



東久留米市プロモーション動画

市公式ツイッター



市公式動画チャンネル



市公式フェイスブック



行政情報アプリ マチイロ



↓ 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
- ◎エコータレホン・エコファクス
☎・FAX042・472・1131(夜間・休日のみ)
- ◎ホームページ(<https://www.city.higashikurume.lg.jp>)のご意見箱(「東久留米市について」「広報・広聴」声をお聞かせください)から)

人口と世帯(令和6年1月1日現在) 人口116,512人(うち外国人2,623人) / 前月比71減 男56,487人 / 前月比31減 女60,025人 / 前月比40減 世帯数56,510 / 前月比2増

けんこうとイベント・講座は9面まで続きます

けんこう

子ども相談

日 2月6日(火)午前9時半～午後3時
 場 わくわく健康プラザ相談室2
 内 お子さんの成長や発達、ことば、話し方、育児疲れなどの相談を心理相談員がお受けします
 対 幼児と保護者
 申 問電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

すくすく子育て相談

日 2月9日(金)午前9時半～午後2時
 場 わくわく健康プラザ
 内 育児の相談、身体測定
 対 乳幼児と保護者
 申 問電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

第93回市民のための医療講座

市民の皆さんに役立つ!お薬の基本的な知識を学ぶ講座です。
 日 2月10日(土)午後2時～4時
 場 市役所7階701会議室
 定 先着60人
 師 白井直美氏(東久留米市薬剤師会理事)、工藤真知子氏(同会理事)、中島正登氏(同会理事)、中島謙司マクシミリアン氏(同会理事)
 司 会は大槻健人氏(同会会長)
 申 当日会場でご健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

第1弾 女性のための健康講座 ～こことからだのセルフケアヨガ～

30代後半頃から更年期障害に似た症状(プレ更年期)に悩んでいる方が増えています。女性ホルモンとからだの変化について学び、ヨガを通して今の自分のこことからだと向き

合う時間を過ごしませんか。
 日 2月14日(水)午前10時～正午
 場 わくわく健康プラザ講堂
 内 保健師による講話と運動指導士によるヨガ。詳細は市HPで
 対 おおむね30～40代の女性
 定 20人程度
 費 無料
 持 タオル、飲み物、筆記用具
 注 動きやすい服装でお越しください
 他 第2弾(食事編)を2月28日(水)に開催予定
 申 2月1日(水)～13日(火)午後5時に市HPの申し込みフォームまたは電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ
 問 同係

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

日 2月20日(火)
 ① 1歳児クラス=午前10時～11時
 ② 0歳児クラス=午後1時～2時半
 場 わくわく健康プラザ講堂
 内 歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど
 対 ①満1歳～1歳4カ月児と保護者
 ②満7カ月～11カ月児と保護者
 定 各回先着15組(いずれも初めての方を優先)
 持 母子健康手帳・歯ブラシ
 申 2月1日(木)から市HPの申し込みフォームで
 問 健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

BCG予防接種

日 2月21日(水)
 対 5年9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可)
 持 母子健康手帳、予診票
 他 日程の都合がつかない方は、次回3月5日(火)でも接種可
 申 当日会場でご健康課予防係 ☎042・477・0030
 (11面へ続く)

市の広報物などの広告を募集します

募集する掲載広告の基準、募集内容などについては、市HPも併せてご確認ください(申込受付後に審査があります)。

◎家庭廃棄物指定収集袋の外袋

市の家庭廃棄物指定収集袋の外袋に掲載する広告を募集します。店舗や企業などからのご応募をお待ちしています。
規格・枚数・掲載料 1色刷りで、種類別の外袋の表面下部に1枚(6年度の掲載料・申し込み方法などについては、近日中に市HPで公開します)
広告掲載袋の販売期間 6年9月～7年8月(予定)
 申 問ごみ対策課 ☎042・473・2117へ



家庭廃棄物指定収集袋の外袋

表 広告掲載の規格など

種類	広告文字色	広告サイズ	令和5年度広告料(参考)
燃やせるごみ用ミニ(5ℓ)	白地に緑色	縦50mm・横80mm	9万7,000円
燃やせるごみ用小(10ℓ)	白地に緑色	縦40mm・横120mm	19万5,000円
燃やせるごみ用中(20ℓ)	白地に緑色	縦50mm・横130mm	30万4,000円
燃やせるごみ用大(40ℓ)	白地に緑色	縦50mm・横180mm	15万7,000円
燃やせないごみ用小(10ℓ)	白地に青色	縦40mm・横120mm	5万1,000円
燃やせないごみ用中(20ℓ)	白地に青色	縦50mm・横130mm	10万5,000円
容器包装プラスチック用小(10ℓ)	白地に茶色	縦40mm・横120mm	6万6,000円
容器包装プラスチック用中(20ℓ)	白地に茶色	縦50mm・横130mm	17万8,000円
容器包装プラスチック用大(40ℓ)	白地に茶色	縦50mm・横180mm	15万4,000円

◎広報ひがしくるめ

市内全戸(約5万4,500部)配布の市広報紙「広報ひがしくるめ」に掲載する広告を募集します。
規格・枚数・掲載料 ▼縦98mm、横56mm以内。カラー刷り ▼広報紙の各号の最終面の右下部に掲載(2枚) ▼1号1枚当たり4万円
広告掲載号 6年4月15日～7年4月1日(1月は7日)に発行する市広報紙
 申 2月1日(水)午前8時半から(厳守)、先着順で受け付けます。所定の申込書(市HPから取得できます)に記入し、広告デザイン(データ)を必ず添付の上、秘書広報課宛て ☎(hishokoho@city.higashikurume.lg.jp) でお申し込みください(☎以外(電話・FAX・窓口など)では受け付けできません)
 問 同課広報係 ☎042・470・7708

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

休日・準夜間診療 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(日曜日と祝日の午前9時～正午および午後1時～4時半)
 ※混雑状況により受付時間が変更になる場合があります。

内科・小児科
 ※薬の処方最低限の日数です。受診時は必ず事前に電話でご連絡ください。
 2月4日・11日・12日=休日内科診療所
 (滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・473・3663)

歯科
 2月4日・11日・12日=休日歯科診療所
 (滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・474・5152)

休日準夜間診療医療機関(診療科目・時間などは当日事前にご確認ください)
 2月4日・12日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)
 2月11日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)

平日準夜間小児初期救急診療
 月曜・水曜・木曜・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、☎042・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)

(12面から続く)

ぱくぱく幼児食

2～3歳児の幼児食についてお伝えします。

2月21日(水)午後1時15分～2時45分 場わくわく健康プラザ内幼児食の紹介、試食、簡単な調理体験、親子遊びなど 2～3歳児と保護者 定先着8組 師管理栄養士 時申し込み時にご確認ください 2月1日(木)から市 印の申し込みフォーム または子育て応援アプリ「くるめっこナビ」健康課予約システムで 同課保健サービス係 ☎042・477・0022



健康づくり推進員第Ⅳ期活動報告会

スタンプラリー形式で、「見る」「学ぶ」「体験」しながら、健康づくり推進員の活動をご紹介します。

2月27日(火)午後1時～4時 場市役所1階市民プラザ・屋内広場 ①パネル展示 ②健康運動指導士によるロコトレ・ロコチェック体験 ③ペジチェック測定(推定野菜摂取量)・血管老化度測定体験など。詳細は市 印で。会場では、健康づくり推進員が展示内容の説明や案内を行います

他アンケート記入者には素敵なプレゼントをお渡しします 同健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



健康づくり推進員募集

健康づくりの知識を深め、周りの方々へ広げる活動をする「健康づくり推進員」を募集します。活動はご自身の健康にも繋がります。詳しい活動内容については2月27日(火)午後1時～4時に開催する「健康づくり推進員活動報告会(活動の様子のパネル展示など)」でもご紹介します。

期間 6年4月～8年3月の2年間で月1～2回程度の活動 市内在住の方 他報酬はありません 申 3月1日(金)までに「あなたにとっての健康づくりとは」について80字程度にまとめ、はがきに住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入の上、郵送(〒203-0033、滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内健康課保健サービス係宛て)、☎(kenko@city.higashikurume.lg.jp)、FAX(042・477・0033)で送信を 同係 ☎042・477・0022



5年度認知症講演会

「正しく知ろう!認知症」～地域で認知症の人と共に生きる～

認知症を正しく知るために、もの忘れとの違いや早期発見・予防の重要性について、また、地域社会で認知症の方が暮らすための知識や話題の認知症新薬についても認知症の専門医よりお話しいただきます。

2月3日(金)午後2時～4時(1時半受付開始) 場市役所1階市民プラザホール 市内在住・在勤の方 定先着80人(事前予約制) 師富田泰彦医師

6. 2. 1

(認知症疾患医療センター・杏林大学医学部医学教育学臨床教授) 師筆記用具 手話通訳あり 申 2月1日(木)午前9時から申し込みフォーム、または電話で介護福祉課地域ケア係(☎042・470・7777(内線2501～2503))へ。また、手話通訳が必要な方は住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上、FAX(042・470・7808)で同係へ 同係



申し込みフォーム

イベント・講座

児童館

子どもセンターあおぞら

前沢4-25-8 ☎042・471・7071

おんがくの日

2月4日(日)午後2時半～3時半 内ハンドベルで音楽とふれ合おう 小学生 師春田直枝氏 申当日会場

幼児のつどい

2月8日(木)が「ゆきあそび」、15日(木)が「サーキットで元気」、いずれも午前10時半～11時半 1～4歳児と保護者 申当日会場

ジャンジャンタイム

2月12日(月・休)午後2時半～3時半 内集団ゲーム 小学生 室内履き 他動きやすい服装で 申当日会場

ベビーヨガ

2月16日(金)午前10時～10時半が2～6カ月児、午前10時50分～11時20分が7～12カ月児 各回8組 師崎田千佳子氏 師バスタオル、飲み物 注予防接種後、72時間以内の乳児はご遠慮ください 他動きやすい服装で 申 2月5日(月)午前10時から電話または来館で

中央児童館

中央町1-10-11 ☎042・476・2161

おはなし会

2月6日(火)・13日(火)いずれも午後3時50分から 内絵本の読み聞かせや素話など 小学生 他協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 申当日会場

リバーシ大会

2月7日(水)午後3時から 小学生 申当日会場

幼児のつどい

2月8日(木)が「音を楽しもう!」、15日(木)が「親子体操と2月お誕生日会」、いずれも午前10時半～11時15分 1～4歳児と保護者 申当日会場

スポーツで元気

2月9日(金)①午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん②午前11時15分～11時45分が歩き始めのお子さん③午後2時半～3時が年少年代から④午後3時10分～3時40分、3時50分～4時20分が小学生以上 定②のみ12組 他動きやすい服装で 申①・③・④は当日会場。②は2月2日(金)午後1時半から電話または来館で

バックギャモンの日

2月10日(土)午後2時から 内大昔に生まれたボードゲームを講師に教わりながら楽しもう 小学生以上 師日本バックギャモン協会 申当日会場

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

幼児のつどい

2月8日(木)が「チョコレート屋さんごっこ」、15日(木)が「冬の運動あそび」、いずれも午前10時半～11時半 1～4歳児と保護者 申当日会場

おはなしの日

2月13日(火)午前11時～11時25分 内絵本の読み聞かせや手遊びなど 乳幼児と保護者 師みくりおはなしの会 申当日会場

赤ちゃん広場

2月14日(水)午前10時半～11時半 内助産師さんによる体重測定と育児相談 0歳児と保護者 師ひがしくるめ助産師会 申当日会場

おはなし会

2月14日(水)午後3時～3時半 内絵本の読み聞かせなど 小学生 師東部図書館 申当日会場

子どもセンターひばり

ひばりが丘 8-11 ☎042・464・9300

防災教育の日

2月4日(日)午後3時半から 内地震・火災を想定した訓練 利用者全員 申当日会場

幼児のつどい

2月8日(木)が「運動あそび」、15日(木)が「観劇会(びっくり箱による着ぐるみ劇)」、いずれも午前10時半～11時10分 1～4歳児と保護者 申当日会場

親子でふれあいリトミック

2月20日(火)午前10時半～11時が首が据わった乳児と保護者、午前11時15分～11時45分が歩き始めている未就園児と保護者 内音に合わせて心と体を動かそう 定各15組 師千葉理恵子氏 師飲み物、汗拭きタオル 他動きやすい服装で 申 2月13日(火)午前10時から電話で



多摩六都フェア ぴゅあ あーと展

多摩北部都市広域行政圏協議会(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)では、市域を越えた文化事業として「多摩六都フェア」を展開しています。その一環として開催する「ぴゅあ あーと展」では、圏域5市に在住・在勤・在学の障害のある皆さんから応募のあった作品(絵画、工作、陶芸など)の中から、専門家によって選考された作品を展示するとともに、作品とその制作者を開催初日のオープニングセレモニーでご紹介します。

日時 2月14日(水)午後5時～7時(オープニングセレモニー)、15日(木)午前10時～午後6時、16日(金)午前10時～午後5時

会場 市役所1階市民プラザホール・屋内ひろば

入場料無料

企画調整課 ☎042・470・7702



同協議会 シンボルマーク



市 印

子育て

子ども家庭支援センター(滝山)

わくわく健康プラザ2階 ☎042・471・0910

本村小なかよし広場

2月2日(金)午前10時～11時半 場本村小相談室内 お子さんと遊びながら育児の情報交換 乳幼児と保護者 注徒歩か自転車で来場を 申当日会場

わくわく赤ちゃん広場

2月14日(水)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、28日(水)が「はいはいの会」7～12カ月児と保護者、いずれも午前10時～11時半 内親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換 定各回10組 師ねんねの会は助産師、はいはいの会は栄養士 師バスタオル 他きょうだいの保育あり(先着各3人) 申 2月7日(水)午前10時から電話または同センターで

わくわくおはなし広場

2月26日(月)午前11時～11時20分 内乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、ペープサート・手遊びや親子の触れ合い遊び 0歳～未就学児と保護者 定10組 申 2月13日(火)午前10時から電話または同センターで

地域子ども家庭支援センター上の原

上の原1-2-44 ☎042・420・9011

小山小なかよし広場

2月8日(休)午前10時～11時半 場小山小学校視聴覚室 内お子さんと遊びながら育児の情報交換 乳幼児と保護者 師スリッパ 注徒歩か自転車で来場を 申当日会場

おはなし広場

2月19日(月)午前11時～11時半 内ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど 1歳以上の乳幼児と保護者 定10組 申 2月13日(火)午前10時から電話または同センター上の原で

ちびっこ育児 おしゃべり広場

2月27日(火)午前10時～11時半 1・2歳児の遊び・生活・しつけなど子育ての悩みをテーマに話し合い。一人で悩まず、一緒に考えましょう 1～2歳児の保護者 定8人 他お子さんの保育あり(要予約) 申 2月14日(水)午前10時から電話または同センター上の原で



昨年の様子

児童の居場所づくり事業

市では、公共施設などを活用して地域の子ども達に健全な遊びを提供する「児童の居場所づくり事業」を実施しています。

■野火止地区センター(屋内)

日 2月5日(月)午後1時半～4時半 場 第一・第二会議室 対 親子の遊び場～スイーツカード作り～ 対 乳幼児～小学生

■本村小学校(屋内)

日 2月13日(火)午後4時～5時半 場 体育館 対 楽しい運動遊び～なわとび遊び～ 対 小学生

■小山台遺跡公園(屋外)

日 2月17日(土)午前10時～正午 対 キャンプごっこ 対 乳幼児～小学生 《共通事項》

対 タオル、飲み物、屋内は上履き、屋外は帽子 対 徒歩か自転車での来場を。食べ物原則持ち込み禁止。乳幼児は保護者同伴。動きやすい服装で参加を。内容を変更する場合あり 対 プログラムの他にも、年齢に合わせた簡単にできる工作や遊びを用意しています 対 当日会場で 対 児童青少年課 児童青少年係 042・470・7735

妊婦さん&ママのための～こころとからだのセルフケアレッスン～

2月のテーマは「冷えた体をほぐす簡単ストレッチ」。疑問やお悩みもみんなシェアしましょう。

日 2月26日(月)午前10時～11時半 場 南

部地域センター2階和室1・2 対 妊婦または子育て中のお母さん 対 先着18人(親子参加は9組まで) 対 篠宮晃子氏(助産師・アロマアドバイザー)・飯岡祐子氏(ベビーマッサージ講師) 対 500円 対 2月2日(金)午前9時から電話または直接同センターで 対 同センター 042・451・2021

放課後講座「ひなまつり飾りづくり」

生涯学習センターでは月1回、小・中学生を対象に放課後講座を開講しています。

日 2月28日(水)午後4時～5時 場 生涯学習センター創作室 対 小・中学生 対 先着12人 対 同センタースタッフ 対 筆記用具 対 2月1日(木)午前9時から電話(042・473・7811)または同センター(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ 対 同センター

市民自主企画講座 「第31回小中学生英語暗誦スピーチ大会」参加者募集

小学5・6年生、中学生の皆さん、あなたの思いや意見を英語での暗誦やスピーチで伝えてみませんか。

日 3月10日(日)午後1時半～4時半 場 西部地域センター多目的ホール 対 英語暗誦・スピーチの発表、審査、授賞式 対 小学5年生～中学3年生 対 先着40人 対 企画運営=東久留米英語会連盟 対 主催=市教育委員会 対 主管=市文化協会 対 審査員=ポール・マッカーラー氏(英語塾講師)、メアリ

ー・ジュン氏(英語塾講師) 対 2月1日(木)～23日(金・祝)に、同連盟・川口へ電話または 対 (ctakami@poem.ocn.ne.jp)に氏名・学校名・学年を記載の上、送信を 対 同連盟・川口 090・3902・0432 申し込み 対



「子どもと大人の体験塾」開催します!

日 下表のとおり 場 生涯学習センター他 対 小学生と18歳以上の方(市内在住・在学・在勤)。親子体験講座もあります 対 講座により有料(材料費など) 対 市文化協会主催。詳細(講座番号など)は同協会 対 などをご覧ください 対 2月15日(木)までに(必着)、同協会 対 またははがきで申し込みを。はがきの場合は、講座番号と講座名(1枚で複数講座申し込み可)・希望日時・受講者氏名(フリガナ)・年齢(小学生の場合は学校名と学年)・連絡先住所・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、市文化協会体験塾係宛て郵送を(応募多数の場合は抽選) 対 同協会 042・477・4700(第4月曜日を除く、月曜～金曜日午前9時～午後5時) 同協会 対



表 体験塾講座一覧

Table with 3 columns: 開催日, 午前, 午後. Rows include dates like 3月13日(水), 16日(土), 17日(日), 23日(土), 24日(日) and activities like タップダンス, 茶道・書道, フラダンス, etc.

・※印は生涯学習センター以外の会場です。・(子)は小学生のみ、(大)は18歳以上の方のみ、無印は小学生も大人も対象です。

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

◎市民感謝デー(東久留米市・東村山市)

多摩六都科学館は3月で開館30周年。日頃の感謝を込めて皆さんをお迎えます。

日 2月18日(日)午前9時半～午後5時 場 多摩六都科学館(西東京市芝久保町5-10-64)

[東久留米市、東村山市に在住・在学・在勤の方限定]

対 入館料無料(在住・在学・在勤であることが証明できるものの提示が必要) ※プラネタリウムまたは大型映像観覧料は有料。1回=520円(4歳～高校生=210円) 対 2月18日(日)午後3時50分開始のプラネタリウム生解説は予約が可能。2月14日(水)正午～17日(土)正午に同館 対 で先着順に受付(定員234人)

【どなたでも】

1日限定で東久留米駅西口～多摩六都科学館間の無料シャトルバスを運行します。 対 同館 042・469・6100



同館 対

Table with 2 columns: 東久留米駅西口発 多摩六都科学館行, 多摩六都科学館発 東久留米駅西口行. Rows show times like 午前8時45分, 午前9時50分, etc.

◎みんなのプラネタリウム

「やさしい日本語でプラネタリウムを楽しもう」

日本語を学習中の方や、幅広い年代の方にもお楽しみいただけます。 ※当日の星空や見頃の天体を紹介します。ゆっくり、はっきり、聞き取りやすい言葉で話し、難しい言葉は使いません。

日 3月24日(日)午後5時半～6時半 場 多摩六都科学館 対 どなたでも。小学生以下は保護者と参加してください 対 234人 対 観覧券付入館券1,040円(4歳～高校生420円) 対 3月11日(月)までに同館 対 または郵送にて申し込みしてください。郵送の場合、はがきにイベント名・開催日・氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入の上、多摩六都科学館宛てに郵送を。応募多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を送付します 対 同館 042・469・6100



◎第3次基本計画(素案)に関するご意見を募集します

多摩六都科学館組合では、6年度から15年度までの10年間に同館が取り組む施策の方向性を示す新たな中長期計画(第3次基本計画)の策定を進めています。このたび、同計画の素案を取りまとめましたので、ご意見をお寄せください。同計画の素案は、同組合 対、市役所1階市政情報コーナーなどでご覧いただけます。

募集期間 2月1日(木)～22日(木)

提出方法 期間中に(必着)、意見募集用記入用紙(同組合 対 からダウンロード、または素案閲覧場所で配布)に記入の上、郵送(〒188-0014、東京都西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館組合事務局管理課宛て)、FAX(042・469・6982)、または 対 (kanri@tamarokuto-sc.or.jp)で提出を 対 同組合事務局管理課 042・469・6982



同組合 対

文化

「市民ギャラリー」小・中学校の作品展

東久留米駅構内の「市民ギャラリー」に市内の小・中学校の作品を展示します。

2月7日(水)～28日(水)東久留米駅構内「市民ギャラリー」市内小・中学校1点ずつ、絵画・手芸・彫刻などを展示。市文化協会事務局 ☎042・477・4700 または、生涯学習課生涯学習係 ☎042・470・7784



同協会 ☎

第16回みんなのクラシックコンサート

未来へはばたく若き演奏家たちの演奏と、長年地域の文化を担ってきた市演奏家協会による演奏をお届けします。

3月2日(土)午後2時開演(1時半開場) 生涯学習センターホール 出演者=第一部が新人演奏家、第二部が市演奏家協会。先着500人。入場無料(要整理券)。0歳から入場可。2月2日(金)午前9時から電話または同センター(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)で同センター ☎042・473・7811

東部演芸館「朗読会 空の村号」

3.11東日本大震災から13年目。篠

原久美子作「空の村号」(第48回斎田喬戯曲賞受賞)を「演劇ひろば」のスタッフと一般応募の市民による朗読劇を行い、「その日」を振り返ります。

3月10日(日)午後1時半開演(1時開場) 東部地域センター講習室 先着70人 眞喜志康壯氏(演劇ひろば代表) 2月2日(金)午前9時から電話または同センターで同センター ☎042・470・8020

スポーツ

ニュースポーツデー(スポーツ推進委員運営)

障がいのある方もない方もだれでも気軽に楽しめるニュースポーツが盛りだくさん。2月18日(日)開催の「市民つなひき大会」の講習・練習(チームでも個人でも参加可)もできます。

2月10日(土)午前10時～午後4時(入退場自由。都合のよい時間にどうぞ) スポーツセンター第1体育室 つかひき、ボッチャ、モルック、ミニテニス、ラージボール卓球、ユニカール、ソフトバレーボール、スカットボール、ネオテニス、輪投げ、リングキャッチ他 100円(未就学児無料) 室内履き(運動靴) 1人でも参加可。運動ができる服装で当日会場。生涯学習課 ☎042・470・7784



市 ☎

硬式テニス初中級者対象講習会 市テニス連盟主催

硬式テニスの初級者・中級者向けの講習会(初心者でも可能です)。

2月25日、3月10日・17日・24日(予備日3月31日)いずれも日曜日午前9時～11時 小山テニスコート 市内在住・在勤・在テニス連盟傘下サークル・在テニススクールの方 2,000円(当日集金) 硬式テニスラケット、テニスシューズ(運動靴)、タオル、飲み物 2月15日(木)までに(消印有効)、往復はがきに住所・氏名・電話番号・学校名(スクール名)・サークル名・年齢(学年)、初・中級の別を記入の上、〒203-0042、八幡町1-9-28、D-1201、小野寄清美宛て郵送を。連盟役員への直接申し込みも可能。同連盟・小野寄 ☎042・478・5881(午後6時～9時)



同連盟 ☎

名残雪スキー

今シーズンの滑り納めとして春スキーをしませんか。レベル別に班を作り楽しく滑ります。

3月8日(金)午後8時市役所前集合(8時15分出発)～10日(日)午後7時市役所前帰着予定 尾瀬岩鞍スキー場 ホテルみさわ ☎0278・58・7241 初・中・上級者 先着25人 費一般

29,000円(会員27,000円)小・中学生は2,000円引き、小学生は保護者同伴。リフト料金は個人負担です。2月14日(水)までに、電話で市スキー連盟事務局・榎本へ ☎榎本 ☎042・474・9197、携帯 ☎090・6028・5110

暮らし

ジェンダー平等連続講座vol.2 こども思春期☆おとな更年期

こどもも大人も幸せな人生を歩む秘訣のひとつが、「性」を正しく知ることです。「性」と「生」について知って、学び直し、お子さんの思春期、ご自身・パートナーの更年期に備えましょう。

2月17日(土)午後2時～4時 市役所7階704会議室 子育て中の方(ご夫婦、パートナーとの参加歓迎)、関心のある方 先着30人(要申込) 師村瀬幸浩氏(元一橋大学講師、「おうち性教育はじめます」[50歳からの性教育]著者) 2歳から未就学児の保育あり(先着5人)。電話でお問い合わせ下さい。2月1日(木)午前9時から、申し込みフォーム、男女平等推進センター宛て ☎(fifty2@city.higashikurume.lg.jp)、また 申し込みフォームは電話 ☎042・472・0061)で申し込みを同センター



申し込みフォーム

第51回暮らしフェスタくるめ(東久留米市消費生活展)

「私たちの安心な暮らしと未来へ～東久留米からはじめよう～」

暮らしフェスタくるめは、消費者意識を高め、消費生活の向上を図るために、実行委員会と市の共催で毎年開催しています。

今年は市内で活動する消費者団体や市民団体等のパネルを展示するほか、講演や親子で楽しめるイベントなどを企画しています。ぜひご来場ください。

◎2日間共通のイベント

≪市役所1階屋内ひろば≫

■参加団体パネル展示&クイズラリー

展示を見ながらクイズラリーに参加し、アンケートに回答頂いた方に粗品を贈呈(なくなり次第終了)。

展示団体の紹介(順不同) ▼カモン会 ▼東久留米にほんごクラス ▼株式会社セイウン ▼西都保健生活協同組合 ▼生活協同組合パルシステム東京清瀬委員会 ▼東久留米市まちづくり[生協のわ] ▼東久留米小山茶園サポーターズクラブ ▼東京都計量検定所 ▼東久留米市消費者センター

■0円均一

参加団体が出品したリサイクル品を持ち帰れます。来場者からの出品受け付けはできません。

開催期間中 当日会場で

■おもちゃの広場

～遊ぼう!東京おもちゃ美術館がやってくる!～

開催期間中 当日会場で

■消費生活相談コーナー

～契約のことでお困りのことはないですか?～

開催期間中 当日会場で

■ハンドトリートメント

～ホッと一息リラックスタイム～

2月17日(土)午後2時～4時、18日(日)午後1時～3時 費無料 定各日先着6人 申電話申し込み

◎1日のみのイベント

≪市役所1階ステージ≫

■フォルクローレ～アンデスの音楽をみんなで楽しみましょう～

出演者:東京都認定ヘブナーアーティスト「アンデス伝承音楽演奏グループWinay」

2月17日(土)午後2時～2時45分 当日会場で

≪市民プラザホール≫

■脳トレ～みんな元気に!レッツ脳トレ!～

2月17日(土)午後1時15分～1時45分

師 猿渡健康運動指導士 器 タオルと飲み物 定 先着50人 申 電話申し込み

■つるし雛づくり～自分だけのつるし雛をつくろう～

2月17日(土)午後2時～4時 費500円(材料費込) 定 先着20人 申 電話申し込み

■記念講演「子どもに気をつけたい食品添加物」～子どものよりよい成長を願って～

2月18日(日)午前10時～正午 師 原英二氏(日本消費者連盟運営委員) 費無料

定 先着50人 申 電話申し込み

■子どもコンシューマー講座「プラスチックとそのリサイクル」

2月18日(日)午後1時～3時

師 一般社団法人プラスチック循環利用協会、富田齊氏、大和田敦史氏 費無料

対 小学生と保護者 定 先着15組30人 申 電話申し込み

≪市民プラザ会議室≫

■おもちゃ病院

受付=2月17日(土)午後1時半～4時、返却=2月18日(日)午後1時～3時

定 先着20人 器 おもちゃは一人1点まで。両日、直接会場に来られる方のみ

費無料(部品代は実費)

他 ボランティア活動の一環のため、必ず直るものではありません 申 当日会場で

開催日時 2月17日(土)午後1時～4時、18日(日)午前10時～午後3時
開催場所 市民プラザ(市役所1階)
申 申し込みが必要なイベントについては、2月5日(月)午前10時から電話で生活文化課市民協働係 ☎042・470・7738)へ ☎同係