

男女平等推進センター主催 家族で実践！アウトドアの知恵を活かしたコロナ禍の「おうち防災」

「コロナ禍でも、地震や台風など自然災害は待つてはなりません。小さな子どもと一緒の避難行動やアウトドアの知恵を活かした防災術を家族で楽しく学び、「もういち」のときに備えましょう。

開催形式：Zoomでのオンライン開催
対象：子育て中の方および関心のある方
【定員】20組
【講師】アウトドア防災力
【日時】10月30日(土) 午前10時～正午
【参加費】無料

大雨や台風にも 備えよう！

大雨や台風などによって、日本は毎年のように風水害に見舞われています。特に近年は、集中豪雨や巨大化した台風による浸水や洪水、土砂災害などが各地に甚大な被害をもたらしています。被害を抑えるためには日頃からの備え

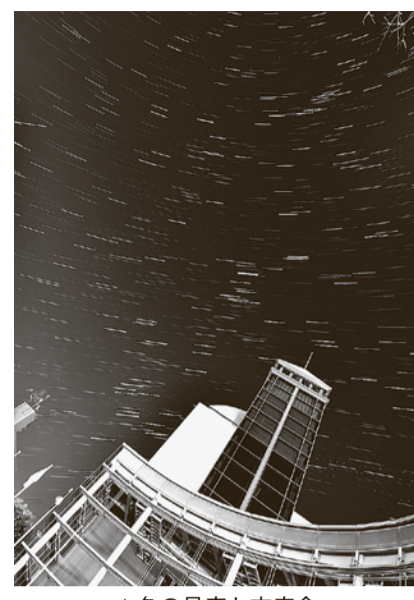


▲東京消防庁 ホームページ

第13回くるねつと特別講演会 『星界から私たちが学んだこと』

「星界を見上げていた時、L・E.Tの世界を話した。星々の動きに疑問を抱き、最新の宇宙の姿と人芽生えた宇宙への探求心は今、最新の科学技術によって宇宙を膨らませる宇宙の挑戦と

市役所1階
【対象】小学4年生以上
【定員】先着30人
【講師】多摩六都科学館長の高柳雄一氏
【参加費】無料
【主催】くるねつと・東久留米市



▲冬の星座と市庁舎

清瀬・東久留米ホスピス緩和ケア週間 パネル展示

重い病を抱える方やその家族の心身のさまざまな悩みを和らげる取り組み「緩和ケア」についてのパネル展示、資料配布を行います。

ホスピス 東久留米市
緩和ケア 清瀬市
【日時】10月1日(金) 10時～12時
【会場】市役所1階屋内ひろば(エレベーター裏)

市民大学「中期コース」 無料公開講座を 開催します

市では生涯学習事業の一環として、毎年、市民大中期コースを開講しています。

【市役所1階】
【テーマ】元気で長生き100歳食入
【定員】先着20人
【会場】満席の場合、入場をお断りする場合があります。

市民大学「短期コース」 市民講師を募集します

市民の皆さんが持つさまざまな分野での豊かな経験を生かして、講座を開いてみませんか。

【応募資格】市内在住・在勤・在学、講座の運営ができる方、1人1講座まで
【受講生数】10～28人の範囲で相談の上決定
【講師謝礼】講座当たり、3回コースが15,000円、1回コースが5,000円

ファミリー・サポート・センターのご案内

ファミリー・サポート・センターは、子育てを持つ家庭の支援事業として厚生労働省と都が推進している事業です。

幼稚園行事など子どもを連れて行く時、買い物や外出時に預けた時、残業など保護者の学童のお迎えに間に合わない時などに地域の協力者がお手伝いします。

第26回環境フェスティバル 実行委員募集

毎年6月の環境月間に、市内最大規模の環境イベントとして環境フェスティバルを開催しています。

【日時】10月23日(土) 午後2時～2時45分
【会場】市民プラザホール
【市役所1階】
【出展】伊澤郁奈氏、奥陽月菜氏、本多あかね氏、ダルフアンディ、チャル

10月催し物のお知らせ

市民プラザ・西部地域センター・南部地域センター
【市民プラザ】
【市民プラザ】
【市民プラザ】
【市民プラザ】

認知症サポーター養成講座 受講生募集

認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。たとえ認知症になっても、地域のサポートがあれば、住み慣れた地域で暮らすことができます。

【日時】10月20日(水) 午後2時～3時半(1時半から受付付)
【会場】中央町地区センター 第3・4会議室

若さを保つ「元気食教室」～フレイル予防・低栄養予防のために～

元気が出る食べ方のコツを栄養士が分かりやすく紹介し、実践してもらえます。

【対象】2回とも参加できる市内在住の65歳以上の方、医師から食事制限の指示が出ていない方
【定員】先着12人
【参加費】無料
【申し込みと詳しくは】10月4日(月) 午前9時から、電話で介護福祉課地域ケア係 470・7777(内線250～2506)へ。

男女平等推進センター&市内図書館 関連図書展示と図書リスト配布

10月11日は「国際ガールズ・デー」です。「女子の権利」の向上や「女子のエンパワメント」の促進を広く国際社会に呼びかける日です。

【会場】男女平等推進センター(市役所2階)、中央・南浦和・東部図書館
【期間】10月11日(月)～31日(日)
【対象】男女平等推進センターが自分らしく生きられる環境づくりを推進している図書リストの配布を各会場で行います。

市民伝言板

4の避難情報である「避難勧告」が廃止になり、「避難指示」に統一されました。自治体から発表される情報を確認し、早めの避難を心掛けましょう。

【日時】10月16日(火) 午後6時から
【会場】市役所7階701会議室(予定)
【その他】他募集の結果は、11月の2週目までに、第1回実行委員会の開催通知と合わせてお知らせします。

【注意】感染症の状況により、日程などが変更となる場合があります。
【申し込みと詳しくは】10月5日(火)から南部地域センター 4451・2021へ。

全年齢対象 就職面接会「事前対策セミナー」

市と東京JCセンター多摩が主催する就職面接会の事前対策セミナーです。詳細は同センターのホームページをご覧ください。

【日時】11月5日(金) 午後2時～4時(午後1時半から受付付)
【会場】市民プラザ(市役所1階)
【定員】先着30人(予約制)
【申し込みと詳しくは】東京JCセンター多摩 470・4524へ。

手話通訳者 登録試験を実施します

市では聴覚や言語に障害のある方が、家庭生活や社会生活を支障なく送れるよう「コミュニケーション支援事業(手話通訳者派遣事業)」を行っています。

【試験日程】10月30日(土) 午前9時～正午
【会場】市役所7階会議室
【応募資格】次の①～④のいずれの条件も満たしている方
①市内在住の20歳以上の方

油断!快道! 下水道に油を流さないで

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭の原因になります。鍋や食器に付いた油汚れも、洗前におき取りましょう。

【日時】10月31日(日) 午後1時15分開演(1時間) 会場：調音室1・2
【定員】40人(要予約)
【参加費】500円(当日集金)
【申し込みと詳しくは】10月5日(火)から南部地域センター 4451・2021へ。

市民伝言板

4の避難情報である「避難勧告」が廃止になり、「避難指示」に統一されました。自治体から発表される情報を確認し、早めの避難を心掛けましょう。

【日時】10月31日(日) 午後1時15分開演(1時間) 会場：調音室1・2
【定員】40人(要予約)
【参加費】500円(当日集金)
【申し込みと詳しくは】10月5日(火)から南部地域センター 4451・2021へ。

【申し込みと詳しくは】10月5日(火)から南部地域センター 4451・2021へ。
【注意】感染症の状況により、日程などが変更となる場合があります。
【申し込みと詳しくは】10月5日(火)から南部地域センター 4451・2021へ。

「利用だけ」 Higashikurume Free Wi-Fi

市では、観光環境・利便性の向上や、災害時の情報伝達手段の一助とすることを目的として、公共施設や協力店舗などで、利用料・通信料が無料のインターネット接続サービスを提供しています。