

# 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	

## ↓ 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 防災とボランティア週間(15日～21日) 全国学校給食週間(24日～31日) 成人の日(14日) 法律扶助の日(24日) 1月1日現在の人口と世帯は次号に掲載します

## けんこう

詳しくは健康課保健サービス係 ☎477・0022 または予防係 ☎477・0030 へ。  
「はたちの献血」キャンペーン実施中  
2月29日(金)までの期間、成人式を迎える皆さんに対して働きかけを行う「はたちの献血」キャンペーンを実施しています。成人の第一歩に、ご協力をお願いします。詳しくは健康課予防係へ。  
4カ月児健康診査・BCG予防接種  
日時 1月10日・31日のいずれも木曜日、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 1月10日が19年8月25日～9月15日生まれの乳児、31日が19年9月16日～10月8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へ。  
1歳6カ月児健康診査  
日時 1月24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 18年6月18日～7月11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へ。  
3歳児健康診査  
日時 1月17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 16年11月25日～12月18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へ。

2歳児歯科健診  
日時 1月16日(水)午前9時15分～10時半受け付け 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 17年12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へ。  
はじめてのはみがきレッスン  
「歯っぴーベイビー」  
日時 1月29日(火)午前10時～11時 会場 わくわく健康プラザ  
内容 赤ちゃんの歯の手入れ方法と始め方、むし歯予防について 対象 満8カ月～10カ月の赤ちゃんとその保護者 定員 先着15組 申し込みは1月7日(月)から電話で健康課保健サービス係へ  
子ども相談  
日時 1月15日(火)・23日(水)のいずれも午前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 申し込みは電話で健康課保健サービス係へ  
育児相談  
日時 1月18日(金)午前9時半～午

後2時 会場 わくわく健康プラザ  
内容 育児の相談、体重測定 対象 乳幼児とその保護者 申し込みは電話で健康課保健サービス係へ  
1月のプレ・パパママクラス  
小児科医・助産師の話=7日(月)午後1時～4時  
ブレママ・クッキング=16日(水)午前9時45分～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=22日(火)午後1時～4時  
妊婦歯科健診=29日(火)午後1時15分～3時。健診とブラッシングなど  
会場 わくわく健康プラザ 対象 妊娠16週以降の方 申し込みは電話で健康課保健サービス係へ 全4回で1コース。ただし1日のみの参加も可。  
食事相談  
日時 1月18日(金)午前9時～正午 会場 わくわく健康プラザ  
内容 乳幼児～高齢者の食事・栄養などの相談 申し込みは電話で健康課保健サービス係へ



## いきいき健康家族

No.116 のどの異物感や違和感

のどに異物感や違和感があるという経験をお持ちの方は、結構いらっしゃると思います。きっかけがはっきりしていることもあれば、特別なきっかけがないということもあります。すぐに気にならなくなることもあれば、これらの症状がしつこく続くこともあります。

のどの異物感や違和感の原因として考えられるのは、のどの炎症(咽頭(いんとう)炎、喉頭(こうとう)炎、扁桃(へんとう)炎など)のどの異物(魚骨、扁桃のくぼみに白いかさのようなものがたまっている場合など)のどや食道の腫瘍(しゅよう)腫瘍(しゅりょう) 咽頭、喉頭、食道の癌(がん)や良性腫瘍など 甲状腺のはれや腫瘍 鼻の病気 副鼻腔(びくう)炎(蓄膿(ちくのう)症)等で、鼻水がのどにまわっている場合 逆流性食道炎 胃酸が食道へ逆流している ストレスなどによる心因性と考えられる場合、などがあますが、

原因不明のこともあります。原因となっていることが、のどや首をみる(視診)さわる(触診)のどの内視鏡検査で分かることもあります。血液検査、頸(けい)部の超音波検査、食道の検査等、さらに詳しい検査が必要なこともあります。原因がはっきりすれば、多くは原因となっているものの治療で治ります。原因が不明の場合、経過をみているうちに原因がはっきりしてくることもあますので、症状が続いている場合は、経過をみることも大切です。

のどの癌などが原因となっている場合は、早く治療することが必要ですので、のどの異物感や違和感がある方は、原因の有無、治療や経過観察が必要か否かなどをみてもらうために、早めに耳鼻咽喉科を受診されることをお勧めします。

(東久留米医師会)

## ごみ

1月14日(成人の日)のごみ収集は  
1月14日は月曜日の祝日ですが、通常通り該当地域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。

**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

**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

**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

**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】  
1月13日・14日・20日・27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)  
【歯科】  
1月13日・14日・20日・27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)  
1月13日・20日=前田病院(中央町5-13-34、☎473・2133)  
1月14日・27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・水曜日(午後7時～10時20分)=佐々総合病院(西東京市田無町4-24-15、☎461・1535)  
火曜・木曜・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)  
水道課(東久留米サービスステーションに併設) ☎471・5186  
健康課 保健サービス係 ☎477・0022、予防係 ☎477・0030  
わくわく健康プラザ(初期相談およびコミュニティ施設の貸出) ☎477・1115  
中央図書館 ☎475・4646  
午前10時～午後5時(全図書館。中央図書館は水曜・木曜日、滝山図書館は水曜日が午後6時まで) 月曜日(この日が祝日のときは火曜日に変更) 第3火曜日、土曜・日曜・月曜日を除く祝日、特別整理期間と年末年始は休館  
中央公民館 ☎473・7811(午前9時～午後10時。月曜日と年末年始は休館)  
消防署 ☎471・0119(一般事務は市役所と同じ時間)  
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》**

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	柳園組合	☎470・1555
多摩小平保健所	☎450・3111	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		

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	

### 消防出初式を行います

1月7日(月)式典とパレード



恒例の消防出初式を1月7日(月)午前10時から中央公民館で行います。

出初式は式典とパレードの2部構成で行います。式典では消防本部と一体となって、市民の生命と財産を災害から守るために、職業を持ちながら活動

している消防団員の永年勤続表彰と退団者へ感謝状を贈呈します。パレードは当日午後零時15分ごろから(式典の進行状況により、多少前後する場合があります)中央公民館から東久留米駅西口までの区間で消防車両のパレードを行います。ぜひご覧ください。なお、パレードは交通規則・規制に従って行います。ご注意 当日の午前7時に開催を告げるサイレンが市内で一斉に鳴りますが、火災ではありません詳しくは消防本部総務課☎471・0119へ。

### 8面からつづく



### 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) 電話473・7315

おはなしの日=1月8日・15日・22日・29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。

新年お楽しみ会=9日(水)午後3時から。お正月遊び、お雑煮パーティー。小学生。

囲碁の日=9日・16日・23日・30日のいずれも水曜日、午後3時から。小学生。指導は囲碁連盟。

幼児のつどい=10日が「お正月遊び」、17日が「親子ふれあい遊び」、24日が「オニのお面作り」、いずれも木曜日、午前10時半から。幼児。

ほかほかタイム=16日(水)午前10時半から。わらべうた遊び。零・1歳児。指導は原悠子氏。

オセロ大会=16日(水)午後3時半から。トーナメント戦。小学生。

おはなしタイム=21日(月)午前10時半から。絵本の読み聞かせなど。3歳児。

お母さんのための講習会=1月23日と2月13日の全2回。いずれも水曜日、午前10時半~11時半。ベビーサインについて赤ちゃんの手話を使ってコミュニケーションを2回とも参加できる10カ月~1歳3カ月前後の幼児とその保護者15組。講師は日本ベビーサイン協会の遠藤あいり氏。1月9日(水)午前9時から申し込み受け付け。



もちつき大会=26日(土)午後1時半~3時。幼児~中学生200人。1月12日(土)から参加整理券(無料)を配布(電話申し込み不可)26日(土)午前中は準備のため閉館します。

すこやかタイム=28日(月)午前10時半から。体をいっぱい動かして遊ぼう。3歳児。

#### けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

新年おめでとうゲーム大会=1月9日(水)午後3時半~4時半。お正月遊びを楽しもう。小学生。

おはなし会=11日・25日のいずれも金曜日、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=15日・22日・29日のいずれも火曜日、午前11時から。絵本の読み聞かせ、手遊び。幼児。

赤ちゃんひろば=16日・23日・30日のいずれも水曜日、午前10時~正午。みんなで交流を楽しみませんか。零歳児とその保護者。

幼児のつどい=17日(木)午前10時半~11時15分が1・2歳児、24日(木)午前10時半~11時半が3・4歳児。いずれもお正月遊び。

もちつき大会=19日(土)午後1時半

~3時。幼児~中学生300人。1月7日(月)午前9時から参加整理券(無料)を配布。19日(土)午前中は準備のため閉館します。

伝承あそびの日=21日(月)午後2時半から。日本古来の遊びを楽しみませんか。小学生。指導は岡野ウメ子氏。

折り紙教室=22日(火)午後2時半から。小学生。指導は本多秀子氏。

七宝焼き教室=26日(土)午前10時~11時50分と午後1時半~3時半。いずれも「ミニ壁かけを作ろう」。小学生(午前、午後各10人。応募者多数の場合は抽選)1月12日(土)午前9時から申し込み受け付け(電話申し込み不可。本人または本人の家族が直接申し込みを)

#### 滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

新年ゲーム大会=1月9日(水)午後3時から。ゲームをして、大会後おしるこパーティーをします。小学生。おわん、はしを持参。

おはなし会=10日・17日・24日のいずれも木曜日、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。

ウルトラトレーナー大会=12日(土)午後4時~4時半。個人戦、2・3人の団体戦で記録にチャレンジ。小学生。

幼児のつどい=17日(木)が午前10時半~11時半、3・4歳児。24日(木)が午前10時半~11時15分、2歳児。いずれもお正月遊び。

冬のおはなし会(滝山おはなしの会)=19日(土)午後1時半からが幼児、午後2時からが小学生(低学年)午後2時半からが小学生(高学年)

絵本だいすき=25日(金)午前11時~11時20分。絵本の読み聞かせ、手遊び。3歳前後の幼児。

#### 中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

お正月ゲーム大会=1月9日(水)午後2時半から。小学生。

幼児のつどい=10日が「お正月遊び」、17日が「凧(たこ)作り」、24日が「雪遊び」、いずれも木曜日、午前10時半~11時半。幼児。

もちつき大会=12日(土)午後1時半~3時。幼児~中学生250人。参加整理券(無料)を配布中。1月12日(土)午前中は準備のため閉館します。

卓球大会=16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。

きらら=18日(金)午前10時半~11時半。つどいの参加シールを作ります。幼児。

工作の日=18日(金)が午後2時から、19日(土)が午後1時半から。毛糸で編み物。小・中学生。

防災教育の日=21日(月)午後3時半から。災害などを想定して、非難訓練をします。小・中学生。

おはなしの日=23日・30日のいずれも水曜日、午前11時から。手遊び、絵本の読み聞かせ。幼児。

将棋教室=23日(水)午後3時から。小・中学生。指導は東久留米市将棋研究会。

トランポリンの日=25日(金)・30日(水)のいずれも午後2時から。小・中学生。跳びやすい服装で。

赤ちゃんニコニコタイム=25日(金)午前11時~11時半。交流の場(手遊びをしたり、情報交換をします)零歳児とその保護者。

お茶教室=26日(土)午後2時から。小・中学生40人。指導は花山多賀江氏。申し込み受け付け中。

#### ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

ドッジボール大会=1月9日(水)午後3時半から。チームを決めて戦おう。小学生。当日受け付け。

幼児のつどい=10日が「正月遊び」、17日が「お店屋さん準備」、24日が「お店屋さんごっこ」、いずれも木曜日、午前10時半~11時半。1歳~4歳児。

ジャンボかるた大会=13日(日)午後3時から。みんなで作ったビッグなかるたでかるたとり。小学生。

当日午後3時までに申し込みを(途中参加はできません)

卓球大会=16日(水)午後3時半からが小学3年生以上(先着16人)1月9日(水)から受け付け。19日(土)午後5時半からが中高生年代。当日受け付け。いずれもトーナメント戦。

おはなし劇場=20日(日)午前11時から。ペープサート劇。幼児~高校生年代。

おはなしの日=22日(火)午前11時からが幼児。紙芝居、手遊び、絵本。28日(月)午後4時からが小学生。紙芝居、絵本。

おしゃべりサロン=25日(金)午前10時~11時半。子どもと遊びながらおしゃべりしましょう(看護師さんも参加します)幼児。

しゃべり場=26日(土)午後5時半から。卒業・進級を祝う会の企画。中高生年代。

工作の日=27日(日)ビニール凧(だこ)を作ろう。小学生。当日受け付け。親子DEランチ=29日(火)正午から。みんなで楽しくランチしよう。幼児。



### 図書館へ行こう

#### おはなし会

日時 2月2日(土)午前11時から 会場 中央図書館おはなし室 対象 小学生 当日直接会場へ

詳しくは中央図書館☎475・4646へ。科学の本のよみきかせ「よもうあそぼうかがくの本」

日時 2月2日(土)午前10時~11時 会場 東部地域センター講習室 当日直接会場へ

詳しくは東部図書館☎470・8022へ。



### スポーツ

#### 第4回市民つなひき大会

学校や職場、地域などの仲間でチームを組んで、熱いひとときを過ごしませんか。自作のプラカードコンテストも実施します。

日時 2月16日(土)午前9時開会 会場 スポーツセンター 対象 市内在住・在勤・在学の方 部門 未就学児(おおむね4・5歳児)の部 小学1・2年生の部 小学3・4年生の部 小学5・6年生の部 一般男子の部 一般女子の部

一般男女混合の部(男子4人まで、ダブルエントリー可)一般は中学生以上 チーム編成 1チーム8人~15人(対戦は8人で、チーム当たりの体重制限なし) 参加費 一般200円、小学生以下100円(1人当たり、保険料等) 申し込みは2月1日(金)までに(必着)専用の申し込み用紙に記入の上、参加費を添えて直接 ファクス470・2688 郵送 〒203-0011、大門町2-14-37)でスポーツセンターへ

詳しくは生涯学習課スポーツ振興係☎470・7784へ。

市民バドミントン教室 ~市バドミントン連盟主催 基礎的な技術を指導します。

日時 1月13日(日)午前9時~午後零時半 会場 スポーツセンター 対象 市内在住・在勤・在学で高校生以上の方 参加費 300円 持ち物 ラケット、室内履き 申し込みは当日直接会場へ

詳しくは海老沢☎475・5434へ。第120回スキー教室 ~市スキー連盟主催

バジテストを開催します。ご自身のスキー技術をご確認ください。

日程 2月8日(金)午後8時出発~11日(祝)午後7時帰着 集合・出発場所 市役所前 会場 長野県しらかば2in1スキー場(宿泊は清瀬市立科山荘) 対象 市内在住・在勤で小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴) 初心者可。レンタルスキーあり 参加費 一般が3万7000円、連盟会員が3万5000円 定員 先着35人 申し込みは1月12日(土)午後1時~5時または13日(日)午前10時~午後4時に申込金1万円を添えて、市役所1階屋内ひろばで受け付けます

詳しくは村山☎465・4884へ。



### 子育て

詳しくは子ども家庭支援センター(わくわく健康プラザ内)☎471・0920へ。

#### わくわく赤ちゃん広場

日時 1月8日(火)午前10時~正午 会場 同センター 対象 零歳児とその保護者 持ち物 バスタオル 当日直接会場へ

#### よちよちあんの会

日時 1月22日(火)午前10時~正午 会場 わくわく健康プラザ集会所3 対象 1歳児とその保護者 当日直接会場へ

手作り布おもちゃの会 日時 1月15日(火)午前10時~正午 会場 同センター 対象 乳幼児の保護者 保育はありません。申し込みは同センターへ

ニュースポーツデー

～体育指導委員会

日時 1月12日(土)午前10時～午後4時 会場 スポーツセンター 種目 ミニテニス、ソフトバレーボール、ユニカール、ラージボール卓球、スカットボール 費用 100円(何種目でも可) 持ち物 上履き 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。

スポーツ体験講習

～市水泳連盟

種目 水泳 日時・会場・定員 1月26日(土)午前9時半～11時、スポーツセンター、先着40人 対象 小・中学生 費用 100円 持ち物 種目に適した服装 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。

市民卓球大会

～市卓球連盟主催

日時 2月11日(祝)午前9時から 会場 スポーツセンター 種目 A=男子シングルス、B=男子団体戦(シングルスダブルス2～4人一組のシングルス)C=女子団体戦(男子団体戦～と同じ)D=女子ダブルス、E=小学生シングルス、F=中学生学校対抗またはシングルス 競技方法 予選リーグ後、決勝トーナメント 対象 市内在住・在勤・在学の方 参加費 500円。連盟登録者および小・中学生は無料 申し込みは1月25日(金)までに(必着)はがきに住所、氏名、小・中学生は学校名と学年、参加希望種目を記入して、〒203-0051、小山1-9-2、笹川由紀子あて郵送を

詳しくは笹川 ☎471・1052へ。

教室・講座等

保育付き家庭教育学級 「子どもの栄養素」

子どもは生活の中で多様な行動経験から栄養を吸収して発達に必要な学びを獲得します。子どもにとって成功や失敗の経験等、多様な行動経験が多いほど、豊かで調和の取れた発達をしていると言われています。子どもの大切な栄養素について、一緒に考えましょう。

日時 全2回。2月19日・26日のいずれも火曜日、午前10時～正午 会場 市役所7階702会議室 対象 小・中学生をお持ちの父母または関心のある方 テーマ 子どもの栄養素としての保護者 子どもの栄養素としての保護者・学校・地域 講師 元市教育委員会指導室長で元横浜国大教授の中村祐治氏 定員 先着50人 申し込みは1月8日(火)午前9時から電話で公民館 ☎473・7811へ。詳しくは同館へ。

イベント

成人の日のつどい

1月14日(祝)中央公民館で 新たに成人になられた皆さんの新しい門出を祝福し「成人の日のつどい」を開催します。ぜひご出席ください。 日時 1回目=正午から(久留米・西・下里の各中学校通学区の方) 2回目=午後2時から(東・南・大門・中央の各中学校通学区の方) 受け付けはいずれも開始40分前から 会場 中央公民館 対象 昭和62年4月2日～63年4月1日に生まれた方 アトラクション内容 スライドショー、Soft Voice出演「青春アカペラ

甲子園全国八モネブリーグ2007(優勝)

中学校時の恩師の先生に数人出席いただく予定です。式典終了後は、学習室(2階)を2部屋用意してありますので、恩師や友人との歓談にご利用ください。なお、新成人の方には既に案内状を送付していますが、届いていない方や19年12月1日以降に転入された方は生涯学習課社会教育係 ☎470・7784へご連絡ください。

多摩六都科学館「圏域新成人割引サービス」を実施します

多摩六都科学館では、入館時にプラネタリウムまたは全天周映画のチケットもしくはその両方を購入された圏域在住の新成人の方に対して、入館料分500円の割引サービスを実施します。ぜひご来館ください。

対象 圏域5市(東久留米、小平、東村山、清瀬、西東京の5市)に在住で、昭和62年4月2日～63年4月1日に生まれた方 住所と年齢を証明するものを提示してください。 期間 1月14日(祝)～2月29日(金) ほかの割引サービスや団体料金との併用はできません。

市民プラザロビーコンサート ～新春邦楽コンサート～

日時 1月19日(土)午後2時～3時 会場 市役所1階屋内ひろば 出演 尺八=久保誓山 箏(こと)=石井早苗 歌=林美里 誓山会会員・瀬音の会会員 曲目 「千鳥の曲」「春の夜」「八千代」「初便り」「さくら貝の歌」「山の筑(かけい)」「鶴の巣籠(ごもり)」「五十鈴川(いすずがわ)」「春の海」 入場料 無料 当日直接会場へ

薬湯の日「行者の湯」

期日・時間・会場 2月3日(日) 第二喜多の湯(幸町1-5-10、☎471・2475)が午後3時～11時、源の湯(東本町7-6、☎471・1110)が午後3時半～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。 多摩六都フェア

多摩北部都市広域行政圏協議会(東久留米・小平・東村山・清瀬・西東京の5市で構成)では、多摩六都フェアを広域的に実施しています。ぜひご来場ください。

第2回びゅあ あーと展 障がいのある方の芸術・文化活動を推進するとともに、圏域市民との理解を深めることを目的に昨年度に引き続き開催します。

日時 2月8日(金)～10日(日)午前10時～午後7時(8日は午後1時から、10日は午後3時まで。オープニングセレモニーを8日午後5時以降に予定) 会場 市民プラザホールおよび市役所1階屋内ひろば 入場料 無料 詳しくは企画調整課 ☎470・7702へ。

「中高年のための初歩からの管楽器アンサンブル講習」発表演奏会

中高年のための初歩からの管楽器アンサンブル講習」発表演奏会を行います。楽器を持つのも初めてという受講生が多い中、昨年6月に講習をスタートしました。約9カ月間に及ぶ猛練習の成果を発表会で演奏しますので、ぜひご来場ください。

日時 2月16日(土)午後6時半開演(6時開場) 会場 西東京市立保谷こもれびホールメインホール(西東京市中町1-5-1) 入場料 無料 定員 600人 定員を超えた際は、入場をお断りする場合があります。 曲目 「マイウェイ」「マ

氷上六釣りが豊漁 イベ 榛名湖ワカサギ釣りが豊漁 凍(りん)然とした様 名湖には、例年冬の風物詩であるワカサギの氷上六釣りに訪れる太公望たちの姿が見られます。 榛名湖では、昨年9月1日からのワカサギ釣りが解禁になり、ここ数年では例がないほどの釣果がでています。この豊漁は、昨冬の暖冬で湖面が結水せずに氷上の六釣りが中止となり多くの魚が越冬したことや、春先に放流したワカサギの卵が順調にふ化したことが主な要因といわれています。週末などは秋深まる湖が釣り客でにぎわい、2人用釣りボートが出払つて 100匹以上釣った方や、未経験者でも釣りが楽しめやすくなりました。 シーズン(例年は1月下旬～2月末)には、朝6時から釣り人の入った小さなテントや防寒した釣り人が榛名湖の氷上に見られ、今年はずますの釣果が期待できそうです。(高崎市榛名支所地域振興課)



冬の榛名湖では「わかさぎの氷上六釣り」が楽しめます

ンポ5」ほか 当日直接会場へ

詳しくは西東京市生活文化課 ☎438・4040へ。 多摩六都高校生写真展

～多摩北部都市広域行政圏協議会青少年健全育成事業 多摩北部地域を中心とした近隣高校の写真部等による合同写真展を開催します。高校生の感性あふれる作品をご鑑賞ください。

日時 1月10日(木)～18日(金)のいずれも午前9時～午後7時(18日は午後4時まで。15日は休館) 会場 清瀬市立郷土博物館ギャラリー(清瀬市上清戸2-6-41) 入場料 無料

詳しくは清瀬市社会教育課 ☎495・7001へ。

お知らせ

公民館を一時閉館します

公民館を快適に利用していただくため、1月15日から2カ月間、空調設備の改修工事および外壁補修工事を施工します。この間、同館を全館閉館することになります。しばらくの間ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事期間 1月15日(火)～3月17日(月) 利用再開 3月18日(火) なお、閉館中の施設予約システムの窓口予約は、今まで通り公民館で受け付けます。詳しくは同館 ☎473・7811へ。 手まりづくり教室

工芸発泡スチロールにちりめんの布を木目込んで、まりを作っていきます。初めての方でも楽しく簡単に、すてきなまりを作ることができます。気軽にご参加ください。 日時 2月8日(金)午後1時半～4時半 会場 中央町地区センター 車で

の来場はご遠慮ください。 参加費 300円 定員 50人(応募者多数の場合は抽選) 持ち物 目打ち、にぎりばさみ、エプロン、筆記具、ふきん 申し込みは1月18日(金)までに(必着) 往復はがきに「手まりづくり参加希望」と明記し、住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、〒203-8555、市役所介護福祉課内「生きがい健康の会事務局」あて郵送を。

詳しくは同会事務局(内線4923)へ。 「社協塾」受講生を募集 社会福祉協議会では、水彩色えんぴつ画、

太極拳などの講座の受講生を募集します。参加費は1講座8回で6,000円です。日程・応募方法など、詳細は各地区センター等に用意した案内をご参照ください。

シルバー人材センター パソコン教室2月期受講者募集

申し込みは1月18日(金)までに(必着) 往復はがきに希望月・コース名・住所・氏名・電話番号を記入して(返信面にも住所・氏名を) 〒203-0052 幸町3-8-23、社団法人東久留米市シルバー人材センターあて郵送を。 詳しくは同センター ☎475・0738へ。

ガイド

市民公開講座「老化は予防できる」

老年病科を専門とする東京医科大学病院長の講師による老化の予防についての講話です。共催は東久留米医師会、北多摩医師会、多摩小平保健所、東久留米市ほか。

日時 2月2日(土)午後2時～4時半 会場 小平市福祉会館5階市民ホール(小平市学園東町1-19-13) 講師 東京医科大学病院長の岩本俊彦氏 参加費 無料 当日直接会場へ 講演の前後に介護用品、リハビリ、医療相談等の相談会を行います。

詳しくは北多摩北部地域リハビリテーション支援センター ☎042・396・3811へ。 講演会「B型・C型肝炎および肝炎ウイルス検診について」

日時 2月16日(土)午後3時～5時 会場 国立病院機構東京病院大会議室(清瀬市竹丘3-1-1) 講師 同病院外来診療部長の矢倉道泰氏 参加費 無料(無料駐車券あり) 申し込みは同病院管理課 ☎491・2111へ

詳しくは同課へ。 都立多摩職業能力開発センター 20年4月入校生を募集

募集科目 訓練期間1年コース=自動車塗装 NC加工 電気機器 建築設備 若年者就業支援(自動車整備) 半年コース=溶接 CAD製図 OAソフト管理(民間教育訓練機関で実施予定) 庭園施工管理 費用 ~ は有料、~ は無料 申し込みは1月7日(月)～2月1日(金)に都立多摩職業能力開発センター ☎042・522・6151またはハローワーク三鷹 ☎0422・47・8609で受け付けます 詳しくは同センターへ。