

# 西東京市くらしの情報

(広報西東京から) 2015年9月5日発行

発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 438-4040  
制作: 西東京市多文化共生センター

9月/Sep.



# Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Sep. 5 2015

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel: 438-4040

## 多摩六都リレーマラソン2015に参加しませんか?

とき: 12月23日(祝) 開会式 午前7時45分  
スタート 午前8時30分

ところ: 都立小金井公園内のコースを23周(合計42.195km)  
参加できるのは: ①西東京市に住む人、働いている人、学校に通  
っている人②小学生以上の健康な人③1人で約2kmを走る  
ことができる人で作った4~10人のチーム

参加費: 1チーム5,000円  
申込み: 西東京市体育協会HPから

ダウンロードした申込書をメールで  
送ってください。

期間: 9月1日(火)~30日(水)

問合せ: 西東京市体育協会

✉ taikyou@bz03.plala.or.jp

☎042-425-7055



Nishitokyo-shi Homepage in English / PDF for Chinese & Hangul  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## Why not join Tama Rokuto Relay Marathon 2015?

Date & Time: Dec. 23, holiday. Opening ceremony at 7:45 a.m. Start at 8:30 a.m.

Location: Koganei Park. Run around a track in the park for 23 times, total of 42.195km.

Teams each consists of 4 to 10 people can participate. Each member of a team must ①reside, work or attend school in Nishitokyo-shi ② be elem. sch. students or older and fit to run ③ be able to run at least 2 km.

Fee: 5,000yen per team

Entry: Download an entry form at HP of Nishitokyo-shi Taiiku Kyokai. Fill in and send it to taikyou@bz03.plala.or.jp bet. Sep. 1, Tue. and Sep. 30, Wed.

Inquiry: Nishitokyo-shi Taiiku Kyokai

✉ taikyou@bz03.plala.or.jp

☎042-425-7055

西東京市くらしの情報は市役所ロビー、図書館、公民館  
にあります。毎月5日発行。無料。

西東京市ホームページ(英語版) / 中国語・ハングルはPDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

Nishitokyo Newsletter is available at the reception hall of  
City Offices), the local libraries and the Public Halls  
(Kominkan). Issued on the 5th of each month. Free.

## 니시도쿄시 생활정보

(홍보 니시도쿄에서) 2015년 9월 5일 발행

발행: 니시도쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 438-4040

제작: 니시도쿄시다문화공생센터

## 西東京市生活情報

(选自西東京市广告报) 2015年9月5日发行

发行: 西東京市 咨询处: 文化振兴课 Tel: 438-4040

制作: 西東京市多文化共生中心

니시도쿄시 홈페이지 (영어판) / 중국어·한글은 PDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

西東京市首页(英语版) / 中国語·韓国語: PDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## 다마록토 릴레이 마라톤 2015 에 참가하지 않겠습니까?

일시: 12월 23일(축일) 개회식 오전 7시 45분  
스타트 오전 8시 30분

장소: 도립 고가네이 공원 내의 코스 23주(합계 42.195km)  
참가자격: ①니시도쿄시 거주, 재근, 재학하고 있는 분  
②초등학생 이상의 건강한 분 ③혼자서 약 2km 를 완주할  
수 있는 사람으로 구성된 4~10명의 팀

참가비: 1팀 5,000 원

신청: 니시도쿄시 체육협회 홈페이지로부터 다운로드한  
신청서를 이메일로 보내 주십시오. 기간: 9월 1일(화)  
~ 30일(수)

문의처: 니시도쿄시 체육협회 ✉ taikyou@bz03.plala.or.jp

☎042-425-7055

## 参加多摩六都接力马拉松 2015 吗?

时间: 12月23日(天皇诞辰日) 开幕式 上午7点45分  
开始 上午8点30分

地点: 都立小金井公园内的跑道23周(合计42.195公里)  
可以参加者: ①在西東京市居住、就职、就学的人 ②小学生以上  
健康的人 ③由每个人大约可以跑2公里的人组成的4~10人的团  
体

参加费: 一个团体5000日元

申请报名: 从西東京市体育协会主页下载的申请表请利用电子邮  
件邮寄。期间: 9月1日(星期二)至30日(星期三)

咨询处: 西東京市体育协会 ✉ taikyou@bz03.plala.or.jp

☎042-425-7055

니시도쿄시 생활정보 는 시청 로비, 도서관, 공민관에  
있습니다. 매월 5일 발행. 무료.

西東京市生活情報 放置在市役所大厅, 图书馆, 公民馆。  
每月5号发行。免费。

## 今月から国勢調査が始まります

国勢調査は5年に1度行われます。その調査をもとに、社会福祉・雇用・環境・防災などの私たちの暮らしに必要な政策が立てられます。回答は、①インターネット②調査票を調査員に手渡す③調査票を郵便で送る ①～③で1つ選んでください。調査のやり方：先にインターネットでの回答を受け付けます。9月10日からインターネット回答に必要な書類を調査員が配ります。9月10日～20日にインターネットで回答してください。インターネットで回答しなかった世帯に9月下旬、調査票を配ります。10月1日～7日までに調査員に手渡すか、郵送してください。

問合せ：国勢調査コールセンター ☎0570-07-2015 (有料)  
西東京市国勢調査実施本部コールセンター ☎0570-008055 (有料)

## 西東京市コスモス商品券が売り出されます

9月13日(日)午前10時から午後3時まで売り出します。

1セット10,000円で12,000円分の買い物ができます。販売場所や商品券を使える店などは市報8月15日号のチラシや専用のHP <http://nishitokyo-cosmos.net> を見てください。

問合せ：西東京商工会 ☎042-461-4573  
産業振興課 ☎042-438-4041

## マイナンバー「通知カード」が送られてきます

DV被害者であるなど、特別な理由で住民票の住所とは別の場所に住んでいる人は、住民票のある市町村に問合せください。

問合せ：市民課 ☎042-460-9820 (田無)  
☎042-438-4020 (保谷)

## 이달부터 국세 조사가 시작 됩니다

국세조사는 5년에 한번 실시됩니다. 이 조사를 바탕으로 사회복지·고용·환경·방재 등 우리들의 생활에 필요한 정책이 세워집니다. 회답은 ①인터넷 ②조사표를 조사원에게 건넵니다. ③조사표를 우편으로 보냅니다. ①~③중에서 하나 골라 주십시오. 조사방법: 먼저 인터넷으로 회답을 접수합니다. 9월 10일 부터 인터넷 회답에 필요한 서류를 조사원이 배부합니다. 9월 10일~20일에 인터넷으로 회답하여 주십시오. 인터넷으로 회답하지 않은 세대에는 9월 하순 조사표를 배부합니다. 10월 1일~7일까지 조사원에게 건넵든지 우송하여 주십시오.

문의처: 국세조사 콜센터 ☎0570-07-2015 (유료)  
니시도쿄시 국세조사 실시본부 콜센터 ☎0570-008055 (유료)

## 니시도쿄시 코스모스 상품권이 판매됩니다

9월 13일(일) 오전 10시부터 오후 3시까지 판매합니다. 1 세트 10,000 엔으로 12,000 엔어치 쇼핑할 수 있습니다. 판매 장소나 상품권을 사용할 수 있는 점포 등은 시보 8월 15 일호의 전단이나 전용 홈페이지 <http://nishitokyo-cosmos.net> 를 봐 주십시오.

문의처: 니시도쿄 상공회 ☎042-461-4573  
산업진흥과 ☎042-438-4041

## 마이넘버「통지카드」를 송부합니다.

DV 피해자 등 특별한 이유로 주민표의 주소와는 다른 장소에 살고 있는 분은 주민표가 있는 시읍면에 문의하여 주십시오. 문의: 시민과 ☎042-460-9820 (타나시)  
☎042-438-4020 (호야)

## A Census is carried out this Month

A census is conducted every five years. The result of it contributes to formulate policies that rule our living, such as social welfare, employment, environment and disaster prevention. The response can be made ① via internet ② by giving it to a census worker ③ by mailing. Choose one from ①~③. Procedures: Response over internet is accepted first. From Sep. 10, the census workers will deliver the form for the use of internet. The response over internet must be submitted between Sep. 10 thru to 20. In late September, the census workers will deliver the census form to the household that did not respond on internet. Leave your return with the census worker, or mail it between Oct. 1 & 7.

Inquiry: Census Call Center ☎0570-07-2015 with fee  
Nishitokyo Census HQ Call Center ☎0570-008055 with fee

## Nishitokyo-shi Cosmos Merchandise Coupons on Offer

Coupons will be sold on Sep. 13, Sun, between 10:00 a.m. and 3:00 p.m.

A set costs 10,000yen which can buy 12,000 yen worth of merchandise. Where to buy the coupons and shops accepting them are listed on the brochure attached to the city bulletin of Aug. 15, and on HP <http://nishitokyo-cosmos.net>

Inquiry: Nishitokyo Chamber of Commerce ☎042-461-4573  
Industry Promotion Section ☎042-438-4041

## A "Notification Card" of My Number will be Mailed

People who, with various reasons such as being the victim of domestic violence, live other than the registered residence, contact the municipality where the residence is registered.

Inquiry: Citizens' Registration & Affairs Section,  
☎042-460-9820 (Tanashi)  
☎042-438-4020 (Hoya)

## 从本月开始国势调查

国势调查每五年实行一回调查。以调查为根本制定社会福利·雇用·环境·防灾等的我们生活必要的政策。回答请从①~③中任选其一①因特网②将调查票直接递交调查员③将调查票通过邮件邮寄。调查方法:先受理在因特网上的回答。

从9月10日开始调查员分送因特网回答所必要的文件。请在9月10日至20日之间在因特网上回答。在因特网上没有回答的家庭在9月下旬分送调查票。请在10月1日至7日截止直接递交调查员或者邮寄。

咨询处: 国势调查电话服务中心 ☎0570-07-2015(收费)  
西东京市国势调查实施本部电话服务中心 ☎0570-008055(收费)

## 西东京市コスモス商品券即将出售

9月13日(星期日)从上午10点开始到下午3点为止出售。1组10000日元的商品券可以购买价值12000日元的商品。出售地点和可以使用商品券的店铺等信息请参阅市报8月15日号的传单和专用的主页 <http://nishitokyo-cosmos.net>

咨询处: 西东京商工会 ☎042-461-4573  
产业振兴课 ☎042-438-4041

## 我的号码「通知卡」被邮送

DV 被害者等、由于特别的理由在和户口簿的住址不同的地方居住的人、请向户口簿登记的市町村咨询。

咨询处: 市民课 ☎042-460-9820 (타나시)  
☎042-438-4020 (호야)



にしとうきょうけんこう

## 西東京健康チャレンジ2015

健康づくりに取り組んで、ポイントをゲットし、すてきな

商品を当てましょう。抽選で120人に当たります。

対象：18歳以上。

応募方法：自分で健康づくりに取り組んだり、市の健康づくり

活動(パンフレットや市のHPで紹介)に参加して、500ポ

イントをゲットしましょう。500ポイントをゲットした人で、2015

年4月~2016年1月に健康診断を受けた人が応募できます。

チャレンジ期間：9月1日(火)~2016年1月31日(日)

申込み：2016年2月12日(金)まで。応募方法などの詳しい

ことは庁舎や公民館などで配布されるパンフレットや市のHP

を見てください。問合せ：健康課 ☎042-438-4037

## 2015早稲田スポーツフェスタ in東伏見

子どもから大人まで、みんなで楽しめるスポーツイベントです。

学生がやさしく教えます。

とき：9月21日(祝)午前10時~午後4時

ところ：早稲田大学東伏見キャンパス(東伏見駅南口徒歩5分)

当日直接会場に来てください。

内容：・スポーツ体験：野球、サッカー、ラグビー、テニス、バスケ

ボール、ゴルフ、相撲、ラクロス、ホッケーなど

・おもしろ体験：ちゃんこ鍋、ジュニア乗馬、スタンプラリー

・展示：チアリーディングステージ、レースカー、グライダー

一部、定員や実費の負担があります。

問合せ：早稲田大学競技スポーツセンター

☎03-5286-3757

企画政策課 ☎042-460-9800



## 니시도쿄 건강 챌린지 2015

건강 만들기에 도전하여 포인트를 획득하고 멋진 상품을 맞습니다. 추첨으로 120 명에게 경품이 당첨됩니다.

대상: 18 세 이상

응모방법: 스스로 건강 만들기에 도전하거나 시의 건강만들기 활동(팸플릿이나 시의 홈페이지에서 소개)에 참가해서 500 포인트를 획득합니다. 500 포인트를 획득한 분으로 2015년 4월~2016년 1월에 건강진단을 받은 분이 응모할 수 있습니다.

챌린지 기간: 9월 1일(화) ~ 2016년 1월 31일 (일)

신청: 2016년 2월 12일(금)까지. 응모방법 등의 자세한 내용은 청사나 공민관 등에서 배부되는 팸플릿이나 시의 홈페이지를 봐 주십시오. 문의처: 건강과 ☎042-438-4037

## 2015 와세다 스포츠 페스타 인 히가시후시미

어린이에서 어른까지 함께 즐길 수 있는 스포츠 이벤트입니다. 학생이 친절히 가르쳐 줍니다.

일시: 9월 21일(축일) 오전 10시~오후 4시

장소: 와세다 대학 히가시후시미 캠퍼스(히가시후시미역 남쪽출구 도보 5분) 당일 직접 회장으로 와 주십시오.

내용: ・스포츠 체험: 야구, 축구, 럭비, 테니스, 농구, 골프, 씨름, 라크로스, 하키 등

・재미있는 체험: 창코나베, 주니어 승마, 스탬프 갤러리

・전시: 치어리딩스테이지, 레이스 카, 글라이더

일부 정원이나 실비 부담이 있습니다.

문의처: 와세다 대학 경기 스포츠센터 ☎03-5286-3757

기획정책과 ☎042-460-9800

## Nishitokyo Kenko Challenge 2015

Try to become *kenko*, or healthy, and get points which let you win a great prize. By lot drawing, 120 people will get prizes.

Intended for: People of 18 years old or older

How to apply: People achieving health by your own plan, or participating in activities offered by the City, can be awarded 500 points. Refer activities in brochures or in HP. People who earned 500 points and also had a medical checkup between April, 2015 and January, 2016 can apply.

Period for the challenge: Sep. 1, Tue. to Jan. 31, Sun, 2016

Application deadline: Feb. 12, 2016, Fri. For information, see brochures available at the city offices and kominkans, or go to HP of the City.

Inquiry: Health Section ☎042-438-4037

## Waseda Sports Festa 2015 in Higashi Fushimi

It is an enjoyable sporting event for people of all ages. Students instruct in a friendly manner.

Date: Sep. 21, holiday, 10:00 a.m. to 4:00 p.m.

Location: Waseda Univ. Higashi Fushimi Campus, 5mins walk from the south exit of Higashi-Fushimi Station. Come directly to the site on the day of the event.

Programs: ・Sports Category: Baseball, Football, Rugby, Tennis, Basketball, Golf, Sumo, Lacrosse, Hockey, etc.

・Amusement: *Chankonabe* (casserole cooked at Sumo), Horseback riding for the youth and Stamp rallying

・Exhibition: Cheerleading show, Racecar & Glider

The number of participants may be limited and fee may be required for some activities.

Inquiry: Athletic Center, Waseda University

☎03-5286-3757

Planning & Policy Section

☎042-460-9800

## 西東京健康挑战 2015

通过致力于健康锻炼来获得积分、猜中极好的商品吧。抽签中彩 120 人。

对象: 18 岁以上。

应募方法: 自己致力于健康锻炼, 参加市的健康锻炼活动(宣传手册和在市的主页介绍)获得 500 积分吧。获得了 500 积分的人在 2015 年 4 月至 2016 年 1 月期间接受了健康诊断的人可以应募。

挑战期间: 9 月 1 日(星期二)至 2016 年 1 月 31 日(星期日)

申请报名: 2016 年 2 月 12 日(星期五)截止。应募方法等的详细信息请参阅政府和公民馆等被散发的宣传手册和市的主页。

咨询处: 健康课 ☎ 042-438-4037

## 2015 早稻田运动节 in 东伏见

从小孩到成人、大家都可以娱乐的运动活动。学生们会和蔼地指教。

时间: 9 月 21 日(敬老节)上午 10 点至下午 4 点

地点: 早稻田大学东伏见校园(东伏见车站南口步行 5 分)

请当日直接到会场。

内容: ・运动体验: 棒球、足球、橄榄球、网球、排球、高尔夫球、相扑、袋球、曲棍球等

・有趣体验: 什锦火锅、少年骑马、连续按戳

・展示: チアリーディングステージ(助威队指挥舞台)、赛车、滑翔机、其中有一部分定员和实际费用负担。

咨询处: 早稻田大学竞技运动中心 ☎03-5286-3757

企画政策课 ☎042-460-9800

みず みどり

## 水と緑のウォッチングウォーク

とき: 10月3日(土) 午前9時~正午(予定) 雨でも行います。  
 集合: 西武新宿線小平駅南口 コース: 小平駅→小平公園→  
 柳窪緑地保全地域→野火止用水→久米川駅北口  
 定員: 100人(申込みが多いときは抽選) 申込み: 9月18日  
 (金) までに往復はがきまたはEメールで参加者全員の住所・  
 名前・年齢・電話番号を書いて〒189-8501 東村山市本町

1-2-3 東村山市みどりと公園課

☒midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

問合せ: みどり公園課 ☎042-438-4045



## 日本語スピーチコンテスト2015

西東京に関わる日本語を母語としない10人の  
 方が、日本の生活で感じたこと、母国への思いな  
 どをスピーチします。

とき: 10月4日(日) 午後1時~5時(交流パーティーを含む)

ところ: コール田無(田無町3-7-2)

問合せ: NIMIC ☎042-461-0381

## Walk along Waterfront and through Greenery

Date: Oct. 3, Sat, 9:00 a.m. to noon (planned) in all weather.  
 Assemble at the south exit of Kodaira Sta. Seibu Shinjuku  
 Line

Route: Kodaira Sta. → Kodaira Cemetery → Yanagikubo  
 Ryokuchi Hozenchiiki → Nobidome Yosui → the north exit of  
 Kumegawa Sta.

Numb. of participants: 100. A lot drawing if many applied  
 Application: By post or e-mail sent by Sep. 18.  
 Write address, name, age and tel numb. of all  
 participants on a reply-paid postcard and send it  
 to 〒189-8501 Higashi Murayama-shi, Hon-cho  
 1-2-3, Higashi Murayama-shi Midori-to-Koen Ka  
 Or e-mail the same info to

☒midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

Inquiry: Greenery & Parks Section

☎042-438-4045

## The Speech Contest in Japanese 2015

Ten people whose livelihood sphere revolve around  
 Nishitokyo, and their native languages are not Japanese,  
 will make speeches. We will hear that how they think about  
 a life in Japan or their longing for their homeland.

Date: Oct. 4, Sun, 1:00 p.m. to 5:00 p.m. (Including social gathering time)

Location: Call Tanashi, Tanshi-cho 3-7-2

Inquiry: NIMIC ☎042-461-0381



### 西東京市休日診療所

休日(日)は、いつも診療しています。内科以外の受診科目は

お問い合わせください。

診療時間: 午前10~12時、午後1~4・5~9時

場所: 中町分庁舎(中町1-1-5 TEL 424-3331)



### Nishitokyo Holiday Clinic

Always open on public holidays. Inquire medical services other than internal medicine.

Time: 10 am ~ Noon, 1 pm ~ 4 pm, 5 pm ~ 9 pm

Where: Nakamachi Branch Building

(1-1-5 Nakamachi TEL 424-3331)

## 물과 녹색(자연)의 워킹 워크

일시: 10월3일(토) 오전 9시~정오(예정) 비라도 실시합니다.

집합: 세이브신주쿠선 고다이라역 남쪽출구 코스:

고다이라역→ 고다이라 레이엔→야나기쿠보 녹지보전

지역→노비도메 용수→쿠메가와역 북쪽출구

정원: 100명(신청이 많을 때는 추첨)

신청: 9월 18일(금)까지 왕복엽서 또는 이메일로 참가자

전원의 주소, 이름, 연령, 전화번호를 적어서 〒189-8501

東村山市本町 1-2-3 東村山市みどりと公園課

☒midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

문의처: 미도리 공원과 ☎042-438-4045

## 일본어 스피치 콘테스트 2015

니시도쿄시와 관계가 있는 일본어를 모국어로 하지 않는  
 10 명의 분이 일본 생활에서 느낀 것, 모국에 대한 생각  
 등을, 스피치합니다.

일시: 10월 4일(일) 오후 1시~ 5시(교류파티를 포함)

장소: 코르 타나시(타나시초 3-7-2)

문의처: NIMIC ☎042-461-0381



## 水和植物的的观察散步

时间: 10月3日(星期六) 上午9点至中午(预定) 雨天也举行。

集合: 西武新宿线小平车站南口 路线: 小平车站→小平陵园→柳

洼绿地保全地域→野火止用水→久米川车站北口

定员: 100人(报名人数多的时候抽签) 申请报名: 9月18日(星期五)

截止在往返明信片或者电子邮件记入参加者全员的住址・姓名

・年龄・电话号码邮寄 〒189-8501 東村山市本町 1-2-3

東村山市みどりと公園課

☒midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

咨询处: 미도리 공원과 ☎042-438-4045

## 日语演讲比赛 2015

与西东京市有关系的母语不是日语的10个人、演说在  
 日本生活中感受到的事、对祖国的思念等。

时间: 10月4日(星期日) 下午1点至5点(包括交流茶会)

地点: 코르타나시(活动中心)(田无町 3-7-2)

咨询处: NIMIC ☎042-461-0381



### 니시도쿄시 휴일 진료소

휴일은, 언제나 진료하고 있습니다. 내과 이외의 진료과목에 대해서는 문의하여 주시기 바랍니다.

진료시간: am10~12, pm1~4, 5~9

장소: 나카마치분청사(나카마치 1-1-5 TEL 424-3331)



### 西东京市休息日诊疗所

休息日照常进行诊疗,内科以外的诊疗项目请咨询以下地点

诊疗时间: am10~12, pm1~4, 5~9

诊疗地址: 中町分庁舎(中町 1-1-5 TEL 424-3331)