

10月前半のひがしくるめカレンダー

10月 今日はどんな日	催し
1日(金) 都民の日 法の日 コーヒーの日	健 離乳食教室(12日実施)の申し込み受け付け…生後6カ月～12カ月児の保護者。午後1時半～3時半、西部地域センターで。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を持参。定員20名。保育あり。申し込みは電話で健康課へ。 健 育児相談(15日実施)の申し込み受け付け…乳幼児の保護者。午前10時～午後2時半、保健福祉センターで。体重測定もできます。申し込みは電話で健康課へ。 健 幼児食教室(22日実地)の申し込み受け付け…1歳児の保護者。午前10時～午後零時半、西部地域センターで。試食あり。エプロン(親子)、三角きん、ふきん2枚、台ふき1枚、筆記用具を持参。定員20名。保育あり。申し込みは電話で健康課へ。 健 食事相談(25日実施)の申し込み受け付け…乳幼児から高齢者まで、食事・栄養のことなどの相談を受けます。午前9時～午後零時半、保健福祉センターで。申し込みは電話で健康課へ。 健 妊婦歯科健診(26日実施)の申し込み受け付け…妊娠をされている方。ブラッシング指導など。午後1時15分～2時、保健福祉センターで。母子手帳、歯ブラシ、コップ持参。申し込みは電話で健康課へ。
2日(土) 豆腐の日	イ おはなし会…小学生を対象に、午前11時から、中央図書館おはなし室で。直接会場へ。詳しくは中央図書館へ。
3日(日)	＜今月の月間・週間案内＞ 土地月間 住宅月間 都市緑化月間 情報化月間 麻薬・覚せい剤乱用防止運動(～11月30日) 赤い羽根共同募金(～12月31日)
4日(月)	
5日(火)	
6日(水)	
7日(木)	健 3歳児健康診査…13年8月29日～9月21日生まれの幼児。午後零時半～1時半、保健福祉センターで受け付け。詳しくは健康課へ。
8日(金)	イ スポーツ体験講習「クライミング」…午前10時～正午、スポーツセンターで。種目に適した服装で。対象は小・中学生。参加費100円。詳しくはスポーツセンターへ。 イ ニュースポーツデー…午前11時～午後4時、スポーツセンターで。参加費100円(何種目でも可)。上履きを持参。詳しくはスポーツセンターへ。 イ 科学の本のよみきかせ「でんきかいろう」…小学生を対象に、午前10時～11時、東部地域センター講習室で。直接会場へ。詳しくは東部図書館☎70・8022へ。
9日(土) トラックの日 世界郵便デー	
10日(日) 目の愛護デー 銭湯の日	
11日(祝) 体育の日	イベント・健康情報等はほかのページにもあります。ご参考に！
12日(火) 大陸発見記念日	健 むし歯予防教室…8カ月～2歳11カ月児と保護者。お子さんの定期歯科健診を受けるための保護者向け講習会。講習終了後、歯科健診あり。午前9時15分(時間厳守)、保健福祉センター講堂で。母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ、コップ、タオルを持参。定員20名。申し込みは1日から電話で健康課へ。 健 子ども相談…幼児とその保護者。お子さんの成長や発達、言葉、接し方、育児疲れなどの相談に、心理・言語相談員がおこたえます。午前9時半～午後3時、保健福祉センターで。申し込みは電話で健康課へ。
13日(水)	健 プレ・ママクッキング…妊婦の大切な栄養やバランスのよい食事を楽しく調理しながら学びませんか。午前9時半～午後2時、福祉会館で。食材費500円。申し込みは電話で健康課へ。
14日(木)	健 4カ月児健康診査…16年5月25日～6月18日生まれの乳児。午後零時半～1時半、保健福祉センターで受け付け。詳しくは健康課へ。
15日(金)	

♨️薬湯の日をご利用ください♨️

東久留米市浴場組合では、毎月「薬湯の日」として、公衆浴場の入浴サービスを行います。小学生以下は毎月、70歳以上の方も10月

実施日	薬湯名
10月10日(日)	ラベンダー湯
10月24日(日)	もみじ湯
11月7日(日)	柿の葉湯
12月5日(日)	ショウガの湯
12月21日(火)	ゆず湯
1月9日(日)	南天の湯
2月6日(日)	行者の湯
3月6日(日)	紅花の湯

24日と12月21日に無料で利用できます。

【薬湯名・実施日程】左表の通り

【実施浴場・実施時間】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
詳しくは産業振興課労政商工係☎70・7743へ。

始めよう！市民活動！
NPO・ボランティア活動入門
講演・活動報告を開催します
【開催日時】11月6日(土)午後1時半～4時
【会場】中央図書館視聴覚室
【内容】市民活動にはどのようなものがあるかなどの説明や参加方法に関する講演、既に活動している方から参加のきっかけや体験談などの活動報告
【講師】シャプリーニール事務局長の坂口和隆氏
【対象】市民活動に関心のある方
【定員】先着80名
【参加費】500円
申し込みは10月1日(金)から電話で社会福祉協議会ボランティアセンター☎75・0739へ。
詳しくは同センターへ。

【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

○スポーツセンター ☎70・7900

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

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

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)

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

午前9時～午後10時。

月曜日と年末年始は休館

一般事務は市役所と同じ

健康情報

イベント

市政へのご要望・ご意見はこちらへ

◎ご意見箱(市役所ロビー、各出張所に設置)

◎エコーテレホン・エコーファクス ☎72・1131

◎ホームページのご意見箱 <http://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken.htm>

ごみ

祝日は原則としてごみ収集はお休みですが、10月11日(祝)は3面を参照してください。

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

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)。

休日診療

《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(日曜日と祝日の午前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)

・滝山病院 3日・11日

(滝山4-1-18 ☎73・3311)

・前田病院 10日

(中央町5-13-34 ☎73・2133)

—医療機関の24時間電話案内—

ひまわり

(東京都保健医療情報センター)

☎03・5272・0303

《関係機関の電話番号》

コミュニティ振興公社 ☎71・7210

シルバー人材センター ☎75・0738

社会福祉協議会 ☎71・0294

多摩六都科学館 ☎69・6100

柳泉園組合 ☎70・1555

多摩小平保健所 ☎50・3111

田無警察署 ☎67・0110