文化施設予約システム　4月1日スタート
利用者登録 2月1日から受け付け

市のスポーツ施設に続き、4月1日から文化施設でもインターネットによる公共施設予約システムが始まります。4月以降、左表に該当する文化施設を予約して利用する場合には、事前に利用者登録（団体・個人）を行う必要があります。

利用者登録は「利用登録申請書」に必要事項を記入し、ご利用になる施設の窓口で手続きを行ってください。なお、登録はご利用になる文化施設のいずれか1カ所で結構です。

※申請書は各施設で配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

施設の利用に必要な利用者ID番号等の情報を3月中に登録者あてにお知らせしますので、登録手続きは2月1日（木）～28日（水）の期間にお済ませください（3月以降も、利用者登録受け付けは随時行います）。

これまでの施設利用受け付け方法との変更点など、詳しくは各施設へ問い合わせてください。

システムで予約申し込みできる文化施設

施設名	電話番号
わくわく健康プラザ	477・1115
中央公民館	473・7811
市民プラザ	470・7813
市民ひろば	
スペース105	
西部地域センター	471・7210
東部地域センター	470・8020
南部地域センター	451・2021

※上記以外の公共施設ではインターネットでの予約受け付けを行いません。4月以降も従来通りの受け付け方法となります。
※スポーツ施設は3月利用分から稼動中です。

利用者登録説明会を開催します

▼**西部地域センター**＝2月17日（土）午後2時～4時

男女平等推進センター
☎472・0061、ファクス472・0053
（火曜日休館）

同センター講習室2・3で
▼**東部地域センター**＝2月8日（木）午後7時～9時、同センター会議室1・2で
▼**南部地域センター**＝2月5日（月）午後7時～9時、同センター講習室で
▼**市役所　市民プラザ**＝①2月15日（木）午後7時～9時、市役所6階602会議室で②2月27日（火）午前10時～正午、市民プラザ会議室で
詳しくは生活文化課☎470・7738へ。

フィフティ2 市民企画講座

世界の子育てin中国（全2回）

①中国共働き諸事情（講義）

第1回目は、一人っ子政策が実施され、夫婦共働きの中国において、夫が家庭でどのように子育てや家事をし、社会がどのように夫婦の共働き家庭を支えているのか。また経済発展がめざましい中で、深刻化する格差社会の現実について学びます。

②男子厨房に入る（水餃子作り）

第2回目は、中国の伝統的な家庭料理である水餃子（ギョーザ）作り、中国文化を堪能しながら交流会をします。

特に子育て中のお父さん、この機会にどうぞ。企画・運営は…にいはお会。

【**日時・会場**】①が3月10日（土）午前10時～正午、男女平等推進センター会議室、②が3月17日（土）午前10時～正午、東部地域センター調理実習室

【**講師**】電気通信大学講師の菅建明氏

【**定員**】①が先着24人、②が先着20人、各回いずれかの申し込み可

【**持ち物**】②のみ、エプロン・三角きん・手ふきタオル・ふきん・台ふき

【**参加費**】①が無料、②が調理実習材料費として500円程度（変動あり）。当日集金します

※2歳～未就学児の保育あり。①、②のいずれも要予約。

申し込みは2月2日（金）～3月2日（金）に、名前・住所・電話番号（ファクス番号）・保育が必要な方は、お子さんの名前・年齢を記入の上、ファクス、電子メールまたは電話で男女平等推進センターへ。

詳しくは同センターへ。

【**日時・会場**】①2月22日（木）午前10時～午後1時が男女平等推進センター会議室②2月25日（日）午後1時半～4時が南部地域センター講習室

【**定員**】①が先着24人、②が先着60人

【**参加費**】無料

※2歳～未就学児の保育あり。①、②のいずれも要予約。

申し込みは2月2日（金）～16日（金）に、名前・住所・電話番号（ファクス番号）・保育が必要な方は、お子さんの名前・年齢を記入の上、ファクス、電子メールまたは電話で男女平等推進センターへ。

詳しくは同センターへ。

◆男女平等推進センターメールアドレス
fifty2@higashikurume-city.jp

ご利用ください センター内の図書コーナー

男女平等推進センターの図書コーナーでは、本やビデオを、一人2冊2週間まで、借りることができます。内容は、女性の生き方、ジェンダー、からだ・心・性、DV・結婚・家族、子育て、仕事、人権・社会福祉、小説など、男女共同参画社会に関するあらゆる分野にわたる蔵書がありますので、ご利用ください。

新刊のお知らせ

▼「**祖母力**」＝樋口恵子著、朝倉書店（人々の意識や行動がいかにジェンダーの影響を受けているかを明らかにしたもの）

▼「**子育てハッピーアドバイス**」＝明橋大一著、一万年堂出版（子育てに悩む母親たちに、マンガで分かりやすく心が明るくなるためのアドバイス）

▼「**あなたの知らない妻がいる**」＝狭間恵美子著、講談社（熟年離婚とならないための例により解説）

詳しくは同センターへ。

シネマdeおしゃべり

上映映画「スタンドアップ」（2005年 アメリカ）

女性や男性の生き方をテーマにした作品を鑑賞し、上映後お茶を飲みながら、感想を語り合います。

【**あらすじ**】夫の暴力に耐えかねて、実家に子どもと共に戻ってきたジョージーは鉱山労働者になる。男性社会の中で耐え難い嫌がらせ、セクシュアルハラスメントを受けた彼女は立ち上がった。アカデミー賞女優のシャーリーズ・セロンが出演、実話に基づいた感動作。

新水社（少子・高齢化が社会問題となる今、働く祖母・子育て現役祖母などと世代間交流における祖母力は、日本の未来を救う）

▼「**ジェンダー・心理学**」＝福富護著、朝倉書店（人々の意識や行動がいかにジェンダーの影響を受けているかを明らかにしたもの）

▼「**子育てハッピーアドバイス**」＝明橋大一著、一万年堂出版（子育てに悩む母親たちに、マンガで分かりやすく心が明るくなるためのアドバイス）

▼「**あなたの知らない妻がいる**」＝狭間恵美子著、講談社（熟年離婚とならないための例により解説）

詳しくは同センターへ。

国民健康保険情報

医療費を大切に

医療費は、高齢化の進展や医療技術の進歩などを理由に、年々増え続けています。それに伴って、国民健康保険税の負担も増えてしまいます。医療費を大切に。

《医療費を上手に使うポイント》

①日ごろから健康づくりに積極的に取り組みましょう

②定期的に健康診断を受けましょう（市でも各種検診を実施しています）

③掛かり付け医を持ちましょう

④薬は必要な分だけで大丈夫

詳しくは保険年金課国民健康保険係☎470・7732へ。

温泉で心身をリフレッシュ

温泉につかって、日ごろの疲労や緊張をほぐし、心身ともにリラックスしてはいかがですか。温泉には、血液やリンパ液の循環や代謝機能を促進する効果もあります。

①特約保養施設

市では、国民健康保険に加入している皆さんに、日ごろの疲れを癒（いや）し健康に留意していただくため、関東近辺のホテルや旅館等と年間（1カ所）と契約を結ぶ、利用料金の一部（年5回を限度）を補助しています。

利用の際は、被保険者証と印鑑を持って保険年金課（市役所1階）で手続きをしてください。

②元気回復施設利用補助

市内の一般公衆浴場（2カ所）と契約を結び、利用料金の一部（年5回を限度）を補助しています。

利用の際は、被保険者証と印鑑を持って保険年金課（市役所1階）で手続きをしてください。

国民健康保険・特約保養施設一覧

施設名	所在地	電話番号（下段予約専用等）	協定料金（1泊2食付き税込み）
おんやどみめぐみ（恵）	神奈川県湯河原町	0465・63・3001	大人21,150円から 子ども14,700円から
青らん荘（せいらん）	神奈川県湯河原町	0465・63・3111	大人13,650円から 子ども 9,555円から
箱根湯本ホテル	神奈川県箱根町	0460・5・8800	大人10,000円から 子ども 7,000円から
一望閣	神奈川県真鶴町	0465・68・1251	大人10,500円から 子ども 7,350円から
みのや旅館	静岡県熱海市	0557・81・8291	大人10,000円から 子ども 6,000円から
ホテル銀水	群馬県渋川市	0279・72・3711	大人 8,400円から 子ども 5,600円から
辰巳館	群馬県みなかみ町	0278・72・3055	大人10,650円から 子ども 7,350円から
イナモト旅館	新潟県湯沢町	025・784・2251	大人11,000円から 子ども 7,700円から
シャーレ水ゆざわ銀	新潟県湯沢町	025・787・4141	大人 8,400円から 子ども 5,600円から
プチホテル州甲斐	山梨県北杜市	0551・35・3031 03・3547・2017	大人 8,000円から 子ども 5,600円から
甲州健康の森館	山梨県北杜市	055・263・1131	大人 9,450円から 子ども 7,350円から
国民年金保養センターセおくたま路	東青梅市	0428・78・9711	大人 8,431円から 子ども 7,507円から
リゾートインVIVALDI	長野県白馬村	0261・72・7255	大人 8,505円から 子ども 7,560円から

ポカポカはるのつどい
障害のある子どもたちの参加を募集

詳しくは公民館☎473・7811へ

障害のある子どもたちに楽しい遊びの一日を過ごしてもらおうと、今年も「ポカポカはるのつどい」を開催します。

このつどいは、障害のある子どもたちが、地域の子どもたちやボランティアの皆さんと一緒に、いろいろな遊びを通して交流し、楽しい春休みの一日を過ごす催しです。子どもたちは、それぞれボランティアが付いてお世話をするほか、希望者にはマイクロバスの送迎もあります。気軽にご参加ください。

【**日時**】3月30日（金）午前10時～午後2時15分

【**対象**】市内在住で18歳未満の障害のある方（親子での参加も可）

【**会場**】中央公民館

【**持ち物**】お弁当・水筒・敷物

申し込みは2月10日（土）までに電話で同館へ。

楽しい遊びがいっぱい！

ボランティアさんを募集

ポカポカはるのつどいには、たくさんのボランティアの協力が必要です。

活動内容は、障害のある子どもとペアになり、遊びのコーナーを利用して、楽しい一日を過ごしていただくことです。障害のある子どもたちが生き生きと生活できる地域社会をつくるために、ご協力をお願いします。希望する方は、3月6日（火）までに電話または直接公民館へ申し込んでください。

公民館利用者懇談会を開催します

市民のさまざまな活動の拠点として親しまれている中央公民館を、より気持ちよく使用していただくための意見交換の場として、「利用者懇談会」を開催します。公民館の運営や各種の事業に関心のある市民の皆さんの参加をお待ちしています。

【**日時**】2月7日（水）午後1時半～3時

【**会場**】中央公民館第1・2集会学習室

当日直接会場へ。

詳しくは同館☎473・7811へ。

国民年金だより

国民年金保険料は口座振替で割引になります

口座引き落としで、19年度の一年前納、半年前納をご利用になる場合、新規・変更の申し出が金融機関により、3月では間に合わないものがありますので、早めに手続きをしてください。

一年分または6カ月分の前納を申し込まれる場合、現金納付より口座振替の方が割引額が多くなります。18年度は、一年前納を利用した場合、現金払いでは2950円の割引があり、口座振替では540円増の3490円の割引でした。19年度については、保険料と割引率が若干変更される予定です。また、口座による各月でのお支払いの場合、通常は翌月末に引き落としになりますが、当月末に引き落とす早期割引制度では月額50円（18年度の割引額）になります。

口座振替を希望する場合は、預金口座のある金融機関へ年金手帳（基礎年金番号の分かるもの）・通帳・通帳でご利用の印鑑をご持参の上、手続きをしてください。武蔵野社会保険事務所でも手続きができます。

詳しくは同事務所☎042・56・1411へ。

中学生の「税についての作文」
市長賞含め入賞は10人

「税についての作文」で入賞した皆さん

全国納税貯蓄組合連合会が主催し、国税庁が後援する平成18年度学生の「税について作文」に、市内6中学校から430編の応募があり、10人が入賞しました。入賞者は次の通りです（敬称略）。

東久留米市長賞＝東京納税貯蓄組合総連合会会長賞＝高橋雄大（中央中学校3年）

▼東久留米市租税教育推進協議会会長賞＝榊原由莉（下里中学校3年）

▼東京都立川都税事務所長賞＝秋元梨乃（久留米中学校3年）

▼多摩武蔵納税貯蓄組合連合会会長賞＝市川彩（久留米中学校3年）、**藤野七生**（中央中学校3年）

▼多摩武蔵納税貯蓄組合連合会会長佳作＝林千里（久留米中学校3年）、**吉澤玄**（西中学校3年）、**田中麻菜**（下里中学校3年）、**鈴木なつみ**（中央中学校3年）

※各受賞作品は2月5日（月）～8日（木）の期間、市役所1階屋内ひろばに展示します。

詳しくは納税課管理係☎470・7729へ。

税金のあり方を知って
中央中学校3年　高橋　雄大

僕はこれまで税金のことなんて考えたこともなかった。自分と関わりがあるのは消費税くらいだろう。そんなふうに考えていた。

しかしそれは大間違いだった。人は誰でも税金と大きく関わって生きている。そして僕も税金によって支えられている。中学生の僕にとって一番身近なものは、教育費に使われる税金だろう。義務教育期間の国の負担額は非常に高い。他にも警察・消防費がある。僕らの身の安全と安心して生活を送るために必要なことだ。ゴミの回収、下水道や道路の整備など色々なところに税金が使われているが、これらには一つの共通点があることに気付いた。それは税金は国民のために使われているということだ。つまり自分の納めた税金は、自分達に返ってくる。これを知ることが税金の理解への第一歩と言えるだろう。

それでは、その自分達の生活に欠かすことのできない税は、どのように納められているのだろうという疑問が生まれた。消費税以外にも所得税というものがある。僕はこの税の累進課税制度が気に入っている。所得税は給与所得者や事業者など個人が支払う税で、そこにこの制度がとられている。これは所得の多い人には大きい負担を、少ない人には小さい負担をしてもらい、所得の格差を小さくする働きが多い人と少ない人との生活を平等に近づけることができるわけだ。

日本国憲法では、「納税は国民の義務」と定められている。ことを知った。税金は嫌々払うのではなく、税金のことをしっかり理解し、納得してから気持ち良く納めたい。義務を果たすことは、自分の暮らしを豊にすることにつながる。そう考えて納めればずっと気分がいい。むしろ自分の税金で、誰か困っている人を助けることができると考えたい。

今日では、少子高齢化が問題となっている。この問題によって、働き手が減り、安定した生活を送るために費用が必要な高齢者が増えているということになり、これから働き手への負担は拡大する。僕が大人になるころには、さらに負担がかかるかもしれない。しかし僕が教育を受けたり、快適な暮らしができたのは、主に現在働いている方達のおかげだ。そして、僕が大人になり働くことになれば、その方達の何人かは高齢者となり、色々なことが必要になるだろう。そんな時、僕は今まで支えてくれた人達のために、今度は自分が支えようと思う。そうやって恩返しができる一つの方法が税金を納めることである。

僕はさらに税金への知識を深め、それに対する自分の考えを固め、日本の社会を支え、明るい未来を築く納税者の一人になりたい。

19年度市民伝言板利用案内
前期分（4月15日号～10月1日号）の受け付けは
3月1日（木）から

市民伝言板

会員募集

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

◆**手遊び・わらべ歌・絵本の読み聞かせ**（ろんりむ）　毎月第4木曜日が上の原第1公務員宿舎集会室、第2月曜日がスポーツセンターでほかに素話研究もあり。未就園児の親子、マタニティママ等も可。詳しくは木村☎475・5833へ。

◆**スペイン語会話**（アミーゴス）　毎週、①水曜日の午前9時からと10時半からが西部地域センター②金曜日の午後6時半からと8時からが男女平等推進センターで。会費1回1500円。ネイティブ女性講師。詳しくは山口☎080・3401・0950へ。

◆**金曜ヨーガの会**　毎週の金曜日の午後8時から、コミュニティホール東本町で。入会金1000円、会費月3000円。女性歓迎。詳しくは高岡☎4721・1863へ。

◆**ストレッチ、練功十八法**（田水川広場体操会）　毎月第2月曜と土曜日、出水川広場（木村小隣）で。入会金1000円、会費年2000円。体験自由。初心者歓迎。詳しくは望月☎4711・1096へ。

◆**東久留米カラオケクラブ**　毎月第2・第4月曜の午後7時～9時が中央町地区センター、水曜日の午後1時半～3時半が東久留米駅前カラオケボックスで。入会金2000円、会費月3500円。歌謡曲ほか。初心者歓迎。作曲家の指導あり。詳しくは梅野☎475・3624へ。

◆**フォークダンス**（ミルテの会）　毎月第1・第2・第4金曜日の午後1時半～4時、南部地域センターで。入会金1000円、会費4カ月3000円。60歳以上の女性。詳しくは手島（てしま）☎478・7274へ。

◆**ひがしくるめ手うちうどんの会**　日曜日の午後1時からが東部地域センター、木曜日の午後7時からが西部地域センターで。2月は8日（木）と25日（日）。会費1回800円。詳しくは沢☎473・3637へ。

◆**カラオケ**（ふるさと会ウイング）　月4回、木曜日の午後1時～4時、中央公民館で。入会金1000円、会費月1500円。女性歓迎。見学自由。詳しくは杉山☎421・0496へ。

◆**社交ダンス**（ダンスサークルクレンダー）　月4回、金曜日の午前10時～正午、市民プラザホールほかで。入会金1000円、会費月2000円。講師の指導あり。見学自由。詳しくは浅石（あさいし）☎471・0857へ。

◆**大東（だいとう）流合気柔術**　毎週①土曜日の午後6時半～8時半が南沢会館（多門平緑西）②日曜日の午後4時半～6時半が本の宮スポーツセンターで。会費成人男性が月3000円、成人女性と小学4年生～未成年者が月1000円。詳しくは宮田☎473・1957へ。

◆**ゆったりフラダンス**（アアアヒヒフラサークル）　毎月第1・第3水曜日の午前10時～11時半、下里地域センターで。入会金1000円、会費月3000円、60歳以上の方、2月7日・14日・21日に体験会開催。詳しくは赤井☎474・6617へ。

◆**木曜書道**　毎月第1・第3木曜日の午前10時～正午、成美教育文化会館で。会費月3100円。漢字、かな。詳しくは関沢（せきざわ）☎473・3770へ。

◆**おやじの料理教室**　2月17日から毎月第3土曜日の午後6時～9時、東部地域センターで。会費1回1000円（同伴者は女性も可）。おやじ達自所へ入会う。包丁を持ちこう。詳しくは田中☎474・5210へ。

◆**東久留米ダンス楽踊（らくよう）会**　毎週月曜日の午後6時～9時、市民プラザホールで。入会金1000円、会費月2000円。初級者。詳しくは中村☎090・2218・4636へ。

◆**1歳からの言葉あそび**（言葉サークル・まめちゃんズ）　月2回、金曜日の第1週。成美教育文化会館で。入会金1000円、会費月3500円。1歳～3歳児。2月18日（日）に無料体験会開催。詳しくは林☎4222・1587へ。

◆**気功と太極拳のゆう**　毎週木曜日の午前10時～11時45分、コミュニティホール東本町で。入会金1000円、会費月2000円。初心者、中高年の方もどうぞ。詳しくは松村☎478・0761へ。

◆**ママさんバレー**（十小クラブ）　毎週火曜日の午後5時～7時、第十小学校で。会費月500円。やる気のある方。詳しくは原沢（はらさわ）☎475・6146へ。

催し

◆**絵手紙風　春をたずねて**（絵たよりの会）　土曜日曜日、祝日を除く2～4時、南部地域センターで。入会金1000円、会費月1500円（木）～28日（水）午後5時～7時、第十小学校で。会費月500円。

◆**マイクロ太極拳**（ゆう会）　毎週火曜日の午前10時～11時、コミュニティホール東本町で。入会金1000円、会費月2000円。初心者、中高年の方もどうぞ。詳しくは松村☎478・0761へ。

◆**ウクレレ**（ハワイアンクラブ）　毎週土曜日の午後1時～3時、多摩信用金庫東久留米支店ロビー（東久留米駅西口から徒歩1分）で。入場無料。詳しくは佐藤☎473・1285へ。

◆**イスに座ってできるストレッチ体操**（NPO法人東久留米市高齢者保健福祉推進協議会）　毎週月曜日の午前10時～12時、保育園父母会連合会☎2月25日（日）午前10時～正午、中央図書館視聴覚室で。入場無料。詳しくは江越（えこし）☎439・9878へ。

◆**西伊豆と下田の入学の森を訪ねるバスツアー**（森のボランティア）　3月4日（日）～5日（月）、西伊豆スカイライン、下田東大演習林ほか、中伊豆温泉出湯。参加費1万3000円。食材バス、1泊2食付き宿泊代。高齢者、車いす利用の方も参加可。参加予約金5000円を郵便振替で森のボランティア（00140－0－54675）あて振り込みを。詳しくは竹崎☎463・5932へ。

◆**写真展**（東久留米写真同好会）　2月16日（金）午前10時～11時半、入場無料。詳しくは笠花（やばな）☎478・8768へ。

◆**絵手紙風**（春をたずねて）　月2回、金曜日の午後1時～3時、南部地域センターで。入会金1000円、会費月1500円。詳しくは関沢（せきざわ）☎473・3770へ。

◆**おやじの料理教室**　2月17日から毎月第3土曜日の午後6時～9時、東部地域センターで。会費1回1000円（同伴者は女性も可）。おやじ達自所へ入会う。包丁を持ちこう。詳しくは田中☎474・5210へ。

◆**東久留米ダンス楽踊（らくよう）会**　毎週月曜日の午後6時～9時、市民プラザホールで。入会金1000円、会費月2000円。初級者。詳しくは中村☎090・2218・4636へ。

◆**1歳からの言葉あそび**（言葉サークル・まめちゃんズ）　月2回、金曜日の第1週。成美教育文化会館で。入会金1000円、会費月3500円。1歳～3歳児。2月18日（日）に無料体験会開催。詳しくは林☎4222・1587へ。

◆**気功と太極拳のゆう**　毎週木曜日の午前10時～11時45分、コミュニティホール東本町で。入会金1000円、会費月2000円。初心者、中高年の方もどうぞ。詳しくは松村☎478・0761へ。

◆**ママさんバレー**（十小クラブ）　毎週火曜日の午後5時～7時、第十小学校で。会費月500円。やる気のある方。詳しくは原沢（はらさわ）☎475・6146へ。