

イベント・講座

図書館

6月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は16日(火)も休館です。
 中央図書館 ☎042・475・4646

よもう! あそぼう! かがくの本「ふくはなにからできてるの? せいののはなし」

服はどうやって作られているのかな? 布や糸を分解して、繊維の原料になるものを考えます。

6月28日(日)午前10時~11時 場 東部地域センター1階講習室 対象 幼児と保護者、小学生 定 先着20人 備 筆記用具 送 車での来場不可 協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとほんと」 6月1日(月)~27日(土)に電話または直接東部図書館カウンターへ(休館日を除く) 同館 ☎042・470・8022

文化

こども絵本バンク2026

読まれなくなった絵本、今年も大募集! 家で眠っている絵本の寄付を受け付けます。お寄せいただいた絵本は、10月25日(日)の「市民プラザ みんなの交流祭」の日に無料配布します。

気軽にできるSDGsに取り組んでみませんか。
 送 絵本の「着払い」は受け付けできま

せん。汚れやカビ、破損が目立つ絵本もご遠慮ください 6月3日(水)~10月15日(木)に直接市民プラザ窓口で 同プラザ ☎042・470・7813

市民プラザ だれでもピアニスト

事前申し込み不要! 赤いピアノを無料で弾くチャンスです。

6月20日(土)午前10時~午後3時 場 市役所1階屋内ひろば 演奏時間は1人(1組)につき10分以内。終了後、再度演奏を希望する場合には、列への並び直しをお願いします 市内在住・在勤の方 送 弾き語り・他の楽器との合奏は不可 営 利目的での演奏および撮影は不可 当日午前9時45分から直接市民プラザ窓口で(電話受け付け不可) 同プラザ ☎042・470・7813

父の日フラワーアレンジメント

お父さんと一緒に楽しめるフラワーアレンジメントです。明るく力強い印象のひまわりを中心につくりま

す。初心者の方やお子さんの参加も大歓迎です。
 6月21日(日)午前10時~11時半 場 びりしが丘地区センター調理集会室 定 先着12組 備 海老沢まり氏 費 材料費1,500円 送 持ち帰り用袋、タオル、はさみ、カッターナイフ、筆記用具 送 車での来場不可 6月2日(火)午前10時から電話または南部地域センター窓口で 同センター ☎042・451・2021



第6回 活き活き「市民カラオケ大会」

カラオケの好きな市民の皆さん、この機会に、日頃鍛えたご自慢の喉を披露してみませんか。コンテストではありませんので、気軽にご参加ください。

8月1日(土)午前10時~午後4時 場 生涯学習センター 定 出演者=100組まで(応募多数の場合は抽選) 費 無料(出演者・観客席) 送 音響は第一興商DAMのカラオケセットを使用するため、テープの提出などは不要 催 主催は活き活き健康の会 出演希望の方は7月1日(水)までに(必着)、往復はがきに曲名(歌手名を併記)・設定キーと、出演者氏名(フリガナ)・住所・電話番号、グループ(2人以上)出演の場合はグループ代表者の氏名(フリガナ)・住所・電話番号と出演人数を記入の上、郵送(〒203-0032、前沢5-27-17、金野保正宛) 同 活き活き健康の会・金野 ☎080・5066・4955

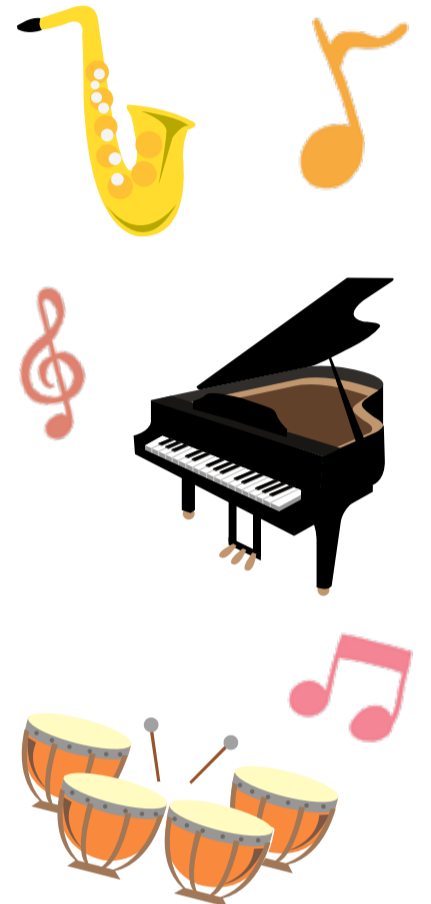
上野耕平・山中惇史・石若駿 トリオ・コンサート東久留米市公演

音楽界の若きトップランナーが東久留米に集結!

サクソフォン×ピアノ×パーカッションの異色トリオが織りなす響きをお楽しみください。

8月9日(日)午後3時開演(2時半開場) 場 生涯学習センターホール 出演 上野耕平氏(サクソフォン)、山中惇史氏(ピアノ)、石若駿氏(パーカッション) 定 先着500人 費 全席指定。

前売4,000円、当日4,500円 送 未就学児入場不可 送 前売券が完売の場合、当日券の販売は行いません 公 演前に、プロ奏者の上野耕平氏によるサクソフォン講座を開催! 応募要項・詳細は生涯学習センター 同 館をご確認ください 6月18日(木)午前9時から電話または同センターで 同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時~午後9時)



第55回市民文化祭 参加者・参加団体募集

同市文化協会 ☎042・477・4700 (第4月曜日を除く平日の午前9時~午後5時)

市民の皆さんが文化活動を発表する場として親しまれている「市民文化祭」で、日ごろの成果を発表しませんか。

イベント開催日時・場所 10月17日(土)~11月22日(日)、生涯学習センター他(下表参照)

送 市内で活動する団体および市内在住・在勤・在学の方 送 作品に対する破損盗難などの責任は一切負いかねます 送 応募多数の場合は、相談の上調整する場合があります

6月1日(月)~12日(金)に(必着)、市文化協会 同 館の申し込みフォームまたは展示・ホール発表・催事の部門別の所定の申込書(同協会 同 館または同協会窓口で取得可)に必要事項を記入の上、提出を。申込書による提出の場合、郵送(〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター内、市文化協会文化祭実行委員会事務局宛)、送 (office@h-bunnka.or.jp)、FAX(042・477・4700)、または土曜・日曜日を含む期間中の午前9時~午後5時に直接同事務局へ持参を

ホール部門(会場はいずれも生涯学習センター)

| 日程 | 名称 |
|-----------|----------------|
| 10月17日(土) | オープニング式典・特別公演 |
| 18日(日) | バレエ&ダンスの集い |
| 19日(月) | 謡曲の集い |
| 24日(土) | ハワイアン&フラダンスの集い |
| 25日(日) | 吟剣詩舞と民舞の集い |
| 31日(土) | 大正琴演奏会 |
| 11月1日(日) | エンターテイナーの集い |
| 3日(火・祝) | 太鼓と阿波踊りの集い |
| 4日(水) | 歌謡の集い |
| 6日(金) | いきいき演芸大会 |
| 7日(土) | |
| 8日(日) | 舞踊の集い |
| 14日(土) | オペラソリストの集い |
| 15日(日) | 邦楽の集い |
| 21日(土) | コーラスの集い |
| 22日(日) | 音楽の集い |

催事部門

| 日程 | 名称 | 会場 |
|------------|----------|-----------------|
| 10月17日(土) | 囲碁大会 | 生涯学習センター |
| | 市民お茶会 | |
| 23日(金) | 論語の集い | 生涯学習センター |
| 25日(日) | 映画の集い | 生涯学習センター |
| 29日(木) | 朗読の集い | 市民プラザホール(市役所1階) |
| 11月3日(火・祝) | 社交ダンスの集い | スポーツセンター |

展示部門(会場はいずれも生涯学習センター)

| 日程 | 会場・種目 |
|--------------------|---------------------------------|
| 10月17日(土)・18日(日) | 【ロビー】華道展 |
| 10月20日(火)~25日(日) | 【ロビー】社会を明るくする運動(ポスター・書道展) |
| 10月28日(水)~11月2日(月) | 【学習室】書道展・ペン習字展・篆刻展 |
| 11月4日(水)~9日(月) | 【学習室】美術展 |
| 11月11日(水)~15日(日) | 【学習室】手工芸・盆栽・絵てがみ・高崎市文化協会榛名支部作品展 |
| | 【創作室】陶芸展 |
| 11月11日(水)~22日(日) | 【ロビー】写真展 |

※搬入時間は各展示実行委員会を設定(おおむね午後2時から)。最終日の展示は午後4時まで。



スポーツ

シニアスポーツ振興事業 「ユニカール」

ユニカールはカーペット上での簡易なカーリングです。戦略と適度な運動量でシニア向けのスポーツです。
 日 6月10日・24日、7月8日・22日、いずれも水曜日午前9時～正午 場 青少年センター 内容 ルール解説、基本練習、ゲーム 対象 原則60歳以上 費用 無料 場内運動靴、飲み物 他 ▼ 運動のできる服装で参加を ▼ 主催は都・都スポーツ協会・市体育協会 ▼ 主管は市ユニカール協会 申込 6月9日(火)までに電話で市体育協会 ☎042・470・2722へ

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相手します。
 「はじめてでもOK ポッチャ体験会」を午後1時半から開催します(1時受け付け)。
 日 6月13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 内容 ポッチャ、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、ドッチビー、フラフープ、なわとび) 他 費用 100円(未就学児無料) 場内履き(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 申込 当日会場で 申込 生涯学習課 ☎042・470・7784



市 印

ダンスからだ養成講習会

社交ダンスのタンゴを基礎から学べるチャンス!
 日 7月2日・9日、いずれも木曜日 午後1時半～4時 場 成美教育文化会館 内容 タンゴの基礎・応用の実践的講習 対象 ダンス愛好家 定 先着100人 師 家泉朋美氏(全日本ファイナリスト) 費用

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

全編生解説プラネタリウム「じっくり北斗七星」

ひしゃくの形で知られる北斗七星。見え方や逸話など、多くの見どころがあります。北の空に輝く北斗七星を当日の星空とともに、じっくりご紹介いたします(約45分間)。
 日 6月2日(火)～7月31日(金) 場 多摩六都科学館 定 先着220人 費用 観覧券(展示室+プラネタリウム1回)1,040円(4歳～高校生420円) 対象 小学2年生以下の方は保護者と観覧してください 他 ▼ 6月の休館日は1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月) ▼ 投影日時は同館 印 でご確認ください 申込 当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売 申込 同館 ☎042・469・6100



「じっくり北斗七星」広報画像

無料(都の助成金で開催) 他 ▼ 主催は都・都スポーツ協会・市体育協会 ▼ 主管は市ダンス連盟 申込 同連盟・野島 ☎090・1260・1613

暮らし

市民自主企画講座 「デジタル教育と子どもたちの発達について」

デジタル教育の実情を知り、どのように子どもたちの成長、発達に影響を与えるかについて学ぶ。そして、AI時代をどのように生きるか考える。
 日 7月4日(土)午後2時～4時 場 生涯学習センター集会所 1・2 対象 市内在住・在勤・在学の方 定 先着60人 師 酒井邦嘉氏(東京大学大学院総合研究文化科教授・言語脳科学者) 費用 200円(資料代) 他 ▼ 企画運営は新日本婦人の会東久留米支部 ▼ 主催は市教育委員会 ▼ 主管は市文化協会 申込 6月1日(月)～26日(金)に、同協会 印、電話、またはFAXで。FAXの場合は講座名・氏名・住所・年代・電話番号を記入の上、同協会宛て送信を 申込 同協会 ☎042・477・4700(FAX同。電話受付は第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)



同協会 印

ごみのゆくえを知ろう! 「夏休み処分場見学会」参加者募集

日 場 ▼ 第1回 = 7月28日(火)午前9時～午後5時55分頃、立川市クリーンセンター・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散 = JR立川駅北口付近) ▼ 第2回 = 7月30日(木)午前8時15分～午後6時15分頃、柳泉園クリーンポート・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散 = 西武線東村山駅東口付近) ▼ 第3回 = 8月4日(火)午前8時半～午後6時10分頃、クリーンプラザふじみ・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散 = JR三鷹駅北口付近) ※ 詳しい集合場所、集合時間は、当選者にお知らせします。集合場所から各施設までは、大型バスで移動します。 対象 多摩地域在住の小学4年生～中学生のお子

んと保護者 ※ 小学3年生以下の子の同伴は不可。 定 各回36人(応募者多数の場合は抽選。抽選結果については、別途通知します) 費用 1人1,000円(昼食代、当日払い) 対象 当日は取材により写真・動画の撮影やインタビューにご協力いただくことがあります。内容は広報紙「たまエコニュース」または循環組合 印 で公開される場合がありますので、あらかじめご了承ください 申込 各日とも7月6日(月)午後5時までに(必着)、東京たま広域資源循環組合 印 の夏休み処分場見学会申し込みフォーム、または郵送(はがきに「夏休み処分場見学会参加希望」と明記して) ①参加希望日 ②参加される方全員の氏名およびふりがな ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号(日中連絡のとれる番号)を記入の上、〒190-0181、東京都西多摩郡日の出町大字大久野7642番地、東京たま広域資源循環組合「夏休み処分場見学会」係宛てを 申込 同組合 ☎042・597・6152



同組合 印 (5月29日(金)公開)

けんこう

大腸がん検診・胸部レントゲン検査

日 6月1日(月)～11月30日(月) ※ 市の特定健診、後期高齢者健診、無保

険者健診の対象となる方は、各健診該当月に同時に受診してください。
 場 下表の市内実施医療機関 他 ▼ 大腸がん検診 = 便潜血検査 2日法(検便検査) ※ 内視鏡検査ではありません。 ▼ 胸部レントゲン検査 = 胸部のレントゲン撮影 他 ▼ 大腸がん検診 = 市内在住で9年3月末時点の年齢が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。
 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 ※ 生理中を避けて受診してください。 ▼ 胸部レントゲン検査 = 市内在住で9年3月末時点の年齢が40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方および65歳以上になる方 費用 いずれも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) 対象 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 申込 直接下表の実施医療機関へ 申込 健康課 特定健診係 ☎042・477・0013



令和8年度 大腸がん検診・胸部レントゲン検査実施医療機関一覧

| 医療機関名 | 所在地 | 電話番号(市外局番042) | 大腸がん | 胸部レントゲン |
|---------------------|------------------------|---------------|------|---------|
| はぎわらクリニック | 上の原1-4-11-103 | 471-2628 | ○ | ○ |
| 武田クリニック | 大門町1-1-24 | 477-5856 | ○ | ○ |
| 細井医院 | 東本町4-3 | 471-0130 | ○ | × |
| おかの内科クリニック | 東本町6-15 2階 | 477-0055 | ○ | ○ |
| 石橋クリニック | 東本町8-9 2階 | 477-5566 | ○ | ○ |
| 東くるめ東口クリニック | 新川町1-3-35 KBLDG 2階 | 420-6037 | ○ | ○ |
| いくせ医院 | 新川町1-4-18 | 471-2304 | ○ | ○ |
| 福山内科クリニック | 新川町1-9-22 | 470-9177 | ○ | ○ |
| ひばりヶ丘診療所 | 学園町2-11-14 | 421-0973 | ○ | ○ |
| 清水胃腸科内科 | 本町1-1-11 | 472-8709 | ○ | ○ |
| 東久留米駅前クリニック | 本町1-3-6 2階 | 471-5051 | ○ | ○ |
| 東久留米ひがき内科クリニック | 本町1-13-1 コンフォール東久留米101 | 420-6678 | ○ | ○ |
| 富士見通り診療所 | 本町3-3-23 | 471-2291 | ○ | ○ |
| 水野胃腸クリニック | 本町3-8-19 | 420-6527 | ○ | ○ |
| あだち医院 | 本町3-11-15 | 420-5661 | ○ | ○ |
| 山口内科・呼吸器科クリニック | 本町3-12-2 | 472-2386 | ○ | ○ |
| 東久留米なごみ内科診療所 | 幸町3-11-14 | 470-7530 | ○ | ○ |
| おざき内科循環器科クリニック | 幸町4-2-1 2階 | 477-0555 | ○ | ○ |
| アルテミスウイメンズホスピタル(※1) | 中央町1-1-20 | 472-6111 | ○ | ○ |
| 鹿島医院 | 南沢4-3-2 | 461-2967 | ○ | ○ |
| 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 | 452-5801 | ○ | ○ |
| 鈴木クリニック | 南沢5-18-50 | 460-8502 | ○ | ○ |
| 花小金井前沢医科クリニック | 前沢2-1-47 | 420-9208 | ○ | ○ |
| 前沢医院 | 前沢2-10-9 | 471-0154 | ○ | ○ |
| すずのね内科・神経内科 | 前沢4-7-11 | 474-1112 | ○ | ○ |
| たきぐち内科クリニック | 前沢4-31-4 | 470-9118 | ○ | ○ |
| 尾町内科クリニック | 南町1-6-11 | 460-0531 | ○ | ○ |
| 滝山病院 | 滝山4-1-18 | 473-3311 | ○ | ○ |
| 石垣整形外科(※2) | 滝山5-22-17 | 470-0620 | ○ | × |
| 黒目川診療所 | 滝山5-27-16 | 420-7215 | ○ | ○ |
| 長生医院 | 滝山7-3-17 | 473-1117 | ○ | × |
| 飯田医院 | 滝山7-15-16 | 472-8181 | ○ | ○ |
| 胃腸科内科松本クリニック | 下里2-8-21 | 479-7171 | ○ | ○ |

※1 アルテミスウイメンズホスピタルは女性のみ。
 ※2 石垣整形外科では特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診を実施していません。

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診

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。大腸がん検診も同時に受診できます。

6・7月の受診対象は4・5・6月生まれの方、および昭和26年8月生まれの方です。健診内容や実施医療機関などは、5月下旬に発送した個別通知をご確認ください。

☑市内実施医療機関☑診察、身体計測、血圧、尿検査、血液検査(脂質、肝機能、血糖など)。今年度の健診結果などにより貧血、心電図、眼底検査あり☑市内在住で9年3月末時点で次のいずれかに該当する方▼**特定健診**=40歳~74歳の東久留米市国民健康保険加入者▼**後期高齢者健診**=後期高齢者医療被保険者▼**無保険者健診**=40歳以上の生活保護受給者等☑後期高齢者医療保険への切り替えの関係上、昭和26年6月生まれの方は7・8月に後期高齢者健診として、昭和26年8月生まれの方は6・7月に特定健診としてご案内します☑8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へ問い合わせください☑直接実施医療機関へ☑同係

肝炎ウイルス検診

血液検査により肝炎ウイルス感染の有無を調べます。肝炎ウイルスに感染することによってB型肝炎・C型肝炎などの肝臓の病気になることがあります。一生に1度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。

☑6月1日(月)~11月30日(月) ※市の特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象となる方は、各健診該当月に同時に受診してください。☑市内実施医療機関☑問診、血液検査☑市内在住で令和9年3月末時点の年齢が40歳(昭和61年4月1日~昭和62年3月31日生まれ)の方、または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方☑無料☑▼40歳で東久留米市の国民健康保険に加入している方=特定健診の案内通知に受診券を同封します▼40歳で東久留米市の国民健康保険以外に加入している方=5月下旬に受診券を個

別通知▼41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方=健康課に事前申し込みが必要です。検査日までに余裕をもって健康課特定健診係☎042・477・0013へ申し込んでください☑同係

乳がん検診

アルテミスウイメンズホスピタルで検診を開始します。複十字病院(清瀬市)、わくわく健康プラザでの検診車(都予防医学協会)をご希望の方は、広報7月1日号でお知らせする検診実施日や申し込み方法などをご確認ください。

☑6月2日(火)~9年3月12日(金)の火曜・木曜・金曜日☑アルテミスウイメンズホスピタル☑問診、マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)、視触診☑市内在住の40歳以上の女性で8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現在治療中、または過去に精密検査で異常を指摘された方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(脂肪・ヒアルロン酸注入含む)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☑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。

※クーポン券対象者(昭和60年4月2日~61年4月1日生まれの方)も無料。☑▼実施医療機関の特徴を市庁に掲載しています▼例年、年度の後半にかけて申し込み者が増加する傾向にあり、申し込み状況によっては希望に沿えない場合がありますので早めにお申し込みください☑6月1日(月)から同院☑から予約を☑健康課特定健診係☎042・477・0013



同院☑



10年後も笑顔で暮らす介護予防体操

椅子に座って行う手軽な体操です。転倒しない・寝たきりにならない身体づくりをここから始めましょう。

☑6月22日(月)午前10時~11時☑市民プラザホール(市役所1階)☑先着40人(要予約)☑森永とし枝氏(介護予防指導員)☑200円(当日集金)☑飲み物、タオル☑運動しやすい服装で☑6月1日(月)午前10時から電話または直接市民プラザ窓口で☑同プラザ☎042・470・7813

第102回市民のための医療講座~高齢者にぜひ接種をしていたきたい5つのワクチン~

☑6月27日(土)午後2時~4時☑市民プラザホール(市役所1階)☑先着80人☑永井英明氏(独立行政法人国立病院機構東京病院感染症内科感染症センター長)☑司会は熊野雄一氏(東久留米市医師会会長)▼当日は「成人のワクチン手帳」を無料配布します☑当日会場で☑健康課保健サービス係☎042・477・0022

お楽しみ基礎体力測定会

ご自身の体の状態を簡単にチェックする方法を楽しみながら学びます。介護予防・フレイル予防に役立つ体操「わくわくすこやか体操」をご紹介します。参加者には体操に使うゴムバンドをお渡しします。体力の変化を感じている方、介護予防・フレイル予防の方法が気になっている方、ぜひご参加ください。

☑7月1日(水)午後1時~3時(0時45分から受け付け)☑スポーツセンター体育室☑市内在住のおおむね65歳以上で、医師より運動制限を指示されていない方☑先着50人☑市リハビリテーション協議会専門職☑無料☑持タオル、飲み物、筆記用具、室内用運動靴☑動きやすい服装で☑6月1日(月)午前10時から電話で介護福祉課地域ケア係へ☑同係☎042・470・7777(内線2501~2503)



申し込みフォーム

なくそう!望まない受動喫煙

受動喫煙とは、たばこを吸わない人が、意図せず周囲の人の喫煙によって有害な煙にさらされてしまうことをいいます。紙巻きたばこの煙に含まれるニコチン、タール、一酸化炭素などの有害物質は「主流煙(喫煙者が直接吸い込む煙)」よりも「副流煙(たばこの先端から立ち上る煙)」のほうがはるかに多く含まれます。また、加熱式たばこも健康に害をおよぼす物質が含まれており、周りの人への健康への悪影響が否定できません。2020年4月に全面施行された改正健康増進法では、「喫煙をする際、望まない受動喫煙を生じさせることがないよう周囲の状況に配慮しなければならない」という配慮義務が定められています(法第二十七条第1項)。喫煙者の方は、喫煙ができる場所で喫煙をする際にも、受動喫煙を生じさせることがないよう、周囲の状況(煙が流れることでの周囲の影響)を確認しましょう。特に、子どもや療養中の人の前では喫煙を控えるなどの配慮をしましょう。

☑健康課保健サービス係☎042・477・0022



受動喫煙防止ロゴマーク



市庁



行政情報アプリ「マチイロ」でも「広報ひがしくるめ」をご覧になれます

スマートフォンなどで同アプリを取得して「お住まいの地域」で「東京都東久留米市」を登録の上、ご利用ください。

☑通信料は利用者の負担になります☑秘書広報課広報係☎042・470・7708



マチイロ



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)
 ※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。

6月7日・14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)

☑歯科

6月7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)

6月7日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)

6月14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~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)

東久留米駅西口昇降施設の改築及び 駅西口広場の整備に関する方針に基づく 都市計画変更案の縦覧及び 意見書の提出について



「東久留米駅西口昇降施設の改築及び駅西口広場の整備に関する方針」に基づき、駅西口昇降施設を都市計画道路の一部として位置付ける都市計画変更(東久留米市決定)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。

受付期間 6月8日(月)～22日(月)(閉庁日と正午～午後1時を除く)

場 都市計画課(市役所5階)

対 市内在住・在勤・在学、市内に事業所等を有する方および本案に利害関係のある方

意見書提出方法 縦覧期間中に(必着)、①郵送(〒203-8555、市役所都市計画課宛)②専用フォーム③直接同課へ提出。なお、電話での受付はできません。また、意見書の様式は市HPをご覧ください

問 都市計画課計画調整担当 ☎042・470・7762



市HP



意見書提出専用フォーム



※イメージ図は、今後具体的な検討を進める中で変更となる可能性があります。

東久留米市健康づくり推進部会 「健康づくり応援イベント」

「見て」「学んで」「体験して」みんなで健康になりましょう！

日 6月26日(金)午後1時～4時(受け付け開始0時50分、最終受け付け3時45分)

場 市役所1階市民プラザ・屋内ひろば

内 スタンプラリーを活用して①市民の健康に関するパネル展示②ロコチェック体験(下肢の筋力チェック)③ベジチェック体験(野菜摂取の充足度)④血管老化度測定⑤市健康づくり応援アプリ「るるめナビ」の紹介・体験ができます。会場では、健康づくり推進員が、健康に関するデータや健康づくりのヒントを紹介します。スタンプラリーに参加し、アンケートに回答された方にはプレゼントをご用意しています(なくなり次第、終了)。詳細は市HPへ

費 無料

問 健康課保健サービス係

☎042・477・0022



市HP



東久留米市 健康づくり 応援アプリ



問 健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

市内のさまざまな地図情報を集約したウォーキングアプリです。ウォーキングコースのほか地場産野菜直売所マップや医療機関マップ、防災マップなどを見ることができます。健康情報や市内で開催されるイベント情報などが受け取れる機能もあります。日々の歩数を計測し目標達成することや、イベントに参加することでポイントが貯まり、貯まったポイントで市内特産品等が当たる抽選会に応募ができます。

次回抽選会は9月開催予定。500ポイントを1口として応募ができます。抽選は市内在住の方が対象です(賞品の送付先は市内に限ります)。

各機能の詳細はこちら



市HP

広告 内容については広告主にお問い合わせください