



主な内容

【4面】市・都民税の申告が始まります 【5面】市民農園の利用者の募集 【8面】市内事業者緊急支援事業

# 新型コロナウイルス感染症に感染しない、させないために家庭でできること

## ～不要不急の外出は控えましょう～

緊急事態宣言中です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、不要不急の外出は控えましょう。一人一人の意識や行動がとても重要となります。感染しない、させないために家庭内での感染症予防対策を行うとともに、感染症に負けないように心と体の健康を維持しましょう。

### 家庭内でも感染しない、させないための対策を

こまめに手洗いをする



タオルや歯みがきのコップなどは共有しない



大皿料理は避け、一人分ずつ盛り付ける



ドアノブや電気のスイッチなどはこまめに消毒する



定期的に換気をする



目、口、鼻などウイルスが入る部位をできるだけ触れないようにする



会話をする時は家でもマスク



対面では長時間話さない



【高齢の方の感染予防】

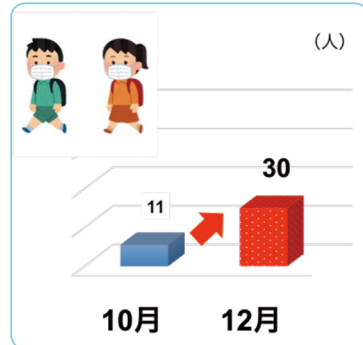
【高齢の方の感染予防】

出典：東京都

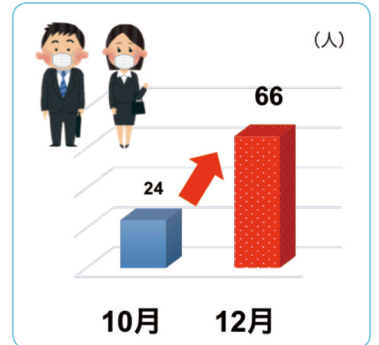
### 市内新規感染者の状況

全世代で感染者が増えています。感染しない、させないために、家庭内でも左記の対策を徹底しましょう。 ※最新の感染者情報は市HPをご確認ください。東京都の公表内容に基づき、市内感染者の状況を公表しています。

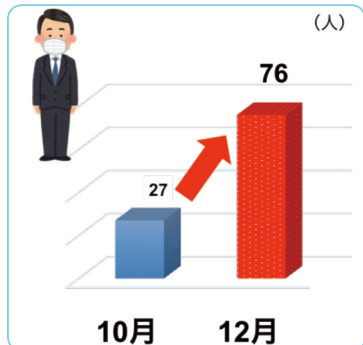
#### ● 0～10代



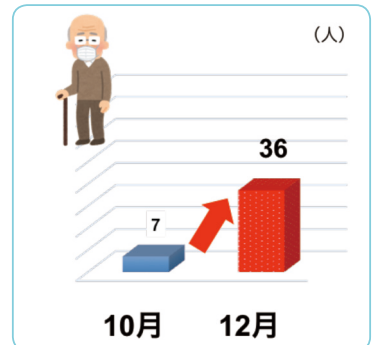
#### ● 20・30代



#### ● 40～60代



#### ● 70代以上



### 心身ともに健康に

外出自粛要請に伴い、外に出る機会が減り、心身の活力が低下することが懸念されます。次のことに気をつけて心と体の健康を維持しましょう。

#### 具体例

- ✓座っている時間が増えた
- ✓通勤や買い物など、外出が減った
- ✓生活リズムが乱れている
- ✓人との交流が減った

#### 解決方法

- 日常生活で動くことを意識しましょう
- ①こまめに立ち、座っている時間を減らす
  - ②家事をして体を動かす
  - ③ストレッチや筋トレなどをする
  - ④散歩などをする など

#### 高齢の方はフレイル(虚弱)に注意

フレイル(虚弱)とは、元気な状態と介護が必要な状態の中間をいい、年を重ねて心身の活力が低下した状態です。

「しっかりかんで、しっかり食べる」「運動をする」「社会参加をする」の3つをバランスよく行うことが予防につながります。

健康ポイントアプリ

#### 健康ポイントアプリ



歩くことやエクササイズなどでポイントをためながら健康を維持できるアプリです。

ポイントがたまると抽選で特典がもらえます。

- 歩数のチェック
- 毎日の検温記録などの健康管理
- エクササイズ動画の配信 など



### おうちでできる3つの運動

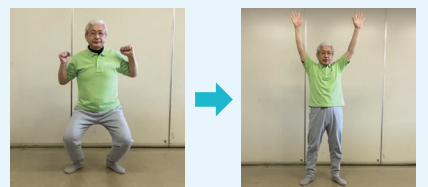
一度に行うと長続きしませんので、ご自分の体調を見ながら少しずつ回数を増やしていきましょう。インターネット環境がある方は、市HPにて動画で詳しく説明していますのでご利用ください。

西東京市 コロナ フレイル 検索



#### ●突き上げ運動×10回

膝を曲げながら両手を上に真っすぐ突き上げる ※膝が痛い人は手だけでも大丈夫です



#### ●つま先立ち運動×20回

かかとを上げておろす ※バランスを崩さないように壁などに手をつきながら行いましょう



#### ●もも上げ運動×片足10回ずつ

膝を胸に近づけるイメージで上げる ※バランスを崩さないように壁などに手をつきながら行いましょう



# 市からの 連絡帳

**3月1日(月)は、固定資産税・都市計画税第4期の納期です。**  
～納付には、便利な口座振替を～  
▶納税課 ☎042-460-9831

## 届け出・税

### 証明書コンビニ交付サービス停止のお知らせ

システムメンテナンスに伴い、下記の日時でマイナンバーカードを利用した証明書コンビニ交付サービスが終日停止となります。ご理解とご協力をお願いします。

※停止日程は変更になる場合がありますので、最新の情報は市HPをご覧ください。

**時** 2月2日(火)・16日(火)・17日(水)・18日(休)終日

**対** 市内外の全店舗  
▶市民課 ☎042-460-9820  
☎042-438-4020

### マイナンバーカード臨時窓口開設のお知らせ

下記のとおり臨時窓口を開設します。マイナンバーカードの受取や申請の手続が可能です。

**時・場** ● 2月20日(土) 防災・保谷保健福祉総合センター1階(市民課)  
● 2月27日(土) 田無庁舎2階(市民課)  
いずれも午後2時～5時  
※詳細は下記へお問い合わせください。  
▶市民課 ☎042-460-9820  
☎042-438-4020

### 償却資産の申告はお済みですか

市内に償却資産(事業用資産)を所有している方は、2月1日(月)までに申告が必要ですが、償却資産をお持ちの方でまだ申告がお済みでない場合は、期限後でも受け付けておりますので、至急申告してください。申告書をお持ちでない方は下記へご連絡ください。  
▶資産税課 ☎042-460-9830

## 年金

### 国民年金保険料の前納制度

国民年金保険料は、一定期間の保険

料をまとめて前払い(前納)すると、毎月納めるよりも保険料が割引されます。

令和3年度以降の保険料の前納を希望する場合は、申込期限までにお申し込みください(割引額は2月初旬に告示予定。詳細は☎へ)。

口座振替・クレジットカード納付による前納

**申** ● 口座振替は☎または金融機関へ  
● クレジットカード納付は☎へ

前納の種類	申込期限
2年前納	4月分～令和5年3月分
1年前納	4月分～令和4年3月分
6カ月前納	4月分～9月分
	10月分～令和4年3月分

※当月末日振替(口座振替のみ)は随時受付

納付書(現金)による前納

**申** 納付書(現金)による2年前納を希望する場合は、令和3年3月末日までに☎または保険年金課(田無庁舎2階)、市民課(防災・保谷保健福祉総合センター1階)へ事前申込

※1年・6カ月前納の納付書は、4月上旬ごろに届く納付書に同封

**問** 武蔵野年金事務所  
☎0422-56-1411(ナビダイヤル)  
▶保険年金課 ☎042-460-9825

## 福祉

### 「認知症ガイドブック」の送付

認知症について正しく理解し予防や備えができるよう、またご自身や周囲の方の変化に早く気づき、支援につなげることができるよう、2月上旬に市内の70～79歳(令和2年4月1日時点)の方に「認知症ガイドブック」を送付します。気になることや心配なことがありましたら下記までご相談ください。

※高齢者支援課・各地域包括支援センターでも配布

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

### 心身障害者自動車燃料費助成の申請

対象の方へ申請書を郵送しています。

申請方法

2月26日(金)(消印有効)までに郵送、または2月1日(月)～26日(金)(平日のみ)に障害福祉課窓口(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)へ持参

**対** ①身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度・脳性まひ者(児)・進行性筋萎縮症の方で運転する同居の家族がいる方

②身体障害者手帳1～4級で自ら運転する方

**持** ● 現況届兼請求書(対象者に送付済み) ● 障害者本人の認め印(代理人が申請する場合はその方の認め印も)

● 車検証のコピー ● 運転免許証のコピー ● 障害者本人の振込先口座(20歳未満の場合は保護者の口座可)  
● 下記請求対象期間内に給油した際の領収書などの原本

対象期間 令和2年8月～令和3年1月(この間に新たに認定申請をした方は、認定申請日～令和3年1月)

▶障害福祉課 ☎042-420-2806

### 生活サポート相談窓口のご案内

お金に困って家賃が払えない、借金があって生活が苦しい、仕事が見つからない、働きたいが何から始めていいかわからない、自分や家族の将来が不安など問題解決に向けてあなたと一緒に考え支援します。お気軽にご相談ください。

**対** 在住で「経済的な問題」「生活していくうえでのさまざまな問題」を抱えている方(生活保護受給者を除く)

**問** 生活サポート相談窓口  
☎042-420-2809  
▶地域共生課 ☎042-420-2808

### 令和3年度 心身障害者(児)施設緊急一時保護の利用登録開始

現在「心身障害者(児)施設緊急一時保護」の利用登録をしている方は、3月31日で終了となります。令和3年度の利用登録の受付を、2月1日(月)から開始しますので、利用予定前までに、申請手続をしてください。

**場** 障害福祉課(田無庁舎1階、防災・保谷保健福祉総合センター1階)

**持** 認め印  
▶障害福祉課 ☎042-420-2804

## 教育

### 入学通知書は届きましたか

市立小・中学校へ入学する子どもの保護者の方

1月20日に入学通知書を送付しました。まだ届いていない方は下記へご連絡ください。

**対** ● 小学校…平成26年4月2日～平成27年4月1日に生まれた方 ● 中学校…平成20年4月2日～平成21年4月1日に生まれた方

私立・国立・都立の小・中学校へ入学する子どもの保護者の方

入学を予定している学校の入学許可証・認め印・お送りした入学通知書をお持ちのうえ、区域外就学のお手続をお願いします。  
※郵送によるお手続は入学通知書の裏面でご案内しています。  
▶学務課 ☎042-420-2824

### 学校施設使用団体登録

市立学校施設を使用するためには、年度ごとに団体登録が必要です。令和3年度も使用する場合は手続をしてください(利用申込時の申請可)。  
**時** 2月1日(月)から随時

**場** 社会教育課(田無第二庁舎3階)  
※学校施設開放運営協議会に加入している団体は、各協議会で手続をします。  
▶社会教育課 ☎042-420-2831

### 民法改正に伴う令和4年度(令和5年1月)以降の成人式について

成年年齢の引き下げ後の令和4年度(令和5年1月)以降の成人式の開催についても、これまでと同様に20歳を対象として開催します。名称については、改めてお知らせします。

▶社会教育課 ☎042-420-2831

## 暮らし

### わが家の耐震診断をしよう

建物の設計図を基に簡易耐震診断を行い、助言などを受けることができます。

**時・場** 2月20日(土)午前9時30分～午後0時30分・エコプラザ

**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5月31日以前の建築  
**定** 8人(申込順) ※1人35分程度

**申** 2月17日(木)までに電話で下記へ

相談員 住みよい町をつくる会  
▶住宅課 ☎042-438-4052

### 木造住宅耐震改修事業者Web講習

都内で施工業を営む方を対象に技術力向上を目的とした事業者向けWeb講習を実施します。

**対** 都内で施工業を営む方  
※詳細は市HPをご覧ください。

掲載期間 2月1日(月)～3月31日(木)  
▶住宅課 ☎042-438-4052

### 地震に強い住まいづくりのためのお役立ち情報

一般の市民の方や建物所有者の方を対象に耐震化の必要性を周知することを目的に、市HPに地震に強い住まいづくりのためのお役立ち情報を掲載しましたので、ご活用ください。

**対** 一般市民の方・建物所有者の方など  
※詳細は市HPをご覧ください。

掲載期間 2月1日(月)～3月31日(木)  
▶住宅課 ☎042-438-4052

### 消費者団体登録

「消費者団体」として登録をすると、消費者センター分館のグループ活動室を利用したい日の2カ月前の1日から予約できるなどの優遇があります(登録団体以外は1カ月前まで)。

**対** 消費生活に関する消費者の自主的な学習活動を市内で行っている団体  
※更新は年度ごとになりますので、現在登録されている場合も更新の手続が必要となります。

※詳細は市HP・下記窓口で配布している案内をご覧ください。  
▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

## 募集

### 市職員募集(令和3年4月1日以降採用)

試験区分 一般事務I類(資格：平成3年4月2日～平成11年4月1日に生まれた方)

## 都営住宅の入居者募集

### ◆東京都直接募集

● 家族向け(ポイント方式)…1,290戸  
● 単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア…411戸

案内・申込書配布

**時** 2月1日(月)～9日(火)の平日のみ

**場** 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階、住宅課、出張所

※都庁・市区町村窓口・☎でも配布  
※申込書などは、募集期間中のみ☎のHPからもダウンロード可

**申** 2月15日(月)(必着)までに、申込書を渋谷郵便局へ郵送

**問** 東京都住宅供給公社都営住宅募集

センター(案内配布期間中☎0570-010-810/それ以外☎03-3498-8894)

### ◆西東京市地元募集

● 単身者向けシルバーピア…2戸  
● 二人世帯向けシルバーピア…1戸

案内・申込書配布

**時** 2月17日(水)～26日(金)の平日のみ

**場** 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター1階、住宅課、出張所

**申** 3月3日(水)(必着)までに、〒202-8555市役所住宅課へ郵送

▶住宅課 ☎042-438-4052

**!** 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや、例年行われているイベント・事業についても中止・延期となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、マスクの着用など、感染症対策にご協力ください。

**試験案内** 2月5日(金)まで職員課(田無庁舎5階)・市HPで配布中  
**申** 2月5日(金)午後5時まで  
 ※詳細は市HP・試験案内で必ず確認してください。  
 ▶職員課 田無 042-460-9813

**事業者**  
**認定農業者になりませんか**

市内で農業を営んでいる方を市や関係機関が支援する制度です。現在54人の認定農業者の方が市の農業の担い手の中核として営農されています。

**認定を受けるには**  
 経営改善の方向や経営規模の拡大に関する目標・生産方式・経営管理の合理化などについてまとめた5年間の「農業経営改善計画」を作成して申請後、市の審査を経て決定します。

**認定農業者になると**  
 次のような支援が受けられます。  
 ●低金利の融資 ●経営改善に必要な研修への参加 ●経営相談 ●農業者年金保険料の助成 ●市補助金の限度額の上乗せ ●認定農業者経営改善支援補助金の助成<sup>※</sup>

**申請について**  
 申請方法など詳細については下記へお問い合わせください。  
 ※2月15日(月)に開催を予定していた説明会は中止となります。  
 ▶産業振興課 田無 042-420-2820



**etc その他**

**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。

- ※海藤れい子 様(食器)
- ※Peter van der Vliet 様(チューリップの球根)  
 ▶総務課 田無 042-460-9810
- ※日本中央競馬会 理事長 後藤正幸 様(1千万円)
- ※奥山建設(株) 代表取締役 奥山富雄 様(30万円)
- ※(株)多摩商工 代表取締役 鎌田忠詞 様、西東京市碧山サッカークラブ 様(各10万円)
- ※東村山法人会西東京ブロック ブロック長 鎌田忠詞 様(8万円)
- ※児玉芳夫 様、(一社)ココスポ東伏見 代表理事 早乙女勇一 様、瀧島喜重 様(各5万円)
- ※寺口涉 様、匿名(各3万円)
- ※匿名(2万円)
- ※匿名(1万5,000円)
- ※塙明人 様、鈴木幹夫 様、岡田勇 様、竹内孝義 様、佐々木大陸 様、中野勇 様、稲山絹代 様、長谷川暢彦 様、豊永茂則 様、吉峯裕毅 様、有賀達郎 様、村山八枝子 様、都築勲 様、匿名5人(各1万円)
- ※小菅満治 様、矢部勝二 様、保谷敏明 様、稲垣隆安 様、岡庭建設(株) 様、高枝直利 様、神保陽子 様、藪下詩乃 様、和田修 様、後藤彰 様、古川洋介 様、柏木幸則 様、茂呂信市郎 様、星名嶸駛 様、金子章 様(金員)

※順不同  
 ▶秘書広報課 田無 042-460-9803



**傍聴**

**お願い** マスクの着用や手洗い・手指消毒などにご協力をお願いします。また、咳などの風邪症状や発熱など、体調不良の方は傍聴をご遠慮ください。

**審議会など**

- 下水道審議会  
 時 2月4日(木)午後2時  
 場 保谷東分庁舎  
 内 下水道事業  
 定 3人  
 ▶下水道課 田無 042-438-4058
- 都市計画審議会  
 時 2月9日(火)午前9時30分  
 場 田無庁舎4階  
 内 東大生態調和農学機構周辺地区地区計画の変更予定案件<sup>※</sup>  
 定 5人  
 ▶都市計画課 田無 042-438-4050
- 緑化審議会  
 時 2月10日(水)午後2時  
 場 エコプラザ西東京  
 内 下保谷四丁目特別緑地保全地区の保全活用<sup>※</sup>  
 定 5人  
 ▶みどり公園課 田無 042-438-4045
- 地域自立支援協議会  
 時 2月16日(火)午後6時30分  
 場 田無第二庁舎4階  
 内 障害福祉計画・障害児福祉計画策定の報告<sup>※</sup>  
 定 5人  
 ▶障害福祉課 田無 042-420-2804
- 文化芸術振興推進委員会  
 時 2月17日(水)午後7時  
 場 イングビル  
 内 第2期文化芸術振興計画<sup>※</sup>  
 定 3人  
 ▶文化振興課 田無 042-420-2817
- 建築審査会  
 時 2月18日(木)午後2時  
 場 保谷東分庁舎  
 内 建築基準法に基づく同意  
 定 5人  
 ▶建築指導課 田無 042-438-4026

**2月17日 防災行政無線などによる全国一斉情報伝達訓練**

武力攻撃や地震などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国の緊急情報を、確実に皆さんへお伝えするため、市内で緊急情報伝達手段の試験を行います。この試験は、全国的に実施されます。

時 2月17日(水)午前11時  
 内 市内の防災行政無線スピーカーより「これはJアラートのテストです」という音声を送り出す

※災害とお間違えないようにお願いします。  
 ※詳細は市HPをご覧ください(「安全・安心いーなメール」でも本試験をお知らせする内容を配信予定)。  
**Jアラート**  
 国から送られてくる弾道ミサイル情報や地震などの緊急情報を人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステム  
 ▶危機管理課 田無 042-438-4010

**障害基礎年金等を受給しているひとり親家庭の方が児童扶養手当を受給できるようになります**

これまで、障害基礎年金等を受給している方は、障害基礎年金等の額が児童扶養手当の額を上回る場合、児童扶養手当を受給できませんでしたが、3月分の手当以降は、児童扶養手当の額が障害年金の子の加算部分の額を上回る場合、その差額を児童扶養手当として受給できるようになります。

※障害厚生年金3級のみ、遺族年金、老齢年金などを受給している方の変更はありません。

**手当の支給制限に関する所得の算定方法の変更**  
 これまで、非課税公的年金等については所得に含めていませんでしたが、障害基礎年金等を受給している手当受給資格者については、非課税公的年金等給付額を含めることになりました。

**制度改正に伴う経過措置**  
 今回の改正により令和3年3月1日に支給要件を満たしている方は、6月30日(水)までに申請をすれば、令和3年3月分から支給されます。

**申請手続**  
 既に手当受給資格者として認定されている方は、原則、申請不要です。後日3月分以降の手当額について通知します。支給要件に該当する方で、まだ申請していない方は子育て支援課(田無第二庁舎2階)で、申請手続をしてください。

**申請に必要なもの**  
 戸籍謄本、年金の受給状況が確認できる書類などが必要です。詳細はお問い合わせください。

**児童扶養手当支給月額**  
 ●全部支給…4万3,160円  
 ●一部支給…4万3,150円～1万180円  
 第2子は1万190円～5,100円、第3子以降1人につき6,110円～3,060円加算(所得に応じて10円刻み)  
 ※受給者本人および同居の扶養義務者の所得制限があります。詳細はお問い合わせください。  
 ▶子育て支援課 田無 042-460-9840

**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/m<sup>3</sup>Nと定め測定しています。令和2年8月～10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/m<sup>3</sup>Nでした。  
 問 柳泉園組合 田無 042-470-1545  
 ▶ごみ減量推進課 田無 042-438-4043

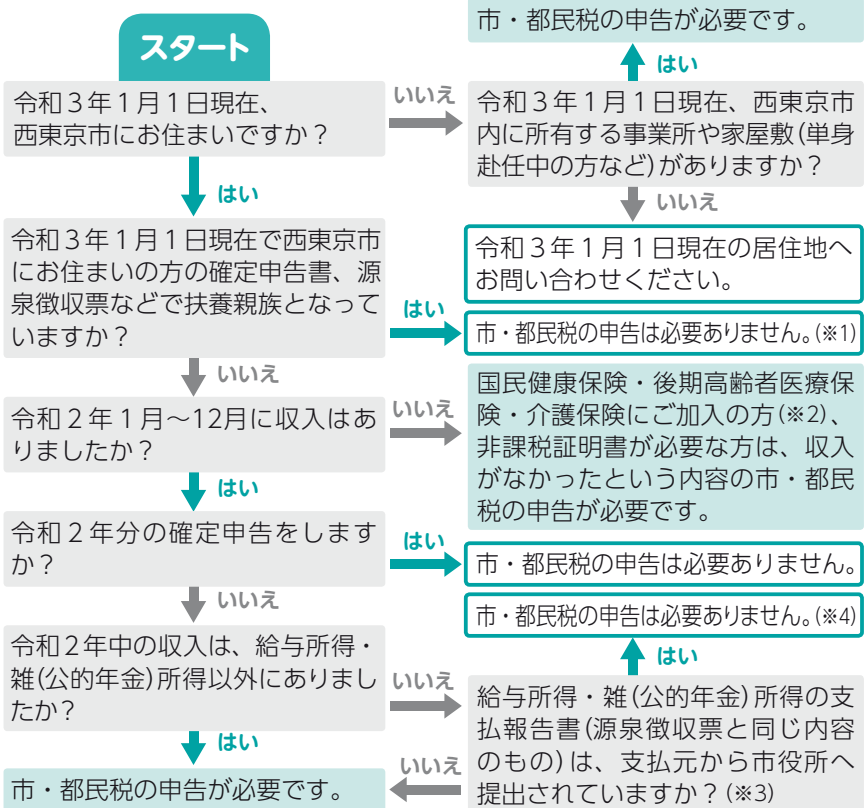
**パブリックコメント 皆さんのご意見をお寄せください**

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 西東京市耐震改修促進計画(案)	
	▶住宅課 田無 042-438-4052
<b>策定趣旨</b>	本計画が令和2年度に耐震化の目標年次を迎えることから、新たな目標や施策を示すとともに、関係法令等の改正内容を踏まえ「西東京市耐震改修促進計画」を改定します。
<b>閲覧方法</b>	2月5日(金)から、情報公開コーナー(田無庁舎5階)・市HP
<b>対象</b>	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
<b>提出期間</b>	2月5日(金)～3月5日(金)(必着)
<b>提出方法</b>	①持参(保谷東分庁舎) ②郵送(〒202-8555市役所住宅課) ③ファクス(☎042-439-3025) ④市HPから ⑤メール(✉jyuutaku@city.nishitokyo.lg.jp)
<b>検討結果の公表</b>	4月(予定)

**税の申告が始まります** 市民税・都民税の申告は市役所へ  
 ▶市民税課 ☎ 042-460-9827・9828

**市民税・都民税の申告は必要ですか？**



※1 非課税証明書に所得金額の記載が必要な方は、市・都民税の申告が必要です。  
 ※2 所得金額により保険料などの軽減を受けられる場合があります。  
 ※3 支払報告書発行先へお問い合わせください。  
 ※4 本人控除、扶養控除や生命保険料控除など、支払報告書の内容から変更になる場合には、確定申告または市・都民税の申告が必要な場合があります。

**上場株式等に係る配当所得等における所得税と異なる課税方式の申告について**

上場株式等に係る配当所得等について、市・都民税特別徴収税額の決定通知書または納税通知書が送達される前までに「市民税・都民税申告書」および「市民税・都民税申告書別表(課税方式選択用)」をご提出いただくことで、住民税について所得税と異なる課税方式を選択できます。「別表」についてはお申し出いただくか市HPをご活用ください。

**混雑(3密)回避と感染症対策にご協力をお願いします**

- 来庁される皆さんへのお願い**
  - マスクの着用、入り口などでの手指消毒をお願いします。
  - 少人数でのご来庁、間隔をあけた整列や着座をお願いします。
  - 申告書の郵送提出をご利用ください(必要書類を添付し、〒188-8666市役所市民税課へ)。
- 申告における市の感染症対策の取組**
  - 混雑緩和のための出張窓口の開設、混雑についての情報提供
  - 会場内の定期的な換気、職員のマスク着用、手指消毒<sup>※</sup>
  - 相談窓口に飛沫防止板などを設置

**控除対象となる社会保険料などについて**

□**国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料**

申告額は、令和2年1月1日～12月31日に納付した額(過年度分を令和2年中に納付した場合を含む)です。  
 ※申告の際に領収書の添付は不要  
 ▶保険年金課国保加入係 ☎ 042-460-9822  
 ▶保険年金課後期高齢者医療係 ☎ 042-460-9823  
 ▶高齢者支援課介護保険料係 ☎ 042-420-2814

□**国民年金保険料**

申告には、次のものが必要です。  
 ①令和2年9月30日までに納付された方…11月上旬に日本年金機構から送付された控除証明書と10月1日以降に納付した保険料の領収書

②令和2年10月1日～12月31日の間に、令和2年はじめて保険料を納付された方…2月上旬に日本年金機構から送付される控除証明書

- ☎ ●ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004(ナビダイヤル)
- ※050で始まる電話からは ☎ 03-6630-2525へ
- 武蔵野年金事務所 ☎ 0422-56-1411(ナビダイヤル)
- ▶保険年金課国民年金係 ☎ 042-460-9825

**介護保険サービス利用料、おむつ代は医療費控除の対象になる場合があります**

□**介護保険サービス**

令和元年(平成31年)中に支払った介護保険サービスの利用者負担額が「医療費控除」の対象となる場合があります。詳細はお問い合わせください。

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2813

□**おむつ代**

医師が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。ただし、医療費控除を受けるのが2年目以降であり、要介護認定を受けており、おむつの使用を証明する一定の要件を満たしている方は、介護保険主治医意見書内容確認書で代用できることもありますので、あらかじめお問い合わせください。

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2815

**医療費控除の申告添付書類について**

令和3年度から医療費控除の適用を受ける場合、「医療費控除の明細書」の作成が必須となり、領収書が不要となりました。なお、領収書はご自宅で5年間保存し、税務署や市から求められた際には提示・提出してください。「明細書」(用紙)が必要な場合にはお申し出いただくか市HPをご活用ください。各保険組合発行の医療費通知を利用いただくことも可能ですが、その際も「明細書」の作成は必要です。

- ☎ 東村山税務署 ☎ 042-394-6811
- ▶市民税課 ☎ 042-460-9827・9828

**市民税・都民税と簡易な所得税の確定申告の相談・申告の受付窓口**

市でご相談のできる所得税の確定申告は、給与所得者の還付申告や公的年金(個人年金所得を含む)の申告など簡易な確定申告です。なお、配当所得に係る申告、土地・建物・株式の売却による譲渡所得などの分離課税を含む申告など、複雑な内容につきましては、税務署へご相談ください。市でご相談ができない申告の種類や必要なものについては、市HPや1月15日号をご覧ください。

ところ	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	柳沢公民館	2月1日(月)	○	○	—	○
	ひばりが丘公民館	2日(火)	○	○	—	○
	新町福祉会館	3日(水)	○	○	—	○
	住吉会館ルピナス	4日(木)	○	○	—	○
	芝久保公民館	5日(金)	○	○	—	○
田無庁舎2階	2月16日(火)～3月15日(月)	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	○	○	○	○
保谷東分庁舎	2月8日(月)～3月8日(月)	午前9時～午後4時	○	○	—	○
防災・保谷保健福祉総合センター6階	3月9日(火)～15日(月)		○	○	○	○

**【事前にご確認ください】**

※(出)・(日)・(祝)を除く。なお、確定申告の「提出のみ」の場合は、直接税務署への提出(郵送可)にご協力をお願いします。  
 ※「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。  
 ※会場の混雑状況によっては、会場内でお待ちいただくことができない可能性がございます。予めご了承ください。  
 ※受付初日と受付締め切間は、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。

**東村山税務署からのお知らせ**

詳細は1月15日号をご覧ください。

**税務署の申告書作成会場開設は2月16日(火)～3月15日(月)**

時 午前8時30分～午後4時  
 ※提出は午後5時<sup>※</sup>  
 ※平日のみ開設ですが、2月21日(日)・28日(日)に限り、確定申告相談および申告書提出の受付を行います。  
 □**混雑(3密)回避にご協力ください**  
 ①入場整理券を配布します  
 ●当日、会場配布 ●日時指定可能な事前発行(国税庁LINE公式アカウントより)

※詳細は、国税庁HPをご覧ください。  
 ※配布状況により、受付を早めに締め切る場合があります。  
 ②新型コロナウイルス感染症対策  
 ●マスク着用 ●可能な限り少人数での来署 ●入り口などでの手指消毒・検温

☎ 東村山税務署 〒189-8555 東村山市本町1-20-22 ☎ 042-394-6811

※申告期間中は駐車場のスペースがありませんので、公共交通機関をご利用いただき、車での来署はご遠慮ください。

**東京税理士会東村山支部による無料申告相談は中止となります**

2月上旬に防災・保谷保健福祉総合センターで開催を予定していましたが、中止となります。詳しくは直接☎へお問い合わせください。

**東京税理士会からのお知らせ 偽税理士にご注意を**

税理士資格の無い「にせ税理士」および「にせ税理士法人」にご注意ください。専門的知識が欠けているなどの理由により、相談者が損害を被る恐れもあります。税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。

☎ 東京税理士会東村山支部 ☎ 042-394-7038

## 2月1日(月)から予約受付開始 交通災害共済「ちょこっと共済」に加入を

「ちょこっと共済」は、東京都39全市町村の住民が会費を出し合って会員となり、その会員が不幸にして交通災害にあい、治療を受けた場合に、その会費の中から見舞金をお支払いする相互扶助を目的とした制度です。

### □共済期間

4月1日～翌年3月31日

### □加入コース

選べる2コース制  
Aコース：会費年額1,000円で最高300万円の見舞金

Bコース：会費年額500円で最高150万円の見舞金

※どちらのコースも、会員が交通災害で死亡した時に、中学生以下の子どもがいる場合、年額12万円の交通遺児年金が支給されます。

対共済期間の開始日に、市に住民登録がある方

等級	交通災害の程度	Aコース	Bコース
1等級	死亡	300万円	150万円
2等級	重度の後遺障害	200万円	100万円
3等級	入院日数30日以上の傷害	34万円	17万円
4等級	入院日数10日以上30日未満または実治療日数30日以上の傷害	14万円	7万円
5等級	実治療日数10日以上30日未満の傷害	8万円	4万円
6等級	実治療日数10日未満の傷害	4万円	2万円

### □加入申込書付きパンフレット

2月1日(月)ごろに全戸配布。市内の各金融機関窓口(ゆうちょ銀行(郵便局)を除く)でも配布します。

甲会費を添えて、指定金融機関窓口(田無庁舎2階)・公金取扱窓口(防災・保谷保健福祉総合センター1階)・市内の各金融機関窓口(ゆうちょ銀行(郵便局)を除く)・出張所へ※ネット申し込みも開始する予定です。詳細はちょこっと共済HPをご確認ください。

※ちょこっと共済は、「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」で加入が義務付けられている自転車損害賠償保険などではありません。自転車の利用によって生じた他人の生命または身体の損害を賠償することはできません。

▶交通課 ☎042-439-4435



ちょこっと共済HP

## 特殊詐欺被害が増加中！ご注意ください

電話で市職員を騙り、累積した医療費の還付金や保険料の話などが出る詐欺が増えています。犯人は無人ATMに誘導しますが、ATMでは還付金は戻りません。電話をしながらATMを操作して

いる人を見かけたら、すぐに110番通報してください。あなたの声掛けと通報で、市内の特殊詐欺被害を未然に防ぎましょう。問田無警察署 ☎042-467-0110 ▶危機管理課 ☎042-438-4010

## 無料市民相談

### ■一般市民相談

場所	日時
市民相談室(田無庁舎2階)	(月)～(金) 午前8時30分～午後5時

### ■専門相談(申込制) ※1枠30分 ※専門家が一緒に解決の糸口を探します。

新型コロナウイルス感染症対策を講じ、電話または対面での相談を行っています。なお、今後の状況によって、相談方法の変更や相談休止となる可能性がありますので、最新の情報はお問い合わせください。

□申込開始 2月4日(木)午前8時30分(★印は、1月18日から受付中)

□申込方法 市民相談室(田無庁舎2階)へ直接または電話

※申込開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。

問市民相談室 ☎042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	2月18日(木)・19日(金)・24日(水)・25日(木) 午前9時～正午
		2月15日(月)・16日(火)・17日(水)・25日(木) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	休止	法務省の電話相談などをご利用ください。 ●みんなの人権110番 ☎0570-003-110 (ほか)
交通事故相談	電話・対面	★2月4日(木) 午後1時30分～4時 2月16日(火) 午前9時～11時30分
税務相談	電話・対面	2月19日(金)・22日(月) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	電話・対面	★2月5日(金) 午後1時30分～4時30分
		★2月26日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話	★2月3日(水) 午前9時～正午
		★2月18日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	★2月18日(木) 午後1時30分～4時30分
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	電話・対面	★2月8日(月) 午後1時30分～4時30分
行政相談	電話	★3月10日(水) 午後1時30分～4時30分
相続・遺言・成年後見等 手続相談	電話・対面	★2月12日(金)、 3月12日(金) 午後1時30分～4時30分



## 市民農園の利用者の募集



□募集農園 下表参照

□利用期間 令和3年4月1日(木)～令和5年2月末日

□条件 ●1世帯1区画(同居の世帯を含む) ●在住で耕作可能な土地を持たず、野菜作りに熱意のある方 ●借用期間終了まで、確実に継続利用ができる方

甲2月15日(月)(必着)までに、希望農園名・住所・氏名・年齢・電話番号を〒188-8666市役所産業振興課へ封書で郵送

※返信用封筒に84円切手を貼り、住所・氏名を明記し同封

※往復はがきでの申し込みは取り止めとなりました。

□選考方法 申込資格を審査のうえ、申込者多数は抽選

●区画割りは抽選で決定 ●利用期

間の途中で欠員が生じた場合に備え、補欠者を若干名登録します。※抽選は、新型コロナウイルス感染症対策の観点から、公開形式を取りやめ自動抽選で実施

□抽選結果 申込者全員に通知

□注意事項 ●既に他の市民農園を利用している方は申込不可

●次の場合、申込は全て無効  
・同一世帯で複数申込・他人名義で申込・期限を過ぎた申込・内容に不備がある

●各農園、車での来園は不可

●市民農園は市が農地所有者から土地を借用しているため、2年間の途中で所有者の都合により土地を返還する場合があります。ご了承のうえお申し込みください。

▶産業振興課 ☎042-420-2820

農園名	所在地	区画数	区画面積	利用料(※)
西原市民農園	西原町3-5	53区画	12㎡	1万円
中町市民農園	中町6-12	65区画	12㎡	

※維持管理費相当分として、2年分1万円(年額5,000円)を前納していただきます。



## 多摩六都科学館ナビ

### ①オンラインサイエンスショー 音をさぐる！

実験やクイズで、音の正体を探ってみましょう。Zoomを使ったオンラインサイエンスショーです。

時 2月28日(日)午後2時～2時30分

対 小学1～3年生とその保護者

※Zoom使用可能な環境にある方

定 25組

### ②葉っぱの“すじ”を とり出そう

葉っぱに透けて見える“すじ”(葉脈)の部分だけ取り出して、じっくり観察してみましょう。

時 2月27日(土) ●午前11時～正午

●午後2時～3時

対・定 4歳～大人(小学3年生以下は保護者同伴)・各回18人

¥ 展示室券520円(4歳～高校生210円)

### □共通事項

甲2月15日(月)(必着)までに①は問のHP、②は問のHPまたははがきで問へ。はがきの場合はイベント名・開催日・希望時間・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を問へ。申込多数は抽選し、①は当選者のみにメールでご案内、②は当選者のみに参加券を送付。

場・問 多摩六都科学館

〒188-0014芝久保町5-10-64・☎042-469-6100

※休館日：2月1日(月)・8日(月)・12日(金)・15日(月)・22日(月)



## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※甲マークがないものは、当日、直接会場へ

### 2月の薬湯 ～行者の湯～

□効能 漢方湯治療法の一つで、不眠症やアレルギー予防など

時 2月7日(日)

※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

問 西東京市公衆浴場会

庚申湯 ☎042-465-0261

### 西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

#### □創業基礎セミナー

～リスクを抑えて自宅でスタート、スモールビジネスの始め方～

時 2月18日(木)午後6時～7時15分

場 Zoomによるオンライン開催

対 創業をお考えの方・創業間もない方など

定 20人(申込順)

#### □特別相談(要予約)

内 中小企業診断士などが、創業・経営全般の悩みなど、個別にご相談に対応

□創業資金融資あっせん制度事前診断

内 申込時には、当センターの経営診断を受けて創業計画書を作成する必要

があります。

甲 西東京創業支援・経営革新相談センター ☎042-461-6611

問 西東京商工会 ☎042-461-4573

### 西東京消防少年団 団員募集

#### □西東京消防少年団とは

小学3年生から高校生までを対象に消防の仕事や火災予防について学び、他校の仲間との新しい体験や活動をおして礼節、約束を守る、自立、助け合い、感謝の気持ちを養うことを目的としています。

内 消火訓練・応急救護訓練・結索訓練(ロープの結び方)・規律訓練・夏季キャンプなど

対・定 在住で令和3年度新小学3年生・8人程度、新小学4～6年生・若干名

#### □活動

時 毎月1回日曜日午前8時15分～11時45分ごろ

場 西東京消防署

¥ ●年会費3,600円 ●夏季キャンプ費用6,000円程度(参加者のみ)

問 事務局(西東京消防署内)

☎042-421-0119

# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

### A メール

「美姿勢エクササイズ」申込  
① 2月26日  
② 氏名  
③ 生年月日  
④ 住所  
⑤ 電話番号  
⑥ 保育希望の有無  
※希望者は子どもの氏名、生年月日

### B はがき・メール

「ファミリー学級 第12コース」申込  
① 第12コース  
② 夫婦の氏名(ふりがな)  
③ 夫婦の生年月日・年齢  
④ 住所  
⑤ 妊婦さんの電話番号  
⑥ 出産予定日・病院名  
⑦ パパの参加予定あり・なし

### C はがき・メール

「薬膳料理講習会」申込  
① 住所  
② 氏名  
③ 生年月日  
④ 電話番号

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用や手洗い・手指消毒にご協力をお願いします。

▶健康課 ☎ 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 <sup>※</sup>
女性のための腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育 <sup>あり</sup>	2月18日(木)午前10時~11時 防災・保谷保健福祉総合センター 3階	在住で18~64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) / 8人(1歳未満のお子さんも参加可)	2月15日(月)までに電話
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	2月19日(金)午後1時30分~3時30分 田無総合福祉センター	在住の方 / 2人	2月16日(火)までに電話
美姿勢エクササイズ 【呼吸と姿勢のチェック、体幹トレーニング】 保育 <sup>あり</sup>	2月26日(金)午前10時~正午 田無総合福祉センター	在住で18~64歳の女性 / 15人 ※初回の方優先	電話・メール(右上記入例A) ☎ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 2月19日(金)
ファミリー学級第12コース ~初めて父親・母親になる方のための教室~ 1日目: 妊娠中の生活と健康 2日目: 赤ちゃんのお世話について	1日目: 3月5日(金)午前10時~11時30分 2日目: 3月20日(祝)(時間は個別通知) 防災・保谷保健福祉総合センター 2階	在住で初めて父親・母親になる方 / 24組 対象出産予定月: 6・7月 ※1日目は妊婦のみ	はがき・メール(右上記入例B) ☎ fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効): 2月5日(金)~19日(金)
栄養ミニ講座 「悪玉コレステロールを下げるコツ」	3月9日(火)午前10時~11時30分 田無総合福祉センター	在住の方 / 15人	3月5日(金)までに電話
栄養・食生活相談 【肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による相談】	3月9日(火)午後1時~4時 田無総合福祉センター	在住の方 / 4人	3月5日(金)までに電話
薬膳料理講習会 【代謝と免疫力を上げる薬膳について講話】	3月16日(火)午前10時30分~正午 田無総合福祉センター	在住の方 / 16人(申込多数の場合は抽選)	はがき・メール(右上記入例C) ☎ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 2月15日(月)

▶教育支援課 ☎ 042-420-2829			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法 <sup>※</sup>
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】	2月10日(水)午後1時30分~5時 教育支援課(田無第二庁舎4階)	5~12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	2月1日(月)~8日(月) 午前9時~午後5時に電話

## 女性の健康講座

### 3月1日(月)~8日(月)は女性の健康週間です 更年期を美しく健康に ~女性ホルモンとカラダのしくみ~

卵巣機能の低下により、閉経を迎える50歳ごろの前後約5年間を更年期と呼びます。この時期は子育てや介護、仕事などが重なり、心身のバランスを崩しやすい時期です。この時期を健やかに乗り切り、自分らしく過ごすことをテーマにした講座です。更年期による不調を感じる方やこれから迎える更年期に不安を感じている方におすすめです。

※未就学児の保育<sup>あり</sup>

時 3月6日(土)午後1時~3時15分

場 田無総合福祉センター

内 ●女性ホルモンの変化と対処方法・簡単エクササイズ

●更年期の食事と薬膳

対 64歳までの女性

定 30人(申込順)

申 2月26日(金)までに、電話・メールで件名「女性の健康講座」・住所・氏名・生年月日・電話番号・保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・生年月日・年齢も記入)を下記へ

▶健康課 ☎ 042-438-4037

☎ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

## 受診はお早めに!

### 子宮頸がん・乳がん検診の受診券をお持ちの方へ

#### 検診期間

●子宮頸がん… 2月27日(土)まで

●乳がん… 3月31日(水)まで

検診終了間際は混雑が予想され、予約状況により受診できない場合があります。医療機関への早めの予約・受診をお願いします。

※受診の際は受診券または勸奨受診券が必要です。紛失した場合は再発行しますので下記までご連絡ください。

▶健康課 ☎ 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)

※発熱など、感冒様症状のある方は、お電話でお問い合わせください。

※感染拡大防止のため、インフルエンザの検査はしていません。インフルエンザの疑いがある方については、臨床診断での対応となります。

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
7日	田無病院 緑町3-6-1 ☎ 042-461-2682	大野医院 柳沢1-4-26 ☎ 042-461-8702	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
11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B区分 ☎ 042-423-0452	
14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	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	

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	
7日	南田歯科医院 南町1-5-9 富士マンション1階 ☎ 042-467-5122	
11日	泉台歯科医院 泉町6-1-3 ☎ 042-421-4980	城歯科クリニック 向台町1-20-9 ☎ 042-464-4008
14日	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎ 042-464-8744	

## 電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門医が相談に応じます。

火曜日 午後1時30分~2時30分

2月2日 整形外科

9日 循環器内科・腎臓内科

16日 耳鼻咽喉科

☎ 042-438-1100

歯科相談(西東京市歯科医師会)

金曜日 午後0時30分~1時30分

☎ 042-466-2033

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや、例年行われているイベント・事業についても中止・延期となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、マスクの着用など、感染症対策にご協力ください。

## イベントNEWS もっと知ろう! 楽しもう!

### ピアカウンセリング講演会 『発達障害』の妻と『高次脳機能障害』の僕の家庭改革

**YouTubeによる動画配信**  
 家族や身近な発達障害の方へのヒントにしてみませんか。  
**講** 鈴木大介さん(ルポライター・文筆業)  
**申** メールで住所・氏名・年齢を下記へ  
**視** 視聴可能期間  
 2月1日(月)~3月12日(金)  
**視** 視聴方法 申込後、下記より送信するURLへアクセスすることで視聴可能  
**教** 教育支援課 ☎042-420-2829  
 ☒ k-sien@city.nishitokyo.lg.jp

### ファミリー・サポート・センターファミリー会員登録説明会

**2月16日(火)** 午前10時~正午  
 住吉会館ルピナス  
 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)の相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。  
**定** 20人(申込順)  
 ※同席の子どもを含む  
 ※子どもがいる場合は保護者のもとの参加可  
**申** 説明会前日の午後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 ☎042-497-5079  
 ▶子ども家庭支援センター ☎042-425-3303

### 和綴じ本を作ろう

**2月28日(日)**  
 午前10時~午後0時30分  
 エコプラザ西東京  
 不要になった包装紙と半紙で和綴じ本を作ります。  
**対** 在住・在勤・在学の18歳以上  
**定** 20人(申込順)  
**持** 不要になった包装紙(表紙用・B4サイズ(257×364mm)・和紙系の包装紙が適する)・筆記用具  
 ※適当な包装紙がない場合は ☎で準備します。  
**申** 2月6日(土)午前11時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を ☎へ  
**問** エコプラザ西東京 ☎042-421-8585 (午前9時~午後5時)  
 ☒ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
 ▶環境保全課 ☎042-438-4042

包装紙を和綴じ本にチョイス!

### 東京都共催消費生活講座 人生100年時代!資産形成と老後の生活を考える

**3月4日(木)**  
 午前10時~11時30分  
**Zoomによるオンライン開催**  
 老後資金について、皆さんどのような準備をされていますか。将来のために今からできることをご紹介します。  
**対** 在住・在勤・在学の方  
 ※参加には通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。  
**定** 20人(申込順)  
**講** 音川敏枝さん(金融広報アドバイザー)  
**申** メールで件名「資産形成と老後生活」・住所・氏名・年齢・電話番号を協働コミュニティ課へ  
 ※定員に達するまで受付  
 ▶協働コミュニティ課 ☎042-420-2821  
 ☒ kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

### 余った布を有効活用! 手作りマスクを楽しもう

**3月6日(土)**  
 1回目:午前10時30分  
 2回目:午後1時30分  
 ※いずれも1時間30分程度  
 エコプラザ西東京  
 自宅に眠っている布やガーゼを使ってオリジナルのマスクを作しましょう。  
**対** 在住・在勤・在学の中学生以上(ミシンを使える方)  
**定** 各6人(申込順)  
**講** エコプラザ西東京協力員 ☎か  
**持** お手持ちの布またはガーゼ(40cm×40cm)・裁縫道具・筆記用具・飲み物  
 ※上記以外の材料は ☎で準備します。  
**申** 2月13日(土)午前10時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号・希望する回を ☎へ  
**問** エコプラザ西東京 ☎042-421-8585 (午前9時~午後5時)  
 ☒ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
 ▶環境保全課 ☎042-438-4042

余った布を有効活用クールチョイス



作品見本

### 和のルームシューズ 布ぞうりを作ろう!

**3月14・21日(日)**  
 午前10時~午後4時  
 エコプラザ西東京  
 不要になったシーツ・浴衣などから日本古来の技法で布ぞうりを作ります。  
 ※講座2日間の参加必須  
**対** 在住・在勤・在学で18歳以上の方・10人(申込順)  
**講** 華工房(エコプラザ西東京登録団体)  
**持** 木綿布・木綿針・木綿糸・糸切りばさみ・洗濯ばさみ・30cmものさし・ゴム通し・まち針・目打ち(お持ちの方)・昼食  
**申** 2月7日(日)午前11時から、電話・ファクス・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を ☎へ  
**事前説明会(いずれか1回参加必須)**  
 3月7日(日) ●午前11時~11時30分  
 ●午後1時~1時30分

**問** エコプラザ西東京  
 ☎042-421-8585 (午前9時~午後5時)  
 ☒042-421-8586  
 ☒ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp  
 ▶環境保全課 ☎042-438-4042

エコな布ぞうりで快適な生活を賢く選択



作品見本

### 多文化共生講座(オンライン)「この地域に暮らしてみよう」

市内の日本語ボランティア教室で学ぶキルギス、バングラデシュ、アフガニスタン出身の外国人家族3組をゲストに迎え、市や近隣地域で生活する中で感じたことについて話を聞きます。国籍や言語、文化など多様な外国人の方々を地域の一人として、ともに暮らすことについて一緒に考えてみませんか。  
 ※講座は、Zoomを用いて開催します。参加には、通信機器とインターネットへの接続環境が必要です。  
**時** 3月7日(日)午後2時~3時30分  
**対** 在住・在勤・在学の方  
**定** 20人 ※申込多数は抽選  
**申** 2月25日(木)までにメールで件名「3月7日多文化共生講座」・氏名・住所・電話番号・メールアドレス・在学の方は学年を下記へ送付  
 ※詳細は市 ☎をご覧ください。  
**主** 主催 多文化共生センター(NIMIC)  
 ▶文化振興課 ☎042-420-2817  
 ☒ bunka@city.nishitokyo.lg.jp

### 市民介護講習会

高齢者を支える基本知識と介護技術をテーマに、施設の専門職員による市民介護講習会を開催します。  
**対** 在住で、高齢者を介護している家族の方、介護に関して知識を身につけたい方、ボランティアとして活動してみたい方  
**定** 8人 ※申込多数は抽選  
**時** 3月3日(水)・4日(木)・5日(金)午前10時~午後3時  
**場** 特別養護老人ホームフローラ田無  
**申** 2月15日(月)(消印有効)までに、郵送・電話で住所・氏名・年齢・電話番号・希望講習内容(可能な範囲で対応)を明記し、〒188-8666市役所高齢者支援課へ  
 ▶高齢者支援課 ☎042-420-2810

☐市民介護講習会

日程	時間	内容
3月3日(水)	午前10時~10時25分	オリエンテーション
	午前10時30分~正午	「車椅子って?」~乗って動かして体験してみよう~
	午後1時~3時	「フレイル予防とコロナ禍でもできる運動」
3月4日(木)	午前10時~11時30分	「あなたは、その時、何を思ったの?」~認知症の人の気持ちを知るために~
	午前11時35分~正午	「居宅介護支援事業所とケアマネージャーの仕事とは?」~その人らしさを大切に~
	午後1時~2時30分	「健康維持のためにできること」~看護師の立場から~
3月5日(金)	午後2時35分~3時	「【初めての方へ】地域包括支援センターとは?」
	午前10時~正午	「いつまでも楽しく元気に過ごすために!」~食事の工夫・やわらかくするポイント~
	午後1時~2時30分	「食事介助と大切な口腔ケア」
	午後2時40分~3時	修了書授与式

※1日だけの参加も可

### 介護支援ボランティアポイント制度登録説明会

在住で60歳以上の方が、登録後に指定の地域活動(ボランティア活動)に参加するとポイントがたまり、翌年度に換金(1ポイント100円。年間上限6,000円が限度)できる制度です。  
**時** ①2月18日(木) ②24日(木)  
 いずれも午前10時~11時30分  
 ※内容はいずれも同じ  
**場** ①新町福祉会館 ②下保谷福祉会館  
**定** 各回15人(申込順)  
**申** 電話・ファクス・メールで住所・氏名・電話番号・生年月日を ☎へ  
**問** 西東京市地域サポート「りんく」  
 ☎042-497-4163・☒042-466-3555  
 ☒ seikatsu@n-csw.or.jp  
 ※平日午前8時30分~午後5時  
 ▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

## 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。

**!** 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、既に市報などで掲載されているものや、例年行われているイベント・事業についても中止・延期となっている可能性があります。事前にお問い合わせいただくようお願いいたします。また、参加される際には、マスクの着用など、感染症対策にご協力ください。

## 緊急事態宣言などで売上げが減少した事業者の方へ10万円を支援します！ 市内事業者緊急支援事業

国の緊急事態宣言などにより、当該期間の売上げ減少への対策として、家賃や人件費などの固定費の支払いが負担となっている市内中小企業・個人事業主に対する負担軽減および事業継続の支援を目的に「市内事業者緊急支援事業」を実施します。

**内** 毎月の支払いを必要とする固定費の一部として一律10万円支給

### □対象・申込条件

市内に事業所があり、売上げが減少した中小企業・個人事業主の方のうち、①・②いずれかに該当すること  
①令和3年1月の売上げが前年同月比で20%以上減少している

②令和2年2月～12月に開業し、令和3年1月の売上げが開業後最大の売上げの月と比べて20%以上減少している

### □認定書の申請期間・方法

2月22日(月)～5月24日(月)(必着)に申請書類一式を〒188-8666市役所産業振興課へ郵送  
※詳細は市HPをご確認ください。

### □支援金の申請期間・方法

認定書を取得後、3月15日(月)～5月31日(月)に西東京商工会のHPから申請

▶産業振興課 ☎042-420-2819



## 赤ちゃん集まれ～♪

下表の日程で赤ちゃんとお保護者の方々が楽しめる赤ちゃんのつどいを行っています。お近くの赤ちゃんのつどいに参加しませんか。詳細は各センターHP

をご覧ください。  
対 8カ月ごろまでの乳児と保護者  
▶保育課 ☎042-460-9842



### □赤ちゃんのつどい日程(2・3月)

会場(同保育園内)	日程	
センターすみよし	2月22日(月)	3月22日(月)
センターけやき	2月26日(金)	-
センターやぎさわ	2月22日(月)	-
センターなかも	2月19日(金)	-
センターひがし	2月10日(水)	3月1日(月)
北町ふれあいセンター	2月26日(金)	3月19日(金)
ひばりが丘北児童センター	2月25日(木)	3月18日(木)
谷戸公民館	2月8日(月)	3月8日(月)
芝久保児童館	2月18日(木)	3月18日(木)
田無公民館	2月9日(火)	3月9日(火)
新町児童館	2月16日(火)	3月16日(火)
柳沢公民館	2月4日(木)	3月4日(木)
北原児童館	2月16日(火)	3月16日(火)
下保谷児童センター	2月16日(火)	3月2日(火)

## いろいろなことばでたのしむおはなし会

時 中国語：2月11日(祝)、韓国語：2月21日(日)、英語：2月27日(土)  
各回午前11時から(15分程度)

場 田無公民館

内 多言語で絵本のおみせかせ

対 3歳以上

※未就学児は保護者同伴にて可

定 9人(申込順)

申 各回前日までに電話・メールまたは直接下記へ

▶中央図書館 ☎042-465-0823

✉lib-uketsuke@city.nishitokyo.lg.jp

市は東京2020大会に向けたオランダのホストタウンです

## オランダ連携プロジェクト

### いこいの森散歩・ひがしふしみ散歩

自宅を過ごす時間が増えていますが、身体を少し動かしてみませんか。ホストタウン相手国であるオランダを参考に「身近な場所でのんびり歩き」を行います。健康維持のためのワンポイントや運動不足を改善するアドバイスもお伝えします。

対 60歳以上の方

定 各6人程度(申込順)

持 マスク、飲み物

申 2月2日(火)午前9時～25日(木)に、氏名、年齢、連絡先、参加コースを電話で各申込先へ

▶スポーツ振興課 ☎042-420-2818

コース	日にち	コース番号と時間	申込先
周 辺 い ち の 森 公 園	3月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)	①午前9時30分～10時30分	にしはらスポーツクラブ ☎042-467-9919 ※月曜定休
		②午前10時40分～11時40分	
	3月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)	③午前9時30分～10時30分	
		④午前10時40分～11時40分	
周 東 伏 見 公 園	3月1日(月)・4日(木)・8日(月)・11日(木)	⑤午前10時～11時	ココスポ東伏見 ☎042-452-3446 ※月曜定休
		⑥午後1時～2時	
	3月2日(火)・5日(金)・9日(火)・12日(金)	⑦午前10時～11時	
		⑧午後1時～2時	

## はじめての対話型鑑賞 アートでおしゃべり(2回講座)

絵画や写真を見て、感じて、自由に語り合しましょう。アートの知識はいりません。簡単な脳トレ気分でお気軽にご参加ください。

時 ●第1回：3月9日(火) ●第2回：3月11日(木) いずれも午前10時～11時30分 ※1日のみの参加も可

場 田無総合福祉センター

対 在住で60歳以上の方

定 10人 ※申込多数は抽選

申 2月18日(木)(消印有効)までに、往復は

がきで、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・「福祉会館・老人福祉センター利用証」の有無を明記し(1日のみ希望の場合は「3月9日」か「3月11日」かを明記)、〒188-0011田無町5-5-12西東京市社会福祉協議会福祉支援課へ郵送

※2回連続で参加できる方優先

問 社会福祉協議会 ☎042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

## シニア大学単科講座 「国際金融の最前線」(2回講座)

現在、世界で起きている金融のさまざまな情勢についてお話を伺います。分かりやすい説明を聞いて、身近な経済に関する知識を深めていきましょう。

時 ●第1回：3月11日(木)、●第2回：3月12日(金) いずれも午後2時～3時45分 ※1日のみの参加も可

場 田無総合福祉センター

対 在住で60歳以上の方

定 20人 ※申込多数は抽選

講 渡部訓さん(武蔵野大学経済学部教授)

申 2月18日(木)(消印有効)までに、往復はがきで、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・「福祉会館・老人福祉センター利用証」の有無を明記し(1日のみ希望の場合は「3月11日」か「3月12日」かを明記)、〒188-0011田無町5-5-12西東京市社会福祉協議会福祉支援課へ郵送

※2回連続で参加できる方優先

問 社会福祉協議会 ☎042-497-5136

▶高齢者支援課 ☎042-420-2811

## 介護保険料の特別徴収(年金からの天引き)処理の誤りに関する対応

▶高齢者支援課介護保険料係専用ダイヤル ☎042-420-2867 時 平日午前8時30分～午後5時

本件の対象となる方にはお知らせ、お手続きの書類等を発送しています。納付対象の方は、令和3年2月1日(月)が納期限となっておりますが、ご納付いただけない場合、令和3年8月分の年金から天引きされる介護保険料に不足分を加えて徴収する対応を予定しております。

また、還付対象の方でまだお手続きをしていただいていない方につきましては、還付金の受取手続きをお願い申し上げます。

本件について、ご不明な点がございましたら、お手数ですが上記の専用ダイヤルへお問い合わせください。

### ■所得税の確定申告について

令和2年中にご納付いただいた介護保険料額は、令和2年分の所得税の確定申告において、社会保険料控除の対象となります。

今回の誤りの対象となる方につきましては、公的年金等の源泉徴収票に記載された介護保険料の額と、実際にご納付いただいた介護保険料の額に差異が生じています。

所得税の確定申告の際には、還付対象の方へお送りした介護保険料還付(充当)通知書、納付対象の方へお送りした介護保険料納入通知書、並びに令和元年度および令和2年度それぞれの納入通知書(介護保険料額決定通知書)を資料としてご利用ください。

また、令和2年中にご納付いただいた介護保険料の合計額を記載した「介護保険料納付確認書」も発行しますので、必要な方は、恐れ入りますが、上記専用ダイヤルへご連絡ください。

### 「還付金」詐欺・「振り込み」詐欺にご注意ください

★市が電話でATMに誘導して操作をお願いすることは絶対にありません。

★市がメールや電話で振り込みをお願いすることは絶対にありません。

## 市民集会所などの臨時休館のお知らせ

4月利用分からの予約方法などの変更に伴い、工事などが必要となるため、次の施設が3月中から順次3月末まで休館します。

※詳細は、市HPまたは文化振興課までお問い合わせください。

ご理解とご協力をお願いします。

▶文化振興課 ☎042-420-2817

柳橋第二・新町・柳沢第三・東伏見・保谷町・富士町・東町・ひばりが丘・ひばりが丘北・緑町市民集会所、田無町・谷戸第二・北原・上向台・芝久保第二地区会館