

くらしの情報の情報

くらしの情報は4面から始まり3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 人口114,497人(男56,535人 女57,962人) 世帯数50,653<平成23年8月1日現在住民基本台帳による> 外国人登録数1,717人<平成23年8月1日現在>

けんこう

秋の胃がん検診

▼日程 9月26日(月)・27日(火)・28日(水)、10月3日(月)・4日(火)・14日(金)・17日(月)・18日(火)・19日(水)・25日(火)・26日(水)・28日(金)・31日(月)、11月1日(火)。いずれも午前中▼
会場 わくわく健康プラザ▼検診内容 問診・胃部レントゲン検査(バリウム)▼対象 市内在住で40歳以上の方(24年3月末時点)。ただし次の①～③の方を除きます。
①春の胃がん検診を受けた方②過去に胃・十二指腸・肺の手術を受けたことがある方③現在胃の治療中、または最近6カ月以内に胃の検査で異常があると言われた方。なお、神経内科に受診している方、朝に必ず飲まなければならない薬がある方は事前にご相談ください▼定員 各日50人▼費用 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。受給証明書もしくは中国残留邦人等本人確認証の提示が必要)◆申し込みは8月24日(水)までに(消印有効、一人1枚の往復はがき(封筒も可。ただし切手を貼った返信分の封筒かはがきも必要)に、①「胃がん検診希望」②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧第1～第3希望日(いずれの日でもよい場合はその旨)を記入の上(返信面の表に住所・氏名を書いて)、〒203-0033、滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内、健康課特定健診係あてに郵送してください ※8月15日(月)午前8時半から電子申請でも受け付けます。なお、希望する日の申込者が多数の場合、受診できない場合もありますので、ご了承ください。詳しくは同係☎477・0013へ。



足腰らくらく体操教室

～実践!自宅でするお手軽トレーニング
高齢者が早く歩けることは、元気で長生きにつながると言われています。足腰を鍛えるために、ゴムバンドを使った簡単な体操を紹介しします。「最近、足腰が弱ったかな」と気になっている方、ぜひご参加を。体操を覚えて、らくらく歩けるようになりましょう。各コースとも3日間を通しての参加となります。

▼コース・日時・会場 ①Aコース=9月5日・12日・26日、いずれも月曜日の午前9時半～11時半、市役所7階703会議室 ②Bコース=9月8日・15日・22日、いずれも木曜日の午後2時～4時、西部地域センター講習室ほか▼内容 ゴムバンドを使った体操、ストレッチ。10月17日(月)に「おさらい教室」もあります ※自宅でもできる体操です。ただし、次の方は参加できません。「心臓病、血圧が高い、足腰の痛みなどで運動が困難な状態の方」「要介護・要支援認定を受けている方」「医師から運動を止められている方」▼対象 市内在住で65歳以上の方▼定員 Aコース20人、Bコース15人 ※先着順。初めての方を優先。▼費用 無料▼持ち物 運動靴(バレエシューズなどは不可)、飲み物、筆記用具、タオル ※運動のできる服装で。◆申し込みは8月15日(月)～26日(金)の午前9時から、電話で介護福祉課地域ケア係(内線2501、2502)へ。詳しくは同係へ。

3歳児健康診査

▼日時 8月25日(木)午後零時半～1時半受け付け▼会場 わくわく健康プラザ▼対象 20年7月21日～8月12日生まれの幼児◆当日直接会場へ
詳しくは健康課保健サービス係☎477・0022へ。

4カ月児健康診査・BCG予防接種

▼日時 9月1日(木)午後零時半～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▼会場 わくわく健康プラザ▼対象 23年4月9日～5月2日生まれの乳児◆当日直接会場へ
詳しくは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

- ☆おはなし会=8月16日・23日・30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。絵本の読み聞かせ。
- ☆臨時閉館のお知らせ=20日(土)午前は、スリラー館準備のため閉館になります。
- ☆七宝焼教室=27日(土)午前9時半～11時半。七宝焼で小さな額縁を作ります。小学生、15人。指導は内堀美江子氏。 ※8月17日(水)午前9時から申し込み受け付け。本人が直接申し込みを(電話申し込み不可)。くぬぎ児童館で作った方は参加できません。

くぬぎ (前沢4-6-3) 電話473・7315

- ☆おはなしの日=8月16日・23日・30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。小学生。
- ☆囲碁の日=17日・24日のいずれも水曜日、午後3時から。囲碁に挑戦してみよう。小・中学生。指導は囲碁連盟。
- ☆わくわくクッキング=18日(木)午後3時から。ラップゼリーを作って食べよう。小・中学生、50人。
- ☆夏休み工作=29日(月)・30日(火)午後1時半集合。スノードームを作ろう。小・中学生、各日15人。 ※8月15日(月)午後1時半から申し込み受け付け(電話申し込み不可)。



ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

- ☆環境整備の日=8月30日(火)午後3時半から。夏休みの最後に児童館をきれいにしよう。全利用者対象。

3面へつづく

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)

8月21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)

8月28日=おさき内科循環器科クリニック(幸町4-2-1、☎477・0555)

【歯科】

8月21日・28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)

8月21日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473・3311)

8月28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

(午前10時～午後5時。休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始と特別整理期間)

○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

詳しくはごみ対策課☎473・2117(粗大ごみの申し込みは☎473・2118)へ。

※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・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)

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	

『平和の千羽鶴』の作製にご協力ありがとうございました

2011 東久留米市平和事業「平和の千羽鶴」の作製に、多くの市民の皆さんにご協力を頂き、ありがとうございました。皆さんの平和への願いを込めた折り鶴を千羽鶴にして、市長のメッセージとともに、原爆被災地である広島市と長崎市に届けました。

来年度も実施予定です。ぜひご参加ください。

詳しくは企画経営室総務課庶務担当 ☎470・7714へ。



市役所ロビーに飾られた「平和の千羽鶴」

4面からつづく

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆将棋教室=8月24日(水)午後3時から。小・中学生。指導は東久留米将棋研究会。

☆子ども会議=29日(月)午後2時から。中央児童館の運営や企画について、子どもたちの意見や要望を聞き、話し合いをします。小・中学生。

☆夏休みさよならパーティー=30日(火)午後2時から。五平餅を作ります。小・中学生。※当日午後1時半から申し込み受け付け。

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなし会=8月22日(月)午後3時から。絵本・手遊びなど。小学生。※図書館職員が来館します。

☆おりがみの日=23日(火)午前9時から。テーマは「祭り」です。小学生。

☆将棋大会=24日(水)午後2時から。小学生以上。指導は五角探求会。

☆クッキングの日=27日(土)午後1時半～3時半。フルーツパフェ作り。小学生、18人。エプロン・三角巾・手拭きタオル持参。※8月20日(土)午前9時から申し込み受け付け。

☆環境整備の日=30日(火)午後3時から。児童館をきれいにしよう。小学生以上。

図書館へ行こう

夏休みがくあそび「音ってなあに」

私たちの身の回りにある音。どうして音を聞くことができるのか、実験して確かめてみよう。小学生向けの催しです。

最寄りの会場へ、ぜひご来場ください。

▼日時・会場 8月22日(月)午後2時からが中央図書館視聴覚ホール▽8月23日(火)午前10時半からが滝山児童館集会室

▽8月24日(水)午後3時からが南部地域センター2階講習室▽8月25日(木)午前10時半からが東部地域センター1階講習

室◆当日直接会場へ
詳しくは中央図書館 ☎475・4646へ。

スポーツ

ワンダー「KARATE」スクール

～市空手道連盟(市体育協会加盟)主催
気軽に空手道を体験してみませんか。初歩から基本までを体験できます。

▼日時 8月21日(日)午後1時～3時

▼会場 スポーツセンター▼対象 市内在住の方(性別、年齢は問いません)▼参加費 無料◆当日直接会場へ ※運動のできる服装で来場を。

詳しくは市空手道連盟・榎本 ☎473・1195(夜間)へ。

第78回ソフトテニス市民大会

～市ソフトテニス連盟主催

▼日時・会場・種目・参加費 ①一般の部=9月4日(日)、市立テニスコートで。予備日は11日(日)。男子の部、女子の部、壮年(45歳以上の男子)の部。1チーム1,000円②中学生の部=9月3日(土)、市立テニスコート・滝山テニスコートで。予備日は17日(土)。男子、女子の部。1チーム500円。①②のいずれも午前8時半開会▼対象

市内在住・在勤・在学・在テニスクラブの方◆申し込みは8月27日(土)までに(必着)、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・参加種目を記入の上、〒203-0033、滝山1-6-13、井部誠二あて郵送を。

詳しくは市ソフトテニス連盟・井部 ☎475・8279へ。

教室・講座等

市民自主企画講座「文化講演会」

現代は、社会全体が考える力を衰退させていると言われていています。読書を通じて秩序立てた意見の構築方法や、出版界から見た現代の様子について学びます。

▼日時 9月4日(日)午後2時～3時半▼会場 中央図書館視聴覚ホール▼テーマ 本と文化▼講師 元岩波書店代表取締役専務の今井康之氏▼対象 市内在住・在

勤・在学の方▼定員 先着80人◆当日直接会場へ ※企画・運営は東久留米図書館友の会。

詳しくはNPO法人東久留米市文化協会 ☎477・4700(平日の午前9時～午後5時)へ。

イベント

第11回地域センターまつり

◎東部地域センターまつり

▼日時 9月9日(金)が午後4時20分から、10日(土)・11日(日)が午前9時から▼内容 オープニングダンスパーティー、子ども企画「ちぎって、まるめて、なにができる」など

詳しくは東部地域センター ☎470・8020へ。

◎南部地域センターまつり

今年は「つながろう日本、もりあげよう地域」をテーマに開催します。

▼日時 9月17日(土)～20日(火) 詳しくは南部地域センター ☎451・2021へ。

◎西部地域センターまつり

▼日時 9月23日(祝)～25日(日)▼内容 オープニング、音楽祭、舞踊祭、展示、子ども部門、体験コーナー、フリーマーケット(申込期間は9月1日(木)～20日(火)、参加費500円)など

詳しくは西部地域センター ☎471・7210へ。

お知らせ

公式マスコットキャラクターのデザイン画と名称を募集

市社会福祉協議会では、今年11月に迎える法人認可40周年を記念して、マスコットキャラクターのデザイン画と名称を募集しています。東久留米市が好きな方であれば、どなたでも応募できます。募集要領をご覧ください。

▼募集期限 9月20日(火)必着▼賞品 最優秀賞1点(全国共通商品券3万円分)、優秀賞3点(プリペイドカード3,000円分)▼募集要領・応募用紙など 同協議会事務局(わくわく健康プラザ2階)、またはホームページから取得できます▼審査・発表 同協議会理事会で審査し、法人認可40周年

記念式典(12月中旬予定)で発表 ※審査および結果に関する問い合わせには一切お答えできません。

詳しくは同協議会 ☎471・0294へ。

◆社会福祉協議会ホームページアドレス
<http://www.higashikurume-shakyo.or.jp/>

ガイド

小児救急講演会

「知っておきたい!子どもの病気とパパ・ママがうちでできるケア」について学びます。

▼日時 9月29日(木)午後1時半～3時半▼会場 ルネこだいらレセプションホール(小平市美園町一丁目)▼内容 子どもの病気と家庭でのケア▼講師 「知ろう!小児医療、守ろう!子ども達」の会代表の阿真京子氏、同会協力医の佐山圭子氏◆

申し込みと詳しくは多摩小平保健所企画調整課保健医療係 ☎042・450・3111へ

食育実践者講習会

▼日時 9月22日(木)午後2時～4時半▼会場 清瀬市アミュニール7階(清瀬市元町一丁目)▼内容 講演「朝ごはんは野菜のちから!」、事例発表「清瀬市の食育活動について」▼対象 保育園・学校などの栄養士、調理員、教職員などや食育に取り組んでいる方、またはこれから食育に取り組む意欲のある方▼講師 NPO法人日本食育ランドスケープ協会理事長の浮谷王子氏ほか▼受講料 無料◆申し込みは9月12日(月)までに電話(042・450・3111)で、多摩小平保健所生活環境安全課保健栄養係へ

詳しくは同保健所へ。

「市民伝言板」後期分の受け付け

広報ひがくるめ「市民伝言板」の後期分(10月15日号～24年4月1日号掲載分)の受け付けは、9月1日(木)午前8時半から企画調整課秘書広報担当(市役所4階)で行います。詳しくは同担当 ☎470・7708へ。

市民伝言板

会員募集

◆漢詩・和歌・近代詩などの朗吟(詩吟・岳風会) 毎月第2・第4木曜日の午前10時～正午、八幡町地区センターで。会費月1,100円(入会2カ月間無料)。初心者歓迎見学自由。詳しくは垣畑(かきはた) ☎472・1021へ。

◆合唱団もみじ 毎週水曜日の午前10時～正午、東部地域センターで。入会金2,000円、会費月3,000円。楽譜が読めなくても可。詳しくは北村 ☎477・0263へ。

◆水泳・水中ウォーキング(東久留米市水泳連盟) 毎週①月曜・火曜・水曜・金曜日が柳泉園グランドパーク、②月曜・木曜・金曜日がスポーツセンターで。連盟会費月1,000円と練習会費1回750円を、年3回に分けて納入。16歳～70歳の方。詳しくは山下 ☎420・9892(午前9時～午後6時)へ。

◆初心者講習会(東久留米スクエアダンスクラブ) 9月7日から毎週水曜日の午後7時～9時、主にまろにえホールで。会費月1,000円(2カ月ごと納入)。初心者講習期間は4カ月間。詳しくは西村 ☎478・1198へ。

◆彩色中国水墨画(劉ひょう)の会 毎週金曜日の午後零時40分～3時半、主にまろにえホールで。会費月3,000円(3カ月分ごと納入)。絵を描いたことがなくても大丈夫です。見学自由。詳しくは村田 ☎472・3219へ。

◆琴伝流大正琴クローバー 月2回。午前10時～正午。①第2・第4月曜日(中央町地区センター)、②第1・第3

催し

◆村野家「国の有形文化財」登録記念茶会(東久留米市文化協会茶道会) 9月11日(日)午前10時～午後3時、村野家住宅(柳窪四丁目)で。先着200人。茶券3,000円(点心付き)。詳しくは篠宮 ☎461・1408へ。

◆写真展「我が街、東久留米」(写団東久留米) 9月1日(木)～5日(月)午前10時～午後6時(1日は正午から、5日は午後4時まで)、スペース105で。入場料無料。市内の街角風景写真など30点を展示。詳しくは高橋 ☎473・3729へ。

◆講演会「東京スカイツリーの秘密」(東久留米経友会) 9月3日(土)午後2時半開演(2時間開場、成美教育文化会館で。入場料無料。詳しくは野崎 ☎472・3809へ。

◆滝山・前沢みんなの夏祭り(滝山団地自治会・NPO法人東久留米ふれあいの街) 8月27日(土)・28日(日)午後3時半～7時半、滝山中央通りとその周辺。例年より1時間早く終了します。駐車場はありません。詳しくは横井 ☎476・1548へ。

