



総合防災訓練2024

閩防災防犯課防災防犯担当
☎042・470・7769

日時 10月27日(日)午前9時～正午

市では首都直下地震に備え、防災力向上のための総合防災訓練を実施します。「自分の身は自分で守る」参加型訓練へぜひ会場にお越しください。

メイン訓練会場 滝山公園(滝山2-4)

機関訓練

緊急輸送道路の障害物を取り除き、通路を確保する訓練や、倒壊した建物から負傷者を救出する訓練など



体験コーナー

初期消火や救護訓練およびVR体験、煙体験、野外入浴設備による足湯などの体験コーナー

車両展示

災害時に活動する消防、警察、トラックなどの車両を展示



資器材展示

避難所の資器材や、在宅避難時に必要な防災備蓄品、電気、通信、ガス、水道などのインフラの展示

第2訓練会場 わくわく健康プラザ(滝山4-3-14)

医療救護所訓練 ※図上訓練実施のため見学不可。

第3訓練会場 滝山給水所(滝山6-1-1)

応急給水活動に必要な資器材の組立や残留塩素の確認などの応急給水訓練

自宅で参加！シェイクアウト訓練

訓練開始の午前9時にサイレンが市内全域で鳴ります。サイレンが鳴りましたら、その場で姿勢を低くし、頭を守るなど、自宅でもできるシェイクアウト訓練にご参加ください。

環境美化マナーアップキャンペーン

閩環境政策課☎042・470・7753

市では、「東久留米市ポイ捨て等の防止及び路上喫煙の規制に関する条例」により、市民・事業者の皆さんとともにまちの美化活動に取り組んでいます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

美化活動の一環として、環境美化マナーアップキャンペーンを下表の日程で実施します。市環境美化推進員と一緒にキャンペーン活動を行っていただける方の参加を歓迎します。

活動内容東久留米駅周辺や滝山交番周辺の清掃、啓発物品の配布
申当日直接集合場所へ

表 環境美化マナーアップキャンペーン活動日程

日程	活動場所 (集合場所)	活動時間 (集合時刻)
10月30日 (水)	東久留米駅周辺 (東久留米駅西口ブラック・ジャック銅像前)	午前7時～8時 (午前6時50分)
10月31日 (木)	滝山交番周辺 (西武バス団地センターバス停南側)	午前10時半～11時半 (午前10時20分)

マナーを守ってきれいな街に

市ではポイ捨てや路上喫煙に関して、「東久留米市ポイ捨て等の防止及び路上喫煙の規制に関する条例」で次の通り定めています。

■ポイ捨てなどの防止

たばこの吸い殻、ガムのかみかす、空き缶、ペットボトルの投げ捨てのほか、ペットのふんを放置するなどの行為を禁止しています。

■路上喫煙の規制

路上喫煙を規制し携帯灰皿の使用を求め、特に人通りの多い東久留米駅周辺を終日路上喫煙禁止区域に指定しています。同禁止区域(右図参照)では、路面上にシール(上図)などで表示しています。



路面上に設置してあるシール

駅前放置自転車クリーンキャンペーン

閩管理課管理調整担当☎042・470・7764

都と区市町村では、「自転車の 代わりに置こう 思いやり」をスローガンとして、10月22日(火)～31日(木)に都内全域で「駅前放置自転車クリーンキャンペーン」を実施します。自転車や原動機付自転車の放置は、歩行者や車両などの通行の妨げとなるほか、災害時などの救援や消防活動の障害となります。一人ひとりが利用のマナーを守り、放置自転車をなくし、住み良い街づくりに参加しましょう。

■キャンペーン期間中は放置自転車・原動機付自転車の撤去を強化します

通勤・通学または東久留米駅周辺において自転車などを利用される方は、定期利用または一時利用の市立自転車等駐車場のほか、民間の一時利用駐車場をご利用ください。

■撤去された自転車等の返還

返還場所自転車等集積所(下里2-10-9、☎042・472・9876)

※返還を受ける際は、自転車等の鍵、本人確認書類、撤去料金(自転車2,000円・原動機付自転車4,000円)、認め印をお持ちください。

集積所開設時間日曜・水曜・金曜日の午前8時半～午後7時、月曜日の午前8時半～正午(振替休日含む祝日、年末年始を除く)



国民健康保険加入世帯へ

「医療保険のデータベースに登録されている個人番号のお知らせ」を送付します

国民健康保険年金課国保年金資格係
☎042・470・7732

厚生労働省からの依頼に基づき、すべての方に安心してマイナンバーカードを被保険者証(保険証)として利用していただけるよう、国民健康保険に加入している被保険者の世帯主の方へ加入者情報(データベースに登録されている個人番号の下4桁)のお知らせをお送りします。

※このお知らせは、マイナンバーカードを持っていない方やマイナンバーカードの健康保険証利用登録をされていない方にも送付します。東久留米市の国民健康保険では、これまで全てのデータ等の確認作業を行い、誤ったマイナンバーで加入者情報を登録されたデータは確認されませんでした。

◆マイナンバーカードの健康保険証利用登録をしている方へ
医療機関等受診の際は同カードのご利用を

マイナンバーカードの保険証としての利用には、利用登録が必要です。

☎マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120・95・0178
(5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください)

受付時間▼平日=午前9時半～午後8時▼土曜・日曜日、祝日=午前9時半～午後5時半(年末年始を除く)

◆12月1日までに交付された被保険者証は有効期限が切れるまで有効です

12月2日から現行の保険証発行は終了しますが、12月1日までに交付した保険証は有効期限が切れるまでお使いいただけます。

12月2日以降にマイナ保険証をお持ちでない方が、国民健康保険に新たに参加した場合、保険証の内容に変更があった場合などには、資格確認書を交付します。

◆マイナ保険証の利用登録解除について

マイナンバーカードと健康保険証利用登録は任意であるため、利用登録の解除を希望する方については、10月21日(月)から任意に解除の手続きができますようになります。

解除申請は市役所保険年金課の窓口にお越しいただくか、郵送・オンラインでお手続きいただけます。詳細は市HPをご覧ください。



市HP

カード利用のメリット

- ◎より良い医療を受けることができます！
医療機関を受診した際に、お薬の情報や健診結果の提供に同意すると、医師等からご自身の情報に基づいた総合的な診断や重複する投薬を回避した適切な処方を受けられます。
- ◎窓口での限度額以上の支払いが不要になります！
高額な医療費が発生する場合でも、マイナンバーカードを保険証等として使うことで、高額な医療費の一時的な自己負担や市役所で限度額適用認定証の申請手続きをする必要がなくなります。
- ※非課税世帯の方で、長期入院に該当する場合(直近12カ月間の入院日数が90日を超える場合)は限度額適用・標準負担額減額認定証の申請が必要です。
- ◎マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできます！
マイナポータルから保険医療を受けた記録が参照できるため、領収証を保管・提出する必要がなく、簡単に医療費控除申請の手続きができます。
- ◎健康保険証としてずっと使えます！
就職・転職・引越等で加入する健康保険が変わった場合も、新しい保険証等の発行を待たずに、医療機関・薬局で利用できます。



マイナポータルサイト

悩みに気づき心を支える
ゲートキーパー

ほっとするまち講座
～あなたも誰かのゲートキーパー～

全3回のコースで周りの人が悩んでいる時にあなたができることについて一緒に学びませんか？自殺の現状と自殺に追い込まれる時の心理、そしてゲートキーパーの役割や「傾聴」の方法などを実践を踏まえてお伝えします。地域活動も紹介しますので「これから何か始めたい」という方もぜひご参加ください。

☎会場内☎右表のとおり☎市内在住の方、市内関係機関従事者☎▼会場(対面)参加=先着30人 ※初めての方で3日間通して参加できる方を優先▼オンライン参加(1日目のみ)=先着50人☎無料☎対面参加を希望の方で、手話通訳などの配慮が必要な場合は、申し込みフォームにご記入ください☎10月15日(火)午前9時～11月7日(木)午後5時まで市HPの申し込みフォーム、または電話で健康課へ☎同課☎042・477・0022



市HP

ゲートキーパーをご存知ですか？

ゲートキーパーとは、周りの人のこころのサインに気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な資格はいりません。悩んでいる人に寄り添い、話を丁寧に聞くことは、悩んでいる人の「孤独・孤立」を防ぎ、こころの支えに繋がります。「いのちの門番」とも言われています。



表 講座内容

	日時	会場	内容
1 日 目	11月16日(土) 午後1時～4時	市役所7階 701会議室	■こころの健康づくりについて ☎落裕太氏(久留米ヶ丘病院精神科医) ■ゲートキーパー講習【講義編】 ☎新満奈緒子氏(東京公認心理師協会 公認心理師)
2 日 目	11月30日(土) 午前9時半 ～午後0時半		■知って安心 セーフティネット～市の制度を紹介～ ・生活困窮者の支援について ・精神障害者の制度について ・DV被害等の相談について ・高齢者のための総合相談窓口(地域包括支援センター)
3 日 目	12月7日(土) 午前9時半 ～午後0時半		■ゲートキーパー講習【実践編】～ロールプレイで体験してみよう～ ☎新満奈緒子氏(東京公認心理師協会 公認心理師) ■地域活動の紹介～実践者から話を聞こう～ 下記団体で活動に関わっている方から話を聞きます ・東久留米市健康づくり推進員 ・滝山ふれあい子ども食堂 ・防災まちづくりの会・東久留米

また、公立小・中学校の給食費無償化についても進展がありました。東京都では、都内自治体が公立小・中学校の給食費無償化等の取組を行った際、その費用の一部を補助する事業を行ってききましたが、その財政支援を受けた上でも、それでもなお多くの費用が必要になるため、当市では給食費無償化の実施を見送ってきました。一方で、都内の他市とともに、東京都へ補助制度の更なる拡充を要望してきたところ、その声を受け止めていただき、都内市町村向けの特例として給食費無償化事業の補助制度が拡充されることとなりました。本市でも、この補助制度を活用して、3学期からの給食費無償化の実施に向けて対応してまいります。実施に向けては、少なからず増える自治体負担への対応も必要であります。今後、引き続き厳しい財政状況ではありますが、創意工夫のもと、より良い教育環境を整えられるよう努めてまいります。

万人以上の方に友だちになっていただきました！市公式アカウントと友だちになることで、市民の皆様はLINEから簡単に各種オンライン申請を行え、また、市からのお知らせについては、ご希望に沿ったジャンルの情報を受け取ることができるようになります。

このほかにも、公立小・中学校の保護者の皆様への機能として、LINEから学校に欠席連絡ができるようになります。これは、保護者ご本人が登録すればすぐにお使いいただけます。また、学童保育所をご利用中の保護者の皆様への機能として、お子様が学童保育所に登所・降所した際、その旨の通知も受け取ることができるようになります。

こうした取り組みにより、デジタル(技術)の利便性を実感いただきながら、更に安全・安心につながる機能を提供し、本市のLINE公式アカウントを子育て世帯を始めとした市民の皆様プラットフォームになるよう、充実化していきます。



市長就任以来、様々な取り組みをさせていただいておりますが、「人にやさしいデジタル化」の取り組みの1つとして、「東久留米市LINE公式アカウント」がスタートし、10月1日時点ですでに1



10月31日(木)納期限	
納期内納付にご協力ください 図納税課 ☎042・470・7729	
市民税・都民税・森林環境税(普通徴収)	第3期
国民健康保険税	第4期
後期高齢者医療保険料	第4期
介護保険料	第4期

市民税・都民税・森林環境税の公的年金等からの引き落としが始まる方へ

対象の方は10月より、6年度市民税・都民税・森林環境税の公的年金等からの引き落とし(特別徴収)が始まります。

※原則、次のすべてを満たす方
①6年4月1日時点で65歳以上の方
②今年度新たに公的年金等からの特別徴収の対象となった方(前年度から継続の方は、4月より既に引き落としが始まっています)

※対象の方には、6年度税額決定・納税通知書を送付しています。

図課税課市民税係 ☎042・470・7777(内線2333・2337)



市庁

7年度学童保育所入所申し込みの受け付け

図11月25日(月)～29日(金)・12月2日(月)～5日(木)・7日(土)が午前8時半～午後5時、6日(金)が午前8時半～午後8時

※市内の小学校に在籍または市内在住で市外の小学校に在籍する7年4月に新1年生・新6年生になる児童

図11月1日(金)から児童青少年課(市役所2階)・各学童保育所で配布予定の入所案内、広報11月1日号または市庁でご確認ください ☎042・470・7735

東京都母子及び父子福祉資金・女性福祉資金の貸付け

都では、ひとり親家庭の方、経済的に自立して安定した生活を送るために必要な資金をお貸ししています。

図▼母子及び父子福祉資金
Ⅱ原則として都内に6カ月以上居住する母子家庭の母親・父子家庭の父親などで、20歳未満のお子さんを扶養している方▼女性福祉資金
Ⅱ原則として都内に6カ月以上居住する配偶者がいない女性で、次の①・②のいずれかに該当する方
①親・子・兄弟姉妹などを扶養している方(所得制限無し)
②年間所得が203万6000円以下で、母子家庭の母親として20歳未満の子を扶養したことのある方または

婚姻歴のある40歳以上の方
※いずれも貸付けが自立につながる判断され、償還の計画を立てることができ、貸付が対象となります。

貸付けの種類・申請方法
能習得・転宅・修学などの目的ごとに資金の種類が分かれています。申請は事前予約の上、児童青少年課(市役所2階)へ

※審査の結果、貸付けができない場合があります。
償還方法
資金ごとに設定されている期限内に償還していただきます。連帯保証人の有無によって利子(年1%)が掛かる場合があります

図同課助成支援係 ☎042・470・7736

ファミリー・サポート・センター会員募集

ファミリー・サポート・センターは、お子さんを預けたい人、協力したい人からなる有償の相互援助活動です。

利用したい人、協力したい人ともに、まずは事業説明会にご参加ください。
図11月11日(月)午前10時～11時
場わくわく健康プラザ2階 社協会議室
定先着10人(事前予約制)
図事前送付資料、入会希望者(保護者)の顔写真、本人確認書類(健康保険証、運転免許証など)
他登録後、会員同士の顔合わせあり、サポート会員は講習会(7年6月予定)の受講が必要で、図同11月5

高齢者・福祉

10月30日(水)
さいわい福祉センター
一部利用停止

工事に伴う断水のため、10月30日(水)は施設貸し出し、日中一時支援、入浴サービスが利用できません。
皆さんご理解とご協力をお願いします。

図10月31日(木)は、通常通り利用可能ですが、状況により利用できない場合があります

視覚障害者向けスマートフォン体験会

スマートフォンを持つていない方や、操作に不慣れな視覚障害のある方が、たのしみながらスマートフォンを活用を体験できる教室形式のプログラムです。
図全6回。11月1日・8日・15日・22日・12月6日・13日
いずれも金曜日午前9時半～午後0時半
場さいわい福祉センター
図基本操作や視覚障害者向けアプリの紹介
図市内在住で原則全回参加でき、スマートフォンをお持ちでない、または使い慣れていない視覚障害のある方およびその介助者(障害者手帳の有無不問)
図4人(応募多数の場合は抽選。結果は応募者全員に通知)

障害児者ハロウィンパレード

市内の放課後等デイサービスに通っている障害のある子どもや卒業した青年達が、手作りの衣装を着て市内をパレードするイベントです。地域の方々のふれ合いを通じて障害のある子どもや青年達への理解を広げ、地域で生活していくための土壌づくりを目指しています。パレードを見かけたら気軽に「ハッピーハロウィン」と声をかけてください。
図10月30日(水)午後4時15分～4時45分(予定)
場市役所東久留米駅西口の間
図市障害児者ハロウィンパレード実行委員会(特定非営利活動法人ゆうてんと)委員長・芦野 ☎042・420・1850
(4面へ続く)

師都の委託による専門講師
時ご自身のスマートフォン(お持ちの方のみ)
他主催は都
図10月24日(木)午後4時まで
に、都アクセシビリティ向上支援事務局宛て電話 ☎03・6386・5470(平日午前9時～午後5時)またはFAX(03・5249・3558)で。FAXの場合は、氏名・住所・電話番号・メールアドレス、貸出スマフォンの希望の有無・所有スマフォンのある場合は機種を記入の上、送信を同事務局

11月の無料相談

相談内容(定員)	相談日	時間	相談員	予約開始日時	場所	問い合わせ先					
法律相談(各日8人)	6日(水)	午前10時から	弁護士	10月24日(木)	市役所 2 階 相談室	各予約開始日の午前8時半から電話で生活文化課 ☎042・470・7738					
	13日(水)			11月14日(木)							
	20日(水)										
	27日(水)										
不動産・相続・会社の登記等相談(5人)	6日(水)	午後1時から	司法書士	10月22日(火)			市商工会館	市商工会 ☎042・471・7577			
表示登記・土地の境界等登記相談(4人)		午前10時から	土地家屋調査士								
相続・遺言・成年後見等手続き相談(5人)	13日(水)	午後1時から	行政書士	11月7日(木)					各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061		
税務相談(5人)	20日(水)	午後1時半から	税理士	11月12日(火)							
人権・身の上相談(4人)			人権擁護委員	11月14日(木)							
不動産取引相談(5人)	7日(木)	午後1時から	宅地建物取引士	10月24日(木)						市役所 2 階 相談室	各予約開始日の午前8時半から電話で生活文化課 ☎042・470・7738
交通事故相談(5人)	27日(水)	午前10時から	弁護士	11月21日(木)							
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談(4人)			社会保険労務士								
女性の悩みごと相談(各日4人)	8日(金)	午前10時半～午後4時半	女性カウンセラー	10月23日(水)	市役所 2 階 相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061					
	11日(月)			11月6日(木)							
	18日(月)										
	25日(月)										
女性弁護士による法律相談(4人)	1日(金)	午前9時半～午後0時半	女性弁護士	10月18日(金)			市役所 2 階 相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061			
経営相談	平日	午前10時半～午後4時半	市商工会経営指導員	前日まで予約可							
相談内容	相談日	時間	相談員	場所					問い合わせ先		
耐震相談	11月は実施しません(次回は12月6日(金)実施予定)								施設建設課 ☎042・470・7756		
教育相談 ※電話相談も可	火曜～土曜日	午前10時～午後5時 (滝山のみ水曜日は6時まで)	教育相談員	中央相談室 (成美教育文化会館内教育センター)					中央相談室 ☎042・473・3667		
	月曜～金曜日			滝山相談室 (西部地域センター内)					滝山相談室 ☎042・475・8909		
母子・父子相談	開庁日	午前8時半～午後5時	母子・父子自立支援員	市役所 2 階 児童青少年課					児童青少年課 ☎042・470・7736		
知的障害者相談	6日(水)	午前10時～正午	知的障害者相談員	市役所 1 階 相談室					前月末までに障害福祉課 ☎042・470・7747 FAX042・475・8181		
心身障害者(児)相談	平日	午前9時～午後5時	さいわい福祉センター支援員	さいわい福祉センター	さいわい福祉センター ☎042・477・2711						
職業相談	開庁日		ハローワーク三鷹職員	市役所 2 階 ワークコーナー	直接会場で						
住宅増改築相談	14日(木)	午前10時～正午、午後1時～4時	市住宅増改築等幹旋事業登録団体協議会	市役所 1 階 屋内ひろば		市消費者センター ☎042・473・4505					
消費者相談	平日		消費生活相談員	市役所 2 階 生活文化課							
行政相談	13日(水)	午前10時～正午	行政相談委員	市役所 2 階 生活文化課	生活文化課 ☎042・470・7738						
生活困窮者自立相談	開庁日	午前9時～午後4時	相談支援員	市役所 1 階 福祉総務課	福祉総務課 ☎042・470・7741						

(3面から続く)

認知症介護者家族会

認知症の方を介護するご家族の方、一人で介護の悩みをかかえていますか。日々のことや心配ごとなど、気軽に話し、ほっとできる場所として開催しています。11月は中部地域包括支援センター主催です(東部・西部地域包括支援センターは12月に開催します)。

対象地域学園町・ひばりが丘団地・本町・中央町・幸町・南沢・前沢一〜三丁目・南町

日場11月11日(月)午後1時15分〜2時半。中央町地区センター第1会議室
申間中部地域包括支援センター ☎042・470・8186 または ☎042・451・5121へ

認知症サポーター養成講座

認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。たとえ認知症になっても、地域のサポートがあれば、住み慣れた地域で暮らすことができます。認知症を正しく理解し、認知症の方やご家族をあたためる目で見守る「応援者」として認知症サポーター養成講座を受講しませんか。認知症の予防方法も一緒に学びます。

日11月13日(水)午後2時〜3時半(1時半から受け付け)
場中央町地区センター第3・4会議室

内認知症の正しい理解や接し方、サポーターとしてできることなど。受講修了者には、「認知症サポーターカード」を差し上げます

市内在住・在勤で認知症サポーター養成講座を受講したことのない方

定先着40人

他中部地域包括支援センター主催

申10月15日(火)〜11月6日(水) 日曜日・祝日を除く
電話で中部地域包括支援センターへ。手話通訳が必要の方は住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上、FAXで送信を。

同日地域包括支援センター ☎042・451・5121、またはFAX042・451・5123

さいわい福祉センター機能回復訓練利用者募集

利用期間初回利用から6カ月間

内運動療法個別指導(家族も含む) 補装具(車いす、下肢装具、つえなど)の製作・修理の相談、使用練習

▼整形外科医師相談

次の①〜③のすべてに該当する方 ①市内在住で15歳〜64歳の方 ②介護保険サービスの利用対象でない方 ③医療行為を終え症状が安定し、在宅で訓練を継続するための指導を希望する方 定若千名(随時募集中)
申間同センター ☎042・477・2711(平日午前9時〜午後5時)

住環境

119番通報がつながりにくくなっています

119番通報は東京消防庁管内の多摩地域では立川市、23区では千代田区にある災害救急情報センターにつながり現場に近い消防隊、救急隊へ指令されます。昨年東京消防庁が受け付けた119番通報は110万2956件で、今年も昨年に迫る勢いでつながりにくい時間帯も発生しています。

市、23区では千代田区にある災害救急情報センターにつながり現場に近い消防隊、救急隊へ指令されます。昨年東京消防庁が受け付けた119番通報は110万2956件で、今年も昨年に迫る勢いでつながりにくい時間帯も発生しています。

119番通報がつながりにくい場合の対処法
①通報時は、つながるまで電話を切らないでください
②消防署でも24時間通報を受け付けています
③緊急性を要しない問い合わせは、#7119や各専門ダイヤル(東京消防庁参照)に連絡してください。

閏東久留米消防署防火査察係 ☎042・471・0119



東京消防庁



お知らせ

市民みんなのまつり

市内商工業者による即売会・模擬店、市内で採れた新鮮な農産物などの品評会・即売会、創作ダンスのステージなど、楽しく見どころある企画が盛りだくさんです。

日11月9日(土)正午〜午後5時(開会式は午前11時から)
10日(日)午前10時〜午後4時
場東久留米駅西口〜市役所1階屋内・屋外ひろば他
他詳細は、広報11月1日号でお知らせします ▼ステージでは手話通訳あり



昨年開催時の様子

当日はかなりの混雑が予想されます ▼会場は歩行者天国となるため自転車などの乗り入れはできません ▼会場までは公共交通機関をご利用ください
閏産業政策課企画係 ☎042・470・7743

社会保険労務士による無料相談会

日10月23日(水)午後1時半〜4時

場市役所1階屋内ひろば

相談内容 年金、社会保険(健康保険、雇用保険、介護保険)、労働問題(賃金未払い、解雇など)

費無料

申当日会場

閏生活文化課 ☎042・470・7738



親子で作る竹細工

日本伝統の竹細工によるものづくりの楽しさを学び、手作りの遊びを体験しましょう!今回は真竹を使い、竹けん玉・竹のほら貝・文具トレイを作ります。

日11月17日(日)午前10時〜正午頃(予定)
場市役所7階703会議室
対小学生(4年生〜6年生)、保護者同伴
定先着10組
師渡部國夫氏(元静岡県富士竹類植物園竹笹の会会員)
持筆記用具、ウェットティッシュ

他主催は市市民環境会議環境学習部会
申10月20日(日)正午〜25日(金)午後5時に、申し込みフォームで
閏環境政策課計画調整係 ☎042・470・7753



申し込みフォーム

高齢者のみまもりに関する支援をご案内します

市では、高齢者のみまもりに関する事業を多数実施し、さまざまな視点から高齢者のみまもりに取り組んでいます。日常生活の中で、「いつもと違う」「何かおかしい」と感じたら、担当の地域包括支援センターへご相談ください。

各事業は下表の通り、対象となる方の要件などがありますので、詳細は担当までお問い合わせください。

表 高齢者のみまもりに関する事業一覧

事業名	対象者	内容	担当
みまもりネットワーク事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、介護保険など定期的な公的サービス未利用の方	みまもり協力員が高齢者に声掛けや遠いみまもり(郵便物の確認など)を行います。地域包括支援センターで相談の上、個別に計画します。	東部地域包括支援センター ☎042・473・9996 または同本部 ☎042・428・7788
配食サービス事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、日常生活(食の確保)に支障があり、定期的な安否確認を要する方	バランスのとれた食事で健康保持を図り、定期的な触れ合いで安否確認をします。最大週4食まで可能。申請に基づき決定します。1食500円。	中部地域包括支援センター ☎042・470・8186 または同本部 ☎042・451・5121
あんしん生活調査	「75歳以上のひとり暮らし」または「高齢者のみの世帯(75歳以上の方がおり、ほか全員が65歳以上の方である世帯)」	高齢者の方がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、生活状況等を把握する調査です。調査内容は、介護福祉課および地域包括支援センターにて保管します。	西部地域包括支援センター ☎042・472・0661 介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777 (内線2501〜2503)
救急通報システム事業	65歳以上のひとり暮らしまたは病弱な高齢者のみの世帯で、心臓疾患などで常時注意を要する方など	直接消防署へ連絡できる機器を貸与します。NTTの電話回線と協力員が2人必要(おおむね500m以内に居住している方)。所得により負担額が異なります。	福祉総務課高齢者福祉係 ☎042・470・7777 (内線2508)
友愛活動(東久留米市シニアクラブ連合会)	シニアクラブ連合会に加入している老人クラブの活動区域で、ひとり暮らしをしている高齢者の方や高齢者世帯など	見守りなどが必要な方に対して、シニアクラブ連合会の会員が、電話や声掛けで安否確認を行い、家庭訪問をして話し相手になることで孤立感を解消します。	市社会福祉協議会 ☎042・475・0739
ミニデイホーム・子育てサロン活動	主に日中に孤立しがちなひとり暮らし高齢者、障害者、乳幼児を抱える親など	趣味・健康・交流活動などを通して顔の見える関係をつくれます。月1〜2回。	東京都防災・建築まちづくりセンター ☎03・5989・1784
あんしん居住制度	都内(島しょは除く)にお住まい、あるいはこれからお住まいになる高齢者など	「生活リズムセンサー」「緊急通報装置」「携帯用ペンダント」により、24時間安否確認と緊急対応を行います。	

表 開放教室一覧

学校名	開放教室	定員	椅子・机の有無
第一小学校	第2音楽室	40人	有
第三小学校	プレイルーム	50人	無
第九小学校	視聴覚室	40人	無
神宝小学校	なのはな学級スマイルルーム	20人	有
	家庭教室	40人	有
久留米中学校	会議室	40人	有
	多目的室	100人	有
東中学校	図書室	40人	有
西中学校	図書室	40人	有
南中学校	茶道室	30人	無
大門中学校	図書室	40人	有
下里中学校	図書室	40人	有
	第2音楽室	40人	有
中央中学校	第2音楽室	40人	有
	図書室	40人	有



市HP

任期などおおむね6年11月
〜7年3月(編集委員に欠
員が生じたため、前任者の



市HP

小・中学校特別教室
を開放しています
市民のサークル活動や文
化・芸術などの生涯学習活
動の場として、市内小・中
学校の一部の教室を開放し
ています。なお、利用には
団体登録が必要です。
開放教室左表の通り
登録対象団体5人以上で、
半数以上が市内在住・在勤
・在学の方で組織する、営
利・特定の政治または宗教
を目的としていない社会教
育関係団体
使用料免除
団体登録の受付生涯学習課
(市役所6階)で随時受け付
けています。団体の規約ま
たは会則および名簿をお持
ちください。なお、団体登
録後に直接利用する学校で
の手続きが必要となります
問 同課生涯学習係 ☎042・4
70・7784

7年度小・中学校給
食利用資納入業者指
名参加登録受け付け
市立学校給食利用資納入
業者選定委員会は、7年度
の業者指名参加登録を次の
日程で受け付けます。
日 様式配付日 11月13日
月 25日(月) 受付期間 11
月14日(木)〜25日(月)
場 学務課(市役所6階)
注 各小・中学校との直接
の契約はありません 指名
参加登録を行わない場合、
納品できません
問 同課保健給食係 ☎042・4
70・7779

男女共同参画情報誌
「ときめき」
編集委員募集
募集の詳細は市HPをご覧
ください。

残任期間とする。任期終了
後再任の場合あり。月1
回の会議(平日午前10時か
ら)を予定
内 男女共同参画情報誌の企
画・取材・原稿作成や地域
情報の提供など
応 募 資格 市内在住で18歳以
上の方
募集人数 若干名(書類選考
および面接で決定)
申込期間 10月31日(木)まで
応募方法 応募の動機を40
0字程度にまとめ、住所・
氏名・年齢・電話番号・図
アドレスを記入の上、郵送
(〒203-8555、市役所
生活文化課男女共同参画係
宛て)、申し込みフォーム
(seikatsubunka@city.
higashikurume.lg.jp)ま
たは直接同課(市役所2階
へ持参を。応募書類は返却
しません
問 生活文化課男女共同参画
係 ☎042・470・7738

母子保健事業に従事
する保健師
募集の詳細は市HPをご覧
ください。

有償家事援助活動
「ふれあいサービス」
協力会員募集
「ふれあいサービス」は高
齢者や障害者、産前産後
にお困りの方が、住み慣れた
家で生活できるように家事
を手助けする地域の助け合
い活動です。空いている時
間で協力できる方(協力会
員)を募集しています。
内 次の中から提供できる内
容を選んで登録 食事の支
度 衣類などの洗濯・繕い
▼住居の掃除・整理▼生活

就職支援セミナー
日 11月25日(月)午後2時
〜4時が面接対策(座席)
26日(火)正午〜午後4時が書
類選考対策(個別)(1人当
たり50分程度) 27日(水)
午後2時〜4時が面接対策
(ロールプレイ)
場 市役所1階市民プラザホ
ール
注 雇用保険受給資格者
定 ①30人 ②16人 ③8人(い
ずれも予約制・先着順)
持 筆記用具、雇用保険受給
資格者証
申 電話で就職支援セミナー
受付センター ☎03・591
3・6910へ
問 ハローワーク三鷹職業相
談窓口 ☎0422・47・
8617

都立東久留米総合高
校公開講座
日 全6回。7年1月12日(日)
・18日(土)・2月1日(土)・3
月9日(日)・16日(日)・20日
(木)・①午前9時〜午後0
時35分 ②午後1時20分〜4
時55分
場 同学校内
内 ①フランス語初級(第3
期) ②フランス文学作品
購読(フルリストの失われ
た時を求めて)
定 各20人(応募者多数の場
合は抽選)
費 各2,000円(受講料)
注 注意事項あり。必ず同校
HPをご確認ください
申 11月25日(月)までに(消印

用品の買い物 話し相手・
朗読・代筆 外出・通院付
き添い ③その他
対 18歳以上で心身ともに健
康な方
費 年会費1,000円以上
謝 金 1時間あたり800
円
申 同市社会福祉協議会ふれ
あいサービス ☎042・473
・0294

市民・院内フォーラム
日 10月19日(土)午後3時から
場 前田病院1階待合室(中
央町5-13-34)
内 腰痛、足の痛みにも
う悩まないで 外科手術で
はないお試しができる脊髄
刺激療法
師 前田浩行氏(同病院院長)
費 無料
注 会場の収容人数に限りが
あります
申 事前に来院の上、申し込
みを
問 同病院 ☎042・473・2
133

有効、往復はがきに郵便
番号・住所氏名(ふりがな)
・年齢・性別・電話番号を
記入の上、〒203-0052、
幸町5-8-46、都立東久
留米総合高等学校公開講座
宛て郵送を
問 同校 ☎042・471・25
10

有効、往復はがきに郵便
番号・住所氏名(ふりがな)
・年齢・性別・電話番号を
記入の上、〒203-0052、
幸町5-8-46、都立東久
留米総合高等学校公開講座
宛て郵送を
問 同校 ☎042・471・25
10

有効、往復はがきに郵便
番号・住所氏名(ふりがな)
・年齢・性別・電話番号を
記入の上、〒203-0052、
幸町5-8-46、都立東久
留米総合高等学校公開講座
宛て郵送を
問 同校 ☎042・471・25
10

有効、往復はがきに郵便
番号・住所氏名(ふりがな)
・年齢・性別・電話番号を
記入の上、〒203-0052、
幸町5-8-46、都立東久
留米総合高等学校公開講座
宛て郵送を
問 同校 ☎042・471・25
10

市民伝言板

会員募集

- ◆富岡カラオケ教室=日 月2回。第2・第4月曜日午前9時半〜11時半 場 中央町地区センター 入会金1,000円、会費月1,500円 他 ピアノに合わせた発声をしてから、皆で歌の練習を楽しんでいます 問 アオイ ☎090・8843・1330
- ◆謡曲同好会萬融会=日 月2回。月曜日午前9時半〜正午 他 生涯学習センター 他 費 会費月3,000円 他 他 シテ方の能楽師と皆で大きな声で楽しむ。お茶タイムも楽しめます 問 池田 ☎090・4814・4271
- ◆リラックス健康体操=日 月3回。日曜日午後1時半〜3時 場 西部地域センター 入会金1,000円、会費月2,500円 他 じっくり効く体の硬い体力がない方、7秒ヨガツボリンパ体操(女性のみ) 問 池田 ☎042・475・8250
- ◆健康野球ブラックキャッツ=日 毎週木曜日午前8時半〜正午 場 滝山球場 費 会費月1,000円 他 他 スポーツに最適なシーズン、60歳以上の野球好きの仲間を楽しめます 問 佐藤 ☎090・8006・7823
- ◆東久留米ファイトーズ=日 毎週火曜日

午後3時〜5時半 場 南町運動広場 入会金1,000円、会費年6,000円 他 年齢男女不問。切磋琢磨、和気あいあいプレーを楽しんでいます 問 宝崎 ☎090・9323・8159

催し

- ◆こぼし祭り(ライフパートナーこぼし)=日 11月2日(土)午前10時〜午後3時 場 ライフパートナーこぼし(氷川台2-31-19) 費 無料 他 こぼし祭りを通して、たくさんの人に知ってもらいたいです 問 城間 ☎042・470・2385
- ◆チャリティコンサート歩む2024in自由学園(NPO法人日本視神経脊髄炎患者会)=日 10月20日(日)午後2時開演 場 自由学園記念講堂 入場料3,000円(学生1,000円) 他 演奏会の収益金は全額、患者会の活動に充てさせていただきます 問 同会 ☎080・8747・7388
- ◆まあるいヨガ(まあるいSHIRAヨガサークル)=日 11月7日(木)・21日(木)いずれも午前10時15分〜11時半 場 ミュージックサロン風花(新川町1-3-17) 費 参加費1,000円 他 心も身体もふわっと解れるヨガをしています 問 白石 ☎080・1816・4115



同校HP

市民伝言板(後期分)の 申し込み受付中

広報ひがくるめ「市民伝言板」の後期分(7年4月1日号分まで)を現在、受け付けています。

市民伝言板の申し込みは、原則、市HPの申し込みフォームからの電子申請となります。場所を問わずいつでも申し込み可能なため、ぜひご利用ください。

※郵送、電話、FAX、メールでの申し込みはできません。

※申し込みフォームでの申し込みが難しい方は、窓口でも受け付けが可能です。

市HPで掲載にあたっての詳細を必ずご確認ください

問 秘書広報課広報係 ☎042・470・7708



市HP