

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〉男女雇用機会均等月間、水道週間(1日~7日)、危険物安全週間(8日~14日)、測量の日(3日)、環境の日(5日)、ボウリングの日(22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

3歳児健診

日6月5日(木)午後0時半~1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 内23年5月10日~6月3日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

子ども相談

日6月10日(火)午前9時半~午後3時 場わくわく健康プラザ 内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 内幼児とその保護者 申電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

1歳6カ月児健診

日6月12日(木)午後0時半~1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 内24年11月8日~28日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

はじめてのはみがきレッスン “歯っぴーベイビー”

日6月17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 場わくわく健康プラザ 内歯の手入れの方法、虫歯予防、親子遊びなど 内定①が満1歳~1歳3カ月とその保護者、先着12組 ②が満8カ月~10カ月児とその保護者、先着15組 申日6月2日(月)から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

育児相談

日6月20日(金)午前9時半~午後2時 場わくわく健康プラザ 内育児の相談、体重測定 内乳幼児とその保護者 申電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

ぱくぱく幼児食

日6月24日(火)午後1時15分から

場わくわく健康プラザ 内野菜たっぷり幼児食の試食や料理体験をします 内2歳~3歳児とその保護者 内20組 申エプロン(試食用)、飲み物 申日6月2日(月)から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

食事相談・健康相談

日6月13日(金)午後1時半~3時半 場わくわく健康プラザ 内血糖・コレステロール・中性脂肪・血圧・その他、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 申健康診断の結果表、食事記録など 申電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

特定健診、後期高齢者健診
6月の受診対象は4・5・6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

特定健康診査、後期高齢者健康診査
受診月一覧

受診月	受診対象者	個別通知
6月	4・5・6月生まれの方	5月下旬
7月	7・8・9月生まれの方	6月下旬
8月	10・11月生まれの方	7月下旬
9月	12・1月生まれの方	8月下旬
10月	2・3月生まれの方	9月下旬



関などは、個別通知を5月下旬に発送しましたのでご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます(7面参照)。

内①特定健診=東久留米市国民健康保険加入者で40歳~74歳(昭和15年~49年生まれの方) ②後期高齢者健診=後期高齢者医療被保険者 内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へ問い合わせてください 内同係

肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルスに感染することによって、B型肝炎、C型肝炎などの肝臓の病気になることがあります。肝炎ウイルス感染の有無は、血液検査で調べます。一生のうち一度は「肝炎ウイルス検診」を受けてみましょう。

内市内在住で40歳(昭和49年4月1日~50年3月31日生まれ)の方、または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方 内問診・血液検

査 内実施医療機関 市内指定医療機関

内受診方法と費用 ①40歳で東久留米市の国民健康保険に加入している方=特定健診の案内通知に「肝炎ウイルス検診無料受診券」を同封します。費用は無料 ②40歳で被用者保険などに加入している方=5月下旬に「肝炎ウイルス検診無料受診券」を、個別通知しました。費用は無料 ③41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方=「東久留米市肝炎ウイルス検診受診券」が必要です。費用は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)。事前に余裕をもって、健康課特定健診係 ☎477・0013へ申し込んでください 内受診期間 東久留米市の特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象となる方は、各健診該当月に同時に受診してください。被用者保険などに加入している方は、6月~10月に受診してください 内同係



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】救急診療に限ります(薬の処方も最低限の日数となります)
 6月1日・8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)
 6月15日=福山内科クリニック(新川町1-9-22、☎470・9177)
 【歯科】
 6月1日・8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)
 6月1日・15日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473・3311)
 6月8日=前田病院(中央町5-13-34、☎473・2133)
 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

ごみ

問ごみ対策課☎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)

ご利用ください！ 子どもショートステイ

子育て中の方が病気や出産、冠婚葬祭、育児疲れなどで、一時的にお子さんの養育が困難なときに利用できます。

場市が委託している近隣市の児童養護施設 ①1歳6カ月～小学6年生 ②1日2人以内 ③利用日数・時間＝①宿泊は、1回につき6泊7日まで。原則午前10時～翌日午前10時②日帰りは、原則午前10時～午後8時 ④利用料金＝①は1泊につき、2歳児以上は3,500円、2

歳児未満は4,000円。②は1回につき、2歳児以上は2,500円、2歳児未満は3,000円。 ※生活保護世帯、市民税非課税世帯は免除があります。 ▼食費＝1食につき400円(実費) ⑤⑥利用希望日の7日前までに(緊急の場合を除く)、子ども家庭支援センター ☎471・0910へ



Calendar for June 1st to 30th.

Calendar for June 1st to 31st.

【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

8面からつづく

大腸がん検診

6月1日(日)から大腸がん検診を実施します。近年大腸がんは急増しており、がんの部位別死亡者数では、肺がん、胃がんとともに上位に位置しています。大腸がんを早期発見するために、検診をご利用ください。

▼受診期間 6月1日(日)～10月31日(金) ※東久留米市国民健康保険加入者、後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付金受給者は、誕生月ごとに受診月が決まっています。特定健診などの受診時に一緒に受けてください。 ▼受診方法 下表の医療機関で直接受診してください ①便潜血検査(2日法)。検便検査です。内視鏡検査ではありません ②市内在住の27年3月末で40歳以上の方。ただし、次の①②に該当する方は、受診前にかかりつけ医にご相談ください。①現在、大腸やその他の腸の疾患で治療中の方②大腸がん検診で精密検査を受けた方、または疾病が発見されて経過観察中の方③生理中を避けて受診してください ④500円(受診医療機関

の窓口でお支払いください) ⑤検診結果は医療機関で直接お聞きください(郵送は行っていません)。検体が提出されなかった場合でも、自己負担金は返却できませんので、あらかじめご了承ください ⑥「がん検診推進事業」の対象年齢の方へは、大腸がん検診無料クーポン券とご案内を送付します。詳細は同封の「大腸がん検診無料クーポン対象者の皆様へ」を参照してください。なお、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 ⑦同係がん検診推進事業 大腸がん検診無料クーポン券を送付(配付)します

国のがん対策推進基本計画の一つとして「がん検診推進事業」を実施しています。

⑧26年4月1日時点で、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の方 ▼受診時期 ①東久留米市国民健康保険加入者＝誕生月ごとに決まっている特定健診の実施時②被用者保険加入者＝6月1日(日)～10月31日(金) ③無料 ④この事業は国の補助事業です。前記以外で検診対

象年齢の方は、市が実施する大腸がん検診を受診してください ⑤健康課特定健診係 ☎477・0013

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

☆ベビーマッサージ＝⑥6月25日(水) 午前10時半～11時半 ⑦首が据わる頃～ハイハイ程度の乳児とその保護者 ⑧8組 ⑨鈴木あゆみ氏 ⑩無料 ⑪バスタオル、お出掛けセット ⑫6月4日(水) 午前9時から受け付け(電話可) ☆幼児のつどい＝⑬⑭⑮5日(木) 午前10時45分～午後0時半が「合同遠足(滝山公園)」。現地集合・解散。2歳～4歳児。弁当、水筒、敷物持参。雨天の場合は室内遊び。12日(木) 午前10時半～11時半が「パズル遊び」。3・4歳児。

☆子育て交流会＝⑯10日(火) 午前10時半～11時45分 ⑰ボランティアによる歌やお話、体操など ⑱幼児

☆サロンフレンズ＝⑲11日(水) 午前10時半～11時半 ⑳「グループホームそよ風」を訪問。高齢者の皆さんと遊びましょう ㉑幼児 ㉒現地集合・解散

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆おはなし会＝⑳6月3日・10日のいずれも火曜日、午後4時から ㉓素話、絵本の読み聞かせ、手遊び ㉔小・中学生 ㉕協力は、おはなしくぬぎ

☆幼児のつどい＝㉖5日(木) 午前10時半～11時半 ㉗チャレンジリミック ㉘幼児

☆赤ちゃんといっしょスマイルタイム＝㉙6日(金) 午前10時半～11時 ㉚助産師による子育ての話、情報交換など ㉛0歳児とその保護者 ㉜当日直接会場へ

◎開館時間延長のお知らせ＝中央児童館は、6月から毎週水曜・木曜・金曜日を中学・高校生年代の居場所作りのため、午後7時まで時間延長します。㉝中学・高校生年代 ㉞登録時に、生徒手帳などの提示が必要です

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日＝㉟6月3日・10日のいずれも火曜日、午前11時～11時25分 ㊱絵本の読み聞かせ、手遊び ㊲幼児 ㊳みくろおはなしの会

☆赤ちゃん広場＝㊴④4日が「わらべ歌で遊ぼう」。講師は赤千恵美氏。11日が「助産師による体重測定、育児相談」。協力はひがくるめ助産師会。いずれも水曜日、午前10時半～11時半 ㊵0歳児とその保護者 ㊶4日は妊婦も可

☆幼児のつどい＝㊷⑤5日が2歳～4歳児。12日が1歳児。いずれも木曜日、午前10時半から ㊸時計作り

☆ミニサッカーの日＝㊹11日(水) 午後3時半から ㊺小学生 ㊻上履き

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆すくすく広場＝㊼6月4日(水) 午前10時半～11時半 ㊽赤ちゃんとの音のコミュニケーションワーク ㊾0歳児とその保護者 ㊿10組 ㊽炭田契恵子氏 ㊾受け付け中(電話可)

☆幼児のつどい＝㊿⑤5日(木) 午前10時半～11時10分が「運動遊び」、うさぎ(1歳1カ月～2歳6カ月児)。12日(木) 午前10時半～11時15分が「触れ合い遊び」、あひる(2歳6カ月～4歳児)

☆親子で体を動かそう＝㊽16日(月) 午前10時半～11時半 ㊾1歳～4歳児とその保護者 ㊿30組 ㊽健康運動実践指導者の戸田まゆみ氏 ㊾水分補給用の飲み物 ㊿動きやすい服装で。ひばり保育園との共催 ㊽6月9日(月) 午前9時から受け付け(電話可)

☆マジックショー＝㊾22日(日) 午前11時～11時半 ㊿手品を間近で見よう ㊽幼児～中学・高校生年代 ㊿先着50人 ㊽マジックBOX ㊾6月8日(日) 午前9時から受け付け(電話不可)

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

☆わくわく赤ちゃん広場「ねんねの会」＝㊿6月4日(水) 午前10時～11時半 ㊽6カ月未満児とその保護者 ㊿バスタオル ㊿保育有り(先着3人。予約制) ㊽当日直接会場へ

☆手作り布おもちゃの会＝㊿6月17日(火) 午前10時～正午 ㊿乳幼児とその保護者 ㊿裁縫箱、はさみ ㊿保育はありません ㊽6月16日(月) 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

☆上の原♡赤ちゃん広場＝㊿6月6日(金) 午前10時～11時半 ㊿ママ友達を作って情報交換しながら楽しく交流しませんか。体重測定や育児相談を受けます ㊿0歳児とその保護者 ㊿バスタオル ㊿当日直接会場へ

☆ちびっこ育児講座＝㊿6月12日(木) 午前10時～11時半 ㊿1・2歳児の遊び、生活、しつけなど、子育ての悩みをテーマに話し合います ㊿1・2歳児とその保護者 ㊿先着10組 ㊿保育有り(要予約) ㊽6月2日(月) から同センターへ

☆なかよし広場＝㊿6月10日が第六小学校、17日が第一小学校。いずれも火曜日、午前10時～11時半 ㊿お子さんと遊びながら、気軽に育児の情報交換をしたり、ボランティアと一緒に遊ぼう ㊿0歳～5歳児とその保護者 ㊿スリッパ ㊿当日直接会場へ徒歩か自転車でお越し

「大腸がん検診」実施医療機関一覧

Table with 3 columns: 医療機関名, 所在地, 電話番号. Lists various medical facilities across the city.

(★) アルテミスウイメンズホスピタルは女性のみ。(※) 石垣整形外科では特定健診・無保険者健診を実施していません。

図書館へ行こう

6月の図書館行事

費用はいずれも無料。中央・滝山図書館の行事は当日直接会場へ。東部・滝山図書館への車での来館はご遠慮ください。

■中央図書館＝①「大人のためのおはなし会」**日**6月3日(火)午前10時半～正午**場**同館2階大集会室**入**童心に帰ってお話を聞いてみませんか**出**ボランティア、図書館職員②「季節のおはなし会」**日**6月15日(日)小学校低学年向きが午後3時から、高学年向きが3時40分から**場**同館1階おはなし室**入**同館**電**475・4646

■東部図書館＝「親子で体験・使ってみようAED!」**日**6月22日(日)午後2時～3時半**場**東部地域センター1階講習室**入**東久留米消防署職員が防災に関する問題をクイズ形式で出題し、楽しく学びます。AED(自動体外式除細動器)の実演講習もあります**出**小学生～一般**定**30人**日**6月1日(日)から電話または直接、同館**電**470・8022へ

■滝山図書館＝「大人が楽しむおはなし会」**日**6月29日(日)午後2時～4時**場**西部地域センター3階第2・3講習室**入**大人向けの語りの世界を楽しんでください**出**滝山おはなし会と同館の共催 **場**同館**電**471・7216

6月の図書館休館日

6月6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)は、全館休館です。中央図書館は17日(火)も休館します。**場**中央図書館**電**475・4646

スポーツ

夏季市民オープンバスケットボール大会

～市バスケットボール連盟主催
日7月19日(土)・20日(日)・27日(日)のいずれも午前9時～午後6時50分**場**スポーツセンター**入**市内在住・在勤の18歳以上の方(高校生は不可)で編成されたチーム**費**1チーム5,000円。新規登録は別途3,000円**出**抽選会は6月28日(土)午後6時～8時、同センター3階会議室で**出**同連盟事務局・貫井清三**電**474・1111へ



クライミングウォール使用認定会
クライミングウォール個人開放時に使用できる方を判定・登録する認定会を開催します。

日6月20日(金)午後7時～9時**場**スポーツセンター**入**高校生年代以上で、リードクライミング技術を習得し、グレード5.10前半程度が完登できる方**定**10人**費**1,300円(施設使用料・保険代など)。当日集金します**出**用具を持っている方は持参してください**出**判定員は市山岳連盟**出**同センターで配布する用紙(要認め印。未成年者は保護者の同意が必要です)を提出してください**出**同市体育協会事務局**電**470・2722

第43回市民ソフトバレーボール大会

～市ソフトバレーボール連盟主催
日7月13日(日)**場**スポーツセンター**出**組み合わせ抽選会は6月29日(日)午後7時から**出**6月2日(月)～20日(金)に、同連盟ホームページまたは細川**電**090・5540・3065へ

ジュニアソフトテニス初心者教室

～市体育協会・都体育協会・都主催
日6月14日(土)午前8時～午後4時(予備日は6月21日)**場**市立テニスコート**入**市内在住・在学の小学3年生～高校3年生で、テニスシューズ、ラケットを持っている方**定**100人(小学生15人、中学・高校生年代85人)。応募者多数の場合は抽選**費**無料**出**タオル・帽子・飲み物**日**6月4日(水)までに(必着)、往復はがきに教室名・住所・氏名・電話番号・学校名・学年(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内体育協会事務局宛て郵送、またはファクス(470・4600)で送信**出**同協会事務局**電**470・2722

ニュースポーツデー

～スポーツ推進委員会主催
日6月14日(土)午前10時～午後4時**場**スポーツセンター**入**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**出**上履き**出**当日直接会場へ**出**生涯学習課スポーツ振興係**電**470・7784

教室・講座等

保育付き家庭教育講座「アートを通して子どもに寄り添う」

～市教育委員会主催、市文化協会主管
アートを通して、お子さんと同じ目線で向き合い、心も体も解放してみませんか。

日全2回。6月30日が「アートで五感を目覚めさせましょう」。7月7日が「色々な視点から感じて描いてみましょう」。いずれも月曜日、午前10時～正午**場**生涯学習センター**入**市内在住・在勤・在学の方、および関心のある方**定**先着20人**出**絵画療法士(アートセラピスト)の後藤光津子氏**費**1回につき500円**出**新聞紙3～4枚**出**汚れても良い服装(エプロンや腕カバーなど)でご参加を**出**満2歳～未就学児の保育有り(先着10人。6月20日(金)までに要予約)**日**6月2日(月)から電話またはファクスで、市文化協会**電**477・4700(ファクス同。電話受け付けは第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)へ。ファクスの場合は講座名・氏名・住所・電話番号・保育の有無(有りの場合はお子さんの氏名・年齢)を記入の上、送信してください**出**同協会

イベント

第197回市民プラザロビーコンサート～歌の花束～

日6月21日(土)午後2時～3時**場**市役所1階屋内ひろば**出**出演は東嶋正彦(バリトン)、東嶋裕子(ソプラノ)ほか。主な曲目は「ガンジス河に日はのぼり」「すみれ」「ラルゴ」「椰子の実」ほか**出**無料**出**当日直接会場へ**出**市民プラザ**電**470・7813

第3回東久留米ドキュメンタリー映画祭

日6月28日(土)＝①午前10時から、東部地域センターで「エンディングノート」②午後2時から、西部地域センターで「ライフ～いのちをつなぐ物語～」③午後5時から、西部地域センターで「エンディングノート」▼

季節を奏でる可憐な花々
自然に恵まれた榛名湖畔は、四季折々の花が山河に咲き誇り、花の名所が憩いの場所となっています。5月連休ごろの桜に始まり、5月下旬にツツジ、7月中旬にユウズゲ、そして8月中旬にマツムシソウの花が咲き始め、訪れた人を楽しませてくれます。

伊香保から榛名湖への途中、ヤセオネ峠を越えて沼ゲの花が咲き始め、夕方から翌日の朝まで見ることができ、県道渋川松井田線と、関東ふれあいの道(遊歩道)の間が、ユウズゲの群生地になります。その後遊歩道周辺に淡い紫色のマツムシソウの花が咲きます



榛名山とツツジの群生



ノ原に入ると、左手に草原が広がり、推定20万本の朱赤色や紅紫色のヤマツツジの群生が目飛び込んできます。ヤマツツジの見頃が終わるころ、県道を挟み反対側に、推定10万本の赤褐色のレンゲツツジが咲き始めます。そして、7月中旬になると、レモン色の可憐なユウズゲの花が咲き始め、夕方から翌日の朝まで見ることができ、県道渋川松井田線と、関東ふれあいの道(遊歩道)の間が、ユウズゲの群生地になります。その後遊歩道周辺に淡い紫色のマツムシソウの花が咲きます

(詳しくは榛名観光協会ホームページ「はるなび」の榛名山くぐるくるマップを参照してください)。
榛名湖畔に咲く季節の花々や、山々を覆う緑に癒やされてみては、いかがでしょうか。
(高崎市榛名支所地域振興課)

6月29日(日)＝④午前10時から、南部地域センターで「犬と猫と人間と2～動物たちの大震災～」⑤午後2時から、市民プラザで「もったいない!」⑥午後6時半から、市民プラザで「犬と猫と人間と2～動物たちの大震災～」**費**前売り券1作品1,000円、2作品1,900円、3作品2,700円、4作品3,500円。当日券1作品1,200円。中学生以下は500円**出**各会場30分前に開場**入**入場券は各会場頒布中**出**市民プラザ**電**470・7813、東部地域センター**電**470・8020、西部地域センター**電**471・7210、南部地域センター**電**451・2021

お知らせ

第24回ふれあい市民カラオケ大会

日ごろ鍛えた自慢ののどで、世代間交流をしてみませんか。コンテストではありませんので、気軽に応募してください。入場のみも可能です。

日7月19日(土)午前9時半から**場**生涯学習センターホール**定**100人(応募者多数の場合は抽選)**費**無料**日**6月21日(土)までに(必着)、往復はがきに「ふれあいカラオケ大会参加希望」と明記し、個人・グループの別と曲名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-11-9、「生きがい健康の会」事務局・岡沢秀夫宛て郵送を**出**同事務局・岡沢**電**474・7718



チャレンジボランティア講座

ボランティア活動をサポートする講座です。ボランティアについて学び、希望者に高齢者福祉施設や障害者福祉施設、保育園、ボランティア団体などの活動を紹介し、詳細は社会福祉協議会ホームページ(<http://www.higashikurume-shakyo.or.jp/>)をご覧ください。

①ボランティア講座
日次のいずれか1日に必ずご参加を。
①6月29日(日)午後1時半～4時②7月4日(金)午後5時～7時半③7月19日(土)午前9時半～正午**場**①が中央町地区センター第3・4会議室、

②③がわくわく健康プラザ2階社協議会議室AB**費**200円**日**当日直接会場へ

(2)活動の申し込み(前記講座参加者のみ受け付け)

日7月13日(日)が午前9時半～11時半、19日(土)が午後1時半～3時**場**わくわく健康プラザ2階社協議会議室AB**費**300円(ボランティア保険代)

(3)ボランティア活動

日8月1日(金)～31日(日)。半日から選択**出**小学4年生以上の学生で、地域でボランティア活動をしてみたい方**出**受け入れ施設によって年齢制限などの条件があります



場同協議会ボランティアセンター**電**475・0739

家事のお手伝い「ふれあいサービス」～住民による地域の助け合い～

市社会福祉協議会では、会員同士(年会費有り)の助け合いとして、高齢者や障害者、産前・産後の方を対象に家事や買い物、付き添いなどのお手伝いをしています。

▼利用料金と協力者謝金＝いずれも1時間につき800円～1,000円▼利用したい方＝まずはお電話ください。担当職員が訪問します▼協力できる方＝希望する活動内容や日時を登録し、お手伝いいただきます▼協力希望の方への説明会＝**日**6月12日(木)午前10時からと、30日(月)午後1時半から**場**わくわく健康プラザ社協議会議室**出**登録希望の方は顔写真(4cm×4cm)1枚**出**同土曜・日曜を除く前日までに同協議会地域福祉係**電**473・0294へ

くるくるチャンネル

「市民レポーター」を募集します

東久留米のふれあい情報サイト「くるくるチャンネル」では、地域の出来事や風景、コミュニティサイトに掲載されているイベントに参加した感想など、地域に関わる情報を掲載する「市民レポーター」を募集しています。

お役立ち情報や面白い情報など、情報発信してみませんか。

場くるくるチャンネル事務局**電**439・6033または生活文化課**電**470・7738