

うみ やま なつあそ
海で！山で！プールで！おもいっきり夏遊び！

うみ がいつか もく がつ にち きん あいだ ちばけんぼうそう
<海で！> 7月5日(木)～8月31日(金)の間、千葉県房総
いわいかわがん かつうらしかん うみ いえ ひら しなさいじゅう ひと
岩井海岸と勝浦海岸に「海の家」を開きます。市内在住の人は
りよう
利用できます。

ぼうそういわいかわがん みんしゆく あわぐんとみやまちょうたかさき
房総岩井海岸 民宿「しんどう」(安房郡富山町高崎1152)

かつうらしかん みんしゆく こいづか荘 (勝浦市部原1133)

もうしこみほうぼう がつみつか か でんわよやく
申込み方法 (1) 7月3日(火)から電話予約

きんろうしゃふくし TEL464 - 1311 (内線2897)
勤労者福祉サービスセンター

(2) 市役所で「利用申込書」を書いて、利用券をもらう

とあいあわせ さんぎようしんこうか TEL 438 4041
問合せ 産業振興課



うみ やま
<海で！山で！>

しなさいじゅう ひと ぼうようしせつ りようすると じよせいきん しきゆう
市内在住の人が保養施設を利用すると助成金が支給されます。

ふくしまけんみなみあいづんしもごうまち ちばけんかつうらし やまなしけんほくとし すたまちよう
福島県南会津郡下郷町、千葉県勝浦市、山梨県北杜市須玉町
(姉妹都市、友好都市)

しゆくほくしせついりばん せいかつぶんかか りようちようしゃ かくしゆちようしよ
宿泊施設一覧を、生活文化課・両庁舎ロビー・各出張所で
にゅうしゆ しゆくほくしせつ えらぶ ちよくせつきぼう しせつ もうしこみ よやく
入手 宿泊先を選んで直接希望の施設に申し込む 予約を
したら生活文化課に利用券を申請する。

ほけんしやう みぶんしやうめい も
保険証など身分証明になるものを持っていくこと

でんわ りようけん しんせい
電話で、利用券は申請できません。



じよせいきんがく ぼく ひとり ぼく
助成金額：1泊につき(1人2泊まで)

	おとな(13歳以上)	子ども(3歳以上13歳未満)
りよかん 旅館	1,500円	1,200円
みんしゆく 民宿	1,200円	1,000円

とあいあわせ せいかつぶんかか TEL 438 4040
問合せ 生活文化課

在海边！在山里！在游泳池！尽情地夏日游玩！

<在海边> 从7月5日(星期四)到8月31日(星期五)的期间，位于千葉県房総岩井海岸和勝浦海岸の「大海の家」开始营业。在市内居住的人可以利用。

位于房総岩井海岸的家庭旅馆「しんどう」(安房郡富山町高崎1152)

位于勝浦海岸的家庭旅馆「こいづか荘」(勝浦市部原1133)

报名方式(1) 从7月3日(星期二)起电话预约。

勤労者福祉服务中心 TEL 464-1311(内线2897)

(2) 在市役所填写『利用申请书』、然后领取利用券。

问询处：产业振兴课 TEL 438 4041

<在海边！在山里！>

凡是在市内居住的人利用疗养设施的话，都支付给补助费。福島県南会津郡下郷町、千葉県勝浦市、山梨県北杜市須玉町(姉妹城市、友好城市)

旅馆设施的一览表在生活文化课，两处市役所的大厅或者各办事处都可以拿到。选择好旅馆之后直接与希望住宿的旅馆联系预约。旅馆预定之后向生活文化课申请利用券。

持有保险证等可以证明身份的证件去申请。

不可以通过电话申请利用券。



补助金额：按每宿计算(一个人仅限二宿)

	大人(13岁以上)	儿童(3岁以上13岁未満)
旅馆	1500日元	1200日元
家庭旅馆	1200日元	1000日元

问询处：生活文化課 TEL 438 4040

Enjoy summer to the full ! On the beach ! Up the hill ! In the pool !

<On the Beach !> From July 5 (Thu) through Aug 31 (Fri), seaside summer houses (Umi-no-ie) are made available for residents of the city at Iwai and Katsuura, Chiba prefecture.

- 1 Bousou-Iwai beach ; Tourist home (minshuku) "Shindou" (1152 Takasaki, Tomiyama-cho, Awa-gun)
- 2 Katsuura beach ; Tourist home "Koizukasou" (1133 Hebara, Katsuura-city)



Application : (1) From July 3 (Tue) ,reservations are accepted by telephone at Worker's Welfare Service Center Tel. 464-1311(ext.2897). (2) Fill in "Application Form" at the City Hall and receive a ticket.

Inquiries : Industrial Promotional Section TEL 438-4041
<On The Beach ! Up the hill !> The city subsidizes city residents when they use resort facilities in Shimogou-machi, Minamiaizu-gun, Fukushima pref., Katsuura-city, Chiba pref. and Sutama-cho, Yamanashi pref. (Sister City, Friendly City). First, get the list of accommodations at Living and Culture Section, lobbies of Tanashi and Hoya office buildings or City Branch Offices. reserve the facility of your choice.

apply for a guest coupon at Living and Culture Section.

Bring your Health Insurance Card or any ID card.

By telephone is not accepted.



Subsidy : Amount per night (up to two nights per person)

	Adult (13 and over)	Child (from 3 to under 13)
Japanese Style Hotel	¥1,500	¥1,200
Tourist Home	¥1,200	¥1,000

Inquiries : Living and Culture Section TEL 438-4040

！ ！ ！ ！
< ！ > 7 5 () ~ 8 31 ()

ちばけんぼうそういわい かつうら 「うみいえ」
千葉県房総岩井 勝浦 「海の家()」

ぼうそういわい 「しんどう」(安房郡富山町高崎1152)
房総岩井

かつうら 「こいづか」(勝浦市部原1133)
勝浦

(1) 7 3 ()

TEL464 - 1311(2897)

(2) が 「 」

TEL 438 4041



< ！ ！ >

ふくしまけんみなみあいづんしもごうまち ちばけんかつうらし やまなしけんほくとし すたまちよう
福島県南会津郡下郷町、千葉県勝浦市、山梨県北杜市須玉町
(,)

: 1 (1 2)

	(13)	(3 13)
	1,500	1,200
	1,200	1,000

TEL 438 4040

なつ かいほう
<プールで> 夏の開放プール

なつやすみ あいだ しなしいしやう ちゆうがっこう わりやう かいほう
 夏休みの間、市内小・中学校のプールを無料で開放します。

時間：午前10時～12時 / 午後1時30分～3時30分

申し込み 午前10時、または午後1時30分までに直接会場へ

児童開放プール

たいしやう しやうがくせい おむつのとれた 2さいじゆう じゆうじ
 対象：小学生、おむつのとれた2歳以上の幼児

期間：7/30～8/31の間の平日8日間

利用条件：自転車でない / 浮き輪以外はもちこまない

けやき小一般開放プール

たいしやう いっぽんしみん
 対象：一般市民

期間：8/18、19、25、26、9/1、2の6日間

利用条件：車で来ない / 必ず水着・水泳帽を着用する

体育棟1Fに集合・解散

青嵐中一般開放プール

たいしやう しやうがっこう 5ねんせいじゆう いっぽんしみん
 対象：小学校5年生以上の一般市民

期間：8/11、12の2日間 (利用条件：と同じ)

校舎1Fで集合・解散

とは、低学年・幼児には、ふたり たい かならずみず ちゃくやう
 の保護者1人の付き添いが必要です。

問い合わせ スポーツ振興課 TEL438 4081



<In the pool>

During summer vacation swimming pools of elementary and junior high schools in the city will be opened for free.

Time: 10:00~12:00a.m./ 1:30~3:30p.m.

Check in : at the pool by 10:00a.m. or 1:30p.m.

Swimming pools open to children

Open to : elementary school children and infants of 2years and over without wearing diaper anymore.

Open on : 8 weekdays in the period from July 30 through August 31

Conditions : Please refrain from using bicycles. Only floats are allowed to bring inside the pool.

Keyaki elementary school's pool

Open to : all the citizens

Open on : Aug. 18, 19, 25, 26, Sept. 1 and 2 (6 days)

Conditions : Please refrain from using cars. Be sure to wear swimming suit and head cap.

Use the 1st floor of the gymnasium on in-and- out occasions

Seiran junior high school's pool

Open to : Citizens of 5th grader of elementary school and above

Open on : Aug. 11 & 12 (conditions: same as)

Use 1st floor of the school building on in-and-out occasions

For the above and it is requested that two lower graders and / or infants must be accompanied by one guardian in swimwear.

Inquiries : Sports and Recreation Administrative Section

TEL 438-4081



<在游泳池> 夏季对外开放的游泳池

暑假期间市内的小，中学校游泳池免费对外开放。

时间：上午10点至12点 / 下午1点30分至3点30分

报名方法：上午10点或者下午1点30分止直接到现场报名。

儿童开放游泳池

对象：小学生，摘掉尿布湿的幼儿。

期间：从7月30日起到8月31日之间的平日子，共计8天

利用要求：不允许骑自行车来 / 不允许带救生圈以外的东西

进游泳池。

けやき小学一般开放游泳池

对象：一般市民

期间：8月18日，19日，25日，26日，9月1日，2日，共计6天

利用要求：不允许开车来 / 必须穿游泳衣戴游泳帽。

在体育馆1楼集合和解散。

青嵐中学一般开放游泳池

对象：小学5年级以上的一般市民。

期间：8月11日12日共计2天 (利用要求：和 一样)

在校舍1楼集合和解散。

和 都要求低年级的小学生或者是幼儿两个人必须有一个身穿游泳衣的大人跟随保护。

问询处：体育振兴课 TEL 438 4081

<	が	,	.
:	10	~12	/
:	10	,	1 30 ~ 3 30
:	10	,	1 30
:	,		2
:	7/30	~ 8/31	8
:			/

けやき

:
 : 8/18, 19, 25, 26, 9/1, 2 6
 : / .
 1F .


**せいらん
青嵐**

: 5
 : 8/11, 12 (:)
 1F .
 , . 2

1

TEL438 4081



けんこう こうえんかい たいけんきょうしつ
健康づくり講演会とヨガ体験教室 

とき 7月24日(火)午後1時30分~4時30分
 ところ 田無総合福祉センター(田無町5-5-12)
 定員 とも50人
 午後1時30分~3時「うつ病についてのお話」
 講師: 山田病院院長精神科医 山田雄飛医師
 午後3時~4時30分「ヨガと呼吸法の体験」
 講師: 国際ヨガ協会 滑千栄子さん
 予約: 7月17日(火)までに電話で健康年金課438 4021へ
 だけ参加の人は直接会場へ

Lecture on health build up and Class for Yoga experience

Date and Time : July 24 (Tue) 1:30p.m.~4:30p.m.
 Venue : Tanashi Welfare Center (5-5-12 Tanashi-cho)
 Capacity : 50 persons for each of and below
 1:30p.m.~3:00p.m. "About Depression" by Dr. Yuhi Yamada psychiatrist, The director of Yamada Hospital
 3:00p.m.~4:30p.m. "Experiencing Yoga and Breathing Method" by Ms.Chieko Namera, *Kokusai Yoga Kyokai*
 Reservation : Call Public Health and Pension Section by Jul.17(Tue) TEL 438-4021
 No reservation needed for 1 above



ラテンジャズオーケストラコンサート


とき 7月21日(土) 午後1時30分開演
 ところ コール田無地下2階
 入場料 500円(中学生以下無料)




Latin-Jazz orchestra concert


Date and Time : Jul. 21 (Sat) 1:30 p.m.~
 Place : B2 Call Tanashi
 Admission : ¥ 500 (free for junior high school students and under)



 **西東京市休日診療所**
 休日は、いつも診療しています。
 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
 Time : 10 am ~ Noon, 1~4, 5~9 pm
 Where : Nakamachi Branch Building
 (1-1-5 Nakamachi TEL 424 3331)

健康身体講演会和瑜伽体验教室

时间: 7月24日(星期二)下午1点30分至4点30分
 地点: 田無総合福祉中心(田無町5-5-12)
 人数: 和 都是50人
 下午1点30分至3点(关于忧郁症的讲话)
 讲师: 山田病院院長精神科医生 山田雄飛医生 
 下午3点至4点30分(瑜伽和呼吸法的体验)
 讲师: 国际瑜伽协会 滑千栄子
 预约: 到7月17日(星期二)为止往健康年金课438 4021打电话预约。
 只参加 的人直接到会场。

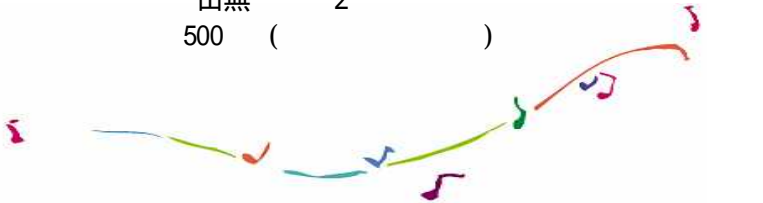
7 24 () 1 30 ~ 4 30
 田無 (田無町5-5-12)
 50
 1 30 ~ 3 「
 : 山田 やまだゆうひ 山田雄飛
 3 ~ 4 30 「ガ
 : ガ なめらちえこ 滑千栄子
 : 7 17 () 438 4021
 ガ





拉丁爵士管弦乐音乐会

时间: 7月21日(星期六)下午1点30分开演。
 地点: コール田無地下2楼。
 入场费: 500日元(中学生以下 免费)

7 21 () 1 30
 田無 2
 500 ()



 **西東京市休息日診療所**
 休息日总是进行诊疗
 诊疗时间: am10 ~12, pm 1 ~ 4, 5 ~ 9
 诊疗场所: 中町分庁舎(中町1 1 5 TEL 424 3331)

 **西東京市**
 : am10 ~12, pm 1 ~ 4, 5 ~ 9
 : 中町 (中町1 1 5 TEL 424 3331)