

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>

〔今月の月間・週間案内〕 子ども・若者育成支援強調月間、文化財保護強調週間（1日～7日）、税を考える週間（11日～17日）、文化の日（3日）、勤労感謝の日（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

四種混合ワクチンが定期接種になりました

三種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風）と不活化ポリオワクチンが合わさった四種混合ワクチンが、11月1日（木）から定期接種として接種できるようになりました。

生後3カ月～7歳6カ月になる2日前の方 ※3カ月児には個別に通知します。接種回数・間隔は次の通り。
 ▼初回接種＝20日～56日間の間隔を空けて3回（生後3カ月～12カ月での接種が標準） ※20日～56日以外の場合、任意接種の取り扱いとなります。ただし、7歳6カ月になる2日前までの接種費用は、公費負担（無料）です。
 ▼追加接種＝初回接種の3回目終了後、6カ月以上の間隔を空けて1

回（初回接種終了後1年～1年6カ月が標準）三種混合ワクチン、単独の不活化ポリオワクチンの接種を開始している方は、原則最後まで同じワクチンで接種完了するようにしてください
 実施医療機関や詳細は市ホームページを参照してください健康課予防係 ☎477・0030

第59回市民のための医療講座「災害に備えて」

～東久留米市三師会主催
 日11月17日（土）午後2時～4時 場市役所7階701会議室 定先着150人 師東久留米市医師会、東久留米市歯科医師会、東久留米市薬剤師会 費無料 申当日直接会場へ 問健康課 ☎477・0022

4カ月児健康診査・BCG予防接種

日11月8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 場わくわく健康プラザ 定24年6月12日～7月8日生まれの乳児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

3歳児健康診査

日11月15日（木）午後0時半～1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 定21年10月17日～11月7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11月13日（火）午後1時～2時半 場わくわく健康プラザ 定赤ちゃんの歯の手入れ方法や始め方、虫歯予防について 定満8カ月～10カ月児とその保護者 定先着15人 申11月1日（木）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

2歳児歯科健診

日11月7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 定歯科健診、ブラッシングなど 定22年10月生まれ幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022



第2回わくわく健康フェスタ

～ふれあって、楽しく笑って健康づくり～

11月21日（水）正午から、市役所1階屋内ひろばなどで

健康づくりのイベント「わくわく健康フェスタ」を開催します。地域の方と触れ合いながら、自分に合った健康づくりのヒントを見つけに来ませんか。家族や友人を誘って、ぜひご来場ください（クイズに参加の方には、参加賞があります）。

主催は健康づくり推進部会と市健康課。なお、このイベントは市健康増進計画「わくわく健康プラン東くるめ」に基づいて実施します。

【日時】11月21日（水）正午～午後3時半（受け付けは3時まで。ただし、血管老化度測定の受け付けは2時半まで）。当日直接会場へ

【会場】市役所1階屋内ひろば、市民プラザホール

【イベント内容】次の通り

①「わくわく健康プラン東くるめ」の活動紹介やパネル展示＝健康づくり推進員が市内で展開している活動を紹介します。健康づくりのサ

ークル活動の紹介もしています

②自分の健康度をチェック＝血圧測定、足指力測定、握力測定、血管老化度測定

③運動を楽しもう＝健康運動実践指導者や東京農業大学講師（保健体育担当）が、家でもできる簡単な運動を紹介。いつまでも若々しく、元気で過ごせるように、足腰を鍛え、触れ合いながら楽しく運動しましょう（運動実施時間は午後0時15分～2時45分）

④野菜を食べよう＝健康のために野菜はどれくらいの量を食べたら良いでしょうか。正解は大人1日350gです。当日は量だけでなく、食品サンプルを見ながら、家でも気軽に食べられる方法を栄養士がお伝えします。お手軽レシピも多数取りそろえていますので、ぜひ自宅でもお試しください

詳しくは健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

ごみ

岡ごみ対策課 ☎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)

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3日＝いくせ医院（新川町1-4-18、☎471・2304）

11月4日・11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）

【歯科】

11月3日・4日・11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3日・11日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）

11月4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

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

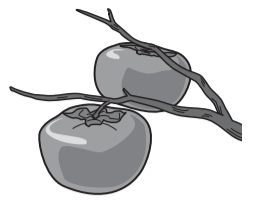
11月23日（祝）は終日 市役所本庁舎を閉館します

11月23日（祝）は市庁舎内電気設備の点検を行うため、終日停電となります。それに伴い、終日市役所本庁舎を閉館します。
市役所1階の市民プラザ・屋内ひろば・証明書自動発行機（東久留米駅東口エレベータ

ー1階出入り口横に設置のものを含む）・金融機関ATM・地下駐車場などもご利用いただけません。

ご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

詳しくは管財課管財係 ☎470・7718へ。



【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 注意 その他 申し込み 問い合わせ

8面からつづく

ぱくぱく幼児食

日11月27日（火）午後1時15分から
場わくわく健康プラザ内野菜のレパートリーを増やしてみませんか。簡単な調理と試食 2・3歳児とその保護者 定20組 費用 エプロン（試食用）、飲み物 日11月1日（木）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

育児相談

日11月16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 乳幼児とその保護者 日11月5日（月）までに同センターへ 日11月5日（月）までに同センターへ

子ども相談

日11月13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 乳幼児とその保護者 日11月13日（火）午前9時半～午後2時 妊産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 費用500円（食材費）

11月のプレ・パパママクラス

11月17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 = 日5日（月）午後1時～4時

◎プレママ・クッキング = 日13日（火）午前9時半～午後2時 妊産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 費用500円（食材費）

◎妊婦疑似体験・もく浴実習 = 日17日（土）午後1時～4時

◎妊婦歯科健診 = 日20日（火）午後1時15分～3時 健診とブラッシングなど

場わくわく健康プラザ内妊娠16週以降の方とその夫 日4回で1コース。ただし1日のみの参加も可 日11月1日（木）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022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

☆手作り布おもちゃの会 = 日11月6日（火）午前10時～正午 布でおもちゃを作ります 乳幼児とその保護者 日11月5日（月）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11月7日（水）午前10時～11時半 6カ月未満児とその保護者 日11月5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

☆ちびっこ育児講座 = 日11月8日（木）午前10時～11時半 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 日1・2歳児とその保護者 日11月1日（木）から同センターへ

☆なかよし広場 = 日11月13日（火）午前10時～11時半 第六小学校内 親子さんと遊びながら育児の情報交換をしたり、ボランティアと一緒に遊ぼう 日0歳～5歳児とその保護者 日11月1日（木）から同センターへ

☆休館日のお知らせ = 11月15日（木）

11月は児童虐待防止推進月間です

「助けて…」の小さなサイン受けとめて

児童虐待とは殴る、蹴る、やけどを負わせる、溺れさせるなどの「身体的虐待」、ポルノビデオを見せるなどの「性的虐待」、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置するなどの「ネグレクト」、言葉による脅し、きょうだい間の差別的な扱いなどの「心理的虐待」のことを言います。虐待は子どもに対する重大な権利侵害です。子どもを虐待から守るためには、親の立場より「子どもの立場が最優先」されなければ

なりません。

あなたの周りに「虐待を受けたと思われる子ども」がいたら、子ども家庭支援センターや児童相談所に連絡（通告）してください。通告した方が特定されないように、秘密は守られます。

地域の気付き、通告が虐待防止の第一歩になります。

子ども家庭支援センターの相談電話番号は ☎471・0910です。

詳しくは同センターへ。

【子どもを虐待から守るための5カ条】

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡（通告は義務＝権利）
- ②「しつけのつもり…」は言い訳（子どもの立場で判断）
- ③一人で抱え込まない（あなたにできることから即実行）
- ④親の立場より子どもの立場（子どもの命が最優先）
- ⑤虐待はあなたの周りでも起こりうる（特別なことではない）

は館内整備のため休館します。



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 = 日11月1日（木）午前10時～11時半が「ハルーン遊び」、3・4歳児。8日（木）午前10時～11時15分が「新聞紙遊び」、2歳児

☆クッキングの日 = 日3日（祝）午後1時半から 日クッキーをクリームやチョコレートで飾って食べます 日小学生 日20人 日エプロン・三角巾 日受け付け中

☆滝山紙芝居劇場 = 日7日（水）午前11時からが幼児とその保護者、午後3時半からが小学生 日同館集会所 日専門の方による紙芝居上演

☆クリスマス会 = 日12月16日（日）午後1時45分から 日ダンス・歌・一芸など 日幼児（要保護者）～高校生年代 日先着150人 日12月16日（日）はクリスマス会のため、午後5時まで閉館します。5時以降は中学・高校生年代の方のみを対象に開館します 日小学～高校生の出演者を募集中。11月1日（木）午後4時から申し込み受け付け 日11月28日（水）午後3時から参加整理券（無料）を配布

くぬぎ（前沢4-6-3） 電話473・7315

☆幼児のつどい = 日11月1日（木）が「木の実で遊ぼう」、10日（土）が「お父さんも一緒」。いずれも午前10時半から 日幼児 日11月10日（土）は幼児のつどいのため、午前中は小・中学生

は遊ばません 日お父さんも、ぜひご参加を

☆囲碁の日 = 日7日・14日のいずれも水曜日、午後3時から 日囲碁に挑戦してみよう 日小・中学生 日囲碁連盟

☆マーミーズ・コットン = 日9日（金）午前10時～11時50分 日布おもちゃ作り 日0歳児（ハイハイ前）とその母親 日8組 日受け付け中（初めての方優先）

☆防災訓練の日 = 日9日（金）午後3時半から 日火災時の避難訓練 日来館者全員

☆七宝焼教室 = 日17日（土）午前9時半からと午後1時半から 日クリスマスオーナメントを作ろう 日小・中学生 日各回10人 日11月2日（金）午後3時半から受け付け（電話不可）

中央（中央町1-10-11） 電話476・2161

☆幼児のつどい = 日11月1日が「小麦粉粘土遊び」、8日が「どんぐり遊び」、15日が「クリスマス工作」。いずれも木曜日、午前10時半～11時半 日幼児 日1日は汚れてもよい服装で

☆赤ちゃんとニコニコタイム = 日9日（金）午前10時半～11時 日絵本の読み聞かせ、わらべ歌、子育ての情報交換など 日0歳児とその保護者

☆おはなしの日 = 日14日（水）午前11時～11時半 日手遊び、絵本の読み聞かせ 日幼児

☆トランポリンの日 = 日14日（水）午後2時から 日小・中学生 日跳びやすい服装で

☆工作の日 = 日15日（木）・16日（金）、いずれも午後2時から 日スノードーム作り（ガチャポンカプセルを使って作ります） 日小・中学生 日当日午後4時まで受け付け

いきいき健康家族

No.145 自分の人生を他人任せにせず、自分で決めませんか？



団塊の世代が高齢者の仲間入りを始め、65歳以上の人口が3,000万人を超えて4人に1人の割合となっています。それに伴い、認知症患者も増加の一途です。

先日、直下型地震を想定した防災訓練が東久留米市でも大々的に行われました。昔からほとんど起きないであろう火事の訓練を頻繁に実施しますが、100%迎えるであろう死について話をすることは少ないと思います。長らく人の死について話すことをタブーとした一方で、多くの病気の治療を自分で選択するようになり、時代は変化しています。

世界で1、2位を争う長寿国となった今、「どう人生を終えたいのか」「最後までどう生きたいのか」を、家族が決めなければならないことが最近も多くあります。身近に看取りの経験をして、「自分はこうしたい…。あのような医療は受けたくない！」

などと話す機会があれば、たとえ文書にしなくても家族はその気持ちを受け止めやすく、それを医療側に伝える。今の医療はそういう気持ちを尊重するようになってきました。

きっかけは何でも良いのですが、加齢の大変さも自覚し始めながら第2の人生を考えると、「自分は今まで、こう生きてきた。これからは元気に最後まで、こうして生きていきたい」と話しましょう。今元気でも、自分の認知機能に、いつ問題が起こらないとも限りません。今病気をもち、療養している方もおられるでしょうが、病気の有無にかかわらず、自分の人生を他人に任せるのではなく、自分で決めませんか。

暑い夏が過ぎ去り、秋の夜長にでも、夫婦・子ども・孫を始め、身近な方と一度ゆっくりとお互いの人生、人生観を話してみませんか。

（東久留米市医師会）

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆幼児のつどい=11月1日が「楽しく運動遊び」、8日・15日が「クリスマス工作」。いずれも木曜日、午前10時半から11日・15日が1・2歳児、8日が3・4歳児1日は動きやすい服装で

☆おはなしの日=11月6日・13日のいずれも火曜日、午前11時～11時20分手遊び、絵本の読み聞かせ。幼児のみくりおはなしの会。

☆妊婦さんのためのわらべ歌遊び=11月7日(水)午前10時～10時半わらべ歌でお腹の赤ちゃんと遊びましょう 妊婦師赤神千恵美氏

☆赤ちゃんひろば=11月7日が「わらべ歌で遊ぼう」、14日が「助産師による体重測定・育児相談」。いずれも水曜日、午前10時半～11時半0歳児とその保護者師赤神千恵美氏

☆小学生卓球大会=11月7日(水)午後3時半～4時半小学生

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆幼児のつどい=11月1日・8日が午前10時半～11時10分。「作って遊ぼう・新聞紙で遊ぼう」。うさぎ(1歳6カ月～2歳6カ月児)。15日が午前10時半～11時半。「電車ごっこ(西武鉄道によるイベント)」。合同。いずれも木曜日

☆クッキングの日=11月11日(日)午後1時半からと3時からピザを作ります小学生各回先着10人11月4日(日)午前9時から受け付け

☆工作Week=11月12日(月)～16日(金)のいずれも午後3時から紙コッププラネタリウムを作ろう小学生当日受け付け

☆ひばりんカルチャー=11月19日(月)午前10時～11時半ビーズでクリスマスツリーのストラップ作り(初心者向け)幼児・小学生の保護者定10人師新井みどり氏700円(材料費。当日集金)11月10日(土)午前9時から受け付け(電話可)

☆クリスマス会=12月9日(日)午後2時～3時半小学生による出し物など小学生・出演者定先着100人出演者を受け付け中11月14日(水)午後3時から入場券(無料)を配布

図書館へ行こう

読書週間「ホントノキズナ」 読書の秋、11月9日(金)までは読書週間です。図書館へご来館ください。科学技術コミュニケーション推進事業

①よもう!あそぼう!かがくの本「OTOTOTO おとのつながり」

11月8日(木)午後3時半～4時半が中央図書館視聴覚ホールで。18日(日)午前10時～11時が南部地域センター講習室で小学生当日直接会場へ

②図書館DEサイエンス(講演と研究発表)

11月4日(日)午後1時～4時中央図書館視聴覚ホール展示は11日(日)まで当日直接会場へ中央図書館475・4646

図書のリサイクル

図書館では、一定の年数を経過して古くなったり、十分目的を果たした一般図書を、皆さんに再活用していただ

くため、無料で頒布します。どうぞご利用ください。

11月25日(日)・26日(月)、いずれも午前10時～午後5時中央図書館視聴覚ホール頒布冊数は、一人10冊まで混雑する場合は、整理券を配布し、入場を制限します。袋などの入れ物は各自用意ください。雑誌はありません中央図書館475・4646

11月の図書館休館日

11月の図書館休館日は、中央・滝山・ひばりが丘・東部の各図書館とも、2日(金)、9日(金)、16日(金)、20日(火)、23日(祝)、30日(金)です 中央図書館475・4646

イベント

成人の日のつどい 25年1月14日(祝)に開催します

「成人の日のつどい」を25年1月14日(祝)に生涯学習センターで開催します。対象は4年4月2日～5年4月1日に生まれた方です。案内状は、12月1日現在、住民基本台帳に登録されている方に、12月上旬に送付します。なお、会場の都合により、中学校の学区ごとと2回に分けて行います。

25年1月14日(祝) 1回目(午前11時から)久留米中学校・西中学校・下里中学校の学区の方 2回目(午後2時から)東中学校・南中学校・大門中学校・中央中学校の学区の方 車で来場はできませんNPO法人東久留米市文化協会477・4700、または生涯学習課生涯学習係470・7784

薬湯の日「柿の葉湯」

11月4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政商工係470・7743

お知らせ

くるくる親睦会とフォト&川柳コンテスト表彰式

東久留米のふれあい情報サイト「くるくる」(http://kuru2.genki365.net/)では、登録団体・市民レポーター・協賛企業の皆さんを対象に、親睦会を開催します。併せて第5回フォトコンテスト・第1回川柳コンテストの表彰を行います。団体間の交流を図る良い機会ですので、ぜひご参加ください。

12月16日(日)午後1時半～4時 市民プラザホール市コミュニティサイト運営委員会事務局439・6033 または生活文化課470・7738

第5回「団塊シンポジウム」

「団塊くるねっと」では、団塊世代を中心にこれから地域で趣味やスポーツ、社会活動などを考えている市民の方を対象に、地域デビューのきっかけや楽しさを語り合ったり、地域参加の糸口をつかんでもらうため、「団塊シンポジウム」を開催します。主催は団塊くるねっと、NPO法人ワーカーズコープ、東久留米まちづくりサポートセンター、東久留米市。

11月17日(土)午後1時半～6時 市民プラザホール、市役所1階屋内ひろば 1部=団塊シンポジウム「基調講演～団塊世代が地域をつくる 地域があなたを待っている!」。講師は田

秋に収穫されたばかりの新そばを味わう「新そば祭り」が、12月1日(土)と2日(日)に榛名神社の門前にある社家町で開催されます。

かつて、誰でも気軽ににお寺や神社に参拝できなかつた時代、信仰する村々の人たちの間でお金を集め、毎年代表者が参拝する組織が結成されました。これを「講」といいます。

12坊余りが屋号を残している、新そばを提供している、新そばを披露します。榛名産の地粉を使い、榛名山麓の湧き水で打ったのど越しの良い手打ちそばを召し上がりながら、宿坊の歴史に思いを馳せてみてはいかがですか。(高崎市榛名支所地域振興課)

榛名神社前そば



情緒ある町並みを感じさせる社家町

しているお店の多くは、まさにその伝統を今に伝承する貴重な宿坊の名残りです。祭りでは、お楽しみ抽選会のほか、今年のは地元で活動しているミュージシャンなどが演奏を

中尚輝氏(NPO法人市民福祉団体全国協議会専務理事、中央大学法学部政治学科講師、長野県・新しい公共推進事業「県民協働を進める信州円卓会議」座長) 2部「ミニコンサート」=出演はウォールナツ ハワイアンズ 3部「団塊世代おかえりなさいパーティー」=軽い飲み物でアトラクションを楽しみながら、交流会を行います 500円(軽食・ドリンク付き。要入場券) 入場券は市民プラザ、東部・南部・西部の各地域センターで頒布 団塊世代などで地域活動に興味がある方 100人 生活文化課市民協働係 470・7738。団塊くるねっとの活動情報は、東久留米のふれあい情報サイト「くるくる」(http://kuru2.genki365.net/)をご覧ください

東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会 地域で子育てを応援する 有償の活動です

ファミリー・サポート・センターでは、「利用したい方」「協力していただける方」への説明会を開催します。保育園、学童の送迎のほか、子育て中の方のリフレッシュ、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ください。協力者も募集中です。地域の子育てお助け隊として活動しませんか。講習会は2月に予定しています。

11月8日(木)午前10時から、東部地域センター会議室で 11月16日(金)午後1時半から、わくわく健康プラザ社協会議室で。いずれも約1時間半 入会希望者(保護者)の顔写真 保育あり(土曜・日曜を除く3日前までに要予約) 同センター事務局 475・3294

多摩六都科学館 「ストリングラフィの世界」～糸電話で奏でるメロディとワークショップ～

絹糸と紙コップからできていて、バイオリンやチェロのような音色の出る、ふしぎな楽器「ストリングラフィ」。この楽器を発明した先生と一緒に「音」の秘密を探り、迫力ある演奏を体感しましょう。演奏体験もできます。

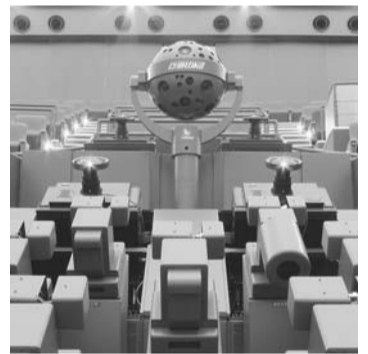
11月11日(日)。第1回が午後1時～1時45分、第2回が午後3時～3時45分 多摩六都科学館休憩室 各回先着60人 水嶋一江&ストリングラフィ・アンサンブル 無料(ただし、入館に展示室券が必要です。大人500円、4歳～高校生200円) 当日開始10分前

から会場(休憩室)で受け付け ◎多摩六都科学館のプラネタリウムが世界記録に認定されました

多摩六都科学館のプラネタリウム「ケイロンII(CHIRONII)」が「最も先進的なプラネタリウム」として世界記録に認定されました。

「ケイロンII」は、株式会社五藤光学研究所が開発したもので、直径23mを超える大型ドームでは世界初となるLED光源を採用、約1億4,000万個の恒星の投影を実現し、リアルで美しい星空を楽しむことができます。

同館 469・6100



1億4,000万個の星を映し出すプラネタリウム機器。©GOTO

ガイド

事業主の皆さん 労働保険の加入手続きはお済みですか

労働保険(労災保険・雇用保険)は、労働者を一人でも雇用する事業主に加入が義務付けられています。まだ、加入手続きがお済みでない事業主は、早急に手続きを行ってください

労災保険は三鷹労働基準監督署労災課 0422・48・1161、雇用保険はハローワーク三鷹雇用保険適用課 0422・47・8623

都立久留米特別支援学校 「学校公開(都教育の日事業)」

同校は、ぜん息、腎臓・心臓疾患、糖尿病や肥満などの病虚弱児童・生徒が寄宿舎を利用して生活を規制しながら、健康回復・改善や病気による長期欠席のための遅れた学習を取り戻す努力をしている学校です。

11月23日(祝)午前9時半～午後0時40分 同校(野火止2-1-11) 授業公開と学校施設見学、交流授業(裏山畑の収穫祭) 小・中学校、高等学校の児童・生徒・保護者、関係機関の方、病弱特別支援学校に関心のある方 同校副校長・小林 471・0502へ