第13回 環境フェスティバル

キャスター草野満代氏の講演を聞きにきませんか

「ニュースキャスターの本音」をテーマに、報道番組でもおなじみのキャスター草野満代氏をお招きし、講演をしていただきます。

報道の現場で培かわれた興味深い本音のお話を、ぜひこの機会にお聞きください。後援は東部電力エネルギー懇談会。

【日時】6月13日（土）午後1時45分～3時半
【会場】市民プラザホール
【対象】市内在住で中学生以上の方
【定員】120人（応募多数の場合は、5月22日（金）午後1時半から市役所5階501会議室で公開抽選）
【入場料】無料
※手話通訳あり。
申し込みは5月15日（金）までに（必着）、一人1枚の住所・氏名・電話番号・学年（生徒のみ）を記入の上（返信用表面にも住所・氏名を書いて）、〒203－8555、市役所環境政策課「草野満代氏講演会」あて郵送を。
※記入に不備があった場合は無効となります。あらかじめご了承ください。
詳しくは同課☎470・7753へ。

講師の草野満代氏

「介護の相談」から「老化予防」まで ご利用ください 地域包括支援センター

住み慣れた地域で、いつまでも元気で暮らしたいと誰もがそう願っています。

地域包括支援センターは、市内在住の高齢者が地域でいつまでも元気に暮らし続けていくために市が委託している相談機関です。「介護の相談」から「老化予防」まで、保健福祉の専門職が高齢者のさまざまな相談をお受けしています。ぜひ、ご活用ください。

詳しくは下表の各支援センターへ。

ご協力をお願いします 高齢者生活実態調査を実施します

市では、地域包括支援センターに委託して、地域で孤立しがちな高齢者が安心して在宅生活が送ることができるよう、75歳以上の「一人暮らし」および「高齢者のみ世帯」の方を直接訪問し、聞き取りをする高齢者あんしん生活調査を、今年も一部の地域で実施します。

高齢者の生活を支えるための大切な基礎資料となりますので、ぜひご協力をお願いします。

認知症の方を介護する家族の交流会 『つつじ会』を開催します

認知症の方を介護している家族の交流会を行います。介護による不安や心配事など、日ごろ抱えている思いを気軽に話しに来ませんか。

【日時】5月18日（月）午後1時～2時半
※奇数月に開催予定です。
【会場】男女平等推進センター会議室
【対象】認知症の方を介護している家族
【参加費】100円（茶菓子代など）
申し込みは認知症の方が居住する地域を担当する、次の地域包括支援センター（担当地区は右表参照）へ。
①東部地域包括支援センター・須佐（☎472・0661）
詳しくは各支援センターへ。

市内の各地域包括支援センター

施設名・所在地・電話番号	担当地区
東部地域包括支援センター 大門町2－10－5、 東部地域センター内 ☎473・9996	上の原、金山町、神宝町、氷川台、大門町、小山、東本町、新川町、浅間町
中部地域包括支援センター 幸町1－19－5、 幸町デイサービス内 ☎470・8186	本町、幸町、中央町、南沢、学園町、ひばりが丘団地、南町、前沢一～三丁目
西部地域包括支援センター 下里4－2－50、 特別養護老人ホーム「けんちの里」内 ☎472・0661	前沢四・五丁目、滝山、野火止、八幡町、柳窪、弥生、下里

第1回 消費者講座 茶摘み体験&手作り紅茶教室

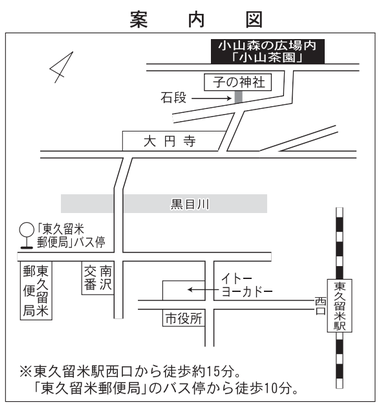
～夏も近づく八十八夜～

今年も新茶のおいしい季節となりました。お茶の葉から日本茶だけでなく、紅茶も作られていることを皆さんはご存じでしょうか。

市内の茶畑を管理している小山茶園サポーターズクラブの皆さんと消費者団体の方に、お茶の摘み方と手作りのおいしい紅茶の作り方を指導していただきます。昨年作った紅茶の試飲もします。

皆さんお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

【日時】5月13日（水）午前9時半～正午（雨天の場合は18日（月）に延期）
【会場】小山森地区保全地域内小山茶園（下図参照）
【費用】無料
【定員】先着50人
【持ち物】エプロン・筆記用具・ビニール袋・試飲用カップ
申し込みは5月1日（金）午前9時から電話で生活文化課☎470・7738へ。
詳しくは同課へ。



茶葉の摘み取りを体験しませんか

市社会福祉協議会情報

参加者を募集します 私と家族でまず1日を生き延びる手作り災害持ち出し袋講座

保存食や水、簡易トイレなどを体験しながら、災害用の持ち出し袋を作る講座です。

持ち出し袋は、家族一人ひとりに合わせて自分専用で作ることが必要です。特に毎日薬を飲んでいる方、小さなお子さんのいる家族は工夫が必要です。主催は東久留米市赤十字奉仕団、東久留米市社会福祉協議会ボランティアセンター。協力は防災まちづくりの会・東久留米。

【日時】5月17日（日）午後1時半～3時半
【会場】市民プラザホール、市役所1階屋内ひろば
【参加費】500円
【定員】先着40人
【持ち物】非常用持ち出し袋（自分で背負える大きさのものをご用意ください。若干の用意があります。持参できない方は申し込み時にお伝えください）
申し込みは5月1日（金）午前8時半から電話で市社会福祉協議会☎475・0739へ。
詳しくは同協議会へ。

東久留米市ファミリー・サポート・センター 事業説明会を開催します

地域で子育て（小学校・保育園の送迎、預かりなど零歳～10歳までのお子さんを対象）を手助け、支援する有償の活動で、子育てのお手伝いをしたい方（サポート会員）と、サポートを求めている方（ファミリー会員）からなる組織です。サポート会員は、市内在住の20歳以上で、お子さんが好きな方でしたら、どなたでも講習終了後会員になっていただけます。この機会にぜひ説明会にご来場ください。また、利用したい方、興味のある方もぜひご来場ください。

※講習会は6月に予定しています。

【対象】18歳以上で市内在住・在勤・在学の方
【定員】30人（応募者多数の場合は抽選。ただし、継続者は除く）
【参加費】1800円（保険・資料代等）
申し込みは5月29日（金）までに（必着）、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、〒203－8555、市役所生涯学習課「のびのびレク入門申し込み」係あての電子申請もできます）
詳しくは同課☎470・7784へ。

【説明会】5月21日（木）＝中央町地区センター第4会議室▼5月28日（木）＝中央公民館学習室2▼6月5日（金）＝わくわく健康プラザ社協会議室。時間はいずれも午前10時～11時半
【持参するもの】縦2・5センチメートル×横2・0センチメートルの顔写真1枚（ファミリー会員は保護者の写真、3カ月以内のものでスナップ写真等の切り抜きでも可
※保育あり。希望の方は土曜・日曜日を除く3日前までに予約ください。
詳しくは東久留米市ファミリー・サポート・センター事務局☎475・3294へ。

受講者を募集します 社協塾「水彩色えんぴつ画」ほか

水彩色えんぴつ画のほか、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歳以上の方、6月～9月）。参加費は1講座8回で6000円です。詳しい日程・応募方法などは、各地区センター等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、祝日はお休み）へ。

ユニークな講座がいっぱい！ 市民大学短期コース受講生を募集します

各講座共通の事柄

【会場】中央公民館
【時間】午前が9時半～11時半、午後が2時～4時、夜間が午後6時～8時
【受講料】1回コースが100円、3回コースが300円（基礎資料代）
【対象】市内在住・在勤・在学の方
申し込みは5月20日（水）までに（必着）、はがきに講座名（複数可・郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・性別・電話番号を記入の上、〒203－8555、市役所生涯学習課「市民大学短期コース申し込み」係あてに郵送、または市ホームページ内の電子申請で。
※定員を超えた場合は、5月21日（水）午前10時から同課で抽選。なお、応募者が10人に満たない場合は開講しません。
詳しくは同課☎470・7784へ。

●お金の学校・資産運用・保険・相続＝6月2日・9日・16日のいずれも火曜日の午前。定員は36人。講師は横川由理氏。
●五年後のあなたを創る五年日記＝6月2日・9日・16日のいずれも火曜日の午後。定員は15人。講師は野村廣治氏。
●HIP－HOPのリズムでダンスを踊ろう＝6月3日・10日・17日のいずれも水曜日の午後。定員は13人。講師は清水正子氏。
●「自分史の書き方」について＝6月3日・10日・17日のいずれも木曜日の午後。定員20人。講師は嶋田新太郎氏。
●茶道講座～抹茶や和菓子をいただきながらお茶をたのしみましょう＝6月4日・11日・18日のいずれも木曜日の午前。茶菓子代1回300円。定員は10人。講師は近藤有紀子氏。
●MY写真集＝6月5日・12日・19日のいずれも金曜日の夜間。教材費500円。定員は15人。講師は小倉充盛氏。
●血流を良くする指圧とストレッチ体操＝6月11日・18日・25日のいずれも木曜日の午後。定員は20人。講師は市原要氏。
●男の気持ち 夫婦の気持ち 家庭の心理学＝6月12日の金曜日の夜間。定員は24人。講師は本田純氏。
●植物の学名を知って植物に親しむ＝7月16日・23日・30日のいずれも木曜日の午後。定員は36人。講師は田中學氏。

受講生を募集します 青少年指導者養成講座 のびのびレク入門

初めての方でも楽しみながら学習できるレクリエーションの実技と理論の講習会です。

この講習会は、財団法人日本レクリエーション協会公認のレクリエーション・インストラクター資格取得のための履修時間の対象になります。

なお、本講座は今年度で終了となりますので、不足分の単位は他団体で取得してください。

【日程・内容】左表の通り
【会場】市役所7階701会議室（第3回はスポーツセンターで）
【参加費】1800円（保険・資料代等）
申し込みは5月29日（金）までに（必着）、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、〒203－8555、市役所生涯学習課「のびのびレク入門」係あて郵送を（市ホームページ内の電子申請もできます）
詳しくは同課☎470・7784へ。

21年度青少年指導者養成講座「のびのびレク入門」

	日程		内容	講師
1	6月9日（火）午後7時～9時	開講	開講式、オリエンテーション	レク・コーディネーターの飯田　弘氏
		理論	B－3　地域とレクリエーション	
2	6月16日（火）午後7時～9時	実技	D－2　ホスピタリティの示し方	レク・コーディネーターの道廣　英彦氏
			D－4　アイスブレーキング方法	
3	6月28日（日）午前9時～正午	実技	E－5・6　指導実習1（室内用/グラウンドゴルフ）	レク・コーディネーターの西潟　克夫氏、的場　昭夫氏
4	7月7日（火）午後7時～9時	実技	E－3　素材・アクティビティの提供	レク・コーディネーターの野原　福夫氏
			E－4　対象者の間の相互作用の活用方法	
5	7月21日（火）午後7時～9時	理論	B－2　少子高齢化社会の課題とレクリエーション	レク・コーディネーターの道廣　英彦氏
6	9月8日（火）午後7時～8時半	実技	G　演習1（ホスピタリティに関連した内容ゲーム指導）	レク・コーディネーターの内山　則子氏
7	9月29日（火）午後7時～9時	理論	B－1　ライフスタイルとレクリエーション	レク・コーディネーターの土井　彰氏
			C－4　レクリエーション活動の安全管理	
8	10月13日（火）午後7時～9時	理論	C－3　事業計画Ⅱ（市民を対象とした事業のつくり方）	レク・コーディネーターの川口　孝二氏
9	10月27日（火）午後7時～9時	実技	F－3・4　指導実習2（レクダンスの指導法）	レク・コーディネーターの小倉　あけみ氏
10	11月10日（火）午後7時～9時	実技	G　演習1（健康を維持するための体操）	レク・コーディネーターの横山　久江氏
11	11月24日（火）午後7時～9時	実技	G　演習1（クラフト　～クリスマス飾り～）	レク・コーディネーターの横尾　三江氏
12	12月8日（火）午後7時～9時	実技	H　演習2（かくし芸の指導法）	レク・コーディネーターの飯坂　徳雄氏
13	12月15日（火）午後7時～8時半	実技	H　演習2（ソングの指導法　季節行事に即したソング）	レク・コーディネーターの山本　誠一郎氏

◆生涯学習課メールアドレス
shogaigakushu@city.higashikurume.lg.jp

新緑の季節に誘われてご参加ください ジョイフル ファミリーウオーキング

5月24日（日）に市民参加のウオーキングを行います。さわやかな新緑の風薫（かお）るなか、家族や友達と「水と緑のまち」東久留米のウオーキングを楽しんでみませんか。お一人でも歓迎です。同行の体育指導委員がコース周辺の由来などの解説をします。

新緑の中、ウオーキングを満喫！

コースは、市東部を巡る中央公民館～落合川～南沢湧水～竹林公園～スポーツセンター～黒目川～小山台遺跡公園～幸橋～さいわい保育園～消防署～中央公民館の約8キロで、クイズなどを行い、賞品を用意しています。

【日時】5月24日（日）午前9時に中央公民館に集合、午前9時半に同館をスタート、午後零時半ごろ同館にゴール。少雨決行
【参加費】中学生以上が200円、小学生以下が100円。いずれも保険代を含みます
【定員】20人
※小学生以下は保護者同伴で。歩きやすい服装でご参加ください。
申し込みは5月1日（金）～15日（金）に、参加者の住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、スポーツセンター☎470・7900へ電話または直接、または生涯学習課あて電子メール（件名は「ジョイフル申し込み」と入力を。返信メールを送信します）でお知らせください。
詳しくは同課☎470・7784へ。

市民伝言板

会員募集

◆東久留米話し方クラブ　毎月第2・第4火曜日の午後7時～9時、中央公民館ほかで。入会金1000円、会費月1500円。話し方の基本を学びませんか。詳しくは土屋☎475・4923（午後7時～9時）へ。

◆東久留米バードウォッチングの会　毎月1回、市内および近くの探鳥地へ日帰りで。会費年1200円。余暇の楽しみに、自然環境学習にも最適。初心者歓迎。詳しくは森☎475・9060へ。

◆中国民族楽器、二胡（にこ）、揚琴（ようきん）フルス等の演奏（楊貴妃二胡練習団）　毎月第2・第4土曜日の午後で。入会金1000円、会費月3000円（二胡で。入会金1000円、会費月3000円で）初心者歓迎。5月9日・16日・23日の土曜日に無料体験会。詳しくは櫻井☎476・7927へ。

◆合気武道・棒術（東久留米・妙風クラブ）　毎週①木曜日の午後4時半からと日曜日の午前11時半からが小・中学生②日曜日の正午からが一般。いずれもスポーツセンターで。入会金3000円、会費月3000円。5歳以上。詳しくは細谷☎421・4075へ。

◆大正琴（琴伝流和（なごみ））会　毎月第2・第4土曜日の午前10時～正午、中央町地区センターで。会費1回500円。レベル不問。中高年、毎回完結型学習。詳しくは大野木（おおのき）☎462・4198（午後7時以降）へ。

◆エンジョイエアロビクス　毎週木曜日の午前10時～11時半、中央公民館で。入会金3000円、会費月3000円。お子さんは対象外。詳しくは村田☎447・0442へ。

◆唱歌民謡入りの詩吟（詩吟神聖流）　毎月第第3土曜日の午前10時～正午、第3月曜日の午前10時～正午、中央町地区センターで。会費月150円。見学自由。体験会あり。詳しくは七井（なない）☎471・2804へ。

◆短歌作りの楽しさを学ぶ（東久留米短歌会）　毎月第3土曜日の午後11時から3時間、成美教育文化会館で。会費月800円（3カ月分前納）。あなたの一首をつくりませんか。初心者歓迎。詳しくは大塚☎473・3075へ。

◆書道（墨華書道会）　月2回、木曜日の午後1時～3時、中央公民館で。入会金1000円、会費月3000円。詳しくは鈴木☎422・7804へ。

◆くるめヨガ・サークル　毎週水曜日の午前10時からと午前11時から、中央公民館、中央図書館ほかで。入会金1000円、会費月3000円。詳しくは長山☎471・5483（午前中）へ。

◆ミニバスケットボール中央レインボー　毎週①月曜日が第三小学校、②金曜日が第三小学校、いずれも午後6時～8時。会費月1000円。小学校3年～6年生。バスケットボールの練習と基本的な体力づくり。詳しくは富岡☎090・8811・3978へ。

◆楊名時（ようめいじ）気功太極拳（太極拳サークル）　毎週金曜日の午後2時～3時半、青少年センター（久留米西団地9号棟横）で。会費月1500円。初心者歓迎。見学自由。詳しくは三島☎475・1798へ。

◆卓球（チャンピオン）　毎月第1・第2・第4水曜日の午後6時20分～8時半、スポーツセンター。会費1回300円（施設使用料）。経験者歓迎。詳しくは安藤☎458・2328へ。

◆華道サークル池坊（いけのぼう）　毎月第2・第4金曜日の午後1時から、南町地区センター。会費月1000円（花代別）。60歳以上の方。詳しくは釋（しゃく）☎473・3939へ。

◆ハイカエアロビクス　毎週①月曜日の午前10時半～正午、西部地域センターで②金曜日の午前10時～11時半、わくわく健康プラザで。会費1回500円。初心者歓迎。詳しくは栗田☎459・1212へ。

催し

◆バキッンソン病治療と福祉の講演会（東久留米バーキンソン病友の会）　5月16日（土）午後2時～4時、西部地域センター。多目的ホールで。参加費500円。治療・福祉に対する質問・要望等を受け付けます。事前申し込みなど詳しくは青木☎473・2374へ。

◆ミニニンジョウジュウ・東久留米郷土史（団塊くるねっと）　5月16日（土）午後2時～4時、わくわく健康プラザ集会室2で。参加費無料。テーマは「東久留米のあゆみ」。講師は郷土資料室学芸員の山崎丈氏。詳しくは秋本☎474・2618（夜間）へ。

◆風景写真展（写遊つじ）　5月16日（土）～20日（水）の午前9時半～午後6時（16日は正午まで）。入場料無料。詳しくは柳沢☎473・1001へ。

◆生活講習会（武蔵野友の会）　5月25日、6月1日・8日・15日の4回、いずれも月曜日の午前10時～正午、武蔵野友の家（清瀬市上清戸2ノ12ノ20）で。費用380円（4回分。1回のみ参加可（100円））。要予約。若い方の家庭の家事技術のステップアップ。1歳児以上の保育あり。申し込みと詳しくは渡部（わたなべ）☎473・3573へ。

◆ジャズ・ボサノヴァライブ（ジャズを楽しむ会）　5月9日（土）午後7時開演（6時開場）、前沢4ノ32ノ1、榎本ビル1階（滝山営業所行西武バス「滝山団地入口」バス停すぐ）で。入場料1000円。定員30人。要予約。軽食等あり。出演はギター（山口友生氏）、ヴィオラフォン（青木里子氏）。詳しくは菅原☎475・6366へ。

◆ウクレレカウラナク見学無料講習会（ホノルル・ウクレレ・カウラナクラブ）　5月31日（日）午後2時～3時、中央公民館音楽室で。参加費無料。ウクレレ持参。プロ講師による指導。詳しくは前田☎471・1379へ。