

障害のある方へ



福祉・健康

心身障害者医療費助成制度の所得制限基準額改正

心身障害者医療費助成制度の所得制限基準額が以下のとおり改正されました。新たに対象になる方は申請が必要です。なお、申請月から助成開始となります。

□所得制限基準額		
障害者本人(20歳未満の方は世帯主など)		
税法上の扶養人数	改正前	改正後
0人	360万4,000円	366万1,000円
1人	398万4,000円	404万1,000円
2人	436万4,000円	442万1,000円
3人	474万4,000円	480万1,000円
4人	512万4,000円	518万1,000円

※各種控除後(手当・助成用の控除額)の金額で判定

※障害程度や年齢制限など各種要件あり。詳細はお問い合わせください。

▶障害福祉課 ☎ 042-420-2806

わくわく 催し

ENJOYニュースポーツ

9月28日(日)

午前9時30分～11時30分

(受付:午前9時20分)

旭のかりん糖 西東京市スポーツセンター

※当日、直接会場へ

誰でもすぐにゲーム(ポッチャ・モルックなど)が楽しめます。子どもから高齢の方まで、初めての方も、障害のある方も、お気軽にご参加ください!

初級パラスポーツ指導員の資格を持ったスポーツ推進委員もいますので、障害のある方も安心して参加できます。
対 在住・在勤・在学で小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 持 室内用運動靴・運動ができる服装・タオル・飲み物・出席カード(お持ちの方)

▶スポーツ振興課 ☎ 042-420-2818

TAMA ☆ろくと巡礼物語!

北多摩TOKYO

スタンプラリー&謎解き 2025

10月1日(水)～11月30日(日)

※詳細は特設HPへ

市内経済の活性化を目的に、スタンプラリーと謎解きイベントを行います。指定されたミッションをクリアすると、すてきな景品がもらえます。

◆市内スタンプラリースポット

多摩六都科学館・郷土資料室・東伏見稲荷神社

◆謎解きヒントスポット

あらしき公園・まちテナ西東京

□主催 東京都商工会連合会多摩観光推進協議会

□協力 多摩北部都市広域行政圏協議会

問「TAMA☆ろくと巡礼物語!」事務局 ※HP内の問い合わせフォームからお問い合わせください。

▶産業振興課 ☎ 042-420-2819



問のHP

ボディケア講座～姿勢改善～

10月1日(水)

午後1時～2時

防災・保谷保健福祉総合センター3階

内 理学療法士による、姿勢改善に関する話と自宅でできる体操 対 市内に住民票がある方で18歳以上の方 定 15人(申込順) ※1歳未満の子どもの子連れ参加可 申 前日までに、電話で下記へ

▶健康課 保 ☎ 042-439-3526

リハビリ窓口相談

- 10月1日(水) 午後2時15分～3時15分
- 16日(木) 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

運動や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士が相談をお受けします。
対 市内に住民票がある方で、リハビリに関する相談を希望する方および関係者 定 各2人(申込順) 申 前日までに、電話で下記へ

▶健康課 保 ☎ 042-439-3526

労働者向けセミナー

「多様で能力を活かせる、人間的な働き方」の実現に向けて

- 10月3日(金) 午後1時30分～4時30分
- 17日(金) 午後1時30分～4時30分

東京都労働相談情報センター多摩事務所7階

注目すべき労働判例、法改正の動向など、労働法の直面する最新の課題を考察します。

定 70人(申込順) 申 問へ電話またはTOKYOはたらくネットから

□主催 東京都労働相談情報センター多摩事務所

□共催 西東京市

問 東京都労働相談情報センター多摩事務所 ☎ 042-595-8731

▶男女平等推進センター ☎ 042-439-0075

Tシャツで布ぞうりを作ろう!

① 10月4日(土)

② 11日(土)

いずれも午前10時～午後4時

エコプラザ西東京

事前説明会

9月27日(土) ①午前10時～正午 ②午後1時～3時

対 在住・在勤・在学の18歳以上の方で事前説明会と講座を2日間とも出席できる方 定 各回8人(申込順) 持 不要のTシャツ4～5枚(事前説明会で詳細を説明します) 申 9月17日(水)午前11時～24日(水)午後5時に電話で講座名①・②、氏名、年齢、住所、電話番号を問へ

問 エコプラザ西東京

☎ 042-421-8585(午前9時～午後5時)

▶環境政策課 ☎ 042-438-4042

栄養・食生活相談

10月7日(火)

午前9時～正午(1人30分程度)

田無総合福祉センター

内 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個別相談 対 市内に住民票がある方 定 4人(申込順) 申 10月2日(木)までに、電話で下記へ

▶健康課 保 ☎ 042-439-3526

糖尿病予防講座

10月9日(木)

午前10時～11時15分

田無総合福祉センター

内 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 10月6日(月)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 保 ☎ 042-439-3526

✉ seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp

からだところの健康相談(保健師による面接相談)

10月9日(木)

午後1時30分～3時30分

田無総合福祉センター

対 市内に住民票がある方 定 2人(申込順) 申 10月6日(月)までに、電話で下記へ

▶健康課 保 ☎ 042-439-3526

庭からはじめる生物多様性～国内初の住宅街における個人自然共生サイト見学会～

10月11日(土)

● 第1回:午前10時～正午

● 第2回:午後1時30分～3時30分

※荒天時は10月18日(土)同時刻に延期

集合場所:向台コミュニティセンター

環境省認定の市内の自然共生サイトO's Gardenを見学し、庭の美しさを楽しみながら、生きものにも配慮するガーデニングを学びましょう。

対 在住・在勤・在学の中学生以上の方 定 各回5人(申込多数は抽選)

講 小田部家信さん(Wildlife-friendly gardener) 持 筆記用具・雨具・飲み物 申 9月19日(金)～26日(金)に、電話またはメールで講座名・氏名・住所・日中つながる電話番号・年齢・希望回(第1回または第2回)を問へ

※当選者には9月29日(月)までに電話・メールで連絡

問 エコプラザ西東京(午前9時～午後5時)

☎ 042-421-8585

✉ ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

▶環境政策課 ☎ 042-438-4042

おしごと準備

私らしく働く未来をつくる「キャリアデザインスクール」(全3回)

● 10/23(木) ● 10/31(金) ● 11/7(金)

午前10時～正午 住吉会館ルピナス

人生100年時代のいま、子どもや家庭を一番に考え、働き方を選んできたあなたへ。これからの働き方を一緒に考えてみませんか。ワークを通して楽しみながらしっかり学べる就労支援プログラムです。

対 子育てや介護を理由に離職またはパートタイムなどに働き方を変更した女性で、今後のキャリア

を見直し、復職や転職を考えたい方 定 20人(9月20日(土)までの申込は抽選。その後申込順)

※保育あり(6カ月以上未就学児まで、各回6人程度)

申 申込フォームから

▶男女平等推進センター ☎ 042-439-0075



市HP