

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	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.htm>

人口と世帯 人口114,649人(男56,651人 女57,998人) 世帯数50,648<平成23年5月1日現在住民基本台帳による> 外国人登録数1,751人<平成23年5月1日現在>

けんこう

あなたの町に伺います！出張健康講座(市民プラザ)

～自分の健康度測定をして、今日から健康づくりをしてみませんか～

【日時・会場】5月31日(火)午後2時～4時、市民プラザホールなど

【主な内容】①体組成測定＝体脂肪率、筋肉率、基礎代謝量など、自分の体を知ってみませんか②足指力測定＝下肢筋力の計測結果から、筋力アップのトレーニング方法をお伝えします③呼吸一酸化炭素濃度測定＝喫煙している方におすすめ。自分はヘビースモーカーなのかを測定④血圧＝血圧の自己測定方法をお伝えします⑤握力測定＝全身の筋力の一つの指標になります⑥運動指導士による実践指導＝午後2時からと3時から、各30分ずつ⑦保健師、管理栄養士による食事・運動のアドバイス

◆当日直接会場へ ※素足での測定あり。脱ぎ着しやすい靴下などでご来場ください。詳しくは健康課保健サービス係☎477・0022へ。



体の衰えが気になる方へ機能回復訓練をご利用ください

筋力低下などの体力の衰えを、高齢だから仕方がないとあきらめていませんか。機能回復訓練事業では、高齢の方に無理がないよう、一人ひとりの体の状態を専門家が個別指導しながら、マシンを使用して運動トレーニングを行います。筋力を回復して、心も体も若返りましょう。

▼対象 介護認定要支援1・2、要介護1・2の方▼利用日 週2回3カ月間▼費

用 1回につき580円 ※送迎あり。◆申し込みはケアマネジャーまたは東部☎473・9996、中部☎470・8186、西部☎472・0661の各地域包括支援センターへ。

詳しくは介護福祉課地域ケア係(内線2501、2502、2557)へ。

生活機能評価を受けましょう

生活機能評価は、年齢とともに現れる「老化のサイン」に早く気づき、老化を先送りすることを目的に行います。

▼対象 65歳以上で市内在住の方(要支援・要介護認定者は除く) ▼受け方 医療保険の種類により次の通り受け方が異なります。①国民健康保険加入者および後期高齢者医療被保険者は、特定健診または後期高齢者健康診査と同時に、市内医療機関で受診してください(健康課から個別に通知します) ②無保険者には介護福祉課から個別に通知します③社会保険被扶養者など上記以外の方は、直接介護福祉課(市役所1階)へ来庁ください(受付期間は6月～10月) ▼費用 無料

詳しくは介護福祉課地域ケア係(内線2501・2502)へ。

脳の健康教室

簡単な読み書き計算で、脳の健康維持と認知症予防に取り組む教室です。

▼内容 ドリルを使った簡単な読み書き、計算学習、参加者同士の交流など▼日程 祝日を除く、6月20日～12月19日のいずれも月曜日、午前中に1時間程度▼会場 中央町地区センター▼対象 65歳以上で1人で会場に通うことができる方▼定員 先着20人▼費用 無料◆申し込みは5月16日(月)午前9時から電話で、介護福祉課地域ケア係(内線2501・2502)へ

詳しくは同係へ。



お子さんの麻しん風しんの予防接種はお済みですか

麻しん風しんのまん延を予防するために、

18年度から麻しん風しん混合ワクチンによる2回接種(対象は1期が1歳児、2期が幼稚園や保育園などの年長児)に変わりました。20年4月1日からは、5年間の期限付きで3期、4期に拡充されました。

23年度の3期、4期の対象は次の通りです。

▼3期＝中学1年生に相当する年齢(10年4月2日～11年4月1日生まれ) ▼4期＝高校3年生に相当する年齢(5年4月2日～6年4月1日生まれ)。

近年、麻しん(はしか)の流行がみられ、早期の免疫獲得が必要です。対象となる方には個別に通知しています。未接種の方は早めに接種することをお勧めします。なお、対象となる方で通知の届かない方は、健康課予防係☎477・0030へ問い合わせください。

【接種期間】24年3月31日まで

詳しくは同係へ。

4カ月児健康診査・BCG予防接種

▼日時 6月2日(木)午後零時半～1時半受け付け。6カ月未満児でBCG予防接種のみの方は午後1時半～2時45分受け付け▼会場 わくわく健康プラザ▼対象

23年1月19日～2月3日生まれの乳児◆当日直接会場へ

詳しくは健康課保健サービス係☎477・0022へ。

1歳6カ月児健康診査

▼日時 5月26日(木)午後零時半～1時半受け付け▼会場 わくわく健康プラザ▼対象 21年9月19日～10月16日生まれの幼児◆当日直接会場へ

詳しくは健康課保健サービス係☎477・0022へ。

3歳児健康診査

▼日時 5月19日(木)午後零時半～1時半受け付け▼会場 わくわく健康プラザ▼対象 20年4月16日～5月8日生まれの幼児◆当日直接会場へ

詳しくは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)

5月15日・29日＝わくわく健康プラザ内休日内科診療所(滝山4-3-14、☎473・3663)

5月22日＝山口内科・呼吸器科クリニック(本町3-12-2、☎472・2386)

【歯科】
5月15日・22日・29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)

5月15日・29日＝前田病院(中央町5-13-34、☎473・2133)

5月22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】(市内局番は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出) ☎477・1115

○中央図書館 ☎475・4646

(午前10時～午後5時。休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始と特別整理期間)

○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、祝日が午前9時～午後9時半)

○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

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・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・紙パック類…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	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	

わくわくウオーク!

～市内のおすすめポイントめぐり①～

「これからウオーキングを始めたいので効果的な歩き方を知りたい」「歩く仲間を作りたい」「お勧めウオーキングコースを歩いてみたい」など考えている方、新たな市内の魅力を見つけに、一緒に歩いてみませんか。

【日時】 5月27日(金) 午前9時15分～正午
【集合場所】 わくわく健康プラザ

【内容】 約4kmの市内ウオーキング(さいかち窪コース)。小雨決行。天候により中止の可能性あり

【持ち物】 タオル、飲み物、歩数計(お持ちの方) ※歩きやすい服装と靴でご参加ください。

【定員】 先着30人
 ◆申し込みと詳しくは5月16日(月)から電話で健康課保健サービス係・健康づくり推進部 ☎477・0022へ詳しくは同係へ。



8面からつづく

児童館で遊ぼう

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。

滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

☆おはなし会=5月17日・24日、いずれも火曜日の午後3時半からが幼児、4時からが小学生。絵本の読み聞かせ。

☆折り紙教室=17日(火) 午後3時～4時。折り紙を楽しもう。幼児～中学生。指導は大泉光子氏。

☆卓球大会=18日(水) 午後3時半から(3時15分集合)。トーナメント戦。小学3年～6年生。

☆幼児のつどい=19日が「スキンシップあそび」、2歳児。26日が「遊具であそぼう」、3・4歳児。いずれも木曜日の午前10時半から。

☆絵本だいすき=20日(金) 午前11時～11時20分。絵本の読み聞かせ、手遊び。3歳前後の幼児。講師は渡辺和子氏、中林のり子氏。

くぬぎ (前沢4-6-3) 電話473・7315

☆おはなしの日=5月17日・24日、いずれも火曜日の午後4時から。素話、絵本の読み聞かせ、手遊び。小学生。

☆ぼかぼかタイム=18日(水) 午前10時半からが零歳児、11時からが1歳児。わら

べ歌遊び。講師は原悠子氏。

☆囲碁の日=18日・25日、いずれも水曜日の午後3時から。囲碁に挑戦してみよう。小・中学生。指導は囲碁連盟。

☆幼児のつどい=19日が「春の遠足」、26日が「ミニシアター」。いずれも水曜日の午前10時半から。幼児。 ※19日は弁当、水筒、敷物を持参。

☆ハッピータイム=25日(水) 午前10時半～11時半。零歳児(ハイハイ前まで)とその保護者、7組。ベビーヨガ。講師は小山那智氏。申し込み受け付け中。

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆おはなしの日=5月18日・25日、いずれも水曜日の午前11時～11時半。手遊びと絵本の読み聞かせ。幼児。

☆トランポリンの日=18日(水) 午後2時から。小・中学生。 ※跳びやすい服装で。

☆幼児のつどい=19日が「ボール遊び」、26日が「しゃぼん玉遊び」。雨天の場合は「リズム遊び」に変更。いずれも木曜日の午前10時半～11時半。幼児。

☆将棋教室=25日(水) 午後3時から。小・中学生。指導は東久留米市将棋研究会。

☆赤ちゃんニコニコタイム=27日(金) 午前10時半から。絵本の読み聞かせ、わらべ歌、子育ての情報交換。零歳児とその保護者。

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆伝承あそび=5月16日(月) 午後2時半～4時。日本の昔遊びを楽しみましょう。小学生。指導は長谷川容子氏。

きますが、取り消しの時期により決められた取り消し料が発生します。また、旅行業者の取り消し料に加え、ホテルと乗り物のそれぞれの規約に沿った取り消し料を支払う必要も出てきます。

また、「バック旅行」の場合は旅行業者の責任が大きくなるため、パンフレットに旅程や金額、契約の成立時期、取り消し料の発生時期など、すべての取り引き条件が記載されています。パンフレットは契約書面と同じですから、申し込み前によく読むと同時に、旅行にも持って行くといいでしょう。旅行中、パンフレットの記載内容が実行されなかったときは、その場で旅行会社に申し出ましょう。変更保証金が支払われる場合があります。

旅行業は観光庁や都道府県に登録が必要ですが、中には無登録の業者がインターネットで旅行を募集していることもあります。トラブルのない楽しい旅行にするためにも、申し込む旅行会社が旅行業登録をしているか、確認することも必要です。

＜消費者相談＞

●平日の午前10時～午後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 ☎0570・064370



楽しく旅行をするために気をつけたいこと

Q. 家族で旅行を計画しています。旅行会社にホテルと往復の乗り物の予約を電話で申し込み、代金はチケットを取りに行ったときに支払うことになっていました。その後、旅行会社のパンフレットで、希望に合うバック旅行を見つけたため、こちらに変更しようと思います。この場合、最初に申し込んだ旅行をキャンセルすることはできますか。

A. 先に申し込んだ旅行は「手配旅行」、これから申し込もうとしている旅行は募集型企画旅行、いわゆる「バック旅行」と言われるものです。それぞれ旅行契約の成立時期、業者の責任範囲や取り消し料の考え方が異なります。

旅行契約は一般的に、旅行会社が申込金を受け取った時点で成立します。ただし、手配旅行を電話で申し込み、チケットを取りに行ったときに代金を支払うことになっている場合は、電話の時点で契約は成立しているので注意が必要です。したがって今回の場合、キャンセルはで

ご利用ください「子ども家庭支援センター」

子ども家庭支援センターは、18歳未満のお子さんと、子育てをしているご家庭に関するどんなことでも相談できる窓口です。

子育て体験や人間関係を築く機会が少なくなっていると言われる今、「わが子であってもどのように接していけばよいのか分からない」「助けてほしくても、どうしていいかわからない」という状況が起こりやすいのではないのでしょうか。不安や心配、イライラなどを抱えることは当然とも言えます。また、子育ての不安や虐待、いじめ、不登校、非行など、さまざまな問題で悩むことも少なくありません。一人で悩まず、一緒に考えるお手伝いをしていきます。

また、育児不安の解消にお母さんもお友達を作りませんか。相談のほかに親子の交流の場にも、子ども家庭支援センターをご利用ください。

◆子育て総合相談=一人で悩まず気軽にご相談ください。

◆子どもショートステイ=保護者が出産、病気などで、お子さんの養育にお困りのときにご利用ください。対象は1歳6カ月児～小学6年生。事前に手続きが必要です。

◆交流スペース=親子で、友人と、気軽に遊べる広場です。赤ちゃん向けのおもちゃや、畳のコーナー、授乳コーナーもあります。

◆くつろぎスペース=飲食できる専用のお部屋です。ミルクのお湯や離乳食の温めもできます(ポット、電子レンジあり)。

◆地域活動室=子育てグループや、地域子育てボランティアなどの集まりに、ご利用ください(無料・要予約)。

※利用時間・手続きなど、詳しくは同センター ☎471・0910へ。

☆おはなしの日=17日(火) 午前11時からが「絵本の読み聞かせ・手遊び」、24日(火) 午前10時半からが「お母さんと絵本」。図書館職員による絵本の紹介。幼児。

☆赤ちゃんひろば=18日が「楽しく交流しよう」、25日が「ベビーマッサージ」。いずれも水曜日の午前10時半から。零歳児とその保護者。 ※ベビーマッサージは18日から受け付け開始。電話申し込み可。先着20人。オイル代200円。講師は渡辺直子氏。

☆幼児のつどい=19日(木) 午前10時15分からが「楽しくあそぼう」、1・2歳児。26日(木) が「春の遠足～堂坂公園」(合同)。午前10時半に現地集合、11時半に現地解散。1歳～4歳児。解散後現地で昼食可。 ※雨天の場合は同館で通常のつどい。詳細は同館へ。

☆おはなし会=23日(月) 午後3時から。素話、絵本の読み聞かせ。小学生。

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆びびびママの会=5月18日(水) 午前10時～正午。体重測定、子育て相談など。零歳児とその保護者。バスタオル、母子手帳を持参。 ※兄弟姉妹の保育が必要な方は事前に予約をしてください(先着3人)。

☆おはなしの日=18日(水) 午後3時半から。水曜おはなし会。小学生。 ◆当日直接会場へ。

☆幼児のつどい=19日(木) が「春の遠足～六仙公園」(合同)。午前10時半に現地集合、11時半に現地解散。1歳～4歳児。26日(木) が「リズム遊び」。午前10時～10時40分がうさぎ(1・2歳児)、午前11時～11時45分があひる(3・4歳児)。 ※5月19日が雨天の場合は、26日の予定と入れ替えます。

☆すくすく広場=6月1日(水) 午前10時半～11時半。親子でベビーマッサージ。零歳～1歳3カ月児とその保護者。先着20組。オイル代200円、バスタオル、おむつ、飲み物を持参。講師は渡辺直子氏。 ※5月

23日(月) から受け付け開始。電話申し込み可。

☆ひばり CAFE=27日(金) 午前10時半～11時半。季節のスイーツを試食しながらお話しませんか。乳幼児とその保護者。



子ども家庭支援センター (わかわく健康プラザ2階) 電話471・0910

☆わかわく赤ちゃん広場=「はいはいの会」。5月25日(水) 午前10時～11時半、子ども家庭支援センターで。1歳未満児とその保護者。バスタオル持参。当日直接会場へ。 ※兄弟姉妹保育あり、先着3人(予約制)。

☆手作り布おもちゃの会=17日(火) 午前10時～正午、子ども家庭支援センターで。乳幼児とその保護者、先着25組。布でオリジナルの手作りおもちゃ作り。裁縫箱とはさみを持参。 ※保育はありません。申し込みは同センターへ。

☆なかよし広場=20日(金) 午前10時～11時半、第十小学校で。零歳～5歳児とその保護者。地域のボランティアと一緒に遊びましょう。スリッパを持参。当日直接会場へ(徒歩か自転車で来場を)。

センター上の原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆月曜～金曜日の午前9時半～午後4時まで、いつでも遊べます。子育て相談も気軽にご利用ください。

☆なかよし広場=5月17日が第一小学校で、24日が第六小学校で。いずれも火曜日の午前10時～11時半。零歳～5歳児とその保護者。育児の情報交換やしつけの話。地域のボランティアと一緒に遊びましょう。スリッパを持参。当日直接会場へ(徒歩か自転車で来場を)。

☆休館日のお知らせ=館内整備のため、5月19日(木)は休館します。

怒らないで！
幸せ子育て家族講座

～男女平等推進センター主催

子どもが言うことをきかないと「すぐ怒鳴ってしまう」「無視したり、叩(たた)いてしまう」など、子育てで悩んでいませんか。怒鳴ったり、叩いたりという暴力的なしつけではなく、適切なしかり方・ほめ方・コミュニケーションのとり方を、アメリカの子育てプログラム(CSP)を通して、父親、母親、祖父祖母など、保護者が共に学びます。暴力を使わない子育ては虐待を防止するとともに、親のコミュニケーション力を高め、親子共に社会性が育ち、良好な家族関係を築きます。

▼日時 6月18日(土)午後1時～3時
▼会場 男女平等推進センター会議室
▼講師 CSPトレーナーの森山恵子氏
▼定員 先着24人 ※2歳～未就学児の保育あり。5月16日(月)～6月9日(木)に要予約。
▼参加費 無料◆申し込みは5月16日(月)～6月16日(木)に、氏名・電話番号・保育が必要な方はお子さんの氏名(ふりがな)と年齢を、電話(472・0061)または直接、男女平等推進センター(火曜休館)へ
詳しくは同センターへ。

スポーツ

小学生のバスケットボール
体験教室&フレッシュ大会

～市スポーツ少年団

小学1年～6年生を対象に、バスケットボールの基礎(シュート・パス・ドリブル)を体験した後、ミニゲームを通してバスケットボールを楽しむ教室です。体験教室終了後、市内外のバスケットボールチーム(小学4年生以下)のフレッシュ大会を行います。フレッシュ大会の見学は自由です。

▼日時 6月4日(土)午前9時～正午(フレッシュ大会は午後零時半～4時20分)
▼会場 スポーツセンター
▼参加費 600円(保険代)
▼対象 市内在住の小学生
▼持ち物 飲み物、タオル、運動のできる服装・靴で◆申し込みと詳しくは5月25日(水)までに有賀☎090・7419・2778へ
スポーツセンター内に設置したトレーニングマシンの利用を一時中止します

スポーツセンターでは、トレーニングマシンの入れ替えを行うため、5月24日(火)と25日(水)の2日間、同機器の利用を一時中止します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
詳しくはスポーツセンター☎470・7900へ。

イベント

市民プラザロビーコンサート

～モスリン鼻笛コンサート～

▼日時 5月28日(土)午後2時～3時
▼会場 市役所1階屋内ひろば
▼出演 鼻笛演奏家のモスリン氏
▼曲目 「ヨイトマケの歌」「風の歌が聞こえる」「前を向いて歩こう」「いつも何度でも」ほか
▼入場料 無料◆当日直接会場へ
詳しくは市民プラザ☎470・7813へ。



鼻笛演奏家のモスリン氏

お知らせ

カラス被害の予防について

6月前後はカラスの繁殖期です。カラス

の多くは、卵やひなを守るために、巣やひなに近づくと威嚇(かく)などをしています。

また、多くのカラスは、餌の捕れる周辺に生息します。餌になりやすい生ごみを少なくするなど、ごみの出し方を工夫することが大切です。

カラスに威嚇などされないために、次のような予防対策をしましょう。

- カラスを刺激しない
- 巣やひなに近づかない
- 帽子や日傘で身を守る

詳しくは環境政策課☎470・7753へ。

「第41回市民文化祭」
実行委員会を開催します

秋の文化の祭典市民文化祭が今年も開催されます。この催しは、NPO法人東久留米市文化協会と参加する皆さんで実行委員会を組織し、企画・運営を行います。

文化祭の準備を進めるために、実行委員会を次の通り開催します。展示・舞台部門などに参加を希望する方で、実行委員として協力を頂ける方は出席してください。

▼日時 6月11日(土)午前10時から
▼会場 まろにえホール(生涯学習センター)
詳しくは同協会事務局☎477・4700(月曜～金曜日、午前9時～午後5時)へ。

市民プラザ塾part I

「東久留米の歴史を学ぶ」

▼日時 6月17日、7月8日、9月9日、10月14日、11月11日、いずれも金曜日の午後2時半～4時半。ただし最終日は郷土資料室見学(自由参加)となります
▼講師 生涯学習課課長補佐で郷土資料室学芸員の山崎丈氏
▼会場 市民プラザ会議室
▼定員 先着20人
▼受講料 1,500円(全5回)◆申し込みは5月20日(金)午前10時から、参加費を添えて直接市民プラザ窓口へ(電話予約不可)
詳しくは市民プラザ☎470・7813へ。

市社会福祉協議会

○会員増強運動が始まります

市社会福祉協議会は、市民の皆さんが住み慣れた家や街で、安心して心豊かな地域生活が送れるように、地域に根ざした福祉事業を展開し、地域福祉の推進に努めています。

今年も多くの皆さんに、協議会の趣旨や事業への賛同を頂き会員になっていただけるよう、5月20日(金)～7月31日(日)を会員増強運動期間としています。

一人ひとりの参加から「福祉のまちづくり」が始まります。ご理解とご協力をお願いします。

【会員区分と会費額】正会員=1,000円以上、特別会員=5,000円以上

詳しくは同協議会☎471・0294へ。

○「災害ボランティア情報ブログ」
を開設しました

市社会福祉協議会ボランティアセンターでは、市内で行われる被災者支援のボランティアや、ボランティア保険の入り方、街頭募金のやり方などの災害ボランティアに役立つ情報を、ホームページに随時掲載しています(詳細は災害支援ボランティア情報<ブログ> http://higashikurume-vr.seesaa.net/を参照)。

メール配信登録をしておくと、その内容を携帯電話やパソコンのメールにお届けします。ぜひご利用ください。

被災地の状況や必要な支援内容は日々変わっていきます。被災地の負担にならないよう、事前の情報確認は必ず必要です。また、市内で行うチャリティーイベントや支援活動の掲載希望がありましたら、同協議会へ相談してください。



詳しくは同協議会地域福祉係☎475・0739へ。

○成年後見制度講演会

「成年後見制度の利用と解説」

成年後見制度は、判断能力が十分でない方が安心して生活を送れるよう、本人の財産や権利を守る制度です。

▼日時・会場 ①5月18日(水)午後2時～4時、市役所7階701会議室で②5月28日(土)午後1時半～3時半、成美教育文化会館大研修室で
▼内容 ①が任意後見制度、②が法定後見制度
▼講師 ①が司法書士、②が社会福祉士
▼定員 ①が70人、②が50人
▼参加費 無料◆申し込みと詳しくは電話で同協議会成年後見制度推進機関☎479・0294へ

○東久留米市ファミリー・サポートセンター事業説明会

～この機会に地域の子育て“お助け隊”として参加しませんか～

地域で子育てを応援する有償の活動です。協力していただける方、利用したい方への説明会を開催します。ファミリー会員は説明会に参加することで利用できます。サポート会員は説明会に参加後、講習会を受けることで地域の子育て活動に参加できます。サポート講習会は6月中旬開催予定です。

▼日時・会場 6月2日(木)午前10時からと、6日(月)午後1時からが生涯学習センター集会学習室4で。7日(火)午後2時からがわくわく健康プラザ社協会議室で
▼持ち物 入会希望者(保護者)の顔写真 ※保育あり(土曜・日曜を除く、3日前までに要予約)。
詳しくは同センター事務局☎475・3294へ。

シルバー人材センター
各種教室のご案内

○補習教室
▼科目 英語、数学・算数
▼対象 小学4年～中学3年生
▼会場 あゆみの里(中央町2-2-19)
▼費用 1科目3,000円(入会金2,000円)
▼開催日 毎週火曜・土曜日

○英語教室
▼対象 小・中学生
▼会場 あゆみの里、シルバー人材センター(下里4-1-44)
▼費用 3,000円(このほかに入会金3,000円、教材費3,000円<年額>)
▼開催日 毎週月曜～木曜日

○書道教室
▼対象 ①大人②子ども(小・中学生)
▼会場 シルバー人材センター
▼費用 ①が通常コース=3,000円(月2回コース=2,000円)、②が通常コース=3,600円(月2回コース=2,600円)。このほかに、①②のいずれも入会金2,000円
▼開催日 ①が毎週月曜日、②が毎週水曜日

◆各教室とも、申し込みと詳しくは同センター☎475・0738へ

ガイド

多摩六都科学館

○プラネタリウム一般投影番組

「第二の地球はあるか？」

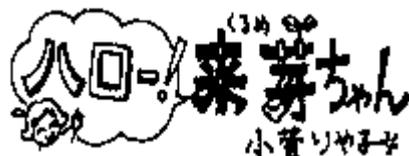
～太陽系外惑星探査～

近年、観測技術の向上により、地球によく似た惑星探査が行われています。太陽系外惑星探査の方法や、生命が存在する惑星の条件などを紹介します。

▼期間 7月12日(火)まで
▼費用 小人(4歳～高校生)400円、大人1,000円

○全天周映画「SOSプラネット」

「青く、美しく、生命力あふれる地球を守ろう！」というメッセージを、日本人女性初の宇宙飛行士・向井千秋さんが、自身の



言葉で語ります。大人から子どもまで、楽しく環境問題にふれていただくことを目的としたジャイアント・スクリーン3D映画作品です。

▼期間 5月29日(日)まで
▼費用 小人(4歳～高校生)400円、大人1,000円

※時間など詳細は問い合わせください。
○開館時間などについて

午前9時半～午後5時(入館は4時まで)。5月の休館日は、16日・23日・30日のいずれも月曜日です。

詳しくは同館☎469・6100へ。

都立久留米特別支援学校「学校公開」

▼日時 6月2日(木)午前9時半～午後零時半
▼会場 都立久留米特別支援学校(野火止2-1-11)
▼内容 授業公開と学校施設見学
▼対象 小・中学校、高等学校の児童・生徒やその保護者、関係機関の方、病弱特別支援学校に関心のある方
◆申し込みと詳しくは同校・副校長☎471・0502へ

スカイタワー西東京で「むせんであそぼ！」

総務省が主唱する「情報通信月間」の参加行事として、無線のしくみを知ることができるイベントを開催します。小・中学生対象の特小トランシーバーを使った遊びのほか、アマチュア無線機での交信や運用、機器の展示も行います。

▼日時 5月28日(土)正午～午後5時(入場は4時半まで) ※雨天の場合は29日(日)に順延します。

▼会場 スカイタワー西東京(西東京市芝久保町5-8-2)

▼入場料 無料 ◆小・中学生対象の「特小トランシーバーを使った遊び」は、5月20日(金)までに申し込みが必要です(先着順)。詳細はスカイタワー西東京ホームページを参照してください

詳しくは株式会社田無タワー広報企画室☎467・1187(平日の午前9時～午後6時)へ。

◆スカイタワー西東京ホームページアドレス
http://www.skytower195.com