

# 西東京市くらしの情報

(広報西東京から) 2014年1月5日発行  
発行: 西東京市 問合せ: 文化振興課 TEL: 438-4040  
制作: 西東京市多文化共生センター

1月/Jan.



No.106

# Nishitokyo Newsletter

(Editing version of the city bulletin Nishitokyo) Issued on Jan.5.2014  
Publisher: City of Nishitokyo Producer: NIMIC  
Reference: Cultural Promotion Section Tel: 438-4040

## 次の10年に向けて - 丸山浩一市長 -

あけましておめでとうございます。  
西東京市では、第2次総合計画に  
よる新しいまちづくりが、2014年  
4月にスタートします。第2次総合  
計画には、これからの10年間の市の  
ビジョンが示されています。



西東京市の財政は、市税収入の伸  
び悩みや、社会保障関係費の増加な  
ど、厳しい状況が続きます。その  
ような中、第4次行財政改革大綱を1年早く決め、総合計画と  
うまく組み合わせながら、進めていかなければなりません。

これからも、元気と活気にあふれた西東京市を目指して、まちの  
輝きを次の世代につなぐまちづくりを進めていきます。市民の  
皆様のご理解とご協力をお願いします。

西東京市くらしの情報は市役所ロビー、図書館、公民館  
にあります。毎月5日発行。無料。

西東京市ホームページ(英語版) / 中国語・ハングルはPDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## 니시토쿄시 생활정보

(홍보 니시토쿄) 2014년 1월 5일 발행  
발행: 니시토쿄시 문의처: 문화진흥과 Tel: 438-4040  
제작: 니시토쿄시 다문화공생센터

니시토쿄시 홈페이지(영어판) / 중국어・한글은 PDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## 차기 10년을 향하여 - 마루야마 쿄우이치 시장 -

새해 복 많이 받으세요.

니시토쿄시에서는, 제2차종합계획에 의한 새로운 마을조성이 2014년 4월부터 시작됩니다. 제2차종합계획에는 앞으로 10년간의 비전이 나타나 있습니다.

니시토쿄시의 재정, 시세수입의 침체, 사회보장 관계비의 증가 등 힘든 상황이 계속됩니다. 이러한 중에 제4차행재정 개혁대강을 1년 빨리 정해, 종합계획과 잘 조합해가면서, 진행시켜 가지 않으면 안됩니다.

앞으로도 건강과 활기에 넘치는 니시토쿄시를 목표로 하여, 도시의 빛을 다음 세대에 연결하는 마을 조성을 진행해 갑니다. 시민 여러분의 이해와 협력을 부탁드립니다.

니시토쿄시 생활정보는 시청 로비, 도서관, 공민관에  
있습니다. 매일 5일 발행. 무료.

Nishitokyo-shi Homepage in English / PDF for Chinese & Hangul  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## For the Next 10 Years Mayor Kouichi Maruyama

A Happy New Year to you all.

Nishitokyo city will start forming the town anew in April 2014 based on the second general project. It gives an indication of city's vision for the next decade. The financial condition of the city is still difficult due to sluggish tax income and an increase in expenditure of social securities. We must advance the reform by establishing the outline of the fourth fiscal policy reform one year ahead of schedule, and combining the general project. We will aim to build Nishitokyo city as a place of liveliness and vitality. We will work hard to hand it over to the next generation. We expect the understanding and cooperation from you all.



Nishitokyo Newsletter is available at the reception hall of City Offices, the local libraries and the Public Halls (Kominkan).  
Issued on the 5th of each month. Free.

## 西東京市生活信息

(选自西東京市广告报) 2014年1月5日发行  
发行: 西東京市 咨询处: 文化振兴课 Tel: 438-4040  
制作: 西東京市多文化共生中心

西東京市首页(英语版) 中国語・韓国語: PDF  
<http://www.city.nishitokyo.lg.jp/english/index.html>

## 转向下一个10年 - 丸山浩一市长 -

恭贺新年

西東京市从2014年4月开始按照第2次综合计划建设新的城市、第2次综合计划展现出未来10年间市的理想图。

西東京市依然持续财政, 市税收入停滞不前和社会保障关系费增加等严重状况。在这样的状况中第4次行财政改革大纲提前1年决定, 必须与综合计划一边好好配合一边共同前进。

今后也以朝气和充满活力的西東京市为目标, 使城市的光辉持续下一个世代推进城市建设发展。恳请每位市民的理解和配合。



西東京市生活情報 放置在市役所大厅, 图书馆, 公民馆。  
每月5号发行。免费。

ふゆ きゅうきゅうしゃ おお よ げんいん し ちゅうい  
**冬に救急車が多く呼ばれる原因を知って、注意しましよ!**

**Get to know why Ambulances are called much in Winter. Pay Attention!**

かぜ りゅうこう  
 風邪やインフルエンザなどの流行

てあら  
 手洗いやうがいをし、マスクをつける。

じゅうぶん すいみん ひ ごろから けんこう ちゅうい  
 十分な睡眠をとり、日ごろから健康に注意する。

しんねんかい きゅうせい ちゅうどく  
 新年会の急性アルコール中毒

いっしょ の なかま たが の す ちゅうい  
 一緒に飲んでいる仲間で、お互い飲み過ぎに注意する。

にゅうよくちゅう  
 入浴中におぼれる

さいじじょう こうれいしゃ さい くらいの ようじ しこ ぐふ  
 70歳以上の高齢者や1歳くらいの幼児の事故が増えている。

よくしつ おんど ゆ おんど さ ちい けつあつ きゅう  
 浴室の温度とお湯の温度の差を小さくして、血圧の急な変化に気をつける。

もち  
 餅がのどにつかえる

もち た おお き た  
 餅は食べやすい大きさに切って、食べる。

といあわせ にしとうきょうしよぼうしよ  
 問合せ：西東京消防署 ☎042-421-0119

き きかんりしつ  
 危機管理室 ☎042-438-4010



にしとうきょうしよぼうだん でぞめしき  
**西東京市消防団 出初式**

ほうすいけんれん しよぼう しや しよぼうだんいん ひようしよ  
 放水訓練、消防ポンプ車のパレード、消防団員の表彰など

あこな  
 が行われます。ぜひ、見に来てください。

がつか につち にち にち ごぜん じ  
 とき：1月12日(日)午前10時~

むこうだいりうんどうじょう むこうだいじょう  
 ところ：向台運動場(向台町5-4)

にしとうきょうしよ しよぼうだんいん は 224 にん います。しごと しみん  
 西東京市の消防団員は224人います。仕事をしながら、市民

せいめい ざいさん まち しよぼう ぼうさいかつどう でぞめしき  
 の生命・財産を守るため、消防・防災活動をしています。(出初式

ひ は ごぜん じ ぶん な かじ まちが  
 の日は、午前8時30分にサイレンを鳴らします。火事と間違えないでください。)

といあわせ き きかんりしつ  
 問合せ：危機管理室 ☎042-438-4010

**겨울에 구급차가 많이 불려지는 원인을 알고, 주의합시다!**

① 감기나 인플렌자등의 유행

손을 잘 씻고, 가글을 하고, 마스크를 하기. 충분한 수면을 취하고 평소부터 건강에 주의한다.

② 신년회의 급성 알콜 중독

함께 마시는 동료끼리 서로 과음에 주의한다.

③ 입욕중 물에 빠짐.

70 세 이상의 고령자나 1 세 정도의 유아의 사고가 늘어나고 있다. 욕실의 온도와 뜨거운 물의 온도에 차이를 작게 하여, 혈압의 급한 변화에 주의 한다.

④ 떡이 목에 걸림

떡은 먹기 좋은 크기로 잘라서 먹는다.

문의：니시토쿄 소방서 ☎042-421-0119

위험 관리실 ☎042-438-4010



**니시토쿄시소방단出初式**

(대조메시카-신년소화시범시무식)

방수훈련, 소방펌프차퍼레이드, 소방단원의 표창 등이 행하여집니다. 꼭 보러 와 주세요.

때：1월12일(일) 오전10시~

장소：무코우다이 운동장(向台町5-4)

◎니시토쿄시의 소방단원은 224 명이 있습니다. 일을 하면서, 시민의 생명·재산을 지키기 위해서, 소방·방재활동을 하고 있습니다。(出初式의 날은, 오전 8 시 30 분에 싸이렌이 울립니다. 화재로 오인하지 마세요.

문의처：위기관리실 ☎042-438-4010

The prevalence of cold and flu  
 Wash hands, rinse out mouth and use flu protection mask. Sleep well and check out your own health always.



Acute alcoholism at new year's party

Be attentive to others for discouraging excessive drinking. Drowning while taking a bath.

The number of accidents at bathing time is increasing especially among elders over 70 years old and toddlers. Minimize the difference of the temperature between in bathroom and bathwater. Beware of sudden change of blood pressure.

Choke by swallowing *mochi* (rice cake).

Cut *mochi* into small pieces before eating.

Inquiry: Nishitokyo Fire Department ☎042-421-0119  
 Crisis Management Office ☎042-438-4010

**Nishitokyo Fire Brigade *Dezome-shiki* Ceremony**

Drill of discharge of water, parade of fire engines, and the award ceremony for members of the fire brigade will be taken place. Please come and see.



When: January 12 (Sun.) 10:00 a.m.~

Where: Mukodai Sports Field (Mukodaicho 5-4)

There are 224 members in the fire brigade of Nishitokyo city. While having their own profession, they engage in the role for protecting life and properties of the fellow residents. (On the day of *Dezome-shiki*, you will hear the sound of alarm siren at 8:30 a.m. Please do not mistake for real fire.)

Inquiry: Crisis Management Office ☎042-438-4010

**了解冬季为什么呼叫救护车多的原因, 请小心吧!**

①感冒和流行性感冒的蔓延

勤洗手和漱口, 戴口罩。保证充分睡眠, 平时要注意身体健康。

②新年会的急性酒精中毒

一起饮酒的朋友, 注意互相饮酒过度。

③入浴中的溺水

70 岁以上的高龄者和 1 岁左右的幼儿的事故在增加, 减小浴室的温度和洗澡水的温度差, 注意血压急剧变化。



④年糕卡在喉咙里

年糕要切成容易饮食的大小食用。

咨询处: 西东京消防署 电话 042-421-0119

危机管理室 电话 042-438-4010

**西东京市消防团 年初第一次消防演习**

举行放水训练、消防水泵车的游行、消防队员的表彰等仪式。务必请来观看。

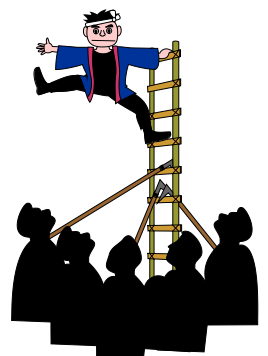
时间: 1月12日(星期日)上午10点开始

地点: 向台运动场(向台町5-4)

◎西东京市的消防团员有 224 名。一边工作一边为了保护市民的生命·财产而进行消防·防灾活动。(年初第一次消防演习的日子, 上午8点30分响警报器。请不要误解为火灾。)

咨询处: 危机管理室

电话 042-438-4010





# スケート教室のお知らせ

女子アイスホッケーチーム Queen Bears の選手や早稲田大学スケート部のひとたちが、スケートを教えてくれます。

とき：2月14日(金)・15日(土)・16日(日)午後6時30分～8時30分

ところ：ダイドドリンクアイスアリーナ

(西武新宿線東伏見駅南口 東伏見3-1-25)

対象：小学生以上(小学生は保護者と一緒に来てください。保護者はリンクサイドで見ることができます。)

定員：200人(申し込みが多い時は抽選になります)

参加費：中学生以上 3000円 小学生 2000円 (リンク使用料、貸し靴代、保険代が入っています)

申し込み：往復はがきに住所名前(ふりがな)性別生年月日年齢(学年)電話番号靴のサイズ申込クラスA:初

めて滑る B:2~3回滑ったことがある C:滑ることができる D:もっときれいに滑りたいを書いて、〒202-0013

中町1-5-1 スポーツセンター「スケート教室」係へ送ってください。1月16日(木)までに着くように送ってください。

往復はがき1枚につき一人。一人1クラスだけ申し込むことができます。当選はがきを受け取った人は、決められた日時までに参加費を払ってください。

問合せ：スポーツセンター ☎042-425-0505

スポーツ振興課 ☎042-438-4081

## 스케이팅교실의 알림

여자아이스하키팀 <QueenBears> 선수와 와세다대학의 스케이팅부원들이 스케이팅을 가르쳐 드립니다.

때：2월 14일(금)・15일(토)・16일(일) 오후 6시 30분~8시 30분

장소：다이도 도링코 아이스아리나 (세이부신주쿠선 히가시후시미역 남쪽출구 히가시후시미 3-1-25)

대상：초등학생이상 (초등학생은 보호자와 함께 와 주십시오. 보호자는 링크사이드에서 볼 수 있습니다.)

정원：200명 (신청이 많은 경우는 추첨이 됩니다) 참가비：중학생이상 3000엔 초등학생 2000엔 (링크사용료, 신발대여료, 보험료가 포함되어 있습니다)

신청：왕복엽서에 ①주소 ②이름(후리가나) ③성별 ④생년월일 ⑤연령(학년) ⑥전화번호 ⑦신발사이즈 ⑧신청클래스 A: 처음 타다 B: 두 세 번 타본 적이 있다 C: 탈 수 있다 D: 더 잘 타고 싶다 를 적어서

〒202-0013 나카마치 1-5-1 스포츠센터「스케이팅교실」(中町 1-5-1 スポーツセンター「スケート教室」)담당자에게 보내 주십시오. 1월 16일(목)까지 도착하도록 보내 주시기 바랍니다. 왕복엽서 1장당 1명. 한 명당 한 클래스만 신청할 수 있습니다. 당첨엽서를 받은 분은 정해진 날짜까지 참가비를 지불해 주시기 바랍니다.

문의：스포츠센터 ☎042-425-0505 스포츠진흥과 ☎042-438-4081



# Announcement for A Skating Class

The players of a women's ice hockey team, <Queen Bears>, and the members of skating club at Waseda University will give lessons of skating.

When: February 14 (Fri.), 15 (Sat.), 16 (Sun.) 6:30p.m. ~8:30p.m.

Where: DyDo Drinco Ice Arena (The south exit of Higashi fushimi station, Seibu Shinjuku Line, Higashi Fushimi 3-1-25)

Participants: Elementary school students and older. (Elem. school students must come with their guardians. The guardians can watch the lesson from the link side.)

Capacity: 200 (By drawing if applicants exceed numbers)

Fee: Junior high-school students and over ¥3,000 Elementary school students ¥2,000 (fee covers the use of the skating rink, a pair of skates, and insurance premium)

Application: Write following ~ on a reply-paid postcard and send it to 〒202-0013 Nakamachi 1-5-1 Sports Center "Skate Kyoshitsu" kakari. Address Name(w/furigana) Sex Birthdate Age (grade) Telephone number Size of shoes Class you wish to attend

Class A: Beginners (no experience), B: Have had Skating experience several times, C: Average skaters, D: Who wish to improve their skating skills.

The mail should reach no later than January 16 (Thur) One person can send one postcard. Apply for one class only. If received a mail of acceptance, pay the fee by due date.

Inquiry: Sports Center ☎042-425-0505 Sports Promotion Section ☎042-438-4081



## 滑冰教室的通知

女子冰球队<Queen Bears>的选手和早稻田大学滑冰部的队员们教导滑冰。

时间:2月14日(星期五)・15日(星期六)・16日(星期日) 下午6点30分至8点30分

地点:Dydo Drinco 滑冰场 (西武新宿线东伏见车站南口 东伏见3-1-25)

对象:小学生以上(小学生请和保护者一起来。保护者可以在前排座观看)

定员:200名(报名者多的时候抽签决定) 参加费:中学生以上3000日元 小学生2000日元 (包含滑冰场使用费、出租鞋费、保险费)

报名:在往返明信片上记入①住址②姓名(注音假名)③性别④生年月日⑤年龄(学年)⑥电话号码⑦鞋的尺寸⑧报名级别 A:初次滑冰 B:滑过2~3次 C:会滑冰 D:想滑的更好。请邮寄

〒202-0013 中町1-5-1 スポーツセンター「スケート教室」请在1月16日之前邮寄到。

往返明信片一张一个人。一个人只可以报名一个级别。收到当选明信片的人请在指定的日期和时间之前支付参加费。

咨询处: 运动中心 电话 042-425-0505 运动振兴科 电话 042-438-4081



やさいだいす  
**野菜大好きクッキング**

市内の畑で育った野菜でおいしい料理を作りましょう

対象：市内在住の小学生までの親子8組・16人

とき：2月8日(土)午前10時~午後0時30分

ところ：田無総合福祉センター(田無町5-5-12)

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、汚れ

てもい靴(畑に行きます)申込：往復

はがきに「野菜大好きクッキング」・

住所・親子の名前・年齢・電話番号を書いて、1月20日(月)(必着)までに

〒202-8555市役所産業振興課まで送

ってください。

問合せ：産業振興課 ☎042-438-4044



日本の宇宙開発を紹介 多摩六都科学館プラネタリウム

とき：1月4日(土)~2月28日(金)プラネタリウム投影時間

約45分 平日：午後3時50分(水曜日は午後1時もあります)

土・日・祝日：午後1時10分、3時50分 定員：234人

観覧券付き入場料：大人1000円 4歳~高校生 400円

ところ・問合せ：多摩六都科学館 ☎042-469-6100

**I Love Vegetable (Yasai Daisuki) Cooking**

Let's cook delicious vegetables grown in Nishitokyo.

Applicants: 8 pairs · 16 people, i.e. elementary school students and their guardians who live in the city.

When: February 8 (Sat.) 10:00a.m.~12:30p.m.

Where: Tanashi Sogo Fukushi Center (Tanashicho 5-5-12)

Things to bring: Apron, a scarf to cover hair, a dish towel, a pair of shoes that is alright to be soiled (go to vegetable field).

Application: Write "Yasai Daisuki Cooking", address, names of a guardian and a child, age, tel number in the reply-paid postcard, and send it to 〒202-8555 Industry Promotion Section at City Office by no later than January 20 (Mon.)

Inquiry: Industry Promotion Section ☎042-438-4044

**Introduction to Japan's Space Development**

**Tama Rokuto Science Museum Planetarium**

When: January 4 (Sat.)~February 28 (Fri.) Each projection viewing lasts about 45minutes. Weekdays: 3:50p.m. (Twice on Wednesdays 1:00p.m. and 3:50p.m.) Weekends and holidays: 1:10p.m., and 3:50p.m. Capacity: 234 people

Fee includes a ticket for projection: Adult ¥1,000 4years old ~high school students ¥400

Where and Inquiry: Tama Rokuto Science Museum ☎042-469-6100

**西東京市休日診療所**  
 休日は、いつも診療しています。受診科目はお問い合わせください。  
 診療時間：午前10~12時、午後1~4・5~9時  
 場所：中町分庁舎(中町1-1-5 TEL 424-3331)

**Nishitokyo Holiday Clinic**  
 Always open on public holidays. Inquire medical services other than internal medicine.  
 Time: 10 am ~ Noon, 1 pm~4 pm, 5 pm~9 pm  
 Where: Nakamachi Branch Building (1-1-5 Nakamachi TEL 424 3331)

**야채사랑 쿠킹**

◎ 시내의 밭에서 키운 야채로 맛있는 요리를 만듭시다.

대상: 시내거주하는 초등학생까지의 부모와 자녀 8조 · 16명

때: 2월8일(토) 오전10시~오후0시30분

장소: 타나시종합복지센터(타나시초우5-5-12)

준비물: 앞치마, 삼각두건, 행주, 더러워져도 괜찮은 신발

(밭에 갑니다) 신청: 왕복엽서에「野菜大好きクッキング」・주소・부모와 자녀의 이름・연령・전화번호를 쓰고,

1월20일(월)(필착)까지 〒202-8555 시청산업진흥과

(市役所産業振興課)로 보내주시기 바랍니다.

문의: 산업진흥과 ☎042-438-4044

**일본우주개발의소개-타마로쿠도과학관플라네타리움**

때: 1월4일(토)~2월28일(금) 플라네타리움투영시간

약45분 평일: 오후3시50분(수요일은 오후1시도 있습니다)

토·일·축일: 오후1시10분, 3시50분 정원: 234명관람권포함

입장료: 성인 1000엔

4세~고등학생 400엔

장소·문의: 타마로쿠도과학관

☎042-469-6100



**喜爱蔬菜烹调法**

◎利用在市内田地种植的蔬菜来烹饪美味佳肴吧。

对象:市内居住的小学生为止的父母和子女8组·16人

时间:2月8日(星期六)上午10点至中午12点30分

地点:田无综合福祉中心(田无町5-5-12)

携带物品:围裙、三角巾、抹布、弄脏也可以的鞋(到地里去)

报名:在往返明信片上记入「野菜大好きクッキング」・住址・父母和子女的姓名・年龄

・电话号码、1月20日(星期一)(必须邮到)

截止邮寄到〒202-8555 市役所産業振興課

咨询处:产业振兴科 电话 042-438-4044



**介绍日本的宇宙开发-多摩六都科学馆天文馆**

时间:1月4日(星期六)至2月28日(星期五)天文馆投影时间大约45分

平时:下午3点50分(星期三下午1点也有)星期六·星期日·节假日:下午1点10分、3点50分 定员:234名

附带参观券的入场费:大人1000日元 4岁至高中生 400日元

地点·咨询处:多摩六都科学馆 电话 042-469-6100

**ニシトコシ**  
 휴일은, 언제나 진료하고 있습니다. 내과 이외의 진료과목에 대해서는 문의하여 주시기 바랍니다.  
 진료시간: am10 ~12, pm1 ~4, 5 ~9  
 장소: 나카마치분청사(나카마치1-1-5 TEL 424 3331)

**西東京市休息日診療所**  
 日照常进行诊疗,内科以外的诊疗项目请咨询以下地点  
 诊疗时间: am10 ~12, pm1 ~4, 5 ~9  
 诊疗地址: 中町分庁舎(中町1 1 5 TEL 424 3331)