



くじら山便り



“くじら山”は「東伏見小学校通学区域



ふれあいのまちづくり 住民懇談会」の愛称です

◆ふれまち『くじら山』の活動です（2002年設立）

「くじら山」の活動は、防犯・防災パトロール、月刊『くじら山だより』の発行（地域事故・犯罪等の情報発信と注意喚起）、学校行事（わくわくこどもまつり、あいさつ運動、児童見守り）地域行事や避難所訓練等のお手伝い、月 1 回の住民懇談会（第 2 週土曜日）を行っています。特に防犯パトロールでは田無警察署の現職警察官や西東京市危機管理課、社会福祉協議会の職員の方にも関わっていただき、地域の安心・安全の輪が広がっています。これまで一貫して「地域のふれあいで安心安全な街づくりのお手伝いをしましょう」という事が「くじら山」のモットーであり、活動理念です ^ ^ 

2026年の東伏見コミセン祭り、わくわくこどもまつりから



◆『大雨と地震への備え』・・・日頃から家族で確認を 気象庁、西東京市危機管理課 HP 参照

今年 8 月 12 日、市内の田無観測所では **10 分間に 11 ミリ**の雨を観測。これは 1メートル四方に 2 リットルのペットボトル約 5 本半分の水が 10 分で降る量。この強さが 1 時間続くと 66 ミリとなり、「非常に激しい雨」の目安に相当します。

西東京市の**浸水ハザードマップ**で、自宅や通学路の危険箇所、避難先と道順などを確認しましょう。台風や大雨の際は

気象情報や市の避難情報に注意し、危険な場所にいる方は早めに避難を。高齢の方など移動に時間がかかる方は、支援する人も含めて準備しましょう。増水した川を見に行かず、安全な場所で情報を確認することが大切です。地震に備え、**家具を固定し**、

寝る場所や出入口をふさがない配置にしましょう。水・食料は最低 3 日分、できれば 1 週間分を目安に、常備薬や懐中電灯も用意しましょう。大雨と地震では安全な避難先が異なる場合があります。家族が離れている時の連絡方法を話し合い、地域の訓練への参加や日頃の声掛けも、いざという時の助け合いにつながります。



◆『全国地域安全運動』（10月11日～20日）って何？ 警察庁、警視庁HP参照

・これは地域安全に関する団体と警察が安全な地域社会の実現を目指し、昭和52年(1977年)から毎年開催しているものです。

今年の全国重点は「特殊詐欺の被害防止」「地域防犯力の強化」「犯罪に加担させないための対策」です。「ごみを出すだけ」「家にいるから」と、鍵を開けたままにいませんか？ 短い外出の時はもちろん、**在宅中も玄関と窓の施錠**を確認しましょう。2階や浴室・トイレの小窓も忘れずに。窓には補助錠を付けるなど、侵入に時間がかかる工夫も大切です。**訪問者にはすぐにドアを開けず**、インターホンやドア越しに用件を確かめましょう。点検を名乗る訪問も、相手の言葉だけで判断せず、契約先の会社へ確認すると安心です。電話で警察官などを名乗り、お金を求める話にも注意が必要です。慌てて応じず、いったん電話を切り、ご家族や『#9110』へ相談しましょう。日頃からご近所と声を掛け合い、気になることを一人で抱え込まない地域でありたいですね。



防犯の相談は
#9110
警察相談専用電話
緊急の事件・事故は 110 番

◆『田無警察署管内での令和8年(1-8月)刑法犯発生状況』

(警視庁HP参照)

令和8年の西東京市内の刑法犯事件の被害届け出件数(1~8月累計)は、782件(前年同期比 +3件)です

西東京市内 (782件/+6) 東伏見小・学区 (30件/▲4件)

凶悪犯・暴行・脅迫等の粗暴犯(累計)	36件(+2) ↑	1件(+1) ↑
空き巣等の侵入窃盗(累計)	28件(+10) ↑	2件(±0) →
自転車盗・万引きなどの非侵入窃盗(累計)	502件(▲74) ↓	22件(▲3) ↓
詐欺などのその他の犯罪(累計)	216件(+68) ↑	5件(▲2) ↓



※東伏見1~6丁目、柳沢1丁目、富士町4丁目の全域を集計したもの。

西東京市全体では自転車盗難が大幅に減少しましたが、特殊詐欺が急増、加えて侵入盗も増加しており、注意が必要です。

また、東伏見小学校通学区内では全般的に減少傾向にありますが、**東伏見2丁目の暴行事件、東伏見4丁目での特殊詐欺、東伏見5丁目での窃盗事件、富士町4丁目での自転車盗**が発生しており、引き続き防犯意識が大切です。

◆自転車の『いつもの道』こそ、安全確認を！ …… 警視庁HP参照

今年4月1日から、16歳以上の自転車利用者の一定の交通違反に「青切符」が適用

されました。通勤や買い物で走るいつもの道も、自転車は車の仲間だと意識して通りたい

ものです。車道は左側通行が原則です。一時停止の標識がある場所では確実に止まり、

見通しの悪い交差点でも速度を落として左右を確認しましょう。また、歩道を通行できる

場合は車道寄りを徐行し、歩行者の通行を妨げる時はいったん止まって道を譲ります。

秋は日暮れが早まります。暗くなる前に点灯し、近所への用事でもヘルメットを着用しましょう。

飲酒運転やスマートフォンを使いながらの運転はやめ、急ぐ時ほど周囲への確認を忘れずに。

大人の乗り方も子どもたちのお手本になりますね。



◆『携帯トイレ』をしまう前に、一度お試しを！ …… 埼玉県公式『防災マニュアルブック』参照

水や食料と一緒に、トイレの備えも確認してみませんか。災害時は断水や停電、下水道管の損傷で、

水洗トイレが使えなくなることがあります。携帯トイレは1人1週間分で35回分を目安に、

家族の人数分を用意しておきましょう。用意したら、しまう前に一度試し、便袋や凝固剤の

使い方、家族が取り出しやすい置き場所を確かめておくと安心です。

買い物の際に少しずつそろえ、使用後の保管や処分方法も確認しておきましょう。



◆ワンポイント健康情報 … 『秋を見つけに、ひと歩きは？』 気分転換にもよさそうですね ^^

買い物の道すがら木の葉の色や風の涼しさに気付くと、いつもの道も少し違って見えます。

秋の一つ見つけるつもりで、無理のない散歩を楽しんでみませんか。家事の合間に立ち

上がるなど、体力や体調に合う動き方も取り入れてみましょう。散歩に加え、体操や

筋力バランスを保つ運動を組み合わせ、座りっぱなしを避けることも大切です。

痛みや体調不良がある時は無理をせず、持病のある方は医師に

相談しましょう。まずは、無理なく少しずつ続けてみてはいかがでしょうか。



※「くじら山」懇談会は、毎月第2土曜日 午後1時半～ 東伏見小学校2階 会議室にて行っています。

問い合わせ先 「くじら山」東伏見小学校通学区ふれまち住民懇談会

世話人代表 横井 敏昭

事業事務局：社会福祉法人西東京市社会福祉協議会

〒188-0011 西東京市田無町 5-5-12 田無総合福祉センター

Tel：042-497-5180 Fax：042-466-3555

