

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.htm>

〈今月の月間・週間案内〉 消費者月間、自転車月間、青少年保護育成運動週間（1日～7日）、愛鳥週間（10日～16日）、憲法記念日（3日）、百人一首の日（27日）

けんこう

肺がん検診・大腸がん検診

《共通事項》
▼受診日・受診方法 5月2日（月）～31日（火）に、下表の医療機関で直接受診してください。

◎肺がん検診

▼対象 市内在住の24年3月末で40歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮ください。
①現在、肺の疾患で治療中の方②肺がん検診で精密検査を受けたことのある方、または疾病が発見されて経過観察中の方▼検査内容 問診・胸部レントゲン・喀痰（かくたん）検査（医師が必要と認めた場合）▼費用 レントゲンのみ1,500円、レントゲンと喀痰検査2,000円（受診医療機関の窓口で

お支払いください） ※生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付対象者の方は無料。ただし、受給証明書の提出または中国残留邦人等本人確認の提示が必要です。▼検診結果 7月上旬に郵送します

◎大腸がん検診

▼対象 市内在住の24年3月末で40歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮ください。
①現在、大腸およびそのほか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生理中の方▼検査内容 便潜（せん）血検査（2日法）▼費用 1,000円（受診医療機関の窓口でお支払いください） ※生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付対象者の方は無料。ただし、受給証明書の提出または中国残留邦人等本人確認の提示が必要です。▼検診結果 6月中旬に郵送します

◎ご注意

肺がん検診、大腸がん検診とも、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。あらかじめご了承ください。

詳しくは健康課特定健診係☎477・0013へ。

第53回市民のための医療講座

このたびの東日本大震災は未曾有（みぞう）の大災害であり、現状も十分知られていません。また、風評により現地や遠隔地の方たちも混乱している状況にあります。

今回の講演では、現地に赴いて活動してきた林氏から被災地の現状をお聞きすると同時に、遠く離れた東久留米で、いったい何ができるのかを皆さんと一緒に考えます。また、今後もし大災害が起きたときに慌てないためにはどうするかを学びます。

▼テーマ 「東日本大震災の現状とこれから」▼日時 5月14日（土）午後2時～4時▼会場 市役所7階701会議室▼講師 日本プライマリ・ケア連合学会、東日本震災支援プロジェクトコーディネーターの林健太郎氏▼司会 東久留米医師会副会長の石橋幸滋氏▼入場料 無料▼定員 先着150人◆当日直接会場へ

詳しくは健康課☎477・0022へ。



肺がん・大腸がん検診実施医療機関一覧

医療機関名	住所	電話番号	肺がん	大腸がん
東久留米団地診療所	上の原1-4-28-113	471・2628	○	○
細井医院	東本町4-3	471・0130		○
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	○	○
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177	○	○
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	○	○
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		○
大波外科胃腸科・内科小児科	下里7-6-2	473・7355	○	○

ごみ

ゴールデンウィーク期間における、5月3日・4日・5日のごみ収集は

5月3日・4日・5日は祝日ですが、通常通り該当地区について収集作業を行います。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）
- 5月1日＝石橋クリニック（東本町8-9、☎477・5566）
- 5月3日・4日・15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）
- 5月5日＝たかはしクリニック（本町2-3-4、☎479・1800）
- 5月8日＝おざき内科循環器科クリニック（幸町4-2-1、☎477・0555）

【歯科】

- 5月1日・3日・4日・5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）

- 5月1日・4日・8日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）
- 5月3日・5日・15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】（市内局番は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

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
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		

第38回「東久留米子どもまつり」

さわやかな青空とまぶしい新緑の中、38回目を迎える「東久留米子どもまつり」を今年も開催します。楽しい遊びのコーナーや手づくり工作・囲碁・将棋・ダンス・すうじあわせゲームなど、楽しいコーナーが校庭いっぱい設けられます。みんなで遊びに来てください。

【日時】5月8日(日) 午前10時～午後2時半

【会場】第七小学校
※雨天の場合は
体育館と教室で開
催します。駐車場は
ありませんので、バ
スや自転車などを
ご利用ください。
詳しくは生涯学習課 ☎470・7784へ。



みんなで遊びに来てね!

8面からつづく

小児マヒ(ポリオ)生ワクチンを投与

▼対象 22年6月1日～11月30日生まれの乳幼児。または90カ月(7歳6カ月)未満で2回投与を受けていない方▼日程・会場など 下表参照 ※混雑が予想されますので、対象地域を指定しました。ご協力をお願いします。都合の悪い方は、ほかの地域の実施日に直接会場へ(連絡不要)。車での来場はご遠慮ください。▼時間 午後1時半～2時15分▼持ち物 予診票、母子健康手帳、スリッパ(学校、スポーツセンターをご利用の方)。予診票は当日会場にも用意します。母子手帳を忘れずに持参してください▼投与を受ける際のご注意 体温は投与の前日と当日に測ってください。診察前にもう一度測ります。ポリオ投与前後30分は、おう吐を防ぐため、飲食は控えてください。生ワクチンは41日以上空けて2回

服用します。なお、市では春と秋の2回実施しています。会場へは必ず保護者同伴で。保護者以外の方が同伴する場合は委任状が必要で▼対象者で通知の届かない方または対象者以外の方 このワクチンは生後90カ月(7歳6カ月になる2日前)未満の方は無料で投与できます◆当日直接会場へ詳しくは健康課予防係 ☎477・0030へ。

老化予防講演会

「知らない」と損をする老化のウソ・ホント」

老化は、実は日ごろの取り組みで遅らせることができます。そのヒントをたくさん教えてくれる講演会です。いつまでも若々しくいられるよう、ぜひご参加ください。

▼日時 5月24日(火) 午後2時～4時(受付開始は午後1時半から)▼会場 市民プラザホール▼講師 東京都健康長寿医療センター介護予防緊急対策室主任研究員の河合恒氏▼対象 おおむね65歳以上で市

内在住の方▼定員 先着100人▼費用 無料◆当日直接会場へ

詳しくは介護福祉課地域ケア係(内線2501)へ。

あなたの健康サポート

知って得セミナー「脂質異常症予防」

今こそチャンス。知って、得して脂質異常症予防。コレステロールが高い方、中性脂肪が高い方、または予防したいと考えている方、またはそのご家族など、食事や日常生活でのポイントを知って、得してみませんか。

6月14日(火)には健康づくりクッキング(脂質異常症予防)も予定しています。

▼日時 5月18日(水) 午前10時～正午▼会場 わくわく健康プラザ▼持ち物 筆記用具、健康手帳(お持ちの方)◆申し込みと詳しくは5月2日(月)から電話で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 5月12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 22年12月24日～23年1月18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。

2歳児歯科健診

▼日時 5月11日(水) 午前9時15分～10時15分受け付け▼会場 わくわく健康プラザ▼内容 歯科健診、ブラッシングなど▼対象 21年4月生まれの幼児◆当日直接会場へ詳しくは健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

らくらく離乳食

▼日時 5月25日(水) 午後1時半～3時半▼会場 わくわく健康プラザ▼対象 生後6カ月～12カ月児の保護者▼内容 調理実習▼定員 先着20人。対象児の保育あり▼持ち物 エプロン、三角きん、ふきん2枚、台ふきん、保育に必要なもの◆申し込みと詳しくは5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

▼日時 5月24日(火) 午前9時半～11時半▼会場 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◆申し込みと詳しくは電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

育児相談

▼日時 5月20日(金) 午前9時半～午後2時▼会場 中央児童館▼内容 育児の相談・体重測定▼対象 乳幼児とその保護者◆申し込みと詳しくは電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

子ども相談

▼日時 5月10日(火)・18日(水) 午前9時半～午後3時▼会場 わくわく健康プラザ▼内容 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▼対象 幼児とその保護者◆申し込みと詳しくは電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

5月のプレ・パパママクラス

4回で1コース。ただし、1日のみの参加も可。

◎小児科医・助産師の話=10日(火) 午後1時～4時

◎プレママ・クッキング=17日(火) 午前9時半～午後2時。妊娠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。食材費500円

◎妊婦疑似体験・もく浴実習=24日(火) 午後1時～4時

◎妊婦歯科健診=31日(火) 午後1時半から。健診とブラッシングなど

▼対象 妊娠16週以降の方とその夫▼会場 わくわく健康プラザ◆申し込みと詳しくは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。

くぬぎ (前沢4-6-3)

☆すこやかタイム=5月2日(月)・9日(月)のいずれも午前10時半から。体育遊び。3・4歳児。

☆おはなしの日=10日(火) 午後4時から。素話、絵本の読み聞かせ。小学生。

☆囲碁の日=11日(水) 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。

☆オセロ大会=11日(水) 午後3時半から。トーナメント戦。小学生。

☆幼児のつどい=12日(木) 午前10時半から。親子リトミック。幼児。

けやき (大門町2-10-5)

☆手芸WEEK=5月3日(祝)～5日(祝) 英字新聞でお花のコサージュ作り。小学生。

☆おはなし会=9日(月) 午後3時から。素話・絵本の読み聞かせ。小学生。

☆おはなしの日=10日(火) 午前11時から。手遊び、絵本。乳幼児とその保護者。

☆赤ちゃんひろば=11日(水) 午前10時から。助産師による体重測定・子育て相談など。零歳児とその保護者。

☆幼児のつどい=12日(木) 午前10時半～11時半。楽しく遊ぼう。3・4歳児。

ひばり (ひばりが丘団地8-11)

☆工作の日=5月1日(日)～3日(祝)。プラ板工作(1日2個まで)。小学生。当日受け付け。

☆中高生卓球大会=7日(土) 午後5時から。トーナメント戦。中学・高校生年代。当日受け付け。

☆手芸の日=7日(土)。いろんな素材を使って作ろう「手作りコースター」。小学生。当日受け付け。

☆おはなしわらべ歌=9日(月) 午前11時から。紙芝居、絵本、親子触れ合いわらべ歌。乳幼児とその保護者。

☆幼児のつどい=12日(木) 運動遊び。午前10時～10時40分がうさぎ(1・2歳児)、11時～11時45分があひる(3・4歳児)。

小児マヒ(ポリオ)生ワクチンの投与会場

日程	会場	対象地域
5月16日(月)	スポーツセンター	上の原、神宝町、金山町、大門町、新川町、浅間町
5月17日(火)	市役所1階市民プラザ	氷川台、東本町、本町、中央町一～二丁目
5月18日(水)	わくわく健康プラザ	小山、幸町、中央町五～六丁目、野火止、八幡町
5月19日(木)	第五小学校	学園町、ひばりが丘団地、中央町三～四丁目、南沢、南町
5月20日(金)	わくわく健康プラザ	前沢、滝山、下里、柳窪、弥生

いきいき健康家族

No.136 過ぎたるは及ばざるが如(ごと)し?

「肥満は病気にかかりやすく危険」という話をよく耳にしますが、これは本当なのでしょうか。最新の医学論文を調べてみると、ちょっと意外な結果となっています。

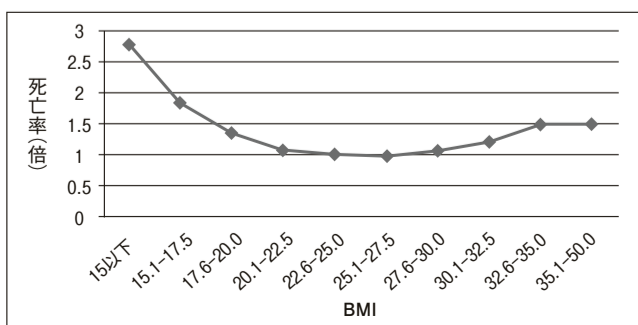
一般に体重の基準値にはBMI (Body Mass Index) という指標を使います。これは体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)という式で計算される値です。理想的な体重といわれる「標準体重」は、BMIが22とされています。やや体重が多すぎの「過体重」は25、「肥満」は30とされています。これらの基準は欧米人の医学論文をもとに決められたものです。

しかし、日本人やアジア人は体型も生活様式も病気にかかりやすさも欧米人と違います。「体重の基準も欧米人と違うのでは？」という声が専門家の間でも聞

かれていました。そのような中、過去に行われた19の研究を再集計した医学論文が今年2月に発表されました。日本人を含む東アジア人85万人のデータから、最も死亡が少なかったのはBMIが25.1～27.5と、これまで「過体重」と言われている人たちだったのです。健康で小太りの人にとっては、ちょっと安心できる結果です。

BMIが22.6～27.5を境に、体重は多すぎても少なすぎても死亡率が高まる、U字型のグラフとなっていますが、右肩より左肩がやや高くなっています。肺の慢性疾患が影響している可能性があるとのことですが、肥満と同様、瘦(や)せにも注意が必要かもしれません。

(東久留米医師会)



(Zheng W, N Engl J Med 364(8):719-29, 2011より作図)

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆卓球大会=5月11日(水)午後3時から。小学3年~6年生。試合開始前に申し込みを。

☆幼児のつどい=12日(木)午前10時半~11時半。遊びランド。幼児。

☆工作の日=13日(金)午後2時からと14日(土)午後1時半から。プラ板工作。小学生。

滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

☆おはなし会=5月10日(火)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。

☆幼児のつどい=12日(木)午前10時半~11時半。触れ合い遊び。3・4歳児。

☆将棋教室=14日(土)午前10時~11時50分。初めての方もどうぞ。小・中学生。指導は中井孝雄氏。

☆アムアム・ヌーヌー=13日(金)午後2時半~4時半。手芸を楽しもう。小学2年~6年生。

○臨時閉館のお知らせ

5月11日(水)の午前中は職員研修のため、中央児童館・くぬぎ児童館は閉館します。午後は1時から開館します。

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」。5月6日(金)午前10時~11時半、子ども家庭支援センターで。6カ月未満児とその保護者。バスタオル持参。当日直接会場へ。

※兄弟姉妹の保育あり(先着3人、予約制)。

☆手作り布おもちゃの会=5月17日(火)午前10時~正午、子ども家庭支援センターで。布でオリジナルの手作りおもちゃを作ります。乳幼児とその保護者。裁縫道具・はさみ持参。※保育はありません。◆申し込みは同センターへ

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=5月2日(月)午前10時~11時、センター上の原乳児室で。ママ友達を作りましょう。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。零歳児とその保護者。バスタオル持参。当日直接会場へ

☆6小なかよし広場=5月10日(火)午前10時~11時半、第六小学校で。零歳~5歳児とその保護者。育児の情報交換やしつけの話、地域のボランティアと一緒に遊びましょう。スリッパ持参。当日直接会場に、徒歩か自転車で来場を。

☆ちびっこ育児講座=5月12日(木)午前10時~11時半、センター上の原で。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。ひとりで悩まず一緒に考えましょう。1・2歳児とその保護者。先着10組(要予約)。保育あり。◆申し込みは5月2日(月)から同センターへ

図書館へ行こう

子ども読書週間

5月5日は子どもの日。子ども読書週間を実施中です。連休も開館している図書館、親子で本との素敵な出会いをぜひどうぞ。よもう! あそぼう! かがくの本テーマ「花」

▼日時 5月8日(日)午前10時~11時

▼会場 東部地域センター講習室(駐車場はありません) ▼入場料 無料 ◆当日直接会場へ ※「よもう! あそぼう! かがくの本」をお手伝いして下さるボランティアを募集しています。お子さんと一緒に気軽に参加ください。中学・高校生年代の方も歓迎です。

詳しくは東部図書館 ☎470・8022へ。

5月の図書館休館日

5月の図書館の休館日は中央・滝山・ひばりが丘・東部の各館とも、6日(金)、13日(金)、17日(火)、20日(金)、27日(金)です。

詳しくは中央図書館 ☎475・4646へ。

教室・講座等

保育付き家庭教育講座 「衣類のリフォーム術」

お気に入りだけど、もう着られない。使えないけど、捨てたくない。そんな衣類を切ってつなげて、ポーチなどに生まれ変わらせてみませんか。

▼日時 全3回。①6月6日・13日・20日、いずれも月曜日の午前10時~正午 ▼会場

まろにえホール(生涯学習センター) ▼講師 マサエキルトサークル代表の奈良政江氏

▼対象 市内在住・在勤の方 ▼定員 先着30人(満2歳~未就学児の保育あり、先着10人。保育希望の方は5月27日(金)までに予約を)

▼費用 無料 ▼持ち物 家にある古着や布、裁縫道具(針・糸・はさみ・チャコペンなど)、筆記用具 ◆申し込みは5月9日(月)から電話(平日の午前9時~午後5時)またはファクスで、NPO法人東久留米市文化協会 ☎477・4700(ファクス同)へ

詳しくは同協会へ。

イベント

薬湯の日「菖蒲(しょうぶ)湯」

▼期日・時間・会場 5月5日(祝)、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~11時 ▼備考 小学生以下は無料

詳しくは産業振興課労働政工係 ☎470・7743へ。

お知らせ

つくってあそぼう!

紙ヒコーキや紙鉄砲、紙とんぼなどを作り、一緒に昔ながらの遊びをしませんか。「つくる」から「あそぶ」までを楽しみましょう。

▼日時 5月21日(土)午前10時~正午 ▼場所 まろにえホール(生涯学習センター) 第1・2学習室 ▼対象 市内在住・在学の小学生以下のお子さんとその保護者(未就学児は必ず保護者同伴で) ▼定員 先着30人 ▼参加費 100円(保険代・材料費) ◆申し込みは5月2日(月)から電話で

NPO法人東久留米市文化協会 ☎477・4700へ

詳しくは同協会または生涯学習課生涯学習係 ☎470・7784へ。

「水彩色えんぴつ画」ほか受講者募集 社会福祉協議会では、上記のほか太極拳・コーラス・フォークダンス・文学・書道の受講者を募集します(55歳以上、6月



桜が映える榛名富士

榛名湖畔でお花見を 山々が鮮やかな新緑に つつまれる5月、榛名湖畔は桜が咲き、続いてヤマツツジ・レンゲツツジが咲き誇り観光シ



ーズンを迎えます。 「湖畔の宿記念公園」から天神峠一帯は、群馬県内でも珍しいオオヤマザクラの群生地です。老木から若木まで100本以上が周囲をピンクに染めます。 桜の花びらが軽く散る美しい姿が見られるころ、ツツジが咲く準備を始めます。伊香保から榛名湖への途中、ヤセオネ峠を越えて沼ノ原に入るとヤマツツジの群生地が広がり、5月下旬には草原に花を咲かせます。6月になると赤褐色のレンゲツツジが、灌(かん)木の下を中心に、榛名富士を取り巻く周辺の道路沿いに咲き誇ります。 榛名湖畔の遊歩道を新緑に つつまれ散策しながら、桜やツツジの花に癒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)

~9月)。参加費は1講座8回で6,000円。詳しい日程・応募方法などは、地区センターなどにある案内をご覧ください。

詳しくは社協塾担当 ☎479・5550(火曜日、祝日は休み)へ。

「地域センターまつり」参加者(実行委員)を募集

○西部地域センター

▼開催期間 9月23日(祝)~25日(日) ◆申し込みは5月20日(金)までに西部地域センター窓口へ ※第1回実行委員会は5月28日(土)を予定(参加申し込みをした方は実行委員会への出席をお願いします)。

詳しくは同センター ☎471・7210へ。

○東部地域センター

▼開催期間 9月10日(土)・11日(日)とその前後 ◆申し込みは東部地域センター窓口へ ※第1回実行委員会は5月5日(祝)午後1時に東部地域センター会議室2で行います(参加申し込みをした方は実行委員会への出席をお願いします)。

詳しくは同センター ☎470・8020へ。

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。協力して下さる方、利用したい方への説明会を開催します。ファミリー会員は説明会に参加することで利用できます。サポート会員は講習会を受けることで地域の子育て活動にご参加いただけます。次回のサポート講習会は6月を予定しています。

▼会場・日時 ①5月12日(木)午前10時から、まろにえホール(生涯学習センター) 集会学習室4で②16日(月)午後1時半から、わくわく健康プラザ協議会議室で ▼持ち物 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)。

詳しくは同センター事務局 ☎475・3294へ。

ガイド

ちびっこ力士 集まれ!!

「第7回わんぱく相撲・東久留米場所」の参加者を募集します。小学生による男女別・学年別相撲トーナメントです。4~6年生の優勝者は都大会へ出場できます。

▼日時 5月29日(日)午前10時40分から(受け付けは9時半から) ▼会場 第一小学校体育館 ※車での来場はご遠慮ください。 ▼対象 市内在学・在住の小学生 ▼費用 無料 ▼持ち物 体育着、上



履き ◆申し込みは5月8日(日)までに東久留米青年会議所・荒川 ☎090・2620・2450へ ※他地域のわんぱく相撲に参加する児童は申し込みできません。

詳しくは同会議所・荒川へ。

「ひがしくるめの梅酒さん」市内産100%の梅で作った「日本酒仕込みの梅酒」5月1日(日)発売

東久留米酒販組合では、昨年5月に限定販売し大好評のうちに完売した「ひがしくるめの梅酒さん」を今年も発売します。市の特産品「梅うふふ」に使用され人気を博している梅の品種「白加賀」。



ひがしくるめの梅酒さん

昨年6月に市内で収穫されたこの梅を日本酒で仕込み、1年近く醸造させ、2011年ものの「ひがしくるめの梅酒さん」がこのたび完成しました。母の日のプレゼントや帰省のお土産などにいかがでしょうか。5月1日(日)から同組合加盟店・取扱店にて発売します。

▼価格など 500ml入り1,200円(税込み)、1,800ml入り3,200円(税込み)

詳しくは同組合ホームページまたは ☎473・0952へ。

◆東久留米酒販組合ホームページ http://higashikurume-syuhan.com/

公立昭和病院の職員を募集します

公立昭和病院では、24年4月1日採用予定の職員を次のとおり募集します。

○看護師・助産師

▼試験日程 ①6月4日(土)②7月30日(土)③10月1日(土) ▼資格 24年春に免許取得見込みの方(24年4月1日現在、満40歳未満の方) ▼採用予定人員 30人程度 ▼試験案内・申込書の配布場所 同病院総務課人事係(同病院ホームページからも取得できます) ◆申し込みは①が5月25日(水)、②が7月20日(水)、③が9月21日(水)までに、採用試験受験申込書(指定様式)に必要な書類を添付して同係に直接持参(代理人可)または簡易書留で、〒187-8510、公立昭和病院総務課人事係あて郵送

(①が5月23日(月)、②が7月18日(祝)、③が9月19日(祝)までにいずれも必着)を

詳しくは同係 ☎461・0052(内線2248)へ。

◆公立昭和病院ホームページ http://www.kouritu-showa.jp/