

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(水) 法の日 国際高齢者の日 福祉用具の日 ネクタイの日 デザインの日 印章の日 国際音楽の日	<p>健 すこやかグループ相談(1日実施)...1歳未満児のお母さん(保護者)、子育ての情報を交換しながら、友達づくりを。母子健康手帳、バスタオルを持参。午後1時半~3時半、保健福祉センターで。申し込みは電話で健康課へ。</p> <p>健 育児相談(17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3時、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。</p> <p>健 食事相談(20日実施)の申し込み受け付け...乳幼児から高齢者まで、食事・栄養のことで相談のある方。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。</p> <p>健 幼児食教室(24日実施)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。親子で試食。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。</p>
2日(木)	健 3歳児健康診査...12年8月29日~9月19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。
3日(金)	健 中高年健康相談...30歳以上の方。午後1時半~3時、滝山地区センターで。直接会場へ。詳しくは健康課へ。
4日(土)	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。
5日(日)	<p>今月の月間・週間案内 体づくり強化月間 食生活改善普及月間 仕事と家庭を考える月間 「法の日」週間(1日~7日) 全国労働衛生週間(1日~7日) 国際文通週間(6日~12日) 40歳からの健康週間(14日~20日) 薬と健康週間(17日~23日)</p>
6日(月) 国際協力の日	健 ヘルシー体操...30歳以上の方。午前9時15分~11時45分、福祉会館3階大会議室で。直接会場へ。お持ちの方は健康手帳、ふみ竹を持参。詳しくは健康課へ。
7日(火)	<p>健 離乳食教室...生後6カ月~12カ月の乳児の保護者。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1日から電話で健康課へ。</p> <p>健 両親学級...これからお父さん・お母さんになる方。午後1時~4時、保健福祉センターで。申し込みは電話で健康課へ。</p>
8日(水) 木の日	健 総合相談窓口...乳幼児から高齢者まで、保健・福祉・医療のことで相談のある方。午後1時半~3時半、保健福祉センターで。申し込みは電話で健康課へ。
9日(木) 国際防災の日	健 1歳6カ月児健康診査...14年3月1日~22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。
10日(金)	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!
11日(土)	<p>イ ニュースポーツデー...午前11時~午後4時、スポーツセンター第1体育室で。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☎70・7900へ。</p> <p>イ スポーツ体験講習「クライミング」...午前11時~午後1時、スポーツセンターで。対象は小中学生。参加費100円。種目に適した服装で。詳しくはスポーツセンター☎70・7900へ。</p>
12日(日)	イ 薬湯の日「ラベンダーの湯」...源の湯(東本町7-6)が午後3時~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政商工係☎70・7743へ。
13日(祝)	
14日(火)	<p>健 むし歯予防教室...8カ月児~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。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。講習終了後、歯科健診あり。定員20名。申し込みは1日から電話で健康課へ。</p> <p>健 両親学級...7日と同じ。</p> <p>健 子ども相談...幼児の保護者。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します。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。</p> <p>健 小さく生まれたお子さんの会...小さく生まれたお子さん(低出生体重の乳幼児)が、親子で遊んだりお話しする会です。午前11時~午後1時、多摩東村山保健所で。申し込みは電話で同保健所保健サービス課へ。</p>
15日(水)	健 痴ほう老人相談...痴ほうでお悩みの家族の方を対象に、専門医・保健師による相談を行います。午後1時半~3時、多摩東村山保健所で。申し込みは電話で同保健所保健サービス課へ。

ごみ

祝日は原則として収集・回収はお休みですが、10月13日(祝)については3面をご覧ください。

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

古紙回収

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 5日・13日 (滝山4-1-18 ☎73・3311)
 - ・前田病院 12日 (中央町5-13-34 ☎73・2133)

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26日と12月21日・22日は無料でご利用できます。

【実施浴場・実施時間】源の湯(東本町7-6)が午後3時~11時 第二喜多の湯(幸町1-5-10)が午後3時~11時

半

【薬湯名・実施日程】ラベンダーの湯=10月12日(日) もみじ湯=10月26日(日) 柿の葉湯=11月2日(日) ショウガ湯=12月7日(日) ゆず湯=12月21日(日) が源の湯、22日(月)が第二喜多の湯 南天の湯=1月4日(日) 行者の湯=2月1日(日) 紅花の湯=3月7日(日) 詳しくは産業振興課労政商工係☎70・7743へ。

【問い合わせ先と開庁日時】

東久留米市役所	☎70・7777(代)	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
ごみ対策課	☎73・2117	
健康課(保健福祉センター内)	☎77・0022	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)
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(13日は中央図書館のみ開館)14日(滝山・ひばりが丘・東部図書館は開館)第3火曜日、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

健康情報

イベント

《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
- 多摩東村山保健所 ☎042・394・3111
- 田無警察署 ☎67・0110

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.tokyo.jp/goiken.htm>