



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〉 20歳未満飲酒防止強調月間、若年層の性暴力被害予防月間、科学技術週間 (15日～21日)、世界自閉症啓発デー (2日)、世界保健デー (7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

春の胃がん検診

目下表参照場わくわく健康プラザ (検診車) 問診と胃部レントゲン検査 (バリウム) 市内在住で、7年3月末時点で40歳以上の方。ただし、次の①～⑧のいずれかに該当する方はご遠慮ください。①妊娠中または妊娠の可能性がある方②バリウム製剤に過敏症の既往歴がある方③過去1年以内に腹部の手術をされた方、心筋梗塞や脳梗塞などの病気をされた方④腸閉塞、腸捻転の既往がある方⑤透析や心臓疾患のため、水分制限がある方⑥誤嚥の既往がある方⑦胃・十二指腸の治療中または経過観察中の方⑧その他受診が困難な方 (指示に従ってスムーズに体を動かすことができないなど) ※神経内科を受診している方、朝に必ず飲まなければならない薬がある方は事前に主治医にご相談ください。各日50人 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) ▼受診時間の指定はで

表 検診実施日一覧

6月	▼男性 = 17日(月)・25日(火) ▼女性 = 14日(金)・18日(火)・24日(月)
7月	▼男性 = 5日(金) 6日(土)午前9時～9時半 21日(日)午前10時半～11時 ▼女性 = 6日(土)午前10時～11時 21日(日)午前9時～10時 22日(月)

※いずれの日も午前中のみ (土曜・日曜日は男女で受診時間を分けて実施します)。

きません▼希望日の申込者が多数の場合、受診できないことがあります (例年前半に応募が集中します) 4月1日(月)～17日(休)に (郵送の場合は消印有効)、原則申し込みフォームで (申し込み時に受診日を確定できません)。申し込みフォームでの申請が難しい方は、1人1枚の申し込みフォームはがき (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 ※申込結果は5月中旬より順次通知します。 同係 ☎042・477・0013



図 申し込みはがき記入項目

「胃がん検診希望」	希望日は表から選択
① 生年月日 (和暦)	
② 年齢	
③ 氏名 (フリガナ)	
④ 住所	
⑤ 電話番号	
⑥ 性別	
⑦ 受診希望日	}
第1希望 ○月○○日	
第2希望 ○月○○日	
第3希望 ○月○○日	

※通常 (片面) はがきでお申し込みください。

6年度成人用肺炎球菌定期予防接種

65歳の誕生月の月末に接種方法などを記載した個別通知を対象者に発送します。

場市内医療機関 (個別通知に医療機関一覧を同封しています) 市内在住で、成人用肺炎球菌ワクチンの接種歴がなく、接種日現在で65歳の方 (過去に自費で接種した方は対象外) ※接種日現在60歳～64歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の

円 (自己負担) ※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。 5年度に65歳になった方も66歳の誕生日前日までは対象となります。健康課予防係までご連絡ください 同係 ☎042・477・0030 (11面へ続く)

身辺の日常生活が極度に制限される身体障害者手帳1級程度の障害を有する方および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級程度の障害を有する方 (身体障害者手帳の写しが必要) も対象です。詳細はお問い合わせください。 費2,500

「東くるめわくわく元気plus+」で健康づくり!

「東くるめわくわく元気plus+」は、健康づくりをお得に、気軽に行きつけづくりになる取り組みです。4月から「東くるめわくわく元気plus+」ガイドブック (以下ガイドブック) をリニューアルしました。ぜひご活用ください。



※この取り組みは、市健康増進計画「わくわく健康プラン東くるめ (第2次)」推進体制の一環として実施してきました。この計画期間が令和6年度末での満了に伴い、6年度末で終了となります。

参加方法

- ①ガイドブックを読んで健康づくりの目標を選択する
- ②目標に2～3週間取り組み、健康ポイントを貯める
- ③ポイントを貯めた後に「東くるめ元気plus+カード」を申請 (市HPからも申請可)
- ④市内100店舗以上の登録店で買い物やお食事後にお得な特典が受けられるカードを取得 (カードの有効期限は6カ月です。期限が切れる3週間前から再チャレンジできます)

ガイドブック配布場所市役所 (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内)、各図書館、各地域センター、スポーツセンターなどの市公共施設、東久留米駅の市情報BOX ※市HPからも取得可。

対象者16歳以上で市内在住・在勤・在学 (サークル活動も含む) の方

カード申請場所健康課 (わくわく健康プラザ内) または産業政策課 (市役所6階) ※市HPからも申請可。

問健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



ガイドブックの表紙

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)
※混雑状況により受付時間に変更になる場合があります。

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。

4月7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)

4月14日 = 石橋クリニック (東本町8-9、☎042・477・5566)

歯科

4月7日・14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)

4月7日 = 滝山病院 (滝山4-1-18、☎042・473・3311)

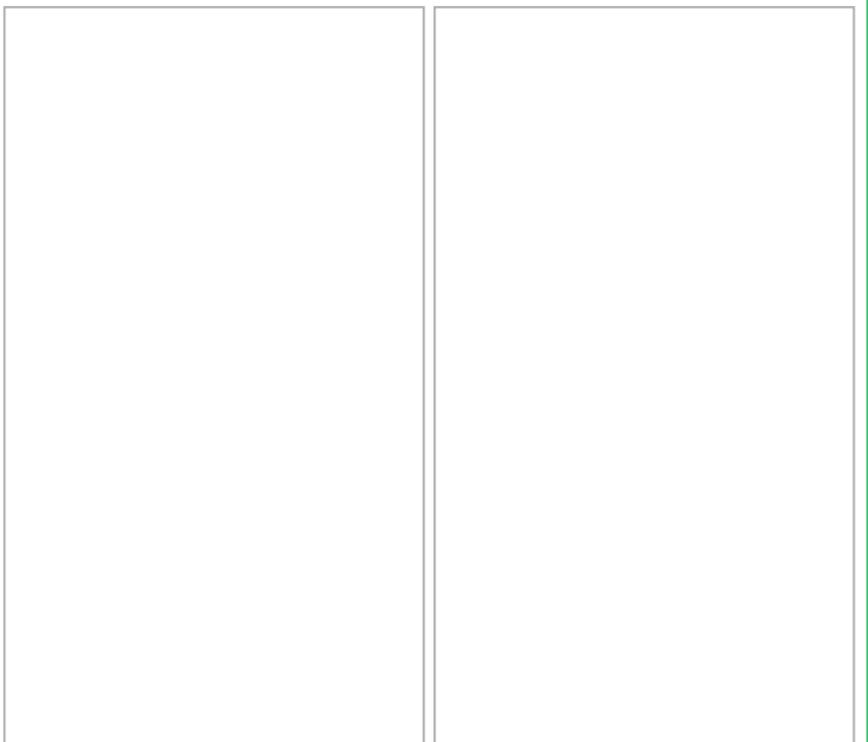
4月14日 = 前田病院 (中央町5-13-34、☎042・473・2133)

平日準夜間小児初期救急診療

月曜・水曜・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



(12面から続く)

大人の風しん抗体検査 および予防接種の費用の一部助成

風しんの免疫を持たない女性が妊娠中に風しんに罹患すると、胎児が先天性風しん症候群になる恐れがあります。妊娠を予定している女性や将来、妊娠を希望する女性は、妊娠前に免疫を持つことが重要です。

市では、風しんの免疫保有状況を確認する抗体検査と、抗体検査の結果、抗体価が低かった方への予防接種費用の一部を助成しています。

④7年3月31日(月)まで(医療機関の休診日を除く)⑤下表の市内実施医療機関⑥①抗体検査=妊娠を予定または希望する女性、その同居者、妊婦の同居者(いずれも19歳以上)②予防接種=抗体検査の結果が低抗体価である方③①無料②麻しん・風しん混合ワクチン1,300円(ワクチンの供給量により、風しんワクチン750円の接種も可能) ※生活保護受給者などは無料で接種できますが、受給証明書などの提出が必要です。⑦健康保険証などの本人確認書類、母子健康手帳(本人の接種歴や抗体価を確認するため)、低抗体価の確認書類(②希望者のみ)⑧下表の医療機関以外で接種した場合は助成対象外⑨①は実施医療機関へ予約の上、実施医療機関にある申込書に記入し抗体検査を受けてください。後日結果を聞き、低抗体価だった方は予防接種をご検討ください。健康課への申し込みは不要です。②のみ希望する方は低抗体価(EIA価8.0未満もしくはHI抗体価16倍以下)が確認できる書類を、健康課(滝山4-3-14、わくわく健康プラザ内)へ持参してください。その後、実施医療機関へ予

約し、同課で交付する予診票を持って接種してください⑩同課予防係 ☎042・477・0030

食事・健康相談

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。

④4月12日(金)午後1時半～4時15分(予約制。1人30分程度)⑤わくわく健康プラザ1階⑥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⑦健康診断の結果表、食事記録など⑧電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022または市⑨で⑩同係



市⑨

子ども相談

④4月16日(火)午前9時半～午後3時⑤わくわく健康プラザ相談室2⑥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⑦幼児と保護者⑧☎電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

BCG予防接種

④4月17日(水)⑤わくわく健康プラザ⑥5年11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)⑦母子健康手帳、予診票⑧日程の都合がつかない方は、次回5月15日(水)でも接種可⑨当日会場で⑩健康課予防係 ☎042・477・0030

すくすく子育て相談

④4月19日(金)午前9時半～午後2時⑤わくわく健康プラザ⑥育児の相談、

身体測定⑦乳幼児と保護者⑧☎電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

10年後も笑顔で暮らす 介護予防体操

④4月22日(月)午前10時～11時半⑤市民プラザホール(市役所1階)⑥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⑦先着30人(要予約)⑧師森永とし枝氏(介護予防指導員)⑨費200円(当日集金)⑩飲み物、タオル⑪動きやすい服装で⑫4月2日(火)午前10時から電話または直接市民プラザ窓口で⑬同プラザ ☎042・470・7813



はじめてのはみがき 「歯っぴーベイビー」

④4月23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③わくわく健康プラザ講

堂④内歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど⑤①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③いずれも先着15組(初めての方を優先)④母子健康手帳・歯ブラシ⑤4月1日(月)から市⑥の申し込みフォームで⑦健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市⑥

5くら離乳食

離乳の開始から1歳ぐらまでの離乳食の進め方をお伝えします。

④4月24日(水)午後1時～3時⑤わくわく健康プラザ⑥講話と実演の見学、調理実習⑦生後5カ月～1歳未満児の保護者⑧先着10人⑨管理栄養士⑩申し込み時にご確認ください⑪対象児の保育あり⑫4月1日(月)から市⑬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⑭健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市⑬



表 大人の風しん抗体検査および予防接種市内実施医療機関一覧

令和6年4月1日現在

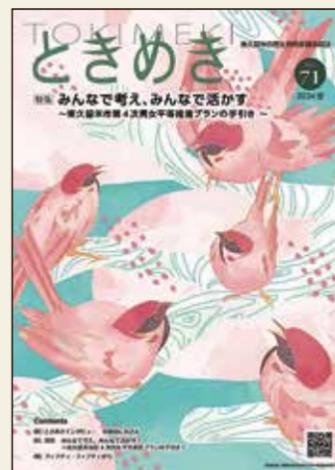
医療機関名	所在地	電話番号 (局番は042)
細井医院	東本町4-3	471・0130
おかの内科クリニック	東本町6-15、平和ビル2階	477・0055
石橋クリニック	東本町8-9、大野メディカルビル2階	477・5566
いくせ医院	新川町1-4-18、わかさとビル1階	471・2304
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	421・0973
清水胃腸科内科	本町1-1-11	472・8709
東久留米駅前クリニック	本町1-3-6、グランツビル2階	471・5051
なきり内科	本町1-5-16、東久留米駅西口メディカルビル4階	420・7846
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23、ダイアパレス101-D	479・7300
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291
水野胃腸クリニック	本町3-8-19	420・6527
あだち医院	本町3-11-15	420・5661
山口内科・呼吸器科クリニック	本町3-12-2	472・2386
東久留米なごみ内科診療所	幸町3-11-14	470・7530
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1、ストリーム90	477・0555
アルテミスウイメンズホスピタル※	中央町1-1-20	472・6111
鹿島医院	南沢4-3-2	461・2967
東久留米おだやかメディカルクリニック	南沢5-17-62、イオンモール東久留米2階	452・5801
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460・8502
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154
すずのね内科・神経内科	前沢4-7-11	474・1112
たきぐち内科クリニック	前沢4-31-4	470・9118
尾町内科クリニック	南町1-6-11	460・0531
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	497・6200
滝山病院	滝山4-1-18	473・3311
黒目川診療所	滝山5-27-16	420・7215
長生医院	滝山7-3-17	473・1117
飯田医院	滝山7-15-16	472・8181

※アルテミスウイメンズホスピタルは抗体検査・予防接種とも女性のみです。

男女共同参画情報誌

「ときめき」第71号を発行しました

①主な内容▼ときめきインタビュー=名取はにわ氏(市男女平等推進市民会議会長)▼特集=みんなで考え、みんなで活かす～東久留米市第4次男女平等推進プランの手引き～▼フィフティ・フィフティから=専門相談案内など②配布場所「ときめき」は、市③から最新号とバックナンバーをご覧になれる他、男女平等推進センター(市役所2階)、市内案内板(同1階)、東久留米駅の市情報BOXで最新号を配布しています④☎生活文化課男女共同参画係 ☎042・470・7738



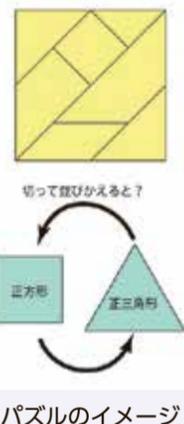
「ときめき」第71号の表紙

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

大人の学びなおし「清少納言の知恵の板をつくろう」

シルエットパズルである「清少納言の知恵の板」と、正三角形から正方形に組みかえることができる「デュードニー分割」を、紙工作を通して体験します。図形やパズルに興味がある方におすすめです。

④4月24日(水)午前10時半～正午⑤多摩六都科学館⑥高校生相当～大人⑦定24人⑧材料費200円。ほかに入館料(展示室券)520円(高校生相当210円)が必要⑨参加者以外の同伴不可⑩4月12日(金)までに、同館⑪またははがきで。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。応募者多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を送付します⑫同館 ☎042・469・6100



パズルのイメージ

6年度 お子さんの予防接種

岡健康課予防係 ☎042・477・0030

◎定期予防接種

■予防接種の種類と通知時期

①BCG②ロタウイルス③B型肝炎④ヒブ⑤小児用肺炎球菌⑥四種混合(百日ぜき・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ) ※令和6年4月から④⑥に代わり五種混合も定期接種対象になります。

通知時期 生後2カ月目

⑦麻しん風しん混合

通知時期 ▼第1期=生後12カ月目 ▼第2期=年長児相当(5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間)で、平成30年4月2日～31年4月1日の生まれの方へ小学校入学の前年の4月に通知します

注麻しん(はしか)風しんにかかったことがある方は、かかっていない方のワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンを接種します。麻しん・風しん両方にかかったことがある方は接種不要

⑧水痘

通知時期 生後12カ月目

注水痘にかかったことがある方は接種不要

⑨日本脳炎

通知時期 ▼第1期=3歳になる誕生日 ▼第2期=9歳になる誕生日の翌月

特例対象者 接種勧奨の差し控えで接種機会を逃した方は特例措置があります。平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方は、第1期・第2期の未接種分を接種できます

⑩二種混合(ジフテリア・破傷風)

通知時期 11歳になる誕生日の翌月

⑪ヒトパピローマウイルス(HPV・子宮頸がん予防)

通知時期 定期接種の対象者として、小学6年生の女子へ4月に通知します。キャッチアップ対象者(平成9年4月2日～20年4月1日生まれの女子)は、令和7年3月31日まで無料で接種できます。ワクチンは3種類あります。

《①～⑪の共通事項》

☑対象年齢期間の場合は無料 ☑母子健康手帳・予診票・保険証 ☑長期にわたる疾患で、定期接種を受けられなかった方は、対象年齢を過ぎても定期の予防接種として接種できる場合があります

■予防接種費用の助成

市では次の助成を行っています。詳細はお問い合わせください。

▼里帰り先などで接種した定期予防接種費用の助成=里帰り出産などの理由で、東久留米市および小平市・東村山市・清瀬市・西東京市以外の医療機関で定期接種を希望する場合の接種費用の一部または全額を助成

▼ヒトパピローマウイルス感染症ワクチンの接種費用の助成(7年3月31日まで)=積極的勧奨の差し控えにより、定期接種の対象年齢に接種を受ける機会を逃してしまった方に接種費用の一部または全額を助成

▼医療行為による予防接種の免疫消失に対する再接種費用の助成=定期接種による免疫が、特別な事情によって消失した方に対して、再度予防接種を受ける際の接種費用の一部または全額を助成

◎任意予防接種

■おたふくかぜ予防接種費用の一部助成

市医師会では、「おたふくかぜ予防接種」費用の一部を助成しています。この予防接種は、市が実施している法定予防接種と異なり、保護者が接種の判断をする任意予防接種です。医師と相談の上、ご利用ください。

☑下表の実施医療機関 ☑市に住民登録があり、おたふくかぜに罹患したことがなく、過去に1回も「おたふくかぜ予防接種」を受けていない1歳～2歳になる誕生日の前日までの幼児費2,000円 ☑母子健康手帳・本人確認書類(保険証など) ☑実施医療機関に直接予約してください。予診票は実施医療機関にあります ☑市医師会 ☎042・473・5661

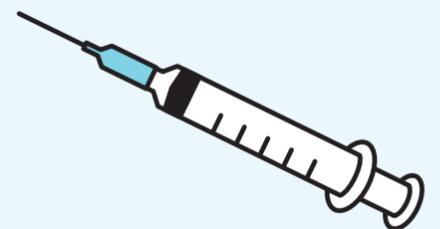


表 予防接種(個別接種)市内実施医療機関 ○印は、各医療機関の取扱予防接種。 令和6年4月1日現在

医療機関名	所在地	電話番号 (市外局番 042)	実施種目														
			ロ タ	B 型 肝 炎	ヒ ブ	肺 小 炎 球 菌 用	四 種 混 合	不 活 化 ポ リ オ	混 合 (M R - し ん)	麻 し ん 単 独	風 し ん 単 独	水 痘	日 本 脳 炎	二 種 混 合	マ ヒ ト パ ピ ロ ウ ス	お た ふ く	
はぎわらクリニック★	上の原1-4-11-103	471・2628								○				○	○	○	
細井医院	東本町4-3	471・0130	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
石橋クリニック	東本町8-9、大野メディカルビル2階	477・5566	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
いくせ医院	新川町1-4-18、わかさとビル1階	471・2304	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
福山内科クリニック	新川町1-9-22	470・9177													○		
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	421・0973	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ひがしくるめ在宅クリニック	本町2-3-1、ハイツ東久留米210	420・7761														○	
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23、ダイアパレス101-D	479・7300	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
富士見通り診療所	本町3-3-23	471・2291		○				○	○			○	○	○			○
さいわい町診療所	幸町5-7-1	470・7676								○			○	○			
アルテミスウイメンズホスピタル★	中央町1-1-20	472・6111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
前沢医院	前沢2-10-9	471・0154	○	○	○	○	○			○			○	○	○	○	○
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	497・6200	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
鹿島医院	南沢4-3-2	461・2967													○		
鈴木クリニック	南沢5-18-50	460・8502														○	
石垣整形外科	滝山5-22-17	470・0620														○	
長生医院	滝山7-3-17	473・1117		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
飯田医院	滝山7-15-16	472・8181														○	

※小平市・東村山市・清瀬市・西東京市の指定医療機関は、協定により個別接種に限り市内の医療機関と同様にお取り扱いできます。

接種を希望される場合は医療機関にお問い合わせの上、東久留米市の予診票を必ず持参してください。

★はぎわらクリニックの日本脳炎は、13歳以上特例のみの受け入れです。

★アルテミスウイメンズホスピタルの男性の受け入れは中学3年生までです。

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



■ベビーマッサージ
 日 4月12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カ月までのお子さん 定各部8組 師鈴木あゆみ氏 持バスタオル、飲み物 他動きやすい服装で 申 4月2日(火)午前10時から電話または来館で



■スポーツで元気
 日 4月16日(火)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 対「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15組 持飲み物 他動きやすい服装で 申 4月9日(火)午後1時半から電話または来館で



■ベビーヨガ
 日 4月19日(金)午前10時～10時35分が2～6カ月児、10時50分～11時25分が7～12カ月児 定各8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 4月8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

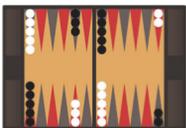


■おはなし会
 日 4月2日(火)・9日(火)いずれも午後3時50分から 対絵本の読み聞かせや素話など 対小学生 他協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 申当日会場



6. 4. 1

■バックギャモンの日
 日 4月6日(土)午後2時から 対バックギャモンの大会を行います 対小学生以上 師日本バックギャモン協会 申当日会場



■幼児のつどい
 日 4月11日(木)午前10時半～11時半 対はじめまして！よろしくねの会 対1～4歳児と保護者 申当日会場

■リラクゼーションヨガ
 日 4月22日(月) 対こども連れで参加できるヨガ 対乳幼児と保護者 定先着20組 師aki氏 持長めのタオル、飲み物 他 対足先が出る動きやすい服装で 対妊娠初期の方はご遠慮ください 申 4月15日(月)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



■ボードゲーム大会
 日 4月3日(水)午後3時半から 対ボードゲームで遊ぼう 対小学生 申当日会場

■おはなしの日
 日 4月9日(火)午前11時～11時25分 対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



■入学進級おめでとう会
 日 4月10日(水)午後3時45分～4時45分 対児童館のルールを知って、ゲームや工作などみんなで楽しもう！ 対小学生以上 申当日会場



■幼児のつどい
 日 4月11日(木)午前10時半～11時半 対幼児のつどい参加カード作り 対1～4歳児と保護者 申当日会場

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 4月11日(木)午前10時半～11時10分 対はじめまして、みんなで遊ぼう 対1～4歳児と保護者 申当日会場



■進級進学を祝う会
 日 4月13日(土)午後3時半から 対児童館のルールなどを説明した後ゲームをします 対小学生 申当日会場



■おはなしわらべうた
 日 4月15日(月)午前11時～11時15分 対絵本、わらべうたなど 対1歳児以上と保護者 申当日会場



子育て

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する「児童の居場所づくり事業」を実施しています。

■小山台遺跡公園(屋外)
 日 4月13日(土)午前10時～正午 対春の探検 対乳幼児～小学生

■本村小学校(屋内)
 日 4月23日(火)午後4時～5時半 対場体育館 対走ろう！しっぽ取り 対小学生

《共通事項》
 対無料 持タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子 注 対徒歩か自転車で来場を 対食べ物原則持ち込み禁止 対乳幼児は保護者同伴 対動きやすい服装で 対内容を変更する場合あり 対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 申当日会場 対児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735



手作りこいのぼりをつくろう

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。

日 4月24日(水)午後4時～5時 対場生涯学習センター創作室内 対端午の節句に向けてこいのぼりを手づくりします 対小・中学生 定先着12人 師生涯学習センタースタッフ 対無料 持筆記用具 申 4月1日(月)午前9時から電話または直接同センターへ 対同センター ☎042・473・7811 (第4月曜日を除く午前9時～午後9時)



図書館

4月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は16日(火)も休館です。
対中央図書館 ☎042・475・4646

わくわくおはなし会

絵本の読み聞かせに加えて工作や手遊びなどを行います。ぜひ親子でご参加ください。

日 5月6日(月)午後2時～3時 対場西部地域センター3階第2・3講習室 対幼児～小学生 定先着10人(保護者含まず) 対送車での来場不可 申 4月1日(月)～5月5日(日)に電話または滝山図書館カウンターで(休館日を除く) 対同館 ☎042・471・7216

文化

第2回文化協会フェスティバル

協会加盟団体が生涯学習センターホールに集結。参加型イベント「みんなで歌おうコンサート」、バラエティショーを存分にお楽しみください。

日 4月19日(金)～21日(日) 対場生涯学習センター他 対 対ホール部門=19日(金)が吟詠、20日(土)が式典&特別公演・ソリスト・コーラス・親子ブラスバンド・吹奏楽ほか、21日(日)がハワイアン・和太鼓・大正琴・舞踊・歌謡・マジック・一芸・朗読・阿波踊り・ヒップホップ・タップダンス 対 対展示部門=20日(土)・21日(日)午前10時～午後5時(21日は午後4時まで)、華道・書道・盆栽・きりえ・絵てがみ・手あみ・パッチワーク・榛名作品展 対 対催事部門=19日(金)が論語会、20日(土)がお茶会(入席料500円)、21日(日)が囲碁大会、朗読会(市民プラザホール(市役所1階)) 対 対入場料無料 対 対ホール部門の各コーナーでお楽しみ鉢花抽選会があります(合計120鉢) 対 対詳細は、市民プラザ・各地域センターなどに設置のチラシ、市文化協会 対 または同協会事務局へ 対 対同協会 ☎042・477・4700 (第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)



市文化協会 対

市民ギャラリー展示作品募集

市では、東久留米駅構内に市民の皆さんが作品を発表する場である「市民ギャラリー」を開設しています。5月1日(水)以降に展示する作品を募集します。

対 対 対募集作品=絵画・書・写真・陶芸・華道・手芸など 対 対作品の大きさ=ギャラリー内に展示できるもの(展示スペース全面=縦120cm×横250cm×奥行25cm以内) 対 対市内在住・在勤・在学の個人および市内の団体で、作品の搬入・搬出ができる方 対 対 対釘打ち、照明加工不可 対 対展示の際に必要な用具(額、掛け軸、台、紐、ワイヤーなど)は、原則として展示者が各自用意してください。ただし、ワイヤーと展示台については少数ですが貸し出しも可能です 対 対展示作品は、同協会 対 などでも紹介します 申 4月18日(木)までに(必着)、通常はがき(1人1枚)に住所・氏名(団体の場合は団体名・代表者)・電話番号・作品の種類・内容を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター内、市文化協会事務局「市民ギャラリー」係宛て郵送を 対 対同事務局 ☎042・477・4700



市文化協会 対

スポーツ

ジュニアクライミング体験教室

4月2日・16日、5月7日・21日、6月4日・18日のいずれも火曜日午後6時45分～8時15分



クライミング体験教室

4月9日、5月14日、6月11日のいずれも火曜日午後7時～9時

子どもの体力運動能力向上事業 第1回スポーツ教室「ボール投捕」

運動の楽しさを感じ、以後継続的に運動をする意欲につながることを目指します。

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。

る機会がない人にもおすすめです。4月13日(土)午前10時～午後4時



市民お楽しみチーム卓球大会 & 小中学校卓球大会

4月21日(日)午前9時半から(9時受け付け)



第67回市民バドミントン大会

5月6日(月・休)午前9時から

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歳以上の方



第102回市民硬式テニス大会

5月6日(月・休)(予備日6月2日)男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部



第21回市民硬式テニス大会(団体戦)

5月14日(火)(予備日21日)場滝山・小山市立テニスコート



軟式野球体験会

市内では軟式野球小学生9チーム、中学生2チームが活動しています。

ームを紹介します。4月20日(土)午後2時～3時



くらし

市民プラザアフタヌーンコンサート

春陽のティータイムコンサート。昨秋、大好評を博したJazzトリオが還ってきます。



コンサート出演者

TOTO YOGA(整 ヨガ)始めます

毎月1回(第2火曜日予定)。初回は4月23日(火)午後6時半～7時半



ぶらり歴史さんぽ東久留米

講義と実際のまち歩きで東久留米を満喫する一日です。4月27日(土)▼I部(講義)=午前10時～正午



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。

通信料は利用者の負担になります 秘書広報課広報係 042・470・7708



マチイロ