

- ・わが街の下水道のいま、そしてこれからを考える… 2面
- ・令和8年8月から高額療養費制度が見直されます… 3面
- ・連絡所の今後に関する説明会…………… 8面
- ・未来の安心は健(検)診から…………… 11・12面



# 「いつ避難？」を、分かりやすく。 —新しい防災気象情報—



気象庁の「防災気象情報」が変わりました。  
いざというときに「逃げどき」を、よりの確に判断できるよう、新しくなった防災気象情報について紹介します。  
閩防災防犯課防災防犯担当☎042・470・7769



気象庁 閩  
(防災気象情報)



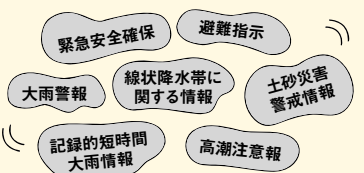
気象庁 閩  
(キキクル)

## Q1 なぜ変わったの？

### A 分かりにくさを解消するため！

これまで「大雨警報」「土砂災害警戒情報」など気象庁が出す情報の名前と、自治体が出す「警戒レベル」との関係が、直感的に結び付きにくくなっていました。

これを整理することで、逃げるべき状況を判断しやすくなりました。



## Q2 どこが変わったの？

### A 情報名に「警戒レベル」の数字が入る！

「〇〇警報」「〇〇注意報」などの情報名と警戒レベルの数字がセットで表示され、危険度がパッと見て分かりやすくなります。

### A 警戒レベル4相当は「危険警報」で統一！

従来バラバラだった「警戒レベル4」相当の情報名(〇〇警戒情報、〇〇危険情報など)が「〇〇危険警報」に統一されます。

### A 「気象防災速報」を新設！

「気象情報」の内容を、切迫度に応じて「気象防災速報」と、「気象解説情報」に分類。速やかな対応が必要な情報は「速報」として伝えられます。

## レベル3警報やレベル4危険警報が発表されたら

気象情報や市からの避難指示等に十分留意いただくとともに、大雨で危険度が高まった地域が地図で表示される「キキクル」や東京水防チャンネルの市内の河川カメラの状況などを参考に、自身が危険な場所にいる場合は早めの避難を心がけてください。

ただし、降雨が激しくなっている時や道路冠水などで外に出るのが危険だと判断した場合は、無理に避難所に向かわず、自宅や近くの頑

丈な建物のできるだけ高い階(2階以上)に移動する「垂直避難」を行ってください。また、近くに崖など、崩れる恐れのある斜面がある場合は、斜面から離れた部屋に避難してください。

なお、避難所に行くことだけが避難ではありません。日ごろから自宅が安全な地域にあるのか確認し、安全の場合は、在宅避難も検討しましょう。

### 新しい防災気象情報と警戒レベル

|                            | 河川氾濫<br>1級河川などの大河川の氾濫 | 大雨<br>低地の浸水や大河川以外の氾濫 | 土砂災害<br>急傾斜地の崩壊や土石流 | 高潮<br>海面上昇や波の打上げによる浸水 | (警戒レベルごとの)<br>住民が<br>とるべき行動    |
|----------------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|--------------------------------|
| 警戒レベル<br>5相当               | レベル5<br>氾濫特別警報        | レベル5<br>大雨特別警報       | レベル5<br>土砂災害特別警報    | レベル5<br>高潮特別警報        | 命の危険 直ちに安全確保！                  |
| ＜警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！＞ |                       |                      |                     |                       |                                |
| 警戒レベル<br>4相当               | レベル4<br>氾濫危険警報        | レベル4<br>大雨危険警報       | レベル4<br>土砂災害危険警報    | レベル4<br>高潮危険警報        | 危険な場所から全員避難                    |
| 警戒レベル<br>3相当               | レベル3<br>氾濫警報          | レベル3<br>大雨警報         | レベル3<br>土砂災害警報      | レベル3<br>高潮警報          | 避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など       |
| 警戒レベル<br>2                 | レベル2<br>氾濫注意報         | レベル2<br>大雨注意報        | レベル2<br>土砂災害注意報     | レベル2<br>高潮注意報         | 避難行動を確認(避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど) |
| 警戒レベル<br>1                 | 早期注意情報                |                      |                     |                       | 災害への心構えを高める                    |

## 大雨や台風への備えは万全ですか？

近年、全国各地で大雨や台風による被害が発生しています。災害から自分や家族の命を守るためには、いざという時に落ち着いて行動できるよう、災害への事前の備えが大切です。

- ①窓や雨戸はしっかりとカギをかけよう
- ②側溝や排水口は掃除をしよう
- ③風で飛ばされそうな物は固定、もしくは家の中へ
- ④非常用品の確認を
- ⑤カーテンやブラインドを降ろそう
- ⑥水を確保しよう
- ⑦避難場所を確認しよう

詳しくは、東京消防庁 閩をご覧ください。

閩東久留米消防署防災安全係☎042・471・0119



東京消防庁 閩

## 受け取ろう、市からの最新防災情報

災害時などには、東久留米市LINE公式アカウント、安心くるめーる、X、防災行政無線の放送などで避難所開設や避難指示等の災害関連情報を発信します。

もしもの時に備えて、配信登録をしましょう。

閩防災防犯課防災防犯担当

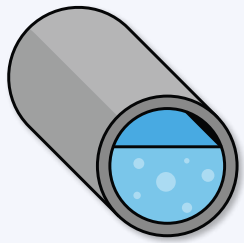
☎042・470・7769



東久留米市LINE  
公式アカウント



市 閩  
(災害関連情報  
配信)



## 目に見えないインフラだからこそ ～わが街の下水道のいま、そしてこれからを考える～



下水道マスコットキャラクター  
©スイスイ

### 第2回 「これからの下水道の持続可能な仕組みづくりについて」

市民の暮らしを支える下水道事業。その現状や課題、これからの下水道について、市民の皆さんとともに考える特集をお伝えします。  
下水道をめぐる問題としては、前号(広報ひがくるめ 8年7月15日号)では「課題1：物価高騰がインフラを直撃」を、第2回となる今号では「課題2：見えない地下で進む老朽化」と「課題3：将来的な人口減少による収入の落ち込み」を取り上げます。  
園施設建設課下水道計画担当 ☎042・470・7758

#### 1 わたしたちの暮らしを支える！緑の下の力持ち

市内の下水管総延長は、303.9kmと張り巡らされており(ポンプ場1箇所、マンホールポンプ計21箇所等含む)、これら施設が緑の下の力持ちとして、休むことなく市民の生活を支えています。



下谷ポンプ場



マンホールポンプ

これらのポンプは、市内の高低差(地形)によって自然に流すことが難しい汚水を、機械の力によって処理場へ押し上げる装置です。

#### 3 課題2 見えない地下で進む老朽化… 大きなリスクが！

市内の下水管や施設は、使い始めてから50年以上が経過したものがあり、老朽化が進んでいます。適切にメンテナンスをしないと、ある日急に使えなくなることや、道路陥没などの思わぬ事故が起こる可能性があります。



このため、市では施設の計画的な更新や長寿命化を図る事業(ストックマネジメント事業)を通じて、私たちの生活に欠かせない下水道を守るべく、増え続ける老朽化が進む施設の維持管理の対応に追われています。

#### 2 きれいな水へ変える技術！

汚水が下水管を通して最終的に辿り着く場所が下水処理場です。流入した汚水は、処理場内で浄化され、きれいになった水を川へ放流しています。



#### 4 課題3 将来的な人口減少による収入の落ち込み、 ～下水道使用料の減少による収入不足～

将来的な人口減少により、有収水量(※)が減ることが予想されています。その結果、下水道使用料収入の先細りから、将来にわたり、安定的、かつ持続可能な下水道運営が立ち行かなくなる恐れがあります。



※有収水量…汚水処理水量のうち、不明水などを除いた実際に使用料収入の対象となるものを指します

## 下水道使用料について考えよう

これまで見てきたように、水再生センターの処理に係る費用が増えていくことを始めとして、施設の老朽化対策や物価高騰などにより、下水道事業全体の維持管理にかかる費用が増えています。将来も安定的、かつ持続可能な下水道サービスを継続するためには、これらに必要な経費を確保する必要があります。

前号からお伝えしてきたように、下水道事業において、下水管等の維持管理の工事に必要な資材や労務単価の上昇、また、流域下水道維持管理費の増加、そして施設の老朽化対策の必要性和これらの対応が求められますが、下水道運営を支える下水道使用料収入の減少による収入不足の課題にも直面しています。

今後もさらなる事業費の削減や経営の効率化に努めてまいりますが、衛生的な生活環境と安定的なサービスを維持していくため、下水道使用料の見直しを含めた検討が必要です。普段は目に見えない下水道ですが、市としては、これからも皆さんの快適な暮らしと安全な生活環境を守り続けてまいります。

#### 第2回下水道使用料等 検討委員会の開催について

**開催日時** 8月4日(火)午後1時半～4時半  
**開催場所** 市役所7階704会議室  
※詳細は市HPをご確認ください。



市HP

#### 下水道事業の現状や課題、 これからの下水道についてポスター展示を実施します

展示期間中の一部の日時に、職員が常駐し、来場された市民の皆さんからの疑問や質問等にお答えします。  
**開催日時** 8月18日(火)～24日(月)の午前9時～午後9時半(市民プラザ開庁時間) ※詳細が決まり次第、市HPにて公開します。  
**開催場所** 市役所1階市民プラザ

この夏休みに、  
ぜひお越しください





令和8年8月から高額療養費制度が見直されます

高額療養費とは、ひと月に医療機関へ支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まっています。

自己負担額については、各表をご覧ください。

今回の変更点

- ①高額療養費の上限額が変わります。
- ②年間上限額が新設されました。

74歳までの方はこちらをご覧ください

国民健康保険の高額療養費とは

- 1カ月に医療機関などでかかった医療費(保険診療分)が高額となり、自己負担限度額を超えた場合、その超えた額が高額療養費として払い戻されます。
  - 医療機関から市への請求に基づき計算を行い、該当の方には、医療機関を受診した日から約3カ月半以降に高額療養費支給のお知らせと申請書を郵送します。
  - 一度申請書にて申請された方は、原則、それ以降の手続きを省略し、市から自動的に振り込みます。
- ☎保険年金課国民健康保険係 ☎042・470・7733



市

70歳～74歳までの方

表 【1カ月の自己負担限度額】(令和8年8月～9年7月診療分)

| 負担割合 | 所得・適用区分                          | 自己負担限度額                                                       |                                         |
|------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|      |                                  | 外来(個人ごと)                                                      | 外来+入院(世帯ごと)                             |
| 3割   | 現役並み所得Ⅲ<br>課税所得690万円以上※1         | 270,300円+ (総医療費－901,000)円×1%<br><140,100円※2>年間上限：1,680,000円※4 |                                         |
|      | 現役並み所得Ⅱ<br>課税所得380万円以上※1         | 179,100円+ (総医療費－597,000)円×1%<br><93,000円※2>年間上限：1,110,000円※4  |                                         |
|      | 現役並み所得Ⅰ<br>課税所得145万円以上※1         | 85,800円+ (総医療費－286,000)円×1%<br><44,400円※2>年間上限：530,000円※4     |                                         |
| 2割   | 一般<br>課税所得145万円未満※1              | 22,000円<br>年間上限216,000円※3                                     | 61,500円<44,400円※2><br>年間上限：530,000円※4※5 |
|      | 住民税非課税世帯区分Ⅱ                      | 11,000円<br>年間上限96,000円※3                                      | 25,700円<24,600円※2><br>年間上限：290,000円※4   |
|      | 住民税非課税世帯区分Ⅰ<br>(年金収入82.65万円以下など) | 8,000円                                                        | 15,700円<br>年間上限：180,000円※4              |

- ※1 課税所得とは、住民税を計算する上で基礎となる課税対象額のことであり、総所得金額及び山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計額から所得控除を差し引いた金額のことです。
- ※2 診療月を含めた直近12カ月間に、高額療養費の支給が3回あった場合の4回目以降から適用になる限度額(多数回該当)です。ただし、「外来(個人ごと)の限度額」による支給は、多数回該当の回数に含みません。なお、現役並み所得の被保険者は、個人の外来のみで「外来+入院(世帯ごと)」の限度額に該当した場合も、多数回該当の回数に含みます。
- ※3 8月1日～翌年7月31日のうち、外来(個人ごと)の自己負担額の合計が、表の年間上限額を超えた場合、高額療養費(外来年間合算)として支給されます。
- ※4 令和8年8月1日から、外来+入院(世帯ごと)分にも年間の上限額が新設されます。これにより、月ごとの自己負担額が積み上がっても、年間上限額に達したそれ以上の医療費については、還付を受けることができます。年間とは8月から翌年の7月までを指します。(申請方法の詳細については、検討中です)
- ※5 年収約200万円未満であることを確認できた方は、年間上限が41万円に引き下げられます。(申請方法の詳細については、検討中です)

70歳までの方

表 【1カ月の自己負担限度額】(令和8年8月～9年7月診療分)

| 所得・適用区分                   |   | 自己負担限度額                                                       |
|---------------------------|---|---------------------------------------------------------------|
| 旧ただし書所得※1<br>901万円超       | ア | 270,300円+ (総医療費－901,000)円×1%<br><140,100円※2>年間上限：1,680,000円※4 |
| 旧ただし書所得※1<br>600万円超～901万円 | イ | 179,100円+ (総医療費－597,000)円×1%<br><93,000円※2>年間上限：1,110,000円※4  |
| 旧ただし書所得※1<br>210万円超～600万円 | ウ | 85,800円+ (総医療費－286,000)円×1%<br><44,400円※2>年間上限：530,000円※4     |
| 旧ただし書所得※1<br>210万円以下      | エ | 61,500円<44,400円※2><br>年間上限：530,000円※3※4                       |
| 住民税非課税世帯                  | オ | 36,900円<24,600円※2><br>年間上限：290,000円※3                         |

- ※1 旧ただし書所得とは、総所得金額及び山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額の合計額から基礎控除額を控除した金額のことです。
- ※2 診療月を含めた直近12カ月間に、高額療養費の支給が3回あった場合の4回目以降から適用になる限度額(多数回該当)です。
- ※3 令和8年8月1日から、年間の上限額が新設されます。これにより、月ごとの自己負担額が積み上がっても、年間上限額に達したそれ以上の医療費については、還付を受けることができます。年間とは8月から翌年の7月までを指します。(申請方法の詳細については、検討中です)
- ※4 年収約200万円未満であることを確認できた方は、年間上限が41万円に引き下げられます。(申請方法の詳細については、検討中です)

後期高齢者(75歳以上)の方はこちらをご覧ください

医療費が高額になったとき(高額療養費)

- 同一の月内に医療費の自己負担額が高額になった場合、下表1・2の自己負担限度額を超えた金額が、高額療養費として後から支給されます。対象者の方には申請書を郵送します。
  - 一度申請いただくと振込口座が登録されますので、次回以降は登録口座に振り込まれるようになります。申請は不要です。
  - 申請書の送付および高額療養費の支給は、どちらも診療月から最長で4カ月後になります。
- ☎保険年金課高齢者医療係 ☎042・470・7846

75歳以上の方

表1 【1カ月の自己負担限度額】(令和8年7月診療分まで)

| 負担割合 | 所得区分                   |     | 自己負担限度額                                             |                           |
|------|------------------------|-----|-----------------------------------------------------|---------------------------|
|      |                        |     | 外来(個人ごと)                                            | 外来+入院(世帯ごと)               |
| 3割   | 現役並み所得Ⅲ<br>課税所得690万円以上 |     | 252,600円+ (10割分の医療費－842,000)円×1%<br><多数回140,100円※2> |                           |
|      | 現役並み所得Ⅱ<br>課税所得380万円以上 |     | 167,400円+ (10割分の医療費－558,000)円×1%<br><多数回93,000円※2>  |                           |
|      | 現役並み所得Ⅰ<br>課税所得145万円以上 |     | 80,100円+ (10割分の医療費－267,000)円×1%<br><多数回44,400円※2>   |                           |
| 2割   | 一般Ⅱ                    |     | 18,000円<br>(年間上限144,000円※3)                         | 57,600円<br><多数回44,400円※2> |
| 1割   | 一般Ⅰ                    |     | 8,000円                                              | 24,600円                   |
|      | 住民税非課税等※1              | 区分Ⅱ |                                                     | 15,000円                   |



表2 【1カ月の自己負担限度額】(令和8年8月～令和9年7月診療分)

| 負担割合 | 所得区分                   |     | 自己負担限度額                                                                   |                                                 |
|------|------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
|      |                        |     | 外来(個人ごと)                                                                  | 外来+入院(世帯ごと)                                     |
| 3割   | 現役並み所得Ⅲ<br>課税所得690万円以上 |     | 270,300円+ (10割分の医療費－901,000)円×1%<br><多数回140,100円※2><br>(年間上限1,680,000円※4) |                                                 |
|      | 現役並み所得Ⅱ<br>課税所得380万円以上 |     | 179,100円+ (10割分の医療費－597,000)円×1%<br><多数回93,000円※2><br>(年間上限1,110,000円※4)  |                                                 |
|      | 現役並み所得Ⅰ<br>課税所得145万円以上 |     | 85,800円+ (10割分の医療費－286,000)円×1%<br><多数回44,400円※2><br>(年間上限530,000円※4)     |                                                 |
| 2割   | 一般Ⅱ                    |     | 22,000円<br>(年間上限216,000円※3)                                               | 61,500円<br><多数回44,400円※2><br>(年間上限530,000円※4※5) |
| 1割   | 一般Ⅰ                    |     | 11,000円<br>(年間上限96,000円※3)                                                | 25,700円<br><多数回24,600円※2><br>(年間上限290,000円※4)   |
|      | 住民税非課税等※1              | 区分Ⅱ |                                                                           | 15,700円<br>(年間上限180,000円※4)                     |

- ※1 区分Ⅱ…世帯全員が住民税非課税である方のうち、区分Ⅰに該当しない方。
- 区分Ⅰ…①住民税非課税世帯であり、世帯全員の所得が0円の方(公的年金収入は82万6千500円を控除、給与収入は給与所得控除後さらに10万円を控除し計算)、または②住民税非課税世帯であり、老齢福祉年金を受給している方。
- ※2 診療月を含めた直近12カ月間に、高額療養費の支給が3回あった場合の4回目以降から適用になる限度額(多数回該当)。ただし、「外来(個人ごと)の限度額」による支給は、多数回該当の回数に含みません。なお、現役並み所得の被保険者は、個人の外来のみで「外来+入院(世帯ごと)」の限度額に該当した場合も、多数回該当の回数に含みます。この多数回該当の回数には、それまで加入していた医療保険(他道府県の後期高齢者医療制度、国保、健康保険、共済)で該当していた回数は含みません。
- ※3 毎年8月1日～翌年7月31日のうち、自己負担割合が1割または2割の方の外来(個人ごと)の自己負担額の合計が、表の額を超えた場合、高額療養費(外来年間合算)として支給されます。
- ※4 令和8年8月1日以降から、外来+入院(世帯ごと)分にも年間の上限額が新設されます。これにより、月ごとの自己負担額が積み上がっても、年間上限額に達したそれ以上の医療費については、還付を受けることができます。年間とは8月から翌年の7月までを指します。(申請方法の詳細については、検討中です)
- ※5 年収200万円未満であることを確認できた方は、年間上限が41万円に引き下げられます。(申請方法の詳細については、検討中です)





## こども情報 ナビ

18歳(高校生)までを対象とした子育て情報、講座・スポーツなどに関する情報です。

### たらいで水遊び

8月3日(月)～31日(月)の午前10時～午後3時<sup>場</sup>地域子育てひろば上の原テラス<sup>内</sup>たらいで水遊びができます<sup>※</sup>0歳～5歳児<sup>定</sup>各回3組<sup>※</sup>着替え、タオル、水遊び用の紙パンツなど<sup>※</sup>熱中症アラートや光化学スモッグ注意報発令時は中止となります<sup>他</sup>おもちゃは同ひろばで用意します<sup>申</sup>当日会場で<sup>同</sup>同ひろば<sup>☎</sup>042・420・9011

### 子ども相談

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。  
8月4日(火)午前9時半～午後3時<sup>場</sup>わくわく健康プラザ(相談室2)<sup>※</sup>幼児と保護者<sup>申</sup><sup>同</sup>電話で健康課保健サービス係<sup>☎</sup>042・477・0022へ

### 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。  
8月8日(土)＝うちの工作▼22日＝ひまわりのうちわ作り、いずれも土曜日午後1時半～4時半<sup>場</sup>小山小学校(視聴覚室)<sup>※</sup>乳幼児～小学生<sup>費</sup>無料<sup>※</sup>タオル、飲み物<sup>注</sup>▼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▼内容を変更する場合あり<sup>申</sup>当日会場で<sup>同</sup>児童青少年課児童青少年係<sup>☎</sup>042・470・7735

### 8月は児童手当等の 定例払月です

振込予定日▼児童手当＝8月10日(月)▼特別児童扶養手当＝8月10日(月)  
※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。<sup>同</sup>児童青少年課助成支援係<sup>☎</sup>042・470・7736

### BCG予防接種

8月19日(水)午後1時半～3時<sup>場</sup>わくわく健康プラザ<sup>※</sup>1歳未満のお子さん(標準的な接種期間は生後5～8カ月に達するまで)<sup>※</sup>母子健康手帳、予診票<sup>他</sup>日程の都合がつかない方は、次回9月16日(水)でも接種可<sup>申</sup>当日会場で<sup>同</sup>健康課予防係<sup>☎</sup>042・477・0030

### すくすく子育て相談

育児の相談、身体測定を行います。  
8月21日(金)午前9時半～午後2時<sup>場</sup>わくわく健康プラザ<sup>※</sup>乳幼児と保護者<sup>※</sup>母子健康手帳<sup>市</sup>市<sup>市</sup>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<sup>同</sup>健康課保健サービス係<sup>☎</sup>042・477・0022

### お日さまサンサンフェスティバル 地域の子どもたちみんなあつまれ



夏休みのイベント「お日さまサンサンフェスティバル」を開催します。障害のある子どもたちと地域の子どもたちが遊びを通して楽しいひと時を過ごす催しです。地域の方、お子さん、親子、また、お友達とさそいあって参加ください。

8月21日(金)▼午前の部＝午前10時～正午▼午後の部＝午後1時～3時※入れ換え制です。どちらかを選んでお申し込みください。<sup>場</sup>生涯学習センター<sup>内</sup>ボッチャ・ストラックアウト・輪投げ・つりぼりごっこ・音あそび・太鼓・パネルシアターなど、ホールでは音と光と風船遊び<sup>※</sup>飲み物、汗拭き用タオル<sup>申</sup>8月14日(金)までに、電話・FAX(イベント名・氏名・住所・電話番号・年齢・午前か午後かを記入)または市文化協会<sup>市</sup>から申し込みを<sup>同</sup>同協会<sup>☎</sup>042・477・4700(FAX同。平日の午前9時～午後5時)

### 夏休み こどもの護身法 ～小学生からできる大事な心と 体の守り方～

自分を守る方法を知るとは、不安感を減らし、自信につながります。「人との距離感」や「嫌なことは『嫌だ』』と言っている」「SOSを出す」ことなどのお話と、加害者に狙われにくい「立ち方・歩き方」「声の出し方」などの実技を学びます。保護者の方はお参観ください。

8月22日(土)午前10時～11時半<sup>場</sup>市役所7階(704会議室)<sup>※</sup>小学1年生～3年生のお子さんと保護者<sup>定</sup>先着15組(要申し込み)<sup>※</sup>森山奈央美氏(NPO法人ライフライツインパクト東京代表)<sup>費</sup>無料<sup>他</sup>2歳～未就学児の保育あり(定員5人・先着順)8月7日(金)午後5時までに要申し込み<sup>申</sup>8月3日(月)午前9時から、申し込みフォームまたは電話で男女平等推進センターへ<sup>同</sup>同センター<sup>☎</sup>042・472・0061

### 離乳食について知ろう！

■離乳食ステップ1  
離乳食開始時期の離乳食の紹介と試食を行います。

8月26日(水)午後1時半～2時半(1時15分から受け付け)<sup>※</sup>8年2月～4月生まれのお子さんの保護者

■離乳食ステップ3  
離乳食3回食に移行する頃の離乳食についての紹介と試食を行います。  
8月26日(水)午前10時～11時(9時45分から受け付け)<sup>※</sup>7年9月～12月生まれのお子さんの保護者

《共通事項》  
場わくわく健康プラザ1階講堂<sup>定</sup>各回先着12組<sup>※</sup>管理栄養士<sup>※</sup>申し込み時に確認してください<sup>申</sup>8月3日(月)から市<sup>市</sup>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<sup>同</sup>健康課保健サービス係<sup>☎</sup>042・477・0022

### 夏休み親子講座「お金学び塾」

学校では教えてくれない、あんなことやこんなこと。  
お金を学んで、夢を増やそう！  
8月29日(土)午前10時～正午<sup>場</sup>東部地域センター講習室<sup>内</sup>▼お金を増やすための「推し活」▼投資ゲームでお金持ち体験!?ほか<sup>※</sup>小学4年生～6年生の児童と保護者(中学生と保護者の参加も可)<sup>定</sup>8組<sup>※</sup>桂宗一郎氏(ファイナンシャルプランナー)<sup>※</sup>筆記用具<sup>※</sup>車での来場不可<sup>申</sup>8月3日(月)午前10時から電話または直接同センター窓口で<sup>同</sup>東部地域センター<sup>☎</sup>042・470・8020

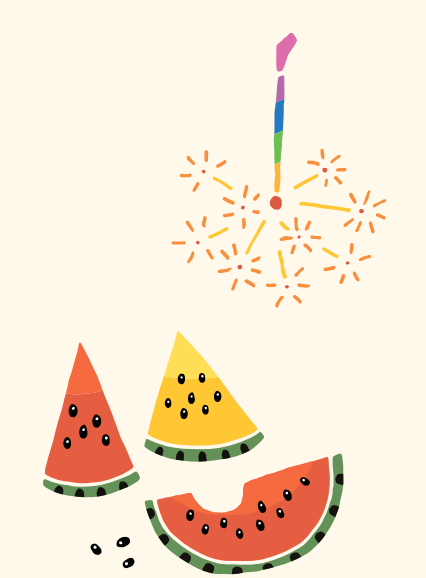
### 読書会 オー・ヘンリー著 『最後のひと葉』

図書館スタッフが作家の経歴や作品の説明をしてから、参加者の皆さんで順番に朗読します。その後は感想や意見の交換をします。  
9月6日(日)午後2時～4時<sup>場</sup>滝山図書館多目的室<sup>※</sup>中学生以上の方<sup>定</sup>先着10人<sup>※</sup>車での来場不可<sup>申</sup>8月1日(土)～9月5日(土)に電話または直接同館カウンターへ(休館日を除く)<sup>同</sup>同館<sup>☎</sup>042・471・7216

### しつけ～ほめることから始めよう(保育付き)

保育付き家庭教育講座。ほめることをベースに前向きな子育てについ

て考えてみませんか。毎日のちょっとした出来事、感じたことを一緒に話し、自分に合った子育てプランを考えてみましょう。  
9月9日・16日・30日、10月7日、いずれも水曜日の午前10時～正午<sup>場</sup>生涯学習センター<sup>内</sup>▼第1回＝「はじめまして」▼第2回＝「ほめる」▼第3回＝「教える」▼第4回＝「子育てプラン」<sup>※</sup>市内在住・在勤・在学で、子育て中、または子育てに携わっている方<sup>定</sup>16人(応募多数の場合は抽選)<sup>※</sup>黒田一美氏(NPO法人ウイズアイNPNC認定ファシリテーター)<sup>※</sup>筆記用具、飲み物<sup>他</sup>▼1歳半～未就学児の保育あり(定員10人・要予約)▼主催は市教育委員会、主管は市文化協会<sup>申</sup>8月3日(月)～26日(水)に、同協会<sup>市</sup>の申し込みフォーム、電話またはFAX(講座名・氏名・住所・年代・電話番号・保育の有無(有の場合は、お子さんの名前・年齢))で送信を<sup>同</sup>同協会<sup>☎</sup>042・477・4700(FAX同。第4月曜日を除く平日午前9時～午後5時)、<sup>市</sup>(office@h-bunnka.or.jp)



## 「子育てひろば」 の事業紹介



各事業の場所や申し込み方法などの詳細は、各<sup>市</sup>をご覧ください。

■滝山ひろば わくわく健康プラザ2階 ☎042・420・6743

| 事業名        | 日時                                | 内容                  | 申し込み            |
|------------|-----------------------------------|---------------------|-----------------|
| ねんねの会(滝山)  | 9月9日(水)午前10時から                    | 親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換 | 8月26日(水)午前10時から |
| はいはいの会(滝山) | 9月16日(水)午前10時から                   |                     |                 |
| 手作り布おもちゃの会 | 9月1日(火)午前10時から<br>9月15日(火)午前10時から | オリジナル布おもちゃ作り        | 8月19日(水)午前10時から |

※8月29日(土)は施設安全点検のため閉所  
※8月のねんねの会、はいはいの会、手作り布おもちゃの会、なかよし広場、わくわくおはなし広場は、お休みです。

■地域子育てひろば上の原 上の原1-2-44 ☎042・420・9011

| 事業名           | 日時              | 内容                      | 申し込み            |
|---------------|-----------------|-------------------------|-----------------|
| ねんねの会(上の原)    | 9月4日(金)午前10時から  | 親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換     | 8月28日(金)午前10時から |
| はいはいの会(上の原)   | 9月18日(金)午前10時から |                         |                 |
| ちびっこ育児おしゃべり広場 | 9月8日(火)午前10時から  | 1・2歳児の子育てについての悩み、情報交換など | 8月25日(火)午前10時から |
| おはなし広場        | 8月17日(月)午前11時から | ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど    | 8月10日(月)午前10時から |

※8月のねんねの会、はいはいの会、ちびっこ育児、なかよし広場は、お休みです。

受験生チャレンジ支援貸付事業

都では、受験生を持つ生計中心者に対し、学習塾などの費用や受験費用を無利子で貸し付けています。高校・大学・専門学校などの対象校に入学した場合、返済が免除されます。

なお、7年度より学習塾等受講料と高校3年生等の受験料貸付上限額が増額されました。

☎中学3年生、高校3年生、8年4月1日時点で20歳未満の高校・大学の中途退学者・浪人生など**貸付金額**  
▼学習塾等貸付金＝30万円▼受験料貸付金＝中学3年生などが2万7,400円、高校3年生などが12万円(いずれも上限額)☎利用には一定の条件があります。詳細は市☎をご覧ください☎9年1月29日(金)までに福祉総務課へ▼都の事業ですが、申し込みは同課が窓口となります▼申請

書は9年1月22日(金)までに事前に連絡の上、同課に受け取りに来てください(郵送での手続きも可能です)☎同課福祉政策係☎042・470・7785



市☎

就学援助の申請はお済みですか

市では、経済的な理由などにより、公立小・中学校の教育費が大きな負担となっている家庭に対して、費用の一部を援助しています。

市外からの転入などにより、まだ手続きをしていない方は、学務課(市役所6階)で至急手続きをしてください。

☎お子さんと生計を一にする方全員が次のいずれかに該当している家庭  
①生活保護の停止または廃止(認定基準を上回る収入がある場合や転出の場合を除く)②8年度市民税の非

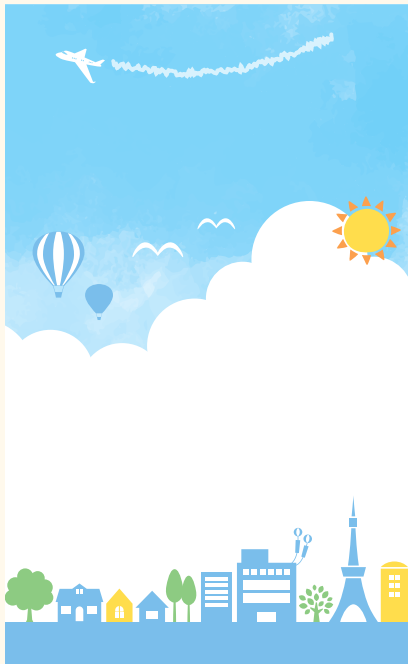
課税または減免③個人事業税・固定資産税の減免④国民年金の掛金の減免⑤国民健康保険税の減免⑥児童扶養手当の受給⑦生計を一にする全員の収入金額(令和7年分)が認定基準以下、また8年中に収入が減少するなどして家計が急変した家庭(同年の収入状況により判定します)☎同課学事係☎042・470・7779

母子・父子自立支援プログラム策定事業のご案内

市では、20歳未満の子を扶養する母子家庭の母または父子家庭の父(生活保護受給者は対象外)の状況・ニーズ等に応じた個別の自立支援プログラムを策定し、これに基づいて、各種支援事業を活用することで、きめ細やかで継続的な自立・就労支援を行っています。

☎市内に住所を有するひとり親家庭

の親☎児童青少年課(市役所2階)へ電話予約の上、ご相談ください☎同課助成支援係☎042・470・7736



児童扶養手当・特別児童扶養手当の申請はお済みですか？

次の要件に該当し、現在手当を受けていない方は申請してください。  
※所得制限があります。

☎児童青少年課助成支援係☎042・470・7736

■児童扶養手当

対象者

次のいずれかに該当する原則18歳に到達した日の属する年度末までにある児童を養育している父親か母親、または養育者  
▼父母が離婚した児童  
▼父または母が死亡した児童  
▼父または母が重度の障害をもつ児童  
▼父または母が生死不明の児童  
▼父または母に1年以上遺棄されている児童  
▼父または母が1年以上拘禁されている児童  
▼母が婚姻によらないで懐胎した児童  
▼父または母が、母または父からの申立てにより  
発せられたDV保護命令を受けた児童

支給額(月額)

▼児童1人の場合＝4万8,050円  
▼児童2人目以降の加算額(1人につき)＝1万1,350円  
※所得に応じて減額される場合があります。



■特別児童扶養手当

対象者

次のいずれかに該当する20歳未満の障害児を養育している方  
▼知的障害(愛の手帳1～3度程度)がある児童  
▼身体に障害(身体障害者手帳1～3級程度)がある児童など

支給額(月額)

▼重度の障害児(1級)＝5万8,450円  
▼中度の障害児(2級)＝3万8,930円

現況届等の提出をお忘れなく！

現況届は、受給資格の確認のために必要なもので、提出がないと手当が支給されなくなる場合がありますので、ご注意ください。現在受給中の方には現況届のお知らせを郵送します。受付期間中に児童青少年課(市役所2階)へご来庁いただき、現況届の記入をお願いします。児童扶養手当については、郵送でも提出できます。

受付期間 8月3日(月)～31日(月)

新小学一年生の就学時健康診断

☎学務課☎042・470・7779

9年4月に小学校へ入学予定の方を対象に、健康診断を実施します。対象者には就学時健康診断通知書を送付します(9月中旬ごろ発送予定)。原則、入学予定校で受診してください。

☎10月2日(金)～11月27日(金)

※受け付けは各小学校で、いずれも午後1時半から行います(右表参照)。

☎令和2年4月2日～3年4月1日生まれの方

☎①次のいずれかに該当する方は、学務課保健給食係へご連絡ください

- ▼私学などへ入学予定で受診されない方
- ▼9月25日(金)までに「就学時健康診断通知書」が届かない方
- ▼病気その他やむを得ない事由により、通知書に記載の入学予定校で受診できない方(通知書が届いてからご連絡ください)

②外国籍のお子さんで、就学を希望する方は早めに学務課(市役所6階)で手続きをしてください

表 令和9年度入学予定者 就学時健康診断日程

| 入学予定校 | 実施日       |
|-------|-----------|
| 第一小学校 | 11月18日(水) |
| 第二小学校 | 11月27日(金) |
| 第三小学校 | 11月5日(木)  |
| 第五小学校 | 10月23日(金) |
| 第六小学校 | 10月21日(水) |
| 第七小学校 | 10月2日(金)  |
| 第九小学校 | 10月28日(水) |
| 第十小学校 | 11月10日(火) |
| 小山小学校 | 10月8日(木)  |
| 神宝小学校 | 10月20日(火) |
| 南町小学校 | 11月25日(水) |
| 本村小学校 | 10月14日(水) |



## 介護保険施設における居住費(部屋代)・食費の軽減制度

介護保険施設サービスを利用したときは、施設サービス費(利用料)の自己負担分(負担割合＝「1割」「2割」「3割」のいずれか)に加え、居住費・食費・日常生活費などの費用を支払いますが、所定の要件に全て該当する方は、申請により居住費・食費の軽減制度(負担限度額認定)が受けられます。

表 預貯金等の基準

| 収入等が下記の場合 |                                                | → | 預貯金等の基準                   |
|-----------|------------------------------------------------|---|---------------------------|
| 住民税非課税世帯  | 合計所得金額と課税年金収入額、非課税年金収入額の合計が年間120万円超            | → | 単身で500万円以下、夫婦で1,500万円以下   |
|           | 合計所得金額と課税年金収入額、非課税年金収入額の合計が年間82万6,500円超120万円以下 | → | 単身で550万円以下、夫婦で1,550万円以下   |
|           | 合計所得金額と課税年金収入額、非課税年金収入額の合計が年間82万6,500円以下       | → | 単身で650万円以下、夫婦で1,650万円以下   |
|           | 老齢福祉年金受給者                                      | → | 単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下 |
| 生活保護受給者等  |                                                | → | 要件なし                      |

※第2号被保険者(65歳未満)の方の預貯金等の基準は収入等に関係なく単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下です。

☎介護福祉課介護サービス係 ☎042・470・7750

### ■居住費・食費の軽減制度(負担限度額認定)とは

所得区分に応じて居住費・食費の負担限度額(施設に支払う1日当たりの自己負担額の上限)が設けられます。認定期間は、申請があった月の初日～翌年7月31日(1月～7月の申請の場合は同年7月31日まで)です。毎年8月1日を基準日として更新の手続きが必要です。施設入所や短期入所サービスの利用申し込みの予定がある場合は、早めに介護福祉課(市役所1階)で申請してください。詳細は、広報8年6月1日号5面または市HPをご覧ください。

**対象サービス**▼施設サービス(介護老人福祉施設・介護老人保健施設・介護医療院など)▼短期入所サービス(短期入所生活<療養>介護・介護予防短期入所生活<療養>介護)

**要件**①世帯全員および配偶者(世帯が分離している場合を含む)が住民税非課税②預貯金や有価証券など資産の合計額が基準額以下(左表参照)

**申請**随時受け付け

※新たに施設サービスの利用予定がある方、要件に当てはまらず更新申請を行わなかった方、または更新申請をしたが認定結果が非該当であった方でも、その後の所得状況や世帯状況、預貯金などの資産状況が変わり、要件に当てはまった時点で申請することができます。判定の結果、承認された場合は、申請月の初日から負担限度額が適用となります。

## 障害がある方のための手当

特別障害者手当・障害児福祉手当など受給資格の所得制限限度額は8月1日より下記の通り変更になります。

### ■所得制限限度額

本人所得が375万8,000円で、扶養親族等が1人増すごとに38万円を加算します(右表参照)。 ※扶養親族等のうち、老人控除対象配偶者または老人扶養親族がある場合は、1人に付き10万円を、特定扶養親族(19歳～23歳未満)がある場合は一人に付き25万円を加算します。重度心身障害者手当、心身障害者福祉手当についても今後所得制限限度額の改正が予定されています。

### ■手当の種類・対象者

▼特別障害者手当＝20歳以上で、精神または身体に著しく重度の障害を有するため、日常生活において常時特別な介護を必要とする状態にある在宅の方。ただし、施設入所者および病院等に継続して3カ月を超えて入院している方は支給されません。

▼障害児福祉手当＝20歳未満で、精神または身体に重度の障害を有するため、日常生活において常時の介護を必要とする状態にある在宅の方。ただし、施設入所者および障害年金等の受給者には支給されません。 ※特別障害者手当・障害児福祉手当は本人および扶養義務者等の所得制限あり。申請には医師の専用様式による診断書等が必要となります。

▼重度心身障害者手当＝重度の心身障害のため常時特別な介護を必要とする方・重度の知的障害で常時特別な介護を要する方・重度の知的障害と身体障害の重複障害の方・重度の肢体不自由で四肢機能が失われ座っていることが困難な方。ただし、施設入所および、3カ月を超えて入院している方には支給されません。 ※20歳以上は本人、20歳未満は扶養義務者の所得制限あり。都が直接判定します。

表 特別障害手当などの所得制限限度額 8年8月1日基準

| 扶養親族等の数 | 本人         | 扶養義務者など    |
|---------|------------|------------|
| 0人      | 375万8,000円 | 628万7,000円 |
| 1人      | 413万8,000円 | 653万6,000円 |
| 2人      | 451万8,000円 | 674万9,000円 |
| 3人      | 489万8,000円 | 696万2,000円 |
| 4人      | 527万8,000円 | 717万5,000円 |
| 5人      | 565万8,000円 | 738万8,000円 |

### 現況届等の提出をお忘れなく！

特別障害者手当・障害児福祉手当・重度心身障害者手当を毎年継続して受給する場合は、前年の所得状況(所得限度額は変更なし)や支給要件など、所得状況等の現況確認の届け出が必要です。提出がない場合、今年の11月期分からの手当が支給されません。受給している方には現況届を順次お送りしますので、8月3日(月)～9月11日(金)(重度心身障害者手当対象者は8月31日(月))に障害福祉課まで提出ください。

## 「認知症サポーターステップアップ講座」支える!つながる!あなたの一声が東久留米をあたたかくする

地域で認知症のある方や家族を支えるための活動について、一緒に考える2日間の講座です。認知症サポーターから一歩進んで活動してみませんか？

📅右表の通り

👤講師▼1日目：鷹部屋宏平氏(東京都認知症介護指導者S.V.)、中迫辰哉氏(社会福祉協議会)＝サポーター養成講座の振り返り、軽度認知障害(MCI)とは、ボランティアとは▼2日目＝認知症サポーターが活躍できる場所を体験！

👥対すでに認知症サポーター養成講座を受講した市民の方

👤定名先着50人程度

📞申8月3日(月)から電話で在住地域を担当する地域包括支援センターへ(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

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

表 講座の日時・場所・問い合わせ先

|                                                                                                                                                                                                                   | 日時                                | 場所                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1日目                                                                                                                                                                                                               | 9月1日(火)<br>午後2時～4時                | 市民プラザホール<br>(市役所1階)                                                                                                   |
| 2日目                                                                                                                                                                                                               | 9月18日(金)<br>①午前10時～正午<br>②午後2時～4時 | ①西部地域包括支援センター担当地域在住の方＝西部地域センター第2・3講習室<br>②▼東部地域包括支援センター担当地域在住の方＝東部地域センター講習室<br>▼中部地域包括支援センター担当地域在住の方＝中央町地区センター第3・4会議室 |
| ▼東部地域包括支援センター☎042・473・9996<br>担当地域＝上の原・神宝町・金山町・氷川台・大門町・東本町・新川町・浅間町・小山<br>▼中部地域包括支援センター☎042・451・5121<br>担当地域＝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<br>▼西部地域包括支援センター☎042・472・0661<br>担当地域＝前沢四、五丁目・滝山・下里・柳窪・野火止・八幡町・弥生 |                                   |                                                                                                                       |

ごみ・住環境

8月11日(火)祝のごみ収集

8月11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庁でご確認ください。

☎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)



市庁

お知らせ

「東久留米市立学童保育所運営業務委託」に係る公募型プロポーザルを実施します

市では、前沢第一・第二学童保育所、柳窪第一・第二学童保育所、本村学童保育所の5学童保育所の運営に関する業務を行う委託事業者を一括して公募型プロポーザル方式により募集します。参加希望事業者は、市庁に掲載の「東久留米市立学童保育所運営業務委託プロポーザル実施要領」などを参照し、期限までに応募してください。 ※公募締切等の詳細については、公募要項を必ずご覧ください。

また、実施要領は8月12日(水)までに市庁から取得してください。

☎児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735



市庁

市内情報検索はくるくるチャンネル

東久留米の情報サイト「くるくるチャンネル」は、市内情報満載のサイトです。市内や近隣の役立つ情報を簡単に検索できるサブサイト「くるくる案内所」では、「#くるくる案内所」のハッシュタグをつけてSNSで情報共有もできます。

■出張くるくるチャンネル案内所

サイトに登録を希望される団体の受け付けやSNSの使い方などを対面で相談できます。

☎9月16日(水)、11月18日(水)、9年1月20日(水)の午前10時～11時45分 ☎市役所1階屋内ひろば ☎詳細はくるくるチャンネル ☎をご覧ください ☎▼市コミュニティサイト運営委員会事務局 ☎(kuruchan@jom.zaq.ne.jp) ▼企画調整課 ☎042・470・7702



くるくるチャンネル

「オンラインお困りごと相談室」の対面相談を実施しています

スマートフォンの操作や設定について、オンラインで相談できる無人ブースを設置しています。これに加え、次の日時で対面による相談も実施していますので、この機会にぜひご利用ください。

☎9月29日(火)までの毎週火曜日午前10時～午後1時 ※祝日を除く。 ☎市役所本庁舎正面玄関入って左手 ☎相談員(TOKYOスマホサポーター) ☎無料 ☎ご自身のスマホ ☎事前申し込み不要・先着順 ☎行政経営課 ☎042・470・7704



市庁



東久留米市デマンド型交通「くるぶー」の「サービス向上アンケート」ご協力をお願い

東久留米市デマンド型交通「くるぶー」は令和7年度本格運行開始後、約1年が経過しました。今後も利用者の皆さんに地域の足として今まで以上に便利にご活用いただけるよう、この度サービス向上に関するアンケートを実施することになりました。いただいたご意見は、今後のサービス向上に役立てていきます。皆さんの率直なお声をお聞かせください。

☎「くるぶー」を一度でもご利用され

7月15日付市人事異動

市では、7月15日付で課長級の異動を行いました(カッコ内は前職)。

▼環境安全部ごみ対策課長(福祉保健部健康課長)島崎修

▼福祉保健部健康課長(環境安全部ごみ対策課長)緒方智一

☎職員課 ☎042・470・7716

た方 ☎いただいたご意見は、全て統計的に処理し、サービス向上の目的以外には使用しません。個人の特定につながる情報は公表しません ☎アンケートは次のいずれかの方法で提出してください ☎①道路計画課(市役所5階)窓口 ☎②くるぶー運転手に手渡し ☎③郵送(〒203-8555、市役所道路計画課宛て) ☎④FAX(042・470・7809) ☎⑤アンケートフォーム ☎☎同課道路交通計画係 ☎☎042・470・7768



アンケートフォーム

8月8日に婚姻届受領のための臨時窓口を開設します

令和8年8月8日、末広がりの「八」が並び特別な一日にあわせ、婚姻届を受領する臨時窓口を開設します。取り扱う事務は戸籍関係の届出の受領のみです。

☎8月8日(土)午前9時～午後2時 ☎市役所1階市民課 ☎☎市民課戸籍係 ☎☎042・470・7722

市庁

【進捗状況】スポーツセンタープールの利用休止について

☎生涯学習課 ☎☎042・470・7784

☎スポーツセンター ☎☎042・470・7900

スポーツセンタープールは、天井内部の部材に破損が確認されたことから、安全確保を最優先とし、7年6月11日より利用を休止しています。

現在、天井構造の詳細調査および実施設計を進めており、設計業務は8年12月下旬の完了を予定しています。設計業務完了後は、その内容を踏まえ、工期や工法を検討したうえで改修工事に着手する予定のため、現時点ではプールの利用開始時期は未定です。

利用者の皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

市庁

市職員募集

9年1月1日以降および4月1日以降に採用する職員を募集します。

募集職種・募集人数などは、右表の通りです。

その他受験資格などは、市庁をご確認ください。

☎募集要項 ☎市庁から取得してください

☎申込期間 ☎7月27日(月)～8月17日(月)(必着)

☎申し込み方法 ☎市庁から申し込み ※詳細は募集要項をご覧ください。

市庁



表 市職員募集の職種・募集人数など

| 採用期間         | 職種              | 試験区分      | 募集人数            |  |
|--------------|-----------------|-----------|-----------------|--|
| 令和9年1月1日以降採用 | 一般事務(経験者)       | Ⅰ類(大学卒程度) | 全職種合わせて5～10人程度  |  |
|              | 一般事務(ⅠC T)      |           |                 |  |
|              | 一般事務(福祉)        |           |                 |  |
|              | 土木技術・建築技術       |           |                 |  |
|              | 土木技術・建築技術(主任採用) |           |                 |  |
| 令和9年4月1日以降採用 | 一般事務            | Ⅰ類(大学卒程度) | 全職種合わせて15～25人程度 |  |
|              | 一般事務(障害者)       | Ⅱ類(短大卒程度) |                 |  |
|              | 土木技術・建築技術       | Ⅲ類(高校卒程度) |                 |  |
|              | 一般事務(ⅠC T)      | Ⅰ類(大学卒程度) |                 |  |
|              | 一般事務(福祉)        | Ⅰ類(大学卒程度) |                 |  |
|              | 土木技術・建築技術(主任採用) |           |                 |  |
|              | 保健師             |           |                 |  |
|              | カムバック採用         | —         |                 |  |

※試験では書類審査、適性検査、集団討論、口述による面接試験を行います。配慮が必要な方は、申し込み前にご相談ください。(例：椅子を使用しているため、会場を配慮してほしいなど)



# 第44回市民みんなのまっりの出演者募集



楽器演奏、合唱、創作ダンスなどのパフォーマンスを行う出演者を募集します。

☎地域振興課 ☎042・470・7743

## 第44回市民みんなのまつり概要

**日時** 11月14日(土)＝正午～午後5時(開会式は午前11時から)  
15日(日)＝午前10時～午後4時  
**場所** 東久留米駅西口～市役所1階屋内・屋外ひろば他



市HP



申し込み  
フォーム



## ■パフォーマンスについて

- ▼場所＝市役所ステージまたは東久留米駅西口路上ステージ
- ▼時間＝入・退場を含め15分以内  
※同じグループを複数に分けて15分以上続けて出演することはできませんが、別時間枠であれば出演可能です。

## ■参加費

無料 ※出演に関する経費(運搬・交通費など)は全て出演者負担。

## ■提出物

ステージ出演申し込み用紙、使用する音源(出演団体名、曲名、楽曲時間を記入してください)



路上ステージ



市役所ステージ

## ■申し込みについて

### 申し込み資格

どなたでも。ただし、申し込み多数の場合、市内の方を優先する場合があります

### 申し込み用紙

8月3日(月)～8月28日(金)に地域振興課窓口(市役所6階)にて配布  
※開庁日時の午前8時半～午後5時(正午～午後1時を除く)

### 申し込み方法

8月3日(月)～8月28日(金)に申し込み用紙に出演内容などを記入の上、地域振興課に持参、または申し込みフォームからご応募ください

### 注意事項

- ▼出演の可否および時間などは、選考の上、決定します。  
なお、応募多数の場合はご希望に沿えない場合もあります。  
あらかじめご了承ください
- ▼申し込み用紙は返却しません



## 連絡所の今後に関する 説明会

☎市民課住民記録窓口 ☎042・470・7722

市では、行政サービスの効率化・適正化を図る観点から、東久留米市財政健全経営計画実行プランに基づき、平成30年8月に東久留米市役所連絡所あり方検討委員会を設置し、連絡所のあり方と今後の方向性についての調査・検討を重ね、令和8年5月に本検討委員会の最終報告書となる「連絡所のあり方検討報告書」を市長に提出しました。

この報告書を基に、連絡所での証明書交付および公金収納等の業務の取り扱いについて「東久留米市役所連絡所の閉所(事業終了)に関する計画(素案)」を作成しました。計画内容を説明し、市民の皆さんからのご意見を伺うため、以下のとおり説明会を開催します。

詳細は市HPをご覧ください。

☒会場の安全管理の都合上、場内が混雑した場合は入場制限を実施する場合があります ☒各会場手話通訳付き ☒事前申し込みは不要です。直接会場にお越しください



市HP

表 説明会開催日時・場所

| 日時       |          | 場所                     |
|----------|----------|------------------------|
| 8月6日(木)  | 午後7時～8時半 | 西部地域センター多目的ホール         |
| 8月20日(木) | 午後7時～8時半 | 南部地域センター講習室1・2         |
| 8月21日(金) | 午後5時～6時半 | 上の原団地 南集会所<br>(上の原1-2) |

## 最高裁判決を踏まえた 生活保護費の追加給付を行います

☎市追加給付コールセンター ☎050・3821・7119  
(土曜・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時15分)

平成25年に国が行った生活扶助基準の引下げをめぐる訴訟において、令和7年6月の最高裁判決では、「デフレ調整に係る判断の過程及び手続に過誤、欠落があった」と指摘されました。この判決を受け、国が生活保護法に基づく新たな基準を制定し、当時の基準との差額を追加支給することを決定しました。

市においてもこの決定に準じ、当時保護を受給していた方などに対して追加給付を実施します。

※現在受給中の世帯に関しては支給手続(申出)不要です。  
9月末～10月頃に支給予定です。

### 対象者

- ▼平成25年8月～30年9月の間に東久留米市で生活保護を受給したことがある全ての世帯
- ▼上記のほか、平成30年10月～令和8年3月の間に東久留米市で生活保護を受給したことがある世帯のうち、一定期間入院・入所されていた方、障害のある方で加算が算定されていた方や、毎年12月に支給される期末一時扶助費が算定された世帯など  
※他自治体での受給期間がある場合は、その自治体へお問い合わせください。

### 現在、受給していない(保護廃止)世帯の申出受付開始

8月1日(土)から  
※詳細については市HPをご覧ください。



市HP



官公署だより

都営住宅入居者募集

種類・対象

①ポイント方式(家族向けのみ)＝ひとり親世帯向け、高齢者世帯向け、心身障害者世帯向け、多子世帯向け、特に所得の低い一般世帯向け、車いす使用者世帯向け

②抽せん方式＝単身者向け、車いす使用者向け(単身、世帯向け)、シルバーピア(単身・二人世帯向け) ※②は居室内で病死などがあった住宅を一部含みます。

※①・②それぞれに申し込み資格がありますので、詳細は募集案内をご確認ください。

案内配布期間・場所 8月3日(月)～12日(水)(土曜・日曜日・祝日を除く)に、都市計画課(市役所5階)、総合案内(市役所1階)、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、東部地域センター他で募集案内を配布(配布期間中は都住宅供給公社からも取得できます) ※8月8日(土)・9日(日)・11日(火・祝)の午前9時半～午後5時は、東京観光情報センター前(都庁第一本庁舎1階)で配布します。8月18日(火)までに①が同公社募集センターに(必着)、②が渋谷郵便局に(必着)、募集案内に同封の申込用紙・封筒に必要事項を記入の上郵送、または都営住宅入居者募集サイトで同公社募集センター☎03・3498・8894(土曜・日曜日、祝日を除く) ※8月3日(月)～18日(火)は☎03・5467・9269または☎0570・010・810(土曜・日曜日、祝日を除く)



都住宅供給公社



都営住宅入居者募集サイト

シルバー人材センター  
入会説明会のご案内

シルバー人材センターでは、定年退職した方や社会参加をしたい方など、多くの方が働いています。自身の豊かな人生経験を、地域で活かしてみませんか。まずはお気軽にご参加ください。8月19日(水)午後1時～4時の間で1時間程度(原則毎月第3水曜日に開催) 同センター(下里4-1-44) 市内在住の原則60歳以上で健康で働く意欲のある方 定着20人程度 入会手続きを希望する方 年会費2,000円、本

人確認書類、筆記用具 開催日の2日前までにご連絡ください(同センターから仮登録ができます) 同センター ☎042・475・0738

8年度就学義務猶予免除者等の  
中学校卒業程度認定試験の実施

病気などやむを得ない事由により、保護者が義務教育諸学校に就学させる義務を猶予または免除された方などに対し、中学校卒業程度の学力があるかどうかを認定するための認定試験を文部科学省が実施します。

合格した方には高等学校の入学資格が与えられます。

受験案内など

受験案内配布期間 8月21日(金)まで  
受験案内配布場所 都教育庁地域教育支援部義務教育課小中学校担当(〒163-8001、新宿区西新宿2-8-1、都庁第二本庁舎16階北側)  
同課 ☎03・5320・6752

願書・試験日など

願書受付期間 8月21日(金)まで(消印有効)

願書受付場所

文部科学省総合教育政策局生涯学習推進課 認定試験第二係(〒100-8959、千代田区霞が関3-2-2)

試験期日 10月15日(木)

試験科目 国語・社会・数学・理科・外国語(英語)

試験会場 東京都教職員研修センター(文京区本郷1-3-3)

合格発表 11月24日(火)に結果通知発送予定

同係 ☎03・5253・4111(内線3267・2024)

都税がスマートフォン決済アプリで  
納付できます

都税の納付にスマホ決済アプリをぜひご利用ください。アプリ内で納付書に記載の地方税統一二次元コード(eL-QR)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、都主税局をご確認ください。 同立川都税事務所 ☎042・523・3171



都主税局



国民年金だより

病気やけがで障害が残った  
ときは障害基礎年金を

■受給要件

①初診日において、国民年金の加入者または60歳以上65歳未満で老齢基礎年金を受給していない国内在住者であること

②初診日の前々月までに保険料を納めた期間(保険料免除等期間を含む)が加入期間の3分の2以上あること、もしくは初診日の前々月までの1年間に未納がないこと

③障害認定日(※)の障害程度が法令に定められている障害等級の1級か2級のいずれかに該当した場合

(身体障害者手帳の等級とは異なります)

※病気やけがで初めて医師の診療を受けた日から1年6カ月を経過した日、または1年6カ月以内に症状固定した日。

■20歳前に初診日がある時

20歳前に病気やけがで障害が残った方(国民年金の障害等級が1級か2級に該当した場合)も、20歳になると障害年金が受けられます(所得制限があります)。

手続き先は、初診日が国民年金第1号被保険者期間中または20歳前であるときは、市保険年金課または年金事務所です。厚生年金や第3号被保険者期間中などである場合は、年金事務所となります。

同武蔵野年金事務所 ☎0422・56・1411

引越しなどの

「手続案内サービス」を  
提供しています。

代表的な手続きなどを簡単に探せる「手続案内サービス」を提供しています。

引越しなどに伴う手続きがわからないという方は、ぜひご利用ください。

市LINE公式アカウントのメニューからご確認ください。

同行政経営課 ☎042・470・7704



友だち追加は  
こちらから



市LINE公式アカウント

市でも手続案内(手続きチェックナビ・手続きチェックリスト)を提供しています。



市

市民伝言板

会員募集

◆アザミの会＝8月4回。水曜日正午～午後4時 滝山団地西集会所 会費月1,000円 高齢者の健康を目的とした楽しい会です 同永田 ☎042・477・8477

◆東久留米パソコンクラブ＝8月3回。金曜日午後1時半～3時半 生涯学習センター 会費月1,000円 教材用の写真を自由に加工印刷し、各自持ち帰ります。パソコン持参 同渋谷 ☎080・1257・3857

◆春秋会(観世流謡曲同好会)＝8月毎月第二・第四金曜日午後1時半～3時半 滝山団地第2集会所 会費年2回、各

2,000円 一緒に楽しく謡いませんか。経験者歓迎。見学可 同中村 ☎042・474・9079

◆健康野球チーム・ブラックキャッツ＝8月毎週木曜日午前9時～正午 滝山公園野球場 会費毎月2,000円 60歳以上の仲間が集まり紅白戦を楽しんでいます。経験不問 同篠宮 ☎090・2656・6703

催し

◆第30回納涼盆踊り大会(下里ふるさとの会)＝8月8日(土)・9日(日)いずれも午後6時～9時半 下里氷川神社 無料 下里囃子連演奏。和太鼓ケヤキ演奏 同島崎 ☎042・471・1385

◆古代史講演会「卑弥呼VSヤマト王権」(謎解き歴史Club)＝8月23日(日)午後

1時半～4時(1時受付開始) 同成美教育文化会館(3階大研修室) 参加費500円 講師 榎田鉄男氏(古代史研究家)、日本誕生の謎を明らかにする旅でもあります 同齊藤 ☎090・7235・4649

◆第30回夕涼み会(夕涼み会実行委員会)＝8月1日(土)午後4時～7時 同東京学芸大学附属特別支援学校校庭第1グラウンド 無料 暑い夏到来!今年も楽しみましょう!花火は、午後6時45分から打ち上げ予定! 同堀野 ☎090・9831・5411

◆講演会「日本酒は故郷の誇り」～福島市唯一の酒屋を守りたい～(東久留米市福島県人会)＝8月9日(土)午後2時開演(1時半開場) 同成美教育文化会館 参加費500円 同東大からフジテレビへ入社。「金水晶酒造」斎藤美幸会長講演会 同大矢

☎042・475・8532

◆映画会 てっぺんの向こうにあなたがいる(東久留米・映画上映実行委員会)＝8月9日(日)①午前10時半～午後0時40分②午後2時～4時10分 同生涯学習センターホール 料金1,000円(小学生以上) 同登山家田部井淳子さんの山を愛し果敢に挑む姿に勇気もらえます 同田苗 ☎042・475・1593

◆市民による朗読劇「ハテルマ・シキナ」(市民朗読劇の会)＝8月23日(日)午後2時開演(1時半開場) 同西部地域センター多目的ホール 無料 同沖縄一波照間島を舞台に犠牲になった島民たちの声を今年も届けます 同春田 ☎042・473・0769





## ・イベント・講座

### 図書館

#### 8月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は18日(火)も休館です  
☎中央図書館 ☎042・475・4646

### 文化

#### なんぶ手作りくらぶ

大人のための手作りくらぶ。第一弾は折り紙の作品を作ります。  
☎8月27日(木)午後2時～4時 場南部地域センター和室1・2 ☎先着10人 費参加費100円 ☎ハサミ・のり ☎車での来場不可 ☎8月2日(日)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

#### THEカルテットの昭和歌謡コンサート

プロの演奏家・ボーカリストで構成された「THEカルテット」が、誰もが口ずさんだことのある懐かしの名曲をお届けします。  
☎10月1日(木)午後2時開演(1時半開場) 場生涯学習センターホール 出演THEカルテット ☎先着500人 費前売2,500円、当日3,000円(全席指定) ☎未就学児入場不可 ☎8月7日(金)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)



## スポーツ

### ニュースポーツデー (スポーツ推進委員運営)

老若男女、障がいのある方もない方もお一人で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手伝いします。空調の効いた快適な体育室で楽しめます。

今月は「小学生卓球教室」を午後1時半から開催します(当日午後1時から受け付け)。用具は不要(持参可)。  
☎8月8日(土)午前10時～午後4時(入退場自由) 場スポーツセンター第1体育室 ☎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 ☎100円(未就学児無料) ☎室内履き(運動靴)、飲み物(フタ付き) ☎1人での参加可。運動ができる服装で ☎当日会場で ☎生涯学習課 ☎042・470・7784



市 ☎

#### 第1回いきいき健康体操教室

音楽に合わせてリズム体操や簡単な自重エクササイズを行います。楽しみながら体力づくりをしましょう。  
☎9月2日・9日・16日・30日 いずれも水曜日午前10時～11時 場スポーツセンター第1体育室 ☎市内在住・在勤・在学で18歳以上の方(高校生不可) ☎30人(応募多数の場合は抽選) ☎スポーツセンター職員 費1,000円 ☎室内用シューズ、飲み物(フタ付き)、汗拭きタオル ☎主催は市体育

協会 ☎7月31日(金)午前10時～8月14日(金)午後5時に(必着)、市体育協会 ☎の申し込みフォーム、または郵送(往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先・在学の場合は在学先 ☎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)を ☎同事務局 ☎042・470・2722



同協会 ☎

### スポーツ習慣定着促進事業 縄跳び

☎全8回。9月3日～10月22日の毎週木曜日午後5時～午後6時 場スポーツセンター第1体育室 ☎運動の楽しさを感じ、以後継続的に運動をする意欲につながることを目指します ☎運動が苦手な学校体育以外で運動をする機会のない小学1年生～3年生 ☎30人(応募多数の場合は抽選) ☎室内運動靴、飲み物(フタ付き)、タオル ☎8月1日(土)～20日(木)に電話または同センター窓口で ☎同センター ☎042・470・7900

#### 初心者アーチェリー教室

アーチェリーの基本技術を学んでみませんか。  
☎全3回。9月5日・12日・19日 いずれも土曜日午後7時～9時 場スポーツセンター弓道場 ☎市内在住・在勤・在学で18歳以上(高校生不可)で3日間参加できる方 ☎8人(応募多数の場合は抽選) ☎市アーチェリー協会会員 費参加費1,000円(保険料) ☎主催は市体育協会 ☎7月31日(金)午前10時～8月14日(金)午後5時に(必着)、市体育協会 ☎の申し込みフォ

ーム、または郵送(往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号、在勤の場合は勤務先・在学の場合は在学先 ☎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)を ☎同事務局 ☎042・470・2722



同協会 ☎

#### ワンデー「KARATE」スクール

気軽に空手道を体験してみませんか！ストレス解消に効き目あり！  
☎☎9月6日(日) ①市・空手道連盟合同練習＝午前10時～午後3時 ②体験教室＝午後1時～午後3時 場スポーツセンター第1・2武道場 ☎①同連盟会員 ②どなたでも ☎同連盟役員 持タオル、飲み物(フタ付き) ☎運動のできる服装で ☎当日会場で ☎同連盟・榎本 ☎042・473・1195(午後5時～8時)

#### 第37回ジュニアテニス大会 (硬式)

☎9月13日(日)午前8時集合(予備日9月27日) 場柳窪コート ☎市内在住・在学・在テニススクールの中学生 費500円(大会当日に集金) ☎主催は市テニス連盟 ☎8月25日(火)までに同連盟 ☎で申し込みを ☎同連盟 ☎



同連盟 ☎



## 富山県氷見市発「ゆるスポーツ」 ハンギョボール を体験しよう！

☎東久留米市体育協会事務局 ☎042・470・2722



ハンドボールの盛んな富山県氷見市で生まれた「ゆるスポーツ」です。ハンドボールの生涯スポーツ化を目指して氷見市指導員が丁寧にハンギョボールを教えます。

☎9月6日(日)午前9時～正午 場スポーツセンター第1体育室 ☎市内在住・在勤・在学の小学生以上の方で健康な方 ☎先着100人 ☎氷見市スポーツ振興課 費無料 ☎室内用シューズ、飲み物(フタ付き)、汗拭きタオル ☎7月31日(金)午前10時～8月21日(金)午後5時に(必着)、市体育協会 ☎の申し込みフォーム、または郵送(往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・在勤の場合は勤務先・在学の場合は在学先 ☎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、東久留米市体育協会事務局宛て)を

### ハンギョボールとは

ハンドボールが盛んで聖地とも呼ばれ、寒ブリで有名な街「富山県氷見市」で生まれたゆるスポーツ。得点すると脇に抱えたブリが出世していきます。出世の段階(ポイント)は「コズクラ＝1pt・フクラギ＝4pt・ガンド＝6pt・ブリ＝7pt」の順で、氷見市でのブリの呼び名になっています。ゴールを決めたら「出世！」とコール。でも熱くなりすぎて、大事なブリを落とすと冷蔵庫送り。チームメンバーみんながブリに出世できるよう協力してプレーするゲームです。



過去の開催時の様子

体験会の  
申し込みは  
こちらから



東久留米市体育協会 ☎

ハンギョボール  
の詳細はこちら  
から



氷見市 ☎



第50回 東久留米市オープン  
ミックスダブルス卓球大会

日9月23日(水)祝午前9時半から(9時受け付け)場スポーツセンター内  
▼種目＝年齢別ミックスダブルス(下表の通り) ※女子ダブルスも可。参加は一種目に限ります。定160チーム費1組2,000円(当日集金)申8月21日(金)までに(必着)市卓球連盟の問い合わせフォームに必要事項(種目・名前・年齢・性別・チーム名・代表者の氏名・住所・電話番号)を記入の上、送信を同連盟HP

同連盟HP

表 年齢別ミックスダブルス

| 種目 | 条件               |
|----|------------------|
| A  | 一般(年齢制限なし)       |
| B  | 合計年齢120歳以上139歳以下 |
| C  | 合計年齢140歳以上       |

くらし

団体、サークル、事業所向け  
男女共同参画出前講座

男女平等推進センターは男女共同参画に関する講座に、講師を派遣します(無料)。団体、サークル、事業所の学習会、研修等にご活用ください。  
講座テーマ①「男女共同参画って何？」②「ワーク・ライフ・バランス」③「安心・安全な暮らしの実現」(全テーマとも90分～120分程度)申参加者10人以上で、9年2月28日(日)までに開催するもの定3講座程度を予定(先着順。1グループ1回まで)申市庁をご確認の上、11月2日(月)までに申し込みを同センター☎042・472・0061、✉(fifty2@city.higashikurume.lg.jp)

市庁

けんこう

低栄養予防講演会『いつもの「食べる」が健康をつくる！  
今日から始める元気ごはん』

いつまでも元気でいるための身体づくりには毎日の食事が重要です。食生活の改善で低栄養を予防し、心も体も元気を保ちましょう。  
普段の食事に無理なく取り入れられる食事のポイントをぜひご自宅でも実践してみてください。  
日9月15日(火)午後2時～4時(1時半から受け付け)場市民プラザホール(市役所1階)申おおむね65歳以上の市内在住・在勤の方定先着80人師本川佳子氏(都健康長寿医療センター研究所自立促進と精神保健研究チーム専門副部長)申8月3日(月)午前9時から申し込みフォームまたは電

話で介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2501～2503)へ。手話通訳が必要な方は、9月4日(金)までに申し込みフォーム、またはFAX(042・470・7808)で住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上、送信を同関係

申し込みフォーム

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

多摩六都科学館ボランティア会 会員募集

来場者と触れ合いながら、科学の面白さを伝えてみませんか。  
場多摩六都科学館内▼一般＝週1回程度活動できる18歳以上の方▼月2回程度活動できる小学5年生～高校生(相当年齢) ※保護者の同意が必要。定いずれも若干名。ジュニアは、応募多数の場合は抽選(圏域5市(西東京市・小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市)在住者を優先)申9月6日(日)までに(必着)、多摩六都科学館HP・ボランティア会のページの申し込みフォームまたは同館・市役所・中央図書館に配架の応募用紙に記入の上、〒188-0014、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館「ボランティア会担当」宛て郵送を ※締め切り後、面談の日程を連絡します。同館☎042・469・6100

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。

市庁

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。  
8月2日・11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)  
8月9日＝東くるめ東口クリニック  
(新川町1-3-35、☎042・420・6037)  
歯科  
8月2日・9日・11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)  
8月2日・11日＝前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)  
8月9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～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)

未来の安心は健(検)診から

市のがん検診一覧表

受けて安心がん検診

日本人の2人に1人は一生のうちに何らかのがんに罹ると言われるほど、がんは全ての人にとって身近な病気です。市では、国の指針に基づき、乳がん、子宮頸がん、胃がん、大腸がん、肺がんの5大がん検診を実施しています。  
無症状、自覚症状のないうちにがん検診を受けて早期発見・早期治療を行うことにより、がんによる死亡リスクを減少させることができます。  
がん検診を受けた結果、がんの疑いのある方は、精密検査、確定診断、治療という流れで進んでいきます。異常のなかった方は定期的に検診を受診してください。すでに自覚症状のある方は、がん検診ではなく、早急に医療機関を受診することをお勧めします。

| 種 類     | 対 象                       | 実施時期                        | 検診場所      | 費 用              |
|---------|---------------------------|-----------------------------|-----------|------------------|
| 乳がん     | 8年12月31日時点で40歳以上かつ奇数年齢の女性 | 6月～9年3月12日(金)(医療機関により異なります) | 指定医療機関等   | 1,000円           |
| 子宮頸がん   | 8年12月31日時点で20歳以上かつ奇数年齢の女性 | 9月～9年1月                     |           |                  |
| 胃がん     |                           | ▼春6月・7月(春は終了)<br>▼秋11月・12月  | わくわく健康プラザ | 500円             |
| 大腸がん(※) | 9年3月31日時点で40歳以上の方         | 6月～11月                      | 市内実施医療機関  | 1,500円(65歳以上は無料) |
| 肺がん     |                           | 5月(今年度終了)                   |           |                  |

各検診の受診方法は市庁、広報紙でお知らせします。  
※特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象者は、健康診査と同時に受け付けてください。

胃がん、大腸がん検診などの詳細は12面に掲載しています

(11面から続く)

# 未来の安心は健(検)診から

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

8・9月の受診対象は10・11・12月および昭和26年7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、7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(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

**対**市内在住で令和9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

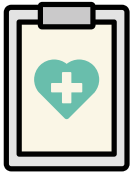
②**後期高齢者健診**=後期高齢者医療被保険者

③**無保険者健診**=40歳以上の生活保護受給者等

**注**後期高齢者医療保険への切り替えの関係上、昭和26年7月生まれの方は8・9月に後期高齢者健診としてご案内します

**他**令和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へ問い合わせてください

**申**直接実施医療機関へ



同時に受診が可能です

## 大腸がん検診

**日**11月30日(月)まで

**場**市HPをご覧ください

**内**便潜血検査2日法(検便検査)

※内視鏡検査ではありません。

**対**市内在住の9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

**他**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

**申**直接実施医療機関へ



市HP



## 秋の胃がん検診



**日**右下表のとおり**場**わくわく健康プラザ(検診車)**内**問診と胃部レントゲン検査(バリウム)**対**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①～⑧のいずれかに該当する方はご遠慮ください。①妊娠中または妊娠の可能性がある方②バリウム製剤に過敏症の既往歴がある方③過去1年以内に腹部の手術をされた方、心筋梗塞や脳梗塞などの病気をされた方④腸閉塞、腸捻転の既往がある方⑤透析や心臓疾患のため、水分制限がある方⑥誤嚥の既往がある方⑦胃・十二指腸の治療中または経過観察中の方⑧その他受診が困難な方(指示に従ってスムーズに体を動かすことができないなど) ※神経内科を受診している方、朝に必ず飲まなければならない薬がある方は事前に主治医にご相談ください。**定**各日50人**費**500円(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**▼受診時間の指定はできません▼希望日の申込者が多数の場合、受診できないことがあります(例年前半に応募が集中します)▼申し込み後の日程変更はできません**申**8月1日(土)～24日(月)に原則申し込みフォームで。申し込みフォームから予約する場合、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(右図参照)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10月上旬より順次送付します。



申し込みフォーム

表 検診実施日一覧

|     |                                                                                                                             |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11月 | ▼男性=27日(金)<br>▼女性=30日(月)                                                                                                    |
| 12月 | ▼男性=1日(火)<br>5日(土)午前9時～9時半<br>6日(日)午前10時半～11時<br>24日(木)<br>▼女性=4日(金)<br>5日(土)午前10時～11時<br>6日(日)午前9時～10時<br>15日(火)<br>25日(金) |

※いずれの日も午前9時～11時の実施となりますが、土曜・日曜日は男女で受診時間を分けて実施します。

図 胃がん検診 はがき申し込み記入項目

|                     |                            |
|---------------------|----------------------------|
| 「胃がん検診希望」           | 往復はがきではなく、通常はがきでお申し込みください。 |
| ① 生年月日(和暦)          |                            |
| ② 年齢                |                            |
| ③ 氏名(フリガナ)          |                            |
| ④ 住所                |                            |
| ⑤ 電話番号              |                            |
| ⑥ 性別                |                            |
| ⑦ 希望日(左表から第3希望まで選択) |                            |
| 第1希望                | ○月○日                       |
| 第2希望                | △月△日                       |
| 第3希望                | □月□日                       |



広告 内容については広告主にお問い合わせください