



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11月1日現在) 人口116,950人(うち外国人2,389人) / 前月比8増 男56,769人 / 前月比23減 女60,181人 / 前月比31増 世帯数56,131 / 前月比59増

けんこうとイベント・講座は10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☎042・477・0030

高齢者に対するインフルエンザ 予防接種

予防接種法に基づきインフルエンザ予防接種を実施しています。接種は義務ではなく、本人が希望する場合に限り行います。

☑5年1月31日(火)まで(医療機関の休診日を除く) ※効果の面からは年内接種をお勧めします。

☑市☎でご確認ください(広報4年10月1日号11面にも掲載し

☑近隣市(小平市・東村山市・清瀬市・西東京市)に限り、協定により市内の医療機関と同様に取扱いします(5年1月31日(火)まで)。予診票は個別に送付していませんが、市内の実施医療機関には配布しているので、持参の必要はありません(近隣市の実施医療機関で接種する場合は、市役所1階総合案内のほか、上

の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、健康課予防係(わくわく健康プラザ内)で配布している市の予診票を必ず持参してください)☑市内在住で、接種日に①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に、自己の身の日常生活が極度に制限される身体障害者手帳1級程度の障害がある方、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に、日常生活がほとんど不可能な身体障害者手帳1級程度の障害がある方(身体障害者手帳の写しが必要)☑無料(1人1回のみ) ※今年度は都の特別補助事業により自己負担が発生しません。接種の際、生活保護受給者の方は同受給証明書の提出を、中国残留邦人等支援給付受給者の方は同本人確認証を提示または支援給付受給証明書を提出してください。☑実施医療機関に予約の上、受診してください。接種の際は、年齢・住所が確認できる健康保険証などを提示の上、実施医療機関で配布の説明書を読んで接種してください☑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
☑☑11月24日(木)が「更生保護女性会

によるシアターの日」、12月1日(木)が「クリスマス工作」、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☑11月24日分は11月18日(金)、12月1日分は11月25日(金)いずれも午後1時半から電話で



■リトミック
☑☑11月28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、11時15分~11時45分が歩き始めているお子さん☑各回12組☑千葉理恵子氏☑飲み物☑動きやすい服装で☑11月21日(月)午前10時から電話または来館で

■スポーツで元氣
☑☑12月7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☑各回10組☑飲み物☑動きやすい服装で☑11月29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
☑12月9日(金)午前10時~10時半と10時50分~11時20分の2部制☑首が据わった9カ月までのお子さん☑各部4組☑鈴木あゆみ氏☑バスタオル、飲み物☑動きやすい服装で☑11月29日(火)午前10時から電話または来館で

中央児童館



■おはなし会
☑11月22日(火)・29日(火)いずれも午後3時50分から☑絵本の読み聞かせや素話など☑小学生☑協力はおはなしくぬぎ、中央図書館☑当日会場

■幼児のつどい
☑☑11月24日(木)が「食事で健康になろう」と「11月のお誕生日会」、12月1日(木)が「クリスマス工作」、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☑11月24日分が11月18日(金)、12月1日分が11月25日(金)いずれも午後1時半から電話で

■スマイルタイム
☑11月25日(金)午前10時から☑「冬の生活について」、助産師さんとの育児相談、体重測定☑乳幼児と保護者☑師ひがしくるめ助産師会☑当日会場



■中高校生世代会議
☑11月26日(土)午後5時半から☑児童館のルールや要望についての話し合い

■パパサタ
☑11月19日(土)午前11時から☑パパと遊ぼう☑乳幼児と保護者☑定12組☑当日会場

(11面へ続く)

休日・準夜間診療

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確認ください。
11月20日・23日・27日=休日内科診療所
(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・473・3663)

☑歯科
11月20日・23日・27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)
11月20日・27日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)
11月23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

(12面から続く)

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653



遊戯室

赤ちゃん広場

11月16日(水)午前10時半～11時半 親子のコミュニケーションワーク 0歳児と保護者 炭田契恵子氏 当日会場

幼児のつどい

11月24日(木)が「11月生まれのお誕生日会」と「きのこ時計作り」、12月1日(木)が「12月生まれのお誕生日会とクリスマス工作」、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 11月24日分は11月18日(金)、12月1日分は11月25日(金)いずれも午後1時半から電話で

カレンダー工作

11月24日(木)から(材料が無くなり次第終了) 「ポップアップツリー」 小学生 当日会場

スポーツで元気

11月28日(月)①午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん、②午前11時15分～11時45分が歩き始めのお子さん、③午後2時半～3時15分が園児年代、④午後3時半からが小学生以上 ①・③は10組程度、②は12組程度 動きやすい服装で ①・③・④は当日会場。②は11月21日(月)午前9時から電話で



小学生クリスマス会

12月10日(土)午後1時半～2時20分、2時半～3時20分、3時半～4時20

分の3部制 小学生 各部40人 参加券、くつ袋、荷物を入れる袋 11月27日(日)午前10時から同館で参加券を配布(電話申込不可)

休館のお知らせ

11月23日(水)祝は施設点検日のため休館します。

子どもセンターひばり

ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300



図書コーナー

おはなしの日

11月16日(水)午後3時45分から 絵本の読み聞かせや素話 小学生 水曜おはなし会 当日会場

幼児のつどい

11月24日(木)が「クリスマス工作・11月誕生日会」2～4歳児と保護者、12月1日(木)が「クリスマス会・12月誕生日会」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 各部15組 11月24日分が11月18日(金)、12月1日分が11月25日(金)いずれも午後1時半から電話で



ふれあい科学遊び

11月29日(火)午前10時半～11時が首が据わったお子さんと保護者、11時15分～11時45分が歩き始めているお子さんと保護者 どんぐり飛行機を作って遊びます 各回15組 西田ゆかり氏(子育て支援アドバイザー) 11月22日(火)午前10時から電話で

ベビーマッサージ

12月2日(金)午前10時半～11時半 0歳児と保護者 14組 渡辺直子氏(ベビーマッサージ協会認定講師) 持

ら受け取り拒否をし、すぐにクーリング・オフ通知を出しましょう。また、事例とは異なり、頼んだ覚えがない商品が一方的に送り付けられた場合には、3年7月の法改正により直ちに処分できるようになりました。もちろん代金を請求されても支払う必要はありません。代金を支払ってしまうと、業者と連絡が取れず代金を取り戻すことが非常に困難です。このような電話があった時、不要だと思ったらその場できっぱり断り、すぐに電話を切りましょう。また、名前や住所などの個人情報を知らせることは危険です。困ったなと思ったら、できるだけ早く消費者センターに相談してください。

《消費者相談》まずは電話で相談を ●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

バスタオル、おむつ、授乳ケープ 11月25日(金)午前10時から電話または来館で

小学生クリスマス会

12月11日(日)午後1時～2時と3時～4時の2部制 子どもたちによる発表など 小学生 各回50人 12月10日(土)正午～11日(日)午後5時の間は通常利用できません 11月19日(土)午後3時半から同館で参加券配布(電話申込不可)



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

11月25日(金)午前10時～11時半 第十小学校1階ランチルーム お子さんと遊びながら育児の情報交換。育児相談も受けます 乳幼児親子 徒歩か自転車での来場を 当日会場

手作り布おもちゃの会

12月6日(火)・20日(火)いずれも午前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作り 0歳児親子 6組 縫い針、はさみ 他材料は1セット 無料で用意 11月29日(火)午前10時から電話または来所



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

六小なかよし広場

11月22日(火)午前10時～11時半 第六小学校プレイルーム お子さんと遊びながら育児の情報交換 乳幼児親子 徒歩か自転車での来場を 当日会場

ちびっ子育て～おしゃべり広場～

11月24日(木)午前10時～11時半 同センター上の原地域活動室 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。一人で悩まず、一緒に考えましょう 1～2歳児の保護者 8人 他お子さん

の保育あり(要予約) 11月15日(火)午前10時から電話または来所

上の原赤ちゃん広場

12月2日(金)が「はいはいの会」7～12カ月児、12月16日(金)が「ねんねの会」0～6カ月児、いずれも午前10時～11時半 同センター上の原乳児室 触れ合い遊び、体重測定、情報交換 各10組 助産師 持 バスタオル 他兄弟の保育あり(先着各3人) 11月25日(金)午前10時から電話または同センター



図書館

クリスマスおはなし会

図書館スタッフによるクリスマスの絵本の読み聞かせ、紙芝居や手遊びなど季節を楽しむおはなし会を開催します。

12月17日(土)午後2時～2時半と2時半～3時の2回 滝山図書館 多目的室 クリスマスに関連した絵本、大型絵本、紙芝居、手遊びなど 幼児～小学生(保護者同伴可) 各回先着10人(保護者含まず) 車ででの来場不可 11月15日(火)～12月15日(木)に電話または直接同館で(休館日を除く) 同館 ☎042・471・7216



冬のおたのしみ会

人形劇や手遊び、大型絵本の読み聞かせなど、冬の特別なおはなし会を開催します。

12月21日(水)午前11時～11時半と午後3時～3時半の2回 南部地域センター2階講習室1・2 内おはなし会 乳幼児～小学生と保護者 各回先着12組(1組3人まで) 車ででの来場不可 協力は水曜おはなし会 11月15日(火)～12月20日(火)に電話または直接ひばりが丘図書館で(休館日を除く)。申し込み時に午前・午後いずれの回に参加するか選択を 同館 ☎042・463・3996



「魚介類を買ってください」という電話勧誘にご注意

Q. 「新型コロナの影響で観光客が減り、魚介類が売れずに困っている。半額にするから買って欲しい。以前、買ってもらった人に連絡している」と電話がかかってきました。何年か前に旅行先で購入した業者だと思い注文しましたが、配達日に留守にすることが分かったので、取り消したいと思いつつ履歴から電話をしても全く出ません。連絡がつかないので困っています。 A. この事例は電話勧誘なので、クーリング・オフが適用されます。業者の住所などが不明の場合は、商品が届いた際に記載されている住所をメモに取るなど記録してか



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

全編生解説プラネタリウム

「新装版・全天88星座 光が語る天球の地図」

1922年に現行の星座が制定されてから今年で100年。東久留米市出身のアーティスト・大小島真木氏が描いたオリジナル星座絵とともに、全天88星座の世界をご案内します。 ※平成29年に投影した作品の再投影です。



11月19日(土)～5年1月29日(日)。時間は多摩六都科学館 ☎でご確認または同館へお問い合わせください 同館サイエンスエッグ ☎どなたでも。小学2年生以下は保護者と一緒に観覧してください 先着234人 観覧付入館券(展示室・プラネタリウム1回)1,040円(4歳～高校生420円) 当日開館時より同館インフォメーションで観覧券を販売 同館 ☎042・469・6100

文化

第15回「東部演芸館」～晩秋の演奏会～

晩秋の演奏会と題した、東久留米演奏家協会の皆さんによる楽器演奏、歌唱のコンサートです。フルート、ピアノ、声楽など、秋の午後の一時を素晴らしい音色と歌声で癒されてください。

11月27日(日)午後2時開演(1時40分開場) 東部地域センター講習室 フルート・ピアノ演奏、ピアノ独奏、声楽など 定員60人 東久留米演奏家協会会員費500円(前売り) 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 11月15日(火)午前9時から電話で同センターへ 042・470・8020



みんなdeアート 東久留米のクリスマス～Smile & Peace～

市民プラザ、西部・東部の各地域センターでは、今年は「Smile & Peace」をテーマにオーナメントを募集しています。

ツリー展示期間=11月下旬から 市民プラザ屋内ひろば、各地域センターロビー 昨年大好評のみんなdeアートの第二弾。今年も皆さんのオーナメントが東久留米のクリスマスを彩ります 募集期間=12月24日(土)まで。展示可能数に達した場合は締め切ります 市民プラザ 042・470・7813、西部地域センター 042・471・7210、東部地域センター 042・470・8020



まろにえ★クリスマスコンサート

公募により集まった出演者がクリスマスを盛り上げるパフォーマンスを披露します。温かなクリスマスを一緒に過ごしませんか。0歳から入場可能です。

12月18日(日)午後2時開演(1時半開場) 生涯学習センターホール 出演者=市内または近郊で活動している個人、団体、サークルの皆さん 先着500人 無料 11月15日(火)午前9時から電話(042・473・7811)または直接同センター(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ(受付順に整理券を配付) 同センター



「国際男性デー」関連図書展示

11月19日は「国際男性デー」です。国際男性デーは「男性・男児の健康に目を向け、ジェンダー平等を促す」目的で、1999年にトリニダード・トバゴで始まったとされています。海外だけでなく、日本でも育休などの男性の権利や男性の生きづらさをテーマにイベントが開催されるなど、近年注目されています。男女平等推進センターと市内4図書館で、各会場ごとにテーマを設けて関連図書展示を開催します。

11月30日(水)まで 男女平等推進センター(市役所2階)、中央・滝山・ひばりが丘・東部の各図書館 関連図書展示と図書リスト配布(各会場のテーマは、男女平等推進センターが「ジェンダー」、中央図書館が「仕事・働き方」、滝山図書館が「健康」、ひばりが丘図書館が「子育て」、東部図書館が「生き方」) 同センター 042・472・0061(平日午前9時～午後5時)



人権パネル展

～日本・韓国・台湾のハンセン病～ 市では、みなさんに人権についての理解を深めていただく機会として人権パネル展を実施します。今回は、日本・韓国・台湾のハンセン病についてのパネル展です。

ハンセン病についての正しい知識・理解を深めるとともに、ハンセン病患者・回復者の方々が隔離政策により精神的苦痛、身体的苦痛、社会的被害を受けてきたか、このパネル展を通じて私たち一人ひとりに何ができるかをあらためて考える一助になれば幸いです。

12月2日(金)・3日(土) 午前9時～午後5時 市民プラザホール(市役所1階) 生活文化課 042・470・7738

スポーツ

わくわくボッチャ!

東京2020パラリンピックで盛り上がりを見せた「ボッチャ」が体験できます。初めての方でも、お1人での参加も大歓迎、ニュースポーツデーと同時開催。5年1月28日に立川市で開催予定の東京都市町村ボッチャ大会の選考を兼ねています。



12月10日(土) ①午前10時半～正午 ②午後1時～3時半 市民スポーツセンター第1体育室 ①障がいをお持ちの方 ②どなたでも ①無料 ②参加費100円(未就学児無料) マスク着用の上、運動ができる服装で会場へ 競技コートはバドミントンコート半面のサイズです 当日会場 生涯学習課 042・470・7784

第12回スポーツセンターダンスフェスティバル

5年1月22日(日)午後1時半～6時

半場スポーツセンター第1体育室 1組12分の持ち時間での演技



市内および近隣市で活動する高校生以下で構成されたダンスサークル 15組(応募多数の場合は市内で活動するサークル優先。他は抽選) 詳細は実施要項(同センターで配布中)をご覧ください。主催は同センター 12月4日(日)までに直接同センターへ 同センター 042・470・7900

くらし

「セルフケア」入門

コロナ禍で変化したライフスタイルで家族との関係に難しさを感じたり、仕事や家事、子育て、介護でさまざまなストレスや不安を感じていませんか。自分のストレスに気づき、自分自身を大切にするための「セルフケア」の考え方をヨガを交えて学びます。自分をラクにしてあげましょう。主催は男女平等推進センター。 12月15日(木)午前10時～正午 市役所7階704会議室 ゆっくり床に座って、ヨガ、ペアワークを交えながら講師の話を聞きます 身近な人との関係にストレスを感じている女性の方 先着15人 花崎晶氏(フェミニストセラピー「なかま」所属公認心理師) 特 ヨガマット(バスタオル可)、飲み物、タオル 動きやすい服装で(スカート・ジーンズ不可)。2歳～未就学児の保育あり(定員5人)。11月28日(月)までに電話にて要予約 11月15日(火)から、申し込みフォーム、 50(fifty2@city.higashikurume.lg.jp) または電話で同センターへ 同センター 042・472・0061



申し込みフォーム

川岸遺跡講演会

川岸遺跡は、旧石器時代・縄文時代・中近世からなる遺跡です。江戸時代には二代将軍徳川秀忠の頃、鷹匠頭を務めた小野久内吉次の屋敷があったと伝えられる場所でもあります。



同遺跡発掘調査の様子

市では、3年度まで行われた発掘調査の成果をお知らせする講演会を開催します。また、講演会当日は、遺跡から出土した土器や石器などの遺物の展示も行います。

12月17日(土)午後2時～3時(1時半から受け付け) 市民スポーツセンター 市内在住の方 100人(応募多数の場合は抽選) 都埋蔵文化財センター調査担当職員 室内履き、外履きを入れる袋 会場の駐車場に限りがあるため、車での来場はご遠慮ください 11月16日(水)～28日(月)に(消印有効)、往復はがき(申し込みは1枚につき2人まで)に住所・氏名・年齢・電話番号を記入(返信用にも住所・氏名を記入)の上、〒203-0033、滝山4-3-14、東久留米市郷土資料室宛て郵送、または申し込みフォームで申し込みを。抽選結果は申込締切後に返信用のはがき、または申し込みフォームに登録されたメールアドレスに通知します 同資料室 042・472・0051



申し込みフォーム

4年度文化庁伝統文化親子教室事業

この事業は、令和4年度文化芸術振興費補助金を活用し、「新年行事を学ぶ子ども教室」を開催するものです。



12月26日(月)・27日(火)・28日(水)いずれも午後2時～4時 創美流華道會館(前沢5-7-27) 正月行事として新年花をいけ、門松作り、新年の茶会や古典遊戯である投扇興を全3日で体験します 小学生～高校生 先着10人 参加費2,000円(花材代・茶菓代の実費として) エプロン、筆記用具、ハンカチ、ふきん、新聞紙(花を包むものとして)、白い靴下、腰紐またはベルト 実施団体は創美流東京中央支部 11月15日(火)からFAX(042・471・1616)または 50(soubi@car.ocn.ne.jp)に 教室名・住所・参加者氏名・電話番号・学校名・学年・生年月日(和暦)を記入の上、東久留米市文化芸術創造のまち実行委員会宛て送付を 創美流華道會館・渡邊 50(soubi@car.ocn.ne.jp)、 042・471・4022

