

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



↓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11月1日現在> 人口116,849人 (うち外国人1,940人) /前月比40減 男57,111人/前月比24減 女59,738人/前月比16減 世帯数53,641/前月比増減なし

けんこう

高齢者に対するインフルエンザ予防接種

予防接種法に基づきインフルエンザ予防接種(本人負担あり)を実施します。接種は義務ではなく、本人が希望する場合に限り行います。

医療機関の休診日を除く30年1月31日(水)まで。※実施期間は前記の通りですが、効果の面からは年内に接種することををお勧めします。下表の実施医療機関。 ※近隣市(小平市・

東村山市・清瀬市・西東京市)に限り、協定により市内医療機関と同様に取り扱います(12月28日(木)まで。ただし、西東京市は30年1月31日(水)まで)。近隣市で接種を受ける際は、東久留米市の予診票を必ず持参してください。予診票は市内の実施医療機関窓口のほか、市役所1階総合案内、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、健康課予防係(わくわく健康プラザ内)で配布中です。市内在住で、接種日に①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器のいずれか、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害

を有する方(身体障害者手帳の写しが必要) 2,500円(1人1回のみ)。 ※接種の際、生活保護受給者は同受給証明書の提出を、中国残留邦人等支援給付受給者は同本人確認証を提示または支援給付受給証明書を提出すると無料になります。実施医療機関に予約の上、受診してください。接種の際は、年齢・住所が確認できる健康保険証などを提示の上、実施医療機関で配布の説明書を読んでから接種してください 関係 ☎477・0030

お子さんの予防接種

◎麻疹、風しん

麻疹(はしか)、風しんは人から人へ感染しやすく、重症化する場合もあり、予防接種を2回することで予防効果が高まります。29年度は、次の対象者へ個別通知を発送しています。

第1期=28年4月1日~29年3月31日生まれの方 ▼第2期=23年4月2日~24年4月1日生まれの方 第1期分は1歳の誕生日に、第2期分は4月上旬に、それぞれ個別に通知しています。対象者で通知が届かない場合は、

健康課予防係 ☎477・0030へ問い合わせてください 関係

食事相談・健康相談

働く世代の生活習慣病予防や、健康について見直したい方の食事・健康相談を実施しています。本人のほか、家族からの相談もできます。

①11月21日(火)午後1時半~3時、②12月1日(金)午前9時~11時、いずれも1人30分程度 わくわく健康プラザ 生活習慣病予防や健康づくりに関する個別相談。体組成(体脂肪率や筋肉率など)の測定 健康診断の結果表、食事記録など ②は生後6カ月~未就学児の保育あり 健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

3歳児健診

11月30日(木)午後0時半~1時半受け付け わくわく健康プラザ 26年10月9日~11月3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

高齢者インフルエンザ予防接種 市内の実施医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
東久留米団地診療所	上の原1-4-11-103	471・2628
二本皮膚科医院	金山町2-19-8	473・2040
武田クリニック	大門町1-1-24	477・5856
松岡レディースクリニック	東本町1-3	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	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9	477・5566
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
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421・2121
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
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
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291
水野胃腸科クリニック	本町3-8-19	420・6527
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
東久留米なごみ内科診療所	幸町3-11-14	470・7530
おぎき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	477・0555
さいわい町診療所	幸町5-7-1	470・7676
アルテミスウイメンズホスピタル(★)	中央町1-1-20	472・6111
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
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470・9118
すずのね内科・神経内科	前沢4-7-11、1階	474・1112
島田整形外科	前沢5-24-23	470・9511
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460・0531
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311
石垣整形外科	滝山5-22-17	470・0620
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

(★)アルテミスウイメンズホスピタルは、女性のみ。

ごみ収集カレンダー

11月23日(勤労感謝の日)のごみ収集は

11月23日は木曜日の祝日ですが、通常通りごみの収集を行います。ごみと資源物は、決められた収集日の当日、午前8時半までに出してください。土曜・日曜日の収集はお休みです。小型廃家電類を除く全品目が戸別収集です。 関係 ☎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。

【東地区】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、南沢、中央町
東地区
【月曜日】 容器包装プラスチック・PETボトル
【火曜日】 燃やせるごみ・びん
【水曜日】 燃やせないごみ・有害ごみ
【木曜日】 缶・紙類・布類
【金曜日】 燃やせるごみ・びん

【西地区】小山、幸町、前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生
西地区
【月曜日】 燃やせるごみ・びん
【火曜日】 容器包装プラスチック・PETボトル
【水曜日】 燃やせないごみ・有害ごみ
【木曜日】 燃やせるごみ・びん
【金曜日】 缶・紙類・布類

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。
11月19日=石橋クリニック (東本町8-9、☎477・5566)
11月23日・26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】
11月19日・23日・26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)

11月19日・26日=前田病院 (中央町5-13-34、☎473・2133)
11月23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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

遺言・相続 無料相談会

市民プラザ会議室 (東久留米市役所内) 11/19(日), 27(月)
東部地域センター 11/24(金)
西部地域センター 11/25(土)
※50分/回の事前予約制です。(先着受付順) ※秘密厳守で対応致します。 ※ご予約・お問合せは、フリーダイヤルまで。
遺言・相続でお悩みの方、まずは無料相談会をご利用ください。お気軽にお電話ください。
0120-966-954
行政書士 たいけい事務所 特定行政書士 堀江 誠
東久留米市氷川台1-1-9 本間ビル 1F-A

B型肝炎訴訟 給付金請求

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人でも償わずに無料相談をご利用ください。
無料電話相談 無料来所相談
完全予約制 随時受付中
0120-013-621
〈ご予約 受付時間〉 平日 9:00~18:00
まずはお気軽にご連絡ください。
弁護士 豊庭亨一「あいば こういち」
東京弁護士会所属 登録番号35029
弁護士法人 プレシヤス
総合法律会計事務所
東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A
【営業時間】 平日 9:00~18:00
TEL 03-5363-6333 E-mail: info@precious-law.jp
FAX 03-5363-6334 http://precious-law.jp/





多摩六都科学館

表現遊びをしてみよう!~自然と科学とデザイン~
イタリアのレッジョ教育を基にした表現遊びを体験する2回連続のワークショップです。
①12月3日(日)②9日(土)のいずれも午前10時半~午後0時半または午後2時~4時同館①が「香りを感じて、羊毛やクレヨンを使い、色で表現しよう」、②が「自然の中にある形を観察し、大きな紙に表現しよう」④4歳児~小学3年生とその保護者⑥各回20組40人(応募者多数の場合)

合は抽選) ※2日間参加できる方を優先します。
師レッキョ教育を広める会@キオッチョラ@④1組400円と入館料500円(4歳児~高校生は200円)
④11月20日(月)までに(必着)、はがきにイベント名・開催日(2回参加できる方は2日間と希望時間)・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を記入の上、〒188-0014、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館宛て郵送を。同館ホームページからも申し込みます。
④同館 ☎469・6100

【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 申し込み 問い合わせ

8面からつづ

リハビリテーション専門職による市民向け講演会「嚥下について~安全に安心して美味しくご飯を食べられるように~」

「かめない」「飲み込みにくい」「むせる」など、食事を取る際に困ったことはありませんか。摂食や嚥下のリハビリテーションの専門家「言語聴覚士」が、嚥下の基本知識、機能低下しないための取り組み、機能低下しても肺炎になつたり窒息したりしないための工夫などを分かりやすくお話しします。

④12月5日(火)午後2時~3時(1時半から受け付け) ④市民プラザ ④市内在住でおおむね65歳以上の方④先着100人④医療法人丸山会介護老人保健施設ケア東久留米リハビリテーション課言語聴覚士の五明大氏④無料④手話通訳あり④当日直接会場へ④介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777(内線2502)

若さを保つ!元気食教室~老化予防・低栄養予防のために~

普段の食生活を振り返ってみませんか。いつも同じ献立だったり、1日2食になったりしていませんか。たくさんより「満遍なく」食べることが、元気で長生きできる秘訣です。元気の出る食べ方のコツを栄養士が分かりやすくお伝えします。男性もぜひご参加

ください。
④全2回(2日間参加できる方に限ります)。①12月4日(月)午前10時~午後0時半(会食あり)②18日(月)午前10時~正午④東部地域センター会議室2④老化予防の食事や簡単に栄養のある料理方法の講義(調理実習はありません)、会食を通じた参加者との交流など④市内在住の65歳以上で老化予防の食事について学びたい方。「1日2回の食事」「肉・卵・牛乳などをほとんど食べない」などの食生活で、疲れやすい方。体重が減ってきている方など。なお、糖尿病・脂質異常症・高尿酸血症などで、医師から食事制限の指示がある方は参加できません④先着12人(要介護認定を受けていない方優先)④費617円(①の会食代。当日集金。釣り銭のないようにご用意を)④④11月15日(水)午前9時から電話で介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777(内線2501~2503)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。

滝山 (滝山4-1-10) 電話471・7214

☆幼児のつどい=④11月16日(木)午前10時半~11時半④クリスマス工作、

ています。電話で承諾を受けた後に訪問して物品を買い取ることは認められていますが、買い取る物品の種類を明示せず「無料で査定します」と言って、訪問することは禁止されています。また、書面交付義務とクーリングオフ制度ができました。契約する場合には、買い取り業者の連絡先やクーリングオフ制度について記載された書面を確認しましょう。書面交付から8日間は無条件にやめることができるクーリングオフ制度について赤字で書いてあるはずですが、契約と同時に物品を引き渡してしまってもクーリングオフは可能です。ただし消費者は、本当に売る必要があるのかどうか冷静に考えることも必要です。すぐに物品を引き渡さないことも考えましょう。

また、法に反して、突然訪問してきた買い取り業者は家に入れないようにし、買い取りを承諾していない貴金属の売却を迫られたら、きっぱり断りましょう。買い取り業者とトラブルになったら消費者センターに相談してください。

《消費者相談》
●平日の午前10時~正午、午後1時~4時=市消費者センター(市役所2階生活文化課内) ☎473・4505
●土曜日の午前9時~午後5時、日曜日、祝日の午前10時~午後4時=消費者ホットライン ☎188



訪問買い取りのトラブル

Q. 「和服や古着、靴1足でも買い取ります」と、買い取り業者から電話がかかってきました。最近、家の中を整理して不用品が大量に出たので、来てもらうことにしましたが、やはり不安になってきました。何か注意点はありますか。

A. 最近の終活ブームで、高齢者の訪問買い取りのトラブルが多発しています。古着などは二束三文で買い取られ、「貴金属はないか」と言われ、つい見せてしまうと、適正な価格かどうか分からないまま、強引に買い取られてしまうなどの事例があります。こうした突然の訪問による強引な買い取りや、断ってもしつこい、売ったものを返して欲しいが、連絡先が分からないなどの問題が多かったので、数年前に、訪問買い取りは「訪問購入」という名称で法規制されることになりました。

突然訪問して物品を売って欲しいと事業者が勧誘する行為は禁止され

11月のお誕生日会④1歳~4歳児
☆わらべうたスマイル講座=④22日(水)午前10時半~11時半④遠野地方のわらべ歌、育児の悩み相談や話し合い④0歳児とその保護者④原悠子氏
☆小学生クッキング=④25日(土)午前11時~午後1時④パンピザとスープを作ろう④小学生④20人④エプロン、三角巾、ハンカチ④受け付け中
☆外遊びの日=④26日(日)午後1時半~3時半(1時15分に滝山児童館集合。雨天中止)④西部運動広場で外遊びをします④小学生④20人④飲み物、帽子④動きやすい服装で④受け付け中
☆ベビーマッサージ=④12月8日(金)①午前10時~10時40分②11時~11時40分④2カ月~9カ月の乳児とその保護者④各回先着6組、①は初めての方優先④鈴木あゆみ氏④持バスタオル④動きやすい服装で④11月24日(金)午前9時から受け付け(電話可)
☆臨時閉館のお知らせ=11月23日(祝)は施設点検のため閉館します

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆幼児のつどい=④11月16日(木)午前10時半~11時半④クリスマス会(12月7日(木))の練習④幼児とその保護者
☆工作の日=④17日(金)午後2時からと18日(土)午後1時半から④キャンドル作り④小・中学生④持ち帰り用の袋④当日午後4時まで受け付け
☆赤ちゃんといっしょ!だっこでおはなし=④24日(金)午前10時半~11時④絵本の読み聞かせとわらべ歌④0歳児とその保護者

☆ビーズ工作=④25日(土)午後1時半から④幼児(保護者同伴)~中学生④先着60人④師丸実会④当日受け付け
☆クリスマス会=④12月9日(土)午後1時半~3時半④おはなしくぬぎ・西中学校音楽部・子どもたちの出し物(マジック、クイズ、ダンスなど)
④4歳児(保護者同伴)~中学生④150人④11月18日(土)午前9時から参加整理券(無料)を配布。当日直接同館へ

☆臨時閉館のお知らせ=12月9日(土)の午前中がクリスマス会準備、午後5時以降が片付けのため遊ばせません
☆赤ちゃん広場=④22日(水)午前10時半~11時半④親子のコミュニケーションワークとティータイム④0歳児とその保護者④炭田契恵子氏④飲み物④当日受け付け

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆幼児のつどい=④11月16日(木)午前10時半から④クリスマス会合同練習&11月と12月の誕生日会④1歳~4歳児④動きやすい服装で

☆赤ちゃん広場=④22日(水)午前10時半~11時半④親子のコミュニケーションワークとティータイム④0歳児とその保護者④炭田契恵子氏④飲み物④当日受け付け

☆中高生年代卓球大会=④24日(金)午後5時半から④中学・高校生年代④当日受け付け

☆小学生クリスマス会=④12月9日(土)午後1時半~4時④子どもたちの出し物など④4歳児(保護者同伴)~高校生年代④先着200人④参加券、靴袋④当日の午前中と午後4時以降は通常利用できません④11月18日(土)午前10時から参加券(無料)を配布。当日直接同館へ(電話不可)

☆臨時閉館のお知らせ=11月23日(祝)は施設点検のため閉館します。

ひばり (ひばりが丘地8-11) 電話464・9300

☆おはなしの日=④11月15日(水)午後3時45分~4時15分④絵本の読み聞かせや素話④幼児~小学生④水曜おはなし会④当日受け付け

☆幼児のつどい=④16日(木)午前10時半~11時10分④クリスマス準備会、11月生まれの誕生会④1歳児(うさぎ)

☆ひばりクラブ=④23日(祝)午前10時半~11時半④クリスマス工作④3歳以上の未就学児とその保護者④10組④11月16日(木)午前10時から受け付け(電話不可)

☆わらべうたで子育て=④28日(火)午前10時半~11時半④わらべ歌や子育ての話④0歳児とその保護者④15組④師原悠子氏④11月20日(月)午前10時から受け付け(電話可)

☆親子体操=④12月4日(月)午前10時~11時④親子で身体を動かしましょう④1歳~4歳児とその保護者④20組④健康運動実践指導者の戸田まゆみ氏④飲み物④動きやすい服装で。共催はひばり保育園④11月27日(月)午前10時から受け付け(電話可)

子育て

子ども家庭 (わくわく健康プラザ2階) 支援センター (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。

☆わくわく赤ちゃん広場=④11月22日が「はいはいの会」、7カ月~12カ月児とその保護者。12月6日が「ねんねの会」、6カ月未満児とその保護者。いずれも水曜日の午前10時~11時半④バスタオル④きょうだいの保育あり。先着3人。11月15日(水)午前10時から受け付け④当日直接会場へ

☆本村小なかよし広場=④12月1日(金)午前10時~11時半④本村小学校④お子さんと遊びながら育児の情報交換をして、一緒に遊ぼう④0歳~5歳児とその保護者④当日直接会場へ徒歩か自転車であら

☆手作り布おもちゃの会=④12月5日(火)午前10時~正午④乳幼児とその保護者④先着20組④裁縫箱、はさみ④保育はありません④11月27日(月)午前10時から受け付け



センター上の原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆一小なかよし広場・六小なかよし広場=日場11月21日が第一小学校、28日が第六小学校、いずれも火曜日の午前10時～11時半(お)お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう(お)0歳～5歳児とその保護者(お)スリッパ(お)当日直接会場へ徒歩か自転車でご来場を

☆赤ちゃん広場=日12月8日(金)午前10時～11時半(お)ママ友達をつくり、たくさんおしゃべりをして、ストレス解消しましょう。体重測定や育児相談を受け(お)0歳児とその保護者(お)バスタオル(お)当日直接会場へ

☆ちびっこ育児講座=日12月15日(金)午前10時～11時半(お)遊び・生活・しつけなど、子育ての悩みをテーマに話し合います(お)1・2歳児とその保護者(お)先着10組(お)保育あり(お)12月1日(金)午前10時から同センターへ

図書館へ行こう

地域資料展「東久留米のそきめがね～東久留米の団地」

東久留米市の前身、久留米町は、昭和35年から10年間で人口が4.1倍に増加し、当時最も人口の多い町となりました。この人口増加の要因の一つは大型団地の建設です。今回は団地における昭和から平成までの人々の暮らしぶりを、図書館で所蔵する資料や郷土資料室の写真などで紹介します。

日12月2日(土)～14日(木)の午前10時～午後5時(毎週金曜日と第3火曜日は休館)中央図書館視聴覚ホール(無料)同館☎475・4646

第5回 語ろう! 東久留米「東久留米の団地」

「語ろう! 東久留米」は、東久留米の歴史・伝統・文化などについて、市民の皆さんの体験や経験を語っていただく事業です。今回のテーマは、「東久留米の団地」です。ひばりが丘、上の原、滝山の団地に長くお住まいの方やご活躍の方が登壇します。

日12月16日(土)午後2時～4時(中央図書館)安藤孝次氏、柴田豊氏、平賀千秋氏(無料)同館☎475・4646

スポーツ

第50回市民ソフトバレーボール大会～市ソフトバレーボール連盟主催

日12月3日(日)場スポーツセンター(市内在住・在勤・在学中)中学生以上の方(1チーム4人～8人で申し込んでください。審判は相互審判です)日11月19日(日)までに同連盟ホームページまたは細川☎090・5540・3065へ

ジュニア育成ソフトテニス 中級者教室

～都・都体育協会・市体育協会主催、市ソフトテニス連盟主管

日12月9日(土)午前8時～午後4時(予備日は16日)場市立テニスコート(市内在住・在学の小学5年～中学生で大会参加経験者)定100人(小学生10人、中学生90人)。応募者多数の場合は抽選(無料)タオル、昼食、飲み物(日)11月29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・学年を記入の上(返信用にも住所・氏名を書いて)、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内、市体育協会宛て郵送、またはファ

クス(470・4600)で送信を(同)協会事務局☎470・2722

お知らせ

東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会

子育て中の困りごとを市民の協力者がサポートする有償の地域の助け合いです。利用希望者と協力希望者をつなぎます。まずは説明会にご参加を。

日場①11月17日(金)がわくわく健康プラザ社協会議室②12月5日(火)が生涯学習センター集学学習室5。いずれも午前10時から1時間半程度(入)入会希望者(保護者)の顔写真(保)保育あり(土曜・日曜を除く)3日前までに要予約(日)当日直接会場へ(同)ファミリー・サポートセンター☎475・3294

郷土資料室 企画講演会「東久留米の歴史と文化財」

郷土資料室がわくわく健康プラザ内に開室して10周年を迎えるに当たり、「東久留米の歴史と文化財」をテーマに2回にわたり講演会を開催します。昭和の懐かしい風景写真や民具、市内で発掘された土器・石器など、常設展示も併せてお楽しみください。

①第1回講演会「東久留米の履歴書」長年、東久留米の遺跡を調査し、文化財に携わってきた講師が、歴史的視点から東久留米の特徴と魅力を紹介し、

日11月18日(土)午後2時～3時半(市)市学芸員の井口直司氏

②第2回講演会「東久留米の成り立ち～村から町へ、町から市へ」

市の古代遺跡から現代史まで、広く調査・研究を行ってきた講師が、久留米村の誕生から学校の歴史、駅の開業、戦争の悲劇など、市になるまでの歴史を語ります。

日12月2日(土)午後2時～3時半(市)市文化財保護審議会委員の山崎丈氏《共通事項》

場わくわく健康プラザ2階集会室1(定)先着30人(費)無料(同)室☎472・0051 ママヨガ教室

日(日)11月29日(水)①午前9時50分～10時40分が1歳～4歳の未就園児、母親のみの参加も可②10時50分～11時40分が3カ月～歩き回るまでの乳児とその母親(場)南部地域センター2階和室(定)各回6組(全)全米ヨガアライアンス200時間トレーニング修了の安立順子氏(費)1,000円(当日集金)同センター☎451・2021

いきいきのびのび「たのしいうたごえ」アコーディオンの伴奏で誰もが知っている唱歌や歌謡曲をみんなで一緒に歌いましょう。脳トレゲームやお笑いトークもあります。

日12月9日(土)午後1時半～3時半(場)西部地域センター(定)先着150人(場)馬場節生氏(費)200円(飲)飲み物(日)11月15日(水)午前9時から直接同センターへ(同)同センター☎471・7210

クリスマス・トワイライトコンサート～ジョリーウェスト・ジャズオーケストラ～

日12月10日(日)午後5時半から(5時開場)場市役所1階屋内ひろば(出)出演=ジョリーウェスト・ジャズオーケストラ(定)先着200人(費)1,000円(ワ)ンドリンク・おつまみ付き(入)入場券を市民プラザ、東部・西部・南部の各地域センターで頒布中(同)市民プラザ☎470・7813

パステル和(NAGOMI)アート教室

パステルを粉状にして指やコットンで描く独特の技法が生み出す優しいアートです。簡単に感動の作品ができます。まずは手ぶらで体験参加を。

日12月12日(火)から、毎月第2・第4火曜日の午前10時～正午(場)西部地域センター第1講習室(定)6人(師)日本パステルホープアート協会インストラクターの梅田茂美氏(初)初回体験料1,000円(日)日11月15日(水)午前9時から同センター☎471・7210へ

12月歳末たすけあい運動「歳末たすけあい・地域福祉活動募金」にご協力をお願いします

寄せられた募金(目標額415万円)は、市内の福祉課題への取り組みに活用するほか、支援を必要とする世帯へ見舞金として贈ります。

日(日)運動期間 12月1日(金)～31日(日)場募金受付窓口 市社会福祉協議会事務局、中央町地区センター、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所(同)募金方法 ①自治会へ=回覧募金、自治会費などからの一括募金②街頭募金=12月1日(金)・2日(土)のいずれも午後1時から東久留米駅、イトーヨーカドー東久留米店、イオンモール東久留米などで実施③募金箱=公共施設や金融機関窓口を設置します(同)同協議会総務担当☎471・0294

精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方へ歳末見舞金を贈ります

日(日)受付期間 12月1日(金)～8日(金)の午前9時～午後4時(場)受付窓口 同協議会事務局(土曜・日曜を除く)、中央町地区センター(火曜を除く) (同)精神障害者保健福祉手帳、振込先の金融機関が分かるもの(通帳など) (同)生活保護受給世帯は対象外です(同)家族など代理人による申請も(同)同協議会地域福祉担当☎475・0739

ガイド

ガイド

おさなご発見U6ひろば～自由学園主催、市後援

子どもが見ている世界を、子どもの側から共に見て、共に感じたい。そんな思いを込めて、子どもたちが遊べる2日間限定の広場を作ります。

日11月22日(水)・23日(祝)の午前9時半～午後3時半(入場は3時まで) (場)自由学園(学園町1-8-15) (定)0歳児～小学生とその保護者(費)無料(日)当日直接会場へ。 ※一部企画と食事は同学園ホームページ(https://www.jiyu.ac.jp/event/u6/index.html)から事前申し込みが必要です。 (同)同学園☎428・2122

第6回東京病院祭

日11月25日(土)午前10時～午後3時(場)東京病院(清瀬市竹丘3-1-1) (出)講演、青島広志氏のコンサート、出店、健康相談、骨密度測定など(費)無料(同)同病院☎491・2111

公立昭和病院 第22回市民公開講座開催のお知らせ

日12月2日(土)午後2時半～4時(場)成美教育文化会館(出)「アレルギー疾患における当院と地域との新たな医療ネットワーク～アナフィラキシー対応ホットラインを通して～」講師は公立昭和病院小児科医長の大場邦弘氏、「乳がん検診は何のため？」講師は公立昭和病院乳腺・内分泌外科部長の金内一氏、「在宅医療のための地域連携～安心して最後まで家で過ごすために

八回! 来芽ちゃん 小蕾りやみ



～)講師は石橋クリニック院長の石橋幸滋氏(費)無料(日)当日直接会場へ(同)公立昭和病院医事課医事管理係☎461・0052(内線2171) 薬湯の日「ショウガの湯」

日12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(定)6歳以下は無料(同)各利用施設 事業主の方は「無期転換」の準備を

来年4月以降、有期契約であっても、契約が5年を超えて反復更新された場合、働く側の希望により、期間の定めのない契約に転換するルール(無期転換ルール)の本格的な運用が始まります。有期契約の従業員を雇用する事業主は、来年4月に向けて準備が必要です。詳細は無期転換ポータルサイト(https://muki.mhlw.go.jp)をご覧ください。

日(同)東京労働局☎03・3512・1611、総合労働相談コーナー☎03・3512・1608 税務署からのお知らせ

28年1月からマイナンバー(個人番号)制度が実施され、所得税や消費税の確定申告書にマイナンバーの記載が必要になりました。本人確認手続きに便利なマイナンバーカードをぜひ取得してください。詳細は国税庁ホームページの「社会保障・税番号制度(マイナンバー)」(https://www.nta.go.jp/my-number/)をご覧ください。

日(同)東村山税務署☎042・394・6811 裁判員候補者名簿記載通知を発送します

30年の裁判員候補者名簿に登録された方へ、名簿記載通知をお送りします。この通知は、30年2月～31年2月ごろに、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えするものです。具体的な事件の裁判員候補者に選ばれたわけではありませんので、すぐに裁判所にお越しいただく必要はありません。

詳細は最高裁判所ホームページ(https://www.saibanin.courts.go.jp)をご覧ください。