



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

- 小学校就学時健康診断…2
- 地域防災計画平成28年修正…3
- ごみ分別アプリに新機能搭載…3
- 胸部健診・胃がん検診…4
- いっぴん総選挙 グランプリ決定…8

No.391
平成28年(2016)

9/15

市役所代表番号 042-464-1311 (平日午前8時30分～午後5時)
 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/>



憩いのまち 西東京市 カードラリー 2016

カードラリーで 西東京を楽しもう!

開催期間
9月24日(土)～
11月26日(土)

昨年、参加者数約4,000人と盛り上がったカードラリーイベントを今年も開催します。カードは全部で30種類。今回は熊本復興支援として「くまモン」カードも登場します！(一部のイベント会場などで募金していただいた方に差し上げます)

今年の秋は、西東京市にゆかりのあるキャラクターなどのカードを集めに出掛けましょう！

企画・実施 J:COM
 産業振興課保
 (042-438-4041)

ステップ3

ゴールカードは

西東京市民まつり

11月12日(土)・13日(日)

TOKYOウォーク2016

11月26日(土)

場 西東京いこいの森公園
カードラリーブース

でゲット!

集めたカードを10種類以上
持って参加するといこいな
キラキラカードがもらえる!

そのほかにもグッズがもらえるチャンス!
詳しくはガイドブックを見てね



ステップ2

カードがもらえる
スポットへ
GO!

ガイドブックに載っているカードがもらえる場所
に行き、スタートカードを見せて、カードをゲット!



ステップ1

スタートカードと
ガイドブックを
ゲットしよう!

カードラリー
ガイドブック

スタート
カード

もらえる場所(午前9時～午後5時)

ひばりヶ丘駅	保谷駅
西武柳沢駅	田無駅
東伏見駅	

※一部イベント会場などでも配布しています。

カードラリー
スタート
イベント

ご当地 キャラクター祭り

●1回目:午前11時 ●2回目:午後2時
場 アスタビル2階センターコート



J:COMチャンネル(11ch)「東京生テレビ」で生中継
時 9月24日(土)午前11時～11時54分



カードラリーの参加方法やイベント内容の詳細は… [西東京市カードラリー](#) で 検索



市 からの 連絡 帳

保険・年金など

ご存じですか 市民課 土曜日窓口

住民票や印鑑登録証明書の交付、転出・転入手続きなどができます。週によって庁舎が替わりますのでご注意ください。
※内容により取扱不可の場合がありますので、事前にお問い合わせください。

時・場 第1・3・5土曜日…保谷庁舎
第2・4土曜日…田無庁舎
午前9時～午後0時30分

※戸籍システム機器の入替に伴い、9月17日(土)は戸籍関係証明書(戸籍謄本・抄本、身分証明書など)の発行を休止します。

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

国民健康保険料納期内納付のお願い

9月30日は国民健康保険料第3期の納期限です。納期限を過ぎると延滞金が発生することがあります。納期内納付にご協力をお願いします。

◆保険年金課 田(☎042-460-9822)

ご存じですか 国民年金保険料の退職特例

国民年金保険料免除・猶予申請や学生特例を行う際に、審査対象者(本人・配偶者・世帯主、学生特例は本人のみ)の中に退職者がいるときは、離職票・雇用保険受給資格者証の写しを申請書類に添付することで、退職者の所得を除外して審査することができます。

※一般的な退職証明書・健康保険資格喪失

失証明書は不可
※退職特例による免除が承認された場合、平成29年度以降の継続審査は利用不可

申請年度	退職特例が利用できる 離職票・雇用保険受給 資格者証の退職日
平成26年度分 (8月～27年6月)	平成24年12月31日～ 平成27年7月30日
平成27年度分 (7月～28年6月)	平成25年12月31日～ 平成28年7月30日
平成28年度分 (7月～29年6月)	平成26年12月31日～ 平成29年7月30日

☎武蔵野年金事務所(☎0422-56-1411)
◆保険年金課 田(☎042-460-9825)

福祉

重症心身障害児(者)通所事業(医療型)新規利用希望者の受付

本事業では、あらかじめ市を通じて利用を希望する施設に通知し、施設ごとに利用者を決定します。

☎平成29年4月から新規に通所を希望する方

☎9月30日(金)までに、直接障害福祉課(保谷庁舎1階)へ

※状況により希望に沿えない場合あり

☐対象施設の例 秋津療育園通園センター・東大和療育センターなど

※詳細は、市HPをご覧ください。

◆障害福祉課 保(☎042-438-4034)

住宅確保要配慮者民間賃貸住宅入居支援・居住継続支援制度

民間賃貸住宅への入居や居住継続にお困りの方に対して支援を行います。

◆住宅探しのお手伝い

市と協定を結んだ保証会社の担当者が不動産会社へ同行するなど、住宅探しのお手伝いをします。

☎どなたでも

◆保証委託契約のあっせん

住宅を借りる際に保証人が見つからない場合は、市と協定を結んだ保証会社の保証委託契約をあっせんします。

☎ ●高齢者世帯(65歳以上のみの世帯)
●障害者世帯(身体障害者手帳4級以上・愛の手帳3度以上・精神障害者保健福祉手帳2級以上の所持者がいる世帯)
●ひとり親世帯(18歳未満の子と父または母いずれかのみ)の世帯)

◆保証委託料の助成

本制度であっせんされた保証会社と保証委託契約を締結した場合、新規契約時と初回更新時の2回分の保証委託料の一部を助成します。

☐助成額 委託料の2分の1(2万円)まで

☎保証会社と保証委託契約を締結した方で、市内に2年以上居住し、市が定める所得基準内にある方
※そのほか詳細な条件がありますので、事前にお問い合わせください。

◆都市計画課 保(☎042-438-4051)

臨時福祉給付金および年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族基礎年金受給者対象)の申請受付中

☐申請期限 12月28日(水)(消印有効)

※詳細は市報9月1日号をご覧ください。

◆臨時福祉給付金窓口
(☎042-497-4976)

子育て・教育

子ども医療費助成制度

～乳・子医療証の送付～

現在④・⑤医療証をお持ちで、現況届が省略となった方、または現況届を提出済みの方には、新しい医療証を9月下旬に送付します。

現況届が必要な方には7月末に書類を送付しています。まだ提出していない方はお早めにご提出ください。本制度の対象となる方で医療証をお持ちでない場合は、申請が必要です。

◆子育て支援課 田(☎042-460-9840)

新規小規模保育事業所の利用者募集(11月1日受入開始)

☐募集事業所

①(仮称)ひばりヶ丘みさと保育園

場 谷戸町2-13-3 1階

☎対・定 ●0歳児(3カ月から)・5人
●1歳児・7人 ●2歳児・7人

②(仮称)Manamana新町保育室

場 新町1-14-6 1階

☎対・定 ●0歳児(5カ月から)・3人
●1歳児・4人 ●2歳児・5人

☎申 10月7日(金)までに必要書類を保育課へ

☐必要書類

●ほかの保育施設などの利用申込をしている方…利用希望施設変更申込書。そのほか、家庭状況など申込内容に変更があった場合は変更に応じた書類

●保育施設などの利用を今年度初めて申し込む方…ほかの保育施設などの利用申込と同じ書類

※詳細は、市HPまたは下記へ

◆保育課 田(☎042-460-9842)

保護者助成金の支給

☎市内在住で次の全てに該当する保護者

●認可外保育施設で東京都の認証を受けている市内外の認証保育所、または市区町村と委託契約を結んで東京都から補助金を受けている市内外の定期的利用保育事業所に児童が入所している

●保育料を完納している

●月決めで保育利用契約を締結している

☐助成額 子ども1人につき月額8,000円

☎申 9月28日(水)までに、施設を通じて配布される申請書に必要事項を明記して各施設へ提出

※家庭的保育事業・小規模保育事業は対象外

◆保育課 田(☎042-460-9842)

市立小・中学校の学校選択制度

新入学の際、住所地の指定校以外の市立小・中学校に入学を希望する場合は、希望校を事前に申し立てることができます。

☎対 平成29年度新入学児童・生徒
持 認め印(本市に転入予定の方は別途必要書類あり。詳細は下記へお問い合わせください)

☐受付窓口

時 10月3日(月)～31日(月)

場 教育企画課(保谷庁舎3階)

☐臨時窓口

時 10月19日(水)～21日(金)

場 田無庁舎1階

☐『学校選択制度のご案内』

9月上旬に、対象者へ送付しました(市立小学校の6年生には在籍校で配布)。届いていない場合は、下記へご連絡ください。

☐学校案内パンフレット

教育企画課(保谷庁舎3階)・市民相談室(田無庁舎2階)で配布

◆教育企画課 保

(☎042-438-4071)

小学校就学時健康診断

平成29年4月に小学校へ入学するお子さん(平成22年4月2日～翌年4月1日生まれ)の健康診断を各小学校で行います。

健康診断の通知書は、対象者の保護者宛てに送付しますが、次に該当する方は学校運営課へご連絡ください。

●10月11日(水)までに通知書が届かない ●都合により当日の健康診断を欠

席する(他校での受診可) ●平成29年3月末日までに引越しの予定がある

時・場 下表参照

※受付時間：午後1時30分～1時45分

持 就学時健康診断通知書(必要事項は事前に記入)・ボールペン・上履き・履き物を入れる袋

◆学校運営課 保(☎042-438-4073)

小学校名	日程	小学校名	日程	小学校名	日程
1 谷戸第二小	10月20日(水)	7 東伏見小	10月31日(月)	13 碧山小	11月11日(金)
2 谷戸小	21日(金)	8 本町小	11月1日(火)	14 芝久保小	17日(木)
3 保谷小	25日(火)	9 住吉小	2日(水)	15 中原小	21日(月)
4 東小	26日(水)	10 けやき小	4日(金)	16 保谷第二小	28日(月)
5 栄小	27日(木)	11 上向台小	7日(月)	17 向台小	29日(火)
6 柳沢小	28日(金)	12 田無小	8日(火)	18 保谷第一小	30日(水)

固定資産税の減額

◆資産税課(田無庁舎4階・☎042-460-9830)

一定の要件を満たす改修工事を行った家屋について、工事が完了した年の翌年度分の当該家屋に係る固定資産税を減額します(都市計画税を除く)。

住宅耐震改修工事

☐減額分 2分の1(住宅面積120㎡^{まで})

☐要件 ●昭和57年1月1日以前から市内にある住宅に対し、現行の耐震基準に適合させる耐震改修工事を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する

●1戸当たりの工事費用が50万円超

☐必要書類 ①耐震基準適合住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ②固定資産税減額証明書 ③耐震改修工事費用の領収書の写し

住宅のバリアフリー改修

☐減額分 3分の1(住宅面積100㎡^{まで})

☐要件 ●新築日から10年以上経過した市内の住宅に対し、一定のバリアフリー改修工事(※1)を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する ●65歳以上の方、要介護・要支援認定を受けている方、障害者の方が居住する家屋(賃貸住宅を除く) ●改修後の床面積が50㎡以上 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額)

住宅の省エネ改修

☐減額分 3分の1(住宅面積120㎡^{まで})

☐要件 ●平成20年1月1日以前から市内にある住宅(賃貸住宅を除く)に対し、一定の省エネ改修工事(熱損失防止改修※2)を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する ●改修後の床面積が50㎡以上 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金などを除く自己負担額) ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋

☐必要書類 ①住宅の熱損失防止改修に伴う固定資産税の減額適用申告書 ②熱損失防止改修工事証明書 ③工事費用の領収書の写し ④納税義務者の住民票 ※1 廊下の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室・便所の改良、手すりの設置、屋内の段差の解消、引き戸への交換、床の滑り止め化



暮らし

新町福社会館図書サービスの
予約受付冊数が増えます

□予約受付冊数 10冊^{まで}
 時 10月1日(出)から
 ◆中央図書館(☎042-465-0823)

「ごみ・資源物収集カレンダー」の配布

10月～平成29年9月の「ごみ・資源物収集カレンダー」を、今号の市報と一緒に配布しています。
 ◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

ごみ分別アプリに新機能搭載！

楽しみながらリサイクルの知識が身に付く「ごみ分別リサイクルゲーム」を追加しました。

まだ「ごみ分別アプリ」を利用したことのない方は、この機会にぜひインストールしてごみの分別と資源化にお役立てください。

◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)



iPhone用QRコード



Android用QRコード

公共下水道への切替を

現在、市内のほぼ全域で公共下水道(汚水)が利用できます。

トイレが水洗でも浄化槽を利用していると、洗濯や流しなどの汚水は直接河川に流れ込み、悪臭・汚濁の原因となります。

浄化槽・くみ取り便所を利用している場合は、遅滞なく公共下水道に接続することが法律で義務付けられていますので、早めの切替をお願いします。

申 市の指定下水道工事店(市HPで紹介)へ
 ◆下水道課(☎042-438-4058)

自治会・町内会などの活動を応援

市内の自治会・町内会およびマンション管理組合が実施する地域福祉の促進や地域づくりに役立つ活動を対象に、事業費の一部を補助します。

対 市内の自治会・町内会およびマンション管理組合

□補助金上限額 ①と②の合計

①団体割額：1万2,000円

②世帯割額：200円×加入世帯数

※1,000円未満は切り捨て

申 10月3日(月)～31日(月)に申請書類を協働コミュニティ課(保谷庁舎3階)へ持参
 ※詳細は、お問い合わせください。

◆協働コミュニティ課(☎042-438-4046)

選挙

9月2日現在の選挙人名簿登録者数
(定時登録)などが確定

□登録者数 男性8万7,555人、女性8万6,038人、計16万6,793人
 前回の定時登録者数と比較すると、男性2,176人増、女性2,181人増、計4,357人増加しています。

□定時登録の要件

①日本国民 ②平成10年9月2日以前の生まれ(今回の登録は満18歳以上)

③9月1日現在、引き続き3カ月以上本市に居住している(他市区町村から転入した場合は、6月1日までに本市の住民基本台帳に記載)

□在外選挙人名簿登録者数 男性115人、女性120人、計235人

□在外選挙人名簿登録の要件

①在外選挙人名簿に登録していない

②登録申請時に満18歳以上 ③日本国民 ④在外選挙人名簿の登録申請に関し、その者の住所を管轄する領事官の管轄区域内に引き続き3カ月以上住所がある

◆選挙管理委員会事務局(☎042-438-4090)

事業者募集

市立小学校中学年で使用する外国語活動教材の開発・教員への研修委託

申 9月20日(火)～29日(休)

※変更または中止となる場合があります。詳細は、市HPをご覧ください。

◆教育指導課(☎042-438-4075)

その他

感謝状を贈呈しました

8月25日に、寄附により市政へのご協力をいただいた方々へ、感謝状を贈呈しました。

※裏千家教授 和心庵 折元宗和 様

※ひばりが丘南北会 様

◆秘書広報課(☎042-460-9803)



ふるさと納税 Web申込開始

9月より、ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」HPから、西東京市へのふるさと納税(寄附)の申込とクレジットカード決済ができるようになりました。詳細は、市HPをご覧ください。

□ふるさと納税とは

自治体に対する寄附金のうち2,000円を超える一定限度の金額が、所得税や個人住民税から還付・控除を受けられる制度

◆秘書広報課(☎042-460-9803)

災害に強いまちづくり

市では、災害に強いまちづくりを推進するため、分譲マンションおよび木造住宅の耐震診断・耐震改修などの費用の一部を助成します(要事前申請)。

◆都市計画課(☎042-438-4051)

分譲マンション

◆耐震アドバイザーの派遣

因 ●耐震診断・改修に係る区分所有者間の合意形成 ●耐震診断・改修の必要性や改修に至るまでの取組方法

対 分譲マンションの管理組合^{など}

□派遣回数 同一の分譲マンションに対して1回2人、計3回^{まで}

◆耐震診断費用の助成

□対象建築物 市内の耐火建築物および準耐火建築物の3階建て以上で、昭和56年5月31日以前に建築されたもの
 □助成額 費用の3分の1(200万円)^{まで}

◆補強設計費用の助成

□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、市の基準に適合して補強設計を行うもの
 □助成額 費用の3分の1(200万円)^{まで}

◆耐震改修費用の助成

□対象建築物 耐震診断を行った結果、

共通事項 ●助成金額は1,000円未満を切り捨て

●助成金の交付は、同一の住宅に対して各1回を限度とし、いずれも完了後に交付(改修またはシェル

第49回 東京都市町村総合体育大会結果

スポーツ振興と都内市町村間の交流を目的とした大会で、29市町村の代表選手が14競技22種目を競いました。

本市は、女子ソフトボールで1位、男子卓球で2位、男子・女子バドミントンでそれぞれ3位でした。女子は総合成績8位入賞の好成績を収めました。

◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)

傍聴 教育委員会

時 9月24日(出)午前10時

場 保谷庁舎3階

内・定 行政報告^{ほか}・10人

◆教育企画課(☎042-438-4070)

傍聴 審議会^{など}

■男女平等参画推進委員会

時 9月16日(金)午後6時

場 田無庁舎5階

内・定 第3次男女平等参画推進計画・配偶者暴力対策基本計画(平成27年度)評価報告書^{ほか}・5人

◆協働コミュニティ課(☎042-439-0075)

■社会教育委員の会議

時 9月18日(日)午前10時

場 保谷庁舎3階

内・定 第4ブロック研修会について・5人

◆社会教育課(☎042-438-4079)

■男女平等推進センター企画運営委員会

時 9月27日(火)午後6時30分

場 住吉会館ルピナス

内・定 男女平等参画推進事業^{ほか}・3人

◆協働コミュニティ課(☎042-439-0075)

■人にやさしいまちづくり推進協議会

時 10月3日(月)午後2時

場 保谷東分庁舎

内・定 大規模開発事業・5人

◆都市計画課(☎042-438-4051)

「西東京市地域防災計画平成28年修正」の概要

近年の災害で得られた教訓や、災害対策基本法の改正、東京都地域防災計画などの上位計画の見直しを踏まえ、市の防災対策の基本である「西東京市地域防災計画」の見直しを実施しました。

修正にあたっては、東京都をはじめとした各防災関係機関などとの協議や、パブリックコメントによるご意見を反映しています。

※全文は、情報公開コーナー(両庁舎1階)・市HPでご覧になれます。

□指定緊急避難場所・指定避難所の指定 法改正に伴い、災害の種類ごと(地震・火災・洪水^{など})の危険性を踏まえ、従来の避難場所・避難施設を基本の一部を見直し、指定緊急避難場所・指定避難所を指定しました。

□避難行動要支援者等名簿の作成^{など} 法改正や国の指針に基づき、避難行動要支援者等名簿の作成および避難支援関係者などへの情報提供などについて計画に反映しました。

□避難対策 避難のための立ち退きで、かえって危険が及ぶと認められる場合に「屋内退避等の安全確保措置」が指示できるようになりました。

□放置車両の移動 法改正に伴い、災

害時に緊急車両の通行支障となる放置・立ち往生車両などを、道路管理者の権限で移動できるようになりました。

□特別警報の周知 重大な災害が起こる恐れが著しく大きい場合に気象庁が発する「特別警報」の発表時における市の配備態勢や、市民への周知方法を計画に反映しました。

□緊急医療救護所等の指定 東京都地域防災計画などに基づき、災害時に災害拠点病院などの近接地に緊急医療救護所等を設置します。

□医薬品供給体制の見直し 発災時に医療救護所や避難所で使用する医薬品が不足する場合は、協定に基づき西東京市薬剤師会および医薬品卸売販売業者から調達するよう医薬品の供給体制を見直しました。

□風害対策(竜巻などの情報伝達) 竜巻・突風などが発生する恐れがある場合の、迅速な情報伝達などについて計画に反映しました。

□火山噴火降灰対策 東京都地域防災計画に基づき、火山噴火による降灰について、情報連絡体制や市民への広報、各種応急対策を計画に反映しました。

◆危機管理室(☎042-438-4010)



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(10月)

- ①無料体験講座
時 6日(休)午後1時～4時
- ②パソコン入門講座(全4回・金の午前)
- ③ワード初級講座(全4回・火の午前)
- ④エクセル初級講座(全4回・火の午後)
- 場 シルバー人材センター東伏見教室
- ¥ いずれも8,000円
- 申 9月26日(月)までに、往復はがきで希望講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
- 問 シルバー人材センター(〒202-0021 東伏見6-1-36・☎042-425-6611)

創業イベント

- 創業基礎セミナー
時 9月27日(火)午前10時～正午
内 身近な起業家の体験談^{ほか}
- 定 30人(申込順)
- 西東京創業カフェ
時 10月14日(金)午前10時～11時30分
内 創業の基礎知識、地元密着型の情報提供、グループディスカッション^{ほか}
- 定 20人(申込順)
- 西東京創業スクール(全5回)
国の認定を受けた創業支援事業計画に基づく講座で、創業に必要な4分野を学び、創業計画書の作成を目指します。
- 時 10月25日～11月29日の火曜日(22日を除く)午前10時～午後0時45分
- 定 30人(申込順)
- ¥ 3,000円(初回に集金)
- 場・申・問 西東京創業支援・経営革新相談センター(イングビル内・☎042-461-6611・HPあり)

不動産鑑定士による秋の不動産無料相談会

時 10月3日(月)午前10時～午後4時

場 田無庁舎2階
問 (公社)東京都不動産鑑定士協会
(☎03-5472-1121)

田無駅不動産無料相談会

弁護士・税理士・行政書士などが相談に応じます。
時 9月27日(火)午前10時～午後4時
場 田無駅コンコース
問 (公社)全日本不動産協会 多摩北支部
(☎042-452-7100)

租税・科学教室

時 11月19日(土)(午前・午後 各1回)
場 多摩六都科学館
内 税学習の後、科学館の大型映像・プラネタリウムを無料観覧
対・定 小学生と保護者・各回100人
申 9月16日(金)以降、問のHPで詳細をご確認ください。
問 (公社)東村山法人会
(☎042-394-7654)

公開講座「初めての建築」

時 11月5日(土)午前9時～午後3時
内 建築概論、パソコンによる設計体験
対 都内在住・在勤・在学中、パソコンの基本操作ができる方
定 20人(申込多数の場合は抽選)
¥ 500円(受講料)
申 9月30日(金)(消印有効)までに、往復はがきで講座名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を問へ
場・問 都立田無工業高校(〒188-0013 向台町1-9-1・☎042-464-2225)

市民公開講座

時 9月28日(水)午後3時～4時

内 前立腺疾患
※当日、直接会場へ(先着順)
場・問 佐々総合病院
(☎042-461-1535)

活かそう!職場のダイバーシティ～先進企業の実践事例を踏まえて～(全2回)

時 11月7日(月)・8日(火)午後2時～4時
場 国分寺労政会館
内 ダイバーシティとは、取組事例、効果的な導入方法やポイント^{など}
対・定 使用者・都民・テーマに関心のある方・75人(申込順)
講 渥美由喜^{さん}(内閣府少子化社会対策大綱を踏まえた結婚・子育て支援の推進に関する検討会 座長代理)
申 電話・ファクスで問へまたはHP TO

KYOはたらくネット^{から}
問 東京都労働相談情報センター
(☎042-323-8511・FAX 042-323-8512)

創業塾(5日間コース)

多彩な分野で活躍する専門家から起業に必要な知識やノウハウを体系的に学べる多摩地区商工会主催のセミナーです。
時 11月6・13・20日(日)・26日(土)、12月11日(日)午前10時～午後4時30分
場 国分寺労政会館
対・定 起業に興味がある方・起業して間もない方・40人(申込順)
¥ 5,000円(受講料)
申・問 西東京商工会
(☎042-461-4573)

胸部健診(肺がん・結核)

時・場 右表参照 ※当日、直接会場へ
午前：9時30分～11時30分
午後：1時30分～3時
※ 9月28日(水)、10月4日(火)・12日(水)は午前のみ
内 胸部レントゲン間接撮影
※基準に該当の方のみ喀痰細胞診検査
対 平成29年3月31日時点で40歳以上の方(肺がん・結核などで治療中の方を除く)
□注意 ●ボタン・金具・刺しゅうなどの装飾がない服装(無地のTシャツ^{など})で、湿布・エレキバン・ネックレスは外して受診してください。
●痰に血が混じるなど症状がある方は専門機関で受診してください。
●保谷保健福祉総合センター以外は、車での利用をご遠慮ください。
●都合の悪いときは、対象地域以外の日程での受診も可(連絡不要)

実施日	会場	対象地域
9月16日(金)	保谷保健福祉総合センター	保谷町
9月20日(火)	保谷保健福祉総合センター	東町・泉町
9月21日(水)	保谷保健福祉総合センター	中町・住吉町
9月28日(水)※	新町福祉会館	向台町・新町
9月29日(木)	富士町 //	東伏見・富士町
9月30日(金)	下保谷 //	栄町・北町・下保谷
10月3日(月)	谷戸公民館	谷戸町・ひばりが丘・ひばりが丘北
10月4日(火)※	谷戸公民館	谷戸町・ひばりが丘・ひばりが丘北
10月6日(木)	田無総合福祉センター	西原町・向台町・新町
10月7日(金)	田無総合福祉センター	南町・柳沢
10月11日(火)	田無総合福祉センター	芝久保町・東伏見
10月12日(水)※	田無総合福祉センター	西原町・緑町・谷戸町
10月13日(木)	田無総合福祉センター	田無町・緑町・北原町

今年から、申込は電話でカンタン・便利

9月20日(火)から 第2回 胃がん検診

胃がん検診申込専用コールセンター
☎0120-128-331(固定電話^{から})
☎03-3269-4752(携帯電話・スマートフォン^{から})

時・場 下表参照
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29年3月31日時点で30歳以上の方(前年度に受診した方を除く)
申 9月20日(火)から、電話で上記コールセンターへ
※予約の際に「西東京市で行う胃がん検診の予約」と伝えてください。
●平日：午前9時～午後5時
●第1・3・5土曜日：午前9時～正午

※土曜日はつながりにくい場合あり
※定員に達した時点で受付終了
※健康課での予約受付はしていません。
□受診できない方
●妊娠中または妊娠の可能性がある
●胃の手術をした
●胃・十二指腸の治療中または経過観察中
●消化管の閉塞またはその疑いがある
●バリウムを飲んで、過敏症が出た、排便困難・腹痛などにより医療機関で処置を受けたことがある
●水分制限がある(透析中・腎疾患・心不全^{など})
●1年以内に脳血管障害や心疾患で発作があった(脳梗塞・脳内出血・心臓発作^{など})
●そのほか受診が困難(指示に従って体を動かすことができない^{など})
◆健康課 ☎(☎042-438-4021)

会場	男性	女性
田無総合福祉センター	11月14日(月)・15日(火)・16日(水)・25日(金)	11月19日(土)・21日(月)・22日(火)・28日(月)・30日(水)、12月1日(木)
保谷保健福祉総合センター	12月3日(土)・7日(水)	12月6日(火)・9日(金)・12日(月)

※第3回日程は市報10月15日号(予定)または市HPをご覧ください。

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 9月20日(火)午前8時30分(★印は、9月6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 田(☎042-460-9805)
保谷庁舎1階市民相談室 保(☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	9月27日(火)・28日(水)、10月6日(木)・7日(金) 午前9時～正午 ※10月6日は人権・身の上相談を兼ねる
	保	※9月29日(木)は午前9時～正午で人権・身の上相談を兼ねる 10月4日(火)・5日(水) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	★10月6日(木)
	保	★9月29日(木)
交通事故相談	田	10月12日(水)
	保	★9月28日(火)
税務相談	田	9月23日(金)
	保	10月7日(金)
不動産相談	田	10月6日(木)
	保	10月13日(木)
登記相談	田	10月13日(木)
	保	10月20日(木)
表示登記相談	田	10月13日(木)
	保	10月20日(木)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	10月17日(月)
	保	10月17日(月)
行政相談	田	10月21日(金)
	保	10月21日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	田	★10月5日(水)
	保	★10月5日(水)



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

A はがき・Eメール

「骨力アップ講座」申込
①住所
②氏名
③生年月日(年齢)
④電話番号
※保育をご希望の場合
●子どもの名前(ふりがな)
●子どもの生年月日

B はがき・Eメール

「ファミリー学級」申込
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お父様の参加予定日(例)両日・2日目のみ

一般

◆健康課係(☎042-438-4037)

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
サンテ 栄養ミニ講座 【悪玉コレステロールを下げる7つのコツ】	10月17日(月)午後1時～2時10分 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/15人程度	9月16日(金)～10月13日(木)に電話予約
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】	9月27日(火)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	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	前日までに電話予約
骨力アップ講座 基礎編 骨粗しょう症のメカニズムや予防のための食事 ※保育あり	9月30日(金)午前10時～午後0時15分 田無総合福祉センター	市内在住の20歳以上の女性/30人	電話・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): 9月21日(水)
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。	9月23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/各20人	9月21日(水)までに電話予約 ※7人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。
栄養相談 【管理栄養士による相談】	10月17日(月)午後2時30分～4時 保谷保健福祉総合センター 10月19日(水)午前9時～正午 田無総合福祉センター	市内在住の方/各3人程度	10月13日(木)までに電話予約 10月14日(金)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】	10月5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	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】	10月5日(水)午後2時15分～3時15分・ 20日(木)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2人程度	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10コース: 10月21日(金)、11月5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)/22組	対象出産予定日の目安 平成29年1月22日～3月25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) 9月22日(金)～10月3日(月)

子ども

◆健康課係(☎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 9月29日(木)、
10月6日(木)・20日(木)・27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

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。
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 9月26日(月)、10月17日(月)・24日(月)
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)

育児相談

(身体計測と育児に関する相談) 当日
時・場 9月15日(木)受付: 午前9時30分～11時・田無総合福祉センター
10月31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

2歳児すくすく相談会

時 9月20日(火)・27日(火)、10月11日(火)・25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)

子育て講座

(離乳食と歯が生えてくる頃の話) 当日
時・場 9月15日(木)・田無総合福祉センター
10月31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)

3歳児健康診査

時 9月28日(水)、
10月5日(水)・19日(水)・26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)



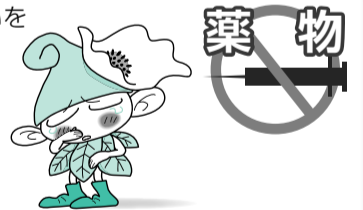
結核は過去の病気ではありません

9月24日(土)～30日(金)は結核予防週間です。今も、全国で年間2万人以上が新たに結核にかかり、2,000人以上が亡くなっています。本市でも年間30～40人の方が新たに発症され、10人弱の方が亡くなられています。結核は治る病気です。早めの受診が大切です。
☐70～80代の感染者が増加 高齢者

は、倦怠感が続いたり、急激に痩せたりしたときも、要注意です。
☐若い方も注意が必要 若い世代の集団感染や働き盛りの世代の発見の遅れなども、問題となっています。
☐長引く咳は赤信号 2週間咳や痰が続いたら、医療機関を受診しましょう。
◆健康課係(☎042-438-4037)

薬物乱用防止ポスター・標語展

市内の中学生が「人生を無駄にしないで」と願いを込めて制作しました。
時 9月26日(月)～30日(金)午前9時～午後5時
(初日は正午から、最終日は午後3時まで)
場 田無庁舎2階展示コーナー
◆健康課係(☎042-438-4021)



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。				歯科 受診の際は、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	受付時間	午前10時～午後4時	
18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		18日	川島歯科クリニック ひばりが丘北4-4-16 ラークヒルズ吉番館104 ☎042-421-5490	ニイヤマ歯科 田無町6-6-31 ☎042-465-8666
19日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時まで ☎042-465-0700	さいとう小児科内科クリニック 下保谷4-2-21 ☎042-421-7201	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	19日	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎042-464-8744	富士町歯科クリニック 富士町4-18-11 富士町ビル地下1階 ☎042-468-2900
22日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	大野医院 柳沢1-4-26 ☎042-461-8702		22日	中山歯科医院 谷戸町3-27-24 ひばりが丘プラザ209 ☎042-423-0163	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
25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	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		25日	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎042-461-8711	



イベント NEWS

もっと知ろう！ 楽しもう！

認知症サポーターステップアップ講座

9月27日(火) 午前10時～正午(9時45分開場)
防災センター



認知症サポーター養成講座の学びをさらに深めます。
内 養成講座の復習・グループワーク(認知症の方への声掛けの仕方など)
対・定 市内在住・在勤で認知症サポーター養成講座を受講したことがある方・50人(申込多数の場合は抽選)
申 9月23日(金)までに電話で下記へ
◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

日本語スピーチコンテスト2016

10月2日(日) 午後1時～4時
※終了後、交流パーティーあり
コール田無 ※当日、直接会場へ

内 市内の外国人による日本語スピーチ、外国につながる小・中学生による日本語メッセージ、インドネシア舞踊など
問 日本語スピーチコンテスト2016実行委員会(西東京市多文化共生センター内・☎042-461-0381)
◆文化振興課(☎042-438-4040)



昨年のコンテストの様子

西東京市民文化祭「PR in アスタ」

①10月5日(水)～7日(金)
②10月8日(土) 午後0時35分～3時5分
アスタビル2階センターコート

10月22日(土)から開催する西東京市民文化祭を多くの方にお知らせするため、参加団体によるPRイベントを実施します。文化祭当日の内容が分かるチラシもご用意しています。
内 ①作品展示 ②ステージ発表
※詳細は、市HP・公共施設で配布のチラシをご覧ください。
◆文化振興課(☎042-438-4040)



史跡玉川上水整備活用のための作業説明会

10月5日(水) 午後6時30分～8時
武蔵野イングホール(武蔵境駅前)
※当日、直接会場へ

内 西東京市・武蔵野市内の作業報告と今後の作業予定、東京都水道局が行う水路・のり面保全のための樹木せん定・伐採など
問 東京都水道局経理部(☎03-5320-6388)
◆社会教育課(☎042-438-4079)

第16回 消費生活展 関連イベント

①10月14日(金) ②③15日(土)
消費者センター分館

①ふろしきを身近に！
時 午後1時30分～3時
内 日常・災害時に使えるふろしきの活用法紹介
定 20人
②カードゲームで知るお金の役割！～親子で一緒に学んでみよう～
時 午前10時30分～正午
内 物の値段はどうやって決まっているの？ お金はどのように必要なの？など
対・定 小学4～6年生と保護者・10組
③親子で作るだんご汁
時 午前10時～正午
内 市内産の小麦粉や野菜で作る団子汁の中に入っている団子づくりに挑戦
対・定 小学生と保護者・10組
申 9月29日(木)(必着)までに、往復はがき・ファクス・Eメールで、住所・氏名・子どもの学年・電話(ファクス)番号・件名に希望講座名を明記し下記へ(申込多数の場合は抽選)
□企画・運営 第16回消費生活展実行委員会
◆協働コミュニティ課(☎042-438-4046・FAX042-438-2021・kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

ほっとひと息、てしごとカフェへいらっしやい！！

10月15日(土) 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

ニットやフェルト、キルトなど、手仕事には気持ちを落ち着かせたり、スッキリさせる効果があるようです。
東北でも震災で傷ついた女性たちがニットカフェに集ったり手仕事をしているうちに心が和んだといわれています。
定 15人 ※保育あり：生後6カ月以

上の未就学児・15人(申込順)
¥500円(材料費)
申 9月15日(休)午前9時から、電話またはEメールで下記へ
◆男女平等推進センター(☎042-439-0075・kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

創業から短期間で軌道に乗せるインターネット活用術～「知り合い」を「顧客」に育てるスモールマーケティング～

10月15日(土) 午後2時～4時
イングビル

スタートアップ時に最も苦労するのが集客・営業など、売上に直結する活動。リアル(アナログ)とWEB(デジタル)を融合した商売成功のノウハウを分かりやすくお伝えします。
対 市内で創業を目指している方・創業したての方
定 30人(申込順)
申 10月14日(金)までに電話で下記へ
※空き状況により当日参加も可
◆産業振興課(☎042-438-4041)

ゴルフクリニック

10月16日(日)
午前6時45分ごろ～午後8時20分ごろ
東急ゴルフリゾート 大多喜城ゴルフ倶楽部 ※貸切バス
集合・解散：スポーツセンターまたは西東京郵便局前

レッスンプロから一日指導を受けられます。初心者も経験者もゴルフの楽しさ、醍醐味を味わえます。
対 市内在住・在勤・在学の高校生以上
定 20人(申込多数の場合は抽選)
¥9,890円(プレー/レッスン料)
※バス送迎無料、食事は各自精算
持 ゴルフ用具
申 10月5日(水)(必着)までに、往復はがきで参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号・ゴルフ経験年数・1ラウンド平均スコア・バスの乗車場所(集合・解散場所参照)を、〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター「ゴルフクリニック」係へ
問 スポーツセンター(☎042-425-0505)
◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)

介護職員初任者研修(通学)

10月18日(火)～平成29年1月19日(木)(修了には130時間の受講と、修了テストの合格が必要)
高齢者センターきらら

高齢社会が進行する中、在宅福祉を

充実させるうえで重要な担い手となる介護職員の養成研修です。
対 市内在住・在勤で、市内で介護職員として働くことを希望する方(既に介護職員として働いている方を含む)
定 24人(申込多数の場合は抽選)
¥受講料5万7,000円・テキスト代8,640円
申 9月16日(金)～10月3日(月)に、本人確認書類(運転免許証・パスポート・健康保険証など)を持参し、高齢者支援課窓口(保谷保健福祉総合センター1階・田無庁舎1階)へ
※詳細は、9月16日(金)から高齢者支援課で配布する日程表または市HPをご覧ください。
◆高齢者支援課(☎042-438-4028)

緑のいやしを身近に！寄せ植え体験講座

10月21日(金) 午前10時～正午
消費者センター分館・市内農家

市内産の花を使って、寄せ植えに挑戦してみませんか。初心者向けです。
対・定 市内在住・在勤・在学の方(申込多数の場合は初めての方を優先し抽選)・15人
¥1,000円(材料費)
申 9月30日(金)(必着)までに、往復はがき・ファクス・Eメールで、件名「寄せ植え講座」・住所・氏名・電話(ファクス)番号を〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ
◆協働コミュニティ課(☎042-438-4046・FAX042-438-2021・kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

三多摩は一つなり交流事業 日の出町二ツ塚(ごみ最終)処分場見学会と生涯青春の湯つる温泉バスツアー

11月9日(水) 午前8時～午後5時(予定)
二ツ塚処分場・つるつる温泉
集合・解散：保谷こもれびホール前
※雨天決行

私たちが出したごみがどのように処理されているのか見学しませんか。
対・定 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方・25人(申込多数の場合は抽選)
申 9月30日(金)(必着)までに、往復はがきで参加者(2人まで)の住所・氏名・年齢・性別・電話番号(お持ちの方は携帯番号)・通勤・通学先(在勤・在学者のみ)を〒202-0011泉町3-12-35ごみ減量推進課「二ツ塚処分場見学会」係へ
◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

ごみの出し方ワンポイント

❖市で収集できないもの

中間処理施設で処理できない大型マッサージ機や耐火金庫・プロパンガスボンベ・介護ベッド・園芸土・コンクリートブロックなどは「粗大ごみ」として収集できません。これらの処理困難物(ごみ・資源物収集カレンダー-28p参照)は、処理できる一般廃棄物許可業者を紹介し、処理困難物は粗大ごみより収集・処理に手間などが掛かるため費用も高くなります。
商品購入の際は、本市の粗大ごみ処理の可否や処理費用などを事前に確認のうえ購入することをお勧めします。

❖家庭でできる温暖化対策～可燃ごみの減量でCO₂を削減～

市では平成19年に戸別収集・容器包装プラスチックの分別収集、20年に有料化を開始しました。19年度に比べ27年度は、人口約9,600人の増に対し、可燃ごみは4,682t、不燃ごみは1,562t(10tダンプ624台分)の減となりました。
□更なる減量に向けてご協力ください
●生ごみの水切りや生ごみ処理機の利用(助成制度あり) ●チラシなどの雑紙を古紙として出す ●プラスチック容器包装類はできる限り資源ごみに
◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

秋の全国交通安全運動 9月21日(水)～30日(金) ～やさしさが走るこの街 この道路～

この運動をきっかけに皆さん一人一人が交通ルールやマナーを守る習慣をつけ、交通事故ゼロを目指しましょう。9月30日(金)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。
□事故防止のポイント
●夕暮れと夜間の事故防止(反射材用品の着用と自転車前照灯の点灯)
●反射材は腕や足など、動く部分に付ける(ホームセンターなどで購入可)
●後部座席を含めた全席のシートベル

トとチャイルドシートの正しい着用
●飲酒運転の根絶
●二輪車の交通ルール徹底
❖交通安全のつどい
時 9月23日(金)午後1時
場 西東京市民会館
内 高齢者の事故防止のための交通安全教室・イベント
問 田無警察署(☎042-467-0110)
◆道路管理課(☎042-438-4055)



平成28年度後期 スポーツ教室(10～3月)

NPO法人西東京市体育協会の加盟団体では、さまざまなスポーツ教室を開催しています。参加資格・内容など詳細は、各団体(連絡先)へお問い合わせください。

種目	日時	場所	参加費	連絡先
剣道	第1・3・5(日) 午前9時～正午	スポーツセンター	無料	小菅 ☎042-467-1529
柔道	第1～5(日) 午前9時～11時	武道場	無料	山本 ☎090-8706-4844
水泳	第1(木)・(金) 午前10時～正午	スポーツセンター	1回900円	吉岡 ☎042-423-3654
ソフトテニス	第2・4(土) 午後1時～3時	東町テニスコート	1回300円	大金 ☎042-425-6875
	第3(土) 午後1時～3時	ひばりアム		
卓球	第1・3(水) 午前9時～正午	スポーツセンター	1回500円 (半年6,000円)	東野 ☎042-468-0597
バドミントン	第2～4(水) 午後7時～8時30分	総合体育館	1回500円 (中学生以下300円)	宗形 ☎042-469-3884
バスケットボール	第1(木)・第3(土) 午後6時～9時	スポーツセンター	1回100円	瓜生 ☎042-461-0191
アーチェリー	第1・2(土) 午前9時30分～11時30分	武道場	月1,600円	妹尾 ☎042-421-1291
剣道	第1・2(水) 午後6時～9時	きらっと	体験2回まで	菅野 ☎042-421-7075
少林寺拳法	第1～3(水) 午後6時～9時	スポーツセンター	無料	岡村 ☎042-422-1215
硬式テニス	第3(土) 午前9時～11時	東町テニスコート	1回300円	島川 ☎042-465-7714
	第4(火) 午後1時～3時			
	第4(土) 午前9時～11時	芝久保第二運動場		
太極拳	第3・4(日) 午前9時～正午	武道場	月2,500円 (18歳未満1,000円) 体験2回まで	弓田 ☎042-423-3621
ダンス	第1(日) 午後3時～6時	スポーツセンター	1回400円	蛸谷 ☎090-9150-9907
ターゲットバードゴルフ	第1(土)・第3(火) 正午～午後3時	ひばりアム	無料	林 ☎042-464-7370
空手道(初心者)	第3・4(水) 午後6時～8時45分	武道場	保険代1,850円	村上 ☎080-5174-3412
グラウンドゴルフ	第1・3(金) 正午～午後3時	ひばりアム	無料	西湯 ☎042-461-7058

※種目により日程変更などがありますので、各団体へご確認ください。

☎NPO法人西東京市体育協会事務局(☎042-425-7055)

◆スポーツ振興課(☎042-438-4081)

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。

認知症予防講座(全12回)

脳の活性化に役立つ、二重課題(デュアルタスク)を実践することで認知症予防に取り組みます。

定 各15人

※申込多数の場合は抽選

会場	日程
①下保谷福祉会館	10月5日～12月28日 毎週(水)午前10時～11時30分
②きらっと	10月6日～平成29年1月5日 毎週(水)午前10時～11時30分

転倒・尿失禁予防の運動教室(全24回)

3カ月間、週2回の運動で下半身の筋力を強化し、転倒や尿漏れを予防します(立位の運動が中心)。

定 ①25人 ②20人

※申込多数の場合は抽選

会場	日程
①住吉老人福祉センター	10月4日～12月27日 毎週(水)午後2時～3時30分 毎週(金)午前10時～11時30分
②新町福祉会館	10月17日～平成29年1月19日 毎週(月)・(木)午前10時～11時30分

対 市内在住の運動可能な65歳以上で、おおむね全日受講できる方

料 1回150円(全回分を事前払込)

申 9月23日(金)(消印有効)までに、はがきで希望する講座名・会場・住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-8555市役所高齢者支援課へ

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

高齢者大学公開講座 マンドリンミニコンサート

時 10月5日(水)午後2時～3時30分

場 富士町福祉会館

内 明治大学マンドリン倶楽部によるコンサートの鑑賞(「丘を越えて」など)

対 市内在住の60歳以上の方

定 40人(申込順)

※昨年受講した方はご遠慮ください。

申 9月20日(水)午前9時30分から場の窓口へ

※(日)・(祝)を除く。電話申込不可

問 社会福祉協議会

(☎042-438-3773)

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

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。

動物愛護週間 9月20日(火)～26日(月)

～人も動物も幸せに～

◆飼うなら正しく最期まで

飼い主は、動物を飼育するうえで、その習性や生理をよく理解し、責任と愛情を持って終生飼育しましょう。

◆不妊・去勢手術を

「手術はかわいそう」と思う人もいますが、繁殖を望まない場合は受けさせましょう。生殖器系の病気の予防にもなります。

◆猫の飼育はできるだけ屋内で

ふん尿や発情期の鳴き声などが近隣の迷惑になるほか、交通事故や感染症など、猫にとっても危険です。

◆犬にはしつけを

人間と犬が同じ社会で暮らしていくためには不可欠です。

◆犬の散歩はルールを守って

リードできちんとつなぐほか、おしっ



こは水で流し、ふんは必ず持ち帰りましょう。

◆身元の表示を

迷子になっても飼い主の元に戻れるよう、犬には鑑札を、そのほかの動物には名札を着けましょう。

◆災害に備えて

嫌がらずケージに入るなど避難時に向けたしつけのほか、動物のための防災用品(3日分以上の食事と水[※])も用意しましょう。

◆環境保全課(☎042-438-4042)

「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。

いっぴん総選挙 逸品 グランプリ決定

7月に実施した「いっぴん総選挙」で、次のとおりグランプリ・準グランプリが決定しました。

グランプリ

商品名

「あんずどら焼」

店舗名

「お菓子処 吉乃」



わたしたちが紹介します!



藤崎ミシェルさん



内山信二さん

準グランプリ

◆店舗でのお食事部門

商品名: 「コーゲンたっぷりの
大山鶏雑炊」

店舗名: やきとり だるまさん

商品名: 「管理栄養士におまかせ
ランチプレート」

店舗名: Café Run & Happy

◆お持ち帰り部門

商品名: 「もちもち食パン」

店舗名: 石窯パン工房 ウーノ

商品名: 「ショコラシエル」

店舗名: パティスリーオン

上記のお店は、J:COMチャンネル(11ch)「食べよう!西東京市一店逸品グランプリ」で紹介しします。

□放送予定日 9月26日(月)~10月30日(日)午後6時20分~6時30分のうち5分間(毎週月曜日更新)

☎西東京商工会(☎042-461-4573)

◆産業振興課(☎042-438-4041)

※商品の詳しい情報は専用HPで
〔「西東京市の一店逸品」で検索〕

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しています。

環境美化一斉清掃にご協力を

西東京市高齢者クラブ連合会およびシルバー人材センターの皆さんと、環境美化一斉清掃を実施します。

市内の公共の場所(道端・公園など)に捨てられたごみ(可燃ごみ・不燃ごみ・缶・ビン・ペットボトル)を拾い集め、臨時集積所にお持ちください。

□臨時集積所

谷戸イチョウ公園	あらかしき公園
谷戸第二地区会館	武道場
谷戸地区会館	住吉会館ルピナス
緑町三丁目都営アパート集会所	保谷庁舎正面入口
田無町七丁目都営アパート公園	中町児童館
芝久保地区会館	第2えのき児童遊園
田無駅北口第一自転車駐車場西側出口前	富士町福祉会館
南町六丁目 小林宅(南町6-9)	東伏見公園
田無庁舎市民広場	むくのき公園
南町第一児童遊園	新町福祉会館
向台公園東側入口	東伏見コミュニティセンター
北町緑地保全地域(北町森林公園)	柳沢せせらぎ公園
ひばりが丘北わんぱく公園	

時 9月24日(土) 午前8時30分~10時
※雨天決行

場 臨時集積所(下表参照) ※家庭内のごみは持ち込まないでください。

◆高齢者支援課(☎042-438-4029)

◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

りさいくる市

時 10月2日(日)
午前9時ごろ~正午
場 エコプラザ西東京

※環境保護のため徒歩・自転車での来場にご協力ください。

※当日、地元産野菜の販売、茶わんのリサイクル、猫の里親探し・譲渡会があります。

◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

資源物の持込回収

会場で、次の資源品を無料で回収します。受付までご持参ください。

プラスチック製品	バケツ・ポリタンク・プランター・かご・ごみ箱など
陶磁器食器 ※ごみ資源化 市民会議主催	茶わん・皿・小鉢・湯飲み ガラス・花瓶・土鍋・自作品は回収不可

第58回 北多摩地区消防大会

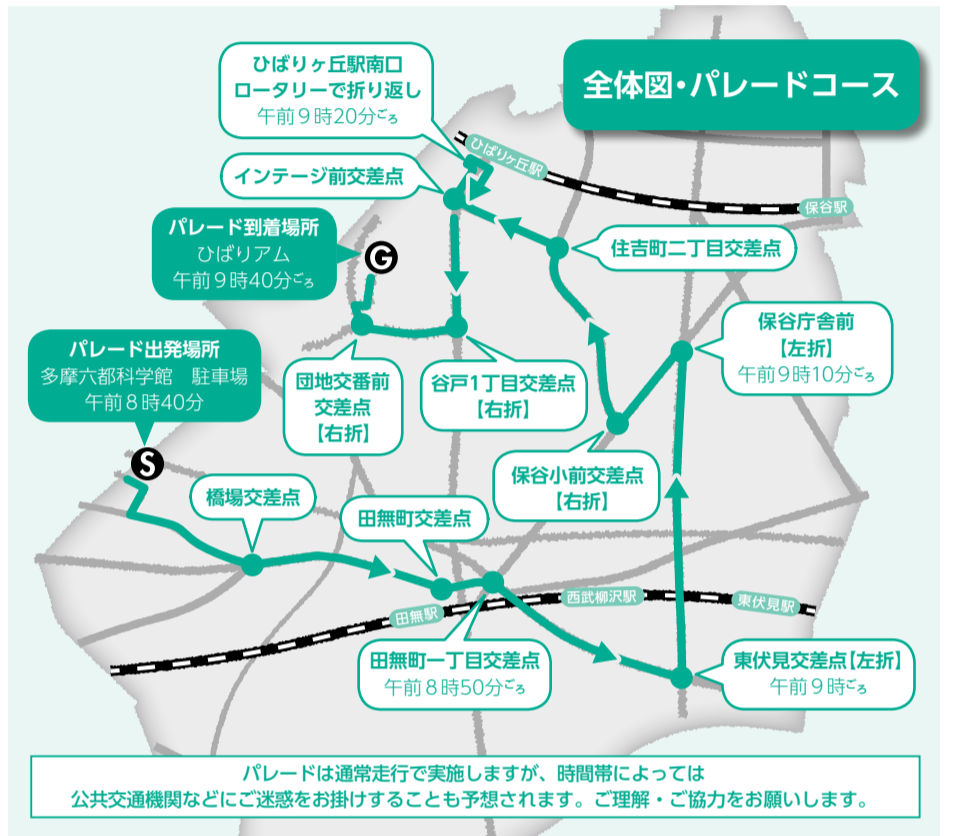
北多摩地区17市の消防団が日頃の活動成果を披露する場として、今年は22年ぶりに本市で開催します。

ポンプ車など40台によるパレードが実施され、式典会場では音楽隊演奏・消防操法演技・一斉放水などが行われます。

時 9月25日(日)午前10時 ※荒天中止

場 ひばりアム(駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください)

◆危機管理室(☎042-438-4010)



第9回 男女平等推進センター パリテまつり出店・展示募集

パリテまつりで出店コーナー・展示コーナーに参加する団体・個人を募集します。

□出店コーナー

喫茶・物品販売など

時 平成29年1月28日(土)・29日(日)

□展示コーナー 活動紹介・作品発表など

時 平成29年1月23日(月)~2月3日(金)

□共通事項

場 住吉会館ルピナス

対 男女平等推進に協力いただける団体・個人

申 9月15日(日)午前9時~30日(金)午後5時に電話で下記へ(申込多数の場合は抽選)

◆説明会

時 10月8日(土)午後1時30分

場 住吉会館ルピナス

□企画・運営 第9回男女平等推進センターパリテまつり実行委員会

◆男女平等推進センター
(☎042-439-0075)

多摩六都科学館ナビ

生解説プラネタリウム キトラ古墳が語るもの~天の巻~

古代の人々がキトラ古墳に残した壁画や天文図は、現代の我々に何を物語るのでしょうか。プラネタリウムの機能を駆使して、さまざまな視点からキトラ古墳に迫ります!

時 9月9日(金)~11月20日(日)

※時間は当館HPを参照

定 各234人(小学2年生以下は保護者同伴)

料 大人1,000円、4歳~高校生400円

問 多摩六都科学館(☎042-469-6100)

※9月休館: 20日(火)・23日(金)・26日(月)



古墳内部を迫力の全天映写で体感!