

# 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〉 体力づくり強調月間、「法の日」週間 (1日～7日)、行政相談週間 (19日～25日)、法の日 (1日)、統計の日 (18日)、原子力の日 (26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

### 大腸がん検診

10月31日(月)まで。 ※市の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。 右表の実施医療機関便潜血検査2日法(検便検査)。 ※内視鏡検査ではありません。 市内在住の29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相談してください。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。 ※生理中を避けて受診してください。 500円(受診医療機関でお支払いください。生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要です) 検診結果は医療機関でお聞きください(郵送は行っていません)。検体を提出しなかった場合でも、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。 健康課特定健診係 ☎477-0013

### 子宮頸がん検診

29年1月31日(火)まで 右表の実施医療機関 市内在住の20歳以上の女性で、28年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし現在治療中、または過去に精密検査で異常を指摘された方はご遠慮ください。 1,000円(生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要です) 健康保険証 不正出血・生理時には受診できません。「子宮体がん検診」ではありません。 受診の際は、直接実施医療機関の窓口へ。受診

結果は約1カ月後に、市から郵送します。 健康課特定健診係 ☎477-0013

### 乳がん検診

医療機関の休診日を除く29年2月28日(火)まで 複十字病院健康管理センター(清瀬市)、アルテミスウイメンズホスピタル(応募者多数の場合は抽選)、わくわく健康プラザでの検診車(東京都予防医学協会)。 ※わくわく健康プラザ(検診車)での検診日は、11月30日(水)、12月9日(金)・13日(火)・19日(月)・24日(土)、29年1月9日(祝)・17日(火)・24日(火)、2月1日(水)・10日(金)・11日(祝)・12日(日)です。それぞれ午前か午後を選択できます。その他の医療機関は、市からの返信後、ご自身で決めていただきます。 問診、視触診、マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査) 市内在住の40歳以上の女性で、28年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし、現在治療中または過去に精密検査で異常を指摘された方はご遠慮ください。また、妊娠中や授乳中、卒乳後6カ月を経過していない方は受診できません。 1,000円(生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要です) 10月1日(土)～14日(金)に(消印有効)、電子申請または1人1枚の往復はがきに、「乳がん検診希望」と明記して、希望医療機関(アルテミスウイメンズホスピタルで受診希望の方は抽選の可能性があるので、第2希望まで記入)、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号、わくわく健康プラザで受診の方は第1～第3検診希望日と午前・午後を記入の上(返信面にも住所・氏名を書いて)、〒203-0033、滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内、健康課特定健診係宛て郵送を。申し込み結果は11月上旬ごろに、市から順次郵送します。 ※市ホームページに

往復はがきの記入例を掲載しています。

同関係 ☎477-0013

### おたふくかぜ予防接種費用の一部を助成します

東久留米市医師会では、「おたふくかぜ予防接種」の費用の一部を助成しています。この予防接種は、市が実施している法定予防接種とは異なり、保護者が接種の判断をする任意の予防接種です。医師と相談の上、ご利用ください。

場下表の実施医療機関個別接種。

接種回数は1回(市内に住民登録があり、おたふくかぜに罹患したことがなく、過去に1回も「おたふくかぜ予防接種」を受けていない1歳～2歳になる誕生日の前日までの幼児費2,000円(母子健康手帳、本人確認書類(保険証など) 実施医療機関に直接予約してください。予診票は実施医療機関にあります。 同会 ☎473-5661

7面へつづく

## 各種がん検診・予防接種 市内実施医療機関

○印は取り扱いがん検診・予防接種

医療機関名	所在地	電話番号	大腸がん	子宮頸がん	おたふくかぜ
東久留米団地診療所	上の原1-4-11-103	471-2628	○		○
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	○		
松岡レディースクリニック	東本町1-3、4階	479-5656		○	
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	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	○		
清水胃腸科内科	本町1-1-11	472-8709	○		
東久留米駅前クリニック	本町1-3-6、2階	471-5051	○		
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	○		
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23	479-7300			○
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	○		
アルテミスウイメンズホスピタル★	中央町1-1-20	472-6111	○	○	○
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421-2121	○		
ひばりが丘診療所	学園町2-11-14	421-0973	○		○
鹿島医院	南沢4-3-2	461-2967	○		○
東久留米おだやかメディカルクリニック	南沢5-17-62、イオンモール東久留米2階	452-5801	○		○
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460-8502	○		○
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460-0531	○		
おぎざ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			○
前沢医院	前沢2-10-9	471-0154			○
たぎぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470-9118	○		
滝山病院	滝山4-1-18	473-3311	○		
石垣整形外科※	滝山5-22-17	470-0620	○		
ベルフェ滝山マタニティクリニック	滝山5-3-6	477-3503		○	
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	○		○

診察時間などの詳細は、各医療機関にお問い合わせください。 ★は女性のみ。 ※は特定健診、後期高齢者・無保険者健診を実施していません。

## 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。

10月2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)

10月9日＝福山内科クリニック (新川町1-9-22、 ☎470-9177)

10月10日＝石橋クリニック (東本町8-9、 ☎477-5566)

【歯科】

10月2日・9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)

10月2日・10日＝滝山病院 (滝山4-1-18、 ☎473-3311)

10月9日＝前田病院 (中央町5-13-34、 ☎473-2133)

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)

## ごみ

### 10月10日(体育の日)のごみ収集は

10月10日は月曜日の祝日ですが、通常通り該当地区についてごみの収集を行います。 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)

10月から家庭ごみの「燃やせるごみ」と「布類(古布)」の戸別収集が始まります(1面参照)。



### 養育家庭体験発表会

～ほっとファミリー（養育家庭）になりませんか～

都では、いろいろな理由で親と一緒に暮らせない子どもたちを一定期間（1カ月以上）、家庭に迎えて家族と一緒に暮らす養育を推進しています。市では、より多くの市民の皆さん

にこの制度を知っていただくため、都と共催して、「養育家庭体験発表会」を開催します。今回はDVD上映のほか、体験者のお話を予定しています。

■11月10日（木）午前10時～正午  
場市民プラザホール定先着70人費無料■当日直接会場へ■子ども家庭支援センター☎471・0910

【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

### 8面からつづく

#### 特定健診、後期高齢者健診

10月の受診対象は2・3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、9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（8面参照）。

■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へ問い合わせてください■同係

#### 2歳児歯科健診

■10月5日（水）午前9時15分～10時15分受け付け■わくわく健康プラザ■歯科健診、ブラッシングなど■26年9月生まれの幼児■当日直接会場へ■健康課保健サービス係☎477・0022

#### 1歳6カ月児健診

■10月6日（木）午後0時半～1時半受け付け■わくわく健康プラザ■27年3月9日～4月6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

#### ピンクリボンキャンペーンを実施します

10月はピンクリボン月間です。乳がんへの理解を深めるピンクリボン活動を行います。パネル展示や模型による乳がん自己検診体験を予定しています。

■10月11日（火）午前10時～11時。 ※パネル展示は8日（土）～11日（火）。 ■市役所1階屋内ひろば■健康課保健サービス係☎477・0022

#### 子ども相談

■10月12日（水）午前9時半～午後3時■わくわく健康プラザ■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

#### 3～4カ月児健診・産婦健診

■10月13日（木）午後0時半～1時半受け付け■わくわく健康プラザ■28年5月18日～6月13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

#### すくすく子育て相談（育児相談）

■10月14日（金）午前9時45分～午後2時■中央児童館■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 ■第23回歯と歯ぐきの市民健康フェスタ「歯医者さんって歯を治すだけじゃないの？」

#### ～市歯科医師会主催

歯科医は、歯を治してくれる先生としか思っていない人が多いかもしれません。しかし、昭和60年の日航機墜落事故では、歯科医の活躍で犠牲者のおよそ40%の身元が確認されました。東

日本大震災での身元確認でも、全国から多くの歯科医が応援に駆け付けたことは知られています。今回は、「歯の特徴からどうしてそれが誰であるのか分かるのか」について、お話しします。

■10月15日（土）午後2時～4時■市民プラザホール■東京歯科大学副学長で法歯学・法人類学講座教授の橋本正次氏■無料■当日直接会場へ■同会☎475・8903

#### はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

■10月18日（火）①1歳児クラス＝午前10時～11時②0歳児クラス＝午後1時～2時半■わくわく健康プラザ■歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど■定①が満1歳～1歳3カ月児とその保護者、先着16組。②が満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■10月3日（月）から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

#### BCG予防接種

■10月19日（水）午後1時半～3時受け付け■わくわく健康プラザ■28年5月生まれの乳児（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11月16日（水）の予定■当日直接会場へ■健康課予防係☎477・0030

#### らくらく離乳食

■10月25日（火）午後1時半～3時半■わくわく健康プラザ■調理実習■6カ月～1歳未満児の保護者■定20人■申込時にお知らせします■対象児の保育あり■10月3日（月）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問い合わせを。

#### 4児童館合同

#### 幼児のつどい運動会

■10月6日（木）午前10時～11時45分（9時45分から受け付け）。 ※雨天時は7日に順延■滝山球場■幼児とその保護者■弁当（任意）、水筒、敷物、帽子■動きやすい服装で■各館

#### 児童館山登りハイキング

■10月22日（土）午前7時50分に東久留米駅西口集合、午後4時40分ごろに同所解散（予定）。雨天時は23日に順延■天覧山～多摩主山～中平河原■小学4年～中学生■定80人（各館20人程度）■小学生340円、中学生680円■事前に各館で準備会を実施します■10月1日（土）午前9時から参加費を添えて各館へ■各館

#### ◎臨時閉館のお知らせ

10月6日（木）は「4児童館合同幼児のつどい運動会」のため、4館いずれも臨時閉館します。雨天時は、6日が通常開館、7日が閉館します。

10月22日（土）は、「児童館山登りハイキング」のため、4館いずれも臨時

閉館します。雨天時は22日が通常開館、23日が閉館します。

#### 滝山（滝山4-1-10）

電話471・7214

☆おはなし会＝■10月1日・8日いずれも土曜日の午後2時からが幼児、2時半からが小学生■絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☆こっこタイム＝■3日（月）午前10時半～11時■図書館職員による絵本の読み聞かせ、わらべ歌など■1歳～2歳児とその保護者

☆わらべうたスマイル講座＝■11日（火）午前10時半～11時半■遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談や話し合い■0歳児とその保護者■原悠子氏■当日受け付け

☆サロンフレンズ＝■12日（水）午前10時15分～11時半■高齢者の皆さんとの触れ合い、おやつタイム■乳幼児とその保護者■コップ

☆幼児のつどい＝■13日（木）午前10時半～11時半■小麦粉粘土■1歳～2歳児とその保護者■着替え、タオル、水分補給物

#### 中央（中央町1-10-11）

電話476・2161

☆オセロ大会＝■10月5日（水）午後3時から■トーナメント戦■小学生■当日受け付け

☆ネットの日＝■8日（土）午後3時から■遊戯室にネットを張って遊びます■小学生

☆おはなしの日＝■12日（水）午前11時～11時半■手遊びと絵本の読み聞かせ■幼児

☆幼児のつどい＝■13日（木）午前10時半～11時半■新聞紙遊び■幼児

☆お母さんのためのアメリカンフラワー教室＝■11月8日（火）午前9時半～11時半■リース作り■幼児とその保護者■定20組■樋沢勝代氏■10月13日（木）午前9時から本人が申し込み（電話可）

#### けやき（大門町2-10-5）

電話474・6653

☆お父さんたちと一緒に＝■10月1日（土）午前11時～11時半■家族で参加できます■当日受け付け

☆おはなしの日＝■11日（火）午前11時～11時25分■絵本の読み聞かせ、手遊びなど■幼児■みくろおはなしの会

☆赤ちゃんひろば＝■12日（水）午前10時半から■助産師による体重測定、育児相談■0歳児とその保護者■ひがしくるめ助産師会

☆おはなし会＝■12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

☆幼児のつどい＝■13日（木）午前10時半から■「科学工作遊び」花小金井南児童館館長が来てくれます■1歳児■動きやすい服装で

#### ひばり（ひばりが丘団地8-11）

電話464・9300

☆中高生年代卓球大会＝■10月8日（土）午後5時半～6時半■中学・高校

生年代■上履き、タオル■受け付け中 ☆ミニフットサル大会＝■9日（日）午後3時から■小学生■10月2日（日）午前10時から受け付け

☆卓球大会＝■12日（水）午後3時から■小学3年～6年生■10月5日（水）午後3時半から受け付け

☆幼児のつどい＝■13日（木）午前10時半～11時半■ミュージックベルミニコンサート■1歳～4歳児（うさぎ・あひる合同）

☆びよびよママの会＝■19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■きょうだいの保育あり（定員2人。1週間前～前日までに要予約）■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。

☆手作り布おもちゃの会＝■10月18日（火）午前10時～正午■乳幼児とその保護者■先着20組■縫裁縫箱、はさみ■保育はありません■10月3日（月）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

☆おはなし広場＝■10月17日（月）午前11時～11時半■ボランティアによる乳幼児向けの読み聞かせや手遊び■当日直接会場へ

☆なかよし広場＝■10月18日（火）午前10時～11時半■第一小学校■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ぼう■0歳～5歳児とその保護者■スリッパ■当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

### 図書館へ行こう

#### 10月の図書館休館日

10月7日（金）・14日（金）・21日（金）・28日（金）は、全館休館です。中央図書館は18日（火）も休館します。

#### ■中央図書館☎475・4646

#### 「図書館フェス2016」を開催します

今年の図書館フェスは、「本であつまる・図書館でたのしむ」がコンセプトです。楽しみながら図書館の可能性を多くの方に知っていただくイベントです。詳細は、当日まで順次「図書館フェス2016特設ページ」（<https://www.lib.city.higashikurume.lg.jp/clib/libfes/libfes2016.html>）で紹介していきます。

■10月15日（土）・16日（日）の午前10時～午後5時■中央図書館視聴覚ホール■「ひとハコ図書館めぐり」「本の解体ショー」「本の修理体験工房」「ビブリオバトル」「3Dプリンター展示」など■同館☎475・4646

10月から家庭ごみの「燃やせるごみ」と「布類（古布）」の戸別収集が始まります（1面参照）。

朗読サロン

耳で文学作品を味わってみませんか。
10月20日(木)午後1時半～3時
南部地域センター2階講習室
東久留米図書館友の会
無料
車でのお来場はご遠慮ください
当日直接会場へ
ひばりが丘図書館
463・3996

スポーツ

ニュースポーツデー
～スポーツ推進委員会

10月8日(土)午前10時～午後4時
スポーツセンター
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
100円
上履き
当日直接会場へ
生涯学習課
スポーツ振興係
470・7784

第31回ファミリースポーツフェスティバル

今年是全国大会で活躍した西中学校ハンドボール部と東久留米ハンドボールクラブ(小学生)のデモプレーが見られます。

10月10日(祝)午前10時～午後3時半(雨天決行。2時半まで受け付け)
スポーツセンター、大門中学校
1 体験コーナー=ソフトバレーボール、ミニテニス、ストラックアウト、クライミング、ラージボール卓球、弓道、アーチェリー、スカットボール、ドッジボール、ユニカール、エアロビクス、ジムトレーニング、自由遊泳(水着・水泳帽持参)、拳玉・お手玉・おはじきなどの伝承遊び
2 ウォーキング=スタートは滝山球場と市役所の2カ所で、いずれも午前10時から。ゴールはスポーツセンター。黒目川と落合川の遊歩道など約6kmコース
3 救急法の指導と体験=東久留米CPR友の会による傷の手当てや人工呼吸、心臓マッサージの指導
4 ミニ運動会(午前10時半～午後0時半に大門中学校校庭で開催)=パン食い競争、スプーンレース、宝探し、スポーツ少年団対抗リレーなど(整理券を午前9時から先着順で配布)
5 エキシビション=ヒップホップの発表(東京ドームスポーツ)、西中学校ハンドボール部および東久留米ハンドボールクラブ(小学生)のデモプレー
6 フリーマーケット(雨天中止)
上履き
当日は駐車場がありませんので、徒歩または自転車でご来場ください。午前9時～午後4時は、スポーツセンターおよび駐車場の一般利用はできません。あらかじめご了承ください
市体育協会
470・2722

クライミングウォール使用認定会

10月14日(金)午後7時～9時
スポーツセンター
高校生年代以上で、リードクライミング技術を習得し、グレード5.10前半程度が完登できる方。
※未成年者は保護者の同意が必要です。
10人
1,300円(施設使用料・保険代など。当日集金します)
認め印、用具を持っている方は持参してください
10月11日(火)までに電話で市体育協会
470・2722へ
同協会

リオデジャネイロオリンピックに出場した長谷川涼香さんの水泳教室

10月16日(日)午後2時～3時半(午後1時半から受け付け)
スポーツセンター
小学生以上で25m以上泳げる方
先着50人
無料
電話または直接同センター
470・7900へ

第67回ターゲットバードゴルフ久老連共催大会

～ターゲットバードゴルフ協会主催
10月25日(火)午前9時～正午(予

備日は11月4日)
滝山球場
市内在住・在勤・在学・在クラブの方
体験、見学自由。懇切に指導します
当日直接会場へ
同協会・児玉
422・3848

ジュニア育成ソフトテニス指導者養成研修

～都・都体育協会・市体育協会主催、ソフトテニス連盟主管
10月29日(土)午前9時～午後4時(予備日は30日)
滝山テニスコート
市内在住・在勤・在クラブのソフトテニス指導者
40人
無料
タオル、帽子、飲み物
10月19日(水)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(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内、市体育協会事務局宛て郵送を。または電話で市ソフトテニス連盟・鳩山
478・1317へ
同協会事務局
470・2722

ミニテニス運動教室

(子どもの体力運動能力向上事業)
ラケットとボールを使った運動を中心に体の動かし方を身に付け、運動の楽しさを感じ、以後継続的に運動をする意欲につなげることを目指します。
全8回。11月1日～12月20日のいずれも火曜日、午後4時～5時
スポーツセンター
運動が苦手、学校体育以外で運動する機会のない小学1・2年生
20人(応募多数の場合は抽選)
無料
テニスの技術を身に付ける内容ではありません
10月1日(土)～20日(木)に電話で同センター
470・7900へ

第30回シングルステニス大会

～市テニス連盟主催
11月20日(日)(予備日は23日)
市内各テニスコート
種目は一般男女シングル
市内在住・在勤・在学・在テニススクールで高校生以上の方
1人
2,000円
エントリー後のメンバー変更や参加費の返金はできません
試合時間・会場などは、後日郵送するドロー表でお知らせします
11月8日(火)までに、郵便振替(00190-2-632369、加入者名は東久留米市テニス連盟)で、通信欄に郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加種目、市外の方は勤務先・学校名・スクール名を記入の上、参加費の振り込みを。連盟役員への直接申し込み(要参加費)もできます
同連盟・佐々木
473・0079(夜間)

お知らせ

「秋の昆虫展」を開催します

今回は、鳴く虫を中心に秋に見られる虫の標本60箱を展示します。
10月14日(金)～22日(土)の午前9時～午後4時半。
※日曜日は休室。
郷土資料室(わくわく健康プラザ2階)
同室
472・0051

第9回団塊くるねっとシンポジウム講演会「健康寿命を延ばそう！」を開催します

「健康寿命」を延ばすための予防と対策について、多方面で活躍中の国立健康・栄養研究所健康増進研究部長の宮地元彦氏を招き、最新の研究成果を踏まえ、実技指導を交えた講演会を行います。主催は団塊くるねっと、東久留米市。
10月22日(土)午後2時～4時(1時半開場)
成美教育文化会館グリーンホール
先着300人
無料
団塊くるねっと・金内
478・7867、林
090・7018・7722または生活文化課市民協働係
470・7738へ

榛名湖のワカサギと紅葉
榛名湖でのワカサギ釣りが9月1日から解禁されました。
榛名湖のワカサギ釣りは、きれいで形の良いワカサギが魅力で釣り人のポイントで賑わっています。
今カサギが魅力で釣り人のポイントで賑わっています。
今所で釣れ始め、10月下旬ごろから9時、10時、11時とだんだん深場へポイントを移動させていきます。
また、10月中旬から紅葉が始まり、モミジやカエデなどが次々に色付き、山全体が紅葉色に包まれていきます。
特に、榛名富士山頂からの景色は別格の美しさです。
榛名湖で美しく紅葉した風景を眺めたり、ワカサギ釣りをしてリフレッシュしませんか。
ワカサギ釣りについて詳しくは榛名湖漁業協同組合(カフェ水月)
027・374・9128へ。
(高崎市榛名支所地域振興課)

生涯学習センター 春風亭小朝独演会を開催します

11月26日(土)午後1時半開演(1時開場)
生涯学習センターホール
前売り券3,500円(全席指定)。当日券3,800円
未就学児の入場不可
前売りは10月2日(日)午前10時から同センターおよびインターネット(イープラス)で頒布。当日は正午から頒布します
同センター
473・7811

多摩六都科学館 秋の特別企画展

「キトラ古墳が語るもの～地の巻～」
原寸大の壁画や石室内部の再現展示をはじめ、キトラ古墳の魅力が詰まった特別企画展です。協力は奈良文化財研究所、文化庁、情報通信研究機構。

10月8日(土)～11月6日(日)の午前9時半～午後5時
入館料=500円(4歳児～高校生は200円)。6歳以上の方の割り引きあり(10月12日<水>～12月22日<木>の平日)
10月の休館日は、3日(月)～6日(木)、11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)
同館
469・6100

28年度「市民プラザ塾」連続講座

同全5回。
1 10月14日が「昭和後期の東久留米」
2 28日が「幕末維新期の先人を思う～武州世直し一揆を中心に～」
3 11月4日が「宝泉寺から見た昔の神山部落」
4 18日が「東久留米のむかし道パート2」
いずれも金曜日の午後2時～4時
20日(日)が「神山地区のむかし道を散策(自由参加)」
市民プラザ会議室
先着25人
師富麻好雄氏・郡司恒夫氏・神山亮夫氏・井上卓氏
1,500円(①～④分)
10月1日(土)午前10時から直接市民プラザへ
市民プラザ
470・7813

柳泉園組合からのお知らせ 厚生施設プール棟が改修のため利用できません

柳泉園組合では、厚生施設プール棟の建物、設備などの老朽化に伴い、改修工事を実施します。工事期間中は、プール棟施設の利用ができませんので、ご了承ください。

休業期間=10月1日(土)～29年3月31日(金)
休業施設=室内プール、会議室、トレーニング室、学童野球場、軽食堂
浴場施設、一般野球場、テニスコートは利用できます
柳泉園グラウンドパーク事務局
473・3121

ガイド

江戸・TOKYO 技とテクノの融合展2016
東京創造力～キラリと光る中小企業のカ～
中小企業・小規模事業者の皆さんの事業拡大・発展に貢献するため、ビジネス

生涯学習センター フェアを開催します

業種・業態を超えたビジネス交流、取引先や提携先の開拓、情報収集の場として、ご活用ください。

10月12日(水)午前10時～午後5時
東京国際フォーラム展示ホール(千代田区丸の内3-5-1)
270企業・団体によるブース展示、著名講師陣による講演会、出展者によるプレゼンテーション
無料
当日直接会場へ
詳細は東京信用保証協会ホームページ(http://www.cge-tokyo.or.jp)をご覧ください
同会ビジネスフェア実行委員会事務局
03・3272・2070

人づくり・人材確保支援事業 有給研修生を募集(労働力確保事業)

研修期間=10月28日(金)～29年2月27日(月)
勤務時間=1日8時間
社会人として必要なスキルなどの研修を行った上で、原則市内の企業で就労体験を行い、正規雇用を目指します(時給1,300円)
就職を希望する、市内在住のおおむね39歳以下で正規雇用として就職していない方
同電話で同事業事務局(ヒューマンアカデミー東久留米教室)
471・6585へ

青年農家たちとの「ふれあい交流会」への女性参加者を募集します

魅力ある都市農業を担う青年農家の皆さんとの出会いや、親睦を深める交流会に参加しませんか。

11月26日(土)午前10時半～午後4時(午前10時から受け付け)
中国割烹旅館「掬水亭」(西武山口線レオライナー「遊園地西駅」から徒歩1分)
20歳～40歳前後の独身女性
先着25人
2,000円
11月10日(木)までにJA東京みらいホームページ(http://www.ja-tokyoumirai.or.jp/)の「交流会申し込みフォーム」から申し込みを
JA東京みらい本店指導課・坂間
477・0037

都立久留米特別支援学校 野火止祭(文化祭・学習発表会)

10月15日(土)午前9時半～午後2時半
都立久留米特別支援学校体育館(野火止2-1-11)
舞台を中心とした表現活動の発表
開始時間を変更する場合があります
同校
471・0502

佐々総合病院 市民公開講座

10月5日(水)午後3時～4時
佐々総合病院3号館4階ホール(西東京市田無町四丁目)
スギ花粉とダニの鼻アレルギーの舌下免疫療法について
先着50人
内科医の須甲松信氏
無料
当日直接会場へ
同病院広報室
461・1535

薬湯の日「ラベンダー湯」

10月10日(祝)、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