

# くらしの情報

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

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<令和2年2月1日現在> 人口116,866人（うち外国人2,246人）／前月比50減  
男56,978人／前月比24減 女59,888人／前月比26減 世帯数54,793 前月比9増

【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

### 風しん抗体検査・予防接種 クーポン券の有効期限を延長します

今年度、風しん抗体検査・予防接種クーポン券を優先対象者の方（昭和47年4月2日～54年4月1日生まれの男性）とクーポン券を希望された方（昭和37年4月2日～47年4月1日生まれの男性）に、有効期限が令和2年3月のクーポン券を発送しています。

しかし、抗体検査の受検率を高めるために、クーポン券の有効期限を延長するよう国から要請がありました。こ

のため、有効期限が令和2年3月のものであっても、3年3月まで使用することができるようになります。

風しんは、妊娠早期の妊婦が感染すると、出生児が先天性風しん症候群（目や耳、心臓に障がいが出る）になる可能性が非常に高くなります。

まだ抗体検査を受けていない方は、お手元のクーポン券を使用し、下表の医療機関で早めの抗体検査・予防接種をご検討ください。

☎対象者でクーポン券が届いていない場合は健康課予防係☎477・0030へお問い合わせください☎同係



### 風しん第5期定期予防接種実施医療機関一覧

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
小山クリニック	金山町1-7-1、リバーサイド88	470・2131
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
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
古谷消化器科内科	本町3-1-9	476・4100
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
水野胃腸科クリニック	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
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
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460・0531
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	497・6200
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311
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

※市外の実施医療機関については、厚生労働省のホームページで「風しんの追加的対策」と検索してください。

## ごみ収集カレンダー

### 2月24日（振替休日）のごみ収集は

2月24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、水川台、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

### 新型コロナウイルスに関連した肺炎について

昨年（令和元年）12月以降、中華人民共和国湖北省武漢市で新型コロナウイルス関連肺炎が発生しています。都内でも武漢市在住の旅行者から患者発生が報告があるなど、人から人への感染が認められましたが、2月初旬の時点では広く流行が認められている状況ではありません。

◎予防のポイント＝過剰に心配することなく、風邪やインフルエンザが多い時期であることも踏まえて、せきエチケットや手洗いの徹底など、通常の感染症対策を行うことが重要です。

▼流水と石鹸による手洗いを頻回に行いましょう。特に外出した後やせきをした後、口や鼻、目などに触る前には手洗いを徹底しましょう▼せきやくしゃみをする場合には口と鼻をティッシュや手で覆いましょう。その後、ティッシュは捨て、流水と

せっけんで手を洗いましょう。

◎症状が出たときは＝武漢市から帰国・入国された方におかれましては、せきや発熱などの症状がある場合には、マスクを着用するなどのせきエチケットを実施の上、速やかに都多摩小平保健所もしくは最寄りの医療機関に連絡してから、医療機関を受診するようにしてください。その際、武漢市に滞在していたことを申告するようにしてください。

☎相談窓口＝一般的なお問い合わせは都コールセンター☎03・5320・4509（午前9時～午後9時。土曜・日曜日、祝日も対応）▼症状の出た方・感染した疑いのある方は都多摩小平保健所☎450・3111（午前9時～午後5時。平日の月曜～金曜日のみ）または、都電話相談センター☎03・5320・4592（平日は午後5時～翌午前9時。土曜・日曜日、祝日は終日対応）

## 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。

2月16日・24日、3月1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）

2月23日＝水野胃腸クリニック（本町3-8-19、☎420・6527）

【歯科】

2月16日・23日・24日、3月1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）

2月16日・24日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）

2月23日、3月1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

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 たまろくと市民感謝デー

感謝を込めて、当日は入館料が無料です。ご当地グルメの出店やイベントも盛りだくさんです。  
 ③ 3月1日(日) 午前9時30分～午後5時 ④ 東久留米駅西口から無料シャトルバスを運行します(発車は午前8時45分、10時、11時、午後1時、2時15分。多摩六都科学館から東久留米駅西口へ

の無料シャトルバスもあります) ⑤ たまろくとご当地グルメフェスティバル、ビンゴ大会、ラボまつり(展示室にある4つの「ラボ」をすべてオープンし、観察・実験・工作が気軽に楽しめます)、ボランティア会のわーくわく科学広場 ⑥ 多摩六都科学館構成市(東久留米市・小平市・清瀬市・東村山市・西東京市)に在住・在学・在勤の方は入館料無料(確認できるものをお持ちください。プラネタリウム、大型映像は別途料金が必要です) ⑦ 多摩六都科学館 ☎469・6100

【表記の凡例】 ① 日時 ② 場所 ③ 内容 ④ 対象 ⑤ 定員 ⑥ 講師 ⑦ 費用 ⑧ 持ち物 ⑨ ご注意 ⑩ その他 ⑪ 申し込み ⑫ 問い合わせ

### 8面からつづ

#### 3～4カ月児健診、産婦健診

③ 2月20日(木) 午後0時半～1時半受け付け ④ わくわく健康プラザ ⑤ 元年10月1日～24日生まれの乳児とその母親 ⑥ 健康課保健サービス係 ☎477・0022

#### 3歳児健診

③ 2月27日(木) 午後0時半～1時半受け付け ④ わくわく健康プラザ ⑤ 平成29年1月12日～2月5日生まれの幼児 ⑥ 健康課保健サービス係 ☎477・0022

#### 子ども相談

③ 3月3日(火) 午前9時半～午後3時 ④ わくわく健康プラザ ⑤ 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受けます ⑥ 幼児とその保護者 ⑦ ⑧ 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

#### 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。元年度は次の方を

対象に勧奨を行っています。

③ 13歳・14歳(平成17年4月2日～19年4月1日生まれ)の方=第2期不足分 ④ 平成17年4月2日～18年4月1日生まれの方は4月上旬に、平成18年4月2日～19年4月1日生まれの方は13歳の誕生月の翌月上旬に、それぞれ個別で通知します。

##### 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回受けることで予防効果が高まります。元年度は、次の対象者へ個別通知を発送しています。

③ 第1期=平成30年4月1日～31年3月31日生まれの方 ▼ 第2期=平成25年4月2日～26年4月1日生まれの方 ④ 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。

《①・② 共通事項》 ⑤ 対象者で通知が届かない場合は、健康課予防係 ☎477・0030へ ⑥ 同係

#### 元年度成人用肺炎球菌定期予防接種がもうすぐ終了します

対象者で接種を希望する場合は昨年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。

③ 3月31日(火) まで ④ 成人用肺炎

#### 元年度の成人用肺炎球菌定期予防接種対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和29年4月2日～30年4月1日生まれの方
70歳	昭和24年4月2日～25年4月1日生まれの方
75歳	昭和19年4月2日～20年4月1日生まれの方
80歳	昭和14年4月2日～15年4月1日生まれの方
85歳	昭和9年4月2日～10年4月1日生まれの方
90歳	昭和4年4月2日～5年4月1日生まれの方
95歳	大正13年4月2日～14年4月1日生まれの方
100歳	大正8年4月2日～9年4月1日生まれの方
101歳以上	大正8年4月1日以前生まれの方

球菌ワクチンの接種歴のない方で上表の年齢の方 ※この他、接種日現在60歳～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される身体障害者手帳1級程度の障害を有す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級程度の障害を有する方(身体障害者手帳の写しが必要)も対象となりますので、健康課へお問い合わせください。 ⑤ 5,000円 ⑥ この機会を逃すと、今後費用助成はありません。全額自己負担となります ⑦ 対象者で通知が届いていない場合は同課予防係 ☎477・0030へ ⑧ 問い合わせください ⑨ 同係

#### 3月のプレ・パパママクラス

これからお父さんお母さんになられる方の教室です。ぜひ参加してみませんか。

③ 小児科医・助産師の話、交流会=④ 2日(月) 午後0時半～4時

③ プレ・ママクッキング=④ 10日(火) 午前9時15分～午後2時 ⑤ 妊娠中の栄養と食事の話、調理実習 ⑥ 500円(食料費)

③ お風呂の入れ方・妊婦疑似体験、交流会=④ 14日(土) 午後0時半～4時

③ 妊婦歯科健診=④ 17日(火) 午後1時15分～3時

##### 《共通事項》

④ わくわく健康プラザ ⑤ おおむね妊娠16週以降の方とその夫 ⑥ 先着25組(応募多数の場合は、初産の方を優先)

④ 4回で1コース。ただし1日のみの参加も可 ⑤ ⑥ 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

#### 女性のための健康講座

～美しく健康に過ごすために～

自分の身体をねぎらっていますか。プレ更年期という30歳代後半頃から更年期障害に似た症状に悩まされている方が増えています。

女性らしい美しさや健康を保つ女性ホルモンと、ライフステージの関係を知り、心も身体もしなやかに美しくなりません。ヨガやストレッチを通して大切な自分の身体を見つめ直しましょう。

③ 3月3日(火) 午前10時～正午 ④ 市民プラザホール(市役所1階) ⑤ 保

健師講話と運動指導士によるヨガ・ストレッチ ⑥ おおむね30歳～40歳の女性 ⑦ 先着30人 ⑧ タオル、飲み物 ⑨ 動きやすい服装で ⑩ 2月27日(木) までに電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ ⑪ 同係

### 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)

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=④ 2月21日が第十小学校、3月6日が本村小学校で、いずれも金曜日の午前10時～11時半 ⑤ お子さんと遊びながら、育児の情報交換。スタッフと一緒に親子で触れ合い遊び、育児相談も受けます ⑥ 乳幼児とその保護者 ⑦ 当日直接会場へ徒歩か自転車でお越しください

☆ わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」=④ 2月26日(水) 午前10時～11時半 ⑤ 栄養師による栄養相談 ⑥ 7カ月～12カ月児とその保護者 ⑦ バスタオル ⑧ きょうだいの保育あり。先着3人。2月17日(月) 午前10時から受け付け ⑨ 当日直接会場へ

☆ 手作り布おもちゃの会=④ 3月3日(火) 午前10時～11時半 ⑤ 0歳児とその保護者 ⑥ 20組 ⑦ 刺しゅう針、布切りはさみ ⑧ 2月17日(月) 午前10時から受け付け

#### センター上の原(上の原1-2-44)

☆ おはなし広場=④ 2月17日(月) 午前11時～11時半 ⑤ ボランティアによる乳幼児向けの読み聞かせや手遊び ⑥ 当日直接会場へ

☆ 六小なかよし広場=④ 2月25日(火) 午前10時～11時半 ⑤ 第六小学校 ⑥ 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 ⑦ 0歳～5歳児とその保護者 ⑧ スリッパ ⑨ 当日直接会場へ徒歩か自転車でお越しください

### 児童館で遊ぼう

#### あおぞら(前沢4-25-8)

☆ わらべうたスマイル講座=④ 2月19日(水) 午前10時半～11時半 ⑤ 「赤ちゃんのコミュニケーション」、わらべ歌、育児の悩み相談や話し合い ⑥ 0歳児とその保護者 ⑦ 原悠子氏 ⑧ 当日受け付け

☆ 幼児のつどい=④ 20日が「がっき遊び」、27日が「おひなさま」。いずれも木曜日午前10時半～11時半 ⑤ 1歳～4歳児とその保護者

☆ 音楽の日=④ 3月1日(日) 午後2時半～3時半 ⑤ 「パプリカ」と「ふるさと」の歌の練習 ⑥ 幼児～高校生世代 ⑦ 春田直江氏



#### 注意! 若者に広がる「モノなしマルチ商法」

Q. 大学生の息子が何かに悩んでいるようで聞いたところ、友人から簡単に儲かるビジネスがあると誘われ、消費者金融2社から合わせて50万円の借金をして投資したということで困っています。

A. 学校内やSNSを通じて20歳前後の若者をターゲットにしたマルチ商法が広がっています。売るのは商品ではなくサービスや情報で、「モノなしマルチ」と言われるものです。

マルチ商法とは、商品やサービスを契約して、自分もその組織の勧誘者となって紹介料などの報酬を得る商法で、人を紹介することで組織が拡大していくのが特徴です。

若者の間では、「簡単に儲かる」「新しいビジネス」などの儲け話に関するものが目立っています。暗号資産(仮想通貨)取引、短時間に為替の上げ下げを予想するバイナリーオプション取引、海外事業への投資、アフィリエイトなどさまざまです。「カリスマ投資家」がいて、他の人がまだ知らないやり方を教えるので、言う

通りにすれば必ず儲かる」と誘います。先に投資したと称する人から、自分はこれだけ儲けたという話を聞かされ、その気にさせられます。

お金がないと言うと「すぐ儲けて返せるから借金をすればよい」と言って勧められます。勤務先や収入について嘘をついて借りるよう唆されるケースも多いようです。

契約後に受けるセミナーやUSBから得られる情報は、インターネットで無料で得られる程度の内容に過ぎず、簡単に儲かるわけではありません。次第に、他の人を誘えば儲かるという話にすり替わり、この点ばかりが強調されるようになります。

連絡はSNSを通じて行い、法律で義務付けられている書面が渡されていない事もよくあります。それどころか、相手事業者の実体や電話番号すら分からないこともあり、交渉が難しいケースが目立ちます。結局借金だけが残ることになり、他の人を誘えば、自分自身も責任を問われることになりかねません。簡単に儲かる話はないと肝に銘じ、友人からの勧誘でもきっぱりと断りましょう。困ったと思ったら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～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

● 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



### 中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆幼児のつどい=日 2月20日が「音で遊ぼう」、27日が「おひなさま作り、2・3月生まれのお誕生日会」。いずれも木曜日午前10時半から 1歳～4歳児とその保護者

☆中学・高校生世代会議=日 22日(土) 午後5時半から 児童館のルールや要望について話し合います

☆かんたんクッキング=日 23日(日) 午後2時～3時と3時～4時 パンポッキーとデコビスケットを作ろう 小学生 定着各8人 日 2月16日(日) 午前10時から受け付け(電話不可)

☆ひなまつりお茶会=日 3月1日(日) 午後2時・2時半・3時・3時半からの4回(各30分) 茶道体験(お茶、お菓子付き) 小学生 定着各5人 日 2月23日(祝) 午前10時から受け付け(電話不可)

☆親子のコミュニケーションワーク=日 3月4日(水) 午前10時半から 音のワークと触れ合い遊び 0歳児とその保護者 定10組 炭田契恵子氏 飲み物 日 2月19日(水) 午前10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 2月18日(火) 午前11時～11時25分 絵本の読み聞かせや手遊びなど 幼児とその保護者 協力はみくろおはなしの会

☆赤ちゃん広場=日 19日(水) 午前10時半～11時半 親子のコミュニケーションワークとティータイム 0歳児とその保護者 炭田契恵子氏 飲み物 日 当日受け付け

☆ドッジボールの日=日 19日(水) 午後3時から 小学生 日 当日受け付け

☆幼児のつどい=日 20日(木) 3月5日に行われる幼児のつどいお別れ会練習と2月・3月生まれのお誕生日会、2歳～4歳児。27日が「3月5日に行われる幼児のつどいお別れ会練習と2月・3月生まれのお誕生日会」、1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

☆ベビーマッサージ=日 26日(水) 午前10時半～11時半 0歳児とその保護者 定着25組 渡辺直子氏 bastanol、オムツ、飲み物(母乳可) 日 2月19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) 電話464・9300

☆おはなしの日=日 2月19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 日 当日受け付け

☆幼児のつどい=日 20日(木) 午前10時半～11時15分が「ごっこ遊び、2月生まれのお誕生日会」、2歳～4歳児(あひる)。27日(木) 午前10時半～11時10分が「ひなまつり工作、2月生まれのお誕生日会」、1歳児(うさぎ)

☆親子体操=日 25日(火) 午前10時～11時 子どもセンターひばり 親子で身体を動かそう(ひばり保育園との共催行事) 1歳～4歳児 定20組 健康運動実践指導者の戸田まゆみ氏 飲み物 動きやすい服装で 日 2月18日(火) 午前10時から受け付け(電話可)

☆地域懇談会=日 3月1日(日) 午前9時半～11時半 平成31年度の振り返りと意見交換など 利用者・地域の方・保護者・学校関係者など 日 午前中は遊戯室が使えません

☆ベビーマッサージ=日 3月4日(水) 午前10時半～11時半 1歳までの乳児とその保護者 定20組 渡辺直子氏 bastanol、おむつ 日 2月26日(水) 午前10時から受け付け(電話可)

### スポーツ

#### クライミングウォール使用認定会

～市体育協会主催

日 2月25日(火) 午後7時～9時 場 スポーツセンター 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(未成年者は保護者の同意が必要です) 定10人 費1,300円(施設使用料・保険料など)。※当日集金します 認め印、用具(持っている方) 判定員は市山岳連盟 日 2月20日(木)までに市体育協会 470・2722へ 市体育協会

#### クライミング体験会

～市山岳連盟主催

トップロープによるスポーツクライミング体験です。

日 3月10日、4月21日、5月19日のいずれも火曜日午後7時～9時 高校生以上のクライミング初心者 定先着10人程度 場 スポーツセンター 費500円 日 当日直接会場へ 同連盟・藤重 090・4240・6393

#### 名残雪スキーのご案内

～市スキー連盟主催

志賀高原で名残雪スキーを計画しました。中・上級向けですが、今シーズンの滑り収めに志賀高原で滑ってみませんか。自信のない方でも、SAJ公認指導員がサポートしますので、安心してご参加ください。

日 3月13日(金) 午後8時市役所前集合～16日(月) 午後7時ごろ帰着 行き先=志賀高原スキー場(宿泊はホテル山楽 0269・34・2217) 中・上級者 定先着30人 費一般4万円、会員3万8,000円(2.5泊・6食付き。リフト代別) 日 2月29日(土)までに電話・ファクスで同連盟事務局・榎本 474・9197(ファクス同)または 090・6028・5110へ。受け付け後、参加費を東京みらい農業協同組合・東久留米駅前支店・口座番号(普通)5077-011-3046479「東久留米市スキー連盟(振り込み時の氏名はフルネームで) 同連盟事務局・榎本

#### ジュニア体験クライミング

～市体育協会主催

日 3月14日、4月4日、5月23日のいずれも土曜日午後4時45分～6時15分 場 スポーツセンター 小学生 市山岳連盟 費無料 日 当日直接会場へ 同協会事務局 470・2722

### 図書館へ行こう

#### 文庫まつり～楽しい本とおはなし

絵本やパネルシアター、人形劇など、楽しい出し物がいっぱいの子どもの本のお祭りです。途中参加・退出も可能です。協力は東久留米地域文庫親子読書連絡会。

日 3月8日(日) 午後2時～3時半 場 中央図書館1階みんなのへや 幼児～小学生 費無料 中央図書館 475・4646

#### 2020年・冬の朗読サロン

東久留米図書館友の会による朗読サロンです。

日 3月19日(木) 午後1時半～3時 場 南部地域センター2階講習室 費無料 他 駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください 日 当日直接会場へ 日 びばりが丘図書館 463・3996

### お知らせ

#### さいわい福祉センター 「さをり織り講座」利用者を募集します

日 4月から1年間、毎月第2・第4土曜日の午前10時～正午 市内在住で知的障害および身体障害をお持ちの15歳以上の方 定若干名 費材料費(実費) 日 3月2日(月)から同センター 477・2711、ファクス(477・2750)へ 同センター

#### 市民プラザ・地域センターから 催し物のお知らせ

☆南部地域センター「最新版今やるべき、お金に関わる10の事」=日 2月18日、3月24日のいずれも火曜日午後1時半から(1時開場) 場 南部地域センター2階講習室1 日 2月18日「備えが難しい成年後見・不動産への対処」、3月24日「知ると知らぬでは大違いな公的手続きなど」。※元気なうちに備えるための講座です 定20人 師 ファイナンシャルプランナーの桂宗一郎氏 費100円 日 同センター 451・2021

☆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」=日 2月23日(祝) 午後1時半～2時15分 場 南部地域センター1階ロビー 日 アメリカのブルースを演奏し、聴いている方が心身ともに踊り出したいくなるようなライブです。臨場感あふれるステージをお楽しみください 出演=ブルースファミリーの皆さん 費無料 日 当日直接会場へ 同センター 451・2021

☆市民プラザ「令和元年度市民プラザ塾講演会『平成の東久留米～くるめあの日この時を!～』」=日 3月8日(日) 午後2時～4時 場 市民プラザホール(市役所1階) 定90人 師 東久留米市元部長の吉川光彦氏 費無料 他 主催は市民プラザ塾実行委員会 日 同プラザ 470・7813へ

☆西部地域センター「いきいきのびのび たのしいうたごえ」=日 3月14日(土) 午後1時半～3時半 場 西部地域センター3階多目的ホール 日 アコーディオン奏者の軽快な伴奏で、誰もが知っている唱歌や歌謡曲を皆で一緒に歌いましょう。他に脳トレゲームやお笑いトーク・ストレッチ体操もあります 師 馬場節生氏 費入場料200円 日 当日直接会場へ 同センター 471・7210

ファミリー・サポート・センター 事業説明会を開催します 有償の子育て助け合い事業です。利用者、協力者合同の説明会を開催します。保護者の外出時の預かり、保育園・学童保育所の送迎など、地域の協力者がお手伝いします。新年度から利用をお考えの方は早めにご登録ください。協力者も募集中です。まずは説明会にご参加ください。

日 ①2月20日(木) ②3月9日(月) いずれも午前10時から(1時間半程度) 場 ①東部地域センター会議室2 ②市民プラザホール(市役所1階) 日 入会希望者(保護者)の顔写真 他 保育あり(3営業日前までに要予約) 日 当日直接会場へ 同センター 475・3294

### 八回=来芽ちゃん 小管りやみ



### ガイド

#### 特設行政相談所を開設します

～総務省関東管区行政評価局主催 登記、年金、相続、税金などの相談や、行政に関する苦情・意見・要望を伺い、解決の促進を図ります。

日 3月12日(木) 午前10時～午後5時(4時半まで受け付け) 場 東京総合行政相談所(豊島区南池袋1-28-1、西武池袋本店7階) 費無料 日 当日直接会場へ 同相談所 03・3987・0229

#### シルバー人材センター入会説明会

市内在住の原則60歳以上の健康で働く意欲のある方を募集します。

日 2月19日(水) 午後1時半から2時間程度 場 同センター2階会議室(下里4-1-4) 日 年度会費1,200円、筆記用具、ゆうちょ銀行通帳、認め印、本人確認書類 同センター 475・0738

#### 放送大学4月入学生を募集します

放送大学は、テレビ・ラジオ・インターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。同大学では、2年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。詳しい資料は無料で送付しますので、気軽に問い合わせください。

日 出願期間 第1回=2月29日(土)まで 第2回=3月1日(日)～17日(火) 日 同大学ホームページ(http://www.ouj.ac.jp) または同大学東京多摩学習センター 042・349・3467

#### 薬湯の日「紅花の湯」

日 場 3月1日(日)、源の湯(東本町7-6、471・0005)が午後3時半～11時、第二喜多の湯(幸町1-5-10、471・2475)が午後3時～10時 費 小学生未満は無料 各利用施設