

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				

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)

人口と世帯<平成29年1月1日現在> 人口116,867人 (うち外国人1,822人) /前月比33増 【表記の凡例】 日日時 場場所 内容 対象 定員 講師
男57,162人 /前月比17増 女59,705人 /前月比16増 世帯数53,225 /前月比44増 費用 持ち物 ご注意 その他 申し込み 問い合わせ

けんこう

子ども相談

☎2月7日(火)・15日(水)のいずれも午前9時半～午後3時^場わくわく健康プラザ^内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^対幼児とその保護者^目☎電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

2歳児歯科健診

☎2月8日(水) 午前9時15分～10時15分受け付け^場わくわく健康プラザ^内歯科健診、ブラッシングなど^対27年1月生まれの幼児^目当日直接会場へ^目健康課保健サービス係☎477・0022

3～4カ月児健診・産婦健診

☎2月9日(木) 午後0時半～1時半受け付け^場わくわく健康プラザ^内28年9月20日～10月12日生まれの乳児^目当日直接会場へ^目健康課保健サービス係☎477・0022

1歳6カ月児健診

☎2月16日(木) 午後0時半～1時半受け付け^場わくわく健康プラザ^内27年7月9日～8月6日生まれの幼児^目当日直接会場へ^目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)

☎2月17日(金) 午前9時45分～午後2時15分^場中央児童館^内育児の相談、身体測定^対乳幼児とその保護者^目☎電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

☎2月21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^場わくわく健康プラザ^内歯の手入れ方法、虫歯予防、親子遊びなど^対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。いずれも初めての方を優先^目☎2月1日(水)から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

ぱくぱく幼児食

☎2月22日(水) 午後1時15分から^場わくわく健康プラザ^内野菜たっぷりの幼児食の試食や調理体験をします^対2・3歳児とその保護者^定20組^持エプロン(試食用)、飲み物、母子手帳^目☎2月1日(水)から電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

BCG予防接種

☎2月22日(水) 午後1時半～3時受け付け^場わくわく健康プラザ^内28年9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)^目当日直接会場へ^目健康課予防係☎477・0030

28年度認知症講演会

「正しく知ろう、認知症！」
認知症の専門医を招き、認知症を正しく知ることから、物忘れとの違い、早期発見の重要性や発症後の対応などについて伺います。

☎2月16日(木) 午後2時～4時(1時半から受け付け) ^場市民プラザホール^内市内在住・在勤の方^定先着80人^師薫風会山田病院認知症疾患医療センターセンター長で医師の竹中秀夫氏^無料^他手話通訳あり^目当日直接会場へ^目介護福祉課地域ケア係☎470・7777(内線2502・2557)

第76回市民のための医療講座 「わが町で安心して暮らし続けるために(介護と医療の連携)」

住み慣れた町でいつまでも暮らすために、地域には皆さんを支えるチームがあります。行政や医療、介護の専門職、町会やボランティアなどが一体となって支え合う仕組みです。その体制を「地域包括ケアシステム」と言います。今

ごみ

☎ごみ対策課☎473・2117 (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)

回は、包括支援センターが体制の概要を、薬剤師がチームの一員として具体的な支援内容を分かりやすくお話しします。

☎2月25日(土) 午後2時～4時^場市役所7階701会議室^定先着100人^師東部地域包括支援センターセンター長の遠藤浩子氏、東久留米市薬剤師会理事の稲田みちる氏。司会は薬剤師会会長の平沼一郎氏^無料^目当日直接会場へ^目健康課保健サービス係☎477・0022

40歳からの国民健康保険の方のための健康講座「めざせ！マイナス5歳のからだづくり」

いつまでも、若々しく過ごすための体づくりのヒントを一緒に体験してみませんか。この講座は、「健康増進サポート事業QUPiO」と「わくわく元気plus+」のポイント対象事業です。

☎2月28日(火) 午前9時半～正午^場わくわく健康プラザ^内ヘルスチェック＝体組成の測定、ロコモ度テスト、血圧測定など▼講座＝運動実践「年齢より若い体づくり」、講師は健康運動指導士▼講義「からだがよろこぶ食事のとり方」、講師は管理栄養士▼講義と実習「好感度アップの口元をつくろう」、講師は歯科衛生士^対国民健康保険被保険者で40歳～64歳の方^定先着20人^筆記用具、飲み物、保険証、特定健康診査結果、健康手帳(お持ちの方)^他動きやすい服装で(ストッキング不可)

☎☎2月1日(水)から電話で健康課特定健診係☎477・0013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。

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆オセロ大会＝☎2月1日(水) 午後3時半から^内トーナメント戦^対小学生^目当日受け付け

☆幼児のつどい＝☎☎2日が「豆まき&2月生まれのお誕生日会」。9日が更生保護女性会子育て講演会「入園前の心得」。いずれも木曜日の午前10時半から^対1歳～4歳児合同^師久留米幼稚園園長の寺本亮洞氏(9日のみ)^他動きやすい服装で

☆赤ちゃんひろば＝☎8日(水) 午前10時半から^内助産師による体重測定、育児相談^師ひがしくるめ助産師会^対0歳児とその保護者

☆おはなし会＝☎8日(水) 午後3時～3時半^内絵本の読み聞かせなど^対小学生^他協力は東部図書館

☆おはなしの日＝☎14日(火) 午前11時～11時半^内絵本の読み聞かせや手遊びなど^対乳幼児とその保護者^他協力は「みくりおはなしの会」



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)
 - 2月5日＝石橋クリニック (東本町8-9、☎477・5566)
 - 2月11日＝たかはしクリニック (本町2-3-4、☎479・1800)
 - 2月12日
 - ＝わくわく健康プラザ内休日医科診療所 (滝山4-3-14、☎473・3663)

- 【歯科】
 - 2月5日・11日・12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)
 - 2月5日・12日＝滝山病院 (滝山4-1-18、☎473・3311)
 - 2月11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)

市のガイドブック「暮らしの便利帳」に 広告を掲載しませんか

市では、官民協働事業として株式会社サイネックスと協定を結び、市のガイドブック「東久留米市暮らしの便利帳」を今年5月に発行し、市内全世帯に無料配布を行う予定です。現在、市内で事業を営む皆さんに対して、便利帳に掲載する広告を広く募集しています。広告掲載を希望する方は、直接株式会社サイネックスにお問い合わせください。

※広告料の先払い要求は絶対にありません。詐欺行為にご注意ください。

☎☎広告についてが株式会社サイネックス東京埼玉支店☎04・2968・8494、発行についてが市秘書広報課☎470・7708