



東久留米市 検索



「TAMA☆ろくと巡礼物語！」 北多摩TOKYOアニメスタンプラリー2024



開催期間：10月1日(火)～11月30日(土)

都商工会連合会、多摩観光推進協議会は、多摩北部都市広域行政圏協議会(小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市)の協力のもと、市内経済の活性化を目的にスタンプラリーおよび宝探しイベントを実施します。指定されたミッションをクリアすると、素敵な景品がもらえます。ぜひご参加ください！

他▼共催は小平商工会、東村山市商工会、清瀬商工会、東久留米市商工会、西東京商工会
▼協力は多摩北部都市広域行政圏協議会(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)、西武鉄道株式会社
問「TAMA☆ろくと巡礼物語！」事務局 ※同スタンプラリー公式サイト問い合わせフォームからお問い合わせください。

参加方法

ステップ1

●スタンプラリー専用アプリをインストールしよう
●謎が書かれた地図を手しよう(地図は下記施設や公式サイトでGET)


アプリのダウンロードはこちら

ステップ2

●観光施設・文化施設・飲食店・神社仏閣などを巡礼して、スタンプを入手しよう
●各地に設置された宝探しの謎を解こう

ステップ3

●景品をもらおう
・スタンプを5種類以上集めると、オリジナルグッズ
・宝探しの謎を1種類解くと、駄菓子詰め合わせ
・すべてのスタンプを集めるか、宝探しの最終の宝箱を見つけると、人気ゲーム機や地元レストランのペア食事券などが抽選で当たる

スタンプ・謎 配布場所	
東久留米市	スパジウムジャポン、浄牧院、奈良山園、野崎書林、J A東京みらい みらい東久留米新鮮館
小平市	ルネこだいら、小平ふるさと村、小平神明宮、こだいら観光まちづくり協会、小平市民総合体育館
東村山市	東村山市民スポーツセンター、MAUPAN、ふいっしゅいんてりあ、くめがわ電車図書館、図書喫茶カンタカ
清瀬市	J A東京みらい みらい清瀬新鮮館、サニーサイドラボ、パンのみせアンヌアンネ、野塩地域市民センター、ロゼ・ドゥマタン
西東京市	西東京市郷土資料室、田無神社、東伏見稲荷神社、まちテナ西東京、あらやしき公園
西武鉄道	新宿線・田無駅、池袋線・清瀬駅、多摩湖線・八坂駅



一部の施設では、
オリジナルキャラクターの
等身大パネルも設置！
人気声優のボイスも
お楽しみいただけます。



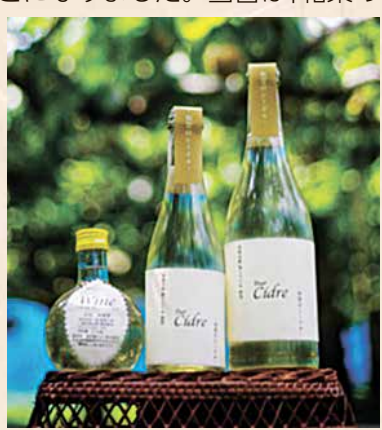


榛名地域の魅力をさらに身近に

市では、群馬県高崎市榛名地域とさまざまな地域間交流事業を行っていますが、本年度は市民の皆さんに、榛名地域の物産を通じて、榛名地域の魅力をさらに身近に感じていただく取り組みを進めています。

今回、南部地域センターの自主事業である「第3回南部地域センターみんなの交流祭」(9面参照)に、榛名地域の「里見梨シードル研究会」にご出店いただけることになりました。当日は「和梨のシードル」や「和梨のワイン」などの販売が予定されていますので、ぜひ、ご来場ください。

日10月19日(土)午前10時～午後4時
場南部地域センター
売り切れ次第終了となります。車での来場は不可
問▼地域間交流事業＝生活文化課市民協働係☎042・470・7738
▼みんなの交流祭＝南部地域センター☎042・451・2021



和梨のワインと和梨のシードル

男女平等推進センター主催講座 ～お父さんの家事・育児参加促進へ～ 地場産野菜の収穫と料理教室

市内の畑で野菜を収穫後、地場産野菜を使った料理を作ります。
日11月3日(日・祝)午前9時15分～午後1時
場西部地域センター調理実習室他
対父親と小学生 定先着10組
師石原洋子氏(料理研究家)
持エプロン、三角巾、筆記用具
他▼汚れてもよい服装で▼2歳児から未就学児の保育あり(定員5人)▼都の男性の家事・育児参加促進のための補助金を活用した事業です▼7年1月下旬にも同様の事業を開催予定
申10月2日(火)午前9時～16日(火)午後5時までに申し込みフォームで
問「地場産野菜の収穫と料理教室」事務局☎(event@j-report.jp)



申し込み
フォーム



石原洋子氏



電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金・
定額減税補足給付金の提出締め切りについて

岡市重点支援給付金コールセンター
☎042・470・7863(土曜・日曜日、祝日
を除く午前 8 時半～午後 5 時15分)

申請書・確認書の提出期限は10月31日(木)(必着)です。
市では、電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(非課税化・均等割のみ課税化世帯給付分)」・「定額減税補足給付金(調整給付)」を支給しています。期限を過ぎますと給付金を受給できなくなりますので、対象となる方でまだ提出されていない場合は忘れずに提出してください。
※ 8 月下旬から順次給付を行っています。申請後、一定期間経過しても振り込まれていない場合はコールセンターにお問い合わせください。
■「定額減税補足給付金(調整給付)」の追加給付について
「定額減税補足給付金(調整給付)」は、基準日(6 年 6 月 3 日)時点の「令和 6 年度住民税所得割額」や令和 5 年所得等を基にした「令和 6 年分推計所得税額」を用いて実施しています。基準日より後の修正申告等による「令和 6 年度住民税所得割額」の変動や、実際の「令和 6 年分所得税額」の確定により、給付金額に不足が生じたり、新たに支給対象となった場合には、令和 7 年度以降に追加で給付を行う予定です。



地域包括支援センターの
「ランチ」を開設しました

10月 1 日より在宅介護支援センター(幸町 3－11－10、介護老人保健施設ケア東久留米内)が地域包括支援センターの「ランチ(窓口)」になりました。「ランチ」は地域包括支援センターと連携し、地域で暮らす高齢者のみなさんを支える機関です。介護に関する悩みや心配ごとのほか、保健・医療・福祉に関することなどのご相談をお受けします。担当地域にお住まいの方の相談は同センターまでご連絡ください。
担当地域野火止、八幡町、幸町二丁目～五丁目、小山四丁目・五丁目
岡同センター☎042・479・0803または介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2501～2503)



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について



市HP
(高齢者インフルエンザ
予防接種)



市HP
(新型コロナウイルス
予防接種)

岡健康課予防係☎042・477・0030

予防接種実施期間

インフルエンザ：10月 1 日(火)～7 年 1 月31日(金)
コロナワクチン：10月 1 日(火)～7 年 3 月31日(月)

高齢者に対するインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種が開始されます。流行時期を迎える前に、早めに接種しておきましょう。
※インフルエンザ予防接種は7 年 1 月31日(金)までのため、ご注意ください。

実施医療機関右表のとおり

※近隣市(小平市・東村山市・清瀬市・西東京市)に限り、協定により市内の医療機関と同様に取扱いします。近隣市で接種を受ける場合には、東久留米市の予診票を必ず持参してください。予診票は、市役所 1 階総合案内のほか、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、健康課予防係(わくわく健康プラザ内)で配布します。

※市内の実施医療機関には、予診票を設置しています。市内の実施医療機関で接種を受ける場合には、実施医療機関にて予診票を記入してください。

市内在住で、接種日に①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能に、自己の身の日常生活が極度に制限される身体障害者手帳 1 級程度の障害がある方、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 級程度の障害がある方(身体障害者手帳の写し等が必要)

予防接種費用

▼インフルエンザ＝2,500円(1 人 1 回のみ)

▼コロナワクチン＝2,500円(1 人 1 回のみ)

※接種の際、生活保護受給者の方は同受給証明書のご提出を、中国残留邦人等支援給付受給者の方は、同本人確認証を提示または支援給付受給証明書をご提出ください。

注▼インフルエンザ、コロナワクチン予防接種ともに、予診票等は発送しません

海外渡航等で使用する「新型コロナウイルス感染症 予防接種証明書」は、10月 1 日以降の定期接種および任意接種では発行しません▼予診票の 3 枚目が本人用の接種済証になります。再発行はできませんので、紛失しないよう注意してください

申実施医療機関に予約の上、接種してください。接種の際は、年齢・住所が確認できる健康保険証などの本人確認書類を提示の上、実施医療機関で配布の説明書を読んでから接種してください

予防接種の償還払いについて

市外の医療機関や老人ホームなどに入院、入所中のため東久留米市指定医療機関で接種ができない方は、事前に必要な手続きをしていただくことにより、償還払い(払い戻し)制度を利用できる場合があります。詳細は市HPを確認、または健康課予防係へお問い合わせください。

令和 6 年度高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルスワクチン予防接種実施医療機関(東久留米市)

医療機関名	高齢者 インフル	新型 コロナ	所在地	電話番号
あだち医院	○	○	本町 3－11－15	042・420・5661
アルテミスウイメンズホスピタル(★)	○		中央町 1－1－20	042・472・6111
飯田医院	○	○	滝山 7－15－16	042・472・8181
いくせ医院	○	○	新川町 1－4－18、わかさとビル 1 階	042・471・2304
石垣整形外科	○	○	滝山 5－22－17	042・470・0620
石橋クリニック	○	○	東本町 8－9、大野メディカルビル 2 階	042・477・5566
うるりハビリクリニック東久留米	○	○	本町 2－3－1、ハイツ東久留米 1 F	042・476・2772
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	042・479・7300
おかの内科クリニック	○	○	東本町 6－15、平和ビル 2 階	042・477・0055
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	042・477・0555
尾町内科クリニック	○		南町 1－6－11	042・460・0531
鹿島医院	○	○	南沢 4－3－2	042・461・2967
黒目川診療所	○	○	滝山 5－27－16	042・420・7215
さいわい町診療所	○	○	幸町 5－7－1	042・470・7676
島田整形外科	○		前沢 5－24－23	042・470・9511
清水胃腸科内科	○	○	本町 1－1－11	042・472・8709
鈴木クリニック	○	○	南沢 5－18－50	042・460・8502
すずのね内科・神経内科	○	○	前沢 4－7－11	042・474・1112
たきぐち内科クリニック	○	○	前沢 4－31－4	042・470・9118
滝山病院	○	○	滝山 4－1－18	042・473・3311
武田クリニック	○		大門町 1－1－24	042・477・5856
東京くるめ耳鼻いんこう科	○		新川町 1－3－35、3 階	042・420・1187
長生医院	○		滝山 7－3－17	042・473・1117
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	042・420・7846
はぎわらクリニック	○	○	上の原 1－4－11－103	042・471・2628
初谷整形外科クリニック	○	○	東本町 5－1、ジンドービル一番館 3 階	042・473・5596
はまだホームクリニック		○	学園町 1－13－3	042・439・8864
東久留米駅前クリニック	○		本町 1－3－6、グランツビル 2 階	042・471・5051
東久留米駅まえだ整形外科	○		東本町 1－15、ウィステリアMFビル301	042・420・5560
東久留米N整形外科クリニック	○		本町 3－1－1、マロニエヒルズ 1 階	042・475・0610
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	042・452・5801
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	042・420・7761
東久留米つばい眼科	○		中央町 5－9－38	042・420・4100
東久留米なごみ内科診療所	○	○	幸町 3－11－14	042・470・7530
ひばりヶ丘診療所	○	○	学園町 2－11－14	042・421・0973
福山内科クリニック	○	○	新川町 1－9－22	042・470・9177
富士見通り診療所	○	○	本町 3－3－23	042・471・2291
二木皮膚科医院	○		金山町 2－19－8	042・473・2040
細井医院	○	○	東本町 4－3	042・471・0130
前沢医院	○	○	前沢 2－10－9	042・471・0154
胃腸科内科松本クリニック	○	○	下里 2－8－21	042・479・7171
水野胃腸クリニック	○	○	本町 3－8－19、セレブリオ本町 3 丁目 A	042・420・6527
山口内科・呼吸器科クリニック	○	○	本町 3－12－2	042・472・2386

(★)アルテミスウイメンズホスピタルは女性のみ。



5年度決算に基づく 市の財政健全化判断 比率などの公表

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」により公表が義務付けられている財政健全化判断比率(実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率)および資金不足比率について5年度決算に基づく指標を公表します。

◎**健全化判断比率**

健全化判断比率は、実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率の4つの財政指標から構成されています。

健全化判断比率のうち、一つでも早期健全化基準以上である場合には「財政健全化計画」を議会の議決を経て策定し、公表の上、都知事に報告しなければなりません。また、財政再生基準以上である場合には「財政再生計画」を議会の議決を経て策定し、公表の上、総務大臣に報告しなければなりません。「財政再生計画」を策定した場合には、地方債の発行が制限されるなど、市の財政運営に国の関与を受けることとなります。

健全化計画」を議会の議決を経て策定し、公表の上、都知事に報告しなければなりません。また、財政再生基準以上である場合には「財政再生計画」を議会の議決を経て策定し、公表の上、総務大臣に報告しなければなりません。「財政再生計画」を策定した場合には、地方債の発行が制限されるなど、市の財政運営に国の関与を受けることとなります。

◎**(3)実質公債費比率**

実質公債費比率は、地方債元利償還金、公債費に準ずる債務負担行為など、実質的な債務すべてに係る償還額の標準財政規模に対する割合(過去3年平均)を示しています。

◎**(4)将来負担比率**

将来負担比率は、一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する割合を示しています。

◎**(1)実質赤字比率**

実質赤字比率は、一般会計等の実質赤字額の標準財政規模に対する割合を示しています。東久留米市では、下水道事業会計が対象です。資金不足比率が経営健全化基準以上である場合には「資金不足比率」

◎**(2)連結実質赤字比率**

連結実質赤字比率は、一般会計等の事業規模に対する資金不足額の割合を示しています。東久留米市では、下水道事業会計が対象です。資金不足比率が経営健全化基準以上である場合には「資金不足比率」



産前産後期間の国民年金 保険料が免除になります

次世代育成支援の観点から、国民年金第1号被保険者が出産した際に、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。免除として認められた期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映され、付加保険料を納めることもできます。

免除期間(出産予定日または出産日が属する月の前月

月)から4カ月間(多胎妊娠の場合は出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間)

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(早産、死産、流産及び人工妊娠中絶を含む)。

東久留米市に住民記録(住民票)がある国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方

届出時期 出産予定日の6カ月前から

届出先 市役所保険年金課 またはマイナポータル またはマイナンバーカード(基礎年金番号通知書など)またはマイナンバー確認書類(マイナンバーカード

表1 5年度 健全化判断比率

※()は前年度数値。単位%。

	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
東久留米市比率	— (—)	— (—)	0.1 (△0.1)	— (—)
早期健全化基準	12.11 (12.14)	17.11 (17.14)	25.0 (25.0)	350.0 (350.0)
財政再生基準	20.0 (20.0)	30.0 (30.0)	35.0 (35.0)	

表2 5年度 資金不足比率

※()は前年度数値。単位%。

	資金不足比率
東久留米市比率	— (—)
経営健全化基準	20.0 (20.0)



国民健康保険税の産前 産後期間の軽減制度

東久留米市の国民健康保険に加入されている方が出産する場合、産前産後期間の国民健康保険税を軽減します。

軽減内容 出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(多胎妊娠の場合

「経営健全化計画」を議会の議決を経て策定し、公表の上、都知事に報告しなければなりません。5年度決算に基づく算定結果は、経営健全化基準を下回る結果となっており、右下表2参照。

財政課 ☎042・470・7706



10月は児童手当等の 定例払月です

6月・9月分の手当を指定預金口座へ振り込みます。

振込予定日 児童手当 10月9日(水) 児童育成手当 10月10日(木) ひとり親家庭住宅手当 10月15日(火)

※金融機関によっては入金が遅れる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736



6年度東京都子育て 支援員研修(第3期) 受講生募集

保育や子育て支援分野に従事する上で、必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修です。

募集コース ①地域保育コース ②地域子育て支援コース ③放課後児童コース

12月頃から順次研修開始

場 オンデマンド(録画視聴)または集合(新宿、立川など)にて実施

都内在住または在勤で、今後、子育て支援員として就業する意欲のある方

10月1日(火)・15日(火)に、オンライン申し込み(各申

申し込み先の☎から)または所定の申込書(市区町村窓口または☎から入手可)を郵送(簡易書留。当日消印有効)で申し込みを

申し込み先 ①都福祉保健財団 ☎03・3344・8533 ②(一財)保健福祉振興財団 ☎03・6261・0307 ③(株)ポピンズプロフェッショナル ☎03・3447・5826

※カリキュラムや日程など、研修の詳細は、募集要項または各申し込み先の☎をご確認ください。

都福祉局子供・子育て支援部企画課 ☎03・5320・4121

都福祉保健財団 ☎(地域保育コース)

保健福祉振興財団 ☎(地域子育て支援コース)

ポピンズプロフェッショナル ☎(放課後児童コース)

都福祉局 ☎

ファミリィ・サポート・センターのご案内

ファミリィ・サポート・センターは、お子さんを預けたい人(ファミリィ会員)、協力したい人(サポート会員)からなる有償の相互援助活動です。いずれの会員

も入会申し込み(会員登録)が必要です。まずは事業説明会にご参加ください。

ファミリィ会員

幼稚園行事などでお子さんを連れていけない時、買い物や外出時に預けたい時、残業などで保育園や学童のお迎えが間に合わない時などに地域の協力者がお手伝いします。

利用料金 平日および土曜日の午前9時～午後5時 1時間当たり700円 平日および土曜日の午前9時～午後5時以外の時間 1時間当たり900円 日曜日、祝日、年末年始 1時間当たり900円

※前日までのキャンセルは無料。当日キャンセルは依頼した時間(利用時間)の半額になります。

サポート会員

お子さんの預かりや送迎をお手伝いする有償の援助です。週1回など、空いた時間で協力ください。サポート会員は入会後、講習会の受講(修了)により登録となり、その後活動を紹介されます。

同センター事務局 ☎042・475・3294



表 各小学校の公開時間・内容

学校名・電話番号	公開時間・内容
第一小学校 ☎042・471・0014	午前8時45分～11時半 授業公開(全学級)
第二小学校 ☎042・471・0134	午前9時25分～午後0時10分 授業公開(全学級)、セーフティ教室(3年生)、がん教育(6年生)
第三小学校 ☎042・471・0104	午前9時20分～正午 授業公開(全学級)、ICTを活用した授業実践(全学級)
第五小学校 ☎042・461・5843	午前8時半～午後0時20分 授業公開(全学級)、学校創立60周年記念集会(全学級)
第六小学校 ☎042・471・5370	午前9時20分～11時55分 授業公開(全学級)、道徳授業地区公開講座(4年生)
第七小学校 ☎042・471・0114	午前8時45分～午後0時35分 学芸会(全学級・しらゆり学級)
第九小学校 ☎042・471・7548	午前8時35分～正午 授業公開(全学級)、セーフティ教室(4～6年生)
第十小学校 ☎042・473・9196	午前9時25分～午後0時5分 授業公開(全学級)、セーフティ教室(4・6年生)
小山小学校 ☎042・474・1691	午前8時35分～午後0時25分 学芸会(全学級)
神宝小学校 ☎042・474・4108	午前8時35分～11時10分 授業公開(全学級)、道徳授業地区公開講座(全学級)
南町小学校 ☎042・461・2662	午前9時25分～午後0時10分 授業公開(全学級)、道徳授業地区公開講座(全学級)
本村小学校 ☎042・474・0404	午前9時半～正午 授業公開(全学級)、道徳授業地区公開講座(全学級)

表 各中学校の公開時間・内容

学校名・電話番号	公開時間・内容
久留米中学校 ☎042・471・0030	午前8時50分～11時40分 授業公開(全学級)
東中学校 ☎042・471・2765	午前9時半～午後3時 文化祭
西中学校 ☎042・471・4400	午前8時45分～午後0時15分 授業公開、ロードレース大会(全学級)
南中学校 ☎042・421・9573	午前8時45分～午後0時15分 授業公開、道徳授業地区公開講座(全学級)
大門中学校 ☎042・474・1753	午前8時45分～11時半 道徳授業地区公開講座、講演会(全学級)
下里中学校 ☎042・473・7115	午前8時50分～午後0時半 授業公開、道徳授業地区公開講座(全学級)
中央中学校 ☎042・473・8881	午前8時45分～11時50分 合唱コンクール(全学級)

(3面から続く)

学校一斉公開日

学校一斉公開日は、市の教育について考える機会として、保護者の皆さんをはじめ、多くの市民の方々に各学校の取り組みを参観していただく日です。

公開日 10月19日(土)

公開時間・内容 左表参照

※時間割や内容などの詳細は、各学校にお問い合わせください。

※最新の情報は、各学校HPに掲載しますので、来校の際はご確認ください

各中学校または指導室指導

係 ☎042・470・7781、
☎(shido@city.higashiku
rune.lg.jp)

子育てに関する利用者支援事業

●保育サービスなどの相談・ご案内を行っています

市では、子育て中の方や妊婦の方が、主に保育に関する施設や地域の子育て支援事業の中から、必要な支援を選択して円滑に利用できるように、利用者支援員が窓口などで情報提供・相談・助言などを行う「利用者支援事業」を実施しています。

また、利用者支援員が保育所や幼稚園などの施設への入所や市内の保育サービスについてご案内する「利

用者支援員相談を行っていますので、ぜひご利用ください。利用にあたっては事前に相談日時をご予約ください。

☎こども家庭センターこども政策係(利用者支援員) ☎042・420・6741

介護のしごと入門研修

全7回の研修で介護や介護の仕事の基礎を学びます。研修最終日には、介護の仕事や働き方について、市内介護サービス事業所の方に相談できる「おしごと相談会」を開催します。

なお、同研修は、厚生労働省が定める「介護に関する入門的研修」に位置づけて実施します。

●全7回。11月12日(火)・19日(火)・26日(火)・12月3日(火)・10日(火)・13日(金)・17日(火)

いずれも午前10時～午後3時

※終了時間は日程により異なります。

り異なります。

場 成美教育文化会館

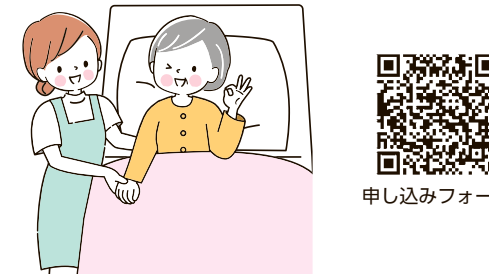
対 介護や介護の仕事に興味のある方で、全7回の研修とおしごと相談会に参加できる方(年齢不問)

定 先着30人

他 1歳以上の未就学児の保育あり(定員4人)。申し込み時にお伝えください

申 10月1日(火)～25日(金)に、申し込みフォームまたはセントスタッフ株式会社宛て電話(☎03・6803・5624)、FAX(03・6803・5838)または☎(st-kenshu@home.misawa.co.jp)

問 介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2501～2503)



申し込みフォーム

● 7 年度 4 月認可保育園などの「入園のしおり」配布

7 年 4 月からの認可保育施設入所申し込みに必要な入園のしおりを配布、公開します。申請方法などの詳細は、市HPをご確認ください。

日場 10月30日(水)から、子育て支援課(市役所 2 階)で配布(市HPでも公開)

内 受け入れ予定数については11月 6 日(水)に子育て支援課窓口、市HPで公開予定です。申請を希望する方は、次のいずれかの方法で申し込んでください

▼郵送▼子育て支援課設置ポスト▼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)▼窓口(要事前予約)

※「就労証明書」の取得に時間がかかる方は、早めに準備してください。「就労証明書」の様式は、市HPで公開しています(証明書の有効期限は作成日から 3 カ月以内です)。

対 新たに保育園などに入所を希望する方、7 年度 4 月から転所を希望する方

注 ▼ 6 年度の入所申請をしている方も、7 年度 4 月からの入所を希望する場合は、必ず再度申し込みをしてください▼☎・FAXでの申し込みは受け付けていません

問 同課保育・幼稚園係 ☎042・470・7745



市HP
(4 月の
一次申請案内)

保育施設入所の対象となる保護者

保護者の状況	入所申請・入所の条件
就労している	従事時間が週 3 日以上かつ 1 日当たり 4 時間以上あること
出産前後である	出産予定月とその前後 2 カ月にあたっている
疾病・障害がある	医師の診断により「保育にあたるのが困難である」こと
看護・介護をしている	従事時間が週 3 日以上かつ 1 日当たり 4 時間以上あること
災害復旧にあたっている	従事時間が週 3 日以上かつ 1 日当たり 4 時間以上あること
求職活動を開始する	入所後 3 カ月の間に就労を開始すること
就学中	従事時間が週 3 日以上かつ 1 日当たり 4 時間以上あること

令和 7 年 4 月(一次)入所申請スケジュール

日程	内容
10月30日(水)	7 年度「入園のしおり」配布、公開開始
11月 6 日(水)	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(水)	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(水)	窓口申請の予約受け付け終了
11月26日(火)～30日(土) ※29日(金)は除く	窓口申請の受け付け期間(要事前予約)
12月 4 日(火)	7 年度 4 月(一次)申請受け付け終了
12月18日(水)	「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
7 年 2 月上旬(予定)	利用調整結果通知の送付(一次)

表 私立幼稚園と認定こども園の募集概要

幼稚園名 (所在地、電話番号)		募集人員				開所時間	願書の 配付開始日	受付開始日
		満 3 歳児	3 歳児	4 歳児	5 歳児			
認定こども園 神山幼稚園 (神宝町 1－17－12、☎042・471・2549)	1 号児	10	30	若干名	若干名	午前 7 時～ 午後 7 時	10月15日(火)	11月 1 日(金)
	2 号児	10	26	8	若干名			
落合幼稚園 (新川町 1－13－19、☎042・471・2639)		－	120	若干名	若干名	午前 7 時半～ 午後 6 時半	10月16日(水)	
久留米神明幼稚園 (中央町 2－9－30、☎042・471・2726)		20	70	若干名	若干名	午前 8 時～ 午後 6 時		
認定こども園東久留米こども園 前沢幼稚園 (前沢 2－2－2、☎042・471・4155)	1 号児	20	53	－	－	午前 7 時半～ 午後 6 時半	10月15日(火)	
	2 号児	－	33	－	－			
豊島なでしこ幼稚園 (東本町 8－14、☎042・471・3772)		－	36	10	10	午前 8 時～ 午後 6 時		
自由学園幼児生活団幼稚園 (学園町 1－11－17、☎042・422・3118)		－	20	若干名	若干名	午前 8 時～ 午後 6 時		

市内の私立幼稚園と認定こども園では、7 年度に入園する園児を左表の通り募集します。

応募方法などの詳細は、直接各園へお問い合わせください。

市内私立幼稚園・認定こども園
7 年度に入園する園児を募集します

東京都シルバーパス
新規(10月～3月)
購入手続き

都営交通・都内民営バス
などが利用できる「東京都
シルバーパス」を購入でき
ます。

有効期限 7年9月30日

対都内に住所を有する満70
歳以上の方

費次の通り

①住民税が課税の方 2万
510円

②住民税が非課税の方 1
000円

③住民税が課税で、合計所
得金額が135万円以下の
方 11000円

必要書類 本人確認書類(健
康保険証など)。ただし、
前記費用の②・③に該当す
る方は次のア～ウのい
ずれか1点も追加が必要と
なります

ア)介護保険料額決定通
知書兼納入通知書の所得
段階区分欄に「第一段階」
第六段階」のいずれかの記
載のあるもの

イ)住民税課税証明書また
は非課税証明書

ウ)生活保護受給証明書

注)ア～ウは再発行できませ
ん。お手元がない場合は

イ)を取得してください

ウ)は6年4月1日以降に
発行され、生活扶助受給が
確認できるものに限ります

申請最寄りのバス営業所・都
営地下鉄定期券販売所など
のシルバーパス発行窓口で

東京都バス協会シルバーパ
ス専用電話 ☎03・5308

・6950(平日午前9時
～午後5時)



「しごとフェア」開催

市内の障害者(児)福祉施設
が、職員を募集する合同
就職相談会です。

会場内に設けられた各事
業所のブースを自由に行き
来し、担当者と直接話をす
ることで、障害者福祉施設
での仕事に関してより深く
知ることができます。

10月17日(木)午後1時～5
時

場 市民プラザホール・屋内
ひろば(市役所1階)

他 福祉の仕事に興味のある
方

他 共催はハローワーク三鷹、
都福祉人材センター

都 NPO法人 ゆう ☎042・4
20・1850 または障害

福祉課地域支援係 ☎042・4
70・7747



10月14日(月)祝の
ごみ収集

10月14日は祝日ですが、
平日と同様に収集します。

ごみと資源物は、決めら
れた収集日の当日、午前8

時半までに出してください。
小型廃家電類を除く全品目

が戸別収集です。

ごみ収集日や分別などの
ごみ出しルールは市HPでこ
確認ください。

ごみ対策課 ☎042・473
・2117(粗大ごみの申

し込みは ☎
042・473

・2118
またはイン

ターネット
で)



大雨や台風へ備えよう

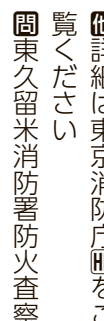
日本では毎年のように大
雨や台風などの風水害に見
舞われています。いざとい
う時に正しい対応ができる
よう、知識や対策を身につ
け備えましょう。

家の周りの確認を ▶側溝や
雨水ますのごみや土砂を取
り除き、雨水を排水できる
ようにする ▶風で飛びやす
い物は屋内に入れる

東京マイ・タイムライン 風
水害への備えや災害が発生
したときにとるべき行動を、
家族構成や地域の特性に合
わせてあらかじめ時系列で
決めておく冊子です。同冊
子は消防署や防災防犯課
(市役所2階)で配布してい
ます。いざという時の備え
として活用ください

他 詳細は東京消防庁HPをこ
覧ください

関 東久留米消防署防火査察
係 ☎042・471・0119



油・断・快適! 下水道

キッチンから流れた油は、
下水道管のつまりや悪臭の
原因となります。鍋や食器
に付いた油污は、洗う前
にふき取りましょう。この
行動が川や海の良好な水環
境につながります。

関 市施設建設課下水道計画
担当 ☎042・470・775

8、都下水道局流域下水道
本部 ☎042・527・482

「安全・安心まちづ
くりネットワーク」
市民のつどい」開催

10月11日(金)から10日間実
施される「全国地域安全運
動」の一環として今年度は西
東京市で開催されます。

この運動は、手口の多様
化や巧妙化により被害にあ
う高齢者が後を絶たない
「振り込め詐欺」や新興住宅
地で頻発する「侵入盗など、
市民の身近で発生している
被害防止を重点として「守
るつよ 私」の好きな 街だ
から」をスローガンに掲げ、
安全で安心なまちづくりを
目的として行います。

皆さんお誘い合わせのう
え多数のご参加をお待ちし
ています。

10月7日(月)午後1時から
(0時半開場)

場 タクトホームこもれび小
ホール3F(西東京市中町
1-5-1)

内 式典、「特殊詐欺被害防
止」についての寸劇、警視
庁音楽隊によるコンサート
定先着250人

他 記念品贈呈あり

申 当日会場

関 田無警察署生活安全課 ☎
042・467・0110



みのり塾 秋野菜を
収穫して新鮮な味覚
を体験しよう

環境学習の一環として農
家の方と連携し、農作業を
通じて水と土の力を学びま
す。今回は大根・紫大根の
収穫を予定しています。

10月27日(日)午前10時～正
午頃(雨天中止)

場 南沢篠宮農園(篠宮ファ
ーム)

対 小学生(小学3年生以下
は保護者同伴)

定 先着15人(同伴の保護者
除く)

費 無料

持 飲み物、軍手、タオル、
帽子、運動靴

他 ▶動きやすい服装で ▶主
催 市市民環境会議環境学
習部会 ▶協力 環境政策課、
子どもセンターひばり、学
校法人自由学園

申 10月5日(土)正午～11日(金)
午後5時15分に申し込みフ
ォームで

関 環境政策課計画調整係 ☎
042・470・7753



第29回環境フェスティ
バル実行委員募集

7年6月の環境月間に、
市内最大規模の環境イベン
トとして環境フェスティバ
ルを開催します。企画内容
の検討や運営など、中心的
な役割を担う実行委員会の
委員を募集します。これま
での環境フェスティバルに
は、実行委員のアイデアに
よりフードコーナー・イン
スタグラムでの投稿シエ
・地球を救う、環境に関す
る未来技術の紹介などを実
施してきました。企画運営
やポスターなどのイラスト
作成に携わった経験をお持ち
の方、若い方などからの
ご応募をお待ちしています。
会議開催日時 11月～7年7
月までの毎月第3火曜日
(6月を除く)午後6時から
2時間程度

報酬なし

申 10月25日(金)までに(必着、
「環境フェスティバル実行
委員応募」と明記して、住
所・氏名(ふりがな)・所属
団体名(所属している方)・
電話番号・メールアドレスを記
入の上、〒203-8555、
市役所環境政策課宛て郵送
☎(rank)seisaku@city.
toshikune.lg.jp)ま
たは同課(市役所5階)へ直
接持参を

※応募の結果は、11月の
第2週目までに第1回実行
委員会の開催通知と合わせ
てお知らせします。

◎第1回実行委員会
11月19日(火)午後6時から
市役所7階701会議室
予定

関 同課 ☎042・470・77
53



6年度表彰
功労者を表彰します

市では、市の公益の増進
に寄与し、市民の生活と文
化の向上に特に功労のあつ
た方を表彰します。表彰式
典は10月6日(日)午後1時半
から市民プラザホール(市
役所1階)で開催します(手
話通訳あり)。表彰される
方は次の通りです(敬称略
・順不同)。

表彰状 ▶産業功労者 濱田
敏秀、海老沢功 ▶技能功労
者 山岸良春、篠宮正和、
滝澤弘、前嶋恵 ▶保健衛生

功労者 橋爪洋一、幾瀬貴
▼社会福祉功労者 八幡茂
子、馬本房子、大野浩子、
下田富夫、當麻一哉 ▼防災
功労者 三沢昭久、岡野利
幸、加藤敦嗣、島崎勇人、
濱上崇、峯岸洋治 ▼行政功
労者 佐々木茂、名取はに
わ、岸昭一、三浦三枝子 ▼
住民自治功労者 遠藤和法、
武井克彦 ▶納税功労者 海
老沢茂、大塚達雄、須田隆
夫 ▶善行 佐藤千恵子、森
永とし枝、読みきかせプー
さん ▶市民体育功労者 石
塚陽子 ▶文化功労団体 男
声合唱団ダンディーズ、東
久留米市合唱連盟 ▶特別栄
誉スポーツ功労者及び団体
▶一戸彩音、一戸賢司、東
久留米市立西中学校女子ハ
ンドボール部、東久留米市
立西中学校男子ハンドボ
ール部 ▶自治功労 細田初雄
関 秘書広報課秘書係 ☎042・
470・7712

「生産緑地地区の変
更案」の縦覧

「東村山都市計画生産緑
地地区の変更(東久留米市
決定)案を取りまとめまし



(6面へ続く)

指定収集袋「燃やせるごみ用」を
無償配布します

関 ごみ対策課 ☎042・473・2117

エネルギーや食料品などの高騰が続く中、
市民の皆さんを支援するため、指定収集袋「燃
やせるごみ用(10リットル20枚)」を市内全戸
に無償配布します。市内で排出されるごみで
一番多いのは燃やせるごみです。10月中旬か
ら順次配布しますので、減量と、資源との分
別に引き続きご協力をお願いします。

湧水の妖精るめちゃん
着ぐるみの貸し出し

市では、東久留米の地域資源をPRするキャラクター「湧水の妖精るめちゃん着ぐるみ」の着ぐるみの貸し出しを無料で行っています。

対市民活動団体や、公益を目的とした行事、おまつり、イベント、キャンペーンなどを行う方

注 申請前に必ず市庁の「湧水の妖精るめちゃん着ぐるみ使用マニュアル」、「湧水の妖精るめちゃん着ぐるみ貸出要領」および注意事項を必ずお読みください

申請産業政策課に電話で着ぐるみのスケジュールを確認し、使用する日の3カ月7日前に「着ぐるみ貸出承認申請書」を同課宛てFAX(042・470・7811)、

(sangyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp)、または直接持参(市役所6階)を ※申請書は市庁から取得できます。

問 同課振興企画係 ☎042・470・7743



湧水の妖精
るめちゃん



市庁

くるくる商店めぐり

地域に根差した小規模店は「入るのに敷居が高そう」「どんなものが売られているのか分からない」けれど、

気になる！そんな方はぜひご参加ください。

日 10月25日(金)・26日(土)、いずれも午前10時～午後0時半(雨天中止。中止の場合は前日に東久留米市商工会から連絡します)

場 東久留米駅西口階段付近集合

内 地域の小規模店をめぐり、商品・サービスの魅力を体験します(お土産あり)。また、店舗をめぐる移動中、駅周辺の歴史に関する豆知識も学べます

定 各日先着5人

師 NPO法人 tnc 中小企業支援センター

費 無料

他 ▼約2時間徒歩で移動しますので、歩きやすい服装でご参加ください ▼参加される方はぜひ、SNSで同イベントの紹介をお願いします

日 10月1日(火)午前9時から

電話で同商工会 ☎042・471・7577(午前9時～午後5時半)へ

問 同商工会・千葉

問 同課振興企画係 ☎042・470・7743



市庁

東久留米市環境基本計画等検討部会員
(市民委員)募集

募集の詳細は市庁をご覧ください。



市庁

東久留米市環境基本計画等検討部会は、東久留米市第二次環境基本計画(平成28年3月策定)の計画期間

満了に伴い、東久留米市環境基本条例第7条第1項に基づき、「(仮称)東久留米市第三次環境基本計画」の検討を行うため、東久留米市環境審議会に設置するものです。

今回、市民委員を次の通り募集します。

任期など委嘱の日から、審議会への検討結果報告(8年1月下旬予定)まで(6年度中の検討部会予定回数4回)

応募資格 市内在住で18歳以上の方

募集人数 1人

日 10月18日(金)までに(必着、応募の動機を800字程度にまとめ、「環境基本計画等検討部会員希望」と明記し、住所・氏名・「ふりがな」・年齢・電話番号・Eメールを記入の上、郵送(〒203-8555、市役所環境政策課宛)、

(kankyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp) または直接同課へ提出を。選考結果は10月下旬に通知します。応募書類は返却しません

問 同課 ☎042・470・7738

53

特設行政相談所

国・都・市などの行政機関やJR・NTTなどの公共性の高い法人、公的行政機関から委任され補助金を受けている法人などについて、苦情や意見・要望はありませんか。そんなときは「行政相談委員」が相談に応じます。行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有識者です。

日 10月16日(水)午後1時半～4時

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

「東村山都市計画緑地第13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

場 市役所1階屋内ひろば

費 無料

日 当日会場

問 生活文化課 ☎042・470・7738



男女共同参画情報誌
「ときめき」第72号を
発行しました

主な内容 ▼特集Ⅱ性教育・Sexuality Educationの現在地・ワタシモアナタも大切に・▼フイティ・フイティから専門相談案内など

配布場所 市庁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

問 生活文化課男女共同参画係 ☎042・470・7738

係 ☎042・470・7738



市庁



東村山都市計画緑地第13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

13号前沢緑地の都市計画決定(案)の縦覧

定(案)を取りまとめましたので、都市計画法第17条の規定に基づき縦覧を行います。なお、同法の規定に基づき、市長に対し意見書を提出することができます。

縦覧期間 10月1日(火)～15日(火)(閉庁日時を除く)

縦覧場所 環境政策課(市役所5階)

意見書の提出対象 市内在住の方および利害関係者

意見書の提出方法 縦覧期間中に(必着、〒203-8555、市役所環境政策課宛て郵送または直接同課へ提出を

問 環境政策課緑と公園係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

係 ☎042・470・7753

②学童保育所児童厚生員(アシスタント職)

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)

報酬 時給1174円

応募資格の有無 無

《共通事項》

任用期間 11月1日～7年3月31日(終了後再度任用の場合あり)

勤務場所 市内学童保育所

募集人数 若干名

募集説明会 10月7日(月)午前11時から(40分程度)・市役所5階501会議室

申込期間 10月11日(金)まで

問 児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

係 ☎042・470・7735

行政評価事務所

申 当日会場

問 東京総合行政相談所 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

係 ☎03・3987・0229

第247回東京都都市計画審議会
傍聴者募集

日 11月15日(金)午後1時半から

場 都庁会議室

定 15人(事前抽選)

注 個人のプライバシーに関わる案件などがある場合は、会議が一部非公開となる場合があります

他 付議予定案件は都都市整備局HPまたは都都市計画課へ

日 10月24日(木)までに(消印有効)、往復はがき(1人1通のみ有効)に住所・氏名・電話番号・傍聴希望の旨を記入の上、〒163-8001、都都市整備局都市計画課宛て郵送を

問 同課計画監理担当 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

係 ☎03・5388・3225

10月3日(木)午前8時40分～9時40分
市役所本庁舎駐車場出入口の
交通規制を行います

燃料電池ごみ収集車の出発式を行うため、10月3日(木)午前8時40分～9時40分に、市役所本庁舎駐車場出入口の交通規制を行います(右図参照)。車でご来庁の際には誘導員の指示に従い通行をお願いします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問 ごみ対策課 ☎042・473・2117



図 交通規制箇所

都の最低賃金改正

東京都の最低賃金は、10月1日から時間額1163円に改正されます。

※都内で働く全ての労働者に適用されます。

東京都労働局労働基準部賃金課 ☎03・3512・1614、または東京働き方改革推進支援センター ☎0120・232・865

都税がスマートフォン決済アプリで納付できます

都税の納付にスマートフォン決済アプリをぜひご利用ください。アプリ内で納付書のバーコードを読み取るだけで、いつでも、どこでも、簡単に納付できます。詳細は、都主税局HPをご覧ください。

国立川都税事務所 ☎042・523・3171



都主税局HP

市社会福祉協議会からのお知らせ



市社協HP

赤い羽根共同募金運動にご協力ください

赤い羽根共同募金は、高齢者や障がい者を支援する団体や子育て・家庭支援事業などに取り組むNPOなど、地域福祉の推進を目的とした民間の事業を支援するための募金活動です。大

規模災害発生時の対策などにも活用します。

募金運動推進期間10月31日(休)まで

※募金の受け付けは7年1月20日(月)まで

募金方法▼窓口Ⅱ市社協事務局、中央町地区センター、上の原・ひばりが丘・滝山の各地域連絡所で▼振り込みⅡ郵便局の青色の払込票で ※通信欄に必ず「赤い羽根共同募金」と記入し、窓口で手数料免除口座とお伝えください(口座番号010001001636170、加入者名(福)東京都共同募金会東久留米地区)▼自治会Ⅱ各戸への回覧募金、自治会費等からの一括募金で▼募金箱Ⅱ市内公共施設や金融機関等窓口に設置します

市社会福祉協議会総務担当 ☎042・471・0294

年末たすけあい募金支援

合いの地区づくり助成金 支援合いの居場所づくり活動の運営費を助成します。社協とパートナーになり「安心と心ゆたかな みんなのふくしのまちづくり」を進めるための助成金です。登録要件など詳しくは市社協HPをご確認ください。

対社会福祉協議会に登録するミニデイホーム(高齢者、障がい者、子育てサロン、みんなのサロン(登録要件あり))

助成額活動の実績に基づき決定

上限額▼ミニデイホーム・子育てサロンⅡ年13万円▼みんなのサロンⅡ年5万円(新規立ち上げは別途2万円)

申通年で受け付け

市社会福祉協議会地域福祉担当 ☎042・475・0739

教育支援資金について

教育支援資金は、他の教育費支援制度が利用できない、またはそれらだけでは学費が不足するなどの理由でお困りの世帯を応援する貸付制度です(収入要件有、無利子)。申し込みを検討される世帯は、学費納期前にお早めにご相談ください。在学中のお子さんの相談も可能です。

貸付上限額左表の通り

他▼世帯の状況によって、本資金よりも条件が有利な他の教育支援制度がある場合は、先に他機関への相談をお願いすることがあります▼原則、未払いの費用が

柳泉園組合 水銀濃度測定結果

廃棄物焼却施設の排ガス中における水銀濃度の規制値は、改正大気汚染防止法で0.05ミグ/ノルマルリユーベと定められています。5月〜7月の測定結果(各月の1時間平均値の最高値は、1〜3号炉いずれも0.00ミグ/ノルマルリユーベでした。

柳泉園組合技術課 ☎042・470・1547

学校支援サポーター募集

公益財団法人東京都教育支援機構が運営する人材バンクシステムでは、市内の公立学校での活動を支援するサポーター(有期労働・パートタイム、有償・無償ボランティア)を募集しています。学校の活動経験がない方にも安心して活動できるように研修を実施しています。登録方法など詳細はHPをご覧ください。



公益財団法人東京都教育支援機構HP



市民伝言板

会員募集

- ◆ボールルームひがくるめによるこそ!!=日 月 2 回。土曜日午後 6 時〜7 時 15 分 場 東久留米駅前ダンススタジオテレマーク内 費 会費月 3,800 円 他 現役世代で始める社交ダンス入門 12 回コース。JBDF 審査員の指導 園 梅田 ☎080・5021・5123
- ◆練心武友会=日 月 4 回。日曜日午前 11 時半〜午後 1 時 50 分 場 スポーツセンター 費 入会金 3,000 円、会費月 3,000 円 他 居合術、棒術、柔体術を行います。未経験の方、年配の方歓迎します 園 細谷 ☎042・421・4075
- ◆エビス絵画=日 月 2 回。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、会費月 4,000 円 他 初心者歓迎。水彩、色鉛筆、静物、風景、人物など 園 村田 ☎090・5534・8538
- ◆みんなうー義会=日 月 3 回。水曜日午後 1 時〜5 時 場 滝山地区センター 費 会費月 4,000 円 他 新人、ベテラン大歓迎。日本民謡および尺八の勉強、大きな声を出しましょう 園 貫井 ☎090・9291・1207
- ◆英語カルチャーの会=日 毎週火曜日午前 10 時〜正午 場 西部地域センター 費 入会金 2,000 円、会費 1 回 500 円 他 欧米文化を楽しむために BBC の最新記事を全員で順番に輪読します 園 西田 ☎090・4626・1936
- ◆アニメキャラクラブ=日 月 1 回。土曜日午後 2 時〜4 時 場 滝山団地東集会所 費 会費月 2,000 円(子ども 1,000 円) 他 他 こどもから大人までオリジナルのまんが、アニメを作りませんか 園 たなか ☎090・

9952・1906

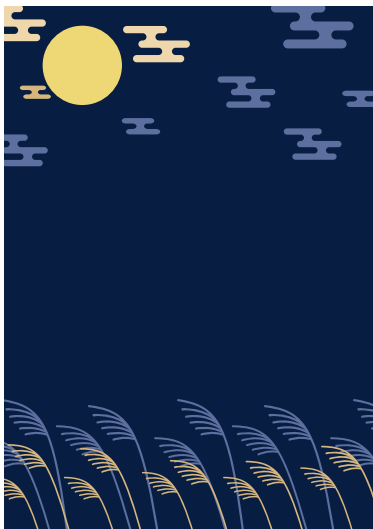
- ◆アップル=日 毎週日曜日午前 9 時〜午後 1 時 他 場 小山テニスコート 他 費 会費 1 回 500 円 他 他 硬式テニスサークル募集。20〜50 歳までの中級以上の男性、女性 園 池田 ☎090・7249・3036
- ◆中国健康普及協会=日 日曜除く毎日午前 9 時〜9 時半 他 場 滝山公園(雨天中止) 費 入会金 1,000 円、会費年 2,000 円 他 中国体操(練功十八法)と中国体操を日曜除く毎日ストレッチから 4 曲 園 今野 ☎090・9332・3205
- ◆東久留米ミラクルズ=日 月 4 回。土曜日時間不定 場 不定 費 会費月 1,000 円 他 還暦野球東京西部連盟に加入、春と秋のリーグ戦に参加しています 園 川谷 ☎090・1451・8421
- ◆ゴルフ(スクラッチ会)=日 日時不定午前 8 時半〜10 時 他 場 市内ゴルフ練習場 費 会費年 1,000 円 他 練習、コンペ、小旅行など。女性・初心者歓迎します 園 佐々木 ☎090・3402・7760
- ◆カラオケ練習の会(ふるさと会 ウィング)=日 毎月木曜日午後 0 時半〜3 時半 場 生涯学習センター、東部地域センター 費 入会金 1,000 円、会費月 2,000 円 他 女性、男性の課題曲の練習したのち、自分の好きな曲をカラオケで歌えます 園 松本 ☎090・5820・4243
- ◆少林寺拳法=日 毎週土曜日午後 7 時〜9 時 場 スポーツセンター 費 入会金 3,000 円、会費月 5,000 円(家族割有) 他 他 高齢者・親子歓迎、礼儀作法、護身、健康・仲間づくり、体験無料 園 伊藤 ☎090・4019・8369
- ◆発達障害当事者会一刻の会=日 月 2〜3 回。午後 1 時〜3 時 場 成美教育文化会館 他 費 入会金 1,000 円、会費 1 回 200 円 他 発達障害の当事者・家族の会です。当事

- 者会と家族会を開催しています 園 鈴木 ☎070・1467・0063
- ◆筆を楽しむ会=日 毎月第 1・第 3・第 5 金曜日午後 1 時〜4 時半 場 中央町地区センター 費 会費月 500 円 他 他 初心者歓迎。見学体験要予約。中国水墨画の世界を楽しみましょう 園 高橋 ☎090・5771・6132
- ◆滝山青葉会マージャン同好会=日 毎週日曜日午後 1 時〜5 時 場 西部地域センター 費 入会金 2,000 円、会費月 1,000 円 他 シニア中心の健康マージャンです。経験者歓迎します 園 堂柿 ☎090・2561・4501
- ◆空手教室(公式ルール派)=日 毎週月曜日が神宝小学校、火曜日が小山小学校、木曜日が第一小学校、金曜日が東部地域センター、いずれも午後 6 時〜8 時。日曜日が第三小学校、午前 10 時〜正午 費 入会金 1,000 円、会費月 3,000 円(家族割引あり) 他 2 歳児から高齢者まで。基礎からムリなく指導。無料体験あり 園 依岡 ☎090・3223・9467
- ◆東久留米自然ふれあいボランティア=日 第 2・第 4・第 5 土曜日および土曜日に活動がない金曜日午前 9 時〜午後 3 時 場 市内の緑地保全地域などの雑木林 費 会費年 1,000 円 他 どなたでも参加できます。詳しくはくるくるチャンネルを 園 豊福 ☎042・475・7643
- ◆美楽留=日 月 1 回。月曜日午前 10 時〜11 時半 場 さいわい福祉センター 費 入会金 500 円、会費月 1,000 円 他 無料体験あり。ストレッチボール。人生楽しく自分の足で歩こう 園 矢花 ☎042・478・8768

催し

- ◆ヒンメリモビール作りワークショップ(NPO ころあ)=日 10 月 27 日(日)午前 9 時半〜11 時 場 スペース 105(市役所向かい) 費 参加費 500 円 他 材料費別(500 円程

- 度)。はさみ持参ください 園 山本 ☎080・7000・4635
- ◆アート・ギャラリー風花フェスタ(ミュージック・サロン・風花)=日 11 月 2 日(土)・3 日(日)祝いなくても午前 10 時〜午後 3 時 場 ミュージック・サロン・風花 費 無料 他 押し花アート・ニットアート・アートフラワーの展示・販売会・アートカフェ 園 小川 ☎090・3542・6665
- ◆ジョン・チャヌ 愛のコンサート(東久留米愛のコンサート実行委員会)=日 10 月 19 日(土)午後 2 時開演(1 時半開場) 場 成美教育文化会館 費 入場料 3,000 円(学生 1,000 円) 他 車イス席あります。未就学のお子様のご入場はご遠慮下さい 園 白沢 ☎090・2647・3121
- ◆子育てママのぽかぽかイベント(ママだいすきプロジェクト)=日 11 月 16 日(土)午前 10 時半から 場 Studio ものがたり TOKYO 費 参加費 親子 1 組 500 円 他 『おひさまタイムでリトミック』講師保育士の瀧田由佳さんとピアノ奏者柳本小百合さん 園 鈴木 ☎090・2219・5228



(10面から続く)

秋の朗読サロン

東久留米図書館友の会による朗読サロンを開催します。この機会に耳で文学作品を味わってみませんか。
日10月26日(土)午後1時半～3時 場南部地域センター2階講習室 定18歳以上の方 定先着30人 定車で来場不可
日10月1日(火)～24日(木)に電話またはひばりが丘図書館カウンターで(休館日を除く) 問同館 ☎042・463・3996

豆本を作ろう

竹久夢二の美人画帖をハードカバー豆本に仕立てて、製本の仕組みを学びます。
日11月10日(日)午後1時半～4時半 場南部地域センター2階講習室 定16歳以上の方 定先着10人 定田中栞氏(日本豆本協会会長) 定車で来場不可
日10月1日(火)～11月9日(土)に電話ま

たはひばりが丘図書館カウンターで(休館日を除く) 問同館 ☎042・463・3996

文 化

放課後講座
「ガラスの靴の小物入れづくり」

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。
日10月16日(水)午後4時～5時 場生涯学習センター創作室 定シンデレラのガラスの靴を飾り付けて、かわいい小物入れをつくりま 定小・中学生 定先着12人 定生涯学習センタースタッフ 定無料 定筆記用具 定日10月1日(火)午前9時から電話または同センタ



小物入れのイメージ

☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ

第3回 南部地域センター
みんなの交流祭

日10月18日(金)～20日(日)午前10時から(18日は午後1時から) 場南部地域センター 定同センターで活動している皆さんの成果発表の場です。展示とステージ発表、フリーマーケット、ひとり人形芝居など。19日は群馬県高崎市榛名地域の物産の販売も(売り切れ次第終了、詳細は1面参照) 定車で来場不可 定当日会場で問同センター ☎042・451・2021

市民自主企画講座「地域の地下水の
見守り人～その20年とこれから」

東久留米の井戸水位を調べる会が平成16年秋から市内各所で井戸水位の測定を始めて20年。これを記念して、特別な報告や講演、パネル討論を行うフォーラムを開催します。

日11月2日(土)午後1時半～4時半 場さいわい福祉センター 定▼講演＝震災と水～上水とトイレと▼特別報告＝秦野市における地下水の保全と活用▼報告＝地域の水の状況と市民活動▼パネル討論＝今後の地下水の保全に向けて 定▼市内在住・在勤・在学の方▼関心のある方 定先着50人 定小泉勝巳氏(東久留米市環境安全部長)、谷芳生氏(秦野市環境産業部環境共生課長) 定300円(資料・保険代) 定筆記用具 定企画運営は東久留米の井戸水位を調べる会、主催は東久留米市教育委員会、主管は東久留米市文化協会 定日10月1日(火)～25日(金)に、東久留米市文化協会 定の申し込みフォーム、電話またはFAXで。FAXの場合、講座名・氏名・住所・年代・電話番号を記入の上、送信を問同協会 ☎042・477・4700(FAX同。電話受付は平日の午前9時～午後5時) 市文化協会 定



市文化協会 定

東京文化財ウィーク2024

10月26日(土)～11月4日(月・祝)に、都内各地の文化財の公開が行われる「東京文化財ウィーク2024」が開催されます。市内で関連して行われるイベントなどをご紹介します。

国登録有形文化財「村野家住宅(願想園)」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。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。

日11月27日(水)・12月7日(土)いずれも午前10時～11時半と午後1時～2時半の2回 場「村野家住宅」前集合(柳窪4-15-41、「柳窪一丁目」バス停下車徒歩11分) 定各回先着50人 定700円(資料代・保険代・茶菓代・維持協力費) 定主催は株式会社兼七、後援は市 定日11月27日(水)開催分は11月13日(水)、12月7日(土)開催分は11月25日(月)までに(必着)、住所・氏名(同伴2人まで連記可)・電話番号・希望日時(第2希望まで記入可)を記入の上、往復はがきで郵送(〒187-0041、小平市美園町1-6-1-207、株式会社兼七「村野家住宅特別見学会係」宛て)または 定(ksoen.kengaku@gmail.com)で送信を問株式会社兼七「村野家住宅特別見学会係」 ☎042・344・6735(平日のみ)または市郷土資料室 ☎042・472・0051



村野家住宅(主屋)



申し込み用
QRアドレス

いつでも見学できる東京都指定史跡

■新山遺跡
(下里3-21、下里中学校校庭北側道路)
復元された縄文時代の柄鏡形住居跡を見学できる屋外展示施設です。

■下里本邑遺跡
(野火止3-4、下里第2住宅内)
旧石器から平安時代までの遺跡が公園になっており、展示施設の遺跡館では出土品の見学ができます。

■久喜藩主・長瀬藩主米津家墓所
(幸町4-2-40、米津寺墓地)
徳川家の譜代大名米津家の菩提寺である米津寺の墓域にある、多摩地域に残る唯一の大家家墓所です。



新山遺跡



米津家墓所

第53回市民文化祭

問市民文化祭実行委員会・市文化協会 ☎042・477・4700
(第4月曜日を除く月曜～金曜日午前9時～午後5時)



市文化協会 定

市民の皆さんが日ごろの活動の成果を披露する場である「第53回市民文化祭」を10月19日(土)～11月24日(日)に開催します。各種催事の日程・場所は右表の通りです。内容など詳細は市文化協会 定をご覧ください。

■オープニング式典・特別公演
日10月19日(土)午後1時～3時 定特別公演＝ティーンズ音楽祭(クラシックからポップスまで。市内の10代ミュージシャンたちがオープニングを盛り上げます) 定無料

表 第53回市民文化祭日程 会場は生涯学習センター。ただし、※は別会場。会場がホールなのは時間変更の場合あり。

催事部門				ホール部門(会場はすべて生涯学習センターホール)		
催事	日程	開催時間	会場	ホール	日程	開催時間
囲碁大会	10月19日(土)	午前10時～午後4時半 (午前9時半開場)	学習室4	パレエ&ダンスの集い	10月20日(日)	午前11時～午後5時 (午前10時半開場)
市民お茶会 (茶券料500円)		午前10時～午後4時 (午前10時開場)	和室	謡曲の集い	10月21日(月)	午後1時半～4時 (午後1時開場)
社交ダンスの集い (入場料500円)	11月4日(月・休)	午後0時半～4時 (午後0時15分開場)	※スポーツセンタ ー第一体育室	エンターテイナーの集い	10月26日(土)	午後0時半～4時40分 (午後0時15分開場)
映画の集い	11月16日(土)	午前10時半～午後7時半 (午前10時開場)	学習室1・2	邦楽の集い	10月27日(日)	午前11時～午後5時 (午前10時半開場)
論語の集い		午後1時半～3時半 (午後1時開場)	学習室5	歌謡の集い	11月2日(土)	午前11時～午後5時 (午前10時45分開場)
朗読の集い	11月17日(日)	午後1時～4時 (午後0時半開場)	※成美教育文化会 館グリーンホール	太鼓と阿波踊りの集い	11月3日(日・祝)	午後2時～5時40分 (午後1時45分開場)
				吟剣詩舞の集い	11月4日(月・休)	午前10時～午後4時半 (午前9時半開場)
				舞踊の集い	11月9日(土)	正午～午後4時半 (午前11時半開場)
				交響楽の集い	11月10日(日)	午後1時～3時 (午後0時半開場)
				オペラソリストの集い		午後5時～8時 (午後4時半開場)
				いきいき演芸大会	11月13日(水) 11月14日(木)	午前10時～午後4時 (午前9時半開場)
				大正琴演奏会	11月16日(土)	午後1時～4時 (午後0時半開場)
				ハワイアン&フラダンス の集い	11月17日(日)	午前10時半～午後5時40分 (午前10時15分開場)
				音楽の集い	11月23日(土・祝)	午後1時半～5時半 (午後1時15分開場)
				コーラスの集い	11月24日(日)	午後1時～5時 (午後0時半開場)

展示部門			
展示	開催日	展示時間	会場
華道展	10月19日(土)・20日(日)	午前10時～ 午後5時 (各展示の最 終日は午後 4時まで)	1フロビー
書道展・ペン習字展・篆 刻展	10月22日(火)～27日(日)		2F学習室
美術展	10月30日(水)～11月4日 (月・休)		2F学習室
手工芸展・盆栽展・絵て がみ展・高崎市文化協会 榛名支部作品展	11月6日(水)～11月10日(日)		2F学習室
陶芸展			B1創作室
社会を明るくする運動 《ポスター・書道展》			1フロビー
写真展	11月12日(火)～11月24日(日)		

■スポーツで元気

日10月15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、午前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**内**「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**10月8日(火)午後1時半から電話または来館で

■じどうかんタイム

日10月16日(水)午後3時半～4時15分**内**仮装してあそぼう！**他**お菓子の配布あり**申**10月2日(水)午後3時～15日(火)午後5時に申込用紙(10月1日(火)から同館受付で配布)を同館受付へ持参を

■ベビーヨガ

日10月18日(金)午前10時～10時45分**対**2カ月～12カ月児と保護者**定**8組**師**崎田千佳子氏**持**バスタオル、飲み物**他**動きやすい服装で**申**10月7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10月8日(火)・15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10月9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(スカート不可)**申**当日会場で

■幼児のつどい

日10月10日(木)午前10時半～11時半**内**作ろう！センサリーグッズ**対**1～4歳児と保護者**申**当日会場で

■あつまれ0ちゃん

日10月11日(金)午前11時から**内**ふれあい遊びと保護者の交流会**対**0歳児と保護者**申**当日会場で

■バックギャモンの日

日10月12日(土)午後2時から**内**大昔に生まれたボードゲームを講師の先生に教わりながら楽しもう!!**対**小学生以上**師**日本バックギャモン協会**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10月8日(火)・15日(火)いずれも午前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10月9日(水)午前10時半～11時半**内**助産師さんによる体重測定と育児相談**対**0歳児と保護者**師**ひがくるめ助産師会**持**バスタオル**申**当日会場で

■幼児のつどい

日10月10日(木)午前10時半から**内**スタンプあそび**対**1～4歳児と保護者**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

■スポーツの日(バスケット)

日10月5日(土)午後3時から**内**バスケット

の先生が来てくれます**対**小学2年生～6年生**持**室内履き**申**9月28日(土)午後3時半から来館で

■ひばスポ

日10月5日(土)午後5時半から**内**バスケットの先生が来てくれます**対**中学・高校生世代**持**室内履き**申**9月21日(土)午後5時半から来館で

■すくすく広場

日10月9日(水)午前10時半～11時半**内**「赤ちゃんとお母さんの音のコミュニケーションワーク」**対**0歳児と保護者**定**8組**師**炭田契恵子氏**申**10月2日(水)午前10時から電話または来館で

■幼児のつどい

日**内****対**①10月10日(木)午前10時半～11時10分が「ペイントあそび、10月誕生日会」1～4歳児と保護者、②10月17日(木)午前10時半～11時10分が「お芋ほり」2～4歳児と保護者(雨天時は24日(木)にお芋ほりを行い、17日(木)は収穫ごっこを行います。詳細は乳幼児向けおたより10月号をご覧ください)**定**②先着15組**持**②軍手、シャベル、タオル、飲み物、帽子、敷き物、お芋を入れる袋、手洗い用の水、長靴**他**汚れてもいい服装で**申**①当日会場で②10月4日(金)午前10時から電話で申し込み後、15日(火)午後5時までに来館してください

■防災教育の日

日10月14日(月・祝)午後3時半から**内**地震・火災を想定した訓練**対**利用者全員**申**当日会場で

 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

■本村小なかよし広場

日10月4日(金)午前10時～11時半**場**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**対**乳幼児と保護者**注**徒歩か自転車で来場を**申**当日会場で

■わくわく赤ちゃん広場

日**対**10月9日(水)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、23日(水)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、体重測定、情報交換**定**各10組**師**助産師または栄養士**持**バスタオル**他**きょうだいの保育あり(先着各3人)**申**10月2日(水)午前10時から電話または同センターで

■わくわくおはなし広場

日10月22日(火)午前11時～11時20分**場**同センター地域活動室**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**10月8日(火)午前10時から電話または同センターで

■養育家庭体験発表会

10月・11月は里親月間です。養育家庭(里親)とは、さまざまな理由で親と一緒に暮らせない子ども達を迎え入れて養育する家庭のことです。市では、「里親さんの輪」を広げるためのイベントを開催します。

日10月29日(火)午後2時～4時**場**市民プラザホール(市役所1階)**内**養育家庭を経験した女性が登壇し、養育家庭で生活してよかったこと・里親さ

んとの関係づくりなどを聞くことができるほか、里親制度の説明を受けます。発表会終了後に里親に関する個別相談をお受けします**対**都内在住・在勤・在学で里親制度に関心のある方**申**10月2日(水)午前10時から電話(☎042・471・0910)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

■六小・久留米中なかよし広場

日**場**10月8日(火)が第六小学校プレイルーム、10日(木)が久留米中学校会議室、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**対**乳幼児と保護者**持**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10月21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**10月11日(金)午前10時から電話または同ひろば上の原で

■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10月19日(土)午前10時～正午**内**ミニ運動会をしよう**対**乳幼児～小学生

■野火止地区センター(屋内)

日10月21日(月)午後1時半～4時半**場**第一、第二会議室**内**ハロウィン工作**対**乳幼児～小学生

■本村小学校(屋内)

日10月22日(火)午後4時～5時半**場**体育館**内**楽しいボール遊び～的あて遊び～**対**小学生

《共通事項》

費無料**持**タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子**注**▼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▼動きやすい服装で参加を▼内容を変更する場合あり**他**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**当日会場で**問**児童青少年課児童青少年係☎042・470・7735

 図 書 館

■ストーリー・フェスタ2024

～多言語によるおはなし会～

ネイティブ・スピーカーが、自分の国の言葉で絵本を読みます。簡単な手遊びもします。

■中央図書館(☎042・475・4646)

日10月23日(水)午後3時半～4時半**場**中央図書館1階北開架室**内**「100かいだてのいえ」(中国語)、「のりたいたな」(ポーランド語)、「おおきなかぶ」(韓国語)

■東部図書館(☎042・470・8022)

日11月6日(水)午後3時半～4時半**場**東部地域センター1階講習室**内**「ぐりとぐら」(韓国語)、「100かいだてのいえ」(中国語)、「999ひきのきょうだいのおひっこし」(タイ語)

■滝山図書館(☎042・471・7216)

日11月14日(木)午後3時半～4時半**場**

西部地域センター3階第2・3講習室**内**「もりのおふろ」(中国語)、「おおきなかぶ」(韓国語)、「ぐりとぐらのえんそく」(ベトナム語)

■ひばりが丘図書館(☎042・463・3996)

日11月19日(火)午後3時半～4時半**場**南部地域センター2階講習室1・2**内**「おこりんぼうのアンブリー」(中国語)、「おおきなかぶ」(韓国語)、「ぞうくんのさんぽ」(スペイン語)

《共通事項》

注各地域センターは車での来場不可**他**協力は東久留米国際友好クラブ**申**当日会場で**問**各図書館

■東久留米子ども読書週間

10月26日(土)～11月10日(日)は「東久留米子ども読書週間」です。図書館ではこどもを対象としたさまざまなイベントを実施します。詳細は図書館**問**または図書館Xをご覧ください。

■えほんのもりのあきまつり「ずっとずっとよみつがれるえほんたち」

「読み継がれる絵本」をテーマにした絵本の展示をします。26日はおはなし会も実施します。

日10月26日(土)～28日(月)①絵本の展示＝午前9時～午後7時(最終日は午後4時まで)②おはなし会(26日のみ)＝乳幼児向けが午前11時～11時半、幼児・小学生向けが午前11時半～正午**場**中央図書館1階北開架室**申**当日会場で**問**同館☎042・475・4646

■秋空おはなし会

普段、館内で行っているおはなし会を野外で実施します。秋の特別なおはなし会をお楽しみください。

日10月27日(日)午前11時～11時半**場**中央図書館前の芝生(雨天の場合は1階北開架室)**対**幼児～小学生**申**当日会場で**問**同館☎042・475・4646

■としょかんになんじゃ にん!にん!

忍者に関する楽しい読み聞かせや手遊び、クイズを行います。ミッションをクリアすると「としょかんになんじゃにんていしょ」がもらえます。**日**10月27日(日)午前10時半～11時半**場**西部地域センター3階第2・3講習室と滝山図書館児童コーナー**対**3歳～小学2年生(保護者同伴可)**定**先着10人(保護者含まず)**注**車での来場不可**他**動きやすい服装で参加を**申**10月1日(火)～26日(土)に電話または滝山図書館カウンターで(休館日を除く)**問**同館☎042・471・7216

■赤ちゃん絵本

絵本の読み聞かせのほか、わらべうたや体操、手遊びによる赤ちゃんとお母さんのコミュニケーション方法を紹介します。

日10月29日(火)午前10時45分～11時15分**場**けやき児童館**対**乳幼児と保護者**定**先着20人**注**車での来場不可**申**当日会場で**問**東部図書館☎042・470・8022

(9面へ続く)

(12面から続く)

子ども相談

日10月8日(火)午前9時半～午後3時
場わくわく健康プラザ(相談室2)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
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

生活習慣病予防や、普段の生活をより健康的に見直したい方の食事・健康相談を実施しています。ご本人のほか、ご家族からの相談もできます。

日10月11日(金)午後1時半～4時15分(予約制。1人30分程度)
場わくわく健康プラザ1階内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
持健康診断の結果表、食事記録など
申市HPの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
問同係



市HP

第96回市民のための医療講座
糖尿病の合併症を防ごう

日10月12日(土)午後2時～4時
場市役所7階701会議室内▼慢性腎臓病の新しい治療について▼糖尿病の予防・重症化防止と歯科の役割▼糖尿病に関して、薬局にて質問の多い事項とその回答
定先着80人
師萩原晋二氏(はぎわらクリニック院長)、小玉剛氏(東久留米市歯科医師会会長)、大槻健人氏(東久留米市薬剤師会会長)
他司会は熊野雄一氏(東久留米市医師会会長)
申当日会場で問健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

公立昭和病院「第38回市民公開講座」

日10月12日(土)午後2時半～4時(2時開場)
場東大和市民会館ハミングホール小ホール(東大和市向原6-1)内
①「肺がん外科治療のいろいろな体に優しい方法とは？」
②「聞いて役立つ最近話題の皮膚疾患 人食いバクテリア感染症・意外と多い皮膚がん・見逃しやすい花粉食物アレルギー」
師①大泉弘幸氏(東大病院呼吸器センター長)②高橋一夫氏(公立昭和病院皮膚科部長)
申当日会場で問公立昭和病院地域医療連携室 ☎042・461・0052(内線2168)

BCG予防接種

日10月16日(水)場わくわく健康プラザ
対6年5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、予診票
他日程の都合がつかない方は、次回11月20日(水)でも接種可
申当日会場で問健康課予防係 ☎042・477・0030

すくすく子育て相談

日10月18日(金)午前9時半～午後2時
場わくわく健康プラザ内育児の相談、身体測定
対乳幼児と保護者
申市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問健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

ロコモティブシンドローム予防講演会～片足立ちで靴下が履けない方は、ロコモ予備軍?!～

年齢に伴い筋力の低下や骨、関節の疾患など運動器の障害により、「立つ、座る」などの機能が低下することをロコモティブシンドローム(ロコモ)といいます。体力が落ちてくる40代頃から、日頃の運動の取り組みがとても大切です。この機会に、ロコモ予防を認識した生活習慣について学びませんか。

日10月25日(金)午前10時～正午
場市役所1階市民プラザホール
対市民の方
定先着50人程度
師子田純夫氏(東久留米市医師会)
費無料
持手話通訳希望の方は事前にご連絡ください
申10月1日(火)から市HPの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
問同係



市HP

らくらく離乳食

離乳の開始から1歳ぐらいまでの離乳食の進め方をお伝えします。
日10月30日(水)午後1時～3時
場わくわく健康プラザ内講話と実演の見学、調理実習
対生後5カ月～1歳未満児の保護者
定先着10人
師管理栄養士
持申し込み時に確認してください
他対象児の保育あり
申10月1日(火)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問同課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

シャキシャキ介護予防教室

健康長寿の秘訣「運動・栄養・口腔ケア」について、2カ月間(週1回)で学びます。体力測定や食事記録などで体の状態を確認しながら「これならできそう」という習慣を身につけていきましょう。参加者には筋トレやわくわくすこやか体操に利用できるセラバンドをプレゼント。

日全8回。11月1日～12月20日の毎週金曜日
①午前10時～11時半
②午後2時～3時半
場スポーツクラブルネサンス東久留米(本町3-3)
対市内在住のおおむね65歳以上で、要支援・要介護認定がなく、医師より運動制限を指示されていない方
定各コース先着15人(これまで同教室に参加したことがない方を優先)
持タオル、室内履き、飲み物
他動きやすい服装で
申10月1日(火)午前11時から電話でスポーツクラブルネサンス東久留米 ☎070・4238・8136(土曜・日曜日・祝日を除く午前11時～午後5時)へ。
つながらない場合は ☎042・476・7654へ
問介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2501～2503)

おたふくかぜ予防接種費用の一部を助成します

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。
場下表の実施医療機関
対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
持母子健康手帳、本人確認書類(保険証など)
申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
問同会 ☎042・473・5661

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10月10日(休)午前10時半～11時半
内ペイントあそび
対1～4歳児と保護者
他汚れてもいい服装でご参加ください
申当日会場で

わくわくウォーキング教室

問健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



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。東久留米の魅力を再発見しながら、たのしく市内を歩きます。

日11月1日(金)午後1時半～4時
場市民プラザ(市役所1階)

内わくわく歩くるめマップ2「落合川コース」とその周辺を健康運動指導士と歩きます。参加者にはプレゼントもあります

対市民の方20人(初回の方優先)
師健康運動指導士

持飲み物、タオル、筆記用具

他動きやすい服装で

申10月1日(火)午前8時半から市HPの申し込みフォームまたは電話で健康課へ



市HP

第5弾 ウォーキングキャンペーン実施中！

市では、ウォーキングマップ「わくわく歩くるめマップ」(以下「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。少しずつ秋を感じる今の時期に、マップを活用して市内を歩いてみませんか。

実施期間 7年3月31日(月)まで

参加方法

- ①全域版マップと歩きたいコースのマップを入手
- ②コースを歩いて全域版マップ裏面「ウォーキング記入欄」に記入
- ③記入した全域版マップを健康課窓口(わくわく健康プラザ1階)へ持参するとプレゼントがもらえます

プレゼント▼コース別缶バッジ▼スポーツタオル(「ウォーキング記入欄」を3回分全て記入した方のみ)

※プレゼントは期間中1人1回まで、無くなり次第終了。

マップ入手場所 わくわく健康プラザ・市役所・図書館・各地域センター・各地区センター・スポーツセンター・生涯学習センターなど(市HPからも取得可)



市HP

表 おたふくかぜ予防接種費用助成実施医療機関一覧

医院名	住所	電話番号
細井医院	東本町4-3	042・471・0130
石橋クリニック	東本町8-9	042・477・5566
いくせ医院	新川町1-4-18	042・471・2304
ひばりヶ丘診療所	学園町2-11-14	042・421・0973
大塚小児科アレルギー科クリニック	本町3-1-23	042・479・7300
富士見通り診療所	本町3-3-23	042・471・2291
アルテミスウイメンズホスピタル	中央町1-1-20	042・472・6111
前沢医院	前沢2-10-9	042・471・0154
さくらんぼキッズクリニック	南町4-1-17	042・497・6200
長生医院	滝山7-3-17	042・473・1117



↓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〉食品ロス削減月間、健康強調月間、全国労働衛生週間 (1 日～7 日)、法の日 (1 日)、安全安心なまちづくりの日 (11 日)、鉄道の日 (14 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

10 月はピンクリボン月間です

乳がんは、日本人女性に一番多いがんで、9 人に 1 人がかかると言われていたほど身近な病気です。乳がんは、早期発見・治療により 90% 以上が治癒と言われています。早期発見には、ブレスト・アウェアネス (自分の乳房の状態に関心を持つ生活習慣) の習慣がとても大切です。

ブレスト・アウェアネスの 4 つのポイント
①自分の乳房の状態を知る (セルフチェック) ②乳房の変化 (しこり、皮膚のくぼみ、血性の乳頭分泌など) に気づく ③乳房の変化に気づいたら、医師に相談する ④40 歳になったら 2 年に 1 回乳がん検診を受ける

■ピンクリボン月間に合わせたパネル展示やリーフレット配布など
日 10 月 1 日 (火)～31 日 (木) 場 わくわく健康プラザ 1 階 健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

乳がん検診

複十字病院、検診車 (わくわく健康プラザ) での検診申し込みを受け付けます。

日 場 複十字病院 = 7 年 2 月 28 日 (金) まで (休診日を除く)、複十字病院健康管理センター (清瀬市) ▼検診車 = 右上表参照、わくわく健康プラザ (公益財団法人東京都予防医学協会の検診車) 内 問診、マンモグラフィ検査

(乳房エックス線検査) ※視触診は実施しません。市内在住の 40 歳以上の女性で、6 年 12 月 31 日時点で奇数年齢の方。ただし、次の ①～④のいずれかに該当する方はご遠慮ください。①乳房の疾患で治療中の方、経過観察中の方 ②妊娠中、授乳中、卒乳後半年を経過していない方 ③豊胸手術を受けている方 ④心臓にペースメーカーを入れている方 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です。注 実施医療機関の特徴を市に掲載しています。なお、申し込み状況によってはご希望に添えない場合があります。申 10 月 1 日 (火)～15 日 (火) に原則申し込みフォームで。検診車 (わくわく健康プラザ) を予約する場合、

表 乳がん検診 検診車実施日 (12 月、7 年 1 月・2 月分)	
12 月	20 日 (金)・21 日 (土)・23 日 (月)・24 日 (火)
7 年 1 月	20 日 (月)・21 日 (火)
7 年 2 月	14 日 (金)・15 日 (土)

※各日、午前・午後を選択できます。
※2 月 16 日～18 日実施分のお申し込みは広報 12 月 1 日号でご案内します。

図 乳がん検診 はがき申し込み記入項目

「乳がん検診希望」 ① 希望検診場所 ② 生年月日 (和暦) ③ 年齢 ④ 氏名 (フリガナ) ⑤ 住所 ⑥ 電話番号 ⑦ 希望日 (検診車を希望の方のみ上表から第 2 希望まで選択ください※) 第 1 希望 ○月○日 午前 第 2 希望 △月△日 午後	往復はがきではなく、 通常はがきで お申し込みください。
---	------------------------------------

※複十字病院を希望する方は、希望日の記入は不要です。受診日は後日送付する封書に記載の「予約電話番号」へご自身で連絡し決めていただきます。

申し込み時に受診日を確定できます。申し込みフォームでの申請が難しい方は、期間中 (消印有効) に 1 人 1 枚のはがきに必要事項 (左下図参照) 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。郵便料金の不足がないようご注意ください。申し込み結果は 11 月中旬から順次送付します

■アルテミスウイメンズホスピタルでも乳がん検診 (視触診あり) を受診できます

ご希望の方は同院からご予約ください。
※受診期限は 7 年 3 月 14 日まで。検診枠が埋まり次第受付終了。

■共通事項
健康課特定健診係 ☎042・477・0013

大腸がん検診

市国民健康保険加入者、後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付金受給者は、誕生月ごとに受診月が決まっています。特定健診などの受診時に一緒にお受けください。

日 10 月 31 日 (木) まで 場 市 参照 便潜血検査 2 日法 (検便検査) ※内視鏡検査ではありません。市内在住の 7 年 3 月末時点の年齢で 40 歳以上の方。ただし、次の ①・②のいずれかに該当する方は、受診前にかかりつけ医にご相談ください。また、生理中を避けて受診してください。①現在、大腸やその他の腸の疾患で治療中または経過観察中の方 ②過去に大腸がんの精密検査で異常を指摘され

た方 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です。注 検診結果は医療機関で直接お聞きください。検体を提出されなかった場合でも、自己負担金は返却できませんので、あらかじめご了承ください。また、医療機関により検体提出の締め切り日が異なるため期間に余裕をもって受診してください。申 直接実施医療機関へ 健康課特定健診係 ☎042・477・0013

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診

10 月の受診対象は 2・3 月生まれの方です。生活習慣病予防、健康の保持・増進や疾病の早期発見のために健診を実施します。健診内容や実施医療機関などは、9 月下旬に発送した個別通知をご確認ください。大腸がん検診も同時に受診できます。

場 市内実施医療機関 内 診察、身体計測、血圧、尿検査、血液検査など 対 市内在住で 7 年 3 月末時点の年齢で次の ①～③のいずれかに該当する方
①特定健診 = 40 歳～74 歳の東久留米市国民健康保険加入者
②後期高齢者健診 = 後期高齢者医療被保険者
③無保険者健診 = 40 歳以上の生活保護受給者等 日 6 年 3 月以降に国民健康保険に加入した方などで、個別の通知が届かない方は健康課特定健診係 ☎042・477・0013 へお問い合わせください。申 直接実施医療機関へ 同係



(11 面へ続く)

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。
10 月 6 日・13 日・14 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)
歯科
10 月 6 日・13 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)
10 月 6 日・14 日 = 滝山病院 (滝山 4-1-18、☎042・473・3311)
10 月 13 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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください