

- ・6年度下半期の市の財政状況を公表します………2面
- ・戸籍に記載する氏名の振り仮名のお知らせを送付します…3面
- ・市職員募集………7面
- ・市民大学中期コース受講生募集………8面



## 物価高騰対応

# 若者の消費促進事業を始動! 東くるめプレミアムデジタルチケットで 市内でお得にお買い物♪

PayPayアプリから1口**4,000**円分の東くるめプレミアムデジタルチケットが**3,000**円で購入できます(プレミアム分は1,000円)。

1人5口まで申し込み可能!

① PayPayアプリの本人確認が完了済の18~39歳(令和7年4月1日時点)で市内在住の方

② 申込多数の場合は抽選により購入口数を決定します  
※お買い物は市内でPayPayが使える店舗に限ります  
※一部対象外店舗あり(詳細はPayPay☎へ)

③ 当選発表 8月1日夕方以降を予定

※メールでの通知やPayPayアプリ内で結果が確認できます。



☎▼事業について=産業政策課労政商工係  
☎042・470・7743

▼PayPayアプリについて=問い合わせ  
フォームより

利用期間

**8月1日(金)~11月30日(日)**

申込期間

**7月1日(火)~31日(木)**

申込期間内に、PayPayアプリから申込可能です。  
※詳細はPayPay☎をご確認ください。



PayPay☎



問い合わせ  
フォーム



募集中チラシ

関連イベントを2面に掲載!

## 北原俊幸昆虫標本コレクションが 新たに市の指定文化財に 指定されました

☎生涯学習課文化財係(市郷土資料室) ☎042・472・0051

昆虫標本は、東久留米市文化財保護審議会委員でもある北原俊幸氏が1953年~2019年の期間に採集したもので、同氏より寄贈されたものです。

指定日 令和7年6月6日

所在地 市郷土資料室

年代 1953年~2019年の期間で採取された個体

員数※ 625箱【46,000個体(3170種)】

※員数とは一定の個数を指します



今回指定された文化財の昆虫標本(左から順にチョウ・トンボ・カブトムシ)

この標本は、その地域で生息していた昆虫を選別せずに収集している点が特徴です。標本のおよそ半分は、多摩地域に生息していた昆虫で構成され、その70%程度は市内ではもう生息していません。そのため、この昆虫標本は、その時代に多摩地域で生息していた昆虫相を体系的に記録したものであると同時に、近年の都市化、地球温暖化、また外来生物の影響など昆虫を取り巻く自然環境や社会環境のさまざまな変化を知ることのできる記録となります。

また、多摩地域以外で採集された昆虫標本も、多摩地域の特徴を研究するための比較資料として重要なものであることから、文化財としての価値が高いものです。

東久留米市 文化財登録関連イベント 生涯学習課文化財係(市郷土資料室) ☎042・472・0051

夏の昆虫展  
～「文化財」としての昆虫～



東久留米市文化財保護審議委員の北原俊幸氏から市に寄贈された昆虫標本が市の天然記念物に指定されたことを記念した展示を実施します。

「文化財」としての昆虫標本という視点から、昆虫が暮らしていた昔の東久留米の風景写真の展示や昆虫の特色ある「体のつくり」に注目した展示となります。また開催期間には同氏による展示解説を予定しています。夏休みの思い出づくりや自由研究にぜひお越しください。

**開催期間**

7月25日(金)～8月30日(土)(日曜日、祝日を除く)

**展示場所**

市郷土資料室(わくわく健康プラザ2階)

**展示解説**

7月25日(金)・26日(土)、8月1日(金)

午前10時および午後3時から

各回先着15人

当日会場で



昔の東久留米(金山町にある神山厳島神社東側付近)の風景(1966年)



前回の昆虫展の様子

「昆虫と私」  
北原俊幸昆虫標本コレクション  
文化財指定記念講演会

北原俊幸氏が市に寄贈した昆虫標本コレクションが文化財指定されたことを記念し、50年以上にわたる昆虫採集について昆虫との出会い、採集について、昆虫からみた未来への提言を内容に講演を実施します。

**講演日時・場所**

8月2日(土) 午前10時～11時半

わくわく健康プラザ 2階集会室1

対象 小学校3年生以上の方

定員 先着20人

交通 車での来場可

申込 当日会場で



過去の様子

6年度下半期の市の財政状況を公表します

財政課 ☎042・470・7706

市では、年2回、予算の執行状況並びに市民負担の概況、財産、地方債の現在高などの財政状況を公表しています。今回は、6年度下半期(10月～3月)の状況についてお知らせします。

**一般会計・歳入歳出状況**

当初予算額は478億2,100万円でしたが、15回の補正を行いました。

予算総額	執行額	収入率
	(上段：収入済額) (下段：支出済額)	執行率
543億4,277万6千円	480億6,902万2千円	95.6%
	448億9,060万2千円	82.6%

**特別会計・歳入歳出状況**

区分	予算総額	執行額	収入率
		(上段：収入済額) (下段：支出済額)	執行率
国民健康保険特別会計	119億8,486万8千円	103億206万6千円	90.4%
		108億6,156万3千円	90.6%
後期高齢者医療特別会計	38億9,984万6千円	38億9,169万5千円	99.4%
		38億5,556万2千円	98.9%
介護保険特別会計	115億9,574万4千円	109億678万6千円	95.0%
		102億9,996万9千円	88.8%

**下水道事業会計・収入支出予算執行状況**

区分	予算総額	執行額	収入率
	(上段：収入額) (下段：支出額)	(上段：収入済額) (下段：支出済額)	執行率
収益的収支	23億2,482万8千円	22億4,177万3千円	96.4%
	22億9,059万3千円	21億1,278万3千円	92.2%
資本的収支	12億2,091万9千円	8億262万8千円	65.7%
	21億6,564万8千円	15億3,736万2千円	71.0%

**市債の状況**

道路、公園の整備や公共施設の建設など、将来その施設を利用する世代にも負担をしてもらうことが適当な事業の場合、市では事業費の一定割合を「市債」として国などから借入れを行っています。

※償還利子は金利に変更がない場合の予定額です。

現在高	区分	内訳
	現在高	一般会計
下水道事業会計		52億8,324万7千円
合計		262億1,253万4千円
償還利子	一般会計	3億1,734万7千円
	下水道事業会計	6億6,806万6千円
	合計	9億8,541万3千円

**基金の状況**

基金は、家計で言えば「預貯金」に当たるものです。多額の資金が必要となる事業に備え、財政事情を考慮しながら目的ごとに積み立てています。

区分	現在高
財政調整基金	36億2,162万3千円
その他の基金	68億6,228万1千円
合計	104億8,390万4千円

**市税負担額の状況**

市の財源は、皆さんが納めている市税のほか、国や都からの支出金などによって構成されています。

一人当たり	15万3千円
一世帯当たり	31万2千円

**公有財産の状況**

公有財産とは、市が所有する不動産や動産などを言います。

区分	面積および箇所数
土地	59万5,562.54㎡
建物	19万8,070.33㎡
工作物	1,647箇所

※各計数は原則として表示単位未満四捨五入のため、合計等に一致しない場合があります。

※予算総額に対する執行率はいずれも7年3月末日現在のものです。1年間の決算は、現金の未収・未払いの整理を行うために設けられている「出納整理期間(4月1日～5月31日)」後に確定します(下水道事業会計を除く)。





### 7年度国民健康保険 税納税通知書の発送

4月～8年3月の加入月数分を計算した7年度の国民健康保険税(国保税)納税通知書を7月11日(金)に発送します。納付書や口座振替(普通徴収)、年金天引き(特別徴収)のいずれかでの納付となります。

◎特別徴収の対象になる方  
世帯内の国民健康保険被保険者全員が65～74歳であるなど、一定の条件に該当する場合、国保税は特別徴収となります(一部例外あり)。

なお、今年度から特別徴収の対象になる方は、第3期まで普通徴収となり、10月から特別徴収が開始されます。

### ◎特別徴収から口座振替への変更

納付方法を特別徴収から口座振替に変更することができます。7月31日(木)までの手続きで、10月の特別徴収を中止し、10月末から口座振替となります。8月1日(金)以降の手続きは、12月以降から中止となります。

### ◎これまでの納付状況から、口座振替への変更が認められない場合があります。

健康保険被保険者の資格が確認できる書類②口座の届出印③口座振替依頼書または金融機関のキャッシュカード(暗証番号が必要です)※②・③は国保税の口座登録がない方のみ必要です。

※お支払いいただく国保税の総額は変わりません。

### ◎国保税の軽減

国保税は住民税のような非課税制度ではありませんが、所得の少ない方も、応益割(均等割)の国保税を負担することから、軽減措置が設けられています。軽減等の詳細は納税通知書に同封するパンフレットや市庁などからご確認ください。国保財政の健全な運営にご理解ご協力をお願いします。

国保課 年金課 国民健康保険係  
☎042・470・7733



### 7年度後期高齢者医療 保険料決定通知書兼納 付(納入)通知書の送付

後期高齢者医療制度は、75歳以上(障害認定を受けている方は65歳以上)の方が対象です。7年度の後期高齢者医療保険料決定通知書兼納付(納入)通知書(以下、通知書)を、7月11日(金)に送付します。

保険料の納め方は、年金天引き(特別徴収)と、納付書や口座振替で納めていただく普通徴収があります。通知書の表紙に「今回の納付(納入)方法」を記載していただきますので、ご確認ください。

### ◎年金天引きから口座振替への変更

保険料の納付方法は、年金天引き(特別徴収)が原則ですが、口座振替に納付方法を変更することができます。7月31日(木)までの手続きで、10月の特別徴収を中

止し、10月末から口座振替となります。8月1日(金)以降の手続きは、12月以降から中止となります。

### ◎手続に必要なもの①資格

確認書または後期高齢者医療被保険者証②口座番号が分かるもの(預金通帳など)または金融機関のキャッシュカード(暗証番号が必要)③通帳届出印

※②・③は後期高齢者医療保険料の口座登録がない方のみ必要です。

国保課 年金課 高齢者医療係  
☎042・470・7846

### 後期高齢者医療資格 確認書の送付

現在お持ちの保険証(青色)もしくは資格確認書(オレンジ色)の有効期限は7月31日(木)です。8月1日(金)から使用する資格確認書(藤色)は、マイナ保険証の保有状況に関わらず、7月末日までに特定記録郵便で送付します。有効期限は8年7月31日(金)までの1年間です。

7年7月31日(木)までは現在の保険証(青色)または資格確認書(オレンジ色)を使用しますので、それまでは破棄しないようお願いいたします。8月1日(金)を過ぎても資格確認書が届かない場合は、保険年金課高齢者医療係までお問い合わせください。有効期限が切れた保険証(青色)もしくは資格確認書(オレンジ色)は、8月1日(金)以降に自身で破棄してください。

市では、マイナンバーカードを初めて取得される方に対し、市職員が企業・施設・地域団体などへ訪問し、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。

### 固定資産税(家屋)調 査等にご協力を

### 家屋調査について

8年1月1日に新築や増築した家屋を対象に、固定資産税・都市計画税の基となる評価額を算出するため、家屋調査を行います。調査を行うときは、事前に文書で連絡します。

### 市内巡回について

課税対象家屋を把握するため、市職員が市全域を巡回します。新築、増築または取り壊しによって課税台帳との差異がある場合には、戸別に調査を行います。

※調査時には、「固定資産評価補助員」に選任された市職員が徴税吏員証を所持し訪問をしますので、ご協力をお願いします。

### 所有している家屋に変更等 があった場合の連絡について

所有している家屋が次の①～③に該当する場合は、課税課家屋資産税係☎042・470・7777(内線2342)へご連絡ください。

- ①建物の全部または一部を取り壊した場合②増築した場合③未登記家屋で相続・売買・その他の理由により所有者を変更した場合

### 7年度マイナンバー カードの出張申請 (団体向け)

市では、マイナンバーカードを初めて取得される方に対し、市職員が企業・施設・地域団体などへ訪問し、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。

対次の要件を全て満たす団体・申請者でおおむね5人以上の申請が見込まれること

※予約状況などによりご希望に添えない場合があります。詳細はお問い合わせください。

### 団体要件

▼申し込み団体において受付会場、市が持参する機器等を利用する電源の準備ができること▼申込団体が出張申請希望者に対し、必要書類の事前配布、案内等ができること

▼申請者要件▼東久留米市に住民登録がある方▼マイナンバーカードの申請を初めて行う方▼申請する本人が実施会場に会場できること(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)▼最新の氏名、住所等が記載された本人確認書類を持参できる方

国市民課住民記録係☎042・470・7722



### 児童扶養手当を振り 込みます

5月・6月分の児童扶養手当を指定預金口座へ振り込みます。

### 振込予定日 7月11日(金)

※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。

国児童青少年課助成支援係  
☎042・470・7736

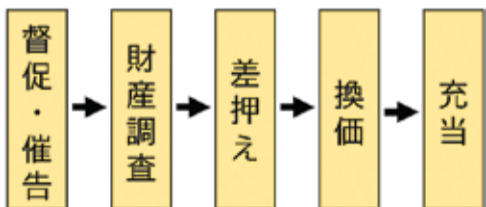
## 納期内納付にご協力ください

国納税課納税係☎042・470・7730

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・スマホ決済などでできます。詳細は市庁をご覧ください。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。

### ■市税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あります。また、督促状などを送付しますが、それでも納付がない場合には勤務先へ給与状況など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、国税徴収法などに基づく差押えを執行し、差押えた財産は、公売、取立により換価(換金)し、未納の税金に充当します。



滞納処分の流れ



市庁 (市税の納付)

### 夜間・休日納付相談窓口

夜間・休日納付相談窓口を開設し、納付相談のほか、市税などの納付を受け付けます。納付相談は事前連絡があるとスムーズに進みますので、来庁日時をご連絡ください。納付書の再発行もできます(一部を除く)。

日▼休日窓口=7月26日(土)・27日(日)午前9時～午後1時  
▼夜間窓口=7月31日(木)午後8時まで

場納税課(市役所2階)

注▼口座振替の手続きおよび納税証明書の発行はできません▼保育園保育料、保育園副食費、学童保育所費は、納付書を持参していただければ領収します(納付書の再発行はできません)



市庁 (夜間・休日窓口)

### 自動音声電話・SMSを利用した 納付催告を行っています

税負担の公平性および税収入を確保するため、納期限を過ぎても納付確認のできない方に対して、自動音声による電話催告のほか、SMS(ショートメッセージサービス)による催告を実施しています。詳細は市庁をご覧ください。



市庁 (自動音声による電話催告)

注納付確認に日数を要することから、すでに納付された方に対しても行き違いで発信される場合があります。また、この催告で、次のような内容を案内することはありませんので、ご注意ください。

- ▼特定の金融機関や口座への振り込みをお願いしますこと
- ▼ATM(金融機関やコンビニエンスストア等の現金自動預払機)の操作をお願いしますこと
- ▼通帳やキャッシュカードを預けるようお願いをすること
- ▼SMS内に特定のサイトやコンテンツへ誘導するリンクを含むこと



(5面から続く)

7月1日～8月31日は寄附禁止強化期間

政治家が選挙区内の人や団体にお金や物を贈ること、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「三不運動」を皆さんで徹底し、明るい選挙を実現しましょう。

※ここでの「政治家」とは、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まれます。選挙管理委員会事務局 ☎042・470・7790



東久留米市子ども・子育て会議市民委員募集

同会議では、子育て支援の施設事業者や子どもの保護者をはじめ、学識経験者、関係行政機関の職員などと共に、市の子ども・子育て支援に関する施策に係る事項などの審議をします。

任期2年

応募資格 市内在住かつ満18歳以上で、ごども・若者支援、子育て支援に関心があり、平日夜間7時からの会議に出席できる方

募集人数2人

報酬 市条例の規定により支給

給 申7月21日(祝)までに申し込みフォームで

※応募書類を基に選考し、結果を通知します。提出された書類は返却しません。ごども家庭センターごども政策係 ☎042・420・6741



国勢調査の調査員を募集しています

募集の詳細は市HPをご覧ください。



募集期間 7月中旬まで(定員に達し次第受付終了) 活動期間 9月上旬～11月上旬

※おおむね20歳以上で健康な方、警察・選挙に直接関係のない方、暴力団およびその関係者ではない方

①説明会に参加②担当調査区の巡回および書類の作成③調査票等の配布④未回答世帯への回答依頼⑤調査関係書類の整理および提出

報酬1調査区約40～70世帯で、原則2～3調査区を担当。1調査区約3万5千円程度(予定)

市HPの申し込みフォーム

または直接総務課(市役所4階)で申込書を記入。その後、面接を経て登録が完了となります

同課統計調査担当 ☎042・470・7810

集団回収実施報告書の提出

市では、あらかじめ市に登録した団体が、対象の資源物(新聞・雑誌・段ボール・古布・アルミ缶など)を市の登録業者に引き渡した場合、その回収量に応じて報奨金を交付し活動を支援しています。報奨金の交付には、集団回収実施報告書の提出が必要です。今回対象となるのは、令和7年1月～6月に実施した分の報告書です。

対象団体 市に団体登録している自治会・PTA・マンションの管理組合・社会福祉法人・NPO団体など

必要書類 ①集団回収実施報告書(市役所提出用) ②前年(7年3月)の報奨金交付時から団体登録の内容に変更があった場合は「団体登録変更届」、報奨金の支払い口座の内容に変更があった場合は「支払口座座替変更届」

提出期限・方法 7月31日(休)までに必要書類をごみ対策課(八幡町2-10-10)宛て郵送または直接同課へ

同課 ☎042・473・2117

第43回市民みんなのまつりの開催が決定しました

7年度市民みんなのまつり(農業祭・商工祭)の日程が決まりましたのでお知らせします。内容については決まり次第、広報紙などでお知らせします。また、広報8月1日号で吹奏楽・合唱・創作ダンスなどのパフォーマンスを、市役所ステージまたは東久留米駅西口路上ステージで行う参加者を募集予定です。

11月15日(土)・16日(日) 東久留米駅西口から市庁舎までの「まろ」に富士見通り、市民プラザ、市民ひろばなど

産業政策課振興企画係 ☎042・470・7743

職員募集

会計年度任用職員募集

募集の詳細は市HPをご覧ください。



◎児童厚生指導員(会計年度任用職員・専門職) 任用期間 8月1日～8年3月31日(終了後再度任用の場合あり)

勤務時間 月曜～土曜日、月12～4時間、午前8時15分～午後7時の間で4～7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

勤務場所 市内学童保育所 募集人数 若干名 報酬月額 22万4170円

応募資格の有無

募集説明会 7月7日(月)午前11時から(30分程度)・501会議室

申込期間 7月14日(月)まで

市教育委員会は、「児童介

助員」の名簿登録を受け付けています。市立小・中学校で介助を要する状況が生じた場合に、登録されている方の中から随時指導室における面接を経て、会計年度任用職員として採用します。登録順にご紹介するものではありません。また、状況によりご紹介できない場合もありません。詳しくは市HPをご覧ください。

◎自衛官候補生(現場で働くスペシャリストになりました)

応募資格 18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在33歳に達していない方)

受付期間 7月1日(火)～9月2日(火)

試験日 一次試験は9月13日(土)～21日(日)の内、指定する一日

◎自衛官候補生(現場で働くスペシャリストになりました)

試験日 一般・一次試験は11月1日(土)、推薦、総合選抜については受付時にお知らせします

◎防衛医科大学(医師、看護師)のコース

試験日 一次試験は9月20日(土)または27日(土)(受付時の本人の希望により決定)

◎防衛大学校(幹部自衛官になるコース)

試験日 18歳以上21歳未満の方で高卒者(見込含む)

受付期間 7月1日(火)～10月16日(木)

市役所1階

国武蔵野民事調停協会事務局(清水法律事務所) ☎03・5332・5108(月曜～金曜日の午前10時～午後5時)

7年度自衛官等の各種試験案内

◎一般曹候補生(現場で働くスペシャリストになりました)

試験日 一次試験は9月13日(土)～21日(日)の内、指定する一日

◎自衛官候補生(現場で働くスペシャリストになりました)

試験日 一般・一次試験は11月1日(土)、推薦、総合選抜については受付時にお知らせします

◎防衛医科大学(医師、看護師)のコース

試験日 一次試験は9月20日(土)または27日(土)(受付時の本人の希望により決定)

◎防衛大学校(幹部自衛官になるコース)

試験日 18歳以上21歳未満の方で高卒者(見込含む)

受付期間 7月1日(火)～10月16日(木)

市役所1階

「東久留米市暮らしの便利帳」を全戸配布します

秘書広報課広報係 ☎042・470・7708



市の行政サービスや市役所で行う手続き、各公共施設の案内など、日々の生活に役立つ情報を掲載した「東久留米市暮らしの便利帳2025/2026年度版」を作成しました。7月下旬までに市内の全戸に配布予定です。ぜひ、お手元に置いてご利用ください。

柳泉園組合の不燃・粗大ごみ処理施設内で火災発生

5月31日午前1時10分頃、柳泉園組合の不燃・粗大ごみ処理施設建屋小型家電置き場で火災が発生しました。組合に搬入された小型家電の一時保管場所から出火したもので、人的被害はなく、施設の損傷も軽微で搬入に影響はありません。柳泉園組合では、二次電池は適切に放電処理をしておりますが、解体が困難な小型家電については、組合内で放電処理ができません。一定の量を保管して処理業者に搬出してまいります。

今後は一時保管方法等の見直しを行い、再発防止に努めてまいります。

ごみ対策課 ☎042・473・2117

柳泉園組合の不燃・粗大ごみ処理施設内で火災発生

ごみ対策課 ☎042・473・2117

ごみ対策課 ☎042・473・2117



## 市職員募集

☎職員課 ☎042・470・7716

8年1月1日および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、各表の通りです。その他受験資格などは、市HPおよび募集要項(市HPに掲載)をご確認ください。

申込受付期間 7月1日(火)～29日(火)

申込方法 市HPから申し込みを



市HP

### 令和8年4月1日以降採用

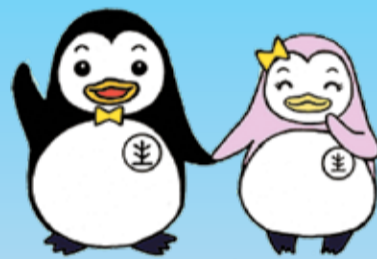
職種	試験区分	募集人数
一般事務	I類(大学卒程度)	全職種合わせて 20人～30人程度
	II類(短大卒程度)	
	III類(高校卒程度)	
一般事務(障害者)	I類(大学卒程度)	
	II類(短大卒程度)	
	III類(高校卒程度)	
一般事務(ICT)	I類(大学卒程度)	
一般事務(福祉)	I類(大学卒程度)	
土木技術・建築技術	I類(大学卒程度)	
	II類(高専卒程度)	
	III類(高校卒程度)	
土木技術・建築技術(主任採用)	I類(大学卒程度)	
看護師(保育園)	—	
保健師	—	
カムバック採用	—	

### 令和8年1月1日以降採用

職種	試験区分	募集人数
一般事務(経験者)	I類(大学卒程度)	全職種合わせて 10人～15人程度
一般事務(ICT)	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	I類(大学卒程度)	
土木技術・建築技術(主任採用)	I類(大学卒程度)	
看護師(保育園)	—	

## 第75回“社会を明るくする運動” 市民のつどい・音楽祭

☎福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749



7月は“社会を明るくする運動”の強調月間です。この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くための全国的な運動です。市では市長が推進委員会委員長となり、地域の皆さんや保護司会、更生保護女性会、小・中学校長会、地区青少協など関係団体の協力を得て、広報活動を行います。

☎7月12日(土)午後1時から(0時40分開場予定)

☎生涯学習センター

☎▼第1部「市民のつどい」(午後1時～2時)

主催者および来賓者あいさつ、更生保護の動画上映

▼第2部「音楽祭」(午後2時～4時半頃)

☎出演予定団体 神宝小学校わかば学級(和太鼓)、第七小学校(合唱)、西中学校・南中学校合同による合唱、中央中学校和太鼓部、久留米中学校吹奏楽部、東久留米市民吹奏楽団

☎定500人

☎車での来場はご遠慮ください

☎他来場者には記念品を贈呈します

### “社会を明るくする運動” に関する作品募集

同運動の啓発のため、次の通り作品を募集します。詳細は各学校を通じてお知らせします。応募いただいた方には記念品をお贈りします。

■書道・ポスター(絵画)

市内中学生の皆さんを対象として、この運動の理解を深めることを目標に書道および絵画作品を毎年募集しています。応募作品は、秋の市民文化祭などで展示する予定です。

■作文コンテスト

市内小学生・中学生の皆さんを対象として作文を募集します。テーマは、家庭生活、学校生活などの中で体験したことをもとに、犯罪や非行のない地域社会づくりや犯罪や非行をした人の立ち直りについて、考えたことや感じたことを書いてください。

## 市民伝言板

### 会員募集

◆東久留米市スポーツウエルネス吹矢協会 = ☎毎週金曜日午前9時～11時10分 ☎スポーツセンター ☎入会金1,000円、会費1回200円 ☎日本S W吹矢協会式腹式呼吸法による健康維持期待。年齢性別問いません。気楽に参加ください ☎土屋 ☎090・3314・0902

◆NPO中国健康法普及協会 = ☎毎週月曜～土曜日午前9時～9時半(雨天中止) ☎あじさい公園 ☎入会金1,000円、会費年2,000円 ☎健康増進のためストレッチ、練功十八法、中国ラジオ体操 ☎滝島 ☎090・3216・0873

◆東久留米ファイターズ = ☎毎週火曜日 正午～午後3時 ☎南町運動広場 ☎入会金

1,000円、会費年6,000円 ☎年齢男女不問。切磋琢磨、和気あいあいプレーを楽しんでいます ☎藤田 ☎042・477・6055

◆歴史を語る会 = ☎隔月1回。基本的に金曜日午後1時～3時 ☎生涯学習センター ☎会費1回600円 ☎次回は7月18日(金) 演題は大航海時代③「マゼラン」講師は近藤幸徳氏 ☎飯澤 ☎090・4172・3514

◆NPO法人アクトラスト(健康麻雀) = ☎毎週月曜日午前10時～午後5時 ☎特別養護老人ホームみどりの丘 ☎会費1回100円他 ☎手と頭の体操!健康麻雀!初心者大歓迎!麻雀大会や4連勝に景品 ☎マスタ ☎080・4670・1110

◆滝山青葉会(囲碁の会) = ☎毎週月曜～土曜日 ☎西部地域センター ☎無料 ☎予約不要。初心者から高段者まで歓迎。リーグ戦年3回、1日大会年2回 ☎井上 ☎090・2144・7281

### 催し

◆チャリティコンサート歩む2025 夏の第九(NPO法人日本視神経脊髄炎患者会) = ☎7月21日(月)祝午後2時開演 ☎学校法人自由学園記念講堂 ☎チケット3,000円(全席自由) ☎コンサートの収益金は全額、患者とそご家族を応援する活動のために使用します ☎坂井田 ☎080・3596・0141

◆古代史講演会「科学が解き明かした邪馬台国」(謎解き歴史Club) = ☎7月24日(木)午後2時～4時半 ☎市民プラザホール(市役所1階) ☎参加費500円 ☎講師古代史研究家土田章夫氏。最新の研究成果を踏まえ邪馬台国宮崎説を語ります ☎斎藤 ☎090・7235・4649

◆あなたとわたしのワークショップ#3 にじのぼ2025(にじメディア制作委員会) = ☎全4回。7月26日・8月23日・9月

27日・10月25日いずれも土曜日午前10時～午後5時 ☎さいわい福祉センター ☎無料 ☎障害の有無を超えた参加者の好きを表現するワークショップ。参加者募集 ☎齋藤 ☎042・458・0712

◆第32回わくわく川掃除&川あそび(わくわく川掃除&川あそび実行委員会) = ☎7月27日(日)午前10時～午後4時 ☎黒目川沿い「小山れんげ公園」(小山2丁目先) ☎無料 ☎午前中黒目川の清掃、午後は魚とりやタイヤボート乗り等の川あそび ☎豊福 ☎042・475・7643



暮らし

夏休み学習室

夏休み期間中、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。夏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 7月19日(土)～8月31日(日)午前9時～午後6時 ※7月28日(月)、8月25日(月)は休館日 生涯学習センター学習室 小学生以上(一般の方もご利用可。未就学児のご利用はお断りしています) 無料 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。利用可能日程の詳細は、同センター 同センター内掲示で確認できます 期間中に直接同センター窓口へ 同センター ☎042・473・7811(第



同センター

4月曜日を除く午前9時～午後9時)

「子どもと大人の体験塾朗読劇」参加者募集

朗読劇のテーマは「戦争と平和」一九四五年八月のヒロシマ・ナガサキと、西東京の空から現代を考えます。平和学習と共に本格的な演劇が体験できます。プロと一緒に基礎から練習し、最後はホールで発表しましょう。詳細は市文化協会をご覧ください。

日 練習日 = 7月20日(日)・8月3日(日)・10日(日)・17日(日)が午前9時～正午、7月25日(金)が午後6時～9時 前日リハーサル = 8月23日(土)午後1時集合 舞台発表 = 8月24日(日)午後1時集合(最終リハーサル)。午後6時半から舞台発表(本番) 生涯学習センター 練習日のうち3日以上と前日リハーサル・舞台発表に参加可能な市内在住・在学(小学生以上)・

在勤の方 眞喜志康壯氏(演劇ひろば) 小学生～大学生2,000円、大人5,000円(親子参加の場合は、子ども500円) 7月20日(初回)はできる限り出席を 主催は同協会、後援は市 7月18日(金)までに(必着)、郵送(通常はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢(学生の場合は学校名と学年)・性別・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23生涯学習センター内、同協会事務局「体験塾」係宛て)、または市文化協会 042・477・4700(第4月曜日を除く、平日の午前9時～午後5時)、または眞喜志 ☎070・6468・3179



同協会

市民自主企画講座「100歳時代の健康寿命対策～薬と健康」

市販薬、処方薬、サプリメントの

飲み合わせや間違った服用を避ける方法、また、かかりつけ薬局を相談窓口としてどう利用するかなどについて分かりやすくお話しします。

日 8月12日(火)午後2時～4時 西部地域センター第2・第3講習室 市内在住・在勤・在学の方 先着50人 米澤一郎氏(三共薬品代表取締役、薬剤師) 筆記用具 企画運営はボランティアグループ滝山の絆、主催は市教育委員会、主管は市文化協会 7月1日(火)～31日(木)に、電話、FAX(講座名・氏名・住所・年代・電話番号を記入の上、同協会宛て送信)、または市文化協会 同協会 042・477・4700(FAX同。電話受付は第4月曜日を除く平日の午前9時～午後5時)へ



同協会



東久留米市スポーツセンター プール一時閉鎖について

生涯学習課 ☎042・470・7784  
スポーツセンター ☎042・470・7900

東久留米市スポーツセンターのプールの安全確認調査のため、6月11日より一時閉鎖しています。今後の予定などについては、市などで適宜お知らせします。

※プール以外の施設につきましては通常通り利用できます。

1 閉鎖期間

天井の安全確認が完了するまで



市

2 今後の予定

7月上旬に調査を行い、調査結果が出るまで約1カ月を見込んでいます。この間のプール利用は中止となります。安全性が確認でき次第、プール利用を再開しますが、改修などが必要となった際は、この期間を含め閉鎖を継続します。

相原農園(農家開設型市民農園)の利用者募集

産業政策課農政係 ☎042・470・7743

相原農園は、市が開設する市民農園と異なり、農業者が開設運営している農家開設型市民農園です。土に親しみ、野菜作りを楽しみます。

所在地等 相原農園(中央町5-2-11)

区画面積 1区画約20㎡

利用期間 9月1日～10年7月末。ただし、契約更新は毎年度行います

野菜作りに熱意のある方 47区画(応募多数の場合、抽選)

1区画当たり年額1万円。ただし、農具、肥料、種、苗等その他耕作に必要なものは利用者の自己負担です

応募は1世帯につき1区画

水道設備有。駐車場がありませんので、徒歩または自転車、公共交通機関で来られる方のみ利用できます

7月1日(火)～15日(火)に(必着)、必要事項を記入した申込書(産業政策課窓口(市役所6階)および市で配布)と110円分の切手を貼った長3封筒(申込者の住所・氏名を記入)を添えて、郵送(〒203-8555、市役所産業政策課農政係宛)、または直接持参(開庁時(正午～午後1時を除く))してください



市

市民大学中期コース受講生募集

学びを通して暮らしと文化を高めよう

市文化協会事務局  
☎042・477・4700



同協会

市民大学中期コース日程表

9月3日～12月10日の水曜日午前10時～正午 生涯学習センター他 講義・見学 市内在住・在勤・在学で、講座に10回以上出席できる方 50人(応募多数の場合は7月24日(木)午後1時半から市文化協会で抽選) 右表参照 3,000円(見学参加費1,000円などは別途自己負担) 筆記用具 駐車場に限りがありますので、バスなどのご利用をお勧めします 7月1日(火)～18日(金)に(必着)、郵送(通常はがきに住所・氏名(ふりがな)・年代・性別・電話番号を記入の上、〒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「市民大学中期コース」係宛て) または同協会 無料公開講座(内容は右表参照) 9月17日(水)、11月19日(水)・26日(水) 手話通訳あり 当日会場

回	月日	区分	内容	講師等(敬称略)
1	9月3日	開講	開講式・オリエンテーション	市民大学運営委員会
2	9月10日	講義	プラスチックの現実と未来へのアイデア	高田秀重(東京農工大学 農学部教授)
3	9月17日	公開講座	短歌を一生の相棒に！～始めるなら今です	笹公人(歌人・令和4年度「NHK短歌」選者)
4	9月24日	講義	「人生100年時代を生きる」～ゲームでコミュニケーション～	山口博美(元聖マリアンナ医科大学非常勤講師、元秋草学園短期大学准教授)
5	10月1日	講義	琵琶入門講座～語り物とともに	坂田美子(琵琶奏者)
6	10月8日	講義	コミュニティを広告する～地域メディアの役割と実際～	高橋靖(TOKYO854 くるめ代表)
7	10月15日	講義	輝くプラズマの世界	篠原俊二郎(東京農工大学名誉教授・理学博士)
8	10月22日	講義・見学(自由学園)	記憶を辿る旅～水俣・アウシュヴィッツ・能登～	咲花昭嗣(自由学園最高学部准教授・高等部教員)
9	10月29日	見学会	蚕糸科学技術研究所&牛久大仏見学 昼食会場：道の駅常総	市民大学運営委員会
10	11月12日	講義	インドの国技・カバディと僧侶の私	櫛笥亮恵(アジア大会銅メダリスト・宝泉寺住職)
11	11月19日	公開講座	人口減少、トランプ2.0時代の日本経済～子や孫の世代に何を引き継ぐか	山本謙三(元日本銀行理事)
12	11月26日	公開講座	稲盛哲学と西郷精神に学ぶ	廣嶋育子(デザイン事務所CRECER)
13	12月3日	講義	新型コロナパンデミック概観 インフルエンザとの違い	井上栄(国立感染症研究所名誉所員)
14	12月10日	閉講	意見交換会・閉講式	市民大学運営委員会

※時間は原則午前10時～正午、見学は終日。

※会場は原則生涯学習センター。第8回は自由学園校内。第3回・第11回・第12回は生涯学習センターホール。

文化

市民プラザ アフタヌーンコンサート

よみがえる名曲ピアノ弾き語りコンサート。
7月12日(土)午後2時～3時(1時半開場)
場市役所1階屋内ひろば



東部演芸館「なごえりコンサート」フォークソング・コンサート

7月27日(日)午後2時～3時半
場東部地域センター講習室
和/Nagomiと絵里によるフォークソング&トークのひと時!

お日さまサンサンフェスティバル 障害のあるこどもたちの参加を



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。生涯学習センターにたくさんの遊び

のコーナーを用意して皆さんをお待ちしています。

8月22日(金)▼午前の部=午前10時～正午▼午後の部=午後1時～3時
(入れ替え制。どちらかを選んでお申し込みください)

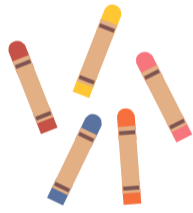


同協会

ボランティア募集
同フェスティバルに協力していただけるボランティアを募集します。活動内容は、遊びコーナーでの見守りなど、こどもたちが安全に楽しく遊ぶことができるためのサポートです。

市民プラザ アートボランティア シップ大募集～はじまります。新しいボランティアのカタチ～

平日の夜間・市役所の屋内ひろばのガラス壁面に、魔法のクレヨン・キットパスを使ったアートに挑戦するアートボランティアのクルー(=メンバー)を募集します。



絵は、自由に描け、そのまま展示されます。10月からスタート。

場市役所1階屋内ひろば
16歳～25歳
7月3日(木)午前10時～9月26日(金)に電話または市民プラザ窓口

スポーツ

ジュニアクライミング体験教室

7月1日・15日、8月5日・19日、9月2日のいずれも火曜日午後6時45分～8時15分
場スポーツセンター第1体育室

クライミング体験教室

7月8日(火)、8月12日(火)午後7時～9時
場スポーツセンター第1体育室

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。
7月12日(土)午前10時～午後4時



市

ドッジビー、フラフープ、なわとび)
他費100円(未就学児無料)
室内履き(運動靴)
1人での参加可。

第54回ソフトテニス市内団体戦

7月20日(日)午前8時半受け付け(予備日7月21日)
場市立テニスコート(西中学校)
一般男子、一般女子(いずれも3組で1チーム)



スポーツセンター 早朝営業のお知らせ

7月28日(月)～8月24日(日)営業時間
月曜日～金曜日は午前6時～午後11時、土曜・日曜日・祝日は午前6時～午後9時半



普通救命講習 (スポーツセンター主催)

8月25日(月)午前9時半～午後0時半
場スポーツセンター会議室
心肺蘇生法、AED(自動体外除細動器)の使用法、窒息の手当て、止血法

令和7年度文化庁伝統文化親子教室
令和7年度文化芸術振興費補助金を活用し、次の教室を開催します。
表: 教室名(実施団体), 内容, 開催日時, 場所, 対象, 定員, 持ち物, 費用, 申し込み

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。

■本村小学校(屋内)

日 7月15日(火)午後4時～5時半 場 体育館 内 外国スポーツで楽しもう～モルック～ 対 小学生

■小山台遺跡公園(屋外)

日 7月19日(土)午前10時～正午 内 たのしいお水遊び 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 注 徒歩か自転車由来場を 食 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 内容を変更する場合あり 当日会場で 児童青少年課児童青少年係 042・470・7735

和太鼓ワークショップ

毎月開催している放課後講座の特別版として、「まろにえ祭り2025」内で和太鼓ワークショップを開催します。ワークショップの成果を最後にパフォーマンスステージで披露します。

日 7月27日(日)午前10時～11時半がワークショップ、午後からホールでパフォーマンスを実施(予定) 場 生涯学習センター 対 どなたでも(未就学児は保護者同伴) 定 先着30人 師 井上玲子氏(楽鼓代表) 費 500円 持 タオル、飲み物 他 動きやすい服装で 日 7月1日(火)午前9時から電話(042・473・7811)または直接同センター(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ 同センター



図書館

7月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は15日(火)も休館です。 同 中央図書館 042・475・4646

展示「東久留米の戦争の記憶をたずねて～軍事施設と空襲～」

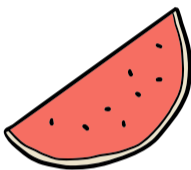
今年は戦後80年です。市内には「陸軍北多摩通信所」や「海軍大和田通信隊」「武蔵野鉄道引き込み線」など多くの戦争遺跡があります。これらの遺跡や市内の空襲被害を図書館資料や郷土資料室の写真などで紹介します。

日 7月16日(水)～9月15日(月・祝)の午前9時～午後7時(休館日を除く) 場 中央図書館2階展示コーナーおよび調査・資料室 同 042・475・4646

2025なつのシールラリー

おすすめの本のリストと「シールラリーカード」を市内全図書館で配布します。たくさん本を借りて読んだり、イベントやおはなし会に参加してシールを集めよう。

日 7月19日(土)～8月31日(日)の午前9時～午後7時(休館日を除く) 対 幼児～小学生 同 中央図書館 042・475・4646、滝山図書館 042・471・7216、ひばりが丘図書館 042・463・3996、東部図書館 042・470・8022



よもう!あそぼう!かがくのほん「しおとさとう」

実験と科学の絵本の読み聞かせイベントです。テーマは「しおとさとう」。見た目のよく似た2つの調味料の違いを、楽しい実験を通して確かめます。

日 7月27日(日)午前10時半～11時半 場 中央図書館1階北開架室 対 小学生 定 先着15人 持 筆記用具 他 協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとはんと」

日 7月1日(火)～26日(土)に電話または同館カウンターで(休館日を除く) 同 042・475・4646



おもしろいけどちょっぴりこわいこわ～いおはなし会

日 8月3日(日)午前10時～11時、11時15分～午後0時15分 場 西部地域センター3階第2・3講習室 内 夏に聞きたい少しこわい絵本の読み聞かせとプラバンの工作をします。各回同じ内容です 対 幼児～小学校低学年(保護者同伴可) 定 各回先着15人(保護者を除く) 注 車での来場不可 日 7月1日(火)～8月2日(土)に電話または滝山図書館カウンターで(休館日を除く) 同 042・471・7216

親子で楽しむ読書感想文

保護者が子どもにインタビューしながら感想を引き出し、感想文を作り上げます。

日 8月3日(日)午前10時～11時半 場 中央図書館1階北開架室 対 小学1・2年生と保護者 定 先着15組 師 藤田利江氏(全国学校図書館協議会学校図書館スーパーバイザー) 持 筆記用具、感想文を書きたい本 注 必ず保護者同伴で参加を。感想文を書きたい本を事前に親子で読んでください 日 7月1日(火)～8月2日(土)に電話または同館カウンターへ(休館日を除く) 同 042・475・4646



親子で調べる学習にチャレンジ!

調べる学習の進め方を親子で学んでみませんか。

日 8月3日(日)午後1時半～3時 場 中央図書館1階北開架室 対 小学1・2年生と保護者 定 先着15組 師 藤田利江氏(全国学校図書館協議会学校図書館スーパーバイザー) 持 筆記用具 注 必ず保護者同伴で参加を 日 7月1日(火)～8月2日(土)に電話または同館カウンターで(休館日を除く) 同 042・475・4646

めっちゃお話をYoZe!!

紙芝居の絵や本の表紙などをヒントに参加者が新しいストーリーを考えて発表し合うイベントです。お話を作る楽しさを味わってみませんか。

日 8月9日(土)午後2時～4時 場 中央図書館1階北開架室 対 小学3年生以上 定 先着15人(小学生、中学・高校生世代、大人各5人程度) 日 7月1日(火)～8月7日(木)に電話または同館カウンターで(休館日を除く) 同 042・475・4646

調べ学習 不思議大発見! 「飛び出すカードからのびっくり大発見」

絵本作家の山本省三氏を迎えてお話を伺い、著書の「動物ふしぎ発見」シリーズと「もしも～くらしたら」シリーズに出てくる動物や恐竜、乗り物の特徴やひみつを調べながら、飛び出すカードを作ります。

日 8月9日(土)午後2時～4時 場 南部地域センター2階講習室1・2 対 小学3年～6年生 定 先着20人 師 山本省三氏(絵本作家・一般社団法人日本児童文芸家協会理事長) 持 筆記用具 注 車での来場不可 日 7月1日(火)～8月7日(木)に電話または直接ひばりが丘図書館カウンターで(休館日を除く) 同 042・463・3996

第3回 東久留米市「図書館を使った調べる学習コンクール」

身近な疑問や不思議に思うこと、興味があることを図書館で調べて、分かったことをまとめて作品にしよう。

対 市内在住・在学の小・中学生 他 詳細は図書館HPをご覧ください 日 9月1日(月)～21日(日)に作品を各図書館のカウンターへ持参を(休館日を除く)。市立小・中学校の児童・生徒は学校の担任に提出してください 同 中央図書館 042・475・4646



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歳から3歳くらいのお子さんとお楽しむプラネタリウムです。

日 7月17日(土)午前10時半～11時、11時半～正午 場 多摩六都科学館(西東京市芝久保町5-10-64) 対 0歳～3歳くらいの乳幼児とご家族 定 各回先着234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) 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 他 次回は9月5日(金)です 日 当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売 同 042・469・6100



榛名だより

本市と群馬県高崎市榛名地域は地域間交流を行っています

第13回榛名湖マラソン

高崎市を代表する風光明媚な観光地「榛名湖」を舞台に、日本一標高の高い日本陸上競技連盟公認コースを走るフルマラソン大会が、9月28日(日)に開催されます。

コースは標高1,000メートルを超える高地で、高低差のある周回コース。過酷なレースですが、美しい榛名湖と豊かな自然を楽しみながら挑戦していただけます。

また、榛名地域特産の果物やスイーツ、大会名物のカレーなどを提供するエイドステーションが大変好評です。ただいまエントリー受付中で、8月3日(日)までに、大会HPからお申込みください。

日 榛名湖マラソン実行委員会事務局 027・374・6715 (土曜・日曜日・祝日を除く午前8時半～午後5時15分)

(高崎市榛名支所地域振興課)



過去の開催の様子



大会HP

(12面から続く)

「愛の血液助け合い運動」実施中

7月1日(火)~31日(木)の1カ月間は、「愛の血液助け合い運動」月間として、全国的な献血運動を実施しています。ぜひ、献血にご協力をお願いします。健康課予防係 ☎042・477・0030

特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診

7月の受診対象は7・8・9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、6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 ☎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ご案内しています ☎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へ問い合わせてください ☎直接実施医療機関へ ☎同係

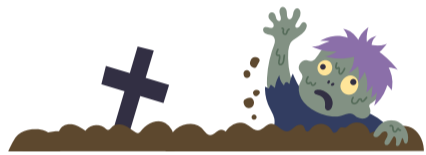


イベント・講座

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(水遊び)
日 7月3日(木)午前10時半~11時半
定 1~4歳児と保護者 ☎当日会場で
■ 8周年やっちゃんあおぞら夏まつり
日 7月6日(日)午前10時~正午が幼児の部、午後2時~4時半が小学生以上の部(午後4時からは、あじさい公園盆踊りの会による太鼓演奏と盆踊り) ☎ゾンビタウン、ゲームコーナー、工作コーナーなど ☎乳幼児親子~高校生世代 ☎事前準備のため、以下の時間は、通常の利用はできません ▼集会室=2日(火)~6日(日) ▼防音室=2日(火)~7日(月) ▼遊戯室=5日(土)午後3時~6日(日)。また、当日は、図書室と児童室のみ通常の利用が可能となります ☎当日会場で



- リトミック
日 7月14日(月)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 ☎各回15組 ☎千葉理恵子氏 ☎飲み物 ☎動きやすい服装で ☎7月7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

- 卓球大会
日 7月2日(水)午後3時から ☎小学生 ☎当日会場で
■ 幼児のつどい
日 7月3日(木)が「七夕と7・8月お誕生日会」、10日(水)が「えんにちごっこ」、いずれも午前10時半~11時15分 ☎1~4歳児と保護者 ☎当日会場で

- スポーツで元気
日 7月4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、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少年代から、午後3時10分~3時40分、3時50分~4時20分が小学生以上 ☎「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び ☎飲み物、小学生以上は室内履き ☎動きやすい服装で ☎当日会場で

- おはなし会
日 7月8日(火)・15日(火)、いずれも午後3時50分から ☎絵本の読み聞かせや素話など ☎小学生 ☎協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 ☎当日会場で
■ バックギャモンの日
日 7月12日(土)午後2時から ☎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!! ☎小学生以上 ☎日本バックギャモン協会 ☎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 7月3日(木)が「縁日ごっこ」、10日(水)が「7月・8月生まれのお誕生日会と運動あそび」、いずれも午前10時半から ☎1~4歳児と保護者 ☎当日会場で
■ おはなしの日
日 7月8日(火)・15日(火)、いずれも午前11時~11時25分 ☎絵本の読み聞かせや手遊びなど ☎乳幼児と保護者 ☎みくりおはなしの会 ☎当日会場で

- 赤ちゃん広場
日 7月9日(水)午前10時半から ☎助産師さんによる体重測定と育児相談 ☎0歳児と保護者 ☎ひがくるめ助産師会 ☎当日会場で

- スポーツで元気
日 7月11日(金)①午前10時半~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 ☎①・②は各12組程度③は15組程度 ☎参加人数により、交代制になる場合があります ☎動きやすい服装で ☎当日会場で

- けやっぴタイム
日 7月13日(日)午前10時半から ☎体操や季節の行事を楽しもう!! ☎1~4歳児と保護者 ☎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 7月3日(木)が「七夕工作」、10日(水)が「新聞紙遊びと7月誕生日会」、いずれも午前10時半~11時10分 ☎1~4歳児と保護者 ☎当日会場で

- スポーツで元気
日 7月7日(月)①午前10時半~11時が首が据わったお子さん②午前11時10分~11時50分が歩き始め~ひとりで歩けるお子さん③午後2時半~3時15分が幼稚園・保育園に通っている年少年代から④午後3時半~4時半が小学生以上 ☎参加人数により、交代制になる場合があります ☎動きやすい服装で ☎当日会場で

- すくすく広場
日 7月9日(水)午前10時半~11時半 ☎赤ちゃん親子の音のコミュニケーションワーク ☎0歳児と保護者 ☎定8組 ☎炭田契恵子氏 ☎7月2日(水)午前10時から電話または来館で

- ひばりCAFE
日 7月11日(金)午前10時半~11時半 ☎夏の過ごし方についてひばり保育園の看護師とお話ししましょう ☎乳幼児と保護者 ☎定8組 ☎7月4日(金)午前10時から電話または来館で

- ベビーヨガ
日 7月18日(金)午前10時半~午後11時15分 ☎首が据わった0歳児と保護者 ☎定15組 ☎青木奈々氏 ☎バスタオル・飲み物 ☎動きやすい服装で ☎7月11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・十小なかよし広場
日 7月4日(金)が本村小学校相談室、11日(金)が第十小学校ランチルーム、いずれも午前10時~11時半 ☎お子さんと遊びながら育児の情報交換 ☎乳幼児と保護者 ☎徒歩か自転車であ来場を ☎当日会場で

- わくわく赤ちゃんひろば
日 7月9日(水)が「ねんねの会」0~6カ月児と保護者、23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 ☎親子の触れ合い遊び、情報交換、ねんねの会は助産師、はいはいの会は栄養士による相談、体重測定 ☎定各10組 ☎バスタオル、母子健康手帳 ☎きょうだいの保育あり(各回先着3人) ☎7月2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 7月22日(火)午前11時~11時20分 ☎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 ☎0歳~未就学児と保護者 ☎定10組 ☎7月8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 7月10日(木)午前10時~11時半 ☎久留米中学校会議室 ☎お子さんと遊びながら育児の情報交換 ☎乳幼児と保護者 ☎スリッパ ☎徒歩か自転車であ来場を ☎当日会場で

- おはなし広場
日 7月14日(月)午前11時~11時半 ☎ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど ☎1歳以上の乳幼児と保護者 ☎定10組 ☎7月7日(月)午前10時から電話または同ひろば上の原で

いきいき健康家族 No.221

「画像診断について2」

今回は「画像診断とは」・「放射線科医及び放射線技師とは」について記載させて頂きました。今回は画像検査、特にCTについて簡単ではありますが解説させて頂きます。CTとは放射線を回転させながら照射・検出することによって、身体を輪切りにして撮像する検査です。身体の奥まで診断することが可能であり、炎症や癌など多くの病気を診断できます。撮像範囲も頭から胸・腹部のほかにも手足などの骨折の有無などまで、広い範囲を行うことができます。撮像自体も5分程度で終わるので、患者様の負担も軽く、また脳出血や消化管穿孔(胃や腸などに穴が開いてしまうこと)など緊急性の高い場合の診断にも有用です。こちらの検査は放射線を使用するので、どうしても被曝の問題が出てきます。一般的にCTの被曝は多くとも10mSV(ミリシーベルト)と言われております。なお年間2.1mSVの放射線を自然放射線としてみな浴びております。ではどのくらい放射線を浴びる

と身体に障害を呈するかというと、まず確定的影響と確率的影響といったものが存在します。確定的影響とは、これ以上なら影響が生じるといふこと、しきい線量が存在するということです。例えば造血能低下を起こすのは0.5Gy(グレイ)といふことです。シーベルトと意味の違いはあるものの、今回は同じものと判断していただいてよいです。この場合500mSVと同じと考えればわかりやすいです。)も照射しないと起きません。一方、確率的影響にはしきい線量はないですが、100mSV以下の低線量域については、放射線被曝による確率的影響を疫学的に検出することは極めて難しいです。これらから、CTでの放射線照射量を10回分一気に照射しない限り障害はほぼ起こらないと考えられるので、CT検査の被曝は安全な範囲といえます。以上がCTの解説となります。次回はMRIについての解説を行いたいと思います。(東久留米市医師会)



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〉“社会を明るくする運動”強調月間、青少年の被害・非行防止全国強調月間、海の事故ゼロキャンペーン(16日～31日)、川の日(7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

複十字病院、検診車(わくわく健康プラザ)の乳がん検診申し込みを開始します。

● 複十字病院=10月1日(水)～8年2月27日(金)(休診日を除く)、検診車=右下表のとおり●複十字病院健康管理センター(清瀬市)、公益財団法人東京都予防医学協会の検診車(わくわく健康プラザ)●問診、マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)

※視触診は実施しません。●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乳房の疾患で治療中の方、経過観察中の方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です。●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▼申し込み後の日程変更はできません●実施医療機関の特徴を市HPに掲載しています●7月1日(火)～31日(木)に原則申し込みフォームで。申し込みフォームで検診車を予約する場合、申し込み時に受診日を



申し込みフォーム

確定できます。申し込みフォームでの申請が難しい方は、1人1枚のがきに必要事項(下図参照)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(消印有効)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9月上旬から順次送付します●健康課特定健診係☎042・477・0013

図 申し込みはがき記入項目

「乳がん検診希望」	往復はがきではなく、通常(片面)はがきでお申し込みください。
① 希望検診場所	
② 生年月日(和暦)	
③ 年齢	
④ 氏名(フリガナ)	
⑤ 住所	
⑥ 電話番号	
⑦ 希望日	
(検診車を希望の方のみ下表から選択※)	
第1希望	○月○日 午後
第2希望	△月△日 午前
第3希望	□月□日 午後

※複十字病院を希望する方は、受診希望日の記入は不要です。受診日は後日送付する封書に記載の「予約電話番号」へご自身で連絡し決めていただけます。

表 検診車実施日一覧(10月～12月)

10月	17日(金)・18日(土)・20日(月)・21日(火)
11月	21日(金)・22日(土)
12月	19日(金)・20日(土)

※各日、午前・午後を選択できます。  
※12月下旬～8年2月実施分の申し込みは広報9月1日号、11月1日号で順次ご案内します。

## アルテミスウイメンズホスピタルでの乳がん検診

6月1日から実施中です。受診をご希望の方は、同院HPからご予約ください。



同院HP

## 子ども相談

● 7月8日(火)午前9時半～午後3時 ● わくわく健康プラザ相談室2 ● 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 ● 問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

● 7月11日(金)午前9時半～午後2時 ● わくわく健康プラザ ● 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

## はじめてのはみがき "歯っぴーベイビー"

● 7月15日(火)0歳児クラス=午前10時～11時半 ● わくわく健康プラザ講堂 ● 歯の手入れ方法、むし歯予防、親子遊びなど ● 満7カ月～11カ月児と保護者 ● 定員15組(初めての方を優先) ● 母子健康手帳・歯ブラシ ● 7月1日(火)から市HPの申し込みフォームで ● 健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



市HP

## BCG予防接種

● 7月16日(水) ● わくわく健康プラザ ● 7年2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の未接種の乳児も可) ● 母子健康手帳

帳、予診票 ● 日程の都合がつかない方は、次回8月20日(水)でも接種可 ● 当日会場で ● 健康課予防係 ☎042・477・0030

## 離乳食教室

### 離乳食ステップ2

離乳食2回食へ移行時期の離乳食についてお伝えします。

● 7月23日(水)午後1時15分～2時半 ● わくわく健康プラザ1階講堂 ● 2回食に移行時期の離乳食の紹介と試食 ● 6年12月、7年1月生まれのお子さんの保護者 ● 定員12組

### 離乳食ステップ4

1歳頃から幼児食へ移行する前の離乳食完了期の食事についてお伝えします。

● 7月23日(水)午前9時45分～11時 ● わくわく健康プラザ ● 離乳食完了期の食事の紹介と試食 ● 6年1月～8月に生まれたお子さんの保護者 ● 定員10組

### 《共通事項》

● 管理栄養士 ● 申し込み時に確認してください ● 7月1日(火)より市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

(11面へ続く)



**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。  
7月6日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)  
7月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**  
7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)  
7月6日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)  
7月13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・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)

広告欄 内容については広告主にお問い合わせください