

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

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
 市役所ロビー、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
 ◎ホームページのご意見箱
<http://www.city.higashikurume.lg.jp/goiken/index.html>

〈今月の月間・週間案内〉 まちづくり月間、歯の衛生週間（4日～10日）、男女共同参画週間（23日～29日）、測量の日（3日）、時の記念日（10日）、父の日（16日）

【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象・資格 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

第61回市民のための医療講座 「新型インフルエンザについて」

今までに経験のないインフルエンザが発生したとき、どのように対応したらよいのでしょうか。現状と対応について最新の情報を紹介します。

日6月15日（土）午後2時～4時
 市役所7階701会議室 定先着100人 師国立病院機構東京病院呼吸器内科外来診療部長の永井英明氏。司会は東久留米市医師会会長の山口規夫氏 費無料
 申当日直接会場へ 問健康課 ☎477・0022

肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルスとはウイルスの感染によって起こる肝臓の病気です。ウイルスの種類によってB型肝炎、C型肝炎などと呼ばれます。

肝炎ウイルス感染の有無は、血液検査で調べます。一生のうちに一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。

注市内在住で40歳（昭和48年4月1日～49年3月31日生まれ）の方または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方 問問診・血液検査
 ▼実施医療機関 市内指定医療機関
 ▼受診方法と費用 ①40歳で東久留米市の国民健康保険に加入している方＝特定健診の案内通知に「肝炎ウイルス検診無料受診券」を同封します。費用は無料②40歳で被用者保険などに加入している方＝5月下旬に「肝炎ウイルス検診無料受診券」を、個別通知しました。費用は無料③41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方＝「東久留米市肝炎ウイルス検診受診券」が必要です▼受診期間 東久留米市の特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象となる方は、各健診該

当月に同時に受診してください。被用者保険などに加入している方は、6月～10月に受診してください 費500円（生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付対象者は無料） 申検査日までに余裕をもって健康課特定健診係 ☎477・0013へ申し込みをしてください 問同係

特定健康診査、後期高齢者健康診査 6月の受診対象は4・5・6月生まれの方です

生活習慣病予防、健康の保持・増進や疾病の早期発見・治療のための健診を実施します。健診内容や実施医療機関などは、個別通知を5月下旬に発送しましたので、ご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます（7面参照）。

注①特定健診＝東久留米市国民健康保険に加入する40歳～74歳（昭和14年～昭和48年生まれ）の方②後期高齢者健診＝後期高齢者医療被保険者 他25年4月1日以降に国民健康保険に加入した方、後期高齢者で転入した方は健康課特定健診係 ☎477・0013へ問い合わせてください 問同係

特定健康診査、後期高齢者健康診査 受診月一覧

受診月	受診対象者	個別通知
6月	4・5・6月生まれの方	5月下旬
7月	7・8・9月生まれの方	6月下旬
8月	10・11月生まれの方	7月下旬
9月	12・1月生まれの方	8月下旬
10月	2・3月生まれの方	9月下旬

1歳6カ月児健康診査

日6月13日（木）午後0時半～1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 注23年11月6日～30日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

3歳児健康診査

日6月6日（木）午後0時半～1時半受け付け 場わくわく健康プラザ 注22年5月7日～6月2日生まれの幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

はじめてのはみがきレッスン “歯っぴーベイビー”

日6月11日（火）午前10時～11時半 場わくわく健康プラザ 注歯の手入れの方法、虫歯予防について、親子遊びなど 注定「0歳児クラス」として満8カ月～10カ月児とその保護者、先着15組 申問 6月3日（月）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

2歳児歯科健診

日6月5日（水）午前9時15分～10時15分受け付け 場わくわく健康プラザ 注歯科健診、ブラッシングなど 注23年5月生まれ幼児 申当日直接会場へ 問健康課保健サービス係 ☎477・0022

ぱくぱく幼児食

日6月25日（火）午後1時15分から 場わくわく健康プラザ 注野菜たっぷり幼児食の試食や料理体験をします 注2歳～3歳児とその保護者 注定20組 申エプロン（試食用）、飲み物 申問 6月3日（月）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

育児相談

日6月14日（金）午前9時半～午後2時 場わくわく健康プラザ 注育児の相談、体重測定 注乳幼児とその保護者 申問 電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ



7面へつづく

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】 ※救急診療に限ります（薬の処方も最低限の日数となります）
 6月2日、9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】
 6月2日、9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）
 6月2日＝前田病院（中央町5-13-34、☎473・2133）
 6月9日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473・3311）
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）

【主な問い合わせ先】（市外局番は042）

- 東久留米市役所 ☎470・7777（代）（受付は平日の午前8時半～午後5時）
 ▼ごみ対策課 ☎473・2117（粗大ごみの申し込みは☎473・2118）
 ▼健康課 保健サービス係☎477・0022、予防係☎477・0030
 特定健診係☎477・0013
- わくわく健康プラザ（わくわく健康プラザ施設の貸し出し） ☎477・1115
- 中央図書館 ☎475・4646（月曜～木曜日が午前10時～午後8時。土曜・日曜日、祝日が午後5時まで。休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始、特別整理休館日）
- 生涯学習センター ☎473・7811（午前9時～午後10時。休館日は第4月曜日と年末年始）
- スポーツセンター ☎470・7900（平日が午前9時～午後11時。土曜・日曜日、祝日が午後9時半まで）
- 市民プラザ ☎470・7813 ▼西部 ☎471・7210、南部 ☎451・2021、東部 ☎470・8020の各地域センター

《関係機関の電話番号》

- ▼東久留米消防署 ☎471・0119 ▼田無警察署 ☎467・0110
- ▼東京都水道局多摩お客さまセンター ☎0570・091・101/☎042・548・5110
- ▼シルバー人材センター ☎475・0738 ▼社会福祉協議会 ☎471・0294
- ▼多摩六都科学館 ☎469・6100 ▼柳泉園組合 ☎470・1555
- ▼多摩小平保健所 ☎450・3111

ごみ

問ごみ対策課☎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。

燃やせるごみ

週2回、西部地区と東部地区に分けて収集します。

- 【月曜日・木曜日】 本町二丁目、小山、幸町、前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生
- 【火曜日・金曜日】 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、本町一・三・四丁目、中央町、南沢

紙類

- 週1回、回収します。
- 【木曜日】 浅間町、学園町、ひばりが丘団地、南沢
- 【金曜日】 前沢、南町、滝山、下里二・三丁目、弥生
- 【水曜日】 上記以外の地域

燃やせないごみ

週1回、袋で収集します。

- 【月曜日】 学園町、ひばりが丘団地、中央町、南沢
- 【火曜日】 前沢、南町、滝山
- 【水曜日】 下里、柳窪、八幡町、弥生
- 【木曜日】 氷川台、本町、小山、幸町、野火止
- 【金曜日】 上の原、神宝町、金山町、大門町、東本町、新川町、浅間町

資源ごみ

- ★容器包装プラスチック…週1回、「燃やせないごみ」を出す日の前日、（学園町、ひばりが丘団地、中央町、南沢は金曜日）、地域ごとの指定日に回収
- ★びん・缶・ペットボトル…週1回程度、地域ごとの指定日に回収
- ★古布…「燃やせるごみの日」に出してください（雨天の場合は次回に）

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		

2013 東久留米市平和事業

平和の願いを込めて 鶴を折りませんか

市では、平和の願いを込めた鶴を市民の皆さんに折っていただき、「平和の千羽鶴」にして、市役所1階のロビーに飾ります。そして8月に、原爆被爆者のご冥福と恒久平和を祈念して、被爆地である広島市と長崎

市に千羽鶴を送ります。皆さんのご協力をお願いします。折り紙は6月5日(水)～25日(火)の期間に、市役所、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、各地区センター、生涯学習センターなどで配布しています。詳しくは企画経営室総務課庶務担当☎470・7714へ。



【表記の凡例】 日日時 場場所 内内容 対対象・資格 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

大腸がん検診

6月1日(土)から大腸がん検診を実施します。東久留米市国民健康保険加入者、後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付金受給者は、誕生日ごとに受診月が決まっています。特定健診などの受診時に一緒に受けてください。被用者保険などの加入者は、次の内容を参照し、6月1日(土)～10月31日(木)に下表の医療機関で直接受診してください。便潜血検査(2日法)検便検査です。内視鏡検査ではありません。市内在住の26年3月末で40歳以上の方。ただし、次の①②に該当する方は、受診前にかかりつけ医にご相談ください。①現在、大腸やその他の腸の疾患で治療中の方②大腸がん検診で精密検査を受けた方、または疾病が発見されて経過観察中の方③生理中を避けて受診してください。500円(受診医療機関の窓口でお支払いください) 注 検診結果は医療機関で直接お聞きください(郵送は行っていません)。検体が



提出されなかった場合でも、自己負担金は返却できませんので、あらかじめご了承ください。

「がん検診推進事業」の対象年齢の方へは、大腸がん検診無料クーポン券およびご案内を送付します。詳細は同封の「大腸がん検診無料クーポン対象者の皆様へ」を参照してください。なお、東日本大震災により、市内に避難している方は、無料で受診できますので、健康課特定健診係☎477・0013へ問い合わせてください。同係

がん検診推進事業 大腸がん検診無料クーポン券を送付(配付)します

国のがん対策推進基本計画の一つとして「がん検診推進事業」を実施しています。

注25年4月1日時点で、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の方 受診時期 ①東久留米市国民健康保険加入者=誕生日ごとに決まっている特定健診の実施時②被用者保険加入者=6月1日(土)～10月31日(木) 注無料注通知に同封の「※大腸がん検診実施医療機関一覧表」中の、「11武田クリ



「大腸がん検診」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1-4-28-113	471・2628
篠原医院	金山町2-6-14	471・1431
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 3階	473・5596
おかの内科クリニック	東本町6-15 2階	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9 2階	477・5566
武田クリニック	大門町1-1-24	477・5856
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
尾崎医院	浅間町2-26-19	421・8138
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421・2121
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
小笠原医院	本町1-2-3	471・0056
たかはしクリニック	本町2-3-4	479・1800
子田整形外科	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
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
おさぎ内科循環器科クリニック	幸町4-2-1 2階	477・0555
さいわい町診療所	幸町5-7-1	470・7676
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
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
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
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

(※) 石垣整形外科では特定健診を実施していません。

ニック」の休診日の記述に誤りがありました。正しくは「休診日が日曜日」で、「午後休診日が土曜日」です。お詫びして訂正します。健康課特定健診係☎477・0013

※この事業は国の補助事業です。前記以外で検診対象年齢の方は、市が実施する大腸がん検診を受診してください。

がん検診推進事業(国の補助事業) 「大腸がん検診」の受診対象者

対象年齢	対象生年月日
40歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日
45歳	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日
50歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日
55歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日
60歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日

子ども相談

注6月11日(火)午前9時半～午後3時 注わくわく健康プラザ注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。注幼児とその保護者注電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ 食事相談・健康相談

注6月7日(金)が午後1時半～3時半、18日(火)が午前9時半～11時半 注わくわく健康プラザ注血糖、コレステロール、中性脂肪、血圧、その他、乳幼児期～高齢期の食事や健康に関する個別相談。体組成(体脂肪率や筋肉率など)の測定注健康診断の結果表、食事記録など注電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

スポーツ

ジュニア育成ソフトテニス初心者教室

～NPO法人東久留米市体育協会・公益財団法人東京都体育協会・東京都主催ソフトテニスをやってみようと思っている方、始めたばかりの方は、今がチャンスです。楽しみながら国体の選手や、アスリートを目指してみませんか。

注6月15日(土)午前8時～午後4時(予備日は6月22日(土)) 注市立テニスコート注市内在住・在学の小学3年～高校3年生で、テニスシューズ・ラケットを持っている方注100人(小学生15人、中学・高校生85人。応募者多数の場合は抽選)注無料注タオル、帽子、



飲み物注6月10日(月)までに(必着)、往復はがきに教室名・住所・氏名・電話番号・学校名・学年を記入の上(返信用にも住所・氏名を書いて)、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内、体育協会事務局宛て郵送、またはファクス(470・4600)で送信を注同協会事務局☎470・2722

ニュースポーツデー ～スポーツ推進委員会

注6月8日(土)午前10時～午後4時 注スポーツセンター 注クライミング体験(午前10時～正午)、ミニテニス、ネオテニス、ソフトバレーボール、ユニカール、ラージボール卓球、スカットボール注100円注上履き注当日直接会場へ注生涯学習課スポーツ振興係☎470・7784

図書館へ行こう

6月の図書館休館日

中央・滝山・ひばりが丘・東部の各図書館の休館日は、6月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)です。中央図書館は、18日(火)も館内整理のため休館します。

中央図書館☎475・4646 大人のためのおはなし会

おはなし会ボランティアと図書館職員が、お話し好きの大人のために、おはなし会を開催します。普段なかなか聞けない、少し長いお話などもあります。気軽に来場ください。



注6月4日(火)午前10時半～正午 注中央図書館大集会室 注無料注当日直接会場へ注同館☎475・4646

よもう!あそぼう!かがくの本テーマ「いろみず」

絵本「ふしぎないろみず」(岩波書店)を読んで、色が変わる水の実験をしてみよう。

注6月9日(日)午前10時半～11時半 注中央図書館視聴覚ホール注無料注当日直接会場へ注中央図書館☎475・4646

イベント

第185回市民プラザ・ロビーコンサート

「初夏に送る～ジャズ、ボサノバの名曲～」

注6月15日(土)午後2時～3時 注市役所1階屋内ひろば注出演は、星優子(フルート)、紺野けんじ(テナーサクソ)、ケビン・マキュー(ピアノ)の各氏。主な曲目は「星影のステラ」「ワン・ノート・サンバ」「ナイト・アンド・デイ」ほか注無料注当日直接会場へ注市民プラザ☎470・7813

お知らせ

つくってあそぼう!

「ひっくりかえる」や、お面、どんぐりのおもちゃなどを「つくる」から「あそぶ」まで、一緒に楽しみましょう。

6月22日(土) 午後1時~3時 生涯学習センター集会所1・2 市内在住・在学中小学2年生以下のお子さん(未就学児は保護者同伴) 定先着30人 費100円(保険代・材料費。同伴者も同額) 6月3日(月) から電話で市文化協会事務局 ☎477・4700 (月曜~金曜日、午前9時~午後5時) へ

東久留米ドキュメンタリー映画祭2

会場、内容などは次の通り。
◎東部地域センター= 6月29日(土) 午前10時から、「いわさきちひろ 27歳の旅立ち」

◎西部地域センター= 6月29日(土) 午後2時から「毎日アルツハイマー」、5時から「いわさきちひろ 27歳の旅立ち」

◎南部地域センター= 6月30日(日) 午前10時から、「生き抜く 南三陸町人々の一年」

◎市民プラザ= 6月30日(日) 午後2時から、「バオバブの記憶」(上映後に本橋成一監督の挨拶あり)

費1作品1,000円、2作品1,900円、3作品2,700円、4作品3,500円(各会場とも30分前に開場。保育あり) 市民プラザ ☎470・7813、東部地域センター ☎470・8020、西部地域センター ☎471・7210、南部地域センター ☎451・2021 **ゆかた着付け講座**

少人数のグループで基本から練習しましょう。

全2回。7月4日・11日、いずれも木曜日の午前10時~正午 東部地域センター 女性限定 定先着20人 費500円(2回分) 浴衣・小物など 6月3日(月) 午前10時から、直接東部地域センター窓口へ 同センター ☎470・8020

25年度東京都介護支援専門員実務研修受講試験

受験要項の配布期間・場所 6月3日(月)~7月10日(水)に、介護福祉課(市役所1階)、健康課(わくわく健康プラザ内)、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、都庁本庁舎で配布します。 ※郵送を希望する場合は、390円切手を貼った

「角2サイズ」の返信用封筒を同封の上、〒162-0823、新宿区神楽河岸1-1、セントラルプラザ14階、公益財団法人東京都福祉保健財団宛て郵送を。▼試験日 10月13日(日) 6月3日(月)~7月10日(水)に(消印有効)、必要書類などを簡易書留で、同財団宛て郵送を 同財団 ☎03・5206・8735、市内配布先については介護福祉課介護サービス係 ☎470・7777 (内線2556)

講座「介護入門編 ~ 男女がともに介護に向き合うには」
男女平等推進センター主催
高齢化社会に向けて、互いに人権を尊重し、生き生きと暮らす社会を実現するためには、男女が共に介護に向き合い、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)が可能な環境を整え

する必要があります。また、介護する側、介護される側、どちらの立場にもなり得るといふ観点から介護について関心を持つことが大切です。福祉・介護の仕事を知り、介護について考えてみませんか。

7月4日(木) 午前10時~正午 男女平等推進センター会議室 福祉・介護の仕事を知る「新しい介護キャリアパス制度について」など 先着24人 東京都福祉人材センター職員 無料 2歳~未就学児の保育あり(定員5人)。6月5日(水)~24日(月)に要予約 6月5日(水)~7月1日(月)に電話(472・0061)または直接、男女平等推進センター(火曜日休館)へ **男女共同参画週間 講座と展示**

「男女共同参画 基本のくさき」
6月23日(日)~29日(土)は男女共同参画週間です。

2012年に世界経済フォーラムが発表した男女平等(ジェンダー・ギャップ)指数ランキングで日本は101位と、女性議員や経済分野での女性管理職の比率の低さなどが指摘されています。

「男女共同参画社会基本法」(1999年公布・施行)の目的や理念を振り返り、「一人ひとりが幸せな社会」について考えてみませんか。

6月24日(月)~28日(金)は男女平等推進センター内で、パネル展示も行っています。

連続講座(全2回)

6月23日(日)・29日(土) いずれも午後2時~4時 男女平等推進センター会議室 ①「101/135 なぜ101位? どうする101位?」②「女性は日本を救えるか?」 先着各24人(2回連続して受講できる方を優先) 非常勤講師で東京大学社会科学研究所特任研究員の皆川満寿美氏 無料 2歳~未就学児の保育あり(定員5人)。6月5日(水)~13日(木)に要予約 6月5日(水)~20日(木)に電話(472・0061)または直接、同センター(火曜日休館)へ

第23回ふれあい市民カラオケ大会

日ごろ鍛えた自慢ののどで、世代間交流をしてみませんか。コンテストではありませんので、気軽にご応募ください。入場のみも可能です。

7月20日(土) 午前9時半から 生涯学習センターホール 100人(応募者多数の場合は抽選) 無料 6月22日(土)までに(必着)、往復はがきに「ふれあい市民カラオケ大会参加希望」と明記し、個人・グループの別と曲名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-11-9、「生きがい健康の会」事務局・岡沢秀夫宛て郵送を 同事務局・岡沢 ☎474・7718

チャレンジボランティア講座

ボランティア活動をサポートする講座です。ボランティアについて学び、希望者に高齢者福祉施設や障がい者福祉施設、保育園、ボランティア団体などの活動を紹介します。詳細は社会福祉協議会ホームページ (http://www.higashikurume-shakyo.or.jp/) をご覧ください。

(1) ボランティア講座

次のいずれか1日に必ずご参加を。
① 6月15日(土) ② 6月29日(土) ③ 7月21日(日)。いずれも午前9時半~正午 ①③がわくわく健康プラザ2階社協会議室A・B。②が中央町地区センター第3・4会議室 200円 当日直接会場へ

榛名地域の新しいスポーツイベントとして、「榛名湖リゾート・トライアスロンin群馬」を、7月20日(土)・21日(日)に開催します。
20日(土)は、ちびっこ・キッズ・ジュニア・チャレンジトライアスロン大会。21日(日)は、スタンダード・リレー



美しい水面の榛名湖と榛名富士

は、問い合わせは、榛名湖リゾート・トライアスロンin群馬エントリー事務局 ☎048・778・5880、または大会公式ホームページ (http://harutai.jp) をご覧ください。(高崎市榛名支所地域振興課)

榛名湖リゾート・トライアスロンin群馬



ライアスロン大会を行います。スイムは榛名湖を泳ぎ、バイクは榛名富士を中心とした変化に富んだアップダウンコースと、広々とした榛名湖畔沿いを走り抜けます。ハードからその満足感と充実感が味わえる設定となっています。ランはリゾート気分いっぱいの湖畔沿いを走ります。木々の緑

の下、心地よい風を感じながらのフィニッシュです。
6月20日(木)まで、参加者を募集しています(各種目とも定員になり次第締め切り)。湖畔に映る深緑と、美しい水面きらめく高原リゾートを満喫しながら、家族みんなで「特別な夏」をトライアスロンで体感してみたいかがでしょうか。

(2) 活動の申し込み ※前記(1)の講座参加者のみ受け付け。

7月6日(土)が午前9時半~正午、7月21日(日)が午後1時半~4時 わくわく健康プラザ2階社協会議室A・B 300円(ボランティア保険料)

(3) ボランティア活動

7月21日(日)~8月31日(土)。半日から選択 小学4年生以上の学生や主婦、定年退職者など、地域でボランティア活動してみたい方 受け入れ施設によって年齢制限などの条件があります

社会福祉協議会ボランティアセンター ☎475・0739

市民リポーターと編集委員の募集
東久留米のふれあい情報サイト「くるくるチャンネル」の市民リポーター・編集委員を募集します。

4月から新しくなった同サイト (http://kuru-chan.com) に、地域の出来事や市民の皆さんにとって有益な情報を投稿していただける方を募集しています。「くるくるチャンネル」に記事を投稿して、一緒に同サイトを盛り上げましょう。

東久留米市コミュニティサイト運営委員会事務局 ☎439・6033、電子メール (kuru2@bz03.plala.or.jp)、または生活文化課市民協働係 ☎470・7738へ

ガイド

「浸水への備え」をお願いします

都下水道局では、雨期に向かう6月を「浸水対策強化月間」と定め、地域の皆さんに浸水への備えをお願いしています。

道路にある雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が下水道管に流れ込まず、浸水の危険性が高まります。雨水ますや側溝にごみを入れたり、上に物を置いたりしないようにしてください。また、「東京アメッシュ」(http://tokyo-ame.jwa.or.jp/) で、降雨情報を提供していますので、ご活用ください。

同局流域下水道本部 ☎042・527・4828

多摩六都科学館

「一夜だけの七夕プラネタリウム」
世界一のプラネタリウムが映し出す

満天の星の中で、ご家族一緒に星を探しませんか。知っているようで知らない「七夕」について、クイズなども入れてお話しする特別投影プラネタリウムです。

7月7日(日) 午後5時10分~6時 (4時までに入館し、開場まで展示室をご覧ください) 200人 (応募者多数の場合は抽選) 観覧付入館券=大人1,000円、4歳児~高校生400円 6月24日(月)までに(必着)、はがきに開催日、イベント名、郵便番号、住所、氏名、年齢(学年)、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 ☎042・469・6100



多摩北部医療センター

「たまほく市民公開講座」

6月22日(土) 午後2時~3時半 (1時半から受け付け) 東村山サンパルネ コンベンションホール(西武新宿線東村山駅西口から徒歩1分) 「血液内科って何ですか? ~ 貧血の話、血液の癌の話 ~」 先着150人 公益財団法人東京都保健医療公社多摩北部医療センター血液内科部長の堤久氏 無料 当日直接会場へ 同センター庶務課企画係(松本・手塚) ☎042・396・3811 (内線2107)

都立清瀬特別支援学校「学校公開」

特別支援学校(知的障害)の教育を理解していただくため、授業・施設を公開します。

6月5日(水) 午前9時~正午(見学は9時45分~11時15分) 都立清瀬特別支援学校(清瀬市松山3-1-97) 小・中・高校、各学部の授業公開など 他教育相談を希望する方は、当日申し込みください 同校・副校長(岡田) ☎042・494・0511

「私は守ります。電波のルール」

6月1日(土)~10日(月)は、「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。

問い合わせは、関東総合通信局 不法無線局による混信・妨害 = ☎03・6238・1939 ▼ テレビ・ラジオの受信障害 = ☎03・6238・1945 ▼ 地上デジタル放送の受信相談 = ☎03・6238・1944