

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	29	30	31			

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

(今月の月間・週間案内) 自殺対策強化月間、春季全国火災予防運動(1日~7日)、未踏の日(10日)、世界水の日(22日)、世界結核デー(24日)

【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

けんこう

おたふくかぜ予防接種費用の一部を助成します

東久留米市医師会では、「おたふくかぜ予防接種」費用の一部を助成しています。この予防接種は、市が実施している法定予防接種と異なり、保護者が接種の判断をする任意予防接種です。医師と相談の上、ご利用ください。

▼下表の実施医療機関個別接種。接種回数は1回(市に住民登録があり、おたふくかぜに罹患したことがなく、過去に1回も「おたふくかぜ予防接種」を受けていない1歳~2歳になる誕生日の前日までの幼児費2,000円母子健康手帳、本人確認書類(保険証など)実施医療機関に直接予約してください。予診票は実施医療機関にあります 同会 ☎473・5661

BCG予防接種

☎3月17日(水) 午後1時半~3時 受け付け 場わくわく健康プラザ ☎2年10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) 他次回4月21日(水)でも接種可 申当日直接会場へ 健康課 予防係 ☎477・0030

おたふくかぜ予防接種費用助成実施医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
細井医院	東本町4-3	471・0130
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
ひばりが丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23	479・7300
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291
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
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
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
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	497・6200
長生医院	滝山7-3-17	473・1117
大波クリニック	下里7-6-2	473・7355

※東久留米おだやかメディカルクリニックの予防接種は、曜日制限があるため直接クリニックへお問い合わせください。

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

食事・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。ご本人のほか、家族からの相談もできます。

☎3月19日(金) 午後1時半~3時45分(予約制。1人30分程度) 場わくわく健康プラザ1階 ☎生活習慣病予防や健康づくりについての個別相談、体組成(体脂肪率や筋肉率など)の測定。持健康診断の結果表、食事記録など 申 ☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022

子ども相談

☎3月9日(火)・17日(水) 午前9時半~午後3時 場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受けます ☎幼児とその保護者 申 ☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022

らくらく離乳食

☎3月24日(水) 午後1時~3時15分 場わくわく健康プラザ ☎調理のデモンストラクションと講話 ☎5カ月~1歳未満児の保護者 ☎10人 申 申込時にお知らせします ☎対象児の保育あり 申 ☎3月1日(月)から電話で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)

☎3月19日(金) 午前9時半~午後2時 場わくわく健康プラザ ☎育児の相談、身体測定、歯の相談は午前中のみ ☎乳幼児とその保護者 申 ☎電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

☎3月23日(火) 午前10時~11時半 場わくわく健康プラザ ☎歯の手入れの方法、むし歯予防、親子遊びなど ☎満7カ月~1歳4カ月児とその保護者 ☎先着10組(初回の方を優先) 申 ☎3月1日(月)から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022

子育て

センター上の原 (上の原1-2-44) 電話420・9011

☆休館日のお知らせ=3月18日(木)

館内整備のため休館します。

図書館へ行こう

中央図書館は、大規模改修工事に伴い、3月31日(予定)まで休館中です。

3月の図書館休館日

5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)は、滝山・ひばりが丘・東部の各図書館は休館です。20日(祝)は、地域センターの休館日のため、滝山・ひばりが丘・東部の各図書館は休館です。また、館内蔵書点検のため、東部図書館は3月3日(水)・4日(木)は、特別整理休館となります。

☎中央図書館 ☎475・4646



新型コロナウイルス感染症相談窓口 ~まずは電話で相談を~

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

●東京都発熱相談センター ☎03・5320・4592

(24時間、土曜・日曜日、祝日も受付)

●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)

※かかりつけ医がいる場合は、かかりつけ医に電話でご相談ください。

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な内容(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。

新型コロナワクチンについて

●厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

☎0120・761770 (午前9時~午後9時。土曜・日曜日、祝日も受付)

新型コロナワクチンに関する最新の情報につきましては、首相官邸ホームページ(右QRコード)からご確認ください。



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。混雑具合により受付時間がずれる場合があります。

2月28日、3月7日・14日

=わくわく健康プラザ内休日内科診療所(滝山4-3-14、☎473・3663)

【歯科】

2月28日、3月7日・14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)

3月7日=滝山病院(滝山4-1-18、☎473・3311)

2月28日、3月14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)



3 月度放課後講座 「音の出るスライムを作ってみよう！」

生涯学習センターでは、子どもの居場所づくりとして、月に1回、放課後講座を開催しています。3月は「音の出るスライムを作ってみよう!」。パチパチ音の鳴るスライムを作ります。3つの密を避けた開催に努めます。

日 3月17日(水) ①午後4時～4時半②4時45

分～5時15分(30分入替制) 場
生涯学習センター創作室対小学
生～中学生定各回先着10人師
生涯学習センタースタッフ無
注マスクの着用をお願いします
申 3月1日(月) 午前9時か
ら電話(473・7811)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)へ



【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

ス ポ ー ツ

ニュースポーツデー

誰でも気軽にできるスポーツが体験できます。

日 3月13日(土) 午前10時～午後4時(開催日に緊急事態宣言が発令されている場合は中止) 場スポーツセンター内ミニテニス、ユニカール、ラージボール卓球、ポッチャ ※新型コロナウイルス感染症対策を講じて開催します。マスクの着用をお願いします。費100円(未就学児無料) 持室内履き(運動ができる靴) 他運動ができる服装でお越しください申当日直接会場へ問生涯学習課 ☎470・7784

第7回フィットネスウォーキングの参加者を募集します

ただ歩いているだけではもったいない。正しい歩き方を身につけませんか。健康運動指導士による講義と実技の指導を行います。

日 3月13日(土) 午後1時から(0時半～1時受け付け) 4時終了予定(雨天中止。開催日に緊急事態宣言が発令されている場合も中止) 場スポーツセンター他市内在住・在勤・在学で健

康な方。(ニュースポーツデーのスタンパードをお持ちの方も参加可能) 定40人程度無(参加賞あり) 持室内履き、飲み物、マスク他室内、屋外を歩きます。室内運動靴を持参の上、運動靴で運動のできる服装でお越しください日 3月11日

(木) 正午までに、市ホームページから取得できる申込書または、「3月13日フィットネスウォーキング希望」と明記し、参加者全員の氏名・住所・連絡先、在勤・在学の場合は勤務先・学校名を記入の上、ファクス(470・7811)、電話(470・7784)、または直接生涯学習課(市役所6階)へ問同課スポーツ振興係



の考え(希望)を具体的に考えてみませんか。元気なうちから考え、それを家族や身近な支援者などと共有しておく取り組みを「ACP(アドバンスケアプランニング)」と言います。「ACP」をどのように進めていくのか、また実際に「わたしの覚え書きノート」を一緒に作成してみて、疑問などにお答えしていきます。

日 3月18日(木) 午後2時半～4時(2時から受け付け) 場市民プラザホール(市役所1階) 内講話と参加型シンポジウム定先着30人(事前申し込み制) 師東久留米白十字訪問看護ステーション所属の看護師の中島朋子氏無(持筆記用具)注参加の際は、マスク着用をお願いします。当日は、フェイスシールドを配りますので、着用をお願いします。また、体調が優れない場合は無理をせずご欠席ください他手話通訳あり日 3月1日(月) 午前9時から介護福祉課地域ケア係 ☎470・7777(内線2502・2503)へ問東久留米市在宅療養相談窓口(東久留米市委託事業) ☎420・5521

3年度市民自主企画講座講師招聘等支援事業「生涯学習活動団体の学習プラン」を募集します

地域で自主的に活動している生涯学習グループを育成するため、各団体が企画・運営する講座に対し、開講経費の一部を支援します。この機会に、ぜひご活用ください。

対歴史・経済・政治・文学・教育・家庭教育・文化など、主に市内で活動している学習グループやサークルが開催する講座で、7月1日(木)～4年3月15日(火)に開催するもの注広報紙で募集し、市民も受講できる講座に限り申土曜・日曜日を除く3月1日(月)～19日(金)の午前9時～午後5時、市文化協会(生涯学習センター内)で配布する申込用紙に必要事項を記入の上、提出を。申込用紙は同協会ホームページ(右QRコード)からも取得できます問同協会 ☎477・4700

南部地域センター 3月催し物のお知らせ

☆なんぶまなぶシリーズ「大人のための音楽と健康」=日 3月29日(月) 午前10時15分～11時半場 2階講習室1 内感染防止策を徹底しながら、健康の増進を図ります。生演奏のピアノに合わせ、お家でもできるストレッチや呼吸法を学びましょう定10人(事前予約制) 師国立音大出身の先生、音楽療法のパイオニアの講師陣から個別の指導を受けられます費1,000円(当日集金) 注来館時は事前に検温・マスクの着用

お知らせ

在宅療養シンポジウム

「わたしの覚え書きノートを一緒に作成してみませんか～今だからこそ話そうACP～」

元気なうちから、病気などになった時は、どのように暮らしたいか、どんな医療や介護を受けたいかなど、自分

いきいき健康家族

No.195 「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング:ACP)」という言葉をご存じでしょうか

皆さん、ご自分の将来でいよいよとなったら、どのような最期を迎えたいか、お考えになったことがありますか。

わが国は超高齢化社会を迎えています。2040年には75歳以上の看取りが年間約40万人増えると言われてます。看取りが増えるということは、高齢者の余命を踏まえた上で療養をどのように進めるのかと言うことを考えていかなければなりません。将来、体の具合が悪くなったときに、受けたい、または受けたくない医療行為の希望を表明しておくことを事前指示といい、国民調査では約55%の方がまだ話し合ったことがないと答えています。

「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング:ACP)」という言葉をお聞きになったことはありますか。もしものときのために、患者さんが望む医療やケアについて、患者さんを主体に、そのご家族や近い人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合いを行い、患者さんの意思決定を支援するプロセスのことです。患者さんの人生観や価値観、希望に沿った、将来の医療およびケアを共有し

具体化することを目標にしています。

重い病気となり回復が期待できない場合に、命を長らえる処置が行われることがあります。食事ができなくなった場合に人工的な栄養補給として胃に管を通して栄養を入れる胃ろう、点滴で栄養を入れる静脈栄養法、また呼吸ができなくなった場合に人工呼吸器をつけるか、などいわゆる延命の処置があります。色々なお考えがあることは思いますが、自分がこれらの処置を希望するかどうかは、あらかじめご家族やかかりつけ医などと話し合っておくことが将来を見据えたご自身の生き方にも関わってきます。また、最後に過ごしたい場所、わたしに判断能力がなくなった時に意思表示をお願いする人、わたしの大切にしていること、大切な人へのメッセージなどを覚え書きとして一緒に記録しておくのが良いでしょう。

まずは練習として「わたしの覚え書きノート(東久留米市版)」(4月初旬発行予定)に記載してみたいかがでしょうか。

(東久留米市医師会)

をお願いします申南部地域センター ☎451・2021

桜めぐり(湧水・名木百選)ウォーキング

東久留米市の桜の名木や湧水地をめぐるウォーキング。桜の美しいこの時期に、東久留米の自然を満喫するウォーキングを楽しみませんか。主催は東久留米市市民環境会議水と緑グループ。協力は市環境政策課。

日 3月26日(金) 午後1時集合。3時半ごろ解散。雨天中止。小雨決行場市役所1階集合。ルートは市役所→落合川(いこいの水辺)→多聞寺→南沢湧水群→生涯学習センター→黒目川→大圓寺→小山れんげ公園。全コース約3キロ定先着15人無(持マスク)申 3月19日(金)までに電話(470・7753)、電子メール(kankyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp)またはファクス(470・7809)で「桜めぐり(湧水・名木百選)ウォーキング」と明記し、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、環境政策課へ



東久留米市市民環境会議

みどり東京・温暖東久留米市市民環境防止プロジェクト東久留米市市民環境会議のロゴマーク市町村助成金対象事業

市のホームページにバナー広告を掲載しませんか

昨年リニューアルした市ホームページのトップページにバナー広告を掲載しませんか。トップページには月に約4万5,300件(令和元年度の月平均)のアクセスがあります。詳細は市ホームページ(右QRコード)をご覧ください。



▼基準=公共性と品位を損なわないもの。政治・宗教活動、意見広告と個人宣伝などは除きます▼規格=縦60ピクセル、横150ピクセル。50キロバイト以内。GIF形式。「トップページ」に表示します(スマートフォン版にも表示されます)。※広告デザインは広告主で作成していただきます。▼掲載期間=1カ月単位で3年4月分まで▼掲載料=1枠当たり月2万円申所定の申込書(秘書広報課広報係(市役所4階)で配布中)に必要事項を記入の上、〒203-8555、市役所秘書広報課広報係宛て郵送、電子メール(hishokoho@city.higashikurume.lg.jp)、ファクス(470・7804)、または直接同係へ持参してください。随時募集しています。※申込書は市ホームページからも取得できます問同係 ☎470・7708

勤労市民共済会新規会員募集

市勤労市民共済会は、会費や市補助金を主な財源として、中小企業勤労者、公共・公共的団体の嘱託職員や臨時職員、短時間労働者の皆さんに総合的な福利厚生サービスを提供することを目的とした公益的な団体です。

月500円の会費で慶弔給付金や遊園地などの割引券購入をはじめ、さまざまなサービスが受けられます。

●生活安定事業＝慶弔給付(祝い金・保険金・弔慰金)など●健康維持・増進事業＝人間ドック・健康診断の補助、インフルエンザ予防接種の補助など●自己啓発・余暇活動支援事業＝講座などの受講料補助、国内旅行・補助(宿泊、日帰り)、遊園地などのフリーパス・割引券販売など●生活支援事業＝生活用品などのあわせん●市内中小企業の従業員と事業主、市内在住で市外の中小企業の従業員(企業所在市区町村に、勤労市民共済会と目的を一にする会がないこと)、市内の社会福祉法人、NPO法人、医療法人の勤労者、市内の公共および公共的団体の臨時職員・嘱託職員、市内在住で中小企業以外に勤務する短時間労働者で、勤労市民共済会の事業に賛同し入会を希望する方など●入会金1,000円、会費月500円●同会(市役所5階) ☎470・7777(内線4950・4951)へ。または同会ホームページ(http://kururu.tokyo/)をご覧ください

第233回東京都都市計画審議会の傍聴者募集

●5月18日(火)午後1時半から●都庁会議室●15人(事前抽選)●個人でのプライバシーに関わる案件などがある場合は、会議が一部非公開となることがあります●付議予定案件は都庁都市整備局ホームページ(https://www.toshisei.bi.metro.tokyo.lg.jp/keikaku/shingikai/yotei.htm)または都都市計画課 ☎03・5388・3225へお問い合わせください●4月27日(火)までに(消印有効)、往復はがき(1人1通のみ有効)

に住所・氏名・電話番号を記入の上、〒163-8001、東京都都市整備局都市計画課宛て郵送を●同課 声の広報(デイジー版)をお届けします

市では、広報ひがくるめの音声版「声の広報」のデイジー版(CD)を作成し、申し込みいただいた方へ毎号郵送しています。

●声の広報は市ホームページでも聞くことができます。

●デイジー(DAISY: Digital Accessible Information System)とは、印刷物を読むことが困難な方のために開発されたデジタル録音図書の国際標準規格です。デイジー版(CD)は、専用の機器やパソコンに専用のソフトウェアをインストールして再生することができます。「声の広報」デイジー版(CD)をご希望の方は、秘書広報課広報係 ☎470・7708へご連絡ください。

●同係

ガイド

国立精神・神経医療研究センター市民公開講座

「認知症治療の現状と進歩」

「NCNP病院認知症センター」ホームページで市民公開講座をオンライン開催します。どなたでもご覧になれます。詳細は同センターホームページ(右QRコード)をご覧ください。

●3月6日(土) 肉師プログラムと講師は「認知症治療の現状」が精神科医師の坂田増弘氏、「認知症の非薬物療法」が講師未定、「認知症と治療」が臨床研究推進部CRCの山本理代氏●国立精神・神経医療研究センター認知症センター ☎042・341・2711、電子メール(ninchi-c@ncnp.go.jp)

田無警察署

自転車の盗難に注意しましょう

自転車の盗難被害に遭わないために対策をしましょう。犯人は「ちょっと足代わりに」という気持ちで自転車を



梅名の梅は、明治の中期頃から栽培が始まったと推測されています。昭和50年代頃に桑園や水田からの転作物として急速に栽培が増えました。生産量、栽培面積ともに東日



梅名の梅

本一を誇り、品種は、梅酒やカリカリ漬けなどに多く使用される白加賀を中心に栽培されており、多くは、JAはぐくみ梅選果場での共同選果により、京浜市場、信越市場、大手酒造メーカーなどへ青梅で出荷しています。JAはぐくみのホームページでは、梅を使用したレシピを公開しております。

6月上旬頃から白加賀の収穫が始まります。新型コロナウイルス感染症の影響で、家で過ごす時間が増えた方も多いのではないかと思います。梅干し、梅酒、梅ジュースなど、ご自宅で作ってみてはいかがでしょうか。

詳しくは高崎市梅名支所産業観光課 ☎027・374・6712へ。



盗みます。

●対策の例＝自転車には防犯登録(所有者登録)をしましょう●少しの時間でも自転車から離れる時は必ず鍵をかけましょう●常設キーの他に防犯性の高い補助錠を活用し、2重ロックにしましょう●補助錠には、U字ロックやジョイントワイヤー錠などを組み合わせて防犯効果を高めましょう

●警視庁田無警察署 ☎467・0110

東京税理士会東村山支部 個別無料税務相談会

相続税・贈与税・所得税など、さまざまな税の相談に税理士がお答えします。

●時間に制限がありますので、複雑な相談は別途有償で税理士にご依頼ください。

●毎月2回～3回、水曜日に開催。午前10時～午後4時●東京税理士会東村山支部(東村山市本町1-20-27) ●同支部ホームページ(右上QRコード)をご覧ください●同支部 ☎042・394・7038

都主税局からのお知らせ

●eLTAX電子納税が大変便利です

eLTAX(地方税ポータルシステム)では、インターネットバンキングなどでの納付に加えて、事前に登録した口座から引き落としができる「ダイレクト納付」ができます。また、全国の自治体に一括で納付することができます。詳細はeLTAXホームページ(右QRコード)をご覧ください。

●eLTAXお問い合わせ窓口 ☎0570・081459または03・5521・0019(午前9時～午後5時<土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く>)

●都税がスマートフォン決済アプリで納付できるようになりました

アプリ内で納付書のバーコードを読み取るだけで、いつでもどこでも都税が納付できます。詳細は主税局ホームページ(右QRコード)をご覧ください。

●都主税局 ☎03・5388・2924

国家公務員採用試験のお知らせ

人事院は3年度に次の採用試験を行います。

●総合職試験(院卒者、大卒程度) ●受付期間＝3月26日(金)～4月5日(月) ●1次試験日＝4月25日(日)

●一般職試験(大卒程度) ●受付期間＝4月2日(金)～14日(水) ●1次試験日＝6月13日(日)

●一般職試験(高卒者、社会人<係員級>) ●受付期間＝6月21日(月)～6月30日(水) ●1次試験日＝9月5日(日)

●人事院ホームページ(右QRコード)へ●人事院関東事務局 ☎048・740・2006～2008

3年度 自衛官等の各種試験案内

●一般曹候補生 ●応募資格＝18歳～33歳未満の方 ●受付期間＝3月1日(月)～5月11日(火) ●試験日＝1次試験が5月21日(金)～30日(日)のいずれか1日、2次試験が6月18日(金)～7月4日(日)のいずれか1日

●自衛官候補生 ●応募資格＝18歳～33歳未満の方 ●受付期間＝年間を通じて実施 ●試験日＝受付時にお知らせ

●一般幹部候補生 ●応募資格＝大卒程度(見込み含む)が22歳～26歳未満の方、院卒者(見込み含む)が20歳～28歳未満の方 ●受付期間＝1回目が3月1日(月)～4月28日(水)(パイロット要員含む)、2回目が3月1日(月)～6月18日(金) ●試験日＝1回目の1次試験が5月8日(土)・9日(日)(パイロット要員含む)、2次試験が6月8日(火)～14日(月)のいずれか1日、3次試験がパイロット要員のみ実施。期間は別途お知らせ。2回目の1次試験が6月26日(土)、2次試験が8月2日(月)～8日(祝)のいずれか1日

●歯科・薬剤科幹部候補生 ●応募資格＝歯科・薬剤科専門の大学卒(見込み含む)で、歯科が20歳～30歳未満の方、薬剤科が20歳～28歳未満の方 ●受付期間＝1回目が3月1日(月)～4月28日(水)、2回目が3月1日(月)～6月18日(金) ●試験日＝1回目の1次試験が5月8日(土)、2次試験が6月8日(火)～14日(月)のいずれか1日。2回目の1次試験が6月26日(土)、2次試験が8月2日(月)～8日(祝)のいずれか1日

詳細や応募資格・受付期間・資料請求などについては防衛省自衛隊東京地方協力本部分寺募集案内所広報担当・甲斐 ☎042・324・1010、電子メール(tokyo.pco.kokubunji@rct.gsdf.mod.go.jp)へ。

薬湯の日「紅花の湯」

●日場3月7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●未就学児は無料●各利用施設



東久留米市公式動画チャンネルをご覧ください

市では、東久留米市公式動画チャンネルをYouTubeに開設しています(右QRコード)。同チャンネルでは市制施行50周年を記念して制作した市のプロモーション動画をはじめとして、市の魅力を伝えるコンテンツや、市政に関する情報などを発信していますので、ぜひご覧ください。

●秘書広報課広報係 ☎470・7708



▲市公式動画チャンネルのご案内(市ホームページ)



▲東久留米市プロモーション動画の1シーン