

- ・マイナンバーカードでの各種証明書の取得について… 2面
- ・今年の夏も沸とう京 熱中症から命を守る行動を！… 2面
- ・ラジオシェイクアウト訓練…………… 4面
- ・第43回いのちかがやけ作品展…………… 5面



日々の暮らしの中の まちの魅力を発信中!!

まちっこ広報部は、市内に在住・在学の小学校高学年～高校生12人が、東久留米市の魅力を発見・取材し、その内容を市の広報紙やSNSなどで発信する市の事業です。

まちっこ広報部の活動は7月31日から開始しており、10月末まで行う予定です。

その活動の一つとして、「まちっこ広報部Instagram」では毎日の暮らしの中で発見した市内の魅力を発信していきます。

皆さん、ぜひご覧ください。

☎秘書広報課 ☎042・470・7708



Instagramへ投稿された写真の一部を紹介

市内事業者の方に “無料で”経営支援します！

「人手が足りない」「売上を上げたい」「物価高対策をしたい」「DXってよく分からない」そんな事業者の悩みについて経営支援アドバイザーが無料で訪問し、サポートします！

現在、サポートを希望する事業者の方を随時募集中です。



東久留米市・東久留米市商工会事業

募集について

- 訪問場所 申込人の事業所
- 対 市内に事業所を有する企業(個人事業主も可)
- 定 先着150社
- 注 訪問時には経営者など役員の同席が必要です
- 申 申し込みフォームで
- 問 株式会社フォーバル ☎0120・81・4086

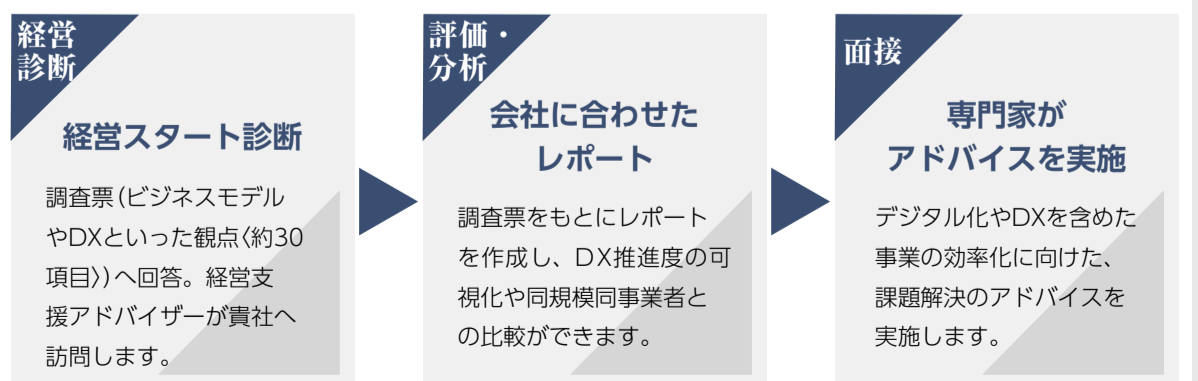


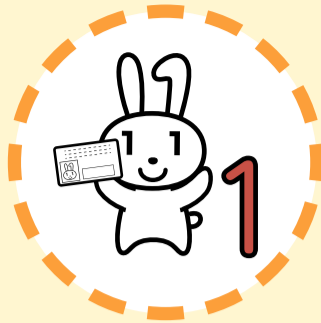
市HP



申し込みフォーム

サポートの流れ





マイナンバーカードがあれば 市役所に行かなくても各種証明書を 取得できます

いつでもどこでも オンライン申請

パソコンやスマートフォンからインターネットを利用して申請することで、証明書が自宅に郵送で届きます。
※証明書発行手数料に加え、郵送料がかかります。



市庁
(オンラインでできる手続き)

関課税・非課税証明書について
= 課税課市民税係 ☎042・470・7725
納税証明書について
= 納税課管理係 ☎042・470・7729
その他の証明書・コンビニ交付について
= 市民課住民記録窓口係 ☎042・470・7722

それぞれ次の項目から申請できます

- 届出・証明 [住民票の写しの郵送での交付]
- 税・保険・年金 [市・都民税課税(非課税)証明書申請
納税証明書申請]

安くて早い コンビニ交付

コンビニなどに設置してあるマルチコピー機(キオスク端末)で、証明書を取得できます。
※窓口より100円安く取得できます(8年3月31日まで)



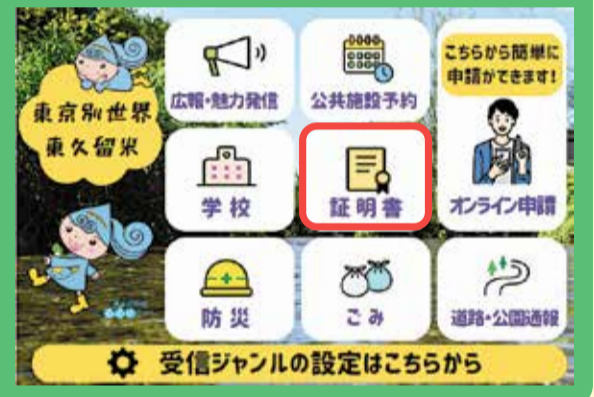
市庁
(コンビニ交付)

市LINE公式アカウントを 友だち追加しておく より便利に!

メニュー画面の「証明書」をタップすることで簡単にアクセスできます。

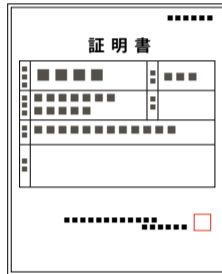


市LINE公式
アカウント



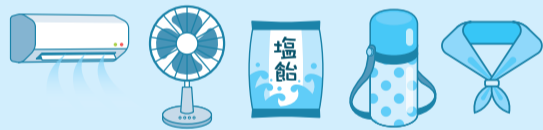
対象の証明書

- ・住民票の写し
- ・課税・非課税証明書
- ・納税証明書
- ・印鑑登録証明書(コンビニ交付のみ)
- ・戸籍全部・個人事項証明書(コンビニ交付のみ)



今年の夏も 沸とう京

熱中症 から 命を守る 行動を!



市庁
(熱中症について)

関健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

予防のポイント

こまめな水分補給



起床時・活動前後・入浴前後・入眠前など、コップ1杯程度の水分をこまめに取るようにしましょう。

暑さに関する情報をチェック

暑さ指数(WBGT)や熱中症(特別)警戒アラートは、暑さを予測する目安になります。市の防災防犯情報サービス「安心くるめーる」や都の熱中症対策ポータルサイトを活用し、暑さに関する情報を確認しましょう。



市庁
(安心くるめーる)



都熱中症対策
ポータルサイト

バランスの良い食事



暑さで食欲が落ちている時も、食べやすいもので良いので、まずは朝ごはんから取りましょう。

しっかりと睡眠



寝室のエアコンは直接体に風が当たらないよう調整し、吸湿性・通気性の良い寝具を使いましょう。

暑さ指数(WBGT)とは…

①気温②湿度③日射・輻射など周辺の熱環境の3つを取り入れた指数

【数値の目安】

- ▼28以上=熱中症発症のリスクが高い
- ▼33以上=「熱中症警戒アラート」が発表
- ▼都道府県内すべての暑さ指数情報提供地点で35以上=「熱中症特別警戒アラート」が発表

暑さ指数(WBGT)	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険(31以上)	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒(28以上31未満)		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒(25以上28未満)	中等度以上の生活活動でおこる危険性 例:ウォーキング・庭の草むしり・布団の上げ下ろしなど	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意(25未満)	強い生活活動でおこる危険性 例:ジョギング・ランニングなど	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針Ver.4」(2022)より改編



9月1日(月)納期限	
納期内納付にご協力ください	国税課 ☎042・470・7729
市民税・都民税・森林環境税(普通徴収)	第2期
国民健康保険税	第2期
後期高齢者医療保険料	第2期
介護保険料	第2期



ファミリー・サポート・センター会員募集

ファミリー・サポート・センターは、お子さんを預けたい人、協力したい人からなる有償の相互援助活動です。利用したい人、協力したい人ともに、まずは事業説明会にご参加ください。

☎9月12日(金)午前10時～11時

場所 かわくわく健康プラザ2階 社協会議室

定員 10人(事前予約制)

持事前送付資料、入会希望者(保護者)の顔写真、本人確認書類(運転免許証など)

他▼登録後、会員同士の顔合わせが必要▼サポート会員の場合、講習(8年6月予定)の受講が必要

☎9月5日(金)まで、電話で同センターへ



第26回障害者雇用促進パネル展

9月は障害者雇用支援月間です。市では、障害者雇用についての理解を深めるために、障害のある方の就労に向けた取り組みや地域の事業所で働く様子をパネル展示で紹介いたします。

☎9月3日(水)～5日(金)、いずれも午前10時～午後4時(3日は午後1時から開始。5日は午後3時半終了)

場所 市役所1階屋内ひろば

パネル展示、参加事業所によるお菓子やさまざまな作品の販売コーナー

障害者雇用支援月間とは

障害者の職業的自立の意欲を喚起するとともに、障害者の雇用に関する国民、とりわけ事業主の関心と理解を一層深めるために厚生労働省が定めた月間です。

この間、厚生労働省や都などさまざまな機関が、PRや啓発活動を実施しています。

☎障害福祉課 ☎042・470・7747、または各就労支援室(就労支援室さいわい ☎042・477・3100、就労支援室あおぞら ☎042・476・2625)

西部地区にお住まいの方

対象地域 前沢四・五丁目、滝山・下里・柳窪・野火止・八幡町・弥生

☎9月12日(金)午後1時15分～2時半。西部地区センター第2講習室

☎042・472・066

障害者証の更新

心身障害者医療費助成制度は、都の助成により、医療機関での自己負担(保険診療分)の一部または全部が免除される制度です。自己負担割合は、所得判定対象者の住民税の課税状況により異なります(課税の方Ⅱ1割、非課税の方Ⅱ自己負担なし)。以前から受給者証をお持ちの方には、下表の所得制限基準額を基に所得の判定を行い、9月1日(月)から使用する受給者証を、8月下旬に送付します。

認知症介護者家族会

認知症のある方を介護するご家族の方、一人で介護の悩みをかかえていませんか。日々のことや心配ごとなど、気軽に話し、ほっと

できる場所として開催しています。

9月は中部・西部地区包括支援センター主催です。

☎中部地域にお住まいの方 対象地域 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

☎9月1日(月)午後1時15分～2時半。中央地区センター第1会議室

☎中部地域包括支援センター ☎042・470・8186 または ☎042・451・5121

所得超過の方

☎には所得制限があり、所得超過により資格が喪失する方には、消滅通知書を送付いたします。

8月中旬に送付します。

☎新たに受給対象となる方 現在受給者証をお持ちでない方は障害福祉課(市役所1階)へ申請が必要です。

☎各種医療保険に加入し、次の手帳をお持ちの方。①身体障害者手帳1級・2級(内部障害は3級まで)②愛の手帳1度・2度③精神障害者保健福祉手帳1級

申請に必要なもの 対象者の医療保険加入状況がわかるもの(資格確認書等)、①～③の手帳

※7年1月2日以降に市内に転入した方は個別にお問い合わせください。

対象外の方 65歳以上で初めて①～③の手帳に該当する方 ▼生活保護受給世帯の方 ▼後期高齢者医療制度の加入者で住民税が課税の方

☎医療証(乳幼児医療費助成制度をお持ちの方) ※☎医療証(義務教育就学児医療費助成制度) また

おわびと訂正

広報7年7月1日(月)6年度下半期の市の財政状況を公表しますの記事に掲載しました公有財産の状況の建物の面積に誤りがありました。正しくは「19万7421.33㎡」です。おわびして訂正します。

☎財政課 ☎042・470・7706

医療証(高校生等医療費助成制度)をお持ちで、所得判定対象者の住民税が非課税の方は、☎を申請してください。

☎同課管理係 ☎042・470・7747

所得制限基準額

扶養親族等の人数	所得額
0人	366万1,000円
1人	404万1,000円
2人	442万1,000円
3人	480万1,000円
4人	518万1,000円
5人	556万1,000円

☎所得判定対象者は受給者本人。ただし、20歳未満の方は、国民健康保険法の世帯主か社会保険の被保険者(本人が国民健康保険法の世帯主か社会保険の被保険者であれば20歳未満でも本人)。

☎9月12日(金)午前10時～11時

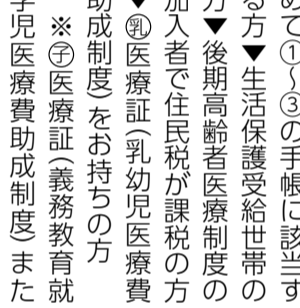
場所 かわくわく健康プラザ2階 社協会議室

定員 10人(事前予約制)

持事前送付資料、入会希望者(保護者)の顔写真、本人確認書類(運転免許証など)

他▼登録後、会員同士の顔合わせが必要▼サポート会員の場合、講習(8年6月予定)の受講が必要

☎9月5日(金)まで、電話で同センターへ



9月の無料相談

相談内容(定員)	相談日	時間	相談員	予約開始日時	場所	問い合わせ先
法律相談(各日8人)	3日(水)	午前10時から	弁護士	8月28日(木)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前8時半から電話で生活文化課 ☎042・470・7738
	10日(水)			9月11日(木)		
	17日(水)					
	24日(水)					
不動産・相続・会社の登記等相談(5人)	3日(水)	午後1時から	司法書士	8月26日(火)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061
表示登記・土地の境界等登記相談(4人)	3日(水)	午前10時から	土地家屋調査士	8月26日(火)		
相続・遺言・成年後見等手続き相談(5人)	10日(水)	午後1時から	行政書士	9月4日(木)		
税務相談(5人)	17日(水)	午後1時半から	税理士	9月9日(火)		
人権・身の上相談(4人)	17日(水)	午後1時半から	人権擁護委員	9月11日(木)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061
不動産取引相談(5人)	4日(木)	午後1時から	宅地建物取引士	8月28日(木)		
交通事故相談(5人)	4日(木)	午後1時から	弁護士	8月28日(木)		
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談(4人)	24日(水)	午前10時から	社会保険労務士	9月18日(木)		
女性の悩みごと相談(各日4人)	1日(月)	午前10時～午後7時	女性カウンセラー	8月20日(水)	市役所2階相談室	各予約開始日の午前9時から電話で男女平等推進センター ☎042・472・0061
	8日(月)			9月3日(水)		
	16日(火)					
女性弁護士による法律相談(4人)	5日(金)	午前9時半～午後0時半	女性弁護士	8月22日(金)	市役所2階相談室	生活文化課 ☎042・470・7738
経営相談	平日	午前10時半～午後4時半	市商工会経営指導員	前日まで予約可		
耐震相談	9月は実施しません(次回は10月10日(金)実施予定)					施設建設課 ☎042・470・7756
	教育相談 ※電話相談も可	火曜～土曜日	午前10時～午後5時(滝山のみ水曜日は6時まで)	教育相談員	中央相談室(成美教育文化会館内教育センター)	中央相談室 ☎042・473・3667
月曜～金曜日		午前9時～午後5時	滝山相談室(西部地区センター内)		滝山相談室 ☎042・475・8909	
母子・父子相談	開庁日	午前8時半～午後5時	母子・父子自立支援員	市役所2階児童青少年課	児童青少年課 ☎042・470・7736	
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	障害福祉課 ☎042・470・7747 FAX042・475・8181	
心身障害者(児)相談	平日	午前9時～午後5時	さいわい福祉センター支援員	さいわい福祉センター	さいわい福祉センター ☎042・477・2711	
職業相談	開庁日		ハローワーク三鷹職員	市役所2階ワークコーナー	直接会場	
住宅増改築相談	11日(木)	午前10時～正午、午後1時～4時	市住宅増改築等幹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	午前10時～午後4時	消費生活相談員	市役所2階生活文化課	市消費者センター ☎042・473・4505	
行政相談	10日(水)	午前10時～正午	行政相談委員	市役所2階生活文化課	生活文化課 ☎042・470・7738	
生活困窮者自立相談	開庁日	午前9時～午後4時	相談支援員	市役所1階福祉総務課	福祉総務課 ☎042・470・7741	

住環境

Jアラート全国一斉 情報伝達試験

Jアラート(全国瞬時警報システム)の全国一斉情報伝達試験を次の日程で行います。

日8月20日(水)午前11時頃

内防災行政無線から「これはJアラートの試験です」との試験放送が流れます。

注災害の発生などにより、中止となる場合があります。防災防犯課 ☎042・470・7769



国民保護ポータルサイト

日常生活での事故から 子どもの身を守る

東京消防庁管内では、1日に平均39人の子ども(12歳以下)が救急車で搬送されています。特に1歳児、2歳児が多くなっています。

◎「転落・墜落」「窒息・誤飲」「おぼれ」には十分に注意しましょう

子どもは日々成長し、その成長に応じて様々な事故が起こります。ベランダに子どもが登れるようなものを置いていませんか? 飲むと危険性が高いものを知っていますか? 子どもが入浴中に目を離したりしていませんか? 子どもの事故は、同じような年齢で同じような事故が繰り返し起きています。過去の事例を知り、予防対策をしましょう。

他都公式YouTubeでは、この日の転落防止についての動画を公開しています。関東久留米消防署防災安全係 ☎042・471・0119



都公式YouTube(子どもの転落防止)

環境影響評価書案に係る見解書の縦覧・閲覧

事業所から(仮称)グロブライドみらいフィールドプロジェクトに関する環境影響評価書案に係る見解書が提出されたため、公示の上、縦覧等を行います。

縦覧・閲覧期間 9月3日(水)～22日(月)

縦覧場所 市環境政策課(市役所5階)、都環境局総務部環境政策課(都庁第二本庁舎19階)、都多摩環境事務所管理課(立川合同庁舎3階)、小平市役所環境政策課(市役所4階)

閲覧場所 市政情報コーナー(市役所1階)、中央・滝山・東部・ひばりが丘の各図書館(各施設の閉庁日・休館日を除く)

他詳しくは都環境局総務部環境政策課へ

関市環境政策課 ☎042・470・7753

柳泉園組合で火災が発生しました

7月30日午後3時45分頃、柳泉園組合グリーンポートのごみピット内において火災が発生しました。この火災における人的被害および設備の損傷はありませんでした。

しかし、火災によって作業員の事故や機械設備の故障が発生し、ごみ処理が滞ってしまう場合があります。火災事故などを未然に防ぐために、市の定められているルールに従ったごみの分別排出にご理解ご協力をお願いします。

関同組合技術課管理係 ☎042・470・1547



火災現場の様子

お知らせ

市民アンケート調査結果の公表

市では、市の事業に対する市民の皆さんの声をお聞きし、その成果や実績などを把握するために、18歳以上の市民の中から無作為に抽出した3000人を対象に7年度市民アンケート調査を行いました。

このたび、同調査の結果がまとまりましたので、お知らせします。ご協力ありがとうございました。

有効回答数(回答率) 814

事務報告書の公表

事務報告書は、市の事務事業の概要、事業費、取り組み内容などを取りまとめた「施策報告書」、「市民アンケート調査」や「利用者モニタリング」などを総称したもので、市民目線による行政需要の把握や市民に対する説明責任を果たすものです。

このたび、7年度の事務報告書が取りまとめられましたので、市HPで公表します。

関行政経営課 ☎042・470・7704



市HP

都営住宅(東久留米市地元割当)の入居者募集

8月18日(月)から都営住宅のシルバーピア(高齢者集合住宅)の入居者を募集します。

種類・対象 単身者向け ▼ 前沢二丁目(前沢2-16) 11戸(1DK) ▼ 大門町二丁目

人(27・1割)
閲覧場所 市政情報コーナー(市役所1階)、中央・滝山・東部・ひばりが丘の各図書館、市HPでご覧いただけます。
※各施設の閉庁日・休館日を除く
関行政経営課 ☎042・470・7704



市HP



(大門町2-12) 113戸(1DK) ▼ 中央町二丁目(中央町2-13他) 112戸(1DK)
2人世帯向け ▼ 柳窪二丁目(柳窪3-13) 112戸(2DK)
申込資格 申込者が市内に継続して3年以上居住していること、65歳以上であることなど
※8月上旬に実施された東京都の定期募集に申し込んでいる場合でも申し込み可能ですが、両方に当選した場合には、どちらか一方を辞退する必要があります。
案内配布期間・場所 8月18日(月)～9月1日(月)(閉庁日時を除く)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、東部地域センターで
申込方法・期限 9月1日(月)までに(消印有効)、募集案内に同封の申込用紙・封筒に必要事項を記入の上、郵送または同課へ持参を
他詳細は募集案内をご確認ください
関同課計画調整担当 ☎042・470・7762



ラジオで、みんなで地震への備えを!

ラジオシェイクアウト訓練



コミュニティFM局「TOKYO854くるめら」の番組内で、自宅のできる「シェイクアウト訓練」を実施します。「TOKYO854くるめら」が聴けるラジオやアプリを入れたスマートフォンがあれば誰でも参加することができます。

日8月26日(火)午前11時～11時54分

内▼番組名=ラジオで防災!シェイクアウト訓練

▼参加方法=当日、FMラジオ(85・4MHz)またはスマホやパソコンで番組をお聴きください(できるだけ事前登録をお願いします)。

※事前登録方法など、詳細は特設HPをご覧ください。

他シェイクアウト訓練とは、2008年にアメリカで始まった、地震の際の安全確保行動である「命を守る3動作」を約1分間で行う防災訓練です

関防災防犯課防災・防犯担当 ☎042・470・7769



特設HP



事前登録フォーム

ラジオで、みんなで地震への備えを!

ラジオシェイクアウト訓練

まず低く DROPI 頭を守り COVERI 動かない HOLD ON!

8月26日(火) 午前11時から

ラジオシェイクアウト訓練 実施要領

※ラジオで聴ける番組は、FMラジオ(85・4MHz)またはスマホやパソコンで番組をお聴きください(できるだけ事前登録をお願いします)。

※事前登録方法など、詳細は特設HPをご覧ください。

主催 TOKYO854くるめら 協力 小平市・東久留米市

TOKYO854 くるめら

〒180-8544 東京都小平市東久留米4-1-14 東久留米文化センター

https://www.tokyos854.com

第十二回特別弔慰金の受け付け

戦後80年に当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表するため、戦没者等の御遺族に特別弔慰金(記名国債)を支給しています。

第十二回特別弔慰金の請求期限は10年3月31日までです。手続きがお済みでない方はお早めに福祉総務課へ請求書類をご提出ください。

福祉総務課福祉政策係
042・470・7777(内線2510)~2512

特設行政相談所

国・都・市などの行政機関やJR・NTTなどの公共性の高い法人、公的行政機関から委任され補助金を受けている法人などについて、苦情や意見・要望はありませんか。そんなときは「行政相談委員」が相談に応じます。行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有識者です。

日8月27日(水)午後1時半~4時
場市役所1階屋内ひろば
費無料
申当日会場
問生活文化課042・470・7738

「東久留米市放課後子供教室運営業務委託」に係る公募型POポーザルの実施

市では、市内全小学校(12校)の放課後子供教室の運営に関する業務を行う委託

託事業者を公募型POポーザル方式により募集します。参加希望事業者は、市HPに掲載の実施要領などを参照し、期限までに応募してください。

実施要領配布 8月15日(金) 9月1日(月)に市HPまたは生涯学習課(市役所6階)で

提出期限など
参加表明書 9月1日(月)までに(必着)、メールで提出を(一部書類は郵送)
※参加表明書を提出したすべての事業者に対し、参加資格審査結果を通知します。

企画提案書10月1日(水)までに(必着)、メールで提出を
※参加資格審査により参加資格を認められた団体のみ提出できます。

共通事項▼応募内容、提出先などは実施要領をご確認ください▼郵送の宛先〒203-8555、市役所生涯学習課宛て▼持参での受け付けは行いません

問生涯学習課生涯学習係
042・470・7784

官公署など



「東京における都市計画道路の整備方針(仮称)中間のまとめ」の公表
およびご意見等募集

都と特別区および26市2町では、「東京における都市計画道路の整備方針(仮称)中間のまとめ」を取りま

とめました。今後、中間のまとめに対する皆さんからのご意見・ご提案を参考に、整備方針を策定してまいります。

閲覧場所都民情報ルーム(都庁第一本庁舎3階)、市道路計画課(市役所5階)など

意見等の提出方法 8月29日(金)までに、都の窓口へ持参、郵送(〒163-8001、東京都都市整備局都市基盤部 街路計画課宛て)、
042・470・7776
または市道路計画課 042・470・7776

他詳細は都HPまたは市HPをご覧ください

問都都市整備局都市基盤部 街路計画課 03・5388

問都都市整備局都市基盤部 街路計画課 03・5388



無料不動産相談所

不動産に関する一般相談(法律、税務、売買、賃貸など)を無料で受けします。

日9月6日(土)午前10時~午後4時
場西武新宿線田無駅北口、アスタビル2階センターコート

師弁護士、税理士、相談員 費無料

問公益社団法人東京都宅地建物取引業協会第十一ブックス北多摩支部 0422・26・5891



地域福祉権利擁護事業生活支援員募集説明会

認知症や知的・精神の障がいなどにより、日常生活に不安のある方が安心して地域で暮らすため、福祉サービスの利用援助や日常的金銭管理等を支援する地域福祉権利擁護事業の生活支援員を募集します。まずは説明会にご参加ください。

日①9月9日(火)午前10時~11時半 ②9月11日(木)午後2時~3時半
場わくわく健康プラザ2階 社協会議室

問市内在住の方
各開催日の前日午後5時までに、氏名・年齢・住所・電話番号を市社会福祉協議会相談支援担当宛てに電話または申し込みフォーム

問同担当 042・479・6294



申し込みフォーム

第43回

いのちががやけ 作品展

日9月27日(土)午後1時~5時、
28日(日)午前10時~午後5時
29日(月)午前10時~午後4時半

場市役所1階屋内ひろば
他運営は、市手をつなぐ親の会
問市社会福祉協議会
042・475・0739



「楽しい風景」
堀金 周平さんの作品

障がいを持つ方と持たない方の相互理解を目的として始まった作品展です。市内の未就学児童から特別支援学級の児童・生徒、各団体、生涯現役の方々の絵画・写真・書・折り紙・工作など例年900点近い作品が展示されます。

市民伝言板

会員募集

◆アザミの会=日4回。水曜日正午~午後5時 場滝山団地西集会所 費会費月1,000円 問高齢者の健康を目的とした麻雀の会です 問永田 042・477・8477

◆はじまりの家そら=日1回。毎月第1金曜日午前10時~11時 場はじまりの家そら 費無料 問みんなのかいごフリートークの会で集まって、ひと休みしながら話ませんか? 問飯田 042・420・5040

◆ばらの会=日2回。土曜日午後1時~3時 場スペース105(市役所向かい) 他 費会費月2,000円 問優しい先生と一緒にばらの会でステップを踏んでみませんか 問阿久津 042・476・1106

◆観世流 小鼓「藤菜会」東久留米教室=日2回。不定期 場生涯学習センター 費会費月3,000円 問6月から観世流の先生のもと7人で活動。小鼓を打ってみませんか 問荒本 042・478・5206

催し

◆滝山・前沢みんなの夏祭り(NPO法人東久留米ふれあいの街)=日8月23日(土)・24日(日)、いずれも交通規制午後4時~8時半 場滝山中央通りおよび周辺地域 費無料 問駐車場はありません。車でのご来場はご遠慮下さい。祭り終了午後9時 問横井 080・6729・1636



◆いちばでフリマ!(東久留米卸売市場)=日10月5日(日)午前9時~午後2時 場東久留米卸売市場裏の駐車場 費無料 問フリーマーケットを開催します。詳細は東久留米卸売市場 問 問岸 042・471・2231



プラザ フリーピアノ 演奏者大募集

初の完全フリースタイル！市民プラザのピアノを自由に弾いてみませんか。

日 9月20日(土)午前10時～午後3時
場 市役所1階屋内ひろば
内演奏時間は1人(1組)につき15分まで。親子のみ連弾は可能です。定先着20人。注弾き語り・他の楽器との合奏は不可。当日午前9時半から直接同プラザ窓口で(電話不可) 同プラザ ☎042・470・7813

スポーツ

市テニス連盟主催テニス大会

第105回市民硬式テニス大会(ダブルス)

日 10月5日(日)(予備日11月2日)
=男子ダブルス1・2部、女子ダブルス1・2部
日 11月23日(日・祝)(予備日11月30日)
=シニアダブルスA、B
場 市内テニスコート
費 会員=1人1,000円、非会員=1人1,500円
※ペア分をお振り込みください。

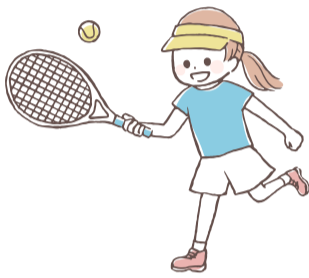
■第24回市民硬式テニス大会団体戦
日 10月7日(火)(予備日10月14日)
場 市立・滝山・小山テニスコート
内男子団体戦、女子団体戦
費 1チーム6,000円

《共通事項》

他 ▼参加資格は市テニス連盟HPをご確認ください
▼大会要項は同連盟HPに1週間前に公開
申 9月11日(木)までに同連盟HPで申し込みの上、郵便振替(00190-2-632369、加入者名「東久留米市テニス連盟」)で、通信欄に、郵便番号・住所・氏名・電話番号・種目・所属(勤務先名・学校名・連盟傘下サークル名・テニススクール名)を記入の上振り込みを(振込手数料は自己負担)
同連盟HP



同連盟HP



なんぶスマホ相談会

☎南部地域センター ☎042・451・2021

困ったときは南部に行こう！
おひとり30分の予約制スマートフォン個別相談会です。申し込み時に相談内容をお知らせください。

日 9月8日(月)・22日(月)・29日(月)、いずれも午後1時～3時
場 ひばりが丘地区センター 調理集会室
対 60歳以上の市民の方
定 各日先着3人
持 スマートフォン・地区センター利用証(お持ちでない方は当日発行します)
注 車での来場不可
日 8月20日(水)午前10時から電話または直接南部地域センターへ

民有地のハチ対策

☎環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753

市では、個人の住宅や管理者が居る集合住宅など、民有地にできたハチの巣の駆除は行っていません。ハチは、特に手入れ不足の庭木などに多く巣づくりをします。手入れを充分にしてください。

ハチの巣を取り除くとき

アシナガバチは攻撃性が少ないので、薬局などでハチ専用の駆除スプレーを購入し駆除が可能です。スズメバチは凶暴で攻撃性が強いので専門の駆除業者への依頼をお勧めします。

駆除業者の紹介

環境政策課では、市と協定を結んだ市内の駆除業者を紹介いたします。
注 駆除費用は自己負担です。依頼する場合は、複数の業者から見積もりを取り、ご検討ください

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楽しむプラネタリウムです。

日 9月5日(金)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 各回先着234人
費 観覧券(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8年1月9日(金)開催
申 当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売
同館 ☎042・469・6100

消費生活の正しい知識 Q&A

弁護士事務所から通知が届いた時の対処法

Q. 弁護士事務所から、受任通知が届きました。「スマートフォンから購入したコンテンツ料金が未納であり、当該弁護士事務所が受任しました」と書かれています。過去に携帯料金の未納があったことは事実ですが、未納分は既に携帯電話会社に支払い済みです。放置していたら、その後、督促状や最終通知書が届きました。今後は裁判に移行すると書かれてありますが、自分は思い当たることがないので、無視しようかと思いますが、このまま放っておいて大丈夫でしょうか。

A. 最近このような相談が、消費者センターに多く寄せられています。発信元が、実在する確かな相手かを見極めることが大切です。弁護士の実在が確認できなければ、架空請求が考えられますので、無視して様子を見ましょう。実在する弁護士事務所の場合、何もしないで放っておくと裁判を起される可能性もあります。裁判所からの通知は、「特別送達」という特別な郵便で配達され、直接手渡しされますので、放置しないでください。また、請求根拠があっても時効の援用が可能な場合があります。その場合には、法律相談を紹介していますので、まずは消費者センターにご相談ください。

《消費者相談》まずは電話で相談を

- 平日の午前10時～正午、午後1時～4時 = 市消費者センター ☎042・473・4505
- 平日および土曜・日曜日、祝日の午前10時～午後4時(年末年始を除く) = 消費者ホットライン ☎188

(8面から続く)

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653



ボードゲーム大会

8月16日(土)午後3時半から小学生甲当日会場で

コマ大会

8月19日(火)午後3時半から小学生甲当日会場で

将棋大会

8月20日(水)午後3時半から小学生甲当日会場で

リトミック

8月23日(土)午前10時半～11時が首が据わったお子さんと保護者、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さんと保護者。リトミック団体による音楽イベント。各15組。師千葉理恵子氏(リトミック研究所) 飲み物他動きやすい服装で甲当日会場で

伝承遊びの日

8月27日(水)午後3時半から小学生以上甲当日会場で

子どもセンターひばり

ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300



親子で遊ぼう

8月17日(日)午前10時半～11時。魚つりなど。1歳～園児と保護者甲当日会場で

スポーツで元気

8月25日(月)午前10時半～11時。首が据わったお子さん、午前11時10分～11時50分が歩き始め～ひとり歩きのお子さん、午後2時半～3時15分が幼稚園・保育園に通っている青少年代から、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。他動きやすい服装で甲当日会場で

環境整備の日

8月28日(木)午後3時半から園児童

館や近隣をきれいにしよう。利用者全員甲当日会場で

ひばりスポ

8月30日(土)午後5時半から。フリースロー。中学・高校生世代。室内履き甲当日会場で

ベビーマッサージ

9月5日(金)午前10時半～11時半。首が据わった0歳児と保護者。20組。師渡辺直子氏(ベビーマッサージ協会認定講師) 師バスタオル、オムツ、授乳ケープ。甲8月28日(木)午前10時から電話または来館で

子育て

子ども家庭センター(滝山ひろば)
わくわく健康プラザ2階 ☎042・420・6743



休館のお知らせ

8月30日(土)は施設の安全点検のため、休館します。

手作り布おもちゃの会

9月2日(火)・16日(火)、いずれも午前10時～11時半。同センター地域活動室。オリジナルの布おもちゃ作り。0歳児と保護者。各6組。縫い針、はさみ他材料は1セット無料で用意。甲8月19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



ちびっこ育児 おしゃべり広場

9月2日(火)午前10時～11時半。1・2歳児の遊び・生活・しつけなど子育ての悩みをテーマに話し合い。一人で悩まず、一緒に考えましょう。1～2歳児の保護者。8人。他お子さんの保育あり(要予約)。甲8月19日(火)午前10時から電話または同ひろば上の原で

上の原赤ちゃん広場

9月5日(金)が「ねんねの会」0～6カ月児と保護者、19日(金)が「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、はいはいの会は栄養士、ねんねの会は助産師による相談、体重測定他。各10組。師バスタオル、母子健康手帳他。きょうだいの保育あり(各回先着3人)。甲8月22日(金)午前10時から電話または同ひろば上の原で

放課後講座「スライムをつくらう」

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。

8月20日(水)午後2時～4時(制作時間は30分程度)。場生涯学習センターロビー。1・2・3年生。好きな色でスライムをつくりま。小・中学生。先着30人(要予約)。師生涯学習センタースタッフ。無料。師筆記用具。甲当日午前9時から電話で同センターへ。受講開始時刻はお申し込みの際にご案内します。同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)

第2回 子育て講座 「歌と音で遊ぼう！」

親子でわらべうた、ふれあい遊びを楽しみましょう！

9月26日(金)午前10時からと午前11時から。場東部地域センター講習室。市内在住で1歳～3歳の親子(未就園児)。師浜田泉美氏(声楽家・保育士)。無料。他お出かけグッズ(着替え・紙おむつなど)、飲み物(水分補給用)、汗拭きタオル他。動きやすい服装で。甲8月28日(木)午前10時から電話または同ひろば上の原で。同ひろば上の原 ☎042・420・9011

つながろう！ふたごちゃん親子 「さくらんぼの会」

9月27日(土)午前10時～11時半。場地域子育てひろば上の原。多胎児親子の交流、相談、情報交換、触れ合いあそびなど。市内在住で、多胎児の未就学児保護者と多胎児妊婦。5組(きょうだい含めて12人まで)。師宮崎彰恵氏(助産師) 師保育に必要なもの。他3歳未満は移動経費補助の対象事業になります(郵送で個別にご案内しています)。甲8月29日(金)午前10時から電話または同ひろば上の原で。同ひろば上の原 ☎042・420・9011

図書館

よもう！あそぼう！かがくの本 「豆のひみつ～作ってみよう！豆のずかん～」

皆さんはどんな豆が好きですか？豆のことを調べて自分だけの「豆のずかん」を作ります。

9月7日(日)午前10時半～11時半。場西部地域センター3階第2・3講習室。小学生、幼児(幼児は保護者の同伴必須)。先着14人(保護者含まず)。師筆記用具。師車で。の来場不可。他協力は科学の本の読み聞かせの会「ほんとほんと」。甲8月16日(土)～9月6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)。同館 ☎042・471・7216

子育て世代向け講演会 「聞かせ屋。けいたろう」さんがやってくる！

「子育て」と「乳幼児期から本に親しむことの大切さ」について、講師よりお話しいただきます。

9月20日(土)午後2時～3時半。場南部地域センター2階講習室。小学生以下のお子さんと保護者。先着30人。師『聞かせ屋。けいたろう』氏(絵本の文章作家・講演家)。師車で。の来場不可。甲8月16日(土)～9月18日(木)に電話または直接ひばりが丘図書館で(休館日を除く)。同館 ☎042・463・3996



文化

サークル見学会 見学者募集

生涯学習センターでは、多数のサークルが各種生涯学習を行っています。新規入会を検討される方を対象に、「サークル見学会」を開催します。参加団体の一覧・日程は同センターHPに掲載する他、窓口でお渡しします。実際のサークル活動を自由に見学していただけますので、ぜひお越しください。

9月1日(月)～30日(火) ※各団体の活動日ごとに、随時開催します。場生涯学習センター。甲開催期間中に直接サークル会場へ。同センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)

子育て応援アプリ 「くるめっこナビ」 をご利用ください

妊娠中の方や0歳～未就学児のお子さんを子育て中の方を対象に、子育て情報や予防接種・健診予定通知などをプッシュ型で受け取れる便利なアプリです。利用料は無料ですので、ぜひご利用ください。

☎健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



Android用
ダウンロードサイト



iOS用
ダウンロードサイト



くるめっこナビ



アプリの機能を一部ご紹介

●予防接種スケジュールの管理

お子さんの生年月日をもとに最短で接種できるスケジュールを自動で作成します。

●成長記録

お子さんの身長体重や健診の結果などを記録できます。

●メール配信・プッシュ通知

年齢に合わせた市からの子育て情報を自動で受け取れます。



東久留米市プロモーション動画

市公式X QR code and 市公式動画チャンネル QR code

市公式Facebook QR code and 市LINE公式アカウント QR code

↓ 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

人口と世帯(令和7年8月1日現在) 人口116,259人(うち外国人3,064人) / 前月比48減 男56,316人 / 前月比15減 女59,943人 / 前月比33減 世帯数57,288 / 前月比13増

けんこうとイベント・講座は6面まで続きます

けんこう

お子さんの麻しん・風しん予防接種

麻しん(はしか)・風しんは、人から人へ感染しやすく、重症化する場合もあり、予防接種を2回することで予防効果が高まります。7年度の対象者および個別通知の発送時期は次のとおりです。

※ワクチンの供給が不足していたことを受け、6年度の麻しん風しん混合ワクチンの定期接種対象の方については、9年3月31日まで接種期間が延長されました。接種がお済みでない方はご検討ください。

☎▼第1期=令和6年4月1日~7年3月31日生まれの方▼第2期=平成31年4月2日~令和2年4月1日生まれの方☎第1期分は1歳の誕生日に発送します。第2期分は4月上旬に発送済みです。対象者で通知が届かない場合は、健康課予防係まで☎同係☎042・477・0030

子ども相談

☎8月27日(水)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 ☎☎電話で健康課保健サービス係☎042・477・0022へ

献血にご協力ください

☎9月4日(木)午前10時~11時半、午後1時~4時 ☎市民プラザホール

(市役所1階)☎本人確認できるもの ☎やむを得ず日時や会場が変更になる場合あり(市HPでお知らせします) ☎健康課予防係☎042・477・0030

食事・健康相談(保育付き)

生活習慣病予防や、普段の生活をより健康的に見直したい方の食事・健康相談を行っています。ご本人のほか、ご家族からの相談もできます。

☎9月9日(火)午前9時~11時45分(予約制。1人30分程度) ☎わくわく健康プラザ1階 ☎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 ☎健康診断の結果表、食事記録など ☎生後5カ月~未就学児の保育あり。子育て中の方も気軽にご利用いただけます ☎市HP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

口腔ケア講演会 噛んで、しゃべって、いつまでも元気!~健康はお口から~

お口の健康を気にかけていますか。「口が渇く」「飲み込みにくい」「固いものが食べにくい」などは、お口に関する老化のサインです。お口の働きやケアを学び、毎日の生活に取り入れることで健康維持に取り組みませんか。講義と実技を通して楽しく学び、お口から健康を目指しましょう。

☎9月11日(木)午後2時~4時(午後1時半から受付開始) ☎市民プラザホール(市役所1階) ☎▼おおむね65歳以上の市民▼市内在住・在勤の方 ☎定先着80人 ☎▼1部講義=石塚直治

氏(市歯科医師会)▼2部実技=原真奈美氏(健康運動指導士)☎手話通訳が必要な方は申込時に必ずお伝えください☎8月15日(金)午前10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へ。手話通訳が必要な方は9月1日(月)までに連絡を☎同係☎042・470・7777(内線2501~2503)



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



スポーツで元気

☎☎9月2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、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少年代から☎「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び☎各15組☎飲み物☎動きやすい服装で☎8月26日(火)午後1時半から電話または来館で

ベビーマッサージ

☎9月13日(土)午前10時~10時半☎首が据わった9カ月までのお子さん☎

8組☎鈴木あゆみ氏☎バスタオル、飲み物☎動きやすい服装で☎9月1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



サーキットの日

☎8月16日(土)午前11時から☎サーキット遊びで体を動かそう! ☎乳幼児と保護者 ☎当日会場で



おはなし会

☎8月19日(火)・26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

囲碁教室

☎8月20日(水)午後3時から☎囲碁のルールを学び、楽しもう!! ☎小学生 ☎富村榮治郎氏☎当日会場で

乳幼児さんと遊ぼう

☎8月21日(木)・28日(木)、いずれも午前10時半~11時15分☎水遊び☎1~4歳児と保護者☎中学・高校生世代の方が参加することがあります☎当日会場で

親子のコミュニケーションワーク

☎9月1日(月)午前10時半から☎音のワークとふれあい遊び☎0歳児と保護者☎定10組☎炭田契恵子氏☎8月25日(月)午前10時から電話または来館で (7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。
8月17日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)
8月24日・31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
8月17日・24日・31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17日・31日=前田病院(中央町5-13-34、☎042・473・2133)
8月24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