

**募集** 清瀬のまちを駆け抜けよう！  
第39回清瀬市民マラソン大会参加者募集

NPO法人清瀬市体育協会主催の第39回清瀬市民マラソン大会を開催します。ぜひご参加ください。コースは市報9月15日号(予定)でお知らせします。④小・中学生=市内在住・在学または清瀬市体育協会傘下団体に加盟している小学4年生～中学生の方、一般(高校生以上)=制限なし⑤10月14日(月)(受け付けは午前7時45分～8時15分)【集合場所】八小校庭【種目】4<sup>+</sup>、7<sup>+</sup>(小・中学生と一般女子の方は、4<sup>+</sup>のみ)⑥小・中学生=500円、一般=1,000円⑦9月1日から15日までに、生涯学習センター、松山・野塩出張

所、各地域市民センター、中央図書館、児童センター、コミュニティプラザひまわりにある申込み用紙に必要事項を記入し、費用を添えて直接各窓口へ(小・中学生は保護者の署名・押印が必要)⑧下宿地域市民センター ☎042-493-4033(月曜日は休館)



昨年の様子(一般・男子の部)

**清瀬消防署で普通救命講習を受けましょう**

清瀬消防署では毎月1回普通救命講習を行っています。ぜひご参加ください。表の日程以外でも、事業者や自治会などで10人ほど集まって講習を実施できる場所があれば、指導員が出張して救命講習を行えます。また、救命講習にはいろいろなコースがありますので、気軽にお問い合わせください。⑨右表参照⑩清瀬消防署(中清戸二丁目) ⑪1,400円(講習テキストと人工呼吸マスク代金)

⑫直接来署または電話で清瀬消防署救急係 ☎042-491-0119へ

日程	
8月18日(日)	9月8日(日)
10月13日(日)	11月17日(日)
12月8日(日)	令和2年1月19日(日)
令和2年2月9日(日)	令和2年3月15日(日)

時間はいずれも午前9時～正午



**東京都シルバーパスの更新手続きについて**

満70歳以上の都民の方に発行されている東京都シルバーパスは、9月30日(月)が有効期限となります。引き続きご利用になる方は、更新手続きが必要です。

現在、シルバーパスをお持ちの方には8月下旬に東京バス協会から「シルバーパス更新手続きのご案内」が届きますので「ご案内」を必ずお読みいただき、必要書類をご用意のうえ、9月中に手続きを行ってください。

【必要書類・費用】下表1を参照 ※共通必要書類は、①シルバーパス更新申込書(8月下旬に郵送)②現在使用中のシルバーパス③住所

・氏名・生年月日が確認できる身分証明書(保険証・運転免許証など)【シルバーパス臨時更新会場・開設日時】下表2を参照 ※下記会場では、更新のみの受け付けとなります。窓口で長時間お待ちいただくことを避けるため、更新日時・会場を指定しています。送付された「更新申込書」で必ずご確認ください。なお、新規での申込みについては、東京都シルバーパスのホームページをご覧ください。⑬一般社団法人東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

【表1】必要書類・費用

対象区分	必要書類	費用
令和元(平成31)年度の住民税が「課税」の方	共通必要書類	20,510円
令和元(平成31)年度の住民税が「非課税」の方	共通必要書類の他、①「令和元(平成31)年度介護保険料納入(決定)通知書」の所得段階区分欄に1～6の記載があるものか、7の記載で合計所得金額が125万円以下、②令和元年(平成31)年度住民税非課税証明書③生活保護受給証明書のいずれか1点	1,000円
令和元(平成31)年度の住民税は課税であるが、平成30年の合計所得金額が125万円以下の方	共通必要書類の他、①「令和元(平成31)年度介護保険料納入(決定)通知書」②令和元(平成31)年度住民税課税証明書のいずれか1点	1,000円
平成30年度経過措置のうち、平成17年度の住民税が非課税であったことにより、1,000円でパスの発行を受けた方	共通必要書類	

【表2】シルバーパス臨時更新会場・開設日時

会場	開設日	時間
竹丘地域市民センター	9月19日(木)・20日(金)	午前10時～午後4時
生涯学習センター	9月3日(火)・6日(金)・26日(木)・27日(金)	
野塩地域市民センター	9月10日(火)・11日(水)	
中清戸地域市民センター	9月12日(木)・13日(金)・24日(火)・25日(水)	

令和元年度 消費生活講座10

**お金について学ぶセミナー2 知って得する「年金講座」**

老後のお金の知識～人生をより豊かにするために～

◆まずは「公的年金」を知ろう！  
長くなった老後を支えるのに欠かせない公的年金の仕組みを知り、人生をより豊かにするために、心と知識、お金の準備について一緒に考えてみませんか。先着35人。⑭9月12日(木)午後2時～4時 ⑮消費生活センター ⑯東京都金

融広報委員会 金融広報アドバイザー 音川敏枝氏 ⑰8月15日からの平日午前9時～午後5時に直接窓口または電話で消費生活センター ☎042-495-6211へ ※保育あり(6か月～未就学児。先着3人)。ご希望の方は8月15日～9月4日に電話で申込み。

昨年好評につき第2弾！ 令和元年度 消費生活講座11

**気象衛星センター見学と気象衛星「ひまわり」学習会**

防災気象情報を有効に活用して、身を守る術を身につけましょう

気象衛星「ひまわり」を運用監視している気象衛星センターの施設見学とその業務を知り、防災気象情報を有効に活用して、災害から身を守る術を身につけましょう！ 昨年参加できなかった方からぜひまた企画して欲しいとの声を受け、開催します！⑱昨年未参加の方優先。先着25人⑲9月18日(水)午前10時～11時30分 ⑳気象衛星センター(中清戸三丁目) ㉑

8月15日からの平日午前9時～午後5時に、直接窓口または電話で消費生活センター ☎042-495-6211へ



**下清戸・八雲神社のおみこし**

下清戸五丁目にある八雲神社のおみこしが8月25日(日)に行われます。当日は、午後2時から7時の間に、志木街道の下清戸地区をおとなみこしと子どもみこしが練り歩きます。前日の24日(土)午後4時から7時ごろまでは、模擬店にぎわう宵宮が神社一帯で行われます。ぜひ、お出かけください。



昨年の様子

清瀬のお祭り

**中里の火の花祭**

9月1日(日)午後6時ごろから中里の富士塚(中里三丁目)で、東京都指定無形民俗文化財の「中里の火の花祭」が行われます。富士講の方たちが「お伝え」と呼ばれる経文を唱え、その後、午後9時ごろから富士山の形に積み上げられた麦わらに火を付ける「お焚き上げ」が行われます。



昨年の様子

**シニアしっとく講座(4回シリーズ)**

⑲各回先着40人(シリーズ受講の方優先)。要事前申込み⑳生涯学習センター ㉑⑲⑳下表参照

㉒地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042-497-2082へ ※1回だけの参加も可能です。

回数・日時	時間	内容・講師
第1回 9月11日(水)	午後2時～4時	「そろそろ考えたい終活～エンディングノートの書き方」 さくら司法書士事務所 代表司法書士 志村理氏
第2回 10月8日(火)		「シニアとペット そのとき、あなたは・・・」 かわさき高齢者とペットの問題研究会 代表 渡辺昭代氏
第3回 11月7日(木)		「なかなか聞けない相続と葬儀」 横浜市/圓定寺住職、司法書士 蟹澤秀光氏
第4回 12月10日(火)		「住み慣れた地域で最期まで・・・知ってトクする!介護保険と訪問看護の実際～」 信愛訪問看護ステーションほほえみ所長 上村貴代美氏、清瀬市高齢支援課職員