

# 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、各出張所  
 エコテレホン・エコファクス  
 ☎ 72・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 全国青少年健全育成強調月間 文化財保護強調週間(1日～7日) バードウォッチングウイーク(1日～7日) 男女共同参画週間(11日～17日)

## けんこう

### 4カ月児健康診査・BCG予防接種

日時 11月10日(木)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45分～3時半受け付け 会場 保健福祉センター 対象 17年6月19日～7月11日生まれの乳児 当日直接会場へ

### 1歳6カ月児健康診査

日時 11月17日(木)午後零時半～1時半受け付け 会場 保健福祉センター 対象 16年3月23日～4月14日生まれの幼児 当日直接会場へ

### 11月のプレ・パママクラス

小児科医・助産師の話=1日(火)午後1時～4時、保健福祉センターで

プレママ・クッキング=9日(水)午前9時45分～午後2時、中央公民館で。妊娠中の栄養やバランスのよ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=15日(火)午後1時～4時、保健福祉センターで

妊婦歯科健診=29日(火)午後1時～3時、保健福祉センターで。健診とブラッシングなど

対象 妊娠16週以降の方とその夫 申し込みは電話で健康課へ 4回で1コース。ただし1日のみの参加も可。

### 育児相談

日時 11月18日(金)午前9時半～午後2時 会場 保健福祉センター 内容 育児についての相談・体重測定 対象 乳幼児の保護者 申し込みは電話で健康課へ

日時 11月8日(火)・16日(水)午前9時半～午後3時 会場 保健福祉センター 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 乳幼児とその保護者

### 申し込みは電話で健康課へ らくらく離乳食

日時 11月15日(火)午後1時半～3時半 会場 西部地域センター 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1枚、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11月1日(火)から電話で健康課へ

日時 11月18日(金)午前9時～正午 会場 保健福祉センター 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へ

日時 11月14日(月)午前10時～正午 会場 保健福祉センター 内容 市内在住の在宅栄養士の情報交換・学習会 申し込みは11月1日(火)から電話で健康課へ

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

日時 11月14日(月)午前9時45分～11時45分(9時から整理番号配布、9時15分から受け付け開始) 会場 福祉会館3階大会議室 内容 初級エアロビクス、ボールエクササイズなど 定員 先着40人 参加費 無料 持ち物 健康手帳(お持ちの方) 飲み物(水・お茶など) タオル。更衣室はありませんので、運動しやすい服装・靴でお越しください 当日直接会場へ 安全上の理由で途中参加はお断りさせていただきます。

## 乳がん検診追加募集

乳がん検診の申し込み予定人数に達しなかったため追加募集します。  
 対象者 40歳以上の女性で、和暦で奇数年生まれの方。過去に精密検査で異常を指摘された方はご遠慮ください 実施期間 18年1月20日(金)まで。ただし、日曜日、祝日および医療機関の休診日を除く 受診会場 複十字病院(清瀬市松山三丁目) 定員 1,000人(定員になり次第締め切り) 費用 1,000円(生活保護受給者は無料ですが受給証明書が必要) 申し込みは11月11日(金)までに(消印有効) 一人1枚の往復はがき(封筒でも可、ただし、切手を張った返信分も必要)の往信欄に「乳がん検診希望」・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を記入して(返信用表面に住所・氏名も記入) 〒203-0052、幸町4-6-15、保健福祉センター内、健康課予防係あて郵送を 詳しくは健康課☎77・0022へ。



ルテット。午後は、歯科医師による楽しい体験コーナーがあります。

日時 11月26日(土)午前9時～午後2時 会場 第一小学校 対象・定員 市内在住の小学生の親子20組 費用 一人300円 持ち物 エプロン・三角きん・ふきん2枚・台ふき1枚・筆記用具・歯ブラシ・コップ 申し込みは11月1日(火)から電話で健康課へ

日時 11月19日(土)午後2時～4時 会場 市役所7階701会議室 内容 講演 =「介護保険とは？」 講師は市介護福祉課長の西村幸高氏。講演 =「介護保

険を上手に利用するために」講師は東久留米医師会副会長の石橋幸滋氏 入場料 無料 当日直接会場へ

### 第9回精神保健福祉を考えるつどい「若者の自立を支える地域の協同」

小平地域保健福祉業務連絡会では、コミュニティベ カリー「風のすみか」代表の佐藤洋作氏と、そしてそこで働いているひきこもりや不登校の経験のある若者を迎え、講演会とシンポジウムを開催します。

日時 11月26日(土)午後1時半～4時半 会場 小平市中央公民館(小平市小川町二丁目) 参加費 200円(資料代) 当日直接会場へ 詳しくは救護施設あかつき・榎熊☎042・341・4711へ。



## 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時半～4時半) 福祉会館内(中央町1-17-17)

【内科・小児科】2階休日診療室 ☎73・3663

【歯科】3階休日診療室 ☎74・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)

・前田病院 3日・13日(中央町5-13-34 ☎73・2133)

・滝山病院 6日(滝山4-1-18 ☎73・3311)

## 【問い合わせ先と開庁日時】

東久留米市役所 ☎70・7777(代)

ごみ対策課 ☎73・2117

健康課(保健福祉センター内) ☎77・0022

水道業務課・水道工務課 ☎71・5184

(午前8時半～午後5時(一部の窓口を除き、正午～午後1時はお休み)、土曜・日曜日、祝日、国民の休日、振替休日と年末年始は休み)

スポーツセンター ☎70・7900

(午前9時～午後9時半。第2・第4火曜日(この日が祝日のときは水曜日に変更)と年末年始は休館)

中央図書館 ☎75・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 ☎73・7811(午前9時～午後10時。月曜日と年末年始は休館)

消防署 ☎71・0119(一般事務は市役所と同じ開庁時間)

## 《関係機関の電話番号》

コミュニティ振興公社 ☎71・7210

社会福祉協議会 ☎71・0294

柳泉園組合 ☎70・1555

シルバー人材センター ☎75・0738

多摩六都科学館 ☎69・6100

多摩小平保健所 ☎50・3111

## ごみ

11月3日(文化の日)および23日(勤労感謝の日)のごみ収集は3日は木曜日、23日は水曜日の祝日ですが、両日も通常通り該当地域について収集作業を行います。なお、粗大ごみの収集はありません。

### 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

### 資源ごみ

びん・缶・トレイ・ペットボトル・紙パック類は、週1回程度、地域ごとの指定日に回収します。古布は「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)

### 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

[水曜日] 上記以外の地域

## 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

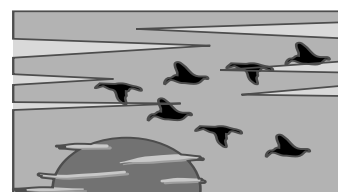
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

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

0424 042へ 市外局番が変わります  
- 18年4月29日から -

現在、東久留米市内の市外局番0424を使用している電話等の番号が18年4月29日から変更になります。18年4月29日以降、市内通話を行う場合には現在の市内局番の前に「4」を付けてダイヤルしてください。

(市外局番)(市内局番)(加入者番号)  
現在 = 0424 . .  
18年4月29日から =  
042 . 4 .  
詳しくは総務省  
関東総合通信局電  
気通信事業課 ☎  
03・5220・5390へ。



11月1日(火)から  
夕焼けチャイムの放送  
時間が午後5時から  
4時半に変わります

8面からつづ



## 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、各児童館へお問い合わせを。

### 滝山 (滝山4-1-10) 電話71・7214

クリスマス工作 = 11月19日は「樹脂粘土を使って」、講師は樋沢勝代氏。12月3日は「自然素材を使って」、講師は浜田洋子氏。いずれも土曜日、午前9時から。小学生20人。申し込みは5日(土)午前9時から受け付け(電話申し込み不可)。見本を見て、どちらか選んで申し込んでください。

バースデーパーティー = 9日(水)午後3時15分から。10・11・12月生まれのお友だちをみんなで祝いしましょう。小学生。8日(火)にバースデーのクッキーづくりをします。(エプロン、三角きん、タオルを持参)

幼児のつどい = 10日(木)午前10時半～11時半。楽器に親しもう。3・4歳児。

将棋教室 = 12日(土)午前10時～11時50分。小・中学生。指導は中井孝雄氏。

絵本だいすき = 15日(火)午前11時～11時20分。絵本の読み聞かせ、手遊びほか。3歳前後の幼児。指導は渡辺和子氏、中林のり子氏。

### くぬぎ (前沢4-6-3) 電話73・7315

おはなしの日 = 11月1日、8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。

すこやかタイム = 7日、14日のいずれも月曜日、午前10時半から。体操、手遊び、からだを動かして遊ぼう。3歳児。

囲碁の日 = 2日、9日のいずれも水曜日、午後3時半から。小学生。指導は囲碁連盟。

ぼかぼかタイム = 9日(水)午前10時半から。わらべ歌で遊ぼう。零・1歳児。指導は原悠子氏。

幼児のつどい = 10日(木)午前10時半～11時半。新聞紙でも掘りごっこ遊び。幼児。

七宝焼き教室 = 19日(土)午前9時半～11時45分と午後1時半～4時。七宝焼きで、マグネットの飾りを作ります。小学生。午前、午後各10人。

申し込みは9日(水)午後3時から、電話申し込みは10日(木)午前9時から受け付けます。

### 中央 (中央町1-10-11) 電話76・2161

卓球大会 = 11月2日(水)午後3時から。試合開始前に申し込んでください。小学3年生～6年生。

幼児のつどい = 5日(土)は「お父さんといっしょ(お父さんも一緒にご参加ください)」、10日(木)は「はっぱで遊ぼう」。いずれも午前10時半～11時45分。幼児。

5日(土)の午前中は、幼児のつどいのため、小・中学生の利用はできません。

トランポリンの日 = 9日(水)午後2時から。小・中学生。跳びやすい服装で。

工作の日 = 7日(月)午後2時からと8日(火)午後1時半から。連発銃(木工

作) 小学生。

### けやき (大門町2-10-5) 電話74・6653

おはなしの日 = 11月1日、8日、15日のいずれも火曜日、午前11時から。絵本の読み聞かせ、手遊び等。2・3歳児。

幼児のつどい = 10日(木)午前10時半～午後零時半。遠足「小山台遺跡公園に行きます」。集合は児童館に午前10時半、現地集合は11時。お弁当、飲み物、敷物、おやつを持参。1～4歳児。雨天中止。中止の時は、映画会。分かりにくい天候の時は、児童館に集合してください。

おはなし会 = 11日(金)午後3時から。絵本の読み聞かせ。小学生。

けやき座人形劇公演 = 10日(木)午後3時～3時40分。演目「ともだちや」。3歳児～小学生。

## 図書館へ行こう

### 科学の本のよみきかせ「見えかたマジック」

日時 11月12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 ☎70・8022へ。



### 11月の図書館休館日

中央・滝山・ひばりが丘・東部図書館とも3日(祝)、7日(月)、14日(月)、15日(火)、21日(月)、23日(祝)、28日(月)です。詳しくは中央図書館 ☎75・4646へ。

## スポーツ

### ニュースポーツデー

日時 11月12日(土)午前11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  
詳しくは同センター ☎70・7900へ。

### スポーツ体験講習「クライミング」

～市山岳連盟主催  
日時 11月5日(土)午後2時～4時  
会場 スポーツセンター  
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  
詳しくは同センター ☎70・7900へ。

### 初心者クライミング教室

普段なかなか接することのできないスポーツをこの機会にいかがですか。  
日時 全3回。12月2日～16日のいずれも金曜日、午後7時～9時  
会場 スポーツセンター  
対象 市内在住・在勤・在学で、中学生以上の方(中学生は保護者同伴で)  
定員 20人(応募多数の場合は抽選)  
指導 市山岳連盟 参加費 保険料1500円(ほかに施設使用料300円が毎回必要)

申し込みは11月15日(火)までに(消印有効) 往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、在勤・在学の方は勤務先・学校名を明記して(返信用にも住所・氏名を)〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内、生涯学習課あて郵送を  
詳しくは同センター ☎70・7900へ。

### クライミングウォール使用認定会

スポーツセンターのクライミングウォール個人開放時に使用できる方を判定・登録する認定会を開催します。個人利用を希望される方はこの機会に判定を受けてください。

日時 11月18日(金)午後7時～9時  
会場 スポーツセンター  
対象 中学校卒業以上で、リードクライミング(ピレー含む)を習得し、グレード5・10前半程度が完登できる方  
費用 施設使用料300円(当日使用券を購入) 定員 先着20人  
判定員 市山岳連盟会員 持ち物 用具(持っている方は持参してください)  
申し込みは11月2日(水)午前9時から、同センターに備え付けの用紙で申し込みを(要印鑑。未成年者は保護者の同意が必要)  
詳しくは同センター ☎70・7900へ。

### 第35回東久留米市ロードレース大会

～市陸上競技協会主催  
期日 12月11日(日)(雨天決行)  
コース 市内滝山周回コース  
対象 市内在住・在勤・在学で健康な方  
部門 中学男子の部 中学女子の部 一般男子の部 一般男子40歳以上の部 一般男子50歳以上の部 一般女子の部 一般女子40歳以上の部  
距離 各部門とも4.5km  
受け付け 午前8時50分～9時10分、青少年センター(下里4-1-19、久留米西団地内。スタート・ゴール地点)で。ゼッケンを配布します  
スタート時間 は午前10時、～は午前10時40分。スタート時間は参加人数により変更になる場合があります  
参加費 一般各部1500円、中学生の部500円(当日会場で集金します)

表彰 各部門3位までに賞状・トロフィーを、完走者全員に記録証を授与  
申し込みは11月19日(土)までに(必着)はがきまたはファクスで、住所・氏名・年齢・電話番号・参加部門を記入して、市陸上競技協会事務局、小川正(〒203-0051、小山1-13-7、ファクス75・0703)あて申し込みを  
詳しくは小川 ☎75・0703(夜間)へ。

### 秋の市民登山

～市山岳連盟主催  
日時 11月23日(祝)午前5時半東久留米駅2階改札口前集合(雨天中止。中止の場合、前日午後8時ごろまでに連絡)  
行き先 道志山塊・本社ヶ丸(標高1630m)  
歩行時間 約7時間  
対象 足にある程度自信のある方  
参加費 500円(保険料含む) 交通費(約2840円)は自己負担  
申し込みは11月10日(木)までに花房 ☎042・965・2281(午後8時～9時)へ  
詳しくは花房へ。



## いきいき健康家族

103 肝臓がん



肝臓病になって一番怖いのは何といっても肝臓がんではないでしょうか。

肝臓がんと一口で言っても大きく分けて他の臓器のがんから転移してくる転移性の肝臓がんと肝臓そのものの病気(肝硬変、慢性肝炎)で起こる原発性肝臓がんがあります。今回は原発性肝臓がんのお話をします。

かつては、肝臓病はお酒の飲み過ぎで起こるとされていました。しかし日本の肝臓がんの90%～95%はB型あるいはC型肝炎ウイルスによる慢性肝炎や肝硬変から発生しています。つまり肝臓がんになる人は限られていて、B型、C型肝炎ウイルスを持っていない人がどんなに大酒を飲んでも肝臓がんになる確率は10%以下の頻度です(だからといって酒飲みを推奨しているのではありません)。ですから肝臓がんの早期発見のためにはB型、C型肝炎ウイルスを持つ人を早くからピックアップすることが重要になります。市では40歳からの節目健診で積極的にB型、C型肝炎ウイルスの検査を行っていますので該当する方は必ず受けることをお勧めします。

さて実際に肝臓がんが発見された時の治療法ですが、以前は手術が一番の治療法で、手術のできない時にさまざまな方法が行なわれてきました。しかし肝硬変を合併している肝臓の手術は難しく、残った肝臓に肝臓がんが再発しやすいなどの理由により、最近ではもっと体に負担の少ない治療法が行なわれるようになりました。それらの代表的なものとしては肝臓がんを栄養を与えている動脈を詰めてしまう肝動脈塞栓(そくせん)術、局所療法として100%アルコールを注入してがん細胞を殺してしまうエタノール局注、電子レンジと同じ原理のマイクロ波でがんを焼いてしまうマイクロ波凝固療法、高周波電流でがんを焼いてしまうラジオ波焼灼(しゃく)療法などがあります。一番最近の全国データでは手術が31.3%、局所療法が26.8%、肝動脈塞栓術が36.4%という結果で、局所療法の中でもラジオ波焼灼療法が著しく増えてきているようです。

まずは、ご自分がB型、C型肝炎ウイルスにかかっているか、いないかを検査してみてください。(東久留米市医師会)

### 市民オープンソフトテニス大会

～市ソフトテニス連盟主催  
初心者から上級者まで楽しめる団体戦  
(6人～10人程度)を行います。

日時 11月6日(日)午前8時半開会  
(予備日13日) 会場 市立テニスコート  
(西中学校内) 参加費 一人500円 申し  
込みは11月3日(祝)までに、一人単位  
(初心者から上級者まで可)で、有田☎77-  
3027へ。

詳しくは有田へ。

### イベント

#### 第35回シルビア・クラシック・コンサ

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、パイ  
オリン・ピオラ・チェロ・ピアノ・ギター  
などの弦楽器を中心にクラリネット、声楽  
を交えてのコンサートを開催します。クラ  
シック音楽を気軽にお楽しみください。

日時 12月4日(日)午後2時開演  
(1時半開場) 会場 中央公民館ホール  
曲目 ソナタ(スカルラッチィ) アンダン  
テスピアナートと華麗なる大ボロネーズO  
p 2(ショパン) 13のスペイン古謡から  
「18世紀のセビリヤナス」(ロルカ) クラ  
リネット五重奏曲K V 581(モーツァルト)  
ほか 出演 パイオリンは阿部真由美、佐  
藤裕子、ピオラは長見早苗、チェロは今田  
行江、クラリネットは白川毅夫、ピアノは  
鈴木真理子、竹田恵子、声楽は本村りえ、  
ギターはたきざわ勝彦の各氏 入場料 無  
料 入場整理券を次の場所で11月5日  
(土)午前9時から配布します。中央公民  
館☎73・7811 市民プラザ事務室☎70・  
7813 東部☎70・8020、西部☎71・7210、  
南部☎51・2021の各地域センター事務室  
詳しくは公民館へ。

### お知らせ

#### 薬湯の日 “柿の葉湯”

期日 11月6日(日) 時間・会場  
源の湯(東本町7-6)が午後3時半～11  
時、第二喜多の湯(幸町1-5-10)が午  
後3時～11時半 小学生以下は無料。

詳しくは産業振興課労働政工係☎70・  
7743へ。

#### 救急車の適正利用について

救急車の出動件数は年々増加傾向にあり、  
市内だけで年間4,000件を超える出動件数  
を記録しています。

市消防本部では、休日・夜間における病  
院情報(場所、診療科目等)をご案内して  
います。救急車の適正利用にご協力をお願  
いします。

詳しくは同本部☎71・0119へ。

### あなたも市内の情報通！ 地域福祉情報誌「かがやき」 秋季号(第33号)発売

市民による企画・取材・編集活動を通じ、  
市内の福祉団体やボランティアなど、草の  
根活動の紹介から最新の福祉制度まで、季  
節ごとの“旬の情報”を盛り込んだ情報を  
掲載しています。

特集・福祉制度改革「介護保険改正の背  
景と現況」では、改正内容の詳細と市内施  
設関係者からの現況をレポート。「このまま  
でいいのか? 障害者自立支援法」では、  
障害者施策への問題提起を。そのほか市民  
による戦後60年平和行事の取り組みや市  
民と関係機関、行政による協働によって作  
られた氷川台「たけのこひろば」の紹介な  
ど情報満載です。

【特約販売所】福祉会館 市民プラザ事務  
室 東部、南部の各地域センター事務室  
やまもと書店(東久留米駅舎内) ブック  
センター東久留米(イトーヨーカドー東久  
留米店内)・ラビタ店(イトーヨーカドー滝  
山店)・滝山店(滝山五丁目)  
頒布価格は1部280円(書店は税込294  
円) お得な定期購読(4回分1,000円)を  
福祉会館で受け付けています。

詳しくは社会福祉協議会☎75・0739へ。

#### ふれあいサービスからのご案内

社会福祉協議会では、平成元年からふれ  
あいサービス(家事援助サービス)を実施  
しています。介護保険はまだ必要ないけれ  
ど、少し手助けが欲しい方に、日常の掃除  
や洗濯などの家事援助と病院の付き添いな  
どを行っています。利用料金は、1時間  
につき700円(時間外料金900円)です。  
お気軽にご利用ください。

#### 〔協力会員募集〕

協力(お手伝い)していただける方を募  
集。資格等は問いません。希望する活動内  
容を登録時に伺い、条件が合致する利用会  
員が見つかり次第活動となります。登録後  
に研修を受講していただきます。活動謝金  
は1時間につき700円(時間外は900円)、  
利用が少ない地域は、紹介までに時間がか  
かる場合があります。

詳しくは同協議会相談支援係☎73・0294  
へ。

#### 東久留米市ファミリー・サポ

ート・センターサポート会員説明会  
0歳～10歳のお子さんがある家庭のお手  
伝いをしていただけるサポート会員を募集  
しています。サポートした場合の報酬は1  
時間につき700円です。ぜひご協力ください。

説明会日時 11月24日(木)午前10  
時～正午 説明会会場 福祉会館3階第一  
会議室 持ち物 縦25cm×横20cmの顔写  
真2枚(会員証を作成します) 保育あり。  
21日(月)までに同センターへ予約。合  
わせてお手伝いを受けるファミリー会員の  
方も募集します。

詳しくは同センター事務局☎75・3294へ。

伝統芸能同士がジョイント  
「おわら風の盆と  
榛名神社神楽の舞」  
9月10日、300年以上の  
歴史を持つ越中八尾の「おわ  
ら風の盆」と、群馬県重要無  
形文化財に指定されている榛  
名神社の「神楽の舞」が町内  
の二会場で競演しました。

この催しは、地域の伝統芸  
能の継承が危ぶまれる中、歴  
史と文化が漂う榛名神社を伝  
統芸能の発信地にしよう、と  
榛名町観光協会榛名神社支部  
が企画。昼の部は町総合文化  
センター、夜の部は町総合文  
化センターで開催しました。



榛名神社社殿前の舞台上で舞われるおわら風の盆

鼓に合わせて厳かに舞います。  
歴史ある伝統芸能同士の  
ジョイントに、町内外から訪  
れた観客はうっとり見入っ  
ていました。(榛名町役場広報係)

### ガイド

#### 東京都訪問介護員(ホームヘルパー)養成研修2級通信課程生募集

受講期間 12月14日(水)～18年3  
月28日(火) 募集条件 都内にお住まい  
で60歳～65歳未満の働く意欲のある方  
定員 20人程度 応募者多数の場合は12月  
初旬の説明会で抽選) 受講料 無料(た  
だしテキスト代が10,000円、健康診断料が  
4,000円程度必要) 申し込みは11月25  
日(金)までに(必着) 往復はがきに住  
所・氏名・ふりがな・生年月日・年齢を記  
入の上、〒102-0072、千代田区飯田橋3  
-10-3、財団法人東京しごと財団シル  
バー企画係あて郵送を。後日、説明会のご  
連絡をします

#### 「奥多摩 水と緑のふれあい館」ミニコンサート

毎年ご好評いただいているミニコン  
サートを、この秋も開催します。素敵な生  
演奏と、紅葉の奥多摩を味わう週末の2日  
間、ぜひお越しください。

日時 11月19日(土)20日(日)各  
日とも午前11時半からと午後1時半からの  
2回演奏(両演奏とも30分程度) 会場  
同館1階ふれあい広場 内容 都民交響  
楽団有志による室内楽演奏 入館料 無料  
当日直接会場へ JR青梅線奥多摩駅  
前から西東京バス「奥多摩湖」「鴨沢西」  
「丹波」「小菅」「峰谷」「留浦」行きのお  
いづれかに乗車(約20分)し、「奥多摩湖」バ  
ス下車すぐ

#### 詳しくは同館☎0428・86・2731へ。 ボランティアリーダーを募集

財団法人国際青少年協会では、キャンプ  
や野外活動での青少年の引率指導にあたる  
ボランティアリーダーを募集しています。  
講座や体験実習を通じて仲間と協力し、さ  
まざまな国の小・中学生の引率を通して国  
際交流の素晴らしさも学びます。講座では  
「安全面」や「遊び」などを学び、実際の引  
率で使用するスキルを身に付けます。

参加資格 18歳以上(高校生不可)で  
青少年の育成指導や野外活動、国際交流活  
動に興味のある方 活動日程 基礎コース  
=12月または18年1月 応用コース=18  
年2月、両コースとも月4回、会場は国立

オリンピック記念青少年センター 体験実  
習=18年3月、ちびっこ探検学校ヨロン島  
ほか 費用 基礎コースと応用コースで  
6,000円、体験実習は一部負担あり オリ  
エンテーションがあります。申し込みと  
詳しくは同協会、〒160-0004、新宿区四  
谷2-11大村ビル3階☎03・3359・8421  
へ資料を請求してください。

#### 都立武蔵野技術専門学校 18年1月入校生を募集

募集期間 11月7日(月)～18日(金)  
募集科目および人員 エクステリア科=20  
人(受講期間は18年1月10日(火)  
～6月26日(月)の6カ月) パソコン実  
践科=20人(35歳以上が対象、受講期間  
は18年1月10日(火)～3月24日(金)  
の3カ月) 所在地 武蔵野市境五丁目  
授業料 無料(教科書代は自己負担) 訓  
練修了者には就職の紹介をします。

申し込みと詳しくはハローワーク三鷹☎  
0422・47・8609または同校☎0422・53・  
6700へ。

#### 回収します! あなたの家の古い電話帳

NTT東日本では、地球環境保護・資源  
の有効活用のため「古い電話帳から新しい  
電話帳へ」の考えのもと、古い電話帳のリ  
サイクルを積極的に推進しています。新し  
い電話帳を各家庭へ12月中にお届けしま  
すので、その際古い電話帳を配達員へお渡  
しください。ご不在で古い電話帳を回収で  
きなかった家庭へは、改めて回収に伺いま  
すのでご連絡ください。

詳しくはタウンページセンター☎0120・  
506・309(フリーダイヤル)へ。

#### 東京弁護士会子ども的人権救済セ ンター設立20周年記念シンポジウム 「子どもの権利擁護のために大人た ちは何ができるのか」

日時 11月5日(土)午後1時～4時  
会場 弁護士会館2階クレオ(地下鉄丸  
ノ内線霞ヶ関駅から徒歩1分) 内容 第  
一部=20年の歩みを振り返る 第二部=  
パネルディスカッション「子どもの権利擁  
護のために大人たちは何ができるのか」

参加費 無料 当日直接会場へ 主催は  
東京弁護士会「子どもの人権と少年法に関  
する特別委員会」

詳しくは東京弁護士会人権課☎03・  
3581・2205へ。

### 水道管の漏水調査にご協力を

大切な水を守るために、市内の水道管の漏水調査を実施します。

この調査は、地表面に現れない漏水を発見し、修理するためのもので、調査の際には「身分証明書」を携帯し「腕章」を付けた調査員が敷地内に立ち入らせていただくこともありますので、ご協力をお願いします。

調査期間 12月22日(木)まで 調査方法 道路から各家庭の量水器までの漏水調査(道路の配水管調査は夜間も実施しますが、家庭の給水管調査は昼間に実施します)

調査区域 浅間町二丁目全域、大門町二丁目一部、南町三丁目全域、前沢二・三丁目一部、小山一・三丁目全域、小山二丁目一部、幸町一丁目全域、幸町二・三丁目一部

詳しくは水道工務課☎71・5186へ。