



東久留米市プロモーション動画

市公式X



市公式動画チャンネル



市公式Facebook



市LINE公式アカウント



↓ 市政へのご要望・ご意見はこちらへ

- ◎ご意見箱設置場所
市役所1階屋内ひろば、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所
- ◎エコーテレホン・エコーファクス
☎・FAX042・472・1131(夜間・休日のみ)
- ◎ホームページ(<https://www.city.higashikurume.lg.jp>)のご意見箱(「東久留米市について」「広報・広聴」「声をお聞かせください」から)

〈今月の月間・週間案内〉食育月間、男女雇用機会均等月間、まちづくり月間、水道週間(1日～7日)、環境の日(5日)

けんこうとイベント・講座は8面まで続きます

けんこう

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3日(火)～8年3月13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(内)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、7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59年4月2日～60年4月1日生まれの方)も無料。☎▼実施医療機関の特徴を市HPに掲載しています ▼例年、年度の後半にかけて申し込みが増加する傾向にあり、状況によっては希望に沿えない場合があります

ますので早めにお申し込みください
☎6月1日(日)から同院HPから予約を
☎健康課 特定健診係 ☎042・477・0013



同院HP

子ども相談

☎6月10日(火)午前9時半～午後3時
☎わくわく健康プラザ相談室2(内)お子さんの成長や発達、ことば、話し方、育児疲れなどの相談を心理相談員がお受けします
☎幼児と保護者
☎☎電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

すくすく子育て相談

☎6月13日(金)午前9時半～午後2時
☎わくわく健康プラザ(内)育児の相談、身体測定
☎乳幼児と保護者
☎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
☎健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

公立昭和病院 「第40回市民公開講座」

☎6月14日(土)午後2時半～4時(2時開場)
☎コール田無多目的ホール(西東京市田無町3-7-2)
☎腎がん、前立腺がんのロボット支援手術～やさしい手術を目指して～他1演題
☎上原翔氏(公立昭和病院泌尿器科医長)
☎当日会場
☎公立昭和病院地域医療連携室 ☎042・461・0052(内線2168)



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16日(月)午前10時～11時
☎市民プラザホール(市役所1階)
☎定員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
☎動きやすい服装
☎6月2日(月)午前10時から電話または市民プラザ窓口
☎☎同プラザ ☎042・470・7813

(11面へ続く)



離乳食について知ろう!

☎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お伝えします。

- ☎6月25日(水)午後1時15分～2時半
- ☎わくわく健康プラザ1階講堂
- ☎離乳食開始時期の離乳食の紹介と試食
- ☎7年1・2月生まれのお子さんの保護者
- ☎定員12組 ☎管理栄養士

■ 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。

- ☎6月25日(水)午前9時45分～11時
- ☎わくわく健康プラザ1階講堂
- ☎3回食に移行時期の離乳食の紹介と試食
- ☎6年8月～10月に生まれたお子さんの保護者
- ☎定員12組 ☎管理栄養士



■ 共通事項

- ☎申し込み時に確認してください
- ☎6月2日(月)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

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

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

休日診療(日曜日と祝日の午前9時～正午および午後1時～4時半)
※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1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)
6月8日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)

歯科
6月1日・8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1日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)
6月8日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)

平日準夜間小児初期救急診療
月曜・水曜・木曜・金曜日(午後7時半～10時半、受付は10時20分まで)
=佐々総合病院(西東京市田無町4-24-15、☎0570・01・3399)
月曜～金曜日(午後7時半～10時半)
=多摩北部医療センター(東村山市青葉町1-7-1、☎042・396・3811)

(12面から続く)

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月の受診対象は4・5・6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。

市内実施医療機関問診察、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、8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25年6月生まれの方は7月に後期高齢者健診として、昭和25年7月生まれの方は6月に特定健診としてご案内します他7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

大腸がん検診・胸部レントゲン検査

6月1日(日)~11月30日(日) ※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。場下市の市内実施医療機関問診▼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問診▼大腸がん検診=市内在住で8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8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。問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直接実施医療機関へ問健康課特定健診係042・477・0013

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(日)~11月30日(日) ※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。場市内実施医療機関問診、血液検査問市内在住で8年3月末時点の年齢が40歳(昭和60年4月1日~61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費無料問▼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問同係

はじめてのはみがき“歯っぴーベイビー”

6月17日(火)①1歳児クラス=午前10時~11時②0歳児クラス=午後1時~2時半問わくわく健康プラザ講堂問歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど問①満1歳~1歳4カ月児と保護者②満7カ月~11カ月児と保護者問各先着15組(いずれも初めての方を優先)問母子健康手帳・歯ブラシ問6月2日(月)から市問の申し込みフォームで問健康課保健サービス係042・477・0022 市問



BCG予防接種

6月18日(水)問わくわく健康プラザ問7年1月生まれの乳児(生後6カ月以上1歳になる誕生日の前日まで未接種の乳児も可)問母子健康手帳、予約票他日程の都合がつかない方は、次回7月16日(水)でも接種可問当日会場で問健康課予防係042・477・0030

食事・健康相談

生活習慣病の予防や、普段の生活をより健康的に見直したい方の食事・健康相談をしています。ご本人のほか、家族からの相談もできます。6月20日(金)午後1時半~4時15分(予約制。1人30分程度)問わくわく健康プラザ1階問生活習慣病予防や健康づくりについての個別相談、体組成(体脂肪率や筋肉量など)の測定問健康診断の結果表、食事記録など問問市問の申し込みフォームまたは電話で健康課保健サービス係042・477・0022へ



第98回市民のための医療講座

6月28日(土)午後2時~4時問市民プラザホール(市役所1階)問軽度認知症を理解しよう問先着80人問下泰司氏(順天堂大学医学部附属練馬病院副院長・脳神経内科々長)問司会は熊野雄一氏(市医師会会長)問当日会場で問健康課保健サービス係042・477・0022

令和7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

Table with 5 columns: 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. Lists various medical facilities and their services.

※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。

親と子の歯っぴーライフ “集まれ歯みがキッズ!!” 家族みんなで作る歯と口の健康. Includes QR code for application form and a photo of a group of people.

介護予防講演会「あなたの一歩が未来の健康をつくる！」～社会参加で生き生きライフ～

いつまでも元気、いきいきと暮らすために今日からできる第一歩！地域活動に参加することがいかに効果があるのか、暮らしの秘訣を介護予防の専門家がお伝えします。

日 7月3日(木)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) 対 市内在住、在勤の方 定 先着80人 師 野中久美子氏(東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム・研究員) 申 6月2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、6月26日(木)までに申し込みフォームまたは住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上、FAX(042・470・7808)で送信を 同係



申し込みフォーム

今日から始めよう！わくわくすこやか体操で転倒予防講演会

市リハビリテーション協議会では、「わくわくすこやか体操」を作成し、市民の皆さんと一緒に介護予防・フレイル予防に取り組んでいます。「よく転びそうになる」「歩くはやさが遅くなった」などにお悩みの方は「体操のコツ」を学び、一緒に始めませんか。 日 7月17日(木)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(市役所1階) 対 おおむね65歳以上の市内在住の方で医師より運動を止められていない方 定 先着50人 師 菊地一樹氏(市リハビリテーション協議会、デイサービスアルゴ柔道整復師) 申 6月4日(水)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、7月9日(水)までに、申し込みフォームまたは住所・氏名・生年月日・FAX番号を記入の上 FAX(042・470・7808)で送信を 同係



申し込みフォーム



イベント・講座

児童館

子どもセンターあおぞら 前沢4-25-8 ☎042・471・7071 幼児のつどい 日 6月5日(木)が「えいごであそぼう」、12日(木)が「科学あそび、ぴよんぴよんがえる」いずれも午前10時半～11時半 師 5日が會田氏(ハッピーポケット)、12日が西田ゆかり氏 対

1～4歳児と保護者 申 当日会場で ■スポーツで元気 日 6月10日(火)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん、午後2時半～3時が幼稚園・保育園に通っている年年代から 対 「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び 定 各15組 持 飲み物 他 動きやすい服装で 申 6月3日(火)午後1時半から電話または来館で



ベビーヨガ 日 6月20日(金)午前10時～10時45分 対 首が据わった12カ月までのお子さん 定 8組 師 崎田千佳子氏 持 バスタオル、飲み物 送 予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください 他 動きやすい服装で 申 6月9日(月)午前10時から電話または来館で

ベビーマッサージ 日 6月21日(土)午前10時～10時半と10時50分～11時20分の2部制 対 首が据わった9カ月までのお子さん 定 各部8組 師 鈴木あゆみ氏 持 バスタオル、飲み物 他 動きやすい服装で 申 6月9日(月)午前10時から電話または来館で

中央児童館 中央町1-10-11 ☎042・476・2161 おはなし会 日 6月3日(火)・10日(火)いずれも午後3時50分から 対 絵本の読み聞かせや素話など 対 小学生 他 協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 申 当日会場で

幼児のつどい 日 6月5日(木)が「虫歯予防ウィーク、6月お誕生会」、12日(木)が「ペイントあそび」いずれも午前10時半～11時15分 対 1～4歳児と保護者 申 当日会場で

スポーツで元気 日 6月6日(金)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん、午後2時半～3時が幼稚園・保育園に通っている年年代から、午後3時10分～3時40分、3時50分～4時20分が小学生以上 対 「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び 持 飲み物、小学生以上は室内履き 他 動きやすい服装で 申 当日会場で

バックギャモンの日 日 6月7日(土)午後2時から 対 大昔に生まれたボードゲームを講師の先生に教わりながら楽しもう!! 対 小学生以上 師 日本バックギャモン協会 申 当日会場で

トランポリンの日 日 6月11日(水)前半が午後3時～3時40分、後半が午後3時45分～4時25分、中高生世代優先が午後4時半～5時 対 トランポリンで色々な技に挑戦してみよう! 対 小学生以上 送 跳びやすい服装で(スカート不可) 申 当日会場で

けやき児童館 大門町2-10-5 ☎042・474・6653 幼児のつどい 日 6月5日(木)が「日本一周の旅 i

n東北、関東」、12日(木)が「バルーンでおさんぽあそび」いずれも午前10時半から 対 1～4歳児と保護者 申 当日会場で

おはなしの日 日 6月10日(火)午前11時～11時25分 対 絵本の読み聞かせや手遊びなど 対 乳幼児と保護者 師 みくりおはなしの会 申 当日会場で

赤ちゃん広場 日 6月11日(水)午前10時半～11時半 対 助産師さんによる体重測定と育児相談 対 0歳児と保護者 師 ひがくるめ助産師会 申 当日会場で

スポーツで元気 日 6月13日(金)①午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん②午前11時10分～11時50分が歩き始めのお子さん③午後2時半～3時15分が園児年代④午後3時半～4時半が小学生以上 定 ①・②は各12組程度、③は15組程度 持 ④のみ室内履き 送 参加人数により、交代制になる場合があります 他 動きやすい服装で 申 当日会場で

リトミック 日 6月14日(土)午前10時半～11時が首の据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん 対 リトミック団体による音楽イベント 定 各15組 師 千葉理恵子氏 持 飲み物 他 動きやすい服装で 申 当日会場で



子どもセンターひばり ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300

幼児のつどい 日 6月5日(木)が「リズム遊び」、12日(木)が「小麦粉ねんど」いずれも午前10時半～11時10分 対 1～4歳児と保護者 申 当日会場で

親子でふれあいリトミック 日 6月10日(火)午前10時半～11時が首が据わった乳児と保護者、午前11時15分～11時45分が歩き始めている未就園児と保護者 対 音に合わせて心と体を動かそう 定 各15組 師 千葉理恵子氏 持 飲み物、汗拭きタオル 他 動きやすい服装で 申 6月3日(火)午前10時から電話で



ひばスポ 日 6月14日(土)午後5時半から 対 バレーボール 対 中学・高校生世代 持 室内履き 申 当日会場で

ベビーマッサージ 日 6月20日(金)午前10時半～11時半 対 首が据わった0歳児と保護者 定 20組 師 渡辺直子氏(ベビーマッサージ協会認定講師) 持 バスタオル、オムツ、授乳ケープ 申 6月13日(金)午前10時から電話または来館で

子育て

こども家庭センター(滝山ひろば) わくわく健康プラザ2階 ☎042・420・6743 本村小なかよし広場 日 6月6日(金)午前10時～11時半 場 本

村小学校相談室内 お子さんと遊びながら育児の情報交換 対 乳幼児と保護者 送 徒歩か自転車で来場を 申 当日会場で

わくわく赤ちゃん広場 日 6月11日(水)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、25日(水)が「はいはいの会」7～12カ月児と保護者、いずれも午前10時～11時半 対 親子の触れ合い遊び、体重測定、情報交換 定 各10組 師 助産師 持 バスタオル 他 きょうだいの保育あり(先着各3人) 申 6月4日(水)午前10時から電話または同センターで

わくわくおはなし広場 日 6月24日(火)午前11時～11時20分 場 同センター地域活動室内 対 乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、ペープサート・手遊びや親子の触れ合い遊び 対 0歳～未就学児と保護者 定 10組 申 6月10日(火)午前10時から電話または同センターで

地域子育てひろば上の原 上の原1-2-44 ☎042・420・9011

久留米中なかよし広場 日 6月12日(木)午前10時～11時半 場 久留米中学校会議室内 対 お子さんと遊びながら育児の情報交換 対 乳幼児と保護者 持 スリッパ 送 徒歩か自転車で来場を 申 当日会場で

おはなし広場 日 6月16日(月)午前11時～11時半 対 ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど 対 1歳以上の乳幼児と保護者 定 10組 申 6月9日(月)午前10時から電話または同ひろば上の原で



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こ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) 日 6月17日(火)午後4時～5時半 場 体育館 対 楽しい運動遊び～ドッジボール遊び～ 対 小学生

小山台遺跡公園(屋外) 日 6月21日(土)午前10時～正午 対 楽しい運動遊び～体操用具を使った遊び～ 対 乳幼児～小学生

《共通事項》 費 無料 持 タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子 送 徒歩か自転車で来場を 禁 食べ物(原則持ち込み禁止) 対 乳幼児は保護者同伴 対 動きやすい服装で 対 内容を変更する場合あり 申 当日会場で 対 児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735



(9面へ続く)

(10面から続く)

放課後講座「万華鏡をつくろう」

生涯学習センターでは月1回、小・中学生を対象に放課後講座を開講しています。

6月25日(水)午後4時～5時 生涯学習センター創作室 空きのボトルやビーズできれいな万華鏡をつくります 対小・中学生 定先着12人 師生涯学習センタースタッフ 費無料 器筆記用具 申 6月1日(日)午前9時から電話(☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時))または同センターで

こども絵本バンク2025

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26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。

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 申 6月5日(水)～10月12日(日)に直接市民プラザ窓口で 同プラザ ☎042・470・7813

放課後子供教室

放課後子供教室は、放課後において、学校の施設を活用して、安全・安心な活動場所を確保し、地域と学校が連携・協力して子どもたちに生涯学習活動を提供する事業です。参加には登録(無料)が必要です。

3月3回程度(8年3月まで(長期休暇中を除く)) 場 体育館または指定された教室 内 運動遊びプログラムや地域住民・企業との交流活動など 対 小学2年生～6年生(小学1年生は2学期から募集予定) 他 ▼この事業は学校が実施するものではありません

▼市立学童保育所に在籍の児童が参加する場合は、必ず保護者から市立学童保育所に連絡をしてください。学童保育所に通所している児童の参加は午後4時までです▼個別の下校指導は行いませんので、帰りが心配な場合はお迎えに来ていただくことをお勧めします▼一人ひとりへの個別対応は行っていません。参加に不安がある場合はあらかじめ実施している様子を見学して内容がお子さんにあっているかを確認してからご参加ください▼実施日・活動時間など詳細は市 申 をご確認ください 申 学校から配付されるチラシの二次元コードまたは市 申 からスケジュールを確認して、参加する月の前月の20日までに申し込みを。会場の定員などにより抽選となることがあります。インターネット環境を利用できない方は電話でも申し込みができます 申 ▼登録・実施について＝スポーツクラブルネサンス東久留米 24 ☎ 070・4238・8136(平日午前11時～午後6時) ▼事業全般について＝生涯学習課生涯学習係 ☎ 042・470・7784



市 申

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17日(火)も休館です。 申 中央図書館 ☎042・475・4646

よもう！あそぼう！かがくの本「ゆらゆらバランス」

やじろべえを作ります。どうやったらバランスがとれるかな。考えてみよう。

6月29日(日)午前10時半～11時半 場 東部地域センター1階講習室 内 工作、関連本の読み聞かせとブックトーク 対 幼児と保護者、小学生 定 先着20人(保護者含まず) 器 工作ハサミ、500

m程度程度のペットボトル1本(お持ちの方) 注 車での来場不可 申 6月1日(日)～28日(土)に電話または直接東部図書館カウンターで(休館日を除く) 同館 ☎042・470・8022

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、簡単な戦略と適度な運動量のシニア向けスポーツです。

6月11日・25日、7月9日・23日 申 いずれも水曜日午前9時～正午 場 青少年センター 内 ルール解説、基本練習、ゲーム 対 60歳以上 器 室内履き(運動靴)、飲み物 他 ▼運動のできる服装で ▼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 6月2日(月)～10日(火)に、市体育協会事務局 ☎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。

6月14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 小学生卓球講習会(午後1時受け付け)、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、フラフープ、なわとび) 他 費 100円(未就学児無料) 器 室内履き(運動靴) 他

▼1人での参加可▼運動ができる服装で 申 当日会場で 申 生涯学習課 ☎042・470・7784



市 申



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

英語でサイエンスカフェ宇宙「小から大へ：天体のサイズとスケール」

宇宙に存在する天体の多様なサイズについて、講師とお茶をしながら議論し探究してみましょう。重要な発見の歴史的背景と、今もって謎の存在、暗黒物質と暗黒エネルギーにも触れます。

7月6日(日)午後2時～3時半 場 多摩六都科学館 対 中学生以上の方 定 40人(応募多数の場合は抽選) 師 ホアキン・アレミホ氏(Kavli IPMU特任研究員) 費 参加費400円。ほかに入館券520円(中学生・高校生相当210円)が必要 注 内容は高校生相当以上を想定、英語の通訳はありません 他 共催は東京大学国際高等研究所カブリ数物連携宇宙研究機構(Kavli IPMU)

申 6月23日(月)までに(必着)、同館 申 またははがきで郵送(イベント名・開催日時・氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記載の上、西東京市芝久保町5-10-64、多摩六都科学館宛て)を。当選者にのみ参加券を送付します 同館 ☎042・469・6100



ホアキン・アレミホ氏

多摩北部広域子ども体験塾

たまるく恐竜ラボ きみも博士だ！恐竜調査に乗りだそう！

恐竜や古生物学者のお仕事をたのしく学びます。普段なかなか会えない専門家のお話をきけるチャンス。ぜひご応募ください。 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学の小学1年生～中学3年生 申 ▼夏季プログラム1・2＝6月28日(土)までに多摩六都科学館 申 内の専用フォームで。専用フォームでの応募が難

しい場合は電話で同館へ▼秋季プログラム＝7月23日(水)から▼冬季プログラム＝秋季プログラム参加者から別途募集 ※秋季・冬季プログラムの詳細は同館 申 をご覧ください 同館 ☎042・469・6100または市企画調整課 ☎042・470・7702



同館 申



国立科学博物館

夏季プログラム1

きみも恐竜博士!? 古生物学者のお仕事体験

対 ▼高学年コース(小学4年生～中学3年生)＝7月23日(水)▼低学年コース(小学1年生～3年生)＝7月27日(日)、いずれも午前10時～正午と午後2時半～4時半の2回 内 田中康平氏(筑波大学准教授)によるお仕事解説、化石発掘体験 器 各回24人

夏季プログラム2

「国立科学博物館」見学

対 ▼低学年コース(小学1年生～3年生)＝7月31日(木)▼高学年コース(小学4年生～中学3年生)＝8月5日(火)、いずれも午前9時～午後4時 ※多摩六都科学館集合・解散 内 国立科学博物館見学、真鍋真氏(国立科学博物館名誉研究員)による解説、飛びだす恐竜ぬり絵体験 器 各回30人

ジュニア育成地域推進事業「剣道教室」

日本古来の伝統文化である剣道を体験、修得することにより強い精神と身体を創り青少年の健全育成を目指します。

日 6月15日、7月6日、8月17日、9月14日、10月5日、いずれも日曜日午前9時半～11時(9時15分受け付け) 場 スポーツセンター武道場 対 市内在住・在学の小学生～高校生 注 スポーツセンター工事期間によっては、日程が変更になる場合があります 他 運動ができる服装で 主 主催は都・都スポーツ協会・市体育協会 主 管は剣道連盟 日 当日会場で 同 連盟・西村 ☎090・7388・1938



ダンスからだ養成講習会

正しい身体の使い方、ステップを具体的に学びます。

日 6月19日(木)がワルツ基礎、7月3日(木)がワルツ応用、いずれも午後1時半～4時 場 成美教育文化会館グリーンホール 対 60歳以上で社交ダンスに関心のある方 注 先着75人 師 家泉朋美氏(元全日本グランドファイナリスト) 持 ダンスシューズ 他 動きやすい服で 主 シニアスポーツ振興事業 主 管は市ダンス連盟 日 当日会場で 同 連盟・野島 ☎090・1260・1613



親子ドッジボール大会

ドッジボールを通じて親子、地域のこどもたちと交流を深めましょう。

日 6月28日(土)午前11時～午後1時 場 スポーツセンター第1体育室 対 年長～小学生と保護者 注 先着100組 費 親子(保護者1人・こども1人)=500円 親子(保護者1人・こども2人)=800円 子どものみ=300円 持 室内履き(運動靴)、飲み物(フタ付き)、タオル 他 運動のしやすい服装で 申 電話または同センター窓口で 同 同センター ☎042・470・7900



ヨネックスバドミントンアカデミー体験教室

バドミントンの楽しさを体感し、教室の魅力に触れよう

日 6月28日(土)午後2時～4時 場 スポーツセンター第1体育室 対 年長～小学生と保護者または中学・高校生 注 先着48人 師 ヨネックスバドミントンアカデミーコーチ(数名) 費 無料 持 室内運動靴、飲み物(フタ付き)、タオル ※ラケット、シャトル持ち込みできます。 注 初心者向けの教室です 日 同センター窓口で 同 同センター ☎042・470・7900



着衣泳教室

着衣状態で水難事故が起こってしまったときの対処方法を体験します。

日 6月29日(日)午前9時15分～10時半

場 スポーツセンタープール 対 小学生以上(小学校3年生以下は保護者同伴) 注 先着20人 費 500円、別途施設使用料 持 水着、水泳帽、衣類(長袖・長ズボン)、靴(必ず洗ったものをお持ちください)、ペットボトル(1.5～2ℓ) 申 電話または同センター窓口で 同 同センター ☎042・470・7900



セタダンスパーティー

広いフロア・素敵な音楽で社交ダンスを楽しみませんか。

日 7月5日(土)午後0時半～3時50分 場 スポーツセンター 対 社交ダンス愛好家 費 参加費500円(当日集金) 持 ダンスシューズ 他 主催は市ダンス連盟 日 当日会場で 同 同連盟・野島 ☎090・1260・1613



くらし

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31日(木)午前8時半～午後5時半頃、八王子市館クリーンセンター・二ツ塚処分場・谷戸沢処分場(集合・解散=JR八王子駅南口付近) 第2回=8月5日(火)午前8時40分～午後5時40分頃、浅川清流環境組合・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3回=8月7日(木)午前9時～午後6時20分頃、武蔵野クリーンセンター・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 多摩地域に在住・在勤・在学の方 ※多摩地域在住の小学校4～6年生と保護者を推奨。 注 各回35人(応募多数の場合は抽選。抽選結果は別途通知します) 費 1人500円(昼食代、当日払い) 日 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 日 で公開される場合がありますので、ご了承ください 日 7月8日(火)正午までに(必着)。東京たま広域資源循環組合 日 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・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)⑥通勤・通学先の市町村名(多摩地域在住でない場合)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 同 係 ☎042・597・6152



同組合 日

第54回市民文化祭 参加者・参加団体募集

日 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)

※6月7日(土)・8日(日)は電話問い合わせ可。

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。

日 イベント開催日時・場所 10月18日(土)～11月23日(日・祝)、生涯学習センター他(下表参照)

日 対 市内で活動する団体および市内在住・在勤・在学の方

日 注 作品に対する破損盗難などの責任は一切負いかねます 主 応募多数の場合は、相談の上調整する場合があります

日 申 6月2日(月)～13日(金)に(必着)、市文化協会 日 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 日 または同協会窓口で取得可)に必要な事項を記入の上、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て)、日 (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)

Table with 2 columns: 日程 (Date) and 名称 (Event Name). Rows include: 10月18日(土) オープニング式典・特別公演, 19日(日) パレエ&ダンスの集い, 20日(月) 謡曲の集い, 25日(土) コーラスの集い, 26日(日) ハワイアン&フラダンスの集い, 29日(水) 大正琴演奏会, 11月1日(土) 演劇の集い, 2日(日) エンターテイナーの集い, 3日(月・祝) 邦楽の集い, 5日(水) 歌謡の集い, 8日(土) 舞踊の集い, 9日(日) 太鼓と阿波踊りの集い, 14日(金) いきいき演芸大会, 15日(土) オペラソリストの集い, 16日(日) ティーンズ音楽祭, 22日(土) 音楽の集い, 23日(日・祝) 吟剣詩舞の集い(民舞の集い)

催事部門

Table with 3 columns: 日程 (Date), 名称 (Event Name), 会場 (Venue). Rows include: 10月18日(土) 囲碁大会, 市民お茶会 (生涯学習センター), 19日(日) 社交ダンスの集い (スポーツセンター), 30日(木) 朗読の集い (市民プラザホール(市役所1階)), 11月23日(日・祝) 映画の集い, 論語の集い (生涯学習センター)

展示部門(会場はいずれも生涯学習センター)

Table with 2 columns: 日程 (Date) and 会場・種目 (Venue/Category). Rows include: 10月18日(土)・19日(日) 【ロビー】華道展, 10月21日(火)～26日(日) 【ロビー】社会を明るくする運動(ポスター・書道展), 10月29日(水)～11月3日(月・祝) 【学習室】美術展, 11月5日(水)～10日(月) 【学習室】書道展・ペン習字展・篆刻展, 11月12日(水)～16日(日) 【学習室】手工芸・盆栽・絵てがみ・高崎市文化協会様名支部作品展, 【創作室】陶芸展, 11月12日(水)～23日(日・祝) 【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。



市文化協会 日