinjuku Line), take Hana Bus of Route 4 (North Route) bound for Hana-Koganei Station, and get off at the Tamarokuto Science Center.

● Sky Tower Nishitokyo

The tower rises to a height of 195 m and indicates the weather forecast for the next day using colored lights.

Address: 5-8-2 Shibakubo-cho

● Tanashisan Sojiji Temple

The precincts have a beautiful temple gate and large Zelkova trees. The daruma market, plum market, and other events are held in the precincts.

Address: 3-8-12 Tanashi-cho

● Tanashi Jinja Shrine

The ornate main shrine and worship hall, which features carvings of dragons and the mythical creature baku, has been designated as a Tangible Cultural Property by the Tokyo Metropolitan Government. Annual festivals are held here in autumn.

Address: 3-7-4 Tanashi-cho

● Higashi Fushimi Inari Jinja Shrine

Many people visit the precincts for Hatsumode, Setsubun, and Shichigosan events. The main shrine and grounds have been included in the New 100 Views of Tokyo.

Address: 1-5-38 Higashi Fushimi

● 多摩六都科学館

设有“挑战空间”、“身体空间”、“原理空间”、“自然空间”、“地球空间”等5个展览室。拥有世界上可以观测到数量最多星星(1亿4,000万个)的星象仪。设置有活动厅、科学学习室、实验表演角等。让您能够愉快地学习科学知识。

地址: 芝久保町 5-10-64

电话: 042-469-6100

开放时间: 上午9点30分~下午5点(入馆截止至下午4点)

休息日: 星期一(如果星期一是节假日,则调到星期二)、年末年初、除了规定的日子以外也有休息日。

票价: 展览室票=大人520日元 小孩210日元、展览·天象仪票=大人1,040日元 小孩400日元、展览·大屏幕电影票=大人1,040日元 小孩400日元、套票(展览+天象仪+大屏幕电影)=大人1,460日元 小孩530日元

交通: 在西武新宿线田无站北口乘坐“花巴士”第4北线、花小金井站方向,至“多摩六都科学馆”下车

● SKY TOWER 西东京

高度为195m。用灯光的颜色预报第二天的天气。

地址: 芝久保町 5-8-2

● 田无山总持寺

有气派的山门和高大的榉树。在此举办达摩集市和梅花集市。

地址: 田无町 3-8-12

● 田无神社

雕刻着龙和貔貅等的本殿、拜殿是东京都指定物质性文化财产。秋季将举行例行大祭祀活动。

地址: 田无町 3-7-4

● 东伏见稻荷神社

新年参拜和节分、七五三的时候有许多游人往来。本殿和神社院内被选为新东京百景之一。

地址: 东伏见 1-5-38

● 타마로쿠도 과학관

‘도전의 방’, ‘신체의 방’, ‘구조의 방’, ‘자연의 방’, ‘지구의 방’과 같이 5개의 전시실이 있습니다. 세계에서 가장 많은(1억 4,000만 개) 별을 볼 수 있는 플라네타리움이 있습니다. 이벤트홀, 과학학습실, 실험쇼 코너 등이 있습니다. 과학 공부를 즐겁게 할 수 있습니다.

소재지: 芝久保町(시바쿠보초) 5-10-64

전화: 042-469-6100

개관시간: 오전 9시 30분 ~ 오후 5시 (입장은 오후 4시까지)

휴관일: 월요일 (월요일이 공휴일일 때는 화요일), 연말연시, 정해진 날 이외에도 휴무일 수 있습니다

입장료: 전시실 입장권 = 어른 520 엔, 어린이 210 엔, 전시·플라네타리움 입장권 = 어른 1,040 엔, 어린이 400 엔, 전시·대형영상관화 입장권 = 어른 1,040 엔, 어린이 400 엔, 세트 입장권 (전시+플라네타리움+대형영상관) = 어른 1,460 엔, 어린이 530 엔

교통: 세이부신주쿠선 타나시역 북쪽 출구에서 ‘하나 버스’ 제4 북쪽 루트, 하나코가네이역행, ‘타마로쿠도 과학관’ 하차

● 스카이하워 니시토쿄

높이는 195m입니다. 야간 조명 색깔로 다음 날 날씨를 예보합니다.

소재지: 芝久保町(시바쿠보초) 5-8-2

● 타나시 산소지 (절)

훌륭한 산문과 큰 느티나무가 있습니다. 다루마시, 우메이치 등의 행사를 엿니다.

소재지: 田無町(타나시초) 3-8-12

● 타나시 신사

용과 맥 등의 조각이 새겨진 본전·배전은 도쿄도 유형문화재로 지정되었습니다. 가을에는 예대제를 합니다.

소재지: 田無町(타나시초) 3-7-4

● 히가시 후시미 이나리 신사

정월 첫 참배와 입춘 전날, 시치고산 행사 때는 많은 사람들이 옵니다. 본전과 경내는 신도요 100 경으로 선정되었습니다.

소재지: 東伏見(히가시 후시미) 1-5-38



じしん 地震への備え

お問い合わせ：危機管理課（防災センター）
電話：042-438-4010

日本は地震が多いです。1995年に、阪神・淡路大震災がありました。6,000名以上の犠牲者が出ました。2011年3月11日に、東日本大震災が起こりました。マグニチュードは9.0で、大きな津波や原発事故など、とても大きな被害が出ました。国は東京湾北部が震源の首都直下型地震があると考えています。自分の命や住んでいるところを守るために準備することが大切です。

●日頃の備え

- 地震が起きる前に、準備しておくこと
- 家具などは動かないように留めておく。家具の上に重いものを置かない。
 - 非常用の持ち出し袋を用意する。食料、水、医薬品、ラジオ、貴重品、日用品などを用意する。在留カードやパスポートを忘れないようにする。
 - 自宅近くの避難会場への行き方を歩いて確かめる。
 - 家族が離ればなれにならないよう、避難する場所について話し合う。
 - 消火器がある場所を確かめる。防災訓練などに参加して、消火器の使い方を練習する。

じしん お 地震が起きたとき

●地震が起きたときに注意すること
屋内では

- テーブルなどの下に入って、自分を守る。
- 揺れがとまってから、火を消す。
- 窓やドアを開けて、出口を作る。

■ Earthquake Preparedness

Japan Inquiries: Crisis Control Section
(Disaster Prevention Center)
Tel: 042-438-4010

Japan is prone to earthquakes. In 1995, the Great Hanshin-Awaji Earthquake took more than six thousand lives. On March 11, 2011, the Great East Japan Earthquake struck with a magnitude of 9.0, causing serious disasters such as a gigantic tsunami and a nuclear plant accident. The national government considers that an earthquake will occur directly under metropolitan Tokyo, with its epicenter in the northern part of Tokyo Bay. Preparedness is important to protect your life and residence.

● Earthquake Readiness

Things to do before an earthquake strikes:

- Secure furniture pieces to prevent them from moving, and do not place heavy objects on top of furniture.
- Prepare an emergency backpack to take with you. The backpack should hold a supply of such items as food, water, medicines, a radio, valuables and other daily necessities. Be sure to include your residence card and passport.
- Know the access to the evacuation sites nearest to your home, and confirm the route by actually walking there.
- Discuss the location of evacuation sites with your family so that you will not become separated from one another.
- Confirm the locations of fire extinguishers. Participate in disaster prevention drills and practice using a fire extinguisher.

■ When an Earthquake Strikes

● What To Do in the event of an Earthquake If you are inside

- Protect yourself by taking cover under a table or desk.
- Once the shaking stops, extinguish any flames.
- Open a window or door to secure an exit.

■ 对地震的防备

咨询：危机管理课（防灾中心）
电话：042-438-4010

在日本，地震频发。1995年阪神・淡路地区发生大规模地震。遇难人数超过了6000名。在2011年3月11日还发生了里氏9.0级的东日本大地震，引发了大海啸及核电站事故，造成了重大损失。国家认为东京湾北部存在震源的首都直下型地震。为了保护自己的生命和住宅，有必要做好准备。

● 平时的防备

- 请在地震发生前的平时做好准备。
- 固定家具等时要确保不会移动。并且，家具等上面不要堆放重物。
 - 请准备好食品、水、医药品、收音机、贵重品、日用品等，装入紧急便携袋中作为应急用随身携带品。特别是请不要忘记在留卡与护照。
 - 了解自家附近的避难场所，实际去走一次避难路径看看。
 - 与家人预先商定好避难场所，以避免家人走散。
 - 确认灭火器的位置。同时参加防灾训练等，练习灭火器的使用方法。

■ 发生地震时

● 发生地震时的注意事项

- 在室内
- 请躲到桌子的下面，确保自身安全。
 - 等待摇晃停止后，灭火。
 - 打开窗户与房门，确保出口通畅。

■ 지진에 대한 대비

문의：위기관리과（방재센터）
전화：042-438-4010

일본은 지진이 빈발하다. 1995년에는 한신·아와지 대지진이 발생하여 6,000명 이상의 희생자가 발생했습니다. 2011년 3월 11일에 일어난 동일본 대지진은 규모 9.0으로 큰 해일과 원전 사고 등 매우 큰 피해가 발생했습니다. 국가는 도쿄만 북부가 진원인 수도직하형 지진이 있을 거라고 생각합니다. 자신의 생명과 거주지를 지키기 위해 대비하는 것이 가장 중요합니다.

● 평소의 대비

- 지진이 발생하기 전에 평소부터 준비해 둘 사항
- 가구 등은 움직이지 않도록 고정시킨다. 또한 가구 등의 위에 무거운 물건을 두지 말 것.
 - 비상용 반출 가방을 준비한다. 식량, 물, 의약품, 라디오, 귀중품, 일용품등을 준비한다. 체류카드나 여권을 잊지 않도록 한다.
 - 자택 부근의 대피광장으로 가는 대피 경로를 도보로 확인해 둔다.
 - 가족이 뿔뿔이 흩어지지 않도록 대피할 장소에 대해 상의한다.
 - 소화기가 있는 장소를 확인한다. 방재 훈련 등에 참가하여 소화기 사용법을 연습한다.

■ 지진이 발생했을 때

● 지진이 발생했을 때의 주의사항
옥내에서는

- 테이블 등의 밑에 들어가서 몸의 안전을 확보한다.
- 진동이 멈춘 후에 불을 끈다.
- 창문이나 출입문을 열어 출구를 확보한다.

- ④上から落ちてくる物があるので、すぐに外に飛び出さない。
- ⑤正しい情報を聞く。正しくない情報もある。

屋外では

- ①建物の上から落ちてくるものに注意する。倒れそうなものには近づかない。
- ②デパート、劇場、電車の中などでは、係の人の注意を聞く。
- ③歩いて避難する。必要なものだけを持つ。
- ④自動車を運転しているときは、車を左側に止めて、車のかぎを付けたままにして、歩いて避難する。

●災害用伝言ダイヤル

災害時には、災害のあった場所の電話が混んで、電話が使えなくなります。NTTの災害用伝言ダイヤルでは、無事を伝える声を残すことができます。

使い方は日本語で言います。一度聞いてください。

災害用伝言ダイヤル【171】→録音は【1】、再生は【2】→被災地にいる人の電話番号【〇〇〇-△△△-□□□□】を入力→【1#】→録音または再生(30秒以内)→【9#】

●避難の方法

- ①自分と家族の安全を守る。
- ②近所の様子を見る。
- ③非常用持ち出し袋を持って、近くの公園や学校などの避難広場に集まる。近くが火事になったときは広域避難場所に行く。
- ④自分の家に戻るときは、火が消え周囲が安全だとわかってからにする。
- ⑤住むところがなくなってしまった時は、近くの学校の体育館などの避難施設へ避難する。避難した場所で、食料、物資を受け取ることができる。

*避難広場等の一覧はp116~119を見てください。詳しい場所は浸水ハザードマップを見てください。

- 4)Because of the danger of falling objects, do not run outside immediately.
- 5)Find correct information. Some of the information might be incorrect.

If you are outside

- 1)Watch above your head for falling objects from buildings. Stay away from objects that are at risk of toppling over.
- 2)If you are in a department store, theater or train, observe instructions from persons in charge.
- 3)Evacuate on foot and carry as little with you as possible.
- 4)If you are driving, pull over to the left and stop, leave your keys in your car and evacuate on foot.

● Disaster Message Dial Service

Telephone lines become flooded with calls, and telephones become unusable in areas afflicted by a disaster. The NTT disaster message dial service enables you to record messages to report your safety.

Instructions on use are provided in Japanese. Listen to the instructions in advance.

Disaster message dial service: Press [171] → to record a message press [1], to play a message press [2] → press the telephone number of the person in the disaster-struck area [〇〇〇-△△△-□□□□] → press [1#] → to record or play a message (within 30 seconds) → press [9#]

● Evacuation Instructions

- 1)Protect yourself and your family
- 2)Check on your neighbors
- 3)Take your emergency backpack and go to a local evacuation site, such as a park or school. If a fire occurs in your neighborhood, go to the local evacuation area.
- 4)Do not return to your home until confirming that the fire has been extinguished and the area is safe.
- 5)If your home has been destroyed, go to the nearest evacuation facility, such as the gymnasium of a local school, where you will be able to obtain food and provisions.

*See page 116-119 for the list of evacuation sites. Please confirm the location in detail using the disaster prevention map. Please confirm the location in detail using the flooding hazard map.

- ④因为有下落物体，所以请不要立刻向外跑。
- ⑤听取正确的信息。存在不正确的信息。

在室外

- ①请注意头顶上方的掉落物等。并且请不要接近可能会倒塌的物体。
- ②如果您正在商场、电影院、电车内等处，请听取工作人员所说的注意事项。
- ③请徒步前往避难。只携带必要的物品。
- ④如您正在驾驶汽车，请将车停到道路左侧，车钥匙留在车上，然后徒步前往避难。

● 災害用留言热线

发生灾害时，受灾地的电话线路会很拥挤，会导致电话无法使用的状况。可使用NTT灾害用留言热线，留下报平安的留言。

使用方法为对着机器用日语说话。录完后请听一遍内容。

灾害用留言热线:【171】→录音按【1】、播放按【2】→输入在受灾地区的人员电话号码【〇〇〇-△△△-□□□□】→【1#】→录音或播放(30秒以内)→【9#】

● 避难的方法

- ①确保自己和家人的安全。
- ②确认附近场所的情况。
- ③携带应急包，前往最近的公园与学校等避难场所集合。附近发生火灾时前往广域避难场所进行避难。
- ④等到火势熄灭，确认周围安全后再返回自己家。
- ⑤若不幸丧失了生活场所，请前往附近学校的体育馆等避难场所避难。您可在那里领到水、食品、相关物资。

*避难广场等一览表请参照p116~119。详细场所请查看浸水危险地图。

- ④낙하물이 있으므로, 밖으로 당장 뛰어나가지 않는다.
- ⑤올바른 정보 듣기. 올바르지 않은 정보도 있습니다.

옥외에서는

- ①건물 위 등에서 떨어지는 낙하물에 주의한다. 또한 무너질 듯한 건물 등이 가까이 가지 않는다.
- ②백화점, 극장, 전철 안 등에서는 담당자의 주의사항을 듣는다.
- ③대피는 걸어서 가고, 필요한 것만 지참한다.
- ④자동차 운전 중에는 차를 길 좌측에 정차시켜 열쇠를 그대로 두고 걸어서 대피한다.

● 재해용 전언 다이얼

재해 시에는 재해를 당한 곳의 전화가 혼잡해져 전화를 이용할 수 없게 됩니다. NTT의 재해용 전언 다이얼로 무사함을 전하는 목소리를 남길 수 있습니다.

사용법은 일본어로 말합니다. 한 번 들어보세요.

재해용 전언 다이얼【171】→녹음은【1】, 재생은【2】→피해지역에 있는 분의 전화번호【〇〇〇-△△△-□□□□】를 입력→【1#】→녹음 또는 재생(30초 이내)→【9#】

● 대피 방법

- ①자신과 가족의 안전을 확보한다.
- ②이웃의 상황을 확인한다.
- ③비상 반출품을 들고 가까운 공원이나 학교 등의 대피광장에 모인다. 근처에 화재가 났을 때는 광역피난장소로 간다.
- ④불이 꺼지고 주위가 안전하다는 걸 확인한 후 집으로 돌아간다.
- ⑤주거지가 없어졌을 때는 가까운 학교 체육관 등의 대피시설로 대피한다. 대피시설에서는 식량, 물자를 받을 수 있다.

*대피광장 등의 목록은 p116~119를 참조해 주십시오. 자세한 장소는 침수해저드맵을 확인해 주세요.

110番、119番通報の仕方

●警察 (110番通報)

犯罪や事故にあったときは、110番に電話します。24時間、全国どこからでも無料でかけられます。灰色の公衆電話は受話器を上げればそのままダイヤルできます(緑色の公衆電話は緊急通報用の赤いボタンを押して受話器を取って110番を押してください)。携帯電話からかけたときは、電話が終わった後に警察官から電話がくる場合があります。電源を切らないでください。

通報の仕方

事故なのか犯罪なのか、伝えてください。住所・場所や、近くの目印の説明など、日本語で言えるように練習してください。

●消防・救急 (119番通報)

火事で消防車を呼ぶときや、急病や大きなけがで救急車を呼ぶときは、119番に電話します。24時間、無料でかけられます。公衆電話や携帯電話からかけるときは、110番のかけ方と同じです。

通報の仕方

火事なのか急病・大きなけがなのかを伝えてください。住所・場所や、近くの目印の説明など、日本語で言えるように練習してください。

*外国語対応も行っています。



How to Use 110 and 119

● To Call the Police, Dial 110

In the event of a crime or accident, dial 110. This service is available 24 hours a day, free of charge, from any location nationwide. When calling from a grey public telephone, simply lift the receiver to dial (on a green public phone, press the red "Emergency" button, lift the receiver, and dial 110). If you place a call from a mobile phone, you may receive a return call from a police officer after your initial call has ended. Be sure to keep your phone turned on.

Reporting an Incident

Clearly tell the call center whether you are calling about an accident or a crime. Learn and practice enough Japanese so that in an emergency, you will be able to state your address or location and to describe nearby landmarks in Japanese.

● To Call for a Fire Engine or Ambulance, Dial 119

To call for a fire engine to a fire, or an ambulance to a sudden medical emergency or serious injury, dial 119. This service is available 24 hours a day, free of charge. The instructions for calling from a public phone and mobile phone are the same as those for dialing 110.

Reporting an Incident

Clearly tell the call center whether you are calling about a fire or medical emergency. Learn and practice enough Japanese so that in an emergency, you will be able to state your address or location and to describe nearby landmarks in Japanese.

*The service is also available in foreign languages.

通报 110、119 电话的方法

●警察 (通报 110)

当遇到犯罪行为或事故时, 请通报 110。全国各地均可 24 小时免费拨打。灰色的公用电话只要将听筒抬起便可直接拨号(使用绿色公共电话时请按紧急报警用的红色按钮并拿起话筒拨打 110)。使用手机拨打时, 通话结束后有可能接到来自警察的电话。请不要切断电源。

通报的方法

请清晰地表述是事故还是犯罪行为。请练习用日语说最基本的事情, 如地址、地点或说明附近的标志物等。

●消防、急救 (通报 119)

遇到火灾需要叫消防车时, 或遇到急病及受重伤需要叫救护车时, 请拨打 119。可 24 小时免费拨打。用公用电话和手机拨打时, 与拨打 110 的方法相同。

通报的方法

请清晰地表述是火灾还是急救。请练习用日语说最基本的事情, 如地址、地点或说明附近的标志物等。
※支持外国语的对应。



110번, 119번 신고 방법

●경찰 (110번 신고)

범죄나 사고가 발생했을 때는 110 번에 전화해 주십시오. 24 시간 전국 어디서나 무료로 통화할 수 있습니다. 회색 공중전화에서는 수화기를 들고 바로 110 을 누르면 됩니다 (녹색 공중전화는 긴급통보용 빨간색 버튼을 누르고 수화기를 든 상태로 110 을 눌러 주세요). 핸드폰으로 걸었을 때는 전화가 끝난 후에 경찰관이 전화를 걸 수 있습니다. 전원을 끄지 마세요.

신고 방법

사고인지 범죄인지 내용을 전달해 주세요. 주소나 장소, 근처에 눈에 띄는 지형지물에 관한 설명 등을 일본어로 말할 수 있도록 연습해 둡시다.

●소방·구급 (119번 신고)

화재가 발생하여 소방차를 부르거나 갑작스런 질병이나 큰 부상으로 구급차를 부를 때는 119 번으로 전화해 주십시오. 24 시간 무료로 통화할 수 있습니다. 공중 전화와 휴대전화를 이용할 때는 110 에 거는 방법과 같습니다.

신고 방법

당황하지 말고 침착하고 확실하게 화재인지 구급인지 전달합니다. 주소나 장소, 근처에 눈에 띄는 지형지물에 관한 설명 등을 일본어로 말할 수 있도록 연습해 둡시다.
※외국어도 지원하고 있습니다.



インド大使館

〒102-0074 千代田区九段南 2-2-11
電話：03-3262-2391、03-3262-2397

大韓民国大使館

〒106-8577 港区南麻布 1-2-5
電話：03-3452-7611、03-3452-7619

中華人民共和国大使館

〒106-0046 港区元麻布 3-4-33
電話：03-3403-3388

アメリカ合衆国大使館

〒107-8420 港区赤坂 1-10-5
電話：03-3224-5000

ブラジル連邦共和国大使館

〒107-8633 港区北青山 2-11-12
電話：03-3404-5211

英国大使館

〒102-8381 千代田区一番町 1
電話：03-5211-1100

タイ王国大使館

〒141-0021 品川区上大崎 3-14-6
電話：03-5789-2433

フィリピン共和国大使館

〒106-8537 港区六本木 5-15-5
電話：03-5562-1600

カナダ大使館

〒107-8503 港区赤坂 7-3-38
電話：03-5412-6200

インドネシア共和国大使館

〒141-0022 品川区東五反田 5-2-9
電話：03-3441-4201

マレーシア大使館

〒150-0036 渋谷区南平台町 20-16
電話：03-3476-3840

Embassy of India in Japan

2-2-11 Kudan-Minami, Chiyoda-ku, 102-0074
Tel: 03-3262-2391, 03-3262-2397

Embassy of the Republic of Korea in Japan

1-2-5 Minami-Azabu, Minato-ku, 106-8577
Tel: 03-3452-7611, 03-3452-7619

Embassy of the People's Republic of China in Japan

3-4-33 Moto-Azabu, Minato-ku 106-0046
Tel: 03-3403-3388

Embassy of the United States of America in Japan

1-10-5 Akasaka, Minato-ku, 107-8420
Tel: 03-3224-5000

Embassy of the Federative Republic of Brazil in Japan

2-11-12 Kita-Aoyama, Minato-ku, 107-8633
Tel: 03-3404-5211

Her Britannic Majesty's Embassy in Japan

1 Ichiban-cho, Chiyoda-ku, 102-8381
Tel: 03-5211-1100

Royal Thai Embassy in Japan

3-14-6 Kami-Osaki, Shinagawa-ku, 141-0021
Tel: 03-5789-2433

Embassy of the Republic of the Philippines in Japan

5-15-5 Roppongi, Minato-ku, 106-8537
Tel: 03-5562-1600

Embassy of Canada in Japan

7-3-38 Akasaka, Minato-ku, 107-8503
Tel: 03-5412-6200

Embassy of the Republic of Indonesia in Japan

5-2-9 Higashi-Gotada, Shinagawa-ku, 141-0022
Tel: 03-3441-4201

Embassy of Malaysia in Japan

20-16, Nanpeidai-cho, Shibuya-ku, 150-0036
Tel: 03-3476-3840



印度大使館

邮编 102-0074 千代田区九段南 2 丁目 2-11
电话：03-3262-2391、03-3262-2397

大韓民国大使館

邮编 106-8577 港区南麻布 1 丁目 2-5
电话：03-3452-7611、03-3452-7619

中华人民共和国大使館

邮编 106-0046 港区元麻布 3 丁目 4-33
电话：03-3403-3388

美利坚合众国大使館

邮编 107-8420 港区赤坂 1 丁目 10-5
电话：03-3224-5000

巴西联邦共和国大使館

邮编 107-8633 港区北青山 2 丁目 11-12
电话：03-3404-5211

英国大使館

邮编 102-8381 千代田区一番町 1
电话：03-5211-1100

泰国王国大使館

邮编 141-0021 品川区上大崎 3 丁目 14-6
电话：03-5789-2433

菲律宾共和国大使館

邮编 106-8537 港区六本木 5-15-5
电话：03-5562-1600

加拿大大使館

邮编 107-8503 港区赤坂 7 丁目 3-38
电话：03-5412-6200

印度尼西亚共和国大使館

邮编 141-0022 品川区東五反田 5-2-9
电话：03-3441-4201

马来西亚大使館

邮编 150-0036 渋谷区南平台町 20-16
电话：03-3476-3840

인도 대사관

(〒)102-0074 千代田区九段南 (치요다구 쿠단미나미) 2-2-11
전화：03-3262-2391, 03-3262-2397

대한민국 대사관

(〒)106-8577 港区南麻布 (미나토구 미나미 아자부) 1-2-5
전화：03-3452-7611, 03-3452-7619

중국 대사관

(〒)106-0046 港区元麻布 (미나토구 모토아자부) 3-4-33
전화：03-3403-3388

미국 대사관

(〒)107-8420 港区赤坂 (미나토구 아카사카) 1-10-5
전화：03-3224-5000

브라질 대사관

(〒)107-8633 港区北青山 (미나토구 키타아오야마) 2-11-12
전화：03-3404-5211

영국 대사관

(〒)102-8381 千代田区一番町 (치요다구 이치반쵸) 1
전화：03-5211-1100

태국 대사관

(〒)141-0021 品川区上大崎 (시나가와구 카미오사키) 3-14-6
전화：03-5789-2433

필리핀 대사관

(〒)106-8537 港区六本木 (미나토구 롯폰기) 5-15-5
전화：03-5562-1600

캐나다 대사관

(〒)107-8503 港区赤坂 (미나토구 아카사카) 7-3-38
전화：03-5412-6200

인도네시아 대사관

(〒)141-0022 品川区東五反田 (시나가와구 히가시 고탄다) 5-2-9
전화：03-3441-4201

말레이시아 대사관

(〒)150-0036 渋谷区南平台 (시부야구 난페이다이쵸) 20-16
전화：03-3476-3840

市の施設

田無庁舎・田無第二庁舎	南町 5-6-13	☎ 042-464-1311
田無分庁舎イングビル市民会議室	南町 5-6-18 イングビル 3 階	問い合わせは総務課 ☎ 042-460-9812
保谷庁舎 (防災センター・保谷保健福祉総合センター)	中町 1-5-1	☎ 042-464-1311
保谷東分庁舎	中町 1-6-8	☎ 042-464-1311
中町分庁舎 (休日診療所)	中町 1-1-5	☎ 042-424-3331
ひばりヶ丘駅前出張所	住吉町 3-10-25 HIBARI TOWER 1 階	☎ 042-425-7577
柳橋出張所	新町 1-4-25	☎ 0422-51-8439
エコプラザ西東京	泉町 3-12-35	☎ 042-421-8585
住吉会館「ルピナス」	住吉町 6-15-6	☎ 042-425-6700
子ども相談室 ほっとルーム	住吉町 6-15-6 住吉会館 2 階	☎ 042-439-6645 相談専用電話： 0120-9109-77
子どもの家庭支援センター「のどか」	住吉町 6-15-6 住吉会館 1 階	☎ 042-425-3303
こどもの発達センター「ひいらぎ」	住吉町 6-15-6 住吉会館 1 階	☎ 042-422-9897
男女平等推進センター「パリティ」	住吉町 6-15-6 住吉会館 1 階	☎ 042-439-0075
田無総合福祉センター	田無町 5-5-12	☎ 042-466-1670
障害者総合支援センター「フレンドリー」	田無町 4-17-14	☎ 042-452-0087
保谷障害者福祉センター	保谷町 1-6-20	☎ 042-463-9861
消費者センター分館	住吉町 6-1-5	☎ 042-425-4141
アスタ市民ホール	田無町 2-1-1 アスタビル (リヴィン) 6 階	問い合わせは文化振興課 ☎ 042-420-2817
多文化共生センター	南町 5-6-18 イングビル 1 階	☎ 042-461-0381
市民協働推進センター「ゆめこらぼ」	南町 5-6-18 イングビル 1 階	☎ 042-497-6950
西東京就職情報コーナー	南町 5-6-13 田無庁舎 2 階	☎ 042-464-1860
東伏見ふれあいプラザ	富士町 4-33-15 飯田ビル 1 階	☎ 042-466-1347

文化施設等

保谷もれびホール	中町 1-5-1	☎ 042-421-1919
コール田無	田無町 3-7-2	☎ 042-469-5006
多摩六都科学館	芝久保町 5-10-64	☎ 042-469-6100
郷土資料室	西原町 4-5-6	☎ 042-467-1183

Nishitokyo City Facilities

Tanashi Bldg. & Tanashi 2nd Bldg.	5-6-13 Minami-cho	☎ 042-464-1311
Tanashi Annex, ING Bldg. Resident Mtg. Rm.	ING Bldg. 3F, 5-6-18 Minami-cho	Inquiries: General Affairs Section ☎ 042-460-9812
Hoya Bldg. (Disaster Management Center & Hoya General Health and Welfare Center)	1-5-1 Nakamachi	☎ 042-464-1311
Hoya East Annex Bldg.	1-6-8 Nakamachi	☎ 042-464-1311
Nakamachi Annex Bldg. (Holiday Clinic)	1-1-5 Nakamachi	☎ 042-424-3331
Hibarigaoka Ekimae Branch Office	Hibari Tower 1F, 3-10-25 Sumiyoshi-cho	☎ 042-425-7577
Yanagibashi Branch Office	1-4-25 Shinmachi	☎ 0422-51-8439
Ecoplaza Nishitokyo	3-12-35 Izumi-cho	☎ 042-421-8585
Sumiyoshi Kaikan "Lupinus"	6-15-6 Sumiyoshi-cho	☎ 042-425-6700
Child Consultation Service "Hotto Room"	Sumiyoshi Kaikan Lupinus 2F, 6-15-6 Sumiyoshi-cho	☎ 042-439-6645 Consultation Telephone: 0120-9109-77
Child and Family Support Center "Nodoka"	Sumiyoshi Kaikan Lupinus 1F, 6-15-6 Sumiyoshi-cho	☎ 042-425-3303
Child Development Center "Hiiragi"	Sumiyoshi Kaikan Lupinus 1F, 6-15-6 Sumiyoshi-cho	☎ 042-422-9897
Gender Equality Promotion Center "Parite"	Sumiyoshi Kaikan 1F, 6-15-6 Sumiyoshi-cho	☎ 042-439-0075
Tanashi Comprehensive Welfare Center	5-5-12 Tanashi-cho	☎ 042-466-1670
Disabled Persons' Comprehensive Support Center "Friendly"	4-17-14 Tanashi-cho	☎ 042-452-0087
Hoya Welfare Center for Disabled Persons	1-6-20 Hoya-cho	☎ 042-463-9861
Consumer Center Annex	6-1-5 Sumiyoshi-cho	☎ 042-425-4141
Asta Civic Hall	Asta Bldg. (Livin) 6F, 2-1-1 Tanashi-cho	Inquiries: Culture Promotion Section ☎ 042-420-2817
Multicultural Center	ING Bldg. 1F, 5-6-18 Minami-cho	☎ 042-461-0381
Citizen Cooperation Promotion Center "Yumekorabo"	ING Bldg. 1F, 5-6-18 Minami-cho	☎ 042-497-6950
Nishitokyo Employment Information Corner	Tanashi Bldg. 2F, 5-6-13 Minami-cho	☎ 042-464-1860
Higashi Fushimi Fureai Plaza	Iida Bldg. 1F, 4-33-15 Fujimachi	☎ 042-466-1347

[Cultural Facilities]

Hoya Komorebi Hall	1-5-1 Nakamachi	☎ 042-421-1919
Call Tanashi	3-7-2 Tanashi-cho	☎ 042-469-5006
Tamarokuto Science Center	5-10-64 Shibakubo-cho	☎ 042-469-6100
Museum of History	4-5-6 Nishihara-cho	☎ 042-467-1183

【スポーツ施設】

スポーツセンター	なかまち 中町 1-5-1	☎ 042-425-0505
総合体育館	むこうだいよう 向台町 5-4-20	☎ 042-467-3411
南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」	みなみまち 南町 5-6-5	☎ 042-451-0555
武道場	ひがしまち 東町 2-4-13	☎ 042-421-0606
向台運動場	むこうだいよう 向台町 5-4	問い合わせは総合体育館 ☎ 042-467-3411
市民公園グラウンド	むこうだいよう 向台町 5-4	問い合わせは総合体育館 ☎ 042-467-3411
健康広場	さかえまち 栄町 1-12	☎ 042-424-6610
ひばりが丘総合運動場「ひばりアム」	ひばりが丘 3-1	☎ 042-465-2332
芝久保運動場	しばくほまち 芝久保町 1-18	☎ 042-467-3454
芝久保第二運動場	しばくほまち 芝久保町 5-6	☎ 042-450-0051

【公民館】

柳沢公民館	やなぎさわ 柳沢 1-15-1	☎ 042-464-8211
田無公民館	たなし 南町 5-6-11	☎ 042-461-1170
芝久保公民館	しばくほまち 芝久保町 5-4-48	☎ 042-461-9825
谷戸公民館	やと 谷戸町 1-17-2	☎ 042-421-3855
ひばりが丘公民館	ひばりが丘 2-3-4	☎ 042-424-3011
保谷駅前公民館	ひやしちよう 東町 3-14-30 ステア 4 階・5 階	☎ 042-421-1125

【図書館】

中央図書館	みなみまち 南町 5-6-11	☎ 042-465-0823
保谷駅前図書館	ひやしちよう 東町 3-14-30 ステア 4 階	☎ 042-421-3060
芝久保図書館	しばくほまち 芝久保町 5-4-48	☎ 042-465-9825
谷戸図書館	やと 谷戸町 1-17-2	☎ 042-421-4545
柳沢図書館	やなぎさわ 柳沢 1-15-1	☎ 042-464-8240
ひばりが丘図書館	ひばりが丘 1-2-1	☎ 042-424-0264

【福祉関係施設等】

西東京市社会福祉協議会	たなしちよう 田無町 5-5-12 田無総合福祉センター 1 階	☎ 042-497-5061
西東京ボランティア・市民活動センター	たなしちよう 田無町 5-5-12 田無総合福祉センター 1 階	☎ 042-466-3070
西東京市ファミリー・サポート・センター	たなしちよう 田無町 5-5-12 田無総合福祉センター 4 階	☎ 042-497-5079

【地域包括支援センター】

新町地域包括支援センター	しんまち 新町 1-11-25	☎ 042-462-1695
富士町地域包括支援センター	ふじまち 富士町 1-7-69	☎ 042-451-1203
田無町地域包括支援センター	たなしちよう 田無町 5-5-12	☎ 042-467-8850

【Sports Facilities】

Sports Center	1-5-1 Nakamachi	☎ 042-425-0505
General Gymnasium (Sogo Taiikukan)	5-4-20 Mukodai-cho	☎ 042-467-3411
Minami-cho Sports & Culture Center "Kiratto"	5-6-5 Minami-cho	☎ 042-451-0555
Budo Hall	2-4-13 Higashi-cho	☎ 042-421-0606
Mukodai Sports Field	5-4 Mukodai-cho	Inquiries: General Gymnasium ☎ 042-467-3411
Shimin Koen Fields	5-4 Mukodai-cho	Inquiries: General Gymnasium ☎ 042-467-3411
Kenko Hiroba Park	1-12 Sakae-cho	☎ 042-424-6610
Hibarigaoka General Sports Field "Hibarium"	3-1-Hibarigaoka	☎ 042-465-2332
Shibakubo Sports Field	1-18 Shibakubo-cho	☎ 042-467-3454
Shibakubo Daini Sports Field	5-6 Shibakubo-cho	☎ 042-450-0051

【Kominkan】

Yagisawa Kominkan	1-15-1 Yagisawa	☎ 042-464-8211
Tanashi Kominkan	5-6-11 Minami-cho	☎ 042-461-1170
Shibakubo Kominkan	5-4-48 Shibakubo-cho	☎ 042-461-9825
Yato Kominkan	1-17-2 Yato-cho	☎ 042-421-3855
Hibarigaoka Kominkan	2-3-4 Hibarigaoka	☎ 042-424-3011
Hoya Ekimae Kominkan	Stare 4F 5F, 3-14-30 Higashi-cho	☎ 042-421-1125

【Libraries】

Chuo Library	5-6-11 Minami-cho	☎ 042-465-0823
Hoya Ekimae Library	Stare 4F, 3-14-30 Higashi-cho	☎ 042-421-3060
Shibakubo Library	5-4-48 Shibakubo-cho	☎ 042-465-9825
Yato Library	1-17-2 Yato-cho	☎ 042-421-4545
Yagisawa Library	1-15-1 Yagisawa	☎ 042-464-8240
Hibarigaoka Library	1-2-1 Hibarigaoka	☎ 042-424-0264

【Welfare-Related Facilities】

Nishitokyo City Social Welfare Council	Tanashi General Welfare Center 1F, 5-5-12 Tanashi-cho	☎ 042-497-5061
Nishitokyo Volunteer, Civic Activity Center	Tanashi General Welfare Center 1F, 5-5-12 Tanashi-cho	☎ 042-466-3070
Nishitokyo City Family Support Center	Tanashi General Welfare Center 4F, 5-5-12 Tanashi-cho	☎ 042-497-5079

【Community Support Centers】

Shinmachi Community Support Center	1-11-25 Shinmachi	☎ 042-462-1695
Fujimachi Community Support Center	1-7-69 Fujimachi	☎ 042-451-1203
Tanashi-cho Community Support Center	5-5-12 Tanashi-cho	☎ 042-467-8850

栄町地域包括支援センター	栄町 3-6-2	☎ 042-438-7090
西原町地域包括支援センター	西原町 4-5-6	☎ 042-451-8844
向台町地域包括支援センター	向台町 2-16-22	☎ 042-468-2340
緑町地域包括支援センター	緑町 3-6-1	☎ 042-461-7081
泉町地域包括支援センター	泉町 2-1-24	☎ 042-424-1200

【市立保育園】

田無保育園	緑町 1-2-26	☎ 042-461-4478
そよかぜ保育園	ひばりが丘 3-1-25	☎ 042-452-7505
はこべら保育園	富士町 1-7-2	☎ 042-463-3225
向台保育園	南町 3-23-1	☎ 042-461-9967
西原保育園	芝久保町 5-4-2	☎ 042-461-9100
こまどり保育園	下保谷 2-4-2	☎ 042-422-9323
みどり保育園	緑町 2-15-12	☎ 042-462-6261
芝久保保育園	芝久保町 1-14-32	☎ 042-463-7974
すみよし保育園	住吉町 3-14-14	☎ 042-421-8146
なかまち保育園	中町 4-4-16	☎ 042-422-4882
ひがし保育園	東町 2-4-13	☎ 042-421-9965
やぎさわ保育園	柳沢 5-8-2	☎ 042-465-0324
けやき保育園	西原町 4-5-96	☎ 042-464-3822
ほうやちよう保育園	保谷町 3-13-1	☎ 042-465-1340
ひばりが丘保育園	ひばりが丘 2-3-5	☎ 042-424-6229
ひがしふしみ保育園	東伏見 2-11-11	☎ 042-461-9964

【市立児童館】

田無児童館	田無町 4-14-2	☎ 042-462-6237
北原児童館	北原町 1-16-2	☎ 042-461-2156
ひばりが丘児童センター	ひばりが丘 3-1-25	☎ 042-465-4540
芝久保児童館	芝久保町 1-16-18	☎ 042-465-1678
下保谷児童センター	下保谷 4-3-20	☎ 042-422-8346
新町児童館	新町 5-2-7	☎ 0422-55-1782
なかまち児童館	中町 4-4-1	☎ 042-422-8800
ひばりが丘北児童センター	ひばりが丘北 1-6-8	☎ 042-423-4686
西原北児童館	西原町 4-5-96	☎ 042-464-3833
田無柳沢児童センター	向台町 1-7-25	☎ 042-464-3844
保谷柳沢児童館	柳沢 2-6-11	☎ 042-468-7892

Sakae-cho Community Support Center	3-6-2 Sakae-cho	☎ 042-438-7090
Nishihara-cho Community Support Center	4-5-6 Nishihara-cho	☎ 042-451-8844
Mukodai-cho Community Support Center	2-16-22 Mukodai-cho	☎ 042-468-2340
Midori-cho Community Support Center	3-6-1 Midori-cho	☎ 042-461-7081
Izumi-cho Community Support Center	2-1-24 Izumi-cho	☎ 042-424-1200

【Municipal Nursery Schools】

Tanashi Nursery School	1-2-26 Midori-cho	☎ 042-461-4478
Soyokaze Nursery School	3-1-25 Hibarigaoka	☎ 042-452-7505
Hakobera Nursery School	1-7-2 Fujimachi	☎ 042-463-3225
Mukodai Nursery School	3-23-1 Minami-cho	☎ 042-461-9967
Nishihara Nursery School	5-4-2 Shibakubo-cho	☎ 042-461-9100
Komadori Nursery School	2-4-2 Shimohoya	☎ 042-422-9323
Midori Nursery School	2-15-12 Midori-cho	☎ 042-462-6261
Shibakubo Nursery School	1-14-32 Shibakubo-cho	☎ 042-463-7974
Sumiyoshi Nursery School	3-14-14 Sumiyoshi-cho	☎ 042-421-8146
Nakamachi Nursery School	4-4-16 Nakamachi	☎ 042-422-4882
Higashi Nursery School	2-4-13 Higashi-cho	☎ 042-421-9965
Yagisawa Nursery School	5-8-2 Yagisawa	☎ 042-465-0324
Keyaki Nursery School	4-5-96 Nishihara-cho	☎ 042-464-3822
Hoya-cho Nursery School	3-13-1 Hoya-cho	☎ 042-465-1340
Hibarigaoka Nursery School	2-3-5 Hibarigaoka	☎ 042-424-6229
Higashi Fushimi Nursery School	2-11-11 Higashi Fushimi	☎ 042-461-9964

【Municipal Children's Halls】

Tanashi Children's Hall	4-14-2 Tanashi-cho	☎ 042-462-6237
Kitahara Children's Hall	1-16-2 Kitahara-cho	☎ 042-461-2156
Hibarigaoka Children's Center	3-1-25 Hibarigaoka	☎ 042-465-4540
Shibakubo Children's Hall	1-16-18 Shibakubo-cho	☎ 042-465-1678
Shimohoya Children's Center	4-3-20 Shimohoya	☎ 042-422-8346
Shinmachi Children's Hall	5-2-7 Shinmachi	☎ 0422-55-1782
Nakamachi Children's Hall	4-4-1 Nakamachi	☎ 042-422-8800
Hibarigaoka-kita Children's Center	1-6-8 Hibarigaoka-kita	☎ 042-423-4686
Nishihara-kita Children's Hall	4-5-96 Nishihara-cho	☎ 042-464-3833
Tanashi Yagisawa Children's Center	1-7-25 Mukodai-cho	☎ 042-464-3844
Hoya Yagisawa Children's Hall	2-6-11 Yagisawa	☎ 042-468-7892

しょうがっこう
【小学校】

た な し っ ち ゃ う 田無小学校	た な し っ ち ゃ う 田無町 4-5-21	☎ 042-464-2111
ほ う や 保谷小学校	ほ う や 保谷町 1-3-35	☎ 042-463-4511
ほ う や だ い い ち 保谷第一小学校	し も ほ う や 下保谷 1-4-4	☎ 042-422-4513
ほ う や だ い に 保谷第二小学校	や が さ わ 柳沢 4-2-11	☎ 042-463-4515
や と 谷戸小学校	みどり 緑町 3-1-1	☎ 042-463-2661
ひがし ふ し み 東伏見小学校	ひがし ふ し み 東伏見 6-1-28	☎ 042-463-4517
な か は ら 中原小学校	ひばりが丘 2-6-25	☎ 042-422-4518
むくた い 向台小学校	むくた い 向台町 2-1-1	☎ 042-464-2112
あ き ざ ん 碧山小学校	な か ま ち 中町 5-11-4	☎ 042-422-4521
し ば く ぼ 芝久保小学校	し ば く ぼ 芝久保町 3-7-1	☎ 042-463-2869
さ か え 栄小学校	さ か え 栄町 2-10-9	☎ 042-423-0276
や と だ い に 谷戸第二小学校	や と 谷戸町 1-17-27	☎ 042-421-5051
ひがし 東小学校	ひがし 東町 6-2-33	☎ 042-421-6009
や が さ わ 柳沢小学校	な ん 町 南町 2-12-37	☎ 042-465-2903
か み む く た い 上向台小学校	むくた い 向台町 6-7-28	☎ 042-467-1151
ほん ち ゃ う 本町小学校	ほ う や 保谷町 1-14-23	☎ 042-467-5956
す み よ し 住吉小学校	す み よ し 住吉町 5-2-1	☎ 042-423-4187
け や き けやき小学校	し ば く ぼ 芝久保町 5-7-1	☎ 042-464-2525

ちゅうがっこう
【中学校】

た な し だ い い ち 田無第一中学校	な ん 町 南町 6-9-37	☎ 042-462-2811
ほ う や 保谷中学校	ほ う や 保谷町 1-17-4	☎ 042-463-2551
た な し だ い に 田無第二中学校	きたはら 北原町 2-9-1	☎ 042-462-2812
ひばりが丘中学校	す み よ し 住吉町 1-14-28 ※ 2021 年 9 月に新校舎 (ひばりが丘 3-2-42) へ移転 (予定)	☎ 042-421-4149
た な し だ い さん 田無第三中学校	にしはら 西原町 3-4-1	☎ 042-462-2814
せい ら ん 青嵐中学校	きたま ち 北町 2-13-17	☎ 042-422-3615
や が さ わ 柳沢中学校	や が さ わ 柳沢 3-8-22	☎ 042-463-5014
た な し だ い よん 田無第四中学校	むくた い 向台町 2-14-9	☎ 042-465-6113
めい ほ う 明保中学校	ひがし 東町 1-1-24	☎ 042-421-3611

【Elementary Schools】

Tanashi Elementary School	4-5-21 Tanashi-cho	☎ 042-464-2111
Hoya Elementary School	1-3-35 Hoya-cho	☎ 042-463-4511
Hoya Daiichi Elementary School	1-4-4 Shimohoya	☎ 042-422-4513
Hoya Daini Elementary School	4-2-11 Yagisawa	☎ 042-463-4515
Yato Elementary School	3-1-1 Midori-cho	☎ 042-463-2661
Higashi Fushimi Elementary School	6-1-28 Higashi Fushimi	☎ 042-463-4517
Nakahara Elementary School	2-6-25 Hibarigaoka	☎ 042-422-4518
Mukodai Elementary School	2-1-1 Mukodai-cho	☎ 042-464-2112
Hekizan Elementary School	5-11-4 Nakamachi	☎ 042-422-4521
Shibakubo Elementary School	3-7-1 Shibakubo-cho	☎ 042-463-2869
Sakae Elementary School	2-10-9 Sakae-cho	☎ 042-423-0276
Yato Daini Elementary School	1-17-27 Yato-cho	☎ 042-421-5051
Higashi Elementary School	6-2-33 Higashi-cho	☎ 042-421-6009
Yagisawa Elementary School	2-12-37 Minami-cho	☎ 042-465-2903
Kami-mukodai Elementary School	6-7-28 Mukodai-cho	☎ 042-467-1151
Hon-cho Elementary School	1-14-23 Hoya-cho	☎ 042-467-5956
Sumiyoshi Elementary School	5-2-1 Sumiyoshi-cho	☎ 042-423-4187
Keyaki Elementary School	5-7-1 Shibakubo-cho	☎ 042-464-2525

【Junior High Schools】

Tanashi Daiichi Junior High School	6-9-37 Minami-cho	☎ 042-462-2811
Hoya Junior High School	1-17-4 Hoya-cho	☎ 042-463-2551
Tanashi Daini Junior High School	2-9-1 Kitahara-cho	☎ 042-462-2812
Hibarigaoka Junior High School	1-14-28 Sumiyoshi-cho * To be relocated to a new school building (3-2-42 Hibarigaoka) in September 2021	☎ 042-421-4149
Tanashi Daisan Junior High School	3-4-1 Nishihara-cho	☎ 042-462-2814
Seiran Junior High School	2-13-17 Kitamachi	☎ 042-422-3615
Yagisawa Junior High School	3-8-22 Yagisawa	☎ 042-463-5014
Tanashi Daiyon Junior High School	2-14-9 Mukodai-cho	☎ 042-465-6113
Meiho Junior High School	1-1-24 Higashi-cho	☎ 042-421-3611

ひなんばしよとう
避難場所等

こういき ひなんばしよ
【広域避難場所】

とうきょうだいがくだいがくいのうがくせいめいがかがくけんきゅうかふ 東京大学大学院農学生命科学研究科附 属生態調和農学機構	みどりちよう 緑町 1-1-1	
とうきょうだいがくだいがくいのうがくせいめいがかがくけんきゅうかふ 東京大学大学院農学生命科学研究科附 属田無演習林	みどりちよう 緑町 1-1-8	
にしとうきよう 西東京いこいの森公園	みどりちよう 緑町 3-2	
とりつこがわいこうえん 都立小金井公園	むこうだいちよう 向台町 6-4	
ぶんりたいうえん 文理台公園	みどりちよう 東町 1-4	
とりつあけふしみこうえん 都立東伏見公園	みどりふしみ 東伏見 1	

ひなんひろば
【避難広場】

わせだいがくひがしふしみ 早稲田大学東伏見キャンパス総合グラウンド	みどりふしみ 東伏見 2-7	
みつばし 三菱 UFJ 銀行健康保険組合武蔵野運動 場	やぎさわ 柳沢 4-4	
ひばりが丘総合運動場	ひばりが丘 3-1	
いわくらこうとうがっこう 岩倉高等学校総合運動場	しんまち 新町 2-3-27	
とりつたなしこうとうがっこう 都立田無高等学校	むこうだいちよう 向台町 5-4-34	
とりつほふこうとうがっこう 都立保谷高等学校	すみよしちよう 住吉町 5-8-23	
とりつたなしこうとうがっこう 都立田無工業高等学校	むこうだいちよう 向台町 1-9-1	
むさしのだいがく 武蔵野大学	しんまち 新町 1-1-20	
にほんぶんがくがくえん 日本文学学園	にしはらちよう 西原町 4-5-85	
むこうだいちようえん 向台公園	むこうだいちよう 向台町 2-5	
にしはらしぜんこうえん 西原自然公園	にしはらちよう 西原町 4-5	
やと 谷戸イチョウ公園	やとちよう 谷戸町 2-12	
やと 谷戸せせらぎ公園	やとちよう 谷戸町 1-22	
しばくほちうせつち 芝久保調節池	しばくほちよう 芝久保町 1-18	うてんじしよ ※雨天時は使用できません。
みなみちようせつち 南町調節池	みなみちよう 南町 1-3	うてんじしよ ※雨天時は使用できません。
むこうだいちようせつち 向台調節池	むこうだいちよう 向台町 5-4	うてんじしよ ※雨天時は使用できません。

※市内の市立小・中学校は、全て避難広場です。

ひなんしせつ
【避難施設】

とりつたなしこうとうがっこう 都立田無高等学校	むこうだいちよう 向台町 5-4-34	
とりつほふこうとうがっこう 都立保谷高等学校	すみよしちよう 住吉町 5-8-23	
とりつたなしこうとうがっこう 都立田無工業高等学校	むこうだいちよう 向台町 1-9-1	
むさしのだいがく 武蔵野大学	しんまち 新町 1-1-20	
にほんぶんがくがくえん 日本文学学園	にしはらちよう 西原町 4-5-85	

※市内の市立小・中学校は、全て避難施設です。

Evacuation Sites

【Regional Evacuation Sites】

Institute for Sustainable Agroecosystem Services affiliated with Graduate School of Agriculture and Life Sciences, University of Tokyo	1-1-1 Midori-cho	
Tanashi experiment forest affiliated with Graduate School of Agriculture and Life Sciences, University of Tokyo	1-1-8 Midori-cho	
Nishitokyo Ikoinomori Park	3-2 Midori-cho	
Koganei Park	6-4 Mukodai-cho	
Bunridai Park	1-4 Higashi-cho	
Higashi Fushimi Park	1 Higashi Fushimi	

【Evacuation Sites】

Waseda University Higashi Fushimi Campus General Grounds	2-7 Higashi Fushimi	
Mitsubishi UFJ Bank Health Insurance Union Musashino Sports Field	4-4 Yagisawa	
Hibarigaoka General Sports Field "Hibarium"	3-1-Hibarigaoka	
Iwakura High School General Sports Field	2-3-27 Shinmachi	
Tanashi High School	5-4-34 Mukodai-cho	
Hoya High School	5-8-23 Sumiyoshi-cho	
Tanashi High School of Technology	1-9-1 Mukodai-cho	
Musashino University	1-1-20 Shinmachi	
Nippon Bunka Gakuen	4-5-85 Nishihara-cho	
Mukodai Park	2-5 Mukodai-cho	
Nishihara Nature Park	4-5 Nishihara-cho	
Yato Icho Park	2-12 Yato-cho	
Yato Seseragi Park	1-22 Yato-cho	
Shibakubo Retention Basin	1-18 Shibakubo-cho	*Cannot be used on rainy days.
Minami-cho Retention Basin	1-3 Minami-cho	*Cannot be used on rainy days.
Mukodai Retention Basin	5-4 Mukodai-cho	*Cannot be used on rainy days.

*All municipal elementary and junior high in schools Nishitokyo serve as evacuation sites.

【Evacuation Facilities】

Tanashi High School	5-4-34 Mukodai-cho	
Hoya High School	5-8-23 Sumiyoshi-cho	
Tanashi High School of Technology	1-9-1 Mukodai-cho	
Musashino University	1-1-20 Shinmachi	
Nippon Bunka Gakuen	4-5-85 Nishihara-cho	

*All municipal elementary and junior high schools in Nishitokyo serve as evacuation facilities.

ほか
その他

しょうぼう
【消防】

とうきょうしょうぼうじょうきゅうきんごうせんたー 東京消防庁救急相談センター		☎ #7119
にしとうきょうしょうぼうしよ 西東京消防署	なかまち 中町 1-1-6	☎ 042-421-0119
たなししょうぼうしよ 田無消防出張所	むこうだい 向台町 2-3-6	☎ 042-461-0119
にしはらしょうぼうしよ 西原消防出張所	にしはら 西原町 2-1-14	☎ 042-463-0119
ほうやしょうぼうしよ 保谷消防出張所	しもほうや 下保谷 1-2-4	☎ 042-422-0119

けいさつ
【警察】

たなしけいさつしよ 田無警察署	たなし 田無町 5-2-5	☎ 042-467-0110
しゃくじいけいさつしよ 石神井警察署	ねりま 練馬区石神井町 6-17-26	☎ 03-3904-0110

ゆうびんきょく
【郵便局】

にしとうきょうゆうびんきょく 西東京郵便局	たなし 田無町 3-2-2	☎ 0570-943-745
ふしのみとうきょうゆうびんきょく 伏見通郵便局	ふしのみ 東伏見 6-12-40	☎ 042-425-0755

しないうち
【市内駅】

ほうやえき 保谷駅	ひがし 東町 3-14-30	☎ 042-421-5047
ひばりヶ丘駅 がつかえき	すみよし 住吉町 3-9-19	☎ 042-421-1155
たなしえき 田無駅	たなし 田無町 4-1-1	☎ 042-461-1151
ひがしふしのみえき 東伏見駅	ひがしふしのみ 東伏見 2-5-1	☎ 042-461-7775
せいぶやぎさわえき 西武柳沢駅	ほうや 保谷町 3-11-24	☎ 042-461-9114

びょういん
【病院】

ほうやこうせいびょういん 保谷厚生病院	さかえ 栄町 1-17-18	☎ 042-424-6640
さつきそうごうびょういん 佐々総合病院	たなし 田無町 4-24-15	☎ 042-461-1535
たなしびょういん 田無病院	みどり 緑町 3-6-1	☎ 042-461-2682
にしとうきょうしゅうおうそうごうびょういん 西東京中央総合病院	しばくほ 芝久保町, 2-4-19	☎ 042-464-1511
くまがやまのびょういん 薫風会山田病院	みなみ 南町 3-4-10	☎ 042-461-0005
むさしのびょういん 武蔵野徳洲会病院	むこうだい 向台町 3-5-48	☎ 042-465-0700
こうりつしや 公立昭和病院	こへい 小平市花小金井 8-1-1	☎ 042-461-0052

ほか
【その他】

ハローワーク三鷹 みたか	みたか 三鷹市下連雀 4-15-18	☎ 0422-47-8609
むらやませいむしよ 東村山税務署	むらやま 東村山市本町 1-20-22	☎ 042-394-6811
むさしのねんきんじむしよ 武蔵野年金事務所	むさしの 武蔵野市吉祥寺北町 4-12-18	☎ 0422-56-1411
たまたま 多摩小平保健所	こへい 小平市花小金井 1-31-24	☎ 042-450-3111
とうきょうとすいどうきょく 東京都水道局東久留米サービスステーション	ひがし 東久留米市滝山 6-1-1	☎ 042-548-5110
とうきょうでんりくむさしの 東京電力武蔵野支社	むさしの 武蔵野市西久保 1-6-24	☎ 0120-995-333
とうきょう 東京ガスお客様センター		☎ 0570-00221 (IP、海外からは03-6735-8787)
でんわうけつけ NTT電話受付センター		☎ 116 (携帯電話・PHS・NTT以外の固定電話からは0120-116-000)

Other

【Fire Stations】

Tokyo Fire Department Emergency Consultation Center		☎ #7119
Nishitokyo Fire Department	1-1-6 Nakamachi	☎ 042-421-0119
Tanashi Fire Branch	2-3-6 Mukodai-cho	☎ 042-461-0119
Nishihara Fire Branch	2-1-14 Nishihara-cho	☎ 042-463-0119
Hoya Fire Branch	1-2-4 Shimohoya	☎ 042-422-0119

【Police Stations】

Tanashi Police Department	5-2-5 Tanashi-cho	☎ 042-467-0110
Shakujii Police Department	6-17-26 Shakujimachi, Nerima-ku	☎ 03-3904-0110

【Post Offices】

Nishitokyo Post Office	3-2-2 Tanashi-cho	☎ 0570-943-745
Fushimi-dori Post Office	6-12-40 Higashi Fushimi	☎ 042-425-0755

【Train Stations in the City】

Hoya Station	3-14-30 Higashi-cho	☎ 042-421-5047
Hibarigaoka Station	3-9-19 Sumiyoshi-cho	☎ 042-421-1155
Tanashi Station	4-1-1 Tanashi-cho	☎ 042-461-1151
Higashi-Fushimi Station	2-5-1 Higashi Fushimi	☎ 042-461-7775
Seibu-Yagisawa Station	3-11-24 Hoya-cho	☎ 042-461-9114

【Hospitals】

Hoya Kosei Hospital	1-17-18 Sakae-cho	☎ 042-424-6640
Sasa General Hospital	4-24-15 Tanashi-cho	☎ 042-461-1535
Tanashi Hospital	3-6-1 Midori-cho	☎ 042-461-2682
Nishitokyo Central General Hospital	2-4-19 Shibakubo-cho	☎ 042-464-1511
Kunpukai Yamada Hospital	3-4-10 Minami-cho	☎ 042-461-0005
Musashino Tokushukai Hospital	3-5-48 Mukodai-cho	☎ 042-465-0700
Showa General Hospital	8-1-1 Hanakoganei, Kodaira City	☎ 042-461-0052

【Other】

Hello Work Mitaka	4-15-18 Shimorenjaku, Mitaka City	☎ 0422-47-8609
Higashimurayama Tax Office	1-20-22 Hon-cho, Higashimurayama City	☎ 042-394-6811
Musashino Pension Office	4-12-18 Kichijoji-kitamachi, Musashino City	☎ 0422-56-1411
Tama Kodaira Health Center	1-31-24 Hanakoganei, Kodaira City	☎ 042-450-3111
Tokyo Metropolitan Water Bureau, Higashikurume Service Station	6-1-1 Takiyama, Higashikurume City	☎ 042-548-5110
Tokyo Electric Power, Musashino Branch Office	1-6-24 Nishikubo, Musashino City	☎ 0120-995-333
Tokyo Gas Customer Center		☎ 0570-00221 (IP, and overseas, Tel:03-6735-8787)
NTT Telephone Center		☎ 116 (0120-116-000 to call from a mobile phone, PHS or fixed-line phone other than NTT)



ししょう
市章
 City Seal
 市徽
 시의 휘장



し き
市の木
 City Tree
 市树
 시의 나무

けやき
 Zelkova
 榉树
 느티나무
 はなみずき
 Dogwood
 四照花
 꽃산딸나무

し はな
市の花
 City Flower
 市花
 시의 꽃

つつじ
 Azalea
 杜鹃
 철쭉나무
 코스모스
 Cosmea
 大波斯菊
 코스모스
 ひまわり
 Sunflower
 向日葵
 해바라기
 すいせん
 Daffodil
 水仙
 수선화

にしとうきょうし
西東京市 Web/Nishitokyo City Web

<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

けいさつ
警察
110番
 しょうぼう きゅうきゅう
消防・救急
119番

Police
110
Fire/Ambulance
119

警察
110
消防・救急
119

경찰
110번
소방구급
119번

発行日 2021年3月
 発行 東京都西東京市
 企画・編集 生活文化スポーツ部 文化振興課
 住所 〒188-8666 西東京市南町 5-6-13
 電話 042-420-2817 (直通)
 制作協力 シーアンドゼットコミュニケーション株式会社