

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	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

◎エコーテレホン・エコーファクス
☎472・1131（夜間・休日のみ）

◎ホームページ（http://www.city.higashikurume.lg.jp）
のご意見箱（左メニュー「ご意見・お問い合わせ」から）

〔今月の月間・週間案内〕 “社会を明るくする運動” 強調月間、熱中症予防強化月間、国家安全週間（1日～7日）、国民安全の日（1日）、川の日（7日）、海の日（18日）

〔表記の凡例〕 日日時 場場所 内内容 対対象 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

愛の血液助け合い運動

7月1日（金）～31日（日）の1カ月間は、「愛の血液助け合い運動」月間として、全国的な献血運動を実施します。ぜひ、ご協力をお願いします。

健康課予防係 ☎477・0030
特定健診、後期高齢者健診
7月の受診対象は7・8・9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、6月下旬に発送した個別通知をご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます。

①特定健診＝市の国民健康保険加入者で40歳～74歳（昭和17年～51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
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、該当月に受診できない方は健康課特定健診係 ☎477・0013へお問い合わせください
同日係

子ども相談
7月5日（火）・13日（水）のいずれも午前9時半～午後3時
健康プラザ ☎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
幼児とその保護者 ☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

2歳児歯科健診
7月6日（水）午前9時15分～10時15分受け付け
健康プラザ ☎歯科健診、ブラッシングなど
26年6月生まれの子 ☎当日直接会場へ ☎健康課保健サービス係 ☎477・0022

3～4カ月児健診・産婦健診
7月7日（木）午後0時半～1時

半受け付け
健康プラザ ☎28年2月13日～3月7日生まれの乳児 ☎当日直接会場へ ☎健康課保健サービス係 ☎477・0022

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー（0歳児クラス）”

7月12日（火）午前10時～11時半
健康プラザ ☎歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど
満7カ月～11カ月児とその保護者 ☎先着20組 ☎初めての方を優先 ☎7月1日（金）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

3歳児健診

7月14日（木）午後0時半～1時半受け付け
健康プラザ ☎25年6月13日～7月9日生まれの幼児 ☎当日直接会場へ ☎健康課保健サービス係 ☎477・0022

すくすく子育て相談（育児相談）

7月15日（金）午前9時半～午後2時
健康プラザ ☎育児の相談、身体測定
乳幼児とその保護者 ☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

BCG予防接種

7月20日（水）午後1時半～3時受け付け
健康プラザ ☎28年2月生まれの子（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接種可）
☎次回は8月24日（水）の予定 ☎当日直接会場へ ☎健康課予防係 ☎477・0030

親子でLet'sクッキング

7月22日（金）午後0時45分～3時半
健康プラザ ☎親子で一緒に料理をしましょう
4歳～未就学児とその保護者 ☎20組 ☎エプロン（親子）、三角巾（親子）、布巾2枚、台布巾、筆記用具、母子手帳
☎下の子（6カ月児以上）の保育あり ☎7月1日（金）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

ごみ

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）

らくらく離乳食

7月26日（火）午後1時半～3時半
健康プラザ ☎調理実習 ☎6カ月～1歳未満児の保護者 ☎20人 ☎申込時にお知らせします ☎対象児の保育あり ☎7月1日（金）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

親と子の歯っぴーライフ “集まれ歯みがキッズ！！” 家族みんなでつくる歯と口の健康～市歯科医師会主催

子どもの頃からの歯磨きを含めた良い生活習慣が健康な体と心を育てます。
歯垢は細菌の塊、1mgに1億個。この細菌は歯や口だけでなく、体の病気を引き起こす原因にもなります。



「磨いているけどホントに磨けているかしら」「子どもが嫌がって磨かせてくれないのですが」。そんな疑問に、歯科医師、歯科衛生士がお答えします。親と子の楽しい体験型イベントに、ぜひご参加ください。推奨歯ブラシのほか、参加賞もあります。

7月29日（金）午後2時～3時半（1時45分から受け付け）
市民プラザホール ☎パネルシアター「きつねの歯ブラシ」、ミニゲーム、歯磨き指導、歯科医師による話ほか
3歳～未就学児とその保護者 ☎先着30組 ☎無料 ☎7月1日（金）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

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お問い合わせを。

滝山（滝山4-1-10） ☎電話471・7214
☆0ちゃんタイム＝7月6日（水）午前10時半～11時半 ☎助産師による育て方講座 ☎0歳児とその保護者 ☎当日受け付け
☆幼児のつどい＝7日（木）午前

休日・夜間診療 必ず保険証をご持参ください

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〕 ※薬の処方最低限の日数となります。
7月3日・10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）
〔歯科〕
7月3日・10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）
7月3日＝前田病院（中央町5-13-34、☎473・2133）
7月10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）



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	31			

育児講座 「西部地域育児講座」

初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。お互いの悩みや育児について、みんなで話し合い、自分に合った子育ての仕方を学び、一人で悩まずママ友達を作って、楽しい子育てをしまし

よう。

全6回。9月1日～10月13日の毎週木曜日、午前10時～正午 場わくわく健康プラザ1階プレイルーム 西部地域（下里、柳窪、弥生、滝山、前沢、南町）に在住で、乳幼児を子育て中の専業主婦。 ※同地域以外の方は要相談。定15人費無料 保育あり（無料） 申 閏7月13日（水） 午前10時から、子ども家庭支援センター ☎471・0910へ

【表記の凡例】 日 日時 場所 内容 対象 定員 講師 費用 持ち物 注意 その他 申 申し込み 問 問い合わせ

8面からつづ

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆オセロ大会=日7月6日（水）午後3時半～4時50分 小学生 当日受け付け

☆幼児のつどい=日 閏7日（木）が「7・8月生まれのお誕生日会と七夕」、1歳～4歳児合同。14日（木）が「ゲーム遊び」、2歳～4歳児

☆おはなしの日=日12日（火）午前11時～11時25分 絵本の読み聞かせや手遊び 幼児とその保護者 申し込みあり

☆赤ちゃん広場=日13日（水）午前10時半～11時半 助産師による体重測定、育児相談 0歳児とその保護者 申し込みあり

☆おはなし会=日13日（水）午後3時～3時半 絵本の読み聞かせなど 小学生 協力は東部図書館

ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆中高生年代クッキング=日7月2日（土）午後5時半～6時半 生地から作る手作りピザ 中学生・高校生年代 先着10人 当日受け付け中

☆ひばりC.A.F.E.=日4日（月）午前10時半～11時半 幼児保育園の看護師さんとお話をしましょう 乳幼児とその保護者 定12組 当日受け付け中（電話可）

☆幼児のつどい=日 閏7日（木）午前10時半～11時10分が「七夕工作」、

1歳児（うさぎ）。14日（木）午前10時半～11時半が「けやき座による公演」、1歳～4歳児（うさぎ・あひる合同） ☆びよびよママの会=日13日（水）午前10時～11時半 助産師による体重測定・育児相談 0歳児とその保護者 申し込みあり（定員2人。1週間前～前日に要予約） 当日受け付け

☆おはなしの日=日13日（水）午後3時45分～4時15分 楽しい読み聞かせ 幼児～小学生 水曜おはなし会 当日受け付け

子育て

子ども家庭支援センター (わくわく健康プラザ2階) 電話471・0910

赤ちゃんを連れて遊びに来てください（月曜～土曜日、午前10時～午後4時半）。育児相談も受けます。

☆なかよし広場=日7月15日（金）午前10時～11時半 第十小学校 お子さんと遊びながら、気軽に育児の情報交換をしたり、ボランティアと一緒に遊びましょう 0歳～5歳児とその保護者 持ち物 スリッパ 当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

☆手作り布おもちゃの会=日7月19日（火）午前10時～正午 乳幼児とその保護者 先着20組 持ち物 裁縫箱、はさみ 他 保育はありません 7月1日（金）午前10時から同センターへ

センター上の原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆なかよし広場=日7月12日が第六小学校、19日が第一小学校、いずれも火曜日の午前10時～11時半 気軽に育児の情報交換をしたり、ボランティアと一緒に遊びましょう 0歳～5歳児とその保護者 持ち物 スリッパ 当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

☆水あそび=日7月22日（金）～8月31日（水）の午前10時～午後3時 水遊びができます 持ち物 タオル、水遊び用の紙パンツなど 他 おもちゃは同センターで用意します

☆休館日のお知らせ=7月21日（木）は、館内整備のため休館します

図書館へ行こう

7月の図書館休館日

7月1日（金）・8日（金）・15日（金）・22日（金）・29日（金）は、全館休館です。中央図書館は19日（火）も休館します。

中央図書館 ☎475・4646

夏のおたのしみ会「ぐりとぐら」

水曜おはなし会の皆さんと一緒に、楽しい人形劇を行います。手遊びやパネルシアターもあります。皆さんのご来場をお待ちしています。

日 閏7月20日（水）午前11時～正午が0歳～幼児向け、午後3時半～4時半が幼児～小学生向け 南部地域センター2階講習室 無料 駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください 当日直接会場へ 問 ひばりが丘図書館 ☎463・3996

夏休み学習講座「びゅーんと飛ば傘袋ロケットをつくろう！」

楽しみながら学べる夏休み学習講座を開催します。

日7月24日（日）午後2時～3時半 西部地域センター第2・第3講習室 小学生以上（保護者同伴可）定30人 無料 駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください 閏7月2日（土）午前9時から、電話または直接滝山図書館 ☎471・7216へ

講演会「被爆樹巡礼」

「被爆樹巡礼」の著者、杉原梨江子氏をお招きし、「被爆樹とは何か」や、木と共に生きてきた方々の被爆体験などの話を伺います。

また、8月2日（火）～15日（月）に、東部地域センターロビースペースで、被爆樹の写真を展示します。

日8月3日（水）午後2時～3時 東部地域センター講習室 小学生以上 先着30人 無料 駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください 閏7月2日（土）から、電話または直接東部図書館 ☎470・8022へ

スポーツ

ニュースポーツデー～スポーツ推進委員会

日7月9日（土）午前10時～午後1時半。 ※参議院議員選挙の影響で、終了時間がいつもより早くなりますので、ご了承ください。 場 スポーツセンター 内 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、ネオホッケー 費100円 持ち物 上履き 当日直接会場へ 問 生涯学習課スポーツ振興係 ☎470・7784

第47回ソフトテニス市内団体戦～市ソフトテニス連盟主催

日7月17日（日）午前8時半開会（予備日は18日） 場 西中テニスコート 種目は一般男子、一般女子。いずれも3組で1チーム 市内在住・在勤・在学・在テニスクラブの方 費1チーム3,000円 閏7月10日（日）までに同連盟・土井 ☎04・2995・0216へ

小学生のバスケットボール初心者教室～市スポーツ少年団主催

シュート・ドリブル・パス練習をした後、ミニゲームや親子バスケをして楽しめます。

日7月23日（土）午前9時15分～11時 場 スポーツセンター 市内在住・在学の小学生 費800円（スポーツ保険代） 持ち物 上履き、タオル、飲み物 閏7月20日（水）までに同団・有賀 ☎090・7419・2778へ

お知らせ

学校給食費の納め忘れはありませんか

市立小・中学校では、保護者の皆さんから納入される給食費で安全な食材を購入し、衛生的な調理を行い、児童・生徒へ栄養バランスの取れた学校給食を提供しています。

給食費の滞納が累積すると、給食を提供するために必要な物資の購入費用が足りなくなり、提供する給食の質が低下するなどの支障を来す恐れがあります。学校給食費は納め忘れがないよう、納入にご協力をお願いします。

なお、納入が困難な場合には、在籍する小・中学校の校長、副校長、担任教師または栄養士（中学校は学務課の栄養士）へご相談ください。

熱中症対策のため、市役所や各地域センター内で休憩ができます

今年も暑い夏が見込まれます。熱中症対策のため、市役所1階屋内ひろば、西部・南部・東部の各地域センター内のロビーに、7月1日（金）から、休憩スペースを設置しますので、ご利用ください。

問 管財課管財係 ☎470・7718

いきいき健康家族

No.167 危険の判断

喫煙の危険性について最近思うことですが、人間の感覚とは実に不思議で、結構危険なのにそう感じなかったり、その逆もあつたりします。例えば、人口10万人当たりの年間死亡数で危険度を比べてみると、交通事故9人、飛行機事故0.013人で、割り算をすると690倍も車の運転の方が飛行機より危険です。しかし、私は正直「飛行機の方が怖い」です。喫煙は、肺がんや慢性閉塞性肺疾患のみならず、虚血性心疾患やその他のがんの危険を高めるのは明らかです。喫煙の発がんリスクは、放射線の被ばく量1,000～2,000mSv（ミリシーベルト）相当と計算されています。一般市民の年間被ばく限度目標が1mSv、原発作業員は50mSvなので、喫煙による発がんリスクは、原発周辺の放射線より、はるかに高いこととなります。

また、日本における「喫煙関連死」は、人口10万人当たり年間90人程度と推定され、高血圧関連死の70人程度より高いです。すると、血圧の薬を飲んでいての方が喫煙をしている場

合「高血圧よりも危険な喫煙」に対して、医師としては何もしていないことになってしまいそうです。

それほど危険にもかかわらず、喫煙しても一生ほほ何も起こらないで健康に過ごす人がたくさんいるのもご存じの通りです。そこが医師としては最も困ったことです。

喫煙は放射線同様、決して「安全」ではありません。どの程度の危険なら許容するのか、その選択は「個人の判断」なのですが、ぜひ、かかりつけの主治医とよく話し合ってみてください。禁煙を決意した方には精いっぱい支援をしますので、医療機関での「禁煙外来」を訪ねてください。

【データの参考元】内閣府「低線量被ばくリスク管理に関するワーキンググループ」報告書▼「危険因子ごとの国内の推定死亡者数2007年プロソメディン掲載論文」から▼「リスクのモノサシ」中谷内一也著 NHKブックス

(東久留米市医師会)

「くるちゃん川柳」を募集します

東久留米市コミュニティサイト運営委員会では、「第5回川柳コンテスト」を行います。テーマは「東」「久」「留」「米」「湧」「水」のいずれかの漢字を詠み込んだ作品を募集します（小学生以下のキッズ部門はテーマなし）。

応募は、1人5句まで（キッズ部門は3句まで）。詳細は「くるくるチャンネル」(http://kuru-chan.com/) または各地域センターなどで配布するチラシをご覧ください。

7月1日（金）～9月11日（日）に、〒203-0033、滝山4-1-10、くるくるチャンネル事務局宛て郵送、ファクス(457・3001) または電子メール(kuru-chan-event@jcom.zaq.ne.jp)で送信を 同事務局 ☎457・3000、電子メール(kuru-chan@jcom.zaq.ne.jp) または生活文化課市民協働係 ☎470・7738

2016 平和祈念資料展

「体験画から感じとる東京空襲」～東京空襲についてあなたはどのくらい知っていますか～

市では、平和祈念資料展として東京空襲体験画の展示や関連DVDの上映を行います。これらを通じて、東京空襲を体験した方の記憶を感じ、平和について考える機会になればと思います。また、同時期に千羽鶴も展示していますので、ぜひご来場ください。

7月14日（木）午前9時～午後7時、15日（金）午前9時～午後5時 市民プラザホール 無料 当日直接会場へ 同総務課 ☎470・7714

生涯学習センター 夏休み学習室

夏休み期間中、市民の皆さんの自主学習の場として、一部の学習室を開放しますので、夏休みの宿題や受験勉強などにご活用ください。学生はもちろん、大人も利用できます。

7月21日（木）～8月30日（火）の午前9時～午後6時。 ※7月25日（月）、8月22日（月）は休館。 生涯学習センター学習室 小学生以上利用できる日時を変更する場合があります。詳細は同センターホームページ (http://www.higashikurume-lll.jp/) または同センター内の掲示で確認できます。空き状況によっては利用できない場合があります 同センター ☎473・7811

シネマdeおしゃべり

～男女平等推進センター主催

映画の上映後、おしゃべりをします。

8月5日（金）午後7時～9時 ②6日（土）午前10時～正午 男女平等推進センター会議室 上映映画＝「ガールズ★ロック！」 ▼映画紹介＝アメリカで始まり、世界中に広がっている「ガールズ・ロック・キャンプ」のドキュメンタリー。8歳～18歳の少女が集まるロックンロールキャンプ。楽器に触ったこともない少女たちが1週間のワークショップの後、700人の観客の前で演奏する。髪を振り乱し、怒鳴り合い、楽器をかき鳴らし、叫びまくる「女の子」のロックは革命だ。自由な自己表現によって自分の殻を破り、解放されていく。監督はアルネ・ジョンソン&シェーン・キング。2007年。89分 各回先着20人。要予約 無料 ②は2歳～未就学児の保育あり。定員5人。7月22日（金）までに要予約 7月4日（月）から電話または直接同センター ☎472・0061（火曜日休館）へ

野外観察ガイドブック

市教育委員会では、次の通り野外観察ガイドブックを刊行しています。

内費「多摩の昆虫」北原俊幸監修（1000円） ▼「東久留米の野草」新屋茂木監修（800円） ▼「東久留米の野鳥」吉良幸世監修（900円） 生活文化課（市役所2階）および郷土資料室で頒布 同室 ☎472・0051

夏の昆虫展

～小さな仲間たち

昆虫のグループは100万種もあり、この地球上で多種多様な生命の営みを見せてくれています。昆虫研究家で市文化財保護審議会委員の北原俊幸氏から、市に寄贈された昆虫標本の一部を展示します。夏休みの1日、小さな仲間たちの世界に触れてみてください。

7月29日（金）～8月31日（水）の午前9時～午後4時半。 ※日曜日・祝日は休室。 郷土資料室（わくわく健康プラザ2階） 同室 ☎472・0051



↑昆虫標本

夏休み子ども教室

「身近な昆虫に目を向けよう」

「昆虫たちは、どこに、どのように生活しているの」。そんな子どもたちの疑問にお答えします。夏休みの自由研究に、ぜひご活用ください。

8月2日②23日のいずれも火曜日、午前10時～11時半（どちらか1日を選択） 郷土資料室（わくわく健康プラザ2階） 市内在住・在学の小学4年～6年生 各回先着15人程度 北原俊幸氏 100円（保険代） 12色の色鉛筆、はさみ ①が7月22日（金）②が8月12日（金）までに、電話で同室 ☎472・0051へ

多摩六都科学館

夏の特別企画展「ロクト大昆虫展2016」

昆虫標本約3,000点が集合。世界最大級の昆虫や美しいチョウなど、貴重な昆虫たちが待っています。

昆虫に触れる「カブトムシ・クワガタハウス」も開催します。

7月16日（土）～9月4日（日）の午前9時半～午後5時。 ※8月中は午後5時半まで開場。9月2日（金）は閉場。 入館料＝500円（4歳児～高校生は200円） 休館日は、7月4日（月）・11日（月）・19日（火）、9月1日（木）です。8月は休館しません 同館 ☎469・6100 第222回市民プラザロビーコンサート～ようこそ「新世界」へ～

7月16日（土）午後2時～3時 市役所1階屋内ひろば 出演＝女声合唱団「新世界」 ▼主な演奏曲＝「瑠璃色の地球」「落葉松」ほか 無料 当日直接会場へ 市民プラザ ☎470・7813



出演の女声合唱団「新世界」

榛名湖畔のゆいすげの花
榛名湖畔では、7月中旬～8月上旬に「ゆうすげの花」が沼ノ原の草原一帯に咲き始めます。ゆうすげの花は、くつきりとしたきれいなレモン色で、夕方に開花し、翌日の午前中には閉じてしまうことから、この名が付けられました。この時期、遊歩道には、高原の涼しい風に吹かれながら散策を楽しむ観光客も多数見られます。また、7月上旬の榛名湖畔では、湖で日本一の高所に生息して



ゆうすげの花

柳泉園組合 清掃工場夏休み子ども見学会

夏休みの自由研究や思い出づくりに、友だちや家族と清掃工場を見学しませんか。

7月28日（木）・29日（金）のいずれも午前10時から午後2時から 柳泉園組合管理棟1階ロビー集合 児童とその保護者（未就学児は保護者同伴） 各回先着30人 無料 電話で同組合総務課庶務文書係 ☎470・1545、またはイベント名・参加希望日時・住所・氏名・年齢（学年）・電話番号を記入の上、電子メール(soumuka@ryusen.or.jp)で送信を 同係または同組合ホームページ (http://www.ryusen.or.jp/)

ガイド

都立霊園使用者の申込書を配布します

配布期間＝7月15日（金）まで 配布場所＝①市民課（市役所1階）、上の原・滝山・ひばりが丘の各連絡所②都内市区役所・町村役場、千葉県松戸市役所③都庁第一・第二本庁舎1階・2階の案内コーナー④各都立霊園および葬儀所⑤公益財団法人東京都公園協会本社霊園課（新宿区歌舞伎町2-44-1、ハイジア10階） 同協会ホームページ (http://www.tokyo-park.or.jp/reien/) から申し込みできます 配布場所については市民課 ☎470・7722、募集については募集専用電話 ☎0570・783・802、または同協会霊園課 ☎03・3232・3151

佐々総合病院 市民公開講座

7月9日（土）午後2時～3時が「夏本番に向けての脳梗塞予防」、講師は脳神経外科部長の島田篤氏。13日（水）午後3時～4時が「時々入院、ほぼ在宅に向けて」、講師は佐々訪問看護ステーション所長の原島愛美氏 佐々総合病院3号館4階ホール（西東京市田無町四丁目） 各回先着80人 無料 当日直接会場へ 同病院広報室 ☎461・1535

東京病院 「第7回市民公開講座」

7月24日（日）午後2時～4時（1時半開場） 東京病院外来ホール（清瀬市竹丘三丁目） ①「間質性肺炎とは～原因によって異なる治療法～」②「前立腺がん～怯えることはないけれど、侮ってはけません～」 無料 当日直接会場へ 同病院経営企画室 ☎491・2111

公立昭和病院 「第18回市民公開講座」

事前申し込みは不要ですので、気軽にご参加ください。

7月30日（土）午後2時半～4時

丸ネこだいら中ホール（小平市美園町一丁目）

内師①「大腸がんの内視鏡的治療～発見すればおなかを切らずに治せます～」講師は公立昭和病院内視鏡科副部長の浦牛原幸治氏②「大腸がんの外科治療～小さな傷で体に優しい腹腔鏡下大腸がん手術～」講師は同病院外科・消化器外科医長の板橋哲也氏③「寝たきりにならないためのロコモ予防」講師は西野整形外科院長の西野敏温氏 当日直接会場へ 同病院医事課医事管理係 ☎461・0052（内線2171）

東京たま広域資源循環組合

ごみのゆくえを知ろう！

「夏休み処分場見学会」参加者募集

東京たま広域資源循環組合では、処分場バス見学会を開催します。この機会に、皆さんが出したごみがどのように処理されているのか、確かめてみませんか。

8月5日②19日のいずれも金曜日 見学会＝①がふじみ衛生組合、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場②が西多摩衛生組合、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場 ▼集合・解散場所＝①がJR三鷹駅北口付近②がJR立川駅北口から徒歩6分「曙町2丁目」交差点付近 多摩地域在住で、小学4年～6年生と18歳以上の保護者（小学生1人に保護者1人。2人1組厳守）または多摩地域在住・在勤・在学中中学生以上の方（なるべく2人1組） 各日40組80人（応募者多数の場合は抽選） 1人500円（昼食代）。 ※当日集金します。 ①いずれも7月19日（火）までに（必着）、往復はがき（1枚で2人まで）の往信はがきに「見学会参加希望」と明記の上、参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢・性別・住所・電話番号（お持ちの方は携帯電話番号）・参加希望日・通勤・通学先（多摩地域在住でない方のみ）を記入の上（返信はがきには、申込者の郵便番号・住所・氏名を記入）、〒190-0181、西多摩郡日の出町大久野7642、東京たま広域資源循環組合「夏休み見学会」係宛て郵送を 同組合 ☎042・597・6152

薬湯の日「桃の葉湯」

7月3日（日）、源の湯（東本町7-6、☎471・0005）が午後3時半～11時、第二喜多の湯（幸町1-5-10、☎471・2475）が午後3時～10時半 6歳以下は無料 各利用施設 田無東大農場博物館

七夕飾りイベント

7月5日（火）～8日（金）のいずれも午前10時15分～午後2時45分 東大生調和農学機構農場博物館（西東京市緑町1-1-1） 同機構事務室 ☎463・1611