



**15周年** つなげよう! ひらけよう!  
みんなが楽しく地域の輪  
**NPO市民フェスティバル**  
会場は2カ所!

展示 2024年2/3日 10:30~9:16:00  
市民活動団体の活動を  
紹介したパネル展を開催です!

体験イベント 2024年2/10日 11:00-16:00  
かわくちかいじ氏講演会  
ワークショップと  
模擬店 等  
多岐にわたります!!

会場1: まちらみプラザ  
〒188-0011 西東京市  
田無町4-4-40

会場2: MUG PARK  
〒188-0011 西東京市  
田無町4-4-40

# 無料学習教室が新規生募集

## 3/2、3 説明会「稲門寺子屋 西東京」

新小5~新中3が対象 「学習支援」目的に

生徒2人に先生1人という指導風景  
西東京市田無総合福祉センターで



「寺子屋」では、西東を対象に無料の学習指導  
京市田無総合福祉センターを行っている。  
ター(火・木曜)と、東 指導者は元学校教諭や  
伏見ふれあいプラザ(土 元大学教授、元塾の指導  
の2会場)で、小学5 者、経営者、社会人らで、  
年生から中学3年生まで 生徒3人までに1対1で

対して、一人ひとりに寄りかいて指導  
り添う指導が と、ボランティアで指  
導を続けて14年になる  
特徴だ。  
授業料を無  
料にしていて  
のは、「経済格  
差が教育格差  
になるのを防  
ぐ」という理  
念から。西東  
も、募集は年  
京市在住の早稲  
度のみ。入会  
の条件は「経  
済的理由で民間塾に行け

「進学塾ではないので  
基礎学力の向上を目指し  
た学習指導をしています  
が、自然と学習習慣が身  
につくので、どの子も学  
習レベルの力を上げ、自信を持つよ  
うになっていきます。そ  
の成長を見られるのがや  
りがいですね」  
と、ボランティアで指  
導を続けて14年になる  
寺子屋では寄付を  
募っている。ボラン  
ティア活動だが、教材  
費・指導者の交通費な  
ど運営負担は大きい。  
「無料指導を続ける  
には寄付に頼るしかあ  
りません。『地域の子  
どもたちをみんなで育  
てよう』という気持ち  
で、ご賛同いただける  
と幸いです」と理事の  
集している。

### 寄付の呼びかけも

高木さん。  
銀行振込の場合は左  
記へ。  
三井住友銀行/田無支  
店/普通  
4114594/特定  
非営利活動法人 稲門  
寺子屋西東京  
寄付の詳細は同会  
ホームページにも記  
載。なお、指導者も募  
集している。

### 2月3日~10日 今年は2会場

#### 西東京市NPO市民フェス

#### 漫画家・かわくちかいじさん講演会も

西東京市の市民団体ら。例年この時期に開催  
が一筆に集う「NPO市」が、会場で実施。3日から9  
民フェスティバル」が、会場で実施。3日から9  
2月3日(土)から開かれ、日(金)まではプレスポ  
りか丘(谷戸町2の3)の講演などが  
7)で展示を行い、10日ある(講演の  
(出)はMUG PARK 予約制。屋  
(柳沢4の4の40)で体験 外では、模擬店、キッ  
イベントを開く。10日は、ンカーなども出て、イ  
屋内では活動紹介やワーントを盛り上げる。詳細  
クショップ、「沈黙の艦は同市民協働推進セン  
隊」などで知られる漫画ターゆめ(こらほ)042  
家・かわくちかいじさん 497-6050)へ。

**タウン通信**  
NO.507  
042(497)6561  
(不在の場合、留守電対応)  
042(464)1472  
http://www.town-t.com  
info@town-t.com  
〒188-0011 西東京市  
田無町4-9-6  
水曜日発行

**葬儀の二つの形**  
「一日葬」  
「一日葬」  
「一目で分かる」  
わかりやすい解説資料  
無料でお送りします  
365日年中無休 葬儀は24時間受付  
0120-02-8888  
ナモリアルアートの大野屋

**タクトホームこもれび GRAFAREホール(西東京市保谷こもれびホール)**  
**これからの催し物のお知らせ**

- 1月25日(木) 14:00開演(13:30開場)  
こもれびワンコインライブ ニューイヤー・ジャズライブ  
出演: 田村麻紀子(クラリネット) & 小林創(ピアノ)  
入場料 500円 事前申込不要
- 2月11日(日)、2月17日(土)、3月2日(土) 各回 13:30開始  
もっとクラシックが好きになる!  
クラシック音楽鑑賞講座  
講師: 伊藤万枝(ヴァイオリニスト) 参加費各回 500円  
申込受付中
- 1月28日(日) 14:00開演(13:30開場)  
こどものためのオペラ創作プログラム  
オペラ体験してみない!? 成果発表会「三匹のこぶた」  
入場無料
- 3月8日(金) 18:15開始  
3月9日(土)、3月16日(土) 各回 13:15開始  
リーディング体験講座  
講師: 加納朋之(文学座)・佐藤尚子(青年劇場)  
参加費各回 500円 申込受付中
- 3月15日(金) 10:10開始  
歌って笑って! 健康増進! 音楽健康講座  
講師: 渡邊史(ソプラノ歌手) 参加費各回 500円 申込受付中
- 2月10日(土) 10:30開始  
親子食育教室 牛乳博士になろう~バターづくり~  
講師: 納谷百合子(食育プロデューサー) 参加無料 申込受付中

各催し物の詳細は タクトホームこもれび GRAFAREホール(西東京市保谷こもれびホール) こもれび  
こもれびホールHPにて 〒202-0013 東京都西東京市中町1-5-1 お申し込み・お問い合わせ TEL 042-421-1919

**終活・遺言・相続 無料相談会**  
2月7日・21日 行政書士・栗川さん

終活・遺言・相続など  
に幅広く対応している行  
政書士・栗川善隆さんの  
「無料相談会」が好評だ。  
今後の開催は、2月7  
日(水)と21日(水)を予定。会  
場は西東京市保谷こもれ  
びホール。  
「終活は早めに取り組  
んだほうが、できること  
の選択肢が広がります。  
▽高齢の独居者がやっ  
ておくべきことは?  
▽孫にも財産を残した  
い方法とは?  
▽家を相続する人がい  
が方法とは?

「終活は早めに取り組  
んだほうが、できること  
の選択肢が広がります。  
▽高齢の独居者がやっ  
ておくべきことは?  
▽孫にも財産を残した  
い方法とは?  
▽家を相続する人がい  
が方法とは?

開始時間は心相  
談。完全予約制。  
行政書士くりかわ事務所  
03-6915-8766  
練馬区早稲0308000  
https://office-kurikawa.com

無料相談会予定  
2/7(水)  
2/21(水)  
両日とも13時~17時  
保谷こもれびホール  
(会議室)  
要予約・開始時間は応相談

**安心と真心の施工 おかげさまで地元で38年**  
**外壁塗装は実績と信頼の一福ホームサービスへ**

**住宅外壁塗装 塗装工事**  
協賛メーカー: 日本ペイント・関西ペイント  
エスケー化研・東日本塗料

**他社との相見積もり歓迎!**  
**一見積もり無料!**

**一福ホームサービス**  
営業時間 9:00~20:00・年中無休  
URL http://www.129845.com 一福ホームサービス 検索

塗装工事完成価格 20坪~40坪  
338,000円~562,000円

作業内容  
①足場仮設 ②高圧洗浄 ③養生  
④下地調整 (ひび割れコーキング処理)  
⑤外壁塗装 (下塗り・中塗り・上塗り)  
⑥木部塗装 (破風板・軒天)  
⑦鉄部塗装 (霧除け・水切りトタン)  
⑧引渡清掃 ◆完了時保証書発行◆

●リフォームローンも取り扱っております●

◆携帯からもかけられます いちふくはよいしごと  
0120-129845  
042(462)1018 FAX042(461)9799  
西東京市芝久保町3の17の18

### 食いしばり・歯ぎしりを癒やす

オールハンドのフェイスケア 初回20%引きサロンメニューズ

食いしばり・歯ぎしり、こりや痛みを改善するで、いつも体が強張ってコースで、具体的な流れは、①フットバスで全身を温める②クレンジングで顔の汚れを除去③アロマオイルとホットストーンで首筋やリンパをほぐす④ハンドケアでフェイスマッサージ⑤頭の疲れがなくなったの声を寄せられている。⑥保湿ケア、というもの。

「食いしばりは肩こりや頭痛に繋がりますし、表情筋が固まるせいで頬がこげやすくなり、老けて見えたり、エラが張りやすくなります。咬筋や側頭筋をほぐし、リラックス



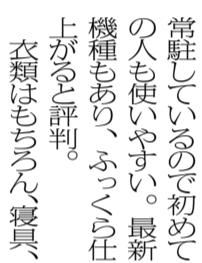
「食いしばりは肩こりや頭痛に繋がりますし、表情筋が固まるせいで頬がこげやすくなり、老けて見えたり、エラが張りやすくなります。咬筋や側頭筋をほぐし、リラックス

「食いしばりは肩こりや頭痛に繋がりますし、表情筋が固まるせいで頬がこげやすくなり、老けて見えたり、エラが張りやすくなります。咬筋や側頭筋をほぐし、リラックス



Salon Muse  
090-5381-1365  
salonmuse0881@gmail.com  
西京市南町 5-7-8  
Ripple NishiTokyo 内

北口 アスタ  
田無駅  
西京市南町  
西京市南町  
ホームページ



花粉・黄砂対策にもお薦め  
便利・安心の大型ランドリー

「滝山団地そば」所沢街道・ビッグエー奥の2店

花粉が気になり出す「域最安値」のコンセプトで、大量の衣類をワンス「ビッグエー」奥の南沢店と、デイリーヤマザキ大型コインランドリー。特に「駐車場完備」地は車で5分ほどの距離。どちらも使いやすいが、特に特徴的なのは南沢店。日中はスタッフが常駐しているため初めての人も使いやすい。最新機種もあり、ふっくら仕上がると評判。衣類はもちろん、寝具、



動画  
使い方などの動画が見られます(約3分)

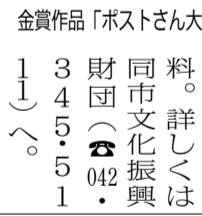
東久留米市南沢5-18の50



「丸いポストのある風景」写真展  
ルネこだいらで3月末まで開催中

小平市ルネこだいらがあることから、地域おで、「丸いポストのある風景」の一環として企画された。16回目とフォートコンテストの作品なる今回は、全国から応募があった541点の中から、37本の現役の丸ポスト 作80点を展示している。

同市には都内最多となるから入賞した12点と入選する37本の現役の丸ポスト 作80点を展示している。



金賞作品「ポストさん大好き」撮影者：村田利子さん

作品展は3月31日(日)まで。2月26日(月)・27日(火)、3月18日(月)・19日(火)は休館。入場無料。詳しくは同市文化振興財団(☎042-345-511)へ。

### 抜群の環境で自由な暮らし

充実の設備と安心感 手厚い体制が人気

国営昭和記念公園まで徒歩4分、JR「西立川」駅まで徒歩1分、最寄りスーパーマーケットは徒歩3分。

そんな絶好のロケーションにある「サンピナス立川」は、元気でアクティブなシニアにお薦め



ゲストルーム(上)。明るく広々とした大浴場(下)と外観とエントランスホール。駅から徒歩1分の好立地だ



館内はいつでも見学できる。予約制。「タウン通信を見た」と、左記から気軽にお電話を。

【介護付き有料老人ホームサンピナス立川】  
0120-163-274  
立川市富士見町 1-33-3  
サンピナス立川 検索

山、北側に国営昭和記念公園の緑を眺められ、同公園での夏の花火大会は、大迫力で観賞できる。安心なのは、介護が常時必要になったら介護居室に移れること。介護に関する職員体制が1.5・1と手厚く、夜間も看護職員が常駐する。理学療法士も常勤し、施設内にはクリニックも併設する。

共催はTOMOPO (共歩)。園佐藤さん ☎070-6993-6662、tomopo.tomonaiyumu@icloud.com

自主制作映画コンペティション  
2月3日(日)、午前10時30分～午後6時、西京市柳沢公民館。西京市民映画祭。一次予選を通過した短編の約20作品から本選に進む作品を選ぶ。4時15分からは審査委員による講評。審査委員として、映画監督・篠原哲雄さん、井坂能行さんが参加予定。先着50人。出入り自由。園同会 ☎042-464-8211

新 NISA の始め方  
2月3日(日)、午後1時30分～3時30分、東久留米市市民プラザホール。講師はファイナンシャル・プランナーの伊藤魅和さん。無料。先着50人。主催はくるねと。園石川さん ☎090-5342-0273

東京農工大学科学博物館友の会 作品展  
2月3日(日)～10日(日)、午前10時～午後4時30分(受付は3時30分まで、10日は1時受付終了)。東京農工大学科学博物館(小金井市中町2-24-16)。同館友の会のサークル作品展。組ひも、絹、藍染、手紡ぎ、紬繻かごなど。5日は休館。無料。園同会 ☎042-388-7687、kahakutomo@gmail.com

すばる手織りもの展  
2月4日(日)、5日(月)、午前11時(4日は午後1時)～午後5時(5日は4時)、染め工房「布fu & ギャラリー」(東久留米市本町3-7-11)。玉ねぎやコチニールで染めた手織りマフラー、ショール、裂き織りバッグ、紙すき製品など。パンの販売もある。入場無料。主催は社会福祉法人リブリー すばる。園同法人 ☎042-476-1081

里親制度の説明会  
2月10日(土)＝武蔵村山市市民総合センター／2月24日(土)＝清瀬市しあわせ未来センター、いずれも午前10時～11時30分と午後2時～3時30分。要事前申込。無料。主催は小平児童相談所フォスターング機関キアアセット。園同会 ☎042-314-9031

視覚障がいの音楽家たちのコンサート  
2月18日(日)、午後1時～、成美教育文化会館(東久留米市東本町8-14)。視覚障がいの音楽家で結成する「Dominant」が出演。日本歌曲や、オペラ名曲など。アマチュア音楽家の団体「マッシュモの会」が賛助出演。1500円(前売り1000円)。園高野さん ☎090-4719-3672、dominant.massimo@gmail.com

### イベント情報

わたしの春に会いにゆく～麻と革の作家展～  
26日(金)～30日(火)、午前10時～午後6時、ギャラリー「スペース コウ」(西京市柳沢6-1-11)。「春はもうすぐ」をテーマに高野淳さんの工房「オリブグリーン」が創作したリネン素材の着心地のよいジャケット・ブラウス・スカートなどを展示販売。革工房「クラクフ」によるバッグや小物もあり。園同ギャラリー ☎090-4718-8558

「祈り」～みえないかたち～  
28日(日)～2月11日(日)、正午～午後5時、8cho8ma gallery(はっちょうやまギャラリー、西京市向台町4-17-8)。杉山愛莉さんによる立体アートの個展。昔から人々が大切にきた「祈り」ことをテーマに、その想いやイメージを明るく気持ちいなるようなカタチで表現する。園同ギャラリー ☎042-466-9883、8cho8ma-gallery.jimdofree.com

経験者が語る 私の不登校とその後  
28日(日)、午後1時～4時、西京市ひばりが丘公民館。NPO 法人全国不登校新聞社の編集長・茂手木涼岳さんと不登校経験者が話す。同市在住・在勤・在学者対象。要申込。園同会 ☎042-424-3011

学習講演会 中学校給食を考える  
2月3日(日)、午後1時30分～4時、自由学園記念講堂(東久留米市学園町1-8-15)。京都大学人文科学研究所准教授で「給食の歴史」などの著書がある藤原辰史さんが、「食を食べて生きること 中学校給食がなぜ必要か」～いのちの根源 食をどう考えるか～をテーマに話す。500円(中学生以下無料、大学生・専門学校生は学生証提示で無料)。主催は三市中学校給食つながる会。園メール3shi.schoolmeals@gmail.com

ひきこもり・生きづらさを考える  
2月3日(日)、午後2時～4時30分、西京市田無公民館。講演会「生きづらさを考える」としての開催。講師は生きづらさほりプロジェクト代表の富安義樹さん。無料。申込先着40人。同市公民館市民企画事業。

**運転免許の自主返納**  
を考えていますか?  
自主返納で乗らなくなった車をどうしようか?

私がお伺い致します!!

**M・motors** が **高価買取**

無料で自宅まで出張査定にお伺いさせていただきます!  
必要なお手続きも全て代行できるので安心です!!

かすや 店長の 粕谷です。

乗らなくなった愛車高く買います!!

最短3日でお振込み  
名義変更・車両取引 手数料頂きません  
ディーラーで査定0円の車も買取らせて頂きます

TEL.0422-27-7050  
〒180-0021 東京都武蔵野市校堤3-1-1 マインクビル1F

**黄身が濃～い卵 自販機で! 直販で!!**

「恋し、きみへ」  
西京市泉町にある「東京エッグ」は、都内では数少ない卵の出荷工場です。

地元の皆さまに、できたてのおいしい卵を味わっていただきたく、工場敷地内に24時間稼働の自動販売機を設置しています。温度管理ができる自動販売機なので、安心してお求めください。

黄身の濃さが自慢の「恋し、きみへ」は10個入り1パック400円です。(3パックセットは1100円)。

味が濃く、生臭さがないのが特長です。近隣スーパーでは買えない商品です。

**直販は火・金曜**  
なお、工場併設の窓口では、火・金曜の午前10時から午後4時まで、直販販売も行っています。

工場直売  
新鮮 こだわりのたまご

工場ロスの規格外・お得意も  
規格外の3L・10個270円など  
(※規格外品は売切れ次第終了)

火曜・金曜 10時～16時  
(12時～13時は休業)

東京エッグ株式会社  
☎042-421-6664  
西京市泉町 2-2-17  
西京市「プレミアム応援カード」使えます!

### 遺言・相続 相談

#### 行政書士の 意外な活用法

今回は、遺言・相続における、行政書士の意外な活用方法をお伝えしましょう。



それは、あらかじめ特定の行政書士を遺言執行者としておくという方法です。遺言に記載するの

無料個別相談 日程・会場	
東久留米市 (いずれも1月)	26日(金)
東部地域センター	
南部地域センター	29日(月)
市民プラザ(市役所)	30日(火)
※いずれも予約制	
※50分無料 ※秘密厳守	

金融機関で手続きし、各種の名義変更などを行うのですが、プロが料相談を行っているところを受け持ってもらえるため、家族は余計な手間を負わなくて済むよう「た」と下記になります。最近までお電話は共働き世帯も増えています。

(行政書士法人たいけい事務所)  
☎0120-966-954  
東久留米市水川台1-1-9  
9:30~18:00 定休:土日祝

### ハートフルリングの 紙上 結婚相談

#### 今年こそご成婚!

Q、辰年は運気の強い年だそうで、今年こそ結婚したいと思っています。

(40歳男性)

A、1年の最初は、何を始めるにも良いタイミングですね。ぜひ、ご成婚に向けて一歩を踏み出し



最近結婚したいという方が増えています。結婚を決定できず、不審を抱くこともありが



本気で結婚したいという方には、やはり結婚相談所が適しています。

親御さまのご相談も歓迎です。完全予約制。日本ブライダル連盟、日本仲人連盟他認定サロンです(会員が増えています)。

(ハートフルリング・諸越幸子)

090-6510-6219  
042-476-4491  
東久留米市八幡町1-7-23  
heartful-ring.net

### 能登半島地震募金

西東京市、東久留米市、小平市の各市役所などで、能登半島地震の被災者を支援するための募金箱が設置されている。また、各市とも有志職員らによる街頭募金活動なども行われた。

#### 暮らし便利帳

便利屋オールマイティ

▽どんな仕事もOK!前野 0120-892-056  
0120-892-056  
便利屋▽見積り無料  
「九州物産展」30日(火) 042-222-53(6909渡辺)

「アスターへんこボックス」28日(月) 3千円超購入の先着200人  
「九州物産展」30日(火) 詳細はアスタ(042-460-2012)へ。

「アスターへんこボックス」28日(月) 3千円超購入の先着200人  
「九州物産展」30日(火) 詳細はアスタ(042-460-2012)へ。

#### ペットの往診専門動物病院

自宅でも検査や治療 あおば動物クリニック  
「自宅でもペットを診察します」  
おは動物クリニックは犬・猫などを往診している。できることは▼血液検査、簡易エコー検査▼ワクチン接種、注射・点滴治療▼緩和ケアなど。ペットのストレスが軽減できること好評。詳細は問い合わせを。

070-2007-6375  
contact@aoba-ac0512.com  
https://aoba-ac0512.com/

### コラム 僕が ガス会社を 続けるワケ

輪島市街の火災には、ガスを止めています。古いタイプを締め付けられました。胸をお使いの方は、ぜひ最新のガスコンロやファンヒーターなどは、地震は、感震停止機能などの時に自動で消火するなど、安全面はもちろん、調理

また、注目のW除菌機能付能付きろ給湯器「プレミアム」の施工にも力を入れています。家族全員が一番風呂気分に入浴できる



#### 地元の寺だから安心—— 大仙寺の永代供養墓・樹木葬

永代供養墓「やすらぎ」は、最長35年まで個別にスペースを利用できる樹木葬型墓地「こころ」で、境内の明るい雰囲気も気に入りました。

永代供養墓「やすらぎ」  
●10万円~  
●年会費等一切なし  
●彼岸、お盆など手厚い法要  
樹木葬型墓地「こころ」  
●10~35年で選択可能  
●1区画3墓位以上納骨可  
●30万円~

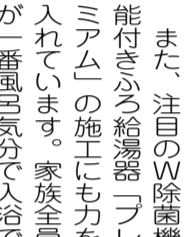
#### 寄稿

西東京ビートルズ倶楽部(NBC)

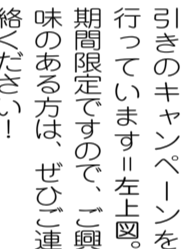
何十年も前に解散した連日作品の再放送も何度か、バンドの新曲が発表も。一体今、ビートルズはどんなふうになっているのか、

### 地震の備えに、 最新ガスコンロを

元日の夜から衝撃的なテレビ映像が流れ、特に能登半島地震で被災された方々にお見舞い申し上げます。



調理温度の見える化、165℃、スマートエコパーナ、Orche ビルトインコンロ、NORITZ W除菌機能付ろ給湯器



開山から40年以上続く日蓮宗の古刹だが、墓地利用は宗旨宗派不問。実際、半数以上の埋葬者が檀徒以外という。

「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼

「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼

「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼

「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼

**NORITZ W除菌機能付ろ給湯器【プレミアム】**

キレイな残り湯で洗濯にぜひ活用  
キレイなお湯で気持ちいい入浴スタイル

UV除菌 真実UVキレイ  
UV除菌 UVもいっしょ

310,000円  
美質 2万円お値引き

**NORITZ 調理温度の見える化**

スマートエコパーナ  
Orche ビルトインコンロ

137,000円

**あなたの街のガス機器取替専門店 エネスパート**

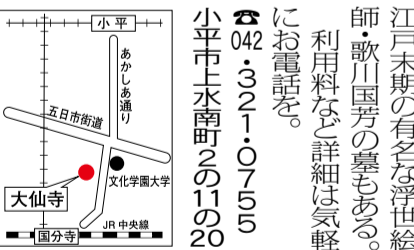
エネルギー×エキスパート  
☎042-421-8335

ガス: 給湯器、コンロ、暖房機、オープン  
水回り: キッチン、バス、洗面台

住宅リフォーム  
営業: 9~20時 定休: 日・祝日  
西東京市中町1-4-1



明るい雰囲気評判。江戸末期の浮世絵師・歌川国芳の墓もある



「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼

「僧侶もいるので毎日供養してもらえらるし、お寺なら永続する」と信頼