

# くらしの情報の情報

くらしの情報は4面から始まり3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	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）

人口と世帯<平成29年8月1日現在> 人口116,870人（うち外国人1,882人）／前月比10減 【表記の凡例】 日日時 場場所 内容 対象 定員 講師 費用 持ち物 ご注意 その他 申し込み 問い合わせ

## けんこう

### お子さんの予防接種

◎麻しん、風しん

麻しん（はしか）、風しんは人から人へ感染しやすく重症化する場合もあり、予防接種を2回することで予防効果が高まります。29年度は、次の対象者へ個別通知を発送します。

第1期=28年4月1日～29年3月31日生まれの方▼第2期=23年4月2日～24年4月1日生まれの方第1期分は1歳の誕生月に、第2期分は4月上旬に、それぞれ個別に通知します健康課予防係☎477・0030

### 1歳6カ月児健診

8月24日（木）午後0時半～1時半受け付け場わくわく健康プラザ28年1月24日～2月23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

### 子ども相談

8月30日（水）午前9時半～午後3時場わくわく健康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当日直接会場へ健康課保健サービス係☎477・0022へ

### 3歳児健診

8月31日（木）午後0時半～1時半受け付け場わくわく健康プラザ26年7月11日～8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

### 9月のプレ・パパママクラス

9月16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、交流会=4日（月）午後0時半～4時

◎プレママクッキング=12日（火）午前9時半～午後2時妊婦中の栄養と食事の話、調理実習500円（食材費）

◎お風呂の入れ方、妊婦疑似体験、交流会=16日（土）午後0時半～4時

◎妊婦歯科健診=26日（火）午後1時15分～3時

《共通事項》場わくわく健康プラザおおむね妊娠16週以降の方とその夫

25組（応募者多数の場合は、初産の方を優先）4回で1コース。ただし1日のみの参加も可電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

## 子育て

### 子ども家庭支援センター

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=9月5日（火）午前10時～正午乳幼児とその保護者先着20組裁縫箱、はさみ他保育はありません8月28日（月）午前10時から同センターへ

☆わくわく赤ちゃん広場「ねんねの会」=9月6日（水）午前10時～11時半6カ月未満児とその保護者バスタオル他保育あり（先着3人）。8月15日（火）から受け付け当日直接会場へ

☆なかよし広場=9月8日（金）午前10時～11時半本村小学校内育児の情報交換をしたりボランティアと一緒に遊びましょう0歳～5歳児とその保護者スリッパ当日直接会場へ

### センター上の原

☆おはなし広場=8月28日（月）午前11時～11時半乳幼児向けの読み聞かせや遊び当日直接会場へ

☆赤ちゃん広場=9月1日（金）午前10時～11時半おしゃべりをして、ストレスを解消しましょう。体重測定や育児相談を受けます。今回は栄養士による相談も受けます0歳児とその保護者バスタオル当日直接会場へ

☆ちびっこ育児講座=9月8日（金）午前10時～11時半遊び・生活・しつけなど、子育ての悩みを話し合い、一緒に考えましょう1・2歳児とその保護者先着10組他保育あり9月1日（金）午前10時から同センターへ

☆育児講座「親子でわくわくヨガ体験」=9月20日（水）の午前10時10分～10時40分が1人でお座りできる月齢～よちよち歩きができる乳児とその保護者。11時～11時半が、しっかり

歩ける月齢～2歳6カ月児とその保護者生涯学習センター和室各回先着15組師ベビーマッサージ協会キッズヨガ認定講師の渡辺直子氏8月30日（水）午前10時から同センターへ

## 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

☆滝山サロン=8月17日が「英語で遊ぼう」、24日が「リトミック」。いずれも木曜日の午前10時半～11時半乳幼児とその保護者

☆おはなし会=9月19日（土）午後2時からが幼児、2時半からが小学生絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☆夏休み映画会=20日（日）午後1時半から「ファインディングニモ」他幼児～高校生年代開催時間中は育成室、遊戯室の通常利用はできません当日受け付け

☆環境整備の日=30日（水）午後4時から児童館をきれいにしよう幼児（保護者同伴）～高校生年代

☆ベビーマッサージ（父親向け）=9月9日（土）①午前10時～10時40分②10時50分～11時半2カ月～6カ月児とその父親各回先着6組（①は初回の方優先）師鈴木あゆみ氏バスタオル動きやすい服装で8月28日（月）午前9時から受け付け（電話可）

☆臨時閉館のお知らせ=8月26日（土）・27日（日）は「滝山・前沢みんなの夏祭り」のため閉館します

### 中央

☆工作の日=8月16日（水）～19日（土）の午後1時半から小・中学生みんなで作ってあそぼう！ホッケーとバズーカ

☆囲碁教室=16日（水）午後3時から小・中学生師東久留米市囲碁連盟

☆オセロ大会=21日（月）午後2時からトーナメント戦小学生当日

日受け付け  
☆将棋教室=23日（水）午後3時から小・中学生師東久留米市将棋研究会  
☆ネットの日=25日（金）午後3時から小学生

### けやき

☆ドッジボールの日=8月16日（水）午後3時から小学生当日受け付け

☆将棋の日=23日（水）午後3時から小学生以上当日受け付け

☆中高生年代バドミントン大会=25日（金）午後5時半から中学・高校生年代当日受け付け

☆中高生年代クッキング=29日（火）午後5時半からラーメンを作って食べよう中学・高校生年代エプロン、三角巾、マスク、タオル当日受け付け（電話不可）

☆リラクゼーションヨガ=9月6日（水）①午前10時20分～10時50分②11時～11時半（①と②は同じ内容）子ども連れでできるヨガ乳幼児とその保護者各回先着15組師aki氏長めのタオル・飲み物妊娠初期の方はご遠慮ください他動きやすい服装で8月23日（水）午前9時から受け付け

### ひばり

☆バドミントン大会=8月16日（水）午後3時半から小学4年～6年生当日受け付け中

☆中高生年代バス大会=19日（土）午後5時半から中学・高校生年代当日受け付け中

☆子ども会議=21日（月）午後3時半から児童館の遊びなどについての意見交換小学生当日受け付け

☆中高生年代会議=25日（金）午後5時半からボランティア活動、飲食の仕方について中学・高校生年代当日受け付け

☆環境整備の日=30日（水）午後3時半から児童館をきれいにしよう4歳児（幼児は保護者同伴）～高校生年代当日受け付け



## ごみ収集カレンダー

ごみと資源物は決められた収集日の当日、午前8時半までに出してください。土曜・日曜日の収集はお休みです。小型廃家電類を除く全品目が戸別収集です。

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。

【東地区】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、南沢、中央町

東地区  
【月曜日】容器包装プラスチック・PETボトル  
【火曜日】燃やせるごみ・びん  
【水曜日】燃やせないごみ・有害ごみ  
【木曜日】缶・紙類・布類  
【金曜日】燃やせるごみ・びん

【西地区】小山、幸町、前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生

西地区  
【月曜日】燃やせるごみ・びん  
【火曜日】容器包装プラスチック・PETボトル  
【水曜日】燃やせないごみ・有害ごみ  
【木曜日】燃やせるごみ・びん  
【金曜日】缶・紙類・布類

## 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。  
8月20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）

8月27日＝石橋クリニック（東本町8-9、☎477-5566）

【歯科】  
8月20日・27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）

8月20日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473-3311）

8月27日＝前田病院（中央町5-13-34、☎473-2133）

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	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	29	30

### 「平和の千羽鶴」へのご協力ありがとうございました

2017東久留米市平和事業「平和の千羽鶴」作製に、多くの市民の皆さんのご協力を頂きありがとうございました。  
皆さんの平和への願いを込めた千羽鶴を、市長のメッセージとともに、原爆被爆地である広島市と長崎市に届けました。  
今後も市の平和事業にご協力をお願いします。  
閩総務課庶務担当 ☎470・7714



「皆さんの平和への願いが込められた「平和の千羽鶴」

【表記の凡例】 日日時 場所 内容 対象 定員 講師 費用 持ち物 注意 その他 申し込み 問い合わせ

### 4面からつづく

## 図書館へ行こう

### 紙芝居スペシャル

夏のお話や民話など、夏休みの最後を紙芝居で楽しみませんか。協力は東久留米紙芝居サークルいずみ。

☎8月30日(水) 午前11時～正午  
中央図書館1階視聴覚ホール 幼児～小学校低学年 無料 当日直接会場へ  
☎同館 ☎475・4646

### よもう! あそぼう! かがくの本「かざんのはなし」

科学の絵本の読み聞かせです。今回のテーマは「火山」です。富士山をはじめとした日本や世界の火山の紹介、爆発したときの災害、人々の暮らしや自然界に与える影響など、実験を交えながら楽しく学びます。協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとはんと」。

☎9月3日(日) 午前10時半～11時半  
中央図書館1階視聴覚ホール 小学生 先着30人 無料 当日直接会場へ  
☎同館 ☎475・4646

## スポーツ

### かげやま 蔭山さんのバレーボール教室～スポーツセンター主催

男子バレーボール元日本代表の蔭山弘道氏のバレーボール教室です。

☎9月18日(祝) 午前10時～正午  
スポーツセンター 市内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 先着80人 無料 電話または直接同センター ☎470・7900へ

「市民伝言板」後期分は  
9月1日(金)から受け付けます  
広報ひがくるめ「市民伝言板」の後期分(29年10月15日号～30年4月1日号)の受け付けは、9月1日(金) 午前8時半から秘書広報課(市役所4階)で行います。  
☎同課 ☎470・7708

### シニアスポーツ振興事業

①ターゲットバードゴルフ体験教室  
～都・都体育協会・市体育協会主催、市ターゲットバードゴルフ協会主管  
ゴルフクラブ1本で18ホールを回るミニゴルフです。健康維持・増進に最適なスポーツです。

☎9月26日、10月3日・10日のいずれも火曜日、午前9時半～正午(予備日は10月17日) 滝山球場 60歳以上の方 無料 用具は貸し出します。運動靴で参加を 当日直接会場へ 市体育協会 ☎470・2722 または ターゲットバードゴルフ協会・児玉 ☎422・3848

### ②ユニカール教室～市ユニカール協会主催

氷上ではなく、カーペット上のカーリングです。適度な運動量のシンプルで奥深いニュースポーツです。誰でも手軽にすぐ楽しめます。

☎10月7日(土)・21日(土)、11月4日(土)のいずれも午後1時～4時、29日(水) 午前9時～正午 青少年センター 市内在住の方 無料 運動靴、飲み物 軽運動ができる服装で 市体育協会 ☎470・2722へ

### 誰でもエアロビクス教室

日ごろの運動不足を解消しませんか。まずは気軽に体を動かしましょう。

☎全10回。10月3日～12月5日の毎週火曜日、午前9時半～10時半(予備日は12月12日) 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) 30人(応募者多数の場合は抽選) 費3,500円(施設使用料、保険代など) 8月31日(木)までに(必着)、往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号、在勤の方は勤務先(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内、市体育協会事務局宛て郵送を 同協会事務局 ☎470・2722

## お知らせ

第34回市民によるコンサート「こどものためのミュージックパーティー」  
☎8月27日(日) 午前10時半～11時

45分 南部地域センター講習室 地域の子どもたちで作るコンサート、子どもたちの演奏、刺しゅう・フラワーアレンジメントの展示、楽器体験。プロの演奏もあります 子どもの出演者・スタッフを8月20日(日)まで募集中です 同センター ☎451・2021

### 29年度市民プラザ塾連続講座

☎9月8日が「武蔵野の寺院浄土院」29日が「昔の下里村～江戸時代から戦後の高度経済成長まで～」30日6日が「下里のむかし道」40日6日が「くるめの畳屋の今と昔」。いずれも金曜日の午後2時～4時。50日8日(日)が自由参加の講座「むかし道散策下里地区」、時間などは後日お知らせします 市民プラザ会議室 先着25人 小杉正喜氏、島崎宣治氏、井上卓氏、高野良一氏 費1,500円(①～④分、資料代を含む)。⑤は無料 8月20日(日) 午前10時から、参加費を持参の上、直接市民プラザへ(電話不可)。⑤は当日直接会場へ 同プラザ ☎470・7813

### 多摩六都科学館

#### ロクトサイエンスレクチャー

①「このパズル、解けるかな?～ゲーデルとチューリングの超数学～」  
どんなパズルや難問も、いつか必ず解けるものでしょうか。不完全性定理の研究で知られる講師と、「解けないパズル」について考えてみませんか(高校生以上の内容を含みます)。

☎9月2日(土) 午後2時～3時半  
小学4年生以上 東北大学大学院理学研究科教授の田中一之氏 費400円(材料費)、入館料500円(高校生以下の参加者は入館料無料)

②「しきつめパズルのひみつ～テセレーションのデザイン～」

同じパターンの繰り返しを使って敷き詰めるパズルや床や壁のタイルは、どのように作るのでしょうか。デザインの考え方や作品の事例を紹介します(中学生程度の内容です)。

☎9月3日(日) 午前11時～午後0時半、午後2時～3時半の2回 小学生以上 日本テセレーションデザイン協会の荒木義明氏 入館料500円(高校

生以下は入館料200円)

《①・②共通事項》 多摩六都科学館科学学習室 各回48人(応募者多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を送付します) 8月23日(水)までに(必着)、はがきにイベント名・開催日(②の場合は希望の時間も)・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を記入の上、〒188-0014、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館宛て郵送または同館ホームページ(<http://www.tamarokuto.or.jp/>)から申し込みを 同館 ☎469・6100

### 東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会

～地域で子育ての助け合い～  
利用者、協力者合同の説明会です。保育園・学童保育所の送迎、子育て中のリフレッシュ、子どもを預けて用事を済ませたいなど、子育て中のお困りを市民の協力者がサポートする有償の地域の助け合い活動です。協力者も募集中。地域の子育てお助け隊として活動しませんか。利用希望者、協力希望者は、説明会に参加してください。

☎8月22日がわくわく健康プラザ協議室 9月5日が東部地域センター会議室2。いずれも火曜日の午前10時から、約1時間半 入会希望者(保護者)の顔写真 保育あり(土曜・日曜を除く3日前までに要予約) 当日直接会場へ 同サポート・センター ☎475・3294

### 歳末たすけあい募金地域福祉活動補助金第2回申請事業を募集します

「より安心して心豊かに暮らせる地域づくり」に向けて、市民が自主的に取り組む活動に対し、その経費の一部(補助対象経費の3分の2まで)を補助する「平成29年度歳末たすけあい募金地域福祉活動補助金(第2回)」の申請事業を募集します。詳細は募集要項でご確認ください。

☎9月12日(火) 午後5時まで、市社会福祉協議会事務局、中央町地区センターで 9月12日(火) 午後5時までに(必着)、同協議会地域福祉担当 ☎475・0739へ

# 市民伝言板

## 会員募集

◆東久留米市ラジオ体操連盟 毎日午前6時10分～7時、向台広場 本村小学校など6カ所 会費年1200円。初心者歓迎。正しいラジオ体操、練功十八法を身に付け健康維持。詳しくは対馬 ☎471・5742へ。

◆不登校の子どもの居場所(NPO法人オニバスの居場所) 毎週月曜・水曜・金曜日の午前10時～午後2時 前沢の集会所(前沢2ノ1ノ41)で。参加費1回500円。学校に行かない子どもが集まる居場所。フリースペース。詳しくは草刈 ☎080・6568・3757へ。

◆フラダンス(ララ・カプアウイ) 月3回。水曜日午後6時～7時 市民プラザ他で。入会金3000円、会費月3000円。子どもフラダンス(幼稚園児から)。体験1回500円(要予約)。詳しくは河田 ☎090・4412・2544へ。

◆Mスポーツ新体操 毎週金曜日午後3時半～7時 他、わくわく健康プラザ他で。会費月4500円。学年別に手具操作などを練習し、祭りや試合に楽しく参加しています。詳しくは黒澤 ☎90・1200・6599へ。

◆混声合唱団(セントポリア音楽学院) 毎週土曜日午後6時～9時 東部地域センター 他で。会費月3000円。18歳以上の方。初心者歓迎。合唱の好きな方と一緒にやりませんか。詳しくは中西 ☎473・6566へ。

◆滝山マンドリンアンサンブル第33回コンサート(東久留米滝山マンドリンアンサンブル) 9月23日(祝) 午後2時開演(1時半開場)、生涯学習センターホールで。入場料無料。演奏曲は、「ワシントンポスト」「セレナータ」「武蔵野の春」「スペイン狂詩曲」など。詳しくは高橋 ☎472・1315へ。

◆巨匠道徳体験する会(七曜会) 8月27日(日) 午後2時40分～3時40分と30日(水) 午前9時40分～10時40分、スポーツセンターで。参加費無料。一般男女初心者歓迎。中学生～70歳ぐらいの方。詳しくは阿部 ☎080・5008・9144へ。

◆第41回滝山・前沢みんなの夏祭り(NPO法人東久留米ふれあいの街) 8月26日(土)・27日(日)の午後4時半～8時半、滝山中央通りおよび周辺地域で。参加費無料。駐車場はありません。車の来場はご遠慮ください。交通規制あり。詳しくは横井 ☎080・6729・1163へ。

第41回平成29年8月26日(土)・27日(日)  
滝山前沢 みんなの夏祭り  
26日(土) 三代舞まつり  
27日(日) 阿波踊り  
主催 NPO法人 東久留米ふれあいの街 後援 東久留米市・東久留米市職工会