

ひがしくるめ

発行 / 東久留米市 編集 / 企画経営室秘書広報担当 〒203-8555 東久留米市本町3-3-1 ☎042-470-777(代) ホームページhttp://www.city.higashikurume.lg.jp/

始めよう！ 環境にやさしいこと

地球温暖化への対策や環境美化活動について、一人ひとりの行動は小さいかもしれませんが、みんなで取り組めば大きな力となります。家庭や身近なところから、環境にやさしいことを始めましょう。

家庭でできる地球温暖化対策

温暖化の原因の一つは、私たちが使うエネルギーから生じる二酸化炭素(CO2)などの温室効果ガスです。その排出量の抑制に、みなで力を合わせる事が大切です。家庭でできる身近な温暖化対策として、家計の節約にも役立つ、次の「10の取り組み」から始めてみませんか。

冷房の温度を1度高く
暖房の温度を1度低く設定
週2日、往復8キロ以上の車の運転をやめる
1日5分間のアイドリングストップを行う
家電製品は主電源を切り、長時間



時間使わないときはコンセントを抜き、買い換え時は待機電力の少ない物を選び、待機電力を50%削減
シャワーを1日1分家族全員が減らす
風呂の残り湯を洗濯に
使いまわす
ジャーの保温を止める
家族が同じ部屋で回らんし、暖房と照明の利用を2割減らす
買い物袋を持ち歩き、省包装の野菜を選び、テレビ番組を選び、1日1時間テレビ利用を減らす

【出典】環境省「身近な地球温暖化対策」、全国地球温暖化防止活動センターホームページ



きれいなまちへご協力ください

詳しくは環境政策課 ☎470-7753へ。

駅周辺の路上喫煙は終日禁止



東久留米市ポイ捨て等の防止及び路上喫煙の規制に関する条例により、東久留米駅周辺を終日路上喫煙禁止区域に指定しています。皆さんのご協力をお願いします。同区域は市ホームページでご覧になれます。

河川汚濁防止へご協力を
市の下水道は、汚水と雨水を別々に流す分流方式です。雨水管に流れ込む「ます」等に異物を流すと、市内を流れる河川等に流出し、水質事故の原因となります。事故の未然防止と環境を守るため、ます等への排水には十分ご注意ください。詳しくは施設管理課 ☎470-7764へ。

総合防災訓練を実施します

8月21日(木)下里小学校

今年度の訓練は、8月21日(木)午前8時半~正午、下里小学校で行います。対象地域は、下里小学校および下里中学校地域を含む下里二丁六丁目の方や外国人の方もぜひご参加ください。前日と当日に、防災無線でご案内します。訓練当日の午前8時43分に警報発令を知らせるサイレンが鳴ります。これを合図に、各家庭では、火の元の点検や水のくみ置きなどの訓練を行ってください。災害時は、人はもちろんのこと、多くの動物が飼い主とともに避難所に避難をして

環境美化マナーアップキャンペーンを実施：7月22日早朝の駅周辺で、市環境美化推進員と、市民・事業者の参加協力の下、啓発・清掃活動を行いました。詳しくは環境政策課 ☎470-7753へ。

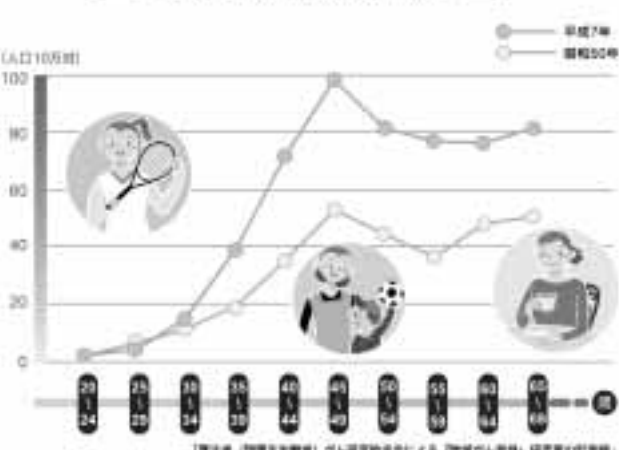
女性がん検診のすすめ

～乳がん検診・子宮がん検診～

<乳がん>

乳がんは女性のがんで最も多いがんです。現在、年間4万人が乳がんと診断され、20人に1人が生涯の間に乳がんにかかると推計されています。日本では40歳～50歳代に多く発生しています。乳がんは、早期発見・早期治療がその後の生活の質を左右します。早期発見のためにも検診をお受けください。

女性の年齢階級別乳がん罹患率



<子宮頸(けい)がん>

20歳代の若年層に急激に増えています。子宮頸がんの発生率は、50歳以上ではこの20年間で順調に減っていますが、逆に20歳～24歳では約2倍に、25歳～29歳では3～4倍に増加しています。これは、性交渉で感染するヒトパピローマウイルスと関与して、性活動の活発な若い世代に感染が増えているためと考えられています。子宮頸がんは、検診によって十分に治療可能な初期の段階で発見することができます。

乳がん・子宮がん検診は広報9月1日号でお知らせします。詳しくは健康課保健サービス係 ☎477-0022へ。

今号は4面です。「ハロー！来芽ちゃん」Q&A消費生活の正しい知識はお休みします。

いきいき長寿大会
9月13日(土) 中央公民館

今年のいきいき長寿大会は、9月13日(土)午前10時～午後零時20分に中央公民館で開催します。対象は市内在住で75歳以上の方です。内容は式典とアトラクションの公演です。

詳細は広報9月1日号でお知らせします。
詳しくは福祉総務課高齢者福祉係 ☎470-7749へ。

《事前に電話でご予約を》

相談名	相談日時	相談員	予約開始日等	会場	
法律相談	3日・10日・17日・24日	いずれも水曜日 午前10時から	弁護士	8月28日(木) 9月11日(木)	
登記相談	3日(水)午後1時から	司法書士	8月29日(金)	市役所2階相談室	
表示登記相談	3日(水)午後1時から	土地家屋調査士	8月29日(金)		
税務相談	10日(水)午後1時から	税理士	9月5日(金)		
人権身の上相談	17日(水)午後1時から	人権擁護委員	9月9日(火)		
不動産相談	17日(水)午後1時から	宅地建物取引主任者	9月12日(金)		
交通事故相談	24日(水)午後1時から	弁護士	9月18日(木)		
相続・遺言・成年後見等手続相談	10日(水)午後10時から	行政書士	9月4日(木)		
年金・労災・雇用保険・人事管理等相談	24日(水)午後10時から	社会保険労務士	9月18日(木)		
経営相談	平日の午前10時～午後4時	市商工会経営指導員	前日までに東久留米市商工会 ☎471-7577		東久留米市商工会館
女性の悩みごと相談	1日・8日・22日・29日	いずれも月曜日 午後1時半～4時半	女性カウンセラー		8月18日(月) 9月1日(月)
女性弁護士による法律相談	5日(金)午前9時半～午後零時半	女性弁護士	8月22日(金)	男女平等推進センター ☎472-0061	
教育相談室	火曜～土曜日 午前10時～午後5時 月曜～金曜日 電話相談も可	教育相談員	中央相談室 ☎473-3667 (成美教育文化会館内教育センター) 滝山相談室 ☎475-8909 (西中学校隣)		
母子相談	開庁日	母子自立支援員	子育て支援課 ☎470-7736		

9月のお気軽に無料相談

《直接会場へどうぞ》

相談名	相談日時	相談員	会場
知的障害者相談	10日(水)午前10時～正午	知的障害者相談員	市役所1階相談室
身体障害者相談	12日(金)午前10時～正午	身体障害者相談員	市役所1階相談室
心身障害者(児)相談	24時間随時 ☎477-2711	さいわい福祉センター指導員	さいわい福祉センター
職業相談	開庁日の午前9時～午後5時	ハローワーク三鷹職員	市役所1階ワークコーナー
住宅増改築相談	11日(木) 午前10時～午後4時	市住宅増改築等斡旋事業登録団体協議会	市役所1階屋内ひろば
消費者相談	平日の午前10時～午後4時 電話相談も ☎473-4505	消費生活相談員	生活文化課(市役所2階)

《訪問します》

妊婦訪問	訪問希望の方は健康課保健サービス係 ☎477-0022	助産師・保健師	ご自宅
赤ちゃん訪問			

東久留米市社会福祉協議会では、市民ボランティア相談員による、電話なんでも相談 ☎474-4294を月曜・水曜・金曜日の午前10時～午後4時に行っています。東京都でも、交通事故相談 ☎03-5320-7733やヤミ金被害者相談 ☎03-5320-4727を行っています。予約制でなく当日受け付けのため、詳しくはお問い合わせを。