

# 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	31				

### ↓ 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 まちづくり月間 環境月間 暴走族追放強化月間 建築文化週間(1日~19日) 水道週間・かけ崩れ防災週間(1日~7日) 歯の衛生週間(4日~10日)

## 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。  
**大腸がん検診・肺がん検診**  
健康の保持・増進や疾病の早期発見・治療のために受診をお勧めします。

### 《共通事項》

受診日・受診方法 6月1日(金)~30日(土)に、下表の医療機関で直接受診してください

**大腸がん検診**  
対象 40歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮を。現在、大腸およびその他の腸の疾患で治療中の方 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

### 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		
篠原医院	金山町 2 - 6 - 14	471・1431		
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	東本町16 - 2	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		
山口内科・呼吸器科クリニック	本町 3 - 12 - 2	472・2386		
おさ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 3 - 8 - 12	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		

## 都内で麻しん(はしか)が流行しています

現在、都内では麻しん(はしか)の散発的な流行が続き、特に小学生~大学生の患者が増加しています。学校や周辺の地域で流行している場合、過去に未接種の方または麻しん(はしか)にかかったことがない方は、早期に接種することをお勧めします。また、過去に予防接種を1回受けた方も、10年程度経過すると効果が弱まることがありますので、周囲に患者がいる場合は再接種をお勧めします。なお、接種は任意接種(自己負担)になります。詳しくは健康課予防係☎477・0030へ。

て経過観察中の方 生理中の方 検査内容 便潜血反応検査(人の血液だけに反応するヒト・ヘモグロビン法)・二日法 費用 1,000円(受診医療機関の窓口でお支払いください) 生活保護受給者は無料ですが受給証明書が必要です。

### 肺がん検診

対象 40才以上の方。ただし、次の方はご遠慮を。現在、肺の疾患で治療中の方 肺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 検査内容 問診・かくたん細胞診・胸部レントゲン 費用 2,000円(受診医療機関の窓口でお支払いください) 生活保護受給者は無料ですが受給証明書が必要です。基本健診(節目・65歳以上) 6月の受診対象は8月・9月生まれの方です 健康の保持・増進や疾病の早期発見・治

療のために受診をお勧めします。6月の基本健診(節目・65歳以上)の受診対象者は8月・9月生まれの方です。健診内容・実施医療機関等は、個別通知を発送しますのでご確認ください。

対象 市内在住の8月・9月生まれで、次の出生年に該当する方。40歳(昭和41年) 45歳(昭和36年) 50歳(昭和31年) 55歳(昭和26年) 60歳(昭和21年) 65歳以上(昭和17年3月31日以前) ただし、勤務先等で健康診査を受けている方はご遠慮ください 受診月 6月1日(金)~30日(土) 日曜日、祝日、休診日は除く。費用 1,000円(受診医療機関の窓口でお支払いください) 生活保護受給者は無料ですが受給証明書が必要です。



## 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】

6月3日=石橋クリニック(東本町8-9、☎477・5566)

6月10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)

【歯科】

6月3日・10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)

6月3日=前田病院(中央町5-13-34、☎473・2133)

6月10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(火曜・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

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 柳泉園組合 ☎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

## 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。

### 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)

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	31				

生きがい健康の会事業

みんなで集まろう！ 汗をかこうさわやかスポーツ

初夏の季節、身も心も軽やかにスポーツで心地良  
い汗を流しませんか。今注目のダーツゲームも用意  
しています。お誘い合わせの上、気軽にご来場くだ  
さい。主催は生きがい健康の会。

日時 6月17日(日)午後1時~4時 会場  
わくわく健康プラザ体育館 種目 ダーツゲーム、  
ラージボールピンポン、ミニテニス、スカットボール、

輪投げなど 対象 どなたで  
も参加できます 持ち物 運  
動のできる服装、タオル、上  
履き 参加費 無料 当日直  
接会場へ

詳しくは介護福祉課高齢サービス係 ☎470・7749  
へ。



8面からつづく

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。

1歳6カ月児健康診査

日時 6月7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 17年10月20日~11月13日生まれの  
幼児 当日直接会場へ

詳しくは保健サービス係へ。

3歳児健康診査

日時 6月14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5月5日~28日生まれの幼児  
当日直接会場へ

詳しくは保健サービス係へ。

2歳児歯科健診

日時 6月13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5月生まれの幼児 当日直接会  
場へ

詳しくは保健サービス係へ。

らくらく離乳食

日時 6月12日(火)午後1時半~3  
時半 会場 中央公民館 対象 生後6カ  
月~12カ月児の保護者 定員 20人。保育  
あり 持ち物 エプロン、三角きん、ふき  
ん2枚、台ふき、筆記用具のほか着替えな  
ど保育に必要なもの 申し込みは6月4日  
(月)から電話で保健サービス係へ

ぱくぱく幼児食

日時 6月8日  
(金)午後1時15分  
から3時からの2  
回 会場 わくわく  
健康プラザ 内容  
おいしい野菜のレバ  
ートリーを増やして



みませんか。試食あり 対象 1~2歳児  
とその保護者 定員 20人 持ち物 エプ  
ロン 申し込みは6月4日(月)から電話  
で保健サービス係へ  
食事相談

日時 6月15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6月4日(月)から電話で保健サー  
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

「かわいい歯が生えてきたけど、お手入れ  
はどうすればいいの」という疑問にお答え  
するクラスです。虫歯予防の話を交えなが  
ら、お口のケアを始めてみませんか。

日時 6月22日(金)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や、始め方、虫歯予  
防についてなど 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  
持ち物 母子手帳・タオル・歯ブラシ  
(お持ちの方のみ) 申し込みは6月4日  
(月)から電話で保健サービス係へ  
育児相談

日時 6月15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 申し込みは電話で保健サービ  
ス係へ

子ども相談

日時 6月12日(火)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  
みは電話で保健サービス係へ

専門医による講演会

話題のメタボリックシンドローム！  
~おなかの脂肪スッキリ~

お腹周りの脂肪を燃やし、高脂血症・高血  
圧・糖尿病を予防しましょう。最近話題のメ  
タボリックシンドロームについて一緒に学  
んでみませんか。

日時 6月6日(水)午後2時~3時  
半 会場 わくわく健康プラザ講堂 講師  
多摩北部医療センター内分泌科部長の中  
野忠澄氏 定員 先着100人 当日直接会  
場へ

詳しくは保健サービス係へ。



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)

絵本だいすき = 6月1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。

幼児のつどい = 7日(木)午前10時半  
~11時半。歌、体操、手遊びなど。3・4  
歳児。14日(木)午前10時半~11時15分。  
歌、体操、手遊びなど。2歳児。

おはなし会 = 7日・14日のいずれも木  
曜日、午後3時半からが幼児。午後4時か  
らが小学生。絵本の読み聞かせ。

将棋教室 = 9日(土)午前10時~11時  
50分。小・中学生。指導は中井孝雄氏。

ウルトラトレーナー大会 = 9日(土)  
午後4時~4時半。個人戦、2~3人での  
団体戦で記録にチャレンジ。小学生(20人)。

七夕子ども音楽会出場者募集 = 7月7  
日(土)に開催する音楽会の出場者を募集  
します。ハンドベル、歌、ダンス、合奏な  
ど。小学生。6月4日(月)から申し込  
み受け付け。

くぬぎ (前沢4-6-3)

すこやかタイム = 6月4日・11日のい  
ずれも月曜日、午前10時半から。体いっぱ  
い動かして遊ぼう。3歳児。

おはなしの日 = 5日・12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。小学生。

囲碁の日 = 6日・13日のいずれも水曜  
日、午後3時から。囲碁に挑戦しよう。小  
学生。指導は囲碁連盟。

くぬぎ緑日準備会 = 6日・13日のい  
ずれも水曜日、午後3時からと9日・16日の  
いずれも土曜日、午後2時から。緑日に向  
けておばけやしき、お店屋さんの準備をし  
ます。小・中学生。くぬぎ緑日は7月7

第40回シルビア・クラシック・コンサート



東久留米市演奏家協会のメンバーによるクラシックコンサートです。今回は40回  
目の記念コンサートとして、18人が出演するガラコンサートをお贈りします。豪華  
なクラシック音楽をお気軽に鑑賞しに来てください。

日時 6月24日(日)午後2時開演(1時半開場) 会場 中央公民館ホール  
出演 たきざわ勝彦(ギター) 上野圭子(クラリネット) 阿部真弓・佐藤裕子・  
藤田正朗(バイオリン) 長見早苗(ピオラ) 磯部博子・小川由紀子・古市尚子・  
穂積磨矢子・本村陽一・本村りえ(声楽) 井手尚子・鈴木真理子・竹田和子・竹田  
恵子・中路真由美・安間暁子(ピアノ)の各氏 入場料 無料 入場整理券を次  
の場所で配布しています。中央公民館 ☎473・7811 市民プラザ ☎470・7813 東部  
地域センター ☎470・8020 西部地域センター ☎471・7210 南部地域センター ☎  
451・2021

詳しくは公民館へ。

日(土)午後1時半~3時半。

幼児のつどい = 7日(木)遠足(滝山  
野外訓練所) お弁当、水筒、敷物など持参。  
14日(木)ミニシアター。いずれも午前10  
時半~11時半。幼児。

中央 (中央町1-10-11)

夏まつり準備会 = 6月2日・9日・16  
日・23日・30日のいずれも土曜日、午後2  
時からと6日・13日・20日・27日のいづれ  
も水曜日、午後3時から。7月7日(土)  
開催の夏まつりに向けて、どんなお店をや  
りたいか相談します。小・中学生。

おはなしの日 = 6日・13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。

幼児のつどい = 9日(土)が「お父さ  
んといっしょ」お父さんも一緒にご参加く  
ださい。14日(木)が「マットで遊ぼう」  
いずれも午前10時半~11時半。幼児。6  
月9日(土)午前中は、幼児のつどいのた  
め小・中学生は利用できません。

お泊まり会申し込み受け付け = 11日  
(月)~22日(金) 詳しくは中央児童館へ。

お泊まり会は8月4日(土)午後3時  
~5日(日)午前10時。小学生(40人) 参  
加費500円。

トランポリンの日 = 13日(水)午後2  
時から。小・中学生。跳びやすい服装で。

きらら = 15日(金)午前10時半~11時半。  
つどいの参加シールを作りながら、子育て  
のお話をみんなでします。幼児。

けやき (大門町2-10-5)

夏まつり実行委員会 = 6月1日(金)  
が夏まつりについての話し合い。6日(水)  
がお店の係決め、ポスター描き等。いづれ  
も午後3時半から。小・中学生。夏まつ  
りは7月7日(土)午後1時半~3時。4  
歳児(保護者同伴)~中学生(250人) 夏  
まつり参加券配布は6月16日(土)午後1  
時半から(1枚200円) 電話申し込み不可。

おはなしの日 = 5日・12日のいずれも  
火曜日、午前11時~11時半。絵本の読み聞  
かせ、手遊びなど。2・3歳児。

オセロ大会 = 6日(水)午後3時15分  
から。トーナメント戦(開始前に申し込み

を)小学生。

幼児のつどい(1・2歳児) = 7日(木)  
午前10時半~11時15分。スキンシップ遊び  
を楽しもう。

おはなし会 = 8日(金)午後3時から。  
絵本の読み聞かせ、素話など。小学生。

幼児のつどい(3・4歳児) = 14日(木)  
午前10時半(児童館に集合)~午後零時半。  
春の遠足「堂阪公園」。現地集合の方は午前  
11時に集合。お弁当・水筒・敷物、おやつ  
等持参。雨天中止の場合は児童館で映画  
会。

ひばり (ひばりが丘団地8-11)

夏祭りの準備会 = 6月5日(火)・13日  
(水)のいずれも午後3時半から。7月に  
開催される夏祭りの企画について話し合  
いをします。小学4年~6年生。

0歳児企画(赤ちゃんと一緒に) = 6日  
(水)午前10時~11時。「音のワークショッ  
プ」。親子で音を体験しましょう。零歳児の  
親子(先着15組) 講師は炭田契恵子氏。ハ  
ンカチ持参。申し込み受け付け中。

ドッジボールの日 = 6日(水)午後3  
時半から。みんなでドッジボールをしよう  
(遊戯室全面使用) 小学生。 当日直接  
申し込み。

中学生第1回サッカータイム = 6日  
(水)午後5時半~6時半。トーナメント戦。  
中学生・高校生。 対戦開始前に申し込み  
を。

幼児のつどい = 7日(木)午前10時半  
~11時半。新聞紙で遊ぼう。1~4歳児。

しゃべり場 = 9日(土)午後5時半~  
6時半。7月21日(土)のクッキングタイ  
ムの計画と19年新企画についての話し合い。  
中学生・高校生。

おはなしの日 = 11日(月)午後4時か  
ら。紙芝居、素話、絵本など。小学生。

おはなしの日 = 12日(火)午前11時か  
ら。手遊び、わらべうた、紙芝居、絵本。  
幼児。

折り紙の日 = 13日(水)午後3時半から。  
六角返しを作ろう。小学生。

幼児のつどい = 14日(木)午前10時半  
~11時半。親子で工作「パッチンガエル」。  
1~4歳児。

