

- ・高齢者のみまもりに関する支援をご案内します… 3面
- ・「くるめゼロカーボンチャレンジらぼ」参加者募集… 4面
- ・令和8年度文化庁伝統文化親子教室事業… 8面
- ・防災まちづくり学校受講生募集… 8面

物価高騰対応市民の暮らし支援事業

◆バニラVisaギフトカードの  
受け取りがお済みでない世帯へ  
再発送を行います

市では、物価高騰対策として市に住民登録のある世帯へ5,000円×世帯人数分の金額がチャージされたプリペイド式のギフトカード『バニラVisaギフトカード』の配付を行っています。対象世帯には、4月中旬～5月中旬頃にカードを発送しました。

郵便局での保管期間経過や宛所不明などの理由によりカードが返戻された世帯へ、6月末頃～7月上旬頃に順次、再発送を行います。初回発送時と同様、簡易書留で送付するため、玄関先でカードをお受け取りいただき、不在票が投函された場合は、郵便局の保管期間内に再配達等のお手続きをお願いします。

東久留米市 市民の暮らし支援デスク(コールセンター)  
☎042・521・5620  
(土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)  
設置期間：10月16日(金)まで  
※設置期間を6月30日(火)までから延長しました。



市庁  
(事業概要)

カード発送対象世帯

令和8年1月16日時点で市に住民登録がある世帯  
※再発送の対象は初回発送時(4月中旬～5月中旬頃)にカードを受け取れず返戻された世帯



■次に該当する方は、8月14日(金)までにコールセンターへご連絡ください

- ・7月下旬になってもカードおよび郵便局の不在票を確認できない方
  - ・再発送後も郵便局の保管期間内にカードを受け取ることができなかった方
- ※8月14日(金)までにご連絡がない場合、カードを配付できない場合があります。

◆カードが届いた世帯へ  
カードの使用期限は9月30日(水)です

期限後に残高があった場合でも使用・換金などはできません。ぜひお早めにご利用ください。バニラVisaギフトカードは、国内外のVisa加盟店(Visaマークのある実店舗やオンラインショップ)で利用することができます。カードと同封のご利用案内に、残高の使い切りや残高確認方法についても記載がありますのでご確認ください。

市内で利用できる店舗や現金との併用が可能な店舗については、市庁で一部紹介しています。カードについての詳細は同カードをご覧ください。



市庁  
(利用可能店舗)



同カード

前沢緑地のワークショップを開催します



前沢緑地(前沢三丁目地内)は、「前沢森の広場」と北側に隣接する農地からなりたっており、9年度に整備工事を行う予定です。

前沢緑地の再整備の参考とするため、市民の皆さんからご意見を伺う機会として、ワークショップを開催します。全3回のワークショップを通して、「どんな場所にしたいか」などについて皆さんで考えてみませんか？

全3回。各回午前10時から2時間程度を予定

▼第1回=7月11日(土)▼第2回=8月22日(土)▼第3回=9月27日(日)

場南町地区センター第一会議室

(第1回は前沢緑地南側入口での現地集合を予定)

市内在住で3回のワークショップ全てに参加できる方

定20人程度(応募多数の場合は抽選)

申6月30日(火)までに申し込みフォームで

環境政策課緑と公園係☎042・470・7753



申し込み  
フォーム



# 市民生活

6月30日(火)納期限

納期内納付にご協力ください  
納税課 ☎042・470・7729

市民税・都民税・森林環境税  
(普通徴収)

第1期

## 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っています。

次の条件を満たす団体でおおむね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。**団体要件**▼申し込み団体において受付会場、市が持参する機器などを利用する電源の準備ができること▼申し込み団体が出張申請希望者に対し、必要書類の事前配布、案内などができること**申請者要件**▼東久留米市に住民登録がある方▼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)▼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 ※詳細は担当までお問い合わせください。☎市民課住民記録窓口係 ☎042・470・7722

## 住宅改修工事等による 固定資産税(家屋)の軽減制度

既存家屋に対して次の①～④の住宅改修工事等を行い、一定の要件を満たす場合、家屋の固定資産税を軽減する制度があります。適用を受けるためには、改修工事等完了後、必要書類を揃えて3カ月以内に申告が必要です。

**各軽減の種類**①耐震改修住宅軽減②バリアフリー改修住宅軽減③省エネ改修住宅軽減④マンション長寿化促進税制に係る軽減

※各軽減の要件・期間・金額および申告に必要な書類などは、市(新築家屋等に対する軽減措置)をご確認ください。

同軽減制度は「家屋の固定資産税」のみが対象です。☎課税課家屋資産税係 ☎042・470・7777 (内線2342～2344)



## ジェネリック医薬品差額通知書を送付します

ジェネリック医薬品に切り替えることで、薬代の自己負担額がいくら軽減できるかを試算した「ジェネリック医薬品差額通知書」を送付します。切り替えの参考にしてください。**生活習慣病などの医薬品が処方されている方で、薬代が一定金額以上軽減されると見込まれる後期高齢者医療制度の被保険者** **発送時期** 6月下旬と12月中旬 ※発送元は都後期高齢者医療広域連合。

**ジェネリック医薬品とは**一般的に低

価格でありながら、新薬(先発医薬品)と同一の有効成分を含み、同等の効き目があると国に認められている後発医薬品です。技術料や管理料などによっては、自己負担の総額を軽減できない場合があります。ジェネリック医薬品がない場合や処方されない場合があります。切り替えの際は、主治医や薬剤師と十分に相談してください。☎同通知書に記載のサポートデスク、市保険年金課高齢者医療係 ☎042・470・7846



# 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。

## 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。

利用したい人、協力したい人ともに登録が必要です。7・8月の事業説明会はありませんが、動画での視聴も可能なため、出産後や外出ができない方もお知らせください。登録後、会員同士の顔合わせが必要です。☎電話または直接同センター ☎042・475・3294へ



## 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。8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。

第1期=1歳児 第2期=小学校入学前の1年間(年長児相当) 第1期分は1歳の誕生月に発送します。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

6月24日(水)午前9時半～午後3時 場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

## わくわく調べもの学習

参加者同士でグループを作り、図書館の資料やインターネットを活用しながら調べ学習を行います。  
7月18日(土)午前10時～11時半 場中央図書館1階北開架室 ☎小学生 ☎先着20人 ☎同館司書 ☎筆記用具 ☎6月15日(月)～7月16日(土)に電話または直接同館カウンターへ(休館日を除く) ☎同館 ☎042・475・4646

## ARで学ぼう! 絶滅種と 絶滅危惧種

ARマーカーをスマートフォンやタブレットで読み取り、画面上で絶滅種や絶滅危惧種を観察し、図鑑で調べよう。クイズも用意しています。  
7月20日(月)祝午後2時～3時 場西部地域センター3階第2・3講習室 ☎小学生(保護者同伴可) ☎先着15人(保護者を除く) ☎スマートフォンやタブレット、色鉛筆など ☎車で来場不可 ☎スマートフォンやタブレットを持参できない方は、会場に用意した機器を使って職員と一緒に観察できます ☎6月15日(月)～7月19日(日)に電話または直接滝山図書館カウンターへ(休館日を除く) ☎同館 ☎042・471・7216

## 夏のおたのしみ会

人形劇や手遊び、大型絵本の読み聞かせなど、夏の特別なおはなし会を開催します。  
7月22日(水)午前11時～11時45分、午後3時～3時45分の2回 場南部地域センター2階講習室1・2 ☎乳幼児～小学生と保護者 ☎各回先着70人 ☎車で来場不可 ☎協力は水曜おはなし会 ☎6月15日(月)～7月21日(火)に電話または直接ひばりが丘図書館カウンターへ(休館日を除く) ☎同館 ☎042・463・3996

## 女子中高生向けオフィスツアー 参加者募集

夏休み期間中、STEM(科学・技術・工学・数学の総称)分野の魅力を伝えるツアーを下記の他に約50社以上で開催します。  
7月22日(水)、全日本空輸(株)、27人 ▼ 7月24日(金)、KDDI(株)、9人 ▼ 8月4日(火)、三菱マテリアル(株)、18人 ▼ 8月12日(水)、野村ホールディングス(株)、14人 ※いずれも応募多数の場合は抽選 ☎オフィス見学、女性社員によるパネルディスカッション、個別質問会など ☎6月23日(火)正午までに都生活文化局 ☎☎同局 ☎03・5388・3189



## 夏季ジュニアテニス(硬式)教室

7月28日・8月4日・11日・18日(予備日25日) いずれも火曜日午前8

時～10時(7時45分集合) 場小山テニスコート ☎市内在住の小学1年生～高校1年生 ☎定40人 ☎無料 ☎タオル・飲み物・運動のできるシューズ ※テニスラケットはジュニア用ラケットを貸し出し ☎主催は市体育協会・都スポーツ協会 ▼ 主管は市テニス連盟 ☎7月15日(水)までに(消印有効)、往復はがきに教室名・住所・氏名・学校名・学年・電話(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) ※電話不可 ☎同事務局 ☎042・470・2722



## 夏休み自由研究講座

生涯学習センターでは夏休みの自由研究にぴったりの講座を開催します。4つのテーマに沿って講座を講義します。詳細は、同センター ☎☎をご確認ください。

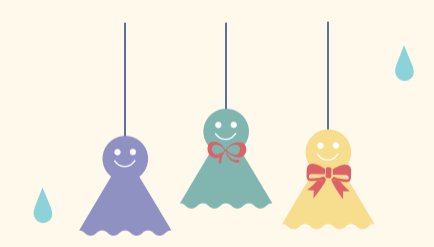
**ダンゴムシのすごいヒミツ**  
8月15日(土)午前10時半から ☎小学1年生～4年生と保護者 ☎先着10組(20人) ☎500円

**野草でホンモノ植物図鑑**  
8月15日(土)午後1時半から ☎小学3年生～6年生 ☎先着20人 ☎500円

**ヘビの抜け殻バッジ**  
8月16日(日)午前10時半から ☎小学1年生～4年生と保護者 ☎先着10組(20人) ☎1,000円

**水博士になろう!**  
8月16日(日)午後1時半から ☎小学3年生～6年生 ☎先着20人 ☎1,000円

**《共通事項》**  
場生涯学習センター創作室 ☎青山正志氏 ☎筆記用具 ☎汚れてもよい服装でご参加ください ☎7月4日(土)午前9時から電話または直接同センターで ☎同センター ☎042・473・7811 (第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ



# じどうかんに行こう!

児童館は、子ども達のがのびのびと遊べ、乳幼児の保護者の交流や子育てに関する情報交換の場です。

乳幼児・小・中・高校生世代を対象に、市内4つの児童館でさまざまな活動が行われています。

休館日: 月の最後の平日、年末年始  
施設点検日(年2回(けやき児童館))

詳しくは  
コチラ



中央児童館



けやき児童館



子どもセンターあおぞら



子どもセンターひばり



## 高齢者・福祉

### さいわい福祉センター 地域活動支援事業(通所訓練) 利用者募集

一般就労が困難な障害者に対する創作的活動または生産活動の機会の提供および社会適応訓練です。

**利用期間** 3年間 **募集期間** 随時募集 **対象** 市内在住で知的障害または身体障害をお持ちの18歳以上の方 **定員** 若干名 **申込** 電話で同センターへ **同センター** ☎042・477・2711(平日午前9時～午後5時)

### 「あんしん生活調査」にご協力を

高齢者の方がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、高齢者の皆さんの生活状況等を把握するものです。地域包括支援センタ

ーや在宅介護支援センターの職員がご自宅を訪問することもありますのでご協力ください。

**対象地域**にお住まいの75歳以上のひとり暮らし、または高齢者のみ(65歳以上の方を含む)の世帯の方 ※対象地域となる世帯にはお知らせします。 **他**地域包括支援センターおよび在宅介護支援センターは高齢者の総合相談窓口として市が設置(委託)しており、地域で暮らす高齢者の皆さんを支える機関です。生活での困りごとがありましたらご相談ください **お住まいの地域**を担当する地域包括支援センター、在宅介護支援センターまたは介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2501～2503)

### 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。7月は中部、西部地域包括支援センター主催です(8月は東部地域包括支援センターで開催します)。事前にお申し込みの上ぜひご参加ください。

**■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 **日** 7月6日(月)午後1時15分～2時半 **場** 中央町地区センター第1会議室 **申込** 中部地域包括支援センター ☎042・470・8186または ☎042・451・5121(本部)へ

**■西部地域にお住まいの方**  
**対象地域** 前沢四・五丁目、滝山・下里・柳窪・野火止・八幡町・弥生 **日** 7月10日(金)午後1時15分～2時半 **場** 西部地域センター第2講習室 **申込** 西部地域包括支援センター ☎042・472・0661へ

### 学んで実践 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」について学び、実践します。参加者と楽しく体を動かし、教室の最初と最後には体力測定を行い約2カ月間の振り返りを行います。

**回数** 全8回。7月17日～9月11日の毎週金曜日午前10時～11時半 **場** スポーツクラブルネサンス東久留米(本町3-3-38) **対象** 市内在住のおおむね65歳以上で、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 **定員** 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) **服装** タオル、室内履き、飲み物 **他** 動きやすい服装で **日** 6月15日(月)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 **申込** 介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2501～2503)



表 担当地区の連絡先

担当地区	名称・電話番号
上の原、神宝町、金山町、氷川台、大門町、東本町、新川町、浅間町、小山一～三丁目	●東部地域包括支援センター(本部) ☎042・428・7788
学園町、ひばりが丘団地、本町、中央町、幸町一丁目、南沢、前沢一～三丁目、南町	●中部地域包括支援センター(本部) ☎042・451・5121
前沢四・五丁目、滝山、下里、柳窪、弥生	●西部地域包括支援センター ☎042・472・0661
小山四・五丁目、幸町二～五丁目、野火止、八幡町	●在宅介護支援センター ☎042・479・0803

## 高齢者のみまもりに関する支援をご案内します

市では、さまざまな視点から高齢者のみまもりに取り組んでいます。日常生活の中で、「いつもと違う」「何かおかしい」と感じたら、担当の地域包括支援センターへご相談ください。

各事業によって、対象となる方の要件が異なりますので、詳細は担当までお問い合わせください。



### 高齢者のみまもりに関する事業一覧

事業名	対象者	内容	担当
みまもりネットワーク事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、介護保険など定期的な公的サービス未利用の方	みまもり協力員が高齢者に声掛けや遠いみまもり(郵便物の確認など)を行います。地域包括支援センターで相談の上、個別に計画します。	東部地域包括支援センター ☎042・473・9996 または同本部 ☎042・428・7788
配食サービス事業	おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、日常生活(食の確保)に支障があり、定期的な安否確認を要する方	バランスのとれた食事で健康保持を図り、定期的な触れ合いで安否確認をします。最大週4食まで可能。申請に基づき決定します。1食500円。	中部地域包括支援センター ☎042・470・8186 または同本部 ☎042・451・5121 西部地域包括支援センター ☎042・472・0661
あんしん生活調査	75歳以上の「ひとり暮らし」または「高齢者(65歳以上の方を含む)のみの世帯」	毎年、地域包括支援センター職員が担当地域を決めて直接訪問し、高齢者の生活を支える基礎情報をお伺いします。調査内容は、市および地域包括支援センターにて保管します。	在宅介護支援センター ☎042・479・0803 介護福祉課地域ケア係 ☎042・470・7777(内線2502)
救急通報システム事業	65歳以上のひとり暮らしまたは病弱な高齢者のみの世帯で、心臓疾患などで常時注意を要する方など	直接消防署へ連絡できる機器を貸与します。N T Tの電話回線と協力員が2人必要(おおむね500m以内に居住している方)。所得により負担額が異なります。	福祉総務課高齢者福祉係 ☎042・470・7777 (内線2508)
友愛活動(東久留米市シニアクラブ連合会)	シニアクラブ連合会に加入している老人クラブの活動区域で、ひとり暮らしをしている高齢者の方や高齢者世帯など	見守りなどが必要な方に対して、シニアクラブ連合会の会員が、電話や声掛けで安否確認を行い、家庭訪問をして話し相手になることで孤立感を解消します。	市社会福祉協議会 ☎042・475・0739
ミニデイホーム・子育てサロン活動	主に日中に孤立しがちなひとり暮らし高齢者、障害者、乳幼児を抱える親など	趣味・健康・交流活動等を通して顔の見える関係をつくります。月1～2回。	東京都防災・建築まちづくりセンター ☎03・5989・1784
あんしん居住制度	都内(島しょは除く)にお住まい、あるいはこれからお住まいになる高齢者など	「生活リズムセンサー」「緊急通報装置」「携帯用ペンダント」により、24時間安否確認と緊急対応を行います。	



## ごみ・住環境

### 「くるめゼロカーボンチャレンジらぼ」参加者募集

8年2月に策定した第三次環境基本計画/地球温暖化対策実行計画(区域施策編)の推進、2050年カーボンニュートラルの達成にむけて、環境問題や地球温暖化対策などについて学ぶ、市民参加型の環境会議を開催します。

回▼第1回=8月23日(日)「気候変動や環境問題の現状を知ろう!」▼第2回=10月24日(土)「個人で始められる行動、身近な人と取り組むための工夫を考えよう!」▼第3回=12月13日(日)「いろいろな人を巻き込み、社会を動かすための活動計画をつくらう!」、いずれも午後1時半から3時間程度 ※各回のテーマは変わる可能性があります 市役所7階会議室 市内在住・在勤・在学の中学生以上で原則として各回参加できる方(事情により欠席も可) 定員30人(応募多数の場合は抽選) 協力は一般社団法人サステナブル市民会議 6月15日(月)~7月3日(金)に、応募フォームから申し込みを。対象者には7月10日(金)頃までに☎でお知らせします 環境政策課計画調整係 ☎042・470・7753



応募フォーム

### 熱中症に注意しましょう

近年、熱中症による救急搬送は増加傾向にあります。昨年の東京消防庁管内における6月~9月までの熱中症(熱中症疑い含む)による救急搬送者数は9,203人(速報値)で、過去最多となりました。特に7月~8月に多く、気温28~35℃、湿度50~80%の環境で多発しています。熱中症は重症化すると命の危険を伴います。のどが渇く前にこまめに水分を補給しましょう。また、屋内では室温に応じてエアコンを適切に使用することが大切です。熱中症の正しい知識を持ち、予防を心掛けましょう。詳しくは東京消防庁☎をご覧ください。 東久留米消防署防火査察係 ☎042・471・0119



東京消防庁

### 東久留米市内でのナラ枯れ樹木伐採等の実施について

森林病害虫であるカシノナガキクイムシが媒介する「ナラ菌」による通称「ナラ枯れ」対策のため、下記4カ所において樹木の伐採および燻蒸処理を実施します。

回7月~8月末予定 ①野火止用水(野火止三丁目~下里六丁目) ②柳窪けやき森の広場 ③柳窪森の広場 ④南沢樹林地 環境政策課緑と公園係 ☎042・470・7753

### 民有地のハチ対策

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ので、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

市では、協定を結んだ市内の駆除業者を紹介します。

回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

回同課生活環境係 ☎042・470・7753



市



## お知らせ

### 都立霊園使用者の申込書を配布しています

申込書配布・申込期間 6月12日(金)~7月3日(金) 市民課(市役所1階)、市内各連絡所、各都立霊園など 郵送、または公益財団法人東京都公園協会☎から申し込みを 回▼配布場所について=市民課住民記録窓口係 ☎042・470・7722 ▼募集内容について=霊園募集専用電話 ☎0570・783・802



同協会

### 特設行政相談所を開設します

国・都・市などの行政機関やJR・NTT等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。そのようなときは「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。

回6月24日(水)午後1時半~4時 屋内ひろば(市役所1階) 無料 予約不要、当日会場で 福祉総務課相談支援係 ☎042・470・7749

### 「自動通話録音機」を無償で貸し出します

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。

回市内在住で65歳以上の方 貸出回数 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) 回▼設置する電話機が、迷惑電話防止機能付き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 回7月1日(水)午前9時から防災防犯課へ電話で希望の旨を連絡ください。日程調整のうえ、指定日時に同課窓口(市役所2階)で貸与します 回防災防犯課 ☎042・470・7769(平日午前9時~午後5時(正午~午後1時を除く))

### 8年度排水設備工事責任技術者資格認定共通試験(案内)

回10月4日(日)午後1時~3時 青山学院大学・青山キャンパス17号館(渋谷区渋谷4-4-25) 回▼下表の通り 回施設建設課下水道施設担当 ☎042・470・7759

表 排水設備工事責任技術者資格認定共通試験申し込み方法

申込種別	オンライン申込	郵送申込
掲出・配布場所	下水道局	6月30日(火)まで施設建設課下水道施設担当窓口⑦(市役所5階)にて配布
受験手数料	6,180円(受験料6,000円、郵送料180円)	6,290円(受験料6,000円、郵送料290円)
申込方法	申請サイトで申込	特定記録により郵送
受付期間	6月30日(火)まで	6月30日(火)まで(当日消印有効)

### 令和8年度東久留米市子ども食堂支援事業補助金を交付します

市内において、地域の子どもやその保護者が気軽に立ち寄り、栄養バランスの取れた食事を取りながら、相互に交流を行う場を提供する取り組み(子ども食堂)を行う事業者に対して補助金を交付します。

補助対象期間 4月1日~9年3月31日 補助対象経費 需用費、使用料および賃借料、役務費等、設備整備費等 ※人件費および事業者の運営に要する経費などは補助対象外となります。 回9月30日(水)までに(必着)、市で交付要件、申請方法などを確認の上、交付申請書などを郵送(〒203-8555、市役所児童青少年課宛)または直接同課(市役所2階)へ持参してください。 ※提出された書類は返却しません。申請書類をもとに交付を決定し、結果を通知します。 回児童青少年課児童青少年係 ☎042・470・7735

### 観光情報ページにバナーを掲載しませんか

市の観光・産業を盛り上げるために、観光情報ページに広告(バナー)を掲載してみませんか。スマートフォン用ページからも広告バナーが見られます。

回1枠当たり月12,000円 申込期限掲

載希望月の前々月の15日 回バナーの規格、申し込みの流れについては市☎をご覧ください 回地域振興課地域振興係 ☎042・470・7743



市

### マンション管理計画認定制度について

マンション管理計画認定制度は、管理計画が一定の基準を満たす場合に、適切な管理計画を持つマンションとして認定を受けることができる制度です。この認定を受けることで、融資における金利の優遇や税制優遇などのメリットを受けることができます。認定の要件などの詳細は市☎でご確認ください。

回市内に所在する分譲マンションの管理組合 回都市計画課計画調整担当 ☎042・470・7762



## 職員募集

### 会計年度任用職員募集



市

募集の詳細は市☎をご覧ください。

健康増進事業に従事する職員(会計年度任用職員・アシスタント職) 任用期間 8月下旬~9年3月31日 勤務時間 月に、平日の5日間、午前9時~午後5時(昼休憩1時間) ※その他、週末の出勤あり。勤務場所 わくわく健康プラザ(滝山4-3-14)など 募集人数 1人 報酬時給1,226円 応募資格の有無無 申込期間 7月15日(水)まで 回健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



# 7年度の廃棄物の排出・処理量(速報値)をお知らせします

市では、市民の皆さんにご協力いただき、廃棄物の分別・再資源化を進めています。7年度の燃やせるごみ・燃やせないごみ・粗大ごみ・有害ごみの収集量と容器包装プラスチックの回収量は、右表の通りとなりました。引き続き、ごみ減量への取組みにご協力をお願いいたします。



ごみ対策課 ☎042・473・2117

表 7年度 廃棄物の排出量および処理量(単位：トン)

(8年4月1日現在の速報値)

	廃棄物	7年度	前年度比	
			増減	増減率
排出量	燃やせるごみ※	18,220	△734	△3.87%
	燃やせないごみ※ 粗大ごみ※、有害ごみ	2,154	△75	△3.36%
	資源ごみ(行政回収)	6,396	△122	△1.87%
	うち容器包装プラスチック	1,547	△19	△1.21%
	資源ごみ(集団回収)	1,419	△131	△8.45%
	合計	28,189	△1062	△3.63%
資源化量	燃やせないごみ・粗大ごみ	663	17	2.63%
	資源ごみ(行政回収、集団回収)	7,815	△253	△3.14%
	合計	8,478	△236	△2.71%
最終処分場搬入量(エコセメント化)		2,273	62	2.80%

※持ち込みごみを含みます。

## 官公署だより

### 健康づくり調理師研修会

第1回=7月1日(水) 第2回=7月7日(火)、いずれも午後2時~4時  
※いずれかにお申し込みください。  
多摩小平保健所(定番野菜をごちそうに! 簡単野菜デリ講座) たりしゆき氏(オレンジキッチン クッキングスタジオ料理研究家・野菜ソムリエプロ) 飲食店等で調理業務に携わっている方 500円(当日集金) 各回定員先着20人 各回1週間前までに、多摩小平保健所(定番)で同保健所生活環境安全課保健栄養担当 ☎042・450・3111

### チャレンジボランティア講座

ボランティア活動にチャレンジしたい人に、ボランティアの基本の学びと活動先を紹介する講座です。  
オンライン説明会に参加した7歳(小学1年生)~おおむね20歳代(小学3年生未満は保護者同伴が必要) 30人程度(各施設受け入れ可能人数で調整) 350円(保険代として)  
オンライン説明会 7月1日(水)~8月7日(金)に市社会福祉協議会(定番)から動画で視聴、またはボランティア交流室で視聴(予約制) 7月10日(金)~8月7日(金)平日午前9時~正午、午後1時~4時半に電話で予約の上、わくわく健康プラザ社協ボラン



市社協(定番)

ティアセンターへ

ボランティア活動 8月1日(日)~31日(月)のうち希望する日程、市内の福祉施設やボランティア団体など(定番)協議会ボランティアセンター ☎042・475・0739

### 毎週水・木曜日開催! スマホ連続講座 参加者募集

本体は数万円、月々の利用料金は数千円もかかるスマートフォン。持っているインターネット検索や映像の閲覧、PayPayなどお買い物のほか、二次元コードを使った市のLINE公式アカウントの利用などいろいろ使えるのに使わないのはもったいない。1度で覚えられない操作も、10回連続で学べばそこそこ使えるようになりますよ!



全10回。時間はいずれも午前9時半~正午 ▼水曜コース=7月1日(水)以降の毎週水曜日 ▼木曜コース=7月2日(木)以降の毎週木曜日 中央町地区センター(定番)講義・個別相談(スマホに関する操作やアプリの使い方) ほか(定番)60歳以上の方(定番)各コース先着14人程度(定番)鈴木雄大氏(くるすスマホ総合相談所

代表) ほか(定番)7,000円(10回分) (定番)スマートフォン ※お持ちでない場合購入の助言をします。(定番)申し込みが5人以下の場合、開催を中止する場合あり(定番)主催は市社会福祉協議会(定番)6月18日(木)午後1時から氏名・住所・電話番号・年齢を同協議会地区センター担当へ電話で連絡を(定番)同担当 ☎042・479・5550(火曜日・祝日を除く午前9時~午後5時)

### 女性しごと応援キャラバン in東久留米

〜ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方〜 タイムマネジメントのコツ

時間の使い方を見直し、優先順位のつけ方や段取りのコツを学びます。仕事とプライベートのバランスを整えながら、無理なく成果を出す働き方を考え、自分に合った時間管理の方法を身につけましょう。

7月9日(水)①セミナー=午前10時~正午②就業個別相談会=午後0時15分~1時20分(1人約30分) 成美教育文化会館プレイルーム(定番)はたらきたい女性(定番)①40人②10人(いずれも事前予約制、先着順) 女性しごと応援キャラバン講師(定番)受講には東京しごとセンター多摩の利用登録が必要です(当日登録可) (定番)6カ月~未就学児の保育あり(定員10人程度。7月2日(木)正午までに要予約) (定番)6月9日(火)から女性しごと応援キャラバン公式(定番)または電話で運営事務



同キャラバン(定番)

局へ(定番)同事務局 ☎03・4550・0973

### 第254回東京都都市計画審議会 傍聴者募集

9月8日(火)午後1時半から(定番)都庁会議室(定番)15人(事前抽選) (定番)個人のプライバシーに関わる案件などがある場合は、会議が一部非公開となることがあります(定番)付議予定案件は都都市整備局(定番)または都都市計画課へ(定番)8月17日(月)までに(消印有効)、申し込みフォームから回答、または往復はがき(1人1通のみ有効)に住所・氏名・電話番号・傍聴希望の旨を記入の上、郵送(〒163-8001、東京都新宿区西新宿2-8-1、都都市整備局都市計画課宛て)を(定番)同課計画監理担当 ☎03・5388・3225



同整備局(定番)



申し込みフォーム

### 東京都水道局からのお知らせ

都では、物価高騰下の暑さ対策の一環として、水道料金の基本料金を無償とします。お申し込みは不要です。詳しくは、水道局(定番)をご覧ください。 都水道局お客さまセンター ☎0570・091・100(ナビダイヤル)



都水道局(定番)

## 市民伝言板

### 会員募集

- ◆2001年会=8月6回。月曜・木曜日午後1時~5時(定番)東部地域センター(定番)年会費年2,500円(定番)65歳以上の男女20名程、級位者中心に石取りゲーム! 始めよう(定番)田 ☎042・479・4302
- ◆Yoga arya=8月毎週土曜日(平日は不定期)午前10時~11時(定番)東久留米第2住宅12号棟集会所(定番)入会金1,000円、会費1回1,000円(定番)初心者歓迎(定番)有光 ☎042・410・0276
- ◆アザミの会=8月4回。水曜日正午~午後4時(定番)滝山団地西集会所(定番)年会費月

1,000円(定番)高齢者の健康を目的とした楽しい会です(定番)永田 ☎042・477・8477

◆東久留米パソコンクラブ=8月3回。金曜日午後1時半~3時半(定番)生涯学習センター(定番)年会費月1,000円(定番)教材用の写真を自由に加工印刷し、各自持ち帰ります。パソコン持参(定番)沢 ☎080・1257・3857

◆前沢ときわ会=8月4回。水曜日午後1時~4時(定番)西部地域センター(定番)年会費年2,400円(定番)一緒に新しい歌や懐かしい歌を唄いませんか。連絡ください(定番)岡 ☎090・2938・7948

### 催し

◆発達障害当事者会 第115回一刻の会(発達障害当事者会一刻の会)=8月21日(日)午後1時半~3時半(定番)成美教育文化

会館(定番)参加費200円(定番)発達障害を持つ方のお話会、他の人はどうしているのだろうか? 聞くだけでも大丈夫! (定番)鈴木 ☎070・1467・0063

◆水辺(落合川)の生きもの勉強会・報告会(東久留米 水辺の生きもの研究会)=8月28日(日)午前10時(開場9時45分)~正午(定番)市民プラザ会議室(市役所1階) (定番)無料(定番)落合川に生きる魚、植物、また近くで生きる昆虫などについてお話しします(定番)高橋 ☎090・3040・5195

◆第43回朗読サロン(東久留米図書館友

の会)=8月20日(土)午後1時半開演(1時15分開場) (定番)生涯学習センター第1・2集会学習室(定番)無料(定番)午後のひととき、朗読を聞き、皆で軽い体操・お口の体操も(定番)辻 ☎042・473・2925

◆ドリームウエストウィンドオーケストラ定期演奏会(ドリームウエストウィンドオーケストラ)=8月28日(日)午後2時開演(1時15分開場) (定番)生涯学習センターホール(定番)無料(定番)演奏曲: マーチ忠誠、マンボNo.05、翼を下さい他(定番)中島 ☎080・2122・4624



# イベント・講座

## 文化

### サークル見学会☆参加団体募集

9月に開催の「サークル見学会」の参加団体を募集します。サークル見学会とは当センターで活動しているサークル(団体)を一般の方が気軽に見学できるイベントです。

9月1日(火)～30日(水) ※各団体の都合のいい日程・時間帯で随時開催  
生涯学習センター同センターで活動をしているサークル(団体)無料 ※生涯学習センターの貸室利用代金は通常通り発生します。6月15日(月)～7月31日(金)に直接同センター窓口へ同センター☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)

## スポーツ

### 小学生ハンドボール交流大会

ハンドボールってどんなスポーツ? ハンドボールを観戦、応援してみませんか!

7月5日(日)・8月29日(土)各回午前9時からスポーツセンター小学生男女対象の交流試合  
見学・応援・観戦での入場可・事前申し込み不要  
東久留米ハンドボールクラブ Instagramまで



同クラブ Instagram

### 夏季オープン バスケットボール大会

7月18日(土)午前9時～午後4時  
8月1日(土)・9日(日)午前9時～午後6時50分  
スポーツセンター第1体育室市内在住・在勤・在学

の18歳以上の方(高校生不可)かつ5人以上で編成されたチーム1チーム5,000円(8年度新規登録で別途3,000円)市バスケットボール連盟詳しくは同連盟をご覧ください  
同連盟 ☎(higashikurume.b.a@gmail.com)



市バスケット連盟

## くらし

### みんなdeアート2026 東久留米のたなばた

市民プラザ、西部・東部・南部の地域センターでは、七夕の笹を置いています。

皆さんの願いを書いていただき、七夕かざりとして展示します。

6月下旬から。募集・展示期間は、各館により異なります  
市役所1階屋内ひろば、各地域センターロビー  
市民プラザ☎042・470・7813  
西部地域センター☎042・471・7210  
東部地域センター☎042・470・8020  
南部地域センター☎042・451・2021



### 「骨の健康管理」～気軽に骨密度を測りましょう～

大切です。年に1度の骨密度測定! 健康に快適に暮らせるためのアドバイスをします。その後に骨密度を測定。質問コーナー、フレイル予防に役立つ軽体操もあります。

6月25日(木)午前10時～11時半  
大門町地区センター60歳以上の方  
先着20人(要予約)中島正登氏(明治薬科大学附属薬局管理薬剤師)※車での来場不可  
協力明治薬科大学 6月16日(火)午前10時から電話または東部地域センター窓口で同センター☎042・470・8020

### わいわいがやがや室内ゲーム

輪投げあそびのほか、段ボールやペットボトル、ピンポン玉を使って誰でもできる室内ゲームをみんなで「わいがや」しませんか。

参加者全員にわたあめプレゼント! ゲーム高得点でさらにゲット!

7月5日(日)午後1時半～4時  
南部地域センター2階講習室  
先着50人  
車での来場不可  
6月16日(火)午前10時から電話または直接同センター窓口で ※当日参加申し込みも可  
同センター☎042・451・2021

### みんなで避難所体験! 防災サバイバル

何も無い広い空間で、1から避難所を作ってみましょう。

7月26日(日)午後2時～3時半  
生涯学習センターホール  
先着20人  
防災まちづくりの会・東久留米 300円  
筆記用具  
未就学児の方は保護者と一緒にご参加ください  
汚れてもよい服装で  
6月20日(土)午前9時から電話または同センター☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)へ

### 令和8年度 多摩北部広域 子ども体験塾

低学年コース(小学1年～3年生) = 7月31日(金)  
高学年コース(小学4年生～中学3年生) = 8月7日(金)  
いずれも午前8時25分～午後4時半  
多摩六都科学館集合・解散(日本科学未来館へ移動)  
日本科学未来館での見学とロボット工作  
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している小・中学生  
各日30人(応募多数の場合は抽選)  
6月30日(火)まで 多摩六都科学館



多摩六都科学館

多摩六都科学館のイベントページ内の専用フォームで多摩六都科学館多摩北部広域子ども体験塾 ☎042・469・6100

### ノーザンシックス・ビッグバンド 「真夏の夜のラテン・ジャズライブ2026」

真夏のひととき、ジャズのシャワーを浴びましょう。

8月1日(土)午後5時半開演(5時開場)  
市役所1階屋内ひろば  
先着160人  
1,000円  
3歳未満のお子さんのみ膝上鑑賞可能  
6月20日(土)から市民プラザ、西部・東部・南部の各地域センターでチケット販売(電話予約不可)  
同プラザ☎042・470・7813

# けんこう

### 飼い犬の狂犬病予防注射はお済みですか

生後91日以上の子犬は、30日以内に登録し、1年に1回、狂犬病予防注射を接種することが狂犬病予防法で飼い主に義務付けられています。また、狂犬病予防注射の接種後は、注射済票(金属の骨型プレート)の交付を受ける必要があります。手続き方法の詳細は市ををご覧ください。

※獣医師会に加入している動物病院(下表参照)では、注射済票の交付をその場で受けられるため、来庁の必要はありません。

注射済票交付550円(再交付340円) ※予防注射料金は各病院へ問い合わせください。  
健康課予防係☎042・477・0030



市

表 狂犬病予防注射と注射済票交付が同時にできる病院

病院名	住所	電話番号
かざま動物病院	中央町2-6-50	042・453・8111
田中動物病院	東本町4-9	042・474・0533
トオヤ動物病院	中央町1-1-49	042・473・7078
くるめ動物病院	八幡町3-3-12	042・477・3443
どんぐり動物病院	下里5-9-15	042・475・5562

## 多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

### 大人向けプラネタリウム「星空世界旅行ーハワイ編ー」

文化やアートなどさまざまな視点から星空を語るプログラム。今回は常夏の国ハワイを訪れ、観光地を巡るとともに現地の星空をご案内。星を目印にする伝統的航海術「スターナビゲーション」についても紹介します。

6月24日(水)午後1時10分～55分・28日(日)午後5時10分～55分  
多摩六都科学館  
中学生以上(小学生以下は入場不可)  
先着220人  
観覧付入館券(展示室+プラネタリウム1回)1,040円(中・高校生420円)  
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**

賃貸住宅の家賃値上げについて  
Q. 賃貸マンションの更新月に、昨今の物価高に伴い8千円値上げされると言われました。納得できないので根拠を尋ねると、値上げ金額の算出方法は社外秘なので教えられると言われました。値上げに応じないと住み続けられないのでしょうか。  
A. 家賃の更新は貸主・借主双方の合意が必要なため、一方的な値上げは原則として認められません。借地借家法では、土地や建物にかかる税金が上がったり、近隣の物件に比べて不当に低かったりした場合、値上げができるとなっています。納得できなければ、物件検

査サイトなどで同じような物件を調べて、値上げ額が不当と感じたら交渉材料にしましょう。値上げを拒否しても、従来の家賃を払い続けていれば、強制的に退去させることはできません。家主が家賃の受け取りを拒否した場合は、家賃を支払う意思を明確に表明するために、管轄の法務局に家賃を供託する方法があります。一方「定期借家契約」の場合は契約に定められた期間が終了したら更新ができず、住み続けるためには、再契約を結ばなければなりません。都では「賃料値上げ特別相談窓口」を設けています。困ったら消費者センターにお問い合わせください。《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

**体力測定会(南部地域センター)**

楽しく気軽に体力測定してみませんか。ご自身の体力や体の状態を把握して、フレイル予防に役立てましょう。ぜひご参加ください。

☎7月7日(火)午前10時～11時半(15分前から受け付け)☎南部地域センター2階講習室1・2☎握力測定、開眼片足立ち、口腔機能チェック、椅子立ち上がりテスト、Timed Up & Goテスト(血圧測定・健康状態を把握するアンケート記入あり)☎市内在住の65歳以上の方☎20人☎運動靴、飲み物、タオル、動きやすい服装☎要介護認定1～5を受けている方・医師から運動制限の指示のある方はご遠慮ください☎徒歩または自転車のみ来場可☎6月17



申し込みフォーム

日(水)午前9時から電話で保険年金課高齢者医療係または申し込みフォームで☎同係☎042・470・7846

**【講演会】転びにくい身体づくり～背骨ケア体操で楽に動こう！～**

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。今回は背骨ケアについてお伝えします。腰痛や肩こり改善にも有効なポイントを学びませんか。

☎7月16日(木)午後2時～3時半(1時半から受け付け)☎市民プラザホール(市役所1階)☎おおむね65歳以上の市内在住の方☎先着50人☎吉川智仁氏(市リハビリテーション協議会、Halo訪問看護ステーション作業療法士)☎筆記用具、飲み物

☎6月15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、7月7日(火)までに、申し込みフォームまたは住所・氏名・生年月日・FAX番号と手話希望と記入の上FAX

(042・470・7808)で送信を☎同係☎042・470・7777(内線2501～2503)



申し込みフォーム



**歯科医師会 コラム**

**「攻めの予防医療と歯科」**

厚生労働省は3月、市町村の検診情報をデジタル化する実証事業を始め、2029年度までには全国で実施するとし、いわゆる「攻めの予防医療」の一つとして、がんや歯周病などの一部の検診結果を集約してビッグデータとし、大学や研究機関に提供して病気の予防や医療政策の立案に役立てる構想を示しています。

東北大学が2025年1月に報告した40歳から75歳の糖尿病患者約10万人の医療レセプトと特定健診からのビッグデータを活用した大規模な追跡調査の結果では、歯周病治療のため定期的に歯科を受診する患者は、受診しない患者に比べて人工透析に移行するリスクが32～44%低いことが明らかになりました。

歯周病は口の中の症状だけでなく、糖尿病、脳血管障害、心臓病、認知症等の全身疾患のリスクを高めます。歯周病の進行により、歯と歯ぐきの間にある歯周ポケットが深くなり細菌が繁殖し、ここから細菌や炎症性物質が血管を透過して血液中に入り、歯磨きや食事など日常の刺激でも細菌が血液中に入る菌血症が起こり全身に運ばれます。このような「低レベルだが持続的な慢性炎症」が糖の代謝

を調節するインシュリンの働きを弱め、血糖コントロールを困難にします。一方、高血糖状態が長く続くと免疫機能が低下し、歯周病が増悪しやすくなります。両者は双方向で影響を与え、悪循環に陥ります。

東久留米市(以下本市)の令和6年度から11年度の「第3期データヘルス計画・第4期特定健康診査等実施計画」では、新たに「歯周病予防の普及啓発」が記載され、糖尿病リスクの高い方に対する成人歯科検診の受診勧奨が実施されました。

さらに令和8年度からは本市の糖尿病性腎症重症化予防プログラムにおける対象の市民に向けたパンフレットに、新たに歯科受診の勧奨が記載されます。

このように、定期的な歯科受診は「健康を守る」、「病気の重症化を防ぐ」ために極めて重要です。

今後は、本市の成人歯科検診対象者の拡大、後期高齢者歯科検診の実施、歯科受診を勧奨された方へ向けたきめ細かいフォローアップ等により、歯科からの「糖尿病の重症化防止」へ、そして地域からの「攻めの予防医療」への寄与が期待されます。

(東久留米市歯科医師会)

**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5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)

7月12日=いくせ医院  
(新川町1-4-18、☎042・471・2304)

**歯科**  
7月5日・12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5日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)  
7月12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)

**7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)	1日(水)	午前10時から	弁護士	6月25日(木)	市民相談・暮らしの窓口相談室(市役所2階)	各予約開始日の午前8時半から電話で福祉総務課相談支援係☎042・470・7749			
	8日(水)			7月9日(木)					
	15日(水)								
	22日(水)								
不動産・相続・会社の登記等相談(5人)	1日(水)	午後1時から	司法書士	6月23日(火)	市民相談・暮らしの窓口相談室(市役所2階)	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)	1日(水)	午前10時から	土地家屋調査士	6月25日(木)					
相続・遺言・成年後見等手続き相談(5人)	8日(水)	午後1時から	行政書士	7月2日(木)					
税務相談(5人)	15日(水)	午後1時半から	税理士	7月7日(火)					
人権・身の上相談(4人)			人権擁護委員	7月9日(木)					
不動産取引相談(5人)	2日(木)	午後1時から	宅地建物取引士	6月25日(木)					
交通事故相談(5人)	22日(水)	午前10時から	弁護士	7月16日(木)					
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談(4人)			社会保険労務士						
女性の悩みごと相談(各日4人)			6日(月)				午前10時～午後7時	女性カウンセラー	6月17日(水)
			13日(月)						7月1日(木)
	21日(火)								
27日(月)									
女性弁護士による法律相談(4人)	3日(金)	午前9時半～午後0時半	女性弁護士	6月19日(金)					
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	市商工会館	市商工会☎042・471・7577			
耐震相談	7月は実施しません(次回は8月7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(滝山のみ水曜日は午後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			
					滝山相談室(西部地域センター内)	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		児童青少年課(市役所2階)	児童青少年課☎042・470・7736			
身体障害者相談	平日	午前9時～午後5時	身体障害者相談員		さいわい福祉センター	原則、前月末までにさいわい福祉センター☎042・477・2711			
知的障害者相談			知的障害者相談員						
心身障害者(児)相談			さいわい福祉センター支援員						
職業相談	開庁日	午前9時～午後5時	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	9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		消費生活相談員		市消費者センター(市役所2階)	市消費者センター☎042・473・4505			
行政相談	8日(水)	午前10時～正午	行政相談委員		福祉総務課(市役所2階)	福祉総務課相談支援係☎042・470・7749			
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						

## 令和8年度文化庁伝統文化親子教室

令和8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。詳細は実施団体へお問い合わせください。

※開催場所の確保状況により日時・会場が変更となる場合があります。



### ◆東久留米市伝統文化親子教室事業(日本舞踊教室)

教室名(実施団体)	内容(場所)	開催日時	共通事項	申し込みフォーム
東久留米(中央)・日本舞踊体験教室(東久留米市伝統文化体験華鈴会)	古典芸能に触れながら日本舞踊の基本動作・姿勢・礼儀作法を学ぶ教室です。(生涯学習センター和室)	7月11日・25日、8月22日、9月12日・26日、10月3日・17日、11月7日・14日、いずれも土曜日・午後1時～5時 ※合同発表会11月21日(土)	④4歳～高校生(小学3年生以下は保護者同伴) ⑤先着15人程度(錦泉会は20人程度) ⑥創舞吉之城氏(日本舞踊創舞流) ⑦合同発表会参加者のみ1人3,500円程度(かかる費用を参加者人数により均等割) ※飲食や個人的な持ち物などは自己負担。⑧開催日までに各実施団体の申し込みフォームで⑨東久留米市文化芸術創造のまち実行委員会・日本舞踊担当・成松 ☎090・1506・0630、✉(sobu777jp-tokyo@yahoo.co.jp)	 華鈴会
東久留米(西部地域)・日本舞踊体験教室(東久留米はなみずき会)	はじめてのやさしい日本舞踊! 古典芸能である日本舞踊を体験しながら和装着付けや礼法、伝統文化を学ぶ教室です。(西部地域センター<車で来館不可>)	7月12日・26日、8月23日、9月13日、10月4日・18日・25日、11月8日・15日、いずれも日曜日・午後1時～5時 ※合同発表会11月21日(土)		 東久留米はなみずき会
ひばりが丘・日本舞踊体験教室(こども日本舞踊 錦泉会)	古典芸能を基に、舞台上での決まりごと、役者としての心構えなど舞台上での表現方法を習得するための教室です。(南部地域センター<車で来館不可>)	10月10日・24日・31日、11月7日・14日、いずれも土曜日・午後1時～5時 ※合同練習11月7日(土)・14日(土) ※合同発表会11月21日(土)		 錦泉会

### ◆東久留米和太鼓親子教室(楽鼓)

集まったお友達と一緒に太鼓を叩いて夏のお祭りや、イベントに参加しませんか? 初めての方でも大歓迎です。

☎6月27日(土)、7月20日(月・祝)、8月8日(土)、9月26日(土)、10月3日(土)、11月23日(月・祝)、12月26日(土)、9年1月9日(土) ※7月20日のみ夜間、他は午前。▼発表会=9年1月17日(日)場生涯学習センター(フラット)他④小・中学生と親(募集人員を超えた場合はこども優先) ⑤50人 ⑥井上玲子氏(楽鼓代表) ⑦2,000円 ⑧汗拭きタオル、飲み物 ⑨後援は市文化協会 ⑩6月19日(金)までに、名前(フリガナ)・学校・学年・生年月日・住所・緊急連絡先を記入の上、籠橋宛て✉(taikooyako@yahoo.co.jp)で送信を⑪井上 ☎090・9100・6485

## 防災まちづくり学校 受講生募集

地震の発生原因は、火山活動にあり! 日本深海の海底火山の活動を知る!! 家庭の備えと災害に遭遇した時に役立つ知識を学ぶ講座です。

☎①内師右表参照②時間原則午後1時～4時半頃。第3回・第5回は午前講座有 ※午前講座の時間については市文化協会☎でご確認ください。③場生涯学習センター他④市内在住・在勤・在学の方⑤20人(応募多数の場合は抽選) ⑥2,000円⑦筆記用具⑧7月15日(水)までに(必着)、郵送(通常はがきに住所・氏名(フリガナ)・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、同協会事務局「防災まちづくり学校申し込み」係宛て)または同協会☎で⑨同協会事務局 ☎042・477・4700



同協会☎

表 8年度防災まちづくり学校日程

回	日程	内容	講師(敬称略)
1	7月31日(金)	開校挨拶	東久留米市生涯学習課
		☎公開講座 地震を知って震災に備えよう	堀高峰(JAMSTEC海洋研究開発機構地震津波予測研究開発センター長)
		オリエンテーション	防災まちづくりの会
2	8月8日(土)	東久留米市地域防災計画	東久留米市防災防犯課
		災害時の医療体制・感染症対策	角泰人(東久留米市医師会)
3	8月22日(土)	災害時のトイレ問題と対応	島村允也(日本トイレ研究所)
		(午前講座)AED・初期消火・通報訓練	東京消防庁東久留米消防署
4	8月29日(土)	他人ごと防災から自分ごと防災へ 災害立国から防災立国を目指して	濱口和久(財)防災教育推進協会理事長) 阿部由紀(一社)BIG UP石巻)
		地域づくりと災害との関係性災害にも強い地域づくり	
5	9月12日(土)	災害ボランティアセンターと災害ボランティア活動	東久留米市社会福祉協議会
		都市防災における家屋と立地について	濱中冬行(東久留米建築設計協会)
6	9月19日(土)	(午前講座)アウトドア防災避難所運営について	あんどろりす(アウトドア防災ガイド) 大澤サユリ(埼玉県災害ボランティア団体ネットワーク「彩の国会議」事務局)
		立川防災館体験学習(半日・バス移動) ①煙体験コーナー ②救出救助コーナー③地震体験コーナー④VR防災体験	立川防災館 防災まちづくりの会
7	9月26日(土)	東久留米市内の自治会活動について、水害にあったら、受講感想発表	氷川台自治会 上山大助(3.11 石巻支援チームエース)、受講生
		閉校式、卒業証書授与	東久留米市生涯学習課

広告 内容については広告主にお問い合わせください