

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	31					

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						

↓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〉自殺対策強化月間、春の全国火災予防運動（1日～7日）、人種差別と闘う人々との連帯週間（21日～27日）、ミニの日（2日）、放送記念日（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

食事相談・健康相談

☎3月7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、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

2歳児歯科健診

☎3月5日（水）午前9時15分～10時15分受け付け
場わくわく健康プラザ内歯科健診、ブラッシングなど、☎24年1月生まれの幼児、☎当日直接会場へ、☎健康課保健サービス係☎477・0022

3歳児健康診査

☎3月6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2月1日～28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

子ども相談

☎3月11日（火）午前9時半～午後3時15分
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受け、☎幼児とその保護者、☎☎電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

はじめてのはみがきレッスン

“歯っぴーベイビー”
☎3月11日（火）午前10時～11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、☎満8カ月～10カ月児とその保護者、☎先着15組、☎☎3月3日（月）から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

1歳6カ月児健康診査

☎3月13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8月9日～31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

らくらく離乳食

☎3月19日（水）午後1時半～3時半
場わくわく健康プラザ内調理実習、☎6カ月～1歳未満児の保護者、☎先着20人。対象児の保育あり、☎☎申込時にお知らせします、☎☎3月3日（月）から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

親子でLet'sクッキング

☎3月25日（火）午後0時45分～3時半
場わくわく健康プラザ内親子で一緒に料理をします、☎4歳～未就学児とその保護者、☎先着20組。下の子（6カ月児以上）の保育あり、☎エプロン（親子）、三角巾（親子）、布巾2枚、台布巾、筆記用具、☎☎3月3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お問い合わせを。

中央（中央町1-10-11）
☎476・2161

☆幼児のつどい＝☎☎3月6日が「親子遊び」、13日が「お別れ会」。いずれも木曜日、午前10時半～11時半、☎幼児

☆あかちゃんといっしょ！スマイルタイム＝☎7日（金）午前10時半～11時半、☎助産師による子育ての話と情報交換など、☎0歳児、☎当日直接会場へ

☆のびのびぐんぐん＝☎11日（火）午前10時半～11時、☎触れ合い遊び、紙芝居、体操など、☎1歳児

☆工作の日＝☎14日（金）、15日（土）いず



ごみ

☎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)

れも午後2時から、☎ハニカムシートで作ろう、☎小・中学生、☎当日午後4時半まで受け付け

☆春の遠足＝☎27日（木）午前9時～午後4時15分（予定）※雨天中止。

場小金井公園内、☎小・中学生、☎40人、☎小学生100円、中学生500円（交通費）、☎他準備会は15日（土）午後3時からと24日（月）午後3時半から。両日ともご参加ください、☎☎3月3日（月）午後3時半から、参加費を添えて申し込みを

☆臨時閉館のお知らせ＝3月5日（水）の午前中は職員研修のため閉館し、午後1時から開館します。27日（木）は、春の遠足のため閉館します（雨天中止の場合は、通常通り開館します）

☆臨時閉館のお知らせ＝3月5日（水）の午前中は職員研修のため閉館し、午後1時から開館します。27日（木）は、春の遠足のため閉館します（雨天中止の場合は、通常通り開館します）

☆幼児のつどい＝☎☎3月6日（木）午前10時半～11時15分が「お別れ会の練習」。あひる（2歳6カ月～4歳児）。13日（木）午前10時半～11時半が「お別れ会」。うさぎ（1歳1カ月～2歳6カ月児）とあひる

ひばり（ひばりが丘団地8-11）
☎464・9300

☆幼児のつどい＝☎☎3月6日（木）午前10時半～11時15分が「お別れ会の練習」。あひる（2歳6カ月～4歳児）。13日（木）午前10時半～11時半が「お別れ会」。うさぎ（1歳1カ月～2歳6カ月児）とあひる



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）
3月2日・9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）
【歯科】
3月2日・9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）
3月2日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）
3月9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

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					

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			

市民プラザ塾講演会

『こころときめくままに
～キルトで紡ぐ家族模様～』

日 3月16日 (日) 午後2時～4時 場 市民プラザホール
師 パッチワーク・キルト作家の蛭川宏子氏 定 80人
※立ち見となる場合があります。費 無料 他 正午からはキルト作品の展示もご覧いただけます 申 当日直接会場へ 問 市民プラザ ☎470・7813



蛭川宏子氏

【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

滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

☆幼児のつどい=日 3月6日 (木) が「お別れ会の練習と1月～3月生まれのお誕生会」午前10時半～11時15分。2歳児。13日 (木) が「合同お別れ会」午前10時半～11時半。2歳～4歳児

☆将棋大会=日 8日 (土) 午後3時～4時50分 内 トーナメント戦 対 小学生～高校生年代 師 中井孝雄氏

☆地域懇談会=日 9日 (日) 午後7時から 内 滝山児童館の25年度の振り返りと来年度の運営に向けての意見交換など 内 地域の方、利用者の保護者など

☆おはなし会=日 11日・18日・25日のいずれも火曜日、午後3時半からが幼児、4時からが小学生 場 滝山図書館 内 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☆サロンフレンズ=日 12日 (水) 午前10時15分～11時半 内 お年寄りとお孫さんのほのぼの触れ合いサロン 対 幼児 持 コップ

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日=日 3月4日・11日 いずれも火曜日、午前11時～11時20分 内 絵本の読み聞かせや手遊びなど 対 幼児 師 みくりおはなしの会

☆赤ちゃんひろば=日 5日 (日) が「わらべ歌で遊ぼう」。赤神千恵美氏。

12日が「助産師による体重測定・育児相談」。ひがくるめ助産師会。いずれも水曜日、午前10時半～11時半 対 0歳児とその保護者。5日は妊婦可 申 当日直接会場へ

☆幼児のつどい=日 6日 (日) が「3月13日のお別れ会の練習」。1・2歳児。13日が「お別れ会 (劇遊び、保護者の出し物など)」1歳～4歳児。いずれも木曜日、午前10時半から。

☆ミニサッカーの日=日 12日 (水) 午後3時半から 内 ミニサッカーでゲームを楽しもう 対 小学生 持 上履き

☆よちよちひろば=日 14日 (金) 午前10時半～11時 内 音遊びや親子触れ合い遊び 対 1歳児

◎くぬぎ児童館の利用を2月末で終了しました

くぬぎ児童館は、耐震診断の結果が基準値に満たないことなどから、利用者の安全性を最優先し、2月27日をもって利用を終了しました。

41年間、皆さんにご利用いただき、ありがとうございました。

問 子育て支援課 ☎470・7736



いきいき健康家族

No.153 ワクチンで予防できる病気があります

「Vaccine Preventable Diseases (VPD)」は、「ワクチンで防げる病気」のことです。VPDは子どもたちばかりでなく、高齢化社会に生きる私たち自身の健康と命に関わる問題です。

ワクチンは感染症の原因となる病原体 (細菌やウイルスなど) の病原性を弱くしたり、毒素を無毒化したものです。ワクチン接種で病原体に対する抗体を作り、感染・発症・重症化の予防ができます。

接種には次の2通りがあります。

①定期接種=国・自治体が推奨する、一部を除き無料で受けられるワクチン

②任意接種=自己負担をして接種するワクチン。「受けなくて良いもの」ではない

現在、日本では次のワクチンが該当します。

①小児用肺炎球菌、ヒブ (インフルエンザ菌 b 型)、子宮頸がん、ポリオ、BCG、麻疹、風疹、百日ぜき、破傷風、ジフテリア、日本脳炎、高齢者インフルエンザ

②水痘 (水ぼうそう)、おたふくか

ぜ、B型肝炎、ロタウイルス感染症、成人用肺炎球菌、インフルエンザ、その他

最近では生後2カ月から定期接種の注射が始まり、1歳までに30回以上もの接種スケジュールとなることから、1回に複数種類を接種することが多くなりました。

日本脳炎は平成17年から5年間推奨されない時期がありましたが、現在は20歳までで特例措置で接種が可能です。蚊が媒介し発症すると治療が難しい疾病ですから、母子手帳で接種の有無を確認し、未接種ならぜひ受けることをお勧めします。

日本は欧米に比べてまだまだワクチンに関しては後進国と言われていますが、26年度に水痘と成人用肺炎球菌の2ワクチンが定期接種へ追加される方向にあり、今後もおたふくかぜ・B型肝炎・ロタウイルスなどのワクチンも検討される方針とのことです。

お子さんのワクチン接種時には必ず母子手帳を持参して記録を残しましょう。

(東久留米市医師会)

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

☆手作り布おもちゃの会=日 3月4日 (火) 午前10時～正午 内 布でおもちゃを作ります 対 乳幼児とその保護者 持 裁縫箱・はさみ 注 保育はありません 申 当日午前10時までに同センターへ

☆わくわく赤ちゃん広場「ねんねの会」=日 3月5日 (水) 午前10時～11時半 対 6カ月未満児とその保護者 持 バスタオル 他 保育あり。先着3人。予約制 申 当日直接会場へ

☆なかよし広場=日 3月14日 (金) 午前10時～11時半 場 第十小学校 内 お子さんと一緒に遊びながら、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びましょう 対 0歳～5歳児とその保護者 持 スリッパ 申 当日直接会場へ、徒歩か自転車でお越しください

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=日 3月7日 (金) 午前10時～11時半 内 ママ友達を作り、たくさんおしゃべりをしてストレスを解消しましょう。スタッフが体重測定や育児相談を受けます 対 0歳児とその保護者 持 バスタオル 申 当日直接会場へ

☆なかよし広場=日 3月11日 (火) 午前10時～11時半 場 第六小学校 内 お子さんと一緒に遊びながら、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びましょう 対 0歳～5歳児とその保護者 持 スリッパ 申 当日直接会場へ、徒歩か自転車でお越しください

☆ちびっこ育児講座=日 3月13日 (木) 午前10時～11時半 内 1・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。一人で悩まず一緒に考えましょう 対 1・2歳児とその保護者 定 先着10組 他 保育あり 申 3月3日 (月) から同センターへ

図書館へ行こう

よもう! あそぼう! かがくの本「かみ いろいろ」

絵本「かみ」(フレーベル館) を読んで、紙のいろいろを試してみよう。

日 3月9日 (日) 午前10時～11時 場 東部地域センター講習室 対 小学生 費 無料 申 当日直接会場へ 問 中央図書館 ☎475・4646

3月の図書館の休館日

3月の図書館休館日は、7日 (金)・14日 (金)・21日 (祝)・28日 (金) です。中央図書館は18日 (火) も休館します。滝山図書館は西部地域センターの工事のため、3月4日 (火) まで休館します 問 中央図書館 ☎475・4646



スポーツ

ニュースポーツデー

日 3月8日 (土) 午前10時～午後4時 場 スポーツセンター 内 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 持 上履き 申 当日直接会場へ 問 生涯学習課スポーツ振興係 ☎470・7784

小学生短期水泳教室

～市水泳連盟主催
場 日 ①スポーツセンター=3月27日 (木) 午後1時～3時、28日 (金)・31日 (月) 午前10時～正午、4月3日 (木) 午後1時～3時 ②柳泉園グランドパーク=3月25日 (火) 午前10時～正午、26日 (水) 午後1時～3時、28日 (金)・4月1日 (火) 午前10時～正午 対 新1年生～新4年生 (保護者の送迎をお願いします) 定 ①②のいずれも30人 (応募者多数の場合は抽選) 費 3,100円 (保険料含む) 申 3月7日 (金) までに (消印有効)、往復はがきに住所・氏名 (ふりがな)・性別・電話番号・新学年・参加希望の会場名を記入の上、〒203-0052、幸町2-13-2、山下美智子宛て郵送を 問 同連盟・山下 ☎420・9892 (午前9時～午後5時)

イベント

第194回市民プラザロビーコンサート～出愛に感謝をこめて～

日 3月15日 (土) 午後2時～3時 場 市役所1階屋内ひろば 内 出演は月江多恵子 (歌)、森若三栄子 (ピアノ)、藤山正史 (シンセサイザー)、岡田知恵 (ヴァイオリン)、ダンディーズ (歌)。主な曲目は「パリはシャンパン」「ラストダンスは私に」「雪が降る」ほか 費 無料 申 当日直接会場へ 問 市民プラザ ☎470・7813



月江多恵子氏

ミニブルーム交流カフェ

多摩信用金庫、日本政策金融公庫の共催で、創業をお考えの方を対象とした「ミニブルーム交流カフェ」を開催します。

日 3月12日 (水) 午後7時～9時 (6時半受け付け開始) 場 市民プラザホール 定 20人 費 無料 申 問 たましん事業支援センター ☎0120・778・265 または産業振興課 ☎470・7743へ

お知らせ

障害者青年教室 「ひばり学級」学級生募集

障害のある青年層を対象に、料理教室・歌声教室・施設見学会・ハイキング・ボウリングなどを盛り込んだ教室を開催しています。同じ学級の仲間や、ボランティアの皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしませんか。

④4月～27年3月の期間、毎月1回程度。主に日曜日の午前10時～正午(活動内容により時間は多少異なります)

⑤生涯学習センターほか⑥市内在住・在勤の16歳～30歳で、障害があり、一人で会場へ通うことができる独身の方⑦年間3,000円(教材費。その他の交通費などは自己負担)⑧3月25日(火)までに、電話または直接市文化協会 ☎477・4700へ。申込書は市文化協会(生涯学習センター内) 窓口で配布中
○ボランティアを募集します

「ひばり学級」をお手伝いしていただけるボランティアを募集しています。年間活動日のうち、都合の良い日にご協力ください。⑨同協会 ☎477・4700へ

26年度 市民自主企画講座講師等派遣事業 生涯学習活動団体の学習プランを募集します

地域で自主的に活動している生涯学習グループを育成するため、各団体が企画・運営する講座に対し、開講経費の一部を支援します。この機会に、ぜひご活用ください。

⑩歴史・経済・政治・文学・教育・家庭教育・文化などの学習グループやサークルが開催する講座で、7月1日(火)～27年3月20日(金)に開催するもの⑪広報紙で募集する市民も受講できる講座に限ります⑫土曜・日曜日を除く3月3日(月)～20日(木)の午前9時～午後5時、市文化協会(生涯学習センター内)で配布する申込書に記入の上、提出を⑬同協会 ☎477・4700

東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会 ～地域で子育ての助け合い～

「4月からライフスタイルが変わり、保育園・学童保育所への送迎が間に合わなくなる」「子育て中のリフレッシュ」「子どもを預けて用事を済ませたい」とお考えの方はご登録を。協力者も募集中。地域の子育てお助

～田無警察署からのお願い～

「母さん助けて詐欺」に市内が狙われています！

「母さん助けて詐欺」は、市内で昨年43件発生し、被害総額は9,458万円でした。今年に入って既に3件、約850万円の被害が発生しています。

最近の手口として、従来の「振り込み型」の他に、会社の上司や友人と名乗る者が現金を自宅などに取に来る「手渡し型」が増加し、市内でも既に発生しています。

家族、警察官、金融機関、市役所職員などを名乗り、電話でお金を要求された場合は詐欺を疑ってください。

息子や孫を装い、「電話番号が変わった」「代わりの者がお金を取りに行

け隊として活動しませんか。

まずは説明会にご参加ください。
⑭場①3月6日(木)②4月2日(水)のいずれも午前10時から生涯学習センター集会学習室5③3月12日(水)午後1時半から社協会議室(わくわく健康プラザ内)⑮入会希望者(保護者)の顔写真⑯保育あり。土曜・日曜日を除く3日前までに要予約⑰同ファミリー・サポート・センター事務局 ☎475・3294へ

「ニュースポーツEXPO in多摩2014」[たま発！ in Spring]

今回3回目となる「ニュースポーツEXPO in多摩2014」は、誰でも気軽に参加できるニュースポーツの体験イベントです。今年は、スギちゃん、本田望結ちゃん、岩崎恭子さんが皆さんと一緒にニュースポーツを体験、レポートします。一定数のニュースポーツの体験で素敵なプレゼントがもらえるほか、会場内では飲食ブースやステージパフォーマンスなど、楽しいイベントが盛りだくさんです。

同時開催の「たま発！ in Spring」では、ご当地キャラクター大集合をはじめ、フォトコンテスト入賞作品展、ワークショップ、お笑いライブなどを通じて、多摩地域の魅力を再発見し、発信していきます。

⑱3月15日(土) 午前9時半～午後4時⑲国営昭和記念公園みどりの文化ゾーン⑳無料㉑主催は東京都、東京都レクリエーション協会ほか㉒ニュースポーツEXPO in多摩2014運営事務局 ☎03・5771・2368(平日午前10時～午後5時)、同ホームページ(<http://new-sports-expo.com>)、たま発！事務局 ☎03・3457・3006(平日午前10時～午後6時)、同ホームページ(<http://tama120.jp/>)

シルバー人材センター 各種教室のご案内

シルバー人材センターでは、子ども向けの英語、補習、書道の各教室や、大人のための書道教室、体操教室を開講しています。見学は随時受け付けています。

⑳同公益社団法人東久留米市シルバー人材センター ☎475・0738へ 市消費者センターにご相談ください

①多重債務110番を実施します
多重債務でお困りの方は、一人で悩まずに相談しましょう。

②3月3日(月)・4日(火)のいずれも午前10時～正午、午後1時～4時⑳市消費者センター(市役所2階生活文化課内)㉑電話相談・対面相談(い

くので渡して)などの電話を受けた場合は、すぐに110番通報または田無警察署に連絡してください。

被害者は、「詐欺は知っていたが、まさか自分が被害に遭うとは思っていなかった。」と話しています。

普段から家族で合言葉を決めておくなど近況報告だけでなく、詐欺の手口を話題にし「家族の絆」を深めて、「母さん助けて詐欺」を市内から撲滅しましょう。

詳しくは田無警察署生活安全課防犯係 ☎467・0110(内線2612)または市防災防犯課防犯係 ☎470・7769へ。

夏の避暑地、榛名湖で「第2回榛名湖リゾート・トリアスロンin群馬 馬」を、7月27日(日)に開催します。競技はスタンダードとトリレーの2種目です。スイムは、水温約24度(7月の平均水温)の榛名湖を泳ぎ、バイクは榛名富士を中心とした変化に富んだアップダウンコースと、広々とした

コースだからその満足感と充実感が味わえる設定となっています。ランはリゾート気分いっぱい湖岸沿いを走ります。限りなく透明な空気と水に包まれながらのフィニッシュです。2月15日から参加者を募集しています(定員になり次第締め切り)。湖畔に映る深緑と、美しい水面きらめ

く高原リゾートを満喫しながら、家族みんなで「特別な夏」をトリアスロンで体感してみたいかがでしょうか。問い合わせは、榛名湖リゾート・トリアスロンin群馬実行委員会事務局 ☎027・374・6715、同大会公式ホームページ(<http://maru-tri.jp>)へ。(高崎市榛名支所地域振興課

いずれも予約不要) ※通常の消費者相談も行っています。

⑳同センター ☎473・4505

②特別相談「若者のトラブル110番」を実施します

若者の消費生活に関するトラブルの相談を受け付けます。

⑳3月17日(月)・18日(火)のいずれも午前10時～正午、午後1時～4時㉑市消費者センター(市役所2階生活文化課内)㉒電話相談・対面相談(いずれも予約不要) ※通常の消費者相談も行っています。

⑳同センター ☎473・4505

ガイド

借金の返済でお悩みの方へ

関東財務局東京財務事務所では、無料の多重債務相談窓口を開設しています。専門の相談員が電話または面接による相談に応じ、必要に応じ法律の専門家に引き継ぎを行っています。個人の秘密は厳守します。まずはお電話ください。

東京財務事務所は国の機関です。借金の問題は、必ず解決できます。一人で悩まず、安心してご相談ください。

▼受付時間 平日の午前9時～正午、午後1時～5時

⑳同事務所多重債務相談窓口 ☎03・5842・7475(直通)

「悪徳探偵被害110番」を実施します
「詐欺被害を取り戻します」などどうだった探偵業者に高額な費用を支払ったのに何もしてくれず、悩んでいませんか。一人で悩まず、気軽にご相談ください。弁護士が相談に乗ります。

⑳3月7日(金) 正午～午後6時㉑電話相談。☎03・3502・3860(当日のみの臨時電話番号)。電話機3台で弁護士が対応します㉒悪徳探偵による被害を受けた方㉓無料㉔面接相談を希望する方には電話相談の際にご案内します㉕第二東京弁護士会人権課消費者問題対策委員会担当・松本 ☎03・3581・2257
北多摩北部医療圏脳卒中ネットワーク都民講演会「脳卒中はこれで予防できる。これって本当?～健康・医療情報の見極め方」
⑳3月15日(土) 午後2時～4時



第1回大会の様子

(開場は1時半)㉖小平市中央公民館ホール(西武多摩湖線青梅街道駅徒歩5分)㉗先着100人㉘帝京大学医学部臨床研究医学講座特任講師の大野智氏㉙無料㉚当日直接会場へ㉛小平市医師会 ☎042・343・8260

水道に関するお問い合わせは、都水道局多摩お客さまセンターへ

水道使用の開始・中止など、各種お問い合わせは、「都水道局多摩お客さまセンター」にご連絡ください。

▼受付時間 日曜・祝日を除く午前8時半～午後8時 ※漏水事故など緊急の用件は、全日24時間ご案内しています。

①引っ越しや契約の変更 ☎0570・091・100(ナビダイヤル)または ☎042・548・5100へ

②料金、漏水修繕、その他 ☎0570・091・101(ナビダイヤル)または ☎042・548・5110へ

日本社会事業大学公開講座 「社会福祉総合科目」

⑳全15回。4月5日～8月2日の土曜日、午前10時40分～午後0時10分。初回は4月5日。 ※以降の日程は初回時にお知らせします。㉑日本社会事業大学A402教室(清瀬市竹丘三丁目)

㉒先着50人㉓5,000円㉔3月1日(土)～22日(土)に(必着)、往復はがきの往信用に住所・氏名・性別・年齢・職業を、返信用に住所・氏名

を記入の上、〒204-8555、清瀬市竹丘3-1-30、日本社会事業大学大学教務課「社会福祉総合科目」担当宛て郵送を㉕同課 ☎496・3100

講演会
「家族支援の現状と今後の取り組み」
精神障害の家族を抱えて、誰にも相談できず途方に暮れている方、家族支援の現状を知り、地域社会で明るく暮らしていくを一緒に考えてみませんか。

⑳3月25日(火) 午後1時～3時(0時10分開場)㉑清瀬市コミュニティプラザひまわり「講座室」(清瀬市下清戸1-212-4)㉒先着110人㉓日本社会事業大学学長の大島巖氏㉔無料㉕当日直接会場へ㉖清瀬・東久留米地区精神障害者家族会「蒼空会」 ☎042・493・0210

