

くらしの情報の情報

くらしの情報は12面から始まり10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	31		

↓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)

人口と世帯<平成30年4月1日現在> 人口116,869人 (うち外国人2,006人) /前月比71増 【表記の凡例】 日日時 場場所 内容 対象 定員 講師
男57,085人 /前月比13増 女59,784人 /前月比58増 世帯数53,883 /前月比174増 費用 持ち物 注意 その他 申し込み 問い合わせ

けんこう

大人の風しん抗体検査・予防接種費用の一部を助成します

風しんの免疫を持たない女性が妊娠中に風しんに罹患すると、胎児が先天性風しん症候群になる恐れがあります。妊娠を予定している女性や将来的に妊娠を希望する女性は、妊娠前に免疫を持つことが重要です。

市では、風しんの免疫保有状況を確認する抗体検査と、抗体検査の結果、免疫が不十分であった方への予防接種費用の一部を助成しています。

☎31年3月31日(日)まで(医療機関の休診日を除く) 場下表の市内実施医療機関①抗体検査=妊娠を予定または希望する19歳以上の女性②予防接種=抗体検査の結果が低抗体価である19歳以上の女性。 ※風しん含有ワク

チンの予防接種歴が2回以上ある方は、対象外。☎①は下表の医療機関へ予約の上、同機関で申込書に記入し、抗体検査を受けてください。後日、同機関で結果を聞き、低抗体価だった方は予防接種をご検討ください。健康課への申し込みは不要です。②のみを希望する方は低抗体価 (EIA価8.0未満もしくはHI抗体価16倍以下) が確認できる書類を、健康課 (滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内) へ持参してください。その後、下表の医療機関へ予約し、同課で交付する予診票を持って、同機関で接種してください。☎保険証などの本人確認書類、母子健康手帳 (本人の接種歴などを確認するため)、低抗体価の確認書類 (予防接種希望者のみ) ①が無料。②が麻しん・風しん混合ワクチン1,300円 (ワクチンの供給量により、風しんワクチン750円の接種も可能)。 ※生活保護受給者などは無料で接種できますが、受給証明書などの提

出が必要で☎左下表以外の医療機関で接種した場合は、助成を受けられません。☎健康課予防係☎477・0030

お子さんの予防接種

①日本脳炎 (特例措置)

日本脳炎ワクチンの積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逸している場合があります。平成19年4月1日以前生まれで、20歳未満の方は、定期接種 (公費負担) として受けることができます。30年度は次の方を対象に勧奨を行っています。

☎14歳・15歳 (15年4月2日~17年4月1日生まれ) の方=第2期不足分

②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回接種することで予防効果が高まります。30年度は、次の対象者へ個別通知を発送します。

☎第1期=29年4月1日~30年3月31日生まれの方▼第2期=24年4月2日~25年4月1日生まれの方☎第1期分は1歳の誕生日に、第2期分は4月

上旬に、それぞれ個別に通知します

《①・②共通事項》☎対象者で通知が届かない場合は、健康課予防係☎477・0030へ問い合わせてください。☎同係

3~4カ月児健診、産婦健診

☎4月19日(木)午後0時半~1時半 場わくわく健康プラザ☎29年11月20日~12月20日生まれの乳児☎当日直接会場へ☎健康課保健サービス係☎477・0022

献血にご協力ください

☎4月23日(月)午前10時~11時40分と午後1時~4時 場市民プラザホール (市役所1階) ☎本人確認できるもの☎健康課予防係☎477・0030

B C G 予防接種

☎4月25日(水)午後1時半~3時受け付け 場わくわく健康プラザ☎29年11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) ☎次回5月23日(水)でも接種可☎当日直接会場へ☎健康課予防係☎477・0030



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
松岡レディスクリニック	東本町1-3	479・5656
細井医院	東本町4-3	471・0130
おかの内科クリニック	東本町6-15	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9	477・5566
いくせ医院	新川町1-4-18	471・2304
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177
ひばりが丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23	479・7300
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
東久留米なごみ内科診療所	幸町3-11-14	470・7530
おぎき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	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
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460・8502
東久留米おだやかメディカルクリニック	南沢5-17-62、イオンモール東久留米2階	452・5801
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
すずのね内科・神経内科	前沢4-7-11	474・1112
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
長生医院	滝山7-3-17	473・1117
飯田医院	滝山7-15-16	472・8181
大波クリニック	下里7-6-2	473・7355

ごみ収集カレンダー

4月30日(振替休日)のごみ収集は

4月30日は月曜日の休日ですが、通常通りごみの収集を行います。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
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、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です。混雑具合により受付時間がずれる場合があります。

4月15日=東久留米団地診療所 (上の原1-4-11-103、☎471・2628)

4月22日・29日・30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)

【歯科】

4月15日・22日・29日・30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)

休日準夜間診療医療機関 (診療科目・時間等は当日事前にご確認ください)

4月15日・29日=滝山病院 (滝山4-1-18、☎473・3311)

4月22日・30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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

「広報ひがしくるめ」のこの場所に 広告を掲載しませんか

▼発行部数 約5万4,400部 (市内全戸配布) ▼掲載料 1枠 (1号当たり) 4万円 ▼ご注意 広告デザインは広告主で作成していただきます ▼規格 縦98mm×横56mm、カラー刷り ▼掲載号

8月を除く各月15日号 (1月は7日号)

申し込みは、所定の申込書 (秘書広報課 (市役所4階) で配布中) に必要事項を記入の上、〒203-8555、市役所秘書広報課宛て郵送、電子メール (hishokoho@city.higashikurume.lg.jp)、ファクス (470・7804)、または直接同課へ持参してください。

※申込書は市ホームページからも取得できます。

詳しくは同課☎470・7708へ。

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		

**多摩六都科学館
外来種って「ワルモノ」なの？
WWFの人に聞いてみよう**

川や田んぼなどの自然の中に、外来種と呼ばれる生きものたちがいます。外来種が居て困るという話はよく聞くけれど、本当に外来種は「ワルモノ」なのでしょう。

☎4月29日(日) 午前10時半～11時15分と午後2時～2時45分 多摩六都科学館レクチャールーム ☎各回30人 ☎世界自然保護基金ジャパン

(WWFジャパン)のスタッフ ☎入館券500円、4歳児～高校生は200円 ☎小学生3年生以下は保護者同伴 ☎当日開館時からエントランスホールで参加券を配布します ☎同館 ☎469・6100



【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

12面からつづく

子ども相談

☎4月25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 ☎☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

1歳6カ月児健診

☎4月26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9月27日～10月19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

5月のプレ・パパママクラス

5月19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 = ☎7日(月) 午後0時半～4時

◎プレママ・クッキング = ☎15日(火) 午前9時15分～午後2時 ☎☎妊娠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 = ☎19日(土) 午後0時半～4時

◎妊婦歯科健診 = ☎22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 ☎☎先着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

食事相談・健康相談

☎5月8日(火) 午前9時～11時15分 場 わくわく健康プラザ ☎乳幼児期～高齢期の食事や健康に関する個別相談 ☎☎健康診断の結果表、食事記録など ☎☎保育あり ☎☎健康課保健サービス係 ☎477・0022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。

あおぞら (前沢4-25-8) ☎471・7071

☆わんぱくワンダーランド = ☎4月17日(火)・24日(火)の午前11時～11時半 ☎☎触れ合い遊びなど ☎1歳児とその保護者

☆幼児のつどい = ☎☎19日「オリエンテーション、館内探検ツアー」、26日「こいのぼり製作、4月のお誕生日会」、いずれも木曜日の午前10時半から ☎☎1歳～4歳児とその保護者

☆ボルダリングの日 = ☎☎20日(金)・21日(土)・24日(火)・25日(水)のいずれも午後2時半～4時 ☎☎ボルダリング体験 ☎小学生 ☎☎動きやすい服装で ☎☎当日受け付け

☆じどうかんタイム = ☎☎23日(月)

午後3時から ☎☎オセロ大会 ☎☎小学生 ☎☎当日受け付け

中央 (中央町1-10-11) ☎476・2161

第三小学校での児童館事業の開催
同館の大規模修繕工事に伴い閉館中は第三小学校で事業を実施します。

☎4月18日(水)・25日(水)の午後2時半～4時50分と21日(土)・28日(土)の午前9時～正午、午後1時～4時50分 場 第三小学校2階ポプラ教室 ☎☎小学生

☆囲碁教室 = ☎☎18日(水) 午後3時から ☎☎小学生 ☎☎東久留米囲碁連盟

☆幼児のつどい = ☎☎19日「はじめてまして」、26日「こいのぼり作り」、いずれも木曜日の午前10時半～11時半 場 中央第一学童保育所(第三小学校北側隣接) ※中央児童館の大規模修繕工事に伴い閉館中は同保育所で事業を実施します。 ☎☎幼児

☆工作の日 = ☎☎21日(土) 午後1時半からと25日(水) 午後2時半から ☎☎ホイル絵 ☎☎小学生 ☎☎当日受け付け

けやき (大門町2-10-5) ☎474・6653

☆おはなしの日 = ☎☎4月17日(火) 午前11時～11時半 ☎☎絵本の読み聞かせや手遊びなど ☎☎幼児 ☎☎みくろおはなしの会

☆赤ちゃんひろば = ☎☎18日「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、当日受け付け。25日「ベビーマッサージ」、定員先着25組、講師は渡辺直子氏、バスタオル・おむつ・飲み物(母乳可)持参、4月18日(水) 午前9時から受け付け(電話可)。いずれも水曜日の午前10時半～11時半 ☎☎0歳児とその保護者

☆幼児のつどい = ☎☎☎19日「出席カード作りと集団遊び」、2歳～4歳児。26日「こいのぼり作りと4月生まれのお誕生日会」、1歳～4歳児。いずれも木曜日の午前10時半から ☎☎動きやすい服装で

☆リラクゼーションヨガ = ☎☎5月2日(水) 午前10時～10時半 ☎☎子ども連れで参加できるヨガ ☎☎乳幼児とその保護者 ☎☎先着12組 ☎☎aki氏 ☎☎持長めのタオル、飲み物 ☎☎☎妊娠初期の方はご遠慮ください ☎☎☎足先の出る動きやすい服装で ☎☎4月18日(水) 午前9時から受け付け(電話可)

ひばり (ひばりが丘 ☎地8-11) ☎464・9300

☆おはなしの日 = ☎☎4月18日(水) 午後3時45分～4時15分 ☎☎絵本の読み聞かせや素話 ☎☎☎幼児～小学生 ☎☎水曜おはなし会 ☎☎☎当日受け付け

☆幼児のつどい = ☎☎☎19日(木) 午前10時半～11時10分が「こいのぼり工作」、1歳児(うさぎ)、26日(木) 午前10時半～11時15分が「4月誕生会」、2歳～4歳児(あひる)

☆0ちゃんの絵本 = ☎☎25日(水) 午前11時から ☎☎0歳児向けの絵本の読み

聞かせや手遊びなど ☎☎0歳児とその保護者 ☎☎☎当日受け付け

☆交通安全・防犯教育の日 = ☎☎28日(土) 午後3時半から ☎☎☎新学期を迎えるための交通安全と防犯のお話 ☎☎☎同館利用者 ☎☎☎当日受け付け

☆オセロ大会 = ☎☎5月4日(祝) 午後3時半から ☎☎☎小学生 ☎☎4月29日(祝) 午後3時から受け付け

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) ☎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。

☆十小なかよし広場 = ☎☎4月20日(金) 午前10時～11時半 場 第十小学校 ☎☎☎お子さんと遊びながら、育児の情報交換。育児相談も受けます ☎☎☎乳幼児とその保護者 ☎☎☎当日直接会場へ徒歩か自転車での来場を

☆わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」 = ☎☎4月25日(水) 午前10時～11時半 ☎☎7カ月～12カ月児とその保護者 ☎☎☎バスタオル ☎☎☎きょうだいの保育あり。先着3人。4月16日(月) 午前10時から同センターへ ☎☎☎当日直接会場へ

☆手作り布おもちゃの会 = ☎☎5月1日(火) 午前10時～正午 ☎☎☎乳児とその保護者 ☎☎☎20人 ☎☎☎縫い針、はさみ ☎☎☎☎保育はありません ☎☎☎4月16日(月) 午前10時から同センターへ

センター上の原 (上の原1-2-44) ☎420・9011

☆子育て講座「親子でヨガ」 = ☎☎☎5月17日(木) 午前10時からが一人でお座りできる～よちよち歩きができる乳児とその保護者。11時からがしっかりと歩ける月齢～2歳6カ月児とその保護者 ☎☎☎生涯学習センター和室 ☎☎☎☎乳幼児親子と一緒にできるヨガを楽しみましょう ☎☎☎☎各回先着15組 ☎☎☎☎渡辺直子氏 ☎☎☎4月16日(月) 午前10時から同センターへ

お知らせ

英語でしゃべりくるめ
～中学英語でどんどんはずむ英会話～

中学校で学んだ簡単な英語で、あいさつや道案内などときに対応することを学ぶ初級者向けの2回連続講座です。基本のコミュニケーションスキルを学ぶと、外国人と話すことや外国旅行がもっと楽しくなります。英会話に挑戦してみましよう。

☎5月5日・12日のいずれも土曜日、午後6時～8時 場 市民プラザホール ☎☎先着40人 ☎☎☎ウラウライングリッシュ主宰でFIFAワールドカップ通訳、TESOL取得の浦崎友恵氏 ☎☎☎2回で1,000円 ☎☎☎動きやすい服装で ☎☎☎同プラザで受け付け ☎☎☎同プラザ ☎☎☎470・7813

消費生活の正しい知識

SF商法にご注意を

Q. 近くの空き店舗に高齢者が健康講座のような催しで集まっています。友人から日用品が安く買えるから行こうと誘われていますが、行っても大丈夫でしょうか。

A. こうした商法は、1960年代に最初に始めた業者(新製品普及会)の頭文字からSF商法と呼ばれています。

主に高齢者を集め、無料や格安の日用品を配り、会場の雰囲気盛り上げ、一種の催眠状態にして、消費者が冷静な判断力を失った状態で高額商品を契約させることから、催眠商法とも呼ばれています。

空き店舗などで商品を格安販売するなどした上、健康不安をあおるなどして高額商品を売りつけるのが典型的な手口です。「サクラ」を用意し、雰囲気を盛り上げる業者もいます。特定の高齢者に高価な商品を買わせる事例も多く、長期間にわたって大量の商品を購入させる「次々販売」

の被害もあります。高齢者は親切にされると居心地が良くなって繰り返し会場に足を運んでしまう傾向があります。この商法では、消費者が興奮した状態で商品の購入を決定するため、あとで品質・価格などについてトラブルになることがあります。また、臨時の会場で販売するため業者が所在不明となり、返品やアフターサービスなどが受けられないこともあります。この商法は8日間のクーリングオフ(契約の無条件解約)が適用されます。

周りの人達が何か契約していることに気が付いて頭ごなしに注意すると、隠れて会場に通ったり、高額商品の契約を隠したりすることもあるので、自尊心を傷つけないように被害に気付かせることが大切です。無料や格安といった言葉につられて、安易に会場に行かないこと、また、日ごろから必要かどうかよく考えて unnecessaryなものは買わないように心がけることも大切です。

困ったと思ったら、消費者センターに相談してください。

《消費者相談》

●平日の午前10時～正午、午後1時～4時 = 市消費者センター(市役所2階生活文化課内) ☎473・4505

●土曜日の午前9時～午後5時、日曜日、祝日の午前10時～午後4時 = 消費者ホットライン ☎188

親子でリトミック& 大人のための音楽セラピー

「親子でリトミック」と「大人のための音楽セラピー」を同日開催します。

同日開催します。同一講師の下、世代間交流の場として楽しむこともできます

「たのしいうたごえ」 1周年記念特別企画

1周年記念特別企画として「ブルーハワイアンズ」の皆さんをゲストに迎えます。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

第3回お金と暮らしの教養講座 「幸せな老後ライフのために」

今回で3回目となる人気の講座です。生活をしていく上で切っても切れないお金の話。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

終活セミナー

突然やってくるその日のために、残された家族の不安をできるだけ取り除き、安心できるように、知りたい情報をそれぞれのプロから学ぶ全6回の講座です。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

ファミリーeルール講座

「インターネット・スマホ利用時トラブル」「自撮り・JKビジネス被害とその防止策」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。



くるくるチャンネル 「市民レポーター」を募集します

東久留米の情報サイト「くるくるチャンネル」では、地域の出来事、季節の風景、同サイトに掲載のイベントに参加した感想など、地域に関わる情報を提供する「市民レポーター」を募集しています。

ガイド

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

佐々総合病院 市民公開講座 「脳梗塞の予防について」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。



JA東京みらい 東久留米地区「春の農業まつり」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

薬湯の日「菅蒲湯」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

社会福祉協議会 30年7月正規職員募集

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

災害ボランティアセンター 市民スタッフ養成講座

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

会の宮崎賢哉氏無料国5月9日(水)までに、同協議会475・0739へ 東京都多摩地域事業引継ぎ支援センターが開設しました

後継者不足などで事業存続に悩む事業者を支援するため、経済産業省の委託事業として、「東京都多摩地域事業引継ぎ支援センター」が開設しました。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

都主税局からのお知らせ

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

便利な電子申告・電子納税などをご利用ください

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

インターネット公売(不動産、動産・自動車)のお知らせ

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

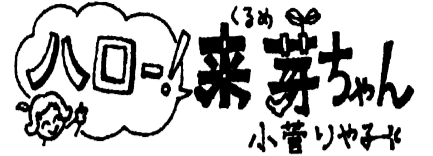
同日開催します。同日開催します。同日開催します。

都税の納付には安心・便利な口座振替をご利用ください

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

都税の納付には安心・便利な口座振替をご利用ください

同日開催します。同日開催します。同日開催します。



講演会「障害はあってもこの街で暮らしたい」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。



市社会福祉協議会「弁護士無料法律相談、成年後見無料専門相談」

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

同日開催します。同日開催します。同日開催します。

成年後見無料専門相談(第4水曜日)

同日開催します。同日開催します。同日開催します。