

にしとうきょうし じょうほう 西東京市くらしの情報

こうほうにしとうきょうし ねん がつ にち とうきょう
(広報西東京から) 2019年 3月5日発行

はつこう にしとうきょうし たいあひ ぶんかじんこうか
発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 438-4040

せいさく にしとうきょうしぶんかじんこうせい
制作: 西東京市多文化共生センター

3月/Mar.



No.168

Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Mar.5 2019

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel: 438-4040

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

オランダのホストタウンに西東京市が決定！！

にしとうきょうし ねん がつ にち とうきょう
西東京市は2018年12月28日、東京オリンピック・パラリンピックに向けて、オランダの「ホストタウン」に決定しました。オランダは誰でも参加できる社会（共生社会）といわれ、これまでオランダが経験してきた「スポーツの価値と可能性」をオランダの選手との交流やスポーツイベントを通して、西東京市に合うように地域の活性化に取り入れていきます。

おランダ王国は九州と同じ大きさで、農業や園芸、牧畜が中心です。風車やチューリップで有名です。スポーツもトップレベルです。人口は、約1700万人、首都はアムステルダム。

言語: 公用語はオランダ語、英語、ドイツ語も話せます。

問合せ: スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

Nishitokyo is the host town for Netherlands

On Dec.28, 2018, Nishitokyo city was nominated to host the Dutch team of the Tokyo Olympic and Paralympic games. Netherlands known for its inclusive society treasures the value and potential of sports. Let us introduce such treasure to our city through sports events and cultural exchange with the Dutch athletes.

Information about the Kingdom of Netherlands.

Area; half the size of Kyushu. Main industries; agriculture, horticulture and dairy farming. Famous for: the wind mills and tulips and world class athletes. Population; approx 17 million. Capital: Amsterdam. Language: Dutch (English and German also spoken)

Inquiry: Sport Promotion Section ☎ 042-438-4081



にしとうきょうし じょうほう しやくしょ としょかん こうみんかん
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。

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.

にしとうきょうし えいごばん ちゅうごくご
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>

니시도쿄시 생활 정보

(홍보 니시도쿄에서) 2019년 3월 5일 발행

발행: 니시도쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 438-4040

제작: 니시도쿄시 다문화공생센터

西東京市生活信息

(选自西東京市报) 2019年3月5日发行

发行: 西東京市 咨询: 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(英語版) / 中国語·韓国語: PDF
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

네덜란드의 호스트 타운에 니시도쿄시가 결정!!

니시도쿄시는 2018년 12월 28일 도쿄올림픽·패럴림픽을 향해서 네덜란드의 「호스트 타운」으로 결정되었습니다.

네덜란드는 누구라도 참가 가능한 사회(공생사회)라고 불리며, 지금까지 네덜란드가 경험해온 「스포츠의 가치와 가능성」을 네덜란드 선수와의 교류나 스포츠 이벤트를 통해서 니시도쿄시에 맞도록 지역의 활성화에 도입해 갑니다.

네덜란드 왕국은 큐슈와 같은 크기로 농업과 원예 목축이 중심입니다. 풍차와 튜립으로 유명합니다.

스포츠도 톱 클래스입니다. 인구는 약 1700만명 수도는 암스텔담. 언어: 공용어는 네덜란드어, 영어, 독일어도 사용합니다.

문의: 스포츠진흥과 ☎ 042-438-4081

西東京市被指名作为荷兰的东道主

2018年12月28日, 西東京市在东京奥运会·残奥会被指名作为荷兰的东道主。荷兰由于实现了大家都可以参与的社会(共生社会)很有名。通过和荷兰选手们的交流和运动活动, 在从前荷兰经验过的「运动的价值和可能性」, 把合适西東京市的部分引进到地域的活性化。

荷兰和九州一样大, 农业, 园艺和畜牧是个产业的中心。风车和郁金香很有名。运动也是一级的。人口为大约1700万人, 首都为阿姆斯特丹。语言是荷兰话为主, 而英语和德语也可以讲。

咨询: 运动振兴课 ☎ 042-438-4081



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

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

3月15日ごろから 4月12日ごろまで市民課窓口は待ち時間が長くなります。

引越しが多くなるとマイナンバーカードの交付を行うため、窓口が特に混みます。



特に混雑する日

3月25日(月)、3月29日(金)、3月30日(土)、4月1日(月)

※市外に引越しをする人は約2週間前から手続きができます。

※市外から引越してくる人や市内で引越す人は引越しの後2週間以内に手続きをしてください。

住民票の異動・印鑑登録や印鑑証明の発行は、ひばりヶ丘駅前出張所・柳橋出張所、保谷・田無庁舎の市民課土曜窓口(保谷:3月16日・30日・4月6日、田無:3月9日・23日・4月13日の土曜日午前9時~午後0時30分)でもできます。

問合せ: 市民課・田無庁舎 ☎ 042-460-9820

保谷庁舎 ☎ 042-438-4020

入学通知書は届きましたか

4月に小・中学校へ入学する子どもの保護者のみなさんに

入学通知書を送りました。まだ届いていない場合は教育企画課へ連絡してください。また、私立・国立・都立の小・中学校へ入学する子どもの保護者の方は、入学する学校の入学許可証、印鑑、送られてきた入学通知書を持ってきて、教育企画課(保谷庁舎3階)で手続きしてください。

問合せ: 教育企画課 ☎042-438-4071



外国人相談(無料)

とき: 月~金曜日午前10時~午後4時(12時~1時は昼休み)

ところ: 多文化共生センター(南町5-6-18イングリッド1階)

問合せ: 多文化共生センター ☎ 042-461-0381

3월 15일경부터 4월 12일경까지 시민과창구는 기다리는 시간이 길어집니다.

이사가 많아지는 것과 마이넘버카드의 교부를 행하기 때문에 창구가 특히 붐빉니다.

□창구가 특히 혼잡한날.

3월 25일(월), 3월 29일(금), 3월 30일(토) 4월 1일(월)

※시외로 이사하는 분은 약 2주전부터 수속이 가능합니다.

※시외에서 이사오는 분이나 시내로 이사하는 분은 이사회 2주일내에 수속을 해 주십시오.

주민표의이동・인감등록이나 인감증명서의 발행은 히바리 가오카역전 출장소・야나기바시 출장소, 호야・타나시 청사

시민과 토요일창구(호야:3월 16일・30일・4월 6일, 타나시 3월 9일・23일・4월 13일 토요일오전 9시~오후 0시 30분)에도 가능합니다.

문의: 시민과・타나시청사 ☎ 042-460-9820 호야청사 ☎ 042-438-4020

입학통지서는 도착하였습니까

4월에 초・중학교에 입학하는 자녀의 보호자에게 입학 통지서를 보냈습니다. 아직 도착하지 않은 경우에는 교육 기획과로 연락 주십시오.

또, 사립・국립・도립의 초・중학교로 입학하는 자녀의 보호자분은, 입학하는 학교의 입학허가증, 인감, 발송된 입학 통지서를 들고 교육기획과(호야청사 3층)에서 수속해 주십시오. 문의: 교육기획과 ☎ 042-438-4071

외국인상담(무료)

일시: 월~금요일 오전 10~오후 4시(12시~1시 점심시간)

장소: 다문화공생센터(미나미초 5-6-18 잉구빌딩 1층)

문의: 다문화공생센터 ☎ 042-461-0381



Longer waiting time expected at the window of Citizen's Registration and Affairs Section Mar.15 ~Apr.12.

It is the season when more people move from one city to another and apply for "My-Card". Congestion will peak on: Mar.25 (Mon), 29 (Fri), 30 (Sat) and Apr.1 (Mon).

※Those moving out of Nishitokyo may file the change of address 2 weeks in advance.

※Those moving to or within Nishitokyo shall file the change of address within 2 weeks after moving.

Certificates related to residence (juminhyo) and Seal (inkan) can be obtained at city office branches of Hibarigaoka and Yanagibashi. Additionally, Citizen's Registration and Affairs Section of Hoya and Tanashi offices open windows on Saturdays from 9:00 to 00:30. (Hoya: Mar.16, 30, Apr.6. Tanashi: Mar.9, 23 and Apr.13).

Inquiry: The above section of:

Tanashi office ☎ 042-460-9820

Hoya office ☎ 042-438-4020



Guidance letter for entering schools

The said guidance letter was mailed to guardians of children entering elementary and junior high school in April. If not received, please contact the Educational Planning Section. In case of private, national or metropolitan schools, the guardian shall visit the said section of the city office (3rd floor) with the school's entry permit, seal and the said letter issued by the school.

Inquiry: Educational Planning Section ☎ 042-438-4071

Consultation service for foreigners (free of charge)

When: Monday through Friday 10:00 am~4:00 pm. (12:00~1:00 pm closed for lunch)

Where: Nishitokyo Multicultural and International Center (5-6-18 Minamicho, ING Bldg 1st floor)

Inquiry: The above center ☎ 042-461-0381

从 3 月 15 日前后到 4 月 12 日前后市役所的窗口的等待时间会长

由于搬家的人增多和交付个人编号卡,市役所的窗口会很拥挤。□特别拥挤日

3月25日(周一),3月29日(周五),3月30日(周六),4月1日(周一)

※搬往市外的人 2 周之前就可以办理手续

※从市外搬来的或者在市内搬家的人搬家之后 2 周内需要办理手续 住民票的异动, 印章登录, 印章证明的发行可以在云雀丘车站前 出張所, 柳桥出張所, 保谷・田无厅舍市民课的周六窗口办理。

(保谷: 3月16日・30日, 4月6日, 田无: 3月9日・23日, 4月13日的周六上午9点~下午0点30分)

咨询: 市民课・田无厅舍 ☎ 042-460-9820 保谷厅舍 ☎ 042-438-4020



收到入学通知书了吗?

已经向 4 月就要入学中小学生的保护人们发送了入学通知书。如果还没有收到的话请和教育企划课联系。另外, 就要入学私立・国立・都立小中学的保护人们需要拿入学许可证, 印章和送过来的入学通知书在教育企划课(保谷厅舍 3 层)办理。

咨询: 教育企划课 ☎ 042-438-4071

外国人咨询(免费)

时间: 周一~周五 上午 10 点- 下午 4 点 (12 点~1 点午休)

地点: 多文化共生中心(南町 5-6-18 Ing 大楼 1 层)

咨询: 多文化共生中心 ☎ 042-461-0381

スポーツフェスティバル&ファミリースポーツデー in 田無

親子でダンスを踊ったり、体操したり、いろいろなスポーツや遊び・教室体験に参加できます。子どもから大人まで楽しめるイベントです。とき・ところ：3月21日（祝）

●午前9時～午後3時 向台運動場（向台町5-4）（雨天中止）

●午前9時～午後5時 総合体育館（向台町5-4-20）

・きらっと（南町5-6-5）※当日直接会場へ
持ち物：運動できる服・室内用運動靴・飲み物・タオル

問合せ：スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081



春のENJOY ニュースポーツ交流会

誰でもすぐにゲームが楽しめます。日ごろ運動していない人、障害のある人もご参加ください。

とき：3月31日（日）・午前9時20分～11時30分（受付：9時）

ところ：きらっと（南町5-6-5）

内容：ユニカール・ポッチャなど。ユニカールはストーンをどうやって的に近づけるかをカーリングのように楽しめます。

対象：在住・在勤・在学の小中学生以上

（小学生3年生以下は保護者と一緒）

定員：36人（申し込み順）チームでの

申し込みもできます。（1チーム3人まで）

持ち物：運動できる服・室内用運動靴・タオル・飲み物など

申込み：3月15日（金）までに電話で住所・名前・年齢・電話番号を問合せ先へ ※障害のある人は相談してください。

問合せ：スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

問合せ：スポーツ振興課 ☎ 042-438-4081

スポーツフェスティバル & ファミリースポーツデー in タナシ

부모와 자녀가 춤을 추고 체조를 하며, 여러가지 스포츠나 놀이·체험교실에 참가 할 수 있습니다. 어린이부터 어른까지 즐길수 있는 이벤트. 일시·장소：3월 21일(축)

●오전 9시~오후 3시 무코우다이 운동장

무코우다이쵸(5-4) (우천중지)

●오전 9시~오후 5시 종합체육관 (무코우다이쵸 5-4-20)

· 키랏토 (미나미쵸 5-6-5) ※당일직접회장으로

준비물: 운동가능한 옷, 실내용 운동화, 음료수, 타올

문의: 스포츠진흥과 ☎ 042-438-4081

봄의 ENJOY 뉴 스포츠 교류회

누구라도 바로 게임을 즐길 수 있습니다. 평소에 운동을 하지 않는 분, 장애가 있는분도 참가 해주십시오.

일시：3월 31일(일)·오전 9시 20분~11시 30분(접수:9시)

장소：키랏토 (미나미쵸 5-6-5)

내용：유니컬·보치아등. 유니컬은 스톤을 어떻게 목표지점 가까이로 접근시키는지를 킥처럼 즐길수 있습니다.

대상：거주·재근·재학중인 초등학생 이상

(초등학교 3학년 이하는 보호자와 함께)

정원：36명 (접수 순) 팀으로 접수 할 수 있습니다.

(1팀 3명까지)

준비물：운동가능한 옷·실내용운동화·타올·음료수등

신청：3월 15일 (금)까지 전화로 주소·성명·연령·전화번호를 문의처로 ※ 장애가 있는 분은 상담해 주세요.

문의처：스포츠진흥과 ☎ 042-438-4081



Sport Festival & Family Sports Day in Tanashi

This event is held for parents and kids to have fun and learn dancing, exercises and other sports on Mar.21 (Holiday) in three differente places .

●9:00am~3:00pm. At Mukodai Sports Field (5-4 Mukodaicho) (to be suspended in case of rain)

●9:00am~5:00pm. At Sogo Taiikukan (General Gymnasium: 5-4-20 Mukodaicho) and at "Kiratto" Sports & Cultural Center (5-6-5 Minamicho)

※Prior sign up not required. Please bring athletic clothes, shoes for indoor use, drink and towel.

Inquiry: Sports Promotion Section ☎ 042-438-4081

ENJOY NEW SPORTS Spring Event

Whether you lack daily exercise or have handicaps, everybody is welcome to enjoy new sports.

When: Mar.31 (Sun), 9:20~11:30am (reception at 9:00)

Where: "Kiratto" Sports & Cultural Center (5-6-5 Minamicho); Sports: Unicurl, Boccia, etc. Unicurl is like curling played on floor;

Participants: people of elementary school age and older who live, work or attend school in Nishitokyo (3rd graders and smaller children must be attended by guardian);

Number of participants: 36 in order of sign up (individually or in teams of two or three);

What to bring: athletic wear, shoes for indoor use, towel, drink; Sign up: by Mar.15 (Fri), by phone to the Sports Promotion Section to

register address, name, age and phone number.

※People with handicap are requested to consult with the said section about participation.

Inquiry: the said section ☎ 042-438-4081

体育节日和家庭体育日 in 田无

親子来可以参加跳舞, 体操等, 各种各样的运动和游戏·教室体验. 从小到大, 大家都可以玩儿的活动. 时间·地点: 3月21日(节日)

●上午 9 点~下午 3 点 向台运动场(向台町 5-4)(雨天时中止)

●上午 9 点~下午 5 点 综合体育馆(向台町 5-4-20)·きらっと(南町 5-6-5) ※请与当日直接来会场

携带物: 便于运动的服装·室内鞋·饮料·毛巾

咨询: 运动振兴课 ☎ 042-438-4081

春天 ENJOY 新体育交流会

谁都可以马上愉快地玩游戏. 请不经常运动的人或有残疾的人也参加.

时间: 3月31日(星期天)·上午 9 点 20 分~11 点 30 分(受理: 9 点开始)

地点: きらっと(南町 5-6-5)

内容: 溜石饼·目标球等. 溜石饼是大家高兴地把溜石饼像冰上溜石一样接近到目标的运动.

对象: 西东京市居住·就职·在校的小学生以上的人(小学生 3 年级以下的儿童需要和保护人一起参加.)

定员: 36 人(报名先后顺序)一组单位可以报名.(每个组要 3 个人之内)

携带品: 便于运动的服装·室内穿的运动鞋·毛巾·饮料等.

报名: 3月15日(周五)截止通过电话给运动振兴课联络地址·姓名·年龄·电话号码. ※请有残疾的人和运动振兴课联络.

咨询: 运动振兴课 ☎ 042-438-4081



ウォーキング教室 元オリンピックが教えます
ウォーキングの楽しさや正しい歩き方など役に立つ講演と実技を教えます。参加者と一緒に「みどりの散策マップ&ウォーキングマップ」のコースの一部を歩きます。

とき：3月23日(土) ①午前10時~午後1時15分
(受付9時30分から) ②午前11時~午後2時

ところ：総合体育館(向台町5-4-10)

- ① 元オリンピック代表(ショートトラックスピードスケートの選手)の勅使川原郁恵さんによる「元オリンピックに学ぶウォーキング教室」定員：80人(申込順)持ち物：飲み物・タオル・運動のできる服 申込み：3月15日(金)までに、メール・電話で、住所・名前・年齢・電話番号を問合せ先へ
- ② 各種測定&測定結果の相談 内容：体の成分バランスと足の指の力の測定 ※当日、直接会場で受付ます。

問い合わせ：みどり公園課 ☎ 042-438-4045
✉ kouen@city.nishitokyo.lg.jp

Walking Lesson taught by former Olympian Class and practice for learning the fun and correct way of walking. Participants will walk the path of "Midorino Sansaku map and Walking map".

When: Mar.23 (Sat), ①10:00am~1:15pm (reception at 9:30am) ②11:00am~2:00pm

Where: Sogo Taiikukan (General Gymnasium, 5-4-10 Mukodaicho)

- ① "Walking lesson by former Olympian" taught by Ikue Teshigawara, former olympic short track speed skater) Number of participants: 80 in order of sign up. What to bring: drink, towel, athletic wear. Sign up: by Mar.15 (Fri) by email or phone to register address, name, age and phone number.
- ② Measurement and advisory: of body composition and physical strength of toes. ※Prior sign up not required.

Inquiry: Greenery and Parks Subsection ☎ 042-438-4045
✉ kouen@city.nishitokyo.lg.jp



西東京市休日診療所
休日(土・日・祝)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時~12時、午後1時~4時・5時~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)

워킹교실 전 올림픽선수가 가르칩니다
워킹의 즐거움이랑 바른 걸음걸이 등 도움이 되는 강연과 실기를 가르칩니다.

참가자와 함께「みどりの散策マップ&ウォーキングマップ」

「 녹색산책맵 & 워킹맵」의 코스的一部分을 걷습니다.

일시：3월 23일(토) ①오전 10시~오후 1시 15분

(접수 9시 30분부터) ②오전 11시부터~오후 2시

장소：종합체육관(무코우다이쵸 5-4-10)

- ① 전 올림픽대표(쇼트트랙스피드스케이팅 선수) 테시가와라이쿠에 씨에 의한 「올림픽선수에게 배우는 워킹교실」 정원:80명(신청순) 준비물:음료수·타올·운동가능한 옷. 신청:3월 15일(금)까지 메일·전화로 주소·성명·연령·전화번호를 문의처로
- ② 각종측정 & 측정결과와 상담. 내용:몸의성분 밸런스발가락의 힘 측정 ※당일, 직접회장에서 접수합니다.

문의：녹색공원과 ☎ 042-438-4045
✉ kouen@city.nishitokyo.lg.jp

散步教室 前奥林匹克代表来教

对于散步的快乐和正确的散步姿势等,前奥林匹克代表来演讲和实际技巧教学。另外,参加人跟她一起走「绿色散步地图&散步地图」路线的一部分。

时间：3月23日(周六) ①上午10点~下午1点15分

(受理9点半开始) ②上午11点~下午2点

地点：综合体育馆(向台町5-4-10)

- ① 由前奥林匹克代表 勅使川原 郁恵(短跑道速度滑冰选手)来教的「和前奥林匹克代表学习的散步教室」定员:80人(报名先后顺序)携带品:饮料·毛巾·便于运动的服装 报名:3月15日(周五)为截止通过邮件·电话给咨询地址·姓名·年龄·电话号码联络。
- ② 各种测定&测定结果后的咨询 内容:身体的成分平衡和脚趾力量的测定 ※当天可以在会场直接报名

咨询:绿色公园课 ☎ 042-438-4045
✉ kouen@city.nishitokyo.lg.jp



ニシドコシ 休日 진료所
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)

西東京市休息日診療所
休日照常进行诊疗,内科以外の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)