



- マイナンバーカードでコンビニ交付開始…2
- 保育園など入園児募集スケジュール…2
- 10月は乳がん月間…5
- 西東京市民文化祭…8
- こそだてフェスタ…10

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/>



いつまでもいっしょで 安心して暮らしたい

西東京市版 地域包括ケアシステムとは…

高齢化の進展によってさまざまな課題が浮かび上がっている現在の日本。もはやそれは「高齢者の問題」ではなく、「地域全体の課題」として包括的に捉え直す必要があります。我々はこのような社会を描き構築すべきなのではないでしょうか。

「少子高齢化が進む現在の日本が抱える問題とは？」

現在の少子高齢化傾向が続く限り、医療や介護サービスの担い手側の分母が大きくなることは期待できません。人口は減少し、介護の需要は増加するという困難な課題に対処しなければ、介護者の負担は増加し、介護離職を引き起こすだけでなく、企業経営や地域経済への悪影響も懸念されるなど、社会全体がリスクを負うこととなります。

「解決策はあるのでしょうか？」

そのために考えられたのが「地域包括ケアシステム」です。地域の住民が、いつまでも住み慣れた地域で生活を続けられることを目的とし、多様な支援サービスを日常の場で適切に提供できるシステムです。

「具体的にどのような仕組みなのでしょう？」

基礎的な考え方や政策の方向性について広く社会に提案してきた「地域包括ケア研究会」の提言では、大きく次の5点を挙げています。

「利用者から見た「一体的なケア」

在宅で生活する本人や家族は、さまざまな面で不安を抱えています。それらを払拭するには、サービスや支援が複数の事業者や専門職から提供されているという「一つのチームから提供されている」という「利用者から見た一体感」が重要になります。

「地域の状況に合った形」

「高齢化の進展は全国共通ですが、その状況や課題は地域によって異なります。これからは地域の数だけ「地域包括ケアシステム」を構築する時代を迎えています。

「市民自身が持つ自助、互助の持つ潜在力」

地域での生活を続ける基本は、自らの生活を自らで支える「自助」です。単に家事などをやるだけでなく、介護が必要な状態にならない努力も含まれます。そのような高齢者自身による積極的な社会参加や支え合いの活動(互助)が、大きな役割を担う可能性があります。

「終末期の考え方・ケアの変化」

1960年代頃までは、ほとんどの人が自宅で最期の時を迎えていました。しかし今は医療機関での死亡が約8割という時代です。さらに高齢化が進展すると、今度は病院ではなく、地域の中で最期を迎えるという在り方も一般的なものになるでしょう。

「地域包括ケアシステムは進化している」

このシステムは、一度作って完成するものではなく、社会構造の変化や政策の動向を踏まえて柔軟に進化していきます。

「これまでの福祉サービスとの決定的な違いは？」

日本の福祉サービスは、高齢者・児童・障害者など、対象ごとに充実・発展してきた歴史があります。しかし近年は、世帯単位で複数の課題を抱える状況が見られます。そのため、地域全体で一体的に支援を行うことの必要性が高まっています。

「高齢者に絞ったシステムではないところですね。」

そのとおりです。地域包括ケアシステムは、全ての世代にわたって数多く存在する課題に対する解決策となり得ます。

「システム構築を推進するのは？」

まず不可欠な点は、地域の課題が何か、どのような地域社会を作るのかという、関係者間の目標や考え方の共有です。

地域には多様な立場と考え方を持つ事業者・専門家・住民がいます。簡単なことではありませんが、地域の潜在力を高めるため、可能な限り同じ目標に向かって力を合わせていくことが重要です。

「10月15日にはシンポジウムが開催されます。」

ここでは伝えきれないことについて、「地域包括ケアシステムの父」とも言われている田中滋さんをお招きし解説いただきます。厚生労働省の審議会の委員なども歴任されており、なかなかお話を聞く機会が無い方です。このチャンスをお見逃しなく！



田中滋さん(慶應義塾大学名誉教授、地域包括ケア研究会座長)

在宅療養連携支援センター「にしのわ」 開設記念シンポジウム

今、本当のまちづくりの幕があがった あなたが最期まで暮らしたいまちとは

～誰もが主役の西東京市版地域包括ケアシステム～

時 10月15日(土)午後1時～4時30分

場 西東京市民会館

定 200人(申込順)

申 10月11日(火)までに、電話・ファクス・Eメールで、住所・氏名・電話番号を下記へ

◆高齢者支援課 係

(☎042-438-4102・FAX042-438-2827)

✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

10月は 認知症を知る1カ月キャンペーン

市では10月を「認知症を知るキャンペーン期間」として位置付け、認知症についての普及啓発活動を展開します。ぜひご参加ください。

◆講演会「～知ろう・学ぼう・考えよう～認知症にならない・なったかも・なっても」

時 10月6日(休)午後2時30分～4時30分(2時開場)
場 保谷こもれびホール
※当日、直接会場へ
定 200人(先着順)

認知症は身近な病気です。知ることから始めましょう!



◆認知症パネル展示

時・場 ●10月1日(土)～14日(金) 保谷庁舎1階ロビー
●10月22日(土)～31日(月) 田無庁舎2階展示コーナー

気軽に来て見て下さいね!



認知症地域支援推進員を配置しました

医療機関や介護サービスおよび地域の支援機関をつなぐコーディネーターとしての役割を担うのが認知症地域支援推進員です。

主な役割

- ・認知症の方やその家族の相談支援
- ・市民の皆さんに身近な病気として認知症の理解を広める活動
- ・認知症の方や家族が、医療・介護などのサービスを適切に受けられるようにするための関係機関への連絡調整支援

認知症についての相談はお近くの地域包括支援センターまでお気軽にご相談ください。



◆脳いきいきウォーキング

時・場 10月21日(金)午前10時～正午
集合・解散: スポーツセンター
対 60歳以上の方
定 50人(申込多数の場合は抽選)
申 10月11日(火)(消印有効)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号・希望コース(5kmまたは7km)を〒202-8555市役所高齢者支援課「脳いきいきウォーキング」係へ

日頃の簡単な運動が予防につながりますよ!



◆認知症サポーター養成講座

時 10月22日(土)午後2時～3時30分
場 西原総合教育施設
内 ●認知症について
●認知症の方を地域で支えるためには
対・定 市内在住・在勤で、当講座を受講したことがない方・30人
申 10月17日(月)までに電話で下記へ
◆高齢者支援課 係 (☎042-438-4029)

市民一人一人が応援者に!



センター名	担当地域	電話番号
栄町地域包括支援センター	ひばりが丘北・北町・栄町・下保谷	042-438-7090
富士町地域包括支援センター	東町・中町・富士町	042-451-1203
泉町地域包括支援センター	北原町・泉町・住吉町	042-424-1200
田無町地域包括支援センター	田無町・保谷町	042-467-8850
緑町地域包括支援センター	緑町・谷戸町・ひばりが丘	042-461-7081
西原町地域包括支援センター	西原町・芝久保町	042-451-8844
向台町地域包括支援センター	南町・向台町	042-468-2340
新町地域包括支援センター	新町・柳沢・東伏見	042-462-1695



市からの連絡帳

10月は、市民税・都民税 普通徴収第3期の納期です
 ~納付には、便利な口座振替を~
 ◆納税課 田(☎042-460-9832)

税・年金

市税・国保料の休日納付相談窓口
 時 10月15日(土)・16日(日)
 午前9時~午後4時
 場 ●市税…納税課(田無庁舎4階)
 ●国保料…保険年金課(田無庁舎2階)
 内 市税・国保料の納付・相談、納付書の再発行など
 ◆納税課 田(☎042-460-9832)
 ◆保険年金課 田(☎042-460-9824)

家屋調査にご協力を

平成28年1月2日~翌年1月1日に新築・増改築などをした家屋は、平成29年度から固定資産税・都市計画税の課税対象となります。市ではその税額の基となる家屋の評価額を算出するため、家屋調査を行っています。
 □調査方法 市職員が対象家屋を訪問し、家屋の内装・外装(床・天井・屋根・外壁など)および住宅設備(浴室・トイレなど)を調査
 □調査日時 事前に書面で通知し、都合の良い日時に伺います。書面が届きましたら、下記へご連絡ください。
 ◆資産税課 田(☎042-460-9830)

認定長期優良住宅の固定資産税を減額

次の要件を満たす住宅に係る固定資産税を一定期間、2分の1減額します(都市計画税を除く)。
 □要件 ●「長期優良住宅の普及の促進に関する法律」に規定する認定長期優良住宅 ●平成28年1月2日~翌年1月1日に新築された住宅 ●居住部分の床

面積が50㎡(一戸建て以外の貸家住宅は40㎡)以上280㎡以下で当該家屋の2分の1以上 ●平成29年1月31日までに、資産税課(田無庁舎4階)に必要な書類を提出

□減額範囲 居住部分の床面積120㎡^{未満}
 □減額期間

住宅の種類	減額期間
3階建て以上の準耐火構造および耐火構造	新たに課税される年度から7年間
上記以外	同じく5年間

□必要書類 ●認定長期優良住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ●長期優良住宅の普及の促進に関する法律施行規則第6・9・13条に規定する通知書の写し(☑が発行した、認定長期優良住宅であることを証する通知書の写し)
 申 市職員が家屋調査に訪問した際に、認定長期優良住宅であることをお伝えください。手続き方法をご説明します。
 問 ●認定長期優良住宅について…東京都多摩建築指導事務所(☎042-464-2154)
 ●認定長期優良住宅の新築家屋への減額について…下記へ
 ◆資産税課 田(☎042-460-9830)

動産インターネット公売

市では、市税や保険料などの滞納者が所有する自動車などの財産について、差し押さえなどの滞納処分を行っています。今回、市が差し押さえた動産をヤフー官公庁オークションで公売(売却)します。公売による売却代金は、滞納となっている市税などに充当されます。
 □参加申込期間 9月28日(水)午後1時~10月14日(金)午後11時
 □入札期間 10月21日(金)午後1時~23日(日)午後11時
 ※入札には、原則どなたでも参加できます。公売財産および手続きの詳細は、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)

国民年金第3号被保険者からの変更手続きを忘れずに

65歳未満の第2号被保険者(厚生年金保険の加入者)に扶養されている配偶者で20歳以上60歳未満の方は第3号被保険者です。

第3号被保険者は次の場合、第1号被保険者への変更手続きが必要です。

こんなとき	必要書類
配偶者が退職した	年金手帳・資格喪失証明書など配偶者の退職日が分かるもの
配偶者の扶養から外れた	年金手帳・資格喪失証明書
配偶者が65歳になった(配偶者が年金の受給権を取得していない場合は引き続き加入可)	年金手帳

手続きが遅れると、国民年金保険料の納付遅れ、年金受給額の減少、年金記録誤りなどのおそれがあります。
 場 保険年金課(田無庁舎2階)・市民課(保谷庁舎1階)・出張所
 ◆保険年金課 田(☎042-460-9825)

子育て・福祉

10月1日 保育課に事業調整係が新設されました

●事業調整係では主に私立保育施設の新設や運営に対する補助等を行います。
 ●認可保育園等の入退所に関する手続きなどは引き続き保育係で行います。
 ◆保育課 田(☎042-460-9842)

家族介護慰労金を支給

在宅の高齢者を介護している家族の身体的・精神的・経済的負担を減らし、在宅生活の継続と向上のために、家族介護慰労金を支給します。
 対 下表の要件を全て満たしている65歳以上の高齢者を介護し、過去1年以上、市民税非課税世帯に属する方
 □申請日の属する月の前月末日を基準に

	要介護4または5と認定
過去1年以上	市民税非課税世帯 介護保険サービスを利用していない(年間7日間までのショートステイを除く)
過去1年間	介護保険施設以外の病院などに90日以上長期入院をしていない

□支給額 年額10万円
 申 10月3日(月)~31日(月)に、介護保険被保険者証・認め印・金融機関口座の分かるもの(郵便局を除く)を持参し、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)へ
 ◆高齢者支援課 田(☎042-438-4028)

障害福祉課窓口到手話通訳者を配置

各庁舎での手続き・相談などで必要な場合に手話通訳をご利用ください。
 □10・11月の手話通訳者配置日程

日程	場所
10月12日(水)	保谷庁舎1階
26日(水)	田無庁舎1階
11月9日(水)	保谷庁舎1階
24日(木)(※)	田無庁舎1階

※祝日にあたるときは翌開庁日
 ※いずれも午後1時~5時
 ※配置日以外にも手話通訳者などの派遣を行っています。詳細は、お問い合わせください。
 ◆障害福祉課 保(☎042-438-4034)

10月1日から新たに地域活動支援センター・ブルームを開設

知的障害者を主な対象とする地域活動支援センターを新たに設置し、相談窓口の充実や創作的活動の提供などのサポート充実を図ります。
 場 田無総合福祉センター内
 □開所時間
 ●火・木・金曜日…午前10時30分~午後6時30分
 ●水・土曜日…午前10時~午後5時30分
 ※休所日…日・月曜日、祝日、年末年始
 □運営 (福)睦月会
 「bloom【動詞】」には、(花や才能が)開花するという意味があり、地域活動支援センターでの創作的活動などを通じ、障害のある方の日常生活が豊かになるようにとの願いが込められています。
 利用方法など詳細は、地域活動支援センター・ブルーム(☎042-452-3085)へお問い合わせください。
 ◆障害福祉課 保(☎042-438-4033)

12月5日から マイナンバーカードでの証明書等コンビニ交付サービス開始

全国のコンビニの各店舗内に設置されている多機能端末機(マルチコピー機)を利用して、住民票などの各種証明書を交付します(利用には、本市への住民登録とマイナンバーカードが必要)。
 □取得できる証明書の種類
 ●住民票(本人を含む同一世帯員のもの。除票・改製原住民票を除く)
 ●印鑑登録証明書(登録者本人のもの)
 ※事前に印鑑登録手続きが必要(登録後、緑色の「西東京市民カード」を交付)
 ●戸籍謄本・抄本および附票(本人と同一戸籍に記載のある方のもの。除籍・改製原戸籍を除く)
 ※住民登録・本籍がともに本市にある方に限る
 ●市・都民税課税(非課税)証明書(本人の最新年度のもの)
 □利用時間 午前6時30分~午後11時
 ※年末年始、機器メンテナンス日を除く
 ◆マイナンバーカード交付申請出張窓口
 時・場 右表参照(いずれも午前9時~11時30分・午後1時~4時)

日程	場所
10月17日(月)	ひばりが丘公民館
18日(火)	ひばりが丘北市民集会所
19日(水)	芝久保公民館
20日(木)	富士町市民集会所
21日(金)	柳沢公民館

持 ●通知カード(マイナンバーが記載された緑色の紙製のカード)および個人番号カード交付申請書
 ●顔写真(縦4.5cm×横3.5cm。最近6カ月以内に撮影された正面・無帽・無背景のもの)
 ●本人確認書類(下記のうちAなら1点、Bなら2点必要)
 A: 運転免許証・パスポートなど官公署発行の顔写真付きのもの
 B: 健康保険証・預金通帳・社員証・学生証などで、氏名と生年月日または氏名と住所が記載されたもの
 ●住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
 ※詳細は、お問い合わせください。
 ◆市民課 田(マイナンバー専用☎042-460-9845)
 保(☎042-438-4020)

平成29年度 保育園など 入園児募集スケジュール

入園申込書類の配布・受付の予定をお知らせします。
 対 保育園などへ新たに入園または平成29年4月から転園を希望する方
 ●平成28年度の入園(転園)申込をしている方も、平成29年4月からの入園を希望する場合は、必ず再度申請してください。
 ●市外の施設の入園申込方法は、市区町村により異なります。必ず施設がある市区町村に確認してください。
 ●平成29年2月3日までに出生予定の方は、出生予定として申請できます。
 □就労証明書 10月3日(月)から保育課(田無庁舎1階)・市HPで配布
 ※申込書よりも早く配布します。取得に時間がかかる方は、早めに準備してください。
 対 雇用されて就労している方・採用内定中の方・育児休業中の方

※自営業を含め、このほかの状況の方は10月24日(月)以降の配布書類をご利用ください。
 □申込書・案内 10月24日(月)から保育課(田無庁舎1階)・市内保育園・市HPで配布
 □入園申込スケジュール

日程	内容
10月3日(月)	就労証明書の書式配布開始
24日(月)	そのほか書類・案内の配布開始
11月7日(月)	受付開始(1次)
21日(月)	受付終了(1次)
22日(火)	受付開始(2次)
平成29年2月中旬	選考結果通知(1次)
2月下旬	受付終了(2次)
3月中旬	選考結果通知(2次)

※詳細は、市報10月15日号に掲載予定
 ◆保育課 田(☎042-460-9842)



ご存じですか 福祉サービス第三者評価を

福祉サービスの利用者が自分に合ったサービスを選択する際の目安となる情報提供を行うことや、サービス提供事業者のサービス向上への取組を支援することを目的とし、市HPなどで福祉サービス第三者評価の普及・啓発を進めています。

□福祉サービス第三者評価とは
事業者でも利用者でもない第三者の評価機関が、客観的に福祉サービスの内容や質などを評価し、その結果を公表します。

□市内公立・民間施設も評価を受けています
介護保険連絡協議会などを通じ、事業者

に第三者評価受審を促進しています。評価の結果は、福ナビHPで閲覧できます。

□受審費補助金を交付
市内に事業所があり、東京都が定める福祉サービスを提供する事業者に対し、第三者評価を受審する費用の一部を補助します。補助金を活用し第三者評価を実施する場合は、市の認定が必要になりますので、下記へご連絡ください。

□認定ステッカー
第三者評価を受審した事業者には、認定ステッカーが交付されます。ステッカーは事業所の入り口や自動車などに掲示していますので、参考にしてください。

◆生活福祉課 係 (☎042-438-4024)

くらし

柳泉園組合プール棟など改修工事

柳泉園組合では、建物・設備などの老朽化に伴い改修工事を実施します。期間中はプール棟施設が利用できません。ご理解・ご協力をお願いします。

□期間 10月1日～平成29年3月31日
□休業施設 ●室内プール ●会議室 ●トレーニング室 ●学童野球場 ●軽食堂

※浴場施設・一般野球場・テニスコートは利用可

問 柳泉園ランドパーク事務局 (☎042-473-3121)

◆ごみ減量推進課 (☎042-438-4043)

油・断・快適！下水道 ～下水道に油を流さないで～

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭のほか、川や海の汚濁の原因となります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前に拭き取りましょう。

◆下水道課 係 (☎042-438-4060)

選挙

立候補予定者説明会

時 11月15日(火)午後2時
場 保谷庁舎4階
対 平成29年2月5日執行の西東京市長選挙に立候補を予定している方
持 認め印

◆選挙管理委員会事務局 係 (☎042-438-4090)

事業者

納税通知書送付用封筒への広告掲載

地域経済の活性化と市の財源確保を目的に、平成29年度に使用する個人市・都民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税の納税通知書送付用封筒に広告の掲載を希望する事業者を募集します。

□使用期間 平成29年4月～翌年3月
□印刷枚数 12万5,000枚
□募集期間 10月3日(月)～11月4日(金)
※掲載料・掲載基準など詳細は、募集要項・市HPをご覧ください。

◆市民税課 係 (☎042-460-9826)

その他

認可保育園合同 保育士就職説明会

市内の民営認可保育園が合同で保育士の就職説明会を開催します。保育士として市内での就職をお考えの方は、人事担当や現役保育士と話せるチャンスです。

時 10月29日(土)午前10時～午後4時
場 田無庁舎2階
問 市立みどり保育園 (☎042-462-6261)

◆保育課 係 (☎042-460-9842)

寄附

市政へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。

※つかこち様(3.11シンサイカルタ)
◆管財課 係 (☎042-460-9812)

傍聴 審議会など

■中原小学校建替協議会

時 10月6日(休)午前10時
場 保谷庁舎3階
内・定 基本プラン案^{ほか}・10人
◆教育企画課 係 (☎042-438-4070)

■介護保険運営協議会

時 10月13日(休)午後1時
場 田無庁舎3階
内・定 アンケート調査^{ほか}・5人
◆高齢者支援課 係 (☎042-438-4030)

■保健福祉審議会

時 10月13日(休)午後7時

場 田無庁舎3階
内・定 保健福祉施策(高齢福祉および地域福祉分野)に関する諮問事項^{ほか}・5人
◆生活福祉課 係 (☎042-438-4024)

■行財政改革推進委員会

時 10月18日(火)午前9時
場 田無庁舎3階
内・定 平成28年度事務事業評価・5人
◆企画政策課 係 (☎042-460-9800)

■使用料等審議会

時 10月19日(水)午後3時
場 田無庁舎3階
内・定 文化施設使用料・5人
◆企画政策課 係 (☎042-460-9800)

姉妹都市・友好都市に泊まろう!

市では、姉妹都市・友好都市(福島県南会津郡下郷町、山梨県北杜市、千葉県勝浦市)との交流を深めていただけるよう、宿泊料金の一部を助成しています。

※北杜市は、須玉町の指定宿泊施設のみ

□助成金額(1泊当たり)

●大人(13歳以上)…旅館1,500円、民宿・そのほか1,200円
●小人(3～12歳)…旅館1,200円、民宿・そのほか1,000円

□利用方法

①「契約宿泊施設一覧」から、希望の施設へ直接予約申込

※一覧は、文化振興課(保谷庁舎3階)、田無庁舎2階・保谷庁舎1階ロビー、出張所、市HPで配布

②予約後、文化振興課窓口で契約保養施設利用券を申請(電話による申請不可)
持 本人確認書類(運転免許証^{ほか})

③宿泊当日に、利用券を宿泊施設にご提出ください。

※家族やグループで利用の場合も、市内に住民登録がある方に限る
※利用限度は、年間1人2泊^{まで}

問 イベントについて…

●下郷町商工観光係 (☎0241-69-1144)

●北杜市観光協会 (☎0551-47-4747)

●勝浦市観光商工課 (☎0470-73-6641)

◆宿泊助成について…文化振興課 係 (☎042-438-4040)

□平成28年度 姉妹都市・友好都市イベントカレンダー

開催日	行事名	都市
10月 2日(日)	須玉甲斐源氏祭り	北杜市須玉町
11月 5日(土)	かつうら魅力市	勝浦市
11月20日(日)	農産品・りんご収穫祭り	北杜市須玉町
平成29年2月11日(祝)・12日(日)	大内宿雪まつり	下郷町
2月18日(土)	なかやま「雪月火」	下郷町
2月24日(金)～3月5日(日)	かつうらビッグひな祭り	勝浦市
2月25日(土)	湯野上温泉火祭り	下郷町

庁舎の統合整備に関するパネル展示

庁舎の統合整備に向けては、喫緊の課題である保谷庁舎の老朽化などへの対応を図るとともに、二庁舎体制の課題の一定程度の解消を目指し、庁舎統合に踏み出すための第一歩として、田無庁舎市民広場に仮設庁舎を整備する「暫定的な対応策」を検討しています。

これまで市民の皆さんへの情報提供と意見聴取に努めてきましたが、検討状況などをパネルにまとめ展示し、引き続き、市民の皆さんへの情報提供と意見聴取を実施します。ご都合の良

い会場に、ぜひお越しください。

時・場 ●10月14日(金)午後2時～8時・保谷駅前図書館

●10月15日(土)午前10時～午後4時・西東京いこいの森公園パークセンター

●10月16日(日)午前10時～午後4時・アスタビル2階センターコート

※当日、直接会場へ

内 庁舎の統合整備に関するパネル展示・アンケートの実施

※内容についてのご質問は、市職員が随時対応します。

暫定的な対応策とは、喫緊の課題である保谷庁舎の老朽化などへの早期対応として、財政面・安全面から保谷庁舎を取り壊すこととし、耐用年数の残る田無庁舎を有効活用する視点から、保谷庁舎機能を田無庁舎および保谷庁舎敷地周辺に再配置する方策であり、平成45年度をめどに、庁舎の統合整備を目指しています。また、二庁舎体制による「財政負担」や「市民サービス」、「業務効率」などの課題を一定程度解消することが可能な方策です。

◆企画政策課 係 (☎042-460-9800)

耐震フェア

市民の生命と財産を保護し、災害に強いまちづくりを推進します。

□木造住宅の耐震改修工事や耐震シェルター等設置に関するパネル展示・各種助成制度の紹介

時・場 ●10月17日(月)・18日(火)・田無庁舎2階展示コーナー ●10月19日(水)・20日(木)・保谷庁舎1階ロビー
※いずれも午前9時～午後5時
※当日、直接会場へ

□建築士による木造住宅耐震診断・耐震改修無料相談会(申込順)

時・場 ●10月15日(土)午前9時～11時

30分・保谷庁舎1階 ●10月17日(月)午後1時30分～4時・田無庁舎地下1階 ●10月19日(水)午前9時～11時30分・保谷庁舎別棟

対 市内の地上2階建て以下の木造一戸建てで、自ら所有し居住している住宅
※原則、昭和56年6月1日以前の建築

申 10月12日(火)までに電話で下記へ

□マンション管理士・建築士による分譲マンション耐震化無料相談会(申込順)

時 10月15日(土)午後1時～5時
場 保谷庁舎1階

対 分譲マンションの管理組合^{ほか}
申 10月7日(金)までに電話で下記へ

◆都市計画課 係 (☎042-438-4051)



健康ひろば



市の花「コスモス」

記入例	A 往復はがき・Eメール	B はがき・Eメール	C 往復はがき・Eメール	D はがき
【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	「食育講座」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	「運動講座」申込 ①住所 ②氏名 ③生年月日(年齢) ④電話番号 ⑤(1日コースの方は)希望日 ※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	「離乳食講習会」申込 ①希望日 ②住所 ③保護者氏名 ④子どもの氏名(ふりがな) ⑤子どもの生年月日 ⑥○子 ⑦電話番号	「〇〇検診」申込 ①氏名(ふりがな) ②性別 ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号 ⑥乳がん検診の場合は希望医療機関名

一般

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
◆健康課保(☎042-438-4037)			
食育歯っぴーライフ講座 「ひょっとして舌のせい?ムセたことある人必見! ~お口の筋トレ始めましょう!~」 【歯科衛生士・管理栄養士による体験型講座】(保育付)	11月2日(水)午前10時~午後1時 保谷保健福祉総合センター	市内在住・在勤・在学の方 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A参照) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):10月7日(金)
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	10月13日(木)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。	10月11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 各20人	10月7日(金)までに電話予約
	10月28日(金)午前10時~11時30分 田無総合福祉センター		前日までに電話予約
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	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19日(水)午前9時~正午 田無総合福祉センター		10月14日(金)までに電話予約
運動講座3日間コース スタイルアップ筋カトレーニング 【健康運動指導士による毎日できる体操講座】(保育付)	10月26日(水)、12月14日(水)、 平成29年2月22日(水)午前10時~正午 田無総合福祉センター	市内在住の20~64歳の方 20人程度(申込多数の場合は抽選) ※1日からの参加も可	電話・はがき・Eメール(記入例B参照) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効):各日1週間前
ボディケア講座~ひざ痛予防~ 【理学療法士による、ひざ痛予防に関する話と自宅でできる体操】	10月20日(木)午前10時~11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
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	10月14日(金)午後1時30分~3時30分 田無総合福祉センター	市内在住の方/2人	10月11日(火)までに電話予約

子ども

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
◆健康課保(☎042-438-4037)			
離乳食講習会 【離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科の話】	11月15日(火)午後1時15分から2時間程度 田無総合福祉センター	市内在住の6~8カ月の乳児と保護者(第1子優先)/25組	往復はがきまたはEメール(記入例C参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効):10月17日(月)~28日(金)
◆教育支援課保(☎042-438-4074)			
ことばの発達・発音などに心配のある子どもの言語訓練・相談 【言語訓練士による相談】	10月7日(金)午後1時30分~5時 教育支援課(保谷庁舎4階)	5~12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	10月3日(月)午前9時~5日(水)に電話予約

休日診療

※健康保険証、診察代をお持ちください。

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
2日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	ひばりヶ丘北口駅前クリニック ひばりが丘北3-3-30 エクレールひばり1階 ☎042-439-4976	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
9日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	はやし内科クリニック 東町6-6-10 西東京メディカルモール ☎042-423-0452	
10日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ☎042-465-0700	池田クリニック 柳沢2-3-13 柳沢2丁目アパート110号 ☎042-465-3331	

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	
2日	たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055	
9日	天野歯科医院 南町2-8-8 ☎042-461-8672	平野歯科医院 富士町4-17-9 千正ビル2階 ☎042-463-2302
10日	しまだ歯科医院 ひばりが丘北3-6-26 ☎042-422-4618	城歯科クリニック 向台町1-20-9 ☎042-464-4008

電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門の医師が相談に応じます。 毎週火曜日 午後1時30分~2時30分 10月4日 眼科 11日 神経内科 18日 消化器外科 25日 循環器内科 ☎042-438-1100
歯科相談(西東京市歯科医師会) 毎週金曜日 午後0時30分~1時30分 ☎042-466-2033

まもなく受付終了 **骨粗しょう症検診** **10月24日まで**

☐ **検診期間** 10月31日(月)まで

場 市内指定医療機関

内 骨密度測定など

対 40・45・50・55・60・65・70歳の女性(平成29年3月31日時点)

申 10月24日(月)(消印有効)までに、はがき(記入例D参照)、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)、電子申請(右記QRコード・市HPから)

※受診方法は申込後に送付する受診券をご覧ください。

◆健康課保(☎042-438-4021)

健康ガイド

- **骨力アップ講座(基礎編・運動編)**
骨粗しょう症の多くは閉経後に発症しやすく、骨量が減少する前の取組が重要です。偏食・喫煙・運動不足などは骨粗しょう症のリスクを高めます。いつまでも元気であるために、骨力アップ講座に参加してみませんか。
対 偏食・喫煙・運動不足などのリスクがあつて骨粗しょう症が心配な女性
- ☐ **基礎編**
時 11月11日(金)午前10時
場 田無総合福祉センター
内 管理栄養士による予防のための栄養・食事の話^{ほか}
定 50人程度
- ☐ **運動編(いずれか1日)**
場・時 ●田無総合福祉センター:10月21日(金)午後1時15分、11月30日(水)午前10時、12月9日(金)午後1時15分
●保谷保健福祉総合センター:11月25日(金)午前10時
内 骨量を蓄えるコツなど運動指導士による運動講義・実践
- 定** 各回20人程度(申込多数の場合は、基礎編・運動編両日参加の方を優先し抽選。9月実施の基礎編も対象)
- ☐ **共通**
申 各回10日前までに、電話・はがき・Eメールで、件名「骨力アップ講座」・参加希望日・住所・氏名・生年月日(保育希望者は子どもの氏名と生年月日も)・電話番号を〒202-8555市役所健康課へ
- ◆健康課保(☎042-438-4037)
- **地域栄養士会~食のボランティア募集**
地域の健康づくりを一緒に推進しませんか。
時 月3回程度 午前10時~正午
場 田無総合福祉センター
内 男性料理グループの講師・定例会・研修会など
対 市内在住で栄養士・管理栄養士の資格を有する65歳ぐらいまでの方
申 電話で随時
◆健康課保(☎042-438-4037)



ピンクリボンキャンペーン 10月は乳がん月間

女性なら誰でもリスクが高い乳がん！
早期発見が大切

◆健康課 保 (☎042-438-4021)

街頭キャンペーン

乳がんの予防や早期発見の方法を知ってください。

時・場 ●10月7日(金)・ひばりが丘駅 ●19日(水)・田無駅

※いずれも午後2時～3時

内 乳がん自己検診法の説明、乳がん検診申込受付、
キャンペーングッズや資料の配布



10月16日(日)マンモサンデー

平日ではなかなか検診を受けられない女性のために、毎年10月の第3日曜日に検診を実施しています(要予約)。

費用などの詳細は、各医療機関にお問い合わせください。

市の乳がん検診受診券・勧奨受診券をお持ちの方は無料で受診できます。

医療機関	住所・電話	定員	実施時間
西東京中央総合病院	芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	30人	午前のみ

※市報掲載時に定員に達している場合があります。

◎佐々総合病院・藤原医院・武蔵野徳洲会病院(2日制)では、土曜日に乳がん検診を実施しています。平日多忙な方は、ぜひご活用ください。

スカイツリー西東京ライトアップ

乳がんの早期発見と検診受診の大切さを伝えるため、スカイツリー西東京がピンク色にライトアップされます。

時 10月1日(土)午後6時～午前0時



子宮頸がん検診・乳がん検診 2期

子宮頸がんは20～30歳代、乳がんは40～50歳代の方に増えています。子宮頸がんは原因のほとんどがウイルス感染で、乳がんはホルモンの影響を受けるとされており、女性であれば誰でも罹患する可能性があります。対象年齢になったらがん検診を定期的に受けましょう。

※勧奨受診券が送付されている方は申込不要

検診名	対象者	内容
子宮頸がん	20歳以上の偶数年齢の女性	問診・内診・視診・細胞診
乳がん	40歳以上の偶数年齢の女性	問診・視触診・マンモグラフィ検査

※年齢は平成29年3月31日時点

申 10月3日(月)～31日(月)(消印有効)までに、はがき(4面記入例参照)、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)、電

子申請(市HP・右記QRコードから)

※乳がん検診の場合は、①西東京中央総合病院 ②佐々総合病院 ③藤原医院 ④武蔵野徳洲会病院 ⑤複十字病院 ⑥公立昭和病院のうち希望の医療機関名も記入(受診券到着後、予約の際に定員に達している場合あり。その際は、希望医療機関以外でも受診可(連絡不要))

※9月1日時点の受け入れ可能数：佐々総合病院…約500人。公立昭和病院…約50人(受け入れは可能ですが、検診が3月頃になる場合があります)

□受診方法 11月中旬に送付する受診券をご覧ください。

※検診の詳細は「西東京市健康事業ガイド」・市HPをご覧ください。

※公立昭和病院の実施体制の一部変更(火・水の午後→水・木の一部)

詳細は公立昭和病院にご確認ください。



10月1日(土)から B型肝炎ワクチンの予防接種を定期接種化

対 平成28年4月1日以降に出生した0歳児(1歳の誕生日の前日まで)

持 母子健康手帳

□接種方法 直接市指定医療機関へ(平成28年4～9月生まれの方は病院に置いてある予診票を、10月生まれ

以降の方は予診票つづりに同封される予診票をご使用ください)

□接種回数 3回まで(任意接種を既に受けた方は、任意接種の回数分が定期接種の回数から除かれます)

◆健康課 保 (☎042-438-4021)

骨密度・血管年齢の測定会

時・場 ●11月10日(木)・11日(金)：田無庁舎5階

●14日(月)・15日(火)：保谷保健福祉総合センター2階

午前：10時～正午、午後：1時～4時
内 骨密度・血管年齢・体脂肪・血圧の測定と健康管理などの相談

対 西東京市国民健康保険加入者

※10月14日時点で75歳未満の方

定 各日90人(申込多数の場合は抽選)

申 10月14日(金)(消印有効)までに、往復はがきで住所・氏名・生年月日・電話番号・希望日時(午前・午後、第3希望まで)を〒188-8666市役所保険年金課「測定会」係へ

※郵送のみ。往復はがき1枚に1人まで

□協力 東京都国民健康保険団体連合会

◆保険年金課 保 (☎042-460-9821)

第8回「介護の日」イベント「介護川柳」募集

介護に関する出来事や思いなどを川柳にしてお寄せください。選ばれた川柳は、11月11日(金)「介護の日」に、アスタビル2階センターコートで行うイベントで掲示します。

申 10月17日(月)(消印有効)までに、川柳・氏名(ニックネーム可。川柳とともに公表)を〒202-8555市役所高齢者支援課「介護の日」係へ郵送・ファクスまたは持参(保谷保健福祉総合センター1階・田無庁舎1階)

※応募用紙は高齢者支援課・地域包括支援センター・福祉会館・市HPなどで配布

※作品は、イベント終了後も市HPで掲載する場合があります。

※作品は返却しません。選考結果の発表は、当日の掲示をもって代えさせていただきます。

※イベント詳細は、次号に掲載予定

◆高齢者支援課 保 (☎042-438-4032・FAX042-438-2024)

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 10月5日(水)午前8時30分(★印は、9月20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	10月13日(木)・20日(木)・21日(金) 午前9時～正午
	保	10月11日(火)・12日(水)・18日(火)・19日(水) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	11月7日(月)
	保	10月27日(木)
交通事故相談	田	★10月12日(水)
	保	10月26日(水)
税務相談	田	10月14日(金)
	保	10月21日(金)
不動産相談	田	10月20日(木)
	保	★10月13日(水)
登記相談	田	★10月13日(水)
	保	★10月20日(木)
表示登記相談	田	★10月13日(水)
	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)
行政相談	田	★10月21日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	保	11月11日(金)



お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

10月の薬湯 ～ラベンダー湯～



皮脂の分泌を整えて、肌を健やかに保つ効果があります。
※「銭湯の日」特別イベントも開催
時 10月10日(祝)
※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)
場 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ
西東京市公衆浴場
(庚申湯 ☎042-465-0261)

西東京市勤労者福祉サービスセンター 未加入事業所ご紹介キャンペーン

中小企業で働く従業員と事業主の皆さんへの慶弔給付・健康維持増進・余暇活動(レジャー・旅行など)などの福利厚生事業を提供しています。
□期間 10月3日(月)～12月22日(休)
対 ●市内中小企業(従業員300人以下)の事業主と従業員・パートの方、商店主などの自営業の方と一緒に働いているご家族(事業所単位で入会)
●市内在住で、市外の中小企業で働く事業主と従業員
¥ 入会金300円・月会費500円(1人当たり)
※キャンペーン期間中は入会者および紹介者に特典あり

※事業主が負担する入会金と会費は、税法上、必要経費として処理できます。
西東京市勤労者福祉サービスセンター(☎042-464-1311内線2897)

「防火標語」「救急標語」の募集

最優秀作品はポスターなどに活用され、賞状と副賞(旅行券5万円分)を贈呈します。

申 11月15日(火)までに、①東京消防庁HP・消防署で配布の応募用紙を消防署(出張所を含む)へ持参 ②はがきで応募作品・住所・氏名・年齢・職業・所属名(在勤・在学の方のみ)・電話番号を〒100-8119千代田区大手町1-3-5東京消防庁広報課「標語募集事務局」へ ③上記内容をEメールで ☎または東京消防庁(tfdinfo@tfd.metro.tokyo.jp)へ

□選考結果 平成29年3月ごろに決定し、東京消防庁HPなどで発表
西東京消防署(☎042-421-0119・✉nisitokyo3@tfd.metro.tokyo.jp)

愛犬のしつけ教室 ～遊びながら気持ち伝えるしつけの極意～

時 10月23日(日)午前10時30分～正午・午後2時～3時30分
場 東伏見公園南側(緑のテントが目印)

定 20組(申込順)
持 首輪・伸び縮みしないタイプのリード
※教室終了後、個別に愛犬のお悩み相談 ※1人1頭まで(発情中は不可)
※雨天時、内容変更の場合あり
申 10月1日(土)から電話で ☎へ
※当日空きがあれば参加可
西都立野川公園サービスセンター(☎0422-31-6457)

文部科学大臣賞争奪 市民交流マージャン大会 ～西東京市予選会～

誰でも参加できる「健康マージャン」の全国大会(平成29年1月 石川県)に向けた東京都代表決定戦(11月23日 目黒区)への予選会です。

時 11月2日(水)正午
場 西東京市民会館
※10月26日(水)午後1時の説明会への出席が必要です。

定 80人(予定) (申込順)
¥ 1,500円
申 10月3日(月)から電話で ☎へ
西NPO法人健康麻将全国会西東京支部(西東京市健康応援団)(☎070-6454-8141)

司法書士・税理士による 無料法律相談

時 10月15日(土)午前10時～午後4時
場 アスタビル2階センターコート
内 不動産・借地借家・遺言・成年後見・

登記・借金問題・少額訴訟・税務相談 ☎
東京司法書士会田無支部(☎042-312-3697)

無料特設行政相談

時 10月20日(木)・21(金)午前10時～午後5時(受付:4時30分まで)
内 登記・通信・金融商品・相続・税・国の行政に関する相談
□主催 関東管区行政評価局
場・西東京総合行政相談所(西武池袋本店7階 行政相談コーナー内・☎03-3987-0229)

自衛隊観閲式に伴う航空機の飛行

市上空を航空機が飛行します。
時 10月5日(水)～23日(日)
西陸上自衛隊東部方面総監部(☎048-460-1711)

平成29年春入校 陸上自衛隊募集

◆高等工科学校生徒(推薦・一般)
3年修了時には高校卒業資格が取得できます。在学期間は月額9万4,000円と年2回の期末手当が支給されます。
対 15歳以上17歳未満の中卒男子
□試験日 ●推薦:平成29年1月7日～9日の指定日 ●一般:1月21日
申 ●推薦:11月1日～12月2日 ●一般:11月1日～1月6日
西自衛隊西東京地域事務所(☎042-463-1981)

東京都シルバーパスの発行

満70歳以上の都民で希望する方に、都営交通・都内民営バスに乗車できるシルバーパス(有効期限:平成29年9月30日)を発行します。

申 満70歳になる月の初日から、最寄りのシルバーパス取扱バス営業所へ
持 住所・氏名・生年月日が確認できる書類(保険証など)と、①～③の該当する項目の書類・費用

①平成28年度住民税が非課税の方

1,000円と次のいずれか
●「平成28年度介護保険料納入(決定)通知書」の所得段階区分欄に1～5の記載があるもの ●平成28年度住民税非課税証明書 ●生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの)

②平成28年度住民税が課税で、前年の合計所得金額が125万円以下の方

1,000円と次のいずれか

●「平成28年度介護保険料納入(決定)通知書」の所得段階区分欄に6の記載があるもの

※所得段階区分欄が7の方でも合計所得金額が125万円以下の可能性があります。その場合、合計所得金額を住民税課税証明書などをご確認ください。

●平成28年度住民税課税証明書

③平成28年度住民税が課税で、前年の合計所得金額が125万円超の方

2万510円
西(社)東京バス協会(シルバーパス専用 ☎03-5308-6950 ※平日午前9時～午後5時)

多摩4市 就職面接会

□就職面接会in清瀬
時 10月25日(火)午後1時～4時(入退場自由。受付3時まで)
場 清瀬市生涯学習センター
※当日、直接会場へ
持 履歴書(面接を希望する企業数分)
※多摩地域の企業10社程度が参加予定。参加企業および求人内容は、開催日約1週間前に ☎のHPに掲載します。

□事前対策セミナー
内 上記面接会の事前対策セミナー
時 10月20日(木)午後2時～4時
場 東久留米市市民プラザ
定 30人(申込順)
申 電話で ☎へ
西東京しごとセンター多摩(共催)(☎042-329-4524)
◆産業振興課保(☎042-438-4041)

柳泉園組合 水銀濃度測定結果

法律では排出規制基準が定められていないため、当組合では廃棄物焼却施設の排出ガス中の水銀濃度の自己規制値を0.05mg/m³Nと定め測定しています。5～7月の分析計測結果(各月の1時間平均値の最高値)は、1～3号炉いずれも0.00mg/m³Nでした。

西柳泉園組合(☎042-470-1545) ◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)

ようこそとしょかんへ 10月

乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館へ



中央 ☎042-465-0823
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時
●おはなしおばさんのおはなし会 2日(日)午前11時
●にこにこおはなし会 6・20日(木)午前11時/1～2歳児と保護者
●サンサンおはなし会 16日(日)午前11時/3歳児から対象
●おはなし会 毎週木曜日午後3時30分/3歳児から対象

柳沢 ☎042-464-8240
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時
●ちいさなおはなしひろば 7・14日(金)午前11時/1～2歳児と保護者対象
●わくわくドキドキ紙芝居 8日(土)午前11時
●おはなしひろば 毎週水曜日午後3時30分/3歳児から対象

保谷駅前 ☎042-421-3060
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時
●ちいさなおはなしひろば 14・28日(金)午前11時/1～2歳児と保護者
●おはなしひろば 14・28日(金)午後3時30分/3歳児から対象
●おはなしのへや 8・22日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

ひばりが丘 ☎042-424-0264
火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時
●ちいさなおはなしひろば 7・14・28日(金)午前11時/1～2歳児と保護者対象 ★今月から月3回になります。
●おはなしひろばサタデー 1日(土)午前11時/3歳児から対象
●おはなしひろば 5・19日(水)午後4時/3歳児から対象

芝久保 ☎042-465-9825
火～日 午前10時～午後6時
●おはなし会 毎週木曜日午後4時

児童館・児童センターとの共催行事

●はじめてのページ 6日(木)午前11時/下保谷児童センター
●新町おはなしひろば 19日(水)午後3時30分/新町児童館/3歳児から対象

谷戸 ☎042-421-4545
火～日 午前10時～午後6時
●ちびっこおはなし会 5・19日(水)午前11時/1～2歳児と保護者対象
●おはなし会 12・26日(水)午後3時30分/3歳児から対象

休館日
3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)
※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、21日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、10日(水)も休館



キッズルーム

子育て世代向け情報
※市からの連絡帳コーナーも
ご覧ください。

アートとしぜんであそぶラボ

西原自然公園で、世界に一つだけのアート作品を作ってあそぼう！ 午前には枝や木の実を素材に、午後は絵本作家の長田真作さんの絵本をモチーフにアート作品を作ります。

時 10月23日(日)
①木の実工作スペシャル
午前10時30分～正午
②森で青いせかい
午後1時～2時30分
場 西原自然公園

対 4歳児～小学6年生
定 ①なし
②40人(申込順)
料 ①100円(材料費)
②300円(材料費)
申 ①不要
②10月22日(土)までに電話で☎へ
問 西原自然公園であそぶ会
(萩野・田澤 ☎050-3553-5645)
◆みどり公園課
(☎042-438-4045)

少年・少女野球教室

プロ野球読売巨人軍のジャイアンツアカデミーによる教室です。グループごとに「投げる・守る・打つ・走る」の基本練習方法を指導します。

時 10月30日(日)
①午前10時～正午 ②午後1時～3時
場 向台運動場 ※雨天時は総合体育館
対 市内在住の①小学5年生・②6年生
持 スパイク(運動靴可)・バット・グローブ・帽子・飲み物・汗拭きタオル
申 ●市内の軟式野球連盟少年部チームに所属している方…チームでまとめ

て申込
●チームに所属していない方…10月22日(土)午後5時までに、スポーツセンター・きらっと・総合体育館の窓口の申込用紙で申込
指 導 読売巨人軍 ジャイアンツアカデミー
問 スポーツセンター
(☎042-425-0505)
◆スポーツ振興課保
(☎042-438-4081)

ピアカウンセリング

相談員の実体験を基に、同じ障害児の親の立場から相談を受けます。

小・中学生の障害児の保護者
時・定 10月11日(火)①午前9時15分～10時 ②10時30分～11時15分・各1人

申 電話で☎へ
場・問 相談支援センター・えぽっく(障害者総合支援センターフレンドリー内・☎042-452-0075)
◆障害福祉課保(☎042-438-4034)

ファミリー・サポート・センター

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と預かる方(サポート会員)が会員となり、子どもの預かり・送迎・外出の同行などを会員間で有償の相互援助活動事業です。ファミリー会員が支払う利用料金が、サポート会員の活動報酬となります。

◆サポート会員になりたい方
養成講習会を受講してください。

時・内 下表参照
場 田無総合福祉センター
対 市内在住の20歳以上で、全日程を受講後にサポート会員として活動できる方
※全日程の受講が難しい方はご相談ください。
定 30人(申込順)
料 2,000円(テキスト代)
申 10月28日(金)までに電話で☎へ(平日午前9時～午後5時)

◆ファミリー会員になりたい方
下記の登録説明会に出席してください。

内 子どもの預かり、保育園・幼稚園・習い事の送迎[※]
時・場 毎日午前6時～午後11時・サポート会員宅[※]
料 (1時間当たり)平日午前8時30分～午後5時…800円、上記以外…1,000円
ファミリー会員登録説明会
時・場 ●10月1日(土) 防災センター
●20日(木) 田無総合福祉センター2階
※いずれも午前10時～正午
定 各20人 ※保育あり:各10人(申込順)
持 保護者の顔写真(縦3cm×横2.5cm)1枚・認め印・82円切手・ボールペン
申 各回前日の午後5時までに電話で☎へ
問 ファミリー・サポート・センター事務局(☎042-438-4121)
◆子ども家庭支援センター
(☎042-425-3303)

サポート会員養成講習会

日程	時間	内容
11月8日(火)	午前9時30分～午後0時30分	オリエンテーション・西東京市の子育て支援
	午後1時30分～4時	子どもを預かる心構え
9日(水)	午前9時30分～正午	子どもの生活と遊び
	午後1時～3時30分	子どもの心の発達とかかわり
10日(木)	午前9時30分～午後0時30分	子どもを安全に預かるために
	午後1時30分～4時30分	登録説明・修了式

中学・高校生年代 イベントプロジェクト 高校生年代 企画スタッフ募集

平成29年2月4日(土)に実施するイベントの企画・運営をする高校生年代のスタッフを募集します。

昨年度は、中高生のパフォーマンスとお笑い芸人のミニライブでした。あなたのアイデアを実現しましょう！

第1回企画スタッフ会議&交流会
時 10月28日(金)午後6時15分～8時
場 田無児童館
対 市内在住・在勤・在学の高校生

代の方、本市近隣高校の生徒
申 10月1日(土)～28日(金)に、直接またはEメールで、件名「中高生イベントプロジェクトスタッフ希望」・氏名・学校名と学年(在学の方のみ)・電話番号またはEメールアドレスを☎へ
※市HPで過去の様子を紹介しています。
問 西原北児童館(☎042-464-3833)・
jjidoukan@city.nishitokyo.lg.jp
◆児童青少年課保(☎042-460-9843)

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。

「75歳以上高齢者元気度アンケート」未回答の方へ再訪問します

平成27年度実施の調査票をまだ提出していない方には、再度担当の地域包括支援センター職員が訪問し、様子などを確認させていただく場合がありますのでご協力ください。

期間 10～12月
※平成27年度の集計結果などは、情報公開コーナー(両庁舎1階)でご覧になれます。
◆高齢者支援課保(☎042-438-4029)

高齢者インフルエンザ予防接種

時 10月1日(土)～平成29年1月31日(火)
場 市内指定医療機関
対 本市に住所があり次のいずれかに該当する方
●接種日当日に満65歳以上
●接種日当日に満60～64歳で、心臓・じん臓・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身体障害者手帳1級程度の障害を有する
接種回数 期間中1回

料 2,500円
持 健康保険証
※要予約。市外での接種を希望する方はお問い合わせください。
※詳細は、市報本号と同時配布の「高齢者の方へお知らせです 平成28年度高齢者インフルエンザ予防接種」をご覧ください。
◆健康課保(☎042-438-4021)

7522・8020表彰

10月1日現在、歯が①75～79歳で22本以上 ②80歳以上で20本以上ある市民の方を表彰します。該当する方や該当者をご存じの方は、歯科医院(西東京市歯科医師会会員)へご連絡ください。
※初めての方が対象。ただし、①の表彰者が今回②の対象になることは可
診査期間 10月29日(土)まで

審査方法 西東京市歯科医師会会員医院・診療所で確認
表彰式
時 11月13日(日)午前9時30分
場 保谷こもれびホール
問 西東京市歯科医師会
(☎042-466-2033)
◆健康課保(☎042-438-4037)

きれいな歩き方講座(全4回)

いつまでも姿勢よくいられるように、負担のない歩き方を学びます。
時・場 11月1日～30日の毎週午後2時～3時(祝日を除く)
①住吉老人福祉センター・月曜日
②新町福祉会館・水曜日
③下保谷福祉会館・火曜日
対 市内在住の運動可能な65歳以上で、

おおむね全日程受講できる方
定 15人(申込多数の場合は抽選)
料 1回150円(全日程分を事前支払)
申 10月11日(火)(消印有効)までに、はがきで希望会場・住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-8555市役所高齢者支援課「きれいな歩き方講座」係へ
◆高齢者支援課保(☎042-438-4029)

今からはじめる貯筋！ マシントレーニング講座(全12回)

トレーニングマシンを使用した運動講座です。一人一人の状態に合わせて指導します。
時・場 下表参照
対 市内在住の運動可能な65歳以上の方で、おおむね全日程受講できる方
定 15人(申込多数の場合は抽選)

料 1回150円(全12回分を事前払込)
申 10月11日(火)(消印有効)までに、はがきで希望会場・住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-8555市役所高齢者支援課「マシントレーニング講座」係へ
◆高齢者支援課保(☎042-438-4029)

会場	日程
住吉老人福祉センター	10月26日～平成29年1月18日 毎週水曜日(祝日を除く)午後2時～3時30分
新町福祉会館	10月28日～平成29年1月27日 毎週金曜日(祝日を除く)午後2時～3時30分
下保谷福祉会館	10月24日～平成29年1月23日 毎週月曜日(祝日を除く)午前10時～11時30分



イベント NEWS もっと知ろう！楽しもう！

音訳者養成講座(初級)事前説明会

10月6日(木) 午後2時～4時
谷戸公民館

内 視覚障害者などのための音訳業務
対 市内在住で、原則全日出席・長期継続活動が可能な方
※講座(全11回)は10月20日～12月27日午前10時～正午に実施
申 10月5日(水)までに、電話で下記へ
◆谷戸図書館(☎042-421-4545)

いこいの森ドッグフェスタ

10月8日(土) 午前11時～午後4時
西東京いこいの森公園
※当日、直接会場へ

内 犬のお散歩マナーアップキャンペーン特設ドッグラン、獣医による健康相談、ペットケア、グッズ販売など
※ドッグランへの入場には条件があります。詳細は、公園HPをご覧ください。
問 西東京いこいの森公園パークセンター(☎042-467-2391)
◆みどり公園課(☎042-438-4045)

第16回 市民スポーツまつり

10月10日(祝) 午前9時30分～午後4時
向台運動場・市民公園グラウンド
※当日、直接会場へ

□**無料臨時バス運行時間**
午前8時～午後4時30分(保谷庁舎⇄田無庁舎⇄会場)保谷庁舎を毎時00分、会場を毎時30分に出発
□**競技** パン食い競争・かけっこ・宝探し・500mリレー・玉入れほか
□**イベント** 和太鼓演奏・キッズチアダンス・よさこいソーラン踊りほか
□**チャレンジコーナー** 棒バランス・輪投げ・ストラックアウト・垂直跳びほか
□**特設コーナー** 井口資仁選手応援コーナー・ラグビー体験
□**模擬店** 焼きそば・とん汁・お団子ほか
□**フリーマーケット** 約100店舗
□**お楽しみ抽選会**
申 抽選券付プログラムを配布します。事前にプログラムをお持ちの方は、抽選番号をプログラムに押ししますので、受付までお越しください。
問 ●NPO法人西東京市体育協会

(☎042-425-7055)
●実行委員会(菅野☎042-421-7075)
◆スポーツ振興課(保)(☎042-438-4081)

安全・安心まちづくりネットワーク 市民のつどい～警視庁音楽隊も来場～

10月14日(金) 午後1時(0時30分開場)
保谷こもれびホール ※当日、直接会場へ

10月11日～20日に全国地域安全運動が実施されます。振り込め詐欺や身近な犯罪(侵入窃盗・万引き・自転車盗難など)の被害防止に向け、一緒に地域の安全・安心について考えましょう。
内 「安全で明るい住みよい街づくり」市民宣言・警視庁音楽隊コンサート
定 600人(先着順・全員に記念品贈呈)
問 田無警察署(☎042-467-0110)
◆危機管理室(保)(☎042-438-4010)

自然観察会

10月15日(土) 午前10時～正午(予定)
下保谷四丁目特別緑地保全地区(高橋家南側入り口) ※雨天中止

貴重な屋敷林の自然を体験できます。
定 30人程度(申込順)
申 10月12日(水)までに、電話で下記へ
□**共催** 高橋家屋敷林保存会
◆みどり公園課(☎042-438-4045)

地域活動紹介ゆめサロン「まぢめぐり」西部地区(西原町・緑町・ひばりが丘)の旅

10月15日(土) 午前9時15分～午後2時
集合：西原自然公園正門入り口前

西部地区の市民活動の様子を楽しく語らいながら見学してみませんか。
定 20人(申込順)
¥ 850円(昼食代) ※弁当持参可
□**カメラボランティア募集**
まぢめぐりに同行しながら、写真撮影をしませんか。撮影した写真は問のHPや「ゆめこらぼ通信」で公開されます。
定 10人(申込順)
申 10月12日(水)までに、電話・ファクス・Eメールで、件名「まぢめぐり(カメラ募集)」・住所・氏名・電話番号を問へ
問 市民協働推進センター(☎042-

497-6950・FAX042-497-6951・
✉yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp)
◆協働コミュニティ課(保)(☎042-438-4046)

講演 マルチメディアデイズー～すべての子どもたちに読書の楽しさを～

10月15日(土) 午後2時～4時
保谷駅前公民館

定 70人(申込順)
申 下記へ電話または来館
◆保谷駅前図書館(☎042-421-3060)

養育家庭(里親)体験発表会

10月20日(木) 午前10時～正午
住吉会館ルピナス ※当日、直接会場へ

内 親元で暮らせない子どもたちを自らの家庭に迎えた里親さんによる笑いと涙の子育て体験談、制度説明など
定 50人程度(先着順)
◆子ども家庭支援センター(☎042-425-3303)

大人のeco環境講座 フードロス(食のむだ)を減らそう!

10月22日(土) 午前10時30分～正午
エコプラザ西東京

身近な食品の「もったいない」を考えます。
対・定 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方・30人(申込順)
持 筆記用具
申 10月3日(月)午前9時から、電話・ファクス・Eメールで住所・氏名・年齢・電話番号を問へ
問 エコプラザ西東京(☎042-421-8585・FAX042-421-8586・
✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp)
◆環境保全課(☎042-438-4042)

障害者水泳教室(全6回)

10～3月の第4土曜日
午後1時～2時30分/スポーツセンター

内 水慣れ、水中での感覚などの体感
対 市内在住または市内の障害者作業所に通所中の18歳以上の障害者の方
定 20人(申込多数の場合は抽選)
※申込方法など詳細は、市HPまたは

「スポNAVI」をご覧ください。
問 スポーツセンター(☎042-425-0505)
◆障害福祉課(保)(☎042-438-4033)

第8回 大人におくる朗読会

10月22日(土) 午後2時～4時
保谷駅前公民館 ※当日、直接会場へ

内 『夢十夜』(夏目漱石作)・『山月記』(中島敦作)・『十三夜』(藤沢周平作)ほか
定 80人(先着順)
□**公演** 保谷朗読ボランティアの会
◆保谷駅前図書館(☎042-421-3060)

男女平等推進センター自立支援講座Ⅱ 私の明日のために～見つける・学ぶ・ケアする～

④**10月24日(月)** ⑤**11月2日(水)**
⑥**11月9日(水)** 午前10時～正午
住吉会館ルピナス

セルフケアを学びながら自分らしい生き方を考えます。
④**モラハラ知ってる？ あなたは大丈夫？** -夫婦・家族間での息苦しさ-
対・定 女性・30人(申込順)
講 本田りえさん(臨床心理士)
⑤**パーソナルカラーで自分発見!**
対・定 女性・20人(申込順)
講 笹野かよさん(カラーコーディネーター)
⑥**マイナスをプラスへー女性のためのストレス管理術ー**
対・定 女性・30人(申込順)
講 長谷川能扶子さん(キャリアコンサルタント)
※いずれも保育あり。生後6カ月以上の未就学児・各15人(申込順)
申 10月3日(月)午前9時から、電話・Eメールで、件名「自立支援講座」・住所・氏名・電話番号・希望講座を下記へ
◆男女平等推進センター(☎042-439-0075・✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

ささえあい訪問協力員養成研修

10月24日(月) 午後1時～4時10分
高齢者センターきらら

対 市内で一人暮らしをする高齢者の見守り活動を担っていただける市民の方
持 年齢確認書類(保険証など)・認め印
申 10月20日(水)までに、電話・ファク

第16回 西東京市民文化祭

～出会い ふれあい 文化の輪～

10月22日(土)～11月15日(火)

芸術の秋に、市民の皆さんの文化芸術活動(演技や作品展示など)を発表する「西東京市民文化祭」を開催します。詳細は、市内公共施設などで配布している総合プログラムまたは市HPをご覧ください。



□**共催** 西東京市民文化祭実行委員会
◆文化振興課(保)(☎042-438-4040)
※中学生作品を保谷こもれびホール・きららとで、市民文化祭広報用公募作品(絵画・写真など)をきららとで展示します。
※茶会は1席につき茶菓子代200円が掛かります。
※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

PR in アスタ

時 10月5日(水)～8日(土)
場 アスタビル2階センターコート

オープニングイベント

時 10月22日(土)午後2時
場 保谷こもれびホール
※エントランスで生け花展も開催(10月22日(土)～23日(日))

16th Nishitokyo Civic Culture Festival
～Meeting, Touching and Cultural Ties～

保谷こもれびホール	
10月23日(日)	着付け・和太鼓
29日(土)	合唱
29日(土)～31日(月)	展示
30日(日)	器楽・香道
11月 2日(水)	カラオケ
3日(祝)	洋舞・茶道・謡曲
5日(土)	箏曲・詩吟
5日(土)～6日(日)	生け花展
6日(日)	日舞・茶道

コール田無	
10月29日(土)～11月 6日(日)	展示 ※10月31日(月)は休館日
29日(土)	器楽
30日(日)	演芸・朗読
11月 3日(祝)	演芸
5日(土)	演劇
6日(日)	器楽



西東京市民会館	
10月23日(日)	民謡
29日(土)	大正琴
29日(土)～30日(日)	生け花展
30日(日)	民謡
11月 3日(祝)	詩吟
6日(日)	日舞(民踊)

きららと・柳沢公民館	
10月29日(土)～31日(月)	展示

田無公民館	
10月29日(土)	茶道

ひばりが丘公民館	
10月29日(土)～31日(月)	展示
30日(日)	茶道

如意輪寺(境内)	
11月2日(水)～15日(火)	菊花展



スで住所・氏名・電話番号を問へ
問 西東京市地域サポート「りんく」
 (☎042-497-4163・FAX042-497-4164)
 ◆高齢者支援課 保
 (☎042-438-4029)

エコプラザの雑草教室～秋の雑草～

10月26日(水) 午後1時30分～3時30分
 旧泉小学校 ※荒天延期：11月2日(水)

『校庭の雑草』の著者を講師に迎えて身近な雑草を観察します。
対・定 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方・20人(申込順)
持 筆記用具・雨具・飲み物
申 10月5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・電話番号を問へ
問 エコプラザ西東京(☎042-421-8585・FAX042-421-8586・✉ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp)
 ◆環境保全課(☎042-438-4042)

ENJOYニュースポーツ2016(後期) 運動不足の方・障害のある方も

10～2月の最終日曜日
 午前9時30分～11時30分
 きらっと ※当日、直接会場へ

カーリングから生まれた「ユニカー」などに加え、年内はソフトバレーボール、翌年はミニテニスを行います。
対 市内在住・在勤・在学の小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
持 室内用運動靴・タオル・飲み物など
 ◆スポーツ振興課 保
 (☎042-438-4081)

沿線3市男女共同参画連携事業

10月30日(日) ①午前11時～午後3時30分 ②午後4時～6時
 住吉会館ルピナス

①女性起業応援フェスタ2016 わたしのワーク・ライフ・バランス
内 さまざまな商品のPR・即売ブース、体験コーナー、ワークショップなど
②起業入門講座「これってビジネスになるの? かるやかに起業」
講 藤岡喜美子さん(市民フォーラム21・NPOセンター事務局長)
定 30人 ※保育あり。生後6カ月以上の未就学児・15人(申込順)

申 10月3日(月)午前9時から電話・Eメールで、件名「起業入門講座」・住所・氏名・電話番号・保育の有無を下記へ
 ◆男女平等推進センター(☎042-439-0075・✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp)

就職支援セミナー～保育あり～

①10月31日(月) ②11月1日(火) ③11月2日(水)
 午後1時30分～3時30分/防災センター

内 ①就職活動準備と自己理解・職業理解 ②履歴書・職務経歴書の書き方 ③面接対策 ※いずれも講義形式
対 雇用保険を受給中の方
定 各50人(申込順)
 ※定員内で全てのセミナーの受講可
持 筆記用具・雇用保険受給資格者証
申 電話で(株)東京リーガルマインド(☎03-5913-6910)へ
□保育サービス 保育希望者は、セミナー申込後に必ずご予約ください。
対・定 6カ月～4歳児・各8人(申込順)
申 10月3日(月)～25日(火)正午に、産業振興課へ
問 ハローワーク三鷹(☎0422-47-8617)
 ◆産業振興課 保(☎042-438-4041)

秋のハイキング in 高尾山

11月1日(火) 午前9時30分～午後3時ごろ
 集合：京王線高尾山口駅 ※雨天中止

人気観光スポット高尾山で、紅葉を眺め五感で自然を感じながら、体力の維持・増進やストレス発散をしませんか。
□行程 びわ滝コース→山頂→表参道コース→薬王院→展望台で昼食→下山(約7km) ※天候によりコース変更あり
対・定 16歳以上の方・20人(申込順)
¥ 1,500円(ガイド・昼食・保険代)
申 10月5日(水)から、きらっと・総合体育館・スポーツセンターにある申込用紙に参加費を添えて窓口へ
問 スポーツセンター(☎042-425-0505)
 ◆スポーツ振興課 保(☎042-438-4081)

紅葉を楽しむ、西東京ウォーキング!

11月5日(土) 午前10時30分ごろ
 集合：東伏見駅周辺

「憩いのまち西東京市カードラリー

2016」の関連イベントで、東伏見から都立小金井公園を歩きます。
定 100人(1組4人まで。申込多数の場合は抽選。詳細は当選者に別途通知)
申 10月14日(金)までに、市HP 申込専用フォームから
 ◆産業振興課 保(☎042-438-4041)

市民介護講習会

11月19日～12月3日の土曜日
 午前10時～午後3時
 特養グリーンロード(西原町2-2-11)

内 高齢者を支える基本知識と介護技術を学ぶ施設の専門職員による講習会
対 市内在住で全日程受講できる、高齢者を介護している家族の方・介護知識を身に付けたい方・ボランティアとして活動してみたい方
定 20人(申込多数の場合は抽選)
申 11月4日(金)(消印有効)までに、はがきで住所・氏名・年齢・電話番号・希望講習内容(可能な範囲で対応)を〒202-8555市役所高齢者支援課「市民介護講習会」係へ
 ◆高齢者支援課 保(☎042-438-4028)

泳力検定会

11月27日(日) 午前9時30分～午後2時
 スポーツセンター

日本水泳連盟による検定で、基準タ

イムをクリアすると認定されます。
対 25m以上泳げる方(年齢不問)
定 100人(申込順)
¥ 1種目につき1,000円(1人2種目まで)
申 市内在住・在勤・在学者は10月5日(水)(それ以外は10日(祝)～11月12日(土)に、申込用紙に参加費を添えてjの窓口へ
問 スポーツセンター(☎042-425-0505)
 ◆スポーツ振興課 保(☎042-438-4081)

西東京市暮らしヘルパー養成研修(全2回)

①11月26日(土)・27日(日) 防災センター
②1月16日(月)・17日(火) 田無庁舎5階
③3月13日(月)・14日(火) 防災センター
 午前9時～午後5時

訪問介護の仕事をするための基礎研修で、修了者は市独自基準の訪問サービス(家事援助のみ)の従事資格が取得できます(採用されるとは限りません)。
対 修了後に指定事業所で従事する意欲のある18歳以上の方(高校生を除く)
定 各20人(申込多数の場合は抽選)
申 10月21日(金)(必着)までに、はがき・Eメール・専用申込書で住所・氏名・生年月日・職業・電話番号・受講動機・希望回(第3希望まで)を〒202-8555市役所高齢者支援課「西東京市暮らしヘルパー養成研修」係へ
 ◆高齢者支援課 保(☎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。

「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16回 あしたのために考えよう～かしこい消費者をめざして～
西東京市消費生活展

時 10月14日(金)午前10時～午後4時30分・15日(土)午前10時～午後4時
場 消費者センター分館 ◆協働コミュニティ課 保(☎042-438-4046)

◆イベント

①学習会～映画とお話し～遺伝子組み換え食品について考える
時 14日(金)午前10時30分～午後0時30分 ※当日、直接会場へ
②ふるしきを身近に! ～日常にも、防災にも使おう～
時 14日(金)午後 ※要申込
③親子で作るだんご汁
時 15日(土)午前 ※要申込
④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 15日(土)午前 ※要申込

※②～④の申込方法は、市報前号・市HPなどでお知らせしましたが、定員に達していない場合のみ追加募集を行っています。最新の情報は、市HPでご確認ください。
◆展示など
 ●参加団体によるパネル展示
 ●クイズラリー
 ●地粉で作る「だんご汁」の無料試食(各日午前11時30分から限定100食)
 ●茶わんリサイクル・市内産野菜販売・コミュニティサロン
□企画・運営 消費生活展実行委員会

「西東京市からのお知らせ」
エフエム西東京(84.2MHz)
①午後0時45分～1時(月～日曜日)
②午後8時～8時15分(月～金曜日)

音声版「声の広報」も作成しています
「広報西東京」をデジ版・CD版でお聞きになれます。詳細は、谷戸図書館(☎042-421-4545)へお問い合わせください。

第6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～

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体が大集結！
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！
妊活中の方、妊娠中の方、子育て支援に関心のある方もご参加ください。

入場無料！
オリジナルお絵描き帳
プレゼント

※アンケートと引き換えです

時 10月10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。

コーナー紹介

※内容は変更になることがあります。
詳細は、当日のパフレットでご確認ください。

みんなで楽しもう

- ★魚釣りゲーム ★輪投げ ★工作 ★囲碁
- ★ヨガ ★ベビーマッサージ ★貼り絵アート
- ★世界のことで遊ぼう ★スタンプラリー
- ★算数ゲーム ★折り紙 ★パステルアート
- ★音楽^{ほか}

役立つ

- ★子育て支援施設紹介 ★抱っこひも装着法アドバイス
- ★整体師さんとおしゃべり^{ほか}

見て楽しもう

- ★ヒーローショー
- ★小学生チアダンス ★人形劇

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)
- ★歯科医師による食べ方相談
午後1時40分～2時30分
- ★育児相談(助産師・保健師)^{ほか}
- 持 母子手帳

ほっと一息

- ★足リフレ ★アロマハンドリフレ ★ハーブティー試飲
- ★卵・乳を使わないアレルギー対応パン、焼き菓子の販売
- 持 マイカップ、マイバッグ、室内履き、靴袋
- ※リフレ・食べ物の販売は有料です。
- ※食べ物は限りがありますので、昼食をお持ちください。

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
※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・障害者サポーター養成講座

□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)

西東京市一店逸品事業

全業種対象 第4弾募集

よいもの発見！逸品めぐり

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、これまで3回の認定で100品以上の商品を認定しました。

このたび第4弾として、こだわりのある自慢の逸品を募集します。

□募集期間 10月31日(月)まで

□認定テーマ 「おもてなしの逸品」

- 西東京市の認知度を向上させるもの
- 西東京市の歴史・文化・自然そのほかの特徴が生かされたもの
- 感謝・おもてなしの心が感じられるもの

□対象商品

- 西東京市の市名・町名・ゆかりのあるものの名前が入っている商品
- 贈り物にもできる身の回りの品・日

持ちのする飲食物の詰め合わせ

- 西東京市内で手作りしている商品^{など}

□応募方法

①市内で事業を営む方からの自薦

専用の申込用紙を^問へ提出

※応募には参加基準を満たしている必要があります。詳細は、専用HPまたは^問へお問い合わせください。

②市民の皆さんからの推薦

気に入っている商品、おもてなしの逸品を販売してほしいと思うお店を、専用HP(「西東京市一店逸品」で検索)または^問へ推薦してください。推薦されたお店に、事業への参加意向を確認します。

^問 西東京商工会(インビル内・

☎042-461-4573)

◆産業振興課(☎042-438-4041)



ありがとう
祝10周年!

縄文の森の秋まつり～未来につなぐしたのやの～

縄文の森の秋まつりも今年で10周年！縄文体験コーナーや出土品展示ブース、バンド演奏など盛りだくさんのプログラムで開催します。

時 10月9日(日)午前10時～午後4時

場 下野谷遺跡公園(東伏見6-4)

※雨天時は東伏見小学校体育館
◆社会教育課(☎042-438-4079)

©T&K/西東京市



うり のーや しーた

多摩六都科学館ナビ

秋の特別企画展 キトラ古墳が語るもの～地の巻～

古代の人々がキトラ古墳の壁面に残した四神や金箔の星で描かれた天文図とは、一体どんなものなのか？原寸大で再現した壁画や貴重な写真をはじめ、キトラ古墳の魅力が詰まった特別企画展です。

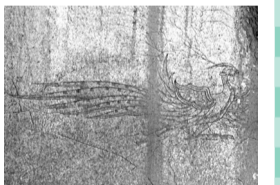
時 10月8日(土)～11月6日(日)

料 大人500円、4歳～高校生200円

平日限定60歳以上割引キャンペーン：10月12日(火)～12月22日(木)

^問 多摩六都科学館(☎042-469-6100)

10月休館：3日(月)～6日(木)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)



古墳に残された壁画(朱雀)



「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 11月6日(日)午前9時^{ごろ}～正午

場 田無庁舎市民広場 ※雨天中止

□出店資格 成人で市内在住の個人・団体(業としている方を除く)

□募集区画数 65区画(1区画約3.5㎡)

※出店場所の選択は不可

申 10月11日(火)(消印有効)までに、往復はがきで参加者全員の氏名、代表者

の住所・年齢・電話番号、出店物(衣類・雑貨など)を下記へ(1世帯1通。当日の参加者による申込に限る。申込多数の場合は抽選)

※飲食物・動植物などの販売は不可

◆ごみ減量推進課(〒202-0011泉町3-12-35・☎042-438-4043)

子猫の一時預かりボランティア募集

西東京地域ネコの会では、保護した子猫の譲渡会を「りさいくる市」と同時開催しています。

保護された子猫の飼育が会員だけでは難しくなっており、譲渡会へ出すま

での間の「一時預かり」ボランティアを募集しています。ご協力をいただける方は、下記までご連絡ください。

◆環境保全課

(☎042-438-4042)

ロクト・サイエンス・コラム²⁹

宇宙の晴れ姿

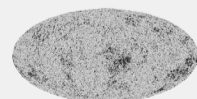
もっとも昔の宇宙の画像は「宇宙背景放射」と呼ばれています。宇宙誕生から約38万年たったときの、初めて光がまっすぐ進めるようになった瞬間の姿です。

超高温の宇宙初期は、沸騰している味噌汁のように濁っていましたが、約38万年たつと宇宙の温度が下がり、冷めた味噌汁のように澄みわたりました。この宇宙の一大イベントを「宇宙の晴れ上がり」と呼びます。

宇宙膨張のため、宇宙誕生時の光は引き伸ばされ電磁波となり、夜空を見上げても肉眼では見えません。この電磁波は、ブラウン管テレビを

使えば見るすることができます。チャンネルを合わせないときのノイズの約1%は、宇宙背景放射の電磁波が混ざります。つまり、知らず知らずのうちに宇宙最初の光を目にしていたのです。

澄んだ空が広がる秋の夜長には、宇宙の光に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。



プランク衛星が写した宇宙背景放射
©esa



ノイズを映すブラウン管テレビ