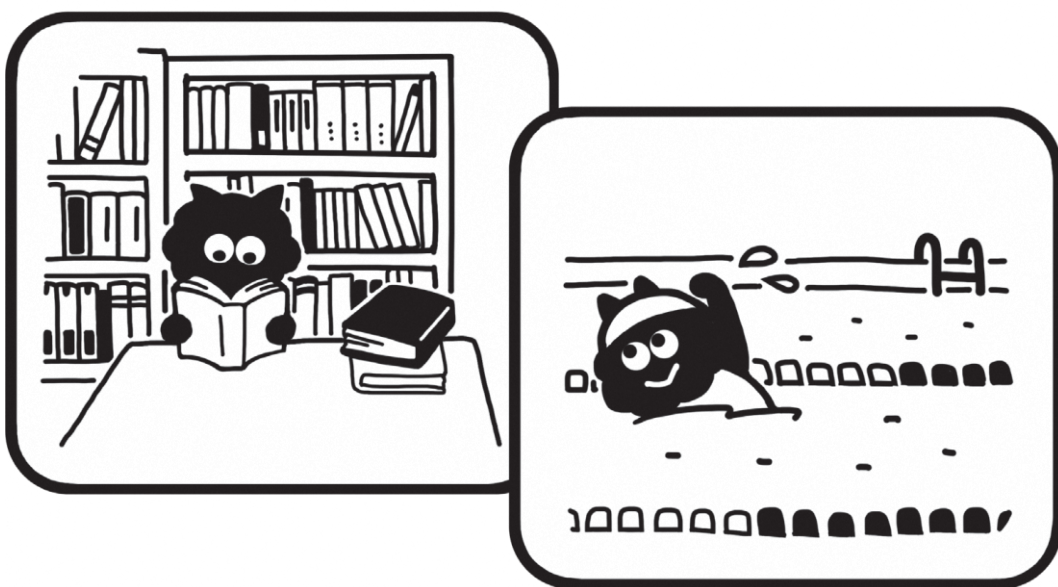


② みんなの ばしょ



- としょかん ほん 図書館 (本や CDや DVDが あります)・・・2
- じどうかん こ 児童館 (子どもの ための 場所です)・・・3
- ちいき センター など (音楽会や おんがっかい しゅみ 趣味の 場所です)・・・4
- すぽーつ しせつ スポーツ施設など (いろいろな スポーツが できます)・5
- がいこく ことば そうだん 外国の 言葉で 相談が できる ところ・・・6

ひがし くる め し じょうほう あんない
東久留米市の 情報と 案内は

ぜんぶ さつ
全部で 6冊 あります。

- ① せいかつ
- ② みんなの ばしょ
- ③ しゃくしょ
- ④ こども
- ⑤ びょうき・けんこう
- ⑥ きゅうきゅうしゃ・しょうぼうしゃ
けいさつ・じしん



ひがし くる め し おお としよかん
東久留米市に 大きい 図書館が 4つ

あります。ちい さい としよかん 図書館が 3つ あります。

か 借りるとき む りよう 無料です。(お金 は かかりません)

ひがし くる め し しりつ としよかん ほーむ ペーじ に えい
東久留米市市立図書館の ホームページに 英

ご ちゅうごくご かんこくご あんない
語・中国語・韓国語の 案内が あります。

■ おお としよかん 大きい 図書館

ほん・CD・か せつ と てー び で お てー び ・
本・CD・カセットテープ・ビデオテープ・

DVD・ざっし・かみしばい か 借りる ことが でき

ます。おとな の ひと が こ どもに ほん を よ んだり

します。



ちゅうおう としよかん ○中央図書館

ひがし くる め し ちゅうおうちよう
東久留米市中央町2-6-23



TEL : 042-475-4646

たきやま としよかん ○滝山図書館

ひがし くる め し たきやま せい ぶ ちいき センター かい
東久留米市滝山4-1-10 (西部地域センター2階)

TEL : 042-471-7216

おか としよかん ○ひばりが丘図書館

ひがし くる め し おかだん ち なん ぶ ちいき センター かい
東久留米市ひばりが丘団地185 (南部地域センター2階)

TEL : 042-463-3996

とう ぶ としよかん ○東部図書館

ひがし くる め し だいもんちよう どう ぶ ちいき センター かい
東久留米市大門町2-10-5 (東部地域センター1階)

TEL : 042-470-8022



じ かん 時間	ちゅうおう としよかん ・中央図書館 : 9:00am ~ 7:00pm たきやま としよかん おか としよかん どう ぶ としよかん ・滝山図書館・ひばりが丘図書館・東部図書館 9:00am ~ 7:00pm
やす 休みの 日	ちゅうおう としよかん まいしゅうきんよう び だい か よう び ねんまつねん し がつ ・中央図書館 : 毎週金曜日・第3火曜日・年末年始 (12 月の おわりと 1 月の はじめ)・掃除の 日 たきやま としよかん おか としよかん どう ぶ としよかん まいしゅうきんよう び ねんまつねん し そう じ ひ ・滝山図書館・ひばりが丘図書館・東部図書館 : 毎週金曜日・年末年始・掃除の 日
かーど カードを つく 作ります	ほん か 借りる とき、かーど が ひつよう が必要です。 0 歳から かーど を つく ることが できます。 4 つの としよかん で つか ことが できます。 かーど を つくるとき、ざいりゅう かーど けんこう ほ けんしやう うんてんめんきょしやう カードを つくるとき、在留カードや 健康保険証 運転免許証 など (住所 と なまえ が ひつよう が必要です) を もって い きます。 む りよう 無料です。
ちゅうしゃじよう 駐車場 (くるま お 置く ところ)	ちゅうおう としよかん 中央図書館だけ あります。 (だい 10 台まで)

■ 小さい図書館 (コミュニティ図書室)

本を 借りるとき 無料です。子どもの

ための 楽しい お話会などが あります。

○下里コミュニティ図書館

東久留米市柳窪5-1-25

TEL : 042-473-8839

○南町コミュニティ図書室

東久留米市南町3-9-45 (みなみ町地区センター1階)

TEL : 042-472-1159

○野火止地区センター図書室

東久留米市野火止2-1-83 (野火止地区センター1階)

TEL : 042-475-7400



じどうかん 児童館



子どもの ための 場所です。

無料です。 (お金は かかりません)

利用する 人は 申し込みます。

遊ぶ ことが できます。

小さい 子どもは 保護者 (お父さんや

お母さん) と いっしょに 遊びます。

○中央児童館

東久留米市中央町1-10-11

TEL : 042-476-2161

○けやき児童館

東久留米市大門町2-10-5 (東部地域センター1階)

TEL : 042-474-6653

○子どもセンターひばり

東久留米市ひばりが丘団地8-11

TEL : 042-464-9300

○子どもセンターあおぞら

東久留米市前沢4-25-8

TEL : 042-471-7071



児童館の 名前	時間	休みの 日
●けやき児童館	小さい 子ども・小学生 : 9:00am~5:00pm (月曜日~日曜日) 中学生・高校生 : 9:00am~7:00pm (月曜日~土曜日) ※日曜日と 祝日は 9:00am~6:00pm	年末年始 (12月のおわ りと 1月の はじめ) 掃除の日 (月の おわり の 平日)
●中央児童館 ●子どもセンター ひばり ●子どもセンター あおぞら	小さい 子ども・小学生 : 9:00am~5:00pm (月曜日~日曜日) 中学生・高校生 : 9:00am~9:00pm (月曜日~土曜日) ※7:30am~5:00pmまで 使うとき センターに 聞きます。 ※日曜日と 祝日は 9:00am~6:00pm	

ち い き せ ん た ー ■ 地域センターなど

ひがし く る め し だ い も ん ち ェう
東久留米市には みんなと 楽しく 集まる

ば し ェう
場所が あります。

し ェい ん
市民は グループを つく

し ェう め
趣味を 楽しみます。



みんなで いっしょに り ェう り
料理を 作ります。

お お
大きい ホールで おんがっかい
音楽会や

は な し た の
お話を 楽しみます。部屋を 借

り とき お かね
金がかかります。



し ェう が い が く し ェう せ ん た ー ■ 生涯学習センター (まろにえホール)

ひがし く る め し ち ェう お う ち ェう
東久留米市中央町2-6-23

TEL : 042-473-7811

に ん は い
500人 入る ホールが あります。



と う ぶ ち い き せ ん た ー ■ 東部地域センター

ひがし く る め し だ い も ん ち ェう
東久留米市大門町2-10-5

TEL : 042-470-8020

と う ぶ と し ェう かん だ い も ん ち ェう ち く せ ん た ー
東部図書館・大門町地区センター・

け や き じ ェう かん
けやき児童館が あります。

せ い ぶ ち い き せ ん た ー ■ 西部地域センター

ひがし く る め し た き や ま
東久留米市滝山4-1-10

TEL : 042-471-7210

た き や ま と し ェう かん た き や ま ち く せ ん た ー し ェい ん ら く ば し ェう
滝山図書館・滝山地区センター・市の連絡場所

が あります。

な ん ぶ ち い き せ ん た ー ■ 南部地域センター

ひがし く る め し お か だ ん ち
東久留米市ひばりが丘団地185

TEL : 042-451-2021

お か と し ェう かん お か ち く せ ん た ー
ひばりが丘図書館・ひばりが丘地区センター・

し ェい ん ら く じ ェう
市の 連絡所が あります。

し ェい ん ぷ ら ざ ■ 市民プラザ

ひがし く る め し ほ ん ち ェう
東久留米市本町3-3-1

TEL : 042-470-7813

し ェやく し ェう かい
市役所の 1階に あります。椅子と テーブルが

あります。 や す
休む ことが できます。



すぽーつしせつ スポーツ施設など

ひがしく る め し 東久留米市には すぽーつ スポーツが できる できる ところ 所が
 あります。しみん 市民は すぽーつ スポーツで けんこう 健康な せいかつ 生活を
たの 楽しめます。

ゆうりょう 有料（かね お金が かかります かかります）ですが むりょう 無料（かね お金
 は かかりません かかりません）の ばしょ 場所も あります。



とうきょうどーむすぽーつせんたーひがしく る め ■ 東京ドームスポーツセンター 東久留米 ひがしく る め し すぽーつせんたー （東久留米市スポーツセンター）

ひがしく る め し だいもんちょう
 東久留米市大門町2-14-37

TEL：042-470-7900

ねんじゅう む きゅう やす
 年中無休（休みません） まいにち 毎日

りよう
 利用 できます。いろいろな

すぽーつ きょうしつ
 スポーツの 教室が あります。

ぶーる きょうしつ
 プールの 教室も あります。 すぽーつ スポーツを

へや
 する 部屋が たくさん あります。

ちい こ
 小さい 子どもが あそ 遊ぶ ところ 所が あります。

やす む
 休む ところ 所や た 食べる ところ 所が あります。



りゅうせんえんぐらんどぱーく ■ 柳泉園グランドパーク

ひがしく る め し しもさと
 東久留米市下里4-3-10

TEL：042-473-3121

ぶーる
 プールが あります。 ふろ お風呂も あります。

た まろくと か がくかん ■ 多摩六都科学館

にしとうきょうし しばく ぼ ちょう
 西東京市芝久保町5-10-64

TEL：042-469-6100

ぶらね たりうむ
 プラネタリウムが あります。



がいこくの ことばで そうだんが できる ところ

※ことばや ようびは かわる ことが あります

	TELでんわ ■じかん	ことば・なんようび ■じかん
--	-------------	----------------

〇いろいろな そうだん

とうきょうとがいこくじんそうだんしつ 東京都外国人相談室	03-5320-7744 03-5320-7766 03-5320-7700	English 月～金 中文 火・金 한국어 水	■9:30am-0:00 pm 1:00pm-5:00pm
とうきょうと たげんご そうだん なび 東京都多言語相談ナビ とうきょうと 東京都つながり創生財団	0120-142-142 ■10:00am-4:00pm	やさしい にほんご・English・中文・한국어・Português Español・ไทย・Русский・Tagalog・Tiếng Việt・हिंदी नेपाली・Français・Indonesia မြန်မာစာ 火	月～金
とうきょうえいご 東京 英語いのちの相談	03-5774-0992	English 火・水・木 9:00am-11:00pm 金 9:00am - 土 2:00am 土 9:00am - 月 11:00pm ※チャットも できます。HPを みて ください。 HP:https://telljp.com/lifeline/	
けいしちようがいこくじんこま 警視庁外国人困りごと相談 ※警察です	03-3503-8484 ■8:30am-5:15pm	English・中文・한국어・ไทย・Tagalog Español・فارسی・اردو	月～金
ほうてらす 法テラス ※日本の 法律に つい て 相談が できます	0570-078377 ■9:00am-5:00pm	English・中文・한국어・Português Español・Tagalog・Tiếng Việt・नेपाली ไทย・Indonesia	月～金

〇しごと

とうきょうろうどうきょくがいこくじんろうどうしや 東京労働局外国人労働者 相談コーナー	03-5361-8728 ■9:30am-0:00pm ■1:00pm-4:30pm	English・中文 月～金 Tagalog 月・火・水・金 ไทย 木 Tiếng Việt 火・木・金 नेपाली 月・火・水・木 မြန်မာစာ 金 ខ្មែរ 水 Монгол хэл 金 Indonesia 火	
とうきょうろうどうきょくがいこくじんろうどうしや 東京労働局外国人労働者 ろうどうじょうけんそうだん 労働条件相談ほっとライン	げつ きん 月～金 5:00pm-10:00pm ど にち 土・日 9:00am - 9:00pm ※祝日((カレンダーが 赤い 日) 9:00am - 9:00pm	にほんご 月～日:0120-811-610 English 月～日:0120-531-401 中文 月～日:0120-531-402 Português 月～土:0120-531-403 Español 木・金・土:0120-531-404 Tagalog 火・水・土:0120-531-405 Tiếng Việt 火・水・金・日:0120-531-406 မြန်မာစာ 水・日:0120-531-407 नेपाली 水・日:0120-531-408 한국어 木・日:0120-613-801 ไทย 木・日:0120-613-802 Indonesia 木・日:0120-613-803 ខ្មែរ 月・土:0120-613-804 Монгол хэл 月・土:0120-613-805	
しんじゅくがいこくじん こようしえん 新宿外国人雇用支援・ 指導センター	03-3204-8609 ■9:00am-4:00pm	English・中文 月～金 ※でんわで 予約(申し込み)を します。 ※予約すると 0.5時間 相談が できます。	

しゅつにゆうこくざいりゆうかん り きょく か ー ど
○出入国在留管理局(にゅうかん)・ざいりゅうカード

しゅつにゆうこくざいりゆうかん り ちょう 出入国在留管理庁 がいこくじんそうごうそうだん し えん せ ん た ー 外国人総合相談支援センター	03-3202-5535 03-5155-4039 ■9:00am-4:00pm	English・中文・Português・ Español・Indonesia・Tiếng Việt Tagalog	げつ きん 月～金 ※ だい だい すい やす 第2・第4 水 は 休み
しゅつにゆうこくざいりゆうかん り ちょう 出入国在留管理庁 がいこくじんざいりゆうそうごう 外国人在留総合 いんふおめーしょんせんたー インフォメーションセンター	0570-013904 ■8:30am-5:15pm	にほんご・English・中文・한국어・Español Português・Tiếng Việt・Tagalog(Pilipino) नेपाली・Indonesia・ไทย・မြန်မာနိုင်ငံ Монгол хэл・Français・සිංහල・اردو	げつ きん 月～金

じんけん
○人権

とうきょうほう む きょくないじんけんそうだんしつ 東京法務局内人権相談室	0570-090911 ■9:00am-5:00pm	English・中文・한어・Pilipino・Português Tiếng Việt・नेपाली・Español・Indonesia・ไทย	げつ きん 月～金
--	-------------------------------	---	--------------

いりょう ほ けん
○びょういん・医療保険

とうきょうと ほけんいりょうじょうほうせんたー 東京都保健医療情報センター 「ひまわり」	03-5285-8181 ■9:00am-8:00pm	English・中文・한국어・ไทย・Español	げつ にち 月～日(まいにち)
AMDA こくさい いりょうじょうほう せ ん た ー 国際医療情報センター	03-6233-9266 ■10:00am-4:00pm	やさしい にほんご English げつ きん 月～金 Português きん 金 Pilipino げつ 月 中文 か・もく 火・木 Español すい 水 Tiếng Việt すい・きん 水・金 한국어 げつ 月 ไทย か 火	

きょういく
○こどもの 教育

とうきょうと きょういくそうだん せ ん た ー 東京都教育相談センター	0120-53-8288	English・中文・한국・조선어	きん 金 ■1:00pm-5:00pm
---	--------------	-------------------	---------------------

○ひがしくるめしで そうだんが できる ところ (にほんごで はなします)

だんじょびょうどうすいしん せ ん た ー 男女平等推進センター (ひがしくるめしやくしよかい (東久留米市役所2階))	042-472-0061 よやく します。 そうだんの とき、 しやくしよに いきます。	おんな ひと 女の 人の なやみ相談 げつ 月 ■10:30am-4:30pm	
		ほうりつ 法律の 相談 月の はじめの 金 ■9:30am-0:30pm	

English(英語) 中文(中国語) 한국어(韓国語) 한국・조선어(韓国・朝鮮語) Português(ポルトガル語)
 Español(スペイン語) ไทย(タイ語) Русский(ロシア語) Tagalog(タガログ語) Pilipino(フィリピン語)
 Tiếng Việt(ベトナム語) नेपाली (ネパール語) Français(フランス語) Indonesia(インドネシア語)
 हिंदी(ヒンディ語～インド) বাংলা(ベンガル語～バングラデシュ、東インド) සිංහල(シンハラ語～スリランカ)
 မြန်မာနိုင်ငံ(ミャンマー語) က្មែរ(クメール語～カンボジア) Монгол хэл(モンゴル語)
 فارسی (ペルシャ語～イラン、アフガニスタン、タジキスタン) اردو (ウルドゥ語～パキスタン)

外国人の ために—東久留米市の情報と案内—
英語版 韓国語版 中国語版 やさしい日本語版
編集・発行：東久留米市生活文化課
〒 203-8555 東久留米市本町 3-3-1
042-470-7777（代表）

発 行 日：令和 6 年 3 月（令和 5 年度 改訂版）

この冊子は平成 27 年度に一般財団法人自治体国際化協会の「多文化共生街づくり促進助成事業」を活用し、
外国人のための 生活便利帳を作る会協力のもと作成されたものを、改訂したものです。