



やさしさとふれあいの西東京に暮らし まちを楽しむ



西東京

主な内容

- ひとり親家庭等医療費助成制度... 2
- 11月23日(祝) 各種サービス停止... 3
- 胃がん検診 3期募集... 4
- おいしさいっぱい! スタンプラリー... 6
- 下野谷遺跡 国史跡指定記念シンポジウム...10

No.370
平成27年(2015)
11/15

市役所代表番号 042-464-1311
発行/西東京市
編集/企画部秘書広報課 〒188-8666 東京都西東京市南町5-6-13
配布/シルバー人材センター 042-425-6611

詳細はホームページで [西東京市Web](http://www.city.nishitokyo.lg.jp/) 検索
市ホームページ <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>
携帯電話から <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/mobile/>



みんなが生きやすいまちへ

障害者週間

12月3日(木)～9日(水)

皆さんに障害者問題について知ってもらい、考えてもらうための期間です。
障害は、事故や病気などによって誰にも生じ得ます。その種類も多種多様で、外見からは分からないものや理解しづらいものもあります。
障害による不自由さはあっても、周囲の理解や配慮があればできることも少なくありません。
障害への理解を深めるために、各種講座・イベントを開催しますので、ぜひご参加ください。
◆障害福祉課(☎042-438-4033・FAX042-423-4321)



行ってみよう! 西東京市障害者団体の紹介 & 手作り品の販売

時 12月4日(金)午前11時～午後4時
場 アスタビル2階センターコート

内 市内障害者団体の活動内容や作品展示、障害者福祉施設・学校に通う方たちの手作り品の販売

□主な出品 お菓子(クッキー・パウンドケーキ・パン)・つまようじ入れ・マグネット・陶器・紙すきはがき・しぼり染めタオル・布ぞうりストラップ・朝採り野菜など



新鮮な朝採り野菜



かわいい布ぞうりストラップ



溶岩窯の遠赤外線で作ったパン



昨年の様子



陶器のストラップ

講演会 地域で共に生きる

～障害者差別解消法を学ぼう～

時 12月9日(水)午前10時30分～正午
場 保谷こもれびホール

定 250人(申込順)

申 11月30日(月)までに、電話・ファクスで、住所・氏名・電話番号・質問事項を添えて、障害福祉課へ



講師：綿 祐二さん(日本福祉大学教授)

障害者差別解消法は、誰もが「障害を理由とする差別の解消の推進」に努めることを定めた法律で、平成28年4月に施行されます。

毎年大好評の綿祐二さんが分かりやすく解説します。 ※手話通訳あり

平成26年の講演会の感想

障害者の家族だけでなく、たくさんの人に聞いてもらいたい。

感動しました、素晴らしかった!

具体的で分かりやすかった。

涙が出ました、また聞きたいです。子どもとの将来を、真剣に考えることができました。

市では日頃から次のような障害者支援を行っています

障害者サポーター養成講座

障害者サポーターになって支援の輪を広げませんか?

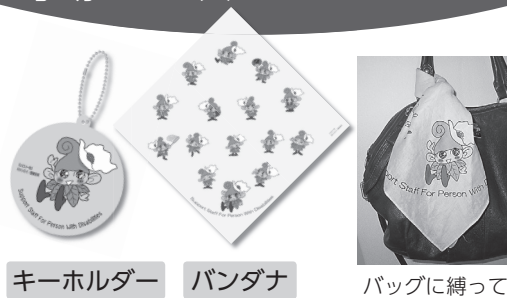
ヘルプカード・ヘルプマークについて説明します。皆さんのちょっとした手助けが、誰かの安心につながることを知ってください。

時 11月28日(土)午後2時(45分程度)

場 障害者総合支援センター フレンドリー

申 前日までに、電話・ファクスで、氏名・電話番号を添えて ☎へ(空きがあれば当日参加も可)
※参加者にはサポーターの証しであるサポートバンダナとキーホルダーを差し上げます。
☎ 社会福祉法人さくらの園・カノン(☎042-452-7062・FAX042-452-3782)

手助けする人(障害者サポーター)



キーホルダー

バンダナ

バッグに縛って

手助けが必要な人(障害のある人)



ヘルプカード

首から下げて

障害者の味方 ヘルプマーク



保谷庁舎第1駐車場



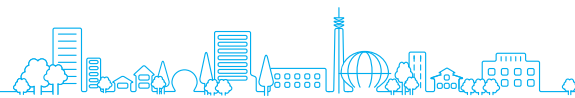
はなバス車内

ヘルプマークとは

外見からは障害があることが分かりにくい方たちが周囲からの配慮や援助を受けやすくするために東京都が作成したマークです。

ヘルプマークの普及に向けた市の取り組み

- ヘルプマークが記載された「ヘルプカード」の配布(障害福祉課窓口にて)
- コミュニティバス「はなバス」車内でのステッカー掲示
- 市役所駐車場でのマーク所有者のための駐車スペース確保など



市からの連絡帳

税・年金

償却資産申告書の送付

事業用資産を所有している方に、毎年1月1日(賦課期日)現在所有している資産について申告をお願いしています。

事業用資産を所有している方で、申告書が届かない場合は、下記へご連絡ください。

年金受給者の「扶養親族等申告書」は期限までにご提出を

「扶養親族等申告書」が、11月上旬に日本年金機構から下記の対象者へ送付されています。

対①65歳未満の方：年金額108万円以上 ②65歳以上の方：年金額158万円以上

※障害年金・遺族年金は非課税のため対象外

※老齢年金(老齢福祉年金を除く)は、年金額が一定額以上の場合、所得税および復興特別所得税が引かれます。

問 武蔵野年金事務所(☎0422-56-1411) ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)

◆保険年金課(☎042-460-9825)

福祉

介護給付費通知を送送

介護保険制度への理解を深めていただくとともに、介護保険事業を健全に運営するため、介護保険のサービスを利用している方へ、介護給付費通知として介護サービスの利用実績をお知らせします。

□発送時期 11月下旬 対 9月に介護または介護予防サービスを利用した方 ◆高齢者支援課保(☎042-438-4030)

文化・スポーツ

平成28年度スポーツ施設利用の事前申請

市内で活動するスポーツ団体などが主催する広く市民を対象としたスポーツ大会などで利用する施設の事前申請を受け付けます。

□受付期間 12月9日(水)～25日(金) ※先着順ではありません。

□提出書類 ①事前申請願 ②事業の要項 ③事業の収支見積書(参加料を徴収する場合のみ) ④団体の平成27年度事業報告書(申請時の予定で可)

□利用決定 受付締切後、2週間～1カ月程度かかります。

問 スポーツセンター(☎042-425-0505) ◆スポーツ振興課保(☎042-438-4081)

平成28年度「きらっと」文化活動団体対象の事前調整会議

平成28年度に南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」で、展示会などで連続利用を行う文化活動団体を対象に、事前調整会議を行います。

時 11月25日(水)午後6時30分 場 きらっと 問 スポーツセンター(☎042-425-0505) ◆スポーツ振興課保(☎042-438-4081)

子育て

一時保育利用登録更新

平成28年度以降も一時保育の継続を希望する方は、更新手続きが必要です。

□受付期間 平成28年1月4日(月)～22日(金) □手続きが必要な方 11月30日までに登録した方(12月1日以降に登録する方は手続き不要)

□提出書類 ①一時保育利用登録申請書 ②児童連絡票 ③食事アンケート ④食物アレルギーについての意見書(食物アレルギーのある児童のみ)

□配布・提出場所 一時保育実施園または保育課(田無庁舎1階)

※申請書は市HPからもダウンロード可 ※既に登録している方へ、事前にお知らせは送付しません。

◆保育課(☎042-460-9842)

事業者募集

中町分庁舎自動販売機設置業者

飲料(缶・ペットボトル等)の自動販売機1機の設置業者を募集します。

申 11月19日(水)～12月10日(水) ※詳細は、市HPをご覧ください。 ◆健康課保(☎042-438-4021)

市議会定例会

第4回市議会定例会は11月30日(月)から開催されます。

本会議・委員会は、傍聴できます。日程などは決まり次第、市議会HPに掲載しますのでご覧ください。

◆議会事務局(☎042-460-9861)

傍聴 教育委員会

時 11月17日(水)午後2時 場 保谷庁舎4階 内・定 行政報告ほか・10人 ◆教育企画課保(☎042-438-4070)

傍聴 審議会など

■地域密着型サービス等運営委員会

時 11月17日(水)午後7時～9時 場 保谷庁舎4階 内・定 公募の結果ほか・5人 ◆高齢者支援課保(☎042-438-4030)

■都市計画審議会

時 11月20日(金)午前9時 場 田無庁舎3階 内・定 西東京都市計画生産緑地地区の変更・10人 ◆都市計画課保(☎042-438-4050)

■ひばりが丘中学校建替協議会

時 11月24日(水)午後2時 場 エコプラザ西東京 内・定 基本設計案ほか・10人 ◆教育企画課保(☎042-438-4070)

■学校給食運営審議会

時 11月27日(金)午後2時30分 場 防災センター 内・定会長・副会長の選任ほか・5人 ◆学校運営課保(☎042-438-4073)

ひとり親家庭等医療費助成制度

この制度は、18歳になる年度末(3月31日)までの児童および20歳未満の障害のある児童がいるひとり親家庭やそれに準ずる家庭に対して、保険診療で掛かった医療費の自己負担分を助成する制度です。

受給者として認定された方には、医療証を交付します。

◆新規申請

対 次のいずれかに該当する児童を扶養(監護かつ生計維持)する父・母・養育者

- 父母が離婚した児童
●婚姻によらず出生し父の扶養を受けない児童
●父または母に1年以上遺棄されている児童
●父または母が、死亡・重度障害・1年以上の拘禁・生死不明である児童
●父または母が、DVIによる裁判所からの保護命令を受けている児童

□提出書類 ①申請書 ②健康保険証の写し ③戸籍謄本 ④市内へ転入した方は、「課税・非課税証明書」(所得額・扶養人数・各種控除額・課税状況などが記載されているもの。必要年度はお問い合わせください) ⑤「身体障害者手帳」または「愛の手帳」(お持ちの方のみ) ⑥印鑑

※児童扶養手当または育成手当の現況時に③～⑤の書類を提出済みの方は、今回の提出を省略できます。

- 提出先 子育て支援課(田無庁舎1階)
□助成対象外 次のいずれかに該当する方
●医療保険に未加入
●申請者または扶養義務者の所得(養育費含)が限度額以上(下表参照)
●生活保護を受給
●医療費の自己負担分のない施設に入所している

□所得制限限度額

Table with 3 columns: 扶養人数, 本人, 扶養義務者・配偶者・孤児の養育者. Rows for 0, 1, 2, 3, 4 people.

所得制限限度額への加算

Table with 3 columns: 加算項目, 本人, 扶養義務者・配偶者・孤児の養育者. Rows for 1 person increase, elderly care, etc.

※老人扶養のみの場合は2人目から

更新の方は現況届の提出を

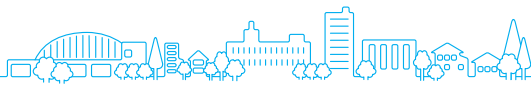
現在、ひとり親家庭等医療費助成制度を利用している方へ、10月下旬に「現況届」を送付しました。平成28年1月1日からの医療証の交付を受けるには、「現況届」による更新手続きが必要です。

◆子育て支援課(☎042-460-9840)

所得額からの控除

Table with 4 columns: 種別, 本人, 受給者(養育者)配偶者・扶養義務者. Rows for social insurance, disability, etc.

※所得とは、給与所得者は給与と所得控除後の金額、確定申告の方は収入額から必要経費を差し引いた額をいいます。 ※離婚などで養育費を受け取っている方は、受け取った養育費の8割を所得に加算します。



11月23日 各種サービス停止

市役所庁舎の電気設備点検に伴い、11月23日(祝)は終日、次のサービスが停止します。ご理解・ご協力をお願いします。

公共施設予約管理システム

利用できないサービス

- 全てのロビー端末
 - 有料施設の入金
 - メール配信サービス
- ※有料施設を利用する方は、11月22日(日)までに入金してください。
- ◆情報推進課(☎042-460-9806)
 - ◆住民票等自動交付機
- ☑田無庁舎、保谷庁舎、ひばりヶ丘駅前出張所、柳沢・芝久保・保谷駅前

公民館、東伏見ふれあいプラザにある全ての住民票等自動交付機

- ◆市民課(☎042-460-9820)
- 保(☎042-438-4020)

市HP

利用できないサービス

- アンケート
 - パブリックコメント(市民意見提出手続き)
 - 電子会議室
 - ◆秘書広報課(☎042-460-9804)
 - ◆図書館HP
- 全て閲覧できません。
- ◆中央図書館(☎042-465-0823)

パブリックコメント・市民説明会 市民の皆さんの意見をお寄せください

市の重要な政策を策定する際に、原案を公表して広く市民の皆さんから意見を求め、いただいた意見を考慮しながら政策を決定します。

◆企画政策課(☎042-460-9800)

事案名	(仮称)西東京市総合戦略(中間のまとめ)
策定趣旨	平成26年11月の「まち・ひと・しごと創生法」の成立を受け、現在、市が策定を進めている(仮称)西東京市総合戦略(中間のまとめ)について、市民説明会を開催するとともに、パブリックコメントを実施し、皆さんのご意見を募集します。
閲覧方法	11月27日(金)から、情報公開コーナー(両庁舎1階)・市HP
対象	市内在住・在勤・在学者、市内に事務所または事業所がある法人・団体
提出期間	11月27日(金)～12月28日(月)
提出方法	①持参(田無庁舎3階) ②郵送(〒188-8666市役所企画政策課) ③ファクス(☎042-463-9585) ④市HPから
市民説明会	時・場 ①11月27日(金)午後7時・イングリッドビル ②11月29日(日)午後2時・防災センター
検討結果の公表	平成28年2月(予定)

※匿名意見は受け付けませんので、意見提出の際は、住所・氏名を必ずご記入ください。
※ご意見には個別に回答しません。

無料市民相談

一般市民相談

場所	日時
市民相談室 田・保	月～金曜日 午前8時30分～午後5時

専門相談(予約制)

☐予約開始 11月17日(火)午前8時30分(★印は、11月4日から受付中)

☐予約方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話
※予約開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。

☑田無庁舎2階市民相談室(☎042-460-9805)
保谷庁舎1階市民相談室(☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	11月24日(火)・25日(水)、12月3日(木)・4日(金) 午前9時～正午 ※12月3日(木)は人権・身の上相談を兼ねる
	保	11月26日(木)は午前9時～正午で、人権・身の上相談を兼ねる 11月24日(火)、12月1日(火)・2日(水)・8日(火) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	★12月3日(木)
	保	★11月26日(木)
税務相談	田	11月27日(金)
	保	12月4日(金)
不動産相談	田	12月3日(木)
	保	12月10日(木)
登記相談	田	12月10日(木)
	保	12月17日(木)
表示登記相談	田	12月10日(木)
	保	12月17日(木)
交通事故相談	田	12月9日(水)
	保	★11月25日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	12月7日(月)
行政相談	田	12月18日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	★12月2日(水)

お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

商工会創業塾

創業に必要な基礎知識から成功するための実践的なノウハウまで、楽しくスムーズに学べます。

時 平成28年1月24日(日)・30日(土)、2月7日(日)・14日(日)・28日(日)午前9時30分～午後4時30分(全5回)

場 東村山市市民センター(東村山市本町1-1-1)

対・定 創業に興味がある方、独立開業を考えている方・50人(申込順)

料 5,000円(テキスト代込み)

申・問 東京都商工会連合会地域振興課(☎042-500-1421)

東村山税務署による説明会

白色記帳説明会

時 11月25日(水)・26日(木)午前10時～正午・午後2時～4時

場 東村山青色申告会会館(東村山市本町3-8-16) ※駐車場なし

内 平成26年1月からの白色申告者の記帳義務拡大により、記帳が必要となる方への記帳方法等

対 白色申告をしている方で、事業所得や不動産所得のある方

青色および白色申告決算説明会

時 12月3日(木)午前10時～正午(白色申告)・午後1時30分～4時(青色申告)

場 防災センター

内 「決算の仕方」を中心とした「確定申告に当たっての留意事項および青色申告決算書・収支内訳書の作成要領」や「消費税などの概要」

対 事業所得や不動産所得のある方

問 東村山税務署個人指導担当(☎042-394-6811内線412 ※音声案内に従い「2」を選択)

シニア対象パソコン教室(12月)

①パソコン入門講座(全4回)

時 4・11・18・25日(金)の午前

②ワード中級講座(全4回)

時 1・8・15・22日(火)の午前

③エクセル中級講座(全4回)

時 1・8・15・22日(火)の午後

④パソコンの楽しい活用講座(月4回)

時 4・11・18・25日(金)の午後

⑤年賀ハガキ教室(①本文 ②宛名)

時 3日(木)①午前 ②午後

共通事項

時 午前：9時30分～正午

午後：1時30分～4時

場 シルバー人材センター東伏見教室

対 ①以外は文字入力のできる方

定 各10人(申込多数の場合は抽選)

料 ①～③6,000円、④⑤各回1,500円

申 ①⑤は11月24日(火)、②③は11月20日(金)までに、往復はがきに講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し問へ
※④⑤の詳細は、資料をご請求ください。

問 西東京市シルバー人材センター(〒202-0013中町1-6-8・☎042-425-6611)

ボランティア活動をはじめめるための説明会・施設見学(全3回)

ボランティア活動を始めるためのきっかけとして、参加してみませんか。

①ボランティア説明会

時・場 11月26日(木)午前10時30分～正午・田無総合福祉センター

②高齢者施設の見学(いずれか1カ所)

時・場 12月1日(火)午前10時30分～正午・福寿園

12月2日(水)午後1時30分～3時・健光園
12月3日(木)正午～午後1時30分・デイサービスいずみ

12月4日(金)午後1時30分～3時・サンメール尚和

③懇談会

時・場 12月10日(木)午前10時30分～正午・田無総合福祉センター

定 20人(申込順)

申 11月24日(火)までに、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・電話番号・②の希望日を添えて問へ

問 西東京ボランティア・市民活動センター(☎042-466-3070・FAX 042-466-3555・✉info@nishitokyo-vol.jp)

講演会 隠さないで生きたい!

時 11月21日(土)午後1時30分(1時開場)

場 障害者総合支援センターフレンドリー

※当日、直接会場へ

問 西東京市精神障害者家族会「小鳩会」(☎042-461-3398)

クリスマスコンサート(ビッグバンド)

時 12月4日(金)午後6時30分(6時開場)

場 薫風会 山田病院(南町3-4-10)

※当日、直接会場へ

問 地域活動支援センターハーモニー(☎042-452-2773)

市民公開講座

時 11月28日(土)午後2時～3時

内 「夜 何回もオシッコで起きていませんか?～夜間頻尿のはなし～」

定 60人(先着順) ※当日、直接会場へ

場・問 西東京中央総合病院(芝久保町2-4-19・☎042-464-1511)

田無病院まつり、始動! ～知って、見て、食べて、体験する～

時 11月15日(日)午前9時～午後3時30分

内 講演会・車いす体験・健康測定・バザー・スタンプラリー・露店等

場・問 田無病院(緑町3-6-1・☎042-461-2682)

11月25日

防災行政無線などによる全国一斉情報伝達訓練

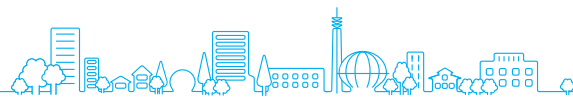
災害時などに、国から全国瞬時警報システム(Jアラート)により送られてくる緊急情報を、確実に皆さんへ伝えるための情報伝達訓練を実施します。本訓練では、市内に設置された防災

行政無線から「これは、試験放送です。」という音声を4回放送します。また、「安全・安心いーなメール(防災情報)」で、本訓練の案内を配信予定です。

時 11月25日(水)午前11時ごろ

※災害と間違えないようお願いいたします。※Jアラートの詳細は、市HPをご覧ください。

◆危機管理室(☎042-438-4010)



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】〒202-8555 市役所健康課

A はがき・Eメール

「ファミリー学級」申し込み
 ①参加希望コース
 ②夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日
 ③住所
 ④電話番号
 ⑤出産予定日・病院名
 ⑥病院などの母親学級受講(予定)の有無
 ⑦1/17の参加予定日 (例)両日、2日目のみ

B はがき

「胃がん検診」申し込み
 ①氏名(ふりがな) ②性別 ③住所
 ④生年月日 ⑤電話番号
 ⑥検診日について ※
 ア いつでもよい
 イ 会場のみ指定(田無・保谷)
 ウ 希望日あり
 ⑦糖尿病による治療の有無 ※

※⑥⑦は該当する項目を記入してください(「ウ 希望日あり」の方は、3日まで記入してください。ただしご希望に沿えないこともあります)。

一般	◆健康課保(☎042-438-4037)		
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	11月30日(月)午後1時30分～3時/ 保谷保健福祉総合センター	糖尿病の予防または境界域で食事療法をこれから始める方および家族/10人(申込順)	前日までに電話予約
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【下肢の筋力・バランス能力の向上に効果がある健康体操】 ※初めての方にお勧めです。	11月27日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住で立位がとれる方/ 20人(申込順)	前日までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	12月7日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター 12月16日(水)午前9時～11時15分/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/各日3人(申込順)	12月3日(木)までに電話予約 12月11日(金)までに電話予約
サンテカレッジ 栄養ミニ講座 「悪玉コレステロールを下げる7つのコツ」	12月16日(水)午前11時20分～午後0時20分/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/10人程度(申込順)	12月11日(金)までに電話予約
サンテカレッジ 運動講座「運動習慣のための基礎3日間」 「しなやかストレッチ講座」	12月14日(月)、平成28年2月8日(月)午後1時30分～3時30分/保谷保健福祉総合センター ※3日間コースの2回目から	市内在住の方/20人程度(申込多数の場合は抽選)	12月7日(月)までに電話予約
ボディケア講座～肩こり予防～ 【理学療法士による、肩こり予防に関する話と自宅でできる体操】	12月2日(水)午後1時～2時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/15人(申込順)	前日までに電話予約
リハビリ窓口相談 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	12月2日(水)午後2時15分～3時15分・ 12月17日(水)午前11時15分～午後0時15分/ 保谷保健福祉総合センター	リハビリに関する相談を希望する方および関係者/ 各日2人程度(申込順)	前日までに電話予約
ファミリー学級2日間コース ～初めて父親・母親になる方のための教室～ 【妊娠中の生活と健康、赤ちゃんのいる生活、父親の役割・育児参加方法など】	第12コース ：12月4日(金)・19日(土) 午前9時30分～午後0時45分/ 保谷保健福祉総合センター 第13コース ：平成28年1月8日(金)・23日(土) 午前9時30分～午後0時45分/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の初めて父親・母親になる方(妊婦のみの参加も可)/ 各22組(申込多数の場合は抽選) ◇対象出産予定日の目安 第12コース ： 平成28年3月7日～4月24日 第13コース ： 平成28年4月11日～5月15日	はがきまたはEメール(記入例参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効) 第12コース ：11月20日(金)まで 第13コース ：12月14日(月)～23日(水)

子ども ◆健康課保(☎042-438-4037) ☎…申込不要・当日、直接会場へ ※転入などの方は事前にご連絡ください。

3～4カ月児健康診査

時 11月19日(木)、12月10日(木)・17日(木)

受付：午後0時10分～1時10分

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知

1歳児お誕生相談会

時 11月16日(月)、12月7日(月)・21日(月)

受付：午前9時～10時

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(1歳3カ月までで希望する方はお問い合わせください)

2歳児すくすく相談会

時 11月24日(火)、12月1日(火)・15日(火)

受付：午前9時～10時

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(2歳6カ月までで希望する方はお問い合わせください)

3歳児健康診査

時 11月25日(水)、12月2日(水)・16日(水)

※指定された日時にお越しください。

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)

BCG予防接種

生後5カ月になる前のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。指定された日時にお越しください。

場 保谷保健福祉総合センター

対 生後1歳になる前日まで、まだBCG接種を受けていないお子さん

育児相談 当日

(身体計測と育児に関する相談)

時・場 11月26日(木)受付：午前9時30分～11時・田無総合福祉センター
12月14日(月)受付：午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター

対 乳幼児と保護者

子育て講座 当日

(離乳食と歯が生えてくる頃の話)

時・場 11月26日(木)・田無総合福祉センター
12月14日(月)・保谷保健福祉総合センター

1回目：午前10時～10時40分
2回目：午前10時50分～11時30分

対 7～8カ月ぐらいの乳児と保護者(各回先着15組)

1年に1回、胃がん検診を受けましょう 胃がん検診 3期募集

時・場

会場	男性	女性
保谷保健福祉総合センター	平成28年2月11日(祝)・19日(金)・24日(水)・25日(木)・27日(土)	平成28年2月11日(祝)・22日(月)・23日(火)・26日(金)・27日(土)
田無総合福祉センター	平成28年2月6日(土)・9日(火)・10日(水)・17日(水)・18日(木)	平成28年2月6日(土)・8日(月)・10日(水)・12日(金)・16日(火)・18日(木)

内 問診・エックス線検査(バリウム使用)
 ※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。
 ※授乳中の方は、母乳に混ざらない下剤をお渡しします。問診時に必ずお伝えください。
 対 平成28年3月31日時点で30歳以上の方(1・2期で受診した方を除く)

申 11月16日(月)～12月4日(金)(消印有効)に、①はがき(記入例参照) ②窓口(保谷保健福祉総合センター4階健康課・田無庁舎2階保険年金課) ③電子申請(市HP・上記QRコードから)で

◆健康課保(☎042-438-4021)

検診を受けられない方

- 自力で立ってられない、寝返りが打てないなど指示に従って動けない
- 病後・術後などで体調が悪い、胃腸の調子が悪い
- 1年以内に胸やおなかの手術をした
- 胃または十二指腸の切除術をした
- 腸閉塞を繰り返すまたは1年以内に起こした
- 腎臓病(透析含む)などで水分制限を受けている
- 1年以内に心臓の発作や脳血管疾患を発症した
- バリウムアレルギーがある
- 妊娠中または妊娠の可能性がある

当日、受けられない可能性がある方

- 便秘が3日以上続いている
- 血圧が高い(収縮期血圧180または拡張期血圧110mmHg以上)

申し込み前に主治医に相談が必要な方

※胃バリウム検査が適さないことがあります。

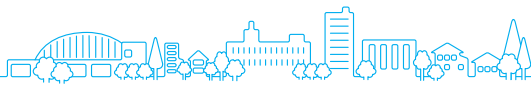
- 胃ポリープがある
- 腸閉塞を起こしたことがある
- 腹部に放射線治療をしたことがある
- 1年以内に何らかの手術をした

QRコード

休日診療 ※健康保険証、診察代をお持ちください。

医科(受診の際は、小児科など診療科目をお問い合わせのうえお出掛けください)

診療時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後5時	午前10時～正午 午後1時～4時 午後5時～9時
15日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 ☎0422-56-8130	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※歯科診療は行っていません。 ※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで
22日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	畑中医院 南町3-22-8 ☎042-461-3209	
23日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	田村医院 田無町7-3-17 ☎042-461-8441	
29日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	永田外科胃腸内科 南町4-12-6 ☎042-465-8530	
歯科(受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください)			
受付時間	午前10時～午後4時		
15日	城歯科クリニック 向台町1-20-9 ☎042-464-4008	23日	押見歯科診療室 谷戸町3-26-1 並木ビル2階 ☎042-421-6480
22日	野本歯科医院 柳沢6-9-1 ☎042-466-0133	29日	キンデンタルクリニック ひばりが丘北4-1-32 ピアッツァビル2階 ☎042-423-1470
22日	しげる歯科 向台町5-1-1 ☎042-467-1107	29日	たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055



11月20日は 世界COPD(慢性閉塞性肺疾患)デー

□見逃されやすい“COPD”

COPDは、慢性的に気道が閉塞し肺への空気の流れが悪くなる病気ですが、症状が日常生活にありふれたもののため見過ごされがちです。年齢が上がるほどCOPDの患者は増え、60歳以上が全体の約9割を占めています。

□ポイントは“早期発見”

悪化してしまった肺機能を元に戻すことはできませんが、早期発見・治療をすれば、進行を遅らせて重症化を防ぐことができます。

□COPDの症状

- 風邪でもないのに咳が続く
 - 体を動かした時に息切れしやすい
 - 呼吸をする時にゼイゼイ・ヒューヒューと音がする
 - タバコを長期間吸っている(または吸っていた)
 - 粘り気のある痰が長期間続く
- ※喫煙者でこれらの症状がいくつか当てはまる方は、呼吸器科の専門医にご相談ください。
- ◆健康課 係(☎042-438-4037)

架空請求詐欺にご注意を

架空請求詐欺が増加しています。被害者はだまされていたことに気付くまで、何度も大切な財産を搾り取られる傾向があり、中には1億円を超える被害も発生しています。

□主な詐欺の種類とだまし文句

- 名義貸し…「老人ホームに入居する権利が当たった。あなた名義で購入されているが入金事実がないので犯罪だ。」
- サイト利用…「有料サイト料金が未納だ。料金を支払わなければ民事訴訟を起こす。」
- 情報流出…「情報流出防止(セキュリティ)のためにお金が掛かる。」

□被害防止対策

- 知らない人からの電話・メールは相手にしない、自宅の電話を留守番電話に設定する。
 - 「現金を送れ」と言われたら、すぐに110番する。
 - 1人で悩まず家族や警察に相談する。
- ☎田無警察署(☎042-467-0110)
◆危機管理室 係(☎042-438-4010)

マイナンバー制度を装った不審な電話にご注意を 金銭被害が発生しています

マイナンバーの通知、個人番号カードの申請が開始されました。

これに関連し、国や都、市区町村を名乗り「マイナンバー制度の開始に伴い、個人情報を調査している」と言って、年齢・家族構成・資産状況などを尋ねられたという相談が寄せられています。

10月に70歳代の女性が現金数百万円をだまし取られた事案では、公的相談窓

口を名乗る者からの電話で偽のマイナンバーを告げられ、その後複数の登場人物から次々と電話があったとのこと。

国や都、市区町村の職員などが電話やメールで個人情報を聞いたり知らせたりすることはありません。このような電話がかかってきたときは、すぐに電話を切り消費者センターなどにご相談ください。

◆消費者センター 係(☎042-425-4040)

市内産農産物の放射能検査結果

東京都は、西東京市内産農産物について検査をした結果、全ての検体について検出限界値未満(ND)でした。

検査品目	採取日	検査結果【放射能濃度(Bq/kg)】		
		ヨウ素-131	セシウム-134	セシウム-137
キャベツ(露地栽培)	6月5日	測定せず	ND (<5)	ND (<5)
コマツナ(施設栽培)	9月25日	測定せず	ND (<6)	ND (<5)

※「ND」とは、検査機関の分析による検出限界値未満を示します。
※農林水産物の放射性セシウムの新基準値は、セシウム134とセシウム137の合計で、100Bq(ベクレル)/kg、放射性ヨウ素は半減期が短いため基準値の設定はありません。

◆産業振興課 係(☎042-438-4044)

市内の空間放射線量測定結果

(11月6日現在)

市では、市内における放射線の状況を把握するため、市内を2kmメッシュで区分し、小中学校・保育園・公園の5カ所と武蔵野大学内(協力)1カ所の合計6カ所で空間放射線量を測定しています。

区分	測定場所	町名	測定日	線量率(マイクロシーベルト/時)	
				地上1m	地表面(地上5cm)
北部	栄小学校	栄町	11月2日(月)	0.056	0.058
東部	なかまち保育園	中町	11月3日(祝)	祝日のため測定なし	
中央部	田無第二中学校	北原町	11月4日(火)	0.048	0.053
西部	田無第三中学校	西原町	11月5日(水)	0.045	0.051
南西部	田無市民公園	向台町	11月6日(金)	0.037	0.035
南部	武蔵野大学(協力)	新町	11月4日(火)	0.036	0.038

※最新の情報は市HPをご覧ください。 ◆環境保全課 係(☎042-438-4042)

シニアルーム

シニア世代向け情報
※市からの連絡帳コーナーもご覧ください。

シルバー月間 スポーツ施設が無料で利用できます

時 12月2日(水)～28日(月)
平日午前9時～午後3時入館
※午後3時以降と土・日曜日、祝日は有料
場 スポーツセンター・きらっと・総合体育館
内 ①温水プール・トレーニング室・ランニング走路の無料利用
②温水プール・フロア教室(下表参照)の無料参加
対 市内在住の65歳以上で運動可能な方
□教室申込 11月25日(水)までに、各館窓口または電話で☎へ(申込多数の場合は抽選)
□参加・利用方法 利用時に「平成27年度西東京市シルバーウイーク参加カード」を窓口へ提示してください。
※平成26年度用カードをお持ちの方は、カードと住所が分かるものをご持参くだ

さい。
※カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢の分かるもの)をご持参ください。
※平成27年度用カードは、随時作成可能
☎スポーツセンター
(☎042-425-0505)
◆スポーツ振興課 係
(☎042-438-4081)



	教室名	場所	日時	定員	
プール	① 水中筋力トレーニング	スポーツセンター(温水プール)	12月11日(金) 午後1時50分～2時50分	各25人	
	② 健康水中運動		22日(火) 午後0時50分～1時50分		
フロア	③ リフレッシュ体操	スポーツセンター	8日(火) 午前10時30分～11時30分	各20人	
	④ 筋力アップ体操		18日(金) 午後1時～2時		
	⑤ 転ばぬ先の健脳健骨体操	きらっと	2日(水)		午前10時30分～11時30分
	⑥ やさしいバランス体操		21日(月)		
	⑦ ボールを使った簡単体操	総合体育館	10日(水)		
	⑧ ウォーキング&簡単筋トレ		16日(火)		

認知症予防講座

目・脳・体いきいきトレーニング

目で見て、脳で判断し、体を動かす一連の流れを意識しながら、楽しく体操を行います。友人・仲間作りのためのグループワークも行います。

時 12月1日～平成28年3月15日の火曜日(12月29日、1月5日を除く全14回)
午後1時30分～3時(初回・最終回のみ3時30分まで)

場 下保谷福祉会館
内 ①適度な運動と知的活動の習慣づけ

を目指した、目・脳・体のトレーニング
②グループワーク形式のレクリエーション
対 市内在住の満65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方

定 30人(申込多数の場合は抽選)
申 11月24日(火)(消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、〒202-8555市役所高齢者支援課「認知症予防講座」係へ
◆高齢者支援課 係
(☎042-438-4029)

認知症サポーター養成講座

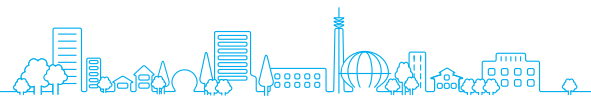
認知症になっても安心して暮らし続けるためには、地域での見守り、ちょっとした手助けが必要です。まずは、認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか。

時 12月5日(土)午後2時～3時30分(1時45分開場)
場 柳沢公民館

内 ①認知症について
②認知症サポーター100万人キャラバンについて
③認知症の方を地域で支えるためには
対 市内在住・在勤の方で、認知症サポーター養成講座を受講したことのない方

定 50人(申込順)
申 11月30日(月)までに、電話で下記へ
※参加者にはサポーターの証しであるオレンジリングを差し上げます。
※5人以上集まれば、市内で出張講座を行います。
◆高齢者支援課 係
(☎042-438-4029)





実施期間：11月15日(日)～平成28年2月29日(月)

市では西東京商工会と協力して、モノやサービスなど個店独自の逸品を確立し、入りたくなる店づくりへとつなげる一店逸品事業を展開中です。平成26年度認定商品提供店舗(スタンプラリー参加店舗)で、認定商品を含めた支払額が税込500円以上のお買い上げ1回ごとにスタンプを1個押印します。スタンプを集めて応募すると抽選で賞品をプレゼント。上位の賞に外れても、下位の賞に当たる可能性があります。この機会に一店逸品のお店を巡ってみませんか。※この紙面をスタンプ台紙として使用できます。同じ店舗を複数回利用するときは、別の台紙をご利用ください。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



- 賞品
特賞(2人): 1枚の台紙のスタンプ数が最も多い方
A賞(5人): スタンプ10個...同じくペアお食事券(6,000円相当)
B賞(10人): スタンプ5個...逸品詰め合わせセット(2,000円相当)
C賞(80人): スタンプ3個...多摩六都科学館ペア入館券(1,000円相当)
いっぴん待賞(5人): スタンプ台紙に表示された5つのグループから、1店舗ずつ以上(計5個以上)スタンプを集めた方の中からダブルチャンス...イベント応援隊長「いっぴん待」からのプレゼント

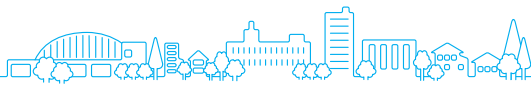
- 「西東京市のおいしいガイド! (平成26年度認定商品紹介冊子)」およびスタンプラリー台紙配布場所
産業振興課(保谷庁舎3階)・田無庁舎2階市民相談室・西東京商工会(田無・保谷事務所)・スタンプラリー参加店舗など
賞品応募方法
平成28年3月4日(金)までに、スタンプが押されたスタンプ台紙に必要事項を明記し、問またはスタンプラリー参加店舗へ持参
※詳細は、専用HP http://www.ittenippin.com/ をご覧ください。
問 西東京商工会(☎042-461-4573) ◆産業振興課(☎042-438-4041)

スタンプラリー応募

Form with fields for 氏名, 住所, TEL, 感想

Grid of 46 food items with photos, names, and addresses. Includes groups 1-5 and items like '特製カレー南蛮(うどん)', '自家製ソーセージ', 'オリジナルローストビーフ', etc.

上記の各店舗の番号は、紹介冊子「西東京市のおいしいガイド!」に掲載されている番号と対応しています。営業時間・定休日など詳細は、冊子でご確認ください。
※No.6の「ハンバーグ」はランチのみの提供 ※No.9の「甚六」は休業中のため対象外 ※No.35の「たまり漬け干納豆」は、販売店の倉喜屋ではスタンプ押印不可。上記商工会(平日午前9時～午後5時30分)で販売・スタンプ押印 ※No.42の「きんぴらごぼうかりん糖」は市内旭製菓各店舗でもスタンプを押印 ※No.45の「あんずどら焼」は柳沢南口店でもスタンプを押印



市職員の給与などをお知らせします

市職員の給与は、条例や規則によって定められています。その内容を紹介します。
◆職員課 ☎(042-460-9813)

(1) 人件費の状況(普通会計決算)

26年度	住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費比率(B/A)	(参考)25年度人件費比率
	198,357人	67,100,090千円	1,409,416千円	10,310,219千円	15.4%	15.8%

※人口は、平成27年3月31日現在の人数です。

(2) 職員給与費の状況(普通会計決算)

26年度	職員数(A)	給与費				1人当たり給与(B/A)
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
	923人	3,607,371千円	1,199,172千円	1,529,744千円	6,336,287千円	6,865千円

※職員手当には、退職手当は含みません。
※職員数は、平成26年4月1日現在の人数です。

(3) 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況 (平成27年4月1日現在)

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
西東京市	321,989円	448,492円	42.6歳	340,467円	411,031円	52.4歳
東京都	318,513円	454,886円	41.6歳	293,483円	397,232円	48.1歳

※「平均給料月額」とは、各職種ごとの職員の基本給の平均です。
※「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当・地域手当・住居手当・時間外勤務手当などの諸手当の額を合計したものです。

(4) 職員の初任給の状況 (平成27年4月1日現在)

区分	西東京市	東京都	国	
一般行政職	大学卒	181,200円	181,200円	総合職 181,200円 一般職 174,200円
	高校卒	143,000円	143,000円	142,100円

(5) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況 (平成27年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
一般行政職	大学卒	252,767円	305,950円	358,558円
	高校卒	212,333円	257,500円	314,467円

※経験年数とは、卒業後直ちに採用され、引き続き勤務している場合の採用後の年数です。中途採用者は採用以前の経歴を換算し、加味したものです。経験年数に該当職員がない場合、その階層に加えて近似の階層も含み、平均を算出します。技能労務職は、少人数のため表示していません。

(6) 一般行政職の級別職員数の状況 (平成27年4月1日現在)

区分	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務内容	部長・参与	部次長・副参与・課長・主幹	課長補佐・副主任・係長・主査	主任	主事	
職員数(人)	19	47	190	103	242	601
構成比(%)	3.2	7.8	31.6	17.1	40.3	100.0
1年前構成比(%)	3.0	8.5	31.5	20.1	36.9	100.0
5年前構成比(%)	3.3	9.3	31.0	26.1	30.3	100.0

※4月1日に6級制から5級制に変更しています(旧給料表の3級および4級を統合)。

(7) ラスパイレス指数

国家公務員の給与を100とした場合の、地方公務員の給与水準を指数で示したもので、一般行政職の学歴別・経験年数別に平均給与額を比較した場合の総合的な給与水準です。本市における一般行政職の給与水準は、平成26年4月1日現在で99.5(前年は107.2【参考値99.0】)となっています。

※「参考値」は、国家公務員の時限的な(2年間)給与改定特例法による措置が無いとした場合の値です。

(8) 定員適正化計画

西東京市第4次行財政改革大綱に基づき、平成26年3月に第4次定員適正化計画を策定し、引き続き定員適正化に取り組み、効率的な行政運営を目指します。

(9) 職員手当の状況

区分	西東京市		国	
	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
期末手当・勤勉手当(26年度)	6月期	1.225月分(0.65月分)	6月期	1.225月分(0.65月分)
	12月期	1.375月分(0.80月分)	12月期	1.375月分(0.80月分)
	計	4.20月分(2.20月分)	計	4.10月分(2.15月分)
職制上の段階、職務の級などによる加算措置あり()は再任用職員に係る支給割合		職制上の段階、職務の級などによる加算措置あり()は再任用職員に係る支給割合		
退職手当	自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年
	勤続20年	23.50月分	勤続20年	20.445月分
	勤続25年	31.50月分	勤続25年	29.145月分
	勤続35年	45.00月分	勤続35年	41.325月分
	最高限度額	45.00月分	最高限度額	49.59月分
そのほかの加算措置：定年前早期退職特例措置(2~20%加算)		そのほかの加算措置：定年前早期退職特例措置(2~45%加算)		

区分	西東京市	
	全職種	
特殊勤務手当(26年度)	支給職員1人当たり平均支給年額	6,176円
	職員全体に占める手当支給職員の割合	2%
	手当の種類(手当数)	4
代表的な手当の名称	支給額の多い手当 支給対象職員の多い手当	犬猫等死体処理手当

区分	支給総額	433,014千円	地域手当(平成27年4月1日現在)	支給対象地域	
				支給率	全市場
時間外勤務手当(26年度)	職員1人当たり支給年額	464千円		支給対象職員数	1,014人
				国の制度(支給率)	15.0%
				支給対象職員1人当たり平均支給年額(26年度)	593,919円

区分	西東京市	国		
扶養手当	配偶者	13,500円	配偶者	13,000円
	配偶者以外の扶養親族	6,000円	配偶者以外の扶養親族	6,500円
	特定期間の加算	4,000円	特定期間の加算	5,000円
住居手当	年度末年齢35歳未満の借家・借間居住者である世帯主 [※]	15,000円	賃貸住宅 支給限度額	27,000円
通勤手当	交通機関 1カ月当たりの支給限度額	55,000円	交通機関 1カ月当たりの支給限度額	55,000円
	交通用具 通勤距離に応じて支給		交通用具 通勤距離に応じて支給	

(10) 特別職の報酬などの状況 (平成27年4月1日)

区分	給料月額 ^等		期末手当	(26年度支給割合)
区分	給料	報酬		
市長	1,013,000円		6月期 1.90月分 12月期 2.05月分 計 3.95月分	
副市長	898,000円			
常勤監査委員	696,000円			
議長	642,000円			
副議長	574,000円			
議員	540,000円			

※期末手当に関して、加算措置(20%)があります。

(11) 部門別職員数の状況と主な増減理由

区分	部門	職員数(人)		対前年増減数(人)	主な増減理由
		25年度	26年度		
一般行政部門	議会	10	9	▲1	欠員不補充
	総務	201	196	▲5	事務の統廃合縮小
	税務	71	68	▲3	欠員不補充
	労働	1	1	0	
	農水	4	3	▲1	欠員不補充
	商工	5	5	0	
	土木	70	69	▲1	欠員不補充
	民生	370	362	▲8	事務の民間委託
	衛生	85	76	▲9	事務の統廃合縮小
	小計	817	789	▲28	
特別行政部門	教育	134	135	▲1	業務増
	小計	134	135	▲1	
公営企業会計部門	下水道	10	9	▲1	欠員不補充
	そのほか	51	50	▲1	欠員不補充
	小計	61	59	▲2	
合計		1,012	983	▲29	

※職員数は、一般職に属する職員数で、臨時および非常勤職員を除きます。
※再任用短時間勤務職員は除き、教育長は含みます。

西東京市人事行政の運営などの状況の公表に関する条例報告事項

人事行政の運営などの状況の公表に関する条例に基づき、下記の事項を公表します。詳細は、情報公開コーナー(両庁舎1階)・市HPをご覧ください。 ◆職員課 ☎(042-460-9813)

1 職員の任免および職員数に関する状況

- 職員の任免の状況：採用者数・退職者数・職員数
- 昇任者数
- 部門別職員数の状況と主な増減理由
- 年齢別職員構成の状況
- 職員数の推移

2 職員の給与に関する状況

- 人件費の状況(普通会計決算)
- 職員給与費の状況(普通会計決算)
- ラスパイレス指数の状況
- 給与制度の総合的見直しの実施状況
- 職員の平均年齢・平均給料月額・平均給与月額の状況

(6) 職員の初任給の状況

- 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況
- 一般行政職の級別職員数・給料表の状況
- 昇給への勤務成績の反映状況
- 職員手当の状況
- 特別職の報酬などの状況

3 職員の勤務時間そのほかの勤務条件の状況

- 勤務時間・休憩時間の状況
- 年次有給休暇の取得状況
- 育児休業などの取得状況
- 自己啓発休業の取得状況
- 修学部分休業の取得状況
- 特別休暇の制度

4 職員の分限および懲戒処分の状況

処分者数(処分事由別)

5 職員の服務の状況

服務上の違反者数

6 職員の研修および勤務成績の評定の状況

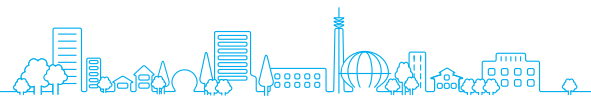
(1) 研修名・参加者数 (2) 勤務成績の評定の状況

7 職員の福祉および利益の保護の状況

(1) 職員の福祉 (2) 利益の保護の状況

8 職員の競争試験および選考の状況

(1) 採用試験：応募者数・受験者数・合格者数・採用者数
(2) 昇任試験：応募者数・受験者数・合格者数



総合型地域スポーツクラブ 「ココスポ東伏見」会員・教室参加者募集

□**通常会員**
個人会員…大人(高校生以上)3,600円・子ども(幼児～中学生)1,800円
家族会員…4,800円(5人まで)
□**エキスパート会員(全通常プログラム参加費が無料、1年更新)**
登録料1,500円(初回ののみ)+年会費1万2,000円(1カ月1,000円×12カ月分を一括払い)
※大人・子ども共通

教室名	日時	対象	参加費(1回)
トータルフィットネス	月4回月曜日 午後0時30分～2時	大人	会員：500円 非会員：1,000円
親子でうきうき☆ リトミック(2クラス)	月4回火曜日 午前9時20分～11時	2・3歳児と 保護者	会員：親子 600円 非会員：親子1,000円
セルフケア	月1回火曜日 午後1時30分～3時	大人	会員：300円 非会員：600円
キッズベリーダンス	毎週水曜日 午後3時30分～4時30分	年中児～ 小学生	会員：500円 非会員：1,000円
ヒップホップダンス	毎週水曜日 午後4時40分～5時40分	年中児～ 小学生	会員：500円 非会員：1,000円
フラダンス	月4回木曜日 午前10時30分～11時30分	大人	会員：500円 非会員：1,000円
健康体操	毎週木曜日 午後1時30分～3時	大人	会員：100円 非会員：300円
ヨガ	毎週金曜日 午前10時～11時10分	大人	会員：500円 非会員：1,000円
わくわくバスケット	毎週金曜日 午後7時～8時30分	小学3年生～ 中学生	200円 ※会員ののみ
スポンジテニス	毎週金曜日 午後7時～8時30分	小学生～ 大人	会員：大人 600円 子ども 300円 非会員：大人 1,000円 子ども 600円
パントマイム	月2回土曜日 午前10時30分～11時30分	年中児～ 大人	会員：500円 非会員：1,000円
パトンポンポン	月2回土曜日 午後1時～2時30分	年中児～ 中学生	会員：400円 非会員：800円
空手教室	月3・4回土曜日 午後3時～4時30分	年中児～ 大人	会員：大人 600円 子ども 300円 親子 600円 ※65歳以上半額 非会員：大人 1,000円 子ども 600円
障害者スポーツ	月1回日曜日または祝日 随時	知的・身体 障害児・者 (年少児～大人)	会員：100円 非会員：300円

※このほか、女子サッカー、フィジカルクラス、早稲田体育、キッズチアなどもあります(NPO法人ワセダクラブとの共催プログラム)。
※時間など変更する場合があります。毎月のプログラムスケジュール表(図)で配布)をご確認ください。

◆**KKバスケット(小学4年生～中学生クラス・成人クラス)実施中!**
各種目無料体験(1～2回)あり。詳細は、図へお問い合わせください。
図・申 ココスポ東伏見(東伏見ふれあいプラザ内・☎042-452-3446・FAX042-452-3586)
※月曜日・年末年始(12月29日～1月3日)は休館(月曜日が祝日の場合は、祝日明けの平日が休館)
◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)

防ごう! 暖房器具による火災・事故 日常生活における事故

◆**暖房器具による火災・事故**
だんだんと寒さが増し、暖房器具を使い始める季節になりました。暖房器具は便利ですが、使用方法を誤ると火災や事故につながります。昨年は市内で2件、暖房器具による火災が発生しました。次のポイントに注意し、正しく便利に暖房器具を使用しましょう。

□**火災を防ぐポイント**
①衣類など可燃物の近くで使用しない…暖房器具への衣類の落下や、布団の接触などにより火災となる恐れがあります。
②エアゾール缶を暖房器具の周囲に置かない…缶が過熱されて破裂し、漏れたガスに引火する恐れがあります。
③石油ストーブの給油タンクの口金を確実に締める…こぼれた石油に暖房器具の炎が着火する恐れがあります。また、給油は火の気のない場所で必ず消火した状態で行いましょう。

図 西東京消防署(☎042-421-0119) ◆危機管理室(☎042-438-4010)

□**火災以外にも…**
石油やガスを使用する暖房器具は、換気が不十分だと一酸化炭素中毒になる恐れがあります。一酸化炭素は無色無臭で発見が遅れやすく、少ない量でも酸素欠乏状態となり最悪の場合、死に至ることもあります。換気には十分注意しましょう。

◆**日常生活における事故**
「エスカレーターでの転落」や「歩きスマホによる転倒」など、日常生活で遭遇する事故は、身近なところに隠れています。ふとした気の緩みから、一歩間違えると命に関わるような大けがをしてしまう恐れもあります。

東京消防庁HPでは、実際にあった40種類以上の事故事例を、西東京消防署HPでは、身近な事故の情報を紹介しています。日常生活にどんな危険が潜んでいるかを知り、安全・安心に暮らしましょう。

イベント NEWS

もっと知ろう! 楽しもう!

西東京市 特定創業支援事業
輝業スタートアップスクール 西東京市
11月20日～12月18日の金曜日
午前10時～午後0時30分(全5回)
コール田無

先輩おうち起業家から集めた「初めから知っていたらよかった!」をピックアップ。具体的なプランがなくても構いません。一緒に輝業への第一歩を踏み出しましょう!

内 ①ブランディング…何をするか・自分の強みを見つける ②マーケティング…お客さんが集まる仕組みをつくる ③会計…安定運営するためのお金の流れをみる

定 30人(申込順)
¥3,000円(資料代など)
申 電話で産業振興課へ
※空きがあれば1日単位での参加も可

□共催 多摩信用金庫(実施機関:ハーブネット)
□協力 西東京商工会
◆産業振興課(☎042-438-4041)

みどりの散策路を歩こう

11月25日(水) 午前9時30分～正午(予定)
集合: 西武柳沢駅南口
解散: 東伏見駅南口
※雨天中止。当日、直接集合場所へ

第4回は「遺跡と水のコース(3.2km)」を歩きます。
持 水筒・雨具など
◆みどり公園課(☎042-438-4045)



西東京市図書館40周年記念
縁(ゆかり)講演会 第1弾
夢に向かって・ワールドカップと私
11月28日(土) 午前10時～11時30分(9時40分開場)
保谷こもれびホール
※当日、直接会場へ

定 230人(先着順)
講 岡田正義さん((公財)日本サッカー協会トップフェリイインストラクター)
※手話通訳あり
◆中央図書館(☎042-465-0823)

西東京マルシェ

11月28日(土) 午前11時～午後3時
※売り切れ次第終了
あらかし公園

内 めぐみちゃんメニュー参加農業者および認定提供店による即売会
※車での来場はご遠慮ください。
問 めぐみちゃんメニュー事務局(委託事業者: (株)マインドシェア) ☎03-6823-1234 ※月・水・金曜日午前10時～午後5時
◆産業振興課(☎042-438-4044)

めぐみちゃんも遊びに来る予定です!



ジオラマで甦る民族学博物館特別講演会 & 座談会

11月28日(土) 午後1時～3時
郷土資料室
※当日、直接会場へ

東京文化財ウイーク2015の企画事業の一つである特別展示「ジオラマで甦る民族学博物館」に合わせ、講演会とジオラマ製作秘話が聞ける座談会を開催します。

□講演会「保谷の民族学博物館」
時 午後1時～2時
講 丸山泰明さん(国立歴史民俗博物館)
□座談会(ジオラマ作成ボランティア)
時 午後2時～3時
問 郷土資料室(西原総合教育施設内・☎042-467-1183) ※月・火曜日は休室
◆社会教育課(☎042-438-4079)

NPO等企画提案事業 多文化トークと落語の会

11月28日(土)
午後2時～4時(1時30分開場)
コール田無
※当日、直接会場へ

市内在住の外国人によるお話と、8カ国語を駆使する国際派落語家の三遊亭亀楽さんによる多文化共生に関わる講演と落語の会です。楽しみながら多様な文化を持つ人が暮らす地域社会について考えてみませんか。

定 120人(先着順)
問 NPO法人西東京市多文化共生センター(NIMIC) (☎042-461-0381)
◆協働コミュニティ課(☎042-438-4046)

ごみの出し方 ワンポイント

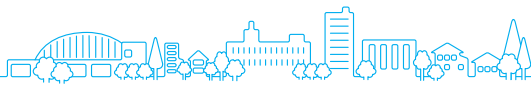
◆**古紙類の出し方**
ごみ・資源物収集カレンダー(22ページ古紙類)の中で、注意点として洗濯洗剤の箱・カーボン系用紙・レシート類・油の付いた紙類を混入しないようお願いしています。なお、シュレッダー紙や雑紙も同じ取り扱いになります。ごみ・資源物収集カレンダーの作成に当たっては、丁寧で分かりやすい編集を心掛けていきますので、今後とも資源物の資源化にご協力をお願いします。

◆**ごみの減量の決め手は「生ごみの水切り」と「雑紙類をごみにしないこと!**

市民1人が1日1g(1円玉1枚分)のごみを出さない努力をすれば、年間72tもごみが減量します。特に「生ごみの水切り」がコストも掛からず最も効果のある方法です。

全市民が毎日10g(消しゴム1個分)の「水切り」を実行し、雑紙類(メモ用紙・お菓子などの箱・広告チラシなど)を分別して古紙で資源化すれば、年間720tのごみ減量が実現できます。CO₂の削減にも貢献できる施策です。ご協力をお願いします。

◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)



早稲田大学野球教室

11月29日(日) 午前8時45分～午後3時
早稲田大学東伏見キャンパス野球場・軟式野球場
※当日、直接会場へ。雨天中止

市内少年野球チームを対象とした野球教室です。ご観覧をお待ちしています。
□共催 西東京市軟式野球連盟少年部
□協力 早稲田大学競技スポーツセンター・早稲田大学野球部・早稲田大学準硬式野球部・東伏見商栄会
◆スポーツ振興課 ☎(042-438-4081)

いっぴんマーケット～田無駅～

11月29日(日) 午前11時～午後3時
※売り切れ次第終了
田無駅北口ペDESTリアンデッキ

西東京商工会と協力して進めている「一店逸品事業」参加店によるミニ即売会です。本イベントは、西武鉄道(株)のウォーキング(東大和市駅～田無駅)と連動して実施します。
□出店者 こしの、パンの家ぐれいび、プチ果房ヴァリエ、むさし梅月、ル・クール社
□協力 西東京商工会・アスタ専門店街出店者会・エフエム西東京
◆産業振興課 ☎(042-438-4041)

野鳥観察会～初冬の渡り鳥～

12月5日(土) 午前9時～正午
集合：田無庁舎2階入り口
田無市民公園・都立小金井公園

身近な野鳥に親しみ、自然や環境の大切さを学びます。双眼鏡や図鑑の使い方も説明します。
対 市内在住・在勤・在学の小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴)
定 20人(申込順)
持 筆記用具・雨具
申 11月22日(日)午前9時から、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を添えて ☎へ
問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585・FAX042-421-8586・ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp
※電話受付：午前9時～午後5時
◆環境保全課 ☎(042-438-4042)

講演会

便利でお得？でもちょっと待って！
多様な支払い手段のしくみと
その危険を知って自分の財産を守る！

12月5日(土) 午後1時30分
コール田無 ※当日、直接会場へ

現金、クレジットカード、電子マネー…多くの支払い手段があり、便利な一方、詐欺的な行為に利用されることもあります。その仕組みと裏に潜む危険を理解し、決済サービスを上手に利用するにはどうしたらよいか考えます。
定 80人(先着順)
◆協働コミュニティ課 ☎(042-438-4046)
◆危機管理室 ☎(042-438-4010)

人形劇公演

12月5日(土) 午後3時
谷戸公民館 ※当日、直接会場へ

内 「ねずみと小判」「なかよし」
対 3歳児以上(3歳児未満は保護者同伴)
定 80人(先着順)
申 11月18日(水)午前10時から開館時間中に、谷戸図書館で整理券を配布
□公演 ゆい＊パペットシアター
◆谷戸図書館 ☎(042-421-4545)

多摩六都フェア

多摩北部5市美術家展
(第28回圏域美術家展)

12月8日(火)～13日(日)
午前10時～午後6時(最終日は午後5時^{まで})
小平市民文化会館「ルネこだいら」
(西武新宿線小平駅南口徒歩3分)

圏域5市(小平・東村山・清瀬・東久留米・西東京)を代表する著名な美術家の展覧会です。各方面で活躍している美術家の作品を、ぜひご覧ください。
□主催 多摩北部都市広域行政圏協議会
□企画・運営 圏域美術家展実行委員会
問 小平市企画政策部政策課 ☎(042-346-9503)
◆企画政策課 ☎(042-460-9800)

スキー&スノーボード教室

平成28年1月4日(月)～6日(水)
上越国際スキー場(新潟県南魚沼市榊野沢)
インストラクターとのグループレッスン

ンで初心者も経験者も自分のペースで滑れます。コースレイアウトに富んだスキー場で楽しい3日間を過ごしませんか。家族でも、お一人でも、お友達同士でも、お気軽にご参加ください。
※技能検定はありません。
□交通 往復貸切バス(スポーツセンター・西東京郵便局前発着)
□宿泊 ホテルグリーンプラザ上越(バス・トイレ付き) ※相部屋の場合あり
対 小学1年生以上で、健康上の問題がなく、説明会に必ず参加できる方(中学生以下は保護者同伴)
定 24人(申込多数の場合は抽選)
¥ 大人…4万100円・中学生以下…3万2,900円
※2泊7食・リフト代・講習代・保険

代・往復交通費込み
※道具のレンタル代は別途必要
※期間中の種目の変更は不可
申 12月2日(水)(必着)までに、往復はがきに参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)、代表者の住所・電話番号を明記し、〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター「スキー・スノーボード教室」へ
□説明会
時 12月13日(日)①午前10時 ②午後3時
場 スポーツセンター
※説明会には1グループ1人以上出席してください。
問 スポーツセンター ☎(042-425-0505)
◆スポーツ振興課 ☎(042-438-4081)

エコプラザ西東京での催し

①エコプラザのリユース祭り～秋～
時 11月22日(日) 午前10時～午後4時
内 衣類・食器・DVD・おもちゃなどの不用品を譲り合うリユース活動
※1人5点まで受け取り可(無料)
※営利目的の利用は不可
□リユース品の受け付け
時 11月21日(土)午前10時～午後1時
対 市内在住・在勤・在学の方
※1人10点まで受け付け可
※修理が必要なもの・リユース品として不適当と判断したものは不可



前回の会場の様子

②緑のカーテンでつくるクリスマスリース
緑のカーテンとして活躍した琉球アサガオのつるを再利用して、クリスマスリースを作りましょう。
時 11月28日(土) 午後1時30分～4時30分
対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方
定 20人(申込順)
持 はさみ(切り花用)、ペンチ、軍手、オーナメント・リボンなどの装飾品、リース持ち帰り用の袋、杉などの葉(用意可能な方のみ)

③ふるしきを使ってリデュースを楽しもう！～ふるしき活用講座～
エコバッグ、プレゼント包み、旅行先でのサブバッグなど、ふるしきの活用方法はさまざまです。繰り返し使えるエコで便利な道具として、生活に取り入れてみませんか。
時 12月3日(水) 午後2時～3時30分
対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方
定 25人(申込順)
持 筆記用具

④講演会
もったいないばあさんのおはなし会
時 12月5日(土)
午後1時30分～2時30分
内 絵本「もったいないばあさん」の作者 真珠まりこさんによる絵本の読み聞かせ・絵描き歌
対 市内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴)
定 50人(申込順)
※終了後サイン会を行いますので、真珠まりこさんの絵本をお持ちの方はご持参ください(会場での販売はなし)。



申 ②・③は11月17日(火)、④は11月19日(木)の午前9時から、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を添えて ☎へ
場 問 エコプラザ西東京 ☎042-421-8585・FAX042-421-8586・ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp ※電話受付：午前9時～午後5時
◆環境保全課 ☎(042-438-4042)

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。

第5回 こそだてフェスタ

@ 西東京
手をつなごう～みんなでこそだて～

時 11月23日(祝)午前10時～午後3時
場 ひばりが丘児童センター ※車での来場はご遠慮ください。

地域の力を合わせて子どもたちを育てていけたら、きっとみんなが笑顔になれる…そんな思いから、市内で活動する子育て応援団が大集結！子どもと一緒に遊んで、学んで、参加して、みんなで地域とつながろう！
妊娠中の方、産後間もない方、これから子育てしたい方、子育て支援に関心のある方もご参加ください。

アンケートにご協力くださった方にはオリジナルお絵描き帳をプレゼント！

コーナー紹介

※内容は変更になることがあります。詳細は、専用HP <http://kosofes24.jimdo.com> でご確認ください。

みんなで楽しもう

- ★魚釣りゲーム ★輪投げ ★工作
- ★紙相撲 ★囲碁 ★手遊び ★外遊び
- ★カプラ ★おもちゃ図書館 ★ヨガ
- ★ベビーマッサージ ★貼り絵アート
- ★あいさつマーチ ★手形プレゼント
- ★世界のことで遊ぼう

見て楽しもう

- ★ヒーローショー ★音楽
- ★小学生チアダンス ★紙芝居
- ★多言語ペーパーアート

お気軽相談

- ★子どもの医療相談 ※午後1時まで(小児科医師・歯科医師・薬剤師)
- ★育児相談 ★子どもに関する行政相談
- 持 母子手帳



ほっと一息

- ★足リフレ ★ハンドマッサージ
- ★ハーブティー ★赤ちゃんサロン
- ★アレルギー(乳・卵)対応のパンと焼き菓子の販売 持 マイカップ

役立つ

- ★子育てガイドブック
- ★助産師さんとおしゃべり
- ★おんぶひも体験
- ★早寝早起き4回食
- ★お兄さんお姉さんの国際交流体験談



広がれ思いやりの輪 できることから始めよう

- ペットボトルキャップ回収
- ※キャップは軽く洗浄し、シールなどを取り除いてください。
- ヘルプカードの紹介

西東京キッズコレクション ぼくのわたしの勝負服

小学校低学年までのお子さんによるファッションショーです。お気に入りの服で参加して、思い出を作りませんか？ ※お土産付き。更衣室・ロッカーあり。
定 30人(申込順) 申 当日、本部で

△注意事項

- 持 室内履きと下足入れ、作品や資料を持ち帰るバッグ
- ごみは各自でお持ち帰りください。 ●授乳・調乳・おむつ替えスペースあります。
- 共催 こそだてフェスタ@西東京実行委員会 ◆児童青少年課(☎042-460-9843)

あなたが選ぶ！
お出掛けスポット
ランキング
西東京市および周辺の
親子で楽しめるスポットを
人気投票&発表

下野谷遺跡 国史跡指定記念シンポジウム 「縄文時代の大集落遺跡を 探る・護る・活かす」

縄文時代中期の集落として特徴的な下野谷遺跡が国史跡に指定されたことを記念し、全国の著名な史跡の調査活動を通してその考古学的な意義を探り、保護・活用について考えます。地域の貴重な宝として多くの可能性を持ち、世界遺産の登録も目指す日本の縄文遺跡。下野谷遺跡の未来を見据えたシンポジウムです。
◆社会教育課(☎042-438-4079)

時 12月13日(日)午後1時～5時
場 保谷こもれびホール

※当日、直接会場へ
定 600人(先着順)

□記念講演(午後1時)

「縄文遺跡の可能性・地域の宝、日本の歴史、世界文化遺産」
講 菊池徹夫さん(縄文遺跡群世界遺産登録推進専門家委員会委員長・早稲田大学名誉教授)

□基調講演(午後2時)

「下野谷遺跡(西東京市)・三内丸山遺跡(青森県)・御所野遺跡(岩手県)・馬高・三十稲葉遺跡(新潟県)」

□シンポジウム(午後4時)

「縄文時代の大集落遺跡を探る・護る・活かす」
司会：水ノ江和同さん(文化庁記念物課文化財調査官)
パネラー：基調講演発表者



史跡 下野谷遺跡



特別史跡 三内丸山遺跡



特別史跡 御所野遺跡



馬高縄文館(特別史跡 馬高・三十稲葉遺跡)

大好きです 西東京

市内の情報をお届けします
街道を行く編

ふるさと
発見!
11

第3回 富士街道

山々が秋空に映える季節になりました。その悠然たる姿は古くから山が信仰対象であったことをうなずかせます。日本各地には「富士講」と呼ばれる富士山信仰の集まりがあり、導師に導かれ参拝しました。市内にもかつて「丸嘉講・田無組」などの講が複数あり、練馬から西に向かい青梅街道にぶつかる「富士街道」はその講中の参拝の道の一つです。
白装束に身を包み参拝するのですが、実際に参拝できない人は、近くに「富士塚」という富士山に見立てた塚を造り、そこに参拝することで同じ御利益

が得られると考えました。芝久保町2丁目には、明治初期に20人ほどの芝久保組の講中により寄進された富士塚が残り、頂上の石祠には、今も毎年お札が納められています。

- ◆社会教育課(☎042-438-4079)
- ◆秘書広報課(☎042-460-9804)



芝久保の富士塚



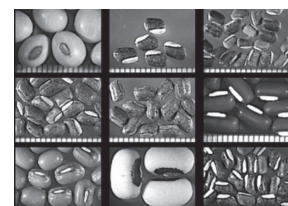
石祠に祭られたお札

多摩六都科学館ナビ

サイエンスカフェ「ワリとイケてる！アズキのなかま」

アズキの仲間は世界中さまざまな環境で生きています。お茶を片手に、アズキの力について話を聞いてみませんか。
時 12月6日(日)午後2時～3時30分
対・定 中学生以上・30人
講 内藤健さん(農業生物資源研究所主任研究員)
¥ 大人500円(高校生以下の参加者無料)
申 11月24日(火)(必着)までに、当館HP またははがきにイベント名・住所・氏名・

年齢(学年)・電話番号を明記し☎へ
□共催 NPO法人くらしとバイオプラザ21
☎多摩六都科学館(〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100)



アズキの仲間