

親子で農業体験を！ 「農ウオーク」にご参加ください

東久留米市農業経営者クラブでは、今年度の「親子農業体験」の2回目として、野菜・果樹・花卉・きき 農業を回り、摘み取りなどを体験する「農ウオーク」を実施します。

「団塊シンポジウム」を開催します

団塊ぐらねつでは、これから地域で趣味やスポーツ、社会活動などを考えている団塊世代の市民を対象に、地域デブリーのきっかけや楽しさを語り合ったり、地域参加の糸口をつかんでいただくために、「団塊シンポジウム」を開催します。

認知症について正しい知識を学びませんか

認知症サポーターとは、認知症について正しい理解を持ち、地域で生活している認知症の方やその家族の方を温かく見守り、自分ができる範囲で支援する方をいいます。



【日時】11月18日(金)午後1時半～3時(受け付けは1時から) ●会場 中央町地区センター(中央町6ノ1) 1. 定員 先着20人

家族介護者教室

自宅が高齢者を介護している家族の方を対象に、安心して介護を続けられるよう、

【日時】11月16日(水)午後1時半～3時半(受け付けは1時から) ●会場 介護老人保健施設

トーク&演奏会 「今ドキ!若者たちのワークライフバランス」

講師の橋本(おうちゅ)こと若井宏氏は、所属の会社員(17歳)です。忙しく働いて、現代若者を楽しまし、和楽器の良さを広めたいと活動しています。仕事と趣味の両立(二刀)「弾き青春」に

「気づかない...DV」を考えると「ふたりの関係がおかしいと感じたら」

配偶者間や恋人間に介在する暴力(ドメスティックバイオレンス(DV))について理解を深める講座です。幸で

part7

「気づかない...DV」を考えると「ふたりの関係がおかしいと感じたら」

23年秋の火災予防運動が始まります

11月9日(水)～15日(火)の1週間は秋の火災予防運動です。防火防災に関する意識や防災行動力を高め、火災や地震から尊い命と貴重な財産を守りましょう。



秋の火災予防運動ポスター

住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。住宅用火災警報器は、火災の煙や熱などを感知して、音声や警報音で知らせるため、火災の早期発見に大変有効です。

秋の火災予防運動中の行事
●防火のつどい
●日程 11月15日(火)午後1時半から ●会場 まるにエホール(生涯学習センター)

秋の火災予防運動中の行事
●消防クイーンを開設
●日程 11月12日(土)13日(日) ●会場 市民みんな

東久留米市老人クラブ連合会(久老連)の会員を募集します

老人クラブは「いきいき長寿社会」の主役として、さまざまな分野で地域に密着した活動を行っています。

クラブ名	会長(所在地)	電話番号
上の原クラブ	広瀬寿乃(上の原)	472-6046
落合ふれんず	池浦巳四喜(浅間町)	422-4147
門前会	内藤徹(大門町)	474-9809
松栄会	新井節(浅間町)	422-8596
水川台サンライズ	桑本弘(水川台)	473-2902
大門クラブ	八木妙子(大門町)	473-0623
ひばりが丘クラブ	山田恵(ひばりが丘団地)	467-7960
丸実会	横井祐(中央町)	476-1055
南立花会	河村文雄(中央町)	473-0506
銀杏会	土屋正夫(中央町)	458-1552
悠々会	吉田泰子(中央町)	471-5705
福寿会	國重暢(本町)	471-1373
小山クラブ	松本ヒロ(小山)	471-2585
野火止会	杉井貴佳(野火止)	471-4019
ひまわり会	河合昌幸(前沢)	474-2318
ほんむらクラブ	石原豊之(野火止)	474-6513
中央クラブ	谷古宇和夫(中央町)	471-0532
八幡クラブ	對馬寛(八幡町)	471-5742
雅友会	白井文彦(柳窪)	471-2394
前沢ときわ会	小柳リウ(前沢)	473-4939
滝山青葉会	鷹羽肅(前沢)	458-2681
草の実会	有賀康明(滝山)	472-5804
柳窪みどり会	野崎健男(柳窪)	473-2566
メダカの会	大久保栄(下里四丁目)	475-1372
いちようクラブ	吉松哲昭(下里七丁目)	475-2017
西美里会	野村五郎(下里四丁目)	473-1292
滝山会	木村六郎(滝山)	473-4702

老化予防教室

いつも同じ献立だったり、1日2食になったりしていませんか。栄養が十分でないとお体も進みます。元氣の出る食べ方のコツを栄養士がお伝えします。

【日時】全2回 11月14日(月) 全2回 11月14日(月) 午前10時～午後零時 半(会費あり、11月28日(月)が午前10時～正午)

【内容】①老化予防の食事や簡単に栄養のある料理方法についての講義(調理実習はありません) ②会食などを通して参加者同士の楽しい交流など

【内容】①老化予防の食事や簡単に栄養のある料理方法についての講義(調理実習はありません) ②会食などを通して参加者同士の楽しい交流など

【内容】ケア東久留米5階会議室(室町3ノ11)10

【内容】ケア東久留米 看護士の大西球子氏ほか

【内容】ケア東久留米5階会議室(室町3ノ11)10

【内容】ケア東久留米 看護士の大西球子氏ほか

【内容】ケア東久留米5階会議室(室町3ノ11)10

【内容】ケア東久留米 看護士の大西球子氏ほか

多摩六都フェア 多摩北部5市美術家展(第24回圏域美術家展)

圏域5市(東久留米市、小平市、東村山市、清瀬市、西東京市)を代表する著名な美術家の作品(絵画)を展示します。ぜひご鑑賞ください。主催は多摩北部都市広域行政圏協議会。企画は圏域美術家展実行委員会。

▼日時 11月15日(火)～20日(日) 午前10時～午後6時(20日は午後5時まで) ●会場 東村山市立中央公民館1階展示室(東村山市本町2-33-2) ●交通 西武新宿線東村山駅東口から徒歩2分 ●入場料 無料 ●当日直接会場へ詳しくは同館 ☎042・395・7511へ。

いろいろな転倒防止対策方法

市民伝言板

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。

【市民伝言板】市民の声を届けるための場です。お気軽にメッセージを送ってください。