

くらしの情報の情報

くらしの情報は8面から始まり6面まで続きます

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

↓市政へのご要望・ご意見はこちらへ
 ◎ご意見箱設置場所
 市役所1階屋内ひろば、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所
 ◎エコーテレホン・エコーファクス
 ☎472・1131
 ◎ホームページのご意見箱
https://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken/ssl_form/index.html

〈今月の月間・週間案内〉 障害者雇用支援月間、自殺予防週間（10日～16日）、動物愛護週間（20日～26日）、救急の日（9日）、敬老の日（15日）、秋分の日（23日）

【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象・資格 定定員 師講師 費費用 持持ち物 注ご注意 他その他 申申し込み 問問い合わせ

けんこう

子宮頸がん検診

☎9月1日（月）～11月29日（土）
 実施医療機関は下表参照市内在住の20歳以上の女性で、26年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし、現在治療中または過去に精密検査で異常を指摘された方はご遠慮ください。費1,000円（生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付対象者は無料）健康保険証不正出血・生理時には受診できません。また「子宮体がん検診」ではありませんのでご注意ください。東日本大震災により、市内に避難している方は無料で受診できますので、健康課特定健診係☎477・0013へ問い合わせください。受診の際は、直接実施医療機関の窓口へ。受診結果は約1カ月後に、市から郵送します。同係

特定健診、後期高齢者健診

9月の受診対象は12月・1月生まれの方です

生活習慣病予防、健康の保持・増進や疾病の早期発見・治療のための健診を実施します。健診内容や実施医療機関などは、8月下旬に発送した個別通知をご確認ください。

①特定健診＝国民健康保険加入者で40歳～74歳の方
 ②後期高齢者健診＝後期高齢者医療被保険者26年4月1日以降に国民健康保険に加入した方、後期高齢者で転入した方、該当月に受診できない方は健康課特定健診係☎477・0013へ問い合わせください。同係

成人歯科検診

☎9月1日（月）～11月29日（土）
 市内の実施医療機関歯と歯茎の診断市内在住で、27年3月末日までに40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる方（対象者には8月末に受

診券を送付済み）費500円（生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付対象者は無料）成人歯科検診受診券（氏名などを記入）、健康保険証など（住所・氏名・年齢が確認できるもの）現在治療中の方、勤務先などで検診を受けた方はご遠慮ください。東日本大震災により、市内に避難している方は無料で受診できますので、健康課特定健診係☎477・0013へ問い合わせください。同係

献血にご協力ください

次の日程で献血を実施します。ご協力をお願いします。

☎9月12日（金）午前10時～正午、午後1時半～4時
 市民プラザホール
 本人確認できるもの健康課予防係☎477・0030

第66回市民のための医療講座

地域包括ケアと歯科医療～健康づくりと介護予防への新たな取り組み～
 お口の健康を通じて、今日からの健康づくり、介護予防に一緒に取り組みましょう。

☎9月13日（土）午後2時～4時
 市役所7階701会議室先着100人
 市歯科医師会会長の小玉剛氏。司会は同会理事の大高義文氏。費無料。当日直接会場へ健康課☎477・0022

はじめてのはみがきレッスン

「歯っぴーベイビー」
 ☎9月16日（火）①1歳児（ステップアップ）クラス＝午前10時～11時
 ②0歳児クラス＝午後1時～2時半
 わくわく健康プラザ
 歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど。①が満1歳～1歳3カ月児とその保護者、先着12組
 ②が満8カ月～10カ月児とその保護者、先着15組。☎9月1日（月）から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ



「子宮頸がん検診」実施医療機関一覧

医療機関	所在地・電話番号など	検診時間
松岡レディースクリニック	東本町1-3、秋田ビル4階 ☎479・5656 ※予約不可、駐車場無し。	月・火・木・金曜日＝午前9時半～正午、午後2時～5時 水曜日＝午後3時半～6時半
アルテミスウイメンズホスピタル	中央町1-1-20 ☎472・6111 ※要予約。駐車場有り。	月・火・水・木・金曜日＝午前9時～11時、午後2時～4時 土曜日＝午前9時～11時
前沢医院	前沢2-10-9 ☎471・0154 ※駐車場有り。	火曜日＝午前9時～11時半、午後3時～5時 金・土曜日＝午前9時～11時半
ペルフェ滝山マタニティクリニック	滝山5-3-6 ☎477・3503 ※駐車場有り。	月・火・金曜日＝午前9時～正午、午後1時～4時半 水・土曜日＝午前9時～午後0時半
長生医院	滝山7-3-17 ☎473・1117 ※駐車場有り（3台）。	月・火・木・金曜日＝午前9時～正午、午後2時半～6時 土曜日＝午前9時～正午

ごみ

9月15日（敬老の日）のごみ収集は

9月15日は月曜日の祝日ですが、通常通り当該地区についてごみの収集を行います。☎ごみ対策課☎473・2117（粗大ごみの申し込みは☎473・2118）※電話番号をお確かめの上、お掛け願います。

燃やせるごみ

週2回、西部地区と東部地区に分けて収集します。

【月曜日・木曜日】 本町二丁目、小山、幸町、前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生

【火曜日・金曜日】 上の原、神宝町、金山町、氷川台、大門町、東本町、新川町、浅間町、学園町、ひばりが丘団地、本町一・三・四丁目、中央町、南沢

紙類

週1回、回収します。

【木曜日】 浅間町、学園町、ひばりが丘団地、南沢

【金曜日】 前沢、南町、滝山、下里二・三丁目、弥生

【水曜日】 上記以外の地域

燃やせないごみ

週1回、袋で収集します。

【月曜日】 学園町、ひばりが丘団地、中央町、南沢

【火曜日】 前沢、南町、滝山

【水曜日】 下里、柳窪、八幡町、弥生

【木曜日】 氷川台、本町、小山、幸町、野火止

【金曜日】 上の原、神宝町、金山町、大門町、東本町、新川町、浅間町

資源ごみ

★容器包装プラスチック…週1回、「燃やせないごみ」を出す日の前日（学園町、ひばりが丘団地、中央町、南沢は金曜日）、地域ごとの指定日に回収

★びん・缶・ペットボトル…週1回程度、地域ごとの指定日に回収

★古布…「燃やせるごみの日」に出してください（雨天の場合は次回に）

休日・夜間診療

必ず保険証をご持参ください

休日診療所（日曜日と祝日、午前9時～正午と午後1時～4時半）

【内科・小児科】 救急診療に限り（薬の処方も最低限の日数となります）

9月7日・14日
 ＝わくわく健康プラザ内休日内科診療所（滝山4-3-14、☎473・3663）

9月15日＝山口内科・呼吸器科クリニック（本町3-12-2、☎472・2386）

【歯科】
 9月7日・14日・15日
 ＝わくわく健康プラザ内休日歯科診療所（滝山4-3-14、☎474・5152）

夜間診療医療機関（診療科目・時間等については当日事前にご確認ください）

9月7日・15日＝前田病院（中央町5-13-34、☎473・2133）

9月14日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）

平日準夜間小児初期救急診療

月曜・水曜・金曜日（午後7時半～10時20分）

＝佐々総合病院（西東京市田無町4-24-15、☎461・1535）

月曜～金曜日（午後7時半～10時半）
 ＝多摩北部医療センター（東村山市青葉町1-7-1、☎042・396・3811）

【主な問い合わせ先】（市外局番は042）

○東久留米市役所 ☎470・7777（代）（受付は平日の午前8時半～午後5時）
 ▽ごみ対策課 ☎473・2117（粗大ごみの申し込みは☎473・2118）

▽健康課 保健サービス係☎477・0022、予防係☎477・0030
 特定健診係☎477・0013

○わくわく健康プラザ（わくわく健康プラザ施設の貸し出し）☎477・1115

○中央図書館 ☎475・4646（月曜～木曜日が午前10時～午後8時。土曜・日曜日、祝日が午後5時まで。休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始、特別整理休館日）

○生涯学習センター ☎473・7811（午前9時～午後10時。休館日は第4月曜日と年末年始）

○スポーツセンター ☎470・7900（平日が午前9時～午後11時。土曜・日曜日、祝日が午後9時半まで）

○市民プラザ ☎470・7813 ▽西部 ☎471・7210、南部 ☎451・2021、東部 ☎470・8020の各地域センター

《関係機関の電話番号》

▼東久留米消防署 ☎471・0119 ▼田無警察署 ☎467・0110

▼東京都水道局多摩お客さまセンター ☎0570・091・101/☎042・548・5110

▼シルバー人材センター ☎475・0738 ▼社会福祉協議会 ☎471・0294

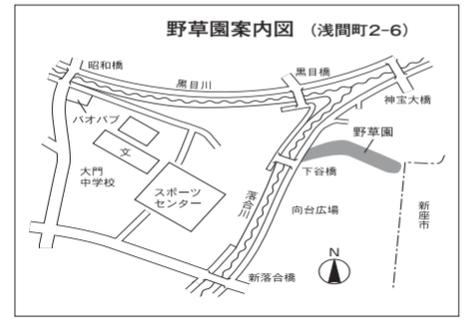
▼多摩六都科学館 ☎469・6100 ▼柳泉園組合 ☎470・1555

▼多摩小平保健所 ☎450・3111

7面へつづく

野草園秋の観察会 秋の野草を観察しませんか

【日時】9月28日(日)午前10時から
※雨天の場合は10月5日(日)に顺延。
【会場】野草園(浅間町二丁目6。右案内図参照)
【内容】野草園で見られる「つる植物」
【参加費】無料
【持ち物】筆記用具
当日直接会場へ。
詳しくは市文化協会☎477・4700へ。



Calendar for September 1st to 30th, highlighting the 23rd.

Calendar for September 1st to 31st, highlighting the 13th.

【表記の凡例】 日 日時 場所 内容 対象・資格 定員 講師 費用 持ち物 ご注意 他 その他 申込み 問い合わせ

8面からつづ

9月のプレ・パママクラス

9月27日は土曜日の開催です。ご夫婦そろって参加してみませんか。

◎小児科医・助産師の話=9月8日(月)午後0時半~4時

◎プレママ・クッキング=9月17日(水)午前9時半~午後2時(妊婦中の栄養やバランスの良い食事を調理しながら学びませんか)500円(食材費)

◎もく浴実習・妊婦疑似体験=9月27日(土)午後0時半~4時

◎妊婦歯科健診=9月30日(火)午後1時15分~3時(歯科健診とブラッシングなど)

【共通事項】わくわく健康プラザ(おおむね妊娠16週以降の方とその夫)25組(応募者多数の場合は、初産の方を優先)4回で1コース。ただし1日のみの参加も可(電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ)

子ども相談

9月10日(水)・16日(火)のいずれも午前9時半~午後3時(わくわく健康プラザ)お子さんの成長や発達、言葉、接し方、育児疲れなどの相談を心理相談員がお受けします(幼児とその保護者)電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

1歳6カ月児健診

9月11日(木)午後0時半~1時半受け付け(わくわく健康プラザ)25年2月9日~3月6日生まれの幼児(当日直接会場へ)健康課保健サービス係☎477・0022へ

食事相談・健康相談

9月12日(金)午後1時半~3時

半場わくわく健康プラザ(乳幼児期~高齢期の食事や健康に関する個別相談。体組成(体脂肪率や筋肉率など)の測定)健康診断の結果表、食事記録など(電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ)

3~4カ月児健診・産婦健診

9月18日(木)午後0時半~1時半受け付け(わくわく健康プラザ)26年4月30日~5月19日生まれの乳児(当日直接会場へ)健康課保健サービス係☎477・0022

育児相談

9月19日(金)午前9時半~午後2時(わくわく健康プラザ)育児の相談、体重測定(乳幼児とその保護者)電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

らくらく離乳食

9月30日(火)午後1時半~3時半(わくわく健康プラザ)調理実習(6カ月~1歳未満児の保護者)先着20人(申込時にお知らせします)対象児の保育有り(9月1日(月)から)電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

児童館で遊ぼう

幼児には保護者の同伴をお願いします。行事の詳細は各児童館へ問い合わせを。

滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

☆幼児のつどい=9月4日(木)午前10時半~11時15分が「水遊び」。タオル・着替え持参。2歳児。11日(木)午前10時半~11時半が「4館

合同運動会(10月9日開催)の練習。3・4歳児

☆スマイルわらべうた講座=9日(火)午前10時半~11時半(遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談)0歳児とその保護者(原悠子氏)

☆サロンフレンズ=9月10日(水)午前10時15分~11時半(高齢者と幼児の触れ合い、紙芝居、手遊び、おやつタイム)幼児(マイコップ)

☆ベビーマッサージ=9月23日(祝)午前10時半~11時半(パパと赤ちゃんのためのベビーマッサージ講座)首が据わる頃からハイハイ程度の乳児とその父親(8組)鈴木あゆみ氏(無料)持:バスタオル、お出掛けセット(9月3日(水)午前9時から受け付け(電話可))

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆おはなし会=9月2日・9日のいずれも火曜日午後4時から(素話、絵本の読み聞かせ、手遊びなど)小学生(協力はおはなしくぬぎ)

☆卓球大会=9月3日(水)午後3時から(小学3年~6年生)トーナメント戦(試合開始前までに申し込みを)

☆幼児のつどい=9月4日(木)が「お店屋さんごっこ」。11日が「ルンルンリミック」。いずれも木曜日午前10時半~11時半(幼児)

☆敬老のお祝い会=9月6日(土)午後2時から(日頃お世話になっている高齢者をお祝いします)小・中学生

☆おはなしの日=9月10日(水)午前11時~11時半(手遊び、絵本の読み聞かせ)幼児

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日=9月2日・9日のいずれも火曜日午前11時~11時20分(絵本の読み聞かせ、手遊びなど)幼児(みくりおはなしの会)

☆幼児のつどい=9月4日(木)が「縁日ごっこ」。1歳~4歳児。11日が「運動会の練習」。2歳~4歳児。いずれも木曜日午前10時半から(動きやすい服装でご参加を)

☆赤ちゃんひろば=9月10日(水)午前10時半~11時半(助産師による体重測定、育児相談)0歳児とその保護者(ひがしくるめ助産師会)

☆ドッジボールの日=9月10日(水)午後3時半から(小学生)

☆中高生卓球大会=9月12日(金)午後5時半から(中学・高校生年代)当日直接会場へ

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆幼児のつどい=9月4日(木)午前10時半~11時15分が「縁日遊び」。うさぎ・あひる合同(1歳1カ月~4歳児)。11日(木)午前10時半~11時10分が「運動会の練習」。あひる(2歳6カ月~4歳児)

☆離乳食講座=9月12日(金)午前10時~11時(0歳児とその保護者)先着15組(ひばり保育園栄養士)子ども用

コップ・皿・スプーン(9月5日(金)午前10時から受け付け(電話可))

☆びびよママの会=9月17日(水)午前10時~11時半(助産師による体重測定、育児相談など)0歳児とその保護者(保育有り(定員3人。前日までに要予約))当日直接会場へ

子育て

子ども家庭支援センター (わくわく健康プラザ2階) 電話471・0910

赤ちゃんを連れて遊びに来てください(月曜~土曜日、午前10時~午後4時半)。育児相談も受けます。

☆手作り布おもちゃの会=9月16日(火)午前10時~正午(乳幼児とその保護者)裁縫箱・はさみ(保育はありません)9月13日(土)までに同センターへ

センター上の原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆赤ちゃん広場=9月5日(金)午前10時~11時半(体重測定、育児相談など)0歳児とその保護者(バスタオル)当日直接会場へ

☆なかよし広場=9月9日(土)が第六小学校、16日が第一小学校で。いずれも火曜日午前10時~11時半(育児の情報交換など)0歳~5歳児とその保護者(スリッパ)当日直接会場へ徒歩か自転車での来場を

☆ちびっこ育児講座=9月11日(木)午前10時~11時半(遊びや生活、しつけなどの子育ての悩みをテーマに話し合います。一人で悩まず一緒に考えましょう)1・2歳児とその保護者(先着10組(保育有り(要予約)))9月1日(月)から同センターへ

☆育児講座「NP講座」=9月6回。10月29日~12月3日の毎週水曜日、午前10時~正午(東部地域センター)「Nobody's perfect~完璧な親なんていない!」そこからスタートする講座です。初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。一人で悩まず、楽しい子育てをしましょう(東部地域(氷川台、大門町、新川町、浅間町、神宝町、金山町、上の原)に在住で乳幼児を子育て中の専業主婦)15人(無料)保育有り(無料)9月3日(水)午前10時からセンター上の原へ

スポーツ

スポーツセンター プール一般開放中止のお知らせ

9月13日(土)・21日(日)のいずれも午前9時~午後6時は、水泳大会開催のため、同センタープールが貸し切り利用となります。午後6時から一般開放しますので、ご理解ご協力をお願いします。

同センター☎470・7900

いきいき健康家族 No.156 貧血について
特定健診が始まりました。貧血を指摘される方も少なくないと思います。
貧血と言うと、生体中の鉄が欠乏する「鉄欠乏性貧血」が一般的です。症状としては、全身の倦怠感、動悸、息切れや爪が扁平や匙状に変形したりします。
原因は、①鉄の取り込みの低下=栄養摂取障害、胃切除などによる吸収不良②鉄の喪失の増加=消化管出血、過多月経などの性器出血、過度な運動③鉄の需要の増加=成長期、妊娠・授乳など、があります。
女性は、食事内容や生理の出血量に関係ある場合が多いです。肉や魚に含まれる筋肉中ミオグロビン鉄や、赤血球のヘモグロビン鉄の方が、野菜や乳製品中の鉄より吸収率が良く、それらが苦手な人やダイエットなどで鉄欠乏になりやすいと言えます。過多月経がある場合は、子宮筋腫な

着衣泳教室

～水難事故から命を守る～
～スポーツセンター主催

衣服のまま水に落ちてしまったら、どのように対応すべきか体験します。
9月23日(祝)午前10時～11時半
スポーツセンタープール 小学生以上
先着20人 費500円 水着、水泳帽、タオル、衣服(長袖・長ズボン)、空きペットボトル(2ℓ) 同センタープールは貸し切り利用となるため、一般開放は中止します
9月1日(月)から、同センターへ直接または電話(470・7900)で申し込みを同センター
ジュニアクライミング体験
～市体育協会主催

9月6日(土)午後4時半～6時
20分 スポーツセンター 小・中学生
市山岳連盟 費無料 当日直接会場へ
同協会事務局 470・2722
ニュースポーツデー
～スポーツ推進委員会

9月13日(土)午前10時～午後4時
スポーツセンター クライミング体験(午前10時～正午)、ミニテニス、ネオテニス、ソフトバレーボール、ユニカール、ラージボール卓球、スカットボール 費100円 上履き 当日直接会場へ
生涯学習課スポーツ振興係 470・7784

市民弓道大会

～市弓道連盟主催
9月21日(日)午前9時半開始
スポーツセンター弓道場 市内在住・在勤で16歳以上の経験者、市または同連盟主催の和弓教室卒業生、同連盟会員 費無料 当日直接会場へ
石井 468・6384

秋季バスケットボール大会

～市バスケットボール連盟主催
9月27日(土)、10月4日(土)・12日(日)のいずれも午前9時～午後6時50分
スポーツセンター 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方(高校生不可)で編成されたチーム 費1チーム5,000円
新規登録チームは別途3,000円
抽選会は9月6日(土)午後6時半～8時に同センター3階会議室で行います
岡貫井清三 474・1111へ

第83回市民テニス大会

～市テニス連盟主催
▼種目・日程①男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部=10月5日(日)(予備日は19日)②壮年ダブルス(男子50歳以上、女子40歳以上)=10月12日(日)(予備日は26日)
市内各テニスコート 市内在住・在勤・在学・在テニススクールで高校生以上の方 費1ペア2,000円
エントリー後のメンバー変更や参加費の返金はできません
試合時間・会場などは、後日ドロー表を郵送します
9月17日(水)までに、郵便振替(00190-2-632369、加入者名「東久留米市テニス連盟」)で、通信欄に郵便番号・住所・氏名・参加種目、在勤・在学・在テニススクールの場合は勤務先・学校名・スクール名を記入して、参加費を振り込んでください。
また連盟役員への直接申し込みもできます
佐々木 473・0079(夜間)

図書館へ行こう

季節のおはなし会

ろうそくに火をともし、いつもとは違う雰囲気を楽しんでみませんか。
9月21日(日)午後3時からが小学校低学年向き、3時40分からが小学

校高学年向き
中央図書館おはなし室 費無料 当日直接会場へ
同館 475・4646

よもう!あそぼう!かがくの本「ふしぎないろみず」

紫キャベツを使った実験をします。
9月23日(祝)午前10時半～11時半
東部地域センター1階講習室 幼児(保護者同伴)～小学生 費無料
駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください
当日直接会場へ
東部図書館 470・8022

9月の図書館休館日

9月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)は、全館休館です。
中央図書館は16日(火)も休館します。
中央図書館 475・4646

教室・講座等

市民自主企画講座「東久留米のより豊かな水環境を目指して」

「湧水・清流保全都市宣言」をした我が街で多くのやるべき事が有ります。それを考える上で基礎となる勉強をします。企画・運営は「東久留米の井戸水位を調べる会」。

9月27日(土)午後1時半～4時半
市民プラザホール ①「東久留米の地下水と水循環」、講師は芝浦工業大学教授の守田 優 氏 ②「10年間の井戸水位調査でわかったこと」、講師は市民環境会議副座長・水とみどり部会会長の豊福正巳氏
市内在住・在勤・在学の方、関心のある方 先着50人 費200円(資料代)
9月1日(月)から、電話(477・4700)またはファクス(同)で、市文化協会へ。電話は第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時、ファクスは講座名・氏名・住所・電話番号を明記し送信を同協会事務局
生涯学習センター

「プロの声楽家から学ぶボイストレーニング講座」

体全体を使って思い切り声を出してみませんか。プロの声楽家から、クラシックの発声法を基本としたスマートなボイストレーニングを学びます。歌が好きなお方だけでなく、プレゼンテーション能力をアップしたい方やアンチエイジングをしたい方にもお勧めです。

10月10日(金)の午前10時～11時半と午後1時～2時半
生涯学習センター 市内在住・在勤の方 各回先着40人
国立音楽大学卒業、合唱団ボイストレーナーで声楽家(ソプラノ)の大前恵子氏 費1,500円 持飲み物 他動きやすい服装でご参加を
9月5日(金)の午前10時から窓口受け付け、11時から電話(473・7811)受け付け
同センター

大人の体験塾 26年度第3期受講生募集

～市文化協会主催
「今からでも遅くありません。あなたの生活に彩りを」文化協会加盟団体による、新たな趣味や生きがいを見つけた方を対象とした体験塾です。

10月～12月
生涯学習センター 講座種目は吟詠、写真、舞踊、フラダンス、絵手紙、切り絵、歌謡、手編み、華道。回数は講座により1～6回
市内在住・在勤・在学の18歳以上の方 ※応募者多数の場合は抽選。
詳細は生涯学習センター、市民プラザ、各地域センターなどで配布するチラシまたは同協会ホームページ(<http://www.k5.dion.ne.jp/h.bunnka/index.htm>)を



淡い紫色の可憐な マツムシノウ

高原に早い秋の気配が漂います。上毛三山の1つに数えられる名山です。その美しい山並みに囲まれて、標高1100m付近に榛名湖があります。

初秋を彩る マツムシノウ



県立榛名公園の沼ノ原一帯(65ha)で、ユウスゲのレモンイエローの花が終わりになる頃、淡い紫色の可憐なマツムシノウを見る事ができます。高原の澄んだ空気の中、ゆったり散歩してみたいかががでしょう。(高崎市榛名支所地域振興課)

いだすと、マツムシノウの淡い紫色の花が目立ち始めます。花茎4～5センチで、花は小さな花の集まりによって構成され、周りを取り巻く小花が発達して花びらの役割をしています。名前の由来は「松虫が鳴く頃に花が咲くから」と、「花が終わった後の姿が、仏員の『松虫(伏迎)』に似ているから」という両説があります。

ご覧ください
同協会 477・4700(第4月曜日を除く平日午前9時～午後5時)

「いきいきパソコン」講座ほか 第26期社協塾受講者募集

市社会福祉協議会では、「いきいきパソコン講座」のほか、水彩色えんぴつ画・太極拳・コーラス・フォークダンス・文学の受講者を募集します。

10月～27年1月 55歳以上の方
1講座8回で6,000円
日程や応募方法など詳細は、地区センターなどで配布する「案内」をご覧ください
同協議会社協塾担当 479・5550(火曜日、祝日休館)

イベント

第200回市民プラザロビーコンサート～歌で巡るヨーロッパの旅～

9月20日(土)午後2時～3時
市役所1階屋内ひろば 出演は佐藤麻依子(歌)。主な曲目は「野ばら」「ウィーン我が夢の街」「エーデルワイス」ほか
費無料 当日直接会場へ
市民プラザ 470・7813

東部地域センターまつり

9月12日(金)午後5時から＝オープニング、縁日、盆踊り
▼13日(土)・14日(日)午前9時から＝フリーマーケット、模擬店。10時から＝作品展、演舞、子どもイベントなど
東部地域センター 470・8020

南部地域センターまつり

テーマは「つながろう日本!もりあげよう地域!」
9月19日(金)～22日(月) オープニング、ダンスパーティー、キッズシアター、音楽の広場、いきいき芸能、体験コーナー、青空市、展示
南部地域センター 451・2021

西部地域センターまつり

10月3日(金) 舞踊祭
▼4日(土)式典・子どもまつり(舞台発表、育児相談、手形スタンプ、体験コーナーなど)、フリーマーケット(申し込みは9月1日(月)～30日(火))。参加費500円
▼5日(日)音楽祭、子ども映画会
▼10月3日(金)～5日(日)展示
西部地域センター 471・7210

お知らせ

公共施設予約・案内システムを停止します

9月24日(水)午前9時～午後3時(予定)の間、上の原テニスコートの追加に伴うシステム改修のため「公共施設予約・案内システム」からの施設

予約を停止します(作業状況により時間が前後する可能性があります)。利用する方には、ご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

各公共施設 多摩六都科学館

生解説プラネタリウム 「皆既月食～赤い月を見よう!～」
10月8日(水)に日本全国で皆既月食が見られます。皆既月食のときに、月が赤く見えるのはなぜでしょうか。「今夜の星空」とともに月食の仕組みや、今回の月食の見方を詳しく紹介します。

9月5日(金)～10月5日(日)
①平日は午後3時50分から(水曜日は1時からの回もあり)②土曜・日曜日、祝日は午後1時10分からと3時50分から ※上映時間はいずれも約45分。
先着234人 観覧付入館券＝大人1,000円、4歳児～高校生400円
当日直接会場へ
同館 042・469・6100

社会貢献型後見人候補者応募説明会

認知症や一人暮らしの高齢者の増加に伴い、成年後見制度の必要性とその需要が高まっています。市成年後見制度推進機関では、身寄りがなく財産管理をする人がいない方などの権利を守り、寄り添って支援する「社会貢献型後見人」を養成します。

9月次(1)9月17日(水)が市役所7階701会議室(2)9月27日(土)がわくわく健康プラザ協議会議室。時間はいずれも午後2時～3時半
▼養成までの流れ ①説明会に参加②1次審査(書類)③2次審査(面接)④基礎講習を受講⑤実地研修などを経て「社会貢献型後見人」として登録予定
市内在住で、応募時に20歳以上おおむね65歳未満の心身ともに健康な方。社会福祉に理解と熱意があり、基礎講習の全日程(5日間)に参加可能な方
各20人
説明会では近隣市で活躍する「社会貢献型後見人」から話を伺います。登録後、市社会福祉協議会地域福祉権利擁護事業生活支援員として活動していただきます
同各説明会前日までに、氏名・住所・電話番号・参加希望日を電話(479・6294)またはファクス(476・4545)で同協議会へ

ガイド

薬湯の日「スギナの腰湯」

9月15日(祝)、源の湯(東本町7-6、471・0005)が午後3時半～11時、第二喜多の湯(幸町1-5-10、471・2475)が午後3時～10時半
小学生以下は無料
各利用施設