



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
◎エコテレホン・エコファクス
☎・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5年9月1日現在) 人口116,669人(うち外国人2,521人) / 前月比47減 男56,559人 / 前月比19減 女60,110人 / 前月比28減 世帯数56,418 / 前月比1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

新型コロナウイルス ワクチン関連情報

令和5年秋開始接種の接種券発送スケジュール

令和5年秋開始接種の対象の方に、下表の通り接種券を発送予定です。

10月実施の集団接種

予約開始日時 9月20日(水)午前9時から接種日時 10月7日(土)・8日(日)いずれも正午～午後5時 ※ワクチンは各日850人分(予定)会場わくわく健康プラザ、イオンホール ③～⑦回目の秋開始接種用の接種券をお持ちの満16歳以上の方(使用するワクチン) モデルナ社製1価ワクチン(XBB.1.5) 予約方法 ①集団接種予約サイトでのウェブ予約 ②市コールセンターへの電話による代行予約 ※イオンホールはイオンモール東久留米2階

表 令和5年秋開始接種の接種券の発送時期 (1)令和5年春開始接種を接種済の方

対象 発送予定日
前回接種を6月16日～30日までにいった方 9月25日(月)

(2)令和5年春開始接種の対象外の方

次回接種 年齢 発送(予定)日
6回目 全員 9月8日(金)
5回目 ①50歳以上②50歳未満 ①9月11日(月)②9月19日(火)
4回目 ①50歳以上②50歳未満 ①9月15日(金)②9月22日(金)
3回目 ①50歳以上②50歳未満 ①9月19日(火)②9月25日(月)

※接種券の到着まで1週間程度かかることがあります。

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。
●東京都新型コロナ相談センター ☎0120・670・440(毎日24時間受付)
●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)

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連絡ください。
9月17日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)
9月18日・23日=休日医師診療所(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・473・3663)
9月24日=福山内科クリニック(新川町1-9-22、☎042・470・9177)
歯科
9月17日・18日・23日・24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17日・23日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)
9月18日・24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・木曜・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)

(南沢5-17-62)です。接種に関するお問い合わせはイオンでは受け付けていません。
町市新型コロナワクチンコールセンター ☎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(聴覚に障害がある方などの相談)

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。5年度は、次の対象者へ個別通知を発送します。
③▼第1期=令和4年4月1日～5年3月31日生まれの方▼第2期=平成29年4月2日～30年4月1日生まれの方
④第1期分は1歳の誕生日に、第2期分は4月上旬に、それぞれ個別通知を発送します。対象者で通知



が届かない場合は、健康課予防係まで ④同係 ☎042・477・0030

子ども相談

④10月3日(火)午前9時半～午後3時 ④わくわく健康プラザ相談室2 ④お子さんの成長や発達、ことば、話し方、育児疲れなどの相談を心理相談員がお受けします ④幼児と保護者 ④☎電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

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～

元気が出る食べ方のコツを、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。
④全2回。10月11日(水)・25日(水)いずれも午前10時～11時45分(受け付けは11日が9時15分、25日が9時半から) ④場 東部地域センター講習室 ④簡単で栄養のある食事や料理方法についての講義など ④市内在住の65歳以上で、医師から食事制限の指示が出ていない方(2日とも参加できる方に限る。初回の方優先) ④先着12人 ④9月15日(金)午前9時から電話で介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2501～2503)へ ④同係

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
④9月21日(水)が「サーキットで元気」、28日(水)が「運動会ごっこ・9月

お誕生日会」、いずれも午前10時半～11時半 ④1～4歳児と保護者 ④当日会場

リトミック
④9月25日(月)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 ④各12組 ④千葉理恵子氏 ④持飲み物 ④動きやすい服装で ④9月18日(月)祝午前10時から電話または来館で

ファミサタ
④9月30日(土)午前10時～11時半 ④平均台、すべり台、マット、トランポリンなどで遊べます ④乳幼児と保護者 ④当日会場

スポーツで元気
④9月4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 ④「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び ④各10組 ④持飲み物 ④動きやすい服装で ④9月26日(火)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
④9月16日(土)午前11時から ④チャンバラごっこをしよう ④乳幼児と保護者 ④当日会場

おはなし会
④9月19日(火)・26日(火)いずれも午後3時50分から ④絵本の読み聞かせや素話など ④小学生 ④協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 ④当日会場 (7面へ続く)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください
「広報ひがしぐるめ(市内全戸配布)」のこの場所に広告を掲載しませんか
④▼規格=縦98mm・横56mm(カラー刷り)▼掲載号=6年4月1日までの間の各月1日・15日号(1月は7日号のみ) ※募集枠の空き状況は市☎でご確認ください。▼掲載料=1枠(1号当たり)4万円 ④広告デザインは広告主で作成していただきます ④「東久留米市広告掲載申込書」に必要事項を記入し、広告原稿(EPS形式またはPDF形式)を添付の上、秘書広報課広報係宛て ④(hishokoho@city.higashikurume.lg.jp)で送信を ※同申込書は市☎から取得できます。 ④同係 ☎042・470・7708
市☎

(8面から続く)

■ 幼児のつどい

9月21日(木)が「忍者ごっこ・9月お誕生日会」、28日(木)が「運動会ごっこ」、いずれも午前10時半～11時15分 1～4歳児と保護者 当日会場

■ 親子のコミュニケーションワーク

9月25日(月)午前10時半から 音のワークとふれあい遊び 0歳児と保護者 8組 炭田契恵子氏 9月18日(月)祝午前10時から電話または来館

■ 秋の遠足

10月9日(月)祝午前9時児童館集合、午後4時20分児童館解散予定 小金井公園、江戸東京たてもの園 小学生 先着12人 交通費260円 参加者は10月1日(日)、4日(水)いずれも午後3時半から行われる準備会に参加してください 9月17日(日)午前10時から申込用紙を保護者が記入の上、交通費を持参して直接同館へ

■ けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■ おはなしの日

9月19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 読みくりおはなしの会 当日会場

■ 赤ちゃん広場

9月20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

9月21日(木)が「楽しくあそぼうSDGs」、28日(木)が「9月生まれのお誕生日会と運動あそび」、いずれも午前10時半～11時半 1～4歳児と保護者 当日会場

■ ベビーマッサージ

9月27日(水)午前10時半～11時半 0歳児と保護者 先着15組 渡辺直子氏 持バスタオル、オムツ、飲み物(母乳可) 他動きやすい服装で 9月20日(水)午前9時から電話または来館

■ 伝承遊びの日

9月27日(水)午後3時半から 小学生以上 当日会場

■ 子どもセンターひばり

ひばりが丘 地8-11 ☎042・464・9300

■ ぴよぴよママの会

9月20日(水)午前10時～11時半 団体

重測定、育児相談 0歳児と保護者 助産師 持バスタオル、母子健康手帳 当日会場

■ おはなしの日

9月20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

9月21日(木)が「季節の工作と8・9月誕生日会」、28日(木)が「運動会ごっこ」、いずれも午前10時半～11時10分 1～4歳児と保護者 当日会場

■ 親子でふれあいリトミック

9月26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 音に合わせて心と体を動かそう 各15組 千葉理恵子氏 飲み物、汗拭きタオル 動きやすい服装で 9月19日(火)午前10時から電話

■ 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

■ 手作り布おもちゃの会

10月3日(火)・17日(火)いずれも午前10時～11時半 オリジナルの布おもちゃ作り 0歳児と保護者 各6組 縫い針、はさみ 材料は1セット 無料で用意 9月26日(火)午前10時から電話または同センター

■ 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

■ 休館のお知らせ

9月21日(木)は館内整備のため休館します。

■ 上の原赤ちゃん広場

10月6日(金)が「はいはいの会」7～12カ月児と保護者、20日(金)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、いずれも午前10時～11時半 親子の触れ合い遊び、はいはいの会は栄養士、ねんねの会は助産師による相談、体重測定 各10組 持バスタオル 他きょうだいの保育あり(各回先着3人) 9月22日(金)午前10時から電話または同センター上の原

■ つながろう！ふたごちゃん親子「さくらんぼの会」

10月21日(土)午前10時～11時半 多胎児親子の交流、相談、情報交換など 市内在住で、多胎児の0～2歳

児親子と多胎児妊婦 5組(きょうだい含めて12人まで) 助産師 保育に必要なもの 対象者には郵送で個別にご案内します 3歳未満は移動経費補助の対象事業になります 9月20日(水)午前10時から電話または同センター上の原

■ 図書館

■ 2023・秋の朗読サロン

10月21日(土)午後1時半～3時 南都地域センター2階講習室 16歳以上 先着30人 駐車場がありませんので車の来場はご遠慮ください 他協力は東久留米図書館友の会 9月16日(土)～10月19日(木)に電話またはひばりが丘図書館へ 同館 ☎042・463・3996



■ 文化

■ 放課後子供教室

放課後に学校の施設を活用して、安全・安心な活動場所を確保し、地域と学校が連携・協力して子どもたちに生涯学習活動の場を提供します。 2・3学期の月3回程度(長期休暇中を除く) 授業が終わり次第、直接、体育館に集合してください 運動遊びプログラム(動物ものまねリレー、座ってドッチボールなど)や地域住民・企業との交流活動など 小学1年生～6年生 参加には登録が必要です。学校を通して配付されるチラシの二次元コードまたは市からスケジュールを確認し、参加する月の前月20日までに登録してください。インターネット環境をお持ちでない方は電話でも申し込みができます 応募多数の場合抽選となる場合あり この事業は学校が実施するものではありません 市立学童保育所に在籍の児童が参加する場合は、必ず保護者から学童保育所に連絡をしてください。学童保育所に通所している児童は午後4時までです 個別の下校指導は行いませんので帰りが心配な場合はお迎えに来ていただくことをお勧めします 一人ひとりへの個別対応は行ってありません。参加に不安がある場合はあらかじめ実施している様子を見学して内容がお子さんにあっているか確認してからご参加ください 保護者の見学も可能です(申込不要) 登録・実施についてはスポーツクラブルネサンス東久留米24 ☎070・4238・8136(午前11時～午後6時) 事業全般については生涯学習課生涯学習係 ☎042・470・7784

■ 第5回活き活き「社交ダンスの集い！」

10月15日(日)午後1時半～4時 市民プラザホール(市役所1階) フリーダンスとミキシング 無料 活き活き健康の会・佐藤 ☎090・5396・4544

■ 南町地区センター「第40回地域文化祭」

10月21日(土)午前9時～午後5時、22日(日)午前9時～午後4時 南町地区センター 展示の部=手芸、書道、絵画、写真他 芸能の部=カラオケ・日舞 その他=近隣保育園、小学校や市内児童館の子どもたちの作品の展示や、図書室管理運営委員手作りのバザー 南町コミュニティ図書室主催 同図書室 ☎042・472・1159

■ 三遊亭小遊三・柳家花緑 二人会

11月26日(日)午後2時開演(午後1時半開場) 生涯学習センターホール 出演者=三遊亭小遊三・柳家花緑ほか 先着500人(全席指定席) 費一般前売3,800円、当日4,300円 未就学児入場不可 9月26日(火)午前9時から電話または同センターへ(第4月曜日を除く午前9時～午後9時) 同センター ☎042・473・7811

■ まろにえ★クリスマスコンサート 出演者募集

12月17日(日)午後2時開演(午後1時半開場) 予定 生涯学習センターホール 募集部門=管弦打楽器・ゴスペル・合唱・ダンスなど 演奏時間は1団体15分程度 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) 無料(交通費・楽器運搬費などは自己負担) 詳細は同センター 同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)



■ スポーツ

■ ターゲット・バードゴルフ競技体験会

10月3日(火)・4日(水)・6日(金)(予備日11日)、いずれも午前9時半～11時半 滝山球場 市内在住・在勤で60歳以上の健康な方 市ターゲット・バードゴルフ協会会員 用具貸し出しあり 主催は都・都体育協会・市体育協会、主管は市ターゲット・バードゴルフ協会 9月28日(木)までに(必着)、往復はがきに体験会名・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先(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または市ターゲット・バードゴルフ協会・長谷川宛て (takabo-tabo81@jcom.zaq.ne.jp) で送信を 市体育協会事務局 ☎042・470・2722

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

大人向けプラネタリウム「中国星座 キトラ古墳・高松塚古墳に残された星座たち」

9月27日(水)午後1時10分～1時55分 多摩六都科学館(西東京市芝久保町5-10-64) 数千年前の中国で作られた星座は日本にも伝わり、その証拠が奈良県明日香村にある高松塚古墳やキトラ古墳の壁画にも残されていました。教科書や図鑑で見ると異なる「中国星座」の世界を当日の星空解説とともに楽しみください 中学生以上(小学生以下は入場不可) 先着234人 観覧券1,040円(中学生・高校生同等年齢420円) 当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売 多摩六都科学館 ☎042・469・6100



スポーツ健康ウィーク 東久留米2023対象イベント

広報5年9月1日号1面と9面および今号2面でお知らせしたスポーツ健康ウィーク東久留米2023の対象イベントの続報です。

①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。東久留米の魅力を見ながら、たのしく市内を歩きますか。

日10月6日(金)午後1時半～4時 青少年センター ①わくわく歩くるめマップ④(柳窪コース)を健康運動指導士と歩きます ②市民の方 ③先着20人 ④健康運動指導士 ⑤筆記用具、飲み物、タオル ⑥参加された方にはプレゼントもあります ⑦動きやすい服装で ⑧9月15日(金)午前8時半から電話で健康課保健サービス係または市 ⑨042・477・0022



②ラジオ体操講習会

日10月6日(金)午後2時～3時半 ①スポーツセンター第1体育室 ②市内在住の方 ③先着200人 ④鈴木大輔氏(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)、織田一明氏(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント) ⑤室内履き、タオル ⑥9月15日(金)～29日(金)に、市 ⑦の申し込みフォームまたは生涯学習課窓口(市役所6階)で ⑧同課スポーツ振興係 ⑨042・470・7784

③フィットネスウォーキング～歴史と文化をめぐる 秋の南沢編～

市内の文化財をウォーキングによって巡ることで、市の歴史を学びながら健康増進を図ります。

日10月21日(土)午前9時20分～正午 ①予定(雨天中止、午前9時から受け付け) ②市役所前(屋外広場) ③集合 ④市役所前広場で基本の歩き方講義後、出発～多聞寺(共立学校跡地)～落合川水生公園～六仙公園(縄文土器など)～湧水～南沢氷川神社(栗原宮司による講話と社殿見学)～市役所前広場解散 ⑤先着30人 ⑥ウォーキング講義=健康運動指導士(スポーツ推進委員) ⑦文化財説明=市郷土資料室学芸員 ⑧飲み物・タオル(荷物は持って歩きます) ⑨歩きやすい服装・靴で ⑩主催は教育委員会、主管はスポーツ推進委員会 ⑪9月15日(金)～10月18日(水)午後5時に、市 ⑫の申し込みフォーム、申込用紙を ⑬(shogaigakushu@city.higashikurume.lg.jp)で送信または直接生涯学習課(市役所6階)で ⑭同課スポーツ振興係 ⑮042・470・7784



第102回ソフトテニス市民大会

日10月9日(月)祝午前8時半受け付け(予備日29日) ①市立テニスコート(西中学校) ②一般の部=男子の部、女子の部 ③壮年の部=45歳以上の男性 ④壮年ミックスの部=男性70歳以上、女子60歳以上・個人申し込み、浮動ペア ⑤原則市内在住・在勤・在学・在クラブの方 ⑥1チーム1,000円(個人申し込みは500円) ⑦市ソフトテニス連盟主催 ⑧10月1日(日)までに(必着)、はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号・参加種目を記入の上、〒203-0013、新川町1-19-13、鳩山久男宛て郵送または電話で ⑨同連盟・鳩山 ⑩042・478・1317

上、女子60歳以上・個人申し込み、浮動ペア ⑤原則市内在住・在勤・在学・在クラブの方 ⑥1チーム1,000円(個人申し込みは500円) ⑦市ソフトテニス連盟主催 ⑧10月1日(日)までに(必着)、はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号・参加種目を記入の上、〒203-0013、新川町1-19-13、鳩山久男宛て郵送または電話で ⑨同連盟・鳩山 ⑩042・478・1317

ポッチャとランチを楽しむ会

日10月18日(水)午前9時半から ①場内 ②午前=わくわく健康プラザ体育室でポッチャを楽しむ ③昼=木曾路(田無。送迎あり)で食事 ④70歳以上のひとり暮らしの方 ⑤24人(応募多数の場合は抽選) ⑥2,000円(申し込み時に支払い) ⑦ポッチャはパラリンピックの競技で、老若男女初心者誰でも楽しめます ⑧市赤十字奉仕団主催 ⑨10月4日(水)午前11時から市役所7階705会議室で(要健康保険証持参) ⑩福祉総務課福祉政策係 ⑪042・470・7749

第36回市民硬式テニス大会

日 ①男子、女子シングルス2部=11月4日(土)午前8時半集合(予備日11日) ②男子、女子シングルス1部=11月5日(日)午前8時半集合(予備日12日) ③市内各テニスコート ④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 ⑤1人2,000円(振込手数料自己負担) ⑥エントリー後のメンバー変更や参加費返金不可 ⑦申し込み内容が不明瞭な場合、受け付けできない場合があります ⑧主催は市テニス連盟 ⑨詳細は同連盟 ⑩で(大会1週間前に掲載予定) ⑪10月12日(木)までに(消印有効)、同連盟 ⑫で申し込みの上、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・連盟傘下サークル・テニススクール名を記入してください。連盟理事へ直接申し込みも可 ⑬同連盟・小野寄 ⑭042・478・5881(午後6時～9時)



くらし

「国際ガールズ・デー」講演会 いきづらさを抱えた少女たちの現状と支援

社会の抱える様々な問題に翻弄され、多くの女性が苦しんでいます。中でも若年女性については、これまで法律・制度の狭間で置き去りにされがちでした。日本の少女たちを取り巻く状況を知り、信頼できる大人として、何ができるのか考えます。 日10月12日(木)午後2時～4時 ①市民プラザホール(市役所1階) ②先着50人(要申し込み) ③大谷恭子氏(弁護士・若草プロジェクト代表理事) ④小さなお子さんと一緒に参加希望の方は電話でお問い合わせください ⑤

9月15日(金)午前9時から申し込みフォーム、または電話で ①男女平等推進センター ②042・472・0061



市民自主企画講座「落合川水系で地下水と川とのつながりを探ってみよう」

日10月14日(土)午後1時半生涯学習センター集会学習室2集合、4時半解散 ①落合川および南沢給水所と生涯学習センター ②①現地見学・水質測定 ③座学・ふりかえり ④市内在住・在勤・在学の方 ⑤先着20人 ⑥平野晃章氏(都環境科学研究所環境資源研究科)、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) ⑦参加費300円(資料、保険代) ⑧筆記用具、飲み物 ⑨企画運営は東久留米・黒目川流域水の会、主催は市教育委員会、主管は市文化協会 ⑩9月15日(金)～10月5日(木)に、電話・FAX・市文化協会 ⑪で。FAXの場合は講座名・氏名・住所・年代・電話番号を記入の上、同協会宛て送信を ⑫同協会 ⑬042・477・4700(FAX 同)。電話は第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)



第15回くるねっと特別講演会「東久留米と清瀬の100年 明治・大正・昭和 まちの発展と鉄道」

明治から大正、昭和の高度成長期にかけて、東久留米と清瀬の移り変わるまちの姿を、まちの発展と鉄道との関わりにも触れながら紹介します。 日10月22日(日)午後1時半～4時15分 ①市民プラザホール(市役所1階) ②先着50人 ③上原健弥氏(東久留米市郷土資料室学芸員)、中野光将氏(清瀬市郷土博物館学芸員) ④無料 ⑤主催はくるねっと・東久留米市 ⑥9

月19日(火)午前9時から電話で、くるねっと・石井 ①090・5403・7178または東久留米市生活文化課 ②042・470・7738

女性しごと応援キャラバン&個別相談会in東久留米

日10月17日(火)午前10時～正午 ①成美教育文化会館 ②「お金から考えるライフとキャリア」扶養内とフルタイムで悩んでいる方向け。お金の面から賢い働き方を学びましょう。受講には東京しごとセンター多摩の利用登録が必要です(当日登録可)。セミナー終了後、就業個別相談会(1人約30分)を実施。先着10人(予約制) ③はたらきたい女性 ④先着40人 ⑤田菜実子氏(ファイナンシャルプランナー) ⑥満6カ月から未就学児の保育あり(定員10人)。10月11日(水)正午までに要予約 ⑦9月4日(月)から電話で女性しごと応援キャラバン運営事務局へ ⑧同事務局 ⑨03・6734・1346



夕焼けチャイムの時間が変わります 10月1日(日)から、夕焼けチャイムの放送時間が午後5時20分から4時20分になります。 ①防災防犯課 ②042・477・4700

東久留米駅周辺の交通規制について

交通安全パレードの実施のため、9月18日(月)祝午後2時45分～3時半前後に、東久留米駅西口～市役所前間で交通規制を行います。ご不便おかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 ①田無警察署交通総務係 ②042・467・0110

消費生活の正しい知識 Q&A 自転車のヘルメット着用が努力義務に Q. 乗車用ヘルメットを購入するときに注意することはありますか A. 今年4月1日から全年齢の自転車利用者、7月1日から電動キックボード等の利用者(16歳以上)に乗車用ヘルメット着用の努力義務が課されました。警視庁の情報では、着用と比べ非着用の場合の致死率は約2.6倍です。強制ではありませんが、安全のため着用に努めましょう。購入時には安全性能を確認しましょう。現在、国内では(一財)製品安全協会のSGマーク、(公財)日本自転車競技連盟のJCFマーク、欧州規格のCEマークがあり、それぞれの団体が定めた安全基準に合う商品に表示されています。一方でマークのないヘルメットも乗車用として販売されています。国民生活センターがインターネット通販で販売されているマークなしの商品をテストしたところ、ヘルメットの形をしていても頭を保護する性能はほとんどないもの、衝撃時に脱げたりあごひもが外れるものがありました。また使用上の注意書きや取扱説明書がないものもありました。ヘルメットは安全規格に適合するものを選び、購入前に試着をすると良いでしょう。通信販売で実物を見られない場合は、頭のサイズと商品仕様をご確認ください。使用中は取り扱い上の注意を読み、適切に管理しましょう。 《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 ①042・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 ②188