

# 公民館

## 秋津公民館

### 市民講座 「家庭でリサイクル」

不器用でも裁縫が苦手でも誰でもできる簡単リフォーム術を気軽に教えてもらいましょう。

日時

- ①1月21日(水) 午前10時～正午
- ②1月21日(水) 午後1時～4時
- ③1月23日(金) 午後1時30分～3時30分

④1月30日(金) 午後1時30分～4時30分  
※全4回の参加と、②で着物を用意できるか対象です。

場所 秋津公民館、夢ハウス

対象 市内在住・在勤のかた

定員 公開抽選で20名  
内容 はさみを入れないで着物の型をそのまま活用したオリジナル作品づくり、洋服や傘布からバッグづくり、アクリルたわしづくり

参加費 1千円(教材費)  
講師 古川敏子氏ほか  
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1人1回)

### 青少年の健全育成をはかるために

#### 高校生の地域活動

市や地域の団体が主催する行事にも、高校生の活躍の場があります。4月のさくらまつりや緑の祭典、9月の市民総合体育大会開会式などでは、高校生が中学生とともに、吹奏楽の演奏を行い、すがすがしい印象を与えています。

小・中学生は地域で活動する機会がいろいろありますが、高校生になると機会が減ってきます。しかし、近年は学校・家庭・地域がそれぞれ協力して子どもたちを育てていくことの大切さへの理解が深まり、高校でも地域での活動の場を求めています。都立高校では奉仕活動が必修教科となり、地域で清掃活動やボランティアなどを行っています。私が勤める高校でも、今年度は小学生の下校時の見守りの活動を行っています。

最近の高校生を見ると、服装の着崩れ、女子生徒のスカートの短さ、自転車の乗り方のマナーの悪さなど、気になることも多いですが、個々に接すると、素直な優しい面を見せてくれます。吹奏楽を立派に演奏している高校生も、学校や家庭での生活では、問題を抱え、悩んでいる場合もあります。

子どもたちはいろいろな体験を積み、困難を乗り越えて一人前の大人に成長していくのですから、大人は長い目で温かく見守ってほしいと思います。高校生が地域の方々と触れ合う場が増え、思いやりや感謝の気持ち、助け合うことの大切さやマナーなどの社会性を身につけていってほしいと願っています。

東村山市青少年問題協議会  
(都立高等学校長)

### 富士見公民館

#### 「初心者のためのフルート・バイオリン講座」

#### たかが耳あか

#### されど耳あか

耳あかは人によって、たまりやすい人と、その反対にあまりたまりにくい人がいます。また、性状も力加ササの人からベタツと松やにのように粘性の人まで十色です。

なぜこのように差が出てくるのかは人種やその人の生活環境の影響もあると思

いますが、ためてよいこと

はありません。あまり過ぎると聴力の低下を及ぼすのは言うまでもありません。

また、耳あかと周囲の組織が反応して、周囲の骨や粘膜を溶かしてしまふ「真珠腫」の原因の一つとなることもあります。最悪の場合



フルート講座の様子

又は往復はがき(1人1枚)に講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、1月7日(必着)までに秋津公民館(〒189-0001秋津町2-17-10)へ

※返信宛先等必ず記入  
問い合わせ 秋津公民館(☎391・6166)

日程 1月16日～3月13日の毎週金曜日、全9回  
コース・時間  
○フルート 午前9時30分～10時30分  
○バイオリン 午前10時45分～11時45分

※楽器貸し出し可(有料)  
場所 富士見公民館  
対象 市内在住・在勤のかた  
定員 抽選で各コース10名  
講師 音楽教室講師  
参加費 5千円(テキスト代等)  
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」)

に保っておきたいもので

耳の掃除をする際には、周囲に人がいないことを確認してから行いましょう。

耳かきの最中に人に当たった等で鼓膜を破損してしまふことがよく見受けられるからです。お風呂上り後に

行うと、洗髪した後の水が耳内に入っているのを取り

のと一緒に耳掃除ができ、

耳あかも取れやすいと思

います。子どもの耳は大人と違って外耳道が鼓膜までまっすぐです。そのため耳たぶを斜め下に引っ張りながらライトを照らすと耳の中が見えると思います。最近親子のスキンシップが足りないと言われる世の中、お母さんのひざ枕の上でお子さんの耳の中を一度のぞいてみてはいかがでしょうか。

東村山市医師会

### 北山児童館

#### 子ども生け花教室

日時 1月10日(土)・17日(土)・31日(土)・2月7日(土)・14日(土) 午後1時30分～3時  
場所 北山児童館(野口町3-26-2)

対象 小学生以上  
定員 先着15名  
参加費 1千円(材料費等)  
講師 福田理綾氏(古流松藤会)

申込み 直接、北山児童館へ  
※日曜・祝日を除く  
問い合わせ 北山児童館(☎397・1153)

対象 幼児親子  
定員 先着15組  
内容 子どもの大好きなお話と、フルート・ピアノのアンサンブルを生でお楽しみください。

参加費 無料  
申込み 12月18日(木)午前9時30分から直接又は電話で北山児童館(☎397・1153)へ  
※日曜・祝日を除く  
問い合わせ 北山児童館(☎397・1153)

日時 12月25日(木) 午前11時～11時30分  
場所 北山児童館(野口町3-26-2)

対象 小学生以上  
定員 先着15名  
参加費 1千円(材料費等)  
講師 福田理綾氏(古流松藤会)



子ども生け花教室の様子

### 絵本の音楽会

#### 「ペンセルとクレイテル」

日時 12月25日(木) 午前11時～11時30分  
場所 北山児童館(野口町3-26-2)

対象 幼児親子  
定員 先着15組  
内容 子どもの大好きなお話と、フルート・ピアノのアンサンブルを生でお楽しみください。

参加費 無料  
申込み 12月18日(木)午前9時30分から直接又は電話で北山児童館(☎397・1153)へ  
※日曜・祝日を除く  
問い合わせ 北山児童館(☎397・1153)

日時 1月10日(土)・17日(土)・31日(土)・2月7日(土)・14日(土) 午後1時30分～3時  
場所 北山児童館(野口町3-26-2)

対象 小学生以上  
定員 先着15名  
参加費 1千円(材料費等)  
講師 福田理綾氏(古流松藤会)

申込み 直接、北山児童館へ  
※日曜・祝日を除く  
問い合わせ 北山児童館(☎397・1153)

対象 幼児親子  
定員 先着15組  
内容 子どもの大好きなお話と、フルート・ピアノのアンサンブルを生でお楽しみください。

参加費 無料  
申込み 12月18日(木)午前9時30分から直接又は電話で北山児童館(☎397・1153)へ  
※日曜・祝日を除く  
問い合わせ 北山児童館(☎397・1153)

日時 12月25日(木) 午前11時～11時30分  
場所 北山児童館(野口町3-26-2)

対象 小学生以上  
定員 先着15名  
参加費 1千円(材料費等)  
講師 福田理綾氏(古流松藤会)

**健康課から(☎393-5111代表)**  
郵送申込みは〒189-8501健康課へ

**八〇ーベビークラス(土曜日)**

対象 出産予定日が4・5月で妊娠経過が順調なかたとそのパートナー  
日時 1月24日(土) 午前10時～午後0時30分(受付は午前9時45分から)  
場所 いきいきプラザ2階  
内容 赤ちゃんの保育、おふろの入れ方、先輩パパとの交流  
定員 先着25組  
持ち物 母子手帳  
講師 保健師ほか  
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1組1回)又は往復はがき(1組1枚)に①教室名、②お二人の氏名、③住所、④電話番号、⑤出産予定日を明記し、12月20日(土)から健康課へ

**妊婦歯科健診**

日時 1月26日(月) 午後1時30分～3時(受付は午後1時20分～2時40分)  
場所 いきいきプラザ2階  
内容 歯科健診、歯科相談、保健・栄養相談  
定員 先着20名  
持ち物 歯ブラシ、タオル、コップ、母子手帳  
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1人1回)又は往復はがき(1人1枚)に①教室名、②氏名、③住所、④電話番号、⑤出産予定日を明記し、12月20日(土)から健康課へ

**乳幼児健康診査**

受付 午後0時40分～2時  
場所 いきいきプラザ2階

**3～4か月児健康診査**  
○平成20年9月18日～10月10日生まれ=1月14日(水)  
**1歳6か月児健康診査**  
○平成19年6月1日～18日生まれ=1月9日(金)  
○平成19年6月19日～7月6日生まれ=1月23日(金)  
**3歳児健康診査**  
○平成17年12月1日～20日生まれ=1月7日(水)  
○平成17年12月21日～平成18年1月10日生まれ=1月21日(水)  
※対象者には個別に通知します。通知のないかたは健康課へお問い合わせください。

**BCG接種**

対象 生後6か月未満のお子さん  
○東京白十字病院健康管理センター=1月17日(土)  
受付 午後2時から  
定員 先着40名(予約制)  
※当日の正午までに電話で同病院(☎393-7486)へ  
○いきいきプラザ2階=1月30日(金)  
受付 午後1時30分～3時  
※対象者には3～4か月児健康診査のお知らせとあわせて個別に通知します。

**幼児食講習会**

対象 平成19年4月～10月生まれのお子さん  
日時 1月22日(木) 午前10時～正午(受付は午前9時45分～10時)  
場所 いきいきプラザ2階  
内容 離乳食完了期から幼児食にかけての栄養の話と試食  
定員 先着15組  
持ち物 母子手帳、タオル  
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1組1回)又は往復はがき(1組1枚)に①教室名、②お子さんの氏名、③生年月日、④住所、⑤電話番号を明記し、12月20日(土)から健康課へ

**[テレホンサービス]**  
広域的な休日診療や夜間診療(眼科・耳鼻科・歯科等)については、東村山消防署テレホンサービス(☎391-0119)、東京消防庁テレホンサービス(☎042-521-2323)へ

東京都指定救急病院			年末年始歯科応急診療所(12月29日～1月4日)			
病院名	所在地	電話番号	月日	診療所名	所在地	電話番号
緑風荘院	秋山町3-31-1	392-1101	12月29日(月)	長島歯科クリニック	栄町1-4-26 清光ビル201	394-5993
久米川院	秋山町3-3-10	393-5511	12月30日(火)	井上歯科医院	恩多町3-29-1 イーセントビレッジ2F	396-0909
多摩北部医療センター	青葉町1-7-1	396-3811	12月31日(水)	折笠歯科医院	多摩湖町2-5-36	391-6611
新山手院	諏訪町3-6-1	391-1425	1月1日(祝)	豊田歯科クリニック	栄町3-10-23	391-0648
			1月2日(金)	はしもと歯科クリニック	栄町2-40-21	391-6719
			1月3日(土)	高橋歯科医院	栄町2-19-27	391-1066
			1月4日(日)	水野歯科医院	栄町1-27-34	392-1183

診療時間 午前9時～午後5時(正午～午後1時休診)  
※案内図は、東村山市歯科医師会のホームページ(http://members2.jcom.home.ne.jp/higashimurayama-da/)からご覧いただけます。

**年末年始応急医療機関**  
受診する時は健康保険証、その他証明書(印・字等)を忘れずに

**公立昭和病院一般外来診療の年末年始の休診**  
休診日 12月27日(土)～1月4日(日)  
※救急の場合は電話でお問い合わせを問い合わせ 同病院(☎042・461・0052代表)

年末年始応急診療所			
日時	診療所名	所在地	電話番号
12/29～1/4 午前9時～午後5時	多摩北部医療センター(小児科受診可)	青葉町1-7-1	396-3811(代表)
	緑風荘病院	秋山町3-31-1	392-1101(代表)
12/30～1/4 午後5時～10時(受付は午後9時45分まで)	休日準夜応急診療所(いきいきプラザ1階)	本町1-2-3	394-6900

※多摩北部医療センターで毎週火・木・金曜日に開設している小児科平日準夜応急診療所は、年末年始(12/29～1/3)は休診となります。