

# 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	31

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

↓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1階屋内ひろば、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所
- ◎エコテレホン・エコファクス  
☎472・1131
- ◎ホームページのご意見箱  
[https://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken/ssl\\_form/index.html](https://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken/ssl_form/index.html)

〈今月の月間・週間案内〉防災とボランティア週間(15日～21日)、全国学校給食週間(24日～30日)、110番の日(10日)、成人の日(12日)、文化財防火デー(26日)

【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象・資格 定定員 師講師 費費用 持持ち物 注ご注意 他その他 申申し込み 問問い合わせ

## けんこう

### わくわく健康プラン講演会 「笑いでアップ!健康力!」

知って得する笑いの効用パートⅢ  
毎年好評の講演会の第3弾。今回のテーマは、心と体への「笑いの効用」です。健康づくり推進員による「笑いの実践」も行います。体を軽く動かして一緒に笑ってみましょう。

日1月31日(土)午後2時～4時(1時半から受け付け) 場市民プラザホール 注先着100人 師日本笑い学会会員で医師の松本光正氏 費無料 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

### 献血にご協力ください

次の日程で献血を実施します。ぜひ、ご協力をお願いします。

日1月20日(火)午前10時～11時半、午後1時～4時受け付け 場市民プラザホール 注本人確認できるもの

### ◎はたちの献血キャンペーン実施中

2月28日(土)までの期間、成人式を迎える方を中心に「はたちの献血キャンペーン」を実施しています。成人の第一歩に、ご協力をお願いします 問健康課予防係 ☎477・0030

### からだ改善!予防教室

テーマは「高血圧予防」

「講座」と「調理実習」の2日間コース。「減塩は難しい」と感じている方、まずは「適塩」を目指して、からだ改善にチャレンジしてみませんか。家庭のみそ汁を塩分計でチェックし、「適塩」を体験します。食事や日常生活のポイントを管理栄養士と保健師が解説します。子育て中の方も、ぜひご参加ください。

日①講座=1月28日(水)午前10時～正午②調理実習=2月18日(水)午前9時15分～午後2時 場わくわく健康プラザ 費①は無料。②は食材費500円 持筆記用具、健康手帳(お持ちの方)、家庭のみそ汁やスープ 注運動できる服装でご参加を。保育(6カ月児以上)を希望の方は要相談(先着若干名) 申1月7日(水)から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

### 足腰らくらく体操教室

高齢者が早く歩けることは、元気で長生きにつながると言われています。そこで足腰を鍛えるために、ゴムバンドを使った簡単な体操を紹介します。

日2月10日・17日・24日のいずれも火曜日午後2時～4時 場生涯学習センター集会学習室他 内自宅で1人でもできるゴムバンドを使った体操やストレッチ。3月24日(火)に「おさらい教室」もあります 注市内在住で65歳以上の方。ただし次の方は参加できません。「心臓病、血圧が高く、足腰の痛みなどで運動が困難な状態の方」「要介護・要支援認定を受けている方」「医師から運動を止められている方」 注先着20人(初めての方、3日間通して参加できる方を優先) 費無料 持運動靴(パレエシューズなどは不可)、飲み物、筆記用具、タオル 注運動のできる服装で 日1月8日(木)～14日(水)の午前9時から、電話で介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777(内線2502)へ 問同係

子ども相談  
日1月13日(火)・21日(水)のいずれも午前9時半～午後3時 場わくわく健康プラザ 内おさんの成長や発達、言葉、接し方、育児疲れなどの相談を心理相談員が受けます 注幼児とその保護者 申電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

### 1歳6カ月児健診

日①1月15日②1月29日のいずれも木曜日、午後0時半～1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 注①が25年6月5日～7月1日生まれの幼児、②が25年7月2日～19日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

### 育児相談

日1月16日(金)午前9時半～午後2時 場わくわく健康プラザ 内育児相談、体重測定 注乳幼児とその保護者 申電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

### もぐもぐ幼児食

日1月21日(水)午後1時15分からと2時半からの2回 場わくわく健康プラザ 内離乳食から幼児食への切り替え時期、一緒に幼児食を体験してみませんか 注1歳児とその保護者 注先着各15組 費無料 持おさんのエプロン、飲み物 申1月7日(水)から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

### BCG予防接種

日1月21日(水)午後1時40分～2時40分受け付け 場わくわく健康プラザ 注26年8月1日～31日生まれの乳児(生後6カ月以上～1歳になる誕生日の前日の未接種の乳児も接種できます) 申当日直接会場へ 問健康課予防係 ☎477・0030

### 3歳児健診

日1月22日(木)午後0時半～1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 注23年12月12日～24年1月5日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

### 2歳児歯科健診

日2月4日(水)午前9時15分～10時15分受け付け 場わくわく健康プラザ 内歯科健診、ブラッシングなど 注25年1月生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022



## 休日・夜間診療 必ず保険証をご持参ください

**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】 救急診療に限ります(薬の処方も最低限の日数となります)  
1月11日・12日  
=わくわく健康プラザ内休日医科診療所(滝山4-3-14、☎473-3663)  
1月18日=たかはしクリニック(本町2-3-4、☎479-1800)  
1月25日=石橋クリニック(東本町8-9、☎477-5566)  
2月1日=いくせ医院(新川町1-4-18、☎471-2304)  
【歯科】  
1月11日・12日・18日・25日、2月1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)  
1月11日・18日、2月1日=前田病院(中央町5-13-34、☎473-2133)  
1月12日・25日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473-3311)  
**平日準夜間小児初期救急診療**  
月曜・水曜・金曜日(午後7時半～10時20分)  
=佐々総合病院(西東京市田無町4-24-15、☎461-1535)  
月曜～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】(市外局番は042)

- 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)  
▽ごみ対策課 ☎473・2117(粗大ごみの申し込みは☎473・2118)  
▽健康課 保健サービス係☎477・0022、予防係☎477・0030  
特定健診係☎477・0013
- わくわく健康プラザ(わくわく健康プラザ施設の貸し出し) ☎477・1115
- 中央図書館 ☎475・4646(月曜～木曜日が午前10時～午後8時。土曜・日曜日、祝日が午後5時まで。休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始、特別整理休館日)
- 生涯学習センター ☎473・7811(午前9時～午後10時。休館日は第4月曜日と年末年始)
- 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、祝日が午後9時半まで)
- 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》

- ▼東久留米消防署 ☎471・0119 ▼田無警察署 ☎467・0110
- ▼東京都水道局多摩お客さまセンター ☎0570・091・101/☎042・548・5110
- ▼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

## ごみ

### 1月12日(成人の日)のごみ収集は

1月12日は月曜日の祝日ですが、通常通り該当地区についてごみの収集を行います 問ごみ対策課 ☎473・2117(粗大ごみの申し込みは☎473・2118)

※電話番号をお確かめの上、お掛け願います。

### 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…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)

Calendar for January 7th (Sun) to 31st (Sun). 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.

Calendar for January 1st (Sun) to 7th (Sat). 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.

第204回 市民プラザロビーコンサート・新春邦楽コンサート ~箏と三味線のひびき~

【日時】1月24日(土)午後2時~3時
【会場】市役所1階屋内ひろば
【出演】野澤佐保子(箏・17絃箏)、野澤徹也(三味線)、箏曲三葉会(箏)
【主な曲目】さくら、ジブリメドレー、元禄花見踊、新砦ほか
【入場料】無料
当日直接会場へ。

詳しくは市民プラザ☎470・7813へ。



出演の野澤佐保子氏



出演の野澤徹也氏

【表記の凡例】 日 日時 場所 内容 対象・資格 定員 講師 費用 持ち物 ご注意 他 その他 申込み 問い合わせ

8面からつづく

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問い合わせを。

- 滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214
☆幼児のつどい=日 1月8日
☆サロンフレンズ=日 14日(水)
☆ひよこタイム=日 20日(火)
☆冬のおはなし会=日 25日(日)
中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161
☆おはなしの日=日 1月14日・28日

- ☆幼児のつどい=日 15日
☆赤ちゃんといっしょ!
☆もちつき大会=日 24日(土)
☆押し花教室=日 31日(土)
けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653
☆お正月工作Week=日 1月5日(月)~7日(水)
☆おはなしの日=日 13日・20日・27日
☆赤ちゃん広場=日 14日

- 子氏。飲み物持参。当日受け付け。28日
☆幼児のつどい=日 15日
☆もちつき会=日 31日(土)
☆ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300
☆おはなしの日=日 21日(水)
☆ひばり CAFE=日 23日(金)
☆すくすく広場=日 2月4日(水)
☆ななかよし広場=日 1月16日(金)
☆手作り布おもちゃの会=日 1月20日

- 時~正午 乳幼児とその保護者
☆わくわく赤ちゃん広場=日 1月28日(水)
センター上原 (上の原1-2-44) 電話420・9011
☆なかよし広場=日 1月13日・27日
☆休館日のお知らせ=1月15日(木)
(お知らせ)=広報12月15日号に掲載

いきいき健康家族 No.158 高尿酸血症と痛風

高尿酸血症とは、血清尿酸値が7.0mg/dlを超えるものと定義されています。尿酸値が高いと、痛風関節炎(いわゆる痛風)・痛風腎・尿路結石になりやすく、また肥満・高血圧・耐糖能障害・脂質異常症など、メタボリック症候群の要素を合併する確率が高くなると言われています。女性の場合、女性ホルモンが尿酸の排泄を促進するため、男性よりも1mg/dl程度低い値になりますが、閉経に伴い上昇する傾向があります。痛風とは、尿酸塩の結晶が関節(特に足の親指の付け根)を刺激して炎症を起こした病態です。体温が低い所で結晶ができやすいため体の末梢で発症することが多いのですが、なぜ親指の付け根に多いかははっきりしません。炎症を起こすのは片足が多く、痛みは1日で激痛となり、1週間~10日前後で改善していきます。女性ホルモンの関係で、痛風になる方の95%は男性です。高尿酸血症の原因としては体質が一番影響しており、尿酸を体で作りやすい方、腎臓で排出しにくい方、両方の因子を持

った方が、尿酸値が高くなります。その他の原因としてはプリン体を多く含む食べ物の過食、飲酒、ストレス、過激な運動、尿酸値を上昇させる薬物(利尿剤など)の内服、尿酸値を上げるような疾患などがあります。プリン体とは細胞核内の核酸などに含まれるプリン骨格を持つ物質の総称です。細胞がギュッと詰まった魚の干し物やレバーなどに多く含まれます。一方、牛乳や卵にはほとんど含まれません。飲酒は、酒自体のプリン体の含有量は多くありませんが、アルコールが尿酸の合成を促進するため、尿酸値は高くなります。食生活を改善しても、痛風発作を繰り返す方、尿酸値が8.0~9.0mg/dl未満で、腎機能障害・尿路結石・高血圧・高脂血症・耐糖能障害・動脈硬化症などを合併する方、合併症がなくても9.0mg/dl以上の場合、薬物療法が必要です。体質により薬物が異なりますので、主治医と相談して薬をもらいましょう。(東久留米市医師会)

子育て

- 子ども家庭支援センター (わくわく健康プラザ2階) 電話471・0910
赤ちゃんを連れて遊びに来てください(月曜~土曜、午前10時~午後4時半)。育児相談も受けます。
☆ななかよし広場=日 1月16日(金)
☆手作り布おもちゃの会=日 1月20日

図書館へ行こう

- 中央図書館講演会 「語ろう!東久留米」
50年前の東久留米の学校と子供たちの生活~昭和30年代の子供の視点から~
昭和30年代後半、市内に大型団地が建設され、風景も変わりました。東久留米の変遷の時代に小学生であった講師から、懐かしい木造校舎での生活などを中心に当時の話を伺います。古い映像を見ながら振り返ってみませんか。
日 1月17日(土)午後2時~4時半
中央図書館視聴覚ホール 元東久留米市長の野崎重弥氏、社会福祉協議会事務局長の小山満氏 無料 当日直接会場へ 中央図書館 ☎475・4646
滝山図書館読書会
今回は芥川龍之介の「蜘蛛の糸」です。事前に熟読していただき、当日順番に朗読後、作品や著者について語り合います。
日 1月18日(日)午後2時~4時
西部地域センター3階第3講習室 無料 当日直接会場へ 電話(471・7216) または直接滝山図書館へ
冬の大人が楽しむおはなし会
日 1月25日(日)午後2時~4時
西部地域センター3階第2・第3講習室 無料 当日直接会場へ 滝山図書館 ☎471・7216
1月の図書館休館日
1月7日以降の図書館休館日は、中央・滝山・ひばりが丘・東部の各館とも9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)です。なお、中央図書館は20日(火)も休館します。
中央図書館 ☎475・4646



教室・講座等

市民企画講座

「外国人の視点で見た地域社会の暮らしと人のつながり」

～男女平等推進センター主催

日本での暮らしや人間関係を通して感じてきたこと、考えてきたことを、講師の体験をもとに伺います。一人ひとりが大切にされ、安心できる温かみのある地域社会を目指し、緩やかな人とのつながりを共に考える機会とします。企画・運営はオアシス。

2月14日(土)午後2時～4時男女平等推進センター会議室先着24人(要予約)スリランカ学校支援NPO代表の山崎シルヴァ氏無料2歳～未就学児の保育あり(定員5人。1月14日(水)～2月4日(水)に要予約)1月14日(水)～2月12日(木)に、電話(472・0061)または直接同センター(火曜日休館)へ同センター

まちさば学習会

「災害時のために常時から地域住民同士の助け合いを考える」

テーマを考える上で、その進め方をどのようにするか事前に計画しておく「プロセスデザイン」の手法を用い、実際に助け合いには何が必要か考えてみませんか。

1月24日(土)が講演会とワークショップ1月31日(土)がワークショップと発表。時間はいずれも午後1時半～4時105(市役所向かい)先着30人東京ボランティア・市民活動センターの朝比奈ゆり氏無料1月16日(金)までに、電話(470・7738)または直接生活文化課(市役所2階)へ

「いきいきパソコン講座」ほか第27期社協塾の受講者を募集

市社会福祉協議会では、「いきいきパソコン講座」のほか、水彩色えんぴつ画・太極拳・コーラス・フォークダンス・文学の各受講者を募集します。

2月～5月55歳以上の方1講座8回で6,000円日程や応募方法など詳細は、地区センターなどで配布する「案内」をご覧ください同協議会社協塾担当479・5550(火曜日、祝日休館)



スポーツ

ニュースポーツデー

～スポーツ推進委員会主催

1月10日(土)午前10時～午後4時スポーツセンタークライミング体験・綱引き大会練習(午前10時～正午)、ミニテニス、ネオテニス、ソフトバレーボール、ユニカール、ラージボール卓球、スカットボール100円上履き当日直接会場へ同生涯学習課スポーツ振興係470・7784

冬季市民オープン

バスケットボール大会

～市バスケットボール連盟主催

1月25日(日)・31日(土)、2月1日(日)のいずれも午前9時～午後6時50分スポーツセンター市内在住・在勤で18歳以上の方(高校生不可)で編成されたチーム1チーム5,000円(新規登録チームは別途3,000円)抽選会は1月11日(日)午後6時半～8時にスポーツセンターで行い

まず同連盟事務局・貫井清三474・1111へ

アイスクライミング教室

集まれ、自然の氷壁にアタック

～市山岳連盟主催

2月1日(日)午前6時半に東久留米駅改札口前集合(荒天など中止の場合は、前日午後7時ごろまでに連絡)行き先は群馬県霧積山アイスウォール(現地までは車で移動)。歩行は約1時間高校生以上(初心者歓迎)8,500円(交通費、講習料含む)昼食、行動食、温かい飲み物など冬山装備(衣類・雪山用靴・帽子・手袋)で。※登攀用具は用意します。1月20日(火)までに同連盟・花房471・1005(正午～午後1時)へ

市民卓球大会

～市卓球連盟主催

2月8日(日)午前9時からスポーツセンター種目 A=男子シングルス、B=男子団体(①ダブルス、②③シングルス、2～4人で1組)、C=女子シングルス、D=女子ダブルス、E=ラージボール、F=小学生大会、G=中学生大会▼競技方法 予選リーグ後、決勝トーナメント市内在住・在勤・在学の方1種目500円(連盟登録者と小・中学生は無料)1月22日(木)までに(必着)、はがきに住所・氏名・電話番号、小・中学生は学校名・学年、在勤の方は勤務先、参加希望目を記入の上、〒203-0051、小山1-9-2、笹川由紀子宛て郵送を同連盟・笹川471・1052

第4回スポーツセンターダンスフェスティバル

～スポーツセンター主催

3月21日(祝)正午～午後6時スポーツセンター1組12分の持ち時間での演技市内および近隣市で活動する高校生以下で編成されたダンスサークル20組(応募者多数の場合は市内で活動するサークルを優先。他は抽選)無料詳細は実施要綱(同センターで配布中)をご覧ください1月7日(水)～31日(土)に、同センターで直接受け付け同センター470・7900



お知らせ

成人の日のつどい

1月12日(祝)生涯学習センターで開催新たに成人した皆さんの門出を祝福し、「成人の日のつどい」を開催します。

1月12日(祝)▼1回目=午前11時から(久留米中学校・西中学校・南中学校の通学区域の方)▼2回目=午後2時から(東中学校・大門中学校・下里中学校・中央中学校の通学区域の方)※受け付けはいずれも開始40分前から。式典は手話通訳があります。生涯学習センター(車での来場はできません)式典、スライドショー、アカペラコーラス平成6年4月2日～7年4月1日生まれの方新成人の皆さんには、すでに案内状を送付していますが、届いていない方や26年12月1日以降に転入の届け出をした方は、市文化協会477・4700または生涯学習課生涯学習係470・7784へご連絡ください中学校時の恩師の先生にも出席いただく予定です。式典終了後は、恩師や仲間との歓談の場として同センター2階学習室をご利用ください同協会または同係



冬季は凍結する瓶子の滝

お祭りする榛名神社へは、正月三日が大勢の方が初詣に訪れ、開運・家内安全・商売繁盛・五穀豊穡などを祈願し、新しい年の到来を

榛名神社



祝福しました。

(高崎市榛名支所地域振興課)

消防署を名乗る不審電話にご注意ください

都内各地において、消防職員を名乗る者から「防災グッズを送るので、受け取ってください」「皆さんに送っています」などといった不審な電話がかかってくる事案が発生しています。また、悪質な訪問販売・点検などにより、高額な料金を請求される被害やトラブルも発生しています。特に、一人暮らしの高齢者を狙っていると思われるので、十分に注意してください。

東久留米消防署予防課防火査察係471・0119(内線520)

東久留米のふれあい情報サイト「くるくるチャンネル」運営委員募集

任期は4月から2年間。サイトの管理運営、事業などの企画立案・実施など▽運営委員会への出席(年6回程度)▽各種イベントへの出店立案・実施など市内在住・在勤の18歳以上で市民活動に参画し電子メールで連絡が取れる方8人以内3月8日(日)までに、「市民活動」をテーマに600～800字にまとめ、件名「コミュニティサイト運営委員の募集」・住所・氏名・年齢・連絡先を記入の上、電子メールで同会事務局(kuru2@bz03.plala.or.jp)宛て送信生活文化課市民協働係470・7738

第3回東久留米チャリティー手づくり小物市

アクセサリー、革小物、陶芸品、手編み小物など、魅力あふれる手づくり小物や雑貨が盛りだくさんです。主催は「団塊くるねっと」手づくり小物市実行委員会。共催は「たま団塊交流会(東久留米市・小平市・東村山市・清瀬市・西東京市)」。後援は東久留米市、市社会福祉協議会。

1月31日(土)午前10時～午後4時市役所1階屋内ひろば売上金の一部は市社会福祉協議会に寄付し、地域福祉のために使われます。※団塊くるねっとの活動情報は「くるくるチャンネル」をご覧ください。当日直接会場へ生活文化課市民協働係470・7738または団塊くるねっと・石川476・2872

市社会福祉協議会

弁護士法律相談(第2日曜日)

2月8日、3月8日、4月12日のいずれも日曜日、午後2時から。1件40分(1日4件まで。先着順)中央町地区センター遺言、相続、贈与、財産分与、成年後見制度、権利侵害、福祉サービスの苦情など市内在住で、①65歳以上の方②知的・精神に障害のある方③前記①②の親族および関係者同前月15日から(土曜・日曜日の場合は翌開所日)、電話で同協議会地域福

祉係479・0294へ

成年後見無料専門相談(第4水曜日)

1月28日、2月25日、3月25日のいずれも水曜日、午後2時～4時、1件60分(1日2件まで。先着順)社会福祉協議会(わくわく健康プラザ2階)成年後見制度の活用方法市内在住の方、福祉関係者相談員は、奇数月は社会福祉士、偶数月は司法書士相談日の1週間前までに、電話で同協議会地域福祉係479・0294(平日午前9時～午後5時)へ

ガイド

公立昭和病院

「第15回市民公開講座」

2月8日(日)午後2時半～4時東村山市立中央公民館(東村山市本町2-33-2)乳がん・内分泌外科部長の金内一氏による「乳がんの診断と治療」、内分泌・代謝内科部長の貴田岡正史氏による「これからのライフスタイルと生活習慣病～糖尿病を中心に～」無料当日直接会場へ公立昭和病院医事課医事管理係461・0052(内線2171)

北多摩北部地域

保健医療協議会委員の募集

多摩小平保健所では、都民の立場から意見をいただく委員を募集します。

任期は27年4月から2年東久留米市、小平市、東村山市、清瀬市、西東京市に在住の20歳以上の方(都職員および当該地域の市職員は除く)3人以内2月13日(金)までに(消印有効)、作文(テーマは「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けるために必要なこと」、1,200字以内)と住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入の上、〒187-0002、小平市花小金井1-31-24、多摩小平保健所企画調整係宛て郵送または電子メール(S0000351@section.metro.tokyo.jp)で送信を同係450・3111

27年度千代田区立神田一橋中学校通信教育課程の生徒募集

都内在住または在勤の①尋常小学校か国民初等科を修了したが高等学校の入学資格のない方②現行制度での義務教育未修了で学齢相当年齢を超過した方で、①に準ずる方募集は40人。選考日は3月1日(日)午前10時から願書を1月8日(木)～2月25日(水)(消印有効)に、〒101-0003、千代田区一ツ橋2-6-14、千代田区立神田一橋中学校通信教育課程宛て郵送、または直接同校へ同校03・3265・5961、ファクス(03・3265・4040)