



↓**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7年12月1日現在) 人口116,600人(うち外国人3,262人)／前月比68増 男56,447人／前月比13増 女60,153人／前月比55増 世帯数57,511／前月比37増

市役所の窓口・施設の年末年始業務日程

施設名		年末年始休業日など
市役所本庁舎	市役所業務	12月27日(土)～1月4日(日)
	屋内ひろば 地下駐車場	12月29日(月)～1月4日(日) ※12月28日(日)は午後5時半まで、金融機関A T Mの 利用時間は各金融機関へお問い合わせください。
わくわく健康プラザ		12月27日(土)～1月4日(日) (同施設内の集会室および体育室は12月29日(月)～1月 3日(土)、休日診療は下表の通り)
連絡所(上の原・ひばりが丘 ・滝山)		12月27日(土)～1月4日(日)
図書館(中央・滝山・ひばり が丘・東部)		12月29日(月)～1月4日(日)
生涯学習センター(まろにえ ホール)		12月29日(月)～1月4日(日)
市民プラザ		12月29日(月)～1月4日(日) (12月28日(日)は午後5時まで利用可能)
地域センター(西部・南部・ 東部)		12月29日(月)～1月4日(日)
地区センター	滝山・ひばり が丘・大門町	12月28日(日)～1月4日(日)
	浅間町・野火 止・八幡町・ 南町・中央町	12月29日(月)～1月3日(土)
地域包括支援センター(東部 ・東部本部・中部・中部本部 ・西部) 在宅介護支援センター		12月28日(日)～1月4日(日) ※地域包括支援センター(東部本部・中部本部)は12月 27日(土)も休業。
さいわい福祉センター		12月27日(土)～1月4日(日) ※期間中の施設貸し出しはありません。日中一時支援 およびショートステイの利用について、緊急の場合 は、同センターへご相談ください。
コミュニティホール東本町		12月29日(月)～1月4日(日)
男女平等推進センター		12月27日(土)～1月4日(日)
消費者センター		

施設名		年末年始休業日など
教育センター	中央相談室	12月28日(日)～1月5日(月)
	滝山相談室	12月27日(土)～1月4日(日)
スポーツセンター		年末年始も開館 (12月27日(土)～1月4日(日)の閉館時間は午後9時半)
青少年センター		12月29日(月)～1月3日(土)
こども家庭センター(滝山) 地域子育てひろば上の原		12月28日(日)～1月4日(日) ※12月27日(土)は館内整理日のため全館休館(相談業務は通常通り)。地域子育てひろば上の原は12月26日(金)も館内整理日のため休館。
児童館(あおぞら・中央・けやき・ひばり)		12月29日(月)～1月3日(土) ※1月4日(日)はけやき児童館のみ休館。
郷土資料室		12月26日(金)～1月5日(月)

◆年末年始の各種サービス提供に関して

サービス名	年末年始のサービス提供について
コンビニ交付サービス	12月29日(月)～1月19日(月)はサービスを停止します。
住民票の電話・オンライン予約サービス	12月26日(金)午後5時～1月4日(日)は予約ができません。予約済み住民票の受け取りは年末年始も可能です。
出生・死亡・婚姻届などの戸籍関係届け出	12月27日(土)～1月4日(日)は、市役所 1 階時間外受付窓口で受け付けます。
図書館の返却ポスト	東久留米駅西口・東口は12月28日(日)～1月4日(日)に閉鎖。滝山図書館は12月29日(月)～1月4日(日)に閉鎖。中央・ひばりが丘・東部の各図書館は閉鎖しません。
公共施設予約システム	通常通り、予約の申し込み・抽選申し込みが可能です。窓口での抽選申し込み・随時申し込みは、窓口開設中をお願いします。

◆年末年始の昭和病院・保健所

公立昭和病院 ☎042・461・0052	12月27日(土)～1月4日(日)は、一般外来診療を休診します。救急診療は通常どおり行いますが、重症重篤患者の診療が優先されるため、待ち時間が長くなる場合があります。受診の際は、必ず電話で事前に連絡をしてからご来院ください。また、紹介状の持参がない場合は、国の方針(規定)に従い選定療養費として7,700円をご負担いただきます。
多摩小平保健所 ☎042・450・3111	12月27日(土)～1月4日(日)は休業します。

けんこうとイベント・講座は7・6面に掲載しています

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

休日・準夜間診療

保険資格が確認できるものをご持参ください
(資格確認ができないと自費診療になります)
受診時は必ず事前に電話でご連絡ください。

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)
※インフルエンザ等の流行時期は大変混雑することがあります。
混雑状況により、診療可能な人数に達した場合は、受付時間内でも受付を終了する場合があります。

内科・小児科※薬の処方最低限の日数です。
12月21日・28日・30日・31日、1月2日・4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)
1月1日＝石橋クリニック(東本町8－9、☎042・477・5566)
1月3日＝東久留米ひがき内科クリニック
(本町1－13－1－101、☎042・420・6678)

歯科
12月21日・28日～31日、1月1日～4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)

12月21日・29日・31日、1月2日・4日＝滝山病院
(滝山4－1－18、☎042・473・3311)
12月28日・30日、1月1日・3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、☎0570・01・3399)
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)

けんこう

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。7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6年4月1日～7年3月31日生まれの方**▼第2期**=平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの方**㊦**▼第1期分は1歳の誕生月に発送します。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**▼**ワクチンの供給が不足していたことを受け、6年度の麻しん風しん混合ワクチンの定期接種対象の方については、9年3月31日まで接種期間が延長されました。接種がお済みでない方はご検討ください**㊦**同係 ☎042・477・0030

子宮頸がん検診

㊦8年1月31日(土)までの診療時間内**㊦**下表の実施医療機関**㊦**問診・視診・内診・子宮頸部の細胞診**㊦**市内在住の20歳以上の女性で、7年12月31日時点で奇数年齢の方。ただし、次の①または②に該当する方は、ご遠慮ください。①現在、治療中または経過観察中の方②過去に子宮頸がん精密検査で異常を指摘された方**㊦**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)**㊦**本人確認書類**㊦**▼不正出血・生理時には受診できません**▼**「子宮体がん検診」ではありません**㊦**受診結果は約1カ月後に市から郵送**㊦**健康課特定健診係 ☎042・477・0013

子ども相談

㊦12月24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

食事・健康相談(保育付き)

自身や家族の食事内容や健康について心配なことはありませんか。生

活習慣病の予防や、普段の生活をより健康的に見直したい方に対して、管理栄養士・保健師が相談にのります。ご本人のほか、家族からの相談もできます。保育付きなので子育て中の方も気軽にご利用いただけます。

㊦8年1月6日(火)午前9時～11時45分(予約制。1人30分程度)**㊦**わくわく健康プラザ1階**㊦**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**㊦**健康診断の結果表、食事記録など**㊦**生後5カ月～未就学児の保育あり**㊦**市**㊦**㊦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**㊦**同係



わくわくウォーキング教室 &健康づくり応援アプリ『るめナビ』活用説明会

前半では、運動指導士から正しい歩き方やストレッチ方法など学び、後半ではウォーキングマップ「わくわく歩くるめマップ」や市内の見どころが詰まった「東久留米市健康づくり応援アプリ『るめナビ』」を活用し、ウォーキングの継続方法などについてご紹介します。

㊦8年1月23日(金)午後1時15分～4時(1時から受け付け)**㊦**市民プラザ(市役所1階)**㊦**▼わくわく歩くるめマップ2「落合川コース」周辺を健康運動指導士と歩きます**▼**健康づくり応援アプリ『るめナビ』の活用方法を講師が紹介します**㊦**市民の方(るめナビ未登録の方優先)**㊦**先着20人(予約制)**㊦**飲み物、タオル、筆記用具、スマートフォン(アプリの紹介で使用)**㊦**動きやすい服装、スニーカー、帽子、リュックなどで参加を**㊦**12月15日(月)午前8時半から市**㊦**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**㊦**同係



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

わらべうたスマイル講座

㊦12月17日(水)午前10時半～11時半**㊦**

わらべうたと育児の悩み相談**㊦**0～1歳児と保護者**㊦**原悠子氏**㊦**当日会場で

スポーツで元気

㊦㊦8年1月6日(火)①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②午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん③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**㊦**「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び**㊦**③のみ15組**㊦**飲み物**㊦**動きやすい服装で**㊦**①②当日会場で③12月23日(火)午後1時半から電話または来館で

ベビーマッサージ

㊦8年1月9日(金)午前10時～10時半と10時50分～11時20分の2部制**㊦**首が据わった9カ月までのお子さん**㊦**各部8組**㊦**鈴木あゆみ氏**㊦**バスタオル、飲み物**㊦**動きやすい服装で**㊦**12月22日(月)午前10時から電話または来館で

ベビーヨガ

㊦8年1月16日(金)午前10時～10時45分**㊦**首が据わった12カ月までのお子さん**㊦**8組**㊦**崎田千佳子氏**㊦**バスタオル、飲み物**㊦**予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください**㊦**動きやすい服装で**㊦**1月5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

㊦12月16日(火)・23日(火)いずれも午後3時50分から**㊦**絵本の読み聞かせや素話など**㊦**小学生**㊦**協力はおはなしくぬぎ、中央図書館**㊦**当日会場で

囲碁教室

㊦12月17日(水)午後3時から**㊦**囲碁のルールを学び、楽しもう!!**㊦**小学生**㊦**富村榮治郎氏**㊦**当日会場で

サーキットの日

㊦12月20日(土)午前11時から**㊦**サーキット遊びで体を動かそう!**㊦**乳幼児と保護者**㊦**当日会場で

リバーシ大会

㊦12月27日(土)午後3時～4時**㊦**トーナメント戦または総当たり戦**㊦**小学生以上**㊦**当日会場で

環境整備の日

㊦12月28日(日)午後3時半から**㊦**みんなで児童館をきれいにしよう**㊦**当日利用者全員**㊦**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

㊦12月16日(火)午前11時～11時25分**㊦**絵本の読み聞かせや手遊びなど**㊦**乳幼児と保護者**㊦**みくりおはなしの会**㊦**当日会場で

リバーシ大会

㊦12月18日(水)午後3時半から**㊦**小学生以上**㊦**当日会場で

伝承遊びの日

㊦12月24日(水)午後3時半から**㊦**小学生以上**㊦**当日会場で

環境整備の日

㊦12月25日(木)午後3時半から**㊦**児童館をきれいにしよう**㊦**当日利用者全員**㊦**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

ぴよぴよママの会

㊦12月17日(水)午前10時～11時半**㊦**体重測定、育児相談**㊦**0歳児と保護者**㊦**助産師**㊦**バスタオル、母子健康手帳**㊦**当日会場で

交通安全・防犯教育の日

㊦12月24日(水)午後3時半から**㊦**冬休みに向けた交通安全と防犯の話**㊦**利用者全員**㊦**田無警察**㊦**当日会場で

環境整備の日

㊦12月25日(木)午後3時半から**㊦**児童館や近隣をきれいにしよう**㊦**利用者全員**㊦**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

十小なかよし広場

㊦12月19日(金)午前10時～11時半**㊦**第十小学校多目的教室**㊦**お子さんと遊びながら育児の情報交換**㊦**乳幼児と保護者**㊦**徒歩か自転車で来場を**㊦**当日会場で

手作り布おもちゃの会

㊦8年1月6日(火)・20日(火)いずれも午前10時～11時半**㊦**同センター地域活動室**㊦**オリジナルの布おもちゃ作り**㊦**0歳児と保護者**㊦**各6組**㊦**縫い針、はさみ**㊦**材料は1セット無料で用意**㊦**12月16日(火)午前10時から電話または同センターで

わくわく赤ちゃん広場

㊦㊦8年1月14日(水)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、28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**㊦**親子の触れ合い遊び、ねんねの会は助産師、はいはいの会は栄養士による相談、体重測定**㊦**各10組**㊦**バスタオル、母子健康手帳**㊦**きょうだいの保育あり(先着各3人)**㊦**12月17日(木)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

六小なかよし広場

㊦12月18日(木)午前10時～11時半**㊦**第六小学校プレイルーム**㊦**お子さんと遊びながら育児の情報交換**㊦**乳幼児と保護者**㊦**スリッパ**㊦**徒歩か自転車で来場を**㊦**当日会場で

上の原赤ちゃん広場

㊦㊦8年1月9日(金)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、23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**㊦**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**㊦**各10組**㊦**バスタオル、母子健康手帳**㊦**きょうだいの保育あり(各回先着3人)**㊦**12月22日(月)午前10時から電話または同ひろば上の原で

ちびっこ育児 おしゃべり広場

㊦8年1月13日(火)午前10時～11時半**㊦**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**㊦**1～2歳児の保護者**㊦**8人**㊦**お子さんの保育あり(要予約)**㊦**12月16日(火)午前10時から電話または同ひろば上の原で

表 子宮頸がん検診 実施医療機関一覧

医療機関名	所在地・電話番号・申込方法	診療時間
アルテミスウイメンズホスピタル	中央町1-1-20 ※駐車場あり。 ★要web予約 (同院㊦から)  同院㊦	㊦ ㊦午前9時～午後0時半、午後2時～4時 ㊦ ㊦午前9時～午後0時半
ベルフェ滝山マタニティクリニック	滝山5-3-6 ☎042・477・3503 ※駐車場あり。 ★要予約(外来診療時間に電話受付)	㊦ ㊦月曜・火曜・金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時20分 ㊦ ㊦水曜・土曜日 午前9時～午後0時20分
長生医院	滝山7-3-17 ☎042・473・1117 ※駐車場あり(2台)。 ※当日受付可	㊦ ㊦月曜・火曜・木曜・金曜日 午前9時～11時、午後2時半～5時 ㊦ ㊦土曜日 午前9時～11時
公立昭和病院	小平市花小金井8-1-1 ☎042・466・1800 ※駐車場あり(有料)。 ★要予約(平日午前9時～午後4時に電話受付)	㊦ ㊦水曜日 午後2時半～4時

西部NP講座

「Nobody's perfect～完璧な親なんていない!」初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。互いの悩みや育児に関することを皆さんと話し合い、自分にあった子育ての仕方を学び合います。子育て仲間を作って楽しい子育てをしましょう。

日全6回。8年1月22日～2月26日の毎週木曜日午前10時～正午場わくわく健康プラザ2階会議室市内在住の乳幼児を子育て中の方で、全6回参加できる方定10組注同講座の参加は1世帯1回のみ他お子さんの保育あり申問12月18日(休)午前10時から電話(☎042・420・6743)または直接こども家庭センター滝山ひろばへ

冬の星空を楽しもう

冬の星座やささまざまな宇宙のお話を聞いて、生涯学習センター屋上から冬の星座を見つけましょう。自宅で作れる星座早見盤を持ち帰りいただけます。

日8年2月20日(金)午後5時半～7時場生涯学習センター学習室1・2(星空観察は屋上)対小学生以上(小中学生は保護者同伴必須)定先着18人師大樂陽子氏(なかのZEROプラネタリウム解説員)費600円持筆記用具申1月10日(土)午前9時から電話または同センターへ問同センター☎042・473・7811(休館日を除く午前9時～午後9時)

図書館

年始特別企画「本の福袋」

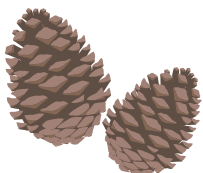
新年の図書館で、スタッフが設定したテーマに沿った本が入った「本の福袋」を貸し出します。

日8年1月5日(月)から無くなり次第終了場中央・滝山・ひばりが丘・東部の各図書館注中央図書館以外の各館には駐車場がないため、車での来館はご遠慮ください問中央図書館☎042・475・4646、滝山図書館☎042・471・7216、ひばりが丘図書館☎042・463・3996、東部図書館☎042・470・8022

よもう! あそぼう! かがくのほん「まつぼっくりが、あったとさ」

実験と科学の絵本の読み聞かせイベントです。今回のテーマは「松・まつぼっくり」。公園などで見つかるまつぼっくりって松の子ども?まつぼっくりの秘密を探ってみよう。

日8年1月25日(日)午前10時半～11時半場中央図書館1階北開架室内観察と実験、関連本の読み聞かせや展示対小学生定先着12人持筆記用具他協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとほんと」申12月15日(月)～8年1月24日(土)に電話または直接同館カウンターへ(休館日を除く)問同館☎042・475・4646



文化

バレンタインコンサート 2026

宝塚&劇団四季出身の溪なつき氏と、同じく劇団四季出身の五大輝一氏が歌う愛の歌の数々。バレンタインに甘い時間をご堪能ください。

日8年2月8日(日)午後2時開演(1時半開場)場市役所1階屋内ひろば内▼出演=溪なつき氏(宝塚&劇団四季出身)、五大輝一氏(劇団四季出身)、坂本貴啓氏(ピアノ他)▼主な演奏曲=宝塚「ベルサイユの薔薇」より『愛あればこそ』、リトルマーメイドより『哀れなものたち』『パーフェクトオブユアワールド』他定先着160人費入場料1,000円注3歳未満の乳幼児のみ膝上鑑賞可。座席を使用するの観賞はチケットが必要です申12月22日(月)から市民プラザ(市役所1階)、西部・東部・南部の各地域センター窓口でチケット販売(電話予約不可)問同プラザ☎042・470・7813



溪なつき氏



五大輝一氏

サークル見学会☆参加団体募集

生涯学習センターで活動しているサークル団体を一般の方が気軽に見学できるイベント「サークル見学会」の参加団体を募集します。

日8年3月1日(日)～31日(火) ※各団体の都合のいい日程・時間帯で随時開催場生涯学習センター対同センターで活動をしているサークル(団体)費無料 ※生涯学習センターの貸室利用料は通常通り発生します。申12月15日(月)～8年1月31日(土)に直接同センター窓口へ問同センター☎042・473・7811(休館日を除く午前9時～午後9時)

スポーツ

ジュニアクライミング体験教室

日8年1月6日・20日、2月3日・17日のいずれも火曜日午後6時45分～8時15分場スポーツセンター第1体育室対小・中学生師市山岳連盟持靴下(シューズは貸し出し)他主催は都・都スポーツ協会・市体育協会申当日会場で問市体育協会事務局☎042・470・2722

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。はじめての方もおひとりの方もスタッフがお相手します。つなひき練習会も開催します。

日8年1月10日(土)午前10時～午後4時(入退場自由。都合のよい時間にどうぞ)場スポーツセンター第1体育室内つなひき、ボッチャ、モルッ

ク、ミニテニス、ラージボール卓球、ソフトバレーボール、ネオテニス、輪投げ、キッズコーナー(バルーン、ドッジビー、フラフープ、なわとび)他費100円(未就学児無料)持室内履き(運動靴)、飲み物(フタ付き)他▼1人での参加可▼運動ができる服装で申当日会場で問生涯学習課☎042・470・7784



クライミング体験教室

日8年1月13日、2月10日、3月10日のいずれも火曜日午後7時～9時場スポーツセンター第1体育室内トップロープによるスポーツクライミング体験対高校生以上のクライミング初心者定10人程度師市山岳連盟費1,000円持靴下(シューズは貸し出し)他主催は同連盟申当日会場で問同連盟・藤重☎090・4240・6393

冬季オープン バasketボール大会

日8年1月25日(日)、2月8日(日)、いずれも午前9時～午後6時50分場スポーツセンター第1体育室内市内在住・在勤・在学の18歳以上の方(高校生不可)かつ5人以上で編成されたチーム費1チーム5,000円(7年度新規登録の場合、別途3,000円)他主催は市Basketボール連盟申同連盟問をご覧ください問同連盟☎(higashikurume.b.a@gmail.com)同連盟問



第157回スキー教室

日8年1月30日(金)午後8時市役所前集合(8時15分出発)～2月1日(日)午後7時頃到着場ホワイトバレー尾瀬岩鞍(1.5泊5食付き)、ホテル ミサワ☎0278・58・7241対初・中・上級者別に分かれてスキー教室を行います対小学3年生以上(小学生は父兄同伴)定先着30人師S A J公認指導員費一般34,000円、会員32,000円(小・中学生は2,000円引き)注リフト料金は個人負担申問8年1月13日(火)までに市スキー連盟事務局・榎本☎042・474・9197または☎090・6028・5110へ

第22回市民つなひき大会

日8年2月28日(土)午前9時半から▼受付時間=子どもの部午前9時10分～9時半、大人の部・にこにこ午後0時半以降(子どもの部終了次第)場スポーツセンター参加部門▼午前(子どもの部)=①未就学児(満3歳以上)②小学1・2年生③小学3・4年生④小学5・6年生▼午後(大人の部・にこにこ)=⑤女性のみ⑥男性のみ⑦男女混合(男性3人まで)⑧にこにこ(障がいのある方、年齢・人数制限なし) ※⑤⑥⑦重複エントリー可。中学生以上は大人としますチーム編成1チーム6人で試合(10人まで登録可)。体重制限なし。応援審査あり代表者会議8年2月16日(月)午後6時半から市役所7階703会議室市内在住・在勤・在学、お

よび市内で活動している各種クラブの方、スポーツセンター利用者費1人100円(⑧の方は無料。費用は代表者会議で集金)持上履き、飲み物(フタ付き)他▼1月10日・2月14日のニュースポーツデー内で練習可▼主催は市教育委員会、主管は市スポーツ推進委員会日2月16日(月)午後1時までにいずれかの方法

で▼市問から申し込み▼スポーツセンターまたは生涯学習課(市役所6階)へ申込書持参問同課スポーツ振興係☎042・470・7784



市問



くらし

東久留米農人～ヒガシクルメNOTE～

「食から考える地球環境のいま」をテーマに、食を最前線で支える東久留米市内の農家さんをお招きしてトークイベントを開催します。

日8年1月18日(日)午前10時～正午頃場市役所7階701会議室持筆記用具、飲み物他主催は市民環境会議くらし部会申12月15日(月)～8年1月12日(月・祝)に専用フォームで(当日参加も可)問環境政策課☎042・470・7753



専用フォーム



第13回くるねっとライフプラン講座【事前に知っておきたい介護の知識】

介護が必要になったときに慌てないよう、事前にどのような介護施設がありサービスが受けられるのか、費用はどのくらいかかるのか?などの疑問点にファイナンシャルプランナーがお答えする講座です。講座終了後に、個別相談会を実施します。

日8年1月24日(土)午後1時半～3時半(1時開場)場市役所1階市民プラザホール定先着60人(個別相談会は先着8人)師伊藤魅和氏(ファイナンシャルプランナー)費無料他主催はくるねっと、共催は生活文化課(消費者センター)申問12月16日(火)午前9時から電話でくるねっと・石川☎090・5342・0273、または生活文化課☎042・470・7738へ(個別相談会の希望は申込時にお伝えください)

