



東久留米市プロモーション動画

市公式X



市公式動画チャンネル



市公式Facebook



市LINE公式アカウント



↓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6年9月1日現在) 人口116,348人(うち外国人2,779人)／前月比56減 男56,350人／前月比40減 女59,998人／前月比16減 世帯数56,830／前月比11増

けんこうとイベント・講座は6面まで続きます

けんこう

飼い犬の狂犬病予防注射はお済みですか

生後91日以上の子犬の飼主には、毎年1回(原則4月～6月)飼犬に狂犬病予防注射を受けさせ、市が交付する「注射済票」を身に付けさせることが狂犬病予防法により義務付けられています。

まだ今年度の注射済票の交付を受けていない方は、かかりつけの動物病院で狂犬病予防注射を受け、健康課予防係で手続きをしてください。

市獣医師会に加入している下表の動物病院では、予防注射および注射済票の交付手続きができます。また、犬が死亡したときや、所有者住所等の登録内容に変更がある場合は、同係へご連絡ください。

▼注射済票交付手数料550円
▼予防注射料金は各病院へ問い合わせてください
※狂犬病予防注射済証明書(動物)



物病院発行) 健康課予防係 ☎042・477・0030

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。6年度の対象者および個別通知の発送時期は次のとおりです。

▼第1期＝令和5年4月1日～6年3月31日生まれの方
▼第2期＝平成30年4月2日～31年4月1日生まれの方
第1期分は1歳の誕生日に発送します。第2期分は4月上旬に発送済みです。対象者で通知が届かない場合は、健康課予防係まで ☎同係 ☎042・477・0030

子ども相談

9月25日(水)午前9時半～午後3時
わくわく健康プラザ相談室2
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
※幼児と保護者
☎電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ ☎同係



歩き方教室 ～IN 六仙公園～

10月11日(金)午前10時～11時半(9時45分受け付け)
六仙公園(わき水広場集合)
準備体操、歩き方の指導・実践、整理体操など
※市民の方(体調確認にてお断りする場合もあります)
※先着20人(初めての方優先)
※河原賢二氏(健康運動指導士、明治安田健康開発財団健康増進支援センター)
※無料
※運動靴、飲み物、タオル、リュック
※小雨中止
※歩きやすい服装で
9月17日(火)午前8時半～10月2日(水)午後5時に、申し込みフォームまたは電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ ☎同係



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。

全2回。10月16日(水)・30日(水)いずれも午前10時～11時45分(2日とも参加できる方に限る)。16日は握力測定などのため9時半から受付開始
※西部地域センター
※簡単に栄養のある食事や料理方法についての講義など
※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(初めての方優先)
※先着12人
9月17日(火)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 ☎同係

(7面へ続く)

高齢者インフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス感染症予防接種情報

10月1日(火)より、高齢者に対するインフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス感染症予防接種が始まります。新型コロナウイルス感染症予防接種は、今年度から定期接種へ位置づけが変更されたことに伴い、接種券や予診票などは市から発送しませんのでご注意ください。

※令和6年3月31日までに送付した未使用の接種券や予診票などは使用できません。

※インフルエンザ予防接種についても予診票は発送しません。

①10月1日以降の定期接種及び任意接種における接種記録については、海外渡航などで使用する「新型コロナウイルス感染症 予防接種証明書」は発行しません(令和6年3月31日までの接種記録については、引き続き発行しますが、10月1日以降は二次元コードが接種証明書に付きません)。

②実施医療機関や接種費用、定期接種の対象者などの詳細については、広報10月1号および市HPなどをご覧ください。

③定期接種の対象外の方は任意接種となり、全額自己負担での接種となります。

健康課予防係 ☎042・477・0030

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

表 予防注射と注射済票の交付手続きが同時にできる動物病院		
医療機関名	所在地	電話番号
かざま動物病院	中央町2-6-50	☎042・453・8111
田中動物病院	東本町4-9	☎042・474・0533
トオヤ動物病院	中央町1-1-49	☎042・473・7078
くるめ動物病院	八幡町3-3-12	☎042・477・3443
どんぐり動物病院	下里5-9-15	☎042・475・5562

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が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。
9月15日・22日・23日・29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)
9月16日＝いくせ医院(新川町1-4-18、☎042・471・2304)

歯科
9月15日・16日・22日・23日・29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15日・22日・29日＝前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)
9月16日・23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時半)(受付は10時20分まで)
＝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)

(8 面から続く)

第16回くるねっと特別講演会
「セルフメディケーションによる
簡単な健康寿命の延ばし方」

人生100年時代となり、平均寿命と健康寿命との差(日常生活に制限のある期間)は男性でおよそ9年、女性でおよそ12年です。健康寿命を延ばし、最期まで自分らしく生きるためにはどのように過ごしたらいいか、その秘訣を知りたいありませんか？本講演会では、明治薬科大学の石井文由教授を講師にお迎えして、そのポイントとなるセルフメディケーションについてお話をさせていただきます。セルフメディケーションとは、自分の健康を自分が管理し守ることで、その方法を具体的に食習慣や運動習慣、睡眠習慣などについて指導していただき、特に、運動習慣については、健康維持・増進のためのウォーキングやスロージョギングの実践指導を行います。

日10月20日(日)午後1時半～3時半 場 市民プラザホール(市役所1階) 定 先着50人 師 石井文由氏(明治薬科大学セルフメディケーション学研究室寄付講座教授) 費 無料 持 タオル、飲み物 他 ▼動きやすい服装で ▼主催はくるねっと・東久留米市、協力は多摩六都科学館 申 日 9月17日(火)午前9時から電話で、くるねっと・石井(担当) ☎090・5403・7178または市生活文化課 ☎042・470・7738へ

・ イベント・講座

人 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 内 9月19日(木)が「サーキット遊び」、26日(木)が「運動会ごっこと8・9月お誕生日会」、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

■ 0ちゃんタイム

日 9月27日(金)午前10時半～11時半 内 栄養士による離乳食講座 対 0歳児と保護者 定 8組 申 9月17日(火)午前10時から電話または来館で

■ ベビーマッサージ

日 10月11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 各回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 10月1日(火)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 9月17日(火)・24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

■ 囲碁教室

日 9月18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

6. 9. 15

■ 幼児のつどい

日 内 9月19日(木)が「超運動しようの日と9月お誕生日会」、26日(木)が「運動会ごっこ」、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

■ スポーツで元気

日 内 9月20日(金)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時が年少のお子さん④午後3時10分～3時40分、3時50分～4時20分が小学生以上 持 ④のみ室内履き 他 動きやすい服装で 申 当日会場で

■ 演劇の日

日 9月25日(水)午後3時半～4時20分 内 シアターゲームや台本の読み合わせをやってみよう！ 対 小学生 申 当日会場で

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■ おはなしの日

日 9月17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

■ 赤ちゃん広場

日 9月18日(水)午前10時半～11時半 内 親子のコミュニケーションワーク 対 0歳児と保護者 師 炭田契恵子氏 申 当日会場で

■ 幼児のつどい

日 内 9月19日(木)が「リズムあそび」、26日(木)が「9月生まれのお誕生日会と運動会練習」、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

■ スポーツで元気

日 内 9月24日(火)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10分～11時50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～4時半が小学生以上 定 ①・②は各12組程度③は15組程度 持 ④のみ室内履き 注 参加人数により、交代制になる場合があります 他 動きやすい服装で 申 当日会場で

■ ベビーマッサージ

日 9月25日(水)午前10時半～11時半 対 0歳児と保護者 定 15組 師 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 申 9月18日(火)午前9時から電話または来館で

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

日 9月18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 持 バスタオル、母子健康手帳 申 当日会場で

■ おはなしの日

日 9月18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

■ 幼児のつどい

日 内 9月19日(木)が「音あそびと8・9月の誕生日会」、9月26日(木)が「運動会ごっこ」、いずれも午前10時半～11時10分 対 1～4歳児と保護者 申 当日会場で

■ 親子でふれあいリトミック

日 内 9月24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 持 飲み物、汗拭きタオル 他 動きやすい服装で 申 9月17日(火)午前10時から電話または来館で

子 育 て

こども家庭センター(滝山ひろば)
わくわく健康プラザ2階 ☎042・420・6743

■ 十小なかよし広場の中止

9月20日(金)のなかよし広場は熱中症対策のため中止です。

■ 手作り布おもちゃの会

日 10月1日(火)・15日(火)いずれも午前10時～11時半 場 同センター地域活動室 内 オリジナルの布おもちゃ作り 対 0歳児と保護者 定 各6組 持 縫い針、はさみ 他 材料は1セット無料で用意 申 9月17日(火)午前10時から電話または同センターで

地域子育てひろば上の原

上の原1-2-44 ☎042・420・9011

■ 休館のお知らせ

9月19日(木)は館内整備のため休館します。

■ ちびっこ育児 おしゃべり広場

日 10月1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 9月17日(火)午前10時から電話または同ひろば上の原で

■ 上の原赤ちゃん広場

日 内 10月4日(金)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、10月18日(金)が「はいはいの会」7～12カ月児と保護者、いずれも午前10時～11時半 内 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 他 定 各10組 持 バスタオル、母子健康手帳 他 きょうだいの保育あり(各回先着3人) 申 9月27日(金)午前10時から電話または同ひろば上の原で

放課後子供教室

放課後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・協力してこどもたちに生涯学習活動を提供する事業です。参加には登録(無料)が必要です。

日 2・3学期月3回程度(長期休暇中を除く)の授業終了後 場 体育館または指定された教室 内 運動遊びプログラムや地域住民・企業との交流活動など 対 小学1年生～6年生 持 汗拭きタオル、飲み物(学校のルールに準ずる) 他 ▼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の参加は午後4時までです ▼個別の対応・下校指導は行いません。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(お迎え希望の場合、事前にスポーツクラブルネサンス東久留米24へ連絡が必要です) ▼参加に不安があ

る場合は実施している様子を見学して内容を確認の上ご参加ください ▼実施日・活動時間・活動の様子など詳細は市 内 を確認の上ご参加ください ▼学校から配付されるチラシの二次元コードまたは市 内 からスケジュールを確認して、参加する月の前月の20日までに申し込みしてください。会場の定員などにより抽選となることがあります。インターネット環境を利用できない方は電話でも申込可(日程ごとに申し込みが必要です) 内 ▼登録・実施について=スポーツクラブルネサンス東久留米24 ☎070・4238・8136(平日午前11時～午後6時) ▼事業全般について=生涯学習課生涯学習係 ☎042・470・7784



市 内

親子で伝統食教室～江戸時代のおやつを親子で作ろう学ぼう～

江戸時代から伝わるお菓子(おやつや茶菓子)をテーマに親子で伝統食作りを体験！(3連続講座)

日 ①11月10日(日)②11月23日(土・祝)③12月1日(日)、いずれも午前・午後 場 成美教育文化会館 内 ①干菓子作り、美味しい日本茶の淹れ方②玄米甘酒作り、簡単せんべい作り③幻の柳久保小麦でかりんとう作り、講座の振り返り 対 4歳～小中学生と保護者(こどもが主役のため大人のみの参加は不可) 定 各回親子先着15組(こども1人・保護者1人=1組、こども2人の場合は2組で申し込み) 師 一般社団法人みなむすGOHAN PROJECT 費 親子1組6,000円(2,000円×3講座) 持 申し込み後に別途お知らせします 注 ▼撮影が可能な方のみ参加ください ▼当日37度以上の熱のある方は参加不可 ▼1回ごとの単発講座ではありません 他 ▼この事業は6年度伝統文化親子教室事業<地域展開型>で、文化庁の補助金を活用しています ▼体験後にアンケートのご協力が必須条件です 申 申し込み用サイトから事前申込チケット購入 内 親子で伝統食教室公式 内 の問い合わせフォームで



申し込み用
サイト



問い合わせ
フォーム

図 書 館

えほんの森のおはなし会

大型絵本やパネルシアターなどを組み込んで、いつもと少し違う特別なおはなし会を行います。

日 10月12日(土)午後3時～3時半 場 ひばりが丘図書館えほんのもり(おはなし室) 対 乳幼児(保護者同伴可) 定 先着20人(保護者含む) 注 車での来場はご遠慮ください 申 9月15日(日)～10月10日(木)に電話または直接ひばりが丘図書館カウンターで(休館日を除く) 内 同館 ☎042・463・3996



よもう！あそぼう！かがくの本 「たねのさくせん」

どうやったらタネを遠くまで動かせるかな。タネの模型を作って、遠くにとばす作戦を考えます。

日10月13日**日**午前10時半～11時半**場**東部地域センター 1 階講習室**内**工作と実験、関連本の読み聞かせとブックトーク**対**幼児と保護者、小学生**定**先着20人(保護者含まず)**持**筆記用具、工作ハサミ、水性ペン**注**車での来場不可**申**9月15日**日**～10月12日**土**に電話または直接東部図書館カウンターで(休館日を除く)**問**同館 ☎042・470・8022

文 化

第3回 西部地域センター みんなの交流祭

日9月28日**土**～30日**月**いずれも午前10時～午後5時**内**西部地域センターを拠点にさまざまな活動をされている方々の展示や音楽ステージなどの成果発表の場です。音楽祭や舞踊祭など、日替わりのプログラムをお楽しみください**注**車での来場不可**問**同センター ☎042・471・7210

南町地区センター 第41回地域文化祭

日10月19日**土**午前9時～午後5時、20日**日**午前9時～午後4時**場**南町地区センター**内**▼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こどもたちの作品の展示、運営委員手作りのバザー**他**南町コミュニティ図書室主催**問**同図書室 ☎042・472・1159

第2回 生き活きカントリーダンスの集い！

今年もカントリーダンスの集いを開催します。日頃の成果を発表して、爽秋のひと時をお楽しみください。**日**10月30日**水**午後1時～4時**場**成美教育文化会館グリーンホール**費**無料**申****問**10月18日**金**までに生き活き健康の会・佐藤 ☎090・5396・4544へ

まろにえ★クリスマスコンサート 出演者募集

日12月22日**日**午後2時開演(午後1時半開場) 予定**場**生涯学習センターホール**内**▼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**対**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)**費**無料(交通費、楽器運搬費などは自己負担)**他**詳細は同センターで配布する募集要項をご確認ください。同センター**印**でも確認できます**申**10月14日**月**・祝までに(必着)、申込書に必要事項を記入の上、郵送(〒203－0054、中央町2－6－23、生涯学習センター宛て)、FAX (042・473・7675)または直接同センターへ**問**同センター ☎042・473・7811 (第4



同センター**印**

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

シニアの健康維持、体力増進に最適なスポーツです。**日**10月1日**火**・8日**火**・16日**水**いずれも午前9時半～11時半(予備日22日)**場**滝山球場**内**ミニゴルフ**対**市内在住・在勤で60歳以上の健康な方**師**市ターゲット・バードゴルフ協会会員**費**無料**持**道具の貸し出し有り**他**▼主催は都・都スポーツ協会・市体育協会▼主管は市ターゲット・バードゴルフ協会**申**9月24日**火**までに(必着)、市バードゴルフ協会・担当長谷川宛て ㊟(takabo-tabo81@jcom.zaq.ne.jp)または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を**問**市体育協会事務局 ☎042・470・2722または市ターゲット・バードゴルフ協会・坂田 ☎042・473・5245

シニアヨーガ

シニアの方、初心者の方向けのヨガ教室。65歳以上・男性も大歓迎です。**日**10月11日**金**・25日**金**▼1部＝午前10時～11時▼2部＝午前11時半～12時半**場**南部地域センター 2 階和室1・2 **定**各先着6人**師**AZUSA氏(IHTA認定シニアヨガインストラクター)**費**各700円(当日払い)**持**ヨガマット・飲み物・厚手のバスタオル・汗拭きタオル**他**動きやすい服装で**申**9月28日**土**午前10時から電話または同センター窓口で**問**同センター ☎042・451・2021

第37回市民硬式テニス大会(シングルス)

日**内**①11月2日**土**(予備日11月9日)男・女シングルス2部②11月3日**日**(予備日11月10日)男・女シングルス1部**場**市内各テニスコート**費**▼会員＝1人2,000円▼非会員＝1人2,500円**他**▼参加資格など大会実施要項は同連盟**印**でご確認を(大会1週間前に掲載予定)▼主催は市テニス連盟**申**10月10日**木**までに同連盟**印**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・種目・所属(勤務先名・学校名・連盟傘下サークル名・テニススクール名)を記入の上、お振り込みください(振込手数料は自己負担)**問**同連盟**印**



同連盟**印**

くらし

東久留米てくてくさんぽ

元気で歩こう会の力久俊治氏と一緒に、南沢湧水群および周辺をの～

んびり巡り、地域の素晴らしさを再発見しましょう。

日10月1日**火**午前9時半～正午**場**南沢湧水群および周辺(市役所1階ロビー集合・解散)**内**スマホなどデジタル時代の昨今ですが、たまには目線を上げてみませんか？東久留米には素晴らしい自然がこんな身近に！運動強度は低めです**定**先着20人**師**力久俊治氏(元気で歩こう会)**費**200円(保険代込み)**持**帽子、タオル、飲み物**他**▼歩きやすい服装と靴で▼雨天の場合は、生涯学習センターにて市内の見どころ解説と東久留米の郷土史について学習します**申**9月15日**日**午前9時から電話または直接同センターへ**問**同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)

男女平等推進センター (つながるカフェ+) 好きなマンガを片手に読書会

毎月第2木曜日に、ひきこもりなどの生きづらさを抱えている女性向けの交流の場<つながるカフェ>を開催しています。今回は、好きなマンガを持ち寄って、おしゃべりを楽しみます。**日**10月10日**水**午後2時～3時半**場**市役所7階704会議室**対**ひきこもりなど生きづらさを抱えている女性**定**15人程度**持**お好きなマンガ**申**申し込みフォーム、㊟(fifty2@city.higashikurume.lg.jp)または電話で男女平等推進センター☎042・472・0061へ**問**同センター(平日午前9時～午後5時)



申し込みフォーム



「割引クーポン利用」で定期購入変更にご注意

Q. SNSを利用中に出てきた「定期縛りなし」、「初回1,980円」という広告を見てお試しのつもりで美白クリームを申し込み、画面に表示された特別割引クーポンを利用して1,480円を支払った。ところが、1カ月後に美白クリームが2本同時に送られてきて2万円の請求書が入っていた。販売会社に連絡したところ、全部で5本の定期購入になっているといわれ納得できない。
 A. ネットの「定期購入」に関するトラブルが今も絶えません。相談者の場合は、はじめは「定期縛りなし」のコースを申し込んでいましたが、申し込み完了前に「特別割引クーポンを利用しますか？」という画面が出て「利用する」をクリックしたために、相談者が気づかないうちに総額41,480円の定期

お持ちください、不用品！ Baton Box



中央町地区センターでは、「くるねっと」と一緒に、必要無くなったものを、必要とする方に受け渡す「Baton Box」を設置しています。開館時間内であれば自由にお持ち込みいただき、自由にお持ち帰りいただけます。食品やボックスに入らないものなど対象外もあります。**日**開館日の午前9時～午後5時**場**中央町地区センター**注**▼休館日＝毎週火曜日、祝日、年末年始▼祝日が火曜日の場合翌日も休館**問**くるねっと・石井 ☎090・5403・7178

ひとり暮らし(70歳以上)の日帰りバス旅行に参加しませんか

日帰りバス旅行を開催します。行き先は群馬、伊香保・榛名山方面です。**日**10月16日**水**午前7時**場**市役所前集合、午後6時頃帰着予定**内**市役所→ワイナリー→水沢観音→上州物産館(昼食)→竹下夢二記念館→榛名湖畔散策→市役所**対**ひとり暮らし(70歳以上)の市民の方**定**40人(応募多数の場合は抽選)**費**7,500円(申し込み時に集金)**他**雨天決行**申**9月25日**水**午前10時～11時、市役所7階704A会議室(健康保険証・緊急連絡先をお持ちください)**問**市赤十字奉仕団・宮原 ☎042・473・1952



コースに変更されていました。通信販売ではクーリングオフ制度が適用されないので、「申し込み完了」をクリックする前に商品や購入条件を注意深くチェックすることが大切です。事業者には「最終確認画面」に購入条件を明記するよう義務付けられています。解約・返品できる場合の条件(返品特約)、定期購入が条件になっている場合は継続期間、購入回数、支払い総額などが書かれています。「最終確認画面」は最後までよく読んでスクリーンショットで保存するようにしましょう。また、サイトの下の方にある「特定商取引法に基づく表示」には販売会社に関する情報が書かれています。これも撮って保存しましょう。販売会社との交渉で一部を解約できる場合もありますのであきらめずに消費者センターにご相談ください。《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(年末年始を除く)＝消費者ホットライン☎188