

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



↓市政へのご要望・ご意見はこちらへ

- ◎ご意見箱設置場所
市役所ロビー、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
<http://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken/index.html>

人口と世帯<平成24年11月1日現在> 人口115,855人(うち外国人1,584人) / 前月比33増 男57,064人 / 前月比23増 女58,791人 / 前月比10増 世帯数51,355 / 前月比42増

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

けんこう

高齢者に対するインフルエンザ予防接種

予防接種法に基づきインフルエンザ予防接種(本人負担あり)を実施します。ただし、接種を受けることは義務ではありません。本人が希望する場合に限

り接種を行います。接種を受ける際は、年齢・住所が確認できる健康保険証などを持参の上、下表の実施医療機関で配布する説明書を必ず読んでから接種してください。**■実施期間は25年1月31日(木)まで。**ただし、日曜日、祝日、医療機関の休診日を除く。※実施期間は前記の通りですが、効果の面からは年内に接種すべきと考えられています。**■市内在**

高齢者インフルエンザ予防接種実施医療機関(東久留米市)

医院名	所在地	電話番号
東久留米団地診療所	上の原1-4-28-113	471・2628
篠原医院	金山町2-6-14	471・1431
武田クリニック	大門町1-1-24	477・5856
松岡レディスクリニック	東本町1-3	479・5656
細井医院	東本町4-3	471・0130
初谷整形外科クリニック	東本町5-1	473・5596
おかの内科クリニック	東本町6-15	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9	477・5566
いくせ医院	新川町1-4-18	471・2304
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177
東久留米クリニック	新川町2-2-22	477・0071
尾崎医院	浅間町2-26-19	421・8138
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421・2121
ひばりが丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
清水胃腸科内科	本町1-1-11	472・8709
小笠原医院	本町1-2-3	471・0056
たかはしクリニック	本町2-3-4	479・1800
子田整形外科	本町3-1-1	475・0610
古谷消化器科・内科	本町3-1-9	476・4100
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291
あだち医院	本町3-11-15	420・5661
山口内科・呼吸器科クリニック	本町3-12-2	472・2386
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	477・0555
さいわい町診療所	幸町5-7-1	470・7676
鹿島医院	南沢4-3-2	461・2967
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460・8502
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470・9118
島田整形外科	前沢5-24-23	470・9511
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460・0531
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311
石垣整形外科	滝山5-22-17	470・0620
長生医院	滝山7-3-17	473・1117
飯田医院	滝山7-15-16	472・8181
胃腸科内科松本クリニック	下里2-8-21	479・7171
大波クリニック	下里7-6-2	473・7355

住の方で、接種日に①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能に、自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害がある方(身体障害者手帳1級程度の障害を有する方で、手帳の写しが必要) **■**2,200円(一人1回のみ)。非課税世帯は有料です。生活保護受給者などは無料ですが、受給証明書の提出または中国残留邦人等本人確認証の提示が必要です

▼実施医療機関 左表の通り。※近隣市(西東京市・小平市・東村山市・清瀬市)に限り、協定により市内の医療機関と同様に取り扱います(12月28日<金>まで。ただし、西東京市は25年1月31日<木>まで)。近隣市で接種を受ける際は東久留米市の予診票が必要です。予診票は、市内の委託医療機関窓口のほか、市役所1階総合案内窓口、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、わくわく健康プラザ内健康課予防係で配布しています **■**同係 **☎**477・0030

4カ月児健康診査・BCG予防接種

■11月29日(木) 午後0時半~1時半受け付け。6カ月未満児でBCG予防接種のみの方は午後1時半~2時45分受け付け **■**わくわく健康プラザ **■**24年7月9日~7月29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

1歳6カ月児健康診査

■11月22日(木) 午後0時半~1時半受け付け **■**わくわく健康プラザ **■**23年4月21日~5月12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

■11月21日(水) 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



休日・夜間診療

必ず保険証をご持参ください。保険証がないと自費料金になります。

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)

11月18日=石橋クリニック(東本町8-9、**☎**477・5566)

11月23日

=わくわく健康プラザ内休日医科診療所(滝山4-3-14、**☎**473・3663)

11月25日=たかはしクリニック(本町2-3-4、**☎**479・1800)

【歯科】

11月18日・23日・25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)

11月18日・25日=前田病院(中央町5-13-34、**☎**473・2133)

11月23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出) **☎**477・1115

○中央図書館 **☎**475・4646(月曜・火曜日が午前10時~午後6時。水曜・木曜日が午後8時まで。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)

○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、祝日が午前9時~午後9時半)

○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

11月23日(勤労感謝の日)のごみ収集は

11月23日は金曜日の祝日ですが、通常通り該当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・紙パック類…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)



市消防団が 都知事から表彰されました

10月1日に東久留米市消防団が、地域消防の発展に尽力し、特に優れた業績を上げたと認められたため、「消防・災害対策功労」として、都知事から表彰されました。詳しくは防災防犯課 ☎470・7769へ。



都知事から贈られた表彰旗と表彰状

【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

不活化ポリオワクチンの追加接種が定期予防接種になりました

追加接種（4回目）について、公費負担（無料）で接種できるようになりました。

【接種回数・間隔】 1期追加＝初回接種3回目終了後、6カ月以上の間隔を空けて1回（初回接種3回目終了後1年～1年6カ月が標準）。

健康課予防係 ☎477・0030

食事相談・健康相談

11月20日（火）午前9時半～11時半 場所 わくわく健康プラザ 内容 血糖、コレステロール、中性脂肪、血圧、その他、乳幼児～高齢者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 申込 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＝11月15日（木）午前10時～11時半が「楽器を作ろう」、3・4歳児。22日（木）午前10

時～11時15分が「楽器を作ろう」、2歳児。29日（木）午前10時～11時半が「クリスマス会の練習」、3・4歳児。

☆折り紙教室＝11月20日（火）午後3時～4時半 対象 幼児～中学生 講師 大泉光子氏

☆粘土工作教室＝11月25日（日）午前10時～11時半 内容 サンタの人形を作ります 対象 小学生 定員 先着25人 講師 小林みゆき氏 11月18日（日）午後5時まで受け付け。本人か家族の方が直接申し込みを（電話不可）

☆ひよこタイム＝11月27日（火）午前11時～11時20分が「手遊び、絵本など」、11時20分～正午が「触れ合いタイム」 対象 0歳～2歳児

くぬぎ（前沢4-6-3）
電話473・7315

☆幼児のつどい＝11月15日が「楽器遊びと11月の誕生会」、22日が「クリスマス工作」、29日が「ミニコンサート（デュークエイセスの大須賀ひでき氏を招いて、秋の歌を楽しみます）」。

☆ぼかぼかタイム＝11月21日（水）午前10時半からが0歳児、11時からが1歳児 内容 わらべ歌遊び 講師 原悠子氏

☆囲碁の日＝11月21日・28日のいずれも水曜日、午後3時から 対象 小・中学生 講師 囲碁連盟

☆ハッピータイム＝11月7日（金）午前10時半から 内容 親子ヨガ 対象 1歳未満の乳児とその保護者 定員 10組 講師 中島真美氏 11月24日（土）午前9時半から受け付け（電話可）

☆クリスマス会＝11月15日（土）午後2時から 内容 人形劇（おはなしくぬぎ）、ハンドベル、ダンス、マジック など 対象 小学生100人 11月24日（土）午前9時半から参加整理券（無料）を配布 整理券のない方も当日入場できますが、プレゼントをもらえない場合があります



中央（中央町1-10-11）
電話476・2161

☆幼児のつどい＝11月22日が「クリスマス会の練習①」、29日が「クリスマス会の練習②」、12月13日が「クリスマス会」。いずれも木曜日、午前10時半～11時半 対象 幼児

☆ビーズ工作教室＝11月24日（土）午後1時半から 内容 ビーズを使って、かわいいマスコットを作ります 対象 幼児（保護者同伴）～中学生 定員 100人 講師 丸実会

☆おはなしの日＝11月28日（水）午前11時～11時半 内容 手遊びと絵本の読み聞かせ 対象 幼児

☆将棋教室＝11月28日（水）午後3時から 対象 小・中学生 講師 東久留米市将棋研究会

☆クリスマス会＝11月15日（土）午後1時半から 内容 マジックやダンスなど、子どもたちが出し物を考えます（内容は小学生向け） 対象 4歳児（保護者同伴）～中学生 定員 200人 11月24日（土）午前9時から参加整理券（無料）を配布 整理券のない方も当日入場できますが、プレゼントをもらえない場合があります

☆臨時閉館のお知らせ＝11月15日（土）午前中は、クリスマス会準備のため閉館します

けやき（大門町2-10-5）
電話474・6653

☆おはなしの日＝11月20日（火）午前11時～11時20分 内容 絵本の読み聞かせや手遊び 対象 幼児 講師 みくりおはなしの会

☆赤ちゃんひろば＝11月21日が「親子のコミュニケーションワークとティータイム」。講師は炭田契恵子氏。飲み物持参 28日が「ベビーマッサージ」。定員先着25組。講師は渡辺直子氏。オイル代200円（当日集金）。バスタオル、オムツ、飲み物持参。①②のいずれも水曜日、午前10時半～11時半 対象 0歳児とその保護者 ①は当日直接会場へ②は11月21日（水）午前9時から受け付け（電話可）

☆幼児のつどい＝11月22日が3・4歳児、29日が1・2歳児。「11月・12月お誕生会&クリスマス会練習」。いずれも木曜日、午前10時半から

☆お母さんと絵本＝11月27日（火）午前10時半～11時15分 内容 絵本の読み聞かせや素話、手遊びなど。東部図書館の職員によるお話 対象 幼児

☆クリスマス会＝11月15日（土）午後2時半～4時 対象 4歳児（保護者同伴）～小学生 定員 150人 11月24日（土）午前10時から参加券（無料）を配布。同館受け付けで直接申し込みを（電話不可）

☆臨時閉館のお知らせ＝11月23日（祝）は、設備点検のため閉館します

ひばり（ひばりが丘団地8-11）
電話464・9300

☆ひばりC.A.F.A.＝11月16日（金）午前10時半～11時20分 内容 助産師の佐藤美雪氏を囲んで、気軽にお話ししよう 対象 乳幼児とその保護者

☆びよびよママの会＝11月21日（水）午前10時～11時半 内容 助産師による体重測定、子育て相談など 対象 0歳児とその保護者 講師 バスタオル、母子手帳 保育あり（先着3人。前日までに要予約）

☆幼児のつどい＝11月22日（木）午前10時半～11時15分が「新聞紙遊び」。あひる（2歳6カ月～4歳児）。29日（木）午前10時半～11時10分が「クリスマス会準備」。うさぎ（1歳1カ月～2歳6カ月児）

☆手芸の日＝11月23日（祝）午前9時～午後4時 内容 写真フレームを作ろう 対象 小学生 定員 先着30人 当日受け付け

☆すすくすく広場＝11月28日（水）午前10時半～11時半 内容 わらべ歌で子育て 対象 0歳児とその保護者 定員 先着15人 講師 原悠子氏 11月21日（水）午前9時から受け付け（電話可）

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

☆手作り布おもちゃの会＝11月20日（火）午前10時～正午 内容 布でおもちゃを作ります 対象 乳幼児とその保護者 講師 裁縫箱・はさみ 保育はありません 11月19日（月）までに同センターへ

☆わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」＝11月28日（水）午前10時～11時半 対象 6カ月～12カ月児とその保護者 講師 バスタオル 保育あり（先着3人。要予約） 当日直接会場へ

センター上の原（上の原1-2-44）
電話420・9011

☆なかよし広場＝11月20日（火）は第一小学校で、27日（火）は第六小学校で。いずれも午前10時～11時半 内容 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 対象 0歳～5歳児とその保護者 講師 スリッパ 当日直接会場へ徒歩か自転車で会場を

Q&A

消費生活の正しい知識

オンラインゲームのトラブル

Q. インターネットのオンラインゲームで、お金をかけて苦労して手に入れたアイテムが消えてしまった。これは自分の財産であり所有権があると思うので、元に戻してほしい

A. 愛着のあるキャラクターや苦労して得たアイテムが消失するのは災難としか言いようがありませんが、ゲーム運営会社の利用規約には、通常、アイテムの消失について一切責任を負わない旨が定められています。アイテムを「物」として所有権を認め、損害賠償請求をするのは難しいだろうと考えられているのが現状です。

インターネット上で利用できるサービスは流動的で、時々刻々と変化しています。いま楽しんでるゲームも、いつまでも継続して遊べる保証はありません。アイテムを増やしたり、強くしたりするために高額な課金をするときには「それは形がなく補償されないものだ」という認識を持つ必要があるのではないのでしょうか。またゲーム内での禁止行為には、法律違反として著作権・肖像権

侵害、薬物売買行為のほか、有害行為として、わいせつ表現、暴力表現、誹謗中傷、あらし行為（利用者に対する嫌がらせ）などがあります。

ゲーム運営会社はゲーム内の監視を実施しており、システム・目視・ユーザーからの通報を通じて違反行為を検知しています。違反行為が確認されると警告・利用停止・再入会禁止などの措置を取ります。中には「規約違反の覚えがないのに退会させられた」という相談もありますが、違反と思われる行為の内容を明らかにすると監視をすり抜けることがあるため、詳細を知らせないのが一般的です。ルールや禁止事項はそれぞれのゲームによって異なります。利用しているオンラインゲームの利用規約をよく確認しましょう。

オンラインゲームでは、次々と新しく楽しそうなイベントが開催されます。ゲームの時間が長くなり高額な料金を使ったり、その中の人間関係に縛られたりしがちです。熱中するあまり現実の社会生活に支障をきたさないよう、くれぐれもご注意ください。

《消費者相談》

●平日の午前10時～午後4時＝市消費者センター（市役所2階生活文化課内） ☎473・4505

●平日および土曜・日曜日、祝日の午前10時～午後4時＝消費者ホットライン ☎0570・064370

スポーツ

岩崎恭子さんの水泳教室

バルセロナオリンピック金メダリストの岩崎恭子さんを招いて、水泳教室イベントを行います。一緒に来年のスポーツ祭東京2013と2020年オリンピック・パラリンピック東京招致を盛り上げましょう。

ゲストとして市内在住のロンドンパラリンピック銅メダリスト小山恭輔さんも参加します。

12月2日(日)午前10時～11時半が「小・中学生の部」、午前11時45分～午後1時15分が「一般の部(高校生以上)」※市内在住・在勤・在学の方
 場 スポーツセンター温水プール 水泳指導、質問コーナーなど 先着各50人 無料 受け付け開始時点で定員を超えた場合は抽選になります。電話申し込みも可能ですが、受付開始直後はつながりにくくなることが予想されます
 11月21日(水)午後1時から、直接同センター窓口へ 同センター ☎470・7900

プール休場のお知らせ

岩崎恭子さんの水泳教室のため、スポーツセンター温水プールは、12月2日(日)は午後2時半から一般開放します。

なお、プール以外は、平常通り利用できます 同センター ☎470・7900

秋季市民バドミントン市民大会～市バドミントン連盟主催

12月9日(日)午前9時半集合 場 スポーツセンター 男女とも1部～3部の個人ダブルス戦 市内在住・在勤・在学の高中生以上の方 1チーム2,400円 11月29日(木)までに(必着)、はがきに氏名・希望の部・電話番号を記入の上、〒203-0051、小山5-5-9、福田行高宛て郵送を 同連盟・山口 ☎473・2162 (夜間)

図書館へ行こう

東久留米発「科学の本の読み聞かせ」

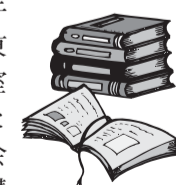
科学技術コミュニケーション推進事業 東久留米で生まれ、全国に広がる科学の本の読み聞かせを、講演や実践を体験しながら楽しく学びます。

子育て中の方、読書活動や教育に関心のある方、科学とコミュニケーションを実践したい方など、ぜひご参加ください。協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとはんと」。

12月2日(日)午後1時半～4時半 場 東部地域センター講習室 ①講演「かがくのともと私～自然との出会い、人との出会い」。講師は編集者の澤田精一氏 ②科学の本の読み聞かせ体験 無料 当日直接会場へ

よもう! あそぼう! かがくの本～読む本「みるかがみ あそぶかがみ」～本と同じように鏡を使って、実験しながら絵本を楽しみます。小学生向け。

12月2日(日)午前10時～11時 場 東部地域センター講習室 無料 当日直接会場へ 中央図書館 ☎475・4646



イベント

第179回市民プラザ・ロビーコンサート

～あんなうた・こんなうた・みんなのうた～

11月24日(土)午後2時～3時 場 市役所1階屋内ひろば 出演は古市尚子(歌)、竹田史子(ピアノ)、佐藤裕子(ヴァイオリン)の各氏。主な曲目はオペラ『リナルド』より「涙の流れるままに」、花かげ、君の名は、情熱大陸、スタンド・アローンほか 無料 当日直接会場へ 市民プラザ ☎470・7813



出演の左から古市尚子・竹田史子・佐藤裕子の各氏

薬湯の日「ショウガの湯」

12月2日(日)、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 産業振興課 労働政工係 ☎470・7743

多摩六都フェア「多摩北部5市美術家展」(第25回圏域美術家展)

多摩北部5市(東久留米市、小平市、東村山市、清瀬市、西東京市)を代表する著名な美術家の作品(絵画)を展示します。ぜひご鑑賞ください。主催は多摩北部都市広域行政圏協議会、企画は圏域美術家展実行委員会。

11月27日(火)～12月2日(日)午前9時～午後6時(2日は午後5時まで) 場 清瀬市郷土博物館ギャラリー(清瀬市上清戸2-6-41) ※西武池袋線清瀬駅北口から徒歩約10分。無料 同博物館 ☎042・493・8585

お知らせ

シネマdeおしゃべり

上映映画「マイライフ・アズ・ア・ドッグ」

～男女平等推進センター主催 多様な生き方を尊重する人間関係の中での、成長をテーマとする作品を鑑賞し、上映後お茶を飲みながらおしゃべりをします。

11月30日(金)午後7時～9時
 12月1日(土)午前10時～正午 場 男女平等推進センター会議室 ①(映画紹介)1950年代のスウェーデンを舞台につづられる、短い夏の記憶、最愛の母との思い出。いつか子どもの時間が終わり、大人への第一歩を踏み出していく少年の姿をみずみずしく描き出す。かつて子どもだった、すべての大人たちへ。監督はラッセ・ハルstrom(1985年。102分。スウェーデン) ②のいずれも先着24人 無料 2歳～未就学児の保育あり。11月16日(金)～21日(水)に要予約 同 11月16日(金)～28日(水)に、氏名・電話番号・保育を希望する方はお子さんの氏名・年齢を電話または直接、同センター ☎472・0061 (火曜日休館) へ

公益社団法人東久留米市シルバー人材センター会員募集

～あなたの知識・技能・経験を生かしませんか～

「就職は望まないが何らかの収入を得たい」「地域に貢献したい」という、健康で意欲のある方は入会説明会にご来場ください。

11月21日(水)午後1時半から2時間程度(毎月開催しています) 場 シルバー人材センター2階会議室(下里4-1-44) 市内在住の原則60歳以上で同センターの趣旨に賛同頂ける方 1年 年度会費2,000円、顔写真(4cm×3cm)1枚、筆記用具、郵便貯金通帳、認め印、本人確認書類 同センター ☎475・0738

ガイド

公立昭和病院「第9回市民公開講座」

今回のテーマは、消化器外科の三木健司氏と認定看護師の小湊裕美子氏による「大腸がんの治療と快適な療養について」です。気軽にご参加ください。

12月1日(土)午後2時～3時半 場 公立昭和病院内講堂 当日直接会場へ 同病院医事課 医事係 ☎461・0052 (内線2170)

「地酒ひがしくるめ 七福神純米酒」好評販売中

東久留米酒販組合では、25年1月12日(土)に開催される「2013開運!東久留米七福神めぐり」を記念し、今年も「地酒ひがしくるめ 七福神純米酒」(720ml入り、1,090円)を、11月1日から期間限定で販売しています(1月末日販売終了予定)。縁起物の日本酒を暮れの贈り物に、またはお正月の開運祈願などにいかがでしょうか。

詳しくは同組合ホームページ(<http://higashikurume-syuhan.com/>)

MXテレビの放送周波数が変わります

MXテレビ(東京メトロポリタンテレビジョン)は、東京スカイツリーへの送信所移転に伴い、放送周波数が変わります(10月～来年3月にかけて)。リモコンチャンネル9は変わりません。

①デジタルテレビの多くは自動的に放送周波数の再設定を行う機能がありますので、ほとんどの世帯で手動での対応は不要です(テレビのコンセントを抜いていると、自動再設定機能が働かない場合があります)。

②J-COMにご加入の世帯は、対応の必要がありません。

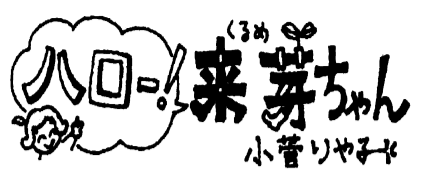
一部の自動再設定機能がないテレビの場合は、手動による再設定が必要になります。11月中旬以降、MXテレビの画面にブロックノイズが出るなどの症状が出た場合は、手動による再設定が必要です。再設定の方法は、テレビの取り扱い説明書をご覧ください。MXテレビのスカイツリー移転コールセンター ☎0570・00・1400(午前9時～午後9時)へ問い合わせください。また、テレビ以外の地デジチューナー、録画機、ワンセグ携帯、パソコンテレビ、車載テレビなどでも、放送周波数変更に対応する必要があります。

詳しくはTOKYOMXホームページ(www.mxtv.co.jp)またはデータ放送をご覧ください。

しごとセンター多摩の就業支援

①全年齢対象「合同就職面接会」

12月14日(金)午後1時～4時(受け付けは午後0時半～3時半) 場 東京し



壊れたおもちゃの受け付けは終了しました。

ごとセンター多摩(国分寺市南町三丁目) ①おむね20社の企業が参加予定 履歴書(複数枚) 当日直接会場へ

②55歳以上対象 「面接対策セミナー(立川会場)」

12月6日(木)午前10時～正午 場 立川商工会議所(立川市曙町二丁目) 先着30人(予約制)

「合同就職面接会(立川会場)」

12月6日(木)午後1時半～4時半(受け付けは1時～3時半) 場 立川商工会議所 ①おむね7社の企業が参加予定 履歴書(複数枚) 当日直接会場へ ③女性対象「1日でわかる再就職のポイント(昭島会場)」

12月17日(月)午後1時半～4時半 場 昭島市民会館・公民館(昭島市つつじが丘三丁目) 先着50人(予約制) 託児あり(予約制。対象年齢条件などあり)

④30歳～44歳対象 「就活ワークトレイン多摩」

25年1月16日(水)～24日(木)の午前10時～午後5時(日程により変動あり) 場 東京しごとセンター多摩 15人(選考あり) 詳細は同センターへ

⑤34歳以下対象「実践!採用担当者に選ばれる応募書類&面接対策講座」

12月19日(水)・20日(木)午後1時半～4時半 場 東京しごとセンター多摩 1日目「応募書類対策講座」、2日目「面接対策講座」 先着30人(予約制)

⑥30歳～54歳対象「実践!採用されるための応募書類・面接対策講座」

12月12日(水)午後1時～5時 場 東京しごとセンター多摩 先着50人(予約制)

⑦55歳以上対象「自分を活かす!再就職対策講座」

12月5日(水)午後1時半～4時半 場 東京しごとセンター多摩 先着50人(予約制)

場 東京しごとセンター多摩 ☎042・329・4524