

- ・住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金……2面
- ・新型コロナウイルスワクチン関連情報……3面
- ・犬と猫のマイクロチップ装着などが義務化されます…9面
- ・肺がん検診を実施します……12面



民生委員・児童委員が 皆さんの地域で活動しています



「民生委員・児童委員」の活動

民生委員・児童委員は、「身近な相談相手」「専門機関へのつなぎ役」「見守り役」として地域で活動しており、同じ地域で生活する住民の一員として、住民の立場に立ってまちの福祉を担うボランティアです。

地域に暮らす身近な相談相手として、住民からの生活上の心配ごと、医療や介護、子育ての不安などの課題についての相談に応じて、必要な支援や適切な福祉サービスへのつなぎ役になります。



「主任児童委員」の活動

特定の地域ではなく児童福祉に関することを専門的に担当する主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。民生委員・児童委員や学校、子ども家庭支援センターなどの児童福祉関係機関と連携しながら、課題解決に向けた活動に協力しています。

民生委員・児童委員と主任児童委員には守秘義務がありますので、安心してご相談ください(相談先は2面に掲載しています)。

☎福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749

5月12日は「民生委員・児童委員の日」 —PRイベントを5月24日～26日に開催—

全国民生委員児童委員連合会では、毎年5月12日を「民生委員・児童委員の日」とし、民生委員・児童委員の活動をより多くの皆さんに知っていただくため、全国各地でPR活動に取り組んでいます。



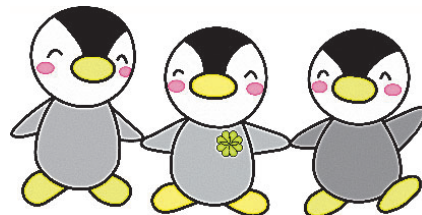
パネル展示の様子

PRイベント期間 5月24日(火)～26日(休)各日午前10時～午後3時(申し込み不要)

場 市民プラザ(市役所1階)

内 活動や取り組みなどを紹介するパネル展示

☎ 福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749



民生委員・児童委員キャラクター
「ミンジー」

東京生まれのキャラクター。協力して子育てをするペンギンの姿を通して、「地域における支え合いを目指す」「社会全体で子育てを応援する」活動に取り組む姿を表しています。

5月28日に水防訓練を実施します

☎防災防犯課 ☎042・470・7769

市内では毎年、台風の接近やゲリラ豪雨に伴い、住宅地の浸水や倒木など、都市型水害の被害が発生しています。そこで、雨のシーズンを前に、市では、東久留米消防署、田無警察署、市消防団などとの防災関係機関の連携、避難所開設の訓練を実施します。

市民の皆さんの参加および見学をお待ちしています。

日程 5月28日(土)①機関連携訓練＝午前10時～11時半、不動橋広場(新川町1-17)※見学のみとなります②避難所開設訓練＝午前9時～11時半、第六小学校(金山町1-17-1)・第三小学校(中央町1-16-1)の2カ所

主な訓練内容 ①風水害の対応(道路啓開、救出救助)訓練、土のう作製②風水害や土砂災害から安全に避難する避難誘導、避難所開設訓練、自宅のできる浸水防止の方法(簡易水防工法、土のう作製)の説明



水防訓練(元年度)の様子

ごみの分別収集にご協力ください

—柳泉園組合で火災が発生しました—

4月8日に中間処理施設である柳泉園組合の不燃・粗大ごみ処理施設内において、リチウムイオン電池が原因と推測される火災が発生しました。人的被害や設備の損傷はありませんでしたが、場合によっては作業員が負傷する事故や機械の故障が発生して、ごみ処理が滞ってしまいます。

今一度、分別方法をご確認いただき、安全な収集にご協力をお願いします。

☎ごみ対策課 ☎042・473・2117



◀一般社団法人JBRC(リチウムイオン電池などをリサイクルに出す際のお願いが掲載されています)

地域で活動する 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員への相談は、お住まいの区域を担当する同委員など(下表参照)へご相談ください(1面に関連記事があります)。

☎福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749



東部地区協議会		
担当区域	氏名	電話連絡先
神宝町一丁目	大矢 由紀子	042・475・8532
神宝町二丁目	渡辺 愛女御	042・472・4900
金山町一丁目	西山 久美子	080・4863・1911
氷川台一丁目	貫井 美代子	042・474・7125
氷川台二丁目	出井 幹枝	042・474・1227
東本町1番～8番	深海 和子	042・475・8777
東本町9番～16番	大野 浩子	042・471・0063
大門町一丁目、 大門町二丁目1番～8番	後藤 千賀子	042・475・5241
大門町二丁目9番～14番	井原 恵子	042・475・7958
新川町二丁目	世木澤 久美子	042・471・0172
浅間町一丁目	久保田 あや子	042・425・0098
浅間町二丁目	鶴見 佳子	042・421・9130
浅間町三丁目1番～14番	葛西 正人	042・425・0333
浅間町三丁目15番～30番	武山 千鶴	042・424・4041
主任児童委員	丸山 美緒	080・6586・9501
主任児童委員	池水 美希	042・410・1188

中部地区協議会		
担当区域	氏名	電話連絡先
学園町一丁目	半澤 佐和子	042・425・0087
学園町二丁目	小山 三千生	090・6157・3944
本町一丁目	蓮池 繁信	042・474・1736
本町二丁目	宮澤 トヨ子	042・471・0482
本町三丁目	都築 美紀子	042・476・0940
小山一丁目	西村 より子	042・475・8325
小山二・三丁目	小山 清	042・473・3803
小山四・五丁目	小山 泰弘	090・3590・3492

中部地区協議会		
担当区域	氏名	電話連絡先
幸町四丁目、 中央町六丁目	中島 春江	042・471・1613
中央町一丁目	早川 重義	080・8745・0787
中央町三丁目	澤山 葉子	042・471・8724
中央町五丁目、 前沢一丁目	松本 貞夫	042・475・9590
前沢二丁目	長谷川 正子	042・474・7531
南沢一丁目	別処 尚志	042・475・1710
南沢二丁目	本井 満	042・478・9390
南沢三丁目	下田 富夫	042・471・6837
南沢四・五丁目	清水 生子	042・465・0822
南町一丁目	澤田 理恵子	090・6546・8401
南町二～四丁目	篠宮 松美	042・465・1839
主任児童委員	馬本 房子	090・5339・6926
主任児童委員	府川 ゆう子	080・4068・5020

西部地区協議会		
担当区域	氏名	電話連絡先
前沢四丁目	広瀬 新平	042・444・3539
前沢五丁目1番～19番	白築 純子	042・473・6901
弥生一・二丁目	山口 信夫	042・458・0875
八幡町一丁目1番～6番	境 美智子	042・476・4796
八幡町二丁目	小寺 靖子	042・471・0073
八幡町三丁目	野村 善昭	042・472・2555
野火止一丁目、 下里一丁目	酒井 宗作	042・474・9792
野火止二丁目	菅原 真弓	042・472・3919
下里二丁目	宮崎 孝子	090・2219・9171

西部地区協議会		
担当区域	氏名	電話連絡先
下里四丁目1番16～29号	江刈内 史	042・473・9141
下里五・六丁目	宮本 千恵子	042・471・4833
下里七丁目	島崎 光江	090・2317・7535
滝山三・四丁目	白井 栄子	042・475・3316
滝山五丁目	松原 佳織	042・473・2383
滝山六丁目2番	上田 和俊	080・7946・1125
柳窪一丁目、 柳窪二丁目8～16番	佐藤 清子	042・478・2293
柳窪二丁目1～7番、 柳窪三丁目	松井 直枝	042・475・5303
柳窪四・五丁目	奥住 弘子	042・457・5146
主任児童委員	矢部 晶代	042・475・5159
主任児童委員	佐光 攝子	042・475・3195

欠員地区	
担当区域	電話連絡先
上の原一・二丁目、 金山町二丁目、 新川町一丁目、 本町四丁目、 幸町一～三・五丁目、 中央町二・四丁目、 前沢三丁目、 ひばりが丘団地、 前沢五丁目20～34番、 八幡町一丁目7～9番、 野火止三丁目、 下里三丁目、四丁目1番1～ 15号・1番30～41号・2～4 番、 滝山一・二丁目、六丁目1・3 番、七丁目	福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金 ～住民税課税世帯でも給付の対象となることがあります～ (家計急変世帯)

☎市住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コール
センター ☎042・470・7863
(土曜・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時15分)



新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、住民税均等割非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯※に対して、1世帯当たり10万円(1回のみ)を支給します。給付金の受給には申請が必要です。

※3年1月～4年9月の任意の1カ月の収入を12倍した額、または年間の所得見込額が左下表の水準以下の世帯(家計急変世帯)。

■支給対象世帯(家計急変世帯) (以下のすべてに当てはまる世帯)

- ・「令和3年度住民税均等割非課税世帯」に対する臨時特別給付金の対象外である。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変(収入が減少)した。
- ・3年1月～4年9月の間の、任意の1カ月の収入※を12倍した額、または年間の所得見込額が下表の水準以下の世帯。
※収入は、給与・事業・不動産・年金(非課税のものは除く)の経常的な収入により算定。

表 非課税相当額参考(給与収入の場合)

家族構成例	非課税相当 限度額 (収入額ベース)	非課税相当 限度額 (所得額ベース)
単身または扶養親 族がいない場合	100万円	45万円
配偶者・扶養親族 (計1人)を扶養し ている場合	156万円	101万円
配偶者・扶養親族 (計2人)を扶養し ている場合	205万9千円	136万円
配偶者・扶養親族 (計3人)を扶養し ている場合	255万9千円	171万円
配偶者・扶養親族 (計4人)を扶養し ている場合	305万9千円	206万円
障害者、寡婦、ひ とり親の場合	204万3千円	135万円

■申請方法

左記対象世帯の要件をご確認いただき、満たすと思われる方は必要書類を揃えて申請・相談受付窓口(本庁舎1階南出入口横特設ブース)にご提出ください。郵送での申請を希望される方は提出書類を揃えて、次の送付先へお送りください。

- ・送付先＝〒203-8555、東久留米市本町三丁目3番1号、東久留米市臨時特別給付金家計急変世帯給付担当
- ・窓口受付期間＝9月30日(金)まで(土曜・日曜日、祝日を除く平日午前9時～午後5時)
- ・申請書類入手先＝市庁からダウンロード、申請・相談受付窓口(本庁舎1階南出入口横特設ブース)、市社会福祉協議会(わくわく健康プラザ2階)、上の原・滝山・ひばりが丘の各連絡所で配布

■必要書類

①申請書②収入(所得)見込額申立書、収入の状況を確認できる書類の写し③本人確認書類の写し④世帯状況を確認できる書類の写し⑤戸籍の附票の写し(3年1月1日以降に複数回転居した方のみ)⑥受取口座を確認できる書類の写し

◎「令和3年度住民税均等割非課税世帯」に対する臨時特別給付金について

対象と思われる世帯※に対して、「臨時特別給付金支給要件確認書」(以下「確認書」)を発行しています。非課税世帯に対する臨時特別給付金の申請期限は、確認書の発行日から3カ月です。期限を過ぎると申請を受け付けることができなくなる可能性がありますので、給付金の支給を希望する方はお忘れのないよう返信をお願いいたします。

また、確認書がお手元にある方で、支給対象者に該当しない、または、支給を希望しない方については、お手数をお掛けしますが、確認書内の【私の世帯は給付金を受給しません □】の□にチェックを入れて返信をお願いいたします。

なお、課税情報の確認ができないため、対象となる場合であってもご本人からの申請が必要とな

る世帯に対しては、別途ご案内を送付しています。

対象と思われるが確認書がお手元にない場合や、ご不明点などがありましたら、同給付金コールセンターへご連絡ください。

※対象と思われる世帯とは、基準日(3年12月10日)において市に住民票があり、世帯全員の令和3年度分住民税均等割が非課税である世帯。ただし、世帯全員が、住民税が課税されている他の親族等の扶養を受けている場合などは対象外となります。

▼対象外の例＝親(課税)に扶養されている大学生(非課税)の単身世帯や、子(課税)に扶養されている両親(非課税)の世帯

4年度 納期一覧表					
	固定資産税 ・都市計画税	軽自動車税 (種別割)	市民税・ 都民税 (普通徴収)	国民健康保険税 介護保険料	後期高齢者 医療保険料
1期	5月31日	5月31日	6月30日	8月1日	8月1日
2期	8月1日		8月31日	8月31日	8月31日
3期	12月26日		10月31日	9月30日	9月30日
4期	2月28日		1月31日	10月31日	10月31日
5期				11月30日	11月30日
6期				12月26日	12月26日
7期				1月31日	1月31日
8期				2月28日	2月28日
9期				3月27日	

※納期限が閉庁日の場合は、翌開庁日が納期限となります

バイクや軽自動車などの所有者に課税される、4年度の軽自動車税(種別割)納税通知書を5月11日(水)に発送します。通知書に記載されている最寄りの金融機関・ゆうちょ銀行(郵便局)・コンビニエンスストア、またはスマートフォンアプリを利用して納付ができます。問 納税通知書については課税課市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)、納付方法については納税課 ☎042・470・7729

市税などの納付にご協力ください

4年度の市税など(市民税・都民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税、軽自動車税(種別割)、後期高齢者医療保険料、介護保険料)の納期限は左表の通りです。納期限までに市税などを完納していないと、延滞金がかかります。延滞金は加算されるだけでなく、滞納処分が行われる場合もありますので、ご注意ください。

軽自動車税(種別割)納税通知書発送

軽自動車税(種別割)納税通知書を5月11日(水)に発送します。通知書に記載されている最寄りの金融機関・ゆうちょ銀行(郵便局)・コンビニエンスストア、またはスマートフォンアプリを利用して納付ができます。問 納税通知書については課税課市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)、納付方法については納税課 ☎042・470・7729



国民年金の加入手続き

日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入することになります。加入者は、職業などによって3つのグループに分かれており、それぞれ加入手続きが異なります。

▼第1号被保険者Ⅱ自営業者、学生、農業などに



従事している方は、国民年金への加入手続きを保険年金課または年金事務所の窓口で行います。国民年金の保険料は自分で納める必要があります。

▼第2号被保険者Ⅱ会社員や公務員など、厚生年金保険等へ加入している方は、手続きは勤務先で行う必要があります。国民年金の保険料を直接納める必要はありません。これは、厚生年金や共済年金が加入者に代わって国民年金に必要な費用を負担しているためです。

▼第3号被保険者Ⅱ第2号被保険者に扶養されている

配偶者の方は、第3号被保険者といい、加入手続きは第2号被保険者の勤務先を経由して行います。国民年金の保険料を直接納めることはありません。なお、第1号被保険者に扶養されている配偶者および厚生年金に加入している65歳以上の受給者に扶養されている配偶者は第3号被保険者にはなりません。保険料は自分で納める必要があります。

問 武蔵野年金事務所 ☎042・561・4114

新型コロナウイルスワクチン関連情報

◆5月28日・29日の集団接種の予約を11日から開始します

対象者 3回目の接種券をお持ちの方

※2回目の接種を3年10月16日～31日に行った方には、接種券を4年4月22日に発送済みです。接種券の到着まで1週間程度かかることがあります。

予約方法 集団接種予約サイトでのウェブ予約または市コールセンターへの電話による代行予約

予約受付開始日時 5月11日(水)午前9時から(同日時から集団接種予約サイトを公開します)

接種日時・会場など 実施時間は、市民プラザが正午～午後6時、わくわく健康プラザが午後1時45分～4時45分

- ① 5月28日(土)…市民プラザ・わくわく健康プラザ
- ② 5月29日(日)…市民プラザ・わくわく健康プラザ

※ワクチンは①・②の各日1,440人分(予定)で、モデルナ社製です。

※市民プラザは集団接種実施日は終日、接種を予約した方以外のご利用できません。

※集団接種予約サイトはシステムメンテナンスのため、5月9日(月)午後5時～11日(水)午前9時は利用できません。

◆3回目接種券の発送

2回目の接種を3年11月1日～15日に行った方への接種券は4年5月13日(金)に発送予定です。接種券の到着まで1週間程度かかることがあります。

集団接種で既に予約を受け付けている接種日について

すでに予約を受け付けている次の日程・会場において、予約に空きがある場合は、随時予約を受け付けています。

- ・5月21日(土)…市民プラザ・わくわく健康プラザ
- ・5月22日(日)…市民プラザ・わくわく健康プラザ

新型コロナウイルスワクチンに関する相談窓口
ワクチン接種に関する一般的な内容について
●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) ●(厚生労働省)新型コロナウイルス関連及びワクチンについての聴覚障害者相談窓口 FAX: 03・3581・6251 Ⅹ: corona-2020@mhlw.go.jp
ワクチン接種に関する市の対応(接種の予約や会場など)について
●東久留米市新型コロナワクチンコールセンター ☎042・420・7177(かけ間違いのないようご注意ください) (土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付) FAX: 042・477・0033(聴覚に障害のある方などの相談)

引き続き、感染対策を意識し、「3つの密(密閉・密集・密接)」の回避、人と人との距離の確保、「手洗い・咳エチケット・マスク着用」などの、一人ひとりの感染防止対策の徹底にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどを中止・変更する場合があります。最新の情報は、市HPまたは直接、イベントなどのお問い合わせ先にご確認ください。

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 ※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。
●東京都発熱相談センター☎03・5320・4592 ☎03・6258・5780 (24時間、土曜・日曜日、祝日も受付) ●東京都多摩小平保健所☎042・450・3111 (土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付)
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。多言語対応) ●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・オミクロン株コールセンター)☎0570・550571 (午前9時～午後10時。土曜・日曜日、祝日も受付。多言語対応)

新型コロナウイルス感染症の影響により、市公共施設の利用制限および市主催イベントなどを中止・延期している場合があります。最新の市の新型コロナウイルス関連情報は、市HPをご覧ください。



市HP

(3面から続く)

国民健康保険「QUPPIO Plus」で健康増進

「QUPPIO Plus」は国民健康保険に加入している18歳以上の方を対象に、被保険者の健康づくりを応援するインターネットサービスです。

最新の健診結果をもとに、生活習慣病の5年後の発症率を判定する「発症予測」や、日々の生活の中で役立つ健康情報が定期的に配信される「メールマガジン」、無理なく続けられて効果的な行動計画を提案する「おすすめ行動計画」など、思わず健康づくりに取り組みたいくなる機能を数多く備えています。

さらに、日々の健康づくりを記録したり、特定健診やがん検診などを受診したりすることなどでポイントが貯まり、貯まったポイントが、健康関連グッズを中心とした商品と交換することができます。ぜひ、お得で便利な「QUPPIO Plus」をご自身の健康増進にご活用ください。

参加方法 市HPの「健康増進・サポート事業」のページにあるリンク先からアクセスできます。



市HP

国民健康保険については保険年金課 ☎042・470・7733、特定健康診査については健康課 ☎042・477・0013

国民健康保険 傷病手当金

国民健康保険の被保険者で、被用者である方が新型コロナウイルス感染症により働けなくなったことにより、傷病手当金の支給を行っています。

対象者 次の①～③すべてを満たす方

- ① 東久留米市国民健康保険の被保険者
- ② 雇用契約に基づいて定期的に給与等の支払いを受けている被保険者(個人事業主などは対象外)
- ③ 新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱など感染の疑いによる療養のため働くことができず、給与等を受けることができない被保険者

支給対象日数 働くことができなかった日数(起算して3日を経過した日から働くことができなかった期間)

支給額 直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×3分の2×支給対象日数(上限あり)

※給与等の全部または一部を受けることができる場合は、支給額が調整されたり、支給されない場合があります。

適用期間 2年1月1日～4年6月30日の間で、療養のため働くことができない期間(ただし、入院が継続する場合などは最長1年6月まで)

申請方法 原則郵送。申請書類が必要な方には、書類を郵送しますので保険年金課 国民健康保険係へお問い合わせ

国民健康保険係へお問い合わせ

子どもと教育

4年度総合教育会議を開催します

◎第1回 日 5月9日(月)午前10時半～11時15分。大綱の改定(原案)について

◎第2回 日 7月1日(金)午前10時から(予定)。越直美弁護士(元大津市長)による講演および市長・教育長・教育委員による意見交換(演題は「子どものSOSはなぜ届かないのか」いじめへの対応と課題)

※希望者は傍聴もできます。 場 市役所7階703会議室 国民教育総務課庶務係 ☎042・470・7775

児童扶養手当を振り込みます

4年3月～4月分の児童扶養手当を指定預金口座へ振り込みます。



振込予定日 5月13日(金) ※金融機関によっては入金が遅れる場合がありますので、あらかじめご了承ください。 国民教育総務課 児童扶養係 ☎042・470・7736

児童育成手当 新規申請の受け付けを開始します

児童育成手当は5月申請分以降、4年度(3年中)の所得を対象に審査を行います(左表参照)。児童育成手当(育成手当、障害手当)の支給対象に該当し、これまでも所得超過などにより受給していない方のうち、新たに該当すると思われる方は、早めに申請してください。

手当は、申請した月の翌月分から支給の対象となります。申請は随時受け付けますが、申請が遅れた場合、遅れた月数分の手当が受けられませんので、5月中に児童青少年課(市役所2階)へ申請してください。

支給対象 次の児童を扶養している方

育 成 手 当

次のいずれかに該当する18歳到達後の最初の3月末日までの児童

- ▼父または母が死亡▼父が婚姻を解消▼父または母が生死不明▼父または母が1年以上遺棄している▼父または母に保護命令が発

令されている▼父または母が1年以上拘禁されている▼母が婚姻によらず懐胎し、父に養育されていない▼父または母に重度の障害がある(身体障害者手帳1・2級程度)

障 害 手 当

次のいずれかに該当する20歳未満の児童

- ▼身体障害者手帳1・2級程度▼愛の手帳1～3度▼脳性まひ、または進行性筋萎縮症

支給金額 ▼育成手当 11月額 1万3500円(児童1人当たり) ▼障害手当 11月額 1万5500円(児童1人当たり)

必要書類 ①銀行口座のわかるもの ②請求者および児童の戸籍謄本(障害手当のみ申請の場合は不要)

※受給要件によつては、他の書類が必要ですので、児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736へ問い合わせてください。

なお、現在受給中の方は6月中に現況届を郵送しますので、必ず提出してください。 国民教育総務課 児童扶養係 ☎042・470・7736

デマンド型交通「くるぶー」をご利用ください

「くるぶー」は利用登録した方の予約に応じて乗合運行を行う地域公共交通で、予約時間に自宅と乗降場の間(鉄道施設や公共・公益施設など)を運行します。現在、ラッピングされた3台(イチョウ号・ツツジ号・オナガ号)の「くるぶー」がまちを走っています。身近な交通手段として、ぜひご利用ください。



専用フォーム



市HP



市役所前を走る「くるぶー」

- 対 市内在住で次のいずれかに該当する方
- ▼70歳以上の方 ▼妊娠されている方 ▼0歳～3歳児
- ※利用登録者の介助者・保護者・同一世帯の方も同乗できます(未登録者のみでの乗車はできません。また、同乗者は登録者と同乗降場でしか乗り降りできません)。
- 費 ▼登録料=無料
- ▼利用料金=1人1回500円(同乗者を含めた2人以上での利用は1人1回300円。小学生以下は無料)
- 他 ▼運行日=月曜～金曜日(土曜・日曜日、祝日、年末年始は運休)
- ▼運行時間=午前9時(営業所出発)～午後5時(目的地到着)
- ▼乗降場=鉄道施設および公共・公益施設など32カ所
- 申 利用登録申請書に必要事項を記入の上、次のいずれかの方法で提出してください。
- ①道路計画課(市役所5階)窓口 ②郵送(〒203-8555、市役所道路計画課宛て郵送を)
- ③FAX(042・470・7809)
- ※インターネット(市HP専用フォームから)でも申し込みできます。
- 問 道路計画課道路交通計画係 ☎042・470・7768

就学予定児童・生徒の就学相談

市教育委員会では、来春小・中学校へ入学するお子さんの心身の状態や発育、就学などで悩みや不安を感じている保護者の方を対象に、就学相談を受け付けています。一人ひとりのお子さんが将来に向けて可能性を最大限に伸ばすために適切な学校教育を受けることができるよう、就学相談員が相談・情報提供を行います。

受付開始日 5月9日(月)から
電話で(窓口でも可)

受付時間 午前9時～午後4時

受付・相談場所 指導室(市役所6階)

問 同室特別支援教育係就学相談員 ☎042・470・8032



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、子どもを持つ

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。実施主体は市で、市社会福祉協議会が委託を受けて運営しています。

子育ての手助けをしてほしい方(ファミリー会員)と、子育てのお手伝いをしたい方(サポート会員)が会員となって、地域で助け合う組織です。幼稚園行事などで

子どもを連れていけない時、買い物や外出時に預けたい時、残業などで保育園や学童のお迎えが間に合わない時などに地域の協力者がお手伝いします。

利用料金 ▼平日および土曜日の午前9時～午後5時

1時間当たり700円 ▼平日および土曜日の午前9時～午後5時以外の時間

1時間当たり900円 ▼日曜日、祝日、年末年始

1時間当たり900円 ※前日までのキャンセルは無料。当日キャンセルは依頼した時間(利用時間)の半額になります。

利用方法 ファミリー会員・サポート会員のいずれも入会申し込み(会員登録が必須です。まずは事業説明会にご参加ください)。

サポート会員募集サポート会員は入会後、6月に開催する講習会の受講(修了)により登録となり、その後、活動を紹介します。

問 同センター事務局 ☎042・475・3294

高齢者・福祉

認知症介護者家族会を開催します

認知症の方を介護するご家族の方、一人で介護の悩みを抱えていませんか。日々のことや心配事など、気軽に話し、ほっとできる場所として開催しています。

対象の地域を確認し、担当の地域包括支援センターに申し込みの上、ご参加ください。
参加費 無料

◎東部地域にお住まいの方
対上の原・神宝町・金山町・氷川台・大門町・東本町・新川町・浅間町・小山

日 場 5月17日(火)午後1時15分～2時45分。東部地域センター会議室2

申 間 東部地域包括支援センター ☎042・428・778

◎中部地域にお住まいの方
対本町・幸町・中央町・南沢・学園町・ひばりが丘団

地・南町・前沢一・三丁目
日 場 5月9日(月)午後1時15分～2時半。中央地区センター第1会議室

申 間 中部地域包括支援センター ☎042・470・818

6または ☎042・451・5121

◎西部地域にお住まいの方
対前沢四・五丁目、滝山・野火止・八幡町・柳窪・弥生・下里

日 場 5月23日(月)午後1時15分～2時半。西部地域センター講習室2

申 間 西部地域包括支援センター ☎042・472・066

わくわくすこやか体操
で介護予防・フレイル予防に取り組もう



「わくわくすこやか体操」は市リハビリテーション協議会の理学療法士が作成し、市民の皆さんと一緒に取り組んでいる東久留米市のご当地体操です。

一人でも自宅でも取り組みます。「よく転びそうになる」などお悩みの方は、この機会にぜひ、介護予防・フレイル予防に取り組ましましょう。

問 介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777 (内線2501～2503)



準備運動・整理運動編の1シーン

「わくわくすこやか体操」は全部で3種類
市公式動画チャンネルで配信中



▲準備運動・整理運動編



▲基礎体操編



▲ゴムハンド編

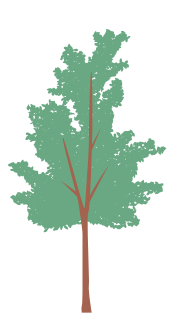
地域福祉推進事業補助金

東久留米市地域福祉推進事業補助金の新規交付団体を募集します。

市では地域福祉の推進を図るため、市内の非営利民間団体(NPOなど)が社会資源を有効に活用して実施する福祉サービスに対して、補助金を交付しています。

補助対象事業は、日常生活サービス(家事援助・介護・食事・移送・入浴の各サービス)です。

新規で補助金の交付を希望する団体は、福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749 にお問い合わせください。



住環境

ゴールデンウィークにおけるごみ収集

4月29日(金)祝、5月3日(火)祝、5日(木)祝はいずれも祝日ですが、平日と同様に収集します。

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。小型廃家電類を除く全品目が戸別収集です。



市HP

ごみ収集日や分別などのごみ出しルールは市HPでご確認ください。

自転車安全利用TOKYOキャンペーン



自転車マナーアップ強化月間のポスター

5月1日(日)～31日(火)に、自転車の交通ルールを広く周知するため、警察署および関係団体が連携して「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」を実施します。

2年6月30日に一部改正された道路交通法により、危険な行為を3年以内に2回以上行った14歳以上の自転車運転者に対し、6,000円の手数料の支払いと3時間の自転車運転者講習の受講が義務付けられました。受講命令に従わなかった場合は、5万円以下の罰金となります。

◎自転車安全利用五則を守りましょう

①自転車は、車道が原則、歩道は例外②車道は左側を通行③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行④安全ルールを守る、飲酒運転、二人乗り、並進の禁止、夜間はライトを点灯、交差点での信号遵守と一時停止・安全確認⑤子どもはヘルメットを着用

交通ルールを守って安全に自転車を利用しましょう。

問 田無警察署 ☎042・467・0110 または 市管理課管理調整担当 ☎042・470・7764

(5面から続く)

日常生活事故に注意

東京消防庁管内では、日常生活の怪我などで、年間約12万7000人が救急搬送されています。

▼乳幼児の転倒 15歳以下で最も多い事故が「転倒」です。机やテーブル、階段に起因するものが多く、乳幼児の日々の成長に応じて、起きやすい事故について対策しましょう▼高齢者のおぼれ 11歳以上の高齢者の「おぼれ」は99%以上が入院を必要とする中等症以上になり、他の年代と比べ重症化することが多く、その大半が浴槽で発生しています。入浴時は家族に知らせ、こまめに声をかけましょう

関東久留米消防署防災安全係 ☎042・471・0119

◎東京消防庁公式アプリ 消防や救急の知りたい情報を手軽に入手できる情報ツールです。ぜひご利用ください。



東京消防庁

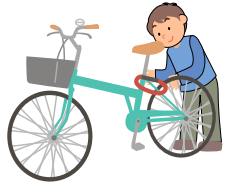
自転車盗に注意

自転車の盗難被害のうち、約6割の自転車が無施錠です。また、駅周辺の自転車が狙われる傾向にあります。自転車を盗まれないために、次の点に気をつけましょう。

▼自転車には防犯登録(所有者登録)をする▼少しの時間でも自転車から離れる時は必ず鍵をかける▼常設キーの他に防犯性の高い補助錠で2重ロックをする

新生活が始まるこの時期、防犯意識を高めて被害を防ぎ、気持ち良く通勤・通学しましょう。

警視庁田無警察署 ☎042・467・0110



ハクビシンに注意しましょう

ハクビシンは都内に生息しており、市にも目撃情報や被害相談が寄せられています。野生動物にはできるだけ近づかないでください。ハクビシンは、体長が約90cm、110cmで頭部が入れば狭い隙間でも通り抜けます。木登りが得意で夜行性ですが日中も活動します。雑食性で特に果物を好んで食べ、フンを同じ場所に溜める習性があります。



ハクビシン

被害にあわないために

▼家屋への侵入を防ぐために、侵入口になる隙間をふさぐ▼敷地内の果物の実を早めに収穫するか網などをかける▼ペットフードの残りや生ごみなどを外に放

置しない

◎捕獲・駆除をするには 鳥獣保護法により捕獲許可がないと捕獲・駆除ができません。駆除する場合は専門の業者を紹介します。

環境政策課 ☎042・470・7753

民有地のハチ対策

市では、個人の住宅や管理者が居る集合住宅など、民有地にできた蜂の巣の駆除は行っていない。ハチは、特に手入れ不足の庭木などに多く巣づくりをしますので、手入れを充分にしてください。

◎ハチの巣を取り除くとき アシナガ蜂は攻撃性が少ないので、薬局などでハチ専用の駆除スプレーを購入し駆除が可能です。スズメバチは凶暴で攻撃性が強い

ため、専門の駆除業者への依頼をお勧めします。

駆除業者の紹介

市では、協定を結んだ市内の駆除業者を紹介しています。駆除費用は自己負担です。依頼する場合は、複数の業者から見積もりを取り、ご検討ください



市

環境政策課 ☎042・470・7753

お知らせ

5月は赤十字運動月間

赤十字活動のPRイベント

と活動資金の募集キャンペーンが行われます。市内では「防災・減災に役立つ知識を身につけよう」というテーマのイベントが開催されます。主催は市赤十字奉仕団。

5月14日(土)午前11時〜午後3時

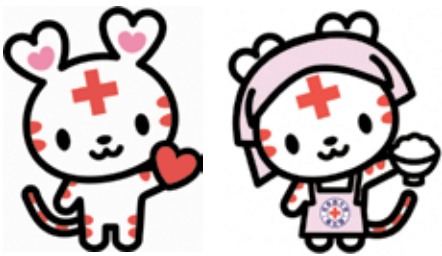
市役所1階屋内ひろば

①簡易トイレの説明(携帯トイレを実際に組み立てた後、たんでお持ち帰りいただけます)②防災用品(安眠セット、緊急セット、常備備蓄品など)の展示③災害の写真展④体験など

同奉仕団・宮原 ☎042・473・1952、または市福祉総務課 ☎042・470・7749

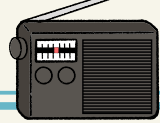
日本赤十字社への寄付

同イベント会場(当日のみ)、および福祉総務課窓口常時にチャリティーボックスを設置しています。温かいご支援をお願いいたします。その他、同社へご寄付いただける方は、日本赤十字社東京都支部振興課 ☎03・5273・6743(平日午前9時〜午後5時半)へお問い合わせください。



ハートラちゃん

ラジオシェイクアウト訓練 5月24日(火)



コミュニティFM局「TOKYO854」では、自宅のできる「シェイクアウト訓練」をラジオ番組内で実施します。「TOKYO854」が聴けるラジオやアプリを入れたスマートフォンがあれば誰でも参加することができます。

災害はいつやってくるかわかりません。この機会にラジオシェイクアウト訓練に参加して、災害への事前の備えを再確認しましょう。



番組放送日時 5月24日(火)午前11時〜11時54分

実施番組名「ラジオで防災!シェイクアウト訓練」

参加方法 事前登録にご協力をお願いします。当日、FMラジオ(85.4MHz)またはスマホやパソコンで番組をお聴きください。

※事前登録方法など、詳細はシェイクアウト訓練特設HPをご覧ください。

防災防犯課防災防犯担当 ☎042・470・7769



FMプラプラ TOKYO854 公式アプリ



特設HP

●シェイクアウト訓練とは

シェイクアウト訓練とは、平成20年(2008年)にアメリカで始まった、地震の際の安全確保行動である「命を守る3動作」を約1分で行う防災訓練です。



画像提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議



「当選しました」メールにご注意ください

Q. 「10億円の宝くじに当選しました」というメールが届き、当選金受け取りのため、現金・電子マネー・クレジットカードで手続費用を支払いました。でも受け取れません。お金を返してもらえますか。

A. 自分が買っていないのに当選する宝くじはありません。知らない人がお金をくれるという話は危険です。メールに添付されたURLにアクセスすると出会い系サイトに誘導され、「お金を受け取ってほしい」と言い続ける相手とメールのやりとりをするため次々とポイントを購入することになります。「送金手数料」「認証手続」「エラー解除」「再発行」「課税」など、さまざまな理由で費用を請求され払い続けたという相談が、世代を問わずセンターに寄せられます。「誰にも話してはならない」と口止めされ、「これで最後」「この手続きが終われば入金する」と支払い能力の

限界まで続けることもあります。おかしいと思ったら、すぐにメールを止めましょう。払ったお金を取り戻すため、さらに費用を払うのは止めましょう。よく似たものに「遺産を寄付する」「投資で儲かる」というものがあります。だまされたと分かっていても全額取り戻すのは困難です。自分や家族がトラブルに遭ったと思ったら、消費者センターにご相談ください。

《消費者相談》

●平日の午前10時〜正午、午後1時〜4時＝市消費者センター ☎042・473・4505

●平日および土曜・日曜日、祝日の午前10時〜午後4時＝消費者ホットライン ☎188

広報ひがくるめに掲載している「消費生活Q&A」のバックナンバーを市HPでご覧になれます。消費者センターへ寄せられる相談の中で、皆さんに知っておいてほしいことを掲載しています。ぜひご覧ください。



市

日本語教室
ボランティアを
募集します

「東久留米国際友好クラブ」と「東久留米にほんごクラス」の2団体では、外国人と一緒に日本語を学習するボランティアを募集しています。日本語で日本語を教えますので、資格や外国語力は問いません。

関心のある方は、説明会にご参加ください。

東久留米国際友好クラブ

日本語教室(大人・子ども)のほか、交流活動も行っているボランティア団体です。詳細は同クラブHPをご覧ください。



東久留米国際友好クラブHP

説明会 6月7日(火)午後2時から、市民プラザホール(市役所1階)で。6月2日(木)までに申し込みを

東久留米にほんごクラス

毎週火曜日の午後7時から始まる夜のクラスです。詳細は同クラスHPをご覧ください。



東久留米にほんごクラスHP

説明会 5月24日(火)午後7時から、市民プラザ会議室で。5月17日(火)までに申し込みを

共通事項

甲 閩生活文化課 ☎042・470・7738

職員募集

学童保育所児童厚生員
(会計年度任用職員・アシスタント職)

任用期間 6月1日～5年3月31日(5年4月1日以降は条件付きで再度任用の場合あり)

勤務時間 月曜～土曜日(祝日を除く)、月75時間程度(変則勤務有り)。午前8時15分～午後6時の間で、4

7時間のシフト勤務
勤務内容 学童保育所における児童の育成支援の補助など

募集人数 若干名

報酬など 時給1102円(別途、交通費相当額と期末手当の支給は市の規定による)

応募書類 市販履歴書(写真添付)

5月16日(月)までの月曜～金曜日(祝日を除く)の午前8時半～午後5時(正午～午後1時を除く)に、応募書類を直接児童青少年課児童青少年係(市役所2階)へ持参を。書類選考後、面接の上決定。提出された履歴書は返却しません
問 同係 ☎042・470・7735

官公署
など

都営住宅入居者募集

募集の種類・対象 ①世帯向け(一般募集住宅) ②若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅) ③居室内で病死などがあつた住宅

※①～③それぞれに申し込み資格がありますので、詳細は募集案内をご確認ください。

募集案内の配布期間・場所

土曜・日曜日を除く5月6日(金)～16日(月)に、都市計画課(市役所5階)、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、東部地域センター、都庁案内所、都内各市区役所・町村役場、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、同公社各窓口センターで

※5月7日(土)・8日(日)・15日(日)の3日間は、いずれも午前9時半～午後5時に、東京観光情報センター前(都庁第一本庁舎1階)で配布します。

※配布期間中は同公社HPからも取得できます。

5月20日(金)までに(必着)、募集案内に同封の申込書・封筒に必要事項を記入の上、郵送を

※②若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅)のみオンライン申し込みもできます。5月20日(金)までに都営住宅入居者募集サイト内で申し込み完了したものを受け付けます。

問 同公社募集センター ☎03・3498・8894(土曜・日曜日、祝日を除く)

※5月6日(金)～20日(金)は
☎0570・010・810(土曜・日曜日を除く)へ。



同公社HP



都営住宅入居者募集サイト

面接対策セミナー・就職面接会

市と清瀬市、ハローワーク三鷹が共催する完全予約制の面接対策セミナーおよび就職面接会(介護福祉しごとフェアin清瀬&東久留米を開催します。

面接会は、介護福祉系の企業5社が参加予定で、資格や経験が無くても応募できる職種があります。

5月20日(金)①午前10時～正午②午後1時半～4時

場 清瀬市アミューズホール(清瀬市元町1-2-11、7階)

①面接対策セミナー②就職面接会(参加企業は5社程度)



※①筆記用具②履歴書

※①筆記用具②履歴書

4月25日(月)午前8時半から、電話でハローワーク三鷹(職業相談部門) ☎042・47・8617へ

問 同相談部門

市民大学短期コース
受講生募集



同協会HP

さまざまな分野での豊かな経験を持つ市民講師が講座を開講します。市民同士の学び合いの場に参加しませんか。

6月1日(火)～7月28日(木)場生涯学習センター内講義、体験学習市内在住・在勤・在学の方定額下参照費▼1回コース=100円▼3回コース=300円。一部の講座で教材費有り(下表参照)詳細は市文化協会HPをご確認ください10人以上の応募がない場合は開講しません(全講座共通)5月12日(木)までに(必着)、通常はがきに講座名(複数可)・住所(郵便番号含む)・氏名(ふりがな)・年代・性別・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター内NPO法人東久留米市文化協会事務局「市民大学短期コース申し込み」係宛て郵送、または同協会HPから申し込みを問同協会事務局 ☎042・477・4700

4年度市民大学短期コース (前期) 講座一覧

No. ※1	講師名 (敬称略)	講座名	定員 (人)	日 程	時 間 ※2	講座概要	教材費
1	祝 春奈	「収活(終活)のススメ」～モノの選び方・手放し方～	30	6月1日(火)	午前	整理収納の基本を学び、快適な暮らしを手に入れましょう	—
2	本田 純	ストラヴィンスキーの音楽を聴く	20	6月3日(金)	午後2	ストラヴィンスキーの音楽について学び、そして聴きます	—
3	長谷川 正次	年金受給者と税金	20	6月8日(火)	午前	年金受給者の税金についてファイナンシャルプランナーが詳しく解説します	—
4	福田 千文	ストレッチ&エクササイズとペルーのダンス マリネラを踊ってみよう	15	6月9日(水)	午前	ストレッチとエクササイズのあと、ペルーのダンスを体験しましょう	—
5	福田 麻実	初夏の好感度アップメイク講座	10	6月9日(水)	午後2	初夏の装いにも映える、爽やかで品のあるフェミニンメイクを学びます	550円
6	林 和恵	着物の着つけ(普段着に半巾帯をしめる)	10	6月14日(火)	午後1	おしゃれな普段着(小紋・紬)を、美しく着こなすポイントを学びましょう	—
7	中川 由喜子	洋服づくりがカンタンになる「パターン修正編」	10	6月28日(火)	午前	実物大型紙を修正して自分用のパターンを作ろう	100円
8	松澤 亮	のこぎり音楽を楽しもう	10	7月4日(月)	午後1	西洋のこぎりを使って、「エーデルワイス」を弾いてみよう	—
9	鈴木 篤史	ケアマネジャーによる疲れない介護	20	7月28日(木)	午後1	介護で疲れないための方法について対話型・参加型の研修講座	—
10	吉田 憲一	海外生活と無償援助工事について	20	6月2日・16日・30日(休)	午前	海外での生活環境(衣食住、気候、治安、言語)と無償資金援助工事についての体験談を伝えたい	—
11	加藤 正三郎	水彩スケッチ(身近な物を描く)	15	6月6日・13日・20日(月)	午後1	夏野菜、花、小物など身近な物を題材にして描く講座	240円
12	有賀 千歳	エゴグラムで自分発見	30	6月7日・21日・28日(火)	午前	エゴグラムを知り、演習を通して自分の性格の自己診断をし、よりよく生きるためのヒントを掴んでみませんか	400円
13	岩本 吉男	「歴史講座」 敗戦直後の東京裁判は、はたして公正だったのか	30	6月7日・14日・21日(火)	午後1	戦後75年、多くの真実が明らかになりました。その真実を学びます(内容は中学の歴史教科書レベル)	—
14	小牧 完次	頼りになるオヤジ・ママになろう！(父原病と母原病を学ぶ)	20	6月8日・15日・7月6日(火)	午後1	父原病や母原病がもたらす幼弱性(依存性、逃避性、観念性、自己中心性)の克服と対策を事例で参加者同士で話し合う	—
15	新堀 栄介	幼児、児童(小学生)の書写指導者養成講座	20	6月10日・17日・24日(金)	午前	小学校書写教育担当の先生の悩みに答え、実技指導を行います	—
16	黒田 恵美	理学療法士がお伝えするママのからだケア講座	10	7月5日・12日・19日(火)	午前	ヨガやピラティスをベースとしたゆったりとした運動を行います	—
17	川崎 幸治	学べる金融とパソコン講座	10	7月5日・12日・19日(火)	午後1	あなたのパソコン・スマートフォンで、簡単にできる投資のお話をします	—
18	浦上 たか子	人の心に響く聴き方共感的コミュニケーション	10	7月7日・14日・21日(火)	午前	共感的な聴き方・考え方を、ワーク中心で体験・練習します	—

※1 No.1～9は1回コース、No.10～18は3回コース ※2 午前=午前10時～正午、午後1=午後1時～3時、午後2=午後4時～6時

(7面から続く)

「家庭のゼロエミッション行動推進事業」申請受け付け中

都では、家庭の省エネ行動を促すため、より省エネ性能の高いエアコン・冷蔵庫・給湯器に買い換えて都内の住宅に設置した都民に対して、商品券などに交換可能な「東京ゼロエミッション」を付与する「家庭のゼロエミッション行動推進事業」を実施しています。

ぜひこの機会に省エネ家電などへの買い換えをご検討ください。

詳細は同事業HPをご覧ください。



同事業HP

申5年3月31日まで(消印有効)

※ただし、予算が無くなり次第終了。インターネットですべての申請手続きが可能です。

問同事業コールセンター ☎0570・005・083 (IP電話の場合は ☎03・6634・1337)



「成年後見(法定後見)制度とは」

成年後見制度は、判断能力が十分でない方が安心して生活が送れるよう、本人の財産や福祉サービスの利用契約、支払いなどを支援し、本人の権利を守る制度です。どんな時に必要になるのかなど法定後見制度について、経験豊富な後見人からお話を伺います。

5月25日(水)午前10時～11時45分

場 市民プラザホール(市役所1階)

対 市内在住の方

定 先着30人

師 稲岡秀之氏(司法書士)

費 無料

持 筆記用具

申5月20日(金)までに(必着、電話 ☎42・479・0294) または FAX ☎42・476・4545)で、氏名・年齢・住所・電話番号を市社会福祉協議会成年後見制度推進機関宛て連絡を

問 同機関

地域の困りごとを解決するアイデア募集

地域福祉の新しい課題に対して、各種団体(ボランティア団体や市民活動団体、福祉施設など)と市社会福祉協議会がお互いの強みを生かして地域の困りごとに対し、一緒に取り組むとともに、実施にかかる費用を助成します。

生活課題の解決につながる企画やアイデアをお待ちしています。

▼ポイント▼地域福祉の担い手の養成に取り組む事業組織、福祉施設および団体などが協働して実施する避難所運営訓練事業▼福祉施設などによる地域福祉に関する事業▼オンラインを活用

用して取り組む地域福祉に関する事業▼福祉関連団体・施設間で協働する地域福祉に関する事業

対 市内で活動する非営利団体(自治会の場合は複数の会からなる実行委員など)

助 成 額 1事業5万円～10万円

対 象 期 間 5年3月までに事業が終了するもの

申 同協議会と相談・打ち合わせの上、申請書類を提出してください。

※詳細は同協議会HPから「地域協働事業ガイドライン」をご覧ください。

問 同協議会ボランティアセンター担当 ☎42・475・0739



同協議会HP

行政情報アプリ「マチイロ」でも「広報ひがくるめ」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。

☎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



マチイロ



★ 多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

大人のためのハーブ講座(春のハーブとドリンク編)

春のハーブの特徴と気軽に取り入れやすい活用方法を専門家から学ぶ連続講座です。

※状況によりオンライン講座(Zoom)への変更および畑見学中止場合があります。

日①5月18日(水)午前10時半～正午(講座) ②26日(水)午後2時～3時半(畑見学) 場①多摩六都科学館 ②有限会社ニクラファーム(西東京市) 対18歳以上 定16人 師新倉大次郎氏(有限会社ニクラファーム)、佐藤うらら氏(六都なおきち) 費1,600円(持ち帰り用ハーブ代、ハーブティー・スイーツ代、保険料)。オンライン開催となった場合は別途着払い送料などが必要 注参加者以外の同伴不可 他①は入館券(大人520円)が必要。②は西武新宿線田無駅集合 日応募締切5月6日(金)までに(必着)、同館HPまたははがきで事前申し込みを。はがきの場合はイベント名・氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記載の上、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 問同館 ☎042・469・6100



春のハーブ畑

市民伝言板

会員募集

◆東久留米パソコンクラブ＝日 月3回。金曜日午後1時半～3時半 場生涯学習センター 費会費月1,000円他他写真を加工して、アートな作品を作ります。初心者向け。パソコン持参 問 渋谷 ☎080・1257・3857

◆東久留米市ターゲット・バードゴルフ協会＝日 毎週月曜・水曜・木曜日と隔週土曜日、午前9時～正午(月1回月例会大会) 場 白山公園、南町・西部運動広場、柳泉園野球場(月例会大会) 費会費年5,000円他誰でも気軽に楽しく健康維持・増進に最適な生涯スポーツです 問 坂田 ☎042・473・5245

◆社交ダンス(草の実ダンス同好会)＝日 月3回。火曜日午後1時半～4時 場 西部地域センター 費会費月200円他素敵な音楽に合わせてフリーで踊っています。年齢制限なし。見学自由。ダンス靴ご持参ください 問 佐藤 ☎090・5396・4544

◆東久留米スポーツウエルネス吹矢協会＝日 毎週金曜日午前9時～11時 他 スポーツセンター 費入会金1,000円、参加費1回200円他スポーツウエルネス吹矢式呼吸法でさまざまな健康効果が期待でき

ます 問 土屋 ☎090・3314・0902

◆歌謡サークル(春江会)＝日 月2回。火曜日午後1時～4時 場 西部地域センター 費会費月2,000円他大いに歌って笑って、さらに健康。人生これから。お待ちしております 問 篠崎 ☎090・1042・5744

◆練功体操(白山体操クラブ)＝日 毎日午前9時～10時(雨天中止) 場 白山公園 費会費年1,000円他見学・体験歓迎。26年間以上続いているクラブです。楽しくみんなで練功体操 問 上野 ☎042・475・7557

◆カントリーダンス(メダカの会)＝日 毎週火曜日午前9時半～11時半 他 西部地域センター 費会費月400円他楽しい音楽とカントリーダンスを一緒に踊りませんか。見学大歓迎 問 谷口 ☎080・1197・6242

◆大正琴(和会)＝日 月2回。月曜・木曜日午前10時～午後4時 場 八幡町地区センター 他 費入会金1,500円、会費月3,500円他他数字譜でどなたも簡単に弾けます。初心者歓迎。無料講習・見学可 問 久保 ☎090・7739・0330

◆居合・棒・合気術(錬心武友会)＝日 毎週日曜日午前11時半～午後5時40分 場 スポーツセンター 費入会金3,000円、会費月3,000円他小学生以上の方、経験のない方、誰でもできます 問 細谷 ☎042・421・4075

◆剣道(雅心剣友会)＝日 毎週土曜日午後

5時～7時と日曜日午前8時～11時 場 第五小学校 費入会金900円、会費月1,000円他他感染対策徹底し活動。見学体験可。ブログぜひご覧ください 問 三瓶 ☎042・472・4052

◆スクエアダンス(東久留米スクエアダンスクラブ)＝日 毎週水曜日午後6時半～8時半 場 市民プラザ 費会費月1,250円他音楽に乗って8人が隊形を変えながら踊ります。年齢制限なし。来て、見て、ためして 問 山口 ☎042・476・0792

◆絵画の会(杉の会)＝日 毎月第1土曜日午前9時～正午 場 生涯学習センター 費会費月2,000円他日本画、水彩、アクリルを楽しく描きましょう。画家による指導あり。岩絵具準備あり 問 橋本 ☎042・423・6086

◆エッセイの会＝日 月1回。第4木曜日午後1時～3時 場 生涯学習センター 費入会金1,000円、会費月500円他他初心者歓迎。各自の書いたエッセイを会員同士で読み合わせします 問 常泉 ☎080・5075・2041

◆東久留米自然ふれあいボランティア＝日 月4回。第2・第4・第5土曜日および土曜日に活動がない週の金曜日、午前9時～午後3時 場 市内の緑地保全地域などの雑木林 費会費年1,000円他他どなたでも参加できます。詳しくはくるくるチャンネルを 問 豊福 ☎042・475・7643

◆硬式テニス(アップル)＝日 毎週日曜日午前9時～午後1時 他 場 市内テニスコート 費会費1回500円他20～50歳の中級以上の方 問 池田 ☎090・7249・3036

◆麻雀教室(健康麻雀[時])＝日 毎週月曜・水曜・金曜日午後1時～5時 場 落合川いこいの水辺前 費会費1回1,000円他初心者歓迎・無料体験有り 問 荒井 ☎070・7518・6128

催し

◆ウクレレ初心者体験会(東久留米ウクレレマハロクラブ)＝日 5月22日(日)午後1時～3時 場 生涯学習センター学習室4 費500円他成人以上。ウクレレ基礎リズム、音階を学ぶ。ウクレレ持参 問 藤沢 ☎080・5383・3313

◆松が丘カフェみよしさんち(松が丘見守り隊)＝日 第2・第4金曜日午後2時～4時 場 浅間町地区センター浅間セブン談話室 費200円他認知症症状をお持ちの方、介護家族を中心に地域の方どなたでも 問 坂本 ☎090・6522・0745

◆打楽器とヴァイオリンが奏でる朧月夜(Ten To Sen)＝日 5月7日(土)午後7時開場・8時開演・9時終演 場 市民プラザ屋内ひろば 費2,000円 問 山本 ☎090・1774・0057



動物愛護管理法の改正により 犬と猫のマイクロチップ装着などが義務化されます

～6月1日からマイクロチップの装着・登録が義務化されます～

環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753

6月1日から、ブリーダーやペットショップなどで販売される犬や猫へのマイクロチップの装着と情報の登録が義務付けられます。登録された犬や猫を家族に迎え入れた飼い主の方は、環境省の「犬と猫のマイクロチップ情報登録サイト」(以下「MC登録サイト」)への変更登録(飼い主の登録)をお願いします。

●6月1日以降に購入した犬・猫

ブリーダーやペットショップなどで購入した犬や猫にはマイクロチップが装着され、飼い主になる際には、環境省のMC登録サイトで、自身を飼い主とした情報への変更登録が必要です。

●6月1日以降に譲り受けた犬・猫

マイクロチップが装着されていない犬や猫を譲り受けた場合や、拾った犬や猫へのマイクロチップ装着・登録は、飼い主の努力義務です。

●既に5月31日までに飼育している犬・猫

マイクロチップの装着・登録は、飼い主の努力義務です。

詳細は、環境省の「犬と猫のマイクロチップ登録制度に関するQ&A」または公益社団法人日本獣医師会の「犬と猫のマイクロチップ情報登録 令和4年6月1日リリースに向けた準備サイト」(以下「準備サイト」)をご確認ください。



環境省



日本獣医師会
準備サイト

犬の登録に関するワンストップサービス ☎健康課予防係 ☎042・477・0030

6月1日から飼い犬の登録に関するワンストップサービスが始まり、マイクロチップを装着・登録した犬の飼い主の方は、一部の手続きを環境省のサイトで行うことができるようになります。

また、6月1日から犬猫販売事業者には環境省令で定める基準に適合するマイクロチップの装着が義務化されます(販売業者以外の犬猫の所有者は努力義務)。このマイクロチップは狂犬病予防法の特例として鑑札とみなされます。マイクロチップの情報登録は、6月1日以降に環境省のMC登録サイトで行います。

なお、狂犬病予防注射と注射済票交付申請は、装着の有無に関わらず毎年必要です(飼い犬には年1回の狂犬病予防注射を受けさせること、注射済票を飼い犬に装着することが義務付けられています)。

マイクロチップ装着・登録の手続きや手数料に関する詳細は、環境省の「犬と猫のマイクロチップ登録制度に関するQ&A」または公益社団法人日本獣医師会の準備サイトをご確認ください。

6月1日以降の手続き

①マイクロチップを装着・登録している犬を迎え入れたら
MC登録サイト(6月1日から利用可)で情報の「変更登録」をしてください。変更登録された後、ワンストップサービスにより市へ通知され、健康課で犬の登録を行います。これにより健康課窓口での登録手続きは不要となり、鑑札の交付はありません(登録されたマイクロチップが鑑札とみなされます)。飼い主の方には毎年3月末に狂犬病予防注射のご案内を発送します。



犬と猫の
マイクロチップ
情報登録サイト
(6月1日から)

②マイクロチップを装着・登録していない犬を迎え入れたら
健康課窓口で登録手続きをしてください(従来と同じ)。窓口で登録を証明する「犬鑑札」を交付します。「犬鑑札」は、必ず犬の首輪などにつけてください。

受付窓口健康課予防係(わくわく健康プラザ内)

受付時間平日午前8時半～午後5時15分

手数料3,000円(紛失などにより鑑札を再交付する場合は手数料1,600円)。なお、表1の市獣医師会加入の動物病院でも、予防注射、注射済票交付と併せて新規登録ができます(2・3月を除く)。

◎6月1日以降のマイクロチップ登録の有無による手続き方法
表2の通り

表1 注射、済票交付、新規登録ができる動物病院

病院名	所在地	電話番号
いそべ動物病院	中央町4-8-10	042・471・0031
かざま動物病院	中央町2-6-50	042・453・8111
田中動物病院	東本町4-9	042・474・0533
トオヤ動物病院	中央町1-1-49	042・473・7078
くるめ動物病院	八幡町3-3-12	042・477・3443
どんぐり動物病院	下里5-9-15	042・475・5562

表2 主な手続き

手続き内容	マイクロチップ(MC)装着・登録	
	「あり」の場合	「なし」の場合
新規登録	MC登録サイト	健康課窓口
住所変更(市内)	MC登録サイト	健康課窓口(郵送可)
住所変更(市外への転出)	MC登録サイト(原則) ※転出先の自治体にご確認ください。	転出先の自治体窓口
住所変更(市外からの転入)	MC登録サイト(原則) ※前住所地の自治体で「鑑札」を交付されていた場合は健康課へお問い合わせください。	健康課窓口
鑑札の再交付	MC登録サイト ※登録証明書の再交付。	健康課窓口
死亡	MC登録サイト	健康課窓口(電話、電子申請も可)

既にマイクロチップを装着した
犬や猫の飼い主の方へ

5月31日まで
移行登録受付サイトにて
無料で移行登録の
受け付けができます

6月1日から、ブリーダーやペットショップなどで販売される犬や猫への、マイクロチップの装着・登録が義務付けられることに伴い、既に情報を登録団体※に登録したマイクロチップを装着した犬または猫の飼い主の方は、5月31日まで無料で環境省データベースへの移行登録の受け付けができます。

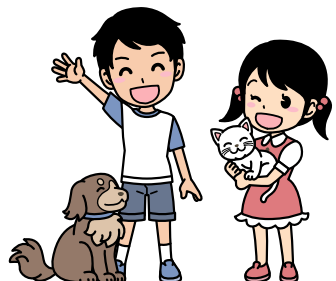
※登録団体＝Fam、ジャパンケネルクラブ、マイクロチップ東海、日本マイクロチップ普及協会、日本獣医師会(AIPO)。



環境省データ
ベースへの移行
登録受付サイト

6月1日以降に移行登録する場合は、5月31日以前にマイクロチップを装着・登録していた証明が必要となり、無料の移行登録が困難である場合があります(通常の登録は登録手数料がかかります)。そのため、移行登録を希望する場合は、5月31日までに手続きをしてください。

詳細は、公益社団法人日本獣医師会の「環境省データベースへの移行登録受付サイト」または準備サイトをご確認ください。



えいごであそぼう

日 5月21日(土)▼幼児クラス=午後1時半から▼小学生クラス=午後3時から場 南部地域センター地下音楽室 内遊びながら自然に覚える外国語シリーズです。多言語に興味を持つ機会を提供します対 幼児～小学生低学年定 各クラス10人師 Mai氏(英語教育のベテラン講師)費 1,000円(教材費込み)注 感染対策を行った上でご来場ください申 電話または直接同センターで問 同センター ☎042・451・2021

アニメ講演会～アニメーションの現在、過去、そして未来～

日 5月22日(日)午後1時～3時場 西部地域センター3階ホール内 テレビアニメ草創期から数々の作品作りを担ってきたタマ・プロダクション。その看板アニメーターとして活躍した西城氏がこれからの若い世代にアニメーションの魅力を語ります対 アニメに興味のある方定 先着100人師 西城隆史氏(「ブラックジャック」や「リトル・マーメイド」などさまざまな作品の原画・作品監督)費 無料他 マスク着用で申 電話または直接同センターで問 同センター ☎042・471・7210

第11回「東部演芸館」

東久留米演奏家協会の皆さんによる楽器演奏・歌唱のコンサート。皆さんがどこかで聞いたことのあるクラシックの名曲が披露されます。午後のひとときを素晴らしい音色と歌声で癒されてください。日 5月22日(日)午後3時～4時半場 東部地域センター講習室内 クラリネット・ピアノによる演奏・ピアノ伴奏による歌唱など定 60人(要予約)師 東久留米演奏家協会費 500円注 車でのご来場不可。来場の際は検温、手指の消毒、マスクの着用を申 5月1日(日)午前9時から電話または直接同センターで問 同センター ☎042・470・8020

シネマdeおしゃべり「ガールズ★ロック」

映画上映と自由参加のおしゃべりタイムもあります。日 5月27日(金)午後6時～8時場 市役所7階704会議室内 ▼映画紹介=アメリカで始まり、世界中に広がっている「ガールズ・ロック・キャンプ」のドキュメンタリー映画。楽器に触ったこともない8歳～18歳の少女が集まり、1週間のワークショップの後、700人の観客の前でライブを行います。少女たちがロックを通して解放され、自信をつけ自尊心を高めていく姿が圧巻です▼監督=アルネ・ジョンソン&シェーン・キング▼制作年=2007年▼上映時間=89分定 15人(要予約)申 5月2日(月)から、申し込みフォーム、または男女平等推進センター宛て 〆(fifty2@city.higashikurume.lg.jp)、電



申し込みフォーム

話(☎042・472・0061)のいずれかで申し込みを問 同センター(市役所2階、平日午前9時～午後5時)

放課後講座「プラ板工作」

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 5月25日(水)午後4時～5時場 同センター創作室内 内 プラ板工作対 小・中学生定 先着12人師 同センタースタッフ費 無料時 筆記用具申 5月1日(日)午前9時から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)で問 同センター

スポーツ

出前ニュースポーツデー

誰でもすぐにできるニュースポーツが体験できます。今回はボッチャとラージボール卓球をお楽しみいただけます。日 5月14日(土)午前10時～午後4時場 わくわく健康プラザ体育館内 ボッチャ・ラージボール卓球費 100円(未就学児無料)時 室内履き(運動ができる靴)、飲み物、タオル他 マスク着用の上、運動ができる服装で直接会場へ問 生涯学習課 ☎042・470・7784

ダンスからだ養成講習会

日 5月19日(木)、6月23日(木)のいずれも午後1時～3時半場 スポーツセンター第一体育室内 「からだを使ってフルツおよびルンバをどのようにして踊るのか」を具体的に講習。先生の真似をしながらの練習なのでわかりやすくするためにになります対 60歳以上で社交ダンスに関心がある人定 先着100人師 家泉朋美氏(全日本グランドファイナリスト)費 無料時 ダンスシューズ、動きやすい服他 都・都体育協会・市体育協会主催、市ダンス連盟主管申 5月1日(日)から電話で問 同連盟・西垣内 ☎090・1885・8856

ジュニア育成地域推進事業「ジュニアソフトテニス教室」

日 全16回。6月～10月の原則第5を除く毎週土曜日。6月～9月が午前10時～正午、10月は午前9時～11時。小学生大会は10月29日(土)午前9時～午後3時場 柳窪テニスコート対 原則市内在住・在学の小学3年～初心者の中学1年生定 小学生40人、中学生5人費 無料時 テニスシューズ、ラケット(貸し出し有り)、タオル、飲み物注 マスク着用・事前検温で参加他 都・都体育協会・市体育協会主催申 5月25日(水)までに(必着)、往復はがきに教室名・氏名・住所・電話番号・ 〆アドレス・学校名・学年(返信用にも氏名・住所)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内市体育協会事務局宛て郵送を問 同協会事務局 ☎042・470・2722

第1回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

榛名だより

榛名山ハイキング

5月になると榛名湖周辺の木々が芽吹き、「ヤマザクラ」「ヤマツツジ」「レンゲツツジ」が次々と花を咲かせます。

沼ノ原からヤセオネ峠一帯の30haには一面にツツジが自生しており、関東ふれあいの道やゆうすげの道などのハイキングコースでは、木々の深緑と、ヤマツツジやレンゲツツジの鮮やかな赤色とのコントラストを楽しむことができます。ヤマツツジは5月下旬頃、レンゲツツジは6月上旬頃から咲き始めます。

榛名の大自然のなかで、ツツジの鑑賞を楽しんでみてはいかがでしょうか。

問 榛名観光協会

☎027・374・6712(月曜～金曜日午前8時半～午後5時15分)

☎027・374・5111(土曜・日曜日、祝日午前8時半～午後5時15分)

(高崎市榛名支所地域振興課)



榛名富士とヤマツツジの花

づくりをしませんか。主催は市体育協会。

日 6月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)の全4回▼Aコース=午前10時～11時▼Bコース=午前11時～正午場 スポーツセンタープール内 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)師 市水泳連盟推薦の有資格者費 1,600円時 水着・水泳帽・タオル申 5月2日(月)～13日(金)に(必着)、市体育協会 〆の申し込みフォームまたは郵送で。郵送の場合、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・在学の場合は在学先(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内市体育協会事務局宛て郵送を問 同事務局 ☎042・470・2722



市体育協会 〆

初心者や弓教室

武道の和弓を通して礼儀作法から学んでみませんか。主催は市体育協会。

日 全6回。6月1日(水)・4日(土)・8日(水)・11日(土)・15日(水)・18日(土)のいずれも午後7時～9時場 スポーツセンター弓道場対 市内在住・在勤・在学の18歳以上(高校生不可)で6日間参加できる方定 10人(応募多数の場合は抽選)師 市弓道連盟会員費 2,500円(保険料)申 5月2日(月)～13日(金)に(必着)、市体育協会 〆の申し込みフォームまたは郵送で。郵送の場合、往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先・在学の場合は在学先(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内市体育協会事務局宛て郵送を問 同事務局 ☎042・470・2722



市体育協会 〆

誰でもエアロビクス教室(前期)

日頃の運動不足を解消してみませんか。まずは気軽に体を動かしましょう。主催は市体育協会。

日 全10回。6月7日～8月9日(予備日8月16日)のいずれも火曜日午前9時半～10時半場 スポーツセンター第1体育室内 市内在住・在勤・在学で18歳以上(高校生不可)の健康な方定 35人(応募多数の場合は抽選)師 日本こどもフィットネス協会公認インストラクター費 3,500円(保険料)申 5月2日(月)～13日(金)に(必着)、市体育協会 〆の申し込みフォームまたは郵送で。郵送の場合、往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先・在学の場合は在学先(返信用にも住所・氏名)を記入の上、〒203-0011、大門町2-14-37、スポーツセンター内市体育協会事務局宛て郵送を問 同事務局 ☎042・470・2722



市体育協会 〆

くらし

薬湯の日「菖蒲湯」

日 場 5月5日(休・祝)、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 末就学児は無料問 各利用施設

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。

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/

(12面から続く)

■ **幼児のつどい**

☎5月12日(木)が「親子遊び」、19日(木)が「小麦粉粘土」、いずれも午前10時半からと11時5分からの2部制☎1～4歳児と保護者☎各部12組☎12日分は5月6日(金)、19日分は5月13日(金)のいずれも午後1時半から電話でのみ受け付け

■ **パパサタ**

☎14日(土)午前10時40分～11時20分☎パパ向けリラクゼーションヨガ☎乳幼児と保護者☎8組☎師aki氏☎持長めのタオル、飲み物☎他足先の出る動きやすい服装で☎5月7日(土)午前10時から(電話可)

■ **工作戦隊**

☎15日(日)午後2時から、2時45分から、3時半からの3部制☎キラキラ輝く万華鏡を作ろう☎小学生☎各部5人☎5月8日(日)午前10時から(電話可)

|| **けやき児童館**

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■ **おはなしの日**

☎5月10日(火)午前11時～11時25分☎絵本の読み聞かせや手遊びなど☎乳幼児と保護者☎みくりおはなしの会

■ **赤ちゃん広場**

☎11日(水)午前10時半から☎助産師による体重測定・育児相談☎0歳児と保護者☎ひがしくるめ助産師会☎バスタオル☎当日会場で(参加人数によってお待ちいただく場合があります)

■ **おはなし会**

☎11日(水)午後3時～3時半☎絵本の読み聞かせなど☎小学生☎他協力は東

4. 5. 1

部図書館

■ **幼児のつどい**

☎12日(木)が「ミニミニ音楽会」、19日(木)が「新聞紙遊び」、いずれも午前10時半からと11時10分からの2部制☎1～4歳児と保護者☎各部15組☎12日分は5月6日(金)、19日分は5月13日(金)のいずれも午後1時半から電話でのみ受け付け

■ **リトミック講座**

☎27日(金)午前10時半～11時が首が据わったお子さんと保護者、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保護者☎リトミック団体による音楽イベント☎乳幼児と保護者☎先着15組☎師千葉氏(リトミック研究所)☎5月13日(金)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

■ **オセロの日**

☎5月4日(水)祝午後3時半から☎小学生☎当日会場で

■ **防災教育の日**

☎7日(土)午後3時半から☎地震・火災を想定した訓練☎利用者全員☎当日会場で

■ **幼児のつどい**

☎12日(木)・19日(木)いずれも午前10時半からと11時10分からの2部制☎触れ合い遊び、5月お誕生日会☎12日が1歳児、19日が2～4歳児☎各部15組☎12日分が5月6日(金)、19日分が5月13日(金)のいずれも午後1時半から電話で



いきいき健康家族

No.202

在宅でがんの緩和ケア

もし自分が将来がんを患って治すことができない状態になったときに、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。がんは昭和56年以降ずっと死因の第1位であり、全死亡の3人に1人はがんで亡くなっています。痛みを伴う終末期をどこで過ごしたいかと意向調査を行うと、約6割の方が自宅で療養したいと希望されています。しかし、療養する間に体調が悪化してきたり痛みや苦しさが強くなってきて、最期の看取りの場は緩和ケア病棟に入院したいと希望される方もいらっしゃいます。近年はコロナ禍のため病院では面会が制限されることがあり、実際に自宅で最期を迎えられる方はとても多くなっています。

どのような希望でも途中で考えが変わっても全く問題はありません。いつでも、どこでも、切れ目のない緩和ケアを受けられるような体制を主治医や関係スタッフと一緒に考えていくことが大切です。自宅で療養する際は苦しいときに誰に相談すればいいのかな。病状急変時に在宅の先生や看護師さんは対応してくれるのかな。痛いと

きはどのようにお薬を使えばいいのか。介護は慣れていないけれど家族だけでしなくてはいけないのかな。など色々な悩みや心配があると思います。

東久留米市の在宅医療では、患者さま・ご家族を中心に訪問のドクター、看護師、薬剤師、生活介護をサポートしてくれるケアマネージャー、訪問介護、福祉用具担当などさまざまな専門家が意見交換をしながらチームとなり患者さまの療養生活をサポートします。緩和ケアに必要な、痛みや呼吸苦、精神面のサポートなど、辛い症状に対する麻薬を含めた治療は、自宅でもほぼ病院と同様の治療が可能です。もちろん病状急変時にも対応できます。

限られた時間を住み慣れた場所で大切な人と過ごすことを考えてみましょう。お困りでしたら東久留米市在宅療養ガイドブックを参照してみてください。在宅で皆さまをサポートしてくれるスタッフや、どこに相談したらいいのかなど、わかりやすく記載してあります。

(東久留米市医師会)

■ **わらべうたで子育て**

☎17日(火)午前10時半～11時半☎わらべうたや子育てのお話☎0歳児と保護者☎8組☎師原悠子氏☎5月10日(火)午前10時から電話または来館で

■ **ぴよぴよママの会**

☎18日(水)午前10時～11時半☎体重測定・育児相談☎0歳児と保護者☎12組☎師助産師☎バスタオル、母子健康手帳☎5月11日(水)午前10時から電話または来館で

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

■ **本村小なかよし広場**

☎5月6日(金)午前10時～11時半☎本村小学校1階相談室☎お子さんと遊びながら育児の情報交換☎乳幼児親子☎徒歩か自転車で来場を☎当日会場で

■ **手づくり布おもちゃの会**

☎17日(火)午前10時～11時半☎同センター地域活動室☎オリジナルの布おもちゃを作ります(材料は1セット無料で用意あり)☎12カ月までのお子さんと保護者☎6組☎費無料☎縫い針、はさみ☎5月10日(火)午前10時から電話または同センターで

■ **わくわくおはなし広場**

☎23日(月)午前11時～11時半☎同センター地域活動室☎乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、ペープサート、手遊びや親子の触れ合い遊び☎0歳児～未就学児と保護者☎6組☎費無料☎5月9日(月)午前10時から電話または同センターで

|| **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

■ **おはなし広場**

☎16日(月)午前11時～11時半☎同センター乳児室☎ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど☎1歳以上の乳幼児と保護者☎6組☎費無料☎5月9日(月)午前10時から電話または同センターで

■ **臨時休館のお知らせ**

5月19日(木)は館内整備のため休館します。

|| **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はいません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。互いの悩みや育児に関する話を話し合い、自分にあった子育ての仕方を学びます。講座に参加しママ友達を作りましょう。

☎全6回。6月1日～7月6日の毎週水曜日前午10時～正午☎スポーツセンター第2会議室☎詳細は同センターへ☎市内在住の乳幼児親子で、全6回参加できる方☎先着10組☎費無料☎同講座の参加は1世帯1回のみ☎他対象児の保育あり(0歳児5人、1～5歳児5人)☎5月10日(火)午前10時から電話または同センターで☎同センター

|| **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)**

☎5月9日(月)午後1時半～4時半☎場第一・第二会議室☎親子の遊び場、かわいいお花の工作☎乳幼児～小学生

■ **本村小学校(屋内)**

☎17日(火)午後4時～5時半☎場体育館☎楽しい運動遊び～楽しいレクリエーション～☎小学生

■ **小山台遺跡公園(屋外)**

☎21日(土)午前10時～正午☎シャボン玉遊びを楽しもう☎乳幼児～小学生

■ **野火止地区センター(屋内)**

☎30日(月)午後1時半～4時半☎場第一・第二会議室☎親子の遊び場、かわいいお花の工作☎乳幼児～小学生

《共通事項》

費無料☎タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子☎徒歩か自転車で来場を。食べ物原則持ち込み禁止。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☎当日会場で☎児童青少年課児童青少年係☎042・470・7735

図書館

よう!あそぼう!かがくの本「ためしてみよう くつつくちから」

科学の絵本の読み聞かせイベントです。テーマは「のり(糊)」。もののくつつき方について考えます。

☎5月29日(日)午前10時半～11時半☎場中央図書館1階北開架室☎お米で糊づくり体験、テーマ関連本の読み聞かせ・ブックトーク☎小学生☎12人☎費無料☎筆記用具☎他協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんといんど」☎5月1日(日)～28日(土)に電話または直接同館カウンター(毎週金曜日・第3火曜日は休館)で☎同館☎042・475・4646



|| **5月の休館日**

金曜日は全館休館です。中央図書館は17日(火)も休館です。☎中央図書館☎042・475・4646

文化

|| **ヨガ教室**

☎5月14日(土)①午前9時半～10時半②11時～正午☎場市民プラザ会議室(市役所1階)☎人気のヨガ教室。身体のコリを解消して毎日をもっと楽しくリラックス☎各10人(要予約)☎師中村陽子氏(YMCメディカルトレーナー他)☎費各回500円(当日集金)☎持飲み物、タオル☎動きやすい服装で、マスクの着用を☎電話または直接市民プラザ窓口で☎市民プラザ☎042・470・7813





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
☎・FAX042・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)

〈今月の月間・週間案内〉水防月間、憲法週間 (1日～7日)、児童福祉週間 (5日～11日)、地質の日 (10日)、看護の日 (12日)、国際生物多様性の日 (22日)

けんこうとイベント・講座は10面まで続きます

けんこう

肺がん検診

日 5月1日(日)～31日(火) 場 下表の実施医療機関 図 問診と胸部レントゲン検査、喀痰検査 (必要な方のみ) 対 市内在住で5年3月末時点で40歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮ください。①現在、肺の疾患で治療中または経過観察中の方 ②過去に精密検査で異常を指摘された方 費 レントゲンのみ1,500円、レントゲンと喀痰検査2,000円 (生活保護受給者などは無料。ただし、受給者証明書の提出が必要) 持 喀痰の検体が提出されなかった場合も自己負担金はお返しできません 他 検診結果は6月下旬から順次郵送します 申 直接実施医療機関へ 問 健康課 特定健診係 ☎042・477・0013

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診

日 4年度の特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診の受診月は誕生月ごとに次の通りです (一部例外あり)。個別通知は受診月の前月下旬に発送します ▼4～6月生まれの方＝6月

▼7～9月生まれの方＝7月 ▼10・11月生まれの方＝8月 ▼12・1月生まれの方＝9月 ▼2・3月生まれの方＝10月 図 ▼特定健診＝市国民健康保険加入者で5年3月31日時点で40歳～74歳の方 ▼後期高齢者健診＝後期高齢者医療被保険者 ▼無保険者健診＝生活保護受給者など 他 4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は健康課 特定健診係 ☎042・477・0013へ問い合わせてください 問 同係

BCG予防接種

日 5月18日(水) 午後1時半～3時 受け付け 場 わくわく健康プラザ 図 3年12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) 持 母子健康手帳、予防票 他 日程の都合がつかない方は、次回6月15日(水)でも接種可 申 当日会場で 問 健康課 予防係 ☎042・477・0030

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

幼児のつどい

日 内 5月12日(木)が「触感あそび」、19日(木)が「体育あそび」、いずれも午前10時半からと11時5分からの2部制 対 1～4歳児と保護者 定 各部12組 申 12日分は5月6日(金)、19日分は5月13日(金)、いずれも午後1時半から電話でのみ受け付け

ベビーマッサージ

日 13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9カ月までのお子さん 定 各部4組 師 鈴木あゆみ氏 持 バスタオル、飲み物 他 動きやすい服装で。予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください 申 5月2日(月) 午前10時から受け付け (電話可)

わらべうたスマイル講座

日 18日(水) 午前10時半～11時半 内 「人を求める気持ちを育てる」わらべうたと育児の悩み相談 対 0歳児と保護者 定 6組 師 原悠子氏 申 5月9日(月) 午後1時半から受け付け (電話可)

春のおはなし会

日 対 22日(日) 午前10時半～11時が幼児、11時～11時半が小学生 内 絵本の読み聞かせや素話など 定 幼児は8組、小学生は10人 師 滝山おはなし会 申 5月7日(土) 午後1時半から受け付け (電話可)

リトミック

日 対 23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 各回12組 師 千葉理恵子氏 持 飲み物 他 動きやすい服装で 申 5月9日(月) 午前10時から受け付け (電話可)

中央児童館

中央町1-10-11 ☎042・476・2161

おはなし会

日 5月3日(火・祝)・10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 他 協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 申 当日会場で (11面へ続く)



表 4年度肺がん検診実施医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
武田クリニック	大門町1-1-24	042・477・5856
おかの内科クリニック	東本町6-15、2階	042・477・0055
石橋クリニック	東本町8-9、2階	042・477・5566
福山内科クリニック	新川町1-9-22	042・470・9177
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	042・421・0973
清水胃腸科内科	本町1-1-11	042・472・8709
古谷消化器科内科	本町3-1-9	042・476・4100
富士見通り診療所	本町3-3-23	042・471・2291
水野胃腸クリニック	本町3-8-19	042・420・6527
山口内科・呼吸器科クリニック	本町3-12-2	042・472・2386
東久留米なごみ内科診療所	幸町3-11-14	042・470・7530
鹿島医院	南沢4-3-2	042・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	042・452・5801
鈴木クリニック	南沢5-18-50	042・460・8502
すずのね内科・神経内科	前沢4-7-11	042・474・1112
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	042・470・9118
尾町内科クリニック	南町1-6-11	042・460・0531
滝山病院	滝山4-1-18	042・473・3311
黒目川診療所	滝山5-27-16	042・420・7215
飯田医院	滝山7-15-16	042・472・8181

※医療機関には事前に連絡し、検診日・時間などをご確認ください。

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。

5月1日・3日・8日・15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)

5月4日＝石橋クリニック (東本町8-9、☎042・477・5566)
5月5日＝福山内科クリニック (新川町1-9-22、☎042・470・9177)

歯科

5月1日・3日・4日・5日・8日・15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)

5月1日・4日・8日＝滝山病院 (滝山4-1-18、☎042・473・3311)
5月3日・5日・15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