

くらしの 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			

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.higashikuru.me.lg.jp>)のご意見箱〔東久留米市について〕〔広報・広聴〕〔声を聞かせください〕から

〈今月の月間・週間案内〉環境月間、男女雇用機会均等月間、水道週間（1日～7日）、危険物安全週間（7日～13日）、気象記念日（1日）、環境の日（5日）

【表記の凡例】 日日時 場所 内容 対象 定員 講師 費用 持ち物 ご注意 その他 申し込み 問い合わせ

けんこう

大腸がん検診・胸部レントゲン検査

▼実施期間＝6月1日（火）～11月30日（火）。 ※市国民健康保険加入者、後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付金受給者は、誕生月ごとに受診月が決まっています。特定健診などの受診時に一緒に受けてください。▼受診方法＝下表の実施医療機関で直接受診してください▼大腸がん検診＝便潜血検査2日法（検便検査）。 ※内視鏡検査ではありません。▼胸部レントゲン検査＝65歳以上は結核検診として実施▼大腸がん検診＝市内在住の4年3月末で

40歳以上の方。ただし、次の①と②に該当する方は、受診前にかかりつけ医にご相談ください。①現在、大腸やその他の腸の疾患で治療中または経過観察中の方②過去に大腸がんの精密検査で異常を指摘された方▼胸部レントゲン検査＝市内在住の4年3月末で40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方および65歳以上になる方いずれも500円（受診医療機関でお支払いください。生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書の提出が必要です）生理中を避けて受診してください。検体を提出しなかった場合でも、自己負担金は返却できませんので、あらかじめご了承ください健康課特定健診係 ☎477・0013



特定健診・後期高齢者健診

6月の受診対象は4・5月生まれの方生活習慣病予防、健康の保持・増進や疾病の早期発見・治療のための健診を実施します。健診内容や実施医療機関などは、5月下旬に発送した個別通知をご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます。

受診月は次の通りです。なお、個別通知は受診月の前月下旬に発送します▼4・5月生まれの方＝6月▼6・7月生まれの方＝7月▼8・9月生まれの方＝8月▼10・11月生まれの方＝9月▼12・1月生まれの方＝10月▼2・3月生まれの方＝11月。 ※今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大、ワクチン接種による医療機関の混雑を避けるため実施月と対象者を変更して実施します。▼特定健診＝市国民健康保険加入者で40歳～74歳の方▼後期高齢者健診＝後期高齢者医療被保険者3年3月以降に国民健康保険に加入した方、後期高齢者で転入した方、当該月に受診できない方は健康課特定健診係 ☎477・0013へ問い合わせてください関係

肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルスに感染することによってB型肝炎・C型肝炎などの肝臓の病気になることがあります。感染の有無は、血液検査で調べます。一生に1度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。

▼受診期間＝市の特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象となる方は、各健診該当月に同時に受診してください。被用者保険などに加入している方は、6月～11月に受診してください▼実施医療機関＝市内指定医療機関▼受診方法＝①40歳で東久留米市の国民健康保険に加入している方＝特定健診の案内通知に「肝炎ウイルス検診受診券」を同封します②40歳で被用者保険などに加入している方＝5月下旬に「肝炎ウイルス検診受診券」を個別通知しました③41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方＝「東久留米市肝炎ウイルス検診票」が

必要です。検査日までに余裕をもって健康課特定健診係 ☎477・0013へ申し込んでください問診・血液検査市内在住で40歳（昭和56年4月1日～57年3月31日生まれ）の方、または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方無料健康課特定健診係 ☎477・0013

食事・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。ご本人のほか、家族からの相談もできます。

6月8日（火）午前9時～11時45分（予約制、1人30分程度）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）の測定健康診断の結果表、食事記録など生活後5カ月～未就学児の保育あり問診電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

BCG予防接種

6月16日（水）午後1時半～3時受け付けわくわく健康プラザ3年1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）日程の都合がつかない方は、次回7月21日（水）でも接種可当日直接会場へ健康課予防係 ☎477・0013

すくすく子育て相談（育児相談）

6月18日（金）午前9時半～午後2時わくわく健康プラザ育児相談、身体測定乳幼児とその保護者問診電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ

らくらく離乳食

6月23日（水）午後1時半～3時15分わくわく健康プラザ調理実習5カ月～1歳未満児の保護者10人問診申込時にお知らせします対象児の保育あり問診6月1日（火）から電話で健康課保健サービス係 ☎477・0022へ



表 3年度 大腸がん検診・胸部レントゲン検査実施医療機関一覧

医療機関	所在地	電話番号	大腸がん	胸部レントゲン
東久留米団地診療所	上の原1-4-11-103	471-2628	○	○
武田クリニック	大門町1-1-24	477-5856	○	○
細井医院	東本町4-3	471-0130	○	○
おかの内科クリニック	東本町6-15-2階	477-0055	○	○
石橋クリニック	東本町8-9、2階	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	○	○
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	○	○
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	○	○
おぞき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1、2階	477-0555	○	○
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	○	○
すずのね内科・神経内科	前沢4-7-11	474-1112	○	○
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470-9118	○	○
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	○	○
黒目川診療所	滝山5-27-16	420-7215	○	○
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。
(※)石垣整形外科では特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診を実施していません。

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。

問ごみ対策課 ☎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

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。

6月6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）

6月13日＝石橋クリニック（東本町8-9、☎477-5566）

【歯科】

6月6日・13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）

6月6日＝滝山病院（滝山4-1-18、☎473-3311）

6月13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）

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			

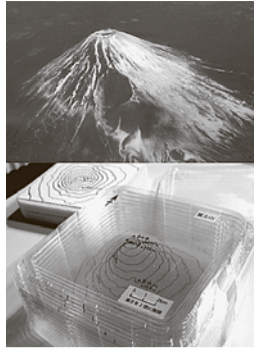
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

多摩六都科学館

富士山のかんたん立体地形模型を作ろう

日 6月26日(土) 午後2時～3時、27日(日)の午前11時～正午と午後2時～3時... 多摩六都科学館科学学習室... プラスチック容器のふたを使って立体地形模型を作ります。

またはハガキにイベント名・開催日・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、多摩六都科学館宛て郵送を。 ※応募多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を送付します。



【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 申込み 問い合わせ

8面からつづく

乳がん検診

アルテミスウイメンズホスピタルでの検診を開始します。 複十字病院(清瀬市)、わくわく健康プラザでの検診車(都予防医学協会)をご希望の方は、広報8月1日号でお知らせする検診実施日や申し込み方法などをご確認ください。

電話(472・6136)。受付時間は平日午前10時半～午後4時と、土曜日午前9時～正午)で申し込みを。 ※検診実施枠が埋まり次第、受け付けを終了します。



子ども相談

日 6月8日(火) 午前9時半～午後3時 多摩六都科学館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

第2弾「女性のための健康講座(調理実習編)～オトナ女子の食養生入門～」 プレ更年期という30歳代後半ごろから更年期障害に似た症状に悩まされている女性が増えています。

日 6月15日(火) 午前9時半～午後2時(9時15分から受け付け) 多摩六都科学館調理実習室 調理実習 対象 おおむね30歳～40歳代の女性 10人 持エプロン、三角巾、ふきん2枚、台ふき1枚

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

日 6月22日(火) ①1歳児クラス＝

午前10時～11時②0歳児クラス＝午後1時～2時半 多摩六都科学館わくわく健康プラザ 歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど 対象 ①が満1歳～1歳4カ月児とその保護者②が満7カ月～11カ月児とその保護者 定員 先着各15組。いずれも初めての方を優先 申込み 6月1日(火)から電話で健康課保健サービス係

親子の歯っぴーライフ “集まれ歯みがキッズ!!” 家族みんなでつくる歯と口の健康～東久留米市歯科医師会主催

親子で歯やお口のことを学べる、楽しいイベントです。子どもの頃の良い生活習慣が健康な心と体を育てます。歯みがきも大切な習慣の一つです。

日 6月26日(土) 午前10時から1時間程度 多摩六都科学館市民プラザホール(市役所1階) パネルシアター、歯みがき指導 「ひがしくんと歯を磨こう」、歯科医師による話ほか 対象 3歳～未就学児とその保護者 定員 先着20組 費用 無料 申込み 6月1日(火)から電話で健康課保健サービス係

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

☆0ちゃんタイム＝日 6月4日(金) 午前10時半～11時半 多摩六都科学館 0歳児とその保護者 講師 都助産師会

☆幼児のつどい＝日 6月10日(木)が「オリンピックごっこ」、17日(木)が「がっき遊び」、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 対象 1歳～4歳児とその保護者 定員 各部15組 第1部が定員を超えた場合にのみ第2部を実施 申込み 10日分が6月4日、17日分が6月11日のいずれも金曜日午後1時半から電話でのみ受け付け

☆ベビーマッサージ＝日 6月11日(金) 午前10時～10時半と11時～11時半の2部制 対象 首が据わった9カ月までのお子さん 定員 各部4組 講師 鈴木あゆみ氏 持 バスタオル、動きやすい服装で 申込み 6月2日(水)午前10時から受け付け(電話可)

☆ベビーヨガ＝日 6月25日(金) 午前10時～10時半と10時50分～11時20分の2部制 対象 首が据わったお子さん～9カ月児とその保護者 定員 各部4組 講師 崎田千佳子氏 持 バスタオル 他 動きやすい服装で 申込み 6月15日(火)午前10時から受け付け(電話可)

☆あおぞらまつり＝日 7月10日(土) ①午後1時～1時45分②2時～2時45分③3時～3時45分の3部制 内容 ゲーム、射的、くじなど 対象 4歳児～小学生 定員 各部30人 他 当日は通常利用できません 申込み 6月12日(土)午前10時から、同館で

無料参加券を配布(電話受け付け不可)

中央 (中央町1-10-11) 電話476・2161

☆おはなし会＝日 6月8日、15日のいずれも火曜日午後3時50分から 内容 絵本の読み聞かせや素話など 対象 小学生 他 協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 申込み 当日受け付け

☆幼児のつどい＝日 6月10日(木)が「うんどうあそび」、17日(木)が「リズムあそび」、いずれも木曜日午前10時半からと11時からの2部制 対象 1歳～4歳児 定員 各部12組 第1部の定員を超えた場合にのみ第2部を実施 申込み 10日分は6月4日、17日分は6月11日のいずれも金曜日午後1時半から電話でのみ受け付け

☆中高校生世代卓球大会＝日 6月12日(土) 午後5時半から 対象 中学・高校生 世代 申込み 当日受け付け

☆避難訓練・防災教育の日＝日 6月13日(日) 午後3時から 内容 避難訓練 対象 来館者全員

けやき (大門町2-10-5) 電話474・6653

☆おはなしの日＝日 6月8日・15日のいずれも火曜日午前11時～11時25分 内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど 対象 乳幼児とその保護者 講師 みくりおはなしの会

☆赤ちゃん広場＝日 6月9日(水) 午前10時半から 内容 助産師による体重測定・育児相談 対象 0歳児とその保護者 講師 ひがしくめ助産師会 持 バスタオル 申込み 当日受け付け

☆幼児のつどい＝日 6月10日(木)が「時計作り」、17日(木)が「歌うりパティによるミニコンサート」、いずれも木曜日午前10時半からと11時10分からの2部制 対象 1歳～4歳児 定員 各部15組 第1部の定員を超えた場合にのみ第2部を実施 申込み 10日分は6月4日、17日分は6月11日のいずれも金曜日午後1時半から電話でのみ受け付け

☆リトミック講座＝日 6月26日(土) 午前10時半～11時が首の据わったお子さんとその保護者、午前11時15分～11時45分が歩けるようになったお子さんとその保護者 内容 リトミック団体による音楽イベント 対象 乳幼児とその保護者 定員 先着15組 講師 リトミック研究所の千葉氏 他 トランポリンと体操タイムはありません 申込み 6月12日(土)午前9時から(電話可)

☆なつまつり＝日 7月3日(土) 午後1時～1時45分、午後2時～2時45分、午後3時～3時45分の3部制 内容 ゲーム、工作など 対象 4歳児～中学・高校生 世代(幼児は保護者同伴) 定員 各部30人 持 参加券、くつ袋、荷物を入れる袋 他 前日の午後5時以降は準備のため、遊戯室は利用できません。当日の午前中は準備、午後5時以降は片付けのため、休館します 申込み 6月12日(土)午前10時から、同館で無料参加券を配布(電話受け付け不可)

歯科医師会 コラム

ウイルスに感染しない、させない歯みがきの新常識

歯みがきの習慣は古代エジプトの時代にもあったと言われ、日本では、江戸時代末期には多数の歯磨剤が売られていました。お口を清潔に保つことは、昔から大切な事として根付いていたのです。

磨剤には、発泡剤としてラウリル硫酸ナトリウムなどの界面活性剤が含まれていますが、歯磨剤に広く使われているこれら複数の成分が、新型コロナウイルスの生体への結合や侵入をブロックする可能性が明らかになりました。

(東久留米市歯科医師会)



ひばり (ひばりが丘団地 8-11) 電話464・9300

☆幼児のつどい=日曜日 6月10日が「スタンプ遊び」1歳児(うさぎ)、17日が「スタンプ遊び・6月誕生日会」2歳～4歳児(あひる)、いずれも木曜日午前10時半からと11時からの2部制。定各部15組。第1部の定員を超えた場合のみ第2部を実施。いずれも汚れてもよい服装で。日10日分が6月4日、17日分が6月11日のいずれも金曜日午後1時半から電話でのみ受け付け

☆プラバン工作=日曜日 13日(日) 午前10時～11時半。小学生。日 6月10日(木)～12日(土)の間で受け付け

☆おはなしわらべうた=日曜日 14日(月) 午前11時から。絵本、わらべうたなど。対1歳児以上とその保護者。定5組。日当日受け付け

☆お口のケア=日曜日 18日(金) 午前10時半～11時半。歯科衛生士による赤ちゃんのお口のケア。歯が生え始めた0歳～1歳2カ月頃までの乳児とその保護者。定先着8組。日タオル。日 6月11日(金) 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

☆わくわく赤ちゃん広場「ねんねの会」「はいはいの会」=日曜日 9日が「ねんねの会」0～6カ月児とその保護者、23日が「はいはいの会」7カ月～12カ月児とその保護者。いずれも水曜日午前10時～11時半。助産師による体重測定他。ママ友達を作り、たくさんおしゃべりをしましょう。定各6組。日バスタオル。日兄弟姉妹の保育あり。先着各3人。要予約。日 6月3日(木) 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

☆小山小なかよし広場=日曜日 6月10日(木) 午前10時～11時半。内お子さんと遊びながら、育児の情報交換をしましょう。日乳幼児とその保護者。日スリッパ。日当日直接会場へ徒歩か自転車から来場を

☆ちびっこ育児講座(1・2歳児ママのおしゃべり広場)=日曜日 6月16日(水) 午前10時～11時半。日1・2歳児の遊び・生活・しつけなど子育ての悩みをテーマに話し合います。一人で悩まず一緒に考えましょう。日1・2歳児の保護者。定5人。日お子さんの保育あり。要予約。日 6月1日(火) 午前10時から同センターへ

☆上の原おはなし広場=日曜日 6月21日(月) 午前11時～11時半。内ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど。対1歳以上の乳幼児とその保護者。定6組。日 6月14日(月) 午前10時から同センターへ



スポーツ

東久留米剣道連盟会員募集

東久留米剣道連盟では、次の各剣友会・道場にて小学生～大人の会員を募集しています。

▼第一・第三剣友会=日曜日 毎週土曜日午後6時半～9時、毎週日曜日午前9時半～午後1時、第九小学校体育館で。日年岡。定090・4926・6464。▼第二剣友会=日曜日 毎週土曜日午後5時～7時、毎週日曜日午前10時～正午、第六

小学校体育館で。日真庭。定476・1554。▼第四剣友会=日曜日 毎週土曜日午後9時～11時、毎週日曜日午前9時～11時、スポーツセンター武道場で。日三浦。定090・7202・2273。▼志道館和洋道場=日曜日 毎週火曜日午後8時～9時、同館道場(下里1-15-3)で。日大人のみ。日佐々木。定090・2402・4039

着衣泳教室～水難事故から命を守る～スポーツセンター主催

衣服のまま水に落ちてしまった場合、どのように対応すべきか体験します。

日 7月4日(日) 正午～午後1時半(午前11時50分から受け付け) 日スポーツセンタープール。日小学生以上。定20人。日500円。日水着・水泳帽・タオル・衣服(長袖・長ズボン)・靴(必ず洗った靴を持参)・空きペットボトル(2ℓ容器)。日当日の午前11時半～午後2時は貸し切り利用のため、プールの一般開放は中止します。日 6月1日(火) からスポーツセンターで受け付け(電話可) 日同センター。定470・7900

シニアスポーツ振興事業

「ユニカール教室(前期)」

ユニカールはカーリングから派生しました。ブラシは使いませんが、運動量が適度でシニアにピッタリのニュースポーツです。都合のよい日に参加できます。

日 6月9日・23日、7月14・28日のいずれも水曜日午前9時～正午。日青少年センター。日ルール解説・基本練習・ゲーム。日60歳以上の方。日無料。日室内運動靴、飲み物。日運動のできる服装で。日市体育協会事務局。定470・2722

スポーツ推進委員会新企画 ムリなく続けられるどこでもスポーツ

「からだに効くラジオ体操」や「やってみよう!ポッチャ」など、楽しい企画があります。

日 6月12日(土) 午前10時～午後4時。日スポーツセンター3階会議室。日無料。日室内履き(運動ができる靴)、フェイスタオル(体操で長タオルを使用)、飲み物。日マスク着用、運動ができる服装で。日当日直接会場へ。日生涯学習課。定470・7784



図書館へ行こう

6月の図書館休館日

4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)は全館休館です。中央図書館は15日(火)も休館します。

日中央図書館。定475・4646

よもう!あそぼう!かがくの本「チリメンモンスターをさがせ!」

日 6月27日(日) 午前10時半～11時半。日東部地域センター1階講習室。日小学生以上。定20人。日無料。日協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとはんと」。日 6月1日(火)～26日(土)に電話または直接東部図書館カウンターへ。日同館。定470・8022



お知らせ

市民プラザ6月の催し物

市民プラザブチコンサート「～マリンバの響き～」

日 6月19日(土) 午後2時～2時45分。日市民プラザホール(市役所1階)。日出演=青木里子氏(マリンバ)、島崎佳代氏(ピアノ・パーカッション)。▼主な演奏曲=トロイメライ、剣の舞。日30人。日無料。日来場の際は検温、手

指の消毒、マスクの着用をお願いします。都合により中止の場合があります。日当日午後1時から、同プラザで一人一枚整理券を配布。整理券をお持ちでない方は入場できません。日同プラザ。定470・7813

南部地域センター6月の催し物

①ベビーマッサージ教室=日 6月14日(月) 午前10時～正午。日2階和室1・2。日少人数でアットホームなクラスです。地域のママ同士で情報交換しましょう。日生後2カ月～1歳前後の赤ちゃんとその母親、妊婦。日4組。日師ベビーマッサージ講師の飯岡祐子氏。日2,000円(当日集金。オイル代込み)。日大きなバスタオル・飲み物

②身体ほぐしと足のケア=日 6月20日(日) 午後2時～4時。日1階調理集会室。日足もみは自分で出来る体のメンテナンス法です。老廃物を流して体の巡りを整えましょう。日10人。日師官定法認定指導員の宗像波子氏。日500円(当日集金)。日ハンドクリーム・バスタオル・白湯・足もみ棒(レンタルあり)

③妊婦さん&ママのための～こころとからだのセルフケアレッスン～=日 6月21日(月) 午前10時～11時半。日2階和室1・2。日助産師さんにQ&A。疑問やお悩みも気軽にみんなでシェアしてみましょう。日8人(親子参加は4組まで)。日師助産師のアロママドバイザーの篠宮晃子氏、ベビーマッサージ講師の飯岡祐子氏。日500円(当日集金) ④①～③共通事項 日南部地域センター。定451・2021

6月度放課後講座

「いろあわせパズルをつくって挑戦!」

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。6月はいろいろな色のシールを使って色合わせパズルを作り、実際に挑戦します。

日 6月23日(水) 午後4時～4時45分。日生涯学習センター創作室。日小学生～中学生。日先着12人。日師平山清氏。日無料。日 6月1日(火) 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

脳の健康教室

簡単な読み書き計算で、脳の健康維持と認知症予防に取り組む教室です。

日 6月22日～12月14日、日スポーツセンター第1・第2会議室。日金曜日クラス=7月2日～12月24日、わくわく健康プラザ講堂。いずれも午前9時半から(1時間程度)。日ドリルを使った漢字の読み書き、計算学習、参加者同士の交流など。日市内在住のおおむね65歳以上の方で、介護保険認定がなく、おおむね毎回参加できる方(ただし、1人で会場に通うことができる方)。※初回の方を優先します。日各12人。日無料。日筆記用具、飲み物。日 6月2日(水) 午前9時から電話で介護福祉課地域ケア係。定470・7777(内線2501～2503) 日同係

ガイド

第2回歳末たすけあい募金地域福祉活動補助金申請事業募集

「より安心して心豊かに暮らせる地域づくり」に向けて市民が自主的に取り組む活動に対し、その経費の一部を補助します。ボランティア・NPO法人、ミニデイホーム・子育てサロン活動、

コロナ感染防止対策の3種類があります。各対象事業、団体、補助金額などの詳細は、募集要項で確認ください。



日要項配布・申請期間=7月7日(水)～8月31日(火) 午後5時まで 必着。日配布場所=市社会福祉協議会ホームページ(右上QRコード)から取得または同協議会事務局、中央町地区センター。日個別説明会=7月7日(水)～8月20日(金)に、予約制で行います。日同協議会地域福祉担当。定475・0739へ

社会福祉協議会の職員募集

常勤嘱託職員2人(資金貸付事業に関する相談援助および事務と地域福祉権利擁護事業専門業務)を募集しています。雇用期間や勤務時間、応募方法などの詳細は、同協議会ホームページに掲載の募集要項(右上QRコード)をご覧ください。日同協議会総務担当。定471・0294へ。



特殊詐欺の電話は

固定電話にかかってくる

特殊詐欺犯人のほとんどが固定電話機に電話をかけてきます。詐欺対策には、「電話に出ない」ことが有効です。電話に出なければ、詐欺に遭う確率は格段に下がります。「留守番電話機能をオンにする」「自動通話録音機の設置」をして、固定電話に出ない工夫をしましょう。

日田無警察署。定467・0110

会員同士の有償家事援助活動

「ふれあいサービス」協力会員を募集

「ふれあいサービス」は高齢者や障害者、産前産後でお困りの方が、住み慣れた家で、自立した生活ができるように行われる助け合い活動です。空いている時間で家事などのお手伝いができる方(協力会員)を募集しています。説明会を随時開催していますので、お気軽にご連絡ください。

日謝金=平日(月曜日～土曜日) 午前9時～午後5時が1時間当たり800円。その他の日時が1時間当たり1,000円。日18歳以上で心身ともに健康な方。日社協年会費1,000円以上。日同市社会福祉協議会ふれあいサービス。定473・0294へ

シルバー人材センター会員募集

日 6月16日(水) 午後1時から。日同センター(下里4-1-44)。日入会説明会。日市内在住の原則60歳以上、健康で働く意欲のある方。日 6月14日(月) までに、同センター。定475・0738へ

薬湯の日「枇杷の葉湯」

日 6月6日(日)、源の湯(東本町7-6、定471・0005)が午後3時半～11時、第二喜多の湯(幸町1-5-10、定471・2475)が午後3時～10時。日未就学児は無料。日各利用施設

「親子球技大会～ドッジボール大会」の中止について
広報5月15日号に掲載しました「親子球技大会～ドッジボール大会」について、6月27日(日)にスポーツセンターで開催を予定していましたが、新型コロナウイルススワクチン集団接種が行われるため、中止いたします。ご理解の程よろしく申し上げます。
日スポーツセンター。定470・7900