



東久留米市プロモーション動画

市公式ツイッター



市公式動画チャンネル



市公式フェイスブック



行政情報アプリ マチイロ



↓ 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
☎042・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」から)

人口と世帯(令和4年1月1日現在) 人口117,091人(うち外国人2,242人) / 前月比62増 男56,926人 / 前月比22増 女60,165人 / 前月比40増 世帯数55,777 / 前月比増減なし

けんこうとイベント・講座は10面まで続きます

けんこう

ロコモティブシンドローム 予防講演会

「よくつまずくようになった」「片足で靴下が履けない」など思い当たることはありませんか。あるという方は、ロコモティブシンドローム(運動器症候群(通称「ロコモ」))の可能性があるとされています。ロコモは運動器の衰えのため、「立つ」「歩く」といった機能が低下し、要介護となる可能性が高い状態です。40歳を過ぎたころから始まると言われ、若いうちからのロコモ予防が大切です。講演会は手話通訳付きです。
日 2月25日(金)午前10時～正午 会場 市民プラザホール(市役所1階) 内容 テーマ

「片足立ちで靴下が履けますか?」40代からロコモ予備軍増えています」市民の方定先着30人師子田純夫氏(市医師会副会長)費無料他第2弾(運動実践)を3月4日(金)に開催予定。詳細は広報2月15日号で申問2月1日(火)から電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

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。
日 2月8日(火)午前9時～11時45分(予約制。1人30分程度) 会場 わくわく健康プラザ1階 内容 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 他 生後5カ月～未就学児の保育あり。子育て中の方も気軽に利用できます

申問電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

子ども相談

日 2月8日(火)・16日(水)いずれも午前9時半～午後3時 会場 わくわく健康プラザ 内容 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 対象 幼児と保護者 申問電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

日 2月15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 会場 わくわく健康プラザ(講堂) 内容 歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど 対象 ①満1歳～1歳4カ月児と保護者 ②満7カ月～11カ月児と保護者 定先着各10組。初めての方を優先 持母子健康手帳、歯ブラシ 申問 2月1日(火)から電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

BCG予防接種

日 2月16日(水)午後1時半～3時 受け付け 会場 わくわく健康プラザ 対象 3年9月生まれの乳児(生後6カ月～1歳未満の未接種の乳児も可) 持母子健康手帳、予診票 他 日時都合がつかない方は次回3月16日(水)でも接種可 申当日会場で健康課予防係☎042・477・0030

らくらく離乳食

日 2月16日(水)午後1時～2時45分 会場 わくわく健康プラザ 内容 デモンストレーション、講話 対象 5カ月～1歳未満児の保護者 定10人 持申し込み時にお

知らせ他対象児の保育あり 申問 2月1日(火)から電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

すくすく子育て相談(育児相談)

日 2月25日(金)午前9時半～午後2時 会場 わくわく健康プラザ 内容 育児相談、身体測定 対象 乳幼児と保護者 申問電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

おわびと訂正
広報1月7日号11面に掲載しました「いきいき健康家族 No.200」の記事本文の右の段、上から2行目右側の文字が、イラストと重なって見えない部分がありました。
正しくは「『バイタルの逆転』に加えて臓器循環障害兆候(気分不快、意識障害、冷感、冷汗、乏尿など)が見られれば、『ショック』として対応します」です。おわびして訂正いたします。
問秘書広報課広報係☎042・470・7708

寒い冬こそ「東くるめわくわく元気plus+」で健康づくりをしませんか

寒い冬の季節、部屋に閉じこもりがちになり、運動不足になったり、体調を崩したりしてしまいがちです。そんな時こそ、「東くるめわくわく元気plus+」で気軽にできる健康づくりに取り組みませんか。
参加方法など=「東くるめわくわく元気plus+ガイドブック」を手に入れ、健康づくりの目標を選択して取り組み、ポイントを貯めるだけです。取り組み後に申請すると「元気plus+カード」がもらえます(オンライン申請も可)。同カードは、市内に100店舗以上ある「元気plus+カード利用店」で提示すると、「会計から10%オフ」などのお得な特典が受けられます。
ガイドブック配布場所=市役所(1階屋内ひろば「市内案内板」、「市政情報コーナー」など)、健康課(わくわく健康プラザ内)、中央図書館、生涯学習センター、各地域センター、スポーツセンターなどの市公共施設、東久留米駅の市政情報BOX。※市庁からも取得可。
問健康課保健サービス係☎042・477・0022

休日・準夜間診療
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(日曜日と祝日の午前9時～正午および午後1時～4時半)
内科・小児科
※薬の処方最低限の日数です。受診時は必ず事前に電話でご連絡ください。
2月6日=休日医科診療所(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・473・3663)
2月11日=福山内科クリニック(新川町1-9-22、☎042・470・9177)
2月13日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)
歯科
2月6日・11日・13日=休日歯科診療所(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・474・5152)
休日準夜間診療医療機関(診療科目・時間などは当日事前にご確認ください)
2月6日・13日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)
2月11日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・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、☎042・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

イベント・講座

- 児童館
子どもセンターあおぞら
前沢4-25-8 ☎042・471・7071
おんがくの日
日 2月6日(日)午後2時半～3時半 内容 ハンドベルをつかって音楽と触れ合おう 対象 小学生 師 春田直枝氏 (11面へ続く)

(12面から続く)

■ 幼児のつどい

日 2月10日(木)・17日(木)いずれも午前10時半から(定員を超えた場合はいずれも11時5分から第2部を実施) 内「体をうごかしてあそぼう」対 1～4歳児と保護者定各部12組申10日分は2月4日(金)、17日分は2月10日(木)のいずれも午後1時半から電話で

■ ベビーマッサージ

日 内18日(金)午前10時～10時半と10時50分～11時20分(2部制)が「通常回」、19日(土)午前10時～10時半が「父親向けベビーマッサージ」対首が据わった9カ月までのお子さん(予防接種後72時間以内の乳児はご遠慮ください)定各部4組申鈴木あゆみ氏持バスタオル、飲み物注動きやすい服装で申2月7日(月)午前10時から(電話可)

■ リトミック

日 対21日(月)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん定各12組申千葉理恵子氏持飲み物注動きやすい服装で申2月9日(水)午前10時から(電話可)

■ ベビーヨガ

日 25日(金)午前10時～10時半と10時50分～11時20分の2部制対首が据わったお子さん～9カ月児と保護者(予防接種後72時間以内の乳児はご遠慮ください)定各部4組申崎田千佳子氏持バスタオル注動きやすい服装で申2月14日(月)午前10時から(電話可)

中央児童館

中央町1-10-1 ☎042-476-2161



■ おはなし会

日 2月8日(火)・15日(火)いずれも午後3時50分から内絵本の読み聞かせや素話など対小学生師協力はおはなしくぬぎ、中央図書館申当日会場で

■ 幼児のつどい

日 内10日(木)が「音遊び」、17日(木)が「おみせやさんごっこ」、いずれも午前10時半から(定員を超えた場合はいずれも11時から第2部を実施)対 1～4歳児と保護者定各部12組申10日分は2月4日(金)、17日分は2月10日(木)のいずれも午後1時半から電話で

■ 中学・高校生世代卓球大会

日 12日(土)午後5時半から対中学・高校生世代申当日会場で

■ 防災教育の日

日 13日(日)午後3時から内避難訓練対当日来館者全員

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042-474-6653

■ おはなしの日

日 2月8日(火)・15日(火)いずれも午前11時～11時25分対乳幼児と保護者内絵本の読み聞かせや手遊びなど師みくりおはなしの会

4. 2. 1

■ 赤ちゃん広場

日 9日(水)午前10時半から内助産師による体重測定・育児相談対0歳児と保護者師ひがしくるめ助産師会持バスタオル注参加人数によってお待ちいただく場合あり申当日会場で



■ 幼児のつどい

日 内10日(木)が「東久留米消防署による応急救護講座」、17日(木)が「パネルシアターとスタンプあそび」、いずれも午前10時半から(定員を超えた場合はいずれも11時10分から第2部を実施)対 1～4歳児と保護者定各部15組申10日は同消防署申10日分は2月4日(金)、17日分は2月10日(木)のいずれも午後1時半から電話で

■ スポーツで元気

日 対21日(月)①午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん②11時15分～11時45分が歩き始めのお子さん③午後2時半～3時15分が園児年代④3時半～4時が小学生以上定①・③は10組程度②は12組程度他動きやすい服装で申①・③・④は当日会場で。②は2月14日(月)午前9時から電話で

■ リトミック講座

日 25日(金)午前10時半～11時が首の据わったお子さんと保護者、11時15分～11時45分が歩けるようになったお子さんと保護者内リトミック団体による音楽イベント対乳幼児と保護者定先着15組申千葉氏(リトミック研究所)他体操タイムはありません申2月11日(金)祝午前9時から(電話可)

子どもセンターひばり

ひばりが丘団地8-11 ☎042-464-9300

■ 幼児のつどい

日 2月10日(木)・17日(木)いずれも午前10時半から(定員を超えた場合はいずれも11時から第2部を実施)内「ひな祭り工作・2月お誕生日会」対10日が1歳児、17日が2～4歳児定各部15組申10日分が2月4日(金)、17日分が10日(木)のいずれも午後1時半から電話で



■ プラバン工作

日 13日(日)午前10時から・10時半から・11時からの3部制対小学生定各回8人持自分が描きたい下絵申当日会場で

■ 離乳食講座

日 15日(火)午前10時～11時内離乳食初期向けの講座対4～12カ月の乳児と保護者定8組申栄養士(ひばり保育園)申2月8日(火)午前10時から(電話可)

■ ぴよぴよママの会

日 16日(水)午前10時～11時半内体重測定と育児相談対0歳児と保護者定12組申ひがしくるめ助産師会持バスタオル、母子健康手帳申2月9日(水)午前10時から(電話可)

■ ひばスポ

日 26日(土)午後5時半から内バスケットボール対中学・高校生世代持室内履き申2月12日(土)午後3時半から

子育て

子ども家庭支援センター(滝山)

わくわく健康プラザ2階 ☎042-471-0910

■ わくわく赤ちゃん広場

「ねんねの会」「はいはいの会」
日 対2月9日(水)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、16日(水)が「はいはいの会」7～12カ月児と保護者、いずれも午前10時～11時半内体重測定他。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組申9日は助産師、16日は栄養士持バスタオル他兄弟の保育あり。先着各3人(要予約)申2月2日(水)午前10時から同センターで

■ 本村小なかよし広場

日 2月4日(金)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。育児相談も受けます対乳幼児親子注徒歩か自転車で来場を申当日会場で

■ わくわくおはなし広場

日 2月28日(月)午前11時～11時半内乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、ページサート・手遊びや親子の触れ合い遊び対0歳児～未就学児と保護者定6組申2月14日(月)午前10時から同センターで

地域子ども家庭支援センター上の原

上の原1-2-44 ☎042-420-9011

■ ちびっこ育児講座(1・2歳ママのおしゃべり広場)

日 2月16日(水)午前10時～11時半内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対1～2歳児の保護者定5人他お子さんの保育あり(要予約)申2月1日(火)午前10時から同センターで

■ 六小・小山小なかよし広場

日 2月8日(火)が第6小学校、10日(木)が小山小学校、いずれも午前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対乳幼児親子持スリッパ注徒歩か自転車で来場を申当日直接会場で

■ 上の原おはなし広場

日 2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歳以上の乳幼児と保護者定6組申2月14日(月)午前10時から同センターで

児童の居場所づくり事業

市では、公共施設などを活用して地域子ども達に健全な遊びを提供する「児童の居場所づくり事業」を実施しています。

■ 野火止地区センター(屋内)

日 2月14日(月)午後1時半～4時半場第1・2会議室内スイーツカード、お菓子の工作対乳幼児～小学生

■ 小山台遺跡公園(屋外)

日 2月19日(土)午前10時～正午内からだぽかぽかお外遊び対乳幼児～小学生
《共通事項》
費無料持タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子注徒歩か自転車で来場を。食べ物は原則持ち込み禁止。乳幼児は保護者同伴。動きやすい服装で参加を。内容を変更する場合あり他プログラムの他にも、年齢に合

わせた簡単にできる工作や遊びの用意あり申当日会場で内児童青少年課児童青少年係☎042-470-7735

図書館

2月の休館日

2月の金曜日は全館休館します。また、蔵書点検のため、中央図書館は14日(月)～17日(木)、滝山図書館は23日(水)・24日(木)が特別整理休館となります。

中央図書館☎042-475-4646

大人のためのおはなし会(東部図書館)

東部図書館のおはなし会で活躍されている「みくりおはなしの会」の皆さんと図書館職員による、大人のために昔話や童話を語る会です。



日 2月23日(水)祝午前10時～正午場東部地域センター1階講習室内おはなし会定先着30人注車での来場はできません申休館日を除く2月1日(火)～22日(火)に、電話または直接東部図書館カウンターで同館☎042-470-8022

情報活用講座

「調べるって楽しい!～図書館司書に学ぶネット時代の情報活用」

タブレットなど手持ちの端末で、講師と一緒に知らなかった「ネットの世界」を探索します。ほしい情報へのアクセス法や正しい情報・グレーな情報の見分け方など、自分で確かめ判断するスキルを磨く講座です。
日 3月13日(日)午前10時～正午場中央図書館2階多目的室対中学生以上定先着18人持梅澤貴典氏(中央大学職員、図書館司書)費無料持インターネット検索のできるスマートフォン、タブレット、ノートパソコンがある方は持参してください申休館日を除く2月1日(火)～3月12日(土)の午前9時～午後7時に、電話または直接中央図書館カウンターで同館☎042-475-4646

文化

第3回生き生き「手作り教室」

3回目の今回はマスクチャーム(マスクの飾り)とポプリのレース飾りを手作りします。主催は生き生き健康の会。

日 2月26日(土)午後1時～5時場さいわい福祉センター1階ホール定先着50人程度費500円持飲み物、上履き、ハサミ(小)、拡大メガネ(お持ちの場合)注当日は氏名・連絡先の記入とアルコール消毒・検温・マスクの着用をお願いします申2月22日(火)までに(必着)、往復はがきに住所・氏名・電話番号を記入の上、〒203-0051、小山2-5-21、小川美智子宛て郵送同会担当委員長・小川美智子☎090-8814-0497



市民ギャラリー
小・中学校作品展

市内の小・中学校の作品を展示します。児童・生徒の力作をぜひご覧ください。

日 2月9日(水)～3月2日(水) 場 東久留米駅構内「市民ギャラリー」 対 市内小・中学校から1点ずつ、絵画・手芸・彫刻などを展示 問 市文化協会事務局 ☎042・477・4700 または生涯学習課生涯学習係 ☎042・470・7784

放課後講座
「ひなまつり飾りをつくろう」

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。

日 2月16日(水)午後4時～5時 場 同センター創作室 対 ひなまつりに向けた飾りづくり 対 小・中学生 定 先着12人 費 同センタースタッフ 費 無料 申 問 2月1日(火)午前9時から電話(042・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

子どもと大人の体験塾

日 下表の通り 場 生涯学習センター他 対 市内在住・在学・在勤の小学生と18歳以上の方。講座内容により親子体験もあります 費 講座により有料(材料費など) 他 主催 = 市文化協会 注 応募多数の際は抽選となる場合あり 申 2月25日(金)までに(必着)、同協会 申 またはハガキで同協会へ。詳細は小学校と各施設に配布されているチラシや同協会 申 をご覧ください 問 同協会 ☎042・477・4700



市文化協会 申

体験塾講座一覧

開催日	午前	午後
3月12日(土)	茶道・きりえ(子)・演劇・南京玉すだれ・フラダンス・尺八・大正琴	茶道・英語・朗読・マジック(子)・クラシックバレエ(子)※・ヒップホップ※・和太鼓・大正琴・歌謡(大)
13日(日)	茶道・演劇・南京玉すだれ・詩吟・フラダンス・ロックダンス※・箏	茶道・マジック(子)・阿波踊り・箏
16日(水)		タップダンス※
19日(土)	書道・囲碁(子)・絵てがみ・演劇・詩吟・盆栽(大)	阿波踊り・クラシックバレエ(子)※・ヒップホップ※・箏
20日(日)	華道(子)・演劇・詩吟・箏	華道(大)・箏・音楽劇鑑賞・男声合唱(大)

・※印は生涯学習センター以外の会場となります。
・(子)は小学生、(大)は18歳以上の方のみ。
無印は小学生も大人も対象。

まろにえびよぴよコンサート

ベビーカーのまま入れて、0歳児の親子からでも一緒に楽しめるコンサートです。プロの演奏家のおねえさん、おにいさんが、「サクソ」「ドラム」「ピアノ」でみんなが知っている曲を演奏します。参加者には「るめちゃんシール」をプレゼント。

日 2月19日(土)午後2時～3時 場 生涯学習センターホール 定 200人 師 ブラス・エクシード・トウキョウ[toLeisure Ensemble] 費 1,000円(小学生以下は500円) 注 チケットは0歳児も必要です 申 問 電話(042・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)で

市民自主企画講座「第29回小中学生英語暗誦スピーチ大会」

小学5・6年生の皆さん、英語のスピーチを！中学生の皆さん、意見や思いを英語で伝えてみませんか。

“Come Come Everybody!”。企画・運営は東久留米英語会連盟。

日 3月13日(日)午後1時半～4時半 場 西部地域センター多目的ホール 対 暗誦・スピーチの発表、審査、受賞式 対 小学5年生～中学3年生 定 40人 費 無料 他 主催 = 市教育委員会 主 管 = 市文化協会 審 査 員 = ポール・マッカーラー氏(同連盟顧問、英語塾講師)、メアリー・ジュン氏(同連盟顧問) 申 2月1日(火)～25日(金)に、同連盟の川口 ☎090・3902・0432へ電話、または専用 申 (ctakami@poem.ocn.ne.jp)へ送信を 問 同連盟・川口



専用 申

ス ポ ー ツ

第150回スキー教室

SAJ公認指導員が丁寧に指導し、希望者にはバッチテストも実施します。主催は市スキー連盟。

日 2月10日(休)午後8時15分出発(8時に市役所前集合～13日(日)午後7時頃帰着) 場 行き先 = 志賀高原スキー場 宿 泊 先 = ホテルアララギ ☎0269・34・2002 定 先着30人 費 一般4万2,000円、会員4万円(2.5泊5食付き。講習料込み、リフト代別) 申 問 2月4日(金)までに(必着)、電話またはFAXで市スキー連盟・富岡 ☎042・457・7123 (FAX同。携帯090・6474・4820)へ

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 2月12日(土)午前10時～午後4時 場 スポーツセンター 対 ボッチャ、ミニテニス、ラージボール卓球、ユニカール、つなひき大会の講習会・練習会 費 100円(未就学児無料) 持 室内用運動靴 他 マスク着用の上、運動ができる服装で 申 生涯学習課 ☎042・470・7784

テニス初・中級者講習会

日 2月27日、3月6日・13日・20日(予備日27日)のいずれも日曜日の午前9時～11時(8時50分集合) 場 小山テニスコート 対 市内在住・在勤・在学で高校生以上の方 費 参加費2,000円(初日に集金) 持 テニスシューズ、ラケット、運動ができる服装で 申 2月15日(火)までに(必着)、往復はがきに住所・氏名・年齢(学年)・電話番号・希望の級(初・中)を記入の上、〒203-0042、八幡町1-9-28D1201、小野寄清美宛て郵送(連盟理事に直接申し込み可) 問 同連盟・小野寄 ☎042・478・5881(夜間)

アクアフィットネス教室

水の中で、歩いたり音楽にあわせて体を動かしたり、楽しみながら体

力づくりをしませんか。

日 3月9日・16日・23日・30日のいずれも水曜日 場 Aコース = 午前10時～11時 Bコース = 午前11時～正午 場 スポーツセンター 対 市内在住・在勤で18歳以上の方(高校生不可) 定 各コース30人(応募多数の場合は抽選) 費 参加費1,600円(傷害保険料) 申 2月15日(火)までに(消印有効)、往復はがきに教室名・希望コース・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先を記入の上(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 問 同協会 ☎042・470・2722

くらし

スマホ入門教室

初心者のためのスマートフォン教室。NTTドコモ・au・ソフトバンクのキャリアは問いません。

■レッスン1「はじめてのスマートフォン」

タッチパネルの触り方から、安心してスマホを楽しむための講座です。

日 場 ① 2月9日(水)午後1時半～2時半、東部地域センター会議室 ② 14日(月)午後1時半～2時半、西部地域センター第三講習室 ③ 16日(水)午前10時～11時、市民プラザ会議室(市役所1階)

■レッスン2「スマートフォンでインターネットを使おう」

注意点を理解し、楽しく便利にインターネットを使えるようになるための講座です。

日 場 ① 2月16日(水)午後1時半～2時半、東部地域センター会議室 ② 28日(月)午後1時半～2時半、西部地域センター第三講習室

《共通事項》

対 基本操作、質疑応答 定 各10人(要予約) 師 ドコモショップ東久留米店

スタッフ 費 無料 持 身分証明書、スマートフォン(아이폰は対象外) 注 車での来場不可 他 都合により中止となる場合あり 申 問 各会場へ電話で 場 東部地域センター ☎042・470・8020 西部地域センター ☎042・471・7210 市民プラザ ☎042・470・7813

普通救命講習

日 2月26日(土)午前9時～正午 場 東部地域センター講習室 対 AEDの使用方法や窒息時の喉の異物除去、心臓マッサージ方法など。受講された方には「救命技能認定証」を発行します 定 15人(要予約) 師 東京防災救急協会職員 費 テキスト代1,500円(当日集金) 注 車での来場不可 申 問 同センター ☎042・470・8020

避難所体験！防災サバイバル工作

段ボールが道具に変身！いざという時に役立つ道具を工作してみましょう。避難所生活を疑似体験できる、子どもから大人まで楽しみながら学べる講座です。協力は防災防犯課。

日 2月27日(日)午後2時～3時半 場 生涯学習センター学習室1・2 内 避難所体験、小物作成、段ボールベット組立、簡易トイレ組立 対 小学生以上 定 先着15人 師 土居靖氏(助け合おう避難所の会) 費 300円 持 空き段ボール1個(2ℓ飲料が6本入る大きさ) 注 カッター・はさみの使用あり 申 問 電話または直接同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ

薬湯の日「行者の湯」

日 場 2月6日(日)、源の湯(東本町7-6、☎042・471・0005)が午後3時半～11時、第二喜多の湯(幸町1-5-10、☎042・471・2475)が午後3時～10時 他 未就学児は無料 問 各利用施設

行政情報アプリ「マチイロ」でも「広報ひがしくるめ」をご覧になれます

スマートフォンなどで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。

注 通信料は利用者の負担になります

問 秘書広報課広報係 ☎042・470・7708



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

全編生解説プラネタリウム「たっぷりほしぞらめぐり～冬から春～」

オリオン座が悠然と輝く冬から、北斗七星が高く昇る春の夜空まで、季節とともに移り変わる星空を、たっぷりとお楽しみください。全編星空解説で45分間。

日 休館日を除く2月1日(火)～4月30日(土)の午後3時50分から(2月16日を除く水曜・土曜・日曜日、祝日は午後1時10分からと3時50分から) 場 多摩六都科学館サイエンスエッグ 定 各回先着180席(感染拡大防止のため変動の場合あり) 費 観覧券1,040円(4歳児～高校生420円) 注 小学2年生以下の方は保護者と観覧 申 当日開館時からインフォメーションで観覧券を販売 問 同館 ☎042・469・6100

