

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



↓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 (夜間・休日のみ)
- ◎ホームページ (http://www.city.higashikurume.lg.jp)
のご意見箱 (左メニュー「ご意見・お問い合わせ」から)

〈今月の月間・週間案内〉健康増進普及月間、救急医療週間 (6日～12日)、動物愛護週間 (20日～26日)、防災の日 (1日)、下水道の日 (10日)、敬老の日 (21日)

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

けんこう

献血にご協力ください

次の日程で献血を実施します。ご協力をお願いします。

9月10日 (木) 午前10時～11時半、午後1時～4時 市民プラザホール 本人確認できるもの健康課予防係 ☎477・0030

第70回市民のための医療講座

健康寿命を延ばすには?～キーポイントは口腔にあるのです!～

いくつになっても健康で自立した生活を送るためのポイントを学びます。

9月12日 (土) 午後2時～4時 市役所7階701会議室 先着100人 市歯科医師会専務理事の北村晃氏。司会は同会理事の安田昌律氏 無料 当日直接会場へ健康課 ☎477・0022

成人歯科検診

9月1日 (火)～11月30日 (月) 市内の実施医療機関 歯と歯茎の診断 市内在住で、28年3月31日までに40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳になる方 (対象者には8月末に受診券を送付済み) 費500円 (生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付対象者、東日本大震災により市内に避難している方は無料) 成人歯科検診受診券 (氏名などを記入)、健康保険証など (住所・氏名・年齢が確認できるもの) 現在治療中の方、勤務先などで検診を受けた方はご遠慮ください 健康課特定健診係 ☎477・0013

子宮頸がん検診

9月1日 (火)～11月30日 (月) 右上表の実施医療機関 市内在住の20歳以上の女性で、27年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし現在治療中、または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 費1,000円 (生

活保護受給者、中国残留邦人等支援給付対象者、東日本大震災により市内に避難している方は無料) 健康保険証 不正出血・生理時には受診できません 受診の際は、直接実施医療機関の窓口へ。受診結果は約1カ月後に、市から郵送します 健康課特定健診係 ☎477・0013

27年度子宮頸がん検診実施医療機関一覧

医療機関名	所在地・電話など	診療時間
松岡レディースクリニック	東本町1-3、秋田ビル4階 ☎479・5656 ※駐車場なし。★予約はできません	【月・火・木・金曜日】 午前9時～正午 午後2時～5時 【木曜日】 午後3時～6時半 【第2・第4土曜日】 午前9時～正午
アルテミスウイメンズホスピタル	中央町1-1-20 ☎472・6111 ※駐車場あり。★要予約	【月・火・水・木・金曜日】 午前9時～正午 午後2時～4時 【土曜日】 午前9時～正午 ※上記は予約受付時間です。当日受け付けは時間が異なります。
前沢医院	前沢2-10-9 ☎471・0154 ※駐車場あり。	【火曜日】 午前9時～11時半 午後3時～5時 【金・土曜日】 午前9時～11時半
ベルフェ滝山マタニティクリニック	滝山5-3-6 ☎477・3503 ※駐車場あり。	【月・火・金曜日】 午前9時～正午 午後1時～4時半 【木・土曜日】 午前9時～午後0時半
長生医院	滝山7-3-17 ☎473・1117 ※駐車場3台あり。	【月・火・木・金曜日】 午前9時～正午 午後2時半～6時 【土曜日】 午前9時～正午

秋の胃がん検診

10月20日 (火)・21日 (水)・23日 (金)・26日 (月)・27日 (火)・28日 (水)・30日 (金)、11月2日 (月)・4日 (水)・6日 (金)・9日 (月)・10日 (火)・13日 (金)・16日 (月) のいずれも午前中 市民プラザ (検診車) 問診と胃部レントゲン検査 (バリウム) 市内在住で28年3月31日時点で40歳以上の方 定員50人 費500円 (生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付対象者、東日本大震災により市内に避難している方は無料) 9月14日 (月) までに (当日消印有効)、1人1枚の往復はがきに、「胃がん検診希望」・住所・氏名 (ふりがな)・生年月

日・年齢・性別・電話番号、第1～第3希望日 (いずれの日でもよい場合はその旨) を記入の上 (返信面に住所・氏名を書いて)、〒203-0033、滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内、健康課特定健診係宛て郵送を。9月1日 (火) 午前8時半から電子申請でも受け付けます 同係 ☎477・0013

特定健診、後期高齢者健診

9月の受診対象は12・1月生まれの方です 8月下旬に発送した個別通知をご確認ください。大腸がん検診を同時に受診できます。

①特定健診=国民健康保険加入者で40歳～74歳 (昭和16年～50年生まれ) の方 ②後期高齢者健診=後期高齢者医療被保険者 27年4月1日以降に国民健康保険に加入した方、後期高齢者で転入した方、該当月に受診できない方は健康課特定健診係 ☎477・0013へお問い合わせください 同係

9月のプレ・パパマクラス

9月26日は土曜日の開催です。ご夫婦そろって参加してみませんか。

◎小児科医・助産師の話=9月7日 (月) 午後0時半～4時

◎プレママ・クッキング=9月15日 (火) 午前9時半～午後2時 妊娠中の栄養やバランスの良い食事を調理しながら学びませんか 費500円 (食材費)

◎もく浴実習・妊婦疑似体験=9月26日 (土) 午後0時半～4時

◎妊婦歯科健診=9月29日 (火) 午後1時15分～3時 歯科健診とブラッシングなど

《共通事項》 市民プラザ 対 おおむね妊娠16週以降の方とその夫 定員25組 (応募者多数の場合は、初産の方を優先) 他4回で1コース。ただし1日のみの参加も可 同電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

子ども相談

9月8日 (火)・16日 (水) のいずれも午前9時半～午後3時 市民プラザ 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 幼児とそ

の保護者 同電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

2歳児歯科健診

9月9日 (水) 午前9時15分～10時15分受け付け 市民プラザ 歯科健診、ブラッシングなど 25年8月生まれの幼児 当日直接会場へ健康課保健サービス係 ☎477・0022

1歳6カ月児健診

9月10日 (木) 午後0時半～1時半受け付け 市民プラザ 26年2月6日～3月2日生まれの幼児 当日直接会場へ健康課保健サービス係 ☎477・0022

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

9月15日 (火) ①1歳児クラス=午前10時～11時 ②0歳児クラス=午後1時～2時半 市民プラザ 歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど ①が満1歳～1歳3カ月児とその保護者、先着12組。②が満7カ月～11カ月児とその保護者、先着15組 9月1日 (火) から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

3歳児健診

9月17日 (木) 午後0時半～1時半受け付け 市民プラザ 24年8月6日～28日生まれの幼児 当日直接会場へ健康課保健サービス係 ☎477・0022

すくすく子育て (育児相談)

9月18日 (金) 午前9時半～午後2時 市民プラザ 育児の相談、体重測定 乳幼児とその保護者 同電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

らくらく離乳食

9月29日 (火) 午後1時半～3時半 市民プラザ 調理実習 6カ月～1歳未満児の保護者 先着20人 申込時にお知らせします 対象児の保育あり 9月1日 (火) から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

ごみ

同ごみ対策課 ☎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)

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)

9月6日 = わくわく健康プラザ内休日内科診療所 (滝山4-3-14、☎473-3663)

9月13日 = 石橋クリニック (東本町8-9、☎477-5566)

【歯科】

9月6日・13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)

9月6日 = 前田病院 (中央町5-13-34、☎473-2133)

9月13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)

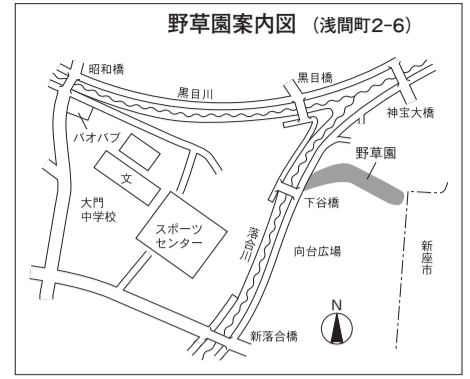


日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

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

野草園秋の観察会 秋の野草を観察しませんか

【日時】9月13日(日) 午前10時から
※雨天の場合は20日(日)に順延。
【会場】野草園(浅間町2-6。右案内図参照)
【内容】タデ科の植物について
【参加費】無料
【持ち物】筆記用具
当日直接会場へ。
詳しくは市文化協会 ☎477・4700へ。



【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

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9月3日(木) 午前10時半~11時半が「水遊び」、3・4歳児、タオル・着替え持参、10日(木) 午前10時半~11時15分が「4館合同運動会(10月8日)の練習」、2歳児

☆わらべ歌スマイル講座=日8日(火) 午前10時半~11時半遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談や話し合い0歳児とその保護者師原悠子氏日当日直接会場へ

☆サロンフレンズ=日9日(水) 午前10時15分~11時半内高齢者の皆さんと楽しく遊びます。紙芝居、手遊び、おやつタイムなど日幼児日マイコップ

☆将棋教室=日12日(土) 午後3時~4時50分日小学生~高校生年代師中井孝雄氏

☆ベビーヨガ=日16日(水) 午前10時半~11時半日2カ月~6カ月児とその保護者日先着6組師崎田千佳子氏持バスタオル、お出掛けセット他動きやすい服装で日9月2日(水) 午前9時から受け付け(電話可)

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆幼児のつどい=日9月3日(木) 午前10時半~11時半日幼児

☆敬老のお祝い会=日5日(土) 午後2時から日キラキラ人形劇団の「桃太郎」。お世話になっている高齢者をお祝いします日小・中学生

☆おはなしの日=日9日(水) 午前11時~11時半日手遊びと絵本の読み聞かせ日幼児

☆工作の日=日11日(金) 午後2時からと、12日(土) 午後1時半から日オリジナル写真立て作り日小・中学生日当日午後4時20分まで受け付け

☆お母さんのためのハンドトリートメント講座=日28日(月) 午前10時~11時半日自分で作ったオイルでハンドマッサージ日幼児とその保護者日先着16組師石井レイナ氏費無料持オイルが付いてもよいハンドタオル2枚他肘が出せる服装で日9月10日(木) 午前9時から受け付け(電話可)

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日=日9月1日・8日のいずれも火曜日、午前11時~11時25分日絵本の読み聞かせ、手遊びなど日幼児日みくろおはなしの会

☆赤ちゃんひろば=日9月2日(水) 午前10時半からが「ベビーマッサージ」、0歳児とその保護者、先着25

組、講師は渡辺直子氏、バスタオル・おむつ・水分補給物(母乳可)持参、オイル代200円(当日集金)、申し込み受け付け中。9日(水) 午前10時半からが「助産師による体重測定・育児相談」、0歳児とその保護者、講師はひがくるめ助産師会

☆幼児のつどい=日9月3日(木) 午前10時半から日動きやすい服装で

☆卓球大会=日9日(水) 午後3時半から日小学生以上日当日受け付け

☆ミニサッカーの日=日14日(月) 午後3時半から日ミニサッカーでゲームを楽しもう日小学生以上日上履き、タオル日当日受け付け

ひばり (ひばりが丘地8-11) 電話464・9300

☆幼児のつどい=日9月3日(木) 午前10時半~11時半が「緑日遊び」、うさぎ・あひる合同(1歳1カ月~4歳児)。10日(木) 午前10時半~11時10分が「4館合同運動会の練習」、うさぎ(1歳1カ月~2歳6カ月児)

☆バドミントン大会=日9日(水) 午後3時半から日小学4年~6年生日先着12人日9月2日(水) 午後3時半から受け付け

☆離乳食講座=日15日(火) 午前10時~11時日0歳児とその保護者日先着15組日ひばり保育園の栄養士日9月8日(火) 午前10時から受け付け(電話可)

☆びよびよママの会=日16日(水) 午前10時~11時半日助産師による体重測定、育児相談など日0歳児とその保護者日保育あり(定員2人。1週間前~前日に申し込み)日当日受け付け

☆ひばりC A F E=日18日(金) 午前10時半~11時半日助産師とのお話し日乳幼児とその保護者日先着15組日9月11日(金) 午前10時から受け付け(電話可)

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~土曜日、午前10時~午後4時半)。育児相談も受けます。

☆手作り布おもちゃの会=日9月15日(火) 午前10時~正午日乳幼児とその保護者日縫製箱、はさみ日保育はありません日9月1日(火) から同センターへ

☆なかよし広場=日9月18日(金) 午前10時~11時半日第十小学校日お子さんと遊びながら、気軽に育児の情報交換をしたり、ボランティアと一緒に遊ぼう日0歳~5歳児とその保

護者日スリッパ日当日直接会場へ徒歩か自転車から来場を

センター上原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆ちびっこ育児講座=日9月11日(金) 午前10時~11時半日遊び・生活・しつけなど子育ての悩みをテーマに話し合います。一人で悩まず一緒に考えましょう日1・2歳児とその保護者日先着10組日保育あり日9月1日(火) から同センターへ

☆なかよし広場=日9月15日(火) 午前10時~11時半日第一小学校日お子さんと遊びながら、気軽に育児の情報交換をしたり、小学生との交流も体験してみましょう日0歳~5歳児とその保護者日スリッパ日当日直接会場へ徒歩か自転車から来場を

☆育児講座「東部地域NP講座」=日全6回。10月14日~11月18日の毎週水曜日、午前9時45分~11時45分日東部地域センター日「Nobody's perfect~完璧な親なんていない!」そこからスタートする講座です。初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。一人で悩まず、楽しい子育てをしましょう日東部地域(水川台、大門町、新川町、浅間町、神宝町、金山町、上の原、東本町、学園町)に在住で、乳幼児を子育て中の専業主婦日15人日費無料日保育あり(無料)日9月2日(水) 午前9時半からセンター上原へ

☆休館日のお知らせ=9月17日(木)は館内整備のため休館します

図書館へ行こう

大人のためのおはなし会

日9月12日(土) 午前10時半~正午日中央図書館2階大集会室日費無料日当日直接会場へ日中央図書館 ☎475・4646

家庭ですぐに役立つ 子どもを守る安全教室

日9月20日(日) 午前10時~11時半日南部地域センター2階講習室日小学生までのお子さんを持つ方日先着40人日日本こどもの安全教育総合研究所理事長の宮田美恵子氏日費無料日駐車場はありません日1歳~未就学児の保育あり(先着5人。予約制。費用500円)日当日受け付け中。電話または直接ひばりが丘図書館 ☎463・3996へ

図書館員と一緒に作ろう オリジナルなブックカバー

日9月27日(日) 午後2時~3時半日東部地域センター1階講習室日小学4年生以上日30人日費無料日駐車場はありません日当日受け付け中。電話または直接東部図書館 ☎470・8022へ

9月の図書館休館日

9月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)は、全館休館です。中央図書館は15日(火)も休館します。日中央図書館 ☎475・4646

いきいき健康家族

No.162 地域包括ケアを知っていますか?



皆さんは地域包括ケアを知っていますか。団塊の世代が75歳以上になる2025年には、日本の医療や介護が、現在のようなサービスを提供できなくなる可能性があると言われてい

ます。この問題を解決するカギが、地域包括ケアと呼ばれるシステムです。誰もが住み慣れた地域で人生の最後まで暮らしていくために、次のような状態が滞りなく提供されます。

①介護が必要な方たち(独居老人や高齢者だけの世帯、病気で寝たきりの方たち、認知症の方たちなど)を、行政と住民が一体となり、地域で支えていく体制が整備されている

②どうしても自宅で暮らすことが難しい場合は、療養型の病院や介護付きの住宅・介護施設に入院・入所ができる

③いざというときに、必要な医療が受けられる救急医療体制が整備されている

④人生の最後を自宅もしくは介護施設で迎えるために、24時間の在宅支援および医療体制が整っている

⑤身近な地域(おむね中学校区を想定)で、介護が必要な状態にならないように多様な取り組みが行われている

今までのように、国が医療や介護のシステムを作って国民に提供するのではなく、「住まう」ことを中心にして、国民自身が健康や介護の在り方を考えて実践し(自助)、地域の方と共に助け合い・支え合いながら(互助)、介護予防・介護支援に取り組んでいく。そして、それを介護保険制度というシステム(共助)が支え、支援の届きにくい部分を行政が補っていく(公助)ことで、地域包括ケアシステムを作り上げていくことが求められています。

私たち市民は、この東久留米市で、行政と一緒に地域包括ケアシステムを考え、作り上げていかなければなりません。自分に関係ないと思わず、自分自身そして親や子どもたちのために、地域包括ケアのシステムづくりに参加しましょう。

(東久留米市医師会)

スポーツ

ニュースポーツデー ～スポーツ推進委員会

9月12日(土) 午前10時～午後4時
場スポーツセンター 内ミニテニス、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、ネオホッケー 費100円 上履き 田当日直接会場へ 園生涯学習課スポーツ振興係 ☎470・7784

第86回ソフトテニス市民大会 ～市ソフトテニス連盟主催

9月12日(土) (予備日は26日) ②一般の部 = 9月27日(日) (予備日は10月12日) いずれも午前8時半開会 場①が市立・滝山テニスコート、②が市立テニスコート 内種目は①が男子・女子の部、②が男子・女子・壮年(45歳以上の男子)の部 市内在住・在勤・在学・在クラブの方 費①が1チーム500円、②が1チーム1,000円 田①が9月5日(土)、②が19日(土)までに(必着)、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・参加種目を記入の上、〒203-0033、滝山1-6-13、井部誠二宛て郵送を 園同連盟・井部 ☎475・8279

トップコーチによるレベルアップ水泳教室

9月15日(火)の①午前10時～11時が「平泳ぎ」②午前11時～正午が「クロール」、16日(水)の③午後1時～2時が「中上級者向け平泳ぎ&バタフライ」④午後2時～3時が「中上級者向けトックスイマーの練習メニュー」、17日(木)の⑤午前10時～11時が「バタフライ」⑥午前11時～正午が「背泳ぎ」 場スポーツセンタープール 内各泳法で25m以上泳げる方 園各回20人 園日本代表トックスイマーコーチの飯塚正雄氏 費1回500円(施設使用料を含む) 田9月1日(火)午前9時から同センターへ(電話可) 園同センター ☎470・7900

第85回市民テニス大会

～市テニス連盟主催
▼種目・日程①男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部 = 10月4日(日) (予備日は18日) ②壮年ダブルス(男子50歳以上、女子40歳以上) = 10月11日(日) (予備日は25日) 場市内各テニスコート 内市内在住・在勤・在学・在テニススクールで高校生以上の方 費1ペア2,000円 園エントリー後のメンバー変更や参加費の返金はできません 田試合時間・会場などは、後日ドロワー表を郵送します 田9月16日(水)までに、郵便振替(00190-2-632369、加入者名「東久留米市テニス連盟」)で、通信欄に郵便番号・住所・氏名・参加種目、在勤・在学・在テニススクールの場合は勤務先・学校名・スクール名を記入して、参加費を振り込んでください。また連盟役員への直接申し込みもできます 園同連盟・佐々木 ☎473・0079 (夜間)

多摩六都府リレーマラソン2015

～思いをのせた襷がつなぐ人とまち～
多摩北部圏域5市(東久留米市・小平市・東村山市・清瀬市・西東京市)の皆さんにスポーツへの参加機会を提供し、健康増進や地域・世代を越えた市民相互の交流を図ることを目的に開催します。

12月23日(祝) 午前7時45分から開会式、8時半スタート(雨天決行・積雪中止) 場都立小金井公園(小金井市関野町一丁目他) 内コースは同園内1周1,846.3m×23周(1周目は1,576.4m)の42.195km。制限時間は4時間。部門 = (1)一般の部(2)職場の部(3)女子の部(4)高校生の部(5)中学生以下の部。 ※女子の部を除き、男女の組み合わせは自由。 田次の①～③の全てを満たす4～10人で構成されたチーム。①健康な小学生以上の方②1人で約2kmを完走できる方③市内在住・在勤・在学の方 田各市20チーム(各部門4チーム程度)の計100チーム(応募者多数の場合は抽選) 費1チーム5,000円 園中学生以下は保護者の署名・承認印が必要です。必

インターネットやコンビニなどで手軽に購入でき、クレジットカード番号をネットで入力したくない方やクレジットカードを持たない方の決済手段として、利用が広がっています。こういったプリペイドカードの特性を、詐欺に利用したのが今回の事例です。

一度支払ったお金を取り戻すのは、非常に難しいのが現状です。被害に遭わないために、次の点に気を付けましょう。

- ①身に覚えのない請求などには、簡単に返信や連絡をしないようにしましょう。
- ②他人から言われてサーバ型のプリペイドカードやギフトカードを購入したり、カード番号を伝えないようにしましょう。
- ③おかしいと気付いたら、早急にカード発行会社に連絡しましょう。
- ④領収書は必ず保存しましょう。

困ったときは、消費者センターにご相談ください。

《消費者相談》

●平日の午前10時～午後4時 = 市消費者センター(市役所2階生活文化課内) ☎473・4505

●平日および土曜・日曜日、祝日の午前10時～午後4時 = 消費者ホットライン ☎188

榛名湖のボート遊び

榛名湖は榛名山山頂にある東西1.5km、南北1.3kmのカルデラ湖です。

高崎市が包括占用許可を取得した湖ですが、ここでは1日限定数だけ、カヌーやカヤックを持ち込むことができます。

【持ち込み可能期間・時間】6月～11月の午前9時～午後4時

【持ち込み許可数】一般船(釣り目的以外) 1日30隻

【持ち込み目的】1日10隻

※いずれも申し込み先着順、予約可。

【利用料金】1隻1回の持ち込みにつき、釣りをしない場合 1,000円 ▼釣りをする場合 2,000円

榛名富士に見守られた美しい榛名湖(標高1084m)で、ボート遊びを楽しんでみてはいかがでしょうか。

高崎市榛名支所地域振興課



ボートも楽しめる美しい榛名湖

大会要項を確認してください。 ※要項・申し込み方法など詳細は市ホームページまたは市体育協会ホームページ (<http://park19.wakwak.com/~h-kurume-taikyou/>) をご覧ください 田東京都パラリンピック体験プログラム「NO LIMITS CHALLENGE」を同時開催します 田9月1日(火)～30日(水)に、申込書と返信はがきを封書で、〒202-0013、西東京市中町1-5-1、スポーツセンター内、西東京市体育協会宛て郵送、または申込書を添付し電子メール (taikyou@bz03.plala.or.jp) で送信を 園同協会 ☎042・425・7055

お知らせ

「下水道デー」イベント

毎年9月10日は「下水道の日」です。市では、普段あまり意識されることの少ない下水道について、市民の皆さんに深く理解していただくため、9月11日(金)に「下水道デー」イベントを開催します。

9月11日(金) 午前10時～午後3時 場東久留米駅西口 内パネル展示、イベントグッズの配布 園施設建設課下水道施設担当 ☎470・7759

地域センターまつり

○西部地域センター ☎471・7210

9月25日(金) = 音楽祭 ▼26日(土) = 式典、子どもまつり(舞台発表・育児相談・手形スタンプ・体験コーナーなど)、フリーマーケット(参加費500円。申込期間は9月1日～20日) ▼27日(日) = 舞踊祭、子ども映画祭 ※子ども絵画展は9月25日(金)～27日(日)。

○南部地域センター ☎451・2021

9月25日(金) = ダンスパーティー(午後4時から) ▼26日(土) = オープニング、キッズシアター、音楽の広場、いきいき芸能 ▼27日(日) = レコードコンサート、映画上映、展示(28日まで) ※土曜・日曜日は青空市、体験コーナーなどもあります。

○東部地域センター ☎470・8020

9月11日(金) = オープニング(午後5時から)、縁日、盆踊り ▼12日(土)・13日(日) = 午前9時からフリーマーケット、模擬店。10時から作品展、演舞、子どもイベントなど

社会貢献型後見人候補者応募説明会

認知症や一人暮らしの高齢者の増加に伴い、成年後見制度の必要性とその需要が高まっています。市成年後見制度推進機関では、財産管理や施設入所手続きなどができない方の権利を守り、同じ目線で支援する「社会貢献型後見

人」を養成します。

9月29日(火) 午後2時～3時半 場わくわく健康プラザ内、社協会議室

▼養成までの流れ = ①説明会に参加②1次審査(書類)③2次審査(面接)

④基礎講習を受講⑤実地研修などを経て「社会貢献型後見人」として登録予定 園市内在住で、応募時に20歳以上お

おむね65歳未満の心身ともに健康な方。社会福祉に理解と熱意があり、基礎講習の全日程(6日間)に参加可能な方

田先着20人 田説明会では近隣市で活躍する「社会貢献型後見人」の話が聞けます。登録後は、市社会福祉協議会地域福祉権利擁護事業の生活支援員として活動します 田9月8日(火)～25日(金)に、氏名・住所・電話番号を電話(479-0294)またはファクス(476-4545)で同協議会へ

ガイド

身元不明相談所を開設します

今すぐに 帰してあげたい 家族のもと

皆さんのご家族などが「病気を苦にして家を出た後、全く音信が無い」「旅行などに出掛けたまま、長い間消息を絶っている」「犯罪や事故に巻き込まれている恐れがある」「認知症などで、長期間所在が分からない」など、行方不明の場合は、この機会にぜひご相談ください。

①9月1日(火)～30日(水)の午前9時～午後4時半 場警視庁本部1階身元不明相談室(千代田区霞が関二丁目)

②9月1日(火)～13日(日)の午前9時～午後4時半 場警視庁浅草警察署観音前警備派出所(台東区浅草二丁目)

③9月14日(月)～30日(水)の午前9時～午後4時 場巢鴨とげぬき地蔵尊高岩寺会館(豊島区巢鴨三丁目)

田写真など本人を特定する資料をお持ちください 園警視庁鑑識課身元不明相談室 ☎03・3592・2440、同少年育成課行方不明者相談室 ☎03・3592・1640、または田無警察署鑑識係 ☎467・0110(内線3472)

研修会「続・相続対策セミナー」

9月7日(月) 午後1時開会(正午から受け付け) 場小平市民文化会館「ルネこだいら」中ホール(小平市美園町一丁目) 内第1部 = 宅建ハトさん保証(家賃保証)、新・宅建賠 ▼第2部 = 続・相続対策セミナー～社長交替(二代目社長) スムーズな継承方法～ 田先着200人 園無料 園録音、録画はできません 田当日直接会場へ 園公益社団法人東京都宅地建物取引業協会北多摩支部 ☎467・3188

消費生活の正しい知識

Q & A

気を付けて！悪用されるプリペイドカード

Q. インターネットで広告をクリックしたら、突然、有料のアダルトサイトに「登録完了」となりました。画面に記載されていた問い合わせ先に電話をしたら9万円請求され、指示されるままコンビニで9万円分のプリペイドカードを購入し、カードに記載されている番号を電話で知らせた。後になってワンクリック詐欺だと気付いたが、お金を取り戻せますか。

A. 最近、ワンクリック請求や架空請求の支払い手段として、サーバ型のプリペイドカードが悪用されるケースが増えています。

サーバ型のプリペイドカードは、ICカードや磁気カードとは違い、その価値が発行会社の管理するサーバに記録されていて、番号を入力するだけで決済できるシステムです。