

まつり・集い

第26回東村山春の緑の祭典  
—みどりは地球の宝もの—

ミニSLなどのアトラクション、模擬店、PRコーナー、絵画や写真の展示、野菜や植木などの販売を行います。  
日 4月29日(日)午前10時～午後3時  
(式典は午前10時30分開始)

※雨天中止

場 都立東村山中央公園

主催 東村山市緑を守る市民協議会 共催 東村山市後援 東京都西部公園緑地事務所、西武武蔵野パートナーズ  
問 みどりと公園課

講座・公演

市史を読む会「旅と庶民1」

「旅と庶民」をテーマに東村山の近世についての学習会を開催します。「東村山市史1 通史編上巻」および「東村山市史8 資料編近世2」を使用します。  
日 4月26日(日)午後2時～4時  
場 ふるさと歴史館(諏訪町1-6-3)  
人 50名  
費 市史をお持ちでないかたは200円程度(コピー代)、お持ちのかたは無料  
申 不要、当日午後1時50分までに直接会場へ  
問 ふるさと歴史館 (☎396-3800)

古文書講座入門編

江戸時代に書かれた文章を読んでみませんか。1回のみ参加もできますので、気軽にお申し込みください。

第1回「江戸時代の教科書をよむ」  
新島八重も読んだという教訓書「女今川」の異本「女今川艶紅梅」をテキストに、くずし字を学びます。

日 5月17日(日)午前10時～正午  
第2回「江戸時代の村地誌をよむ」  
日 5月31日(日)午前10時～正午

第1回・第2回共通  
場 ふるさと歴史館(諏訪町1-6-3)  
人 各回先着30名 費 各回100円  
申 4月22日(水)午前9時30分から電子申請、電話又は直接ふるさと歴史館へ  
問 ふるさと歴史館 (☎396-3800)

市民講座「数学を楽しむPart3」

誰にでもわかる数学の楽しみ方があります。日常生活にひそむ、素敵な数学の宝ものと一緒に探しませんか。  
日 5月14日(木)・21日(木)・28日(木)午前10時～正午  
場 中央公民館  
人 市内在住・在勤・在学のかた、35名  
※応募者多数の場合は抽選  
講 早乙女勤氏(明法中学・高等学校教頭)  
託 1歳～就学前の幼児(要予約、おやつ・飲み物持参)

申 電子申請又は往復はがきに必要な事項と特記事項を明記し、4月30日(必着)までに中央公民館(〒189-0014本町2-33-2)へ

特記事項 年齢、託児希望のかたは幼児名(ふりがな)・年齢(月齢)  
問 中央公民館 (☎395-7511)

笑顔あふれるまち  
東村山土曜寄席 in 中央

公民館では「笑顔あふれるまち」を目指して土曜寄席を実施しています。  
日 5月23日(土)午後2時開演(午後1時30分開場)

場 中央公民館ホール  
出演者 立川談幸ほか  
入場料 1,000円(全席指定)

チケット販売 4月16日(木)午前9時から公民館全館で販売

電話予約 4月17日(金)午前9時から中央公民館で受付  
託 1歳～就学前の幼児、先着4名(要予約、おやつ・飲み物持参)

主催 文化庁制作 公益社団法人落語芸術協会 共催 東村山市教育委員会  
問 中央公民館 (☎395-7511)



立川談幸

多摩六都科学館

宇宙線で探る世界  
—科学の芽を育んだ田無—

田無(現在の西東京市)で本格的に始まった宇宙線の研究や最新の実験な

どを紹介しします。  
日 5月16日(土)午後5時10分～6時50分  
場 多摩六都科学館  
人 中学生以上のかた、180名  
講 梶田隆章氏(宇宙線研究所所長)、山内正則氏(高エネルギー加速器研究機構機構長)  
費 入館料(高校生以下の参加者は無料)  
申 同館ホームページ又は、はがきにイベント名・郵便番号・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を明記し5月4日(必着)までに同館へ  
※詳細は同館ホームページ参照  
問 多摩六都科学館(☎042-469-6100)

市長への手紙  
(手紙・ファクス・Eメール)

市政に対するご提案・ご意見・ご要望などを受け付けています。手紙・ファクスは14日、Eメールは10日を目途に回答しますが、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。

3月の受付状況

内容	件数
都市・環境	8
職員・人事	2
施設	3
健康・福祉	0
学校・教育	0
財政・税金	0
子ども・子育て	3
政策的提言	2
その他	6
合計	24

問 広報広聴課

子育て支援課から

5月の乳幼児健康診査

健診名	対象生年月日	日程	受付時間
3～4か月児健康診査	平成27年1月1日～1月20日	13日(水)	午後0時30分～2時
	平成27年1月21日～2月10日	27日(水)	
1歳6か月児健康診査	平成25年9月24日～10月9日	8日(金)	午後0時20分～2時
	平成25年10月10日～10月31日	29日(金)	
3歳児健康診査	平成24年4月1日～4月20日	20日(水)	

場 いきいきプラザ2階

※対象者にはすでに通知しました。通知のないかたはお問い合わせください。

土曜日版ハローベビークラス(両親学級)

対象	日時 (15分前から受付開始)	講師
妊娠16～32週の安定期のかたとそのパートナー、先着20組	5月23日(土) 午前9時30分～正午	助産師 保健師

内 お産の進み方など助産師の話、沐浴実習、妊婦体験など

場 いきいきプラザ2階

持 母子手帳、平日版に参加されたかたは「ママパパ学級」の冊子

申 4月20日(月)～5月15日(必着)(下段申込み方法参照)

特記事項 二人の氏名(ふりがな)・出産予定日・出産回数(初産/経産)

5月の乳幼児学級(栄養編)

学級名	対象	日時 (15分前から受付開始)	講師
①乳児学級	生後8か月～1歳2か月未満、先着30組	14日(木) 午後1時30分～2時45分	管理栄養士、 保健師
②幼児学級	生後1歳2か月～1歳9か月未満、先着15組	19日(火) 午前10時30分～11時45分	

内 ①1月齢に応じた離乳食の進めかたの話、大人メニューからの取り分け方法(保護者向け試食あり)、②幼児期の食生活の話(お子さん向け試食あり)

場 いきいきプラザ2階

持 母子手帳、お手ふき、エプロン(②のみ)

申 4月20日(月)～5月8日(必着)(下段申込み方法参照)

特記事項 お子さんの生年月日、①は離乳食の回数、②はアレルギーの有無(食品名)

申込み方法 学級名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号と特記事項を明記し、電子申請、往復はがき又は直接子育て支援課(いきいきプラザ3階)へ

健康増進課から

乳がん検診(施設検診)

人 市内に住民登録があり昭和51年3月31日以前に生まれたかた、各日30名  
※乳房疾患治療中・経過観察中のかたを除く

子宮頸がん検診(施設検診)

人 市内に住民登録があり平成8年3月31日以前に生まれたかた、各日30名  
※子宮全摘出又は子宮頸がん経過観察中のかたを除く

※各検診とも応募者多数の場合は抽選。また、昨年度受診したかたは対象外です。

日 6月15日(月)～17日(水)午前9時～11時

日 6月22日(月)～26日(金)・30日(火)、7月2日(木)・8日(水)午前9時～11時

場 東京都がん検診センター(府中市武蔵台2-9-2)

費 2,000円

費 1,000円

内 問診、視診、触診、マンモグラフィ(乳房X線撮影)

内 問診、視診、内診、頸部細胞診

申 4月22日(水)～28日(必着)に、検診名・希望日(第2希望まで)・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を明記し、電子申請、往復はがき、又は直接健康増進課(いきいきプラザ2階)へ(はがき1枚で1検診の申込み)  
※窓口申込みの場合は52円はがき(抽選結果通知用)を持参してください。

コラム

医師会

糖尿病とがん

日本人の2人に1人はがんになる時代です。がんは日本人の死因の第1位であり、全体の約30%を占めています。超高齢社会の進行と糖尿病の患者数の増加に伴って、がんと糖尿病を併発する患者数は今後、増え続けると考えられています。

加齢、性別、肥満・運動不足、喫煙、アルコール多飲などの生活習慣は、糖尿病とがんに共通する危険因子(リスク)となります。しかし近年の疫学調査ではこれらの因子を調整してもなお、糖尿病患者はがんになりやすいことが明らかになっています。糖尿病患者が全身のどこかにがんができるリスクは、糖尿病ではない人に比べて1.2倍に増えると言われています。肝臓がん、すい臓がん、子宮体がんのリスクは1.8～2.0

倍程度、大腸がんのリスクは1.4倍程度高くなると報告されています。一方、乳がんや前立腺がんについてはリスクの上昇を認めませんでした。ちなみに喫煙者が全身のどこかにがんができるリスクは非喫煙者に比べて1.6倍に増え、特に肺がんに関しては4.4倍に増加します。

食事療法(腹8分目、食物繊維を多くするなど)、適度な運動を行うこと、体重コントロールをすること、過剰飲酒をつつしむこと、禁煙に取り組むことは、がんの危険因子を減らし、将来のがんのリスクを軽減させる可能性があります。また、がん検診を積極的に受け、早期にがんを発見し、早期に治療することが健康に過ごすためには重要です。

東村山市医師会

申 必要事項「講座名」「検診名など」・住所・氏名(ふりがな)・電話番号「特記事項」

※消せるボールペンは使わないでください。