



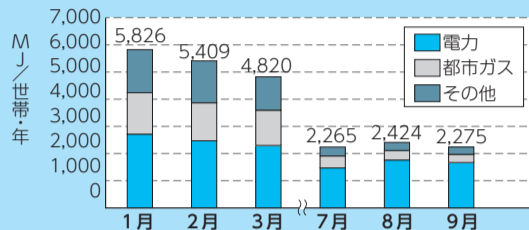
はじめよう! ぽかぽかエコライフ

2月は省エネ月間

冬は暖房や給湯の熱源としてエネルギーをたくさん使っています。

さらに寒い期間が長いいため省エネの効果は大きく、光熱費の削減にもつながります。くらしの小さな工夫でエコに暖かく過ごしましょう。

◆環境保全課(042-438-4042)



資源エネルギー庁 平成24年度エネルギー消費状況調査(民生部門エネルギー消費実態調査)結果より

冬のエネルギー使用量は、夏の2倍!



電気 を省エネ

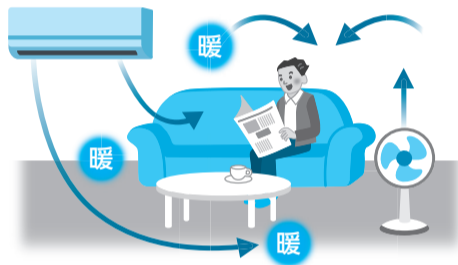
いま使っている暖房器具の消費電力をご存じですか。使い方を工夫してエコと暖かさを両立させましょう。

家電製品の消費電力

- 大消費電力(定格)**
 - IHクッキングヒーター(1口)(3000W)
 - 電子レンジ(1400W)
 - アイロン(1400W)
 - ハロゲンヒーター(1200W)
- 小**
 - ドライヤー(1000W)
 - オーブントースター(1000W)
 - 掃除機(1000W)
 - 電気カーペット(760~1000W)
 - こたつ(100~600W)
 - エアコン(6畳用)(450W)
 - 蛍光灯照明(100W)
 - 液晶テレビ(50W)

エアコンの上手な使い方

- 暖房の目安は、室温20℃
- 暖気は下向きに送風し、扇風機で室内の空気を循環させる
- フィルターをこまめに清掃する

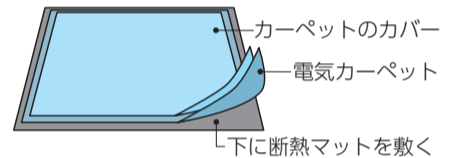


ハロゲンヒーター・電気ストーブなどの上手な使い方

- 短時間使用する場所、瞬間的・部分的に暖めたいときに使う

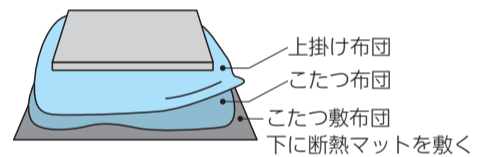
電気カーペットの上手な使い方

- カーペットの下に断熱効果のあるマットなどを敷く



こたつの上手な使い方

- 掛け布団を2枚にする
- 敷布団の下に断熱効果のあるマットなどを敷く

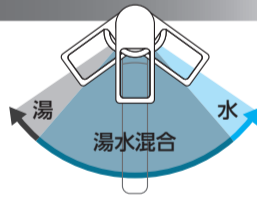


ガス を省エネ

給湯でもエネルギーを多く使っています。お湯の使い方を考えましょう。

台所・洗面所の水栓を使うとき

- お湯が必要ないときは、レバーをしっかりと水側に動かして使い分ける
- ※シングルレバー混合栓は、レバーを中央付近で操作すると水とお湯が混ざって出るため



お風呂に入るとき

- 水から沸かさず給湯式で湯張りする
- 家族みんなが続けて入り、追い焚きや自動保温をなるべく減らす

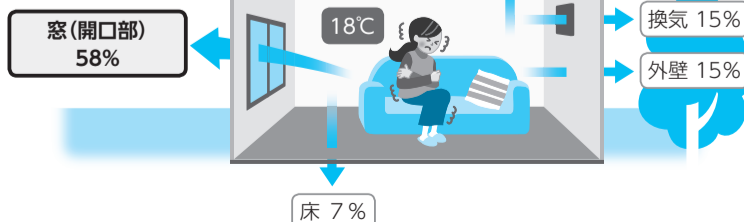
家でぽかぽか

暖めた空気を逃がさない工夫をしましょう。

窓から熱を逃がさない

- 厚手で床まで届くカーテンを使用
- 隙間風をふさぐ

冬の暖房時に窓から熱が逃げる割合



食でぽかぽか

食材や調理方法を工夫して、おいしく暖をとりましょう。

冬野菜で体の中から温める

- ねぎ・しょうが・大根などの冬野菜は、血行をよくして体を温める効果あり

鍋料理で暖房いらず

- 温めながら食べる鍋料理は、体はもちろんのこと鍋の熱気で部屋も暖まり一石二鳥

鍋帽子

- 鍋をすっぽりと覆う鍋専用の帽子で余熱調理
- 水と具材を入れた鍋を沸騰するまで煮立てて鍋帽子をかぶせると、余熱で調理ができます。



講座開催 縫ってみよう! エコな魔法の鍋帽子

時 2月24日(水)午前9時30分~午後0時30分

場 エコプラザ西東京

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方 定 10人(申込順)

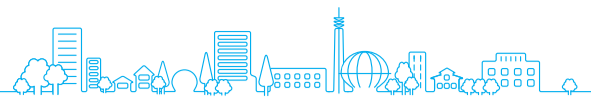
料 400円(材料費)・木綿の布(50cm×35cm8枚、40cm四方2枚)・刺繍糸1束・裁ちばさみ・糸切りばさみ・縫い針・まち針10本・洗濯ばさみ10個・筆記用具

申 1月20日(水)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 問へ

問 エコプラザ西東京(042-421-8585・FAX 042-421-8586・ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp)

※電話受付:午前9時~午後5時

そのほか、エコプラザ西東京の環境学習講座へのご参加をお待ちしています。



市 からの 連絡 帳

税・年金

不動産インターネット公売

市税などの滞納を続けている滞納者に対し市では、所有財産を調査のうえ差し押さえなどの滞納処分を行っています。このたび、差し押さえた不動産をインターネットで公売(売却)します。売却代金は滞納している市税などに充当されます。

□参加申込期間 1月22日(金)午後11時まで
□入札期間 1月29日(金)午後1時～2月5日(金)午後1時

※入札には原則どなたでも参加できます。
※公売財産および公売手続きの詳細は、納税課窓口(田無庁舎4階)または市HPでご確認ください。

※公売は中止になることがありますので、最新情報は市HPをご覧ください。

◆納税課 田(☎042-460-9834)

20歳になったら国民年金へのご加入を

厚生年金に加入中の方を除き、20歳になったら国民年金加入届が必要です。20歳の誕生月になると、年金事務所から「国民年金資格取得届」が届きますので、窓口まで提出してください。提出から約1カ月で納付書・年金手帳が年金事務所から郵送されます。

国民年金保険料の納付方法は、納付書(現金払い)・クレジットカード振替・口座振替が利用できます(申請用紙配布あり)。

納付が困難なときは、「学生納付特例制度」(学生向け)・「免除・納付猶予制度」(一般向け)を申請することで、納付の免除・猶予が受けられる場合があります(申請用紙配布あり)。

◆国民年金は、次のようなときに受け取ることができます

- 65歳になったとき…老齢基礎年金
※60～69歳の間でも請求可(繰り上げ・繰り下げ請求)
- 病気や怪我で障害状態になったとき…

障害基礎年金 ※20歳前に障害状態になったときも請求可

- 亡くなったとき…遺族基礎年金(生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」に、子が18歳になるまで支給 ※障害がある子の場合は20歳まで) 加入の届け出や各種申請、保険料の納付が遅れると、上記の年金を受け取ることができないことがありますので、お早めに手続きしてください。

□届け出・申請窓口、申請用紙配布
場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)
問 武蔵野年金事務所(☎0422-56-1411)
◆保険年金課 田(☎042-460-9825)

福祉・教育

難病医療費助成制度の対象疾病が拡大

平成27年7月1日に196疾病が追加され、対象疾病が306疾病に拡大されています。対象となる難病に罹患している場合、医療費助成の対象になることがあります。対象疾病・制度内容・申請書類など詳細は、問へお問い合わせください。

問 東京都福祉保健局疾病対策課(☎03-5320-4472)
◆障害福祉課 園(☎042-438-4035)

入学資金融資あっせん

学校教育法に規定する大学・高等学校・専修学校などに入学を許可されたお子さんがいる家庭で、入学時に納付する資金の調達が難しい保護者に、市が契約している金融機関に融資のあっせんを行います。詳細は、お問い合わせください。

◆教育企画課 園(☎042-438-4071)

くらし

西東京市民会館 利用休止

外壁工事に伴い、1月25日(月)～2月4日(木)はご利用になれません(管理事務所は通常どおり申請・受付などの業務を

実施)。ご理解・ご協力をお願いします。

問 西東京市民会館管理事務所(☎042-463-5381)
◆文化振興課 園(☎042-438-4040)

エコプラザ西東京 一部利用休止

みどり環境部の事務所移転に伴う改修工事のため5月中旬～7月上旬(予定)は、講座室1・2と環境学習コーナーがご利用になれません(多目的スペースは通常どおり利用可)。ご理解・ご協力をお願いします。

※詳細は、市HPをご覧ください。
問 エコプラザ西東京(☎042-421-8585 ※午前9時から)
◆環境保全課 園(☎042-438-4042)

集合住宅ごみ等優良排出管理認定制度を開始

4月1日からごみなどの排出・管理が優良な集合住宅の集積所を、優良集積所として認定します。認定先には認定書とプレートを交付し、市HPに掲載します。詳細は、お問い合わせください。

申 1月15日(金)～2月15日(月)に下記窓口(エコプラザ西東京内)へ
◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

ごみの分別にご協力を

9月1日に中間処理施設の柳泉園組合の焼却ガスから高濃度の水銀が検出されたことは、既に市報などでお知らせしましたが、市民の皆さんには再度、ごみ分別辞典・ごみ分別アプリ・市HPなどをご確認のうえ、分別の徹底をお願いします。

□水銀を含む主な製品(有害ごみ)
水銀体温計、水銀柱血圧計、乾電池・ボタン電池(古いもの・輸入品)、蛍光灯など
※出し方は「ごみ・資源物収集カレンダー」19ページを参照

柳泉園組合では今後、第三者委員会を立ち上げ、このたびの原因究明と対応策の検討などを行う予定です。市では、市民の皆さんへ情報提供を行ってまいります。

◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

自治会などが所有する街路灯に補助金を交付

1月29日(金)までに、道路管理課(保谷庁舎5階)にある申請書に、街路灯配置図・電気料金領収書(平成27年4月～12月分)の写しを添えて、提出してください。既に補助金を受けている団体には申請書を送付します。

◆道路管理課 園(☎042-438-4055)

街路灯のLED化取替工事終了

市では地球温暖化対策として、市内から排出される温室効果ガス削減のため、市内道路(都道を除く)に設置している街路灯をLEDへ取り替える工事を実施していましたが、このたび工事が終了しました。ご協力ありがとうございました。

街路灯の不具合などが発生したときは、下記へご連絡ください。

◆道路管理課 園(☎042-438-4055)

市政

平成28年度予算要求の概要を作成

市では現在、平成28年度予算の編成作業を進めています。各課などからの予算要求を取りまとめた「平成28年度予算要求の概要」は、財政課(田無庁舎3階)・情報公開コーナー(両庁舎1階)で配布しています。市HPでもご覧になれます。

◆財政課 田(☎042-460-9802)

「西東京市公共施設等総合管理計画～公共施設等マネジメント基本方針～」を策定

市では公共施設等の老朽化対策が大きな課題となっています。これらの全体の状況を把握し、今後厳しい財政状況が想定される中、長期的視点に立って計画的に更新などを進めていくために、公共施設等に関する全体方針として策定しました。情報公開コーナー(両庁舎1階)・市HPでもご覧になれます。

◆企画政策課 田(☎042-460-9800)

1月から マイナンバーを利用する事務の手続きで番号の記載が必要になりました

個人番号(マイナンバー)を利用する事務では、申請・届け出などの手続きの際に個人番号の記載が必要です。個人番号を悪用したなりすましを防ぐため、記載された個人番号がご本人のものであることを確認させていただきます。

□番号確認書類
・通知カード
・個人番号カード(別途交付申請が必要)
・個人番号が記載された住民票(有料)

□本人確認書類
●1点で確認できるもの
・官公署が発行した顔写真付きの証明

書(運転免許証・パスポートなど)
・個人番号カード
●2点以上必要なもの
・健康保険証・年金手帳・児童扶養手当証書など
・官公署などが発行した、氏名、生年月日または住所が記載された書類
※代理人の方は、委任状や代理人の本人確認書類のほか、申請の対象となるご本人の個人番号が確認できる書類が必要です。詳細は、各申請窓口でご確認ください。

◆情報推進課 田(☎042-460-9806)

□制度の対象手続きの具体例(詳細は、市HPをご覧ください)

分野	対象事務	具体例	担当課
社会 保障	生活保護	生活保護の申請書	生活福祉課
	障害者福祉	身体障害者手帳の交付申請書など	障害福祉課
	児童福祉	児童手当認定請求書・児童扶養手当認定請求書など	子育て支援課
	国民健康保険	被保険者資格の取得届など	保険年金課
	後期高齢者医療保険		
	介護保険	資格取得届など	高齢者支援課
	健康	自立支援医療(育成医療)支給認定申請など	健康課
税	市営住宅	市営住宅使用申込書など	都市計画課
	軽自動車税の賦課	減免申請書など	市民税課

農業体験農園利用者募集

□募集農園・利用料 下表参照
□利用期間 3月1日～平成29年1月末日(芝久保元気村は、4月1日～平成29年2月末日)
対 市内在住で熱意を持って農業に取り組める方(ファーマーズTは、練馬区在住の方も可)
申 1月31日(日)(必着)までに、往復は

がきに、希望農園名・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、希望する農園の園主宅へ郵送(申込多数の場合は抽選。2月中旬までに結果を通知)
※農園によっては、事前説明会を開催。詳細は、各農園へお問い合わせください。
◆産業振興課 園(☎042-438-4044)

□募集農園一覧

農園名・所在地	申込先・園主名・電話	総区画数	募集区画数	年間利用料(※1)
グリーンファーム HASUMI 東町2-3	〒202-0012 東町2-4-1 蓮見昌男さん ☎042-421-2873	18	若干	4万2,000円
ファーマーズT 下保谷3-15	〒202-0004 下保谷3-16-3 高田長司さん ☎090-1603-2422	56	7区画	4万3,000円
トミー倶楽部 富士町1-2	〒202-0013 中町6-8-22 富岡誠一さん ☎042-478-7175	118	80区画(※2)	4万6,000円
きたっばら 北原町3-3	〒188-0003 北原町3-3-8 大谷孝良さん ☎042-469-9281	104	若干	4万5,000円
芝久保元気村 芝久保町3-4	〒182-0022 調布市国領町4-28-3 杉崎忠雄さん ☎042-483-2270	25	若干	4万円

※1 指導料、肥料・苗・農産物代などを含む ※2 リニューアルに伴う大規模募集



傍聴 教育委員会

時 1月26日(火)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 図(☎042-438-4070)

社会教育委員の会議

時 1月18日(月)午後3時～5時
場 保谷庁舎3階
内・定 今後の活動・5人
◆社会教育課 図(☎042-438-4079)

中原小学校建替協議会

時 1月29日(金)午前10時
場 保谷東分庁舎
内・定 建替校の将来像^{ほか}・10人
※1月19日(火)開催予定の第3回会議は、市外での学校視察のため傍聴不可
◆教育企画課 図(☎042-438-4070)

傍聴 審議会など

■文化財保護審議会
時 1月29日(金)午前10時～正午
場 保谷庁舎3階
内・定 西東京市の文化財保護・5人
◆社会教育課 図(☎042-438-4079)

■個人情報保護審議会

時 1月29日(金)午後2時～4時
場 田無庁舎3階
内・定 個人情報保護制度^{ほか}・5人
◆総務法規課 田(☎042-460-9811)

■ひばりが丘中学校建替協議会

時 2月1日(月)午前10時
場 保谷庁舎別棟
内・定 協議会検討結果報告書(案)^{ほか}・10人
◆教育企画課 図(☎042-438-4070)

パブリックコメント 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。
※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。

事案名 第3期子ども読書活動推進計画(素案)
◆中央図書館(☎042-465-0823)

策定趣旨	子どもの読書活動の推進に関する法律第9条第2項に基づき策定します。子どもたち(0～18歳)が、自主的に読書に向かうことができるように配慮しながら、いつでも必要な本に手が届く環境を整備し、生きる力を育むことを目的としています。
閲覧方法	1月15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	1月15日(金)～2月12日(金)(必着)
提出方法	①持参 ※月曜日を除く ②郵送(〒188-0012南町5-6-11 中央図書館) ③ファクス(☎042-463-9150) ④市HPから
検討結果の公表	3月(予定)

はなバスのルート見直し



市では、はなバスのルートなどの見直しを進めており、平成27年4月に「はなバスルート等見直し(案)」を示し、パブリックコメントを実施しました。現在、いただいたご意見などを踏まえ、4月からのルート見直しに向けた準備を進めています。今回は、第2ルート(東伏見駅～保谷駅間)と第4ルート(田無駅～多摩六都科学館間)の見直しを予定しています。

第2ルートの見直し内容

民間路線バスと競合している東伏見駅から保谷駅間のうち、東伏見駅から保谷庁舎間を存続し、第5ルートと接続させ「東伏見駅北口～保谷庁舎～ひばりが丘駅」のルートとします。

第4ルートの見直し内容

踏み切り通過などによる遅延や利用状況などの課題を解消するため、西武新宿線の北側と南側でルートを分割します。

●第4北ルート…西武新宿線の北側区間を運行する新たなルートで、「田無駅～多摩六都科学館～花小金井駅」の系統とします。現在の第4ルートの停留所のうち、⑬芝久保4丁目住宅、⑭東京街道・科学館南、⑮多摩六都科学館を利用している方はこのルートをご利用ください。

●第4南ルート…主に西武新宿線の南側区間を運行するルートで、田無駅から芝久保運動場で折り返す系統を基本とします。利用が少ない西武新宿線北側の課題区間である、みたけ分社通りから花小金井駅までは、今後の利用状況により存廃を検討します。

※各ルートの詳細は、決定後に改めて市報・市HPでご案内します。

◆都市計画課 図(☎042-438-4050)

事案名 文化財保存・活用計画(素案)
◆社会教育課 図(☎042-438-4079)

策定趣旨	文化財の保存・活用を推進し、文化財を生かしたまちづくりを目指す計画を策定します。
閲覧方法	1月15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	1月15日(金)～2月12日(金)(必着)
提出方法	①持参(保谷庁舎3階) ②郵送(〒202-8555市役所社会教育課) ③ファクス(☎042-438-2021) ④市HPから
検討結果の公表	3月(予定)

事案名 耐震改修促進計画(案)
◆都市計画課 図(☎042-438-4051)

策定趣旨	現在の耐震基準で建てられていない住宅・建築物の耐震化を促進し、災害に強いまちづくりを実現するために、平成20年3月に策定された現行計画を計画期間満了に伴い改定します。このたび、案がまとまりましたので、市民の皆さんのご意見を募集します。
閲覧方法	1月21日(休)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	1月21日(休)～2月22日(月)(必着)
提出方法	①持参(保谷庁舎5階) ②郵送(〒202-8555市役所都市計画課) ③ファクス(☎042-438-2022) ④市HPから
検討結果の公表	3月(予定)

災害に強いまちづくりを進めています

分譲マンション耐震アドバイザー

耐震診断・改修の専門家を派遣します。
内 ①耐震診断・改修に係る区分所有者間の合意形成に関すること
②耐震診断・改修の必要性や改修に至るまでの取組方法に関すること

対 分譲マンションの管理組合^{など}
□派遣回数^{など} 同一の分譲マンションに対して1回2人、計3回^{まで}
※そのほか詳細な条件がありますので、必ず事前にお問い合わせください。

木造住宅の耐震診断・耐震改修などの費用助成

木造住宅の耐震診断・耐震改修・耐震シェルター設置費用の一部を助成します。

耐震診断費用の助成

□対象建築物 昭和56年5月31日以前の建築で、現に居住している市内の木造住宅

□助成金額 6万円を上限に、耐震診断費用の2分の1以内

耐震改修費用の助成

□対象建築物 耐震診断を行った結果、現行の耐震基準に適合せず、市の定める基準に沿って耐震改修を行った住宅
□助成金額 30万円を上限に、耐震改修費用の3分の1以内
※別途、所得税の特別控除制度がありますので、お問い合わせください。

耐震シェルター設置費用の助成

対 65歳以上の方または身体障害者手帳(1～4級)所持者を含む世帯

□対象建築物 昭和56年5月31日以前の建築で、現に居住している市内の

木造住宅
□助成金額 30万円を上限に、設置費用の10分の9以内

診断・改修共通事項

診断機関は「(社)東京都建築士事務所協会北部支部の会員」「東京都木造住宅耐震診断事務所登録制度実施要綱に基づく耐震診断事務所」「建築士で市長が認めたもの」に指定しています。

診断・改修・シェルター設置共通事項

●助成金額は、1,000円未満の端数を切り捨て

●助成金の交付は、同一の住宅に対して診断で1回、改修またはシェルター設置どちらか1回を限度とし、いずれも完了後に交付

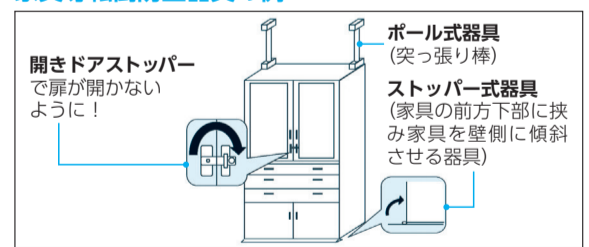
※そのほか助成条件がありますので、必ず事前にお問い合わせください。申請前に着工した場合は、助成できませんのでご注意ください。

◆都市計画課 図(☎042-438-4051)

家具等転倒防止器具取付け等サービス

高齢者世帯・障害者世帯に「家具等転倒防止器具取付け等サービス」を実施します。
器具の説明が記載されているチラシを高齢者支援課・障害福祉課で配布しています。詳細は、下表をご覧ください。

家具等転倒防止器具の例



サービス詳細

	高齢者世帯	障害者世帯
対象世帯	65歳以上の方のみの世帯(老人福祉施設などに入居している方を除く)	身体障害者手帳4級以上または愛の手帳4度以上をお持ちの方のみの世帯
種類	※1世帯につき1回の ^み 。過去に給付を受けた世帯は対象外	
①器具の給付・取付け	1世帯につき給付する器具料金上限額4,000円(税込み)	
②器具の取付け ^{のみ}	1世帯につき3カ所 ^{まで} ※業者が取り付けできる器具をお持ちの世帯 ^{のみ}	
申請期間	1月15日(金)～2月26日(金)	
持ち物	印鑑 ※代理人が申請する場合は、委任状が必要	
申請書配布・受付	高齢者支援課(保谷保健福祉総合センター1階・田無庁舎1階)	障害福祉課(両庁舎1階)
問い合わせ	高齢者支援課 図(☎042-438-4028)	障害福祉課 図(☎042-438-4034)



来月から**税**の申告が始まります

1月29日(金)～2月5日(金)に開設する出張窓口(下表参照)もご利用ください

申告期間

2月16日(火)～3月15日(火)

市民税・都民税の申告は市役所へ(平成28年度)

◆市民税課 ☎(☎042-460-9827・9828)

市民税・都民税の申告

□申告が必要な方

①平成28年1月1日現在、西東京市内に住所があり、次に該当する方

- 平成27年中に所得があった方
- 所得がない場合でも国民健康保険、後期高齢者医療保険に加入している方

②平成28年1月1日現在、西東京市外に住所があり、西東京市内に事務所・事業所・家屋敷などがある方

③給与所得者で次に該当する方

- 勤務先から西東京市に給与支払報告書の提出がなかった方
- 地代・家賃・原稿料・年金など、給与所得以外の収入があった方

※給与所得または公的年金の所得だけの方で、勤務先などから市へ支払報告書の提出をした方でも、扶養親族や生命保険料などの控除が、支払報告書の内容から変更になる場合は申告が必要です。

※所得税の確定申告書を税務署に提出する方は、市民税・都民税の申告は不要です。

◆申告用紙の郵送と配布

申告書は1月22日(金)に次の方へ発送予定です。

- ①昨年、市民税・都民税の申告書を提出した方
- ②昨年、西東京市に転入し、かつ国民健康保険に加入した方

市民税・都民税の申告が必要な方で、申告書が届かなかった方には、次の場所で配布します。

□申告書配布場所

場所	日程
田無庁舎	4階市民税課 2月1日(月)～15日(月)
	2階申告会場 2月16日(火)～3月15日(火)
保谷庁舎1階臨時窓口	2月1日(月)～3月8日(火)
防災センター	3月9日(水)～15日(火)
柳橋・ひばりヶ丘駅前出張所	2月1日(月)～3月15日(火)

※土・日曜日、祝日を除きます。
※所得税の確定申告書も上表のとおり配布します。所得税の確定申告書のダウンロードや作成は、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」からも行えます。

所得のなかった方も申告を

平成27年中に所得のなかった方も申告することで、非課税証明書の発行(都営住宅の収入報告、シルバーパス申請などに必要)、国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の算定、老齢福祉年金など各種年金の支給、後期高齢者医療被保険者証の発行などの基礎資料になりますので、申告書裏面の「所得(収入)のなかった方」欄や、申告書表面の該当箇所に記入し、提出してください。

申告の際に必要なもの

- ①申告書・印鑑・筆記用具・計算機
- ②源泉徴収票など平成27年中の収入額が分かる書類

③下記の控除を受ける場合

(A)国民健康保険料・後期高齢者医療保険料(保険年金課)、介護保険料(高齢者支援課)…平成27年中に支払った金額を計算してあれば、領収書などの控除証明書の添付は不要です。平成27年中に支払った金額が不明な場合は、各担当課で確認できます。

(B)国民年金保険料、生命保険料、地震保険料、医療費控除、寄附金控除…平成27年中に支払った金額が分かる控除証明書などの添付が必要です。

④領収書原本(医療費控除の申告の方)
※あらかじめ合計額を計算してお越してください。

⑤障害者手帳または認定書(障害のある方)

⑥申告者名義の銀行などの口座番号が分かるもの(所得税還付申告の方)

※昨年確定申告をした方は、その控えをお持ちいただくと相談などが速やかにできます。

※源泉徴収票や領収書などの添付書類の写しが必要な方は、あらかじめコピーを取ってください。

◆申告についての注意

①申告期間を過ぎてから申告した場合、課税決定が遅れ、課税・非課税証明書の発行時期も遅れます。また、普通徴収(個人納付)の場合は、納期限が過ぎると通常4回ある納期が減り、一度に納めていただく税額も多くなりますので、お早めに申告をお願いします。

②所得税および市民税・都民税の源泉徴収がお済みで申告不要の配当所得の申告を選択し、所得税の還付および市民税・都民税の控除を受ける場合でも、所得が増えたことにより、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料や介護保険料などが

増額になる場合があります。

③医療費控除に添付する領収書は、平成27年1月1日～12月31日に支払われたものが対象です。今年支払われた医療費は、来年の申告の対象となります。また、栄養ドリンクや日用品の購入費、インフルエンザの予防接種代などは医療費控除の対象外です。

④配偶者やそのほかの親族の年金から差し引かれた介護保険料、後期高齢者医療保険料は、その方が支払われたものとなり、申告者の社会保険料控除の対象とすることはできません。ただし、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料は、口座振替による支払いを選択できますので、その選択をして申告者の口座から振替により支払われた場合には、申告者の社会保険料控除に含めることができます。

⑤住宅ローン控除を受ける初年度は、必ず税務署への確定申告が必要です。下表の会場では相談をお受けできません。

市でご相談・お預かりできる所得税の確定申告書は次のとおりです

□提出のみの方 税額の計算まで内容が全て記入済みの申告書

□簡易な申告の方 給与所得者の還付申告や公的年金などの申告[※]

◆市でご相談できない所得税の確定申告

- ①青色申告の方、収支内訳書ができていない事業所得および不動産所得の申告
- ②土地・建物・株式などの売却による譲渡所得の申告
- ③初めて住宅ローン控除を受ける方の申告
- ④雑損控除・災害減免の申告
- ⑤相続または贈与などに係る生命(損害)保険契約などに基づく年金所得の申告

⑥平成26年分以前の過去の年分の申告[※]

上記①～⑥に該当する方、そのほか特殊な申告は、税務署にご相談ください。なお、ご相談の必要がなく申告書の提出のみの場合は、上記の内容を問わずお預かりできます。

公的年金などの受給者の確定申告不要制度

1年間(1月1日～12月31日)の公的年金などの収入金額が400万円以下で、そのほかの所得金額が20万円以下の方は、所得税の確定申告をする必要がなくなりました。ただし、所得税の還付を受ける場合には、確定申告が必要です。また、確定申告が不要でも、市民税・都民税で「公的年金等の源泉徴収票」に記載のある控除内容を変更・追加する場合は、市民税・都民税の申告が必要です。なお、確定申告書を税務署に提出する方は、市民税・都民税の申告は不要です。

※平成27年分以降は、外国で支払われる年金など所得税の源泉徴収の対象とならない年金を受給している方は、この確定申告不要制度に該当せず、確定申告が必要となります。

市民税・都民税の申告書は郵送でも受け付けます

申告書に必要な事項を記入のうえ、源泉徴収票や証明書類などを添付し、〒188-8666市役所市民税課へ郵送してください。申告書の「控え」部分の返送をご希望の方は、返送先の住所・氏名を記入し、切手を貼った返信用封筒を同封してください(就学援助費の申請などで必要となることがあります)。

市民税・都民税と簡易な所得税の確定申告の相談・申告受付窓口

場所	日程	受付時間	市民税・都民税の申告		所得税の確定申告	
			相談	提出のみ	相談	提出のみ
出張窓口 下保谷福祉会館 芝久保公民館 新町福祉会館 住吉会館ルピナス 柳沢公民館 ひばりが丘公民館	1月29日(金)	午前9時30分～11時30分・午後1時～3時30分 ※午前9時までは会場に入れませんので、ご注意ください。	○	○	-	○
	2月1日(月)		○	○	-	○
	2月2日(火)		○	○	-	○
	2月3日(水)		○	○	-	○
	2月4日(木)		○	○	-	○
田無庁舎2階展示コーナー	2月16日(火)～3月15日(火)	午前9時～午後4時 ※2月19日(金)・26日(金)は、夜間窓口(午後6時～8時)も開設	○	○	○	○
保谷庁舎1階臨時窓口	2月16日(火)～3月8日(火)	午前9時～午後4時	○	○	-	○
防災センター	3月9日(水)～15日(火)		○	○	○	○
防災センター ※税理士による無料申告相談会	2月8日(月)～12日(金)	午前9時30分～午後3時30分	-	-	○	-

※土・日曜日、祝日を除きます。
※「提出のみ」は、税額の計算まで内容が全て記入済みの申告書をお預かりするものです。
※各窓口の受付時間は、混雑の状況により早く締め切る場合があります。
※受付初日と受付締切間際は、窓口が大変混み合います。混雑する時期を避けるなど、ご協力をお願いします。
※車での来場はご遠慮ください。
※税理士による無料申告相談会については、5面をご覧ください。



東村山税務署からのお知らせ

東村山税務署の確定申告 作成会場の開設は2月8日(月)から

《還付申告は、2月15日(月)以前でも提出を受け付けています(土・日曜日、祝日を除く)》

平成27年分の所得税および復興特別所得税の確定申告期間は、
2月16日(火)～3月15日(火)です

※2月5日(金)までは、常設窓口での対応のみとなり大変混雑しますので、来署はご遠慮ください。
※消費税および地方消費税の申告・納税は、3月31日(木)までです。
※贈与税の申告・納税は、2月1日(月)～3月15日(火)です。

■ 東村山税務署
■ (〒189-8555東村山市本町1-20-22・☎042-394-6811)
■ 東村山税務署では、1月から駐車場が使用できません。車での来署はご遠慮ください。

日曜窓口開設

土・日曜日、祝日は閉庁日ですが、税務署では2月21日(日)・28日(日)に限り、確定申告書作成の相談および申告書の受け付けを行います。
※国税の領収・納税証明書発行・電話相談は行いません。

確定申告書はご自分で作成して提出を

申告書の作成に当たり、「所得税および復興特別所得税の確定申告の手引き」や申告書用紙などが、国税庁HPからダウンロードできますのでご利用ください。
国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額などを入力すると税額などが正しく計算され、計

算誤りのない所得税および復興特別所得税、消費税および地方消費税の確定申告書や青色申告決算書などを作成することができます。ぜひご利用ください。

作成した確定申告書は、印刷して税務署へ郵便や信書便による送付、e-Tax(国税電子申告・納税システム)による送信、税務署の時間外収受箱への投函で提出することができます。

申告についてのご質問などは、税務署に電話でお問い合わせください。

「確定申告書等作成コーナー」の操作については、e-Tax作成コーナーヘルプデスク(☎0570-01-5901)にお問い合わせください。3月15日(火)までの確定申告期間の受付時間は、次のとおりです。

- e-Tax受付時間
土・日曜日、祝日を含む24時間
- ※月曜日午前0時～8時30分のメンテ

ナンス時間を除く

- e-Tax作成コーナーヘルプデスク受付時間
月～金曜日(祝日を除く)および2月21日・28日、3月6日・13日(日)の午前9時～午後8時

復興特別所得税の計算をお忘れなく

平成25～49年度分の各年分は、復興特別所得税を所得税と併せて申告・納税することとされています(還付申告でも計算が必要です)。

復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額(原則としてその年分の所得税額)に2.1%の税率を乗じて計算した額です。また、平成25年1月1日～平成49年12月31日に生じる所得については、源泉所得税が徴収されている場合には、復興特別所得税が併せて徴収されています。

便利で安心な振替納税をご利用ください

所得税などの国税は、申告書の提出後に納付書の送付や納税通知などによる納税のお知らせはありません。納付には便利な振替納税をご利用ください。

- 平成27年分確定申告書の振替納付日
 - 所得税および復興特別所得税：4月20日(水)
 - 消費税および地方消費税：4月25日(月)
- また、電子納税をご利用になると、自宅やオフィスなどのインターネットを経由して納付できます。詳細は、税務署管理運営部門までお問い合わせください。

国外財産調書の提出

平成27年12月31日において、価額の合計額が5,000万円を超える国外財産を有する方は、3月15日(火)までに「国外財産調書」の提出をお願いします。

提出がなかった場合や正しく記載されていない場合には、加算税の加重措置が適用されるほか、罰則が適用される場合がありますのでご注意ください。

財産債務調書の提出

所得税および復興特別所得税の確定申告書を提出しなければならない方で、平成27年分の総所得金額および山林所得金額の合計額が2,000万円を超え、かつ、平成27年12月31日において、その価額の合計額が3億円以上の財産またはその価額の合計額が1億円以上の国外転出特例対象財産を有する方は、3月15日(火)までに「財産債務調書」の提出をお願いします。

提出がなかった場合や正しく記載されていない場合には、加算税の加重措置が適用される場合がありますのでご注意ください。

⚠「にせ税理士」にご注意を

納税者の依頼による税務代理、税務書類の作成および税務相談を、税理士資格のない者が行うことは税理士法によって禁止されています。税務書類の作成は、正規の「税理士」に依頼しましょう。

にせ税理士の情報は税務署総務課へ、税理士に関するお問い合わせは、東京税理士会東村山支部(☎042-394-7038)へご連絡ください。

税理士による無料申告相談

～申告書を作成して提出できます～

東京税理士会所属の税理士による無料申告相談を開催しますので、ぜひご利用ください。小規模納税者の所得税および復興特別所得税・個人消費税、年金受給者・給与所得者の所得税および復興特別所得税の申告(土地・建物・株式などの譲渡所得のある場合を除く)を作成して提出できます。申告書などの提出のみの場合は、直接税務署に提出してください(郵送可)。

持筆記用具・計算器具・申告書の控え(前年以前に申告した場合)
※申告に必要な添付書類がある場合は持参してください。
※受付時間は、混雑状況により早く締め切る場合があります。初日の午前中は特に混雑しますので、2日目以降や午後からの来場をご検討ください。
※所得金額が高額な方や相談内容が複雑な方は、税務署をご利用ください。
※車での来場はご遠慮ください。

□税理士による無料申告相談

場所	日程	受付時間
防災センター	2月8日(月)～12日(金) ※祝日を除く	午前9時30分～午後3時30分

平成28年度税制改正の主な内容 市民税・都民税 ここが変わります

ふるさと納税の見直しを行います。

◆ふるさと納税とは

都道府県または市区町村へ寄附した際に、寄附金額に応じた一定金額が、寄附した翌年に課税される市民税・都民税から控除される制度です。

◆特例控除限度額の引き上げ

ふるさと納税に係る寄附金税額控除について、基本控除に加算される特例控除額の上限が、市民税・都民税所得割額の1割から2割に引き上げられました。

◆ふるさと納税に関する申告手続きの簡素化(平成27年4月1日以降実施の寄附から適用)

確定申告が不要な給与所得者などが

ふるさと納税を行った場合には、確定申告を行わなくても寄附金税額控除が受けられる仕組み「ふるさと納税ワンストップ特例制度」が創設されました。特例の適用を受けるには、ふるさと納税先の自治体数が5団体以内であり、ふるさと納税を行う際に各ふるさと納税先の自治体にこの特例の適用に関する申請書を提出する必要があります。5団体を超える自治体にふるさと納税を行った方や、ふるさと納税の有無にかかわらず確定申告や市民税・都民税申告を行う方が寄附金税額控除を受けられる場合には、これまでと同様に寄附金の控除を申告する必要があります。

事業主の皆さんへ 東京都と都内市区町村からのお知らせ

平成29年度から個人住民税の特別徴収を徹底します。

◆特別徴収とは

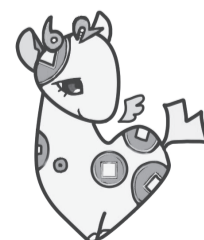
従業員の個人住民税は、事業主が従業員に代わり、毎月給与から個人住民税を差し引き、納入していただく「特別徴収」が原則となっています。※従業員が常時10人未満の場合は、従業員がお住まいの市区町村に申請書を提出し承認を受けることで、年12回の納期を年2回にすることができる「納期の特例」の制度があります。

◆特別徴収のメリット

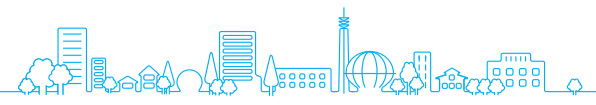
所得税のように、税額の計算や年末調整をする手間が不要です。事業主の

皆さんは、特別徴収の実施に向けてご準備をお願いします。

- ◆市民税課 ☎(☎042-460-9827・9828)



個人住民税PRキャラクター
ぜいきりん



平成28年度に採用する嘱託員を募集

募集職種・問い合わせ先	採用人数	応募資格	試験日	受付期間	報酬額
公衆衛生栄養相談員 問 健康課 係(電 042-438-4021)	1人	次の全てに該当する方 ①栄養士法により登録された管理栄養士の方 ②地域保健事業(母子・成人)の経験があり、母子保健事業の個別・集団指導の経験が5年以上ある方 ③普通自動車運転免許がある方 ④パソコンの基本操作ができる方	1月29日(金)	1月15日(金)～21日(木)	日額 14,000円
公衆衛生歯科相談員 問 健康課 係(電 042-438-4021)	1人	次の全てに該当する方 ①歯科衛生士法による歯科衛生士の免許がある方 ②地域保健事業(母子・成人)の経験があり、母子保健事業の個別・集団指導の経験が5年以上ある方 ③普通自動車運転免許がある方 ④パソコンの基本操作ができる方			
母子保健コーディネーター 問 健康課 係(電 042-438-4021)	1人	次の全てに該当する方 ①保健師助産師看護師法による助産師の免許がある方 ②地域保健事業(母子・成人)の経験があり、母子保健事業の個別・集団指導の経験が5年以上ある方 ③普通自動車運転免許がある方 ④パソコンの基本操作ができる方			
図書館嘱託員(月給制) 問 中央図書館 係(電 042-465-0823)	16人	次のいずれかに該当する方 ①司書または司書補の資格がある方 ②図書館法(昭和25年法律第118号)第2条第2項に規定する公立図書館で3年以上の勤務経験がある方	1月30日(土)		月額 140,400円 ～180,720円
図書館嘱託員(時給制) 問 中央図書館 係(電 042-465-0823)	2人	次のいずれかに該当する方 ①司書または司書補の資格がある方 ②図書館法(昭和25年法律第118号)第2条第2項に規定する公立図書館で3年以上の勤務経験がある方			時間額 1,440円
国民健康保険料収納推進嘱託員 問 保険年金課 係(電 042-460-9824)	2人	次の全てに該当する方 ①国民健康保険に深い理解と関心を持ち、収納事務に熱意のある方 ②パソコンの基本操作ができる方	2月6日(土)	1月15日(金)～25日(月)	月額 165,000円
学校事務嘱託員 問 教育企画課 係(電 042-438-4070)	14人	次の全てに該当する方 ①1日6時間、週5日の勤務ができる方(学校行事により、土・日曜日勤務で平日に振替あり) ②パソコン操作に習熟した方			1月15日(金)～27日(水)
介護支援専門員等嘱託員 問 高齢者支援課 係(電 042-438-4030)	1人	介護支援専門員の資格がある方	2月7日(日)	1月15日(金)～29日(金)	月額 195,300円
乳幼児等医療事務嘱託員 問 子育て支援課 係(電 042-460-9840)	1人	次の全てに該当する方 ①医療事務の経験がある方または知識がある方 ②ワード・エクセルなどのパソコンの基本操作ができる方 ③週5日の勤務ができる方			日額 8,040円
放置自転車対策嘱託員 問 道路管理課 係(電 042-438-4057)	1人	次の全てに該当する方 ①普通自動車運転免許がある方 ②パソコンによるデータ入力ができる方 ③自動車への自転車積み降ろしができる方	2月8日(月)	1月15日(金)～25日(月)	月額 168,800円
学校司書 問 教育指導課 係(電 042-438-4075)	7人	司書または司書教諭の資格がある方(取得見込みの方を含む)	2月13日(土)	1月15日(金)～22日(金)	日額 8,640円
スクールアドバイザー 問 教育指導課 係(電 042-438-4075)	1人	公立の小・中学校において管理職経験がある方			日額 12,500円
学習支援員 問 教育指導課 係(電 042-438-4075)	1人程度	次のいずれかに該当する方 ①小学校教諭免許がある方(取得見込みの方を含む) ②学校教育法(昭和22年法律第26号)の規定による大学において心理学、教育学もしくは児童学を専修する学科またはこれらに相当する課程を修めて卒業した方			時間額 1,500円
文化財保護専門員 問 社会教育課 係(電 042-438-4079)	1人	次のいずれかに該当する方 ①大学において民俗学、歴史学、考古学のいずれかを専攻した方もしくはこれと同程度の専門知識がある方、または学芸員の資格がある方 ②埋蔵文化財に関し調査を実施した経験と技術があり、発掘調査報告書の執筆および編集を行うことができる方 ③文化財に関する資料、郷土に関する民俗資料そのほか必要な資料などの作成・収集・保存・展示・研究を行うことができる方	2月13日(土)	1月15日(金)～27日(水)	時間額 2,700円
公民館専門員 問 柳沢公民館 係(電 042-464-8211)	6人程度	次のいずれかに該当する方 ①平成28年3月までに社会教育主事・主事補資格取得または取得見込みの方 ②平成28年3月までに教諭免許(小・中・高不問)取得または取得見込みの方 ③社会教育関係施設で3年以上の勤務経験がある方			月額 172,800円
公民館保育員 問 柳沢公民館 係(電 042-464-8211)	10人程度	次のいずれかに該当する方 ①平成28年3月までに保育士資格取得または取得見込みの方 ②平成28年3月までに幼稚園教諭免許取得または取得見込みの方 ③学習支援保育を理解し、乳幼児の保育に関する知識がある方			1月15日(金)～2月5日(金)
西原総合教育施設受付管理業務嘱託員 問 学校運営課 係(電 042-438-4072)	1人	パソコンの基本操作ができる方	2月14日(日)	1月15日(金)～29日(金)	時間額 1,340円
中学校栄養嘱託員 問 学校運営課 係(電 042-438-4073)	4人	次の全てに該当する方 ①栄養士または管理栄養士の方(平成28年3月31日までに登録見込みの方を含む) ②パソコンの基本操作ができる方			日額 8,340円
消費生活相談嘱託員 問 協働コミュニティ課 係(電 042-438-4046)	1人	公的機関において相談員として1年以上の実務経験(平成28年4月1日現在での見込み可)があり、パソコンによる相談情報の検索および入力ができる方で、次のいずれかの資格がある方 ①(独)国民生活センターが認定する「消費生活専門相談員」 ②(財)日本消費者協会が付与する「消費生活コンサルタント」 ③(財)日本産業協会が付与する「消費生活アドバイザー」			日額 13,000円
介護保険料収納推進嘱託員 問 高齢者支援課 係(電 042-438-4031)	1人	次の全てに該当する方 ①介護保険に深い理解と関心を持ち、収納事務に熱意のある方 ②パソコンの基本操作ができる方	2月14日(日)	1月15日(金)～2月4日(木)	月額 165,000円
介護保険認定調査嘱託員 問 高齢者支援課 係(電 042-438-4032)	7人程度	介護支援専門員の資格がある方			月額 195,300円
住居確保給付金就労支援相談員 問 生活福祉課 係(電 042-438-4022)	1人	次の全てに該当する方 ①生活困窮者自立支援法における就労支援および住居確保給付金事業を理解し、就労の促進に熱意がある方 ②公共職業安定所などで職業紹介業務の実務経験がある方または会社などで就労支援経験がある方			日額 9,300円
生活保護面接相談員 問 生活福祉課 係(電 042-438-4025)	1人	次の①・②または①・③に該当する方 ①要保護者の自立の助長に理解と熱意がある方 ②社会福祉行政または社会福祉施設での相談業務経験が3年以上ある方 ③社会福祉士および精神保健福祉士の資格があり、相談業務経験が1年以上ある方	2月17日(水)	1月15日(金)～25日(月)	月額 195,300円
社会保険等事務嘱託員 問 職員課 係(電 042-460-9813)	1人	社会保険労務士の資格がある方			日額 9,300円
建築行政嘱託員 問 都市計画課 係(電 042-464-1311 内線2461)	1人	次の全てに該当する方 ①特定行政庁たる地方公共団体において建築基準行政事務に3年以上携わったことのある方 ②建築に関する分野において専門的知識および能力がある方	2月17日(水)	1月15日(金)～25日(月)	月額 195,300円

※書類選考および面接試験により選考します。 ※年齢の上限なし ※市外在住の方も受験可 ※報酬額は平成27年度実績などです。詳細は、各問へご連絡ください(土・日曜日、祝日を除く。図書館は月曜日が休館日)。 ※応募の際は募集要項を必ずご確認ください。募集要項は①各問の窓口 ②職員課(田無庁舎5階) ③保谷庁舎総合案内(保谷庁舎に問い合わせ先がある職種を除く)で、1月15日(金)から各職種の受付期間終了日まで配布します(市HPからもダウンロード可)。



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】〒202-8555 市役所健康課
※往復はがきの返信用には、住所・氏名を記入

☑往復はがき・Eメール	☒はがき・Eメール	☒はがき
【事業名】申し込み ①住所 ②氏名(ふりがな) ③生年月日(年齢) ④電話番号	【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 ⑦パパの参加予定日(例)両日、2日目のみ	【高齢者肺炎球菌予防接種】申し込み ①住所 ②氏名(ふりがな) ③性別 ④生年月日 ⑤電話番号 ⑥過去の肺炎球菌予防接種の有無(ありの場合は接種年月日)

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法 [※]
男性の基本料理教室 【地域活動栄養士会・歯科衛生士による、料理の基本・調理実習と試食・歯の話】	2月19日(金)午前10時～午後1時/ 田無総合福祉センター	料理未経験者または初心者の男性/ 20人(申込多数の場合は抽選)	往復はがきまたはEメール(記入例☑参照) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効)：1月22日(金)
薬膳料理講習会	3月4日(金)午前10時～午後1時/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/ 20人(申込多数の場合は抽選)	往復はがきまたはEメール(記入例☑参照) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着)：2月5日(金)
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。	2月9日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター	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】	2月15日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/各日3人(申込順)	2月10日(水)までに電話予約
	2月17日(水)午前9時～11時15分/ 田無総合福祉センター		2月12日(金)までに電話予約
サンテカレッジ 栄養ミニ講座(初級) 【血圧が高いと言われたときに自分でできること】	2月17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)	2月12日(金)までに電話予約
サンテカレッジ 運動講座 【今からはじめる運動習慣のための基礎3日間コース】	1月27日(水)、3月23日(水)午前9時30分～11時30分/ 田無総合福祉センター ※3日間コースの2日目から	市内在住の方/ 20人程度(申込多数の場合は抽選) ※保育あり	1月20日(水)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】	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日間コースの最終回	市内在住の方/ 20人程度(申込多数の場合は抽選)	2月1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のできる体操】	2月3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】	2月3日(水)午後2時15分～3時15分・ 2月18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 [※] 】	第15コース ：2月5日(金)・27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15コース ：5月16日～7月11日 第16コース ：6月12日～7月31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15コース ：1月20日(水)まで 第16コース ：2月5日(金)～15日(月)
	第16コース ：3月4日(金)・26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		

子ども ◆健康課 ☎(042-438-4037) ※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 1月21日(水)・28日(水)、2月4日(水)・25日(水) 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	BCG予防接種 生後5カ月になる前のお子さん、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歳になる前日までに、まだBCG接種を受けていないお子さん	1歳児お誕生相談会 時 1月18日(月)・25日(月)、2月8日(月)・22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 1月26日(火)、2月9日(火)・23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 1月20日(水)・27日(水)、2月3日(水)・17日(水)・24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)
--	--	--	--	--

健康ガイド

■高齢者肺炎球菌予防接種 申込締切間近
接種には事前申込が必要です。平成27年度実施分の接種を希望する方は、お早めに申し込んでください。
□実施期間 3月31日(水)まで
☒ 次のいずれかに該当する方
①接種日に65歳以上の方 ②接種日に60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方
¥5,200円(生活保護受給証明書などを医療機関に持参すれば無料)
申 2月15日(月)(消印有効)までに、①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) ②はがき(記入例☒参照)で
◆健康課 ☎(042-438-4021)

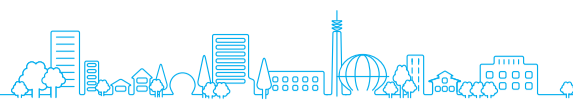
■健康セミナー「アクティブガイド+10」～健康づくりのための身体活動指針～
今より10分多く体を動かすだけで、健康寿命を延ばせます。「運動する時間がない」「今の体力を知りたい」「いつまでも元気でいたい」という方、一緒に運動

のきっかけをつくりませんか。
◆健康寿命をのばそう
時 2月1日(月)午前9時30分～11時
場 きらっと
☒ ロコモチェック・バランス測定・元気な足腰づくりの運動
◆健康のための一歩を踏み出そう
時・場 2月11日(祝)
午前9時30分～11時・きらっと
午後1時～2時30分・スポーツセンター
☒ 簡易筋力測定・自宅や仕事の合間に10分のできる運動
□共通事項
☒ 15歳以上の方(中学生を除く)
定 各回30人(申込順)
¥各500円
申 1月18日(月)から、スポーツセンター・きらっと・総合体育館で申込用紙を記入し、参加費を添えて窓口へ
※両方またはいずれかの参加も可
問 スポーツセンター
(☎042-425-0505)
◆スポーツ振興課 ☎(042-438-4081)

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
17日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	ひがき医院 芝久保町1-11-10 ☎042-462-5521	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
24日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	なかじょう内科 住吉町3-9-8 ひばりヶ丘メディカルプラザ2階 ☎042-438-6117	
31日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	やぎさわ循環器クリニック 保谷町4-5-6 野口ビル1階 ☎042-451-5072	
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		
17日	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 ☎042-461-1100	31日	はせがわ歯科クリニック 田無町3-1-13 ラ・ベルドゥーレ田無101 ☎042-450-5800
24日	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎042-421-4029		



お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

シニア対象パソコン教室(2月)

- ①パソコンの始め方と入力(無料)
時 4日(休)午後1時～4時
 - ②パソコン入門講座(全4回)
時 5・12・19・26日(金)の午前
 - ③ワード初級講座(全4回)
時 2・9・16・23日(火)の午前
 - ④エクセル初級講座(全4回)
時 2・9・16・23日(火)の午後
 - ⑤パソコンの楽しい活用講座(月4回)
時 5・12・19・26日(金)の午後
- ※⑤の詳細は、資料をご請求ください。
- 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 ①②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)
¥ ②～④6,000円 ⑤各回1,500円
申 ①②は1月26日(火)、③④は1月22日(金)、⑤は各回10日前までに、往復はがきに希望講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し問へ
問 西東京市シルバー人材センター(〒202-0021東伏見6-1-36・☎042-425-6611)

後見人のつどい

- 後見業務を行う上での困り事や疑問について意見交換を行います。
- 時 1月27日(水)午後2時45分～4時
場 保谷東分庁舎
内 (公社)家庭問題情報センター(FPIC)の相談員を交えた座談会
対 市内在住で、親族後見人などに就任している方・就任予定や検討中の方
申 電話・ファクスで問へ(申込順)
問 権利擁護センターあんしん西東京(☎042-438-3776)

講演会 自分の望む医療を受けるために～信頼できる「かかりつけ医」の探し方～

- 困ったとき信頼して相談できる「かかりつけ医」はいますか？在宅で医療を受ける心構えも含めて、患者・家族として準備できることを一緒に考えましょう。
- 時 2月5日(金)午後3時～5時
対・定 市内在住・在勤の方・80人(申込順)
申 1月29日(金)までに電話で問へ
場・問 東京都多摩小平保健所保健医療係(小平市花小金井1-31-24・☎042-450-3111)

平成29年春採用 自衛隊一般・技術幹部候補生募集

- 自衛隊の指揮官・技術研究者などの幹部自衛官を養成するもので、約1年間の基本教育の後、各部隊・研究所などで主に総合職として勤務します。
- 応募資格 20歳以上26歳未満
※22歳未満は大学卒業見込みを含む
※大学院修了者は28歳未満
□一次試験 5月上旬

福祉のしごと 相談・面接会

- 時・場 2月4日(水)午後1時～4時(受付：3時30分まで)・田無庁舎2階
内 施設・事業所による採用に向けた相談・面接
対 福祉の仕事に関心はあるが、よく分からないという方・地域で福祉の仕事をしたい方(短時間勤務も可)
問 西東京市社会福祉協議会(☎042-438-3774)

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 1月19日(火)午前8時30分(★印は、1月5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。
問 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	1月27日(水)・29日(金)、2月4日(水)・5日(金) 午前9時～正午 ※2月4日(水)は人権・身の上相談を兼ねる
	保	1月28日(木)は午前9時～正午で、人権・身の上相談を兼ねる 2月2日(火)・3日(水)・9日(火)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	2月4日(水)
	保	★1月28日(木)
税務相談	田	1月22日(金)
	保	2月5日(金)
不動産相談	田	2月4日(水)
	保	2月15日(月)
登記相談	田	2月15日(月)
	保	2月18日(木)
表示登記相談	田	2月15日(月)
	保	2月18日(木)
交通事故相談	田	2月10日(水)
	保	★1月27日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	2月8日(月)
行政相談	田	2月19日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	★2月3日(水)

- 受付期間 3月1日(火)～5月1日(日)
※詳細は、お問い合わせください。
問 自衛隊西東京地域事務所(☎042-463-1981)

市民公開講座

- 時 1月22日(金)午後3時～4時
場 コール田無 ※当日、直接会場へ
内 どうすればいいの？ピロリ菌対策！～胃がんからあなたを守る1つの方法～
定 60人(先着順)
問 佐々総合病院(☎042-461-1535)

新春わくわく寄席

- 時 1月17日(日)午後1時(正午開場)
※当日、直接会場へ
場・問 保谷苑(栄町3-6-2・☎042-423-5002)

合同就職面接会 in 西東京

- 時 2月10日(水) ①午前10時～正午
②午後1時30分～4時30分
場 きらっと
内 ①直前対策セミナー
②合同就職面接会
※参加企業…10社程度
申 ①は電話で問へ
②は当日、直接会場へ(受付：3時30分まで)
※詳細は、問のHPまたは市報平成27年12月15日号をご覧ください。
□共催 東京しごとセンター多摩
問 東京しごとセンター多摩(☎042-329-4524)
◆産業振興課保(☎042-438-4041)

中学・高校生年代イベント パフォーマンス翔!笑?! SHOW!!!

- 高校生スタッフが企画・運営しているイベントです。市内や近隣の中学生・高校生がパフォーマンスを発表します。お笑い芸人のゲスト出演もあります！
- 時・場 2月6日(土)午後2時30分(2時15分開場)・西東京市民会館
対・定 小学生以上・500人
申 1月16日(土)～2月5日(金)に、各児童館で無料チケットを配布
※チケットは、なくなり次第終了。当日券は空席が出た場合のみ発行

- ※詳細は、市HP「にしとうきょうキッズ!」をご覧ください。電話で問へ
問 中町児童館(☎042-422-8800)
◆児童青少年課(☎042-460-9843)



防災イベント

平成7年1月17日の「阪神・淡路大震災」を機に、1月15日～21日は「防災とボランティア週間」と定められました。災害時のボランティア活動や防災活動への参加を促すため、市でも防災イベントを開催します。

◆危機管理室(☎042-438-4010)

- 時 1月24日(日)午前10時～午後2時 場 保谷庁舎敷地内・防災センター

- 内 ●防災ラリー…会場各所を回り、課題をクリアした方に参加賞をプレゼント
●備蓄食料体験…アルファ化米の炊き出し(試食は午前11時から) ※なくなり次第終了
●はしご車体験(西東京消防署)…災害現場で活躍するはしご車の試乗
対・定 小学生以上・午前・午後各15組(整理券を配布)
●起震車体験(西東京消防署)…起震車で大地震を体感
●パネル展示(田無警察署)…災害時の活動などの写真展示
●消防団PRコーナー…活動紹介
※各内容は、一部変更の場合あり

1月18日(月)～22日(金)の間、防災センター4階「防災展示コーナー」の一部を田無庁舎2階展示コーナーへ出張開設します。

1月26日は文化財防火デー

今年で62回目となる文化財防火デー。昭和24年1月、奈良県の法隆寺で火災が発生しました。原因は、修理中の金堂で作業員が使用していた電気座布団の電源の切り忘れでした。このほか、同年には松山城や松前城も焼損しました。

これを機に「先人たちが残した文化財を火災から守ろう」という世論が高まり、昭和30年から1月26日を文化財防火デーとしました。文化財の防火設備の点検・整備はもとより、消防演習などを実施して文化財を火災から守る運動を展開しています。

木・紙などの可燃物で造られている

ものが多い文化財は、一度火がつくと大火災になりやすく、非常に危険です。文化財の防火は、所有者・管理者だけでは難しく、地域住民や消防機関が一体となって取り組む必要があります。

市内にも多数の貴重な文化財が現存しており、これらの文化財を守るために火災予防を推進していきます。

□文化財の防火対策

- 文化財周辺の環境整備
 - 裸火使用や喫煙禁止区域内の巡視
 - 文化財周辺地域住民との連携強化
- 問 西東京消防署(☎042-421-0119)
◆危機管理室(☎042-438-4010)

イベント NEWS

もっと知ろう！楽しもう！

第7回NPO市民フェスティバル
～あなたを変える、市民活動！～

1月23日(土)

午前10時30分～午後4時

1月24日(日)

午前10時30分～午後3時30分

アスタビル2階センターコート

元気に活動する市民活動団体を展示や発表で楽しくご紹介します。

内 パネル展示・パフォーマンス・プレゼンテーション・ワークショップ等

問 市民協働推進センター(☎042-497-6950・FAX 042-497-6951)

✉ yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp)

◆協働コミュニティ課保

(☎042-438-4046)

NPO等企画提案事業 孤育てより共育て
講演会「ママのおなかをえらんできたよ」

1月23日(土) 午後3時30分

武蔵野徳洲会病院(向台町3-5-48)

世界的に有名な胎内記憶研究の第一人者である池川明さんから、生まれる前の記憶について聞いてみませんか。

定 100人(申込順)

申 こくちーずHP <http://kokucheese.com/event/index/352028/>から

問 ラララ♪MaMa(☎050-3706-2916)

◆協働コミュニティ課保

(☎042-438-4046)

武道体験会

1月24日(日)

午前10時～正午・午後1時～3時
スポーツセンター ※当日、直接会場へ□種目 ①剣道(午前の部) ②空手 ③剣道 ④少林寺拳法(午前の部) ⑤なぎなた
※剣道を除き幼児可

対 市内在住・在勤・在学の小学生以上

持 動きやすい服装・上履き・飲み物・タオル

※詳細は、問のHPをご覧ください。電話で問へ

問 NPO法人西東京市体育協会

(☎042-425-7055)

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4081)

©東京都スポーツ推進大使
ゆりーと #0019FC東京・市民スポーツボラン
ティア新規会員説明会

1月30日(土)

午後1時～2時(受付:午後0時30分)

鹿島建設技術研究所(京王線飛田給駅
南口徒歩2分) ※当日、直接会場へ

FC東京・市民スポーツボランティア(通称「スポボラ」)は、主に味の素スタジアムで行われるJリーグFC東京

のホームゲーム運営をボランティアスタッフとして支え、チームと共に戦っています。ぜひ一緒に活動しませんか。

内 活動内容の紹介、会員登録・活動参加方法の説明等

対 15歳以上の方(中学生は3月卒業見込みの方)

※18歳未満の方は要保護者承諾

持 写真(縦3cm×横2.5cm)2枚

※18歳未満の方は保護者の署名・押印のある登録申込書が必要となるため、本人のみで参加する場合は、後日、手続きが必要となります。

問 FC東京・市民スポーツボランティア事務局(☎042-343-9540)

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4081)

認知症サポーター養成講座

1月30日(土)

午後2時～3時30分(1時45分開場)
芝久保公民館

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、基本的なところから学んでみませんか。

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、本講座を受講したことのない方

定 50人(申込順)

申 1月25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。

◆高齢者支援課保

(☎042-438-4029)

障害者サポーター養成講座

1月30日(土) 午後3時から50分程度

障害者総合支援センターフレンドリー

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。

申 前日までに、電話・ファクスで、氏名・電話番号を添えて問へ

※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ドナとキーホルダーを差し上げます。

問 社会福祉法人さくらの園・カノン(☎042-452-7062・FAX 042-452-3782)

◆障害福祉課保

(☎042-438-4033)

親子で野菜大好きクッキング
まちの元気野菜でここに家族！

2月6日(土)

午前10時～午後0時30分

田無総合福祉センター

まちの畑で育った野菜を使って、おいしい料理体験！市内産農産物の魅力を、親子で楽しんでください。

内 市内産の野菜を使っての料理体験・食育ミニ講座

対 市内在住の小学生以下と保護者

定 8組(16人) ※申込多数の場合は抽選

持 エプロン・三角巾・ふきん

申 1月25日(月)まで(必着)に、往復はがきに事業名・住所・氏名(親子)・年齢・電話番号を明記し、〒202-8555市役所産業振興課へ

◆産業振興課保

(☎042-438-4044)

シンポジウム

西東京市における共生社会の実現

2月6日(土) 午後2時～5時

保谷こもれびホール

地域力の強化・共生社会の実現に向け、皆がいつまでも健康で元気に安心して地域で暮らすために、困難を抱える方をどのように支援していくのか、地域で支える医療・保健・福祉の関係団体の方と一緒に考えます。

内 第1部：子ども・障害者・高齢者各分野の専門家からの報告

第2部：パネルディスカッション

対 市内在住・在勤の方

定 80人(申込順)

申 1月27日(水)必着)までに、はがき・ファクス・Eメールに、件名「シンポジウム受講希望」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・勤務先名と住所(在勤の場合のみ)を明記し、〒202-8555市役所高齢者支援課へ

◆高齢者支援課保(☎042-438-4028)

・FAX 042-438-2827・✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp)

野鳥観察会～早春の渡り鳥～

2月13日(土) 午前10時～正午

石神井川・武蔵関公園周辺

集合：午前9時45分東伏見駅南口

身近な野鳥に親しみ、自然や環境の大切さを学ぶ講座です。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・防寒具・双眼鏡(倍率8倍程度のもの。お持ちの方のみ)

申 1月19日(火)午前9時から、電話・

ファクス・Eメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を添えて問へ

問 エコプラザ西東京(☎042-421-8585・FAX 042-421-8586)

✉ 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)

多摩六都フェア
「映像制作(ドキュメンタリー)
ワークショップ」発表会

3月13日(日)

午後2時(1時30分開場)

保谷こもれびホール

ワークショップで習得した技術を駆使して制作した、多摩六都地域の魅力を市民目線でキラリと発信するドキュメンタリー映像作品を、ぜひご鑑賞ください。

※要入場整理券。1月24日(日)午前9時から、保谷こもれびホール・チケット委託販売店で配布

※詳細は、チラシ・市HP・保谷こもれびホールHPをご覧ください。

問 保谷こもれびホール

(☎042-421-1919)

◆文化振興課保

(☎042-438-4040)



撮影取材の様子

平成28年度手話講習会
(通訳養成クラス受講者募集)

4月～翌年3月の毎週火曜日

午後2時～4時(全35回)

障害者総合支援センターフレンドリー

手話通訳者養成を目的とし、地域登録試験(手話通訳者全国統一試験)に向けた講習会の受講者を募集します。

対 市内在住で、手話講習会上級クラスまたはこれに相当する手話学習を平成27年度中に修了する方

□選考試験

時 2月23日(火)午後2時～4時

場 障害者総合支援センターフレンドリー

内 読み取り・聞き取り表現

申 1月16日(土)～31日(日)までにEメールまたはファクスに住所・氏名・連絡先を明記し問へ

問 西東京市登録手話通訳者の会

(✉nishitokyoshi.shuwakou@gmail.com・FAX 042-438-2275)

・田中☎090-6545-7828 ※午後5時～9時)

◆障害福祉課保(☎042-438-4034)

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8回 男女平等推進センター パリテまつり

自分らしい生き方を育む社会へ

パリテとはフランス語で“平等な”という意味です。

時 2月1日(月)~12日(金)(11日(祝)を除く)
場 住吉会館ルピナス

市では、「一人ひとりが自分らしく自立しいきいきと個性と能力を發揮できる社会をめざす」ことを理念として、市民の皆さんや市民団体の協力を得て、パリテまつりを開催します。この機会に男女平等について一緒に考えてみませんか。

講演会

出会いこそ、生きる力

手話通訳あり 保育あり

時 2月7日(日)午後2時~3時45分
場 4階大広間 ※当日、直接会場へ
講 サヘル・ローズさん(女優・タレント)
<講師紹介> 1985年イラン生まれ。8歳の時に養母と共に来日。高校時代から芸能活動を始め、J-WAVEでラジオDJデビュー。女優・タレント・キャスターとしてテレビ・ラジオ・映画・舞台と幅広く活動を展開している。
※来場者多数の場合は入場制限あり



講座

■平和でなければ、落語で笑ってもらえません! 保育あり
「初の女性真打」が、講座と落語の2本立てで「今」を語ります。

時 2月6日(土)午前10時~正午 ※当日、直接会場へ
講 古今亭菊千代さん(噺家)

■男女がともに元気でやさしく生きるヒント
~看護を通して見えたもの~ 保育あり

訪問看護師が見つめた家族の人間模様から、元気にやさしく生きるヒントを話します。

時 2月6日(土)午後1時30分~3時30分 ※当日、直接会場へ
講 宮子あずささん(看護師)

■インドネシアの多彩な踊りと文化を知ろう
多彩なインドネシアの踊りも披露します。

時 2月6日(土)午後1時30分~3時30分 ※当日、直接会場へ
講 タカハシナオミさん(舞踊家)

■学校では教えてくれない人生とお金の話
要予約 保育あり

女性も男性も豊かに安心して暮らしていくための知恵とは? 漠然とした不安を講師と共に解消しましょう。

時 2月7日(日)午前10時~正午
定 20人(申込順)
講 中川原孝さん(ライフプランナー)

申 NPO法人西東京子育てコム(☎noriko.phn@nifty.com)

体験会

■パソコンで音楽をつくろう 要予約

電子的に音楽を表現する手法の一つである「MIDI(ミディ)」を使って楽譜から音楽を自動演奏する方法を体験してみましょう。

時 2月6日(土)午前10時~正午
定 10人(申込順)
講 村上和光さん(シニア情報生活アドバイザー)
¥500円(テキスト代)
申 NPO法人セプロス(☎042-425-6090・☎ceproce@kch.biglobe.ne.jp)
受付時間:平日午前10時30分~午後4時30分

■クラウドと安全に付き合う方法 要予約

最近話題のクラウドを、マイクロソフト「OneDrive」を例に解説します。

時 2月7日(日)午前10時~正午
定 10人(申込順)
講 河村幹夫さん(シニア情報生活アドバイザー)
¥500円(テキスト代)
申 NPO法人セプロス(☎☎042-425-6090・☎ceproce@kch.biglobe.ne.jp)
受付時間:平日午前10時30分~午後4時30分

■パパの初めてのバルーンアート講座 要予約

子どもに大人気のバルーンアートができるパパになろう!

時 2月6日(土)午後1時30分~4時
定 20人(申込順)
※パパ以外の家族や小学生以下のお子さんも参加可
講 えんでい~さん(バルーンツイスター)
申 西東京市パパクラブ(こくちず ☎http://kokucheese.com/event/index/355857/)

■はじめての自力整体 要予約 保育あり

自分で体のツボ・経絡を刺激しながら、呼吸と気持ちをリラックスさせ整体していく運動です。

時 2月7日(日)午前10時~正午
定 40人(申込順)
講 森崎文字さん(自力整体ナビゲーター)
申 NPO法人ワークーズ・コレクティブちろりん村(☎042-425-0788・☎chirorinmura@mbn.nifty.com)

ワークショップ

■女性が輝いて生きる社会とは?
~女性と貧困~ 保育あり

「女性と貧困」をサブテーマに掲げ、女性が輝いて生きる社会について話し合います。

時 2月7日(日)午前10時~正午 ※当日、直接会場へ
講 白神優理子さん(弁護士)

カフェコーナー

時 2月6日(土)・7日(日)午前10時~午後4時30分
場 1階オープンスペース
内 喫茶・軽食、手作り雑貨、生花販売

つくってあそぼう

時 2月6日(土)午前10時30分~午後2時30分
場 1階交流ホール ※当日、直接会場へ
内 つくってたのしい、あそんでたのしい、てづくりおもちゃ「きらきらペットボトル」
対 お子さんと保護者

パネル・作品展示コーナー

時 開催期間中の午前9時~午後10時(初日は午後1時から)
場 1階交流ホールほか
内 パリテ登録団体による活動内容の紹介や作品、啓発パネルなど

保育ありの保育利用には、別途予約が必要です。申し込みは下記ファクスまたは窓口へ

男女平等推進センターパリテ(住吉町6-15-6 住吉会館ルピナス内)

◆第8回パリテまつり実行委員会・協働コミュニティ課(☎042-439-0075・☎042-422-5375)

大好きです 西東京

市内の情報をお届けします

まちを楽しむ編

西東京市フェイスブック 反響ランキング2015

市公式フェイスブックの運用を開始しては2年。西東京市フェイスブックページの「いいね!」数は、遂に900を超えました(平成27年12月25日時点)。投稿記事へのアクセスも、2014年の1位が2,808リーチ(※)なので、大幅に増えており、情報の拡散性も高まっていることが分かります。

今後もフェイスブックの即時性を生かし、市ホームページにはない情報もたくさん掲載していきますので、どうぞよろしくお願ひします!

※リーチ数:投稿記事へのアクセスを示す数値。管理者のみ閲覧可

1	今年も西東京いこいの森公園にて、西東京市民まつりを開催します! 4,487リーチ (10月26日投稿、119いいね!)
2	いこいなトレイン5月17日出発進行! 4,092リーチ (5月18日投稿、126いいね!)
3	ひまわり畑に行き、迷路を体験してきました 3,975リーチ (8月14日投稿、164いいね!)
4	11月1日、スカイタワー西東京が「オレンジ色」に染まりました! 3,920リーチ (11月2日投稿、85いいね!)
5	10月1日、スカイタワー西東京がピンク色にライトアップされました! 2,937リーチ (10月2日投稿、100いいね!)
6	ホームページに新コーナーを新設しました! 第1弾はいこいなトレイン!! 2,836リーチ (5月14日投稿、85いいね!)
7	西原少年サッカークラブが都大会で優勝しました! 2,745リーチ (1月16日投稿、106いいね!)
8	桜情報! 市内6スポット 2,216リーチ (3月30日投稿、139いいね!)

◆秘書広報課 ☎(☎042-460-9804)

多摩六都科学館ナビ



ロクトサイエンスレクチャー 極地の星空とオーロラ

なぜ地球にはオーロラが光っているのでしょうか。オーロラの不思議、驚き、これからの挑戦についてお話しします。

時 2月6日(土)午後5時10分~6時30分
対・定 小学4年生以上・150人



講 片岡龍峰さん(国立極地研究所准教授)
¥大人500円・4歳~高校生200円
申 1月23日(土)(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

※申込多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を発送

☎多摩六都科学館(〒188-0014 芝久保町5-10-64・☎042-469-6100)

※月曜日・1月26日(火)~28日(休)休館

