

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 |

↓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>

人口と世帯 人口114,969人(男56,868人 女58,101人) 世帯数50,566<平成22年9月1日現在住民基本台帳による> 外国人登録数1,753人<平成22年9月1日現在>

けんこう

小児マヒ(ポリオ)生ワクチンを投与

▼対象 21年12月1日～22年5月31日に生まれた乳幼児。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 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、直接会場へお越しください(連絡は不要)。車での来場はご遠慮ください。▼時間 午後1時半～2時15分(時間厳守)▼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)▼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。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、委任状が必要です▼対象者で通知の届かない方および対象者以外の方 このワクチンは生後90カ月(7歳

6カ月になる2日前まで)未満の方に無料で投与できます。当日直接会場へ。予診票は当日会場にも用意しています。母子健康手帳を忘れずに持参してください。

4カ月児健康診査・BCG予防接種

▼日時 9月30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5月7日～5月31日生まれの乳児◆当日直接会場へ

詳しくは健康課予防係☎477・0030へ。

食事相談・健康相談

▼日時 9月21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

特定保健指導を行います

東久留米市国民健康保険加入者(40歳～74歳)で特定健診の結果、主にメタボリック

クシンドローム(内臓脂肪症候群)およびその予備群と判定された方を対象に、10月から「特定保健指導」を行います。

<特定保健指導とは>

脳卒中、心筋梗塞、糖尿病などの予防・改善を目的に、生活習慣の改善を専門スタッフが6カ月間支援するプログラムです。この機会に特定保健指導を受け、日ごろの生活習慣を見直してみませんか。※既に「高血圧」「糖尿病」「脂質異常」などで、服薬治療を受けている方は対象になりません。

<利用方法など>

対象となる方には健診受診後、約3カ月後に「特定保健指導利用券」を案内通知と共に郵送します。

詳しくは健康課特定健診係☎477・0013へ。

飼い犬の狂犬病予防注射はお済みですか

生後91日以上の飼い犬は、飼った日から30日以内に登録をし、年1回の狂犬病予防注射を受けることになっています。

市獣医師会に加入している右表の動物病院では、新規登録や予防注射、注射済み票の交付を受けることができます。

▼費用 新規登録3,000円▽鑑札再交付1,600円▽予防注射3,000円▽注射済票交付550円

詳しくは健康課予防係☎477・0030へ。

注射、済票交付、新規登録ができる動物病院

| 病院名 | 所在地 | 電話番号 |
|----------|-----------|----------|
| いそべ動物病院 | 中央町4-8-10 | 471・0031 |
| かざま動物病院 | 中央町2-6-50 | 453・8111 |
| 田中動物病院 | 東本町4-9 | 474・0533 |
| トオヤ動物病院 | 中央町1-1-49 | 473・7078 |
| 山獣医村 | 中央町1-3-1 | 471・6306 |
| 関どうぶつ病院 | 本町3-8-18 | 476・8868 |
| くるめ動物病院 | 八幡町3-3-12 | 477・3443 |
| どんぐり動物病院 | 下里5-9-15 | 475・5562 |



小児マヒ(ポリオ)生ワクチンの投与日程

| 日程 | 会場 | 対象地域 |
|-----------|---------------|---|
| 10月4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、東本町 |
| 10月5日(火) | 市役所(市民プラザホール) | 氷川台、本町、小山、幸町、中央町一～二丁目、野火止 |
| 10月6日(水) | わくわく健康プラザ | 中央町五～六丁目、前沢、滝山、下里、柳窪、八幡町、弥生 |
| 10月7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 |
| 11月15日(月) | スポーツセンター | 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、小山、幸町、中央町、南沢 |
| 11月16日(火) | わくわく健康プラザ | 前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生 |

ごみ

9月20日(敬老の日)・23日(秋分の日)のごみ収集は

9月20日・23日は祝日ですが、通常通り該当地区についてごみの収集を行います。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】

- 9月19日・20日・23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)
- 9月26日=石橋クリニック(東本町8-9、☎477・5566)

【歯科】

- 9月19日・20日・23日・26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)

- 9月19日・23日=前田病院(中央町5-13-34、☎473・2133)
- 9月20日・26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】

- 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・091100/0570・091101
 - ▼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



「生きもの観察会」への参加者を募集します

都では、生物多様性普及啓発の一環として、「生きもの観察会」を実施します。
▼日時 10月2日(土) 午前10時～正午 ▼会場 南沢緑地保全地域 ▼対象・定員 小学生の親子先着10組(人数に余裕がある場合は、それ以外の方の参加も可) ▼申し込み方法 9月29日(水)までに(必着)、「南沢緑地保全地域」と明記して、参加者

全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号(自宅と携帯電話番号)を記入の上、電子メールまたは郵送(〒163-8001、新宿区西新宿2-8-1、東京都環境局自然環境部計画係)・ファクス(03-5388-1379)で申し込みを ※参加が決まった方には、ご連絡します。なお、ファクスの場合は送信できたかを次の電話番号にかけて、ご確認ください。
詳しくは同係 ☎03・5388・3548へ。

◆都環境局申し込み用電子メールアドレス ikimono-kansatsu@kankyo.metro.tokyo.jp

8面からつづく

22年度予防接種

予防接種は、乳幼児期から免疫を付け、死亡率の高い感染症からお子さんを守るために行われます。通知が届きましたら、体調の良い日を選んで接種を受けてください。接種には市が指定する日時・会場で受ける「集団接種(ポリオ・BCG接種)」と各自で市が指定する医療機関(下表参照)で受ける「個別接種(次の4種類)」があります。いずれの予防接種も、対象年齢期間の費用は無料、持ち物は母子健康手帳・予診票です。

①三種混合(百日ぜき・ジフテリア・破傷風)

▼1期(初回) = 生後3カ月目に個別に通知します。20日～56日間の間隔を空けて3回接種してください(生後3カ月～12カ月が標準)。 ※20日～56日以外の間隔の場合、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

▼1期(追加) = 1期初回の3回目終了後、1年経過してから7歳6カ月になる2日前までの間に、1回接種してください(初回接種終了後1年～1年6カ月が標準)

②麻しん・風しん混合

▼1期 = 生後12カ月目に個別に通知します。2歳の誕生日の2日前までに1回接種してください

▼2期 = 5歳～7歳未満で小学校就学前

1年間にある方(16年4月2日～17年4月1日の出生者)に個別に通知しました。23年3月31日までに1回接種してください。2期の対象になる前に麻しん・風しんの予防接種を済ませた方も対象になります

▼3期 = 中学1年生に相当する年齢の方(9年4月2日～10年4月1日の出生者)に個別に通知しました。23年3月31日までに1回接種してください

▼4期 = 高校3年生に相当する年齢の方(4年4月2日～5年4月1日の出生者)に個別に通知しました。23年3月31日までに1回接種してください

【ご注意】3期・4期は、20年4月から追加で24年度まで実施します。過去に麻しん(はしか)、風しんにかかったことがある方は、かかっていない方のワクチンまたは麻しん・風しん混合ワクチンの接種になります。麻しんと風しんの両方かかったことがある方は接種不要です。

③二種混合(6年生ジフテリア・破傷風) 小学6年生(10年4月2日～11年4月1日の出生者)に個別に通知しました。13歳の誕生日の2日前までに、1回接種してください。11歳～13歳の誕生日2日前まで未接種の方も接種できます。

④日本脳炎 ▼1期 = 国の方針により、3歳児への日本脳炎予防接種第1期が積極的勧奨となりました。22年度中に3歳になる誕生月に、3歳児健診のお知らせの中に「日本脳炎予防接種のお知らせ」および予診票を同封し

ます。転入などで予診票をお持ちでない方は、健康課へご連絡ください。なお第1期法定年齢内の生後6カ月～生後90カ月(7歳6カ月)未満児についても、希望があれば接種できます。なお、第1期分を3回接種していない9歳～13歳未満の方は、未接種分を接種できるようになりました。また、第2期分(9歳～13歳未満)は、新ワクチンを接種できるようになりました。希望する方は健康課へ問い合わせください。

〈接種を受ける方へ〉 ①対象者で未接種の方や通知が届かない方は、健康課予防係へ問い合わせください ②個別接種も保護者同伴となります。保護者が同伴できない場合は委任状が必要です。詳しくは同課予防係 ☎477・0030へ。

こころの健康づくり講座 「パパ・ママ、十分に眠れていますか? ～大人のための睡眠講座～」

身近なストレス解消法の一つである睡眠は、常に満足したものでありたいものです。今回は、専門医の立場から「睡眠」について講演していただきます。

▼日時 9月21日(火) 午前10時半～11時45分 ▼会場 わくわく健康プラザ講堂 ▼講師 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所精神生理研究部長で医師の三島和夫氏 ▼定員 先着100人 ※未就学児の保育あり(定員制。要予約)。 ◆当日直接会場へ 詳しくは健康課保健サービス係 ☎477・0022へ。

9月は都の自殺対策強化月間です ○自殺防止東京キャンペーン 「気づいてください! 体と心の限界サイン」

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 = 9月16日(木) 午前10時半～11時半。3・4歳児。児童館合同運動会に向けての練習。

▼絵本だいすき = 17日(金) 午前11時～11時20分。絵本の読み聞かせ、手遊びなど。3歳前後の幼児。指導は渡辺和子氏、中林のり子氏。

▼折り紙教室 = 21日(火) 午後3時～4時。折り紙を楽しもう。幼児～中学生。指導は大泉光子氏。

▼おはなし会 = 21日・28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。絵本の読み聞かせなど。

▼7・8・9月生まれのバースデーパーティー = 29日(水) 午後3時半から。7・8・9月生まれのお友達をみんなで祝いましょう。小学生。 ※9月28日(火) 午後2時半から、パーティーのクッキー作りをします。エプロン・三角きん・手ふきタオルを持参。

▼くぬぎ (前沢4-6-3) 電話473・7315

▼ぼかぼかタイム = 9月15日(水) 午前

10時半からが零歳児、午前11時からが1歳児。わらべ歌遊び。指導は原悠子氏。

▼囲碁の日 = 15日・22日・29日のいずれも水曜日午後4時から。囲碁に挑戦しよう。小・中学生。指導は囲碁連盟。

▼幼児のつどい = 16日(木) 午前10時半から。運動会に向けて。幼児。

▼おはなしの日 = 21日・28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。

▼すこやかタイム = 27日(月) 午前10時半から。体力遊び。3歳児。

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

▼幼児のつどい = 9月16日(木) 午前10時半～11時半。10月7日(木)の児童館合同運動会に向けての練習。幼児。

▼きらら = 17日(金) 午前10時半～11時半。幼児のつどいの参加シールを作りながら子育ての情報交換。幼児とその保護者。

▼将棋大会 = 22日(水) 午後3時から小学生。指導は市将棋研究会。 ※対戦開始前に申し込みを。

▼赤ちゃんニコニコタイム = 24日(金) 午前10時半～11時。絵本の読み聞かせ、わらべ歌。子育ての情報交換。零歳児とその保護者。

▼トランポリンの日 = 24日(金) 午後2時から。小・中学生。 ※跳びやすい服装で。

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

▼幼児のつどい = 9月16日(木) 午前10時半～11時半。児童館合同運動会に向けての練習。3・4歳児とその保護者。

▼つくってあそぼう = 17日(金) 午前10時～11時半。親子でかんたん工作。幼児。指導は本多和美氏。

▼おはなしの日 = 21日(火) 午前11時から。絵本の読み聞かせ、手遊び。幼児。

▼おはなし会 = 27日(月) 午後3時から。素話・絵本の読み聞かせ。小学生。

▼お母さんと絵本 = 28日(火) 午前10時半～11時15分。絵本の紹介、読み聞かせ、手遊び。幼児。 ※図書館職員が来館します。

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

▼幼児のつどい = 9月16日(木) 午前10時からが1・2歳児、11時からが3・4歳児。児童館合同運動会に向けての練習。

▼中学・高校生ボランティア体験 = 18日(土) 午後1時から。小学生のネイチャーゲームのお手伝い。中学・高校生年代。タオル、濡れてもよい運動靴、着替えを持参。

※9月17日(金) までに申し込みを。

▼卓球大会 = 22日(水) 午後3時半から。トーナメント戦。小学3年生以上、先着16人。 ※9月15日(水) から申し込み受け付け(電話不可)。

▼ひばCafe = 24日(金) 午前10時半～11時半。季節のスイーツを試食しながら子育ての話などをしましょう。乳幼児とその保護者。

▼バトミントン大会 = 29日(水) 午後3時半から。小学4年生以上、先着16人。 ※9月22日(水) から申し込み受け付け(電話不可)。

予防接種(個別接種)実施医療機関

| 医療機関名 | 所在地 | 電話番号 | 実施種目 | | | |
|------------------|---------------|----------|------------------|---|------------------|------------------|
| | | | 三 種 混 合 | 麻 し ん ・ 風 し ん 混 合 | 二 種 混 合 | 日 本 脳 炎 |
| 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 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 二木皮膚科医院 | 金山町2-19-8 | 473・2040 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 有地内科・胃腸科・外科 | 大門町2-6-2 | 471・0216 | ○ | ○ | ○ | |
| 細井医院 | 東本町4-3 | 471・0130 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 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 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| いくせ医院 | 新川町1-4-18 | 471・2304 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 尾崎医院 | 浅間町2-26-19 | 421・8138 | ○ | ○ | ○ | |
| 小笠原医院 | 本町1-2-3 | 471・0056 | ○ | ○ | ○ | |
| 大塚小児科アレルギー科クリニック | 本町3-1-23 | 479・7300 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 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 | | ○ | ○ | |
| さいわい町診療所 | 幸町5-7-1 | 470・7676 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 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 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 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 | | △ | | |
| 鈴木クリニック | 南沢5-18-50 | 460・8502 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 鹿島医院 | 南沢4-3-2 | 461・2967 | ○ | ○ | ○ | |
| 尾町内科クリニック | 南町1-6-11 | 460・0531 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 大波外科胃腸科・内科小児科 | 下里7-6-2 | 473・7355 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 長生医院 | 滝山7-3-17 | 473・1117 | ○ | ○ | ○ | ○ |

*実施種目の○印は、各医療機関が取り扱う予防接種を表示しています。△印は麻しん風しん混合第3期・第4期のみ取り扱いとなります。

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=「はいはいの会」。9月22日(水)午前10時~11時半、子ども家庭支援センターで。6カ月~12カ月児とその保護者。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=21日(火)午前10時~正午、子ども家庭支援センターで。「牛乳パックでびっくり箱作り」。乳幼児とその保護者。裁縫箱・牛乳パック3箱(つぶしたり、開かないでください)・はさみを持参。※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

☆なかよし広場=9月17日(金)が第十小学校、21日(火)が第一小学校、28日(火)が第六小学校。いずれも午前10時~11時半。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スタッフが一緒に遊びます。スリッパを持参。当日直接会場に、徒歩か自転車でお越しください。

☆休館日のお知らせ=9月29日(水)は館内整備のため、休館します。

図書館へ行こう

工作会「オバケをつくろう」

秋の工作会を行います。10月のハロウィンを前に、飛び出すオバケを作ってみよう。

▼日時 9月29日(水)午後3時から
▼会場 南部地域センター和室▼定員 先着20人◆当日直接会場へ ※駐車場はありません。※当日は午後のおはなし会はありません。

詳しくはひばりが丘図書館☎463・3996へ。

スポーツ

市民卓球大会

~市卓球連盟主催

▼日時 10月17日(日)午前9時開場
▼会場 スポーツセンター▼種目 ①お楽しみダブルス大会=AランクとCランクのペア、Bランク同士のペア。ランクは申込時に記入を。初心者歓迎②男子シングルス大会=「A」が一般の部(高校生~49歳)、「B」が壮年の部(50歳以上)③女子シングルス大会=年齢制限なし④ラージボールダブルス大会=年齢制限・男女別なし⑤中学生大会⑥小学生シングルス大会 ※①~③は重複出場可。②③は市代表選手選考を兼ねます。▼参加費 500円(連盟登録者、小・中学生は無料)◆申し込みは10月1日(金)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、〒203-0051、小山1-9-2、笹川由紀子あて郵送を

詳しくは同連盟・笹川☎471・1052へ。

第75回市民テニス大会

~市テニス連盟主催

▼種目・日程 ①男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部=10月10日(日)。予備日は17日(日)②壮年ダブルス(男子50歳以上、女子40歳以上)=10月17日(日)。予備日は24日(日)▼会場 市内各テニスコート▼対象 市内在住・在勤・在学・在テニススクールで高校生以上の方▼参加費 1ペア2,000円◆申し込みは9月23日(祝)までに(必着)、郵便振替(00190-2-632369、加入者名・東久留米市テニス連

市民自主企画講座

「国際理解講座・外国人による日本語スピーチ大会・中学生英語暗誦スピーチ大会」

市内在住の外国人の方が多くなりました。「多文化共生」というと難しそうですが、お互い同じ街に住む者同士が普通にお付き合いをしましょう、ということです。今回の講座で実感してみませんか。企画・運営は「東久留米国際友好クラブ」。

▼日時 ①10月16日(土)午後2時~4時半、②23年2月12日(土)午後1時半~4時半③23年3月12日(土)午後1時半~4時半▼会場 ①が生涯学習セ

ンター2階学習室、②③が市民プラザホール▼テーマ ①が「タイの生活と文化」、②が「外国人による日本語スピーチ大会」、③が「中学生による英語暗誦(しょう)スピーチ大会」▼講師 ①がカンヤ・ハッタヤノン氏。②③は未定▼対象 市内在住・在勤の方▼定員 先着40人▼費用 無料◆申し込みは9月15日(水)午前9時から電話(477・4700)またはファクス(同)で、NPO法人東久留米市文化協会(電話受け付けは平日の午前9時~午後5時)へ。※ファクスの場合は、講座名・氏名・住所・電話番号・年齢を記入の上、送信してください。詳しくは同協会へ。

詳しくは同連盟・佐々木☎473・0079(夜間)へ。

会長杯ソフトボール大会

~市ソフトボール連盟主催

▼日時 10月10日(日)午前8時から
▼会場 滝山球場▼参加費 1チーム1万円(保険料含む。抽選会の際に持参を)▼抽選会 10月2日(土)午後7時から中央図書館2階で

詳しくは同連盟・赤羽根☎474・7110(夜間)へ。

スポーツ体験講習「水泳」

~市水泳連盟

▼日時 9月25日(土)午前9時半~11時▼会場 スポーツセンター▼対象 小・中学生▼費用 100円▼定員 先着40人▼持ち物 水着、水泳キャップ◆当日直接会場へ 詳しくは生涯学習課スポーツ振興係☎470・7784へ。

教室・講座等

団塊世代のための「チャレンジボランティア講座」

団塊世代の皆さんが、これから地域で自分の力と才能を発揮するためのヒントを、ボランティア活動事例で紹介し、協力は団塊くるねっと(東久留米の団塊世代ネットワーク)。

▼日時 10月17日(日)午前9時半~11時半▼会場 中央町地区センター第1会議室 ※車での来場はご遠慮を。▼定員 先着10人▼内容 ボランティア活動とは。趣味や興味が、思わぬボランティアになった事例の紹介▼参加費 200円(ボランティア活動希望者は、別途保険料300円)◆申し込みは10月14日(木)までに、電話(475・0739)またはファクス(476・4545)で、社会福祉協議会ボランティアセンターへ氏名・年齢・住所・電話番号をお知らせください。詳しくは同センターへ。

ひきこもり講演会

▼日時 10月20日(水)午後1時半~3時45分▼会場 多摩小平保健所2階大会議室▼テーマ ひきこもりについて考える~家族にできること・できないこと~▼講師 白梅学園大学教授の長谷川俊雄氏◆申し込みは10月13日(水)までに電話で多摩小平保健所保健対策課地域保健係☎450・3111(代)へ 詳しくは同保健所へ。

ンター2階学習室、②③が市民プラザホール▼テーマ ①が「タイの生活と文化」、②が「外国人による日本語スピーチ大会」、③が「中学生による英語暗誦(しょう)スピーチ大会」▼講師 ①がカンヤ・ハッタヤノン氏。②③は未定▼対象 市内在住・在勤の方▼定員 先着40人▼費用 無料◆申し込みは9月15日(水)午前9時から電話(477・4700)またはファクス(同)で、NPO法人東久留米市文化協会(電話受け付けは平日の午前9時~午後5時)へ。※ファクスの場合は、講座名・氏名・住所・電話番号・年齢を記入の上、送信してください。詳しくは同協会へ。

イベント

市民プラザ・ロビーコンサート

~ショパンの調べ・生誕200年よせて~

▼日時 9月25日(土)午後2時~3時
▼会場 市役所1階屋内ひろば▼出演 若林佑生子(ピアノ)▼曲目 小犬のワルツ、幻想即興曲、別れの曲、プレリュードより、ほか▼入場料 無料◆当日直接会場へ



詳しくは市民プラザ☎470・7813へ。

薬湯の日「スギナの腰湯」

▼期日・時間・会場 9月20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◆当日直接会場へ

詳しくは産業振興課労政商工係☎470・7743へ。

いのちかがやけ 第30回作品展

~みなさまに支えられて30周年!!~

ハンディキャップがあっても、笑顔いっぱい。この街「東久留米市」で一緒に暮らしている皆さんの、魂のこもった個性あふれる作品をご鑑賞ください。初日には記念イベントとして、「『幸せ』奏でるバイオリン弾き~黒澤誠登さん(愛器はストラディバリウス)によるミニコンサート」を開催します。

▼日時 10月2日(土)~4日(月)午前10時~午後5時(2日は午後1時から)
▼会場 市民プラザホール・市役所1階屋内ひろば◆当日直接会場へ
○30周年記念イベント「バイオリンミニコンサート」

▼日時 10月2日(土)午後1時~2時
▼会場 市役所1階屋内ひろば▼入場料 無料▼出演 東京フィルハーモニー交響楽団バイオリニストの黒澤誠登氏◆当日直接会場へ

○ボランティアを募集します
会場設営や作品展示、開催中の会場受付案内など、短い時間でも結構です。ご協力をお願いします。

詳しくは社会福祉協議会地域福祉係☎475・0739または東久留米市手をつなぐ親の会・中野☎475・6809へ。

ガイド

「東京都商工会青年部連合会北多摩北若手後継者等育成事業」講演会

▼日時 10月1日(金)午後7時~9時15分(受け付けは6時半から)▼会場 東

八口-! 来芽ちゃん 小菅りや子



村山市市民ステーションサンパルネ(東村山市野口町1-46、ワンズプラザ内3階)▼テーマ 社会人が伸ばすべき脳力▼講師 「ホンマでっか!?TV」に出演中の脳科学者の澤口俊之氏▼定員 先着150人▼入場料 無料◆当日直接会場へ

詳しくは東京都商工会連合会事務局☎042・500・1140へ。

飲用井戸設置状況等調査を実施

都では土壌汚染対策に活用するため、9月以降順次、飲用井戸の設置状況などの調査を対象世帯に実施します。

調査方法は、調査員が対象世帯を直接訪問または電話連絡で聞き取り調査を行います。ご協力をお願いします。

詳しくは都環境局環境改善部化学物質対策課☎03・5388・3473へ。

東京地方・家庭裁判所立川支部庁舎見学会

東京地方・家庭裁判所立川支部では、「法の日」週間(10月1日~7日)の行事として、庁舎見学会を実施します。

▼日時 10月8日(金)午後2時~3時50分▼定員 先着80人◆申し込みは土曜・日曜日、祝日を除く9月14日(火)午前9時半から(15日以降は9時から)、電話で同裁判所立川支部庶務第一課☎042・845・0297または☎042・845・0313へ。

2010ねぶる! コミュニケーション開催

手作りによる「エコねぶた」(ペットボトルや空き缶などの資源材料で作る創作物)を作成し、一緒に「市民みんなのまつり」に参加しませんか(表彰・参加賞あり)。

▼参加日時 11月13日(土)午後2時~4時(予定)▼定員 先着20組(2人以上のグループでの参加)◆申し込みは9月15日(水)~10月20日(水)に東久留米青年会議所・長谷山☎090・2212・4539へ。

今号は「Q&A消費生活の正しい知識」を休載します