成人の日の思い出に応募してみませんか

「成人の日のつどい」企画委員募集

来年1月10日の成人の日に新成人の門出を祝う「成人の日のつどい」を中央公民館で開催します。この「成人の日のつどい」の企画・運営等をしていただける新成人の方を募集します。

成人の日の思い出に応募してみませんか。

【対象者】 市内在住の昭和59年4月2日～60年4月1日生まれの方

【企画内容】 アトラクション・式典の企画・運営等

【会議日程】 月1回程度（夜間）

【申し込み方法】 5月31日（月）までに、電話70・7784またはファクス70・7811で生涯学習課社会教育係へ①住所②氏名③生年月日④電話番号をお知らせください。

詳しくは同係へ。

16年1月の成人式の様子

市民自主企画講座 参加者募集

申し込みは5月15日（土）午前9時から電話で公民館☎73・7811へ。詳しくは同館へ。

「樹木ウォッチング」

市内の緑に恵まれた5つの地域を対象に樹木の基礎的な話を聞き実地で確かめることにより東久留米の木々に親しむ講座です。樹木に関する有益な知識やさらに進むためのヒントも得られ、今後の散歩が一層楽しくなること請け合いです。企画・運営は東久留米の水と景観を守る会。

【日程・内容】 全5回。①5月26日（水）＝身近な樹木60種その1。②6月23日（水）＝身近な樹木60種その2。講師は①②自然友の会中部地区代表の須藤秀一氏③9月22日（水）＝文化財的樹木。講師は郷土研究会副会長の島崎洋次氏④10月27日（水）＝樹木のあるところ。講師は元東久留米みどりの推進委員の吉田和夫氏、東久留米市緑化推進協力委員の吉田青子氏⑤11月24日（水）＝樹木の手入れ。エス・ツリー代表の楠智行氏

【時間】 午後1時半～4時半

【会場】 ①中央公民館／南沢雄木林／落合川②コミュニティホール東本町／小山・氷川台雑木林／黒目川③西部地域センター／柳窪雑木林／黒目川④野火止地区センター／野火止用水／雑木林／黒目川⑤南町地区センター／南町・前沢雑木林。いずれも現地解散

【定員】 先着30名

「アートを気軽に」

構えずに気軽に「アート」を始めてみませんか。最近デジタルカメラが当たり前の世の中になってきました。デジタルカメラはだれでも撮影できて、その場でどのように撮れたかすぐ分かります。そこで、新しい試みとして、デジタルカメラを下書き替わりに使ってイラストを書いてみましょう。「え」が苦手な方でも気軽にできます。そのためには、いい構図やいいタイミングで撮影することが必要です。イラストとデジタル写真、アナログとデジタル、両方の世界にもう一歩踏み出しましょう。企画・運営はコアラの会。

【日程・内容】 全4回。①6月4日（金）＝デジカメとペンと友達になろう②6月11日（金）＝隣の人を撮影して、描いてみよう③6月18日（金）＝ちょっと外に出てみよう④6月25日（金）＝みんなで写真展と「え」展してみよう

【講師】 いずれもスタジオアスタリスク代表でイラストレータの黒岩健一郎氏、青木デザイン研究所長で写真家・イラストレータの青木信之氏

【時間】 午後1時～3時

【会場】 ①③が市民プラザ会議室、②④が中央公民館学習室で

【定員】 先着20名

【材料費】 毎回500円

※満2歳～未就学児の保育あり。10名（5月26日までに申し込みを）

「人権と平和を考える」

朝日茂さんが憲法で保障された「人間として生きること」を命かけて闘い、日本の福祉の向上に大きく貢献した「朝日訴訟」から半世紀が過ぎました。この裁判は当時多くの国民の支持を得、教科書にも載った歴史的な裁判ですが、人権や平和が大きく後退していると今、再び朝日訴訟から学びたいと思います。企画・運営は新日本婦人の会東久留米支部。

【日程・内容】 全2回。①6月6日（日）＝朝日訴訟に学ぶ②9月12日（日）＝今、人権と平和が守られているか

講師は医療福祉総合研究所主任研究員の朝日健二氏

【時間】 午後2時～4時

【場所】 中央公民館

【定員】 先着30名

※満2歳～未就学児の保育あり。10名（5月26日までに申し込みを）

『江戸・東京歴史散歩とカメラワーク』

都内の神社・仏閣の史跡や歴史的価値にある庭園・公園をたずねるウォーキングを楽しみませんか。①②については、写真の撮影指導もありますので関心のある方はカメラ持参でご参加ください。企画・運営は都市美をすすめる会。

【日程・内容・集合場所】 全4回。①6月5日（土）＝駒込から王子へ。②7月17日（土）＝神谷町から麻布へ。③9月25日（土）＝品川宿を歩く。④10月16日（土）＝西日暮里から谷中へ。いずれも現地最寄り駅に集合し、現地解散

【講師】 ①②が写真家・郷土研究家の大熊辛夫氏、③④が旅行作家で郷土史家の伊佐九三四郎氏

【時間】 午前9時～正午過ぎ

【定員】 先着30名

【費用】 4回分1000円（入園料・資料代等。交通費は実費）

※原則として雨天決行。詳細は申込者全員に案内を郵送

青少年指導者養成講座

「のびのびレク入門」

初めての方でも楽しみながら受講できるレクリエーションの理論と実技の講習会です。この講習会の受講時間数は、財団法人日本レクリエーション協会公認のインストラクター資格取得のための履修時間の対象となります。

【日程・内容】 下表の通り

【会場】 市役所7階701会議室。第4回7月18日（日）はスポーツセンター

【対象・定員】 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方。先着30名

【参加費】 2000円（保険、材料費等）

申し込みは5月17日（月）午前9時から電話で生涯学習課社会教育係☎70・7784へ。

詳しくは同係へ。

平成16年度青少年指導養成講座「のびのびレク入門」日程

	日程	内容	講師
1	6月8日(火) 午後7時～9時	基礎理論「21世紀の社会とこれからのレク運動」 コミュニケーションワーク（アイスブレーキング）	レク・コーディネーターの 尾都茂子氏
2	6月22日(火) 午後7時～9時	レク種目の実際「必修・活動種目(ネイチャーゲーム)」	レク・コーディネーターの内山則子氏
3	7月13日(火) 午後7時～9時	経営論「クラブを育てる、運営する」「市区町村レク協会の役割と経営」	レク・コーディネーターの飯坂徳雄氏
4	7月18日(日) 午前9時～正午	レク種目の実際「選択・活動種目（気功）」	レク・インストラクターの伊藤ゆうみ氏
5	7月27日(火) 午後7時～9時	コミュニケーションワーク(ホスピタリティトレーニング)	レク・コーディネーターの小菅知三氏
6	9月7日(火) 午後7時～9時	コミュニケーションワーク（アイスブレーキング） 経営論「レク運動を支える組織とその役割」	レク・コーディネーターの菅原義孝氏
7	9月21日(火) 午後7時～9時	レク種目の実際「必修・活動種目（ソング・ダンス）」	レク・コーディネーターの高橋紀子氏
8	10月12日(火) 午後7時～9時	サービス論「事業を実施するⅡ」「事業を評価する」	レク・コーディネーターの岡部 章氏
9	10月26日(火) 午後7時～9時	サービス論「事業と安全」 レク種目の実際「必修・活動種目（福祉レク）」	レク・コーディネーターの 尾都茂子氏
10	11月9日(火) 午後7時～9時	レク種目の実際「必修・活動種目（クラフト）」	レク・コーディネーターの内山則子氏
11	11月30日(火) 午後7時～9時	支援実習「アイスブレーキングの実習」	レク・コーディネーターの小菅知三氏
12	12月7日(火) 午後7時～9時	支援実習「行事を実施・評価する技術の演習」	レク・コーディネーターの小菅知三氏

第31回 シルビア・クラシック・コンサート

東久留米市演奏家協会のメンバーによるクラシックコンサートです。今回はヴァイオリン・クラリネット・フルート・声楽の作品です。お気楽にクラシック音楽をお聴きください。

▼日時 6月13日（日）午後2時開演（1時半開場）

▼会場 中央公民館ホール

▼曲目 レハール『メリウィ・ド』より「ヴィリアの歌」、中田喜直「木の匙（さじ）」、ブラームス「ハンガリー舞曲第5番」、マックス・レーガー「クラリネットソナタ作品107」、バッハ「無伴奏チェロ組曲第1番」、ほか

▼出演 声楽＝生駒圭子氏、馬場眞二氏▽ヴァイオリン＝佐藤裕子氏▽クラリネット＝白川毅夫氏▽フルート＝福田靖子氏▽ピアノ伴奏＝井手尚子氏、川辺千香子氏、竹田恵子氏

▼入場料 無料

▼入場整理券の配布 5月15日（土）午前9時から、中央公民館☎73・7811▽東部地域センター☎70・8020▽市民プラザ☎70・7813▽西部地域センター☎71・7210▽南部地域センター☎51・2021で

詳しくは公民館へ。

福祉情報

老人医療受給者の方へ

一定額を超えた医療費は払い戻しされます

老人保健による医療受給者が医療機関窓口で支払う一部負担金が、下表の負担限度額を超えた場合、その超えた金額を「高額医療費」として後日払い戻しします。

老人医療受給者（昭和7年9月30日までに生まれた方）で該当する方には「老人保健高額医療費のお知らせ」と申請書を郵送していますので、必要事項を記入の上、介護福祉課医療係（市役所1階）へ申請してください。申請は郵送でも受け付けています。

1回申請していただくと、継続的に該当する方には次回からは申請書を郵送せずに支給決定し、金融機関（郵便局は除く）の口座に振り込みます。申請書に記載された金額が少ない場合でも申請をお願いします。

詳しくは同係（内線255 1・2552）へ。

老人保健　自己負担限度額（月額）

区分		本人負担額 外来(個人ごと)	本人負担額 外来＋入院（世帯）
一定以上の所得がある方		40,200円	72,300円＋医療費が361,500円を超えた場合は、その超えた分の1％を加算（多数該当の場合は40,200円）
一般受給者		12,000円	40,200円
低所得者（市民税非課税世帯等）		8,000円	24,600円
低所得者（市民税非課税世帯等）	Ⅰ	8,000円	15,000円

国民年金だより

国民年金受給者の方へ

老齢・障害・遺族・寡婦などの年金を受給中の方で、次のような方は早めの届け出が必要です。

▼市内で転居をした方、東久留米市へ転入された方

▼年金の受け取り先の金融機関を変えるとき

※以上の手続きについては、武蔵野社会保険事務所あて郵送届出用のはがきが市保険年金課国民年金係にあります。

▼氏名を変えたとき

▼加算対象者に異動があったとき

▼年金を受けている方が亡くなったとき

いずれも届け出先は原則として武蔵野社会保険事務所になります。

届け出が遅れますと、年金が振り込まれなかったり、受け取り過ぎた年金を返さなければならなくなったりすることもありますので、ご注意ください。

なお、死亡の届け出は、受けていた年金の種類によって提出先と必要書類が異なります。

詳しくは武蔵野社会保険事務所年金給付課☎0422・56・1411へ。

介護保険標準負担額（食事）減額申請について

介護保険施設入所の方（特別養護老人ホーム、老人保健施設、ショートステイを除く）介護療養型医療施設）は、食事について1日当たり定額の標準負担額（通常780円）を負担されています。

低所得世帯の方については次の通り軽減されます。

①住民税世帯非課税者＝500円

②生活保護受給者、または住民税世帯非課税で老齢福祉年金の受給者＝300円

現在すでに減額認定証を交付されている方（5月31日で有効期間終了）で継続をご希望の方、また新たに減額を希望される方は、介護福祉課介護サービス係（市役所1階）へ申請してください。

詳しくは同係（内線255 5）へ。

手続きはお済ですか

有料道路における障害者割引制度改正

以前にもお知らせしましたように、障害者の方に発行していました有料道路障害者割引証が5月31日以降使用できなくなります。引き続き割引を受けるには新たに手続きを行う必要があります。

まだ手続きをされていない方は、下表の必要書類を持参の上、5月31日（月）までに手続きをしてください。

手続きは障害福祉課（市役所1階）で受け付け中です。

詳しくは同課管理係☎70・7747へ。

水害に備えよう

水防訓練を実施します

東久留米消防署では、消防団と協力して、台風シーズンに備え水防訓練を実施します。

【日時】 5月29日（土）午前9時～10時

【場所】 東久留米消防署前沢出張所

詳しくは同署☎71・0119へ。

ご利用ください 声の広報

市では、視力に障害のある方を対象に、「声の広報」を発行しています。ご家族やお知り合いで、視力に障害のある方にご紹介ください。費用は無料です。

「声の広報」は、「広報ひがしくるめ」をテープに収録し、毎回の広報紙発行に合わせてお手元にお届けするものです。朗読は、ボランティアグループ「声」のメンバーが交代で担当しています。

ご希望の方は、電話などで広報課へ申し込んでいただければ、郵送袋に入れてお届けします。お聞きいただいた後は、郵送袋に入れて、あて先カードを裏返し、お近くのポストに投かんしてください。郵送料はかからず市に戻ります。

詳しくは同課広報担当☎70・7708へ。

持参するもの

ETCを利用しない場合	①身体障害者手帳または愛の手帳 ②登録を希望される自動車の車検証 ③運転免許証（障害者ご本人が運転される場合のみ） ④お手持ちの割引証
ETCを利用する場合	①身体障害者手帳または愛の手帳 ②登録を希望される自動車の車検証 ③運転免許証（障害者ご本人が運転される場合のみ） ④お手持ちの割引証 ⑤ETCカード（原則として障害者本人名義のものに限ります） ⑥登録を希望される自動車に取り付けられた車載器の「ETC車載器セットアップ申込書・証明書」

市民伝言板

会員募集

◆桑の実コーラス 月4回水曜日の午後2時・4時、中央公民館で。入会金1000円、会費月4500円。見学歓迎。詳しくは林澤☎73・0117へ。

◆スペイン語会話（アミーゴ）毎週水曜日の午前9時～10時半と10時半～正午②木曜日の午前9時～10時半と西部地域センター③木曜日の午前9時～正午が南部地域センター④金曜日の午後6時半～8時半と8時～10時半が中央公民館で。1回1500円。詳しくは益田☎73・3966（午後8時以降）へ

◆カラオケ（東久留米敬友会）月4回。毎月第1・第3②月曜・水曜・木曜日の午後1時・月4時②月曜日の午後1時半～4時②金曜日の午後1時半～4時②午後6時半～9時半。入会金1000円。会費月3000円。初心者歓迎。詳しくは高木☎73・9564へ。

◆少年・少女野球クラブ（小山ドラゴンズ）毎週土曜・日曜日、小山小学校庭で。会費月1500円。小学生、初心者歓迎。詳しくは菊田☎090・8300・9368へ。

◆マロニエ大正琴会 月2回。土曜日の午後6時半～8時半、市民プラザ会議室で。会費月4200円。流派不問の教材使用。見学・体験歓迎。詳しくは村松☎73・2766へ。

◆社交ダンス（ダンスサークルH.I.M.U.K.A）毎週木曜日の午後1時から、コミュニティホール東本町で。会費月3000円。初級・中級クラスあり。詳しくは村松☎77・0553へ。

◆カラオケ（滝山歌謡ブレンド）毎週土曜日の午後1時～5時と午後6時から9時半。いずれも西部地域センターで。入会金1000円。会費月3000円。会費月1500円。見学自由。詳しくは田中☎74・7287へ。

◆フォークダンス火曜会 毎週火曜日の午前10時～12時。民プラザホールで。入会金1000円。会費月1500円。世界の国々のフォークダンス。詳しくは宗宮☎75・5524へ。

◆社交ダンス（ダンスサークルかも）毎週火曜日の午前10時～正午、南部地域センター。費月3000円。男女会員募集。パーティーで会費月4500円。料理会、見学、小学4年生以上の子どもクラスあり。詳しくは鷲澤☎75・3627へ。

◆将棋研究会 毎月第1・第3日曜日の午後2時半～4時半。成美教育文化会館で。会費2カ月1000円。詳しくは増田☎73・2333へ。

◆東久留米レディースゴルフクラブ 毎週水曜日の午前10時～正午、東久留米ゴルフセンター（本町三丁目）で。会費半年6月分年4回プロのレッスンあり。詳しくは西田☎71・1250へ。

◆易しく詳しい万葉集の講読（せせらぎの会）毎月第2・第4日曜日の午前10時～正午、男女学員募集。詳しくは奈良坂☎72・7302へ。

◆楊式時健康太極拳（東くるめ平里サークル）月4回、水曜日の午後3時半～3時、東久留米木材組合局2階（七重一丁目）で。入会金500円、会費月2500円。初心者歓迎。詳しくは田端☎73・2443へ。

◆軟式野球（東久留米ドリームズ）毎週土曜・日曜日、市内グラウンドで。会費月1500円（5歳～65歳までの方）。詳しくは浜村☎73・2858へ。

催し

◆公開朗読会・清瀬の貝殻を たずねる（東久留米民友の会）6月17日（木）午前9時半清瀬駅北口交番前集合。松山緑地自本社会事業大学竹丘見然公園全生園まで。正午解散。参加費200円（保険料）。申し込みは5月31日まで（必着）に住所はがきに、住所氏名電話番号を明記して〒203・0052 〒東村山市萩山町1-4-1 清瀬方あて郵送を。詳しくは須藤☎71・4415へ。

◆桑の民謡大会（東久留米市文化協会民謡連盟）5月16日（日）午前10時～正午、中央公民館。入場無料。賛助出演は民謡同好会。問合せは民謡同好会☎71・0128へ。

◆損保みなとみらい探訪（黒目川あるこう会）5月22日（土）午前8時半、西武線池袋駅地下改札口集合。新みなとみらい線利用。日本丸メモリアルパーク、ランドマークタワー・コスモクロック21ほか。参加費300円。詳しくは水村☎73・8763へ。

◆安茂会（和敬会）6月6日（日）午前10時～午後4時。雛庭軒（東久留米野火止1-20-12）で。参加費3000円茶席・席料・昼食代含む。詳しくは城水☎72・5244へ。

◆第4回「意識まつり チャリティーコンサートがんばれ 三宅島の子供たち（意識を歌う山口MUKA）金曜日（毎月）午後1時開演（年後等時間帯）、成美教育文化会館ホールで。入場料200円（全額募金代）。詳しくは井上☎72・1566へ。

◆社交ダンスパーティー（泉の会）5月23日（日）午後6時～45分で5時45分スポーツセンター第1体育室で。参加費100円。パートナーチェンジ、リボンダンスシングダイム。詳しくは中村☎73・7475へ。

◆みんなあつまれ30周年（しんかわ保育園30周年実行委員会）6月6日（日）午前10時半から、市立しんかわ保育園で。参加費無料。詳しくは湊☎みなと☎75・6347へ。

◆連帯三・三講座と無料住宅相談会（NPO法人設計協同フォーラム）5月16日（日）午後1時半～4時半、清瀬市郷土博物館（清瀬市中清戸二丁目）で。入場無料。テーマは「住まいの健康診断結果をリフォームに生かすポイントは。無料相談会あり。詳しくは鈴木☎73・8751へ。

◆リサイクル・フリーマーケット（市民お おさら市の会）5月22日（日）午前10時～午後2時。市役所1階廊下ひろば で。詳しくは白石☎74・5520へ。

◆沖縄芸能東久留米公演・島の夏休みしみ（同実行委員会）5月15日（土）午後2時開演。中央公民館ホールで。入場料①大人3000円②小学生・大学生1000円。北島角子ひとり芝居ほか。詳しくは白石☎74・9520へ。

◆整子リトミックサークル無料体験会（リトミックサークルちびっこ）①5月21日（金）28日（金）午前10時～10時45分②2歳児とその保護者②6月4日（金）と11日（金）午前11時～11時45分が2・3歳児とその保護者。いずれも東久留米小山ベルコーズ小山ニ丁目で。参加費無料。詳しくは小川☎090・4923・4334へ。

◆ワークショップ（少年少女合唱団ひまわり）6月6日・19日・26日、7月3日・10日いずれも曜日の午後1時～2時。成美教育文化会館で。参加費5000円（世界に一つだけの花を一緒に歌いませんか。対象は幼児・高校生。ワークショップ終了者は7月8日（日）の定期演奏会に参加可。参加費300円。詳しくは佐藤☎77・1480へ。

その他

◆メンタイア・チャリティコンサート（京の会）

練習は、6月5日（土）から、1・3・5曜日、テクノ5校会館。参加費1万5000円（チケット5枚含む）。初心者歓迎。本番は、12月19日（日）、目黒パーシモンメンホール（東急東横線都立大学駅一番）で。詳しくは鈴島（そえじま）☎73・3646（午後8時以降）へ。