



## 西東京市長選挙 開票結果 池沢 たかし氏が当選

2月7日に行われた市長選挙の結果、池沢 たかし氏が当選しました。

▶選挙管理委員会事務局 ☎042-420-2801

いけざわ  
**池沢 たかし**  
(無所属)



西東京市北町在住  
昭和34年生まれ 61歳  
任期：令和3年2月18日～令和7年2月17日

市長選挙	
候補者名	得票数
池沢 たかし	34,299票
平井 竜一	32,785票
保谷 美智夫	3,256票
投票率 42.23%	投票総数 71,303票 (有効投票数 70,340票)

※当日有権者数 168,858人(男 81,309人、女 87,549人)

## 緊急事態宣言が3月7日(日)まで延長されました

国より緊急事態宣言が3月7日(日)まで延長されました。

引き続き、「マスクの着用・手指消毒」や「3密(密集・密接・密閉)を避けた行動」などの新型コロナウイルス感染症対策を講じるとともに、

**日中も含めた不要不急の外出自粛**をお願いします。

### 市内公共施設の利用時間

継続して、3月7日(日)まで  
原則、午後8時までとします

※詳細と最新の内容は、  
市HPまたは各施設へお問い合わせください。



### 外出時の感染症対策のポイント

- マスク着用
- 手指消毒の徹底  
(持ち運び用の消毒液や店内などの消毒液を活用)
- 3密を避ける(混雑する時間帯を避ける)



### 買い物

- 買い物は少人数で短時間に  
(買い物リストを作成するなど)
- レジに並ぶ際は、前の人との間隔をあける



### 飲食

- ガイドラインを遵守した店を選ぶ
  - テイクアウトやデリバリーの活用
  - 会話をするときにはマスクを着用する
  - 少人数・短時間で、席の配置は斜め向かいに
- ※不要不急の外出を避けるため、オンラインの活用も検討しましょう



### 新型コロナウイルスワクチン 接種体制準備について



市では、新型コロナウイルスワクチン接種に向けて、新たに準備担当を設け、接種体制の構築を進めています。  
引き続き、国や東京都、関係機関などと連携を図り、準備を進めていきます。

◎接種時期など詳細が決まり次第、市報や市HPで順次お知らせします。

#### <市の準備体制状況>

- ◎「新型コロナウイルスワクチン準備担当」を設置(令和2年12月)
- ◎速やかな接種開始に向け、体制確保に必要な経費を予算化  
(令和3年1月臨時会 補正予算(11号)可決)

- 接種券などの作成
- システム改修
- コールセンター運営経費
- その他 事務機器整備など



ワクチン接種に関する詐欺にご注意ください。

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。

## 新型コロナウイルス感染症関連情報【保存版】 5・6面へ

※抜き取って保存版としてご活用ください

# 市からの 連絡帳

## 保険

### 高額介護合算療養費制度

健康保険と介護保険を両方利用している方の経済的負担の軽減を目的とした制度で、8月から1年間の健康保険と介護保険の自己負担を合計し、所定の限度額を超えた場合に超過分をお戻しします。

当制度に該当した場合、東京都後期高齢者医療制度に加入している方は東京都後期高齢者医療広域連合、西東京市国民健康保険に加入している方は市から申請書を送付します。

#### ◆お問い合わせ先

##### □西東京市国民健康保険の加入者

▶保険年金課 ☎ 042-460-9821

##### □東京都後期高齢者医療制度の加入者

▶保険年金課 ☎ 042-460-9823

□その他の健康保険・共済組合などの加入者  
保険証の発行元にお問い合わせください。

##### □介護保険の自己負担額

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2813

## 募集

### 市職員 (令和3年5月1日付採用)

□試験区分 保健師I類

#### □試験案内

2月22日(月)まで職員課(田無庁舎5階)・市 ☎ で配布

☎ 2月22日(月)(消印有効)まで

※詳細は市 ☎ ・試験案内で必ずご確認ください。

▶職員課 ☎ 042-460-9813

## 事業者募集

### 国の「中退共制度」活用事業者の皆さんへ 市の掛金補助制度申請

中小企業退職金共済制度は、中小企業で働く従業員のための国の退職金制度です。市では、この掛け金の一部を助成する補助制度を設けています。該当する事業者の方へ申請書類を郵送しましたので、ご提出ください。

#### □要件

- 市内に事業所(事務所)を有する中小企業者
- 勤労者退職金共済機構(国)が実施する中退共事業による退職金共済契約を新たに締結し、共済掛け金を納付していることなど

#### □助成額

該当する従業員の掛け金に対し、加入時から36カ月を限度に1人当たり月額500円(1カ月の掛け金が2,000円の場合は月額300円)

☎ 2月19日(金)までに、令和2年1～12月の掛け金について、必要書類を産業振興課(田無第二庁舎5階)へ提出

#### ◆中退共制度への加入手続方法

(独)勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部 ☎ をご覧ください。

☎ 中退共 検索

▶産業振興課 ☎ 042-420-2819

## 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。

※(有)オアシス 小林弘明 様(衣類)

※鹿内保 様(本)

※(一社)東京馬主協会会長 森保彦 様(玩具)

▶総務課 ☎ 042-460-9810

## 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。

### 教育委員会

時 2月19日(金)午後2時

場 田無第二庁舎4階

内 行政報告 ☎

定 10人

▶教育企画課 ☎ 042-420-2822



## 感謝状を贈呈しました

1月27日に寄附や保存樹等の所有など、市政へご協力をいただいた方々に感謝状を贈呈しました。 ※五十音順

- ※小高祥子 様
- ※(有)瀬川工業所代表取締役 加藤幸恵 様
- ※第一生命保険(株)池袋総合支社支社長 武田学 様
- ※(株)多摩商工代表取締役 鎌田忠詞 様
- ※たましん経営者研究会東支部会長 福澤利三郎 様
- ※雲雀園芸(株) 様
- ※保谷武尚 様
- ※(公財)三菱UFJ環境財団理事長 沖原隆宗 様
- ※森園美咲 様
- ※(株)ライジングサン代表取締役 清水史多 様
- ※和田啓子 様
- ※匿名2人
- ▶秘書広報課 ☎ 042-460-9803



## 妊娠出産・子育てコンシェルジュ「いこいこ」で、 出産準備をすすめませんか？

妊娠中の過ごし方や赤ちゃんを迎える準備、産後の子育てのことについて、保健師や助産師とお話をしませんか？

健康課内に、プライバシーに配慮したお部屋を準備しています。タブレットでの通訳もできますので、日本語が苦手な方も安心してお越しください。ご希望の方は、事前にお電話でご相談ください。

時 平日午前9時～正午、午後1時～4時

場 防災・保谷保健福祉総合センター4階

▶健康課 ☎ 042-438-4037

### 西東京市子育て応援アプリ「いこいこ」を配信中！

市の子育て情報・子育て支援制度の確認、予防接種のスケジュール管理ができるアプリです。子育て情報の案内板としてぜひご活用ください。Webからも確認できます。

〈App Store〉

〈Google Play〉

ダウンロードは  
こちらから▶



## パブリック コメント

【検討結果】

## 寄せられた意見の概要や 市の検討結果をお知らせします

下記の一覧表は、市民の皆さんからお寄せいただいた意見を要約し、市の考え方をまとめたものです。全文は、情報公開コーナー(田無庁舎5階)・市 ☎ でご覧になれます。

### 事案名 西東京市下水道プラン(素案)

▶下水道課 ☎ 042-438-4059

【公表日】2月15日(月) 【募集期間】12月15日～1月14日 【意見件数】10件(2人)

お寄せいただいた主な意見	検討結果
人口が減れば下水道負荷が減るのではないかと。また、人口増に伴う下水道負荷に対応するために過度に設備投資をすれば、将来、人口が減少したときに維持管理費がまかなえなくなるのではないかと。(1件)	本市の下水道普及率は100%となっており、下水道整備は完了しています。今後、人口減少となれば下水道負荷自体は減るものと考えられますが、下水道事業を維持するためには既存施設の改築・更新が必要であり、今後策定するストックマネジメント計画に基づき適切な維持管理を目指してまいります。
駐車場を芝生などにして、雨水を地中に浸透させることにより、下水道管まよは過大な整備をしないようにすべきかと。(2件)	雨水浸透施設の整備については、公共施設での貯留浸透施設の整備や個人所有の住宅への浸透施設の設置に対する費用の一部助成などにより進めています。雨水を排水するための下水道施設の整備については、東京都豪雨対策基本方針による役割分担に基づき、浸水被害の解消を目標に実施してまいります。
下水道管まよの維持管理について「今後は予防保全を前提とした計画的な維持管理に転換する必要がある」と記述していることは高く評価できるが、大規模震災で被害を受けそうなところに手を入れることも必要ではないかと。(1件)	今後策定するストックマネジメント計画に基づく施設の改築・更新に合わせて、耐震化対策を進めてまいります。



# 認可外保育施設等に通う子どもの 幼児教育・保育無償化の手続



無償化の対象となる  
認可外保育施設等とは

認可外保育施設、一時保育事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業などで、市が無償化の対象施設となることを「確認」したものに限られます。詳細は市HPをご覧ください。

## 認可外保育施設等に子どもが通っている方へ

幼児教育・保育の無償化に係る給付費(償還払い方式※)を受け取るには、請求手続が必要です

※保護者は利用料などを施設へ全額支払い、後から市が保護者へ給付費を支払う方式



対象施設に支払った保育料・利用料などに対する「子育てのための施設等利用給付」を受けるには、請求手続が必要です(利用前に給付認定を受けている方が対象)。請求方法は利用先により異なります。※詳細は市HPをご覧ください。

※次回の給付は、令和2年度10～3月分(後期)を令和3年5月下旬に給付する予定です。

▶子育て支援課 ☎ 042-460-9841

## 4月から、認可外保育施設等に子どもを通わせる方へ

無償化の対象となる認可外保育施設等を利用する方は、「子育てのための施設等利用給付認定」を受けることが必要です。必ず、施設の利用前に手続を行ってください。

□無償化の対象と要件

クラス年齢	要件	月額上限
0～2歳児	保育の必要性の認定を受けている	新3号認定・住民税非課税世帯 新2号認定
3～5歳児		4万2,000円 3万7,000円

□手続 申請書・就労証明書などの保育の必要性の書類を保育課(田無第二庁舎2階)へ提出 ※詳細は市HPをご覧ください。

□締切日 3月5日(金)

※就労証明書などに時間がかかる場合は申請書を先に提出してください。

▶保育課 ☎ 042-460-9842

## 令和3年度 保育園など入園募集(2次募集)

1次募集選考の結果、欠員が出た市内保育園などの2次募集を行います。

☎ 2月18日(木)(消印有効)までに、申込書を〒188-8666市役所保育課へ郵送または持参(田無第二庁舎2階)

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、郵送での提出にご協力ください。

※1次申込分の各種変更も2月18日(木)まで

※1次利用調整の結果および2次の欠員状況は、市HPをご覧ください。

▶保育課 ☎ 042-460-9842



## 1歳児1年保育を募集

令和3年4月に認可保育施設、認証保育所などに入所ができなかった方を対象に1歳児1年保育事業を実施します。

□1歳児1年保育(4月1日受入開始)

西東京ユーカーリ保育園

場下保谷5-13-15(予定)

定 1歳児・8人

☎ 2月18日(木)(消印有効)までに、申込書を〒188-8666市役所保育課へ

郵送または持参(田無第二庁舎2階)

※詳細は市HPをご覧ください。

▶保育課 ☎ 042-460-9842



## 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たくて、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18日(木)午前8時30分(★印は、2月4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。

☎ 市民相談室 ☎ 042-460-9805

内容	相談方法	日時
法律相談	電話・対面	3月5日(金)・11日(木)・12日(金)午前9時～正午
		2月26日(金)、3月2日(火)・3日(水)・8日(月)・9日(火)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 <sup>※</sup>
交通事故相談	電話・対面	★2月16日(火) 午前9時～11時30分
		3月4日(木) 午後1時30分～4時
税務相談	電話・対面	3月4日(木)・10日(火) 午前9時～正午
不動産相談	電話・対面	3月11日(木) 午後1時30分～4時30分
		3月26日(金) 午前9時～正午
登記相談	電話	3月3日(水)・16日(火) 午前9時～正午
		3月18日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	電話・対面	3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	4月12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	★3月12日(金) 午後1時30分～4時30分

### ■その他の相談

内容	日時/場所	問い合わせ
教育相談	平日午前9時～午後5時/ 田無第二庁舎4階 ※予約制	教育支援課 ☎ 042-420-2829
	【電話相談】平日午前9時～午後5時 ☎ 042-420-2830	
不登校 ひきこもり 相談	(月)・(水)・(金)午前9時～午後5時/ Nicomolーム(西原総合教育施設)	教育支援課 ☎ 042-420-2829
	【電話相談】午前9時～午後5時 (月)・(水)・(金) ☎ 042-452-2244 (火)・(木) ☎ 042-420-2830	
子供家庭相談	(月)～(土)午前9時～午後4時 ※(土)は電話相談のみ(正午～午後1時を除く)/ 子ども家庭支援センター(住吉会館ルピナス)	子ども家庭支援センター ☎ 042-439-0081
ひとり親相談	平日午前9時～午後4時 ※予約制	子育て支援課 (田無第二庁舎2階) ☎ 042-460-9840
ひとり親就業 相談	(月)～(水)・(金)午前10時～午後4時 ※予約優先	
女性相談	●平日午前10時～午後4時(木)は8時 <sup>※</sup> まで/ 男女平等推進センター(住吉会館ルピナス) ●(月)～(水)(第4火)・(木)を除く)午前10時～正午/ 田無庁舎2階 ※いずれも予約制	男女平等推進センター ☎ 042-439-0075
生活困窮者 相談	平日午前8時30分～午後5時/ 生活サポート相談窓口(田無庁舎1階福祉丸ごと相談内)	生活サポート相談窓口 ☎ 042-420-2809
生活保護相談	平日午前8時30分～午後5時/生活福祉課(田無 庁舎1階、防災・保谷福祉保健総合センター1階)	生活福祉課 ☎ 042-460-9836 ☎ 042-420-2802 ☎ 042-439-4415
障害福祉相談	障害の種類を問わない相談 (月)～(土)午前9時～午後6時	基幹相談支援センター えぼっく ☎ 042-452-0075
	発達障害相談 ※予約制 (月)午後1時～4時15分	
外国人相談	平日午前10時～午後4時/ 多文化共生センター(イングリッシュビル)	多文化共生センター ☎ 042-461-0381
消費生活相談	平日午前10時～正午・午後1時～4時/ 消費者センター(田無第二庁舎5階) ※予約制	消費者センター ☎ 042-462-1100
動物相談 (西東京市獣医師会)	第3(金)午後1時30分～2時30分/田無庁舎2階	環境保全課 ☎ 042-438-4042
	【電話相談】第3(金)午後1時30分～2時30分 ☎ 042-438-4042	

(0422)局番(新町の一部地域)から電話の際は、市外局番(042)を付けておかけください。

# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

**A はがき・メール**  
「離乳食講習会 ステップ」申込  
① 3月23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 第〇子  
⑦ 電話番号

**B はがき**  
「肺炎球菌予防接種」申込  
① 住所  
② 氏名(フリガナ)  
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)	申込方法など
<b>ボディケア講座～ひざ痛予防～</b> 【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】	3月3日(水)午後1時～2時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18歳以上の方/8人	前日までに電話
<b>リハビリ窓口相談</b> 【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】	① 3月3日(水)午後2時15分～3時15分 ② 3月18日(水)午前11時15分～午後0時15分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	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	前日までに電話
<b>からだと心の健康相談</b> 【保健師による面接相談】	3月9日(水)午後1時30分～3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方/2人	3月5日(金)までに電話
<b>糖尿病基礎講座</b> 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	3月17日(水)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の食事療法をこれから始める 方および家族/10人	3月12日(金)までに電話
<b>運動ミニ講座～効果倍増! ウォーキングの基本を学ぶ～</b> 【健康運動指導士による、ウォーキングを効果的に行うための身体づくりと正しい姿勢で歩く方法】	3月19日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	在住で、歩くことに支障のない方 15人	3月16日(水)までに電話

▶健康課 ☎ 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
<b>個別育児相談会</b> 【身長・体重測定と、育児・母乳・栄養・歯科・遊び方・お母さんの健康などについての個別相談】	① 3月2日(火)・田無総合福祉センター ② 3月15日(月)・防災・保谷保健福祉総合センター2階 午前9時30分～11時30分の間で1人30分程度	乳幼児と保護者/各25組	①は2月26日(金)までに電話 ②は3月11日(水)までに電話
<b>離乳食講習会 ステップ</b> 【離乳食の中期から後期のお話、試食、歯科の話】	3月23日(水)午後1時15分～2時30分 田無総合福祉センター	在住の6～9カ月の乳児 と保護者/16組	はがき・メール(右上記入例A) ✉ fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 3月9日(火)

3～4カ月児健康診査	BCG予防接種	3歳児健康診査
3月31日(水)まで、個別健診にて実施 ☑ 個別に通知	対象となるお子さんに日時を指定した通知を送付します。 ☑ 防災・保谷保健福祉総合センター3階 ☑ 1歳になる前日までに、まだBCG予防接種を受けていないお子さん	時 2月24日(水)、3月3・17・24日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 ☑ 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)

## 健康ガイド

がん検診受診券をお持ちの方はお急ぎください

子宮頸がん検診…2月27日(土)まで 乳がん検診………3月31日(水)まで

▶健康課 ☎ 042-438-4021

### ■赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)

助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの体重測定、発育や発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談に応じます。訪問日時は後日、訪問指導員から連絡します。

※訪問指導員の個人の携帯電話から連絡する場合があります。

☑ 母と子の保健ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送または電話で下記へ

▶健康課 ☎ 042-438-4037

### ■1～3歳児お口の健康支援室

歯磨きが上手にできない、歯医者で口が開けられず診察が難しい、食事を上手に食べられないなどの子どもを対象とした、お口の健康に関する相談室です。

☑ 歯科健診、歯科保健指導、歯磨き練習、栄養・育児相談

☑ 電話で下記へ

▶健康課 ☎ 042-438-4037

## 申込締切3月24日(水) 高齢者肺炎球菌予防接種

☑ ①年度末年齢が、65・70・75・80・85・90・95・100歳の方(下表参照)  
②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害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級程度の障害がある方

※①②とも過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがない方  
¥ 自己負担額5,000円  
☑ はがき(右上記入例B)・窓口(防災・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)  
▶健康課 ☎ 042-438-4021

65歳	昭和30年4月2日から 昭和31年4月1日生まれの方	85歳	昭和10年4月2日から 昭和11年4月1日生まれの方
70歳	昭和25年4月2日から 昭和26年4月1日生まれの方	90歳	昭和5年4月2日から 昭和6年4月1日生まれの方
75歳	昭和20年4月2日から 昭和21年4月1日生まれの方	95歳	大正14年4月2日から 大正15年4月1日生まれの方
80歳	昭和15年4月2日から 昭和16年4月1日生まれの方	100歳	大正9年4月2日から 大正10年4月1日生まれの方

## 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
21日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎ 042-424-6640	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎ 042-464-3226	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
23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	なかやま内科循環器クリニック 向台町1-19-14 ノーブルハイツ向台1階 ☎ 042-450-7710	
28日	田無病院 緑町3-6-1 ☎ 042-461-2682	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 ☎ 042-469-6776	

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	
21日	ねま歯科医院 泉町1-11-14 上宿ビル1階 ☎ 042-462-4118	
23日	小川歯科 南町2-2-7 ☎ 042-461-9301	三國歯科医院 柳沢6-4-3 107 ☎ 042-461-0899
28日	野本歯科医院 柳沢6-9-1 ☎ 042-466-0133	

## 健康ポイントアプリ「あるこ」で健康チャレンジ!

お買い物は歩いて行く、人の少ない時間帯・場所での散歩など、新型コロナウイルス感染症が流行している中でも、心身の健康にはちょっとした運動が大切です。

こうした健康づくりの取組をサポートしてくれる健康ポイントアプリ「あるこ」を活用してみませんか。  
▶健康課 ☎ 042-438-4037

☐「あるこ」内で健康チャレンジ実施中  
2月中の7日間、連続で8,000歩以上歩いた方に、抽選で市内特産品などをプレゼントします。

☐「あるこ」の登録方法  
アプリ「グッピーヘルスケア」が必要です。

※詳細は市HPをご覧ください。ダウンロードはこちらから





# 新型コロナウイルス感染症 関連情報

# 保存版

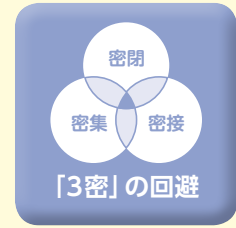
感染しない、させないために一人一人ができること



- 外出時はマスクを着用し、マスクを外しての会話は避ける
- 鼻から下あごまでおおい、顔にフィットさせる
- ▲使用後は、ビニール袋に入れて口を閉じて捨て、その後は必ず手洗いをしましょう。
- ▲こまめな水分補給を忘れずにしましょう。



- 正しい手洗い・手指消毒をする(下記参照)
- 手で触れる共有部分(ドアノブや電気のスイッチ<sup>など</sup>)はこまめに消毒する
- タオルや歯磨きのコップなどは共有しない
- ▲人は無意識に顔(目・鼻・口<sup>など</sup>)を触っています。接触感染にご注意ください。



- 換気の悪い「密閉空間」
- 多数が集まる「密集場所」
- 間近で会話や発声をする「密接場面」
- ▲3つの条件がそろうとクラスター(集団)発生のリスクが高くなります。

## ～新しい生活様式に基づいた暮らしを～



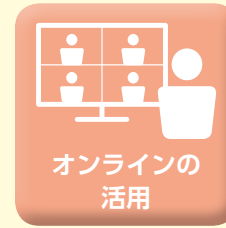
- スーパーは一人または少人数で、すいている時間に行く
- 公共交通機関の混雑時間帯を避ける



季節を問わず、こまめな換気が重要です。30分に1回以上、数分間程度、窓を全開にするなど換気しましょう。

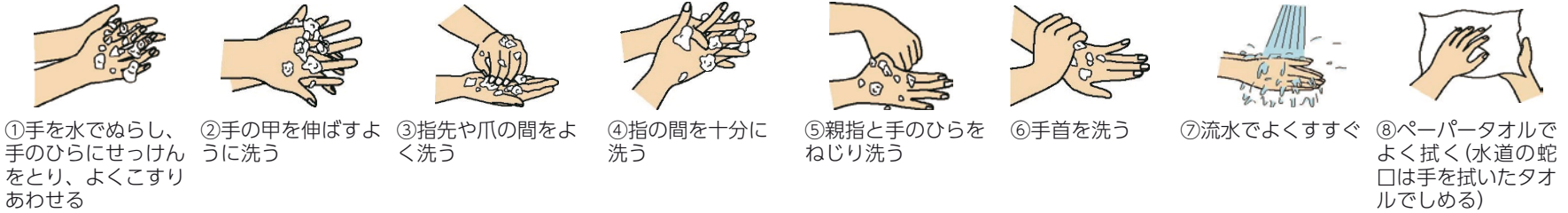


外出自粛の中、テイクアウトやデリバリーを活用しましょう。



- 会食をリモート方式にする
- テレワーク(在宅勤務)
- ビデオ通話でオンライン帰省

## 流水と石けんによる手洗い



## アルコールを用いた手指の消毒



**Super Market** 買い物などの手指消毒は

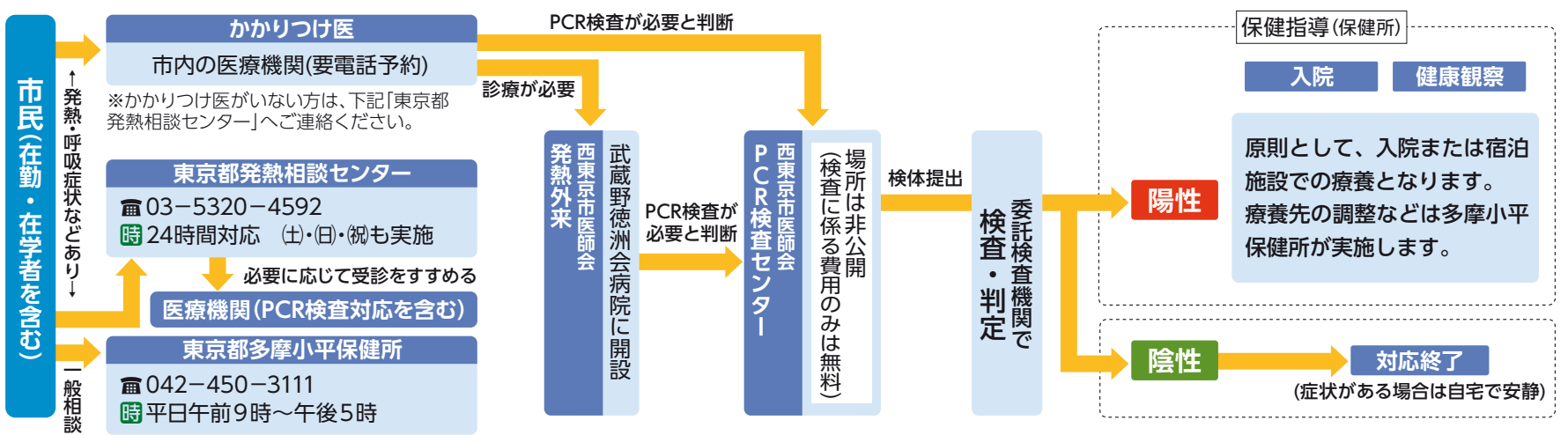
**【入るとき】** 他人に感染させないため

**【出るとき】** 自分が感染しないため

(イメージ)

出典：新型コロナウイルス感染症都民向け感染予防ハンドブックより一部抜粋

## 新型コロナウイルス感染症の疑いがあった場合の流れ



## 新型コロナウイルス感染症に関連した人権への配慮・相談窓口

新型コロナウイルス感染症が拡大する中、偏見に基づく差別、いじめ、SNSなどでの誹謗中傷を行わないようお願いします。

また、法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関係した不当な差別やいじめなどの人権問題について相談を受け付けています。

- **みんなの人権110番** ☎0570-003-110 ※平日午前8時30分～午後5時15分
- **子どもの人権110番** ☎0120-007-110 ※平日午前8時30分～午後5時15分
- **外国人権相談ダイヤル** ☎0570-090911 ※平日午前9時～午後5時
- ▶ 協働コミュニティ課 ☎042-420-2821

## 心の不安や悩みなどお気軽にご相談ください

- からだと心の健康相談(西東京市) ☎042-438-4087 (平日午前9時～正午・午後1時～4時)
- ところといのちのホットライン(東京都) ☎0570-087-478 (午後2時～翌朝5時30分 ※年中無休)
- よりそいホットライン ☎0120-279-338 (24時間)
- 新型コロナウイルス感染症関連 SNS心の相談 詳細はこちら →



## 新型コロナウイルス感染症に関する妊婦の方の相談窓口

東京都「妊娠相談ほっとライン」 ☎03-5339-1133  
 時間: (月)～(日)午前10時～午後10時 ※東京都 ☎ からメール相談可

☐ 相談の例 妊娠中に感染した場合の症状や胎児への影響など

# 生活にお困りの方への支援(令和3年2月8日現在)



詳細情報

新型コロナウイルス感染症に伴う各種給付金や貸付などがございます。条件など詳細は市HPまたは各問い合わせ先にお問い合わせください。

対象	種類	名称	概要	問い合わせ先	
税金・固定費等のお支払いでお困りの方	水道料金・下水道料金のお支払いにお困りの方 ※個人、法人どちらも対象	猶予	下水道料金等のお支払い猶予	申し出のあった日から最長で1年間、お支払いを猶予	東京都水道局多摩お客様センター ☎0570-091-101(ナビダイヤル) ナビダイヤルをご利用できない場合 ☎042-548-5110
	介護保険料のお支払いにお困りの方	猶予	介護保険料の納付猶予	3カ月間、介護保険料の納付を猶予	高齢者支援課 ☎ ☎042-420-2814
		減免	介護保険料の減免	介護保険料の減免	高齢者支援課 ☎ ☎042-420-2814
	国民健康保険料のお支払いにお困りの方	猶予	国民健康保険料の納付猶予	3カ月間、国民健康保険料の納付を猶予	保険年金課 ☎ ☎042-460-9824
		減免	国民健康保険料の減免	国民健康保険料の減免	保険年金課 ☎ ☎042-460-9822・9824
	後期高齢者医療保険料のお支払いにお困りの方	減免	後期高齢者医療保険料の減免	後期高齢者医療保険料の減免	保険年金課 ☎ ☎042-460-9823
	地方税(市民税・都民税 固定資産税・都市計画税等)のお支払いにお困りの方	猶予	徴収の猶予・換価の猶予	1年間、地方税(市民税・都民税 固定資産税・都市計画税等)の徴収を猶予	納税課 ☎ ☎042-460-9832
	国民年金保険料のお支払いにお困りの方	免除	国民年金保険料の免除	国民年金保険料の免除	保険年金課 ☎ ☎042-460-9825
	失業や休業などにより収入が減少した方で、賃貸住宅の家賃のお支払いにお困りの方	給付	住居確保給付金	収入に応じて調整された額を支給 ※申請要件・支給上限額あり 過去に受給終了した方も再申請が可能 (申請期限:3月末まで)	生活サポート相談窓口 ☎ ☎042-420-2809
保育料を一時に納付できない方	猶予	利用者負担額(保育料)の納付の猶予	1年間、利用者負担額(保育料)の納付を猶予	保育課 ☎ ☎042-460-9842	
生活費でお困りの方	新型コロナウイルス感染症に感染した方、または発熱等の症状があり感染が疑われる方で、一定期間休業した方	支給	国民健康保険の傷病手当金	給与の全部または一部を受けることができなくなった場合、傷病手当金を支給	保険年金課 ☎ ☎042-460-9821
	新型コロナウイルス感染症に感染した方、または発熱等の症状があり感染が疑われる方で、一定期間休業した方	支給	後期高齢者医療の傷病手当金	給与の全部または一部を受けることができなくなった場合、傷病手当金を支給	保険年金課 ☎ ☎042-460-9823
	休業等により収入が減少し、生活資金にお困りの方	貸付	緊急小口貸付(特例貸付)*	貸付上限額:20万円 無利子・連帯保証人不要 (申請期限:3月末まで)	(福)社会福祉協議会 ☎042-497-5071
	失業等により収入が減少し、生活資金にお困りの方	貸付	総合支援資金(特例貸付)*	【貸付上限額】 2人以上:月20万円/単身:月15万円 無利子・連帯保証人不要 (申請期限:3月末まで)	(福)社会福祉協議会 ☎042-497-5071
*【緊急小口資金および総合支援資金の貸付が終了となった方へ】 総合支援資金の再貸付を実施します(申請期限:3月末までの予定)。具体的な実施時期および内容については、決定次第、(福)社会福祉協議会 ☎でお知らせします。					
ひとり親世帯	給付	ひとり親世帯臨時特別給付金	●基本給付 1世帯10万円(第2子以降1人につき6万円) ●追加給付 1世帯5万円 ※申請期限:2月26日(金)まで (郵送:28日(日)消印有効)	●ひとり親世帯臨時特別給付金コールセンター(厚生労働省) ☎0120-400-903 ●子育て支援課 ☎ ☎042-460-9840	

## 事業者の皆さんへの支援

東京都緊急事態措置等・感染拡大防止協力金相談センター  
☎03-5388-0567 時午前9時~午後7時(土・日・祝を含む)

### 市の支援

### 国(経済産業省)の支援

#### 市内事業者緊急支援事業

国の緊急事態宣言などの影響により、1月の売り上げが減少し、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に店舗または事業所を有する市内中小企業・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。

☑ 令和3年1月の売り上げが前年同月比で20%以上減少している

事業者へ固定費の一部として一律10万円支給

※対象や申請方法などは市HPをご覧ください。

☐ 認定書の申請期間 2月22日(月)~5月24日(月)(必着)

☐ 支援金の申請期間 3月15日(月)~5月31日(月)



▶ 産業振興課 ☎042-420-2819

#### セーフティネット保証制度

事業活動の制限、災害、取引金融機関の破綻などにより経営の安定に支障を生じている中小企業者に対し、信用保証協会を通じて保証限度額の別枠化等を行う国の制度

● 制度に関するお問い合わせ…  
中小企業金融相談窓口 ☎0570-783-183

● 認定に関するお問い合わせ…  
産業振興課 ☎042-420-2819

※詳細は、市HPをご覧ください。

経済産業省 新型コロナウイルス感染症関連

検索

## 新型コロナウイルス感染症の影響により、貸付や融資等を受ける際に必要となる証明書等の発行手数料は無料です

☑ 市民または市内事業者で、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、貸付や融資等の生活支援・経済対策を利用する方で当該手続において住民票の写しや印鑑登録証明書等の証明書等を必要としている方(証明書等の申請時にその旨を申し出た場合)

#### 対象となる貸付や融資等の制度

● 中小企業事業資金融資あっせん制度

● 新型コロナウイルス感染症の影響に伴う生活福祉資金貸付制度

※そのほか、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により必要となった公的または民間融資等の手続

☐ 期間 当面の間

☐ 無料となる証明書等 ①住民票の写し ②印鑑登録証明書(個人)

③個人市民税の課税(非課税)証明書等 ④納税証明書

#### 申請方法

①~④のいずれかの証明書の申請書に、新型コロナウイルス感染症に伴う融資や貸付制度等の申請に使用することを明記し、下記窓口に提出してください

※②以外の証明書は郵送での手続が可能です。

#### 注意事項

● 申請時に申し出がない場合、後日の返金はできませんので、ご注意ください。

● コンビニ交付サービスを利用しての取得および他市区町村での取得(広域交付住民票)は対象外となります。

※詳細は、市HPまたは各担当にお問い合わせください。

● ①・②について……▶ 市民課 ☎042-460-9820

● ③について……▶ 市民税課 ☎042-460-9827

● ④について……▶ 納税課 ☎042-460-9831



**!** 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。

### 市民集会所などの予約方法の変更および臨時休館

4月利用分から市民集会所などの予約方法が変更となります。公共施設予約管理システムを導入するため、ご自宅のパソコン・スマートフォン・携帯電話・公共施設に設置しているロビー端末からの予約申込となります。

また、このことに伴う工事が必要となるため、次のとおり臨時休館します。

詳細は、市HPまたは下記へお問い合わせください。

ご理解とご協力をよろしく申し上げます。

#### □対象施設・臨時休館期間

対象施設	臨時休館期間
新町市民集会所	3月1日(月)
東伏見市民集会所	3月3日(水)
保谷町市民集会所	3月3日(水)
東町市民集会所	3月4日(木)
谷戸第二地区会館	3月4日(木)
芝久保第二地区会館	3月5日(金)
北原地区会館	3月8日(月)
田無町地区会館	3月9日(火)
上向台地区会館	3月11日(木)
緑町市民集会所	3月12日(金)
柳橋第二市民集会所	3月13日(土)
ひばりが丘市民集会所	3月15日(月)
ひばりが丘北市民集会所	3月15日(月)
柳沢第三市民集会所	3月16日(火)
富士町市民集会所	3月17日(水)

～ 3月31日(水)

▶文化振興課 ☎042-420-2817

### 農業者による市民農園が新たに北町に開設されます

市では、第2次西東京市農業振興計画において、農業者による市民農園の開設の支援を推進しています。令和3年4月には、新たな農業者による市民農園(※1)が開設されます。また、市内には現在3園が開設されています。※詳細は各農園までお問い合わせください。

▶産業振興課 ☎042-420-2820

	農園名・所在地	申込先・園主名・電話	総区画数	募集区画数
新規	ベジっ子ファーム北町 ※1 北町2-2	〒202-0003 北町1-1-25 蓮見一夫 ☎090-2620-8238	30	30
既存	楽農塾 ※2 住吉町1-19	〒202-0005 住吉町3-3-2 保谷隆司 ☎080-3382-3548	29	若干
既存	石井園 北原町3-3	〒188-0003 北原町3-3-62 石井龍太郎 ☎080-1058-1921 ※(水)・(土)は電話不可	17	若干
既存	シェア畑 田無北原 北原町3-6	(株)アグリメディア ☎0120-831-296	115	若干

※1新規開設 ※2「農業を知る講座」を受講した方のみ

### 市内の犯罪状況(令和2年)

令和2年は、前年に比べ侵入窃盗はほぼ半分に減少しているものの、特殊詐欺や子どもに対する犯罪などは増加しています。また、依然として、公然わいせつや子ども・女性への声掛けなど、性犯罪に発展するおそれのある事案も発生しています。地域の目が行き届けば、犯罪被害を未然に防ぐ効果が期待できます。日頃から環境の整備や地域のつながりを深め、「犯罪のない安全・安心なまち西東京市」を皆さんで作っていきましょう。

□市内の指定重点犯罪認知件数(田無警察署集計値) 令和2年12月末現在

区分	令和2年 (令和2年1月1日 ～12月31日)	令和元年 (平成31年1月1日 ～令和元年12月31日)	増減
特殊詐欺 (合計被害金額)	48 (約8,000万円)	44 (約1億7,800万円)	+4 (-約9,800万円)
ひったくり	1	0	+1
侵入窃盗	52	113	-61
強盗	1	1	±0
性犯罪	4	4	±0
自動車盗	0	2	-2
子どもに対する 犯罪	3	0	+3

#### 特殊詐欺被害に遭わないために ～犯人と 話さなければ だまされない～

特殊詐欺被害に遭わないために、自宅の電話は、留守番電話を活用しましょう。

犯人と話してしまうと、巧みな話術で相手のペースに乗せられてしまい、だまされてしまうおそれがあります。留守番電話に設定し、犯人と会話しないようにしましょう。

留守番電話の内容を聞いて相手を確認し、少しでも「おかしい」と感じたら、迷わず110番通報しましょう。

☎田無警察署 ☎042-467-0110

▶危機管理課 ☎042-438-4010

### 旬の情報を発信! 市公式SNS (ツイッター&フェイスブック)



#### ◆ツイッター(Twitter)

市HPに掲載したコンテンツの表題や概要、リンクの情報などを主に配信します。

□ユーザー名 @koho\_nishitokyo



#### ◆フェイスブック(Facebook)

市内のイベントや市政情報(取組など)、パブリックコメント、選挙情報などを主に配信します。

□フェイスブックページ名 「西東京市」



※いずれも「安全・安心いーなメール」と連動し、防災情報もリアルタイムに届きます。

▶秘書広報課 ☎042-460-9804

## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※☒マークがないものは、当日、直接会場へ

### パソコン・スマホ教室(3月)

#### ①無料パソコン体験(初心者向)

18日(水)午後1時～4時

#### ②パソコン入門(全4回)

5～26日(金)午前

#### ③ワード初級(全4回)

2～23日(火)午前

#### ④エクセル初級(全4回)

2～23日(火)午後

#### ⑤iPhone入門(全2回)

5・12日(金)午後

#### ⑥スマホ入門(全2回)

19・26日(金)午後

#### ⑦Line(全2回)

9・16日(火)午前

☒①②以外は文字入力のできる方

定各10人(申込順)

¥②～④8,000円、⑤～⑦4,000円

申開始日1週間前までに、往復はがきで講座名・受講日・住所・氏名・年齢・電話番号を☎へ

場・☒シルバー人材センター

〒202-0021東伏見6-1-36

☎042-428-0787

### 自衛隊 予備自衛官補募集 (一般・技能)

一般の社会人や学生を公募・採用し、所定の教育訓練終了後、「予備自衛官」(近年は災害派遣でも活躍)として任用されます(訓練期間:一般「50日/3年以内」、技能「10日/2年以内」)。※採用・訓練時期:7月1日以降、予備自衛官補に任命され、訓練日程が調整されます。

#### □応募資格

- 一般:18歳以上34歳未満の方
- 技能:18歳以上で保有する資格などに応じ53～55歳未満の方

#### □試験日程

4月17日(土)～21日(水)

#### □受付期間

4月9日(金)まで

※詳細は下記へお問い合わせください。

自衛隊 西東京

☒自衛隊西東京地域事務所

☎042-463-1981

### 市内の火災状況(令和2年)

令和2年中の西東京市内の火災件数は48件(前年比11件増)、焼損面積は73㎡(前年比246㎡減)で、火災による死者はなく、ケガ人は4人(前年比7人減)でした。

出火原因で最も多いのは電気器具・配線などの「電気設備機器」で15件、次に「放火(火遊びを含む)」で11件、次いで「たばこ」が10件となっています(令和2年12月31日時点)。

#### □火災を防ぐポイント

##### ①電気設備機器

●コードを束ねたり、ねじれたまま使用すると、発熱し火災になる場合があるので、コードは伸ばした状態で使用する。

●何かの拍子にスイッチが入ってしまう可能性があるため、使用して

いない電気製品の差し込みプラグはコンセントから抜いておく。

- 地震などで倒れる危険があるので、暖房器具などの周囲にものを置かない。

##### ②放火

- 家の周りに可燃物を置かない。
- ゴミは決められた日の朝に出す。

##### ③たばこ

- たばこを吸いながら寝入ると危険です。寝たばこはやめる。
- 吸い殻は水につけるなど、完全に消えたことを確認した後に捨てる。

※詳細は☒の☒をご覧ください。

☒西東京消防署

☎042-421-0119

▶危機管理課 ☒

☎042-438-4010



**!** 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!

## 若年性認知症の家族会・当事者会「かえるの会」

**2月24日(水)**

午後1時30分～3時

防災・保谷保健福祉総合センター6階

若年性認知症の方への介護に関する悩みを話したり、アドバイスし合ったり、気軽に語り合ってみませんか。3カ月に1回程度開催しています。

**対** ●若年性認知症の方を介護しているご家族の方(発症が65歳未満で現在65歳以上の方の介護者の方も参加可)

●若年性認知症の方(若年性認知症と診断されているおむね70歳ぐらゐまでの方)

**申** 2月19日(金)までに、電話・メールで下記へ

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp



## 息子介護者の会・娘介護者の会

**2月27日(土)**

午前10時30分～正午

保谷駅前公民館

高齢者の介護をしている息子さん・娘さんの悩みやご苦労を同じ立場の方同士で語り合ってみませんか。ぜひご参加ください。

**対** 高齢者の介護をしている息子さん・娘さん

**申** 前日までに住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご連絡ください。

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

## 障害者サポーター養成講座(初級編)

**2月27日(土)** 午後3時から

芝久保公民館

障害のある方が困っているときにちょっとした手助けをする障害者サポーター養成講座(初級編)を開催します。参加者にはサポーターの証しであるサポートバンダナ・キーホルダーを差しあげます。

**内** 「ヘルプカード・ヘルプマークとは」<sup>など</sup>(約1時間)

**申** 前日までに電話で **問** へ

**問** 社会福祉法人さくらの園・カノン

☎042-452-7062

▶障害福祉課 **田** ☎042-420-2804



キーホルダー

## 認知症サポーター養成講座

**3月6日(土)**

午後2時～3時30分(1時45分開場)

田無総合福祉センター

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

**◆認知症サポーターとは**

認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲での支援をする方です。

**内** ●認知症について

●認知症サポーター100万人キャラバンについて

●認知症の方を地域で支えるためには **対** 在住・在勤の方で、当講座を受講したことのない方

※参加者にはオレンジリング贈呈

**申** 3月1日(月)までに、電話・メールで住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ

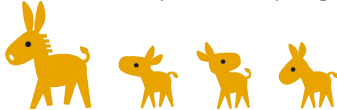
**定** 25人(申込順)

※5人以上集まれば市内出張講座可

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811

✉f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp



## 木山裕策さんのオンライン講演会&生ライブ!

**3月17日(水)** 午後6時～8時

オンライン開催

会社員と歌手を両立してきた広い視野と男の子4人の子育て経験(主夫体験)を生かした子育て論を、お話しいただきます。子育てとパートナーシップについて一緒に考えましょう。

講演会の最後には、木山さんから生歌をプレゼントしていただきます。

コロナ禍の今、すてきなうち時間をご家族でお楽しみください。

※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。

**定** 50人程度(申込順)

**講** 木山裕策さん(歌手)

**申** 2月15日(月)午前9時から、申込フォームまたはメールで件名「木山さん講座」・住所・氏名・電話番号を下記へ

※詳細は市 **HP** をご覧ください。

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



## 消費生活講座

### 「若い人ほど狙われる 金融トラブルに備えて」

**3月26日(金)** 午後2時～3時30分  
オンライン開催

若者がターゲットにされるマルチ商法被害、金融トラブルが増えています。また成年年齢引き下げにより「お金の使い方」に対する知識も求められるようになります。いま、知っておくべきことをご紹介します。

※お子さんがいる保護者の方にも参考になる内容です。

※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。

**内** 若年層の金融トラブル<sup>など</sup>

**対** 在住・在勤・在学の方

**定** 20人(申込順)

**講** 日本貸金業協会

**申** メールで件名「若年層金融トラブル講座」・住所・氏名・年齢・電話番号を協働コミュニティ課へ

▶協働コミュニティ課 **田**

☎042-420-2821

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp

## まちづくり円卓会議

### 「みんな いろいろ～LGBTQから話し合おう」

**3月27日(土)**

午後1時30分～4時30分

田無総合福祉センター

お互いの個性を尊重する、生きづらさのない町を目指すために何ができるでしょう。

多様性の一つであるLGBTQ(性的マイノリティ)をテーマに、関係者による話し合いを公開で行います。

**内** 当事者・関係者による公開会議

**対** 在住・在勤・在学でテーマに関心がある方

**定** 10人(申込多数は抽選)

**申** 3月17日(水)までに、メールまたは電話で住所・氏名・電話番号・所属団体名を **問** へ

**問** 市民協働推進センターゆめこらぼ

☎042-497-6950

✉yumecollabo@ktd.biglobe.ne.jp

▶協働コミュニティ課 **田**

☎042-420-2821

## シルバー月間 ～スポーツ施設の無料利用～

**時** 3月1日(月)～31日(水)の平日午前9時～午後3時入館(それ以外は有料)

※2日(火)は休館日

**場** スポーツセンター・総合体育館・きらっと

**内** ●温水プール・トレーニング室・ランニング走路の利用(2時間<sup>まで</sup>)

●各種教室(下表参照)の参加

**対** 在住で65歳以上の方

**申** 2月26日(金)(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を **問** へ郵送または返信用はがきを各館窓口(申込多数は抽選)

※1教室につき、はがき1枚が必要

**参加・利用方法** 利用時に「令和2年度シルバーウイーク参加カード」を提示してください(過去のカードをお持ちの方は、カードと住所が分かるものをご持参ください)。

※カードをお持ちでない方は、初回のみ本人確認書類(住所・年齢が分かるもの)をご持参ください。

**問** スポーツセンター

〒202-0013中町1-5-1

☎042-425-0505

▶スポーツ振興課 **田**

☎042-420-2818

	教室名	場所	日時	定員
プ ー ル	① 水中ウオーキング		3月5日(金)	各 15人
	② 水中運動		22日(月)	
フ ロ ア	③ バランストレーニング&ストレッチ	スポーツセンター	9日(火)	午後1時～2時 30人
	④ 転倒予防&健脳トレーニング		19日(金)	15人
	⑤ ウオーキング&簡単筋トレ	総合体育館	10日(水)	午前10時30分 ～11時30分 各 20人
	⑥ 体力向上ハツラツ体操		25日(木)	
	⑦ 簡単筋トレ&ストレッチ	きらっと	15日(月)	
	⑧ ストレッチ&転倒予防		31日(水)	

## 「はつらつサロン」に参加しませんか

閉じこもり予防を目的としたサロンです。プログラムに参加するだけでなく、市内のさまざまな活動の情報を知り、体験することができます。この活動を通して、サロン卒業後も人とつながる活動を見つけられるようサポートします。

外出の機会が少ない高齢者のご家族からの相談もお受けしています。見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

**時** 週1回

※曜日・時間は会場ごとに異なります。

**場** 市内福祉会館・老人福祉センター(6カ所)

**内** おしゃべり・脳トレ・簡単な体操・その他課外活動<sup>など</sup>

**対** 外出機会の少ない、在住で満65歳以上の方

**定** 各館10人程度

※介護保険の通所サービスを利用されている方を除く

**期間** 1年間(最長)

※詳細は **問** へお問い合わせください。

**問** 社会福祉協議会

☎042-497-5071

▶高齢者支援課 **田**

☎042-420-2811



**!** 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。

## アルバルク東京バスケットボールクリニック

ミニバスケットボール選手の皆さんに、アルバルク東京アカデミーコーチが、基本技術から実践練習まで直接指導します。初心者や未経験者も大歓迎です。

**時・対** 3月21日(日)

- 午前9時～11時30分・小学3～4年生
- 午後0時30分～2時30分・5～6年生

**場** 総合体育館

**定** 各学年20人(申込順)

**¥** 3,500円

**申** 2月15日(月)から、**問**へ参加費を持参

**問** 総合体育館 ☎042-467-3411

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



## オランダの国花チューリップを子どもたちが植え付けました

市民の皆さんにオランダを身近に感じていただけるよう、1月に、谷戸小学校と谷戸第二小学校の子どもたちが、オランダを象徴するチューリップの球根約800個を西東京いこいの森公園に植え付けました。

公園を散歩しながら、成長を見守ってください。

※西東京市は東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた、オランダのホストタウンに登録

されています。

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



## バドミントンクリニック

基礎練習と試合形式のゲームにより、競技力向上を目指しましょう。

**時・対** 3月14日(日)

- 午前9時～正午・中学生(部活動・クラブチームに所属している方)
- 午後1時30分～4時30分・高校生以上(バドミントン経験者)

**場** 総合体育館

**定** 各回40人(申込順)

**¥** 2,000円

**申** 3月10日(水)までに、スポーツセ

ンター・総合体育館・きらっと受付窓口へ参加費を持参

**問** 総合体育館 ☎042-467-3411

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818



## 市内のパブリックアートを楽しむ「街角アートミーア」

市内小学校を中心に「対話による美術鑑賞」事業を実施している市民ボランティア「アートミーア」と一緒に、市内にあるパブリックアートを楽しみ観賞します。作品から感じたこと、思ったことを参加者と一緒に言葉にしながらかみ賞してみませんか。

**時** 3月27日(土) 午前10時30分～正午

**場** 西武柳沢駅南口周辺

※柳沢公民館集合

**対** 在住・在勤・在学で小学生以上

の方(乳児同伴可)

**定** 18人(申込多数は抽選)

**申** 3月17日(水)(必着)までに、はがき・メールで氏名・年齢(小・中学生は学年)・住所・電話番号を〒188-8666市役所文化振興課「街角アートミーア」担当へ

※詳細は市 ☎・市内公共施設で配布するチラシをご覧ください。

▶文化振興課 ☎

042-420-2817

## 総合型地域スポーツクラブ「にしはらスポーツクラブ」令和3年度会員・教室参加者募集

**¥** 年会費：大人3,600円(子ども1,500円・ファミリー会員5,000円・80歳以上半額)

**場・申・問** にしはらスポーツクラブ(西東京市西原町4-5-6西原総合

教育施設内) ☎042-467-9919・

FAX 042-467-9921 ※(月)休館

▶スポーツ振興課 ☎

042-420-2818

※非会員でも参加できます。

教室名	日時	対象	募集人数	参加費
バドミントン	●初級: (金) 1～5フール(1フール: 7回) A: 午前9時～10時30分 B: 午前10時40分～午後0時10分	高校生以上	各クラス20人	会員: 4,200円※
	●中級: (木) 1～7フール(1フール: 5回) A: 午前9時～10時30分 B: 午前10時40分～午後0時10分			会員: 3,000円※
	中級: 月4回(土) ●中学生: 午後6時～7時20分 ●高校生・一般: 午後7時20分～8時40分	中学生以上	各20人	会員: 3,200円※
	●シニア: 月4回(火) 午前9時30分～11時30分	60歳以上男女	20人	会員: 2,400円※
ヨガ	毎週(木)または(木) 午前10時～11時30分	高校生以上	20人	会員: 1回500円※
グラウンドゴルフ	第1・3(木)、第2・4(水) 午後0時30分～3時	高校生以上	30人	会員: 1回100円※
ターゲットバードゴルフ	第2・4(水) 午後0時30分～3時		20人	
テニス(初級)	毎週(火)～(土)(A・B各2クラス) A: 午前9時～10時20分 B: 午前10時30分～11時50分	高校生以上	各クラス8人	各クール6～7回 会員: 1,000円×回数※ 前納
テニス(中級)	毎週(土) 午後0時30分～1時50分		8人	
ミニバスケットボール	月4回(土) 午後3時～5時30分	小学3～6年生	30人	月2,000円
小学生バドミントン	月4回(土) 午後0時30分～2時45分	小学3～6年生	25人	月2,000円
キッズチア	月4回(日) 午前9時～午後0時20分 3クラス	4歳児～中学生	若干名	月3,000円
空手(初心者)	月4回(水) 午後3時30分～5時	幼児～小学6年生	若干名	月2,000円
フラダンス	月3～4(金) 午後7時～8時30分	高校生以上	若干名	月2,000円
※健康麻雀	第2・4(木) 午後1時～4時	高校生以上	16人	会員: 1回500円※

※健康体操：再開については ☎ の ☎ でご確認ください。

## 消費生活相談 Q&A

解約方法は?

### ネット通販での定期購入の解約ができない

**Q** ネット通販で定期購入の美容クリームを注文した。次回発送前に連絡すれば初回のみで解約可能だったが、連絡を忘れ2回目が届いてしまった。3回目以降を解約すべく連絡すると、音声ガイダンスで無料通話アプリ上の解約フォームから申し出るよう案内があったがそのアプリに登録ができず困っている。

**A** 1回だけのお試しのつもりで注文したら、定期購入だったとの相談は以前から多く寄せられています。今回のケースは、解約するには無料通話アプリから解約フォームで申告する必要があり、日頃このアプリを利用していない人には難しいものでした。消費者センターで確認したところ、メールでも解約可能でしたが、顔写真付きの身分証明書を添付する必要があるとのこと、相談者はメールでの解約はしたくないとの意向でした。結局、サイトから解約方法について

の案内メールを送信してもらい、手順に従って登録し、無料通話アプリから解約ができました。

注文時と異なる方法でアクセスして解約申請をしなければ受け付けない、または個人情報の添付を必要条件とするは、解約のハードルを上げることであり、サイトには改善が必要と思われることを伝えました。

定期購入の場合は、連絡が取れないからと放置しておくことと次々商品が届いてしまい、支払い金額が増え続けることとなります。また、商品の受取拒否をすればよいと考える方もいますが、受取拒否をしても契約はなくなり請求は続き、弁護士事務所から督促状が届くこともあります。

解約がうまくいかない場合は、まずご相談ください。解約の意思を伝えることが大切です。

▶消費者センター ☎

042-462-1100

## 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。



## 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、お手続の書類等を発送しています。納付対象の方は、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います。

また、還付対象の方でまだお手続いただけない方がいらっしゃいましたら、できるだけお早めのお手続をお願いします。

本件について、金額や手続方法など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なら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、左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。

## FM西東京 84.2MHz を通じて 新型コロナウイルス感染拡大防止を目的とした 啓発ラジオ番組を放送しています

市では、FM西東京 84.2MHzを通じて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を目的とした、啓発ラジオ番組を放送しています。

新型コロナウイルス感染症に「感染しない、感染させない」ために、一人一人が意識した行動をとれるよう、市内の介護施設や病院、小中学校での感染症対策の取組などを参考に、正しい知識や対応を学ぶ10分間のラジオ番組です。

放送をお聴きいただき、日常生活の中でできる感染症対策に、市民の皆さん一人一人のご協力をお願いします。

▶ 企画政策課 ☎042-460-9800



FM西東京 84.2MHz

### □放送スケジュール(各回約10分間)

- 第1回(市内介護施設管理者)  
2月15日(月)・17日(水)午後7時から  
※2月1日放送分の再放送
- 第2回(市内病院関係者)  
2月19日(金) 午後7時から  
※再放送：22日(月)・24日(水)・26日(金)、3月1日(月)・3日(水)・5日(金)・8日(月)
- 第3回(教育委員会)  
3月10日(水) 午後7時から  
※再放送：12日(金)・15日(月)・17日(水)・19日(金)・22日(月)・24日(水)・26日(金)



## 多摩六都科学館 ナビ

### 全編生解説プラネタリウム 「未来人が見る(かもしれない)星空」

今の私たちは見ることができない、でも未来の人々が見る(かもしれない)星空を、新しくなったプラネタリウムのデジタル機能をふんだんに使ってお見せします。

時 2月16日(火)～4月11日(日)

●平日：午後4時 ●(土)・(日)・(祝) 3月24日(火)～4月11日(日)の毎日：午後1時・4時

定 110席(新型コロナウイルス感染拡大防止のため変動する可能性あり)

※小学2年生以下は保護者と一緒に観覧してください。

※観覧付入館券(展示室とプラネタリウムを1回)1,040円(小人420円)

※当日開館時よりインフォメーションにて販売(先着)

場・問 多摩六都科学館 ☎042-469-6100

※休館日：2月15日(月)・22日(月)

### ロトサイエンス コラム

79

### 科学の視点で考古学

多摩六都科学館では西東京市の社会教育課と共催で考古学の教室を開催しています。科学館でなぜ考古学?と思うかもしれませんが、科学の視点が加わった研究によって、縄文時代イコール採集生活という昔前のイメージが大きく変わってきているのです。

土器に残っているくぼみ(圧痕)を詳しく調べる研究がその一つです。土器の表面をよく見ると、粒状のものがめり込んでへこんだ痕が見つ

ることがあります。このくぼみに歯科医が歯型を取るときに使うシリコンを入れて固めると、へこみの形や表面の模様が写し取られ、もともと埋まっていた粒がどんな植物だったのかを調べられるようになります。考古学の調査に植物学の知識を持った人が加わることで、土器から読み取れる情報がぐっと増えるのです。この研究により、縄文時代後期には小豆や大豆の栽培が始まっていたことが明らかになりました。

## 市・都民税および簡易な所得税の確定申告

## 市庁舎申告会場の混雑状況について

▶ 市民税課 ☎042-460-9827・9828

令和3年度(令和2年分)の市・都民税および簡易な所得税の確定申告について、下記のとおり申告会場を設置します。窓口の混雑状況やご相談の内容によっては時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。

### □申告会場と開設期間(受付：午前9時～午後4時)

- 田無庁舎2階：2月16日(火)～3月15日(月)
- 防災・保谷保健福祉総合センター6階：3月9日(火)～3月15日(月)
- 保谷東分庁舎(確定申告については提出のみ)：2月8日(月)～3月8日(月)

### ① 昨年の申告会場の混雑具合

日	月	火	水	木	金	土
	2月17日	18日	19日	20日	21日	22日閉庁
23日閉庁	24日閉庁	25日	26日	27日	28日	29日閉庁
3月1日閉庁	2日	3日	4日	5日	6日	7日閉庁
8日閉庁	9日	10日	11日	12日	13日	14日閉庁
15日閉庁	16日					

比較的空いていました ※午前11時ごろ～午後1時ごろは例年混雑しやすい時間帯となっています。

やや混雑

混雑

### □窓口の混雑回避にご協力をお願いします

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、申告の相談で来庁される際には、次の2点をご活用いただき、混雑回避にご理解とご協力をお願いします。

#### ① 昨年の申告会場の混雑具合(下表参照)

#### ② 申告会場の混雑状況案内システム

②については市 ☎または下記QRコードからご利用ください。

### ② 申告会場の混雑状況案内システム

混雑状況については、市 ☎または、下記QRコードから確認できます。

#### ◆混雑状況

- 待ち人数が10人以下…「空いています」
- 待ち人数が11人以上30人以下…「やや混雑」
- 待ち人数が31人以上…「混雑」

上記の指標はあくまで目安です。ご相談の内容により、待ち人数が10人以下の場合でも、お待ちいただく場合がありますので、ご了承ください。

