

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

↓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

◎エコーテレホン・エコーファクス
☎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〉 まちづくり月間、がけ崩れ防災週間 (1日～7日)、男女共同参画週間 (23日～29日)、電波の日 (1日)、測量の日 (3日)

【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象 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

大腸がん検診

6月1日 (水) から大腸がん検診を実施します。

▼受診期間 6月1日 (水) ～10月31日 (月) ※東久留米市国民健康保険加入者、後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者、中国残留邦人等支援

「大腸がん検診」実施医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
東久留米団地診療所	上の原1-4-11-103	471・2628
武田クリニック	大門町1-1-24	477・5856
細井医院	東本町4-3	471・0130
初谷整形外科クリニック	東本町5-1	473・5596
おかの内科クリニック	東本町6-15 2階	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9 2階	477・5566
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177
東久留米クリニック	新川町2-2-22	477・0071
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421・2121
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
清水胃腸科内科	本町1-1-11	472・8709
東久留米駅前クリニック	本町1-3-6 2階	471・5051
たかはしクリニック	本町2-3-4	479・1800
子田整形外科	本町3-1-1	475・0610
古谷消化器科内科	本町3-1-9	476・4100
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291
あだち医院	本町3-11-15	420・5661
山口内科・呼吸器科クリニック	本町3-12-2	472・2386
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1 2階	477・0555
アルテミスウイメンズホスピタル (★)	中央町1-1-20	472・6111
鹿島医院	南沢4-3-2	461・2967
東久留米おだやかメディカルクリニック	南沢5-17-624オンモール東久留米2階	452・5801
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460・8502
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470・9118
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460・0531
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311
石垣整形外科 (※)	滝山5-22-17	470・0620
長生医院	滝山7-3-17	473・1117
飯田医院	滝山7-15-16	472・8181
胃腸科内科松本クリニック	下里2-8-21	479・7171
大波クリニック	下里7-6-2	473・7355

(★) アルテミスウイメンズホスピタルは女性のみ。

(※) 石垣整形外科では特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診を実施していません。

ごみ

岡ごみ対策課 ☎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)

査を受けた方、または疾病が発見されて経過観察中の方③生理中を避けて受診してください ☎500円 (受診医療機関の窓口でお支払いください) ④検診結果は医療機関で直接お聞きください (郵送は行っていません)。検体が提出されなかった場合でも、自己負担金は返却できませんので、あらかじめご了承ください ⑤東日本大震災により、市内に避難している方は、無料で受診できますので、健康課特定健診係 ☎477・0013へ問い合わせてください ⑥同係

子ども相談
⑥6月7日 (火)・15日 (水) のいずれも午前9時半～午後3時 ⑦わくわく健康プラザ ⑧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 ⑨幼児とその保護者 ⑩電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

2歳児歯科健診
⑥6月8日 (水) 午前9時15分～10時15分受け付け ⑦わくわく健康プラザ ⑧歯科健診、ブラッシングなど ⑨26年5月生まれの幼児 ⑩当日直接会場へ ⑪健康課保健サービス係 ☎477・0022

3～4カ月児健診・産婦健診
⑥6月9日 (木) 午後0時半～1時半受け付け ⑦わくわく健康プラザ ⑧28年1月20日～2月12日生まれの乳児 ⑨当日直接会場へ ⑩健康課保健サービス係 ☎477・0022

らくらく離乳食
⑥6月15日 (水) 午後1時半～3時半 ⑦わくわく健康プラザ ⑧調理実習 ⑨6カ月～1歳未満児の保護者 ⑩20人 ⑪申込時にお知らせします ⑫対象児の保育あり ⑬6月1日 (水) から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

1歳6カ月児健診
⑥6月16日 (木) 午後0時半～1時半受け付け ⑦わくわく健康プラザ ⑧26年11月12日～12月5日生まれの幼児 ⑨当日直接会場へ ⑩健康課保健サービス係 ☎477・0022

すくすく子育て相談 (育児相談)
⑥6月17日 (金) 午前9時半～午後2時 ⑦わくわく健康プラザ ⑧育児の相

談、身体測定 ⑨乳幼児とその保護者 ⑩電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

⑥6月21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 ③わくわく健康プラザ ④歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど ⑤①が満1歳～1歳3カ月児とその保護者、先着16組 ②が満7カ月～11カ月児とその保護者、先着20組。いずれも初回の方を優先 ⑥6月1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

⑥6月22日 (水) 午後1時半～3時受け付け ⑦わくわく健康プラザ ⑧28年1月生まれの乳児 (生後6カ月以上1歳になる誕生日の前日までの未接種の乳児も接種可) ⑨次回は7月20日 (水) の予定 ⑩当日直接会場へ ⑪健康課予防係 ☎477・0030

特定健診、後期高齢者健診

6月の受診対象は 4月・5月・6月生まれの方です 生活習慣病予防、健康の保持・増進や疾病の早期発見・治療のための健診を実施します。健診内容や実施医療機関などは、5月下旬に発送した個別通知をご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます (左上参照)。

⑥受診月は次の通りです。なお、個別通知は受診月の前月下旬に発送します ▼4～6月生まれの方＝6月 ▼7～9月生まれの方＝7月 ▼10・11月生まれの方＝8月 ▼12・1月生まれの方＝9月 ▼2・3月生まれの方＝10月 ⑦①特定健診＝東久留米市国民健康保険加入者で40歳～74歳 (昭和17年～51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 ③28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へ問い合わせてください ④同係

7面へつづく

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】 ※薬の処方最低限の日数となります。

6月5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)

6月12日
＝いくせ医院 (新川町1-4-18、☎471・2304)

【歯科】

6月5日・12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)

6月5日＝前田病院 (中央町5-13-34、☎473・2133)

6月12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)

Calendar for June 1-30 with a large '6' in the center.

Calendar for June 1-30 with a large '7' in the center.

第2回 消費者講座

～食品と栄養の移動教室～

加工食品を上手に使うって家庭食をおいしく楽しいものにしませんか。料理初心者も気軽にご参加ください。

日6月16日(木) 午前10時～午後2時 場西部地域センター調理実習室 献立=カラフル

野菜のお好み焼き、エビとレタスの卵炒め、ホタテとグリーンアスパラのチャウダー、魚のマリネ定20人。 ※2歳～未就学児の保育あり(定員4人。要予約) 師一般社団法人栄養改善普及会の在塚茂登子氏 費500円 備エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具 協賛は株式会社日清フーズ、日清オイリオグループ株式会社 申日6月1日(水) 午前9時から電話で生活文化課 470・7738へ

【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象 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

肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルスに感染することによって、B型肝炎・C型肝炎などの肝臓の病気になることがあります。肝炎ウイルス感染の有無は、血液検査で調べます。一生に1度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。

市内在住で40歳(昭和51年4月1日～52年3月31日生まれ)の方、または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方 問問診・血液検査 ▼実施医療機関 市内指定医療機関 ▼受診方法 ①40歳で東久留米市の国民健康保険に加入している方=特定健診の案内通知に「肝炎ウイルス検診受診券」を同封します②40歳で被用者保険などに加入している方=5月下旬に「肝炎ウイルス検診受診券」を、個別通知しました③41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方=「東久留米市肝炎ウイルス検診票」が必要です。検査日までに余裕をもって健康課特定健診係 477・0013へ申し込んでください ▼受診期間 東久留米市の特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象となる方は、各健診該当月に同時に受診してください。被用者保険などに加入している方は、6月～10月に受診してください 費無料 備同係

ロコモティブシンドローム

予防講演会 「ロコモ予防で健康長寿」

～元気ですてきな明日のために～ 骨や関節、筋肉などの機能が低下し、日常生活の動作が困難になる状態を「ロコモティブシンドローム(ロコモ)」と言います。ロコモは急に起こるものではなく、40歳代を過ぎたころから始まると言われています。まずは、ロコモを知ってロコモ予防を始めましょう。

講演会

日6月17日(金) 午後1時半～3時 場市民プラザホール 定先着100人 師市医師会副会長で子田整形外科院長の子田純夫氏 申当日直接会場へ

運動実践講座

日6月29日(水) 午前10時～正午 場わくわく健康プラザ 定65歳未満の方 定先着20人 師健康運動指導士の三津間拓也氏 申日6月1日(水) から電話で健康課保健サービス係 477・0022へ

第73回市民のための医療講座

知っていますか? 新興感染症・再興感染症～ジカ熱、デング熱、エボラ出血熱から非定型抗菌症まで～

日6月25日(土) 午後2時～4時 場市役所7階701会議室 内師講演1=「新興・再興感染症の基礎知識～ジカ熱から結核まで～」講師は石橋クリニックの角泰人氏 ▼講演2=「いま増えている非定型抗菌症」講師は複十字病院呼吸器内科臨床研究アドバイザーの倉島篤行氏。司会は市医師会会長の石橋幸滋氏 定先着100人 費無料 申当日直接会場へ 備健康課保健サービス係

477・0022



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

☆サロンフレンズ=日6月8日(水) 午前10時15分～11時半 備高齢者と幼児のほのぼの触れ合いタイム(読み聞かせ・手遊び) 備幼児

☆折り紙教室=日8日(水) 午後3時～4時半 備幼児～小学生 師大泉光子氏 備親子で参加できます

☆将棋教室=日11日(土) 午後3時～4時50分 備小学生～高校生年代 師中井孝雄氏 備親子で参加できます

☆わらべうたスマイル講座=日14日(火) 午前10時半～11時半 備遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談や話し合い 備0歳児とその保護者 師原悠子氏 申当日受け付け

☆ベビーマッサージ=日15日(水) 午前10時半～11時半 備マッサージで母子のコミュニケーションを深めます 備2カ月～6カ月児とその母親 定先着8組 師鈴木あゆみ氏 持バスタオル 申日6月1日(水) 午前9時から(電話可)

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆幼児のつどい=日6月2日(木)が「リズム遊び」。11日(土)が「お父さんといっしょ」。時間はいずれも午前10時半～11時半 備幼児

☆赤ちゃんといっしょスマイルタイム=日3日(金) 午前10時半～11時 備助産師による子育ての話、情報交換など 備0歳児とその保護者 申当日直接会場へ

☆おはなし会=日7日・14日のいずれも火曜日、午後4時から 備素話、絵本の読み聞かせ、手遊び 備小学生 師おはなしくぬぎ

☆トランポリンの日=日15日(水) 午後2時から 備小・中学生 備跳びやすい服装で

☆夏まつり=日7月2日(土) 午後0時40分～3時 備小・中学生によるお店、ゲーム、食べ物など 備小・中学生 日6月4日(土) 午前9時から、参加券(1枚100円、先着200枚)を頒布。払い戻しはできません。 ※当日は準備・片付けのため閉館します。

ひばり (ひばりが丘 8-11) 電話464・9300

☆ひばりまつり工作=日6月1日(水)～20日(月)の閉館時間中 備ひばりまつりを飾るちょうちんを作ろう 備小学生 申当日受け付け

☆幼児のつどい=日2日(木) 午前10時半～11時15分が2歳～4歳児(あひる)。9日(木) 午前10時半～11時10分が1歳児(うさぎ) 備「小麦粉粘土遊び」

☆工作の日=日5日(日) 午前10時

～午後3時 備スライムを作ろう 備小学生 申当日受け付け

☆マジックの日=日11日(土) 午後3時～3時45分 備間近で手品を見よう。タネも教えてくれるかも 備小学生 定先着30人 師マジックBOX 申受け付け中(電話不可)

☆びよびよママの会=日15日(水) 午前10時～11時半 備助産師による体重測定・育児相談 備0歳児とその保護者 備きょうだいの保育あり(定員2人。1週間前～前日に要予約) 申当日受け付け

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆オセロ大会=日6月1日(水) 午後3時半～4時50分 備小学生 申当日受け付け

☆幼児のつどい=日6月2日が「あじさいメモケース作り」。2歳～4歳児。9日が「うんどう遊び」。1歳児。いずれも木曜日の午前10時半から

☆赤ちゃん広場=日6月8日が「助産師による体重測定、育児相談」、講師はひがくるめ助産師会。15日が「親子のコミュニケーションワークとティータイム」、講師は炭田契恵子氏、飲み物持参。いずれも水曜日の午前10時半～11時半 備0歳児とその保護者 申当日受け付け

☆バスケの日=日11日(土) 午後3時から 備バスケットボールの練習、ミニゲーム 備小学生 備上履き、タオル 申当日受け付け

☆なつまつり=日7月2日(土) 午後1時40分～3時45分(1時半から受け付け) 備ゲーム、お化け屋敷、食べ物コーナー、工作など 備4歳児(保護者同伴)～高校生年代 備参加券、靴袋、荷物を入れる袋 備子どもスタッフ(小学2年生以上)を募集。6月1日(水) 午後3時半から受け付け 申日6月12日(日) 午前10時から参加券(1枚100円。先着200枚)を頒布(電話不可)。 ※当日は準備と片付けのため閉館します。



子育て

子どもショートステイのご案内

子育て中の方が、病気、出産、冠婚葬祭、育児疲れなどで一時的にお子さんの養育に困ったときに利用できます。

備利用日数・時間は次の通り。①宿泊=1回につき6泊7日まで。原則、午前10時～翌日午前10時 ②日帰り=原則午前10時～午後8時 場市が委託している近隣市の児童養護施設 備1歳6カ月児～小学6年生 定1日2人以内 費①が、1泊につき2歳児以上3,500円、2歳児未満4,000円。②が、1回につき2歳児以上2,500円、2歳児未満3,000円。なお、生活保護世帯、市民税・都民税非課税世帯は免除あり。食費は1食につき400円(実費) 申日利用希望日の7日前までに(緊急の場合を除く)、子ども家庭支援センター 471・0910へ

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。

☆なかよし広場=日6月17日(金) 午前10時～11時半 場第十小学校 備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 備0歳～5歳児とその保護者 備スリッパ 申当日直接会場へ徒歩か自転車でお越し



図書館へ行こう

6月の図書館休館日

6月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)は、全館休館です。中央図書館は21日(火)も休館します。

備中央図書館 475・4646

大人が楽しむおはなし会

いろいろな国のおはなしを楽しみます。

日①6月7日(火) ②18日(土) いずれも午前10時半～正午 場①が中央図書館2階集会所 ②が西部地域センター3階第2・3講習室 備大人向け。 ※未就学児は参加できません。 定30人 費無料 申当日直接会場へ 備①についてが中央図書館 475・4646、②についてが滝山図書館 471・7216

よもう! あそぼう! かがくの本「色のふしぎをさくろう」

赤・青・黄色の光を混ぜたり、カラフルなこまを回して、色の変化を調べます。

日6月19日(日) 午前10時半～11時半 場東部地域センター1階講習室 備幼児(保護者同伴)～小学生 費無料 申当日直接会場へ 備東部図書館 470・8022



スポーツ

ニュースポーツデー

～スポーツ推進委員会

日6月11日(土) 午前10時～午後4時 場スポーツセンター 備ミニテニス、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 備上履き 申当日直接会場へ 備生涯学習課スポーツ振興係 470・7784

クライミングウォール使用認定会

日6月17日(金) 午後7時～9時 場スポーツセンター 備高校生年代以上で、リードクライミング技術を習得し、グレード5.10前半程度が完登できる方 定10人 費1,300円(施設使用料・保険代など。当日集金します) 備認め印、用具を持っている方は持参してください 備判定員は市山岳連盟 申日6月13日(月)までに電話で市体育協会 470・2722へ(未成年者は保護者の同意が必要です) 備同協会

着衣泳教室

～水難事故から命を守る～

～スポーツセンター主催

衣服のまま水に落ちてしまったら、どのように対応すべきか体験します。

日6月26日(日)午前9時半～11時

場スポーツセンタープール 小学生以上 定先着20人 費500円 持水着、水泳帽、タオル、衣服(長袖・長ズボン)、靴(洗ったもの)、空きペットボトル(2ℓ)

日6月1日(水)から同センターへ直接申し込みを同センター ☎470・7900。 ※当日の午前9時～正午は貸し切り利用のため、同センタープールの一般開放は中止します。正午から開放します。

第47回市民ソフトバレーボール大会

～市ソフトバレーボール連盟主催

日7月3日(日)場スポーツセンター

中学生以上で市内在住・在勤・在学の方 同連盟・細川 ☎090・5540・3065へ

ジュニア育成事業「剣道教室」

～都・都体育協会・市体育協会主催、市剣道連盟主管

青少年健全育成のため、日本古来の伝統文化である剣道を体験・習得し、強い精神と身体をつくりま

す。 日全10回。7月10日、8月7日、9月18日、10月2日、11月6日のいずれも日曜日、午後2時からと、7月24日、8月28日、9月4日、10月23日、11月27日のいずれも日曜日、午前9時から

場スポーツセンター 市内在住・在学の小学～高校生 費無料 運動ができる服装で 当日直接会場へ 同連盟・清水 ☎090・6516・2627

お知らせ

防犯灯の維持管理費に補助金を交付します

市では、防犯灯や装飾灯を管理している自治会や商店会に対して、上半期(27年12月1日～28年5月31日)に掛かった費用(電気料金・取り替え経費(LED器具への取り替えを除く))を補助します。

6月14日(火)までに、必要書類を持参の上、管理課(市役所5階)へ申請してください。提出が遅れると、補助金の交付が遅れる場合がありますので、ご注意ください。なお、郵送での申請はできませんので、ご了承ください。

同課道路河川施設担当 ☎470・7767

保育付き家庭教育講座

「子育てに活かす心理学」

「私ってどんな人かしら」「触れ合っていてなんだろう」など、悩むことはありませんか。実習を通して学びます。

日全3回。①7月1日「私ってどんな人?」②8日「上手なほめ方・叱り方」③15日「なぜ私は、つい子どもに怒ってしまうのか?」。いずれも金曜日の午前10時～正午 生涯学習センター 市内在住・在勤・在学の方。関心のある方 定先着30人 師日本心理学会認定心理士で交流分析士インストラクターの高橋好氏 費無料 満1歳6カ月～未就学児の保育あり(先着10人。6月20日(月)までに要予約) 日6月1日(水)から電話またはファクスで市文化協会 ☎477・4700(ファクス同。電話受け付けは第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)へ。ファクスの場合は講座名・氏名・住所・電話番号・保育の有無(有りの場合は、お子さん

の氏名と年齢)を記入の上、送信してください

社会教育活動団体の主催者の皆さん

「主催者賠償責任保険」にご加入ください

市では、社会教育活動を実施する際に、主催者(責任者や指導者など)が、安心して活動できるよう「社会教育活動主催者賠償責任保険制度」を実施しています。

日7月1日(金)午後4時～29年7月1日(土)午後4時

補償内容 ①対人・対物などの損害てん補限度額=1事故につき2億円(免責0円) ②人格権侵害てん補限度額=1事故につき100万円(免責1,000円) ▼補償対象 ①主催者の過失により生じた事故などに対する損害賠償②万が一裁判になったときの訴訟費用 ③次の①～⑤の活動を行う団体の主催者。①子ども会②スポーツ③社会教育④社会奉仕⑤青少年健全育成。 ※主催者の半数以上が市内在住・在勤・在学の方で構成される場合に限り。 日掛金は全額市が負担します 日土曜・日曜日を除く6月1日(水)～17日(金)の午前8時半～正午と午後1時～5時に、代表者の認め印、団体の会則・規約、主催者の名簿を持参して、生涯学習課(市役所6階)へ 同課生涯学習係 ☎470・7784

第221回市民プラザロビーコンサート

～Good Music for You 珠玉の名曲集～

日6月18日(土)午後2時～3時 場市役所1階屋内ひろば 出演=THE GM4 ▼主な曲目=「地中海の舞踏」「雨降りお月さん」ほか 費無料 当日直接会場へ 同市民プラザ ☎470・7813

くるくるチャンネル

「出張サポート」のご案内

東久留米市民の情報サイト「くるくるチャンネル」では、当サイトへの登録の仕方や、記事の作り方、写真の掲載方法など、皆さんへの出張サポートを行っています。新規登録も行っていますので希望する方はお越しください。

日6月4日・25日のいずれも土曜日、午後1時～3時 場市役所1階屋内ひろば くるくるチャンネル事務局 ☎457・3000または生活文化課 ☎470・7738

多摩パブリック法律事務所

創立8周年記念無料法律相談会

弁護士による無料法律相談会を行います。不動産関係、相続、離婚、成年後見、労働問題、刑事事件、債務整理など、気軽にご相談ください。

日6月25日(土)午前10時～午後4時 場多摩パブリック法律事務所(立川市曙町二丁目) 定先着48人(事前予約制) 日6月6日(月)から同事務所 ☎042・548・2450(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時半～午後7時)へ

第1回語り部講演会

～多磨全生園「人権の森」を考える～

ハンセン病に関する正しい理解を促すとともに、同園における100年余の歴史や入所者の手によって植樹されてきた森、豊かな緑を後世に残していく「人権の森構想」について考える機会として、語り部講演会を開催しま

す。主催は東村山市。 日6月11日(土)午後1時半～4時(1時開場) 場東村山市市民ステーション「サンパルネ」コンベンションホール(東村山市野口町1-46) 日普及啓発DVD「ひいらぎとくぬぎ」の上映、同園入所者自治会長の佐川修氏による「語り部」講演 定先着100人 費無料 当日直接会場へ 同東村山市企画政策課 ☎042・393・5111

多摩小平保健所

健康づくり調理師研修会のお知らせ

日6月28日(火)、7月6日(水)の2日間 日7月21日(木)・26日(火)の2日間。いずれも午後2時～4時 場多摩小平保健所 日「食品衛生～食中毒を起こさないために～」日「都民が飲食店に求める食からの健康づくり」日「見て楽しい食べておいしいベジデコ～可愛く野菜を飾りましょう～」 日飲食店などで調理業務に携わっている方 日ベジフルデザイン株式会社代表取締役社長の佐々木久美子氏、保健所職員 費500円 日6月21日(火)まで 日7月14日(木)までに、電話で同所生活環境安全課保健栄養担当 ☎042・450・3111(内線244)へ

多摩六都科学館

ロクトサイエンスレクチャー

「西遊記に見る星空」

孫悟空が活躍する「西遊記」には、たくさんの「星」が登場しています。西遊記にまつわる星や東洋星座について、高柳館長がお話します。

日6月18日(土)午後5時10分～6時10分 日小学5年生以上(小学生は保護者と参加) 定150人(応募者多数の場合は抽選) 師多摩六都科学館館長の高柳雄一氏 費大人500円、高校生以下は無料 日6月6日(月)までに(必着)、同館ホームページから、または、はがきにイベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、同館宛て郵送を 日同館 ☎469・6100

第25回ふれあい市民カラオケ大会

日ごろ鍛えた自慢ののどで、世代間交流をしてみませんか。コンテストではありませんので、気軽に応募してください。入場のみも可能です。

日7月23日(土)午前9時半から 場生涯学習センターホール 定100人(応募者多数の場合は抽選) 費無料 日6月20日(月)までに(必着)、往復はがきに「ふれあいカラオケ大会参加希望」と明記し、個人・グループの別と曲名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、〒203-0052、幸町4-4-3、「生きがい健康の会」事務局・野村とし子宛て郵送を 日同事務局・岡



この夏は美しい空気と緑に包まれた榛名湖へ

7月31日(日)に榛名湖で「第4回榛名湖リゾート・トライアスロンin群馬」が開催されます。

「バイク」「ラン」からなる複合競技で、とても過酷なスポーツであるとともに、大変見応えのあるレースでもあります。今大会は、ビギナー、スタンダード、リレーのほか、キッズ、ジュニアのカテゴリーが新設されました(参加者の募集は終了しています)。

この夏は、都会の厳しい暑さを避け、美しい空気と緑に包まれた標高1000mを超える榛名湖で、過酷なレースに挑戦する選手たちに声援を送ってみたいかがでしようか。

詳しくは榛名湖リゾート・トライアスロンin群馬実行委員会事務局 ☎027・374・6715(大会公式ホームページ <http://hazunama.jp>)へ(高崎市榛名支所地域振興課)

トリアスロンは「スイム」「バイク」「ラン」からなる複合競技で、とても過酷なスポーツであるとともに、大変見応えのあるレースでもあります。今大会は、ビギナー、スタンダード、リレーのほか、キッズ、ジュニアのカテゴリーが新設されました(参加者の募集は終了しています)。

この夏は、都会の厳しい暑さを避け、美しい空気と緑に包まれた標高1000mを超える榛名湖で、過酷なレースに挑戦する選手たちに声援を送ってみたいかがでしようか。

す。主催は東村山市。 日6月11日(土)午後1時半～4時(1時開場) 場東村山市市民ステーション「サンパルネ」コンベンションホール(東村山市野口町1-46) 日普及啓発DVD「ひいらぎとくぬぎ」の上映、同園入所者自治会長の佐川修氏による「語り部」講演 定先着100人 費無料 当日直接会場へ 同東村山市企画政策課 ☎042・393・5111

家事のお手伝い「ふれあいサービス」をご利用ください

～住民同士の助け合い活動で地域のつながりづくり～

市社会福祉協議会では、会員同士(年会費あり)の助け合い活動として、高齢者や障害者、産前・産後の方を対象に家事や買い物、付き添いなどのお手伝いをしています。

利用料金と協力者謝金=いずれも1時間につき800円～1,000円 ▼利用したい方=まずはお電話ください。担当職員が訪問します ▼協力できる方=協力者説明会にご参加ください ▼協力者向け説明会=日6月16日(木)午前10時～正午 日7月8日(金)午後1時半～3時半 場わくわく健康プラザ協議会議室 日登録希望者の顔写真(4cm×4cm)1枚 日土曜・日曜日を除く前日の午後5時15分までに、同協議会地域福祉担当 ☎473・0294へ

ガイド

第11回「みどり香るまちづくり」企画コンテスト

住みよい香り環境を創出しようとする地域の取り組みを支援するため、香りの樹木・草花を用いて、街区・近郊地区などの「みどり香るまちづくり」を演出する企画を募集します。

日応募要件=①香りの樹木・草花などを使用する企画であること ②今後実施を想定しており、植栽場所を確保している企画であること(既の実施している事業については、植え替えや拡大などを想定している事業であること) 日6月5日(日)～10月7日(金)に環境省ホームページ(http://www.env.go.jp/air/akushu/midori_machi/index.html)を参照の上、申し込んでください 日詳しくは同省大気環境課 ☎03・5521・8299

「浸水への備え」をお願いします

都下水道局では、雨期に向かう6月を「浸水対策強化月間」と定め、皆さんに浸水の備えをお願いしています。

道路の雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が雨水管に流れ込まず、浸水の危険性が高まります。雨水ますや側溝にごみを入れたり、上に物を置いたりしないようにしてください。

また、「東京アメッシュ(<http://to-kyo-ame.jwa.or.jp/>)」で、降雨情報を提供しています。

日同局流域下水道本部 ☎042・527・4828