



いこいな
©シンエイ/西東京市

にしようきよう

広報

誰でも
なりうることだから。

あらためて知る、
ひきこもり
のこと。

皆さんは「ひきこもり」に
どんなイメージを持っ
ていますか？ちょっと疲れて休
みたい…と思ったことはありませんか？

ひきこもりは特別なことでは
なく、それぞれが感じる多種多
様な「生きづらさ」の積み重ねで、
誰にでも起こりうるものです。
しかし、いつ起こるかを予測で
きないことや、周囲の偏見・間
違った理解が、悩みを深くして
しまいます。

多 多くの場合、困難な状況に
精いっぱい対処しようと
した結果、「心」と「体」のエネル
ギーが枯渇。自分を守り、エネ
ルギーを少しずつ蓄えていく
「充電期間＝ひきこもり状態」を
必要とします。

心と体の体力回復には、人それ
ぞれ要する時間が違います。誰に
でも、いつでも起こりうるからこ
そ、寄り添う居場所やサポートが
あることを知っていてほしいです。

▶地域共生課 ☎042-420-2808

知ることから始まる

全国では…

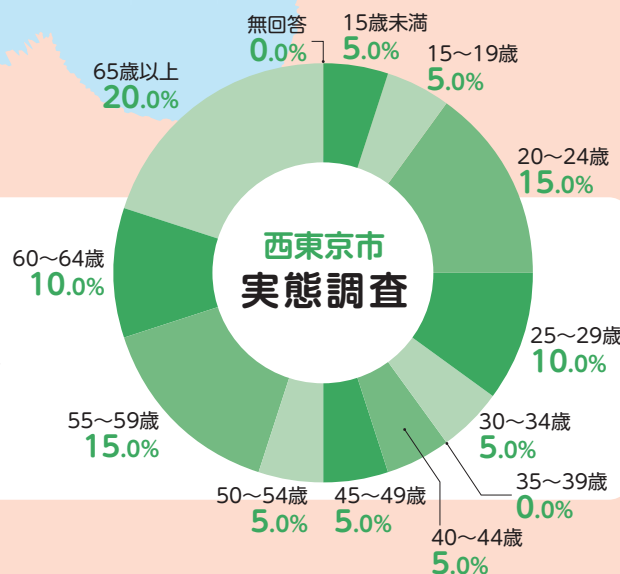
ひきこもり状態に該当した方は、全
国で推計146万人で、15～64歳では
50人に1人程度*といわれています。

*内閣府「子ども・若者の意識と生活に関する調査」
(令和4年度)

西東京市では 年代別にみると…

20代と60代以上に多い傾向がありますが、
どの世代にも幅広く分布していて、誰にでも
起こりうる状態であるといえます。

*西東京市社会参加に関する調査(令和6年度)



きっかけは？

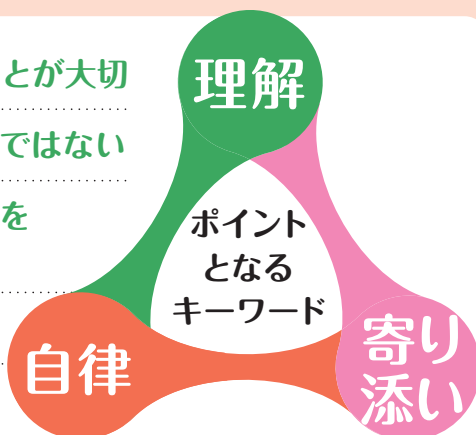
- ▶ 人間関係がうまく
いかなかったこと
- ▶ 病気
- ▶ 退職したこと
- ▶ 学校になじめなかつた
こと など

*参考:西東京市社会参加に関する調査(令和6年度)

大切にしたい考え方

- ▶ 「あるべき論」ではなく、個々を認めていくことが大切
- ▶ 仕事に就くことや社会参加が必ずしもゴールではない
- ▶ 自分の意思で生き方や社会との関わり方などを
決めていく「自律」が大切
- ▶ 本人や家族のペースに合わせることも大切

*参考:厚労省 ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～



7月15日からひきこもり支援の体制が変わります

- ▶ 「ひきこもり支援コーディネーター」を配置します。
- ▶ 新たな拠点で幅広い年代を対象とした居場所等のプログラム「We+(プラス)」を実施します。



いつでも気軽に、
フワッとした相談でも大丈夫。
一人ひとりのペースに合わせて、
共に自律に必要な支援を
考えていきます。

ひきこもりのこと



仕事の
こと



お金の
こと



生活サポート相談窓口

田 ☎042-420-2809

保 ☎042-438-4023

あんしん暮らし情報



税・保険・年金

国民年金保険料 免除・納付猶予制度

経済的な理由で国民年金保険料の納付が困難な場合、免除・納付猶予の申請をすることができます。令和7年度分(7月～令和8年6月)は7月1日(火)から受付を開始し、所得の審査などに基づいて決定されます。原則、申請は毎年度必要ですが、前年度が全額免除・納付猶予の「継続承認者」は不要です。学生の方は学生納付特例制度をご利用ください。

持 本人確認できるもの(マイナンバーカードなど)

失業などによる申請を希望する場合

令和5年12月31日以降の離職日が記載されている「雇用保険被保険者離職票」「雇用保険受給資格者証」などを添付すると、失業者の所得審査を省略できます(コピー可・画像不可)。

申 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) ※マイナポータルを利用した電子申請や年金事務所での手続も可能です。 ※詳細は年金機構 **HP** へ

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



年金機構 **HP**



手当助成・補助

自治会・町内会等活性化補助金

自治会・町内会などが地域福祉の促進と地域づくりのために行う事業に対して補助金を交付します。

対 市内の自治会・町内会およびマンション管理組合

□ 対象事業 4月1日～令和8年3月31日に行う主催または共催する事業

□ 補助金上限額 ①と②の合計額

①1万2,000円 ②200円×加入世帯数

※加入世帯数は、会員名簿などで加入世帯数が確認できる場合 ※1,000円未満は切捨て

7月は、固定資産税・都市計画税第2期の納期です

～納付には、便利な口座振替を～

▶ 納税課 **☎** 042-460-9831



市 **HP**

申 11月28日(金)(必着)までに、申請フォームから電子申請または申請書類を〒188-8666市役所協働コミュニティ課へ郵送またはメール・持参(田無第二庁舎5階)で下記へ

※詳細は下記へ

▶ 協働コミュニティ課 **☎** 042-420-2821

市 **HP**

✉ kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



気管支ぜん息の方への医療費助成～大気汚染医療費助成制度～

都内に1年(3歳未満は6カ月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息などに罹患しているなど、要件を満たす方に医療費を助成しています。

※詳細は **問** の **HP** へ

問 東京都保健医療局環境保健衛生課

☎ 03-5320-4491

▶ 健康課 **☎** 042-438-4021



くらし・環境

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 ①7月9日(水)午後2時～午後5時/保谷東分庁舎 ②7月19日(土)

午前9時30分～午後0時30分/芝久保公民館 **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 **対** 各回8人(申込順) ※1人35分程度 **申** ①7月4日(金)

②7月16日(水)までに、電話で下記へ

□ 相談員 ①(一社)東京都建築士事務所協会北部支部 ②住みよい町をつくる会

▶ 住宅課 **☎** 042-438-4052

住宅増改築相談 申込不要

家の修理やリフォームをしたいが、どこに頼んだらいいかわからないという方に安心して依頼できる業者を斡旋します。

時 7月14日(月)午前10時～午後3時

場 田無庁舎2階

□ 相談員 西東京市住宅リフォーム斡旋センター

▶ 住宅課 **☎** 042-438-4052

後期高齢者医療制度加入者の葬祭費助成

申請期間 葬儀を行った日の翌日から2年間

「後期高齢者医療制度」の加入者が亡くなった場合、遺族(喪主)の方へ葬祭費の助成を行っています。

対 東京都後期高齢者医療広域連合が保険者で保険者番号が「39132295」の方の遺族(喪主)

持 ●マイナ保険証、保険証または資格確認書のいずれか ●申請者(喪主)名義の金融機関口座

□ 助成金額 5万円

□ 提出書類 ●西東京市後期高齢者葬祭費助成交付申請(請求)書

●会葬礼状または葬儀社に支払った領収書の写し(いずれも喪主の名義が分かるもの)

※申請後、2カ月程度で振り込みます。支給決定通知は申請者(喪主)の方へ郵送します。

問 制度について…広域連合お問い合わせセンターへ

☎ 0570-086-519 (IP電話・PHSの方は **☎** 03-3222-4496)

▶ 保険年金課 **☎** 042-460-9823

出産育児一時金・葬祭費の支給

出産育児一時金の支給

国保加入者が出産したときに支給されます。医療機関へ支払われる直接支払制度や受取代理制度があり、利用する場合は、出産前に医療機関と契約を交わすことで、出産後の申請は原則不要となります。 ※直接支払制度を利用して出産費用が一時金を下回る方や直接支払制度などを利用しない方は申請が必要です。

持 ●マイナ保険証、保険証または資格確認書のいずれか ●世帯主名義の口座情報 ●直接支払制度合意文書 ●出産費用明細書 ●マイナンバーの分かる書類

※郵送希望の方は事前にお問い合わせください。

場 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)

▶ 保険年金課 **☎** 042-460-9821

葬祭費の支給

国保加入者が死亡し、葬儀を行った場合に喪主の方に一律5万円が支給されます。

□ 申請期間 葬儀を行った日の翌日から2年間

持 ●マイナ保険証、保険証または資格確認書のいずれか ●喪主名義の口座情報 ●会葬礼状または葬儀の領収書(いずれも喪主の名義が分かるもの)

交通事故などにあつたとき
(国民健康保険・後期高齢者医療制度にご加入の方)

交通事故など第三者から受けたケガなどの医療費は、加害者(相手方)が過失割合に応じて負担しますが、届け出により、74歳までの方は国民健康保険、75歳以上の方は後期高齢者医療で保険診療を受けることができます。この場合、自己負担分を除いた医療費を保険者である西東京市が東京都後期高齢者医療広域連合が一時立て替え、後で加害者(相手方)に請求します。診療を受ける際には、医療機関に事故による受診であることを申し出てください。

また、事故(自損事故含む)にあつたら、本市の国民健康保険が後期高齢者医療担当窓口必ず届

けてください。必要な書類(被害届など)は、担当者が事故の状況などをお伺いしたうえでご案内します。

※交通事故の場合、事故証明書が必要となりますので、必ず警察に届け出てください。

問 後期高齢者医療制度について…広域連合お問い合わせセンターへ

☎ 0570-086-519 (IP電話・PHSの方は **☎** 03-3222-4496)

▶ 保険年金課 **☎**

●74歳までの方

☎ 042-460-9821

●75歳以上の方

☎ 042-460-9823

マイナンバーカードの
活用方法・申請方法

市 **HP**

全国のコンビニで、住民票や印鑑証明などを取ることができます。

時 午前6時30分～午後11時

※コンビニ交付対応マルチコピー機がある店舗のみ ※手数料は窓口より100円安くなります。

□ マイナンバーカードの申請方法 郵送・オンライン・街中の証明写真機から申請できます。

※詳細は市 **HP** へ

問 ●マイナンバー総合フリーダイヤル

☎ 0120-95-0178 (平日午前9時30分～午後8時、(土)・(日)・

祝午前9時30分～午後5時30分 ※年末年始を除く)

●西東京市マイナンバー専用ダイヤル **☎** 042-460-9845 (平日午前8時30分～午後5時 ※年

末年始を除く)

▶ 市民課 **☎** 042-460-9820

☎ 042-438-4020



仕事・創業

市内中小企業の事業主の皆さんへ 福利厚生充実してますか？

市内の中小企業で働く従業員と事業主の皆さんに対して、慶弔給付やレジャー施設の割引、健康診断受診の際の助成金などの福利厚生サービスを提供します。

☎ ●市内の中小企業(従業員300人以下)の事業主と従業員 ●パートの方、個人事業主と一緒に働いている家族(事業所単位での入会) ●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) ※詳細は☎へ

☎西東京市中小企業勤労者共済会

☎042-497-5533

▶産業振興課☎

☎042-420-2819



☎のHP



市政

旧ひばりが丘中学校跡地活用基本方針の 策定に向けた説明会・意見交換会

令和4年度に解体された旧ひばりが丘中学校の跡地について、効果的な暫定活用などを実施することを目的として、「旧ひばりが丘中学校跡地活用基

本方針」を策定します。跡地活用に関する市民の皆さんのご意見を伺う機会として、説明会・意見交換会を開催します。

時／場 7月24日(木)午後6時30分～午後8時30分／谷戸第二小学校体育館、7月26日(土)午前10時～正午／谷戸第二小学校体育館 ※両日とも同じ内容
※質疑応答可・申込不要
▶公共施設マネジメント課☎

☎042-420-2800



市HP

募集

障害者支援相談員 (9月1日採用予定 会計年度任用職員)

☐資格 次のいずれにも該当する方

●社会福祉士、介護福祉士、介護支援専門員、精神保健福祉士などの資格を有すること

●障害者に関する施設または在宅において、障害者福祉に関する業務の実務経験があること

☐人数 1人

☐報酬 日額1万4,040円

☐試験日・方法 7月24日(木)～27日(日)で市の指定する日・面接試験(個別)

☐申込期間 7月18日(金)まで(平日のみ)

☐募集要項 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

住まいの防犯対策補助金の特設窓口が 変わります(7月11日(金)から)

市では、在住の方・市内共同住宅の所有者の方が防犯カメラ・録音機能付きドアホン・センサーライトなどの防犯対策用品を設置する費用の半額を補助(限度額: 居住者4万円・所有者25万円)しています。7月11日(金)から特設窓口の場所を下記の通り変更しますので、ご注意ください。

☐特設窓口

●7月10日(木)まで／イングビル
●7月11日(金)～30日(水)／田無庁舎1階 いずれも午前9時～午後4時30分(平日)

☐その他申請方法

下記の申請については、変更ありません。

●危機管理課(防災・保谷保健福祉総合センター5階)での窓口申請

●郵送申請(〒202-8555市役所危機管理課へ) ●電子申請

※郵送・電子申請は、予算執行状況に応じて終了することがあります。※所有者の方は、購入・設置前に事前申請が必要

※詳細は市HPへ

▶危機管理課☎

☎042-438-4005



市HP

西東京Pride

フラッグフットボール 西東京市民の 安藤楽選手が国際大会に出場！

西東京市民の安藤楽選手が6月20日～22日にアメリカで開催された「2025 JUNIOR INTERNATIONAL CUP」に日本選抜として出場し、2位という結果を納められました！

※フラッグフットボールは、2028年ロサンゼルス夏季オリンピックの正式種目です。

▶スポーツ振興課☎☎042-420-2818



市ホームページでお店や事業の宣伝をしませんか？

市HPのトップページへバナー広告の掲載を希望する方を募集しています。

☐掲載料 月額2万5,000円

☐掲載期間 掲載希望月の1日から

(1カ月単位・最長12カ月まで)

※掲載場所や申込方法などの詳細は市HPへ

▶秘書広報課☎

☎042-460-9804



市HP

1階)、職員課(田無庁舎5階)、市HPで配布

※詳細は募集要項へ

▶障害福祉課☎☎042-420-2805

学校施設適正規模・適正配置 検討懇談会委員

教育環境の向上を視野に適正規模・適正配置などに関する取組の方向性を検討します。

☐任期 7月下旬～令和9年3月31日

☐会議数 平日年7回程度

☐謝礼 1回2,000円

☎／☎在住・在勤・在学の18歳以上の方／2人 ☎7月16日(水)(消印有効)までに、作文「誰一人取り残さない教育の実現に向けた学校のあり方について」(1,000字程度)に住所・電話番号・生年月日・職業を〒188-8666市役所教育企画課へ郵送または持参(田無第二庁舎3階)

▶教育企画課☎☎042-420-2822

学校給食運営審議会委員

☎学校給食に関する事項の検討

☐資格／人数 市立小・中学校の保護者／8人 ※ほかの審議会委員との兼任不可

☐任期 9月1日から2年

☐会議数 不定期

☐報酬 日額1万800円

☐選考方法 「学校給食について」(800字程度)をテーマにした作文

☎8月1日(金)(必着)までに、作文および別紙に住所、氏名、生年月日、電話番号、職業、児童・生徒の在籍校・学年、過去に市の審議会などに参加したことがある場合はその活動歴を明記し、〒188-8666市役所学務課へ郵送または持参(田無第二庁舎3階) ※提出された書類は返却しません。

▶学務課☎☎042-420-2825

保育園保育推進員

☐資格 保育士資格

☐人数 3人程度

☐勤務地 市内公設公営保育園

☐任期 8月1日～令和8年3月31日

☐報酬(時給) 1,570円

☐申込期間 7月4日(金)まで

▶幼児教育・保育課☎

☎042-452-6777

夏季保育業務補助員

☐資格／人数 子ども好きな方、短期間でもできる方／10人程度

☐勤務地 市内公設公営保育園

☐任期 7月18日(金)～8月29日(金)平

パリテまつり実行委員募集

パリテまつりを、男女平等推進センターパリテと共に運営に携わる方を募集します。団体・グループでの参加も可能です。

※下記の募集要項をご確認のうえお申し込みください。

☐第1回実行委員会

☎7月29日(水)午後7時 ☎住吉

会館ルピナス ☎高校生以上

☎7月22日(水)までに、市HPの申込フォームから

▶男女平等推進センター

☎042-439-0075

✉kyoudou@city.

nishitokyo.lg.jp



市HP

市民スポーツまつり実行委員募集

10月13日(祝)スポーツの日に開催される市民スポーツまつりに向けて、NPO法人西東京市体育協会を中心に実行委員会を立ち上げます。スポーツまつりの運営に興味がある個人の方は、以下のQRコードから内容を確認のうえ、7月11日(金)までに☎へご連絡ください。

☐第1回会議

☎7月17日(木)午後6時30分

☎田無庁舎5階 ☎在住・在勤・在学の高校生以上の方 ☎若干名

☎NPO法人西東京市体育協会

☎042-452-7155 (平日午前

9時～午後4時

※第1(水)を除く)

▶スポーツ振興課☎

☎042-420-2818



☎のHP

NPO市民フェスティバル実行委員募集

令和8年2月に開催するNPO市民フェスティバルの企画・運営に携わる実行委員を募集します。実行委員会は本番へ向け、月1回程度の打ち合わせを行います。アイデアを持ち寄り、一緒に盛り上げましょう。

☐実行委員会

☎8月5日(水)午後7時～8時

※対面またはZoomによるオンライン開催

☎市内を中心に活動をしている

団体や個人の方 ☎10人程度(申込多数は抽選)

☎7月26日(土)までに、申込フォームまたはメール

で氏名・電話番号・所属団体(あれば)を☎へ

☎市民協働推進センターゆめくらぼ

☎042-497-6950

✉info@yumecollabo.jp

▶協働コミュニティ課☎

☎042-420-2821



申込フォーム

日午前8時30分～午後5時
※勤務可能な日を履歴書にご記載ください。
□報酬(時給) 有資格者：1,330円
無資格者：1,230円
申7月4日(金)までに、市指定応募書類を幼児教育・保育課(田無第二庁舎2階)にご提出ください。 ※通年の保育業務補助員も随時募集しています。 ※応募書類など詳細は市HPへ
▶幼児教育・保育課 田 042-452-6777

行政経験事務職・保谷庁舎公金取扱事務員
(令和7年度会計年度任用職員)

□人数 1人
□採用予定日 8月1日付
□試験日 7月14日(月)
□申込期限 7月7日(月)(郵送必着)
□報酬 月額18万100円

※募集要項は職員課・市HPで、受付期限終了日まで配布 ※詳細は市HPを必ずご確認ください。
▶職員課 田 042-460-9813



特定任期付市職員

□試験区分 弁護士資格を有する法務専門職
□資格 司法修習を修了し、実務経験を3年以上有する方
※詳細は市HPを必ずご確認ください。
□申込期限 7月22日(火)
□試験日 8月5日(火)
▶職員課 田 042-460-9813



etc その他

寄付

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。お名前などの公表を承諾いただいた方のみ掲載しています。

※佐原悠太 様(金員)
※匿名(1万5,000円)
▶秘書広報課 田 042-460-9803

はなバス
ネーミングライツ・パートナー募集

はなバスの停留所に副バス停名称を命名できるネーミングライツ・パートナーを募集します。副バス停名称は停留所盤面・小学生車内アナウンス・市の刊行物およびホームページなどにおいて、停留所名称に併記することができます。
対対象のはなバス停留所に近接する法人・事業所・店舗など
定各停留所に1者ずつ
□契約期間 令和8年4月1日～

令和10年3月31日(2年間)
□料金 年額12万円(税別)
※別途停留所盤面作成費などの負担有
申8月12日(火)までに、メール・持参(保谷東分庁舎)・郵送で応募書類を〒202-8555市役所交通課へ
※詳細は市HPへ
▶交通課 保 042-439-4435



保険料の通知を送ります

国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療保険

国民健康保険

令和7年度の国民健康保険料納入通知書を7月上旬に世帯主の方へ送付します。国民健康保険料は皆さんが安心して医療にかかるための貴重な財源です。期限内に必ず納付するようにご協力ください。
□納付書や口座振替での納付(普通徴収)の方
7月から翌年の2月まで8回に分けて納付してください。納期限を過ぎると延滞金が増加され、滞納処分を受ける場合があります。
□年金からの納付(特別徴収)の方

対 次の全てに該当する方
●世帯主が国保の加入者
●国保の加入者全員が65歳以上75歳未満
●世帯主が受給する年金の年額が18万円以上で、国民健康保険料と介護保険料の合算額が年金額の2分の1を超えない
※該当しない方は、今までどおり納付書や口座振替での納付になります(普通徴収)。
※令和7年度中に世帯主の方が75歳到達により後期高齢者医療制度へ

移行する場合は、普通徴収での納付になります。
□特別徴収から口座振替への変更
特別徴収該当の方も口座振替による納付を選択できます。詳細は、送付する納入通知書に同封のお知らせをご覧ください。
□非自発的失業者の方は保険料の軽減手続を
対 次の条件全てに該当する方
●離職日時時点で65歳未満の方
●ハローワーク発行の「雇用保険受給資格者証」または「雇用保険受給

資格通知」の離職理由が次の番号の方
11・12・21・22・23・31・32・33・34
※詳細は下記へ
□スマートフォンアプリで納付できます
●対象アプリ ※納付方法はQRコードから。モバイルレジ・PayPay・au PAY・d払い・J-Coin Pay・楽天ペイ・Fami Pay
▶保険年金課 田 042-460-9822



介護保険

65歳以上の方(第1号被保険者)の令和7年度介護保険料納入通知書を7月中旬に発送します。介護保険は高齢者の暮らしを社会全体で支える仕組みです。介護が必要になったときに、安心して介護サービスを利用するために、介護保険料の納付にご協力ください。令和7年度も、第1段階から第3段階までの方の保険料額については、公費による負担軽減を図っております。
□年金からの納付(特別徴収)の方や

□口座振替での納付の方
明るい黄緑色(もえぎ色)の封筒でお送りします。決定した保険料額を年金または口座から引き落とします。
□納付書での納付(普通徴収)の方
青色の封筒でお送りします。7月から翌年2月までの8回に分けて納付していただきます。納付書裏面に記載の金融機関およびコンビニでの納付のほか、ペイジー、スマホ決済アプリによる納付が可能です。
※□口座振替依頼書を同封しています。

□10月から特別徴収が始まる方
青色の封筒でお送りします。年間保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします。※□口座振替依頼書は同封していません。
□シルバーパスの所得確認書類に
この納入通知書は、満70歳以上の方のシルバーパス購入の際、所得確認書類として活用できる場合がありますので、大切に保管しておいて

ください。なお、納入通知書は再発行できませんのでご注意ください。
□スマートフォンアプリで納付できます
●対象アプリ ※納付方法はQRコードから。モバイルレジ・PayPay・au PAY・d払い・J-Coin Pay・楽天ペイ・Fami Pay
▶高齢者支援課 田 042-420-2814



後期高齢者医療保険

後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します(令和6年1月～12月の所得を基に算出)。
令和7年度は、均等割額が4万7,300円、所得割率が9.67%^{*1}、保険料の賦課限度額が80万円^{*2}となります。
*1 激変緩和措置の終了に伴い、令和7年度は全ての方の所得割率が9.67%となります。
*2 激変緩和措置の終了に伴い、令和7年度は全ての方の賦課限度額

が80万円となります。
□前年度から引き続き特別徴収(年金からの納付)の方
決定した保険料額から仮徴収額(4・6・8月分)を差し引いた額を10・12・翌年2月に年金から引き落とします。
□10月から特別徴収が始まる方
保険料額の2分の1相当額を納付書で納付し(7・8・9月の3期)、残りを10・12・翌年2月に年金から引き落とします(詳細は、通知書

の5ページをご覧ください)。
□特別徴収ではない方
7月から翌年2月までの8回に分けた納付書を同封しますので、各納期限までにお近くの金融機関などで納付してください。
□2月1日以降に後期高齢者医療制度に加入した方および所得を更正した方
令和6年度分または所得を更正した年度分の保険料として後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付します。納期限は、7月31日の1回の

みですので、令和7年度の保険料と併せて納付してください。
問 ●制度について…東京いきいきネットHP
●東京都後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター 0570-086-519 (IP電話・PHSの方は03-3222-4496)
▶保険年金課 田 042-460-9823

共通事項

- ▶ 口座振替をご希望の方 □口座振替依頼書が同封されていた方は、金融機関などでお申し込みください。手続には時間が掛かりますので、納期ごとの申込期限をご確認ください。詳細は、同封のご案内をご覧ください。
- ▶ 保険料の控除 納付した保険料は、確定申告などで所得税や住民税を計算する際に、社会保険料として控除の対象となります。

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)	平日 午前8時30分～午後5時

専門相談(申込制)

※1枠30分 ※相談は電話または対面

専門相談は、広く市民の皆さんにご利用いただくためのもので、日常の問題や
手続などについて専門家が一緒に解決の糸口を探すものです。

□**申込開始** 7月4日(金)午前8時30分(★印は、6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

※同一案件の相談は1人1回までです。ただし、交通事故相談はおおむね3回までです。
※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	相談員	日時
法律相談	弁護士	7月17日(木)・23日(水)・24日(木)午前9時～正午
		7月15日(火)・16日(水)・25日(金)午後1時30分～4時30分
交通事故相談	弁護士	★7月 3日(木) 午後1時30分～4時
		7月22日(火) 午前9時30分～正午
税務相談	税理士	7月18日(金)・22日(火) 午後1時30分～4時30分
不動産相談	宅地建物 取引士	★7月10日(木) 午後1時30分～4時30分
		7月25日(金) 午前9時～正午
登記相談	司法書士	★7月 2日(火) 午前9時～正午
		★7月17日(木) 午後1時30分～4時30分
表示登記相談	土地家屋 調査士	★7月 2日(火) 午前9時～正午
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	社会保険 労務士	※7月15日号でお知らせします。
行政相談	行政相談 委員	★7月14日(月) 午後1時30分～4時30分
相続・遺言・成年後見等 手続相談	行政書士	★7月11日(金) 午後1時30分～4時30分

7月の人権・身の上相談のご案内

7/10(木)・23(水) ●午前9時～正午
●午後1時～4時

場 田無庁舎2階 申 7月1日(火)から、電話で下記へ

人権侵害、偏見や差別、近所付
き合いでの悩みごとなど人権擁護
委員が市民の皆さんの相談をお受

けします。
▶男女平等推進センター
☎042-439-0075

傍聴

審議会など

■地域コミュニティあり方検討委員会

時 7月7日(月)午後6時30分

場 田無庁舎5階

内 地域コミュニティのあり方^{ほか}

定 5人

▶協働コミュニティ課 ☎

☎042-420-2821

■スポーツ推進審議会

時 7月9日(水)午後6時30分

場 田無第二庁舎5階

内 スポーツ振興事業^{ほか}

定 5人

▶スポーツ振興課 ☎

☎042-420-2818

■田無第三中学校周辺エリア構想検 討懇談会

時 ●第2回 7月11日(金)午後2時

●第3回 7月25日(金)午後2時

場 西原総合教育施設

内 田無第三中学校周辺エリア構想^{ほか}

定 5人

▶公共施設マネジメント課 ☎

☎042-420-2800

■建築審査会

時 7月17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^{ほか}

定 5人 ※一部非公開

▶建築指導課 ☎

☎042-438-4026

■子ども読書活動推進計画策定懇談会

時 7月18日(金)午後1時30分

場 柳沢公民館

内 西東京市子ども読書活動推進計
画策定に関すること

定 3人

▶中央図書館 ☎042-465-0823

■下水道審議会

時 7月24日(木)午後2時

場 保谷東分庁舎

内 下水道プラン・経営戦略の改定^{ほか}

定 3人

▶下水道課 ☎042-438-4058



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(1週間以内に発熱37.5度以上を含む)など感冒症状のある方は、必ず電話
予約のうえ、ご来院ください。なお、電話が混み合いつなぐりにくい場合もあります。
ご了承ください。 ※感染拡大防止のため、電話予約のない方の鼻腔拭い液での
検査(インフルエンザ検査など)はしていません。 ※休日診療所は、東京都指定の
外来対応医療機関です。 ※休日診療所では「マイナ受付」に対応しています。

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 5時～9時
6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	廣川クリニック 東町4-8-28 JUN西東京市101 ☎042-425-6476	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。
13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	※受付時間は、各診療 終了時間の30分前 ^{まで}

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
6日	文理台歯科医院 東町6-1-24 ☎042-424-4182
13日	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618



電話相談



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

市内指定医療機関

40歳以上の方の健診のご案内

健診期間

7/1(火)▶12/20(土)

必ず事前に、受診できる日時な
どを医療機関にお問い合わせくだ
さい。

※年齢：令和8年3月31日時点

□受診券の送付時期

誕生月	送付時期
4～9月	6月下旬
10～3月	7月下旬

□健診対象者

●西東京市国民健康保険に加入の
方(40～74歳)

●後期高齢者医療保険に加入の方
および75歳の市民

対象者に受診券を送付します。

市内指定医療機関で受診できます。

詳細は同封の案内をご覧ください。

※4月2日以降に転入した方は要
申込

●40歳以上の①または②の方で、
ほかに健診を受ける機会のない
方(要申込)

①4月2日以降に保険の種類が
変わった方

②生活保護受給中または中国残
留邦人などの支援給付世帯の方

申 11月28日(金)(消印有効)までに、

●はがき…氏名・住所・生年月日・
電話番号・申請理由(保険変更・
転入など)・保険変更の場合は資格取
得日を明記し、〒202-8555市役
所健康課一般健診担当へ

●窓口…健康課(防災・保谷保健
福祉総合センター4階)、保険
年金課(田無庁舎2階)

▶健康課 ☎

☎042-438-4021

40～74歳の西東京市国民健康保険以外 の医療保険に加入している方へ

特定健康診査は、加入している
医療保険者(健保組合・共済組合・
協会けんぽ・国保組合^{など})が実施
しています。受診方法は、健康保
険被保険者証に記載の保険者へお
問い合わせください。

※受診券の契約取りまとめ機関名
に「集合B」と記載があれば、市内
の健診実施医療機関で受診可

☎西東京市医師会

☎042-421-4328

▶健康課 ☎042-438-4021

定額減税しきれないと見込まれる方への給付(不足額給付分)

令和6年に支給した調整給付金(当初給付金)の算定に際し、令和5年所得などを基にした推計額(令和6年分推計所得税額)を用いて算定したことにより、結果として支給額に不足が生じた方などに対し、当該不足額を支給します。

●令和7年の所要額

$$\begin{array}{c} \text{令和6年分所得税分の} \\ \text{控除不足額} \end{array} + \begin{array}{c} \text{令和6年分住民税所得} \\ \text{割分の控除不足額} \end{array} = \begin{array}{c} \text{控除不足額} \\ \text{(定額減税しきれない額)} \end{array}$$

→令和7年の所要額
(1万円単位に「切り上げ」)

●支給額

$$\begin{array}{c} \text{令和7年の所要額} \end{array} - \begin{array}{c} \text{調整給付金(当初給付分)} \\ \text{支給額(令和6年)} \end{array} = \begin{array}{c} \text{調整給付金} \\ \text{(不足額給付)支給額} \end{array}$$

※令和7年1月1日時点で本市に住民登録がある方

□給付対象要件

- ①本来給付すべき所要額と当初調整給付額との間に差額が生じた方
 - ②定額減税対象外かつ住民税非課税世帯への給付金の対象外である方
- ※対象となる方へ7月以降にお知らせまたは確認書をお送りします。

□給付額

- ①所要額と当初調整給付額の差額(1万円単位で切り上げ)
- ②4万円

□申請期限 9月30日(火) ※詳細は、市HPまたは下記へ

▶西東京市コールセンター

☎042-497-6451

西東京市社会福祉法人連絡会主催

フードドライブにご協力ください!

受付期間 **7/1(火)▶24(木)** 午前8時30分～午後5時
(土・日・祝を除く)

フードドライブは、ご家庭に保管されたままの食品を提供していただき、食材として有効活用する取組です。お持ちいただいた食品は、食の支援が必要な方にお配りします。

場 ●田無庁舎2階 総合案内横 ●防災・保谷保健福祉総合センター1階 警備室前 ●エコプラザ西東京2階 ●そのほか市内の社会福祉法人事業所 ※詳細は市HPへ

□主催 西東京市社会福祉法人連絡会

☎西東京市社会福祉法人連絡会事務局 ☎042-497-5180

▶環境保全課 ☎042-438-4042



市HP

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。



他機関からのお知らせ

※国マークがないものは、当日、直接会場へ

自衛隊 防衛大学校学生募集

自衛隊のリーダーとなる幹部自衛官の養成を目的として、自衛官として必要な基礎訓練のほか、一般大学と同様(4年間の教育)に本学卒業時に学士の取得が可能なコースです(入校時期:令和8年4月上旬)。

※高卒または高専3年次修了(いずれも見込含)21歳未満の方

□試験

- 推薦: 9月20(土)・21(日)
- 総合選抜: 9月20日(土)(1次)
- 一般: 11月1日(土)(1次)

□受付

- 推薦・総合選抜: 9月5日(金)～9日(火)
 - 一般: 7月1日(火)～10月16日(木)
- ※詳細は、「自衛隊 西東京」で検索
☎自衛隊西東京地域事務所
☎042-463-1981

り売却(公売)します。 ※詳細は、東京都主税局HPまたは下記へ

- ☎主税局徴収部実施分 徴収部機動整理課公売班 ☎03-5388-3027
- 都税事務所実施分 徴収部徴収指導課徴収指導班 ☎03-5388-3024
- 区市町村実施分 徴収部個人都民税対策課 ☎03-5388-3039

市民公開講座

「フレイル予防～老化は筋力低下から～」

時 7月19日(土)午後2時～3時

場 西東京中央総合病院 管理棟ホール
※駐車場無料。当日、直接会場へ

☎西東京中央総合病院(経営企画課)
☎042-464-1511

公演「あんず～心の扉をあけて～」(ミュージカル)

時 8月20日(火)～22日(金) ※全5回

場 タクトホームこもれびGRAFAREホール
☎(同)黒猫 ☎042-463-8693

自動車税種別割を軽減する「ZEV導入促進税制」を実施しています

環境負荷の小さい自動車の取得を税制面から支援するため、電気自動車などを取得した場合に自動車税種別割を軽減する「ZEV導入促進税制」を実施しています。令和8年3月31日までに取得したもののについて、初回新規登録を受けた年度および翌年度から5年度分の自動車税種別割全額を免除します。

☎東京都自動車税コールセンター

☎03-3525-4066 (平日午前9時～午後5時)

排水設備工事責任技術者資格認定共通試験

時 10月19日(日)午前10時30分～午後0時30分 場 青山学院大学青山キャンパス9号館

□受験料 6,000円

□申込書配布 7月25日(金)まで下水道課(保谷東分庁舎1階)で配布

□申込受付期間 7月25日(金)まで(当日消印有効)

☎東京都下水道サービス(株)

☎03-3241-0818

7月の薬湯 ～ハッカの湯～

気分スッキリ、疲れた肌を爽やかに引き締めます。

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)

時 7月6日(日) 場 庚申湯・ゆパウザひばり

☎西東京市公衆浴場組合 庚申湯

☎042-465-0261

インターネット公売(動産・自動車・不動産など)のお知らせ

東京都主税局では、インターネット公売(動産・自動車・不動産など)を実施します。

□公売申込期間 7月11日(金)午後1時～29日(火)午後11時

□せり売り期間(動産・自動車) 8月5日(火)午後1時～7日(木)午後11時

□入札期間(不動産など) 8月5日(火)午後1時～12日(火)午後1時

※詳細は東京都主税局HPまたは下記へ

☎主税局徴収部機動整理課公売班

☎03-5388-3027

郵送受付による公売(不動産など)のお知らせ

東京都主税局では、6月13日に公売公告を行い、7月11日(金)～18日(金)までの間、都税の滞納により差し押さえた不動産などを郵送受付の方法によ

のびのび 子育て

不登校でも大丈夫と思える、子どもと歩む親のためのヒント講座

8/2(土) 午前10時～11時30分
オンライン

不登校増加の昨今の状況に不安を抱いている保護者の方向けに子どもへの向き合い方をお伝えします。

対 不登校の子どもがいる方、不登校に不安を抱いている方 申 7月1日(火)午前9時～27日(日)午後9時に、市HPまたはメールで件名「子と親で歩む講座」・住所・氏名・電話番号・Zoom参加名を下記へ
※詳細は市HPへ

▶男女平等推進センター ☎042-439-0075

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



市HP



福祉・健康

3～4カ月児健康診査

時 7月3・17・31日(木) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知

▶健康課 ☎042-438-4037

1歳児講座

時 7月28日(月) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 1～1歳3カ月の子どもと保護者 申 7月23日(水)までに、申込フォームから

▶健康課 ☎042-438-4037

市HP



市HP

学校に登校しない、できない中学生のための進路のお話

8/5(火) 午後2時30分～4時
場 田無第二庁舎4階

学校に登校しない、できない中学生の卒業後の進路について、高校の先生がお話しします。

対 在住で学校に登校しない、できない中学3年生の生徒と保護者、そのほか参加を希望する中学生と保護者 定 70人(申込順) 講 都立高校教師

申 7月1日(火)午前9時より、申込フォームから

※定員に達しない場合は当日参加も可

▶教育支援課 ☎042-420-2829



市HP

ようこそとしょかん 7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

図書館HP



中央

☎042-465-0823

火～金
午前9時～午後8時
土・日・祝日
午前9時～午後6時

- にこにこおはなし会 3・17日(木)午前11時／1～2歳児と保護者 ※3日はわらべうたの時間になります。
- おはなし会 3・10・17・24・31日(木)午後3時30分／3歳児から
- サンサンおはなし会 20日(日)午前11時／3歳児から
- おはなしおばさんのおはなし会(図書館協力) 6日(日)午前11時／3歳児から

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 11・25日(金)午前11時／1～2歳児と保護者 ※11日はわらべうたの時間になります。
- おはなしひろば 11日(金)午後4時／3歳児から
- おはなしのへや 5・19日(土)午後3時30分／5歳児から
- 夏のスペシャルおはなしひろば 25日(金)午後3時30分／3歳児から

芝久保

☎042-465-9825

火～日
午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 9日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなし会 3・10・17・24日(木)午後4時／3歳児から
- かにむかしのおはなし会 13日(日)午前11時／3歳児から

谷戸

☎042-421-4545

火～日
午前10時～午後6時

- ちびっこおはなし会 2・16日(水)午前11時／1～2歳児と保護者
- 夏のおばけのおはなし会 9日(水)午後3時30分／3歳児から
- おはなし会 23日(水)午後3時30分／3歳児から

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 4・11日(金)午前11時／1～2歳児と保護者 ※4日はわらべうたの時間になります。
- おはなしひろば 2・9・16・23日(水)午後3時30分／3歳児から
- わくわくドキドキ紙芝居 12日(土)午前10時30分／どなたでも

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

- ちびっこひろば 4・11・25日(金)午前11時／1～2歳児と保護者
- おはなしひろば 2・16日(水)午後4時／3歳児から
- おはなしひろばサタデー 12日(土)午前11時／3歳児から

児童館・児童センターとの共催行事

- はじめてのページ 3日(木)午前11時15分／下保谷児童センター
- 新町おはなしひろば 2日(水)午後3時30分／新町児童館／3歳児から

各館の休館日

7日(月)・14日(月)・22日(火)・28日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館は、18日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、21日(祝)も休館



多摩六都科学館 ナビ

0歳からのプラネタリウム

7/17(木) 午前10時30分～11時
11時30分～正午

いっしょに おほしさまを ながめよう！ 赤ちゃん大歓迎！泣いてもOK！0～3歳ぐらいのお子さんと一緒に楽しむプラネタリウムです。※乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります。
対 0～3歳ぐらいの乳幼児とその家族 定 各回234人(先着)
料 観覧付入館券(展示室+プラネタリウム1回)：大人1,040円(4歳～高校生420円)当日販売のみ

※次回は9月5日(金)です。
場・間 多摩六都科学館
☎042-469-6100



ロクトサイエンスコラム

120

摩擦は人の敵？味方？

暑い日が続くと涼しい場所に行きたくなります。例えばアイススケート場で氷の上を滑ると気持ちよさそうですね。

ところで「摩擦」を知っていますか。物と物が擦れるときに生じる力です。例えば自転車を漕ぐことをやめると、減速していずれ止まります。道路とタイヤなどで生じた摩擦が、少しずつ速さ(エネルギー)を奪っているためです。

もしも摩擦がなければ、少しペダルを漕ぐだけでどこまでも走れそうですし、摩擦がない方が便利じゃないですか？ところが摩擦がないと、自転車で走れないどころか、立ったり歩いたりすることもできません。氷の上をスケート

靴で歩くのは摩擦がとても小さいので、滑ってしまい難しいです。摩擦があるからこそ転ばずに生活できるのですね。

多摩六都科学館では7月19日(土)から8月31日(日)まで、夏の企画展「遊園地の科学」を開催します。乗って楽しいアトラクションに隠された「摩擦」やいろいろな科学を見つけて行こう！



2歳児相談会

時 7月15・29日(火) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 内 親子遊び、2歳児の成長発達のお話、育児・栄養・歯科について、身長・体重測定 対 2～2歳5カ月の子どもと保護者 申 1週間前までに、申込フォームから 健康課 保 市HP 042-438-4037

3歳児健康診査

時 7月2・16・30日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください) 健康課 保 市HP 042-438-4037

個別育児相談会

時/場 ①7月25日(金)/田無総合福祉センター ②8月13日(水)/防災・保谷保健福祉総合センター2階 いずれも午前9時30分～11時の間で1人30

分程度 内 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 対 乳幼児と保護者 定 各25組(申込順) 申 ①は7月23日(水)まで ②は8月8日(金)までに、電話で下記へ 健康課 保 市HP 042-438-4037

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

言語聴覚士による相談 時 7月18日(金)午後1時30分～5時 場 教育支援課(田無第二庁舎4階) 対 5～12歳程度 定 14人(申込順) ※1人15分程度 申 7月1日(火)午前9時から、電話で下記へ ※詳細は市HPへ 教育支援課 田 市HP 042-420-2829

お口の健康相談室

時 8月5日(火)午前9時15分、午前9時30分(初回) ※2回目以降は健診時に予約 場 防災・保谷保健福祉総

合センター3階 内 かかりつけ歯科医がなく、歯や歯肉に心配がある幼児の定期歯科健診 対 在住の1～3歳ごろの子どもと保護者 定 10組(申込順) 申 7月30日(水)までに、申込フォームまたは電話で下記へ 健康課 保 市HP 042-438-4037

コミュニティ

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

地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と子どもを預かる方(サポート会員)が会員となる相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は参加してください。 時/場 ●7月5日(土)午前10時～正午/田無総合福祉センター ●7月18日(金)午前10時～正午/住吉会館ルピナス 定 各20人(申込順) ※保育あり、1歳以上5人まで 申 各回説明会前日の午後5時までに、電話で 問 ファミリー・サポート・センター

事務局 042-497-5079 ▶幼児教育・保育課 田 市HP 042-452-6777

先輩ママとお話する会

障害のある子どもの保護者が相談役となって同じ立場から相談を受け一緒に考えます。子どもの発達や子育ての不安なことを相談したり、地域の学校や医療機関についての情報も聞けます(毎月第1(水)・第3(木)開催予定)。 時 ①7月17日(木) ②8月6日(水)午前9時15分～10時15分・午前10時30分～11時30分 場 障害者総合支援センターフレンドリー 対 障害のある子ども(就学前～20歳)の親 定 各回1人(申込順) 申 5日前までに、電話で 問 基幹相談支援センターえぼっく 市HP 042-452-0075 ▶障害福祉課 田 市HP 042-420-2805

第1子保育料の無償化

▶幼児教育・保育課 田 市HP 042-460-9842・042-497-4926

認可保育所等の保育料無償化を、9月1日(月)から第1子にも適用します。また、認可外保育施設については、保護者助成金(補助金)を拡充します。 ※詳細は、市HPへ

施設種別	改定区分	年齢	国の無償化制度 ※	子順位	8月31日 ^{まで}	9月1日以降
認可保育所 小規模保育事業所 家庭的保育事業所	保育料	0～2歳児	対象外	第1子	利用者負担階層表に基づく保育料を負担(住民税非課税世帯は無償)	無償 (住民税の状況は問わない)
				第2子以降	無償 (住民税の状況は問わない)	無償 (住民税の状況は問わない)
認可外保育施設 〔認証保育所 定期的利用保育事業 企業主導型保育事業〕	保護者助成金	0～2歳児	対象外	第1子	月額1万6,000円まで助成	月額8万円まで助成
				第2子以降	月額4万3,000円まで助成	月額8万円まで助成
			対象 (月額4万2,000円まで給付)	第1子	月額1万6,000円まで助成	月額3万8,000円まで助成
				第2子以降	月額2万5,000円まで助成	月額3万8,000円まで助成
		3～5歳児	対象 (月額3万7,000円まで給付)	第1子	月額1万6,000円まで助成	月額4万円まで助成
				第2子以降	月額2万円まで助成	月額4万円まで助成

※ 0～2歳児については住民税非課税世帯で保育の必要性のある方、3～5歳児については保育の必要性のある方が対象

特別児童扶養手当の申請

▶子育て支援課 田 市HP 042-460-9840

支給要件に該当し、まだ申請していない方は、申請手続きをしてください。 場 子育て支援課(田無第二庁舎2階) 対 20歳未満の中・重度障害(おおむね身体障害者手帳1級～3級ならびに下肢4級の一部程度、愛の手帳1～3度程度およびこれらと同程度の内部障害または精神障害、発達障害)のある児童を養育している父、母または養育者 ※手帳をお持ちでなくても、指定の診断書により申請することができます。 □支給制限 児童が福祉施設などに入所している場合や児童が障害年金などを受給している場合は、該当しません。 □手当の支給月 申請日の翌月分から支給を開始し、年3回(4・8・11月)に各4カ月分を支払います。 □支給金額 単位：円

児童数	手当額	
	1級	2級
1人につき	5万6,800	3万7,830

□所得制限 請求者本人および同居の配偶者などの所得制限(別表1・2参照)があります。所得制限を超えたと、手当の支給が停止します。

別表1 令和7年度特別児童扶養手当所得制限限度額表

〈令和6年1月1日～12月31日の所得〉 単位：円
〈令和7年8月～令和8年7月分の手当に適用〉

扶養親族の数	本人	配偶者 扶養義務者
0人	459万6,000	628万7,000
1人	497万6,000	653万6,000
2人	535万6,000	674万9,000
3人	573万6,000	696万2,000
4人以上	1人につき加算38万	1人につき加算21万3,000
16～19歳未満の控除対象扶養親族および特定扶養親族	1人につき加算25万	1人につき加算6万*
老人扶養	1人につき加算10万	

* 配偶者などの老人扶養加算は、扶養親族が老人扶養のみの場合は、2人目からの加算となります。

別表2 所得から控除できる額

単位：円

種別	本人・配偶者等共通
社会保険料相当額	8万
障害・勤労学生控除	27万
特別障害者控除	40万
寡婦控除	27万*
ひとり親控除	35万
雑損・医療費・配偶者特別・小規模企業共済等掛金控除	控除相当額

* 配偶者は寡婦控除なし

まますた

時 7月23日(水)午前9時30分～11時
(受付：9時15分) 場 田無総合福祉センター 内 第一子出産後まもない時期のママたちのフリートーキング・情報交換 対 在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親 定 8組(申込順) 申 7月17日(木)までに、電話・メールで件名「まますた」・希望日・母親と乳児の氏名・乳児の生年月日と月齢・出産した場所(医療機関名など)・電話番号・住所(町名)を下記へ
▶健康課保 042-438-4037
✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

ファミリー学級・2日制 第5コース
～初めて父親・母親になる方のための教室～

時 ①8月2日(土)午前9時30分～午後0時15分 ②8月8日(金)午後1時30分～4時15分 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 内 ①妊娠中の生活と健康 ②赤ちゃんのお世話について 対 在住で初めて父親・母親になる方(対象出産予定日：10月19日～11月30日) 定 24組(申込順)
※2日間ともパートナーとの参加可
申 7月4日(金)～18日(金)に、申込フォームから
▶健康課保 042-438-4037



市HP

障害のある方へ

プールで泳いでみませんか

●7/27(日) 午後5時～6時30分

●8/17(日) 午後2時～4時

場 A&A西東京スポーツセンター

夏休みにスポーツセンターのプールで障害者(児)対象の水泳教室を行います。
対 在住・在勤・在学の障害者(児)
定 各回20人(申込多数は抽選)
申 申請用紙を障害福祉課(両庁舎1階)または市HPでダウンロードのうえ、各回前々日までにファクス・メールで 関へ

関 あくあ・じょい
042-445-1173
✉aqua.joy.contact@gmail.com
▶障害福祉課 042-420-2804



市HP

聴覚障害者向け
スマートフォン活用
支援プログラム(各全4回)

①8/5(火)・6(水)・27(水)・28(木) 午後1時～午後4時

②11/4(火)・5(水)・12/8(月)・9(火) 午前9時～正午

場 ①イングビル ②田無庁舎1階

内 基本操作の体験や聴覚障害者向けアプリの紹介、スマートフォンに関するお困りごとの共有など
①・②の内容は同じです。
対 都内在住で、原則全回参加でき、スマートフォンをお持ちでないまたは使い慣れていない聴覚に障害のある方およびその介助者(障害者手帳の有無は問いません)
定 各10人(申込多数は抽選。結果は応募者全員に通知) 関 東京都の委託による専門講師 持 ご自身のスマートフォン(お持ちの方のみ)
※講義での操作はアンドロイドで行います。スマートフォンをお持ちでない方には貸出しを行います。
申 7月29日(火)午後5時までに、関のHP内の申込フォームまたは電話・ファクスで 関へ
□主催 東京都デジタルサービス局デジタルサービス推進部
関 東京都アクセシビリティ向上支援事業事務局
03-3355-6733 (平日午前9時～午後5時)
03-4496-4382
▶障害福祉課 042-420-2804 関のHP



市HP

いきいきシニア

生涯現役セミナー
シニア期に向けた暮らしと働き方

8/1(金) 午後1時30分～4時15分

場 きらっと

シニア世代のライフプランニングとセカンドステージでの働き方を学べます。
対 55歳以上で働く意欲のある方 定 30人(申込順) 申 7月2日(水)から、関のHPまたは電話で 関へ
関 東京しごとセンター シニアコーナー 03-5211-2335
予約専用ダイヤル 03-5422-1399
(平日午前9時～午後5時)
▶産業振興課 042-420-2819



関のHP

スマートフォンセミナー

8/5(火) ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分

場 イングビル

生涯現役応援窓口では、市内にお住まいのシニアの方と地域の活動をつなげるマッチングサイト「meets」の活用を推進しています。その一環としてスマートフォンの使い方講座(入門編)を開催します。
対 在住の50歳以上で、スマートフォンをお持ちの方 定 ①②各回10人(申込順) 申 7月3日(木)午前9時30分から、電話で希望の時間・住所・氏名・年齢・電話番号を 関へ(窓口開設時間のみ受付)
関 生涯現役応援窓口 042-420-2867
(受付時間：(火)・(木)・(金)午前9時30分～午後3時)
▶高齢者支援課 042-420-2812



meets

シニア大学単科講座

自分でできる、カラダのゆがみ改善講座

1期(全4回) 8/27・9/3・10・17(水) 午前9時20分～10時45分

2期(全4回) 10/1・8・22・29(水) 午前9時20分～10時45分

場 住吉老人福祉センター ※1期と2期は同じ内容です。
対 在住の60歳以上の方 定 20人(申込多数は初めての方を優先し抽選) 申 7月9日(水)(必着)までに、往復はがきに講座名(ゆがみ1期またはゆがみ2期)・住所・氏名・年齢・電話番号・利用証(福祉会館・老人福祉センター)の有無を明記し、〒188-0011田無町5-5-12社会福祉協議会福祉支援課へ
※運動制限のある方は医師にご相談のうえお申し込みください。
※往復はがき1枚につき1人のみ申込可
関 社会福祉協議会 042-497-5136
▶高齢者支援課 042-420-2812

LINE(ライン)とX(エックス)とFacebook(フェイスブック)による情報発信を行っています。詳細は市HPへ ▶秘書広報課 関

接骨院の運動講座(全10回) ～近所で始める筋力アップ～

以前よりも歩けなくなった、おっくうになった方におすすめの講座です。身近な接骨院で行う筋力アップ運動とミニ講座で、手軽にフレイル(虚弱)予防ができます。

対 在住の65歳以上で立って運動が可能な方 **定** 各会場3～4人
※申込多数は抽選 **料** 1,500円 ※講座開始前に納付
申 7月15日(火)までに、電話で、住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望会場名(第二希望[※])を下記へ ※1～3月も一部接骨院で実施予定

会場	住所	日程	実施時間
まるやま整骨院	柳沢2-2-3 東邦ビル101	8月19日～9月16日の毎週(火)・ 9月24日(水)・9月30日～10月 21日の毎週(火)	午後1時30分 ～2時15分
いいむら接骨院	北町6-7-8	8月20日～10月22日の 毎週(水)	午後1時 ～1時45分
榊原接骨院	保谷町3-25-10		午後1時30分 ～2時15分
春風堂接骨院	下保谷4-8-18-101		午後2時 ～2時45分
つるた接骨院	田無町2-13-14		午後1時 ～1時45分
伏見通り接骨院	柳沢2-3-13 -101		午後1時30分 ～2時15分
山寄接骨院	田無町2-16- 11-101	8月20日(水)・8月28日～10月 16日の毎週(木)・10月24日(金)	午後0時30分 ～1時15分
シブヤ整骨院	ひばりが丘2- 13-20		午後1時 ～1時45分
かえで整骨院	富士町4-5-16 横山ビル1階		午後0時30分 ～1時15分
しばくぼ整骨院	芝久保町2-13 -29		午前8時15分 ～9時
たかはし鍼灸 院・整骨院	南町5-26-19		午後1時30分 ～2時15分
やぎさわ整骨院	柳沢6-1-12 -104	8月22日～10月24日の 毎週(金)	

▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2812

入院期間中の紙おむつ代の助成申請

対象期間 令和7年3月1日～6月30日入院分

助成金額 月ごとの紙おむつ代の実費金額(上限月額4,500円)

医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院などに支払っている高齢者の方などに助成を行います。

対象者 入院期間中(紙おむつ代請求期間中)に次の全てを満たす方

- 入院期間(上記対象期間)中に本市に住民登録をしている
- 40歳以上で介護保険認定において要介護1以上の認定を受けている(要介護1以上の認定を受けている月の紙おむつ代が対象)
- 医療保険適用の病院に入院し、紙おむつ代を病院などに支払っている
- 入院期間中に生活保護などを受給していない
- 同一月内で、西東京市認知症およびねたきり高齢者等紙おむつ給付サービスを受けていない

次のいずれかで申請

- 持参…7月10日(木)～31日(木)に下記へ ※(土)・(日)・祝を除く
 - 郵送…7月10日(木)～31日(木)(消印有効)に〒188-8666市役所高齢者支援課へ
- ☐ **必要なもの**
- 紙おむつ助成金交付申請書 ※成年後見人等が申請者となる場合、「登記事項証明書」の写しが必要です。
 - 紙おむつ助成金口座振込依頼書
 - 介護保険被保険者証のコピー
 - 振込先の口座が分かるもの(通帳のコピーなど)
 - 病院または病院が別途委託している業者などが発行した領収書のコピー ※領収書に、対象者氏名・入院期間・病院名・紙おむつの金額が明記され、領収印があることが必要です。紙おむつ代の記載がないものは申請できません。領収金額とおむつ代が異なる場合、併せて領収金額の詳細が分かる明細書も提出してください。 ※領収書の金額にシーツやパジャマ代などが合算されている場合は、別途病院や委託業者などが発行した内訳のコピーが必要になります。 ※申請書などは市HPで配布
- ※次回(7月～10月入院分)は11月に予定
- ▶高齢者支援課 ☎ 042-420-2810

後期高齢者医療資格確認書の更新

新しい後期高齢者医療資格確認書をお送りします。

後期高齢者医療制度の自己負担割合は、新しい年度の住民税課税所得などに基づいて、毎年8月1日を基準日として決定しています。8月1日から使用できる新しい資格確認書(藤色・有効期限は令和8年7月31日[※])を、全ての方に7月下旬に特定記録郵便でお送り

します。なお、現在お持ちの保険証(青竹色)または資格確認書(オレンジ色)は、住所や自己負担割合などに変更がなければ、記載されている有効期限(最長で令和7年7月31日)まで使用できます。

暫定的な運用

マイナ保険証(健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)への円滑な移行に向けた、デジタルとアナログの併用期間を確保するため、後期高齢者医療制度では令和6年12月2日からマイナ保険証の保有状況にかかわらず「資格確認書」を交付しています。この運用は7月31日までの予定でしたが、8月1日以降も1年間(令和8年7月31日[※])延長されることとなりました。マイナ保険

証をお持ちで以下の①・②に該当する方が令和8年8月1日以降も資格確認書の交付を希望する場合は、申請が必要です。

- ①マイナンバーカードを紛失した方、更新中の方
- ②介助者などの第三者が本人に同行して資格確認の補助をする必要があるなど、マイナ保険証での受診が困難である方

自己負担割合の判定方法

後期高齢者医療制度の自己負担割合は、新しい年度の住民税課税所得等に基づいて、毎年8月1日を基準日として決定しています。

☐ **3割負担(現役並み所得者)** 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合

☐ **2割負担** 以下の①②の両方に該当する場合

①同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる

②「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が、被保険者が1人の場合は200万円以上(被保険者が2人以上の場合は320万円以上)である

☐ **1割負担** 同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも28万円未満の場合、または2割負担の条件①には該当するが②には該当しない場合

※住民税非課税世帯の方は、1割負担となります。

「基準収入額適用申請書」提出のお願いと変更

定期判定により3割負担と判定された方で、収入金額が基準額未満の方は、申請により2割負担となります。 ※西東京市で収入が確認できる方は、申請書はお送りしません。

※基準収入額適用の情報が必要で収入が確認できない方は、申請書を送付しますので、必ず申請してください。

問 制度について…広域連合お問い合わせセンター

☎ 0570-086-519

(IP電話・PHSの方は03-3222-4496)

▶保険年金課 ☎ 042-460-9823

わくわく 催し

女性のための腹筋・ヒップアップトレーニング(保育あり)

7月17日(木) 午前10時～11時
防災・保谷保健福祉総合センター3階

対 在住で18～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 定 10人(申込順) 申 7月14日(月)までに、電話またはメールで件名「腹筋・ヒップアップ」・希望日・氏名・生年月日・住所・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・性別)を下記へ

健康課 042-464-1311
seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

いろいろなことばでたのしみおはなし会(夏スペシャル)

7月19日(土) 午前11時～正午
谷戸図書館

対 日本語・英語・中国語・アラビア

語で絵本や遊びの紹介 対 どなたでも 定 20人(申込順) 申 7月1日(火)午前10時から開館時間中に、電話または申込フォームから



図書館



申込フォーム

谷戸図書館 042-421-4545

しゃきしゃき体操パート2講座

7月25日(金) 午前10時～11時30分
田無総合福祉センター

初心者大歓迎! 足の筋力やバランス能力を向上させましょう。

対 在住で、立位で体操ができる方 定 15人(申込順) 申 前日までに、電話で下記へ ※10人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。

健康課 042-464-1311

理科・数学・美術だいすき未来教室(武蔵野大学連携事業)

8/8(金) 場 武蔵野大学 武蔵野キャンパス

これまで授業で学んだ理科・数学・美術に関する知識(+これから学ぶ知識)を生かして、楽しく学べる講座に参加してみませんか?

対 ●講座A:モノづくりが好きな中学生への講座 ～え、こんな教室みたことない!～

●講座B:理科と数学、そして美術も好きな中学生への講座

～そうか、サイエンスはアートだったんだ!～

対 在住・在学の中学生 定 各回20人(申込多数は抽選) 申 7月18日(金)までに、市 申 申込フォームから ※詳細は市 へ

教育企画課 042-420-2822

子ども条例市民講座

子どもにやさしい西東京を目指して

7/26(土) 場 J:COMコール田無

第1部 西東京市子どもの権利擁護委員

令和6年度活動報告会

午後1時～1時55分

第2部 座談会「教えてもらおう、子どもの気持ち～私たちは子どもの気持ちをきくことをあきらめない～」

午後2時5分～3時50分

第1部登壇者

木村真実さん・井利由利さん・澤田稔さん(西東京市子どもの権利擁護委員(CPT))

第2部登壇者

島崎里子さん(柳中放課後カフェ実行委員会)・松本恵理加さん(児童養護施設聖ヨゼフホーム副施設長)・松本雄喜さん(ぼくーむ若者スタッフ)・西東京市子どもの権利擁護委員(CPT)の皆さん

定 165人(申込順) ※保育あり。生後6カ月以上未就学児まで(申込順) 申 7月24日(休)午後5時までに、電話または申込フォームから ※保育の申込は7月18日(金)午後3時まで

※詳細は市 へ

子育て支援課 042-439-6645



市



わかりやすい遺贈寄付講座 ～より良い地域づくりをねがい、想いを託す～

7月26日(土) 午後1時30分～3時
インギビル

「遺贈寄付」は自分の意志と気持ちを、自分が亡き後も心ある団体に託せる貴重な方法。基礎から寄付先(市民活動団体など)までの仕組み、まちづくりの関係性など、この機会に自分の財産について考えませんか。

対 市内で活動している団体・個人の方 定 30人(申込多数は抽選) 講 渋谷雅人さん(認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえディレクター)ほか 申 7月22日(火)までに、申込フォームから

市民協働推進センターゆめこらぼ 042-497-6950

協働コミュニティ課 042-420-2821



申込フォーム

糖尿病予防講座

8月1日(金) 午前10時～11時15分
防災・保谷保健福祉総合センター2階

対 保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話 対 糖尿病を予防するための生活習慣を学びたい方および家族 定 10人(申込順) ※通院・服薬中の方は参加不可 申 7月29日(火)までに、電話・メールで件名「糖尿病予防講座」・氏名・住所・生年月日・電話番号を下記へ

健康課 042-464-1311
seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp



西東京の日 FC東京ホーム戦にご招待!

～西東京市は、J1リーグ所属「FC東京」のホームタウンです～

8/24(日) 午後7時キックオフ(予定)
場 味の素スタジアム(飛田給駅)

対 FC東京 VS 京都サンガF.C.戦 対 在住のペア 定 バック席500組1,000人(申込多数は抽選) 申 7月13日(日)午後11時59分までに、申込フォームから

チケットのお渡し 7月17日(休)までに抽選結果をメールで通知。当選者にはシリアルコードと専用URLを通知し、指定日までに各自でWebから2次元チケットを発行

西東京市ブース 午後3時から青赤パークで西東京市ブースの設置を予定しています。

スポーツ振興課 042-420-2818



申込フォーム



日本語スピーチコンテスト2025

発表者・審査員募集

10月5日(日) 午後1時～5時(交流パーティーを含む)

場 J:COMコール田無

発表者募集

日本で生活して感じたこと、考えたこと、母国への思い、西東京市とのつながりなど、日本語でスピーチ(6分以内)してみませんか。日本語やスピーチの上手さは競いません。

対 西東京市に住んでいる・西東京市で働いている・学んでいる(日本語教室を含む)16歳以上の日本語を母語としない方 定 10人(申込が多いときは選考) 申 7月20日(日)までに、下記申込フォームから

審査員募集

対 在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 5人(申込多数は選考) 申 7月20日(日)までに、下記申込フォームから

共催 (NPO)西東京市多文化共生センター(NIMIC)

場 (NPO)西東京市多文化共生センター(NIMIC)

042-461-0381・info@nimic.jp

文化振興課 042-420-2817



発表者
申込フォーム



審査員
申込フォーム

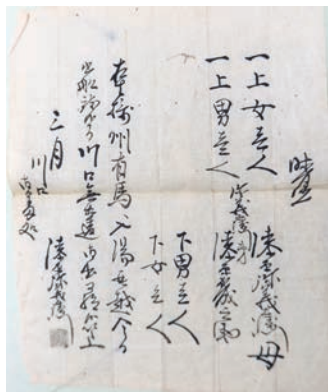
郷土資料室 サマーフェスタ2025企画事業!

小学生からわかる古文書ワークショップ ～道中手形を作ってみよう!～

7/27(日) 午前10時～正午
場 郷土資料室

昔の人が書いた古文書。どんな紙を使っているかな。何が書かれているのかな。専門家の先生と一緒ににぎやかに、昔の人が旅行に使ったパスポートのような「道中手形」を筆で書いてみましょう。小学生から参加できます。夏休みの自由研究にもぴったりです。

対 在住・在学の小学4年生～中学3年生 定 15組30人程度(申込順) ※1人での参加可 講 小西和信さん・漆原徹さん(武蔵野大学名誉教授)・廣瀬裕之さん(武蔵野大学教授) 申 7月1日(火)～23日(水)に、申込フォームまたは電話で住所・氏名・年齢・電話番号を右記へ



▶ 社会教育課 田 042-420-2832



市HP



申込フォーム

都市農地の多面的機能の 紹介展示と市内産農産物の販売

7/ 4(金)▶10(木) 場 谷戸公民館
11(金)▶17(木) 場 芝久保公民館
22(火)▶29(火) 場 柳沢公民館

※展示の時間は、午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)

都市農地には農産物の産出のほかにもさまざまな機能があることを知っていますか。都市農地の多面的機能についての展示をします。また、市内産農産物の販売も行います。

野菜販売

- 谷戸公民館…7月8日(火)
- 芝久保公民館…7月15日(火)
- 柳沢公民館…7月23日(水)・29日(火)

いずれも午前9時～11時(売り切れ次第終了)



市HP

※詳細は、市HPへ

▶ 産業振興課 田 042-420-2820

図書館を使った調べる学習コンクール講座 「自分で調べる力がつく!」

① 7/12(土) 場 ひばりが丘図書館
② 13(日) 場 田無公民館

いずれも午後1時30分～3時30分

身近な「なぜ?」の調べ方やまとめ方を楽しく学べます。今年の夏休みは、図書館を使った調べる学習コンクールにチャレンジしてみましょう! ※①・②は同内容 対 小学5年生～中学3年生(親子で参加可) 定 各回20人(申込多

数の場合、在住・在学の方優先) 田 7月6日(日)午後6時までに、図書館HPまたは下記へ電話・来館

▶ ①ひばりが丘図書館

田 042-424-0264

②中央図書館

田 042-465-0823 図書館HP



“一日図書館員”になってみませんか?

申込方法 **7/1(火)▶6(日)**の開館時間中に、
希望する図書館の窓口へ来館

※電話不可。1人1館 ※申込多数は、在住・在学の方、申込者が本人である方、初めての方優先 ※申込者全員に結果を連絡

※時間はいずれも午後1時30分～4時30分

中央図書館

時 ①7月25日(金) ②7月29日(火)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

保谷駅前図書館

時 ①7月23日(水) ②7月29日(火)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

芝久保図書館

時 ①7月29日(火) ②7月31日(木)
対 小学4～6年生 定 各3人

谷戸図書館

時 7月25日(金)

対 小学4～6年生 定 6人

柳沢図書館

時 ①7月23日(水) ②7月25日(金)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

ひばりが丘図書館

時 ①7月24日(木) ②7月25日(金)
対 ①小学4～6年生 ②小学5年生～中学生 定 各6人

▶ ひばりが丘図書館

田 042-424-0264



図書館HP

認知症サポーター 養成講座

7/26(土) 午後2時～3時30分
場 住吉会館ルピナス

ちょっとした気づきや行動が、認知症のある方やその家族にとって、大きな安心につながります。まずは知ることからはじめてみませんか? 参加者には手作りオレンジロバのストラップを差し上げます。

※5人以上で市内どこでも出張講座を実施します。

対 認知症サポーター養成講座を受講したことのない方 定 30人(申込順)

田 7月18日(金)までに、申込フォームまたは電話で下記へ

□ 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ある方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症サポーター養成の取組は全国的に展開されています。

▶ 高齢者支援課 田

田 042-420-2811



申込フォーム

障害者サポーター養成講座 (中級編)

7/26(土) 午後2時30分
場 柳沢公民館

この講座は、参加・体験型の内容で開催します。受講者の方には、障害者サポーターとして住所などを登録してもらい、情報の発信やサポーター同士のつながりなどにより受講された方の障害者支援の活躍の場を広げていきます。

※受講証明としてサポーターリストバンドを贈呈



対 初級編受講者 定 初級編でお渡ししたサポートバンドナまたはサポートキーホルダー 申 前日までに、電話で問へ

田 (福)さくらの園・カノン

田 042-452-7062 (火)～(土)

午前9時～午後5時)

▶ 障害福祉課 田

田 042-420-2804

「西東京市からのお知らせ」FM西東京(84.2MHz)

① 午後0時45分～1時(月)～(日) ② 午後8時～8時15分(月)～(金)

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 田 042-421-4545へお問い合わせください。

公式



そのほか



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

