

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(<https://www.city.higashikurume.lg.jp>)のご意見箱 (「東久留米市について」「広報・公聴」「声をお聞かせください」から)

人口と世帯<令和2年10月1日現在> 人口116,961人 (うち外国人2,255人) /前月比72減
男56,922人/前月比53減 女60,039人/前月比19減 世帯数55,313 /前月比増減なし

【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

高齢者に対するインフルエンザ予防接種費用が決まりました

前号(10月1日号)の広報紙12面でお知らせした高齢者に対するインフルエンザ予防接種について、関係各所と調整中となっていた接種費用が決定したのでお知らせします。

●無料(1人1回のみ) ※今年度に限り、一般の方を含めすべての高齢者の方が無料となりますが、東京都より交付される補助金の関係で、生活保護受給者の方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の方は同本人確認証を提示または支援給付受給証明書の提出をお願いします。●予防接種実施場所・対象者・申込方法・注意事項などの詳細につきましては、恐れ入りますが前号(10月1日号)の広報紙12面または右のQRコードから市ホームページの「高齢者インフルエンザ予防接種」のページをご確認ください。☎健康課予防係 ☎477・0030



▲高齢者インフルエンザ予防接種ページ

2年度成人用肺炎球菌定期予防接種

対象者で接種を希望される場合は、4月に送付した個別通知の内容に沿って医療機関へ予約してください。

●3年3月31日(水)まで本市内実施医療機関(個別通知に医療機関一覧を同封しています)●成人用肺炎球菌ワクチンの接種歴のない方で下表の年齢の方(5年前の通知で接種した方と過去に自費で接種した方は対象外です)。※この他、接種日現在60歳～

2年度の成人用肺炎球菌定期予防接種対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和30年4月2日～31年4月1日生まれの方
70歳	昭和25年4月2日～26年4月1日生まれの方
75歳	昭和20年4月2日～21年4月1日生まれの方
80歳	昭和15年4月2日～16年4月1日生まれの方
85歳	昭和10年4月2日～11年4月1日生まれの方
90歳	昭和5年4月2日～6年4月1日生まれの方
95歳	大正14年4月2日～15年4月1日生まれの方
100歳	大正9年4月2日～10年4月1日生まれの方

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)も対象となりますので、健康課へ問い合わせてください。●5,000円●この機会を逃すと、今後、費用助成はありません。全額自己負担となります●対象者で通知が届いていない場合は健康課予防係 ☎477・0030へ問い合わせください●同係

お子さんの麻しん、風しん予防接種

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



●第1期=平成31年4月1日～令和2年3月31日生まれの方●第2期=平成26年4月2日～27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。対象者で通知が届かない場合は、健康課予防係 ☎477・0030へ●同係

内閣府DV相談+(プラス)

配偶者やパートナーからの暴力について専門相談員が相談を受けます。

24時間電話相談やSNSやメールでの相談もできます。

DV相談+ プラス

24時間電話相談 **0120-279-889**

SNS相談・メール相談
12:00-22:00 随時受付 ※外国語対応あり
<https://soudanplus.jp/>



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。受診の際は、必ず事前に電話でご連絡ください。
10月18日=石橋クリニック(東本町8-9、☎477・5566)
10月25日=水野胃腸クリニック(本町3-8-19、☎420・6527)
11月1日=いくせ医院(新川町1-4-18、☎471・2304)
【歯科】
10月18日・25日・11月1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)
10月18日・11月1日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473・3311)
10月25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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

新型コロナウイルス感染症相談窓口

新型コロナウイルスの感染が疑われる症状がある方の受診相談

- 帰国者・接触者電話相談センター
●東京都多摩小平保健所 ☎450・3111
(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付)
●東京都電話相談センター ☎03・5320・4592
(平日午後5時～翌午前9時。土曜・日曜日、祝日は終日受付)
※曜日、時間により窓口が異なります。
※症状がある方は、上記相談窓口またはかかりつけ医にご相談ください。

新型コロナウイルス感染症に関する一般的内容(予防など)の相談

- 厚生労働省電話相談窓口(コールセンター)
☎0120・565653(午前9時～午後9時。土曜・日曜日、祝日も受付)
●東京都新型コロナウイルス感染症電話相談窓口(新型コロナコールセンター)
☎0570・550571(午前9時～午後10時。土曜・日曜日、祝日も受付)
※日本語、英語、中国語、韓国語に対応しています。

新型コロナウイルス感染症関連情報(市ホームページQRコード)

生活支援情報はこちら

事業者支援情報はこちら

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



多摩六都科学館

大型映像「HAYABUSA 2～REBORN～」

小惑星リュウグウのカケラを持ち帰るため、再び広大な宇宙空間へ飛び立ったはやぶさ2。2年半、32億kmの距離を進み続けた孤独な旅路の末、待ち構えていたのは想定外のリュウグウの姿だった。はやぶさ2はどのように困難を乗り越え、数々のミッションを成功させていったのか。そして彼がリュウグウで見つけたものとは…。

毎日午後2時半から(上映時間約45分。10月19

日(月)・26日(月)は休館) ※終了日は未定。多摩六都科学館サイエンスエッグ定額先着102席費観覧付き入館券1,040円(4歳児～高校生は420円) 小学2年生以下は保護者と観覧してください 当日開館時から観覧券を販売 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

特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診を受けていない方へ

メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防に重点をおいた健診を7月から開始しており、11月まで実施予定です。次の対象に該当する方は、必ず健康課に申し込みの上、11月に市内の指定医療機関で受診してください。ただし、新型コロナウイルスの感染拡大の状況により健診実施に変更が生じる場合があります。10月特定健診対象者(2月・3月生まれの方)への通知は、9月下旬に発送済みです。受診の際はマスク着用をお願いします。

すでに市から受診券が送付されたが該当月に受診できなかった方▼3月以降に新たに国民健康保険に加入した40歳～74歳の方および後期高齢者医療被保険者で他市から転入した方 健康課特定健診係 ☎477・0013

11月のプレ・パママクラス

11月21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 11月10日(火) 午後0時半～4時

◎プレ・ママクッキング=日 17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 費500円(食

材費) ◎お風呂の入れ方・妊婦疑似体験、交流会=日 21日(土) 午後0時半～4時 ◎妊婦歯科健診=日 24日(火) 午後1時15分～3時

《共通事項》 〇わくわく健康プラザ 〇おむね妊娠16週以降の方とその夫 〇先着25組(応募多数の場合は、初産の方を優先) 〇4回で1コース。ただし1日のみの参加も可 〇電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

第27回歯と歯ぐきの市民健康フェスタ「唾液のはなし」ドライマウスから歯を守る

～東久留米市歯科医師会主催

口の中が乾いている状態をドライマウス、口腔乾燥症といいます。ドライマウスの原因としては、薬の副作用、精神的ストレスや緊張、食事の変化や筋力の衰え、糖尿病やシェーグレン症候群などの病気などがあります。

もし唾液が少なくなると、のどが渇き、食事や会話に影響を及ぼすだけでなく細菌などが繁殖してむし歯や歯周病になりやすくなります。

唾液をつくる唾液腺は口の周りにたくさんあり、新型コロナウイルスと結合しやすい受容体があるため、ここからウイルスが体内に侵入する可能性があります。一方で唾液にはウイルスや

細菌の繁殖を抑える作用もあります。今回の講演では、唾液の不思議な魅力に触れ、ドライマウスの対応などについてお話しします。

日 11月7日(土) 午後2時～4時 〇市民プラザホール 〇先着30人 〇東京医科歯科大学歯学部長で顎顔面外科学分野教授の依田哲也氏 〇無料 〇手話通訳あり 〇当日直接会場へ 〇同会 ☎475・8903

若さを保つ!元気食教室

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。

日 全2回。11月5日と19日のいずれも木曜日午前10時～11時45分 〇市民プラザ会議室 〇老化予防の食事や簡単に栄養のある料理方法についての講義など 〇2回とも参加できる市内在住の65歳以上の方 〇先着9人 〇無料 〇医師から食事制限の指示がある方は参加できません 〇日 10月15日(木) 午前9時から介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777(内線2501～2503)へ

子育て

子ども家庭支援センター

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)。育児相談も受けます。

☆十小なかよし広場=日 10月16日(金) 午前10時～11時半 〇お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう。職員による読み聞かせ、手遊びや触れ合い遊び。育児相談も受けます 〇乳幼児とその保護者 〇当日直接会場へ徒歩か自転車であら来場

☆わくわくおはなし広場=日 26日(月) 午前10時～11時半 〇乳幼児向けの絵本の読み聞かせや、ペープサート・パネルシアター、手遊びや親子の触れ合い遊び 〇乳幼児とその保護者 〇6組 〇日 10月19日(月) 午前10時から同センターへ

☆わくわく赤ちゃん広場「はいはいの会」=日 28日(水) 午前10時～11時半 〇助産師による相談、体重測定他。ママ友達を作り、たくさんおしゃべりしましょう 〇7カ月～12カ月児とその保護者 〇6組 〇バスオトル他 〇兄弟姉妹の保育あり。先着3人(要予約) 〇日 10月19日(月) 午前10時から同センターへ

☆六小・小山小なかよし広場=日 10月20日(火)が第六小学校、29日(木)が小山小学校で、いずれも午前10時～11時半 〇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 〇乳幼児とその保護者 〇スリッパ 〇当日直接会場へ徒歩か自転車であら来場

☆赤ちゃん広場=日 11月6日(金) 午前10時～11時半 〇ママ友達を作り、たくさんおしゃべりしましょう。栄養士による相談、体重測定他 〇0歳児とその保護者 〇6組 〇バスオトル他 〇兄弟姉妹の保育あり。先着3人(要予約) 〇日 10月23日(金) 午前10時から同センターで

東部NP講座

「Nobody's perfect～完璧な親なんていない!」初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。参加者同士お互いの悩みや育児について話し合い、自分にあった子育ての仕方を学び合います。ママ友達を作って楽しい子育てをしましょう。

日 全6回。11月11日～12月16日の毎週水曜日午前10時～11時半 〇スポーツセンター 〇市内在住の乳幼児とその母親で、全6回参加できる方 〇先着10組 〇無料 〇対象児の保育あり(0歳児5人、1歳～5歳児5人) 〇NP講座の参加は1世帯1度のみです 〇日 10月15日(木) 午前10時から同センターへ

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。

けやき(大門町2-10-5) 電話474・6653

☆赤ちゃん広場=日 10月21日(水) 午前10時半～11時半 〇親子のコミュニケーションワークとティータイム 〇0歳児とその保護者 〇炭田契恵子氏 〇飲み物 〇当日受け付け

☆幼児のつどい=日 〇日 22日が「リズム遊び」1歳児、29日が「10月生まれのお誕生日会とハロウィン遊び」1歳～4歳児合同、11月5日が「運動遊び」2歳～4歳児、いずれも木曜日午前10時半からと11時からの2部制 〇各回15組 〇第1部が定員を超えた場合のみ第2部を実施 〇日 22日分は10月16日(金)、29日分は10月23日(金)、11月5日分は10月29日(木)のいずれも午後1時半から電話でのみ受け付け

☆スポーツで元気=日 〇日 26日(月) 午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん、11時15分～11時35分と11時40分～正午が歩き始めのお子さん(2部制)、午後2時半～3時15分が園児年代、午後3時15分～4時が小学生以上 〇各回10組程度 〇動きやすい服装で

☆赤ちゃん絵本=日 27日(火) 午前10時45分～11時15分 〇絵本の読み聞かせや手遊びなど 〇乳幼児とその保護者 〇協力は東部図書館

☆ベビーマッサージ=日 28日(水) 午前10時半～11時半 〇0歳児とその保護者 〇先着15人 〇渡辺直子氏 〇バスオトル、おむつ、飲み物(母乳可) 〇日 10月21日(水) 午前9時から受け付け(電話可)

歯科医師会 コラム

コロナが導く再認識「今こそ予防的歯科治療を!」

4月に新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言が発出され、多くの歯科医院がこの方針に沿って、患者さんの受け入れ数の制限、診療時間の短縮、緊急度の高い治療に限定するなど感染予防策を実施しました。ご不便があったことと思います。緊急事態宣言解除以降は、歯科医師会はウィズコロナとして歯科診療のあり方を模索し、新しいタイプの个人防护具やエアロゾル発生感染防御技術・装置の導入などを行うとともに、不急と位置付けられた「予防的歯科診療」の再開を進めてきました。予防的歯科診療とは、定期健診とされるお口の健康状態のチェックや、普段の歯みがきでは落とせない歯垢(プラーク)などを、専用機器で取り除く歯の清掃などを意味します。

お口の健康管理で大多数を占めるのは、むし歯と歯周病です。近年、むし歯と歯周病は早い段階で発見し、病状のリスクを把握して適切に対応することにより病状悪化を抑制し健全な状態への回復が可能となってきています。お口の健康管理は予防的歯科診療が中心であり、広く日常的に実施されていますが、緊急事態宣言下では、治療の緊急度の観点から延期を余儀なくされました。予防的歯科診療の長期間にわたる中断は、むし歯や歯周病の悪化を招きかねず、

コロナ感染症の重症化に関連するとされる生活習慣病のリスク因子にも影響を与え、日々の生活と健康に悪影響を及ぼす可能性が極めて高いと考えられます。流行期がある程度終息した後、次の流行期が来るまでの間の流行間期には、先送りされた予防的歯科診療を受診して、お口の健康管理を万全にして感染しにくい状態を保つことが大切なのです。ご高齢の方や基礎疾患がある方で新型コロナウイルス感染へのリスクが高い場合、かかりつけ歯科医が予防的歯科診療を推奨するか判断いたしますので、まずはかかりつけ歯科医にご相談ください。また、9月より歯科医師会会員の医院にて市の成人歯科健診が始まっております。案内が届いた該当される市民の方はこの機会に受診されることをお勧めします。予防的歯科診療を介してのコロナ感染拡大事例や歯科医療機関での大きなクラスター発生は報告されていません(9月1日現在)。どうか安心して受診していただきたいと思ひます。

※参考:「新型コロナウイルス時代の口腔健康管理-課題と対応-」日本口腔衛生学会新型コロナウイルス感染症対策検討本部編 (東久留米市歯科医師会)



あおぞら (前沢4-25-8) 電話471・7071

☆ヨーヨー教室=日10月18日(日)午後2時半~3時半 図ヨーヨーやディアポロを教えてください 図小学生 図上村哲弘氏

☆わらべうたスマイル講座=日21日(水)午前10時半~11時 図「返事遊び」わらべうたと育児の悩み相談 図0歳児とその保護者 図原悠子氏 図当日受け付け

☆幼児のつどい=日22日が「運動遊び・10月のお誕生日会」、29日が「作って遊ぼう」、11月5日が「触れ合い遊び・11月のお誕生日会」、いずれも木曜日午前10時半からと11時5分からの2部制 図1歳~4歳児とその保護者 図各回15組 図第1部が定員を超えた場合のみ第2部を実施 図22日分は10月16日(金)、29日分は10月23日(金)、11月5日分は10月29日(木)のいずれも午後1時半から電話でのみ受け付け



中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆おはなし会=日10月20日、27日いずれも火曜日午後3時50分から 図絵本の読み聞かせ、素話など 図小学生 図協力はおはなしくぬぎ、中央図書館

☆幼児のつどい=日22日が「シアター」、29日が「ハロウィンと8月~10月生まれのお誕生日会」、11月5日が「収穫ごっこ」、いずれも木曜日午前10時半からと11時からの2部制 図1歳~4歳児とその保護者 図各回12組 図第1部が定員を超えた場合のみ第2部を実施 図22日分は10月16日(金)、29日分は10月23日(金)、11月5日分は10月29日(木)のいずれも午後1時半

から電話でのみ受け付け ☆リラクゼーションヨガ=日27日(火)午前10時から 図子ども連れで参加できるヨガ 図乳幼児とその保護者 図先着8組 図aki氏 図長めのタオル、飲み物、足先の出る動きやすい服装 図妊娠初期の方はご遠慮ください 図10月20日(火)午前10時から受け付け (電話可)



ひばり (ひばりが丘団地8-11) 電話464・9300

☆びびよママの会=日10月21日(水)午前10時~11時半 図助産師による体重測定・育児相談 図0歳児とその保護者 図バスタオル、母子健康手帳 図きょうだいの保育はありません 図当日受け付け

☆おはなしの日=日21日(水)午後3時45分~4時15分 図絵本の読み聞かせや素話 図幼児~小学生 図水曜おはなし会 図当日受け付け

☆幼児のつどい=日22日が「お外遊びと10月誕生会」1歳児(うさぎ)、29日が「新聞紙遊びと10月誕生会」2歳~4歳児(あひる)、11月5日が「新聞紙遊び」1歳児(うさぎ)、いずれも木曜日午前10時半からと11時からの2部制 図各回15組 図第1部が定員を超えた場合のみ第2部を実施 図22日分は10月16日(金)、29日分は10月23日(金)、11月5日分は10月29日(木)のいずれも午後1時半から電話でのみ受け付け

☆0ちゃんの絵本=日28日(水)午前11時から 図絵本の読み聞かせ、手遊びなど 図0歳児とその保護者 図5組 図当日受け付け

☆ひばスポ=日31日(土)午後5時半から 図卓球 図中学・高校生世代 図10

月17日(土)午前10時から受け付け

スポーツ

市民オープンソフトテニス大会

日11月3日(祝)午前8時45分から(予備日は11月29日) 図市立テニスコート 費1人500円 図1人単位で申し込んでください。初心者から上級者まで受け付けます 図10月25日(日)までにソフトテニス連盟・井部 475・8279へ

初心者クライミング教室

日全3回。11月12日・19日・26日のいずれも木曜日午後7時~9時 図スポーツセンター 図市内在住・在勤で中学生以上の方(中学生は保護者同伴) 定20人(応募多数の場合は抽選) 費2400円(施設使用料、保険代など)

日11月5日(木)までに(消印有効)、往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、在勤・在学の方は勤務先・学校名を記入の上(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を 図同協会 470・2722



お知らせ

地元のお店のファンになろう! 「くるくる商店めぐり」を開催します

市商工会では、市内商店など4店舗を巡り、店主から豆知識を聞いたり、試食を行ったりする「くるくる商店めぐり」を開催します。

日場10月28日(水)が「シャモア」~「Bluebirdベイクハウス」~「E・Den」、29日(木)が「キシユエルドウちいさな森」~「bagelとまさるくん」~「大年」、30日(金)が「ポッシュ」~「演劇ひろば」~「ゴールデンミート」。「FMひがしくるめ」には全日程で訪問します 図無料 図応募多数の場合は抽選となります。また、新型コロナウイルス感染拡大など不測の事態によって予定を変更する場合があります。予めご了承ください 図詳細は同会ホームページをご覧ください 図同会・岩崎 471・7577へ

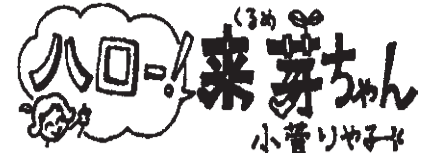
社会保険労務士による無料相談会

日10月28日(水)午後1時半~4時 図市役所1階屋内ひろば 図相談内容=年金、社会保険(健康保険、雇用保険、介護保険)、労働問題(賃金未払い、解雇など) 図無料 図当日直接会場へ 図生活文化課 470・7738

三原色の粘土でクリスマスケーキをつくろう

赤・青・黄色の三原色の粘土で色あそびをしながら、楽しく粘土のお菓子をつくって、今年のクリスマスを一足先に楽しみましょう。親子参加と一般参加があります。

日11月28日(土) ①午前10時半から(10時15分から受け付け) ②午後2時から(1時45分から受け付け) 図生涯学習センター創作室 図定①が親子(5歳児~小学4年生とその保護者)・6組(12人)、②が一般(小学3年生以上)・12人 図造形教室講師の手島まゆ子氏 費800円 図10月17日(土)午前9時



から電話または直接同センター(第4月曜日を除く午前9時~午後9時) 473・7811へ

市ツイッター・フェイスブックもご覧ください

市ツイッター(https://twitter.com/higashikurume_p)と市フェイスブックページ(https://ja-jp.facebook.com/higashikurumecity)では、市内で開催するイベントなど、東久留米に関する情報を発信しています。ぜひ、ご利用ください。

図秘書広報課広報係 470・7708 ※市では、他にも防災・防犯用(アカウントID「higashikurume_b」)や、図書館(アカウントID「higashikurume_t」)のツイッターアカウントがあります。詳細は市ホームページをご覧ください。

広報ひがしくるめをスマートフォン用の無料アプリ「マチイロ」で配信しています

スマートフォンなどで下のQRコードを読み取り同アプリを取得して「お住まいの地域」で「東京都東久留米市」を登録の上、ご利用ください。

図マチイロは、株式会社ホープが運営しています▼利用中に広告が表示されますが、市はその内容に一切責任を負いません▼通信料は利用者の負担になります 図秘書広報課広報係 470・7708



▲「マチイロ」QRコード

ガイド

薬湯の日「柿の葉湯」

日場11月1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 図就学児未満は無料 図各利用施設

消費生活の正しい知識 Q&A 身に覚えのない商品の送り付けにご注意! Q. 宅配便で健康食品が届いたので、家族が注文したと思い、受け取ってしまいました。請求書が同封されていますが、払わなくてはいけな... A. この事例は、業者が勝手に品物を送り付け、代金を請求する「送り付け商法」かもしれません。注文していない品物を送り付け、受け取ったことで支払い義務があると消費者に勘違いさせて、支払わせようとする手口です。最近ではマスクが送られてきた事例や、植物の種子が外国から送られてきたなどがあります。身に覚えがない品物が送られてきたら、宅配業者に、受け取り拒否をして、品物を受け取らないでください。もし受け取ってしまったら、特定商取引法で、「届いた荷物を14日間そのままにしておけば、その後は自由に処分できる」と定めています。勧誘の電話があった場合、購入するつもりがなければ、「いいえ。もう電話しないでください」ときっぱり断りましょう。もし品物が届い