

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10月1日現在> 人口116,779人 (うち外国人2,027人) /前月比2減 男57,061人 /前月比3減 女59,718人 /前月比1増 世帯数54,114 /前月比33増

【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

高齢者に対するインフルエンザ予防接種

予防接種法に基づきインフルエンザ予防接種(本人負担あり)を実施します。接種は義務ではなく、本人が希望する場合に限り行います。

☑医療機関の休診日を除く10月15日(月)～31年1月31日(木)。※実施期間は前記の通りですが、効果の面からは年内の接種をお勧めします。☑実

高齢者インフルエンザ予防接種 市内の実施医療機関

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
二木皮膚科医院	金山町2-19-8	473-2040
武田クリニック	大門町1-1-24	477-5856
松岡レディースクリニック	東本町1-3	479-5656
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	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
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
ひばりが丘診療所	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
東久留米N整形外科クリニック	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
水野胃腸クリニック	本町3-8-19	420-6527
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
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	477-0555
さいわい町診療所	幸町5-7-1	470-7676
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5-17-62、イ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
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
島田整形外科	前沢5-24-23	470-9511
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。

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

限される身体障害者手帳1級程度の障害がある方、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に、日常生活がほとんど不可能な身体障害者手帳1級程度の障害がある方(身体障害者手帳の写しが必要) ☑2,500円(1人1回のみ)。接種の際、生活保護受給者は同受給証明書(中国残留邦人等支援給付受給者は同本人確認証を提示または支援給付受給証明書を提出いただく)と無料になります☑実施医療機関に予約の上、受診してください。接種の際は、年齢・住所が確認できる健康保険証などを提示の上、実施医療機関で配布の説明書を読んでから接種してください☑健康課予防係☎477・0030

30年度成人用肺炎球菌定期予防接種

対象者で接種を希望する方は、4月に送付した通知の内容に沿って医療機関へ予約をしてください。

☑31年3月31日(日)まで☑市内医療機関(通知文に実施医療機関一覧を同封しています) ☑65歳(昭和28年4月2日～29年4月1日生まれ)、70歳

(昭和23年4月2日～24年4月1日生まれ)、75歳(昭和18年4月2日～19年4月1日生まれ)、80歳(昭和13年4月2日～14年4月1日生まれ)、85歳(昭和8年4月2日～9年4月1日生まれ)、90歳(昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ)、95歳(大正12年4月2日～13年4月1日生まれ)、100歳(大正7年4月2日～8年4月1日生まれ)の方。 ※接種日現在60歳～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に、日常生活が極度に制限される身体障害者手帳1級程度の障害がある方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に、日常生活がほとんど不可能な身体障害者手帳1級程度の障害がある方(身体障害者手帳の写しが必要)は健康課へ問い合わせてください。☑5,000円☑対象者で通知が届いていない場合は同課予防係☎477・0030へ問い合わせください☑同係



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診療になります

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。

10月21日=石橋クリニック(東本町8-9、☎477-5566)

10月28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】

10月21日・28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)

10月21日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473-3311)

10月28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

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	

市社会福祉協議会

◎弁護士無料法律相談（第2日曜日）
 ◎11月11日、12月9日のいずれも日曜日、午後2時から。相談時間は1件40分。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・精神に障害がある方③前記①と②の親族・関係者。各日先着4件。前月15日～実施日前週の水曜日に受け付け

◎成年後見無料専門相談（第4水曜日）
 ◎10月24日、11月28日、12月26日のいずれも水曜日、午後2時～4時、相談時間は1件60分。社協会議室（わくわく健康プラザ2階）。成年後見制度、任意後見制度、後見人の役割など。相談員は奇数月が社会福祉士、偶数月が司法書士。市内在住の方、福祉関係者。各日先着2件。相談日の1週間前までに予約。
 《共通事項》 同協議会相談支援担当 ☎479・0294（平日の午前9時～午後5時）

【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

食事・健康相談

働く世代の生活習慣病予防や、健康について見直したい方の食事・健康相談を実施しています。ご本人のほか、家族からの相談もできます。

◎10月26日（金）午後1時半～3時45分（1人30分程度） 場 わくわく健康プラザ 内 生活習慣病予防や健康づくりに関する個別相談。体組成（体脂肪率や筋肉率など）の測定。健康診断の結果表、食事記録など。問 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

特定健診、後期高齢者健診を受けていない方へ

主に生活習慣病（メタボリックシンドローム）予防のための健診を6月～11月に実施しています。次の対象に該当する方は、必ず健康課に申し込みの上、11月に市内の指定医療機関で受診してください。なお、10月特定健診対象者（2月・3月生まれの方）への通知は、9月下旬に発送済みです。

☑すでに市から受診券が送付されたが該当月に受診できなかった方 ▼3月以降に新たに国民健康保険に加入した40歳～74歳の方および後期高齢者医療被保険者で他市から転入した方 問 健康課特定健診係 ☎477・0013へ

3歳児健診

◎10月25日（木）午後0時半～1時半受け付け 場 わくわく健康プラザ 内 27年9月19日～10月10日生まれの幼児 問 当日直接会場へ 問 健康課保健サービス係 ☎477・0022

1歳6カ月児健診

◎11月1日（木）午後0時半～1時半受け付け 場 わくわく健康プラザ 内 29年4月12日～30日生まれの幼児 問 当日直接会場へ 問 健康課保健サービス係 ☎477・0022

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を控えていたことにより、接種機会を逃してしまった平成19年4月1日以前に生まれた方で、接種が完了していない場合は、20歳の誕生日の前日までに接種をご検討ください。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、重症化する場合があります。予防接種を2回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 問 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

せてください 問 同係
子ども相談

◎11月6日（火）午前9時半～午後3時 場 わくわく健康プラザ 内 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 問 問 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

11月のプレ・パママクラス

11月17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＝◎6日（火）午後0時半～4時

◎プレ・ママクッキング＝◎13日（火）午前9時15分～午後2時 内 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＝◎17日（土）午後0時半～4時

◎妊婦歯科健診＝◎20日（火）午後1時15分～3時

《共通事項》 場 わくわく健康プラザ 内 おおむね妊娠16週以降の方とその夫 定 先着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 問 問 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

 **児童館で遊ぼう**

乳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）
 電話471・7071

☆わらべうたスマイル講座＝◎10月17日（水）午前10時半～11時半 内 遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談や話し合い 内 0歳児とその保護者 師 原悠子氏 問 当日受け付け

☆幼児のつどい＝◎内18日が「スタンピング遊びと10月のお誕生日会」、25日が「ハロウィン遊び」、いずれも木曜日の午前10時半～11時半 内 1歳～4歳児

☆0ちゃんタイム＝◎19日（金）午前11時～11時半 内 手遊びや読み聞かせ。親と子の触れ合いタイム 内 0歳児とその保護者

☆ハンドメイドの日＝◎28日（日）午後2時～4時 内 いたずらおもちゃ作り 内 小学生 定 先着30人（午後2時で予定人数に達した場合は抽選） 問 当日受け付け

☆ベビーマッサージ＝◎内11月9日（金）午前10時～10時40分と11時～11時40分 内 2カ月～9カ月児とその保護者 定 各回先着8組 師 鈴木あゆみ氏 問 バスタオル 他 動きやすい服装で 問 10月26日（金）午前10時から受け付け（電話可）

中央（中央町1-10-11）
 電話476・2161

第三小学校での児童館事業の開催
 中央児童館の大規模修繕工事に伴い閉館中は第三小学校2階ポプラ教室で事業を行います。

☆簡単工作、カレンダー工作＝◎10月17日（水）・20日（土）・24日（水）

のいずれも午後2時半～4時50分、27日（土）午前9時～正午と午後1時～4時50分 内 くるくるこま、モンスターマスコット、11月のカレンダー 内 小学生

☆工作の日＝◎17日（水）・20日（土）の午後2時半から 内 パチパチスクイズ 内 小学生 問 当日受け付け

☆囲碁教室＝◎17日（水）午後3時から 内 小学生 師 東久留米市囲碁連盟

☆幼児のつどい＝◎内18日（木）が「遠足（六仙公園）」、午前10時50分現地集合、午後0時15分散散予定、雨天の場合は「ミニシアター」、弁当・水筒・おやつ・敷物持参、詳細は「遠足のお知らせ」参照。25日（木）午前10時半～11時半が中央第一学童保育所（第三小学校北側隣接）で「ハロウィン遊び」 内 幼児とその保護者 他 せんべい、ビスケットなどを配布しますので、アレルギーなどが心配な方は問い合わせてください

ひばり（ひばりが丘 団地8-11）
 電話464・9300

☆ぴよぴよママの会＝◎10月17日（水）午前10時～11時半 内 助産師による体重測定・育児相談 内 0歳児とその保護者 他 きょうだいの保育あり（定員2人。前日までに要予約。電話可） 問 当日受け付け

☆おはなしの日＝◎17日（水）午後3時45分～4時15分 内 絵本の読み聞かせや素話 内 幼児～小学生 師 水曜おはなし会 問 当日受け付け

☆幼児のつどい＝◎内18日（木）午前10時半～11時15分が「小麦粉粘土遊び、10月生まれの誕生会」、2歳～4歳児（あひる）。25日（木）午前10時半～11時10分が「リズム遊び、10月生まれの誕生会」、1歳児（うさぎ）

☆中高生年代卓球大会＝◎27日（土）午後5時半から 内 中学・高校生年代 問 室内シューズ 問 受け付け中

☆ハロウィンの日＝◎28日（日）午後3時半から 内 みんなでゲームをします 内 小学生 問 当日受け付け

けやき（大門町2-10-5）
 電話474・6653

☆赤ちゃん広場＝◎内10月17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、当日受け付け。24日が「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・水分補給（母乳可）持参、10月17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 内 0歳児とその保護者

☆ミニサッカーの日＝◎17日（水）午後3時半から 内 小学生 問 インシューズ、タオル 問 当日受け付け

☆幼児のつどい＝◎内18日が東久留米更生保護女性会による子育てミニ集会「おり・かみしばい～おり紙折ったり遊んだり～」、2歳～4歳児、講師は北島愛子氏。25日が「ハロウィンあそびと誕生会」、1歳～4歳児。いずれも木曜日の午前10時半から 他 動きやすい服装で

☆中高生年代スポーツ大会＝◎26日（金）午後5時半から 内 中学・高校生年代 問 当日受け付け

☆けやき座人形公演＝◎11月10日（土）午前11時～正午（10時45分開場）

内 「まんまるばん」 内 乳幼児（保護者同伴）～高校生年代 他 公演中は他の部屋で遊ばません 問 10月27日（土）午前10時から整理券（無料）を配布

 **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。

☆十小・本村小なかよし広場＝◎場10月19日が第十小学校、11月2日が本村小学校、いずれも金曜日の午前10時～11時半 内 お子さんと遊びながら育児の情報交換をしましょう。育児相談も受けます 内 0歳～5歳児とその保護者 問 当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

☆わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」＝◎10月24日（水）午前10時～11時半 内 助産師による体重測定 他 内 7カ月～12カ月児とその保護者 問 バスタオル 他 きょうだいの保育あり。先着3人。10月15日（月）午前10時から受け付け 問 当日直接会場へ

☆手作り布おもちゃの会＝◎11月6日（火）午前10時～11時半 内 0歳児とその保護者 定 20組 問 刺しゅう針、布切りはさみ 問 10月22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）
 電話420・9011

☆赤ちゃん広場＝◎11月2日（金）午前10時～11時半 内 ママ友達をつくり、たくさんおしゃべりをしてストレスを解消しましょう。助産師による育児相談もあります 内 0歳児とその保護者 問 バスタオル 問 当日直接会場へ

 **お知らせ**

東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会
 ～地域の子育て助け合い～

有償の子育て助け合い事業。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、保護者の外出やリフレッシュ時の預かりなど「地域の子育てお助け隊」として活動しませんか。利用したい方もまずは説明会にご参加ください。

◎10月29日（月）午後1時半からと11月8日（木）午前10時からいずれも1時間半程度 場 わくわく健康プラザ 社協会議室 問 入会希望者（保護者）の顔写真 他 保育あり（土曜・日曜を除く3日前までに要予約） 問 当日直接会場へ 問 同サポートセンター ☎475・3294

南部地域センター

ブルースファミリーロビーコンサート

ギターとピアノの演奏でブルースを歌います。臨場感あふれるステージをお楽しみください。

10月20日(土)午後1時半～2時 南部地域センター1階ロビー 無料 当日直接会場へ 同センター ☎451・2021

「第9回東久留米チャリティー手づくり小物市」の出店者を募集します

毎回好評をいただいている手づくり小物市は、今回で9回目を迎えます。あなたの心を込めた手づくり作品を出品してみませんか。

31年3月9日(土)午前10時半～午後3時半 市役所1階屋内ひろば 募集数=先着34ブース(1店舗1ブース) 出店料=2,000円 10月22日(月)～11月10日(土)に、チラシ(市民プラザ、東部・南部・西部の各地域センター、東久留米駅などで配布中)の裏面の申込書に必要事項を記入の上、ファクス(477・5310)または電子メール(sa28573@bc5.so-net.ne.jp)で、くるねっとへ 小島 ☎477・5310 または生活文化課 ☎470・7738

いきいきのびのび「たのしいうたごえ」

アコーディオンの伴奏で、誰もが知っている唱歌や歌謡曲をみんなで一緒に歌いましょう。脳トレゲーム、お笑いトーク、ストレッチ体操もあります。

11月10日(土)午後1時半～3時半 西部地域センター3階多目的ホール 先着150人 馬場節生氏 ☎200円 同センター ☎471・7210

第5回 学べる終活シリーズ 「もめないためのお金の対策を考える」

全6回シリーズの第5回目。「終活」と言っても具体的に何から始めればいいのか分からない方のために、ポイントを絞って「終活」のプロが経験を基に丁寧に解説し、皆さんの質問に答えます。

11月16日(金)午後1時半～3時

半 西部地域センター第2・第3講習室 先着30人 ライフプランナーの桂宗一郎氏 ☎200円 10月15日(月)午前9時から同センターで受け付け 西部地域センター ☎471・7210

男女共同参画情報誌「ときめき」第61号を発行しました

発行日は9月28日 特集=「つながるくらし～地域コミュニティって面白い～」

インタビュー=市内在住で十文字学園女子大学教授、着物研究家のシーラ・クリフ氏



↑男女共同参画情報誌「ときめき」第61号

コーナー紹介、資料コーナー紹介、専門相談案内ほか 配布場所は市民プラザ、男女平等推進センター(市役所2階)、市内公共施設など

男女平等推進センター事業

市民企画講座「自分らしく生きる～私が私であるために～」

「毎日がしんどい」「人と比べて落ち込んでしまう」「何かいつも不安」そんな生きづらさを感じているあなたへ。クレヨンという画材と出会い、自分らしい生き方を発見した講師からお話しを伺い、後半は実際にクレヨン画を体験してみます。企画・運営はスターガーランド。

11月14日(水)午後3時～5時 市役所7階704会議室 生きづらさを感じている女性(性自認が女性の方も含む) 15人(要申し込み) アーティストの岡崎妙子氏 無料 エプロン着用または汚れてもいい服装で 10月15日(月)から電話、電子メール(fifty2@city.higashikurume.lg.jp) または直接男女平等推進センター ☎472・0061(市役所2階、土曜・日曜を除く午前9時～午後5時)へ

暗証番号などを聞かれ、カードも預かると言って持っていかれたことでしょうか。そしてカードを使って買い物をしてしまったでしょう。

幸い、今回は相談者がそのカードを持っていなかったため大事には至りませんでした。詐欺師は、相談者がカードを持っていないと言った時点で、「カモ」にするのを諦めたでしょうから、その後相談者への連絡はもうないはず。

こうした大手事業者を名乗る詐欺が最近増えています。大手事業者からの電話や電子メールなども、詐欺の可能性のあることを頭に入れておいた方がよい時代になりました。

何かおかしいと思ったらすぐインターネットで調べてみたり、消費者センターに相談してみてください。

新しい形の詐欺や架空請求などの手口は、都消費生活センターホームページ「東京くらしWEB」(https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/)でも紹介しています。

- 《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

障害児・者ハロウィンパレードを開催します

～東久留米障害児・者ハロウィンパレード実行委員会主催

「障害児・者ハロウィンパレード」は、市内の放課後等デイサービスに通っている障害のある子どもや卒業した青年たちが、手作りの衣装を着て東久留米の街をパレードするイベントです。

地域の方々との触れ合いを通じ、障害のある子どもや青年たちへの理解を広げ、地域で生活していく土壌づくりの一つとして行います。パレードルートで気軽に「ハッピーハロウィン!」と声を掛けてください。ご協力とご声援をお願いします。

10月31日(水)午後4時15分～4時45分 パレードルート=市役所～東久留米駅西口間 同委員長・加辺 ☎477・6492(NPO法人かるがも花々会)

クリスマスを彩る

リースとオーナメントを作ろう たくさんの素材を自由に組み合わせ、オリジナルのリースを作ります。ツリーのオーナメントも一緒に飾ってクリスマスを楽しみましょう。

11月18日(日)午前10時半から(15分前から受け付け) 生涯学習センター創作室 小学生以上の方(親子で参加可。小学1年～3年生は保護者同伴。保護者1人に子ども1人) 先着15人 造形教室講師の手島まゆ子 ☎2,000円(材料費・消費税を含む) 10月15日(月)午前9時から電話または直接同センター ☎473・7811(第4月曜を除く平日の午前9時～午後8時半)へ

多摩六都科学館 郷土史と科学から見る地域の防災

～古くからある史跡や神社仏閣が災害に遭いにくいのはなぜか?～ 地域の地形と歴史を合わせて読み解く「郷土史防災」の視点から、自分が住む地域の安全について考えてみましょう。講座編、フィールドワーク編の連続講座です。

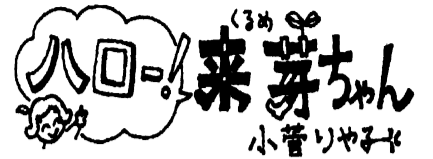
①講座編=11月3日(祝)午後1時～2時半 ②フィールドワーク=11月24日(土)午前10時～午後0時15分(少雨決行。雨天時は屋内で解説のみ)

①が同館レクチャールーム ②が東伏見駅集合、約1時間徒歩で遺跡・史跡を巡り(坂道あり)、西東京市柳沢公民館解散 ①・②のいずれも中学生以上(同伴不可) 各40人 ①と②のいずれも参加できる方を優先 防災科学技術研究所の増田和順氏 ①が大人500円、中学・高校生200円 ②が50円(保険代) 他協力は西東京市教育委員会、西東京市柳沢公民館、西東京レスキューバード ①が10月22日(月)まで ②が11月12日(月)までに(必着)、はがきにイベント名・開催日・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(https://www.tamaroku.to.or.jp/)から申し込みを。応募者多数の場合は抽選し、当選者に参加券を送付します 同館 ☎469・6100

ガイド

国立精神・神経医療研究センター病院 市民公開講座

10月20日(土)午後1時半～4時半 同病院ユニバーサルホール(小平市小川東町4-1-1) 「病気とう



まく付き合うために～精神疾患・認知症～ 認知症看護認定看護師、精神看護専門看護師 無料 当日直接会場へ 同病院看護部・岸、五十嵐 ☎042・341・2711

福祉関連ドキュメンタリー映画 「サマーキャンプin焼津」

上映&講演会 デンマークと日本の障害を持つ人と健常の人たちが、共に野外活動を過ごし輝いた、焼津でのキャンプの様子を撮影した映画です。上映後、監督のマティアス・クロック氏の講演があります。デンマークの学校「エグモントホイスコーレン」が実践している福祉の在り方に学びます。

10月24日(水)午前10時40分～11時40分 自由学園記念講堂(学園町1-8-15) 先着300人 1,000円 当日直接会場へ 同学園広報本部 ☎428・2122

佐々総合病院 市民公開講座

10月25日(木)午前10時～11時 佐々総合病院3号館4階ホール 心不全の予防と治療 同病院循環器内科医長の川田貴之氏 無料 入場の人数を制限する場合があります 当日直接会場へ 同病院広報室 ☎461・1535

相続税の基礎講習会

相続税や遺言信託など一般的な相続税の基礎について税理士が説明します。

11月16日(金)午前10時～正午 東村山青色申告会(東村山市本町3-8-16) 先着50人(要申し込み) 筆記用具、電卓 車での来場はご遠慮ください 同会 ☎042・394・4523

30年度駐車監視員資格者講習

講習日=31年1月21日(月)・22日(火) 考查日=31年1月28日(月) 東京ビッグサイト(江東区有明3-11-1) 500人 2万円 警視庁ホームページをご覧の上、11月5日(月)～30日(金)に申し込みを 警視庁駐車対策課放置駐車対策センター企画運用係 ☎03・3581・4321(内線7870-5123)

消費生活の正しい知識 Q & A 大手事業者を名乗る詐欺にご注意 Q. 大手家電量販店から電話があり、「今あなたのクレジットカードを使って買い物しようとしている客がいるが、カードは手元にありますか」と聞かれた。そのクレジットカードは作ってないので「カードは持っていない」と答えるとすぐに電話は切れたが、どういうことでしょうか。 A. 相談者がそのクレジットカードを持っていないことから、怪しい電話のように思われます。その家電量販店に相談者のクレジットカードの件で、従業員らしき人から相談者に連絡があったが、そういう事実があったかどうかを確認してもらったところ、やはりありませんでした。 恐らく、もしも相談者がそのカードを持っていたならば、そのカードを確認させてほしいなどと言って業者を装った詐欺師が相談者宅を訪れることになり、クレジットカードの