

環境

ごみ・資源物の収集日の朝8時までに指定場所へ

ごみ・資源物の収集は朝8時から始まります。排出量、交通事情等によって収集時間や収集ルートを変更することがありますので、収集日の朝8時までに必ずようご協力をお願いします。

収集後に出されたごみの収集(2度目の収集)は行いません。

ごみ減量推進課

官公署

失業給付受給中に仕事をを行った際は申告が必要です

失業給付を受給しているかたで、受給期間中に仕事を行った際に申告を行わなかった場合、不正受給として処分される場合があります。申告内容について少しでも分からないことがあるときはお問い合わせください。

ハローワーク立川雇用保険給付課(☎042・525・8605)

地域の防災力を高めよう

地震等の被害を軽減するためには、1人1人が自ら取り組む「自助」、地域で助け合っ

特に大規模な災害時には、同時多発火災による延焼拡大が危惧されており、消防機関だけでなく地域の皆さんが初期消火活動等の防災行動力を高めることが重要です。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、防災訓練や

必要事項「講座名(検診名等)・住所・氏名(ふりがな)・電話番号」・特記事項(詳細は最終面参照) ※消せるボールペンは使わないでください。

防災イベント等の防災行動力を高める機会が少なくなっています。自宅でも防災知識が学べるよう、東村山消防署ホームページに防災訓練動画や防災クイズに挑戦できる「おうちで防災を学ぼう!リモート防災学習」ページを開設しましたのでご利用ください。

また、東京消防庁の公式アプリやホームページで公開している「訓練用防災マップ(東京消防庁マップ)」では、消火栓等の位置や建物の延焼危険度等地域の防災情報を確認できます。散歩等で皆さんが住んでいる地域の防災対策について考えてみましょう。

東村山消防署警防課防災安全係(☎391・0119)

春の全国交通安全運動

4月6日(土)~15日(日) 交通事故死ゼロを目指す日 4月10日

昨年、市内では交通人身事故が218件発生しました。今後悲惨な交通事故を減らすため、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを身に付けましょう。

運動の重点

- 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
自転車の安全利用の推進
歩行者等の保護を始めとする安全運転意識の向上
二輪車の交通事故防止

留意点

夜間、夕暮れ時は明るく目立つ服装や反射材用品を身に付けましょう。また、入学や進級を迎える春は子どもの歩行中の事故に注意が必要です。交通ルールを繰り返し指導しましょう。

自転車運転するとき

自転車は自動車と同じ車両の仲間です。ヘルメットを着

用し、交通ルール・マナーを守って運転しましょう。

安全運転意識の向上

「ゾーン30」(歩行者やほかの車両の安全を確保するため時速30kmの速度規制や安全対策を実施している区域)内では「思いやり・譲り合い」の気持ちを持って運転しましょう。

二輪車を運転するとき

自分の運転を過信せず、基本を守った運転を心がけましょう。また、自分の命を守るため、ヘルメットのあごひもはしっかりと締め、プロテクターを着用しましょう。

個別無料税務相談会

相続税・贈与税・所得税等、さまざまな税の相談に税理士がお答えします。
日毎月2~3回水曜日午前10時~午後4時

時午後4時
場東京税理士会東村山支部
申 申込書に必要事項を明記し、ファクス又は郵送で同支部(☎394・8115、〒189-0001 4本町1-20-27 M I K A M I 2001-20)へ

親族後見人向け相談会

司法書士が後見人の実務の疑問について個別にお答えします。
日 3月30日(火)午後1時30分~4時(1名につき30分間)
場 地域福祉センター(野口町1-25-15)
人 市内在住で、親族の後見人を受任しているかた又は親族

市長への手紙

市政に対するご提案・ご意見・ご要望等を受け付けています。通常、14日程度で回答しますが、時間がかかる場合もあります。
※匿名の場合や誹謗中傷などには回答できません。

2月の受付状況

Table with 2 columns: 内容, 件数. Rows include 都市・環境, 職員・人事, 施設, 健康・福祉, 学校・教育, 財政・税金, 子ども・子育て, 政策的提言, その他, 合計.

多摩六都科学館イベント

場多摩六都科学館(〒188-0014西東京市芝久保町5-10-64)
問同館(☎042-469-6100)
3・4月の休館日 3月15日(月)、4月9日(金)・12日(月)~15日(木)・19日(月)・26日(月)

全編生解説プラネタリウム「未来人が見る(かもしれない)星空」

今の私たちには見る事ができないけれど、未来の人々が見る(かもしれない)星空を、更新されたプラネタリウムのデジタル機能をふんだんに使ってお見せします。

日 4月11日(日)までの午後4時~4時45分
※土・日・祝日と3月24日(水)以降は午後1時~1時45分も放映
人 先着110名(小学2年生以下は保護者と観覧)
※保護者のかたも観覧券が必要です。
※新型コロナウイルス感染拡大の状況により人数を制限する場合があります。

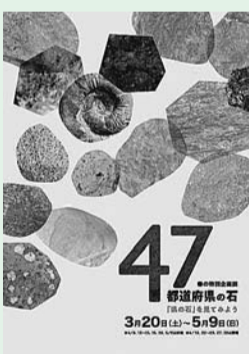


費 4歳~高校生420円、大人1,040円(観覧付き入館券代)
申 当日午前9時30分からインフォメーションで観覧券を販売

春の特別企画展 47都道府県の石 - 「県の石」を見てみよう -

47都道府県の「県の石」を展示します。「県の石」は日本地質学会が各都道府県の岩石・鉱物・化石を選定したものです。自分の出身地やゆかりのある都道府県の石を観察し、その土地の成り立ちを考えてみましょう。

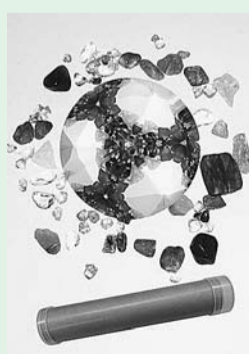
日 3月20日(祝)~5月9日(日)午前9時30分~午後5時
※4月16日(金)・20日(火)~23日(金)・27日(火)・28日(水)は閉場
※混雑状況により入場を制限する場合があります。
費 4歳~高校生210円、大人520円(入館券代)
申 不要、直接会場へ



鉱物で万華鏡をつくろう

鉱物のかけらを使って、オリジナルの万華鏡を作ります。

日 4月24日(土)①午前11時~正午、②午後2時~3時
人 小学1年生以上のかた、各回12名
※小学3年生以下は保護者1名同伴
※応募者多数の場合は抽選、当選者のみに参加券を送付します。
費 500円(材料費)
※材料費のほかに入館券が必要です。
申 同館ホームページ又ははがきに必要事項と特記事項を明記し、4月9日(必着)までに同館へ
特記事項 希望時間、年齢(学年)



コラム 医師会

「がん」と言われたら

がんは、なぜできるのでしょうか。がんは老化の過程で何らかの原因で遺伝子に傷がつき、勝手に細胞が増えて、体のあちこちに転移する病気です。ごく一部のがんを除き親からの遺伝はありません。3人に1人と多くの方ががんを患うために遺伝するかのように見えるのです。高齢者ほど注意が必要です。よく高齢者は細胞が老化してるから転移しにくいと誤解されていますが、年齢と転移とは関連ありません。予防する方法は、禁煙、節酒、食生活(塩分控える)、適度な運動、適正体重の維持の5つの生活習慣に気を付けることでがんリスクはほぼ半減することが知られています。では、「がん」と言われたらどうしますか?まずは、担当医に詳しく説明を聞くことが大切です。

す。加えて、ご自身で自分の「がん」を正しく知り、向き合うことが大切です。お知り合いの方やテレビの情報も必ずしも正しいとは言えません。お勧めするのは国立がん研究センター監修のがん情報サービス ganjoho.jp というサイトです。このサイトには、がんの解説、診断、治療、予防、セカンドオピニオンの意義、地域のがん相談支援センターの場所などが詳しく紹介されています。また、がん患者さんを取り巻く情報をまとめた「がんになったら手にとるガイド」は無料で入手できます。がんは科学の進歩により不治の病ではなくなりつつあります。まずは早期発見が大切です。市のがん検診を積極的に利用しましょう。
東村山市医師会