



東久留米市

検索



各地域包括支援センター職員の皆さん
(左から順に3人ずつ西部・中部・東部)

ひとり暮らし世帯・高齢者のみ世帯の方へ

東久留米市みまもりネットワークをご活用ください

市では、さまざまな高齢者のみまもり事業に取り組んでいます。今回は、介護保険サービス外のみまもり事業である、「みまもりネットワーク事業(登録料無料)」をご紹介します。

市内の65歳以上の高齢者世帯のうち、ひとり暮らし世帯は1万171世帯(令和2年)で、介護保険制度が創設された平成12年の6,201世帯から、約1.6倍増加しています。「元気だけど何かあったときに心配」「定期的に声をかけてもらえると安心」などの思いをお持ちの方に、おすすめしたい事業です。この事業に登録すると、民生委員などの市のみまもり協力員が、ゆるやかにみまもりを行います。申請受け付けは市が設置する高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センター」で行い、同センターの職員が、「毎週水曜

日の午前中に声をかけてほしい」「週2回カーテンが朝に開いているか見てほしい」などのみまもり計画の作成をお手伝いします。また、同センターの職員が関わることで、介護保険サービスが必要になったときには、速やかに支援につないでいきます。ぜひ、「ご自身のみまもり担当」を早めに地域でみつけておきませんか。

※みまもり協力員には、知り得た個人情報について守秘義務があります。

なお、次の①～④はできません。①相談業務②買い物・掃除などの家事支援など③通院介助や医療行為④身元保証人など

☎介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2501～2503)

「あんしん生活調査」アンケートにご協力を

地域包括支援センターの職員が訪問します

市では、在宅の高齢者が地域で孤立することなく、安心・安全な生活が送れるよう、「あんしん生活調査」アンケートへのご協力をお願いしています。

☑自宅訪問により、みまもりや声掛けのほか、困りごとを早期に把握し必要な支援につなげることを目的に、地域包括支援センターの職員が対象者のご自宅に訪問して、生活状況などをお聞きするアンケートです

☑対象地域(※)にお住まいの、75歳以上の「ひとり暮らし世帯」の方、または65歳以上の「高齢者のみ世帯」の方

※対象地域となる世帯には、今後、事前にお知らせします。対象地域以外の世帯で訪問を希望される場合は、電話でご相談ください。

☎お住まいの地域を担当する包括支援センターまたは介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2501～2503)

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の方やご家族をあたため目で見まもる「応援者」として、認知症サポーター養成講座を受講しませんか。東部地域包括支援センター主催。

☎6月18日(土)午前10時～11時半(9時半から受け付け)

☎東部地域センター講習室

☎認知症の正しい理解や接し方、サポーターとしてできることなど。認知症の予防方法も一緒に学びます

※受講修了者には、「認知症サポーターカード」を差し上げます。

※手話通訳が必要な方は申込時に必ずお伝えください。

☎市内在住・在勤の方で認知症サポーター養成講座を受講したことのない方

☎先着30人

☎無料

☎5月16日(月)～31日(火)午前9時～午後5時に東部地域包括支援センター(本部)へ電話(☎042・428・7788)またはFAX042・429・1300で



地域包括支援センターとは

地域包括支援センターは、市が設置(委託)する高齢者の総合相談窓口で、専門の職員が介護・保健・医療・福祉のさまざまな面から総合的に支援する機関です。生活での困りごとなどがありましたら、電話でご相談ください。

●東部地域包括支援センター(本部)

☎042・428・7788

所在地氷川台2-6-6、社会福祉法人マザアス隣

担当地区上原、金山町、神宝町、氷川台、大門町、小山、東本町、新川町、浅間町

●中部地域包括支援センター(本部)

☎042・451・5121

所在地南沢5-18-36、特別養護老人ホームシャローム東久留米内

担当地区本町、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

●西部地域包括支援センター

☎042・472・0661

所在地下里4-2-50、特別養護老人ホームけんちの里内

担当地区前沢四・五丁目、滝山、野火止、八幡町、柳窪、弥生、下里



5月31日(火)納期限

納期内納付にご協力ください。
国納税課 ☎042・470・7729

固定資産税・都市計画税

第1期

軽自動車税(種別割)

全期

マイナンバーカード
受け取りの日曜窓口

マイナンバーカードをお渡しする準備ができた方に交付通知書(緑色の封筒)を発送しています。

交付通知書が届きましたら、お早めに受け取り手続きをお願いします。

6月5日の日曜窓口

マイナンバーカード受け取り手続きのための臨時日曜窓口を開設します。平日の受け取り手続きが難しい方はご利用ください。日曜窓口は完全予約制で行い、カードを後日郵送します。

6月5日(日)午前9時～最長午後1時(午後0時半の予約者の受け付けが終わり次第、閉庁します)

場市民課(市役所1階)
予約受付開始日時 5月23日(月)午前9時

予約方法 次のいずれかの方法で予約してください

①専用コールセンター ☎0120・0178・333(午前8時半～午後5時(土曜・日曜日、祝日を除く))

②専用予約サイト(24時間対応)

注 予約枠が埋まり次第受け付け終了

他 電子証明書の更新手続き(予約制)も行います。詳細は市HPまたは電話で確認してください

※なお、同カードの申請数の増加により、現在、臨時的に後日郵送での受け取り手続きを行っています。

申 問 市民課住民記録係 ☎042・470・7722



4年度軽自動車税(種別割)の納税
通知書を発送します

納期限は5月31日(火)です。5月11日に発送した納税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で納付されるかスマートフォンアプリを使用してお納めください。

国納税課 ☎042・470・7729

◎申請により減免される制度があります
軽自動車税(種別割)の減免要件や申請に必要な書類などは、納税通知書に同封されているお知らせや市HP、または課税課市民税係へお問い合わせください。

なお、前年度に減免を受けている方で、軽自動車の使用実態にかかると報告書を3月の期限内に提出された方は、改めて申請の必要

はありません(使用実態に変更があった方は申請が必要です)。詳細は市HPをご覧ください。

国課税課市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)

交通災害共済
「ちよこつと共済」に
加入しませんか

万が一の交通事故に備えて「東京都町村民交通安全共済(ちよこつと共済)」に加入しませんか。ちよこつと共済は、東京都39全市町村が共同で実施する共済制度で、会員が交通事故のけがにより治療を受けた場合、会員の皆さんが出した会費から、見舞金をお支払いする事業です。

現在、4年度の加入申し込みを随時受け付けています。

共済期間加入日の翌日～5年3月31日

加入資格 共済期間の開始日に市内に住民登録のある方
会費 ▼Aコース 11000円 ▼Bコース 5500円
(コースによって見舞金の額が異なります)

加入申し込み管理課(市役所5階、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、市内の金融機関(ゆうちょ銀行を除く)で受け付けています。また、インターネット申し込みもご利用できます。詳細はちよこつと共済HPをご確認ください

問 同課管理調整担当 ☎042・470・7764



表 国保温泉センターの一覧表

施設名	所在地	電話番号	利用料金
檜原温泉センター 数馬の湯	西多摩郡檜原村2430	042・598・6789	終日 割引後料金 大人630円、小学生240円
奥多摩温泉 もえぎの湯	西多摩郡奥多摩町氷川119-1	0428・82・7770	3時間 割引後料金 大人250円割引、小学生200円割引
秋川渓谷 瀬音の湯	あきる野市乙津565	042・595・2614	3時間 割引後料金 大人700円、小学生250円
生涯青春の湯 つるつる温泉	西多摩郡日の出町大久野4718	042・597・1126	3時間 割引後料金 大人660円、小学生230円

国民健康保険
温泉センターの
割引利用券の配布

東京都国民健康保険団体連合会では、保健施設「国保温泉センター」の利用料の一部を助成しています。

施設名など左表の通り
※営業日時は、直接各施設にご確認ください。

利用資格 国民健康保険に加入している方
利用方法 「国保温泉センター割引利用券」に必要事項を記入の上、同センターで利用料金を支払う際に提出してください(国民健康保険被保険者証の提示が必要です)。

同割引利用券は、保険年金課(市役所1階、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所)で配布しています。

問 保険年金課国民健康保険係 ☎042・470・7733

新型コロナウイルスワクチン関連情報

問 市新型コロナワクチンコールセンター
(市コールセンター) ☎042・420・7177
※詳細は市HPをご覧ください。



◆3回目接種券の発送

2回目の接種を3年11月16日～30日に行った方への接種券は4年5月27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。

◆3回目接種までの期間短縮

ファイザー社製およびモデルナ社製のワクチンは、2回目接種から5カ月以上経過すれば接種が可能となる予定です。
最新の情報は市HPをご確認ください。

★集団接種で既に予約を受け付けている接種日について

次の日程・会場において、予約の空きがある場合は、随時予約受け付け中です。会場は各日程とも市民プラザ、わくわく健康プラザです。
①5月21日(土) ②5月22日(日) ③5月28日(土) ④5月29日(日)

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 ㊚: 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にご注意ください) (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。

◆4回目接種が始まります

新型コロナウイルスワクチン接種について、次の通り、国から方針が示されました。今後、詳細が決まり次第、市HPおよび広報紙などでお知らせします。

対象者 3回目接種から5カ月以上経過し、次のいずれかに該当する方
①60歳以上の方
②18歳以上60歳未満で基礎疾患をお持ちの方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方

接種券の発送など

①に該当する方 = 3回目接種時期をもとに順次発送予定です
②に該当する方 = 4回目接種券の交付依頼が必要です。交付依頼は市HPより行っていただくか、市コールセンターまでお問い合わせください
※ただし、3回目のワクチン接種後に東久留米市に転入された方や、海外で接種を行った方など、市で接種記録を確認できない方は②と同様に交付依頼が必要です。

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。



元気回復施設を
ご利用ください

市では、市内の銭湯（源の湯、第二喜多の湯）と契約を結び、利用料金の一部（年5回を限度）を補助しています。

国民健康保険または後期高齢者医療制度にご加入の方

申利用券の交付は、被保険者証を持参して保険年金課（市役所1階）で手続きを

国民健康保険に加入している方は保険年金課国民健康保険係 ☎042・470・7733、後期高齢者医療制度に加入している方は保険年金課高齢者医療係 ☎042・470・7846

子どもと教育

東久留米市ファミリー・サポート・センター事業説明会

ファミリー・サポート・センターは、有償の子育て助け合い事業です。お子さんの預かりや送迎を手伝ってくださる地域の協力者（サポート会員）を募集しています。協力者（サポート会員）は入会后、講習会（6月予定）の受講（修了）により登録となり、その後、活動を紹介します。

講習会開催前のこの時期に、ぜひ事業説明会にご参加ください（事前予約制、利用者・協力者合同）。

日①5月28日(土)②6月2日(休)③6月7日(火)いずれも午前10時から30分程度

場①②わくわく健康プラザ

災害に備えるために
正確な情報を得る準備をしましょう

これから本格的な梅雨の季節となり、台風の接近や急な豪雨などによる、河川の増水や土砂災害に注意が必要です。災害発生時には、さまざまな情報が発信されます。地域で起きていることを正確に把握して、災害に備えましょう。

図防災防犯課 ☎042・470・7769

◆災害情報をメールで配信
「安心くるめーる」にご登録を

災害時に市民の皆さんがメールで情報を受け取れる「安心くるめーる」に、ぜひご登録ください。災害時には気象の状況、避難情報、避難所の開設状況などの災害関連情報や、防災行政無線の放送内容について、タイムリーに情報をお届けします。また、特殊詐欺などの「防犯情報」も配信します。

登録方法など詳細は市庁をご覧ください。

◆お住まいの地域の防災情報をマップで確認

配布場所 市政情報コーナー（市役所1階）、防災防犯課（市役所2階）、各連絡所、各地域センター、郵便局など

※市庁からもご覧になれます。

市庁
(安心くるめーる)

市庁
(防災関連情報)

防災マップ

洪水ハザードマップ

2階社協会議室③市民プラザ会議室

各先着10人

事前送付資料、入会希望者（保護者の顔写真、本人確認書類（健康保険証、運転免許証など）

お子さんの同席可（保育なし）

☎電話または直接ファミリー・サポート・センター ☎042・475・3294

◎サポート会員講習会

日6月16日(木)～7月6日(水)のうち7日

場わくわく健康プラザ集会室1

※詳細は市社会福祉協議会庁をご覧ください。

図同センター

台風への備えを

台風は毎年のように日本各地に接近または上陸し、大きな被害をもたらします。いざという時に正しい対応ができるよう、知識や対策を身につけて備えましょう。

◎東京マイタイムライン

災害時に慌てることがないように、地域や個人の特性をふまえた避難行動を自ら事前に時系列で作成できるものです。冊子は消防署や市役所で配布しており、東京都防災庁でも入手できます。避難に必要な情報も得られますので、ぜひご利用ください。

◎地域の防災訓練に参加しましょう

防災に関する知識・身を守るための行動が身につく近所の方とお互いを知るきっかけにもなります。地域で協力し助け合える環境を築きましょう。

◎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。

図東京消防庁

図東京消防庁

図東京消防庁

6月の無料相談						
相談内容(定員)	相談日	時間	相談員	予約開始日時	場所	問い合わせ先
法律相談(各日8人)	1日(水)	午前10時から	弁護士	5月26日(木)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前8時半から電話で生活文化課 ☎042・470・7738
	8日(水)			6月9日(木)		
	15日(水)					
	22日(水)					
不動産・相続・会社の登記等相談(5人)	1日(水)	午後1時から	司法書士	5月24日(火)		
表示登記・土地の境界等登記相談(4人)		午前10時から	土地家屋調査士			
相続・遺言・成年後見等手続き相談(5人)	8日(水)	午後1時から	行政書士	6月2日(木)		
税務相談(5人)			税理士	6月7日(火)		
人権・身の上相談(4人)	15日(水)	午後1時半から	人権擁護委員	6月9日(木)		
不動産取引相談(5人)	2日(木)	午後1時から	宅地建物取引士	5月26日(木)		
交通事故相談(5人)			弁護士			
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談(4人)	22日(水)	午前10時から	社会保険労務士	6月16日(木)		
女性の悩みごと相談(4人)	6日(月)	午前10時半～午後4時半	女性カウンセラー	5月18日(水)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061
	13日(月)			6月1日(木)		
	20日(月)					
	27日(月)					
女性弁護士による法律相談(4人)	3日(金)	午前9時半～午後0時半	女性弁護士	5月20日(金)		
経営相談	平日	午前10時半～午後4時半	市商工会経営指導員	前日まで予約可	市商工会	市商工会 ☎042・471・7577

相談内容	相談日	時間	相談員	場所	問い合わせ先
耐震相談※電話相談のみ	10日(金)	午後2時～4時	東久留米建築設計協会会員	中央相談室(成美教育文化会館内教育センター)	同協会事務局・桑原建築設計事務所 ☎042・476・1515
教育相談※電話相談も可	火曜～土曜日	午前10時～午後5時(滝山のみ水曜日は6時まで)	教育相談員	滝山相談室(西部地域センター内)	中央相談室 ☎042・473・3667
	月曜～金曜日				滝山相談室 ☎042・475・8909
母子・父子相談	開庁日	午前8時半～午後5時	母子・父子自立支援員	市役所2階児童青少年課	児童青少年課 ☎042・470・7736
身体障害者相談	10日(金)	午前10時～正午	身体障害者相談員	市役所1階相談室	前月末までに障害福祉課 ☎042・470・7747 FAX042・475・8181
知的障害者相談	8日(水)		知的障害者相談員		
心身障害者(児)相談	平日	午前9時～午後5時	さいわい福祉センター支援員	さいわい福祉センター	同センター ☎042・477・2711
職業相談	開庁日		ハローワーク三鷹職員	市役所2階ワークコーナー	直接会場で
住宅増改築相談	9日(木)	午前10時～正午、午後1時～4時	市住宅増改築等斡旋事業登録団体協議会	市役所1階屋内ひろば	
消費者相談	平日		消費生活相談員	市役所2階生活文化課	市消費者センター ☎042・473・4505
行政相談	6月は実施しません				生活文化課 ☎042・470・7738
生活困窮者自立相談	開庁日	午前9時～午後4時	相談支援員	市役所1階福祉総務課	福祉総務課 ☎042・470・7741

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、市庁または直接、イベントなどのお問い合わせ先にご確認ください。

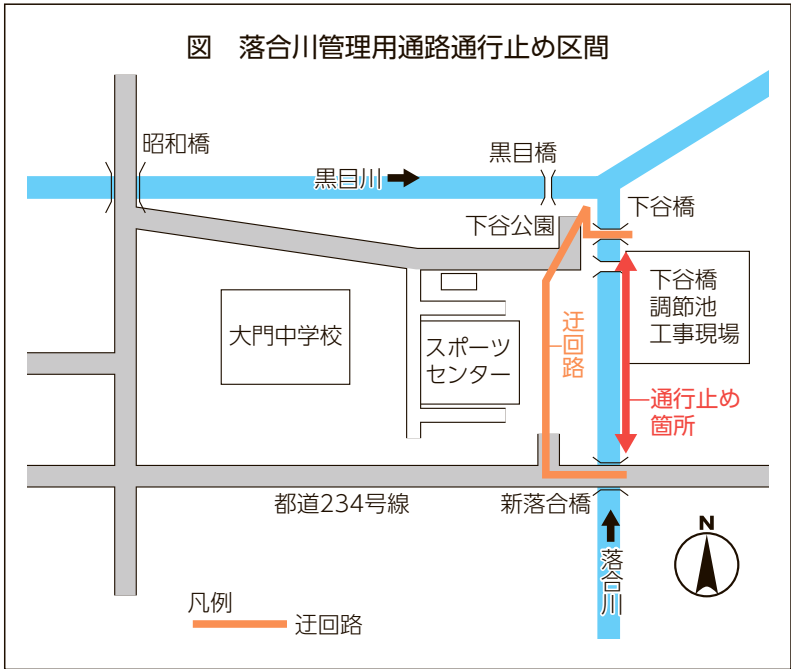
住環境

落合川河川管理用通路の通行止めについて

下谷橋調節池工事の施工に伴い、5月中旬予定から、落合川新落合橋と下谷橋の間の右岸側（下流に向かって右側、左図参照の通行ができなくなります。歩行者・自転車は迂回路をご利用ください。

通行止め解除は6年5月末を予定しています。利用者にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

閩都北多摩北部建設事務所工事第二課工事総括担当 ☎042・540・9520、または都北多摩北部建設事務所所柳瀬川落合川工事事務所 ☎042・473・8445



Jアラート全国一斉伝達試験

Jアラート（全国瞬時警報システム）の全国一斉伝達試験が実施されます。

5月18日（水）午前11時ごろにJアラートの試験です。この試験放送が流れます。閩防災防犯課 ☎042・470・7769



国民保護ポータルサイト

カラス被害の予防

6月前後はカラスの繁殖期です。カラスの多くは卵やひなを守るために、巢やひなに近づくと威嚇などをします。また、多くのカラスはえさの捕れる周辺に生息します。えさとなりやすい生ごみを少なくするなど、ごみの出し方を工夫

することが大切です。カラスに威嚇などされないために、次のような予防対策をしましょう。

◎予防対策

▼カラスを刺激しない▼ 巢やひなに近づかない▼ 帽子や日傘で身を守る 閩環境政策課 ☎042・470・7753

道路上に張り出した樹木の剪定をお願い

民有地の高木・生け垣・草木の一部の道路上への張り出しは、見通しを悪くし、歩行者や車両などの通行の妨げとなります。また、高木などの張り出しは街灯を遮り、明かりが十分に行き届かなくなる場合もあります。これらを起因とした事故が発生した場合には、樹木所有者が責任を問われることがあります。所有者の方は枝の剪定など、適切な管理をお願いします。

閩管理課道路河川施設担当 ☎042・470・7767

お知らせ

市民アンケート調査を実施します

市では、市が実施しているさまざまな行政サービスに関する成果や実績などを把握するため、「市民アンケート調査」を実施します。市内在住の18歳以上の方の中から無作為に2000人を抽出し、5月下旬に調査票を送付する予定です。調査票が届いた方はご協力をお願いします。郵送またはインターネットから回答できます。

調査結果は市HPなどで公表します。 閩行政経営課 ☎042・470・7704

東久留米市教育大綱に関するパブリックコメントの募集

市教育行政のより一層の推進に向けて、明確な施策の方向性を示す必要があるため、「東久留米市教育、学術及び文化の振興に関する総合的な施策の大綱（素案）」をまとめました。市民の皆さんのご意見を募集します。

閩覧期間・場所 5月16日（月）6月5日（日）に教育総務課（市役所6階）・企画調整課（同4階）・市政情報コーナー（同1階）、中央・滝山・ひばりが丘・東部の各図書館、市HPでご覧いただけます（ただし、各施設の閉庁日・休館日を除く）

提出方法 5月16日（月）6月5日（日）に（必着）、東久留米市教育、学術及び文化の振興に関する総合的な施策の大綱（素案）への意見と明記して、住所・氏名・年代（例：60代）・ご意見書式（自由）を記入の上、〒203-8555、市役所企画調整課宛て郵送、FAX（042・470・7804）、または ☎kikakuchosei@city.higashikurume.lg.jp で提出を

注意 電話や来庁による口頭での意見は受け付けできません。お寄せいただいた意見は、個人情報を除いた上で要約し、後日、市HPで公開します。意見の返却や個別回答は行いません

閩同課 ☎042・470・7702

善行などをされた方をご推薦ください

市では、毎年10月に表彰式典を開催しています。式典では、市の公益の増進や文化の向上に功労のあった方や、市民の模範としてふさわしい方に、市表彰規則に基づいて表彰状・感謝状の贈呈を行います。皆さんの身近に、善行などで市民の模範となる方や団体がありましたら、推薦してください。

推薦対象の一例 ▼5年以上続けて環境美化活動や慈善行為をしている方・団体 ▼自己の危険も顧みず、人命を救助した方・団体

推薦方法 5月27日（金）までに（必着、題名を「表彰推薦秘書広報課」と明記して、表彰候補者の住所・氏名・電話番号・善行の内容と、推薦する方の住所・氏名・電話番号（詳しい内容の確認に必要）を記入の上、〒203-8555、市役所秘書広報課宛て郵送、FAX（042・470・7804）、または ☎nishokoho@city.higashikurume.lg.jp で提出を 閩同課秘書係 ☎042・470・7712

主催者賠償責任保険加入のお知らせ

市では、社会教育活動を実施する際に、主催者責任者や指導者などが安心して活動できるよう「社会教育活動主催者賠償責任保険制度」を実施しています。 補償対象 ▼主催者の過失に

飼い主のいない猫（野良猫）への不妊・去勢手術を支援します

市内に生息する飼い主のいない猫（野良猫）を増やさないため、市は公益財団法人どうぶつ基金が手術費などを全額負担する「さくらねこ無料不妊手術チケット（行政枠）」事業に参加しています。同事業の活動に賛同する方にチケットを配布しています。

◎さくらねこ無料不妊手術チケット（行政枠）とは

飼い主のいない猫に対し「さくらねこTNR（※）」を実施することで繁殖を防止し、「地域の猫」「さくらねこ」として一代限りの命を全うさせ、飼い主のいない猫に関わる苦情や、殺処分などの減少に寄与する活動です。

※さくらねこTNR=Trap／捕獲し、Neuter／不妊去勢手術を行い、Return／元の場所に戻す活動で、その印として耳先をさくらの花びらのようにV字カットすること

◎対象

市内に生息する飼い主のいない猫に不妊・去勢手術を実施する方

◎配布

環境政策課窓口（市役所5階）で、毎月1日からその月に使用できるチケットを枚数限定で配布（配布条件あり）

閩環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753



市HP



さくらねこTNRの解説



さくら耳の猫



市HP



市文化協会HP

参し、同協会（生涯学習センター）内まで提出を 閩同協会 ☎042・477・4700、生涯学習課 ☎042・470・7784

東久留米市職員(保健師)を募集します

4年10月1日に採用する職員を募集します。募集職種・募集人数などは次の通りです。その他受験資格などは、募集要項をご確認ください。

職種・募集人数など保健師(若干名)

※適性検査、口述による面接試験を行います。配慮が必要な方は、申し込み前にご相談ください(例＝車椅子を使用しているため、会場に配慮してほしいなど)。

募集要項の配布 5月15日(日)～31日(火)に市庁から取得してください。取得困難な方には、土曜・日曜日を除く5月16日(月)～31日(火)の午前8時半～午後5時に、職員課(市役所4階)でも配布します

申込受付期間 5月15日(日)～31日(火)(必着)

申し込み方法市庁から申し込みをしていただいた後、受験票などを郵送していただきます。詳細は募集要項をご覧ください。

なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、試験日程などを変更する場合があります。最新の情報は市庁をご確認いただくか、職員課へお問い合わせください。

問同課 ☎042・470・7716



市庁

6月1日は 「人権擁護委員の日」 特設人権相談

全国人権擁護委員会連合

会では、人権擁護委員法の施行日である6月1日を「人権擁護委員の日」として

制度の周知徹底と人権思想の普及向上を図ることを目的に、毎年「全国一斉特設人権相談」啓発活動」などを行っています。

人権擁護委員とは、基本的人権を擁護するため法務大臣から委嘱された人です。日常生活で人から嫌がらせ

や差別を受けるなど、人権を侵害されて困った時はご相談ください。

日 6月1日(水)午後1時半～

4時

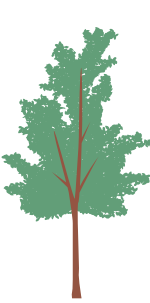
場 市役所1階屋内ひろば

対 先着5人程度

費 無料

申 当日会場で

問 生活文化課 ☎042・470・7738



職員募集

学童保育所 職員募集説明会

日 5月25日(水)午後3時から(30分程度)

場 市役所5階502会議室

内 学童保育所について、児童厚生員(会計年度任用職員アシスタント職)の仕事

の内容、応募資格、現在の募集状況などについて
対 児童厚生員の仕事に興味のある方

官公署 など

都営住宅(東久留米 市地元割当)の 入居者募集

5月23日(月)から都営住宅の入居者を次の通り募集します。今回の募集は単身者向けです。

種 類 ▼南町一丁目第2(南町1-8)11戸(1DK)

申 当日会場で

問 児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735

▼幸町一丁目(幸町1-9ほか)11戸(1DK)

申 申込資格「市内に継続して3年以上居住していること」、「心身障害者、生活保護受給者または60歳以上の方であること」、「所得が一定の基準内であること」など

※詳細は募集案内をご確認ください。なお、5月上旬に実施された都の定期募集に申し込みしている場合でも、併せて申し込み可能です。ただし、両方に当選した場合には、どちらか一方を辞退していただく必要

があります。
案内配布期間・場所土曜・日曜を除く5月23日(月)～31日(火)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、東部地域センターで
申 込方法・期限 6月7日(火)までに(必着)、募集案内に折り込みの申込書・申込封筒(宛先不要)に必要事項を記入の上郵送してください。窓口での受け付けはできません
問 同課計画調整担当 ☎042・470・7762

第51回市民文化祭 ポスターデザイン画募集

秋の文化の祭典「第51回市民文化祭」を開催します。開催に当たり、同文化祭ポスターに採用するデザイン画を募集します。

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方

規 格 八つ切り(38cm×27cm)以上の画用紙(コピー用紙不可)

描 き 方 色は自由、用紙に縦書き

注 応募は1人1点まで

申 7月29日(金)までに(必着)、応募画用紙の裏面に氏名・住所・電話番号を(学生の場合は学校名・学年も)記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、市文化協会事務局「市民文化祭ポスターデザイン画募集係」宛て郵送または直接同協会へ

入 選 作品最優秀作品1点(ポスターとして採用)、優秀作品数点

※選考は市民文化祭実行委員会で行います。

作 品 の 掲 載 等 入選作品は市民文化祭オープニング式典で表彰します。また、応募された全作品を同文化祭中のポスター展で展示します

問 同協会 ☎042・477・4700(第4月曜日を除く月曜～金曜日午前9時～午後5時)



過去の市民文化祭ポスター
※中央のデザイン画を募集します。

◎実行委員会の開催

同文化祭では、市文化協会と参加する皆さんで実行委員会を組織し、企画・運営を行います。準備を進めるために、実行委員会を次の通り開催します。各種展示・ホール発表・催事の部門別の参加希望者で、実行委員として協力していただける方は同協会へご連絡ください。主催は東久留米市、共催は市文化協会。

日 6月25日(土) ▼ホール部門＝午後1時半から ▼展示・催事部門＝午後3時から

場 生涯学習センター学習室4

問 同協会



市文化協会

市民伝言板

会員募集

◆健康野球軍団ブラックキャッツ＝日毎週木曜日午前8時半～正午 場 滝山球場 費 会費月1,000円他 野球好き同志が紅白に分かれ楽しんでいます。健康な60～75歳の方どうぞ。見学可 問 佐藤 ☎090・8006・7823

◆NPO法人東久留米の水と景観を守る会＝日 月1回日曜日に定例会、環境を守る活動は随時 場 柳達地区周辺 費 入会金1,000円、会費年2,000円他 人と人のつながりは大切。自然の中で、和気あいあい楽しんでいます 問 柘植 ☎090・7637・2989

◆マージャン(アザミの会)＝日毎週水曜

日午後0時半～5時 場 滝山団地西集会所 費 会費月1,000円他 高齢者の健康を目的に活動しています 問 永田 ☎042・477・8477

◆硬式テニス(あされん会)＝日 毎週月曜日午後2時～4時が上の原テニスコート、毎週火曜・木曜日午前8時～10時が上の原・小山テニスコート 費 入会金1,000円、会費月1,000円他 若干名(5人程度) 募 集 問 竹中 ☎090・3264・5501

◆マイ体操＝日 毎週木曜日午前10時～11時40分 場 生涯学習センター 費 入会金3,000円、会費月3,000円他 快い音楽に合わせてストレッチ・筋トレ・ダンスをします。70歳代が多いです 問 重田 ☎042・462・5271



催 し

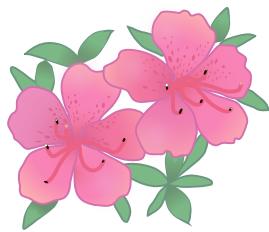
◆パーキンソン病の薬について～治療の今～(東久留米パーキンソン病友の会)＝日 5月28日(土)午後1時半から 場 西部地域センター多目的ホール 他 講師は国立精神・神経医療研究センター病院脳神経内科の向井洋平氏 問 能見 ☎042・473・1457

◆KKギタークラブミニコンサート(KKギタークラブ)＝日 5月31日(火)午前10時10分開場、10時半開演 場 市民プラザホール(市役所1階) 他 クラシックギターで世界の名曲演奏「長い道」「マラゲーニャ」「百万本のバラ」など 問 渡下 ☎042・465・4466

◆学びの場らうんどテーブル(居場所オニバスの種)＝日 毎週月曜・水曜・金曜 日午後2時～4時 場 草刈宅(前沢2丁目)

費 参加費1回500円他 不登校の子どもたちの居場所です。学びの場も始めました 問 草刈 ☎080・6568・3757

◆第12回定期演奏会(男声合唱団ダンディーズ)＝日 9月18日(日)午後1時半開場、2時開演 場 生涯学習センターホール 費 入場料1,000円他 多田武彦「雨」を合唱します。一緒に歌いませんか。詳細は同団体 問 酒井 ☎090・6718・0718



文 化

ピラティス教室(木曜クラス)

人気の「ピラティス教室」、ご希望に
 応えるため新たに木曜クラスを新
 設しました。

日毎月第3木曜日午後2時～3時**場**
 西部地域センター3階講習室**内**背骨
 ・カラダを気持ちよく伸ばしてヘル
 シーに**定**10人(要予約)**師**佐藤佳奈氏
 (BESJ認定マットピラティスインス
 トラクター他)**費**500円**持**飲み物、タ
 オール、ヨガマット(希望者に貸し出
 し可)**他**動きやすい服装、マスク着
 用で**申**問同センター ☎042・471・
 7210

akiヨガレッスン

日5月27日(金)午後5時半～6時半**場**
 市民プラザホール(市役所1階)**内**気
 持ち穏やかに、リラックスした気分
 が心地よい、ヨガのレッスン。姿勢
 と呼吸、心を整えて、理想の自分
 を目指しましょう**定**15人(要予約)
師aki氏(JYIA認定ヨガインストラ
 クター)**費**500円**持**飲み物、タオル**他**
 動きやすい服装、マスクの着用で**申**
 電話または直接同プラザで**問**同プラ
 ザ ☎042・470・7813

60歳からの音楽で「脳トレ体操」

日5月30日(月)午前10時15分～11時半
場南部地域センター2階講習室1**内**
 ストレッチ&リズムに合わせて脳ト
 レ体操。ピアノに合わせてパタカラ
 体操。コグニサイズで脳を鍛えまし
 ょう**定**先着10人**師**国立音大出身の先
 生・音楽健康指導士の講師陣(個別
 の指導を受けられます)**費**1,000円**持**
 飲み物、タオル**他**動きやすい服装、
 スニーカーで**申**電話または直接同セ
 ンターで**問**同センター ☎042・451・
 2021

おとなが遊ぶアート講座

色遊びやものづくりを通して童心
 に戻る体験をしてみませんか。
日6月26日(日)午前10時半～正午、午
 後2時～3時半**場**生涯学習センター
 創作室**内**色で思いのまま遊んだ後、
 無地のエコバッグに色を乗せ世界に

1つだけのオリジナルバッグを作り
 ましょう。描きたい私物シャツ・ハ
 ンカチなどもあれば持ち込み可。色
 にたわむれ、難しく考えずに気まま
 に楽しみましょう。これから始めたい
 方や久しぶりにアート活動をした
 い方、子ども達と関わるお仕事の方
 にもおすすめで**対**高校生以上**定**各
 回12人**師**手島まゆ子氏(アートワー
 クショップ講師)**費**1,800円(材料費
 込み)**持**エプロン、持ち帰り用の袋
他汚れても良い服装で**申**5月15日(日)
 午前9時から電話または直接同セン
 ター(第4月曜日を除く午前9時～
 午後9時)で**問**同センター ☎042・
 473・7811

ミュージカル「人魚姫」

アンデルセン原作の童話「人魚姫」
 を子どもから大人まで楽しめる本格
 的な創作ミュージカルでお届けしま
 す。チケット購入者先着30人限定で、
 バックステージツアーを開催します。



ミュージカル「人魚姫」のポスター

日7月31日(日)午後2時半開演(1時
 45分開場)**場**生涯学習センターホー
 ル**内**出演＝小川麻琴氏、渡辺和貴氏、
 多田愛佳氏他**定**先着500人**費**2,500円
 (中学生以下1,000円)。全席指定。
 3歳児未満の膝上鑑賞は無料**申**5月
 20日(金)午前9時から電話または直接
 同センター(第4月曜日を除く午前
 9時～午後9時)で**問**同センター ☎
 042・473・7811

初めて学ぶパーソナルカラー (保育付き)

好きな色と似合う色、どちらを着
 た方がいいと思いますか。パーソナ
 ルカラーにはあなたらしい色選びの
 ヒントが詰まっています。色を味方
 につけて毎日の装いをもっと楽しみ

ましょう。保育付きの講座です。
日全4回。6月13日・20日、7月4
 日・11日、いずれも月曜日午前10～
 正午**場**生涯学習センター**内**第1回が
 「好きな色と似合う色」、第2回が「自
 分の色素を知ろう」、第3回が「ドレ
 ーピングしてみよう」、第4回が「コ
 ラージュ作成」**対**市内在住・在勤・
 在学で関心のある方**定**16人(定員を
 超えた場合は抽選)**師**岩崎沙織氏(カ
 ラーコンサルタント)**費**無料**持**筆記
 用具、飲み物、ファッション雑誌**他**
 1歳半～未就学児の保育あり(定員
 10人。要予約)**申**5月16日(月)～31日
 (火)に、電話・FAX・市文化協会**問**から
 申し込みを(☎042・477・4700(FAX同))。
 電話の場合は第4月曜日を除く平日
 の午前9時～午後5時、FAXの場合は
 講座名・氏名・住所・
 年齢・電話番号・保育
 の有無<有の場合は、
 お子さんの名前・年齢>
 を記入の上、送信を) 市文化協会**問**
問☎(office@h-bunnka.or.jp)または
 電話で同協会へ



ス ポ ー ツ

シニアスポーツ振興事業 「ユニカール」

ユニカールはカーリングから派生
 しました。カーリング譲りの面白さ
 と、適度な運動量でシニアにピッ
 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。都・都体育協
 会・市体育協会主催、市ユニカール
 協会主管。
日6月8日・22日、7月13日・27日
 のいずれも水曜日午前9時～正午**場**
 青少年センター**内**ルール解説、基本
 練習、ゲーム**対**60歳以上の方**持**室内
 運動靴、飲み物**他**運動のできる服装
 で**申**問市体育協会事務局 ☎042・470
 ・2722へ

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**場毎週土
 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**申**問佐々木 ☎090・6478・
 7828▼第二剣友会＝**日**場毎週土曜日
 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**申**問
 眞庭 ☎042・476・1554▼第四剣友会
 ＝**日**場毎週土曜日午前9時～11時、
 毎週日曜日午前9時～11時、スポー
 ツセンターで**申**問三浦 ☎090・7202
 ・2273▼志道館和洋道場＝**日**場毎週
 火曜日午後8時～9時(大人のみ)、
 志道館和洋道場で**申**問佐々木 ☎090
 ・2402・4039

第74回防犯少年野球大会 参加チーム募集

市防犯協会主催の防犯少年野球大
 会です。スポーツを通じて少年少女
 の親睦と心身の健全育成を図ると
 ともに、非行防止を目的としています。
日試合＝7月10日(日)・16日(土)・17日
 (日)(10日は開会式もあり)**場**滝山球場、
 白山球場他**内**▼参加資格＝スポーツ
 傷害保険加入者で5月1日現在、市
 内在住・在学で、次のいずれかに該
 当する方①中学生グループ②小学生
 高学年(5・6年)グループ③小学生
 低学年(4年以下)グループ▼チーム
 編成＝監督含め1チーム25人以内。
 監督は20歳以上の成人で複数チーム
 の兼任不可。チームに監督以外の保
 護者(コーチ)2～3人参加。監督不
 在時は代理人を置くなど対応を万全
 にすること。当該試合の前後の審判
 に協力すること**費**参加費＝1チーム
 3,000円(監督会議当日集金。返金不
 可)**注**6月19日(日)午後6時から生涯
 学習センターで行う監督会議と組み
 合わせ抽選会に各チームの監督また
 はコーチは参加を。同日に青少年育
 成功労者表彰の実績調書の提出を**申**
 防災防犯課(市役所2階)で申込用紙
 を取得し、用紙記載の☎アドレスに
 申し込みを。申込者に返信される申
 込書と選手登録簿の様式に必要事項
 を記入の上、6月1日(火)までに☎で
 参加登録を**問**同課 ☎042・470・7769



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

科学の視点で考古学

土器のくぼみ(圧痕)から植物を調べます。

日6月5日(日)①午前11時～午後0時半②午後2
 時～3時半**場**多摩六都科学館**内**圧痕のレプリカ
 から植物の種類を調べる体験のほか、科学と考
 古学両方の視点から解き明かされた縄文の暮ら
 しについてお話しします**対**①中学生以上②小学
 4年生以上**定**各回12人**師**佐々木由香氏(金沢大
 学古代文明・文化資源学研究センター考古科学
 部門特任准教授)**費**入館券520円(小学4年生～
 高校生は210円)**注**参加者以外の入室不可。①は
 大人向けの内容です**申**同館ウェブサイトまたは
 はがきで申し込み。はがきの場合は5月23日(月)
 までに(必着)、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、〒188-0014、西東京
 市芝久保町5-10-64、同館宛郵送を(応募多数の場合は抽選し、当選
 者のみに参加券を送付)**問**同館 ☎042・469・6100



レプリカの観察の様子



2022東久留米市平和事業「平和の千羽鶴」 ～平和への願いを込めて千羽鶴を作りませんか～

昨年度の掲出の様子

市では、平和事業として原爆が投下された広島市(平和記念公園)と
 長崎市(長崎原爆資料館)に、平和への願いを込めた千羽鶴を毎年7月
 末に届けています。

今年は6月15日(火)までに皆さまからいただいた千羽鶴を、広島市と
 長崎市に届ける前の7月4日(月)～14日(木)に、市役所1階屋内ひろばで
 飾ります。なお、いただいた千羽鶴が多い場合は、途中で入れ替えを
 行う場合があります。

お願い必ず糸につないだ状態でお持ちください。糸につながれていな
 い折り鶴は受け付けることができません

他折り紙が必要な方には総務課(市役所4階)でお渡しできますのでご
 相談ください(数に限りがあります。あらかじめご了承ください)

問同課 ☎042・470・7714

・イベント・講座

人 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
日場 5月26日(休)が「リトミック」、6月2日(休)が「色あそび」、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26日分は5月20日(金)、6月2日分は5月27日(金)、いずれも午後1時半から電話で

■ベビーヨガ
日27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カ月までの乳児定各部4組師崎田千佳子氏持バスタオル、飲み物注予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください他動きやすい服装で申5月16日(月)午前10時から電話または来館で

■ボルダリングの日
日29日(日)午後2時半～3時半対小学生他動きやすい服装で申当日会場で

■スポーツで元気
日対6月1日(水)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん内リーフスポーツの体操の先生による、簡単な運動遊び定各回10組師高橋大介氏持飲み物他動きやすい服装で申5月24日(火)午後1時半から電話または来館で

■ベビーマッサージ
日6月10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

4. 5. 15

わった9カ月までの乳児定各部4組師鈴木あゆみ氏持バスタオル、飲み物注予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください他動きやすい服装で申5月30日(月)午前10時から電話または来館で

中央児童館
中央町1-10-11 ☎042・476・2161

■おはなし会
日5月17日(火)・24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

■子ども会議
日21日(土)午後3時から内児童館のルールなどについての話し合い対小学生申当日会場で

■幼児のつどい
日内26日(木)が「親子遊びと5月の誕生日会」、6月2日(木)が「ちらかし遊び」、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26日分は5月20日(金)、6月2日分は5月27日(金)、いずれも午後1時半から電話で

■卓球大会
日28日(土)午後3時から対小学生申当日会場で

けやき児童館
大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■おはなしの日
日5月17日(火)午前11時～11時25分内絵本の読み聞かせや手遊びなど対乳幼児と保護者師みくりおはなしの会

■赤ちゃん広場
日18日(水)午前10時半～11時半内親子のコミュニケーションワーク対0歳児と保護者師炭田契恵子氏申当日会場で

■赤ちゃん絵本
日24日(火)午前10時45分～11時15分内

絵本の読み聞かせや手遊びなど対乳幼児と保護者他協力は東部図書館申当日会場で

■ベビーマッサージ
日25日(水)午前10時半～11時半対0歳児と保護者定先着15組師渡辺直子氏持バスタオル、オムツ、飲み物(母乳可)申5月18日(水)午前9時から電話で

■幼児のつどい
日内26日(木)が「5月生まれのお誕生日会とお店屋さんごっこ」、6月2日(木)が「音あそび」、いずれも午前10時半からと11時10分からの2部制対 1～4歳児と保護者定各部15組申26日分は5月20日(金)、6月2日分は5月27日(金)いずれも午後1時半から電話で

子どもセンターひばり
ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300

■おはなしの日
日5月18日(水)午後3時45分～4時15分内絵本の読み聞かせや素話対小学生定10人師水曜おはなし会申当日会場で

■幼児のつどい
日内対26日(木)が「みんなであそぼう」1～4歳児と保護者、6月2日(木)が「お外遊び」1歳児と保護者、いずれも午前10時半からと11時10分からの2部制定各部15組申26日分が5月20日(金)、6月2日分が5月27日(金)午後1時半から電話で

■親子で遊ぼう
日29日(日)午前10時半～11時内傘袋口ケットを作って遊ぼう対1歳～園児と保護者定15組申5月23日(月)午前10時から電話または来館で

■親子でふれあいリトミック
日対6月7日(火)午前10時半～11時が首が据わった乳児と保護者、午前11時15分～11時45分が歩き始めている未就園児と保護者内音に合わせて心と体を動かそう定各回15組師千葉理恵子氏持飲み物、汗拭きタオル他動きやすい服装で申5月30日(月)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

■十小なかよし広場
日5月20日(金)午前10時～11時半場第十小学校1階ランチルーム内お子さんと遊びながら育児の情報交換。育児相談も受け付けます対乳幼児と保護者注徒歩か自転車で来場を申当日会場で

■手づくり布おもちゃの会
日6月7日(火)・21日(火)いずれも午前10時～11時半場同センター地域活動室内オリジナルの布おもちゃ作り(材料は1セット無料で用意)対12カ月までのお子さんと保護者定各6組注縫い針、はさみ申5月31日(火)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

■小山小・六小なかよし広場
日場5月17日(火)が小山小学校視聴覚室、24日(火)が第六小学校プレイルー

ム、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対乳幼児と保護者持スリッパ注徒歩か自転車で来場を申当日会場で

■上の原赤ちゃん広場
日場①6月3日(金)が「はいはいの会」、②17日(金)が「ねんねの会」、いずれも午前10時～11時半に同センター上の原乳児室で内触れ合い遊び、体重測定、情報交換対①が7～12カ月児、②が0～6カ月児定各6組師①が栄養士、②が助産師持バスタオル他兄姉の保育あり(各先着3人)申5月23日(月)午前10時から電話または同センターで

■ちびっ子育児～おしゃべり広場～
日5月26日(休)午前10時～11時半場同センター上の原地域活動室内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5月17日(火)午前10時から電話または同センターで

図書館

バリアフリー映画会

音声ガイドや字幕付きで、目や耳に不自由のある方も一緒に楽しめる「バリアフリー映画」を上映します。上映作品は芥川賞受賞作を原作とする「おらおらでひとりいぐも」です。協力は住友商事株式会社、シネクラブHIBARI。

日6月25日(土)午後2時～4時半場南部地域センター2階講習室内中学生以上定50人費無料注検温・マスクの着用を。駐車場がないため車での来場不可申5月15日(日)～6月23日(木)に電話、FAXまたは直接ひばりが丘図書館で同館 ☎042・463・3996またはFAX042・451・2025

文化

「おしえて！消防士さん」～みんなで学ぼう防災のこと～

将来の地域の防火防災の担い手である子どもたちに、本やゲームを通して身近に防災を意識してもらうとともに、わかりやすい講話や映像で防火防災の理解を深めます。

日6月5日(日)午前10時～11時半場東部地域センター講習室および屋外広場内子どもに向けた消防士の講話・DVD鑑賞、図書館員による消防自動車・防火防災に関する本の読み聞かせ、初期消火訓練・煙体験・起震車体験、ミニ消防服を着用した撮影会など対幼児～小学生(保護者同伴)定先着60人(保護者含む)師東久留米消防署新川出張所の消防士費無料注車での来場不可。来場の際は検温、手指の消毒、マスクの着用を他コロナウイルス感染状況により中止、または内容の変更あり申5月15日(日)午前9時から電話または直接同センターもしくは東部図書館の窓口で同センター ☎042・470・8020、同館 ☎042・470・8022



ブランド品の格安をうたう悪質な模倣サイトにご注意ください

Q. SNSの広告を見てブランド品の正規販売サイトだと思い申し込み、代金を指定された銀行口座に振り込みましたが商品が届かず、販売会社と連絡もとれません。どうしたらいいですか。

A. 模倣サイトは正規サイトの作りに非常に似ていて、一見すると見分けが付きません。代金を振り込んでも商品が届かない時には、救済制度を利用できる可能性があります。振込先銀行の窓口に連絡して、「振り込め詐欺救済法」による救済を求める申し出をしてください。事前に警察に相談しておくといいでしょう。ただし、警察が被害届を受理するかどうかは警察の判断になります。また、銀行が同法に基づき口座凍結をした場合



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)

人口と世帯(令和4年5月1日現在) 人口117,004人(うち外国人2,242人)／前月比2減 男56,872人／前月比19減 女60,132人／前月比17増 世帯数55,957／前月比81増

けんこうとイベント・講座は6面まで続きます

• けんこう

お子さんの麻しん、風しん 予防接種

麻しん(はしか)、風しんは人から人へ感染しやすく、重症化する場合もあり、予防接種を2回することで予防効果が高まります。4年度は次

の対象者へ個別通知を発送します。

☎▼第1期＝令和3年4月1日～4年3月31日生まれの方▼第2期＝平成28年4月2日～29年4月1日生まれの方
📅第1期分は1歳の誕生日に、第2期分は4月上旬に、それぞれ個別に通知します。

対象者で通知が届かない場合は健康課予防係まで ☎同係 ☎042・477・0030



女性のための健康講座 第1弾 ～ここも身体もヨガで美しく健康に～

30歳代後半頃から「プレ更年期」という更年期障害に似た症状に悩まされる方が増えています。女性ホルモンとライフステージの関係などを知り、更年期に向かう変化とそれに伴うストレスとの向き合い方について考えます。大切な自分のことを見つめてみませんか。

📅6月3日(金)午前10時～正午📍わくわく健康プラザ👤保健師による講話と運動指導士によるヨガ・ストレッチ。詳細は市HPで確認を📞おおむね30～40歳代の女性📍先着15人程度📍無料📍タオル、飲み物📍動きやすい服装、マスク着用で。第2弾(食事編)を6月14日(火)に開催予定。詳細は広報6月1日号で📞5月16日(月)～31日(火)に電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

「わくわく歩くるめマップ」を使って ウォーキングキャンペーンに参加しませんか

東久留米市の魅力がつまったウォーキングマップ「わくわく歩くるめマップ」(以下「マップ」)を活用して、ウォーキングキャンペーンを実施します。

コロナ禍の今、ウォーキングは3つの密(密閉・密集・密接)を避けた、いつでも始められる運動です。正しく歩くことで運動効果も上がり、気軽に歩くことでストレスの軽減にもつながります。

ぜひ、この機会にキャンペーンにチャレンジしませんか。

📅5月16日(月)～5年3月31日(金)

📌キャンペーン参加方法次の手順でご参加ください

- ①マップを手に入れる
- ②マップを使って好きなコースを歩いてみる
- ③歩いたコースをマップ全域版(藍色)の「ウォーキング記入欄」に記録し、わくわく健康プラザの健康課窓口にて持参する。窓口にてアンケート回答した方に、市オリジナルのコース別缶バッジとスポーツタオルをプレゼント

※スポーツタオルはウォーキング記入欄をすべて(3回分)記入された方にプレゼント。

📍マップ入手場所市役所(産業政策課〈6階〉・介護福祉課・屋内ひろば「市内案内板」「市政情報コーナー」〈1階〉など)、健康課(わくわく健康プラザ)、各地域センター、各地区センター、各図書館、スポーツセンターなど。また、市HPからも取得できます

📞市民の方(以前参加された方でも新たにチャレンジしてプレゼントがもらえます)

📌各プレゼントは今年度キャンペーン期間中1人1回まで(無くなり次第終了)

📞健康課保健サービス係☎042・477・0022



缶バッジ



市HP



キャンペーンのポスター



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15日・22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29日＝さくらんぼキッズクリニック

(南町4-1-17、☎042・497・6200)

歯科

5月15日・22日・29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15日・29日＝前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)

5月22日＝滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)

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