

- ・市民説明会……………3面
- ・6年度認可保育施設・学童保育所入所申し込み…4面
- ・東くるめの野菜レシピPart16を発行しました…10面
- ・新型コロナウイルスワクチン関連情報……………12面



第41回市民みんなのまつり 農業祭・商工祭

11月11日(土)正午(開会式は午前11時から)～午後5時
12日(日)午前10時～午後4時(雨天決行)
東久留米駅西口～市役所1階屋内・屋外ひろば他

4年ぶりに市民みんなのまつりが開催されます。会場では、展示会や特産品の即売会をはじめ、模擬店、ステージでのダンスの発表など、多くのイベントが行われます。ぜひご家族やご友人とお誘い合わせの上ご来場ください。
圃産業政策課 ☎042・470・7743

令和元年開催時の様子

第44回農業祭

身近にある農業を知っていただくための楽しいイベントを企画しています。
圃 J A東京みらい東久留米支店
☎042・475・0022



野菜の宝船

野菜の宝船

毎回好評の市内産の野菜で作った豪華な宝船を展示します。12日(日)午後3時ごろから、市役所1階屋外ひろばで宝船の野菜をチャリティーで配布します。募金にもご協力ください。

■植木と花の販売

西口北公園内で市内の農家の皆さんが育てた美しい花や植木を販売します。花の販売は12日(日)のみです。

■農産物品評会

市内の農家の皆さんが丹精込めて育てた農産物の品評会を開催します。展示は市役所1階屋外ひろばで行い、展示品は12日(日)午後2時ごろから販売します。

■市民農園コーナー

市民農園で土に親しんでいる皆さんが育てた野菜を市役所1階屋外ひろばで展示、12日(日)午後1時ごろからチャリティーで販売します。

第49回商工祭

市内で商工業を営む事業者の皆さんによるイベントをお楽しみください。
圃 東久留米市商工会
☎042・471・7577



模擬店の様子

■商品・産業展示会

出店者自慢の商品や製品の展示・実演、各種相談会を行います。

■物品販売会

食料品や日用品、雑貨など多種多様な品々を販売します。

■飲食模擬店

焼きそば、菓子、飲み物など、食欲をそそる模擬店が多数出店します。模擬店は11日(土)が正午ごろから、12日(日)が午前10時ごろから販売を開始します。

アトラクション



路上ステージの様子

■各団体によるステージ(路上ステージ・市役所ステージ)

日頃の成果を発表する場として、子どもたちによる体操、ダンス、ミュージカルなどが披露されます。

■ヘブンアーティストによるパフォーマンス(11日(土))

まろにえ富士見通りにある2カ所のステージで、ヘブンアーティスト(都公認のパフォーマンスライセンスを受けた大道芸人)によるパフォーマンスが披露されます。

■東久留米音頭(12日(日))

午前11時から駅西口ロータリーで、小学生が東久留米音頭を踊ります。始めは小学生のみで踊りますが、途中からは小学生以外の方も参加可能ですので、ぜひ皆さんでご参加ください。

■東久留米駅西口～市役所間で行われるイベント(12日(日))

午後1時からは伝統芸能であるお囃子、午後3時ごろからは東久留米消防署によるファイアーマンパレードが行われます。

その他のコーナー

■榛名コーナー

高崎市榛名地域の特産品(梨・漬物・梅の加工品・まんじゅうなど)を販売します。11日(土)は正午ごろから、12日(日)は午前10時ごろからの販売です。

■行政ブース

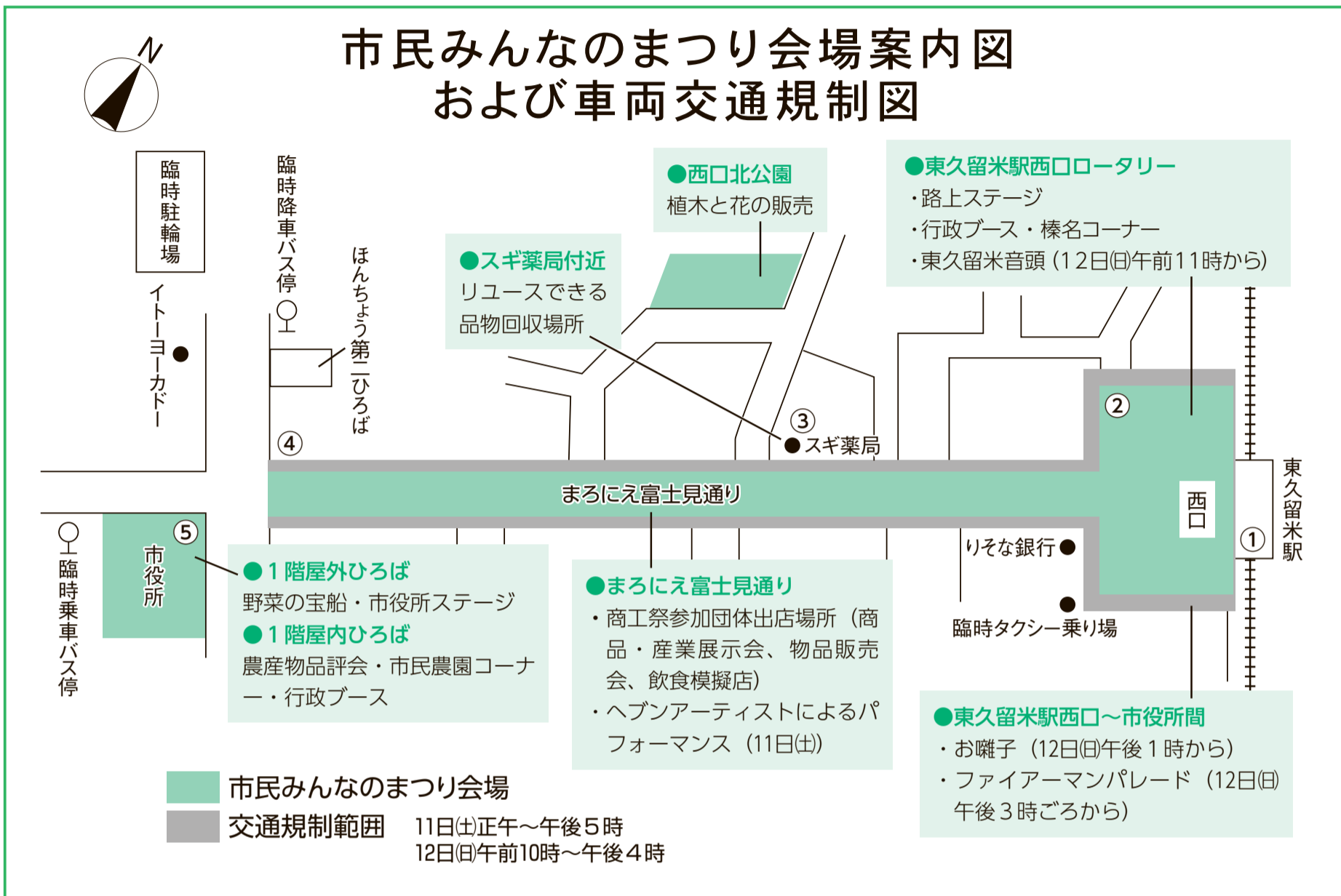
各種団体による税務相談や健康相談、選挙啓発、防災防犯などのPR活動などを行います。市では「リユースできる品物の回収」や「介護の日イベント」、「国民健康保険税口座振替推進キャンペーンPRブース」などを実施します。詳細は2面をご覧ください。

会場案内図・市の催しは2面へ

(1面から続く)

第41回市民みんなのまつり 農業祭・商工祭

■11月11日(土)正午(開会式は午前11時から)～午後5時
12日(日)午前10時～午後4時(雨天決行)
■場 東久留米駅西口～市役所1階屋内・屋外ひろば他
■注 会場は歩行者天国のため、下図の通り交通規制されます。自動車や自転車などの乗り入れはできません。公共交通機関をご利用ください



出展団体や各ステージのプログラムなどの詳細は、市HPまたは当日配布するパンフレットをご覧ください。

■パンフレット当日配布場所(上図参照)

- ①東久留米駅の市情報BOX
- ②東久留米駅西口ロータリー受付
- ③ごみ対策課ブース
- ④市民みんなのまつり本部
- ⑤市役所ステージ受付



市HP (市民みんなのまつり詳細)

市の催し

この他にもイベントを開催します。詳細は市HPまたは当日配布するパンフレットをご覧ください。

◆リユースできる品物の回収

問ごみ対策課管理係 ☎042・473・2117

ご家庭で使わなくなった、まだ使える品物がありましたら、ぜひお持ちください。回収した未利用食品は、フードバンクを通して様々な理由で食事に困っている方々に提供されます。また、おもちゃ類と食器類は海外でリユースされます。

■11月11日(土)正午～午後5時、12日(日)午前10時～午後4時

■場 まろにえ富士見通りのスギ薬局付近(上図参照)

■対象品目

- ①未利用食品
 - 回収可 未開封で破損していないもの・賞味期限まで2カ月以上あるもの・常温保存が可能なもの
 - 回収不可 酒類
 - ②おもちゃ類
 - 回収可 子どもが直接遊びに使うもの・大きさが(幅85cm×奥行45cm×高さ75cm)以内程度のもの
 - 回収不可 破損していて使えないもの・本類・日本人形など
 - ③食器類
 - 回収不可 破損しているもの
- ※回収できるものの詳細は、市HPをご覧ください。



市HP (フードドライブ)



市HP (リユースチャレンジ)

◆介護の日イベント

問市介護サービス事業者協議会事務局(竹恵会・宮崎) ☎042・472・0657

「11月11日(いい日、いい日)」は、介護の日です。介護についての理解を深めるイベントを開催します。

■11月11日(土)正午～午後5時

■場 駅西口ロータリー行政ブース内テント(上図参照)

■内 介護のことも何でも無料相談、介護に役立つ情報満載展示など

■申 当日会場

◆「国民健康保険税口座振替推進キャンペーン」PRブース

問納税課 ☎042・470・7729

納税課では、国民健康保険税の口座振替を新規に申し込みされた方の中から、抽選で500人の方に東久留米市産ジャムセットをプレゼントするキャンペーンを実施中です。同キャンペーンの対象など、詳細は市HPをご覧ください。

■11月11日(土)正午～午後5時、12日(日)午前10時～午後4時

■場 駅西口ロータリー行政ブース内テント(上図参照)

■注 ジャムセットは、キャンペーン期間終了・抽選後に、当選者へ発送します(6年2月予定)



市HP (同キャンペーン詳細)

市民説明会

☎行政経営課 ☎042・470・7704

これからの50年間を見据えた 「未来志向の公共施設マネジメント」

11月20日(月)午後 6 時半～ 8 時半

場 市役所 1 階市民プラザ 定先着50人
費 無料 他手話通訳あり
申 当日会場で

市では、他自治体と同様に、少子高齢化による人口減少が見込まれ、今後人口増加によるまちの発展は望めない中、既存の公共施設の老朽化も進んでいます。「東久留米市公共施設等総合管理計画(令和5年2月改訂)」の将来更新費用試算結果によると、今後30年間で約759.9億円もの莫大な費用が見込まれています。

新しいまちづくりを進めるため、公共施設のあり方・市民サービスの提供等を時代に即したものに変わる必要があることから、市のこれからの50年間を見据えて、新たな付加価値を加えた未来志向の公共施設マネジメン

トを進めていくことを目的とし、「未来志向の公共施設の考え方」を令和5年4月に取りまとめました。

現在は、この考え方に則り、令和5年度優先的に検討する施設として「旧下里小学校」、「生涯学習センター」の2施設を抽出し、検討等を行っています。今回は専門家を交えながら、市の公共施設マネジメントの考え方や、これら2施設の方向性についての検討経過などを説明します。この検討はこれからも続きますので、ぜひ会場にお越しいただき、未来志向の公共施設について一緒に考えませんか。

予定プログラム

① 専門家による
公共施設マネジメントに関する基調講演
有限責任監査法人トーマツ 山田達也氏
(公認会計士・認定ファシリティマネジャー)



② 未来志向の公共施設マネジメントと
市の検討状況について
市公共施設マネジメント担当課長

③ 質疑応答

市民の皆さんのご意見を募集します

11月20日(月)から、市HPに当日の説明内容に関する動画や資料を公開します。市民説明会にご参加いただけない方も、ぜひご覧ください。また、説明をご覧いただいた方は、市HPに記載の専用フォームから、ご意見をお聞かせください。

●説明等掲載場所URL
<https://www.city.higashikurume.lg.jp/eventinfo/moyooshi/1022099/1023324.html>

☎いただいたご意見への個別の回答はできかねます。ご意見の内容は、個人情報を除いた上で公表する場合があります



市HP
(説明会資料)

市の公共施設マネジメントに関する取り組みはこちら

●URL
<https://www.city.higashikurume.lg.jp/shisei/gyousaisei/1004653/index.html>

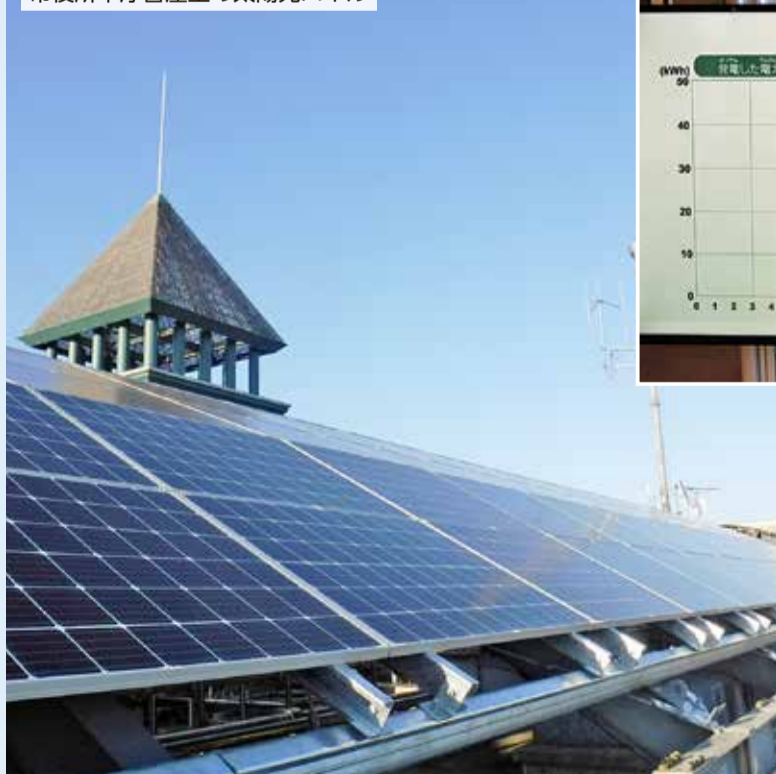


市HP
(公共施設
マネジメント)

太陽光発電等を活用した非常用電源設備が稼働しました

☎管財課 ☎042・470・7718

市役所本庁舎屋上の太陽光パネル



市役所地下の蓄電池設備

市では、防災機能向上と環境負荷軽減のため、市役所本庁舎に非常用電源設備を設置し、9月より稼働開始しました。また、設備の一環として、市長車および議長車にもEV車両を導入し、市役所本庁舎の蓄電池機能として活用します。

非常用電源は、平常時には太陽光パネルの発電とEV車両や蓄電池の電力を本庁舎の電源として活用します。一方、災害時には平常時に活用していた電力を本庁舎における災害対策本部の運営に必要な照明や電気機器、外部との情報連絡に要する無線機などの運用に使用することで、業務継続に必要な72時間分の電力の確保が可能となりました。

見える化装置の設置

非常用電源の稼働に合わせ、市役所1階に太陽光パネルの発電状況の見える化装置を設置しました。

この装置は、太陽光パネルによる発電状況を確認できるもので、市民の方に再生可能エネルギーの利用と脱炭素への関心を持っていただくことを目的としています。

6 年度認可保育施設入所申し込み(一次申請受付)

☎子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042・470・7745



市庁
(一次申請案内)



市庁
(受入予定人数)

■入所対象

6年4月1日時点で0歳(生後57日以降)～5歳のお子さん

■申請対象

就労や病気などによりお子さんの保育ができない保護者
 ※就労などの従事時間の条件があります。詳細は市庁でご確認ください。
 ※新たに入所を希望する方他、6年度4月からの転所を希望する方も申請が必要です。

■申請可能な保育施設

▼生後57日以降受け入れ可＝公設民営保育園、私立保育園、小規模保育施設、家庭的保育施設
 ▼生後6カ月から受け入れ可＝公設公営保育園

■受入予定人数

11月6日(月)に子育て支援課(市役所2階)窓口、市庁で公開予定

◆申請方法

受付期間 11月6日(月)～12月6日(水)

■提出書類

- ①東久留米市子どものための教育・保育給付認定申請書兼利用申込書
- ②確認票
- ③健康状況等調査書(申請児童1人につき1枚必要)
- ④就労証明書またはその他保育の必要性を証明する書類
- ⑤5年度住民税(非)課税証明書(5年1月1日現在、東久留米市に住民登録がなかった方のみ)
 ※①～④は、10月27日(金)から子育て支援課窓口で配布する6年度「入園のしおり」に同封している他、市庁からも取得できます。

■受付方法

- ①郵送(受付期間内の消印有効)
 - ②子育て支援課設置ポストへ投函
 - ③マイナンバーカードを使用した電子申請(ぴったりサービス)
 - ④窓口(市役所2階204会議室。予約フォームで要事前予約)
 ※書類不備があった場合は、電話での問い合わせや、書類を返送する場合があります。
- 注▼5年度の入所申請をしている方も、6年度4月からの入所を希望する場合は、必ず再度申請してください▼5年度中の入所申請も同時に行う方は、申請年度により申請書が異なりますのでご注意ください



窓口申請
予約フォーム



表 認可保育所一次申請スケジュール

日程	内容
10月27日(金)	6年度「入園のしおり」配布、公開開始
11月6日(月)	郵送・ぴったりサービス・子育て支援課設置ポストでの申請受け付け開始
11月13日(月)	窓口申請の予約受け付け開始(予約は専用予約フォームまたは電話で)
11月21日(火)	窓口申請の予約受け付け終了
11月24日(金)～28日(火)	窓口申請の受け付け期間(要事前予約)
12月6日(水)	6年度4月(一次)申請受け付け終了
12月22日(金)	「希望保育施設変更届」および「不足書類など」の提出締め切り
6年2月上旬(予定)	利用調整結果通知の送付(一次)

6 年度学童保育所入所申し込み

☎児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735



市庁

■入所対象

市内の小学校、または市内在住で市外の小学校に在籍する、6年4月に小学校新1年生～6年生になる児童

■申請対象

就労や病気などによりお子さんの育成ができない保護者
 ※就労などの従事時間の条件があります。詳細は市庁でご確認ください。
 ※新たに入所を希望する方他、現在利用している方で6年度4月からの利用を希望する方も申請が必要です。

■費用

▼学童保育所費＝入所児童1人につき月額6,600円
 ▼延長育成料＝延長育成を利用する場合、延長育成料月額2,000円もしくは日額(1回)400円

◆申請方法

一次申請受付期間

11月27日(月)～12月1日(金)・4日(月)～6日(水)・9日(土)午前8時半～午後5時
12月7日(木)・8日(金)午前8時半～午後8時



■提出書類

- ①入所申請書
- ②保護者の状況を証明する書類(就労証明書・病気治療中は医師の診断書・その他の理由で家庭で育成ができない方はその理由がわかる書類)
 ※学童保育所費の減免を希望する方は、減免申請書に必要書類を添付して提出してください(減免の要件などは市庁で確認してください)。
 ※6年度入所案内、入所申請書、就労証明書の用紙などは、11月1日(水)から児童青少年課(市役所2階)、各学童保育所、市内保育園および幼稚園で配布します。また、同日に市庁でも公開します。

■受付方法

- ①児童青少年課窓口
 - ②郵送(受付期間内必着)
 ※書類不備があった場合は、電話での問い合わせや、書類を返送する場合があります。
- 注▼提出された書類を基に入所判定を行い、入所児童を決定します。希望者が定員を超えた場合は待機の扱いとなります▼入所は小学校新1年生～新3年生の児童を優先します
 他二次申請受付期間は12月11日(月)～6年1月12日(金)、三次申請受付期間は6年1月15日(月)～2月29日(火)です。また、小学校新4年生～新6年生の高学年児童の入所申請受付期間は、11月27日(月)～6年2月29日(火)です。三次申請までの低学年児童の入所の可否を決定した後、高学年児童の入所の可否を決定します



こどもと教育

11月は秋のこどもまんなか月間

こども家庭庁では、こどもや子育て世帯を社会全体で支える機運をさらに醸成すべく、11月を「秋のこどもまんなか月間」と定め、企業・個人・地方自治体などの取り組みの輪を広げていく考えです。期間中、市内の各中学校地区青少年健全育成協議会では、青少年の健全育成にかかる事業などを行います。

●児童扶養手当・特別児童扶養手当を振り込みます

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当

●児童扶養手当

●特別児童扶養手当



11月は「ねんきん月間」・11月30日(土)は「年金の日」です

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、公的年金制度への理解を深めていただくための取り組みを行っています。主な活動は

●年金セミナーや年金制度説明会、出張年金相談会の実施

●日本年金機構公式ツイッターでのミニ講座の発信

●日本年金機構HP内「ねんきん月間」ページにて、年金についてわかりやすく学べる動画や「わたしと年金」をテーマにしたエッセイ受賞作品の公表

ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

●医療費助成制度現況届の提出について

●ひとり親家庭等医療費助成制度現況届の提出について

高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

●高齢者・福祉

高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

●高齢者スマートフォン相談会

交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

●交通安全などに遭った場合の治療と国民健康保険

認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

●認知症介護者家族会等の新規開設

住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

●住環境

環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

●環境美化マナーアップキャンペーン実施します

表 地域包括支援センターの一覧

Table with 3 columns: Activity Area (活動地域・お住まい), Responsibility (担当), and Contact Information (問い合わせ). It lists three regional support centers: Upper (東部), Middle (中部), and Lower (西部).

表 環境美化マナーアップキャンペーン活動日程

Table with 3 columns: Date (日程), Activity Location (活動場所), and Activity Time (活動時間). It lists two dates: 11/8 and 11/9.



(6面へ続く)

地震による火災を防ぎましょう

(5面から続く) 地震の揺れに伴う電気機器からの出火や、停電が復旧したときに発生する火災など、地震による火災の過半数は電気が原因と言われています。



都庁

電気による出火を防ぐために、地震を感じると電気を自動的に遮断する「感震ブレーカー」の設置が効果的です。都では木造住宅密集地域の木造住宅を対象に、コセンタタイプ

火災から尊い命を守ろう

冬になると空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。5年上半期に発生した市内の火災件数は34件です。東京消防庁管内では、電気に起因する火災の割合が増加しています。

STOP! 電気火災

プラグをしっかりとコンセントに差し込み、埃が溜まらないように点検、掃除をする。電源タップは決められた容量内で使用する。電源タップのタコ足配線はしない。電源コードは、家具などの下敷きにならないようにする。

STOP! ストープ火災

ストープで洗濯物の乾燥をしない。ストープの周りに布団や衣類などの燃えやすい物を置かない。ストープをつけたまま寝ない。

東久留米消防署員が全国救助大会に出場

8月25日、北海道札幌市で開催された全国消防救助技術大会に、東京消防庁東久留米消防署の坂井隊員が東京都代表として出場しました。この大会は全国の消防本部から選ばれた救助隊員が救助技術を競う大会で、坂井隊員は、はじめて登はんの部に出場し、優秀な成績を収めました。



坂井隊員

お知らせ

「令和5年住宅・土地統計調査」ご協力のお礼

広報5年9月1日号でお知らせしました「令和5年住宅・土地統計調査」にご協力いただきありがとうございます。

ざいしました。

他調査結果は、私たちの暮らしと住まいに関する計画や施策の基礎資料として幅広く利用されます。調査情報は「統計法」の規定により保護されます。回答していただいた調査票は外部の人の目に触れることのないよう厳重に保管され、個人情報保護には万全を期しています。

総合教育会議の開催

第2回 11月10日(金)午前9時〜10時半(午前8時半から傍聴受け付け) 場内山極壽一氏(総合地球環境学研究所所長、前京都大学総長の講演会(演題「人間」として学びと



山極壽一氏

お知らせ

令和5年9月1日号でお知らせしました「令和5年住宅・土地統計調査」にご協力いただきありがとうございます。

広報5年9月1日号でお知らせしました「令和5年住宅・土地統計調査」にご協力いただきありがとうございます。

11月12日〜25日は女性に対する暴力をなくす運動期間

暴力は、いかなる理由があっても、決して許されるものではありません。特に、夫やパートナーなどからの暴力、性犯罪、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものです。

心を守ることも暴力です

暴力は殴る・蹴るのよう肉体的に傷つける行為だけではなくありません。同意の無い性的な言動やモラルハラスメントのように精神的に追い詰める行為も暴力です。

二十歳(はたち)のこころ

二十歳という人生の節目を迎えられた皆さんの新しい門出を祝福するため、二十歳(はたち)のこころを主催します。民法改正により成年年齢が20歳から18歳に引き下げられましたが、これまでどおり20歳の方を対象とします。手話通訳あり。

11月23日木曜は終日市役所本庁舎を閉館します

市庁舎内電気設備の点検などを行うため、館内は停電となります。それに伴い、終日、市役所本庁舎を閉館します。庁舎1階市民プラザ・屋内ひろば・金融機関ATM・地下駐車場などもご利用いただけません。ご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

Table with 3 columns: 窓口名, 電話番号など, 受付時間. Includes 性暴力・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター, 性犯罪被害者相談電話, 性暴力オンラインチャット相談.

Table with 3 columns: 窓口名, 電話番号など, 受付時間. Includes 東久留米市生活文化課, 東京都女性相談センター多摩支所, 内閣府 DV相談プラス.

職員募集

児童厚生指導員(会計年度任用職員・専門職) 勤務時間月曜〜土曜日、月12.4時間、午前8時15分〜午後7時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童保育所 職員募集

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童保育所 冬季短期職員

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童厚生指導員(会計年度任用職員) 勤務時間月曜〜土曜日、月75時間程度、午前8時15分〜午後6時の間で4〜7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

児童介助員 (会計年度任用職員)

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

勤務場所市立小・中学校 勤務時間1日6時間30分以内で、①週5日勤務②週3日勤務。ただし、学校によつて勤務時間の延長および休日出勤の場合があります。また、長期休業中は学校の状況に応じた勤務時間となります。

業務内容市立小・中学校に設置している特別支援学級などでの児童・生徒の介助および安全確保 募集人数若干名 報酬など時給1271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)

応募資格次のいずれかに該当する方①体力に自信がある方②学校教育に理解のある方

応募書類市販の履歴書(写真貼付)各種資格証や免許状の写し 申込み書類を〒203-8555、市役所教育部指導室宛て郵送、または直接指導室へ持参してください。書類選考後、面接の上決定。今回採用に至らなかった場合でも登録制のため、応募書類は返却しません。また、関連部署へ登録者を紹介する場合があります。

※随時募集のため、申し込み締め切りはありません。 問指導室特別支援教育係 ☎042・470・8032



官公署 など

女性の権利強化週間

夫・パートナーからの暴力やストーカーなどの事案は、依然として数多く発生していることから、これらの女性をめぐり様々な人権問題の解決を図るため、全国一斉「女性の権利強化週間」強化週間を実施します。期間中は平日の電話相談受付時間を延長するとともに、土曜・日曜日も電話相談を受け付けます。

期 間 11月15日(水)～21日(火) 連絡先 女性の権利ホットライン ☎0570・070・810(平日午前8時半～午後5時15分。強化週間中は平日午後7時まで延長、土曜・日曜日は午前10時～午後5時)

問 東京法務局人権擁護部第二課 ☎0570・011・000

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。

11月16日(木)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。また、オンライン申し込み可。11月16日(木)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

募集案内の配布期間・場所

11月1日(水)～10日(金)土曜・日曜日、祝日を除く

場都市計画課市役所5階、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、東部地域センター他

他配布期間中は都住宅供給公社(株)からも取得できます。 ※11月3日(金)祝 5日(日)の3日間 は、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(いづれも午前9時半～午後5時)



都住宅供給公社



都営住宅入居者募集サイト

問 同公社募集センター ☎03・3498・8894(11月1日(水)～16日(木)は☎03・5467・9269または☎0570・010・810) ※土曜・日曜日、祝日を除く

「住生活総合調査」にご協力ください

この統計調査は、居住環境を含めた住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度等を総合的に調査し、住生活の安定・向上に係る総合的な施策を検討・推進する上で必要となる基礎資料を得ることを目的に実施しています。11月下旬～12月上旬に調査受託機関から調査票が郵送で届きますので、回答にご協力をお願いします。

10月に「住宅・土地統計調査」に回答いただいた世帯の一部 問 令和5年住生活総合調査事務局 ☎0120・169・037(設置期間11月21日(火)～12月28日(木))

公立昭和病院「第35回市民公開講座」

11月11日(土)午後2時半～4時

場 ルネこだいら中ホール(小平市美園町1-8-15)

①負担の少ない前立腺がん治療(ロボット手術という選択肢) ②白内障の症状と治療 ①上原翔氏(公立昭和病院泌尿器科医長) ②土田展生氏(つちだ眼科クリニック院長、鷲尾紀章氏(つちだ眼科クリニック副院長) 問 当日会場

問 公立昭和病院地域医療連携室 ☎042・461・0052(内線2168)

都立清瀬特別支援学校 第2回学校公開

11月15日(水)午前9時50分～正午(午前9時半から受け付け)

場 都立清瀬特別支援学校(清瀬市松山3-1-197)

問 全体会(学校長挨拶、学校・学部の概要説明、就学相談、卒業後の進路についてなど)、授業公開、校内見学、質疑応答 定 先着100人(事前申込制) 申 11月8日(水)までに同校に掲載された方法で申し込みを



同校

問 同校 ☎042・494・0511

◆第10回クリスマスコンサート(ASAmusic) = 12月2日(土)午後5時半開演(5時開場) 場 成美教育文化会館グリーンホール 費 入場料3,000円(18歳未満1,000円) 他 ピアノ、ハープ、フルートによるクラシックから日本の歌まで演奏 問 屋敷 ☎080・5373・4372

◆青空なんでも相談会(東久留米社会保障推進協議会) = 11月19日(日)午後1時～3時 場 市民プラザ(市役所1階)・屋外ひろば(雨天時は屋内ひろば) 他 当日相談前にマスク着用をお願いすることがあります 問 平尾 ☎090・2752・4006

◆クリスマスライアーコンサート(南沢シュタイナー子ども園) = 12月10日(日)午前11時、午後1時半からの2部制 場 成美教育文化会館 他 ライアー演奏、手仕事品、おやつ、クリスマス商品販売。料金などの詳細は同園ををご覧ください 問 中島 ☎090・4018・4779

◆ミュージックサロン風花オープニングイベント(ミュージックサロン風花) = 11月12日(日)I部午前10時から、II部午後2時から 場 ミュージックサロン風花(新川町1-3-17) 他 初めて楽器に触れる大人のための体験講座(定員5人) ピアノとリコーダー 問 小川 ☎090・3542・6665

◆ヨガサークル(楽楽ヨガ) = 11月4日。曜日・時間不定、次回11月26日(日)午前10時～11時 他 場 コミュニティホール東本町(源の湯2階) 費 会費1回1,000円 他 ヨガ初心者大歓迎。無料体験あります。講師は50代女性2人 問 鈴木 ☎042・458・7502

◆エビス絵画 = 11月2日。第1・第3金曜日午前10時～正午 場 生涯学習センター 費 入会金3,000円、会費4,000円 他 初心者歓迎。静物、人物、風景など身近なものを描く 問 村田 ☎090・5534・8538

◆東久留米スポーツウエルネス吹矢協会 = 毎週金曜日午前9時～11時 他 場 スポーツセンター 費 入会金1,000円、会費1回200円 他 スポーツウエルネス吹矢式呼吸法で健康的に楽しく練習しています 問 土屋 ☎090・3314・0902

◆古武術(練心武友会) = 毎週日曜日午前11時半～午後1時40分 場 スポーツセンター 費 入会金3,000円、会費3,000円 他 居合、棒、柔体術など行います。未経験の方も歓迎します 問 細谷 ☎042・421・4075

◆スローピッチソフトボール(東久留米ストーンズ) = 毎週水曜日午後1時～3時 他 場 南町グラウンド 費 会費年6,000円 他 60歳以上を中心に楽しく汗を流しています。仲間になりませんか 問 北風 ☎080・3084・5249

◆第13回バード・フォト・クラブ写真展(バード・フォト・クラブ) = 12月1日(金)～5日(火)午前10時～午後5時 場 生涯学習センター1階ロビー 他 可愛い野鳥達の写真展です。初日は正午より、最終日は午後4時まで 問 高岡 ☎090・5768・6544

催し

◆第13回バード・フォト・クラブ写真展(バード・フォト・クラブ) = 12月1日(金)～5日(火)午前10時～午後5時 場 生涯学習センター1階ロビー 他 可愛い野鳥達の写真展です。初日は正午より、最終日は午後4時まで 問 高岡 ☎090・5768・6544



市民伝言板

会員募集

◆カラオケ(ひまわりクラブ) = 11月2日。水曜日午前10時～正午 場 東部地域センター 費 入会金1,000円、会費月2,000円 他 プロの作曲家先生が歌の基礎から親切丁寧に指導。初心者歓迎見学可 問 荒川 ☎042・477・4318

◆書道(NPO法人国際書画交流会) = 11月2日。午前9時半～正午他。日・月・水・金コースは書道錬成院(浅間町一丁目)、火曜コースは南部地域センター、学生コースは日曜コース 費 会費月2,000円 他 初心者・高齢者歓迎。師範資格取得も可。住所をお知らせください、資料投函します 問 福田 ☎090・9396・6964

◆朗読(朗読の会「せいくらべ」) = 11月2日。第2・第4金曜日午後1時半～5時 場 西部地域センター 費 会費月4,000円 他 初心者歓迎。好きな作品の朗読を楽しみませんか。指導者は橋岡真弓氏 問 関 ☎042・476・1460

◆マジックBOX = 11月2日。第1木曜日およびその翌々週の金曜日午後7時～9時 場 生涯学習センター 費 入会金1,000円、会費月1,000円 他 初心者歓迎。一度出席しただけで、あなたもマジシャンに大変身 問 松沢 ☎042・471・6022

◆ハンブル教室 = 11月4日。火曜日午前9時～9時50分 他 場 市民プラザ(市役所1階) 他 費 会費月4,500円 他 韓国女性が会話中心に指導。入門クラスです。初級も有。見学可 問 相田 ☎080・1212・8612

◆歌謡サークル(春江会) = 11月2日。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 歌大好きな仲間が集まって、月2回楽しんでます。見学に来てね 問 中野 ☎090・3805・0800

◆福岡カラオケ教室 = 11月2日。第1・第3月曜日午前9時半～11時半 場 中央町地区センター 費 入会金1,000円、会費月1,600円 他 23年間続いているカラオケ教室です。ピアノ伴奏ですのすぐ歌えます 問 アオイ ☎090・8843・1330

◆謡曲・観世流(東久留米修声会) = 11月2日。第1・第3金曜日午前10時～11時 場 滝山団地第2集会所 費 会費月5,000円 他 プロの能楽師の指導のもとでグループ毎に分担して皆で謡います 問 江口 ☎042・473・2463

◆カントリーダンス(草の実カントリー(初心者コース)) = 11月2日。水曜日午前9時半～11時半 場 西部地域センター 費 会費1回100円 他 リズムに乗って、楽しく踊るカントリーダンス。この秋始めてみませんか 問 岸上 ☎080・1008・1218

◆社交ダンス(草の実社交ダンス同好会) = 11月3日。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 問 佐藤 ☎090・5396・4544

◆体操(自衛術教室) = 11月3日。火曜日午後1時半～3時半 場 生涯学習センター 費 入会金3,000円、会費月2,500円 他 日本最古の健康体操。呼吸、壺を押さえて自分で自分の体を治そう 問 柴田 ☎090・8035・1068

◆漢詩・童謡ほか(詩吟研究会) = 11月3日。土曜日午前10時～正午 他 場 八幡町地区センター 他 費 入会金1,000円、会費月大人2,000円、子供500円 他 子供からシニアまで歓迎。初心者歓迎。見学自由。気

第20回東部演芸館「晩秋を彩るアンサンブル」

日11月26日(日)午後2時～3時半 東部地域センター講習室 市内演奏家協会の女性の皆さんによるアンサンブルをお届けします。晩秋の午後の一時を癒されてください 定先着70人 (要予約) 費500円(前売り) 送車での来場不可 申11月1日(水)午前9時から電話で同センターへ 問同センター 042・470・8020

スポーツ

ニュースポーツデー (スポーツ推進委員運営)

障がいのある方もない方もだれでも気軽に楽しめるニュースポーツが盛りだくさん。午後実施の「ポッチャくるめカップ」の練習もできます。 日11月4日(土)午前10時～正午 場スポーツセンター第1体育室 内容ポッチャ、モルック、ミニテニス、ラージボール卓球、ユニカール、ソフトバレーボール、スカットボール、ネオテニス、輪投げ、リングキャッチ他 費100円(未就学児無料) 送室内履き(運動靴) 送今回は「第二回ポッチャくるめカップ」実施のため午前のみ実施 他▼1人でも参加可 ▼運動ができる服装で 申当日会場で 問生涯学習課 042・470・7784



aki ヨガレッスン

日11月13日(月)・27日(月)午後5時半～6時半 場市民プラザホール(市役所1階) 内容ゆったりとした動きで身体をほぐし、仕事や家事など忙しい日々のストレスを和らげましょう。男性の方もぜひご参加ください 定各先着20人(要予約) 師aki氏(JYIA認定ヨガインストラクター) 費各500円(当日集金) 送飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方) 他各1回のみ

レッスンも申し込み可 申11月4日(土)午前10時から電話または直接市民プラザ窓口で 問同プラザ 042・470・7813

第3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、楽しみながら体力づくりをしませんか。 日全4回。11月29日・12月6日・13日・20日のいずれも水曜日 ▼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内プール 送市内在住・在勤・在学で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) 師市水泳連盟推薦による有資格者 費1,600円 送水着・水泳帽・タオル 他市体育協会主催 申11月1日(水)～10日(金)までに(必着)、市体育協会 問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・在学の場合は勤務先・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

第33回東久留米市民駅伝大会

駅伝ランナーがお正月の東久留米を駆け抜けます。 日6年1月7日(日)午前8時15分～午後1時(雨天実施) 場第七小学校校庭 内容滝山周回コース 送▼一般の部(男子・女子)=市内在住・在勤・在学で正選手5人、補欠2人まで ▼小学生の部・中学生の部(男子・女子)=市内在住・在学で正選手5人、補欠2人まで ※小学生は5年生以上。1チーム2人まで4年生の参加可。 費1チーム当たり ▼一般の部=3,000円 ▼中学生の部=2,000円 ▼小学生の部=1,000円 送各優勝チームは6年3月10日(日)の「第33回TakasakiCityはるな梅マラソン大会」に派遣します ▼主催は市体育協

会 申11月24日(金)午後5時までに(必着)、市体育協会宛て 送、FAX、郵送、または直接同協会へ。応募方法など詳細は同協会 問で確認を 問同事務局 042・470・2722



第66回東久留米市民バドミントン大会

日12月10日(日)午前9時から 場スポーツセンター 内容ダブルス個人戦(男女1～3部、シニアの部) ▼1部上級者=本大会2部1位、2位経験者、および希望者 ▼2部中級者=本大会3部1位、2位経験者、本大会過去3年1部未入賞者または、45歳以上 ▼3部初級者=本大会3部1位、2位の入賞者が含まれない組または50歳以上 ▼シニアの部=大会当日の年齢が60歳以上の者 送男女合計70組 費参加費1人1,000円、別途連盟登録費500円 送 ▼競技方法=21点3ゲームマッチ。延長なし。原則として、種目毎にトーナメントまたはリーグ戦。都合により1ゲーム15点とする場合あり 申11月19日(日)～12月2日(土)午後5時に市バドミントン連盟宛て 送(higashikurume_bad@yahoo.co.jp)で送信を。申し込み完了の返信メールが無い場合はお問い合わせください 問同連盟

市民ハイキング

日11月18日(土)午前6時50分 東久留米駅改札前集合(雨天中止。中止の場合は前日正午までに連絡します) 内容 ▼コース=軍畑駅→雷電山→三方山→宮ノ平駅分岐→宮ノ平駅(解散)。歩行時間約4時間 送18歳以上の方 費参加費800円(保険料含む)、交通費約1,400円(各自精算) 送お弁当、飲み物、お菓子、雨具ほか 送詳細は市山岳連盟 問をご覧ください 申11月8日(水)までに、電話または 送(joji.nakayama2013.5.25@outlook.jp)で同連盟・中山宛て送信を 問同連盟・中山 090・4675・7148



暮らし

スマホ基本講座

日▼基本講座(基本操作)=12月4日(月) ▼応用講座(基本操作から行政サービスの利用などまで)=12月11日(月)。いずれも2部制、午前10時～正午と午後1時半～3時半 場生涯学習センター集会学習室1・2 送60歳以上のスマホ初心者の方 送各回20人(応募多数の場合は抽選) 送スマートフォンアドバイザー 送無料 送お持ちの方はご自身のスマートフォンをお持ちください。貸出用の準備もあります 申11月15日(水)までに(消印有効)、1人1枚の往復はがきに「スマホ基本講座」・希望される講座と時間(第一希望、第二希望)・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・スマートフォン持参の有無を記入の上(返信用にも住所・氏名)、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター宛て郵送を。同センター 問から申込可能です 問同センター 042・473・7811(第4月曜日を除く9時～21時)

市民手話まつり

聴覚障がい者の方々への理解と、「手話」を広める目的で、「市民手話まつり」を開催します。 日11月26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) 内容手話教室・ミニコーナー・展示(ろう者協会・手話サークルなど) 送午後1時～3時にろう俳優グループ「男組」のメンバーとして幅広く活動している板橋みつお氏による講演会を行います(手話通訳あり)。先着90人、事前申し込み制。11月2日(木)午後1時から、ろう者協会事務局宛て 送(0ve5j25f326618f@ezweb.ne.jp)に氏名・住所・メールアドレスを記入の上、送信を。送不可の方のみ電話で受け付けます 問同事務局 080・9509・2183



榛名だより

本市と群馬県高崎市榛名地域は地域間交流を行っています

市民みんなのまつりに出店します

東久留米市と榛名地域の交流は、昭和61年以来、今年で37年となります。コロナ禍の影響で、令和元年度の「東久留米市市民みんなのまつり」以来、榛名地域からの出店をお休みしていましたが、今年は4年ぶりにお祭りに参加できることになりました。

今回も、榛名地域の名産品の梅を使った加工品や梨などを出品する予定です。みなさんと直接お会いできるのを楽しみにしておりますので、ぜひブースに足をお運びください。

問榛名観光協会 027・374・5111

(高崎市榛名支所地域振興課)



前回の様子

行政情報アプリ「マチイロ」でも「広報ひがしくるめ」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。 送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



(10面から続く)

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の子ども達に健全な遊びを提供しています。

野火止地区センター(屋内)

11月6日(月)午後1時半～4時半 場第一、第二会議室 芸術の秋工作 乳幼児～小学生

小山台遺跡公園(屋外)

11月18日(土)午前10時～正午 みんなで芸術家 乳幼児～小学生

本村小学校(屋内)

11月28日(火)午後4時～5時半 場体育館 楽しい運動遊び～わくわくスポーツテスト～ 小学生

《共通事項》

費無料 特タオル、飲み物、屋内は上履き、屋外は帽子 徒歩か自転車で来場を 食べ物は原則持ち込み禁止 乳幼児は保護者同伴 動きやすい服装で 内容を変更する場合あり 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を用意しています 当日会場で 児童青少年課児童青少年係 042・470・7735

パネル展示「小規模保育園ってどんなところ？」

11月1日(水)～3日(金) 午前10時～午後4時 場市役所1階屋内ひろば 市内の11園のパネル展示 3日のみ開催＝遊びのコーナー(的当て、ヨーヨー釣り、保育士による絵本の読み聞かせ)、おもちゃ・衣類のリサイクル(アンケートにお答えの方のみ) 配布物などは、なくなり次第終了します 園おひさま保育室・横田 042・423・1805

図書館

11月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は21日(火)、滝山・ひばりが丘・東部の各図書館は23日(木)も休館です。 中央図書館 042・475・4646

職業を知ろう！ 「パティシエになるには」

将来、自分のなりたい職業はなんだろう。現役のパティシエからいろいろなお話を聞きます。

11月19日(日)午後1時半～2時半 場東部地域センター1階講習室 中学生・高校生世代 先着20人 師石崎悠子氏(お菓子工房ポッシュ) 車ででの来場不可 11月1日(水)～18日(土)に(休館日を除く)、電話または東部図書館で 同館 042・470・8022

よもう！あそぼう！かがくの本「ふしぎなわ」

紙で作った輪を半分に切ったらどうなる？輪っかの作り方を変えてみると？実際にやってみよう。

11月26日(日)午前10時半～11時半 場中央図書館1階北開架室 工作・観察とテーマ関連本の読み聞かせやブックトーク 小学生 先着15人 筆記用具 協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんととほんと」 11月1日(水)～25日(土)に(休館日を除く)、電話または同館で 同館 042・475・4646

大人が楽しむおはなし会

滝山おはなしの会のメンバーが、大人でも楽しめる童話や昔話などを語ります。併せて、関連する資料を展示します。

11月26日(日)午後2時～3時半 場西部地域センター3階第2・3講習室 中学生以上 先着40人 車ででの来場不可。長時間の会となるため、お子さんをご遠慮ください 11月1日(水)～25日(土)に(休館日を除く)、電話または滝山図書館で 同館 042・471・7216

文化

多摩六都フェア「第36回多摩北部5市美術家展」開催

多摩北部5市(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)を代表する著名な美術家の展覧会です。

今年度は、東久留米市で開催しますので、各方面で活躍されている美術家の作品を、ぜひご覧ください。

11月7日(火)～12日(日)午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで) 場成美教育文化会館1階ギャラリー 費無料 主催＝多摩北部都市広域行政圏協議会 企画運営＝多摩北部5市美術家展実行委員会 企画調整課 042・470・7702

プラザ フリーピアノナイト Vol.4

11月15日(水)午後6時半～7時半 場市役所1階屋内ひろば 「シネマに恋して」をテーマに4人の出演者が、自由にピアノを奏でます。今年最後のフリーピアノにご期待ください 先着50人 当日会場で 市民プラザ 042・470・7813

まぼろしの湧水めぐりウォーキング参加者募集

11月22日(水) ※雨天中止(小雨決行) ルート 午前9時半西部地域センター(集合)→さいかち窪→柳窪天神社→第十小学校裏→しんやま親水広

場→午後0時半西団地入口停留所前(解散)。全コース約4km 先着15人 費無料 汚れても良い服装で 主催は市市民環境会議水とみどり部会 協力は環境政策課 11月1日(水)～10日(金)に電話または環境政策課宛て (kankyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp)、FAX(042・470・7809)で「まぼろしの湧水めぐり」と明記して、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上送信を 同課 042・470・7753

放課後講座「スノードームづくり」

生涯学習センターでは月1回、小・中学生を対象に放課後講座を開講しています。

11月22日(水)午後4時～5時 場生涯学習センター創作室 11月はオリジナルスノードームを作ります 小・中学生 先着12人 同センタースタッフ 費無料 筆記用具 11月1日(水)午前9時から電話または同センター(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ 同センター 042・473・7811

令和5年度 文化庁伝統文化親子教室

令和5年度文化芸術振興費補助金を活用し、次の教室を開催します。

■古典芸能を体験！舞台に上がろう！

11月全11回。12月2日(土)・6日(水)・10日(日)・16日(土)・20日(水)・6年1月13日(土)・17日(水)・20日(土)・21日(日)・24日(水)・27日(土)、水曜日が午後4時～8時、生涯学習センター。土曜日が午後1時～5時、南部地域センター(6年1月27日(土)は午後1時～7時、成美教育文化会館)。日曜日が午後1時～5時、西部地域センター 日本舞踊を通して舞台上での決まり事を学びつつ、役者としての振る舞い・立ち位置・照明装置を知る 園児3歳～小中高生(小学3年生以下は保護者同伴) 先着40人 参加費2,000円(飲食や個人的なものは実費負担) 特浴衣、着物、帯、紐、足袋、舞扇子 実施団体は日本舞踊創舞流広扇会 (sobu777jp-tokyo@yahoo.co.jp)に、教室名・氏名・住所・電話番号・学校名・学年を記入の上、創舞流事務局宛て送信を 同事務局 090・1506・0630または (sobu777jp-tokyo@yahoo.co.jp)



■新年行事を学ぶ 子ども教室(創美流東京中央支部)

12月26日(火)～28日(木)午後1時半～3時半 場創美流華道会館 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体験します 小学1年生～高校3年生 先着10人 2,000円(茶菓、花代、資料費実費) 特エプロン、筆記用具、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 FAX(042・471・1616)または (soubi@car.ocn.ne.jp)に教室名・氏名・住所・電話番号・学校名・学年・生年月日(和暦)を記入の上、市文化芸術創造のまち実行委員会事務局宛て送信を 同会館・渡邊 042・471・4022(代表)



「村野家住宅(顧想園)」秋の特別見学会

市内で唯一の茅葺民家「村野家住宅」を特別公開します。

「村野家住宅」は江戸時代から明治期にかけての景観が残る柳窪にあり、平成23年に、主屋・離れ・土蔵3棟・薬医門・中雀門の7件が国の登録有形文化財となっています。



村野家住宅(主屋)

同住宅は個人住宅であるため普段は見学ができませんので、この機会にご覧ください。

12月2日(土)午前10時からと午後1時からの2回(1時間半) 場「村野家住宅」前集合(柳窪4-15-41。「柳窪一丁目」バス停から徒歩11分) 各回先着50人 500円(資料代・茶菓代・維持協力費) 英語での案内も可能ですのでお問い合わせください 主催は株式会社兼七、協力は市教育委員会 11月17日(金)までに(必着)、往復はがきに参加希望日と午前・午後の希望、氏名(同伴2人まで連記可)、住所、電話番号、返信用に宛名を記入の上、〒187-0041、小平市美園町1-6-1-207、株式会社兼七内「村野家住宅特別見学会係」宛て郵送を 株式会社兼七「村野家住宅特別見学会係」 042・344・6735または市郷土資料室 042・472・0051

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11月2日(木)が「忍者ごっこ」、9日(木)が「ふれあいあそび」、いずれも午前10時半～11時半 対1～4歳児と保護者 申当日会場で

■おんがくの日

日11月5日(日)午後2時半～3時半 内ハンドベルをつかって音楽とふれ合おう 対小学生 師春田直枝氏 申当日会場で

■わらべうたスマイル講座

日11月15日(水)午前10時半～11時半 内「五感を育てる」わらべうたと育児の悩み相談 対0～1歳児と保護者 定6組 師原悠子氏 申11月6日(月)午後1時半から電話または来館で

■ベビーヨガ

日11月17日(金)の午前10時～10時半が2～6カ月児、午前10時50分～11時20分が7～12カ月児 定各8組 師崎田千佳子氏 師バスタオル、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11月6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

■幼児のつどい

日11月2日(木)が「収穫ごっこ」、9日(木)が「ペイントあそび」、いずれも午前10時半～11時15分 対1～4歳児と保護者 申当日会場で

■輪投げの日

日11月3日(金)祝午後2時から 内競技用の輪投げで楽しもう 対小学生 他 動きやすい服装で 協力は丸実会 申当日会場で

■おはなし会

日11月7日(火)・14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

■トランポリンの日

日11月8日(水)前半が午後3時～3時40分、後半が午後3時45分～4時25分、中高生世代優先が午後4時半～5時 内トランポリンで色々な技に挑戦してみよう！ 対小学生以上 注跳びやすい服装で(スカートは不可) 申当日会場で

■囲碁教室

日11月15日(水)午後3時から 内囲碁のルールを学び、楽しもう 対小学生 師富村榮治郎氏 申当日会場で

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■幼児のつどい

日11月2日(木)が「風船あそび」、9日(木)が「クリスマス工作」、いずれも午前10時半～11時半 対1～4歳児と保護者 申当日会場で

■リトミック講座

日11月7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分が歩けるようになったお子さんと保護者 内リトミック団体による音楽イベント 定各15組 師千葉氏(リトミック研究所) 申当日会場で

■赤ちゃん広場

日11月8日(水)助産師さんによる体重測定と育児相談 ②15日(水)親子のコミュニケーションワーク、いずれも午前10時半～11時半 ①ひがしくるめ助産師会 ②炭田契恵子氏 師①はバスタオル 対0歳児と保護者 申当日会場で

■おはなし会

日11月8日(水)午後3時～3時半 内絵本の読み聞かせなど 対小学生 師東部図書館 申当日会場で

■おはなしの日

日11月14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 申当日会場で



子どもセンターひばり

ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300

■幼児のつどい

日11月2日(木)が「忍者ごっこ」、9日(木)が「ペイント遊び・11月誕生日会」いずれも午前10時半～11時10分 対1～4歳児と保護者 他汚れてもよい服装で 申当日会場で

■親子でふれあいリトミック

日11月14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15組 師千葉理恵子氏 師飲み物、汗拭きタオル 他動きやすい服装で 申11月7日(火)午前10時から電話で

■ぴよぴよママの会

日11月15日(水)午前10時～11時半 内体重測定、育児相談 対0歳児と保護者 師助産師 師バスタオル、母子健康手帳 申当日会場で

■おはなしの日

日11月15日(水)午後3時45分から 内絵本の読み聞かせや素話 対小学生 師水曜おはなし会 申当日会場で

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

■つながろう！ふたごちゃん親子「さくらんぼの会」

日12月9日(土)午前10時～11時半 内多胎児親子の交流、相談、講師のお話、情報交換 対市内在住で、多胎児の0～2歳児親子 定5組 師並木助産師 師保育に必要なもの 他対象者には郵



送で個別にご案内しています。3歳未満は移動経費補助の対象事業になります 申11月14日(火)午前10時から電話または同センターで

■本村小なかよし広場

日11月10日(金)午前10時～11時半 内本村小学校相談室 内お子さんと遊びながら育児の情報交換 内乳幼児と保護者 注徒歩か自転車で来場を 申当日会場で

■わくわくおはなし広場

日11月27日(月)午前11時～11時20分 内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 対0歳～未就学児と保護者 定10組 申11月13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

■六小・小山小なかよし広場

日11月9日(木)が小山小学校視聴覚室、14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 内乳幼児と保護者 師スリッパ 注徒歩か自転車で来場を 申当日会場で

■おはなし広場

日11月20日(月)午前11時～11時半 内ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど 対1歳以上の乳幼児と保護者 定10組 申11月13日(月)午前10時から電話または同センター上の原で

■ちびっこ育児 おしゃべり広場

日11月28日(火)午前10時～11時半 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。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8人 他お子さんの保育あり(要予約) 申11月14日(火)午前10時から電話または同センター上の原で

(9面へ続く)

★ 多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

大人の学びなおし 「エッシャーに学ぶ図形と数の性質」

日11月22日(水)午前10時10分～11時50分 内多摩六都科学館 内図形の基本的な性質や、しきつめを利用したアートなどに興味がある方におすすめ。エッシャーの作品「昼と夜」には、図形を変形した鳥のモチーフがしきつめられています。前半は正三角形を取り上げその性質、数との関係をお話します。後半は工作をととして立体におけるしきつめを考えます 対高校生相当以上 定48人(応募多数の場合は抽選。当選者のみに参加券を送付します) 師荒木義明氏、天童智也氏(いずれも日本テセレーションデザイン協会) 費材料費100円。入館料(展示券)520円(高校生210円) 注参加者以外入室不可 申11月8日(水)までに(必着)、同館 申またははがきで申し込み。はがきの場合はイベント名・開催日時・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、多摩六都科学館宛て郵送を 同館 ☎042・469・6100



上段：荒木義明氏、下段：イベントの様子(イメージ)

東くるめの野菜レシピPart16

「もう一皿プラス野菜料理で バランスのとれた食事」を発行しました

「東くるめの野菜レシピ」は、市四課栄養士会(健康課・障害福祉課・学務課・子育て支援課)が「朝食を食べる人が増える」「野菜をたくさん食べる人が増える」ことを目標に考案した「野菜を手軽に」食べられるレシピ集です。今回は野菜を使った手軽な料理を多数掲載しています。これまでの野菜レシピは市HPでご覧いただけます。

配布時期11月1日(水)から
配布場所市役所(屋内ひろば「市内案内板」・障害福祉課<1階>、子育て支援課<2階>、学務課<6階>)、健康課(わくわく健康プラザ)。順次、各地域センター、庭先販売農家、保育園、小・中学校などでも配布予定
健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP



レシピの表紙

(12面から続く)

BCG予防接種

日11月15日(水) 場わくわく健康プラザ
 5年6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可) 持母子健康手帳、予約票(日程の都合がつかない方は、次回12月20日(水)でも接種可) 当日会場でご健康課予防係 ☎042・477・0030

すくすく子育て相談

日11月17日(金) 午前9時半～午後2時
 場わくわく健康プラザ 育児の相談、身体測定 乳幼児と保護者 申問電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

食事・健康相談(保育付き)

働く世代の生活習慣病や、健康について見直したい方の食事・健康相談をしています。ご本人のほか、家族からの相談もできます。

日11月21日(火) 午前9時～11時45分(予約制。1人30分程度) 場わくわく健康プラザ1階 生活習慣病予防や健康づくりについての個別相談、体組成(体脂肪率や筋肉量など)の測定 健康診断の結果表、食事記録など 生後5カ月～未就学児の保育あり。保育付きなので子育て中の方も気軽にご利用いただけます 申問市HPの申し込みフォームまたは電話で健康課保



市HP

健サービス係 ☎042・477・0022へ 同係

はじめてのはみがき “歯っぴーベイビー”

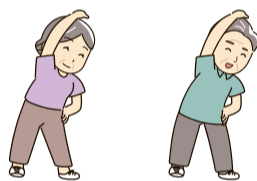
日11月21日(火) ①1歳児クラス=午前10時～11時 ②0歳児クラス=午後1時～2時半 場わくわく健康プラザ講堂 歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど ①満1歳～1歳4カ月児と保護者 ②満7カ月～11カ月児と保護者 先着各15組(いずれも初めての方を優先) 持母子健康手帳、歯ブラシ 日11月1日(水)から市HPの申し込みフォームで健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

10年後も笑顔で暮らす介護予防体操

日11月27日(月) 午前10時～11時半 場市民プラザホール(市役所1階) 椅子に座ったままでもできる手軽な健康体操です。転ばない、寝たきりにならない身体づくりをはじめましょう。 先着30人(要予約) 師森永とし枝氏(介護予防指導員) 費200円(当日集金) 持飲み物、タオル 他運動しやすい服装で 日11月2日(水) 午前10時から電話または直接市民プラザ窓口で 同プラザ ☎042・470・7813



もぐもぐ幼児食

日11月29日(水) 午後1時15分～2時45分 場わくわく健康プラザ 幼児食のデモンストレーションと講話、試食、親子遊びなど 1歳児と保護者 先着8組 師管理栄養士 持母子健康手帳、お子さんの食事用エプロン、お手拭き、飲み物、筆記用具 日11月1日(水) から市HPの申し込みフォームまたは子育て応援アプリ「くるめっこナビ」健康課予約システムで健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

成人歯科検診

日11月30日(木) までの診療時間内 場市HPで実施医療機関をご確認ください 内歯と歯茎の診断 市内在住で、6年3月末日までに40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳になる方(対象者には8月末にご案内と受診券を送付済みです) 費500円(受診医療機関でお支払いください。生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要) 持成人歯科検診受診券(氏名などを事前に記入)、健康保険証などの本人確認書類 現在治療中の方、勤務先などで検診を受けた方はご遠慮ください 申直接実施医療機関へ健康課特定健診係 ☎042・477・0013



市HP

骨粗しょう症検診

日12月19日(火) 午前9時～午後4時 場わくわく健康プラザ 骨密度測定

(前腕部エックス線撮影) ※検診の結果、健康相談が必要と思われる方に個別相談を行います。 市内在住で、6年3月末日時点で20歳・25歳・30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳の女性 150人(応募多数の場合は抽選) 費500円(生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要) 日11月1日(水)～14日(火)に、申し込みフォームまたははがきで申し込みを。はがきの場合、1人1枚の通常はがきに必要事項(下図参照)を記入の上、〒203-0033、滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内、健康課特定健診係宛て郵送を ※受診決定の通知は12月上旬から順次発送します。 同係 ☎042・477・0013



申し込みフォーム

図 骨粗しょう症検診申し込みはがき記入項目

「骨粗しょう症検診希望」	往復はがきではなく、通常はがきでお申し込みください。
① 生年月日(和暦)	
② 年齢	
③ 氏名(フリガナ)	
④ 郵便番号、住所	
⑤ 電話番号	
⑥ 希望時間帯(下記より選択)	
	・午前希望
	・午後希望
	・どちらでもよい



いきいき健康家族 No.211

“新型コロナ感染”や“がん”など病気に勝てる免疫力って？

免疫細胞ってご存じですか？自分の身体を病気から守ってくれる自衛隊のような細胞さんたちのことです。人それぞれ背丈や顔かたちが違うように、免疫細胞の内訳や各々バランスや数や配置も、人それぞれ違うのです。

一言に“免疫”とは、色んな自衛隊細胞さんの集まりを総称していますが、例えば、“単球”とか“好中球”という自衛隊細胞さんたちは主に、外部から侵入してくるばい菌たちと戦ってくれます。“リンパ球”という自衛隊細胞さんたちは主に新型コロナなどウイルスたちと戦ってくれています。“NK細胞”という自衛隊細胞さんたちは、身体の中から発生したがん細胞と戦ってくれます。

そんな様々な自衛隊細胞さんたちは、増えたり減ったりバランスを取りながら、お互い情報交換しながら、スムーズに病気に勝てるように日々頑張ってくれているのです。

しかし、そんな自衛隊細胞さんたちの和が乱れていたり、弱くなっている時や、追いつけないぐらいの巨大な敵に出くわしたときに、病気が発生するのです。

コロナワクチンが始まった頃は、

まだワクチン供給不足であったため、ご高齢の方や基礎疾患ありという方を優先しました。“基礎疾患”って？

当時は、免疫低下を有するような血液疾患、神経疾患や慢性呼吸器疾患の方はもちろんのこと、肥満(BMI30以上)や糖尿病や高血圧の方も“基礎疾患あり”と認定されていました。肥満、糖尿病や高血圧の方は、残念ながら血管がドロドロ(動脈硬化)のため、免疫細胞さんたちも泥沼で移動したり戦わなければならない、新型コロナウイルスの増殖力に免疫細胞さんたちが追いつけない、と判断されたのです。

免疫力を高める(安定させる)にはどうしたら良いのでしょうか？ ずばり、動脈硬化を進めないような安定した食事(率先して、お野菜、お魚や豆類キノコ類や、海藻類などバランス良く)と、意識した健康に良いと言われている規則正しい生活(三食しっかり食べて、昼間はしっかりお仕事や運動、そして夜はぐっすり快眠など)が一番大事なのです。

(東久留米市医師会)

第4弾 ウォーキングコースの魅力を紹介 ①上の原コース&黒目川コース編

市では、6年3月29日(金)まで、わくわく歩くめマップを活用したウォーキングキャンペーンを実施中です。今回はコースを紹介する第4弾として、「①上の原コース&黒目川コース」の魅力をお届けします。 健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

■ウォーキングマップ①の魅力

上の原コースは4.6kmと一番長いコースになっています。上の原に向かう坂道を振り返るとひばりが丘まで広がる景色を一望でき、高台には、整備された上の原東公園があります。黒目川コースは、川沿いの季節の花々や魚を見ることができ、運が良ければカワセミにも出会えます。小山台遺跡公園など歴史と四季を感じるコースです。



上の原東公園

マップの配布場所やキャンペーンの詳細は市HPまたはチラシをご覧ください



市HP

歩いた方の感想

上の原に向かうと、新たな施設や整備された道路など東久留米市の発展の様子がわかる

川に沿って歩き魚や鳥、花などを眺められるので歩くのが苦にならない



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

〈今月の月間・週間案内〉秋のこどもまんなか月間、過労死等防止啓発月間、教育・文化週間(1日～7日)、「119番」の日(9日)

けんこうとイベント・講座は8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

前回接種を8月1日～15日までにを行った方の秋開始接種用の接種券は、11月7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。

11月・12月実施の集団接種

予約開始日時11月8日(水)午前9時から
接種日時①11月25日(土)②26日(日)③12月2日(土)④3日(日)、いずれも正午～午後5時(25日のわくわく健康プラザのみ午後1時半から) **会場**①②わくわく健康プラザ、イオンホール③市民プラザ(市役所1階)④わくわく健康プラザ、市民プラザ ※ワクチンは①が600人分②が750人分③が500人分④が1,000人分(全て予定)。市民プラザは集団接種のため、終日通常の利用はできません **対**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 ※システムメンテナンスのため11月7日(火)午後5時～8日(水)午前9時は利用できません。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-

ル東久留米2階(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。
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(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)

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診を受けられていない方へ

市では6月～10月に、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防に重点をおいた健診を実施しました。次の対象に該当する方は、11月中に市内実施医療機関で健診を受けられます。

日11月1日(水)～30日(木) **場**市内実施医療機関 **対**すでに市から受診券が送付されたが、指定月に受診できなかった方 **▼**3月以降新たに東久留米市国民健康保険に加入した40～74歳の方 **▼**3月以降東久留米市に転入した後期高齢者医療被保険者の方 **注**受診日時点で保険の資格を喪失された方は受けられません **申**受診券をお持ちでない方、または受診券の情報(保険証番号や住所)に変更があった方は、健康課特定健診係にご連絡ください **▼**受診券をお持ちの方は、直接医療機関にお申し込みください **問**同係 ☎042・477・0013

大腸がん検診・胸部レントゲン検査・肝炎ウイルス検査

特定健診などの受診期間の延長に伴い、実施期間を11月30日(木)まで延長します。
問健康課特定健診係 ☎042・477・0013

表 子宮頸がん検診 実施医療機関一覧

医療機関名	所在地・電話番号など	診療時間
アルテミスウイメンズホスピタル	中央町1-1-20 ☎042・472・6111 ※駐車場あり。 ★要予約(同院よりweb予約をご利用ください)	平日 午前9時～正午、午後2時～4時 土曜日 午前9時～正午 ※なお、当日受付は時間が異なります。
パルフェ滝山マタニティクリニック	滝山5-3-6 ☎042・477・3503 ※駐車場あり。 ★要予約(外来診療時間に電話受け付け)	月曜・火曜・金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時20分 水曜・土曜日 午前9時～午後0時20分
長生医院	滝山7-3-17 ☎042・473・1117 ※駐車場あり(2台)。	月曜・火曜・木曜・金曜日 午前9時～11時半、午後2時半～5時半 土曜日 午前9時～11時半
公立昭和病院	小平市花小金井8-1-1 ☎042・466・1800 ※駐車場あり(有料)。 ★要予約(平日午前9時～午後4時)	水曜日 午後2時半～4時

子宮頸がん検診

日6年1月31日(水)までの診療時間内 **場**上表の実施医療機関 **対**市内在住の20歳以上の女性で、5年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし、次の条件に該当する方はご遠慮ください。
①現在、治療中または経過観察中の方
②過去に子宮頸がん精密検査で異常を指摘された方 **費**1,000円(受診医療機関でお支払いください。生活保護受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要) **注**健康保険証などの本人確認書類 **注**不正出血・生理時には受診できません **▼**「子宮体がん検診」ではありません **他**受診結果は約1カ月後に、市から郵送します **申**直接実施医療機関へ **問**健康課特定健診係 ☎042・477・0013

子ども相談

日11月7日(火)午前9時半～午後3時 **場**わくわく健康プラザ **内**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 **対**幼児と保護者 **問**電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

ベビーマッサージ教室

日11月13日(月)午前10時～正午 **場**南部地域センター2階和室1・2 **内**少人数でアットホームなクラスです。地域のママ同士情報交換しましょう **対**生後2カ月～1歳前後のお子さんと母親または妊婦 **定**先着6組 **師**飯岡祐子氏(ベビーマッサージ教室kiki主宰) **費**2,000円(当日集金。オイル代込み) **持**大きなバスタオル、飲み物 **申**11月1日(水)より同センター窓口または電話で **問**同センター ☎042・451・2021

(11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

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
※薬の処方は最低限の日数です。受診時は必ず事前に電話でご連絡ください。
11月3日・5日・12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3日・5日・12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3日・12日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)
11月5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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください