イベント・講座

文　化

みんなdeアート 東久留米のクリスマス 2026

あなたがつくる、クリスマス。市民プラザ、西部・東部・南部の各地域センターでは、今年も皆さんの心のこもった手作りオーナメントを大募集します。

日▼ツリー展示期間＝11月下旬から▼オーナメント募集期間＝12月24日㈭まで場市役所1階屋内ひろば、各地域センターロビー問▼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

生涯学習センター イベントのお知らせ

■まろにえ★クリスマスコンサート

公募された出演者がクリスマスを盛り上げるパフォーマンスを披露します。あたたかなクリスマスを一緒に過ごしませんか。0歳を含むどなたでも入場可能です。

日12月20日㈰午後2時開演（午後1時半開場）定先着500人費入場無料（要整理券）申生涯学習センターHPをご確認ください

■まろにえ寄席（桂伸治・桂宮治親子会）

東久留米市在住・桂伸治とメディアでおなじみの桂宮治が東久留米に登場します！

日9年1月24日㈯午後2時開演（1時半開場）出演桂伸治、桂宮治他定500人費全席指定席。前売3,800円、当日4,300円注未就学児入場不可申12月4日㈭午前9時から電話または同センターで

■THEカルテットの昭和歌謡コンサート

プロの演奏家・ボーカリストで結成された「THEカルテット」が、誰もが口ずさんだことのある懐かしの名曲をお届けします。

日9年1月29日㈭午後2時開演（1時半開場）出演THEカルテット定先着500人費全席指定席。前売2,500円、当日3,000円注未就学児入場不可申11月20日㈭午前9時から電話または同センターで

■秋川雅史～「千の風になって」20周年記念コンサート～

名曲「千の風になって」リリース20周年を記念したコンサートツアーを開催！東久留米には8年ぶりの登場です。

日9年2月20日㈮午後2時開演（1時半開場）出演秋川雅史他定先着500人費全席指定席。前売6,500円、当日7,000円注未就学児入場不可申11月27日㈭午前9時から電話または同センターで

■共通事項

場生涯学習センター問同センター☎042・473・7811（第4月曜日を除く午前9時～午後9時）

スポーツ

シニアスポーツ推進事業 シニアソフトテニス技術講習会

日12月6日㈯午前9時受け付け（予備日12月13日）場滝山テニスコート対ソフトテニス経験者で原則60歳以上の方定30人程度師ヨネックスコーチ・選手（予定）持テニスシューズ、ラケット、タオル、飲み物、昼食他主催＝都・都スポーツ協会・市体育協会申11月25日㈫までに（必着）、郵送（はがきに講習会名・氏名・住所・年齢・電話番号を記入の上、〒203－0011、大門町2－14－37、スポーツセンター内、市体育協会宛て）、または電話（市ソフトテニス連盟・毛塚☎042・479・4737）で問市体育協会事務局☎042・470・2722

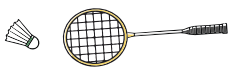
東久留米ZUMBA.FES2026

初心者・運動が苦手でも大丈夫！「ZUMBA」はラテン系の音楽とダンスを融合させたエクササイズです。楽しみながら脂肪燃焼・ストレス発散してみませんか？

日12月19日㈮午前11時45分～午後1時場スポーツセンター対高校生以上定100人費1,300円持飲み物、タオル、室内履き、（お持ちの方は）ZUMBAウェア申問11月14日㈮～12月19日㈮にスポーツセンター窓口、または電話（☎042・470・7900）で

第72回東久留米市民バドミントン大会

日12月20日㈰午前9時から場スポーツセンター内▼種目＝ダブルス個人戦▼カテゴリー＝男女1～3部、シニアの部　※各部とも3組以上の出場希望者が揃わなかった場合は、前後の部（シニアの部は3部も含む）に組み入れる場合あり。▼1部（上級者）＝本大会2部1位、2位経験者、および希望者▼2部（中級者）＝本大会3部1位、2位経験者、本大会過去3年1部未入賞者、または45歳以上▼3部（初級者）＝本大会3部1位、2位の入賞者が含まれない組または50歳以上▼シニアの部＝大会当日の年齢が60歳以上競技方法15点3ゲームマッチ。原則として、種目毎にトーナメント（またはリーグ）戦　※進行の都合により延長なしの場合あり。対東久留米市内在住・在勤・在学・在クラブの連盟登録者で、主審・線審、スコアシートの記入ができる高校生以上の者　※中学生以下の出場希望者は、主審・線審ができ、高校生以上の保護者と同ペアの場合に限る。定100ペア程度費1人1,000円（未登録者は別途登録費500円）申問11月28日㈯～12月12日㈯午後5時に、市バドミントン連盟（higashikurume_bad@yahoo.co.jp）へ✉で送信を※申し込みの完了後は、返信メールなどの連絡が入ります。返信が無い場合はお問い合わせください



ダンスフェスティバル

日9年1月24日㈯午後1時～6時（予定）場スポーツセンター内1組15分（入退場含む）の持ち時間での演技対市内および近隣市で活躍する高校生以下で構成されたダンスサークル定15組（応募多数の場合、市内で活躍するサークル優先。他は抽選）費無料他詳細はお問い合わせください申問12月1日㈫までに同センター窓口（☎042・470・7900）へ

くらし

野火止用水6市共同 クリーンデイ参加者募集

東京の北西部を流れる野火止用水の沿川6市と東京都が、野火止用水6市共同クリーンデイを開催します。

当日は6市の各拠点から出発し、ゴミ拾いなどの作業を行います。野火止用水に興味のある方、一緒にひと汗かきませんか。

日12月5日㈯午前9時～10時頃（午前8時50分～55分受け付け）　※小雨決行集合場所野火止遊園（野火止2丁目11番）対市内在住・在勤の方持軍手他汚れてもよい服装でご参加ください申11月27日㈭までに、環境政策課緑と公園係へ電話、または申し込みフォームで問同係☎042・470・7753（平日午前8時半～午後5時）

申し込みフォーム

多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

大人向けプラネタリウム「あの日の星空」生解説

思い出の日の空、見たかった星、見てみたい天文現象。現在・過去・未来の再現リクエストに抽選でおこたえします。観覧当日にお申し込みください。

日11月25日㈫午後1時10分～55分・29日㈰午後5時10分～55分場多摩六都科学館対中学生以上（小学生以下は入場不可）定220人費観覧付入館券（展示室+プラネタリウム1回）1,040円（中・高校生420円）申当日開館時よりインフォメーションにて先着順で販売。チケットおよびフリーパスの販売は午後4時までとなります問同館☎042・469・6100



市民伝言板

会員募集

◆九小WEST＝日毎週水曜日、土曜日午後7時～9時場西中学校費会費月1,000円他バレーボールが好きな方、一緒にバレーボールを楽しみましょう！問栗田☎090・3783・5075

◆アップル英会話＝日月3回。土曜日午前10時～11時半場東部地域センター他費入会金1,000円、会費月5,000円他他中級英会話・英国人講師、楽しく学び実力アップ、見学料500円問アキヤマ☎090・9832・6248

◆大正琴和（なごみ）会＝日月2回。水曜・木曜日午前10時～午後4時他場八幡町地区センター他費入会金1,500円、会費月3,500円他他楽器を弾ける楽しさを大正琴で！！初心者歓迎。無料講習・見学可問樋口☎090・5404・3481

◆SLD親の会たんでむの会＝日月1回。土曜・日曜日午後3時半～5時半場スペース105（市役所向かい）費入会金1,000円、1回300円（入会せず参加もOK）他お子様がぐるぐる回る。同じハンカチを離さない。理由は感覚統合。話してみませんか？問鈴木☎070・9349・2658

◆冨岡カラオケ教室＝日月2回。第2・第4月曜日午前9時半～11時半場中央町地区センター費入会金1,000円、会費月1,500円他ピアノに合わせた発声と歌の練習。また1人でも歌える練習があります問アオイ☎090・8843・1330

催　し

◆写団東久留米写真展2026（写団東久留米）＝日12月1日㈫～5日㈯の午前10時～午後5時（1日は正午から、5日は午後3時まで）場スペース105（市役所向かい）費無料他花・風景・野鳥などの写真を展示問高橋☎090・3040・5195

◆紅葉の柳窪古民家見学会（柳窪の古民家と屋敷林を守る会）＝日12月6日㈰▼午前の部＝午前9時半スタート▼午後の部＝午後1時半スタート場柳窪1丁目バス停に集合費1,000円、小学生以下200円（入園料含む）他江戸明治の古民家・蔵が連なる柳窪の紅葉散策。残したいこの景観問柘植☎090・7637・2989

◆親子でクリスマスクッキング（パレットママの会）＝日12月5日㈯午前11時～午後2時場あがないルーテル福音キリスト教会費親子で1,000円（材料費込み）他クリスマスにちなんだ料理とクッキー作り♪親子で楽しみましょう問宮畑☎090・4591・3531

◆井田典子氏講演会（東京第一友の会南沢方面）＝日11月28日㈯午後2時～3時半（開場1時半）場自由学園記念講堂費1,000円他モノ・時間・お金を整え、自分らしい未来を描きましょう問高野☎090・7182・5480

◆にじメディアイベント2026（障害のある方の多様な人生を応援する会）＝日11月27日㈭午後2時～28日㈯午後6時場成美教育文化会館費無料他障害のある方の映像・アート・一芸披露の多様な展示ステージ問齋藤☎042・458・0712

たまろくとウィーク2026

多摩六都科学館HP

■期間中は市内在住、在勤、在学の方は入館料が約半額になります

大人520円→260円

4歳～高校生210円→100円

在住、在勤、在学を証明できるものをご持参ください。

※プラネタリウム、大型映像観覧は別途料金が必要です。

日12月１日㈫～20日㈰午前９時半～午後５時

※12月の休館日＝７日㈪・14日㈪

場多摩六都科学館（西東京市芝久保町５－10－64）

問同館☎042・469・6100

12月13日㈰限定で 東久留米駅西口～多摩六都科学館間の 無料直行バスを運行します

無料シャトルバス時刻表

東久留米駅西口発 多摩六都科学館行	多摩六都科学館発 東久留米駅西口行
午前8時40分	－
午前9時50分	－
午前11時	午後0時50分
午後1時半	午後2時10分
午後2時50分	午後3時40分
－	午後5時10分

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。

市HP

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）

※インフルエンザの流行期などは大変混雑します。混雑状況によっては電話がつながりにくくなります。また、診察可能な人数に達した際は、受付時間内であっても受付を終了することがあります。

内科・小児科※薬の処方は最低限の日数です。

11月15日・22日・23日・29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

11月15日・22日・23日・29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）

11月15日・23日＝滝山病院（滝山４－１－18、☎042・473・3311）
11月22日・29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）



契約前に確認しましょう「高齢者等終身サポートサービス」

Q．一人暮らしで身寄りがないので、高齢者終身サポートサービスを契約しようと思います。契約時の注意点を教えてください。

A．高齢化や核家族化に伴い、身元保証や死後の手続きなどを担う民間の「高齢者等終身サポートサービス」事業が急増しています。

この事業で提供されるサービスは「身元保証サービス」「死後事務サービス」「日常生活支援サービス」の３つに分類でき、契約期間が長期にわたり、本人の死後までサービスが続く場合があります。

そのため、契約を結ぶ前に、どのような場合にどのようなサービスが受けられるのか、支払総額や解約した場合の返金額などを十分に確認していないと後々トラブルにつながる恐れがあります。

安心してサービスを利用するために、ご自身が希望するサービスをしっかりと伝え、本当に必要な支援内容を明確にしましょう。不明な点があれば事業者に十分な説明を求め、契約内容が十分に理解できない場合は、契約を急かされてもその場で判断せず慎重に検討しましょう。契約を結んだ後にも、契約のサービス内容や事業者の連絡先を周囲の人に伝えておくことが大切です。

《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

１２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）	2日㈬	午前10時から	弁護士	11月26日㈭	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
	9日㈬					
	16日㈬			12月10日㈭		
	23日㈬					
不動産・相続・会社の登記等相談（５人）	2日㈬	午後１時から	司法書士	11月24日㈫		
表示登記・土地の境界等登記相談（４人）		午前10時から	土地家屋調査士			
相続・遺言・成年後見等手続き相談（５人）	9日㈬	午後１時から	行政書士	12月３日㈭		
税務相談（５人）	16日㈬		税理士	12月８日㈫		
人権・身の上相談（４人）		午後１時半から	人権擁護委員	12月10日㈭		
不動産取引相談（５人）	3日㈭	午後１時から	宅地建物取引士	11月26日㈭		
交通事故相談（５人）	23日㈬		弁護士	12月17日㈭		
年金・労災・雇用・保険・人事管理等相談（４人）		午前10時から	社会保険労務士			
女性の悩みごと相談（各日４人）	7日㈪	午前10時～午後７時	女性カウンセラー	11月18日㈬		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
	14日㈪					
	21日㈪			12月２日㈬		
	28日㈪					
女性弁護士による法律相談（４人）	4日㈮	午前９時半～午後０時半	女性弁護士	11月20日㈮		
経営相談	平日	午前10時～午後４時	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

相談内容	相談日	時間	相談員	場所	問い合わせ先
耐震相談	11日㈮	午後２時～４時45分	東久留米建築設計協会会員	市役所１階屋内ひろば	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
	月曜～金曜日			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		さいわい福祉センター☎042・477・2711
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	直接会場で
住宅増改築相談	10日㈭	午前10時～正午、午後１時～４時	市住宅増改築等斡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	12月は実施しません（次回９年１月13日㈬実施予定）				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	福祉総務課（市役所２階）	

柳泉園組合　冬の２大イベント

冬の施設見学会＆夜景観賞会



　静かな夜の工場や、素敵な夜景を眺めてみませんか？
日12月23日㈬・28日㈪いずれも午後５時半から約１時間半
定各日先着50人

親子えんとつのぼり



　100mのえんとつの頂上から、皆さんの住む街をご覧いただけます。(階段で登ります)
日９年１月５日㈫・６日㈬いずれも午前10時半の回と午後３時半の回(約１時間半)
対小学３年生以上の体力に自信のある方と保護者
定各回先着10人(計４回)
持飲み物・タオル
他動きやすい服装で

《共通事項》
場同組合管理棟３階申11月17日㈫から電話で問同組合総務課庶務文書係☎042・470・1545

同組合HP

東久留米野菜を食べる日　2026冬
旬の恵みで心も身体も温まる！

　東久留米の豊かな自然が育んだ新鮮な地場産野菜の魅力を満喫できるイベント「東久留米野菜を食べる日」を開催します。
　期間中は、地元の食材をふんだんに使ったこだわりの限定メニューや特別料理が各店舗で味わえます。ご家族やご友人とともに、この季節ならではの温かい味わいを通じて、東久留米の「食」の魅力を再発見してみませんか。
　皆さんのご参加をお待ちしております。
問地域振興課農政係☎042・470・7743

同イベントHP

開催期間
11月16日㈪
～28日㈯

参加店舗
同イベントHPをご覧ください

嬉しい特典も！
期間中にイベントメニューを３回召し上がった方の中から抽選で「採れたて野菜の詰め合わせ」をプレゼント



創業支援トークセッションイベント

「くるラボ＃１」

　仕事と地域と人をつなぐ新たなコミュニティ(くるラボ)を開催します。
日12月11日㈮
　▼**くるラボ**＝午後５時半～７時15分
　▼**懇親会**＝午後７時15分～８時半
場kinone東久留米１階ねのまち食堂内(本町１－４－６)
内東久留米市で創業を考えている皆さんに、パネルディスカッション・グループトークセッション(参加者とパネリストなどがグループトーク)を通して創業に向けた人脈づくり、本市で創業するイメージをつかんでいただきます
対市内で創業を考えている方　定先着30人
師▼青木純氏(㈱まめくらし)
　▼**ファシリテーター**＝荒昌史氏(地域産業推進協議会)
　▼**パネリスト**＝荒川博典氏(㈱タネニハ)
　▼**パネリスト**＝森林育代氏(㈱シーズプレイス)
　▼**パネリスト**＝ミラード・デイビー氏(㈱ローグトレードTOKYO COFFEE)
費1,000円(懇親会参加は別途3,000円)
申11月30日㈰までに、申し込みフォームで
問地域振興課地域振興係☎042・470・7743

申し込みフォーム

〈ひがしくるめハナサクbiz.〉連続２回講座

「自分らしい起業」で、社会をちょっとよくする。

　社会や地域が抱える課題を、ビジネスの力で解決する「ソーシャルビジネス」。本講座では、実際に事業を立ち上げた３人の起業家から、そのきっかけや挑戦、工夫を学びます。さらに、社会課題を事業アイデアにつなげるフレームワークを使い、自分ならどんなビジネスができるかを考えます。２回目には、考えてきたアイデアを持ち寄り、発表とディスカッションを通してブラッシュアップ。身近な気づきから、社会に役立つ仕事を考えてみませんか？
日場▼１回目＝12月８日㈫、市役所７階704会議室
　▼２回目＝９年１月19日㈫、市役所７階703会議室
　いずれも午前10時～正午
対起業、ソーシャルビジネスに関心があり、連続２回参加できる方
定先着15人
師甲斐隆之氏(TOKYO創業ステーションTAMAコンシェルジュ、合同会社Renovate Japan代表)
申11月16日㈰午前９時から、申し込みフォーム、または男女平等推進センターへ電話(☎042・472・0061)で
問同センター

申し込みフォーム

広告　内容については広告主にお問い合わせください