

- ・あなたとつくるまちのミライ……………2面
- ・新型コロナウイルスワクチン関連情報……………3面
- ・9月20日～26日は動物愛護週間……………4面
- ・ウクライナ人道危機救援金の募金箱設置期間を延長…5面

発行/東久留米市 編集/企画経営室秘書広報課  
〒203-8555 東久留米市本町3-3-1 ☎042・470・7777(代)

東久留米市ホームページ  
https://www.city.higashikurume.lg.jp/



東久留米市

検索

10月1日  
から

## スポーツ健康ウィーク東久留米2022



10月1日(土)から「スポーツ健康ウィーク東久留米2022」を開催します。これは、昨年10月に行った「東久留米市スポーツ健康都市宣言」を受けて行うもので、市民の皆さんにより多くイベントに参加いただき、健康で活力に満ちた地域の実現を目指すものです。

子どもから高齢の方、障害をお持ちの方など、さまざまな方が楽しめるイベントを用意していますので、たくさんの方の参加をお待ちしています。各イベントなどの詳細(対象含む)は市HPをご覧ください。各問い合わせ先へご確認ください。

生涯学習課スポーツ振興係 ☎042・470・7784



市HP



多胡肇さん

10月6日(木) 午前10時～11時半

### ラジオ体操講習会

NHKテレビ・ラジオ体操指導者の多胡肇さんとアシスタントの矢作あかりさんを講師にお迎えしての講習会です。

場定申スポーツセンター、先着150人、9月15日(木)～30日(金)に、ウェブ申し込み(市HPから)または直接生涯学習課窓口で

問同課 ☎042・470・7784



千葉真子さん

11月19日(土) 午後1時半～3時半

### 千葉真子さん走り方教室

オリンピックや世界選手権で活躍されたマラソンランナーの千葉真子さんをお迎えしての教室です。

場定申上の原グラウンド、先着100人、10月3日(月)午前10時から、電話(☎042・470・7900)または直接スポーツセンター窓口で

問同センター



湧水の妖精  
るるめちゃん

イベント名・概要	開催日時・場所など	問い合わせ
わくわくすこやか体操 ☑リハビリ専門職の先生が考えた、東久留米のご当地体操「わくわくすこやか体操」の体験(この期間以外にも開催しています)	☑10月1日(土)・3日(月)・5日(水)～9日(日)・12日(水)・13日(木)、いずれも午前10時～11時 ☑中央町地区センター ☑先着20人 ☑当日会場	中央町地区センター ☎042・479・5550
身体を動かすサークル活動体験会 ☑①輪投げ②カントリーダンス③自彊術④シルバ一体操⑤ストレッチ体操(協力=シニアクラブ連合会など)	☑①10月2日(日)②3日(月)③5日(水)・7日(金)④6日(土)⑤9日(日) ☑各回先着10人 ☑当日会場 ※開催日により時間と場所が異なりますので、事前にご確認ください。	中央町地区センター ☎042・479・5550
ウォーキング教室	☑10月4日(火) ※詳細は今号8面をご覧ください。	健康課 ☎042・477・0022
ニュースポーツデー・市民ポッチャ大会 ☑誰でも気軽にでき、比較的負担の軽い色々なスポーツの体験。市民ポッチャ大会同時開催(詳細は今号6面をご覧ください)	☑10月8日(土)	生涯学習課 ☎042・470・7784
若さを保つ!元氣食教室 ～フレイル予防・低栄養予防のために～	☑10月12日(水)(1日目) ※詳細は今号8面をご覧ください。	介護福祉課 ☎042・470・7777 (内線2501～2503)
市立4児童館合同 幼児のつどい運動会 ☑かけっこや親子で参加する競技などを行う幼児のつどい運動会を合同で実施	☑10月13日(木)午前10時半～11時20分 ☑スポーツセンター ☑各館先着30組 ☑10月7日(金)午後1時半～12日(水)午後5時に、電話で各児童館へ	中央児童館 ☎042・476・2161 けやき児童館 ☎042・474・6653 子どもセンターひばり ☎042・464・9300 子どもセンターあおぞら ☎042・471・7071

### パネル展示・リーフレット配布

- スポーツ健康ウィーク東久留米パネル展  
日場10月1日(土)～10日(祝)、生涯学習センター
- ☑▼健康に関するパネル展示▼歯間ブラシの配布(先着40人)▼世界の子どもたちにポリオワクチンを届ける「古着deワクチン」として古着を回収(1人2枚まで)  
問生涯学習センター ☎042・473・7811
- スポーツや健康に関する資料展示  
日場10月1日(土)～31日(月)、市内各図書館  
問中央図書館 ☎042・475・4646
- 「保育園おすすめレシピ」リーフレット配布  
日場10月1日(土)から(無くなり次第終了)
- ☑市立保育園の子どもたちが食べている給食メニューの中から、地場産野菜を使用したものや減塩メニューなどを紹介するリーフレットを子育て支援課(市役所2階)窓口などで配布(同保育園児の保護者にも配布)  
問同課 ☎042・470・7745

### おうち時間支援事業

#### 子どもたちに「図書カード」を配付します



新型コロナウイルス感染症の影響により、子どもたちが自宅で過ごす時間が増えています。こうした中で、市では、子どもたちが本に親しむ機会を増やし、自宅で過ごす時間を充実させるため、子どもたちへ図書カードを配付します。なお、事前の申請は不要です。

配付対象 令和4年7月1日時点で、市の住民基本台帳に登録されている0歳～18歳(平成16年4月2日～令和4年7月1日生まれ)の方

配付する図書カード 1人当たり3,000円分の図書カード

配付方法 9月上旬に、対象となるお子さんのいる世帯の世帯主宛てに事業内容や対象者、受け取り方法などについての事前案内を郵送しました。9月下旬～10月中旬頃に、配付対象となるお子さん宛ての簡易書留で図書カードを郵送します

☑▼きょうだいがいる場合は、同じ世帯であっても配達日時が別々になる場合があります▼配達日時の指定はできませんので予めご了承ください

問児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736

### キャッシュレス決済推進事業

#### キャッシュレスで最大25%戻ってくるキャンペーン! 利用者向け無料説明会

市内対象店舗でスマホ決済サービス[au Pay(コード支払い)・d払い・PayPay]で決済した場合に、支払額の最大25%のポイントを還元するキャンペーンの実施に伴い、利用者向け無料説明会を開催します。

日場9月15日(木)・21日(水)・22日(木)・29日(木)、10月6日(木)・13日(木)・19日(水)・27日(水)、11月2日(水)・10日(木)、いずれも午前10時～11時半

場市商工会館2階(幸町3-4-12)

☑キャッシュレス決済の利用方法など

☑☑スマートフォンをお使いの方でキャッシュレス決済の利用を検討されている方。各回先着4人(要予約)

持スマートフォン

☑事前予約制。電話で市商工会 ☎042・471・7577(平日午前9時～午後5時受け付け)へ

問同会



# あなたとつくる まちのミライ vol.2

これからの公共施設についていっしょに考えよう

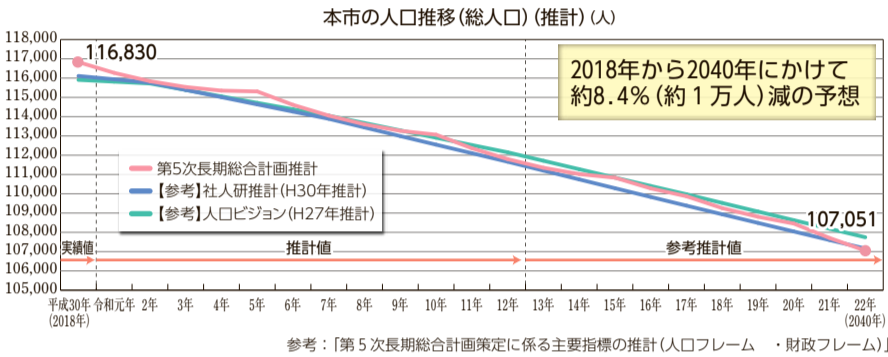
岡行政経営課 ☎042・470・7704

このシリーズでは、「公共施設マネジメント」の取り組みについてお知らせしています。第1回(8月15日号掲載)では、人口急増期に多くの公共施設を整備してきたことのお知らせをしました。建設から年数が経ち、人口やその年齢構成が大きく変化してきています。それと同時に、公共施設に求められる機能も大きく変わってきており、厳しい財政状況の中、ニーズに合わせたより効果的な利活用方法へ転換を図る必要があります。

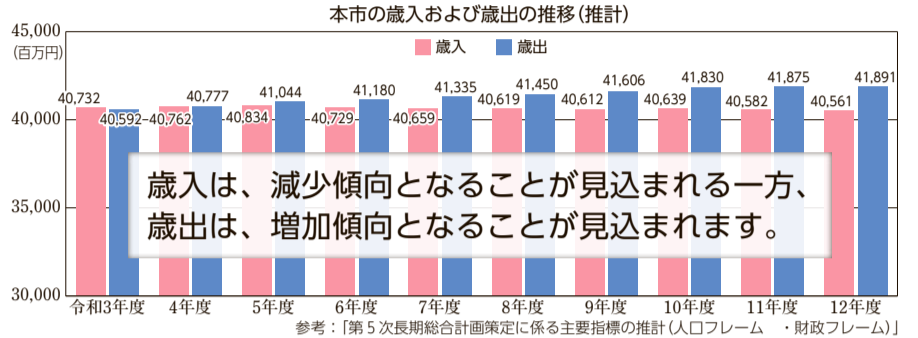
第2回目の今回は、市の人口の動向と、財政状況の見通しについてお知らせします。

## 東久留米市の人口は、これからどうなるの？

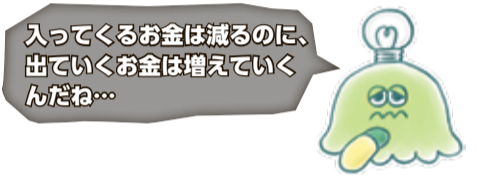
全国的に人口減少が進んでいます。東久留米市の人口は、現時点では推計より多少上回っていますが、これから人口減少が進むのは、間違いのないでしょう。さらに、年少人口(0～14歳)および生産年齢人口(15～64歳)が減少傾向にある一方、老年人口(65歳以上)は増加傾向となり、少子高齢化が進行することが見込まれています。



## 東久留米市の財政状況は、これからどうなるの？



- ▼歳入＝市の1年間の収入  
主に市民の皆さんに納めていただいた市税など
- ▼歳出＝市の1年間の支出  
福祉サービスや手当、職員の給与、物品の購入費など



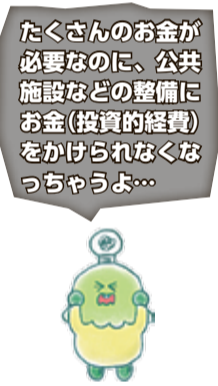
## 人口減少・少子高齢化問題と公共施設の老朽化問題、どんな関係があるの？

### 人口減少・少子高齢化問題

- ▼人口が減ると、市の収入が減る
- ▼少子高齢化が進むと、福祉や医療などにかかるお金が増える

### 公共施設の老朽化問題

- ▼施設の建て替えや改修の必要時期が、10～15年後にいっせいに訪れる
- ▼維持・更新にはたくさんのお金がかかる



**Q** この2つの問題を一緒に考えないとどうなる？

**A** 施設の本来の機能が保てなくなり、市民サービスが低下したり、事故などの危険性も生じてきます。また、ニーズに合わない施設を維持する必要も出てきます。

**Q** 借金をして施設を維持すればいいんじゃない？

**A** 財政状況が悪化し、財政破綻のおそれや、莫大な借金と維持費という、将来への負担を残すことになります。

**今ある施設を同じ規模・仕様で維持することは非常に困難**

## いったいどう取り組めばいいの…？

こうした状況を踏まえ、「東久留米市公共施設のあり方に関する基本方針」では、市における公共施設のあり方に関する基本的な方向性を3つの柱にまとめています。



### 機能(サービス)を重視して公共施設のスリム化を図る

- ▼公共施設に求められるサービスを見極め、規模・機能を見直すことが必要。
- ▼市が整備する公共施設だけでなく、民間施設などでも市民が求める行政サービスの提供ができないか検討することが必要。
- ▼施設の多機能化を図り、世代を超えた活用がなされるような検討の視点が必要。

### ライフサイクルコスト※を縮減・平準化する

- ▼公共施設の維持管理・運営にかかる経費の縮減に努めることが必要。
- ▼施設の稼働率を高めるなど、有効活用に努めることが必要。

※建物を企画・設計・建築し、その建物を維持管理して、最後に解体・廃棄するまでの、建物に要する費用の総額。

### 施設更新に備えた財源を確保しマネジメントを着実に推進する

- ▼公共施設等整備基金(施設の整備および維持補修のために設けている基金)への計画的な積み立てを進めることが必要。
- ▼公共施設の総合的かつ計画的な管理・運営の実現のため、全庁的に継続性・実効性をもって推進していくことが必要。

次回は… 広報11月1日号で、公共施設を取り巻く課題と、今後の方針などについてお知らせする予定です。

### 皆様のご意見をお聞かせください

将来に負担を残さないために、公共施設マネジメントは大切な取り組みです。市では、これからも情報提供に努めながら、市民の皆さんと一緒に考えていきます。アンケートフォーム (<https://logoform.jp/form/985h/106797>) から、皆様のご意見をお聞かせください。※ご意見への個別の対応はできかねますので、ご了承ください。



公共施設マネジメントに関する情報は、市HP (<https://www.city.higashikurume.lg.jp/shisei/gyousaisei/1004653/index.html>) でご覧になれます。

## 東久留米市DX推進方針を策定しました (岡行政経営課 ☎042・470・7704)

市では、人にやさしいデジタル化を推進し、「お手間を取らせない市役所」を目指すため、4年度～8年度までを計画期間とする「東久留米市DX推進方針」を策定しましたので、公表します。

今後は、本方針のもと、本市におけるDXの取り組みを総合的かつ効果的に実施し、全庁的にDXを推進していきます。

閲覧場所 市政情報コーナー(市役所1階)、行政経営課(同6階)、市内の各図書館、または市HPでご覧いただけます。



# 新型コロナウイルスワクチン関連情報

〇市新型コロナウイルスワクチンコールセンター(市コールセンター)  
 ☎042・420・7177(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付)  
 FAX042・477・0033(聴覚に障害のある方などの相談)  
 ※詳細は市HPをご覧ください。

## ◆9月18日(日)に「予約なし接種」を実施します

**対象**18歳以上で、市が発行する3回目接種券をお持ちの方  
**接種日時・会場**9月18日(日)午後2時半から、わくわく健康プラザ  
**受付時間**午後2時15分から  
**定員**30人(予定。接種できる人数には限りがあります)  
**持ち物**接種券が印字された予診票、予防接種済証、本人確認書類  
**注意**会場の状況により、受付から接種までに時間を要することがあります

## ◆3回目・4回目接種券の発送

2回目・3回目の接種を4月16日～30日に行った方への3回目・4回目の接種券は9月20日(火)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。  
 ※4回目接種券の発送対象は、昭和37年9月30日以前に生まれた方です。



市HP

**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  
 同センター医療機関案内専用ダイヤル ☎03・6732・8864  
 (いずれも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)

**引き続き感染対策を意識し、人と人の距離の確保、手洗い・咳エチケットなど、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。**

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

## 「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」確認書などの提出をお忘れなく

〇市臨時特別給付金コールセンター  
 ☎042・470・7863

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、速やかに生活・暮らしを支援するために、令和3年度・4年度住民税非課税世帯などに対して1世帯あたり10万円を支給しています(1世帯1回のみ)。確認書、申請書の提出期限は次の通りです。期限を過ぎると給付金を受給できなくなりますので、対象となる世帯でまだ提出されていない方は忘れずに提出してください。

- ① 令和3年度住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金…9月30日(金)まで
- ② 令和4年度住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金…10月31日(月)まで
- ③ 令和4年度家計急変世帯に対する臨時特別給付金…10月31日(月)まで

※①・②について、対象と思われる世帯には「臨時特別給付金支給要件確認書」を、対象の可否が分からない(課税状況が不明な方がいるなど)世帯には申請についてのご案内を既に送付しています。③については、ご自身で対象要件を確認し、申請が必要です。

### ■支給対象世帯

- ①令和3年度住民税均等割非課税世帯  
 基準日(令和3年12月10日)において東久留米市に住民票があり、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
- ②令和4年度住民税均等割非課税世帯  
 基準日(令和4年6月1日)において、世帯全員の令和4年度住民税均等割が非課税である世帯、かつ、令和3年度住民税均等割非課税世帯等に対する給付金の対象ではない世帯
- ③令和4年度家計急変世帯  
 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、②の世帯と同様の事情にあると認められる世帯(令和4年1月～9月の任意の1カ月の収入を12倍し、その金額が住民税均等割非課税相当になるなど)  
 ※ただし①～③のいずれにおいても、「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」や「租税条約に基づき非課税となった方がいる場合」などは対象外となります。

### ■給付額

1世帯当たり10万円(1世帯1回限り。重複しての受給はできません)



市HP

## 10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)	5日(水)	午前10時から	弁護士	9月29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
	12日(水)			10月13日(木)		
	19日(水)					
	26日(水)					
不動産・相続・会社の登記等相談(5人)	5日(水)	午後1時から	司法書士	9月27日(火)	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
表示登記・土地の境界等登記相談(4人)	5日(水)	午前10時から	土地家屋調査士	9月27日(火)		
相続・遺言・成年後見等手続き相談(5人)	12日(水)	午後1時から	行政書士	10月6日(木)		
税務相談(5人)	12日(水)	午後1時から	税理士	10月11日(火)		
人権・身の上相談(4人)	19日(水)	午後1時半から	人権擁護委員	10月13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
不動産取引相談(5人)	6日(木)	午後1時から	宅地建物取引士	9月29日(木)		
交通事故相談(5人)	26日(水)	午前10時から	弁護士	9月29日(木)		
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談(4人)			社会保険労務士	10月20日(木)		
女性の悩みごと相談(4人)	3日(月)	午前10時半～午後4時半	女性カウンセラー	9月21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(木)			9月21日(水)		
	17日(月)			10月5日(水)		
	24日(月)			10月5日(水)		
31日(月)	10月5日(水)					
女性弁護士による法律相談(4人)	7日(金)	午前9時半～午後0時半	女性弁護士	9月22日(木)	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
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		

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	14日(金)	午後2時～4時	東久留米建築設計協会会員	電話での相談のみとなります	施設建設課 ☎042・470・7756
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	中央相談室(成美教育文化会館内教育センター)	中央相談室 ☎042・473・3667
	月曜～金曜日			滝山相談室(西部地域センター内)	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	14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・470・7808
知的障害者相談	12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
住宅増改築相談	13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	10月は実施しません		行政相談委員		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。





9月30日金納期限	
納期内納付にご協力ください 納税課 ☎042・470・7729	
国民健康保険税	第3期
後期高齢者医療保険料	第3期
介護保険料	第3期

### 後期高齢者医療 2割負担になる方への配慮措置

◎「2割負担になり、高額療養費の口座登録がない方へ」

#### 高額療養費(配慮措置)について

10月1日から自己負担割合の区分に新たに「2割が追加されます。急激な自己負担額の増加を抑えるために、同日から令和7年9月30日まで、3年間の配慮措置を実施します。外来医療について、1割負担と比べた時の負担増加額の上限を1カ月あたり30000円までとし、上限額を超えて支払った金額は高額療養費として支給するものです。

#### 高額療養費支給事前申請書の送付配慮措置の開始に伴い、自己負担割合が「2割」となる方で、これまで高額医療費の口座登録がされていない方に対して、高額療養費支給事前申請書を9月中旬頃に後期高齢者医療広域連合より送付します。

申請書を期限内に提出することにより、円滑に支給を受けることができます。記載方法などは同封の書類をご覧ください。ご不明な点

は申請書に記載のあるコールセンターにお問い合わせください。  
※書類は必ず郵送でお届けします。

☎042・470・7846  
☎042・470・7740



### 実施計画の改訂

◎「東久留米市保育サービスの施設整備・運営及び提供体制に関する実施計画」を改訂しました

市では、待機児童解消策として、認可保育所等の施設整備や公設公営保育園への民間活力の導入など、保育の提供体制の確保等に取組んでまいりました。これにより、現在、「第2期東久留米子ども・子育て支援事業計画」において目標としている、各年齢区分における保育の提供体制が、同計画の量的見込みを上回る状況となっております。

こうした中、実施計画の上位計画の一つである財政健全経営計画(実行プラン)における「公設公営保育園への民間活力の導入を推進し、民間から提供される保育サービスへの転換を図る」という方向性のもと、あらためて公設公営保育園における民間活力の導入の手法などについて整理するため、本計画を改訂しました。

今後、本計画に沿って、保育サービスの施設整備・運営および提供体制への取り組みを進めてまいります。なお、同計画は子育て支

援課(市役所2階)、市政情報コーナー(同1階)、中央・滝山・東部・ひばりが丘の各図書館、市庁舎で閲覧いただけます。

☎042・470・7740



### 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。保護者のリフレッシュや外出時の預かり、保育園・学童保育所の送迎などを地域の協力者がお手伝いします。協力者も随時募集中。11月に協力者向けの講習会を予定しています。まずは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)。

日場①9月27日(火)、市民プラザ会議室②10月11日(火)、東部地域センター2階会議室③、いずれも午前10時から30分程度

定員10名  
持事前送付資料、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)

他お子さんの同席可(保育なし)

☎042・475・3294

申問電話または直接ファミリーサポートセンター

☎042・475・3294

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市



### ひきこもり家族会 準備会

「家族が学校にいかない」「家にこもっている」「仕事をしていない」「関わり方がわからない」など、同じ悩みを抱える方が思いを語り、安心してつながることが出来る家族会の立ち上げを支援します。お話を聞いただけでもかまいません。気軽にご参加ください。

日場①10月9日(日)、11月13日(日)、12月11日(日)、いずれも午後2時~4時(1時45分から受け付け)

場中央町地区センター2階第三・四会議室

内参加者同士の交流

対ひきこもり状態にある本人または家族

定員各回先着20名

他入室自由

申各開催日の4日前までに専用申し込みフォーム、電話(☎042・475・0739)、FAX(☎042・476・459)または直接市地域福祉コーディネーター担当(市社会福祉協議会ホールディングアセンダー)へ

☎042・475・0739

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

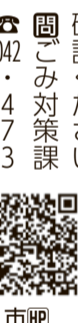
〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

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。

### ごみ収集日や分別などのごみ出しルールは市庁舎でご確認ください。

☎042・473・2117



### 防犯灯の維持管理費に補助金を交付します

市では、補助対象となる防犯灯や装飾灯を管理している自治会、管理組合および商店会に対し、4年度上半期(4年4月1日~9月30日)にかかった費用(電気料金・器具取替経費)の補助金を交付します。

なお、過去に補助金の申請をしている自治会、管理組合および商店会については、9月中にご案内を送付する予定です。

申10月21日(金)までに、必要書類を持参の上、管理課道路・河川施設担当(市役所5階)へ申請してください

☎042・470・7767

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市



### 9月20日~26日は動物愛護週間 責任と愛情をもって終生飼育を

動物愛護週間とは、国民の間に動物の愛護と適正な飼育についての理解と関心を深めていただくため、「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づき設けられました。この機会に飼育マナーとルールの確認をしましょう。

☎042・470・7753

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

◎9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。記録の残る昭和43年以降、国内で交通事故による犠牲者が無い日は、1日もありません。交通事故を未然に防ぐためには、交通ルールを守り、交通マナーを実践することが不可欠です。今後も一人ひとりが交通安全に対する意識を持って、交通事故死ゼロを目指していきましょう。

### 民有地のハチ対策

市では、個人の住宅や管

☎042・470・7764

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

不妊・去勢手術  
飼育主がきちんと管理できる数を超えないよう、不妊去勢手術などの繁殖制限措置を行きましょう。

### どうぶつ愛護フェスティバル

都は9月24日(土)に「子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物」をテーマとした講演などをオンライン配信します。また、10月1日(土)午前11時~午後4時に上野恩賜公園で屋外行事を開催予定です。詳細は都福祉保健局環境保健衛生課☎03・5320・4412へお問い合わせを。同フェスティバル

☎042・470・7753

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市

〒187-0001 東久留米市



ナラ枯れ被害が発生しています

ナラ枯れとは、カシノナガクイムシが媒介するナラ菌によって、ナラ類・シイ・カシ類の樹木を枯らす樹木の伝染病のことをいいます。

ナラ枯れ被害の特徴▼フラス(木くず)が、木の根元や樹皮に堆積している▼梅雨明けから晩夏にかけて急に葉が萎れ、茶色や赤褐色に枯れ、進行すると倒木の恐れもある▼幹に直径2ミリのほどの穴がたくさん空いている

市では、公園などの被害木の枯損による倒木や落枝などの危険性のある樹木については伐採しています。自己所有地にナラ枯れの被害木があり危険性が認められるときは、所有者の責任で処理をお願いします。ナラ枯れの防除手法などは、林野庁HPでご確認ください。



林野庁HP

高齢者・身体の不自由な方を守る

市内における令和3年の高齢化率は23.4%で、4・3人に1人が高齢者です。高齢者や身体が不自由な方は、災害時のみならず日常生活でも皆さんの助けを必要としています。家族はもちろん、近所の方々の「小さな気づき」が命を救う大きな力になります。次のポイントをチェックしましょう。

防災プラグに埃が溜まっていないか。プラグが完全に刺さっているか。電気配線の折れ曲がりがないか。

また、日頃から掃除や点検を実施しましょう。転倒家の中を見直して、よく通る場所には手すりを取り付ける。夜の移動時には必ず明かりをつける。また、家の中の段差などを確認し、日頃から注意するよう心掛けます。

のどに物がつまると主な原因は食物の飲み込みです。食料を細かく切り、よく噛んで、飲み物と一緒に食べるようにしましょう。

東久留米消防署防災安全係 ☎042・471・0119 (内線)322



同アプリ

お知らせ

市道の愛称名を変更します

市では、管理する道路のうち、56路線に愛称名を設定しています。このたび、「大円寺通り」の愛称名を親しんでいただいている市道2143号線について、「大円寺通り」へと愛称名を変更しました。これからも愛称名を付した道路が広く市民の皆さんに愛され、親しまれることを願っています。管理課管理財担当 ☎042・470・7766

4年度表彰

市では、市の公益の増進に寄与し、市民の生活と文化の向上に特に功労のあった方を表彰します。表彰の内訳は次の通りです。

- 表彰状▼産業功労Ⅱ2人▼技能功労Ⅱ4人▼社会福祉功労Ⅱ2人▼防災功労Ⅱ3人▼行政功労Ⅱ4人▼住民自治功労Ⅱ1人▼納税功労Ⅱ1人▼市民体育功労Ⅱ2人と3団体▼文化功労Ⅱ2人▼特別栄誉スポーツ功労Ⅱ1人と1団体▼自治功労Ⅱ1人

なお、表彰式典につきましては、10月2日(日)に執り行いますが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、一般の方の来場はご遠慮くださいますようお願いいたします。

職員募集

児童保育所職員募集説明会

9月27日(火)午前10時から(30分程度) 場市役所5階502会議室 内児童保育所について、児童厚生指導員・児童厚生員(会計年度任用職員)の仕事の内容、応募資格、現在の募集状況などについて 対児童厚生指導員・児童厚生員の仕事に興味のある方 申当日会場 児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735

官公署など

インボイス制度説明会

5年10月1日から消費税の適格請求書等保存方式(インボイス制度)が始まります。

インボイス制度では、登録を受けた事業者(適格請求書発行事業者)のみが適格請求書(インボイス)を交付することが出来ます。自分自身が登録すべきなのか?といった疑問をお持ちの方、ぜひご参加ください。

10月14日(金)午後2時~3時(1時半から受け付け) 場市役所7階701会議室 対個人事業者(農家を含む)・法人

定先着30人(要予約) 費無料 特筆記用具 マスクの着用を。当日に体調がすぐれない方は参加をお控えください。

事前予約制。東村山税務署 ☎042・394・6811 (自動音声「2」を選択。個人事業者の方は内線412、法人の方は内線313) 同同税務署

第40回のちかがやけ作品展

障がいを持つ方と持たない方の相互理解を目的として始まった作品展です。学齢前のお子さんから市内の特別支援学級の児童・生徒、各団体、生涯現役の方々まで、絵画・写真・書・折り紙・工作など例年900近い作品が展示されます。

社会貢献型後見人養成基礎講習 応募説明会

財産管理や施設入所手続きなどが難しい人の権利を守り、地域の中で適切な支援を受けることができるよう、市民の目線で支援する社会貢献型後見人候補者を養成するため、基礎講習の応募者向け説明会を開催します。

10月22日(木)までに(必着) 市社会福祉協議会成年後見制度推進機関宛て電話 ☎042・479・6294 または FAX ☎042・476・4545 で、氏名・年齢・住所・電話番号をご連絡ください。

同基礎講習への応募には条件があります。応募条件次の①~⑤をすべて満たしている方。

- ①市内に住居がある方
- ②社会福祉に理解と熱意があり、心身ともに健康な方
- ③応募時に20歳以上で概ね65歳未満の方
- ④基礎講習全日程に参加可能な方(日程11月~2月の間で6日間のオンライン講習)
- ⑤修了後、社協の地域福祉権利擁護事業生活支援員として活動可能な方(実地研修含む) 同同推進機関

前田病院 市民・院内フォーラム 9月24日(土)午後3時から 場前田病院1階待合室(中央5-13-34)

腰痛、足の痛みにお悩みの方に試せる新たな治療「脊髄刺激療法」のご紹介! 師前田浩行氏(同病院院長) 費無料 会場の収容人数に限りがあります 申事前に来院の上、申し込みを



「プリンアラモード」 作者 すぎのご造形教室 河村幸江さん

オンライン作品展 一部作品をオンラインで配信します。 9月26日(月)~10月31日(月) 閲覧方法のちかがやけ作品展 YouTube(視聴時の通信費用は自己負担) 場市社会福祉協議会 ☎042・475・0739 同作品展 (YouTube)

ウクライナ人道危機 救援金の募金箱 設置期間を延長します

市では、日本赤十字社が実施する「ウクライナ人道危機救援金」の募金箱の設置期間を延長して募金を受け付けています。ご支援のほどよろしくお願いたします。 ※詳細は市HPをご覧ください。 設置期間 5年3月24日(金)まで 設置場所 福祉総務課(市役所1階)、秘書広報課(同4階) 同福祉総務課 ☎042・470・7749



滝山マンドリンアンサンブル第38回研究発表会(東久留米市滝山マンドリンアンサンブル) 10月2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 演奏曲は「マイ・フェア・レディ」序曲、「恋のフォーガ」、「ラ・ペザレーゼ」他 同大久保 ☎042・474・7779

歌謡吟詠「きんれい」 9月1日、第4金曜日午後2時~4時 場生涯学習センター 入会金1,000円、会費月1,500円(入会後6カ月間は無料) 同歌や民謡に詩吟(短歌吟や俳句吟も)のコラボを楽しむ。 見学無料 同斎藤 ☎090・2759・3316

ジョン・チャヌ愛のコンサート(ヴァイオリン) (東久留米愛のコンサート実行委員会) 10月1日(土)午後1時半開場、2時開演 場成美教育文化会館 入場料3,000円(小学生~大学生は1,000円) 同車いす席ございます。未就学のお子さまはご遠慮願います 同白沢 ☎090・2647・3121

市民伝言板

会員募集 ◆東久留米市山岳連盟 9月2~3日、土曜または日曜午前7時~午後5時 他 場奥武蔵、奥多摩、秩父などの山々 入会金500円、会費月700円 同近郊の山々にふれて、楽しみや喜びをみつけ健やかな体をつくらう 同中山 ☎090・4675・7148 ◆ノルディックウォークを楽しむ会 9月 毎週水曜日と第2・第4土曜日午前9時45分~11時半 場竹林公園・落合川 会費1回500円 他 同ポールを活用することで足腰を強化し姿勢よく歩くことを学びま



**いまだき、井戸のこと  
—小平と東久留米**

災害時の井戸の重要性や有効活用、その井戸水の広い地域での巡りについて学びます。市民自主企画講座開講支援事業。企画・運営は東久留米の井戸水位を調べる会、市教育委員会主催、市文化協会主管。

日10月22日(土)午後1時半～3時半 場 東部地域センター講習室 内容 講義①=防災対策として身近な水源「井戸」、講義②=地域をつなぐ地下水の保全と利活用について 講師 金子尚史氏(小平井戸の会代表)②長谷川怜思氏(八千代エンジニアリング株式会社プロフェッショナル) 費 300円(資料代) 持 筆記用具 申 9月15日(木)～10月17日(月)に、市文化協会へ申し込みフォーム、電話またはFAX(☎042・477・4700(FAX同))で申し込みを(FAXの場合、講座名・氏名・住所・年代・電話番号を記入の上、送信を) 問 同協会(電話受け付けは第4月曜日を除く平日午前9時～午後5時)



市文化協会

**三遊亭好楽・林家たい平 二人会**

大人気落語家による二人会。両師匠の落語をお楽しみください。

日11月26日(土)午後2時開演(1時半開場) 場 生涯学習センターホール 出演 = 三遊亭好楽、林家たい平ほか 定 先着500人 費 前売券3,800円、当日券4,000円 注 未就学児入場不可 申 9月15日(木)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)で 問 同センター

**まろにえ★クリスマスコンサート  
出演者募集**

生涯学習センターホールでは、毎年公募による出演者とともクリスマスを楽しむ公演を開催しています。

日12月18日(日)午後2時開演(1時半開場) 予定 場 生涯学習センターホール 内容 募集部門 = 管弦打楽器・ゴスペル・合唱・ダンスなど 演奏時間 = 1団体15分程度 出演費 = 無料(交通費・楽器運搬費などは自己負担) 対 市内または近郊で活動している団体・個人(小学生以下の場合は成人の責任者同伴) 他 詳細は同センターで配布する募集要項をご覧ください(同センターへからも取得可) 申 10月14日(金)までに(必着)、申込書に必要事項を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター宛て郵送、またはFAX(042・473・7675)で送信を 問 同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)



同センター

**スポーツ**

**9月26日(月)～30日(金)スポーツ  
センタープール一般開放中止**

9月26日(月)～30日(金)はプール水抜き清掃のため、開放を中止します。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 同センター ☎042・470・7900

**akiヨガレッスン**

日9月29日(木)午後5時半～6時半 場 市民プラザホール(市役所1階) 内容 気持ちよく、リラックスした気分が心地よい、ヨガのレッスン 定 先着18人(要予約) 師 aki氏(JYIA認定ヨガインストラクター) 費 500円(当日集金) 持 飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方) 他 動きやすい服装、マスク着用 申 9月16日(金)午前9時から電話(☎042・470・7813)または市民プラザ窓口で 問 同プラザ

**ジュニアクライミング体験教室**

日 10月4日・18日、11月1日・15日、12月6日・20日のいずれも火曜日午後6時45分～8時15分 10月8日、12月10日のいずれも土曜日午後4時45分～6時15分 場 スポーツセンター第1体育室 対 小・中学生 師 市山岳連盟 費 無料 持 靴下(シューズ貸し出しのため) 他 都・都体育協会・市体育協会主催 申 当日会場で 問 市体育協会事務局 ☎042・470・2722

**初心者ターゲット・バードゴルフ  
体験会**

日 全3回。10月4日・11日・18日(予備日11月1日) いずれも火曜日午前9時半～11時半 場 滝山球場 対 市内在住・在勤で60歳以上の健康な方 費 無料 他 運動できる服装で。用具貸し出しあり。都・都体育協会・市体育協会主催、市ターゲット・バードゴルフ協会主管 申 9月22日(木)までに(必着)、往復はがきに事業名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、〒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 ☎042・470・2722

**第35回市民テニス大会(シングルス)**

日 男子・女子2部 = 11月5日(土)(予備日11月12日) 男子・女子1部 = 11月6日(日)(予備日11月13日) 場 市内各テニスコート 内容 種目 = シングルス 男子1部・2部、シングルス女子1部・2部 対 市内在住・在勤・在学・在連盟傘下テニスサークル・在テニススクールで高校生以上の方 費 1人2,000円 注 エントリー後のメンバー変更や参加費の返金不可 他 市テニス連盟主催。試合時間・会場などはくるくるチャンネルで確認を 申 10月3日(月)までに(消印有効)、郵便振替(00190-2-632369、加入者名「東久留米市テニス連盟」)で、通信欄に、郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加種目・(市外の方は勤務先・学校名・スクール名・連盟傘下サークル名)を記入の上、参加費を振り込んでください。連盟理事に直接申し込みも可 問 同連盟・小野寄 ☎042・478・5881(夜間)

**市民ポッチャ大会**

上位チームは2022ポッチャ多摩六都カップへの出場権が得られます。

日10月8日(土)午後1時受け付け、1時半開会(ニュースポーツデー同時開催) 場 スポーツセンター第1体育室 対 市内在住・在勤・在学している原則3人以上で構成されたチーム(3人揃わなくても参加できます)。小学生以下のみで申し込む場合は、代表者として大人(18歳以上)が必ず1人以上参加してください 定 20チーム程度(応募多数の場合は抽選、満たない場合は当日参加可) 費 1人100円 他 競技コートはバドミントンコート半面のサイズ 申 9月30日(金)までに(必着)、申込書に必要事項を記入の上、〒203-8555、市役所生涯学習課宛て郵送、☎(shogaigakushu@city.higashikurume.lg.jp)、FAX(042・470・7811)、または直接同課窓口へ持参を。申込書は同課窓口または市 問 同課 ☎042・470・7784



市

**第100回ソフトテニス市民大会**

日10月10日(月)祝午前8時半から受け付け(予備日10月30日) 場 市立テニスコート(西中学校) 内容 一般の部(男子・女子の部)、壮年の部(45歳以上の男性)、壮年ミックスの部(70歳以上の方・個人申し込み、浮動ペア) 対 原則市内在住・在勤・在学・在クラブの方 費 参加費1チーム1,000円 他 市ソフトテニス連盟主催 申 10月2日(日)までに(必着)、電話またははがきに住所・氏名・年齢・電話番号・参加種目を記入の上、〒203-0033、滝山1-6-13、井部誠二宛て郵送を 問 同連盟・井部 ☎042・475・8279

**クライミング体験会**

日10月11日、11月8日、12月13日のいずれも火曜日午後7時～9時 場 スポーツセンター第1体育室 内容 トップロープによるスポーツクライミング体験 対 高校生以上のクライミング初心者 定 先着10人程度 費 参加費500円 持 靴下(シューズ貸し出しのため) 他 市山岳連盟主催 申 当日会場で 問 同連盟・藤重 ☎090・4240・6393

**くらし**

**第24回市民手話まつり**

耳の聞こえない方たちのことや手

**多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center**

**大人のための地球科学入門**

大人を対象とした地球科学の講座です。地球の大スケールの変化と自分の身の回りの地質や地形のつながりについて一緒に考えてみましょう。

日10月29日(土)正午～午後1時半 場 多摩六都科学館科学学習室 対 18歳以上の方 定 16人 費 入館料(展示室券)520円 注 参加者以外入室不可 申 10月17日(月)までに(必着)、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、イベント名・希望日時・氏名(フリガナ)・年齢・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) 問 同館 ☎042・469・6100



イベントの様子

話を知っていただくことを目的とした「市民手話まつり」を3年ぶりに開催します。市ろう者協会主催、市共催、市社会福祉協議会・さいわい福祉センター後援。

日10月16日(日)午前11時～午後4時(雨天決行) 場 市民プラザ(市役所1階) 内容 講演会・手話教室・ミニゲーム・展示(ろう者協会、手話講習会、人工内耳など) 他 午後2時～3時半にEテレ「みんなの手話」で講師を担当している森田明氏による講演会(手話通訳あり)を行います。先着60人、事前申し込み制。詳細は市 問 市ろう者協会までお問い合わせを 問 市ろう者協会・松田 ☎(0ve5j25f326618f@ezweb.ne.jp)、障害福祉課 ☎042・470・7747(FAX042・470・7808)

**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た目で見守る「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。認知症の予防方法も一緒に学びます。中部地域包括支援センター主催。

日10月19日(水)午後2時～3時半(1時半から受け付け) 場 中央町地区センター第3・4会議室(中央町6-1-1) 内容 ①認知症の正しい理解や接し方②サポーターとしてできることなど ※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。 対 市内在住・在勤で認知症サポーター養成講座を受講したことのない方 定 先着20人 費 無料 注 手話通訳が必要な方は申し込み時にお伝えください 申 同日曜日・祝日を除く9月15日(木)～10月7日(金)に電話またはFAXで中部地域包括支援センター本部 ☎042・451・5121(FAX042・451・5123)へ

**おわびと訂正**

広報9月1日号9面に掲載しました「第18回市民テニス大会(団体戦)」の開催日の記載に誤りがありました。

正しくは「10月11日(火)(予備日18日)」です。

おわびして訂正いたします。 問 市テニス連盟・女子は岩泉 ☎042・476・0819、男子は小野寄 ☎042・478・5881(夜間)



(8面から続く)

■スポーツで元気

日 10月5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、11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん、午後2時半～3時が幼稚園・保育園に通っている年少年代から「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組持飲み物他動きやすい服装で日 9月27日(火)午後1時半から電話または来館で

■わらべうたスマイル講座

日 10月12日(水)午前10時半～11時半「返事あそび」、わらべうたと育児の悩み相談日 0歳児と保護者定 6組師 原悠子氏日 9月28日(水)午後1時半から電話または来館で

■中央児童館

中央町1-10-11 ☎042・476・2161

■パパサタ

日 9月17日(土)午前11時から日射的遊び日乳幼児と保護者定12組日当日会場で

■おはなし会

日 20日(火)・27日(火)いずれも午後3時50分から日絵本の読み聞かせや素話など日小学生他協力はおはなしくぬぎ、中央図書館日当日会場で

■幼児のつどい

日 22日(木)が「リズム遊び」、29日(木)が「防災グッズ作りと9月のお誕生日会」、10月6日(木)が「運動会遊び」、いずれも午前10時半からと11時5分からの2部制日1～4歳児と保護者定各部12組日22日分は9月16日(金)、29日分は9月22日(木)、10月6日分は9月29日(木)、いずれも午後1時半から電話で

■親子のコミュニケーションワーク  
日 26日(月)午前10時半から日音のワークと触れ合い遊び日0歳児と保護者定 8組師 炭田契恵子氏日 9月19日(月)祝午前10時から電話または来館で

■けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■おはなしの日

日 9月20日(火)午前11時～11時25分日絵本の読み聞かせや手遊びなど日乳幼児と保護者日みくりおはなしの会

■赤ちゃん広場

日 21日(水)午前10時半～11時半日親子のコミュニケーションワーク日0歳児と保護者日炭田契恵子氏日当日会場で

■幼児のつどい

日 22日(木)が「クレヨンでおえかき」、29日(木)が「ふれあいあそびと9月生まれのお誕生日会」、10月6日(木)が「運動会ごっこ」、いずれも午前10時半からと11時10分からの2部制日1～4歳児と保護者定各部15組日22日分は9月16日(金)、29日分は9月22日(木)、10月6日分は9月29日(木)、いずれも午後1時半から電話で

■ベビーマッサージ

日 28日(水)午前10時半～11時半日0歳児と保護者日先着15組師 渡辺直子氏日バスタオル、オムツ、飲み物(母乳可)日 9月21日(水)午前9時から電話または来館で

■リトミック講座

日 10月15日(土)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日リトミ



ック団体による音楽イベント日先着15組師 千葉氏(リトミック研究所)日 10月1日(土)午前9時から電話または来館で

■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 9月21日(水)午後3時45分～4時15分日絵本の読み聞かせや素話日小学生日水曜おはなし会日当日会場で

■幼児のつどい

日 22日(木)が「新聞紙遊びと8・9月誕生会」1歳児と保護者、29日(木)が「運動会遊びと8・9月誕生会」2～4歳児と保護者、10月6日(木)が「運動会遊び」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部制日各部15組日22日分は9月16日(金)、29日分は9月22日(木)、10月6日分は9月29日(木)、いずれも午後1時半から電話で

■親子でふれあいリトミック

日 27日(火)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分が歩き始めているお子さんと保護者日音に合わせて心と体を動かそう日各回15組師 千葉理恵子氏日飲み物、汗拭きタオル日動きやすい服装で日 9月20日(火)午前10時から電話または来館で

■カプラの日

日 29日(木)午後3時半から日小学生日当日会場で

■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 9月16日(金)午前10時～11時半日第十小学校1階ランチルーム日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日乳幼児親子日徒歩か自転車で来場を日当日会場で

■手作り布おもちゃの会

日 10月4日(火)・18日(火)午前10時～11時半日同センター地域活動室日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)日0歳児親子日各6組日縫い針、はさみ日 9月29日(木)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

■9月の臨時休館日

9月15日(木)は館内整備のため、休館します。

■上の原赤ちゃん広場

日 ①10月7日(金)が「はいはいの会」②21日(金)が「ねんねの会」、いずれも午前10時～11時半日同センター上の原乳児室日触れ合い遊び、体重測定、情報交換日①が7～12カ月児と保護者②が0～6カ月児と保護者日各6組日助産師日バスタオル日兄弟姉妹の保育あり(各先着3人、要予約)日 9月30日(金)午前10時から電話または同センター上の原で

■図書館

■2022・秋の朗読サロン

東久留米図書館友の会による朗読

サロンを開催します。この機会に耳で文学作品を味わってみませんか。  
日 10月20日(水)午後1時半～3時日南部地域センター2階講習室日中学生以上日先着30人日送車での来場不可日 9月15日(木)～10月19日(水)に電話(☎042・463・3996)または直接ひばりが丘図書館(休館日を除く)で日同館

■大人が楽しむおはなし会

滝山おはなしの会のメンバーによる「素ばなし」の公演です。  
日 10月23日(日)午後2時～3時半日西部地域センター3階第2・3講習室日国内や海外の童話・昔話など、大人でも楽しめる作品を取り上げてお話しします。関連する資料も併せて展示します日先着20人日送車での来場不可日大人向けの長時間の会となるため、お子さんをご遠慮ください日 9月15日(木)～10月22日(土)に電話(☎042・471・7216)または直接滝山図書館(休館日を除く)で日同館



■文化

■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 9月26日(月)午前10時～11時半日南部地域センター2階和室1・2日9月のテーマは「高齢妊婦さん＆ママの会」。疑問やお悩みも皆でシェアしましょう日妊婦または子育て中のお母さん日先着18人(親子参加は9組まで)日篠宮晃子氏(助産師・アロマアドバイザー)、飯岡祐子氏(ベビーマッサージ講師)日費500円日当日電話または直接同センター(☎042・451・2021)で

■男女平等推進センター主催「つながるカフェ」

毎月第2木曜日に、ひきこもりなどの生きづらさを抱えている女性向けの交流の場「つながるカフェ」を開催しています。テーマを決めて、参加者の皆さんと対話をしたり、関連情報の収集もできます。  
日 10月13日(木)午後2時～4時(途中参加、退室自由)日男女平等推進センター(市役所2階)日ひきこもりなどの生きづらさを抱えている女性日先着6人(要申し込み)日専用申し込みフォーム、同センター宛て日(fifty2@city.higashikurume.lg.jp)、または電話(☎042・472・0061)で申し込みを日同センター(市役所2階、平日午前9時～午後5時)



■第4回 活き活き「社交ダンスの集い」

今年も社交ダンスパーティーを開催します。皆さんと一緒に楽しみませんか。お待ちしております。  
日 10月29日(土)午後1時半～4時日市民プラザホール(市役所1階)日費無料日他検温、消毒、マスク着用で日同活き活き健康の会会長・佐藤千恵子☎090・5396・4544

「TAMA☆ろくと巡礼物語！」  
北多摩TOKYOアニメスタンプラリー2022

都商工会連合会多摩観光推進協議会では、北多摩エリアを舞台にしたスタンプラリーを実施します。今年は、アプリをダウンロードして、北多摩エリアの魅力ある施設に配置したさまざまなキャラクターのスタンプを集めるモバイルスタンプラリーとして実施します。

日 10月1日(土)～11月30日(水)

■イベント内容観光施設・文化施設・飲食店・神社仏閣などを巡礼して、スタンプを入手しましょう。スタンプを5種類以上集めると、キャラクターオリジナルグッズや地域の特産品などが入手できます。スタンプを30種類全部集めると、抽選で多摩六都エリア内のレストランの食事券が当たります。詳細は同スタンプラリー日をご覧ください

■主催は都商工会連合会多摩観光推進協議会。共催は小平商工会、東村山市商工会、清瀬商工会、東久留米市商工会、西東京商工会。協力は多摩北部都市広域行政圏協議会(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)、西武鉄道株式会社

■「TAMA☆ろくと巡礼物語！」事務局

※同スタンプラリー日内の問い合わせフォームからお問い合わせください。



▲同スタンプラリー日(9月15日公開予定)







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  
☎・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9月1日現在) 人口116,866人(うち外国人2,308人) / 前月比76減 男56,739人 / 前月比45減 女60,127人 / 前月比31減 世帯数55,991 / 前月比31減

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。

対▼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 他第1期分は1歳の誕生月に、

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申問同係 ☎042・477・0030

## 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~

元気になる食べ方のコツを、具体的な料理方法なども含めて栄養士が分かりやすく紹介します。

回全2回。10月12日(水)・26日(水)のいずれも午前10時~11時45分 場西部地区センター講習室2・3 内容簡単で栄養のある食事や料理方法についての講義など 対全2回参加できる市内在住の65歳以上で、医師から食事制限の指示をされていない方(初回の方

優先) 定先着12人 費無料 申9月15日(木)午前9時から電話で介護福祉課地域ケア係へ 問同係 ☎042・470・7777 (内線2501~2503)

2部制 対1~4歳児と保護者 対各部12組 申22日分は9月16日(金)、29日分は9月22日(木)、10月6日分は9月29日(木)、いずれも午後1時半から電話で

■ボルダリングの日  
回19日(月・祝)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

# 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

回内9月22日(木)が「〇△□であそぼう」、29日(木)が「忍者になろう」、10月6日(木)が「運動会ごっこ」、いずれも午前10時半からと11時5分からの



(7面へ続く)

## 「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

問健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



### わくわくウォーキング教室

市内の見どころが詰まったウォーキングマップ「わくわく歩くるめマップ」を活用したウォーキング教室です。正しいウォーキングやストレッチ方法などを学びます。

回10月4日(火)午後2時~4時

場南部地域センター集合、生涯学習センター解散

※集合場所と解散場所が異なります。

内わくわく歩くるめマップ3穴公園コースを健康運動指導士と歩きます。参加された方には、素敵なプレゼントもあります

定先着20人

師健康運動指導士

持筆記用具、飲み物、タオル

他動きやすい服装、マスク着用で

申9月15日(木)午前8時半から電話(☎042・477・0022)または健康課窓口で



## 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。

9月18日・19日・25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)

9月23日=石橋クリニック (東本町8-9、☎042・477・5566)

### 歯科

9月18日・19日・23日・25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)

9月18日・23日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)

9月19日・25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

