

にしとうきょうし じょうほう 西東京市 暮らしの 情報

こうほうにしとうきょうし ねん がついつ か ほっこう
(広報西東京から) 2021年 3月 5日 発行

はつこう にしとうきょうし といあわ ひんかしのこうか
発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 420-2817

せいさく にしとうきょうしだぶんかきょうせい
制作: 西東京市多文化共生センター

3月/Mar.



No.192

Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Mar.5.2021

Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC

Reference: Cultural Promotion Section Tel: 420-2817



あたらし ちやう き 新しい市長が決まりました

いけざわかしちやう ねんかんしちやう しごと
池澤隆史市長です。4年間市長の仕事を行います。

しちやう みな 市長から皆さまへ

しんがた かんせんしやう しみん みな
新型コロナウイルス感染症について、市民の皆さまの

いのちと健康を守るために市が仕事をします。

あんぜん せつしゆ じゆんぴ
「安全」なワクチンの接種の準備をします。

あんしん そうだんさき じゆんぴ
「安心」できる相談先を準備します。

ひつよう じやうほう あんてい だ
必要な情報を「安定」して出します。



にしとうきょうし じやうほう しやくしよ としよかん こうみんかん
西東京市暮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。

にしとうきょうし えいごばん ちゆうごくご
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) 2021년 3월 5일 발행

발행: 니시도쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 420-2817

제작: 니시도쿄시다문화공생센터

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

새로운 시장이 결정되었습니다.

이케자와 타카시 시장입니다. 4년동안 시장일을 합니다.

시장께서 여러분에게

신종 코로나바이러스 감염증에 대해, 시민 여러분의
생명과 건강을 지키기 위해 시가 일을 하겠습니다.

「안전」한 백신 접종 준비를 하겠습니다.

「안심」할 수 있는 상담처를 준비 하겠습니다.

필요한 정보를 「안정적으로」내 보내겠습니다.

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



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.

西東京市生活信息

(选自西东京市报) 2021年3月5日发行

发行: 西东京市 咨询: 文化振兴课 Tel: 420-2817

制作: 西东京市多文化共生中心

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

西東京市新市長決定了

池澤隆史当选为市长。任期4年。

从市长向市民各位表明

为了保护市民的生命和身心健康,市役所要针对新冠病毒
进行工作。准备安全的疫苗接种工作。准备能安心咨
询的窗口。安定地发表必要的信息。

西东京市生活信息 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(月)~4月9日(金)は
市民課窓口が混雑します



Longer Waiting Time expected at the Window of Citizen's Registration and Affairs Section Mar. 15 Mon.~Apr. 9 Fri.

It is the season when more people move from one city to another and apply for or renew "My Card".
□Congestion peak: Fri. 26, Sat. 27, Mon. 29, Tue. 30, Wed. 31 March, and Thu. 1 April.

引越しが多くなることや、マイナンバーカードの交付・更新を行うため、窓口が混んで、待つ時間が長くなります。

□特に混雑する日: 3月26日(金)・27日(土)・29日(月)・30日(火)・31日(水)、4月1日(木)

□手続きの期間: 市外に引越しをする人は約2週間前から、市外から引越ししてくる人や、市内で引越しする人は引越しの後2週間以内に手続きをしてください。

※証明書の発行・住民票の移動・印章登録・マイナンバーカード更新手続き(交付は除く)は、出張所(平日のみ)や田无庁舎(第2・4土曜日)、防災・保谷保健福祉総合センター(第1・3・5土曜日)の市民課土曜日窓口も利用できます。

市民課の土曜日窓口 時間: 午前9時~午後0時30分
問合せ: 市民課・田无庁舎 ☎ 042-460-9820

防災・保谷保健福祉総合センター ☎ 042-438-4020

妊娠出産・子育てコンシェルジュ「いこいこ」で、
出産準備をすすめませんか?

妊娠中の過ごし方や赤ちゃんを迎える準備、出産後の子育てのことについて保健師や助産師とお話をしませんか?

プライバシーが守れるようなお部屋も用意しています。

テレビ電話を利用した通訳サービスがあります。

日本語が苦手の人もきてください。

とき: 平日午前9時~正午、午後1時~4時

ところ: 防災・保谷保健福祉総合センター4階

問合せ: 健康課 ☎ 042-438-4037

3월 15일(월)~4월 9일(금)은 시민과 창구가 혼잡합니다

이사하는 사람이 많아지는 것과 마이넘버카드의 교부·갱신이 이루어지기 때문에 창구가 붐벼서 기다리는 시간이 길어집니다.

□특히 혼잡한 날: 3월 26일(금)·27일(토)·29일(월)·30일(화)·31일(수)·4월 1일(목)

□수속기간: 시외로 이사하는 분은 약 2주일 전부터, 시외에서 시내로 이사 오는 분이나, 시내에서 이사하는 분은 이사한 뒤 2주일 이내에 수속을 해 주십시오.

* 증명서의 발행·주민표의 이동·인감등록·마이넘버카드 갱신수속(교부는 제외)은 출장소(평일 만)나 타나시 청사(제2·4 토요일), 방재·호야 보건복지종합센터(제1·3·5 토요일)의 시민과 토요일 창구도 이용할 수 있습니다.
시민과의 토요일 창구 시간: 오전 9시~오후 0시 30분
문의: 시민과·타나시 청사 ☎ 042-460-9820

방재·호야 보건복지종합센터 ☎ 042-438-4020

임신 출산·육아 지원「이코이코」로, 출산준비를 하지 않겠습니까?

임신 기간을 보내는 방법과 아기를 맞을 준비, 출산 후 육아에 대해 보건사나 조산사와 이야기를 하지 않겠습니까? 프라이버시를 지킬 수 있는 방도 준비되어 있습니다.

텔레비전 전화를 이용한 통역서비스가 있습니다.

일본어를 잘 못 하는 분도 와 주십시오.

때: 평일 오전 9시~정오, 오후 1시~4시

곳: 방재·호야 보건복지종합센터 4층

문의: 건강과 ☎ 042-438-4037



Prepare for Child Birth at "Iko-Iko", the Concierge for Pregnancy, Birth and Childrearing

Would you like to meet and talk with public health nurses and midwives about how to spend the days of pregnancy, preparation for birth, and childrearing?

There are also rooms to hold the meeting in privacy. Translation service via videophone is available. Non Japanese speakers are welcome.

When: Weekdays, 9:00 am~12:00 and 1:00 pm~4:00 pm

Where: Disaster Management Center & Hoya General Welfare Center 4th floor

Inquiry: Health Section ☎ 042-438-4037

从 3月15日(周一)到 4月9日(周五)
市役所の窓口的等待时间会长

由于搬家的人会增多和交付·更新个人编号卡, 市役所的窗口会很拥挤, 等待的时间增长。

□特别拥挤日: 3月26日(周五), 3月27日(周六), 3月29日(周一), 3月30日(周二), 3月31日(周三), 4月1日(周四)

□搬家手续期间: 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。

※证明书的发行, 住民票的移动, 印章登录, 个人编号卡的更新(除交付)可以在各出張所(只平日), 田无厅舍(第二、四周的周六), 防灾·保谷保健福利综合中心(第一、三、五周的周六)市民课的周六窗口可以办理。

市民课的周六窗口 时间: 上午9点~下午0点30分

咨询: 市民课 田无厅舍 ☎ 042-460-9820

防灾·保谷保健福利综合中心 ☎ 042-438-4020

利用怀孕分娩·育儿的专职服务
「IkoIko(いこいこ)」, 推荐给准备分娩的

关于安心度过怀孕期, 做好迎接宝宝的准备, 分娩后抚养孩子等, 跟保健士和助产士聊一聊吧? 你不但可以利用能保护隐私的单间, 也可以利用视频电话的翻译服务。不擅长于日语的人也欢迎。

时间: 平日上午9点~中午, 下午1点~4点

地点: 防灾·保谷保健福祉综合中心4楼

咨询: 健康课 ☎ 042-438-4037

災害への備えは大丈夫ですか？

3.11 東日本大震災から、もうすぐ 10 年になります。また、ここ数年、大きな地震が多く起きています。東京でも大きな地震が起きることが心配されています。災害が起きた時には、一人一人が自分は自分で守ることと周りの人と助け合うことが大切です。日ごろから災害への備えをしておきましょう。

- ・家族と日ごろから避難場所を確かめ、連絡方法について話し合しましょう。
- ・家具が倒れないための器具をつけて、家具を安全なところに置きましょう。
- ・災害が起きた時に家で過ごすために必要な水や食べ物や日用品、また急なけがや病気のための薬なども準備しましょう。
- ・日ごろから近所の人とコミュニケーションを取りましょう。
- ・避難訓練に参加して防災について学びましょう。



◆西東京市では、災害が起きた時にいくつかの方法で情報を得ることができます。

- 市内 75 カ所のスピーカーから災害や避難についての情報を放送します。
 - 安全・安心いーなメール 登録したメールアドレスに地震情報や避難情報などを送ります。
 - いこいーな西東京ナビ (スマートフォン向けアプリ) 避難場所や AED が置いてある場所がわかります。
 - 市 HP・Twitter・Facebook 新しい情報が見られます。
 - FM 西東京 (84.2MHz)・J:COM 西東京市の災害の様子を知らせます。
- 問合せ：危機管理課 ☎ 042-438-4010



재해 대비는 괜찮습니까?

3.11 동일본 대지진으로부터 곧 10 년이 됩니다. 또한 요즘 몇 년 동안 큰 지진이 많이 발생하고 있습니다. 도쿄에서도 큰 지진이 일어날 수 있다는 걱정이 있습니다. 재해가 일어났을 때에는, 한사람 한사람이 자기 자신을 스스로 지킬 것과 주위 사람과 서로 돕는 것이 중요합니다. 평소부터 재해에 대한 대비를 해 둡시다.

- ・가족과 평소부터 피난 장소를 확인하고, 연락 방법에 대해 토론합시다.
 - ・가구가 넘어지지 않게 하는 기구를 달고, 가구를 안전한 곳에 둡시다.
 - ・재해가 일어났을 때 집에서 보내기 위해 필요한 물과 음식과 일용품, 또한 갑작스러운 부상이나 질병용 의약품 등도 준비합시다.
 - ・평소부터 이웃과 커뮤니케이션을 취합시다.
 - ・대피 훈련에 참가하여 방재에 대해 배웁시다.
- ◆니시도쿄시에서는 재해가 일어났을 때 몇 가지 방법으로 정보를 얻을 수 있습니다.



- 시내 75 개소의 스피커에서 재해 및 피난에 관한 정보를 방송합니다.
 - 안전·안심 이-나메일 등록한 메일 주소로 지진 정보와 피난 정보 등을 보냅니다.
 - 이코이-나 니시도쿄 네비 (스마트 폰 앱) 피난 장소나 AED 가 놓여있는 위치를 알 수 있습니다.
 - 시 HP・Twitter・Facebook 새로운 정보를 보실 수 있습니다.
 - FM 니시도쿄 (84.2MHz)・J:COM 니시도쿄시 재해의 상황을 알립니다.
- 문의：위기 관리과 ☎ 042-438-4010



Are you prepared for Natural Disasters?

It is almost ten years since the East Japan Great Earthquake Disaster 3.11 happened in 2011. In recent years big earthquakes have happened, and there are worries that Tokyo may have one too. At times of disasters, it is important that each of us helps him/herself and that people help each other. Let's get prepared for such occurrences.

- ・ Make sure that you and your family members know the place of emergency evacuation and the way to contact each other.
- ・ Place your furniture in safe places of the house and take necessary measures to prevent falling over.
- ・ Keep an emergency supply of water, food and daily goods necessary for staying home in case of disasters as well as medicine for illness and injuries.
- ・ Keep in touch with your neighbors on a daily basis.
- ・ Participate in evacuation drill activities and learn about disaster prevention.

◆ In Nishitokyo, there are different ways to obtain information on disasters.

- There are 75 PAs (public address speakers) installed in the city which will announce the occurrence of disasters and evacuation instructions.
 - Anzen Anshin iina Mail is the system to send information on earthquakes and evacuation instructions to the registered email address.
 - Ikoina Nishitokyo Navi is the smartphone application which indicates the places for evacuation and where AEDs (Automated External Defibrillators) are available.
 - HP, Twitter and Facebook of the city provides the latest information on disasters.
 - FM Tokyo (84.2 MH) and J:COM provide information on disasters on the radio.
- Inquiry: Crisis Control Section ☎ 042-438-4010

各位，防灾预备好了吗？

从东日本大地震 3.11 起至今 10 年了。这几年，发生了很多较大的地震。担心将来东京也会遇到巨大地震。遇到灾害的时候，最重要是每个人应该自我保护并且与周围的人互相帮助。平时做好防灾的预备工作吧。

- ・请平时跟家人确认好避难场所和商量好联络方法。
- ・为了防止家具倒请安装防倒用具，并且把家具放在安全的地方。
- ・为了灾害发生时在家里能够继续生活，请预备水，食物，日用品，还有受伤和生病时用的药等。
- ・请平时跟邻居们好好交流。
- ・请参加避难训练来学好有关防灾的知识。



◆在西东京市内，灾害发生时你有几个方法来能得到有关信息。比如，

- 通过市内 75 所的扬声器播放有关灾害和避难的信息。
- 安全·安心いーなメール 只要登记，你能自动地收到有关地震信息和避难信息。
- 이코이-나 西东京指南 (专用手机的 APP) 你可以知道避难场所和设置 AED 的地方。
- 市役所的 HP・Twitter・Facebook 你可以看到新消息。
- FM 市东京 (84.2MHz)・J:COM 让你知道灾害情况。

咨询处：危机管理室 ☎ 042-438-4010

新型コロナワクチン接種(注射をします)について

のお知らせ

市では新型コロナワクチン接種の準備を進めています。

○接種を始めるとき：まだ決まっていません

○接種の回数：予定のワクチンは2回です。

○接種のやり方：国が決めたとおりに行ないます。

① 病院で働いている人

② 高齢者(1957年4月1日までに生まれた人)

③ 高齢者でなくて病気のある人

④ 高齢者施設などで働いている人

⑤ 60歳~64歳の人 ⑥ それ以外の人

○接種する場所：市内の病院や決まった場所

○クーポン券(接種券)送るとき：市から住民の皆さんへこれから送ります。※65歳以上の人から送る予定です。(3月のおわりから始めます。)

○接種費用：無料です ○接種したい人ができます。

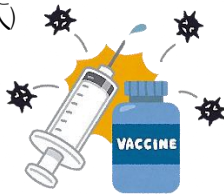
市の新型コロナワクチン接種の問合せダイヤル

☎ 03-5369-3904(有料) とし：3月1日(月)から

午前8時30分~午後7時

※(日)・(祝)・(休)は休みです。

新型コロナワクチン接種の問合せHP QR



Vaccination against Covid-19

Nishitokyo city is preparing to administer the vaccine against Covid-19.

○When to start vaccination: not yet fixed.

○Number of times of vaccination: expectedly twice.

○Procedures: as stipulated by the Japanese Government.

① People who work in hospitals.

② Aged people (born on or before Apr. 1, 1957)

③ People not aged but has underlying diseases.

④ People who are working in facilities of nursing care for the aged and others.

⑤ People aged between 60 and 64.

⑥ All other people.

○Where: Hospitals in the city or other installations.

○Coupons for vaccination: the City Office will send them to the citizens. ※The coupons will be first sent to citizens aged 65 and older (scheduled to be sent from the end of March onwards).

○Cost of vaccination: free. ○The vaccination is for the people who wish to get it and is not mandatory.

Further information on the vaccination is available at the inquiry dial ☎ 03-5369-3904 (paid call) as from Mon. 1 Mar. 8:30 am ~ 7:00 pm.

※ Not available on Sunday and national and other holidays.

HP for inquiry on vaccination against Covid-19 QR



西東京市休日診療所

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)

接种新冠病毒疫苗(打针)的通知

市役所现在进行接种新冠病毒疫苗的准备。

○开始接种的时期还没决定。

○打疫苗的回数预定每个人两次。

○按照国家设定的方法来进行接种。

① 在医院工作的人

② 老年人(出生于1957年4月1日之前的人)

③ 不是年高但是有病的人

④ 在养老园等设施工作的人

⑤ 60岁到64岁的人

⑥ 以上情况以外的人

○接种的地方:在市内的医院或指定的场所

○送联票(接种券)的时期:市役所要联票向市民送过去。

※预定先要送到65岁以上的人。(三月底开始。)

○接种费用: 免费

○是否接种是自愿的

有关市进行的新冠病毒接种的咨询 ☎ 03-5369-3904(收费)

时间: 3月1日(周一)开始, 上午8点半到下午7点

※(周日)(节日)(休日)休息。

新冠病毒接种的咨询HP, QR



신중 코로나 백신 접종(주사를 놓습니다)에 관한 알림

시에서는 신중 코로나 백신 접종을 준비하고 있습니다.

○접종을 시작할 시기: 아직 정해져 있지 않습니다

○접종 횟수: 예정의 백신은 2회입니다.

○접종 방법: 국가가 정한대로 합니다.

① 병원에서 일하고 있는 사람

② 고령자(1957년 4월 1일까지 태어난 사람)

③ 고령자는 아니지만 질병이 있는 사람

④ 고령자 시설 등에서 일하고 있는 사람

⑤ 60세 ~ 64세의 사람 ⑥ 그외의 사람

○접종 장소: 시내의 병원과 정해진 장소

○쿠폰(접종권) 보낼 시기: 시에서 주민 여러분에게 앞으로

보냅니다. ※ 65세 이상의 사람부터 보낼 예정입니다.

(3월 말부터 시작합니다.) ○접종 비용: 무료입니다

○접종하고 싶은 사람이 할 수 있습니다. 시의 신형 코로나 백신 접종 문의 전화

☎ 03-5369-3904(유료) 때: 3월 1일(월)부터 오전 8시 30분 ~ 오후 7시

※(일)·(축일)·(휴일)은 쉽니다.

신중 코로나 백신 접종 문의 HP QR



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)

西東京市休息日診療所

休息日照常进行诊疗,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)