

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 春の全国交通安全運動(6日～15日) 市立小学校入学式(6日) 市立中学校入学式(9日) 子ども読書の日(23日) 昭和の日(29日)

けんこう

詳しくはわくわく健康プラザ内、健康課保健サービス係☎477・0022または予防係☎477・0030へ。

19年度予防接種

予防接種は、乳幼児期から免疫を付け、死亡率の高い伝染病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、費用は無料、持ち物は母子健康手帳・予診票です。

接種を受ける方へ 体温は接種前日の夕方と当日の朝に測り、健康状態を正しく記入してください。熱がある場合やほかの予防接種を受けた後などは、事前に相談してください。対象者で未接種の方や通知が届かない方は、健康課または実施医療機関にお問い合わせください。個別接種も保護者同伴となります。

三種混合(百日ぜき・ジフテリア・破傷風)...1期(初回)=生後5カ月目に個別に通知しますので、3週間～8週間の間隔をあけて3回接種してください(12カ月までが標準) 3週間～8週間以外の間隔の場合は任意接種の取り扱いとなります。ただし、90カ月未満までの接種費用は、公費負担(無料)です 1期(追加)=1期初回の3回目終了後、1年経過してから生後90カ月に達するまでの間に、1回接種して

ください(初回接種終了後12カ月～18カ月が標準)

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ので、2歳の誕生日前日までに1回接種してください 2期=小学校就学前1年間にある方(5歳～7歳未満)に個別に通知しますので、20年3月31日までに1回接種してください 2期の対象以前に麻しん、風しんの予防接種を済ませた方も対象になります。

なお、麻しんまたは風しんにかかったことがある方は、風しんまたは麻しんの単抗原ワクチンの接種になります。両方かかったことがある方は接種は不要です。

二種混合(6年生ジフテリア・破傷風)...小学6年生(7年4月2日～8年4月1日出生者)に個別に通知しますので、13歳の誕生日前日までに1回接種してください。なお、年度始めに一括送付のため、途中転入および予診票が届かない方は健康課予防係にご連絡ください。11歳～13歳の誕生日前日まで、未接種の方もできます

日本脳炎...1期・2期=厚生労働省から、「定期予防接種における日本脳炎ワクチン接種の積極的勧奨の差し控えについて」勧告があったため、当面の間見合わせています。なお、東南アジア等の流行地へ渡航する場合や、副作用について理解された上で特に希望される方は、医療機関等にご相談ください

基本健康診査(65歳以上・節目)

4月の受診対象は、4、5月生まれの方です。19年度から、混雑緩和のため誕生日によって受診できる月が異なります。該当月以外では受けられませんのでご注意ください。

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。4月の基本健診(65歳以上・節目)の受診対象者は4月、5月生まれの方です。健診内容等は、個別に通知を発送しますのでご確認ください。

対象 市内在住の4月、5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) 受診月 4月(日曜日、祝日、休診日を除く4月2日月～28日土)

実施機関 広報ひがしくるめ4月1日特集号裏面の表に記載する医療機関で受診してください。勤務先等で健康診査を受けている方はご遠慮ください。持ち物 健康保険証 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。



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				
石橋クリニク	東本町8-9	477・5566				
福山内科クリニック	東本町16-2	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				
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				
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				
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				
滝口小児科医院	滝山7-4-22	473・1682				

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。

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)

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】

4月1日・8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】

4月1日・8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)

4月1日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473・3311)

4月8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(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) 粗大ごみ対策課 ☎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



第17回「ふれあい杯」争奪市民ゴルフ大会兼第14回「スクラッチ大会」予選会

～市ゴルフ協会主催
ゴルフを愛する皆さんのふれあいの機会です。「スクラッチ大会」の予選会を兼ねて開催します。



日程 5月23日(水)
会場 飯能グリーンカン トリークラブ(飯能市久須美292)
競技方法 一般・女子・シニア(65歳以上)の部門別18ホールストロークプレー(新ペリア方式)
対象 市内在住・在勤の方
定員 先着120人
参加費 3000円(プレー費1万4000円。昼食代は別)
申し込みは4月1日(日)～5月8日(火)に、所定の用紙に必要事項を記入の上、参加費を添えて、東久留米ゴルフセンター(本町三丁目)GOLF5東久留米店(滝山四丁目)生涯学習課(市役所6階)またはスポーツセンターへ
詳しくは同協会事務局・島崎☎090・8035・9074へ。

教室・講座等

普通救命講習

日時 4月15日(日)午前9時～正午
会場 西部地域センター
内容 救急隊によるAED(自動対外式除細動器)の操作、心肺蘇生(そせい) 応急手当等の指導
定員 先着30人
費用 100円(テキスト代)
当日直接会場へ
詳しくは消防本部警防課救急福祉係☎471・0119へ。

手話講習会受講者募集

聴覚障害をお持ちの方への理解を深め、手話通訳者を目指すことを目的とした手話講習会です。年間を通して受講できる方を募集します。

講習期間 入門(初級)・基礎(中級) = 5月21日～20年2月の毎週月曜日
応用(上級)・実践(通訳養成クラス) = 5月12日～20年2月の毎週土曜日。時間はいずれも午前10時～正午
会場 市役所会議室
費用 無料(テキスト代等が必要な場合があります)
対象・募集人数 市内在住・在勤の方 = 入門50人・基礎30人
市内在住の方 = 応用20人・実践15人

入門・基礎は応募者多数の場合は抽選。応用・実践は試験により決定します。申し込みは4月10日(火)までに(必着) 往復はがきに住所(市内在勤の方は勤務先の所在地も明記)・氏名・年齢・電話番号・希望コース・手話経験を記入の上、〒203-8555、市役所障害福祉課「手話講習会募集係」あて郵送を
昨年度の修了者で上のクラスを希望される場合も必ず申し込みをしてください。応用・実践クラスに進むためには試験があります。試験日は4月28日(土)の午前が応用、午後が実践です。
詳しくは同課福祉係☎470・7747へ。

シルバー人材センター パソコン教室5月期受講者募集

講習はすべて「ウィンドウズXP」「ワード2003」「エクセル2003」によって行います。毎月開催しています。

詳細は西部・南部・東部の各地域センター等でチラシをご覧ください。

申し込みは4月20日(金)までに(必着) 往復はがきに希望月・コース名・住所・氏名・電話番号を記入の上、〒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。

イベント

第14回春の祭典 「水と緑のまち・希望を育む心の文化」

毎年、春に開催するNPO法人東久留米市文化協会による春の文化祭です。ホールでの発表と展示、多彩な催し、長年交流を続けている高崎市文化協会榛名支部(旧榛名町文化協議会)からの参加もあり、楽しい2日間の催しです。

日時 4月21日(土)・22日(日)
いずれも午前10時～午後5時
会場 中央公民館、中央図書館
内容 式典 = 21日(土)午後1時から中央公民館ホールで
発表部門 = 謡曲・和太鼓・民謡・歌謡・ふるさと芸能・吟剣詩舞道・クラシックバレエ・邦楽・ハワイアン・童謡・一芸&マジック・日本舞踊
展示部門 = 書道・華道・盆栽・パッチワーク・押し花絵・絵手紙・手あみ
催し部門 = 茶会・囲碁・将棋大会・朗読と一人芝居
入場料 無料

プログラムは各団体・サークルで配布します。

詳しくは同協会事務局☎477・4700(火曜～金曜日の午後1時～5時)へ。

多摩六都科学館4月のイベント

春の特別展 遊びの中の科学を発見せよ!～たまるく探検アドベンチャー～

スフィンクスのだるま落とし、小船渡りなどのさまざまな難関をクリアしよう。

日時 5月13日(日)までの午前10時～午後5時
会場 同館地下1階イベントホール
参加費 無料
ただし展示室券が必要。

プラネタリウム特別投影番組 めざせ! プラネクイズマスター～太陽・太陽系コース～クイズにチャレンジ。全問正解してプラネクイズマスターになろう(星空解説はありません)。

日時 4月1日(日)・7日(土)・8日(日)が午前10時半から。4月14日(土)・28日(土)が午後3時50分から。ただし、4月28日(土)は「～星の一生コース～」です
会場 サイエンスエッグ
参加費 展示室券とプラネタリウム観覧券(大人1,000円、子ども400円)

小田部先生のプランクトン教室
観察歴61年の先生とプランクトンを観察しよう。



日時 4月30日(休) 午後1時半～4時
会場 科学学習室・雑木林
対象 小学4年生以上
講師 プランクトン・ウォッチャーの小田部家邦氏
定員 24人
参加費 無料
ただし展示室券が必要。申し込みは4月16日(月)までに(必着)はがきで、〒188-0014、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館あて郵送を
4月の科学館の休館日

9日(月)～12日(木) 16日(月)～19日(木) 23日(月)です。
詳しくは同館☎469・6100へ。

お知らせ

19年度「ボランティア保険」加入手続きのお知らせ

「ボランティア保険」とは、ボランティア活動中の「傷害保険」と「賠償責任保険」の2つの補償をセットにした保険です。年間保険料は300円からです。加入時には住所・氏名・電話番号が必要です。

なお、18年度(18年4月～19年3月)に加入された方は、19年3月31日で補償期間が終了しました。4月以降もボラン

3月11日、榛名文化会館をメイン会場に、梅林内の特設コースで第16回の「梅マラソン」が行われました。高崎市と合併して最初の大会とあって、例年を上回る3,000人ほどのランナーが参加しました。この日は明け方まで小雨が降っていましたが、開

梅が満開の中を力走 T A K A S A K I C I E T Y はるな梅マラソン



榛名梅林の花咲く中、スタートするランナーの人、人、人

会式が始まるまでには小降りになり、ハーフコースのランナーがゴールするころには青空がのぞき始めるま

た、会場の榛名文化会館前庭では、特産の梅製品の販売や、梅ジュースの無料配布などが行われ、走り終わったランナーたちは、ほんのり甘酸っぱい梅ジュースで渴いたのどを潤わせていました。マラソンのほかにモスポートウオーキングが同時に行われ、ランナーと一緒に高齢の方もいい汗をかき、爽(さわ)やかな春の一日を楽しんでいました。

会場の榛名文化会館前庭では、特産の梅製品の販売や、梅ジュースの無料配布などが行われ、走り終わったランナーたちは、ほんのり甘酸っぱい梅ジュースで渴いたのどを潤わせていました。マラソンのほかにモスポートウオーキングが同時に行われ、ランナーと一緒に高齢の方もいい汗をかき、爽(さわ)やかな春の一日を楽しんでいました。

ティア活動される方は、早めに加入手続きをしてください。

詳しくは社会福祉協議会ボランティアセンター☎475・0739へ。

男女共同参画情報誌「ときめき」第38号発行

発行日 3月31日(土)
主な内容
特集 = 団塊シニアのいきいきライフ - 親世代の幸せは子ども世代の幸せ - トップインタビュー = 仲俣泰子さん(ひとすじの道 - 水泳を通して自分を発見)
情報ホット・ライン = 男女平等推進センター図書紹介と講座・講演会レポート
気になるワード = 「メンター」
同センターの利用・相談案内
配付場所 市民プラザ、男女平等推進センターのほか、市内公共施設、金融機関の窓口等
詳しくは生活文化課☎470・7738へ。

ガイド

一般生活資金融資 「さわやか」年利2.0%

都では都内に在勤または在住の中小企業従業員に生活資金を低利で融資します。
融資額 70万円まで(医療費、教育費、冠婚葬祭費、住宅の増改築費は100万円まで)
返済期間 3年以内(70万円超は5年以内)
元利均等月賦返済
融資窓口 中央労働金庫☎0120・86・6956
詳しくは都産業労働局労働環境課☎03・5320・4652またはTOKYOはたらくネットホームページで。

TOKYOはたらくネットホームページアドレス
http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/fukuri/index.html

石綿(アスベスト)健康被害救済のための「一般拠出金」の申告・納付

「一般拠出金」とは「石綿による健康被害の救済に関する法律」により、石綿健康被害者の救済費用に充てるため、事業主の皆さんに負担いただくものです。
対象 労災保険適用事業場の全事業主
納付方法 労働保険料と併せて申告・納付
料率 一般拠出金率は1,000分の0.05
有期事業 19年4月1日以降に開始した事業(工事)分の申告・納付
詳しくは東京労働局適用課☎03・3818・8239へ。

司法書士による無料法律相談 「敷金・賃貸トラブル110番」

日時 4月14日(土)・15日(日)
いずれも午前10時～午後4時
相談方法 電話による相談 = ☎03・3353・9205
当日直接電話を面談による相談 = ☎03・3353・9191
で予約受け付け(月曜～金曜日の正午～午後1時を除く午前9時～午後5時)
面談会場 司法書士会館1階総合相談センター(新宿区本塩町9-3、JR四ツ谷駅から徒歩4分)

詳しくは東京司法書士会相談部・伊東または井坂☎03・3353・9191へ。

不動産鑑定士による「春の不動産に関する無料相談会」

土地の価格をはじめ不動産の売買・交換・相続・贈与、地代・更新料等、不動産に関連した相談を無料で行います。

日時・会場 4月2日(月) = JR新宿駅西口広場「イベントコーナー」
4月4日(水) = 立川市女性総合センターアイム1階ギャラリー
4月6日(金) = JR渋谷駅2階コンコース「ランキンランキン渋谷店」隣通路の一部
4月9日(月) = 西武池袋線池袋駅地下改札口前通路の一部
ほか、いずれも午前10時～午後4時
当日直接会場へ

詳しくは社団法人東京都不動産鑑定士協会☎03・3434・2306へ。

19年度1・2級建設機械施工技術検定試験

試験日 6月17日(日)
対象 建設機械操作施工従事者
受験手数料 1級 = 1万100円
2級 = 1種別に付き1万100円。
実地試験は別に手数料が必要
申し込みは4月13日(金)までに社団法人日本建設機械化協会へ

詳しくは同協会試験部☎03・3433・1575

日本建設機械化協会ホームページアドレス
http://www.jcmanet.or.jp/shiken/index.html

またはホームページで。

19年度国家公務員採用 種(税務)試験

試験日 第1次 = 9月9日(日)
第2次 = 10月18日(木)～25日(木)のうち指定する日
申込書受付期間は6月26日(火)～7月3日(火)
詳細は5月14日(月)の官報広告または同日以降の東京国税局ホームページで確認を
詳しくは東村山税務署総務課☎042・394・6811へ。