

# 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

↓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31年2月1日現在> 人口116,838人 (うち外国人2,082人) /前月比58減 [表記の凡例] 日日時 場場所 内容 対象 定員 講師  
男57,047人 /前月比19減 女59,791人 /前月比39減 世帯数54,278 /前月比21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

### お子さんの予防接種

#### ①日本脳炎 (特例措置)

日本脳炎ワクチンの積極的勧奨を控えていたことにより、接種機会を逃してしまった19年4月1日以前に生まれた方で、接種が完了していない場合は、20歳の誕生日の前日までに接種をご検討ください。30年度は次の方を対象に勧奨を行っています。

☑14歳・15歳 (15年4月2日～17年4月1日生まれ) の方=第2期不足分

#### ②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、重症化する場合があります。予防接種を2回することで予防効果が高まります。30年度は、次の対象者へ個別通知を発送します。

☑第1期=29年4月1日～30年3月31日生まれの方▼第2期=24年4月2日～25年4月1日生まれの方☑第1期分は1歳の誕生月に、第2期分は4月上旬に、それぞれ個別に通知します

《①・②共通事項》☑対象者で通知が

届かない場合は、健康課予防係☎477・0030へお問い合わせください☑同係

**3～4カ月児健診・産婦健康診査**

☑2月21日 (木) 午後0時半～1時半受け付け☑わくわく健康プラザ☑30年9月29日～10月23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

#### 1歳6カ月児健診

☑2月28日 (木) 午後0時半～1時半受け付け☑わくわく健康プラザ☑29年8月5日～28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

#### 女性のための健康講座

##### ～美しく健康に過ごすために～

プレ更年期という言葉が聞かれていますか。30歳代後半ごろから更年期障害に似た症状に悩まされる方が増えています。

女性の美しさや健康を保つ女性ホルモンと、ライフステージの関係を知り、心も身体もしなやかに美しくなりません。エクササイズを通して、大切な自分の身体のことを見つめ直してみましよう。

☑3月1日 (金) 午前10時～正午☑

市民プラザホール☑保健師講話、運動指導士によるヨガ・ストレッチ☑おおむね30歳～40歳代の女性☑先着30人☑タオル、飲み物☑動きやすい服装で☑

2月15日 (金)～26日 (火) に、電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ☑同係

#### 3月のプレ・パママクラス

3月16日は土曜日の開催です。ご夫婦そろって参加してみませんか。

☑小児科医・助産師の話、交流会=☑4日 (月) 午後0時半～4時

☑プレ・ママクッキング=☑12日 (火) 午前9時15分～午後2時☑妊娠中の栄養と食事の話、調理実習☎500円 (食材費)

☑お風呂の入れ方・妊婦疑似体験、交流会=☑16日 (土) 午後0時半～4時

☑妊婦歯科健診=☑19日 (火) 午後1時15分～3時

#### 《共通事項》

☑わくわく健康プラザ☑おおむね妊娠16週以降の方とその夫☑先着25組 (応募者多数の場合は、初産の方を優先) ☑4回で1コース。ただし1日の

みの参加も可☑☑電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

#### 食事相談・健康相談 (保育付き)

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。子育て中の方も気軽にご利用ください。

☑3月5日 (火) 午前9時～11時15分 (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☑生後6カ月～未就学児の保育あり☑☑電話で健康課保健サービス係☎477・0022へ

#### 子ども相談

☑3月5日 (火) 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



## ごみ収集カレンダー

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。

☑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。

【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

## 【主な問い合わせ先】 (市外局番は042)

○東久留米市役所 ☎470・7777 (代) (受付は平日の午前8時半～午後5時)

▷ごみ対策課 ☎473・2117 (粗大ごみの申し込みは☎473・2118)

▷健康課 保健サービス係☎477・0022、 予防係☎477・0030

特定健診係☎477・0013

○わくわく健康プラザ (わくわく健康プラザ施設の貸し出し) ☎477・1115

○中央図書館 ☎475・4646 (開館時間はいずれの日も午前9時～午後7時)

休館日は金曜日、第3火曜日、年末年始、特別整理休館日)

○生涯学習センター ☎473・7811 (午前9時～午後10時。休館日は第4月曜日と年末年始)

○スポーツセンター ☎470・7900 (平日が午前9時～午後11時。土曜・日曜日、祝日が午後9時半まで)

○市民プラザ ☎470・7813 ▷西部 ☎471・7210、南部 ☎451・2021、

東部 ☎470・8020の各地域センター

#### 《関係機関の電話番号》

▶東久留米消防署 ☎471・0119 ▶田無警察署 ☎467・0110

▶東京都水道局多摩お客さまセンター ☎0570・091・101 / ☎042・548・5110

▶シルバー人材センター ☎475・0738 ▶社会福祉協議会 ☎471・0294

▶多摩六都科学館 ☎469・6100 ▶柳泉園組合 ☎470・1555

▶多摩小平保健所 ☎450・3111

## 広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

### 「広報ひがしくるめ」のこの場所に広告を掲載しませんか

▼発行部数 約5万4,600部 (市内全戸配布) ▼掲載料 1枠 (1号当たり) 4万円 ▼ご注意 広告デザインは広告主で作成していただきます ▼規格 縦98mm×横56mm、カラー印刷 ▼掲載号

8月を除く各月15日号 (1月は7日号)

申し込みは、所定の申込書 (秘書広報課〈市役所4階〉で配布中) に必要事項を記入の上、〒203-8555、市役所秘書広報課宛て郵送、電子メール (hishokoho@city.higashikurume.lg.jp)、ファクス (470・7804)、または直接同課へ持参してください。

※申込書は市ホームページからも取得できます。

詳しくは同課☎470・7708へ。

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

### 多摩六都科学館 たまろくと市民感謝デー

今年、多摩六都科学館は開館25周年を迎えます。感謝を込めて「入館無料デー」を2日間に拡大して、展示室にある4つのラボをすべて開放し、観察・実験・工作が気軽に楽しめる「ラボまつり」、ボランティア会の「わーくわく科学広場」を開催します。3月3日にはご当地グルメの出店やイベントも盛りだくさんでお待ちしております。また、東久留米駅西口から無料シャトルバスを運行します。

日3月2日(土)・3日(日)のいずれも午前9

時半～午後5時日3月3日(日)限定イベント＝地域のおいしい食べ物やお土産が集合する「たまろくとご当地グルメフェスティバル」、実験ショーやビンゴ大会が楽しめる「ロクトステージ」他多摩六都科学館構成市(小平市・清瀬市・東村山市・東久留米市・西東京市)に在住・在学・在勤の方は、それが確認できる物を受け付けて提示すると、入館料が無料になります(プラネタリウム、大型映像は別途料金が必要)日多摩六都科学館☎469・6100

【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

### 30年度成人用肺炎球菌定期予防接種がもうすぐ終了します

対象者で接種を希望する場合は4月に送付した通知の内容に沿って医療機関へ予約をしてください。

日3月31日(日)まで日成人用肺炎球菌ワクチンの接種歴のない次の年齢の方▼65歳(昭和28年4月2日～29年4月1日生まれ)、70歳(昭和23年4月2日～24年4月1日生まれ)、75歳(昭和18年4月2日～19年4月1日生まれ)、80歳(昭和13年4月2日～14年4月1日生まれ)、85歳(昭和8年4月2日～9年4月1日生まれ)、90歳(昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ)、95歳(大正12年4月2日～13年4月1日生まれ)、100歳(大正7年4月2日～8年4月1日生まれ)。※接種日現在60歳～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される身体障害者手帳1級程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な身体障害者手帳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)は健康課へお問い合わせください。費5,000円日対

象者で通知が届いていない場合は同課予防係☎477・0030へ問い合わせてください日同係

### 児童館で遊ぼう

乳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。

#### あおぞら (前沢4-25-8) 電話471・7071

☆わらべうたスマイル講座＝日2月20日(水)午前10時半～11時半日わらべ歌、育児の悩み相談や話し合い日0歳児日原悠子氏日当日受け付け

☆幼児のつどい＝日21日(木)午前10時半～11時半日「おひなさま、2月のお誕生日会」日1歳～4歳児

☆ハンドメイドの日＝日24日(日)午後2時～4時日「カラフルグラスづくり」日小学生日先着18人日受け付け中

☆0ちゃんタイム＝日3月1日(金)午前11時～11時半日職員による手遊びや読み聞かせ。親子同士の触れ合いタイム日0歳児

☆ベビーマッサージ＝日3月8日(金)午前10時～10時40分と11時～11時40分日2カ月～9カ月児とその保護

者日各回先着8組日鈴木あゆみ氏日バスタオル日動きやすい服装で日3月1日(金)午前10時から受け付け(電話可)

#### 中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆のびのびぐんぐん＝日2月19日(火)午前10時半～11時日手遊びや体操、季節行事など日1歳児とその保護者

☆おはなし会＝日19日・26日のいずれも火曜日、午後4時から日絵本の読み聞かせなど日小学生日おはなしくぬぎ

☆幼児のつどい＝日21日(木)午前10時半から日「おひなさま作り」日1歳～4歳児とその保護者

☆だっこでおはなし＝日22日(金)午前10時半～11時日絵本の読み聞かせとわらべ歌日0歳児とその保護者

#### けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日＝日2月19日(火)午前11時～11時半日絵本の読み聞かせや手遊びなど日乳幼児とその保護者日協力はみくりおはなしの会

☆赤ちゃん広場＝日20日(水)が「親子のコミュニケーションワークとティータイム」、講師は炭田契恵子氏、飲み物持参、当日受け付け。27日(水)が「ベビーマッサージ」、定員は先着25組、講師は渡辺直子氏、バスタオル・おむつ・飲み物(母乳可)持参、2月20日(水)午前9時から受け付け(電話可)。いずれも午前10時半～11時半日0歳児とその保護者

☆幼児のつどい＝日21日(木)午前10時半から日「3月7日(木)に行われる幼児の集いお別れ会の練習と2月・3月生まれのお誕生日会」日1歳児日動きやすい服装で

#### ひばり (ひばりが丘日地8-11) 電話464・9300

☆おはなしの日＝日2月20日(水)午後3時45分～4時15分日絵本の読み聞かせや素話日幼児～小学生日水曜おはなし会日当日受け付け

☆幼児のつどい＝日21日(木)午前10時半～11時半日観劇会(着ぐるみ劇)日1歳～4歳児(うさぎ・あひる)合同日協力はびっくり箱

☆親子体操＝日26日(火)午前10時～11時日子どもセンターひばり日親子で身体を動かそう(ひばり保育園との共催行事)日1歳～4歳児日20組日健康運動実践指導者の戸田まゆみ氏日飲み物日動きやすい服装で日2月19日(火)午前10時から受け付け(電話可)

☆子ども会議＝日27日(水)午後3時半～4時半日児童館の遊びなどの意見交換日小学生日2月20日(水)午後3時半から受け付け

☆ひばりCAFE＝日3月1日(金)午前10時半～11時半日ひばり保育園の看護師に子育てや健康について相談できます日1歳前後の乳児とその保護者日12組日2月22日(金)午前10時から受け付け(電話可)

### 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。

☆十小・本村小なかよし広場＝日2月15日が第十小学校、3月1日が本村小学校で、いずれも金曜日の午前10時～11時半日お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう。親子で触れ合い遊び、育児相談も受けます日乳幼児とその保護者日当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

☆わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」＝日2月27日(水)午前10時～11時半日栄養士による栄養相談他日7カ月～12カ月児とその保護者日バスタオル日きょうだいの保育あり。先着3人。2月18日(月)午前10時から受け付け日当日直接会場へ

☆手作り布おもちゃの会＝日3月5日(火)午前10時～11時半日0歳児とその保護者日先着20組日刺しゅう針、布切りはさみ日2月18日(月)午前10時から受け付け

#### センター上原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆おはなし広場＝日2月18日(月)午前11時～11時半日ボランティアによる乳幼児向けの読み聞かせや手遊び日当日直接会場へ

☆一小・六小なかよし広場＝日2月19日が第一小学校、26日が第六小学校、いずれも火曜日の午前10時～11時半日お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう。育児相談も受けます日0歳～5歳児とその保護者日スリッパ日当日直接会場へ徒歩か自転車で来場を

☆赤ちゃん広場＝日3月1日(金)午前10時～11時半日ママ友達をつくり、たくさんおしゃべりをしてストレス解消しましょう。助産師による体重測定他日0歳児とその保護者日バスタオル日当日直接会場へ

### お知らせ

#### 30年度コミュニティ助成事業

市では今年度、前沢宿自治会、むつみ会で自治会用掲示板を、東久留米市新川町自治会で会議用机と椅子を、宝くじ助成金で整備しました。

この助成事業は、一般財団法人自治総合センターが宝くじ普及広報事業費として受け入れる受託事業収入を財源として、住民が行うコミュニティ活動を促進し、その健全な発展を図るとともに宝くじの普及広報を目的に行われています。

日生活文化課☎470・7738



#### 分割払いとリボ払いの違い

Q. クレジットカードで支払うとき、「リボ払い」を勧められました。分割払いとは違うのでしょうか。

A. 分割払いとリボ払い(リボルビング払い)とは支払い方法と手数料が異なります。

分割払いは買い物ごとに支払回数を決め、支払回数に応じた手数料が掛かります。手数料はリボ払いに比べ低く設定されています。分割払いの途中で新たな買い物をすると、毎月の支払額は増えていきます。それに対し、リボ払いは毎月一定の額を支払うもので、利用残高に対して常に手数料が掛かります。多くのカード会社では年利15%と高い傾向にあります。支払い方式もさまざまです。リボ払いの多くは定額方式といわれるものです。これは支払残高に関係なく毎月一定額を支払うもので、新たな購入をすると支払期間は先に延びて、その間は手数料が掛かります。また残高スライド方式は、残高が10万円未満のときは月の支払額が1万円ですが、10万円以上になると月2万円に増額するというように支払額

が段階的に変化するものです。

クレジットカードは手元に現金がなくても買い物ができる利点があります。分割払いやリボ払いにすれば、一度に払えない高額の商品でも購入でき、購入商品を使用しながらその代金を支払うことができます。1回の支払いを低額にし、複数回で支払うという意味では、分割払いもリボ払いも同じです。しかし、分割払いは購入した商品・サービスの分割回数・分割代金・分割手数料がはっきりと分かるのに対し、リボ払いの場合は個々の利用額が支払残高の中に溶け込み、商品・サービスごとの支払終期が分かりにくくなります。

最近では、支払い方法をリボ払いだけに限定しているクレジットカードが発行されています。また、クレジットカード会社がポイントを付与するキャンペーンをしたり、店頭でリボ払いを勧められる機会が多くなりました。リボ払いを利用する際は、自分が契約したリボ払いの支払い要件を正しく理解しましょう。リボ払いを利用した後も、毎月の利用明細書をよく確認し、支払残高をしっかり把握しましょう。

#### 《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

30年度「市立小・中学校連合作品展・連合書写展」

市立小・中学校の児童・生徒の造形・絵画・書写の力作が一堂に会した作品展・書写展を開催します。

2月22日(金)が午後5時～7時、23日(土)・24日(日)が午前9時～午後4時。作品展＝市民プラザホール。書写展＝市民プラザ会議室。当日直接会場へ。指導室 ☎470・7781

30年度認知症講演会

「正しく知ろう、認知症！」

～早期発見、早期受診が大切です～ 認知症の専門医をお招きし、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のお話を伺います。

3月1日(金)午後2時～4時(1時半から受け付け) 市民プラザホール。市内在住・在勤の方。先着80人。医療法人社団山本・前田記念会前田病院認知症疾患医療センター医師で杏林大学准教授の富田泰彦氏。無料。定員になり次第受け付けを終了する場合があります。手話通訳あり。当日直接会場へ。介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777 (内線2501～2503)

なんぶまなぶシリーズ

「大人のための音楽セラピー」

美しい姿勢や正しい呼吸を学び、体幹を鍛え、楽しみながらアンチエイジングを目指します。

2月25日(月)午前10時15分～11時半。南部地域センター2階講習室1。定員12人。国立音大出身者、音楽療法のパイオニア。費1,000円(当日集金)。同センター ☎451・2021へ

第2回プラザ・ビューティレッスン～ハンドトリートメント講座～

かさつきやすい季節、ひじから指先までリラックスアロマの香りで柔らかな張りのある手を目指します。

2月25日(月)午後2時～4時。市民プラザ会議室。女性。定員16人。株式会社POLAの美容スタッフ。費500円(1回分のマッサージクリームとハンドトリートメントクリーム付き)。同市民プラザ ☎470・7813へ

さいわい福祉センター

①就労移行支援事業の見学会を実施します

就労移行支援事業では、障害をお持ちの方が、就職できる力を付けられるよう、日々訓練を行っています。就職に向けて、どんなことをしているのかご覧いただけます。

3月6日(水)・8日(金)のいずれも午前10時～11時半。さいわい福祉センター作業室・会議室。日々の訓練の説明、卒業生の就職先の紹介、訓練の見学、実際の訓練の体験、質疑応答。市内在住で愛の手帳3・4度の方、発達障害をお持ちの方など。3月5日(火)までに、電話または氏名・住所・年齢・障害名・手帳と等級・連絡先を記入の上、ファクス(477・2750)で同センター ☎477・2711 (土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)へ。同センター

②「さをり織り講座」利用者募集

さいわい福祉センターでは、31年度「さをり織り講座」の利用者を募集します。

4月から1年間、毎月第2・第4土曜日の午前10時～正午。市内在住で知的障害および身体障害をお持ちの15歳以上の方。若干名。材料費(実費)。3月4日(月)から同センター ☎477・2711 (土曜・日曜日、祝日を除

くるめボランティア・市民活動フェスタ2019

意外と身近にあるボランティアや市民活動を知って、自分に合った活動を見つけてみませんか。

3月10日(日)午前10時～午後3時。市役所1階屋内ひろば。市内を拠点とする福祉・まちづくり・教育などさまざまな分野のボランティア・市民活動団体の活動紹介や展示、ワークショップなど。ボランティア相談コーナーや「場づくり」をテーマとした講演会も実施します。詳細は社会福祉協議会ホームページ (http://bit.ly/festa-oshirase) をご覧ください。社会福祉協議会ボランティアセンター ☎475・0739、市生活文化課 ☎470・7738、東久留米まちづくりサポートセンター ☎453・0048

第4回消費者講座

「春に向けてスッキリ！

書類のお片付け教室」

整理収納のプロが書類整理方法の基本をお伝えします。春は新学期や新年度を迎え、書類が増える季節です。自分に合う方法を見つけて、「お片付けの仕組みづくり」をしてみませんか。

3月15日(金)午前10時～11時半。西部地域センター3階第3講習室。市内在住・在勤の方。先着20人。イハナライブ代表でライフオーガナイザー。Rの服部美亜氏。無料。筆記用具。2歳～未就学児の保育あり。定員2人。希望する場合は早めに予約を。2月15日(金)午前9時から電話で生活文化課 ☎470・7738へ。同課

秋川雅史コンサート

聴いてよく分かるクラシック2

テノール歌手の秋川雅史氏が「意外と知らなかった音楽の話」を交えてお届けするコンサートです。クラシックの奥深さに触れ、心安らぐひとときをお届けします。

6月15日(土)午後1時半開演(1時開場)。生涯学習センターホール。出演＝秋川雅史氏(テノール)、小島さやか氏(ピアノ)。定員500人。費全席指定5,500円。未就学児は入場不可。入場券のインターネット販売あり。2月23日(土)午前9時から電話または直接同センター ☎473・7811 (第4月曜日を除く平日の午前9時～午後8時半)へ

30年度第2回防災情報交換サロン

「今あるチカラを見つけ合うこと」をテーマに、防災活動をする個人・団体の横のつながりを作ることを目的としています。「話を聞きたいだけ」という方も歓迎します。

2月22日(金)午後2時～4時半(1時半開場)。市役所7階701会議室。講演「災害は忘れたころにやってくる～鬼怒川大水害時の教訓～」、地域の防災・減災の情報交換。定員40人。特別養護老人ホームけんちの里常務理事で施設長の長尾智恵子氏。無料。当日直接会場へ。市社会福祉協議会ボランティアセンター ☎475・0739

東久留米市ファミリー・

サポート・センター事業説明会

～有償の子育て助け合い事業～

利用者、協力者合同の説明会です。保育園・学童保育所への送迎、保護者の外出時の預かりなど、地域の協力者がお手伝いします。新年度から利用をお考えの方は早めにご登録ください。協力者も募集中です。まずは説明会にご参加ください。

2月23日(土)、3月6日(水)のいずれも午前10時から1時間半程度。生涯学習センター集学会習室5。入会希望者(保護者)の顔写真。保育あり(土曜・日曜日、祝日を除く3日前までに要予約)。当日直接会場へ。ファミリー・サポート・センター ☎475・3294

後見人等情報交換会のお知らせ

後見人等が日々の後見事務を円滑に行えるよう支援するため、後見人等の意見交換を実施します。

3月6日(水)午後2時～4時。市役所7階703会議室。市内在住の後見人・保佐人・補助人・任意後見人・後見人等受任予定の方。電話または氏名・住所・電話番号を記入の上、ファクス(476・4545)で市社会福祉協議会成年後見制度推進機関 ☎479・0294へ。同協議会

交通事故・労務災害により

親御さんを亡くされた世帯の方へ(交通・労務災害遺児サポート事業)

交通事故や労務災害により父母のどちらか、または両親を亡くされた市内在住の方に進級祝い金、入学準備金を差し上げます。ただし、生活保護世帯は除きます。また、父母が再婚している方も対象外です。

①「進級祝い金」＝4月に進級する小学新2年～新6年生と中学新2・3年生の児童・生徒。進級祝い金額 お子さん1人に対し、1万円

②「入学準備金」＝4月に小・中学校、高等学校(技能修得を目的とし、就学期間が1年以上の各種学校を含む)へ入学する方。入学準備金額 小学校が4万8,000円、中学校が5万4,000円、高等学校が12万円 《共通事項》

申請時に必要な書類 ①交通事故(自動車安全運転センター事務所長発行)または労務災害(労働基準監督署長発行・遺族補償年金決定など)を証明する書類の写し ②戸籍謄本の写し ③入学許可書の写し(高等学校に入学する方のみ) ④通帳 ⑤おさんの生年月日が分かるもの ⑥印鑑 申請期間 3月8日(金)まで 申請受付場所 市社会福祉協議会(わくわく健康プラザ2階。土曜・日曜日を除く午前9時～午後4時半)、中央町地区センター(火曜日を除く午前9時～午後4時半) 同協議会総務担当 ☎471・0294

シルバー人材センター会員募集

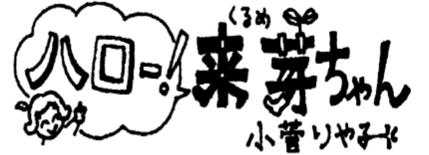
「就職は望まないが何らかの収入を得たい」「地域に貢献したい」という健康で働く意欲のある方、まずは入会説明会にお越しください。

2月20日(水)午後1時半から2時間程度(原則毎月第3水曜日に開催)。シルバー人材センター2階会議室(下里4-1-44)。市内在住の原則60歳以上で同センターの趣旨に賛同いただける方。年度会費1,200円、筆記用具、ゆうちょ銀行通帳、認め印、本人確認書類。同センター ☎475・0738へ

ガイド

西東京中央総合病院 市民公開講座「望む場所で暮らすために～入退院支援看護師の立場から～」

2月23日(土)午後2時～3時(1時半開場)。西東京中央総合病院管理棟3階(西東京市芝久保町2-4-19)。先着60人。同病院看護師の武



江孝子氏と山本喜保氏。無料。当日直接会場へ。同病院総務課 ☎464・1511 大学通信教育合同入学説明会 ～公益財団法人私立大学通信教育協会主催

通信制の大学・大学院・短期大学の相談コーナーを設け、希望する大学の教職員から講義内容、学習方法、受講手続きなどについて、直接相談できます。

また、大学通信教育の概要、学習方法、開設学科一覧、取得できる教員免許・資格などが掲載された小冊子「大学通信教育ガイド」も配布します。

2月24日(日)午前11時～午後4時(入退場自由)。新宿エルタワー30階サンスカイルーム(新宿区西新宿1-6-1)。無料。当日直接会場へ。私立大学通信教育協会 ☎03・3818・3870

30年度東京都精神科医療地域連携事業 市民講演会「知って得する依存症～わたし達の身近な依存症～」

最近「スマホ・ネット依存症」「ギャンブル依存症」「危険ドラッグや処方薬への依存」など新しい依存症を耳にすることが増えています。「依存症とのめりこみの違いは?」「どうなったら治療が必要?」「どんな人になりやすい?」など依存症について正しい知識を学びましょう。

3月2日(土)午後2時～3時半(1時半開場)。西東京市障害者総合支援センターフレンドリー3階多目的室(西東京市田無町4-17-14)。国立精神・神経医療研究センター病院薬物依存症センター長の松本俊彦氏。無料。当日直接会場へ。同薫風会山田病院研修担当 ☎461・0005

薬湯の日「紅花の湯」

3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。6歳以下は無料。各利用施設