令和8年
(2026年)
12／1 号
No. 1409
毎月1日・15日発行

広報 ひがしくるめ

みんないきいき　活力あふれる　湧水のまち

今号の主な内容

・7年度人事行政の運営などの状況をお知らせします… 2面
・12月3日～9日は「障害者週間」です…… 3面
・市の計画案にご意見をお寄せください…… 8面
・ごみの出し方について……11・12面

発行／東久留米市　　編集／企画経営室秘書広報課
〒203-8555 東久留米市本町3-3-1　☎042・470・7777(代)

■東久留米市ホームページ▶

LINE など市公式SNSの一覧は▶



地場産農産物の昼市を開催します

市民の皆さんに市内の農産物を知っていただくため、市の認定農業者の会会員および農業経営者クラブ会員が生産した新鮮な農産物を販売します。旬のネギやブロッコリー、シクラメンなどを販売する予定ですので、ぜひご来場ください。

問地域振興課農政係☎042・470・7743

市HP

日時 12月5日(土) 午後1時半から
(雨天決行)
※商品が無くなり次第終了

場所 市役所1階屋外ひろば

エコバッグの持参をお願いします





昼市の様子

東京都農業祭の品評会で市内の生産者の方々が受賞しました！

11月2日に東京国際フォーラムで第55回東京都農業祭の品評会が開催されました。この品評会は、都内の生産者の栽培技術・品質向上と東京の農畜産業が担う重要性を理解していただくことを目的に毎年開催され、特に優秀な作品には、特別賞などが授与されます。今年は1,000点を超える農畜産物が出品され、見事、市内の生産者の方々が受賞しました。おめでとうございます。

東京都農業会議会長賞

梨　島崎 光司氏



優秀賞



ホウレンソウ
原 栄一氏



ナス
松本 敬道氏



キャベツ
松本 健太氏

優良賞



ダイコン
髙野 政則氏



ネギ
村野 憲也氏



ホウレンソウ
篠宮 仁氏



ジャンボシシトウ
遠藤 輝紀氏

■地場産野菜を食べよう！

市内生産者の想いと卓越した技術が詰まった新鮮な農産物は、直売所のほか、市内のスーパーやJA東京みらい東久留米新鮮館などでも購入できます。

東久留米の旬の味を、ぜひ日々の食卓でお楽しみください。

問地域振興課農政係☎042・470・7743

7年度人事行政の運営などの状況をお知らせします

市では、市民の皆さんに市の人事行政についてお知らせするため、人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、市職員の給与の状況などの概要を公表しています。なお、詳細は市HPおよび市政情報コーナー（市役所１階）で12月１日㈫からご覧いただけます。

市HP（12月1日より公開予定）

問職員課人事給与担当☎042・470・7716

1　職員の任免および職員数に関する状況

（1）採用、退職など（7年度）

	7年4月1日現在	7年4月2日～8年4月1日		8年4月1日現在
		採用など	退職など	
職員数	598人	59人	42人	615人

※職員数は、一般職に属する職員数です。

（2）部門別職員数の状況と主な増減理由　（各年４月１日現在）

部門	区分	職員数 7年	職員数 8年	対前年増減数	主な増減理由
普通会計部門	一般行政部門 議会	8人	9人	1人	暫定再任用短時間職員退職後、正規職員配置
	総務	121人	124人	3人	組織改正に伴う業務統合等
	税務	47人	49人	2人	欠員補充に伴う人員増加
	民生	199人	203人	4人	組織改正に伴う業務分離・組織新設等
	衛生	46人	46人	0人	
	労働	0人	0人	0人	
	農水	4人	4人	0人	
	商工	5人	7人	2人	組織改正に伴う業務統合
	土木	51人	54人	3人	欠員補充・業務量増加に伴う人員増加
	小計	481人	496人	15人	（参考：人口１万人当たり職員数42.5人）
	教育	62人	62人	0人	
	消防	0人	0人	0人	
	小計	543人	558人	15人	（参考：人口１万人当たり職員数47.9人）
公営企業等会計部門	下水道	7人	7人	0人	
	その他	48人	50人	2人	欠員補充等による人員増加
	小計	55人	57人	2人	
合計		598人 [867人]	615人 [867人]	17人 [0人]	（参考：人口１万人当たり職員数52.7人）

※１職員数は、一般職に属する職員数です。
※２［　］内は、条例定数の合計とその増減人員数です。

（3）年齢別職員構成の状況（8年4月1日現在）

年齢	20歳未満	20～23歳	24～27歳	28～31歳	32～35歳	36～39歳	40～43歳	44～47歳	48～51歳	52～55歳	56～59歳	60歳以上	計
職員数	1人	19人	52人	43人	67人	84人	66人	72人	83人	57人	60人	11人	615人

※職員数は、一般職に属する職員数です。

2　職員の競争試験の状況（7年度）

職種	受験申込者数（書類選考実施）	筆記試験受験者数	筆記試験合格者数	最終合格者数	競争率（倍）
一般事務	537人	353人	194人	62人	8.7
土木技術	7人	4人	2人	2人	3.5
建築技術	6人	5人	3人	2人	3.0
保健師	12人	10人	9人	4人	3.0
栄養士	35人	18人	4人	3人	11.7
看護師	7人	4人	4人	3人	2.3

3　職員の給与の状況

（1）人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口（7年1月1日）	歳出額（A）	人件費（B）	人件費率（B／A）	（参考）6年度の人件費率
7年度	11万6,570人	523億2,004万6千円	72億3,711万1千円	13.8%	13.4%

（2）職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数（A）	給与費 給料	給与費 職員手当	給与費 期末・勤勉手当	給与費 計（B）	一人当たりの給与費（B／A）
7年度	543人	21億8,740万5千円	6億8,942万円	10億1,486万1千円	38億9,168万6千円	716万7千円

※１　職員手当には、退職手当を含みません。
※２　職員数は、７年４月１日現在の一般職に属する普通会計部門の職員数です。（再任用短時間勤務職員を除く）
※３　給与費については、再任用短時間勤務職員の給与費が含まれており、職員数には当該職員を含んでいません。

（3）ラスパイレス指数の状況（各年４月１日現在）

	東久留米市	全国市平均
令和７年	98.6	98.7
令和２年	100.3	98.9

※ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数です。

（4）職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況（７年４月１日現在）

区分	一般行政職 平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均給与月額（国ベース）
東久留米市	41.4歳	32万5,847円	44万172円	37万6,108円
国	41.9歳	33万2,237円	－	41万4,480円

区分	技能労務職 平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均給与月額（国ベース）
東久留米市	53.5歳	31万6,171円	36万4,833円	34万9,598円
うち清掃作業員	54.0歳	31万9,013円	38万2,371円	35万6,345円
うち学校給食員	51.9歳	32万8,400円	36万3,069円	36万1,240円
うち用務員	*	*	*	*
国	51.3歳	29万4,567円	－	33万7,907円

※１　「平均給料月額」とは、７年４月１日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均です。
※２　「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、通勤手当および時間外勤務手当などの諸手当の額を合計したものです。ただし、期末・勤勉手当は含みません。
※３　「平均給与月額（国ベース）」とは、国家公務員の平均給与月額に時間外勤務手当、特殊勤務手当などの手当が含まれていないことから、比較のため国家公務員と同じベースで再計算したものです。
※４　個人情報保護の観点から、対象となる職員数が１人または２人の場合は「アスタリスク（*）」としています。その他、数値のない欄については、「ハイフン（－）」としています。

（5）等級別・職制上段階別の職員数の状況（７年４月１日現在）

ア　行政職給料表（一）等級別基準職務表

職務の級	標準的な職務内容	職員数	構成比
５級	参事の職務で部長及びこれに相当する職務	９人	1.6%
４級	副参事の職務で課長及びこれに相当する職務	36人	6.3%
３級	主事の職務で課長補佐及びこれに相当する職務	19人	3.3%
	主事の職務で係長及びこれに相当する職務	90人	15.7%
２級	主事の職務で主任及びこれに相当する職務	221人	38.4%
１級	主事の職務で定型的な業務を行う職務	200人	34.8%

※端数処理のため、構成比の合計が100%にならない場合があります。

イ　行政職給料表（二）等級別基準職務表

職務の級	標準的な職務内容	職員数	構成比
４級	主事の職務で統括技能長の職務	－	－
３級	主事の職務で技能長の職務	－	－
２級	主事の職務で技能主任の職務	24人	100%
１級	主事の職務で定型的な業務を行う職務	－	－

※端数処理のため、構成比の合計が100%にならない場合があります。

（6）職員手当の状況

期末手当・勤勉手当（７年度）

区分	東久留米市		国	
１人当たりの平均支給額	179万３千円		－	
支給割合	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
	2.525月（1.425月）	2.375月（1.175月）	2.525月（1.425月）	2.125月（1.025月）
合計	4.90月（2.60月）		4.65月（2.45月）	
職務段階別加算	有り		有り	

※１　（　）内は、再任用職員に係る支給割合です。
※２　１人当たりの平均支給額は、特別職を除いた額です。

退職手当（７年４月１日現在）

区分		東久留米市 自己都合	東久留米市 定年・勧奨	国 自己都合	国 定年・応募認定
支給率	勤続20年	23.00月分		19.6695月分	24.586875月分
	勤続25年	30.50月分		28.0395月分	33.27075月分
	勤続35年	43.00月分		39.7575月分	47.709月分
	最高限度	43.00月分		47.709月分	47.709月分
１人当たりの平均支給額		783万４千円	1,473万３千円	－	－
定年前早期退職特例措置		定年前１年につき２%を割増（最大20%）		定年前１年につき３%を上限とした割増（最大45%）	

※１　１人当たりの平均支給額は、７年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額となっています。
※２　１人当たりの平均支給額は、特別職を除いた額です。

地域手当（７年４月１日現在）

支給実績（７年度決算）			２億5,031万７千円
支給職員１人当たり平均支給年額（７年度決算）			39万6,072円
支給対象地域	支給率	支給対象職員数	国の制度（支給率）
全地域	10%	632人	10%

時間外勤務手当

支給実績（７年度決算）	３億4,105万２千円
職員１人当たり支給年額（７年度決算）	60万６千円
支給実績（６年度決算）	３億3,016万８千円
職員１人当たり支給年額（６年度決算）	60万６千円

その他の手当（７年４月１日現在）

手当名	内容および支給単価	国の制度との異同	国の制度と異なる内容	支給実績（7年度決算）	支給職員１人当たり平均支給年額（7年度決算）
扶養手当	配偶者（課長職を除く）6,000円 配偶者（課長職）3,000円 子ども　11,500円 その他の親族（課長職を除く）6,000円 その他の親族（課長職）3,000円 16歳～22歳の子どもがいる場合の加算　4,000円	異なる	支給対象者、支給単価	4,467万３千円	23万272円
住居手当	当該年度末35歳未満の借家・借間に居住する世帯主など　1万5千円	異なる	支給対象者、支給対象区分、支給単価	924万２千円	14万9,067円
通勤手当	・交通機関を利用する職員に対しては６カ月通勤定期代を一括支給 ・バス利用の者に対しては必要金額をICカードなどの使用金額に換算し支給 ・交通用具（自動車、自転車など）使用者に対しては、用具の種類、距離によって細分化された一律の金額を毎月支給	異なる	交通用具使用者の使用距離、支給額	4,189万４千円	８万6,025円
管理職手当	部長職9万9,000円 課長職7万5,000円	異なる	支給対象者、支給額	4,471万４千円	93万1,550円
休日勤務手当	休日において正規の勤務時間中に勤務することを命ぜられた職員に対して支給 勤務１時間当たりの単価×135%	異なる	勤務１時間当たりの単価算出方法	745万４千円	４万9,039円
夜間勤務手当	正規の勤務時間として午後10時から翌日の午前５時までの間に勤務することを命ぜられた職員に対して支給 勤務１時間当たりの単価×25%	異なる	勤務１時間当たりの単価算出方法	53万１千円	26万5,374円

特別職の報酬などの状況（７年４月１日現在）

区分		給料月額など
給料	市長	96万円
	副市長	84万円
	教育長	77万円
報酬	議長	55万円
	副議長	51万円
	議員	48万円
期末手当	市長 副市長 教育長	（７年度支給割合）4.9月分
	議長 副議長 議員	（７年度支給割合）4.9月分
退職手当		（算定方式）給料月額 × 支給率
	市長	96万円×在職年数×400／100
	副市長	84万円×在職年数×300／100
	教育長	77万円×在職年数×250／100
	備考	「１期の手当額」は、４月１日現在の給料月額および支給率に基づき、１期勤めた場合における退職手当の見込額です。

	（１期の手当額）	（支給時期）
市長	1,536万円	任期終了時
副市長	1,008万円	任期終了時
教育長	577万５千円	任期終了時

4　職員の分限および懲戒処分の状況

区分	分限	懲戒
７年度の状況	休職18件 いずれも心身の故障による	０件

5　職員の研修および人事評価制度の状況（７年度）

（1）職員の研修の状況

区分	内容	件数	延べ人数
独自研修	年度ごとに作成する研修計画により開催する市役所独自の研修（新任職員研修、接遇研修など）	34件	2,019人
研修所研修	職員研修所において開催される研修（新任研修、現任研修など）	62件	317人
専門派遣研修	専門的知識や能力の向上を図るため、各課からの要望に基づき、他団体へ研修生を派遣する研修（国や東京都、その他の団体などが開催する専門研修）	62件	902人

（2）人事評価制度の実施状況

職員の能力・業績を公正に把握し、能力・実績に基づく人事管理を行うことにより、人材育成に努め、住民サービスの向上を図ることを目的として人事評価制度を実施しています。

・評価の要素　業績評価、能力評価
・評価対象者　全職員
・評価の期間　４月１日～３月31日
・評価結果　勤勉手当および昇給へ反映

12月3日～9日は「障害者週間」です

国では毎年12月3日～9日の1週間を、障害のある方の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障害のある方が社会・経済・文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として「障害者週間」と定めています。

問障害福祉課☎042・470・7747

みんなが暮らしやすい環境を作ろう ～ヘルプカード・ヘルプ手帳～

市では、障害のある方や難病に罹患している方が、日常で困ったときや緊急時などに周囲の支援や配慮をお願いしやすくするために「ヘルプカード」と「ヘルプ手帳」を作成・配布しています。これらは障害があることを周囲に知らせるほか、障害の内容、必要な支援などを伝えるためのもので、周囲の理解と助けを求める橋渡しとなります。特に、「ヘルプ手帳」は災害時や緊急時に必要な情報を補完する役割があるため、ぜひご活用ください。

取得できる方市内在住で、身体・知的・精神障害がある方、発達障害がある方、難病に罹患している方。代理の方でも取得できます。障害福祉課(市役所1階)で配布しているため、各種障害者手帳または障害福祉サービス・医療費助成の受給者証を所有している方は、ご持参ください

※その他、詳細は市HPをご覧ください。



ヘルプカードとヘルプ手帳

市HP(ヘルプカード)

障害に理解を

健康な生活を送っている方でも、突発的な事故や病気の進行などで障害を抱えてしまうことがあります。誰にでも起こりうると考えると、障害について身近になってきませんか。「どんなことで困っているのかな」「私にできることはないかな」と少しの関心や配慮が障害のある方も含め皆が暮らしやすい社会へとつながります。障害は外見からは分からない場合もあり、人により内容や程度はさまざまです。

周囲からの協力やさまざまな制度の活用によって、地域で自立した生活を営む方もおり、地域での理解が大切です。この機会に少し「意識してみる」からはじめましょう。

関連イベント

第33回 にぎやかカーニバル

にこにこ　きらきら　やってきました にぎやかカーニバル

「にぎやかカーニバル」は「国連障がい者の十年」を記念し、平成4年に開催して以来、今年で33回目を迎えます。

この街で、障がいのある人もない人も、皆さんが主人公になり、一緒に楽しむ集いです。参加団体による発表のほか、ゲストに日本や世界で活躍されているジャンルの違うストリートダンス集団「Yongho Generation」が、この日のために集結！圧巻のパフォーマンスで会場を魅了してくれます。みんなで盛り上がりましょう。

日12月12日㈯午後1時半開演(1時開場)**場**生涯学習センターホール**内**歌、ダンス、演奏、みんなで作る舞台他**出演**各福祉団体・Yongho Generation **他**▼手話通訳あり▼**主催**＝障がい児・者と共に楽しむ集い実行委員会(NPO法人かるがも花々会)▼**後援**＝市社会福祉協議会、東久留米市**問**同実行委員会委員長・下田☎042・477・6492

教えて介護と予防

膝痛予防で シャキシャキとした毎日へ
膝の痛みに悩んだことはありませんか？

膝痛は慢性化や再発がしやすく、誰もが悩む可能性があります。

実は、膝痛は自覚症状のある病気の中でも上位を占め、介護が必要となる主な原因のひとつでもあります。

加齢に伴い、長年の生活習慣や筋力の低下、関節の変化などが複雑に影響しあうことで、膝痛のリスクは高まります。普段の生活の中には膝に負担をかける場面が多くありますが、体重や全身のバランスを支えているのは、膝の周りにある筋肉です。

痛みを完全にゼロにするのは難しくても、上手にコントロールして膝への負担を軽くすることはできます。日頃のケアで膝を守っていきましょう！

問介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2501～2503)

今日からできる！膝痛予防のポイント

1. 姿勢を整える

姿勢を正すことで膝への負担が均一になり、過度な負担が減り、痛みの予防につながります。

・お尻の穴にキュッと力を入れ、骨盤を安定させる
・足の裏全体でしっかり体重を支える意識を持つ

2. ストレッチ(筋肉をやわらかくする)

膝を支えている「ふくらはぎ」や「太もも」を伸ばすことで、膝への衝撃を和らげます。

◎やり方＝8秒間キープ × 左右各5回

①椅子に浅く座り、片足をまっすぐ前に出します。
②つま先を立て、手をつま先に近づけるようにして、太ももの裏とふくらはぎを伸ばします。

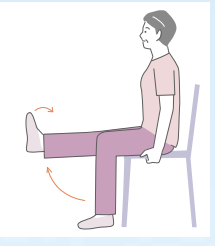


3. 筋トレ(膝を支える力をつける)

膝まわりの筋肉を鍛えると、立ち上がりや歩行などの動作が安定します。

◎やり方＝5秒間キープして下ろす × 左右各10回

①椅子に座り、片足の膝をまっすぐ伸ばして上に持ち上げます。
②負荷がかかった状態でそのままキープします。



★動画で一緒に動かしてみよう

この運動は、市のご当地体操「わくわくすこやか体操」の一部です。市の公式動画チャンネルよりご覧ください。

わくわくすこやか体操動画

準備運動・整理運動編　基礎体操編　ゴムバンド編

参加者募集！

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」について学ぶ教室です。座ってできる簡単な運動なので無理なく続けやすく、正しい姿勢と体の動かし方を学びます。参加者には筋トレや体操で利用できるセラバンドをプレゼント。

日全8回。9年1月15日～3月5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3－3－38)**対**おおむね65歳以上の市民の方で、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**12月1日㈫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)

市民生活

納期内納付にご協力ください

市税などの納付は、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアのほか、スマホやパソコンからもできます。また、セブン銀行ATMで市税などの口座振替の登録ができるようになりました。詳細は市HPをご覧ください。病気や失業、事業の廃止など、やむを得ない事情により市税などの納付が困難な方は、そのままにせず、納税課にご相談ください。電話相談も随時受け付けています。

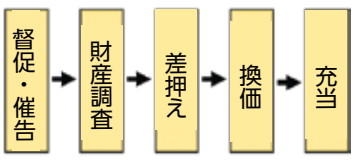
市HP

問納税課納税係☎042・470・7730

市税などを期限までに納付しないとどうなるの？

納期限までに納付しないと、延滞金を併せて納付する必要が生じます。また、督促状等を送付しますが、それでも納付がない場合には勤務先へ給与状況の照会をするなど財産の調査を行います。同調査の結果、財産が判明した場合は、法律に基づく差押えを執行します。差押えた財産は、公売、取立により換価（換金）し、未納の税金等に充当することになります。

問納税課納税係☎042・470・7730



滞納処分の流れ

交通事故などの治療と国民健康保険・後期高齢者医療制度

交通事故・傷害事件・他人の飼い犬に噛まれた・飲食店での食中毒など、他人の行為が原因で負傷や病気になった場合の医療費は、被害者に過失がない限り、原則相手（第三者）が全額を負担することになるため、保険診療にする必要がありません。

ただし、国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入の方で、保険診療を希望される場合は、まず保険年金課にご連絡ください。届出により保険診療を受けることができる場合があります。

注連絡および届出前に示談などをした場合や、届出がない場合は、保険診療にできなくなることがあります

問同課☎042・470・7733（国保）、同課☎042・470・7846（後期）

事業者の方へ 償却資産申告書のご提出を

償却資産とは、事業を営んでいる方が、その事業に用いるために所有している構築物・機械・器具などの資産であり、固定資産税の課税の対象となります。償却資産を市内に所有している方は、９年１月１日時点の資産の所有状況を、２月１日㈰までに申告してください。今年度申告書を提出した方には、12月上旬に申告書と申告方法についての案内を発送します。償却資産を所有する方で、案内が届かない場合はお問い合わせください。申告は申告書の郵送のほか、ｅＬＴＡＸによる電子申告、窓口での提出で行えます。

ｅＬＴＡＸでの申告の詳細はHPをご覧ください。

eLTAX HP

問課税課家屋資産税係☎042・470・7727

マイナンバーカード申請サポート（滝山・ひばりが丘・上の原連絡所）

マイナンバーカードを新規または更新で取得される方に対し、各連絡所において写真撮影（無料）を含めた申請手続きのサポートを行います。

申請者要件①東久留米市に住民登録がある方②マイナンバーカードの申請を初めて行う方またはカードの有効期限が３カ月前～有効期限切れの方③申請する本人が実施会場に来場できること（15歳未満の方および成年被後見人は法定代理人の同伴が必要）④最新の氏名・住所などが記載された本人確認書類を持参できる方

定各先着12人（予約制）申12月３日㈭から電話で市民課へ（枠が埋まり次第受け付け終了）問同課住民記録窓口係☎042・470・7722

表　実施場所・日時

場所	日にち	時間
滝山連絡所	12月16日㈬	午前9時～正午
ひばりが丘連絡所	12月17日㈭	
上の原連絡所	12月18日㈮	

こども情報なび

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。

市児童発達支援センターわかくさ学園９年度４月入園児募集

申込期間12月１日㈫～９日㈬対心身に障害や発達に遅れを有する就学前（６歳未満）の児童募集人数10人程度。選考審査により入園の可否を決定します申所定の入園申請書をわかくさ学園にて配布します。必要事項を記載の上、わかくさ学園窓口まで問同園☎042・467・3275

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。

日12月８日㈫午前９時半～午後３時 場わくわく健康プラザ（相談室２）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

12月は児童手当の定例払月です

振込予定日12月10日㈭　※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。問児童青少年課助成支援係☎042・470・7736

すくすく子育て相談

日12月11日㈭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持母子健康手帳申市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同課保健サービス係☎042・477・0022

市HP

ＢＣＧ予防接種

日12月16日㈫午後１時半～３時 場わくわく健康プラザ対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）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９年１月20日㈫でも接種可申当日会場で問健康課予防係☎042・477・0030

離乳食教室

問健康課保健サービス係☎042・477・0022

離乳食ステップ１



離乳食開始時期の離乳食についての紹介と試食を行います。

日12月23日㈫午後１時半～２時半（１時15分から受け付け）

対８年６月～８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お伝えします。

日12月23日㈫午前10時～11時（９時45分から受け付け）

対８年１月～４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定各回先着12組栄管理栄養士

持申し込み時に確認してください

申12月１日㈫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

市HP

「子育てひろば」の事業紹介

滝山ひろばHP　子育てひろば上の原HP

各事業の場所や申し込み方法などの詳細は、各HP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）	１月13日㈫午前10時から	親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換	12月16日㈫午前10時から
はいはいの会（滝山）	１月20日㈫午前10時から		
本村小なかよし広場	12月４日㈮午前10時から	お子さんと遊びながら育児の情報交換	当日会場で
十小なかよし広場	12月18日㈮午前10時から		
手作り布おもちゃの会	12月15日㈫午前10時から	オリジナル布おもちゃ作り	受け付け中
	１月５日㈫午前10時から		12月15日㈫午前10時から
わくわくおはなし広場	12月14日㈰午前11時から	乳幼児向けの絵本の読み聞かせや手遊びなど	12月１日㈫午前10時から

※12月28日㈰は館内整備のため休館します。

■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）	１月８日㈮午前10時から	親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換	12月24日㈭午前10時から
はいはいの会（上の原）	１月22日㈮午前10時から		
久留米中なかよし広場	12月８日㈫午前10時から	お子さんと遊びながら育児の情報交換	当日会場で
六小なかよし広場	12月17日㈭午前10時から		
ちびっこ育児おしゃべり広場	１月12日㈫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	12月22日㈫午前10時から
おはなし広場	12月は空調機の工事のためお休みです	ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど	

※12月１日㈫～28日㈰は空調機工事のため休館します。

閉館中のお申し込み（赤ちゃん広場・ちびっこ育児おしゃべりひろば）、お問い合わせは滝山ひろばへ☎042・420・6743

はじめてのはみがき“歯っぴーベイビー”

日対12月15日㈫▼満１歳～１歳４カ月児と保護者＝午前10時～11時▼満７カ月～11カ月児と保護者＝午後１時～２時半場わくわく健康プラザ(講堂)内歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど定各回先着15組(初めての方を優先)持母子健康手帳・歯ブラシ申12月１日㈫から市HPの申し込みフォームで問健康課保健サービス係☎042・477・0022

市HP

くりらぼin東久留米 ３Dモデリング/プリント体験

簡易的なモデルで３Dプリントを体験！「未来の乗り物」のモデリングに挑戦しよう！

日12月26日㈯午後２時～４時半場生涯学習センター集会学習室１・２内初めての方でも安心のデジタル創作体験対小・中学生定20人(応募多数の場合は抽選)費無料持筆記用具他とうきょうこどもクリエイティブラボ主催申11月30日㈪正午～12月12日㈯午後５時に申し込みフォームで問同ラボ事務局☎03・5957・3986

くりらぼHP

申し込みフォーム

児童の居場所づくり事業

問児童青少年課児童青少年係☎042・470・7735

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。

■本村小学校(屋内)
楽しいボール遊び～鬼ごっこ遊び～
日12月15日㈫午後４時～５時半
場体育館対小学生

■小山台遺跡公園(屋外)
楽しい運動遊び～体操用具を使った遊び～
日12月19日㈯午前10時～正午
対乳幼児～小学生

■小山小学校(屋内)
クリスマス工作
日12月26日㈯午後１時半～４時半
場視聴覚室対乳幼児～小学生



《共通事項》
費無料持タオル、飲み物(フタ付き)、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

９年度新入学予定の児童・生徒のご家庭へ

教育委員会では、９年４月に小・中学校入学予定の児童・生徒のご家庭へ、就学指定校や入学期日などを記載した入学通知書を12月中旬に発送予定です(就学相談中の方については、相談終了後の発送となります)。お子さんが就学する学校は、住民基本台帳の住所に基づき指定されます。９年１月５日㈫までに入学通知書が届かない場合は、学務課までご連絡ください。
問同課学事係☎042・470・7779

高齢者・福祉

若年性認知症に関する相談会

東京都若年性認知症総合支援センターによる出張相談。専門の若年性認知症支援コーディネーターが若年性認知症に関する相談に応じます。
日９年１月15日㈮①午後１時半から②午後３時から場市役所７階705会議室対本人、家族、医療・福祉関係者　※若年性認知症に関する相談に限ります。注事前予約制・先着順。若年性認知症の診断を受けていない方については、事前に若年性認知症総合支援センターの職員が電話で状況を伺います申介護福祉課地域ケア係☎042・470・7777(内線2502)

認知症サポーター養成講座

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、あたたかい目で見守る「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。
日９年１月29日㈮午後２時～３時半(１時半から受け付け)場市民プラザホール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対市内在住・在勤の方で認知症サポーター養成講座を受講したことがない方定先着40人費無料他▼受講修了者には「認知症サポーターカード」を進呈▼主催は北部地域包括支援センター申問１月22日㈮までに(日曜日を除く)、電話(☎042・479・0803)で北部地域包括支援センターへ。手話通訳が必要な方は住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上、FAX(042・479・0883)を

生活協力員を募集します

シルバーピア(高齢者集合住宅)内の生活協力員住宅(３DK)に家族で入居して、高齢入居者の見守りなどを行う生活協力員を募集します。詳細は市HPをご覧ください。
募集住宅①都営シルバーピア柳窪(柳窪３－３－５)②都営シルバーピア大門(大門町２－12－４)③都営シルバーピア幸(幸町１－11－３)④都営シルバーピア中央すみれ(中央町２－３－５)⑤都営シルバーピア中央さくら(中央町１－５－２)
申し込み資格次の全てに該当する方▼高齢者福祉に熱意と理解がある▼同居親族(申込者以外に成年者が１人以上いること)がいて、都内に住民登録がある(単身不可)▼現に居住するための住居を必要としている▼70歳以下である▼世帯の所得の合計が所得基準内である(下表参照)
報酬月額８万5,800円(税込)
家賃共益費を除く半額を市が助成します
※候補者が決定次第、受付終了。問福祉総務課高齢者福祉係☎042・470・7785

市HP

表　世帯の所得基準額

家族数	所得基準額(円)
2人	2,276,000～6,224,000
3人	2,656,600～6,604,000
4人	3,036,000～6,984,000
5人	3,416,000～7,364,000
6人	3,796,000～7,444,000
7人	4,176,000～8,124,000

「就学支援シート」をご活用ください

「就学支援シート」は、お子さんが楽しく学校生活を送ることができるよう、家庭・幼稚園・保育園などでの「お子さんの様子や気に掛けていること」「配慮してほしいこと」などを入学する小学校へ伝える書類です。

市HP
(就学支援シート)

内就学支援シートには、保護者や幼稚園などが次の事項を記入します
▼健康や日常生活面について
▼人との関わりについて
▼興味や関心のあることについて
▼保護者から学校への要望など
対９年４月に小学校に入学するお子さんの保護者で就学支援シートの活用を希望する方
注配布場所および方法が昨年度と異なります。詳細は市HPをご覧ください

提出方法保護者が必要事項を記入の上、各園などの担任に提出してください。各園などで就学前機関の欄を記入し、保護者に返却します。その後、保護者は保護者欄に記入の上、原則各園などに提出してください(入学する学校へ直接提出も可)
※「就学支援シート」は他の目的に使用することはありません。
提出期間▼各園などに提出＝９年２月５日㈮まで
▼入学する学校に提出＝９年２月８日㈪～12日㈮
問指導室特別支援教育係☎042・470・8032



就学支援シート

ごみ・住環境

令和８年度東京都消防褒賞の贈呈式が行われました

10月27日に都庁で「令和８年度東京都消防褒賞」の贈呈式が行われました。

市消防団からは、第二分団の黒須勉氏、第八分団の山本剛正氏、第九分団の大山賢一氏の３人が受賞しました。各氏は市消防団員を拝命して以来、長年に渡って数多くの災害現場へ出場し、市民の生命や財産を守ってきた功労および訓練や警戒などに積極的に精励されたことから、受賞となりました。

市民の安全のため、今後ますますの活躍が期待されます。

問防災防犯課消防担当☎042・470・7769

環境ポスター作品を展示します

12月の地球温暖化防止月間にあわせて、市内の小・中学生が作成した環境に関するポスターを、市役所１階にて展示します。環境問題に対する作品を通じて、こども達からのメッセージをぜひご覧ください。

日12月８日㈫～14日㈰場市役所１階エレベーター裏スペース問環境政策課計画調整係☎042・470・7753

やってみよう！省エネ・脱炭素！

問環境政策課☎042・470・7753

省エネとは、我慢や無理をするのではなく、賢く効率的にエネルギーを使うことです。家計にも地球にも優しいくらしを心がけましょう。生活や市民活動などに支障のない範囲で省エネへのご協力をお願いします。

市HPでは、家庭でのエネルギーの消費量・光熱費の見える化のため、「環境家計簿」や「家庭の省エネチャレンジシート（2026冬）」を公開しています。ぜひご家庭の皆さんで取り組んでみませんか。

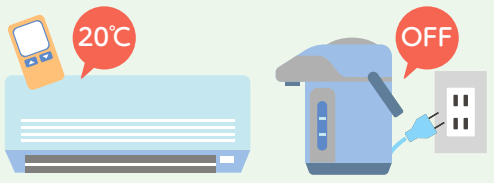
市HP（環境家計簿）

市HP（省エネチャレンジシート）

家庭の節電メニュー例

- 暖房時の設定温度を調整して暖めすぎないようにする
- 電気ポットは長時間保温しない
- LED照明器具に交換する

その他のメニューは「家庭の省エネハンドブック」で紹介しています



家庭の省エネハンドブック2026（東京都発行）

お知らせ

12月１日～１月31日は寄附禁止ＰＲ強化期間（冬期）です

寄附はＮＯ！政治家が選挙区内の人や団体にお金や物を贈ることは、時期や理由を問わず法律で禁止されています。有権者が寄附を求めることも禁止されています。これに違反すると罰則の対象となります。

政治家は有権者に寄附を「贈らない！」、有権者は政治家に寄附を「求めない！」、政治家から有権者への寄附は「受け取らない！」の「三ない運動」を皆さんで徹底し、明るい選挙を実現しましょう。

注ここでの「政治家」の定義は、現に公職にある人に加え、候補者や候補者になろうとしている人も含みます問選挙管理委員会事務局☎042・470・7790

市HP

第４回市議会定例会

８年第４回市議会定例会が12月２日㈫～22日㈫の日程で開催の予定です。一般質問が４日㈮～９日㈫、常任委員会が11日㈮～15日㈫、予算特別委員会が16日㈬の予定です（いずれも土曜日・日曜日は休会）。

問議会事務局☎042・470・7789

冬の学習室開放

冬休み期間中、市民の皆さんの自主学習の場として、一部の学習室を開放します。冬休みの宿題や受験勉強など、小学生から大人までご利用いただけます。

日12月26日㈯～９年１月７日㈬午前９時～午後６時　※12月28日㈪～９年１月４日㈰は休館日場生涯学習センター学習室対小学生以上（▼一般の方もご利用可▼未就学児の入室はお断りしています）費無料注空き状況・入室者数によっては利用できない場合があります。利用できる日程の詳細は、同センターHPまたは同センター内掲示で申同センター窓口へ問同センター☎042・473・7811（第４月曜日を除く午前９時～午後９時）

都民住宅（東京都施行型）の入居者募集

都民住宅（東京都施行型）は、都が所有している中堅所得者向けファミリー賃貸住宅で、原則として仲介手数料・礼金・更新料・保証人が不要です。　※都営住宅ではありません。

内空き家を都住宅供給公社都営住宅募集センターで随時申し込み受け付け。また、募集案内を市役所５階都市計画課窓口で配布対▼申込者が都内に居住していること▼同居親族がいること▼世帯所得が基準内であることなど注市内には都民住宅はありませんので、所在地は募集案内または同公社HPでご確認ください申同公社HPまたは同公社募集センター窓口で問同公社募集センター☎03・3498・8894（午前９時～午後６時〈土曜・日曜日・祝日・年末年始を除く〉）

都住宅供給公社HP



～世界一の交通安全都市ＴＯＫＹＯを目指して～

冬のTOKYO交通安全キャンペーン

問田無警察署☎042・467・0110
管理課管理調整担当☎042・470・7764

12月１日㈫～７日㈰は「冬のＴＯＫＹＯ交通安全キャンペーン」期間です。都民一人ひとりに交通安全意識の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けることにより、年末期における交通事故および渋滞の防止を図ることを目的としています。

市内でも期間中、東久留米市交通安全協会を中心に交差点での安全指導を行います。

キャンペーンの重点項目

- 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- 二輪車の交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- 飲酒運転の根絶
- 自転車と特定小型原動機付自転車利用時の交通ルールの理解・遵守の徹底
- 違法駐車対策の推進



生活道路における法定速度が引き下げられました

９月１日に施行された改正道路交通法施行令により、生活道路（住民に日常的に利用される中央線等がない道路）における自動車の法定速度が60キロメートル毎時から30キロメートル毎時に引き下げられました（道路標識等により最高速度が指定されている道路では、その速度が最高速度となります）。自動車や自転車の利用にあたっては、自身と周りの人の安全のために交通ルール・交通マナーをしっかり守り、安全運転を心がけましょう。

8年度多摩東人権啓発活動地域ネットワーク協議会事業 講演と合唱の集い

■世界を知ろう 平和のために、「今、私たちにできること」

世界の現場で命と向き合う戦場カメラマン渡部陽一氏の講演と、美しい歌声の共演で、平和の大切さと、家族や人と人との絆を、心で感じるひとときです。

日9年1月15日㈮午後2時15分～4時半（1時45分開場）場ルネこだいら中ホール内▼第1部＝渡部陽一氏（戦場カメラマン）による講演会▼第2部＝テノール歌手山田大輔氏による独唱・小平第五小学校合唱部による合唱定先着300人（申し込み不要）費無料注▼手話通訳あり▼保育なし▼車椅子の方は12月7日㈪の午前8時半から電話または✉で要申し込み（車椅子席先着3席）他主催は多摩東人権啓発活動地域ネットワーク協議会（東久留米市、小平市の他11市、多摩東人権擁護委員協議会、東京法務局府中支局）、協賛は公益財団法人東京都人権啓発センター、後援は小平市教育委員会問小平市市民課市民相談担当☎042・346・9508、✉（shiminsodan@city.kodaira.lg.jp）

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年生などの受験料貸付上限額が増額されました。

貸付対象中学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）他利用には一定の条件があります。詳細は市HPをご覧ください申9年1月29日㈮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㈮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問福祉総務課福祉政策係☎042・470・7785

市HP

「自動通話録音機」を無償で貸し出しています

自動通話録音機は、電話の呼び出し音が鳴る前に相手へ警告メッセージを流すため、犯人が通話を断念し、特殊詐欺被害を未然に防止する効果が期待できます。

対市内在住で65歳以上の方定先着50台（1世帯につき1台）持本人確認書類または公的機関が発行した住所・氏名が確認できる郵便物など（貸与の際、窓口で本人確認を行います）注▼設置する電話機が、迷惑防止機能付の場合は設置できません▼貸与後の設置は、ご自身でお願いします▼すでに田無警察署および市から貸与されている世帯は対象外となります申平日の午前9時～午後5時（正午～午後1時を除く）に防災防犯課へ電話で貸出希望の旨を連絡ください。日程調整の上、指定日時に同課窓口（市役所2階）にて貸与します問同課☎042・470・7769

市HP

市職員を募集しています



問職員課☎042・470・7716

9年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HPをご確認ください。

市HP

募集要項市HPから取得してください

申込期間12月15日㈫まで（必着）

申し込み方法市HPから申し込み　※詳細は募集要項をご覧ください。

表　募集職種・募集人数など

職種	試験区分	募集人数
看護師	―	1人
一般事務（障害者）	Ⅰ類（大学卒程度）	1人以上
	Ⅱ類（短大卒程度）	
	Ⅲ類（高校卒程度）	
土木技術	Ⅰ類（大学卒程度）	1人以上
	Ⅱ類（高専卒程度）	
	Ⅲ類（高校卒程度）	
土木技術（主任採用）	Ⅰ類（大学卒程度）	

※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：車椅子を使用しているため、会場を配慮してほしいなど）

消防団出初式を開催します

問防災防犯課☎042・470・7769

日9年1月7日㈬午前10時～正午ごろ
（荒天中止。午前9時45分からパレード入場）
場東久留米駅西口ロータリー
内▼消防団による一斉放水
▼消防少年団による演技
▼消防団員の永年勤続表彰と退団者への感謝状贈呈
注▼午前9時～午後0時45分は駅西口ロータリーから最初の交差点までの間で交通規制を行うほか、バス・タクシー乗降場所を変更します（右図参照）。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
▼当日午前10時に開催を告げるサイレンが市内一斉に鳴ります。火災ではありませんので、ご注意ください



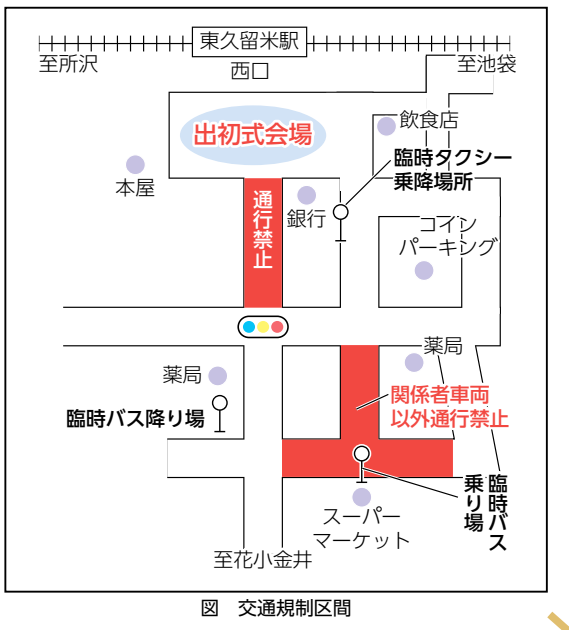


図　交通規制区間

市の計画案にご意見をお寄せください

市では下記の計画案について、市民の皆さんからのご意見（パブリックコメント）を募集します。



ご意見の提出にあたって

提出方法

●郵送・✉・FAX・窓口（平日午前8時半～正午、午後1時～5時15分）で各担当課にご提出ください　※期日中必着。
●電話や来庁による口頭でのご意見は受け付けていません
●提出時には氏名・住所・年代（例＝20代）・計画案の名称・ご意見を明記してください

郵送・✉・FAX記入例

提出先の住所・✉・FAXは各記事の申でご確認ください。住所に指定がないものについては、「〒203－8555、市役所（担当課）」宛てに郵送してください。

①氏名
②住所
③年代（例＝20代）
④計画案の名称
⑤ご意見

共通の閲覧場所

募集期間中に下記の場所で閲覧することが可能です

●市政情報コーナー（市役所1階）・各担当課、各図書館、市HP（ただし、各施設の閉庁日・休館日を除く）

市HP

東久留米市第二次空家対策計画（素案）

概　要　市の空き家に関する計画

募集・閲覧期間　12月4日㈮～25日㈮

申✉（kankyoseisaku@city.higashikurume.lg.jp）
FAX（042・470・7809）
問環境政策課生活環境係（市役所5階⑧番窓口）
☎042・470・7753

第10期東久留米市高齢者福祉計画・介護保険事業計画（素案）

概　要　高齢者・介護保険事業・認知症施策に関する計画

募集・閲覧期間　12月4日㈮～25日㈮

申✉（kaigofukushi@city.higashikurume.lg.jp）
FAX（042・470・7808）
問介護福祉課保険係（市役所1階）☎042・470・7818

市民説明会の開催について

素案の考え方や市の取り組みについて知っていただくための市民説明会を実施します。
日12月12日㈯午前10時～正午　場市役所7階701会議室

意見の取り扱い

●お寄せいただいたご意見は、個人情報を除いた上で要約し、後日市HPで公開します
●ご意見の返却や個別の回答は行いませんので、あらかじめご了承ください

（仮称）東久留米市こども計画（素案）

概　要　こども施策を総合的かつ計画的に推進する基本的な計画

募集・閲覧期間　12月4日㈮～25日㈮

他各児童館でも閲覧可能
申郵送（〒203－0033、滝山4－3－14）
✉（kodomokatei@city.higashikurume.lg.jp）
FAX（042・471・0909）
問こども家庭センター（わくわく健康プラザ2階）
☎042・420・6741

東久留米市障害者計画・第8期障害福祉計画・第4期障害児福祉計画（素案）

概　要　障害福祉施策を総合的かつ計画的に推進するための計画

募集・閲覧期間　12月4日㈮～25日㈮

申✉（shogaifukushi@city.higashikurume.lg.jp）
FAX（042・475・8181）
問障害福祉課管理係（市役所1階）☎042・470・7747

東久留米市耐震改修促進計画（素案）

概　要　既存建築物の耐震化の促進を計画的かつ総合的に推進するための計画

募集・閲覧期間　12月4日㈮～25日㈮

申✉（shisetsukensetsu@city.higashikurume.lg.jp）
FAX（042・470・7809）
問施設建設課建築担当（市役所5階⑥番窓口）
☎042・470・7756

国民年金だより

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を年末調整・確定申告にご利用ください

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されます。

控除の対象となるのは、８年中（１月１日～12月31日）に納めた保険料の全額です（８年中に納めたものであれば、過去の年度分の保険料や追納した保険料も対象です）。日本年金機構から、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象の方に送付されます。お手元に届きましたら、大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、ｅ-Ｔａｘで利用できる電子データの送付も行っており、郵送よりも早く受け取ることができます。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付の希望登録を行うと、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます（電子送付の希望登録を行うと、登録後は書面の郵送が停止されます）。

送付時期①８年１月１日～９月30日の間に国民年金保険料を納付した方▼**電子送付**＝10月中旬～10月下旬にかけて順次▼**郵送**＝10月下旬～11月上旬にかけて順次②８年10月１日～12月31日の間に国民年金保険料を納付した方（①の対象者は除く）▼**電子送付**＝９年１月下旬から順次▼**郵送**＝９年２月上旬

問ねんきん加入者ダイヤル☎0570・003・004

官公署だより

歳末たすけあい運動にご協力ください

寄せられた募金は、市内の福祉課題に取り組む事業のほか、支援を必要とする世帯への見舞金として使われます。

運動期間12月１日㈫～31日㈭**募金受付窓口**市社会福祉協議会事務局、中央町地区センター、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所**募金の方法**▼**お住まいの自治会で**＝回覧募金、自治会費などからの一括募金などでご協力ください▼**郵便局の青色の払込票で**＝通信欄に必ず「歳末たすけあい募金」と記入の上、窓口で手数料免除口座（口座番号＝00100-０-636170、加入者名（福）東京都共同募金会東久留米地区）とお伝えください▼**街頭募金**＝12月１日㈫・５日㈯午後２時から東久留米駅・市役所前交差点、18日㈮午後６時から東久留米駅▼**募金箱へ**＝公共施設や金融機関窓口などに設置します

問同協議会総務担当☎042・471・0294

六仙公園親子スポーツ教室

親子でコミュニケーションをとりながら、こどもの基礎運動能力を身に付けます。

日12月８日㈫午前11時～11時45分　※雨天中止。場都立六仙公園費200円（保険料込み）申電話または同園HPから問同園サービスセンター☎042・475・1031（午前８時半～午後５時半）

シルバー人材センター入会説明会

まずはお気軽に入会説明会にお越しください。

日12月16日㈫午後１時～４時の間で１時間程度（先着順）場同センター（下里４－１－44）対市内在住の原則60歳以上で健康で働く意欲のある方　※９年１月～３月の入会者は、８年度の会費免除（期間限定）。問同センター☎042・475・0738

北多摩北部地域保健医療協議会委員の募集

地域の保健医療サービスのあり方などを検討する委員を募集します。

対小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市に在住または在勤の９年４月１日時点で18歳以上の方（都職員および当該地域の市職員は除く）**募集人数**３人以内**任期**最長２年申１月22日㈮までに（消印有効）、作文「感染症、健康づくり、こころの健康、災害など、地域の健康を守るために、私ができること、地域でできること」（1,200字以内）と、住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号など（在勤の資格で応募する場合は勤務先の名称および所在地も記載）を記載し、多摩小平保健所企画調整担当へ郵送、または✉で問同保健所☎042・450・3111

東村山税務署からのお知らせ

■総合窓口の受付時間について

10月から税務署の総合窓口における受付時間は、原則午前９時から午後３時になりました。来署の際はご注意ください。

■所得税・消費税（個人）の相談について

９年１月～３月までの所得税・消費税（個人）の相談受付は、ＬＩＮＥによる事前予約制となります。なお、２月16日㈫以降の確定申告期間は当日券も配付しますが、定員に達し次第、受け付けを終了します。

■駐車場について

９年１月４日～４月中旬において、駐車場を確定申告会場とするため、駐車することができません（障がい者用駐車場を除きます）。車での来署はご遠慮ください。

問東村山税務署☎042・394・6811

冬季救急出場ひっ迫期における救急車の適正利用について

冬季は、気温が低下し手足の動きが鈍くなるので、「転倒による怪我」が増加したり、インフルエンザなどの感染症が流行したり、救急要請が急増します。救急車の稼働率が高くなり、周囲の救急車が出払ってしまうと、遠くから駆け付けなくてはならないため、到着までに時間がかかる場合があります。救急車を呼ぶべきか迷った際は、東京消防庁救急相談センターの「＃7119」、またはＡＩチャットに対応した「東京版救急受診ガイド（Ｗｅｂ版）」をご利用いただき、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

問東久留米消防署救急係☎042・471・0119

東京消防庁HP

大掃除の機会に室内の安全対策を実施しよう

大掃除で安全対策！

▼**ガステーブル・コンロ火災対策**＝コンロの周りに燃えやすい物を置かないよう整理整頓しましょう。物が多いと燃え広がる原因となる可能性があります▼**電気火災対策**＝長期間コンセントに差し込まれているプラグは、ほこりがたまり火災の原因となることがあります。定期的に掃除し、ほこりを取り除きましょう。また、テーブルタップ使用時は、許容電力を超えていないか、併せて確認しましょう▼**家具類の転倒防止対策**＝地震の時に倒れた家具によりけがをしないように、L字金具や突っ張り棒で家具の転倒防止をしましょう。

問東久留米消防署防火査察係☎042・471・0119

東京消防庁HP

エアゾール製品などによる火災・事故をなくそう

スプレー缶や殺虫剤、消臭剤など、身近にあるエアゾール製品は、使い方を誤ると火災や事故につながる恐れがあります。エアゾール製品の多くは、可燃性の高圧ガスを使用しています。事故を防ぐために、容器に表示されている「使用上の注意」を必ず確認し、次のことに気を付けましょう。▼こんろやストーブなどの火気の近くで使用しない▼こどもの手の届かないところに置く▼中身を使い切ってから廃棄する。中身が残っている場合は、火の気のない風通しの良い屋外でガスを抜きましょう。

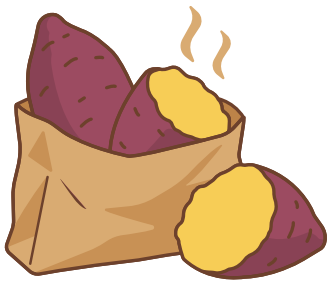
問東久留米消防署危険物係☎042・471・0119

都税に関する手続が来所せずにできます

都主税局では、納税者の方が都税事務所などに来所することなく、郵送やインターネットなどでお手続できる仕組みを設けております。郵送や電子による申告、申請・届出、キャッシュレスによる納付方法などをぜひご利用ください。詳細は、同主税局HPをご覧ください。

問立川都税事務所☎042・523・3171

都主税局HP



市民伝言板

会員募集

◆**東久留米ファイターズ**＝日毎月火曜日正午～午後３時他場南町運動広場費入会金1,000円、会費年6,000円他健康第一！打って走って、和気あいあいプレーを楽しんでいます問宝崎☎090・9323・8159

◆**合唱団もみじ**＝日月４回。水曜日午前10時～正午場東部地域センター他費入会金2,000円、会費月3,000円他童謡や、皆のリクエストで楽しく歌っています問板倉☎042・473・8700

◆**四四卓球クラブ**＝日毎週木曜日。午後１時40分～３時50分他場スポーツセンター他費会費年6,000円他健康のため、ラージボール卓球を楽しみませんか。初心者大歓迎問大内☎080・5494・6431

◆**合気道錬身会東久留米道場**＝日毎週金曜日。午後７時10分～10時15分場スポーツセンター費入会金3,000円、会費月6,000円他勝ち負けのない武道。隠れた力を感じてみませんか？問青木☎080・2066・2429

◆**東久留米失語症の会チャレンジ**＝日毎月第２土曜日。午後１時～３時場シャローム東久留米４階費会費月200円他失語症を抱える当事者と家族の集まりです。サポートしてくれる支援者もいます問渡辺☎090・8002・4079

◆**東久留米市民第９合唱団**＝日木曜日午後６時半～９時半、日曜日午後２時半～６時場東部地域センター他費会費月3,000円他来年の秋にベートーベンの第九を歌う会。東久留米交響楽団と協演問中西☎090・2741・7549

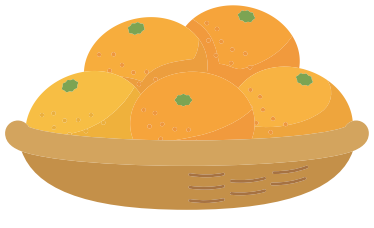
催し

◆**高橋美香パレスチナ写真展（シロくんキャラバン@東久留米）**＝日11月27日㈮～12月10日㈭場カフェゆあのあ費写真展は無料、ギャラリートークのみ1,000円他パレスチナの現実を猫やそこに住む人々の日常から考える写真展です問川本☎080・4328・1025

◆**～アーシングのすすめ～（第３回東久留米電磁波講座）（東久留米電磁波測定会）**＝日12月13日㈰午前10時～11時半場成美教育文化会館大研修室費参加費1,000円他電磁波の基礎知識からアースの取り方を実験を交えてお伝えします問志藤☎080・7020・2984

◆**富士見テラスと西口広場の展示会（市民参加で富士見テラスを作る会）**＝日12月16日㈬～20日㈰午前10時～午後６時（16日は正午から、20日は午後４時まで）場スペース105（市役所向かい）費参加費無料他みんなで楽しく考える新しい東久留米駅西口。どなたでもお気軽に問古谷☎042・430・9367

◆**スリランカのいま（明治大学校友会東久留米地域支部）**＝日12月５日㈯午後１時～３時半場生涯学習センター料理室費資料代500円他スリランカのケーキを作り、現地からの今を話されます問江波☎042・473・8815



イベント・講座

図書館

12月と年末年始の休館日

毎週金曜日と12月29日㈫～９年１月４日㈪は全館休館です。中央図書館は12月15日㈫も休館です。
問中央図書館☎042・475・4646

マンガのへや

「この冬、君の心を熱くする」というテーマで本とマンガを展示します。マンガ以外の本は借りられます。
日12月５日㈯～９年２月４日㈬の午前９時～午後７時（休館日を除く）場中央図書館１階北開架室対小学生以上問同館☎042・475・4646

大人のためのおはなし会

語り継がれてきた昔話や物語を聞くおはなし会です。普段はこどもたちに物語を届けている語り手の皆さんが、大人のために語ります。
日９年１月14日㈬午前10時～11時半（９時45分から受け付け）場中央図書館２階多目的室対18歳以上の方定先着30人注大人向けの長時間の会のため、小さなお子さんはご遠慮ください他協力はひがしくるめ子ども読書の会問同館☎042・475・4646

文化

市民ギャラリーの展示作品募集

市では、東久留米駅構内に市民の皆さんが作品を発表する場「市民ギャラリー」を開設しています。９年２月10日㈫からの展示作品を募集します。
内▼**展示作品**＝絵画・書・写真・陶芸・華道・手芸など▼**作品の大きさ**＝ギャラリー内に展示できるもの（展示スペース全面：縦120㎝×横250㎝×奥行き25㎝以内）対市内在住・在勤・在学の個人および市内の団体で作品の搬入・搬出ができる方費無料他▼展示の際に必要な用具（額、掛軸、台、紐、ワイヤーなど）は、原則として展示者が各自用意してください（ワイヤーと展示台は貸出可〈少数〉）。また、展示の際に脚立が必要な方は市文化協会事務局で貸し出します▼展示作品は、同協会HPなどで紹介▼釘打ち、照明加工不可申１月12日㈫までに（必着）、郵送または同協会HPで。郵送の場合は通常はがき（１人１枚）に住所・氏名（団体の場合は団体名・代表者）・電話番号・作品の種類・内容を記入の上、郵送（〒203－0054、中央町２－６－23、生涯学習センター内、市文化協会事務局「市民ギャラリー」係宛て）を問同協会事務局☎042・477・4700

同協会HP

まろにえサークルフェスタ出展団体募集

団体同士の交流に、活動報告に、普段の活動の成果を発表しませんか？「やりたいこと探し」「生きがい探し」「仲間づくり」をしたい個人の方と、生涯学習センターで日々活動しているサークルとのリアルマッチングの場です。
日９年３月14日㈯午前10時～午後３時（予定）場生涯学習センター内舞台発表、ブース出展、チラシ・ポスター設置対次のすべてに該当する団体①生涯学習センターで１年以上の活動を行っている団体②営利・政治・宗教活動に関係しない内容であること③応募前説明会、参加者ミーティングに出席できること　※応募多数の場合は抽選。出展費無料（交通費・楽器運搬費などは自己負担）他▼詳細は同センターで配布する募集要項または同センターHPをご覧ください▼**参加希望者向け事前説明会**＝12月19日㈯午前10時から同センター学習室１・２で▼**参加者ミーティング（決定団体のみ）**＝９年１月23日㈯午前10時から、同センター学習室１・２で申１月15日㈮までに（必着）、申込書に必要事項を記入の上、郵送（〒203－0054、中央町２－６－23、生涯学習センター宛て）、FAX（042・473・7675）または直接同センターへ問同センター☎042・473・7811（第４月曜日を除く午前９時～午後９時）

同センターHP

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、障害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。今月は小・中学生を対象とした走り方教室「はしるのきほんをまなぶ」を午後１時半から開催します（当日午後１時から受付）。付き添いの保護者の方も入場料がかかります。
日12月12日㈯午前10時～午後４時（入退場自由）場スポーツセンター第１体育室内ボッチャ、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、ピックルボール、輪投げ、キッズコーナー（バルーン、ドッヂビー、フラフープ）他費入場料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

市HP



初滑りスキー

市スキー連盟では上・中級者を対象に「初滑りスキー」を行います。志賀高原で初滑りスキーを楽しみませんか？
日９年１月８日㈮午後８時市役所集合、８時15分出発。11日㈰・祝午後７時頃帰着場志賀高原スキー場ホテルアララギ☎0269・34・2002対上・中級者定先着30人費（予定）一般50,000円（会員48,000円）申問12月12日㈯までに電話で市スキー連盟事務局・榎本☎042・474・9197、（携帯）☎090・6028・5110へ

くらし

男女平等推進センター主催〈ワークショップ〉ゲームを通して、あなたの中の「もや虫」発見！

日常で「男（女）はこうだ」とか「当たりまえ」とされていることにモヤモヤすることありませんか？
「ジェンダーもやもやはっけんカード」でわいわいみんなでゲームをしながら、日常に潜む「もや虫」を見つけ、一緒に退散させませんか？
日12月18日㈮午前10時～正午場市役所７階704会議室対関心のある方定先着20人（要申し込み）師男女平等推進センター職員申12月１日㈫午前９時から電話、または申し込みフォームで問同センター☎042・472・0061

申し込みフォーム



消費者講座「高齢者の消費生活トラブル早期発見のために」

高齢者の消費者トラブルが増え続けています。高齢者が悪質商法の被害に遭わず、地域の中で安全・安心に暮らしていくためには、身近な人の気づきと地域社会全体での見守りが大切です。消費生活相談の第一線での経験をもつ消費生活相談員が講師となり、高齢者を狙う悪質商法の手口と対処法、見守りのポイント、被害発見時の対応などを学びます。地域包括支援センターなどの職員の方もぜひ、ご参加ください。
日９年１月23日㈯午前10時～正午場市民プラザホール（市役所１階）定60人（応募多数の場合は抽選）師（公社）全国消費生活相談員協会会員（消費生活相談員）申12月28日㈪午後５時までに（消印有効）、郵送（はがきに「第１回消費者講座希望」と明記し、住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、〒203－8555、本町３－３－１、市役所地域振興課宛て）または申し込みフォームで問同課消費生活・施設係☎042・470・7777（内線2432）

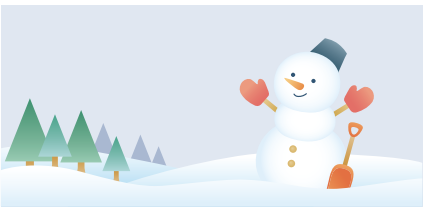
申し込みフォーム

けんこう

第３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。
日９年１月６日・13日・20日・27日のいずれも水曜日午前10時～11時場スポーツセンター第１体育室対市内在住・在勤・在学で18歳以上の方（高校生不可）定先着30人師スポーツセンター職員費1,000円持室内用シューズ、飲み物（フタ付き）、汗拭きタオル他主催は市体育協会申12月１日㈫午前10時～15日㈫午後５時に（必着）、市体育協会HPの申し込みフォームまたは往復はがきで。往復はがきの場合、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号、在勤・在学の場合は勤務先・在学先（返信用にも住所、氏名）を記入の上、郵送（〒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）を問同事務局☎042・470・2722

同協会HP



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

０歳からのプラネタリウム

いっしょに おほしさまを ながめよう！赤ちゃん大歓迎！泣いてもOK！ ０歳～３歳くらいのお子様と楽しむプラネタリウムです。
日12月24日㈭・９年１月８日㈮いずれも午前10時半～11時、11時半～正午場多摩六都科学館対０歳～３歳くらいの乳幼児とご家族定各回220人費観覧付入館券（展示室+プラネタリウム１回）1,040円（４歳～高校生420円。３歳以下無料）注乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります申観覧券の販売方法は同館HPをご確認ください問同館☎042・469・6100



医療に従事する方は届け出が必要です

医師法などにより、12月31日現在の氏名・住所等の届け出が必要です。
対医師・歯科医師・薬剤師・保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士
提出期限・方法９年１月15日㈮までに保健所またはオンラインで厚生労働省へ問都保健医療局医療人材課☎03・5320・4434、薬剤師については同局薬務課☎03・5320・4503

８年度帯状疱疹定期予防接種

対象者で接種を希望される場合は４月上旬に送付しました通知の内容に沿って医療機関へ予約をしてください。
日９年３月31日㈬まで場市内指定医療機関対市内に住民票を有し、次のいずれかに該当する方①年度内に「65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳」の誕生日を迎える方②接種日現在60歳～64歳の方で、ＨＩＶ免疫不全のため日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方（身体障害者手帳１級程度）の方費いずれも１回につき生ワクチン4,000円、不活化ワクチン10,000円（生活保護受給者・中国残留邦人等支援金受給者などは無料。ただし、受給証明書などの提出が必要）他不活化ワクチンの接種回数は合計２回で、接種完了まで約２カ月かかります。接種を希望の方は１月までに接種を開始することをご検討ください問健康課予防係☎042・477・0030



休日・準夜間診療

市HP

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。
※インフルエンザの流行期などは大変混雑します。混雑状況によっては電話がつながりにくくなります。また、診察可能な人数に達した際は、受付時間内であっても受付を終了することがあります。

内科・小児科※薬の処方は最低限の日数です。
12月６日・13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
12月６日・13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６日＝滝山病院（滝山４－１－18、☎042・473・3311）
12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～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）

ノロウイルスにご注意を

ノロウイルスは、特に冬季に流行する「感染性胃腸炎」の原因となるウイルスです。手指や食品などを介して経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。
問健康課保健サービス係☎042・477・0022

市HP

主な症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱などです。通常、これらの症状が１～２日続いた後、自然治癒し、後遺症もありません。感染していても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。
感染から発症までの潜伏期間は24～48時間です。

治療方法

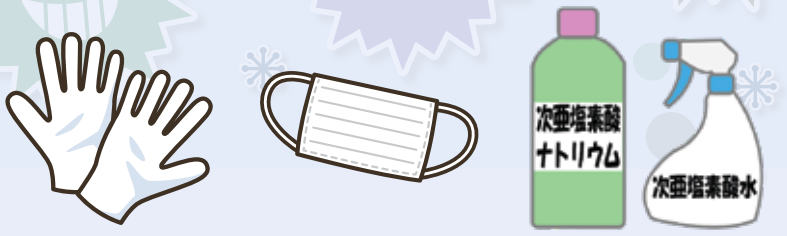
このウイルスに効く抗ウイルス剤はありませんので対症療法が行われます。体力の弱い乳幼児、高齢者は、脱水症状を起こしたり、体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補給を充分に行いましょう。



感染の予防方法

ノロウイルスは感染力の強いウイルスですので、ウイルスに感染した人のふん便や吐物からの二次汚染を防止するため、手洗いと器具の殺菌が必要です（感染した人のふん便には１カ月程度、菌が含まれています）。手洗いの方法などをもう一度確認し気をつけましょう。詳細は市HPをご覧ください。





ごみの出し方について

■ごみと資源物の収集日時について

ごみと資源物は、決められた曜日の午前８時半までに出してください。
収集時間は、その日の交通事情、天候や排出量などの状況によって変わる場合があります。また、収集後に出されたものについては、再度の収集はしていませんのでご注意ください。
ごみと資源物の分別方法については市HPからごみ分別辞典「ごみサク」もご覧ください。

市HP（ごみサク）

■粗大ごみ申し込みなどのオンライン手続きについて

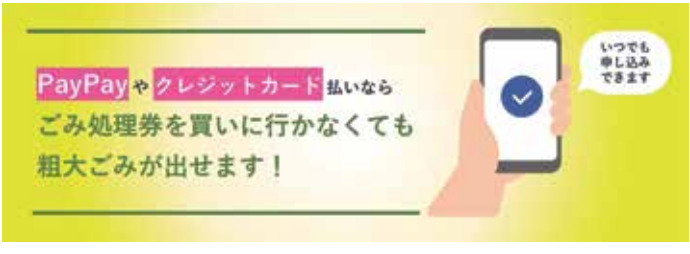
粗大ごみの申し込みは、いつでも手続き可能なインターネット申し込みが便利です。さらに、支払いもオンライン決済で行っていただくことにより、処理券を購入する手間がなくなります。
オンライン決済ご利用時の排出方法など、詳しくは市HPをご覧ください。

市HP（粗大ごみについて）

決済の種類クレジットカード、PayPay
※電話での申し込みは、時間帯によって大変繋がりにくくなっており、ご不便をおかけしております。インターネットでの申し込みにご協力をお願いします。
問ごみ対策課☎042・473・2117

ごみ分別カレンダー

地区／曜日	東地区	西地区
	上の原、神宝町、金山町、氷川台、大門町、東本町、新川町、浅間町、学園町、ひばりが丘団地、本町、南沢、中央町	小山、幸町、前沢、南町、滝山、下里、柳窪、野火止、八幡町、弥生
月	容器包装プラスチック・ＰＥＴボトル	燃やせるごみ・びん
火	燃やせるごみ・びん	容器包装プラスチック・ＰＥＴボトル
水	燃やせないごみ・有害ごみ	燃やせないごみ・有害ごみ
木	缶・紙類・布類	燃やせるごみ・びん
金	燃やせるごみ・びん	缶・紙類・布類



ごみの分別に関するお知らせは12面にも掲載しています

（11面から続く）

ごみの出し方について

充電式小型家電製品の適切な出し方

　充電して使用する家電製品には、リチウムイオン電池などの小型充電式電池が入っています。
　これらを使用した製品が、指定収集袋の中に混入することにより、ごみ処理過程での発煙・発火事故の原因となっています。「燃やせないごみ」や「容器包装プラスチック」などに混ぜないでください。
問ごみ対策課☎042・473・2117

市HP


実際に「容器包装プラスチック」に混入していたリチウムイオン電池製品等の一部


ごみ処理施設での火災

特定９品目

※８年４月から有害ごみで収集できる品目が追加されました。

モバイルバッテリー、電子たばこ、電気シェーバー、電動歯ブラシ、充電式電池、ハンディ扇風機、ワイヤレスイヤホン、スマートフォン・タブレット、掃除機バッテリー



※ビニールテープなどで端子部分を絶縁してください。
※電動自転車のバッテリーは対象外となります。小型家電・リチウムイオン等電池回収ボックスに出してください。

有害ごみの日に透明または半透明の袋に入れて出してください。
　事故防止のため、燃やせないごみの袋には絶対に入れないでください。

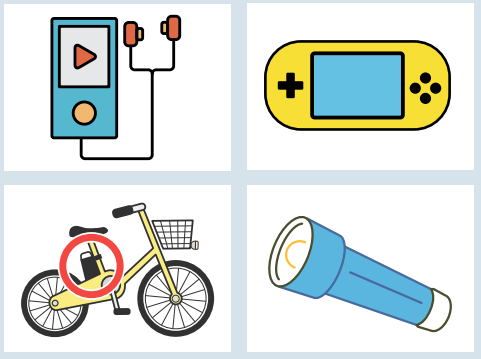




特定９品目以外

特定９品目以外の小型充電式電池を含む製品

【例】携帯ゲーム機、ポータブル音楽プレーヤー、ライト、スピーカー、電動自転車用バッテリー、電動工具など



※電動自転車自体は粗大ごみとなります。
※バッテリーのみ回収対象となります。



小型家電・リチウムイオン等電池回収ボックスに出してください。

小型家電・リチウムイオン等電池回収ボックス設置場所

　ボックスは市内16カ所に設置しています。
※スマートフォン、タブレット、ノートパソコンは、市役所本庁舎、ごみ対策課庁舎でのみ回収可能です。

市役所本庁舎（本町３－３－１）※	南町地区センター（南町３－９－45）
西部地域センター（滝山４－１－10）	浅間町地区センター（浅間町２－24－16）
南部地域センター（ひばりが丘団地185）	わくわく健康プラザ（滝山４－３－14）
東部地域センター（大門町２－10－５）	上の原連絡所（上の原１－４）
ごみ対策課（八幡町２－10－10）※	第六小学校（金山町１－17－１）
野火止地区センター（野火止２－１－83）	小山小学校（小山５－５－４）
中央町地区センター（中央町６－１－１）	青少年センター（下里４－１－19）
八幡町地区センター（八幡町２－７－61）	第二小学校（新川町１－14－６）

広告 内容については広告主にお問い合わせください