

くらしの情報の情報

くらしの情報は12面から始まり10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				

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
- ◎エコテレホン・エコファクス
☎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4月1日現在＞ 人口116,719人（うち外国人2,065人）／前月比96減 男56,960人／前月比68減 女59,759人／前月比28増 世帯数54,399／前月比111増

【表記の凡例】 日日時 場場所 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

ゴールデンウィーク中の開院医療機関・薬局

ゴールデンウィーク中も、休日診療以外に、右表・下表の日程で医療機関・薬局を利用可能です。診療科目・診療時間などは各医療機関・薬局に直接お問い合わせください。

市医師会 ☎473・5661、市薬剤師会（田辺薬局南沢店） ☎451・9007、公立昭和病院 ☎461・0052

ゴールデンウィーク中の開院薬局（は休みです）

名称	住所	電話	4月30日 (火・休)	5月1日 (水・祝)	5月2日 (木・休)
みちる薬局	新川町1-4-18	477・0025			
さいわい薬局	東本町7-15	474・3181			
わかば薬局東久留米店	小山5-8-12	420・5760			
薬局ここ楽東久留米	南町4-1-17	497・5300			
学園町薬局	学園町1-14-2	424・8568			
ヤマグチ薬局東久留米店	本町2-3-4	479・0888			
田辺薬局	滝山4-1-20	476・2031			
三共薬局	滝山4-13-12	471・6070			
明治薬科大学附属薬局	本町1-3-6	420・9631			
東久留米薬局	本町3-3-21	470・2051			
マスタ薬局	本町1-4-37	471・8123			
あおぞら薬局	中央町5-12-14	420・1306			

ゴールデンウィーク中の開院医療機関（は休みです）

名称	住所	電話	4月30日 (火・休)	5月1日 (水・祝)	5月2日 (木・休)
いくせ医院	新川町1-4-18	471・2304			
石橋クリニック	東本町8-9	477・5566			
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	477・0555			
久留米ヶ丘病院	小山5-7-3	471・0122			
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	497・6200			
清水眼科医院	南沢5-17-62、イオンモール東久留米2階	497・5580			
高月内科クリニック	学園町1-14-32	421・2121	(※1)	(※1)	
たかはしクリニック	本町2-3-4	479・1800			
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311			
東久留米駅前クリニック	本町1-3-6	471・5051			
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			
東久留米クリニック	新川町2-2-22	477・0071	(※2)	(※2)	(※2)
東久留米団地診療所	上の原1-4-11-103	471・2628			
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291			
二木皮フ科	金山町2-19-8	473・2040			
古谷消化器科・内科	本町3-1-9	476・4100			
前田病院	中央町5-13-34	473・2133			
公立昭和病院	小平市花小金井8-1-1	461・0052			

※1 高月内科クリニックの4月30日（休）、5月1日（祝）は午前中のみ。
※2 東久留米クリニックは透析のみ。

休日・夜間診療

必ず保険証をご持参ください
保険証がないと自費診療になります

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です。混雑具合により受付時間がずれる場合があります。

- 4月21日・28日・29日、5月1日・3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）
- 4月30日＝東久留米駅前クリニック（本町1-3-6、☎471・5051）
- 5月2日＝さくらんぼキッズクリニック（南町4-1-17、☎497・6200）
- 5月4日＝いくせ医院（新川町1-4-18、☎471・2304）
- 5月5日＝石橋クリニック（東本町8-9、☎477・5566）
- 5月6日＝福山内科クリニック（新川町1-9-22、☎470・9177）

【歯科】

- 4月21日・28日～30日、5月1日～6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）

休日準夜間診療医療機関（診療科目・時間等は当日事前にご確認ください）

- 4月21日・29日、5月1日・3日・5日
＝前田病院（中央町5-13-34、☎473・2133）
- 4月28日・30日、5月2日・4日・6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）

【主な問い合わせ先】（市外局番は042）

- 東久留米市役所 ☎470・7777（代）（受け付けは平日の午前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

ごみ収集カレンダー ゴールデンウィークにおけるごみ収集は

4月29日（月）・30日（火）、5月1日（水）～3日（金）・6日（月）は、いずれも祝日・休日ですが、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。

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

【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

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

- [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

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、カラー刷り▼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。

Calendar for April 2021. The number 4 is highlighted in the center.

Calendar for May 2021. The number 5 is highlighted in the center.

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です。保育園・児童の送迎や日中の預かりなど、子育てのちょっとした困りごとを地域の協力者がお手伝いします。協力者を随時募集中。まずは利用者・協力者合同の説明会にご参加ください。

①4月23日(火) ②5月8日(水) ③5月18日(土) いずれも午前10時から1時間半程度 ④東部地域センター会議室2 ⑤生涯学習センター集会学習室5 ⑥わくわく健康プラザ2階社協会議室 ⑦入会希望者(保護者)の顔写真 ⑧保育あり(土曜・日曜日、祝日を除く3日前までに要予約) ⑨当日直接会場へ ⑩同センター ☎475・3294

【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

12面からつづく

ゴールデンウィーク中の市役所窓口・施設の業務日程 (■はお休みです)

Table showing business hours for various city facilities from April 27 to May 6. Facilities include City Office, Libraries, Community Centers, etc. Includes notes on service status during the Golden Week.

の後、左下表の医療機関へ予約し、同課で交付する予診票を持って、同機関で接種してください。⑩保険証などの本人確認書類、母子健康手帳(本人の接種歴などを確認するため)、低抗体価の確認書類(予防接種希望者のみ) ⑪①が無料。②が麻しん・風しん混合ワクチン1,300円(ワクチンの供給量により、風しんワクチン750円の接種も可能)。

※生活保護受給者などは無料で接種できますが、受給証明書などの提出が必要です。⑫左下表以外の医療機関で接種した場合は、助成を受けられません。⑬健康課予防係 ☎477・0030

昭和47年～54年生まれの男性に風しん抗体検査などのクーポン券を送付します

風しんの発生・まん延の防止のため、これまでに風しんの予防接種の機会がなかった昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性を、予防接種法に基づく定期接種の対象とし、平成31年度から3年間、公的な予防接種を1回受ける機会を設けます。

⑭⑮5月下旬に、昭和47年4月2日～54年4月1日生まれの男性へ抗体検査などのクーポン券を送付します。

※昭和37年4月2日～47年4月1日生まれの男性には、次年度以降クーポン券を送付します。今年度の発行を希望する方は、健康課へお問い合わせください。⑯抗体検査を受検し、風しんの抗体価が基準値以下だった方に対して、無料で予防接種を実施します。⑰今年度発行したクーポン券の有効期限は平成32年(2020年)3月31日です。⑱健康課予防係 ☎477・0030

けんこう

大人の風しん抗体検査及び予防接種実施医療機関一覧

平成31年4月1日現在

Table listing medical institutions for measles antibody testing and vaccination, including names, addresses, and phone numbers.

大人の風しん抗体検査・予防接種費用の一部を助成します

風しんの免疫を持たない女性が妊娠中に風しんに罹患すると、胎児が先天性風しん症候群になる恐れがあります。妊娠を予定している女性や将来的に妊娠を希望する女性は、妊娠前に免疫を持つことが重要です。

市では、風しんの免疫保有状況を確認する抗体検査と、抗体検査の結果、免疫が不十分であった方への予防接種費用の一部を助成しています。

⑲32年(2020年)3月31日(火)まで(医療機関の休診日を除く) ⑳左表の市内実施医療機関㉑①抗体検査=妊娠を予定または希望する女性、その同居者、妊婦の同居者(いずれも19歳以上)

②予防接種=抗体検査の結果が低抗体価である方 ※風しん含有ワクチンの予防接種歴が2回以上ある方は、対象外。㉒①は左表の医療機関へ予約の上、同機関で申込書に記入し、抗体検査を受けてください。後日、同機関で結果を聞き、低抗体価だった方は予防接種をご検討ください。健康課への申し込みは不要です。②のみ希望する方と風しん第5期定期接種対象者の昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性は低抗体価(EIA価8.0未満もしくはHI抗体価16倍以下)が確認できる書類を、健康課(滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内)へ持参してください。そ

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平成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。31年度は次の方を対象に勧奨を行っています。

㉓13歳・14歳(17年4月2日～19年4月1日生まれ)の方=第2期不足分 ㉔17年4月2日～18年4月1日生まれの方は4月上旬に、18年4月2日～19年4月1日生まれの方は13歳の誕生月の翌月上旬に、それぞれ個別で通知します

②麻しん、風しん

麻しん(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。31年度は、次の対象者へ個別通知を発送します。

㉕第1期=30年4月1日～31年3月31日生まれの方 ㉖第2期=25年4月2日～26年4月1日生まれの方 ㉗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》㉘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。㉙同係

3歳児健診

日4月25日(木)午後0時半~1時半受け付け場わくわく健康プラザ日28年3月1日~22日生まれの幼児日当日直接会場へ日健康課保健サービス係日477・0022

5月のプレ・パパママクラス

5月25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=日13日(月)午後0時半~4時

◎プレ・ママクッキング=日21日(火)午前9時15分~午後2時日妊娠中の栄養と食事の話、調理実習日500円(食材費)

◎お風呂の入れ方・妊婦疑似体験、交流会=日25日(土)午後0時半~4時

◎妊婦歯科健診=日28日(火)午後1時15分~3時

《共通事項》

場わくわく健康プラザ日おおむね妊娠16週以降の方とその夫日先着25組(応募者多数の場合は、初産の方を優先)日4回で1コース。ただし1日のみの参加も可日電話で健康課保健サービス係日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。

あおぞら (前沢4-25-8) 電話471・7071

☆わんぱくワンダーランド=日4月16日・23日のいずれも火曜日、午前11時~11時半日触れ合い遊びなど日12カ月前後の幼児とその保護者

☆わらべうたスマイル講座=日17日(水)午前10時半~11時半日わらべうた、育児の悩み相談や話し合い日0歳児とその保護者日原悠子氏

☆幼児のつどい=日18日(木)「はじめまして!よろしくねの会」、25日が「こいのぼり作り、4月のお誕生日会」、いずれも木曜日の午前10時半から日1歳~4歳児とその保護者日25日の「こいのぼり作り」では絵の具を使いますので、着替えを用意するか、汚れてもいい格好で参加を

☆パパサタ(お父さん向け行事)=日20日(土)午前10時~正午日プラレール、カプラで遊びます。ボルダリングも幼児向けに開放しています日乳幼児とその保護者日動きやすい服装で参加を。家族で参加できます

☆スポーツで元気=日5月1日(祝)午前10時~10時45分がハイハイまでの幼児、午前11時~11時45分が歩き始めている幼児、午後2時半~4時が小学生以上日体操の先生と身体を使って遊ぼう

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆のびのびぐんぐん=日4月16日(火)午前10時半から日手遊びや体操、季節行事など日12カ月前後の幼児とその保護者

☆幼児のつどい=日18日(木)「はじめましてよろしくね、みんなであそぼう」、25日が「こいのぼり作りと4月のお誕生日会」いずれも木曜日の10時半から日1歳~4歳児とその保護者日動きやすい服装で

☆パパサタ=日20日(土)午前11時から日パパと遊ぼう「新聞紙ちらかし遊び」日幼児とその保護者

☆卓球大会=日20日(土)午後3時から日小学生

☆こども会議=日29日(祝)午後3時から日児童館に対する要望やルールなどについて話し合います日小学生

ひばり (ひばりが丘日地8-11) 電話464・9300

☆おはなしの日=日4月17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18日(木)午前10時半~11時15分が2歳~4歳児(あひる)。25日(木)午前10時半~11時10分が1歳児(うさぎ)日こいのぼり作り、4月のお誕生日会

☆0ちゃんの絵本=日24日(水)午前11時から日0歳児向けの絵本の読み聞かせや手遊びなど日0歳児とその保護者日当日受け付け

☆交通安全・防犯教育の日=日27日(土)午後3時半から日新学期を迎えての交通安全と防犯のお話をします

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日=日4月16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幼児日みくりおはなしの会

☆赤ちゃんひろば=日17日(水)午前10時半~11時半日「親子のコミュニケーションワークとティータイム」日炭田契恵子氏日飲み物日当日受け付け

☆幼児のつどい=日18日(木)「出席カード作りと集団遊び」、1歳児。25日が「こいのぼり作りと4月のお誕生日会」、1歳~4歳児。いずれも木曜日の午前10時半から日動きやすい服装で

☆リラクゼーションヨガ=日5月13日(月)午前10時~10時半日子ども連れで参加できるヨガ日乳幼児とその保護者日先着12組日aki氏日長めのタオル、飲み物、足先の出る動きやすい服装日妊娠初期の方はご遠慮ください日4月29日(祝)午前9時から(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。

☆十小なかよし広場=日4月19日(金)午前10時~11時半日第十小学校日お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう。親子でふれあい遊び、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4月24日(水)午前10時~11時半日助産師による体重測定日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。4月15日(月)午前10時から受け付け日当日直接会場へ日当日直接会場へ

☆手作り布おもちゃの会=日5月7日(火)午前10時~11時半日0歳児とその保護者日20組日刺しゅう針、布切りはさみ日4月15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

☆子育て講座「子どもが育つ遊びのヒント」=日5月15日(水)午前10時~11時半日市民プラザホール日テーマ「お子さんにとって良いおもちゃとは?親子で楽しく遊びながら子どもが育つ環境づくりとは」日おもちゃコンサルタントマスターの山口裕美子氏日60人日無料日0~2歳のお子さんの保育あり。先着12人。4月15日(月)午前10時から受け付け日同センターへ

八回!来芽ちゃん 小蕾りやみ



図書館へ行こう

あおぞらおはなし会

青空の下、芝生の感触を楽しみながら、いつもとは一味違うお話を体験してみませんか。

日5月19日(日)午前10時半からと11時から(内容は同じです)日ひばりテラス118(西東京市ひばりが丘3-4-47、雨天時は室内)日乳児~未就学児とその保護者日無料日当日直接会場へ日ひばりが丘図書館日463・3996

お知らせ

くるくるチャンネル 「出張サポート」のご案内

東久留米の市民情報サイト「くるくるチャンネル」では、登録団体へ記事作成や写真掲載方法のサポートを市役所1階市民プラザで行っています。サークル・団体活動の情報発信にご活用ください。また、新規登録を希望する方も、ぜひお越しください。

日4月9日・23日、5月14日、6月11日・25日、7月9日、9月10日・24日のいずれも火曜日、午後1時~2時45分(予定)日当日直接会場へ日くるくるチャンネル事務局日457・3000または生活文化課日470・7738へ

J A 東京みらい 東久留米地区「春の農業まつり」

日4月27日(土)午前9時~午後2時(雨天決行)日J A 東京みらい東久留米支店(幸町3-7-2)日東久留米市産の野菜・野菜苗・花・植木の販売、生産者による農業相談コーナー、模擬店。日駐車場はありません。近くのコインパーキングをご利用ください日J A 東京みらい東久留米支店指導経済課日475・0022



「褒め上げ商法」を知っていますか

Q. 絵画が趣味で高齢の父に、「あなたの作品は素晴らしい」「ぜひ有名美術館の展示会に出展して欲しい」と電話があった。父は認められてうれしい気持ちから出展を承諾したところ、後から30万円かかると分かった。断りたいと申し出たが、キャンセルはできないと言われ、諦めてお金を支払った。その後、複数の事業者から次々と同様の勧誘があり困っている。

A. 世の中には絵画や書道など趣味の作品制作に生きがいを感じている方が多くいます。そのような方を狙って、褒められてうれしいという気持ちに付け込み、事例のように展示会への出展や、新聞や美術雑誌への掲載、出版などを誘い契約させるのが「褒め上げ商法」です。

被害は高齢者に多く見られます。勧誘の対象になるのは、絵画以外に書道・写真・陶芸などの美術作品や、俳句や和歌、自伝の出版などの場合

もあります。事業者は「著名な評論家があなたの作品を絶賛しています」「皆さん褒めています」「賞を授与されることになりました」など甘い言葉を連ねて誘います。自負心を刺激されて、つい承諾してしまいがちです。頼まれたのだから無料だと思いついで承諾しても、実は有料です。一度契約すると同じ事業者から繰り返し勧誘されたり、他業者から次々と電話が来るようになります。一度支払ったお金を取り返すのは難しい場合がほとんどです。契約の意思がない場合には、執拗に勧誘されてもきっぱりと断りましょう。付け込まれたという羞恥心から相談できない人も多いようです。家族や周囲の方は、不審な書類がないか、変わった様子はないかなど、普段から気を配ってください。

電話勧誘の場合、事業者には書面交付義務があり、書面を受け取ってから8日以内であればクーリングオフできます。次の被害を防ぐためにも、困ったと思ったら消費者センターにご相談ください。

《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)日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日188