



今号の主な内容▶2面：「4月21日(日)は清瀬市議会議員選挙と清瀬市長選挙の投票日です」／4面：「消費生活相談の現場から」「市史で候mini」／5～8面：お知らせ～information



熱い戦いが 清瀬にやってくる！

スフィード世田谷F C
VS
F C十文字VENTUS

親善試合

両者激突の戦いを見逃すな！親善試合 2月24日(日) 午前9時30分～キックオフ 行こう、清瀬内山運動公園へ

多摩・島しょスポーツ習慣定着促進事業の一環として、プレナスなでしこリーグ2部に所属する「スフィーダ世田谷FC」とプレナスチャレンジリーグに所属する「FC十文字VENTUS」による親善試合を、清瀬内山運動公園サッカー場で開催します。

サッカーを観戦したことのない方も、この機会にぜひ会場へお越しください。

観客席は512席です。

■2月24日(日)午前9時30分～(小雨決行) 場 清瀬内山運動公園サッカー場(A面) 問合せ 生涯学習スポーツ課 ☎042-495-7001

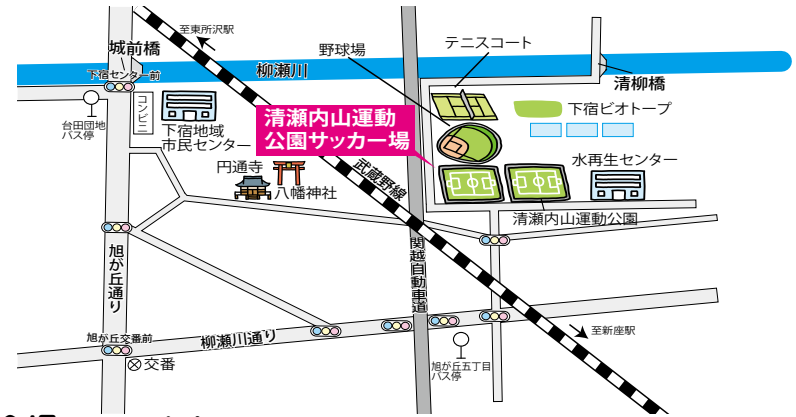
※駐車場の台数には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

※当日は、清瀬駅北口からシャトルバスを運行します。詳しくは、右記QRコードをご確認ください。



当日のスケジュール

午前9時30分～キックオフ
午前10時15分前半戦終了
午前10時30分～後半戦開始
午前11時15分後半戦終了
※延長戦・PK戦はありません。



会場へのアクセス

清瀬駅北口から西武バス【清64】台田団地行「台田団地」停留所下車から徒歩20分、【清62】志木駅南口行・【清63】旭が丘団地行いずれも「旭が丘五丁目」停留所下車から徒歩10分。会場へのアクセス方法など詳しくは、右記QRコードをご確認ください。



各チームの紹介とキャプテンからの一言

スフィーダ世田谷FC



キャプテンの原志帆さん

今年も清瀬で親善試合ができ、うれしく思います。結果・内容ともにこだわって戦います。また、この試合でスフィーダ世田谷FCを知っていただき、その後のサッカー教室も一緒に楽しみたいです。



攻守一体。チームが攻守において連動、連続し関わり続け、ボールを奪ってからショートカウンターで素早く相手ゴールに迫るのが特徴のチーム。不必要なポゼッションはせず、「ゴールを意識したダイレクトプレー」から得点を狙います。

FC十文字VENTUS



キャプテンの堰愛季さん

3シーズン目、今年こそチャレンジリーグで優勝し、なでしこ2部に昇格できるよう頑張ります。プレシーズンになりますが、まずはこの親善試合のスフィーダ世田谷戦も全力を尽くします。

清瀬市と新座市をホームタウンとし、十文字学園女子大学を母体にチャレンジリーグで活動中。チームのスタイルは、「ポゼッションサッカー」。ボールを大切に繋ぎ、ゴールを目指す攻撃力で得点を量産するチームです。



4月21日(日)は清瀬市議会議員選挙と清瀬市長選挙の投票日です

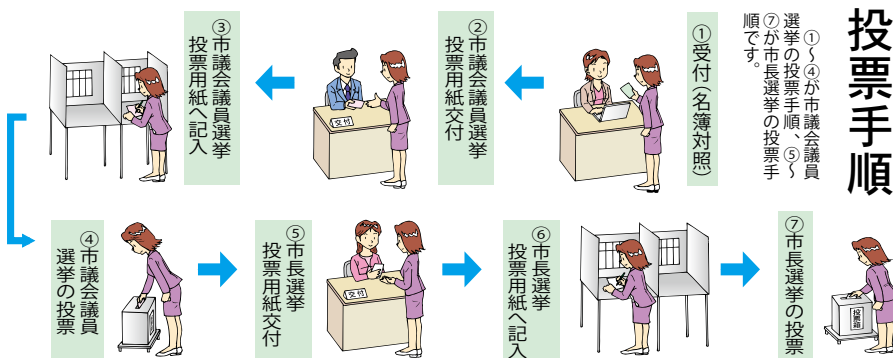
この選挙は、これから4年間の清瀬市の代表を選ぶ大切な選挙です。棄権しないで貴重な1票を投じましょう。

◆投票日と投票時間

【投票日】4月21日(日)【投票時間】午前7時～午後8時【投票できる方】すでに清瀬市の選挙人名簿に登録されている方。日本国民で、平成13年4月22日以前に生まれた方で、1月13日までに清瀬市に転入届出をし、引き続き住民基本台帳に記載されている方
※清瀬市外へ転出された方は投票できませんのでご注意ください。

◆期日前投票

投票日当日に用事などで投票所に行くことができない方は、期日前投票をすることができます。期日前投票所は、下記のとおり2か所ありますが、期間と時間がそれぞれ異なりますので、ご注意ください。
健康センター＝4月15日(月)～20日(土)午前8時30分～午後8時
生涯学習センター＝4月16日(火)～19日(金)午前9時30分～午後9時



清瀬市議会議員選挙・清瀬市長選挙立候補予定者説明会

4月21日(日)執行の清瀬市議会議員選挙と清瀬市長選挙の立候補を予定している方を対象に、説明会を開催します。立候補予定者・関係者は必ずご出席ください。

なお、会場の都合上、出席者は1候補2人までとさせていただきます。

■2月23日(土)午後2時～(2時間程度) 場 健康センター2階第1・2・3会議室 書類を受領される方の印鑑・筆記用具 問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎042-497-2561

※当日受付票に、立候補予定者の氏名(ふりがな)・住所・電話番号・本籍・生年月日・党派・職業と連絡先となる担当者氏名・電話番号を記載していただきます。

若年層の期日前投票立会人の募集(清瀬市議会議員選挙・清瀬市長選挙)

若い世代の皆さんに選挙をもっと身近に感じていただくために清瀬市議会議員選挙・清瀬市長選挙の期日前投票所における投票立会人を募集します。☑市内在住で18歳～29歳(期日前投票開始日現在)の方で清瀬市の選挙人名簿に登録されている方 ☎2月1日～15日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)に選挙管理委員会事務局にある応募用紙(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、直接選挙管理委員会事務局 ☎042-497-2561へ

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎2月27日(水)・28日(木)午後8時まで
■日曜納税・納税相談 ☎2月24日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎2月9日(土)午前9時～正午
場 いずれも市役所徴収課窓口 ☎徴収課徴収係 ☎042-497-2045

—尊厳を踏みにじる行為、すべてが高齢者虐待です—

高齢者虐待 あなたはどう考えますか？

問 地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042-497-2082



介護を行う家族や親族などの養護者(介護者)が高齢者の尊厳を踏みにじってしまう行為である「高齢者虐待」が問題となっています。

地域のあたたかい見守りやさりげない声かけが高齢者や介護を行う家族の支えとなります。

高齢者虐待への知識を深め、虐待の防止・早期発見にご協力ください。

こんな行為、実は虐待です

- ◇必要な介護をしない、受けさせない
- ◇年金や通帳を管理して、勝手に使っている
- ◇失敗を怒鳴ったり、叩いたりして教えている
- ◇椅子やベッドに縛り付けている
- ◇外出を制限している
- ◇排泄の失敗をあざ笑うなど

家庭内の虐待の8割以上は、認知症の方に対して起こっています

認知症に対する知識が不十分なために、症状が理解できず、「言うことを聞かない」「何度注意しても失敗を繰り返す」「わざと困らせている」などと養護者(介護者)が思ってしまう、虐待につながる場合が多くあります。

虐待は介護者が悪いわけではありません

介護により、心身ともに疲弊して、追い詰められている養護者(介護者)は少なくありません。悪循環を止めるためにも、虐待の早期発見が望まれます。

少しでもおかしいと感じたら・・・

少しでも気になることがありましたら、担当の地域包括支援センターへご連絡ください。

○松山＝清瀬市地域包括支援センター ☎042-497-2082

○上清戸・中清戸・下清戸・元町＝きよせ社協地域包括支援センター ☎042-495-5516

○竹丘・梅園・野塩＝きよせ信愛地域包括支援センター ☎042-492-1850

○中里・下宿・旭が丘＝きよせ清雅地域包括支援センター ☎042-495-1370



清瀬市認知症対策の最新情報を知ろう！

講演会 きよせで認知症を考える

認知症の人やその養護者(介護者)にやさしい地域を目指し、認知症の人の意思が尊重され住みなれた環境で暮らし続けられるように認知症の早期診断・早期治療の大切さ、認知症初期集中支援チームの活動状況を知り、認知症への理解を深めてみませんか。先着100人。

◇基調講演「認知症を予防する」＝飯塚友道氏

◇シンポジウム「清瀬市の認知症の実態と今後の対策について」＝座長：清瀬市医師会会長 平野功氏

日 3月7日(木)午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分～) 場 アミュールホール 申 問 地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042-497-2082へ

市では、「ゆりの会」や「よってこカフェinナルド」など認知症の方やその養護者(介護者)の方向けの事業を行っています。詳しくは今号6面へ。

交通災害共済(ちょこっと共済)にご加入を

ちょこっと共済は、公的な交通災害共済制度で、東京都の市町村に住民登録のある方なら年齢、健康状態に関係なく、いつでも、どなたでも加入できます。

2月1日から、平成31年度事前加入受け付けを開始します。

【加入資格】共済期間の開始日に、清瀬市に住民登録のある方

【共済期間】4月1日から平成32年3月31日まで(4月1日以降に加入申込みをされた場合、申込日の翌日から平成32年3月31日までが共済期間となります) 費 おとな・子ども同額、1人1口。Aコース＝年額1,000円・Bコース＝年額500円

申 パンフレットに添付されている加入申込書に必要事項を記入し、会費を添えてりそな銀行清瀬支店派出所(市役所1階)、松山出張所、野塩出張所、りそな・三井住友・みずほ銀行の各清瀬支店、

西京・飯能信用金庫の各清瀬支店、東京みらい農業協同組合清瀬支店、きらぼし銀行・青梅信用金庫の各秋津支店の窓口へ(印鑑は不要) 問 道路交通課交通安全係 ☎042-497-2096

※平成30年度に加入されている方も、平成31年度の申込みが必要です。

※見舞金の金額については下表参照。

※見舞金の請求には、交通事故(人身)証明書が必要です。自転車の単独事故など、小さな事故もカバーします。事故に遭ったら、すみやかに最寄りの警察署にお届けください。

※市外で出張受け付けを行います(詳しくは市ホームページへ)。



詳細はこちら

【交通災害共済の見舞金】

等級	交通災害の程度 (交通災害を受けた日から1年以内の日数)	見舞金	
		Aコース	Bコース
1	死亡	300万円	150万円
2	重度の後遺障害	200万円	100万円
3	入院日数30日以上100日未満の傷害	34万円	17万円
4	入院日数10日以上30日未満または実治療日数30日以上100日未満の傷害	14万円	7万円
5	実治療日数10日以上30日未満の傷害	8万円	4万円
6	実治療日数10日未満の傷害	4万円	2万円

【交通遺児年金】

会員が交通災害で死亡したとき、会員と生計を同じくしていた東京都の市町村民である中学生以下の子がいる場合、子が中学修了年限に達するまで交通遺児年金が支給されます(別途申込みの必要はありません)。遺児1人につき年額12万円で、半年ごとの支払いです。

市役所での税申告の受け付け混雑予想

2月18日(月)～3月15日(金)の平日に市・都民税の申告を市役所で受け付けます。例年、申告期間は大変混雑します。下表を参考にお越しください(昨年の実績に基づき作成しているため、実際の状況と異なる場合があります。特に今年は例年以上の混雑が予想され、3

月の待ち時間は1時間以上となる恐れがあります)。

【受け付け時間】午前の部＝午前9時～11時(番号札配布は午前8時30分～)、午後の部＝午後1時～4時30分(番号札配布は午前11時～) 問 課税課市民税係 ☎042-497-2040

市・都民税申告受け付けの混雑状況予想

大混雑 混雑 比較的すいている すいている

	2月18日(月)	2月19日(火)	2月20日(水)	2月21日(木)	2月22日(金)
午前の部 (午前9時～11時)	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑	混雑
午後の部 (午後1時～4時30分)	大混雑	混雑	混雑	混雑	混雑
	2月25日(月)	2月26日(火)	2月27日(水)	2月28日(木)	3月1日(金)
午前の部 (午前9時～11時)	大混雑	混雑	混雑	比較的すいている	比較的すいている
午後の部 (午後1時～4時30分)	大混雑	比較的すいている	すいている	すいている	比較的すいている
	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)
午前の部 (午前9時～11時)	混雑	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑
午後の部 (午後1時～4時30分)	混雑	混雑	混雑	混雑	混雑
	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)
午前の部 (午前9時～11時)	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑
午後の部 (午後1時～4時30分)	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑	大混雑

申告書の提出のみの方へ 申告書投函箱をご利用ください

申告書の記入が済み、職員による内容確認が不要の場合、申告書などの必要書類を入れた封筒を申告会場の「申告書投函箱」へ入れるだけで、手続きが完了します。

日 2月18日(月)～3月15日(金)の平日 午前8時30分～午後5時

※収受印を押した申告書の控えが

必要な方は、お待ちいただく場合があります。

問 課税課市民税係 ☎042-497-2040



並ばずに提出

今月の納期

◆固定資産税・都市計画税(第4期) ◆国民健康保険税(第8期) ◆後期高齢者医療保険料(第8期) ◆介護保険料(第8期)
2月28日(木)までに納めてください。

キラリ
レポート市民編集委員の
視点から

高橋玲子さん

～ 熱 い 勇 姿 に 感 動 ～
清瀬市消防団出初式

新年の厳かな空気が漂う1月12日、神山公園で、平成31年清瀬市消防団出初式が行われました。初雪の舞う寒さのなかでしたが、使命と誇りを持った消防団員の姿は凛々しく、渋谷市長、山口消防署長をはじめご来賓やご家族、関係者など大勢の方々に見守られながら、盛大に執り行われました。

清瀬市消防団

清瀬市消防団は戦前から始まり、70年以上もの長い歴史と伝統があります。団員は普段、それぞれの仕事に就きながら、災害が起こると現場に駆けつけて、消火活動や救助活動にあたります。

また、訓練や救命講習会、防火啓発活動も行っています。「自分たちのまちは自分たちで守る」という強い信念のもと、一致団結して活動に取り組む消防団は、地域防災の要です。



一糸乱れぬ徒列行進

消防団の活動

出初式で、正装に身を包んだ団員の動きは、無駄がなくきびきびとしていて、思わず見惚れてしまいました。さまざまな功績に対して表彰がありましたが、地域防災のために力を尽くして下さっている消防団の皆さんに、尊敬と感謝の気持ちでいっぱいになりました。

訓練の成果

徒列行進に続き、分列行進が行われた時は、雪とみぞれが降っていましたが、寒さをものともせず、一糸乱れず進んでいく姿は本当に格好良く、頼もしいものでした。

消防少年団の演技も健気で、清瀬市の明るい未来を感じさせました。一斉放水は、はるか上空まで噴き上がるポンプからの放水が圧巻で、自然と拍手が沸き起こっていました。

出初式を見学して

出初式を見て、日々苦楽をともにしている消防団員の結束力とお互いを思いやる気持ち、地域への深い愛情を感じました。寒い日でしたが、心がじんわりと温くなり、清瀬市をまた好きになりました。新しい年が災いのない穏やかな年でありますように、心からお祈り致します。



一斉放水

消防団員募集中

詳しくは防災防犯課防災係 ☎042-497-1847へお問い合わせください

消費生活相談の
現場から

食品の異物混入

缶ジュースから見たこともない物体が出てきた！

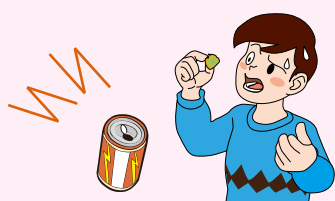
<事例>

お中元でもらった缶のオレンジジュースをコップに入れて子どもに飲ませた。飲んだ後の缶を洗おうとしたところ缶のなかに何かが入っている感触があった。

缶を開けて確認してみると、緑色と薄いオレンジ色のマール状の大きな物体が出てきて驚いた。こんなものが入ったジュースを子どもに飲ませてしまい、体調が悪くなったらどうしようと心配になった。この物体は何なのか。

<アドバイス>

食品の異物混入のご相談は、当市ではセンターが窓口となりメーカーなどへ調査依頼を行ったうえで、異物の特定、原因究明及び再発防止などにご協力いただいています。今回はセンターへの相談前に相談者の方がメーカーに調査を依頼されました。メーカーの回答によるとこの物体はカビの塊であり、混入原因は出荷後流通保管の際、衝撃や振動などが繰り返し強く加わったため、缶蓋の飲み口の開口部に微細な穴が発生して外気とともにカビを吸い込み、容器のなかで増殖したとのことでした。



た成分検査ではカビ毒は検出されませんでした。

食品の異物混入は健康被害の恐れがあり見過ごすことは出来ません。センターや消費者がメーカーに異物混入について申し出るとは、拡大被害を防ぎ再発防止に繋げるためにも重要だと考えます。

異物混入に気付いた場合は、飲食せず、写真を撮り、できるだけそのままの状態を保ち、購入時のレシート・包装紙・容器を保管しましょう。食品を口にして嘔吐、下痢、腹痛などの症状がある場合は食中毒のおそれがあるため、すぐに医療機関を受診し、可能であれば診断書や受診・治療した記録などを残しましょう。

消費生活センター ☎042-495-6212 (相談専用)



実際のカビの写真は市ホームページに掲載しています

市史で候 mini

市史編さんの付帯事業として、市史講演会を開催しています。

市史講演会は今年で3回目。

第1回は、「清戸の戦国と江戸～『市史研究 きよせ』を読む～」と題して平成29年に開催。『市史研究 きよせ』第1号に掲載した清瀬の歴史の概略記事をもとに、清瀬市史編さん委員会の委員長であり、調査を行う近世部会の部会長でもある根岸茂夫先生にご講演いただきました。

翌年、第2回は「中世の清瀬市域～ゆかりの人物と文書を追っ

市史講演会第1回



市史講演会第2回



本編をご覧になるには

市ホームページ…トップページ>市政情報>広報>清瀬市ブログ
プリントアウト版…市内の各図書館でご覧いただけます

市史講演会

「市史で候」三十三の巻「市史講演会第1回満員御礼！」及び四十五の巻「いざ、中世を訪ねる時空の旅へ」より

て～」と題し、古代・中世部会長の浅倉直美先生に調査報告も交えお話しいただきました。

そして、第3回となる今年は、「明治151年～清瀬の近代を考える～」と題し、近代から現代への流れについて、現代部会長の黒川徳男先生にご講演いただきます。

2月24日(日)午後2時から、生涯学習センターの講座室1で開催。入場無料、直接会場へ。定員は先着順で50人です。是非、ご参加ください。

市史講演会第3回のポスター！

2月のびん・かん
収集について

2月12日(火)は下記の地区で、通常どおりびん・かんの収集を行います。
地区＝下宿・旭が丘・中里四丁目・中里五丁目・中里六丁目 ☎ごみ減量推進課ごみ減量推進係 ☎042-493-3750

清瀬市天然資源有効活用プロジェクト 平成最後の清瀬特産市

燻製用「柿の木スモークチップ」・コースター・箸置き・ペン立て・夏みかんの限定販売を行います。

木工品の材料は、園児の成長を長年見守ってきた旧第6保育園の柿の木と百日紅、けやき通りのケヤキです。園舎の解体工事・けやき通りの道路交通の安全確保のために伐採することになった樹木を、清瀬市の特産品として有効活用します。

数量に限りがありますので、お早めにお求めください。



柿の木スモークチップ 箸置き(使用例)



夏みかん・丸太



コースター(使用例)



丸太などの例



上：コースター(使用例)
右：丸太などの例

今はやりのDIY、日曜大工の材料として、丸太、樺の1枚板、原木の販売も併せて行います。詳しくは総務課営繕係にお問い合わせください。売上金(全額)は、清瀬市の緑地の保全に活用します。

2月4日(月)からの祝日をのぞく月～金曜日午前8時30分～午後5時(売切れ次第終了) 場市役所1階窓口案内【販売物】「柿の木スモークチップ」200円(300g)、木工品・夏みかん100円、丸太500円～1,000円(長さ約35㍎) 樺1枚板3,000円～(いずれも価格は税込) 問総務課営繕係 ☎042-497-1841

燻製を作ってみよう！

専用の道具は不要です。「柿の木スモークチップ」を使って、フライパンや土鍋で簡単に燻製を作ってみましょう。
※燻製の簡単な作り方は市ホームページをご覧ください。



詳細はこちら

旭が丘団地で地元農産物即売会を開催

平成29年12月17日から毎週水曜日に中里地域市民センターで実施している地元農産物即売会は、2月13日(木)から旭が丘団地でも開催します。

この即売会は地産地消推進と地域福祉向上を図るため、JA東京みらいと清瀬直売会の協力により実施します。

新鮮な清瀬産野菜を食卓へ。ぜひご利用ください。

【旭が丘団地自治会前広場地図】



なお、中里地域市民センターでの地元農産物即売会の販売時間は短縮となります。ご利用の際はご注意ください。

原則毎週水曜日午前11時ごろから(30分程度)。売切れ次第終了。天候不順や年末年始、水曜日が祝日の場合は休み 場旭が丘団地自治会前広場 問産業振興課産業振興係 ☎042-497-2052



中里地域市民センターでの即売会の様子

市民農園の利用者を募集

【資格】市内在住で野菜などの農産物の栽培に意欲のある世帯(ただし、1世帯につき1区画。中清戸五丁目市民農園をご利用の方は応募不可) 【募集農園・区画数】上清戸二丁目市民農園66区画・竹丘二丁目市民農園77区画(1区画20平方㍎) 【使用期間】4月1日(月)～平成34年2月28日(月) 費1区画あたり月額1,500円。指定日までに当該年度分を一括納入 問2月14日(必着)までに往復はがきに必要事項を記入(記載例参照)し、産業振興課産業振興係 ☎042-497-2052へ ※応募者多数の場合は、2月21日(木)午前9時から健康センターで公

開抽選を行います。1世帯で複数申込みは無効です。また、電話などによる申込みはできません。現使用者の同一区画の継続使用は連続2回(合計6年以内)までです。

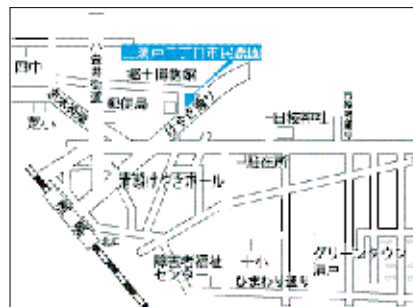
【往復はがき記載例】

往信用(裏) 往信用(表)

【希望する市民農園(上清戸二丁目または竹丘二丁目)】の利用を申込みます。	62 清瀬市役所 産業振興課 行	〒204-8511 清瀬市中里5-842
1.住所 2.氏名(ふりがな) 3.電話番号 4.現在利用中の方は同じ場所を①希望する②希望しない		

※返信用の表には、申込み者の住所・氏名を記入。

【上清戸二丁目・竹丘二丁目市民農園地図】



まき材、シイタケ栽培用ホダ木の配布

萌芽更新によって伐採した樹木のうち、まき材(長さ35㍎)やシイタケ栽培用ホダ木(長さ1㍎)の寸法に切断したものを、市の緑地保全に対する考え方に賛同された、必要とされる方に配布します(なくなり次第終了)。

市では、貴重な雑木林を後世に残すために、雑木林の公有地化を進めています。公有地化には多くの費用が必要です。清瀬市緑地保全基金へのご協力をお願いします。

2月5日(火)・6日(水)・12日(火)・13日(水)・19日(火)・20日(水)・26日(火)・27日(水)いずれも午前10時～正午(雨天中止) 場伊藤記念公園台田の杜

※配布日のみ、台田の杜広場を駐車場として開放します。

問水と緑の環境課緑と公園係 ☎042-497-2098



清瀬フォトコンテスト～清瀬、平成の記憶～

清瀬の今！ 平成の記憶を残す貴重な写真を募集します。

【応募資格】市内在住の方または周辺地域に在住の方 【題材】2～3年前から本年4月末までに撮影された市内の自然・人物・建物などの作品(人物は本人の承諾を得てください) 【応募作品】カラーまたはモノクロで2Lサイズにプリントした未発表または発表の予定がない作品(画像処理と加工は不可)。1人3点まで 【応募期間】3月1日(金)～5月31日(金) 問左記の応

募期間内(消印有効)に郷土博物館などに備えてある応募票(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、写真の裏面にセロハンテープで上辺を貼り、直接持参または郵送で〒204-0013上清戸2-6-41 郷土博物館「清瀬フォトコンテスト」係 ☎042-493-8585へ

※各賞・副賞あり。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



詳細はこちら

催し・イベント

平成30年度 命の教育フォーラム

学校における「命の教育」の取り組みを紹介します。子どもたちが市民とともに「命」について考えます。**日**2月16日(土)午後2時～4時30分**場**アミューホール**直問**指導課指導事務係**☎**042-497-2554
※駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

女性起業支援講座

①「志、想いをカタチに」②「事業マインドを磨く」をテーマに講座を開催します。**日**①2月15日(金)②16日(土)いずれも午前10時～午後0時30分**場**男女共同参画センター**講**特定非営利活動法人市民フォーラム21 藤岡喜美子氏**申問**2月1日から電話で男女共同参画センター**☎**042-495-7002へ
※保育あり(6か月～就学前、先着10人)。



講師の藤岡喜美子氏

簡単・手作りお雛様講習会

対18歳以上の方。先着10人**日**2月13日(水)午後1時～3時30分**場**中清戸地域市民センター**費**1,300円(材料費込み)**持**裁縫道具**申問**直接窓口または電話で中清戸地域市民センター**☎**042-494-7211へ

市内野鳥観察会(稲門会共催)

日2月2日(土)午前9時～正午(雨天時は3日(日))**場**金山調節池周辺(集合は午前8時45分までに金山緑地公園入口)**持**飲み物・タオル・帽子(お持ちの方は図鑑・双眼鏡)**直問**清瀬の自然を守る会事務局・渡邊**☎**042-492-0710

なんでも聞ける! ボランティア・市民活動相談会

ひとり一人にあった活動・活躍ができる場を探せます。活動上の相談もできます。**日**2月23日(土)午前10時～正午**場**きよせボランティア・市民活動センター



きよせボランティア・市民活動センターホームページ

民活動センター**直問**きよせボランティア・市民活動センター**☎**042-491-9027

グラウンドゴルフ教室

対市内在住・在勤で18歳以上の方。先着50人**日**前期＝4月11日(木)～7月4日(木)(全12回)、後期＝9月5日(木)～11月21日(木)(全12回) いずれも午前9時30分～11時30分**場**下宿運動公園**費**年間2,000円**申問**4月10日までに直接窓口または電話で下宿地域市民センター**☎**042-493-4033へ

健康・福祉

生活習慣病重症化予防講演会

「口腔疾患が全身へ及ぼす影響とその対処 オーラルフレイル～最近むせたりしませんか～」をテーマに講演会を開催します。**対**市内在住の方**日**2月21日(木)午後2時～3時30分**場**アミューホール**講**松村歯科医院院長 松村猛氏**申問**直接窓口または電話で健康推進課成人保健係**☎**042-497-2076へ

生活習慣病重症化 予防セミナー「気になる脂質」

①「気になる脂質と食生活」＝管理栄養士②「薬の効果と運動のコツ」＝薬剤師、健康運動指導士のセミナーです。**対**市内在住の方。各日先着50人**日**①2月22日(金)午前10時30分～正午②26日(火)午後1時30分～3時10分**場**アミューホール**申問**直接窓口または電話で健康推進課成人保健係**☎**042-497-2076へ

つばきの会

高齢者の憩いの場づくりを目的に、簡単な製作や体操をして、地域の方と交流を楽しみませんか。**日**2月27日(水)午後2時～4時**場**野塩地域市民センター**直問**健康推進課成人保健係**☎**042-497-2076

脳トレ元気塾

昭和の歌謡曲に合わせて、運動と脳トレを行います。**対**いずれもおおむね65歳以上の方。各回先着30～40人**費**1回200円
①「ゆうゆう元気塾」＝**日**毎週水曜日午前10時15分～11時45分、午後1時15分～2時45分**場**コミュニティプラザひまわり②「しんあい元気塾」＝**日**毎週木曜日午後1時15分～2時45分**場**特別養護老人ホーム信愛の園(梅園二丁目)③「せいが中里元気塾」＝**日**毎週木曜日午後1時30分～3時**場**中里地域市民センター**直問**いずれも地域包括ケア推進課地域包括支援センター**☎**042-497-2082

ふまねっと運動

ネットを踏まないように歩くことで、歩行機能・脳力アップが図れます。**日**①2月12日(火)②15日(金)いずれも午後2時～4時**場**①中清戸地域市民センター②竹丘地域市民センター**費**100円**直問**チームリカすて・村松**☎**090-5766-0953

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方やご家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成しています。先着60人。**日**3月2日(土)午後2時～3時30分**場**生涯学習センター**申問**きよせ信愛地域包括支援センター**☎**042-492-1850へ

認知症家族会ゆりの会

問題や悩みを語り合い、明日へのエネルギーに繋げていきます。**対**認知症高齢者を介護しているご家族など**日**2月20日(水)午後1時30分～3時30分**場**平野クリニック(松山一丁目)**費**お茶代50円(お菓子付き)、初回無料**直問**地域包括ケア推進課地域包括支援センター**☎**042-497-2082

よってこカフェinナルド

認知症に関心のある方ならどなたでも利用できます。**日**2月7日(木)・21日(木)午後1時30分～4時30分(21日午後3時からは、清瀬認知症ケアセンター認知症看護認定看護師 村上裕二氏による「認知症に関するミニ講話」)**場**ナルドの壺(元町一丁目)**費**300円(飲み物代)**直問**地域包括ケア推進課地域包括支援センター**☎**042-497-2082

清高連 手作り品講習会 「折り紙で作る八角箱」

小物やお菓子入れに最適な八角形の箱を折り紙で作ります。**日**2月22日(金)午後2時～4時**場**清瀬けやきホール**申問**2月1日から直接窓口または電話で清瀬市シニアクラブ連合会事務局(高齢支援課高齢福祉係)**☎**042-497-2081へ

ケアニン(無料上映会)

医療・介護連携推進協議会では、「ケアニン～認知症で人生終わりになんて、僕がさせない～」を上映します。人の「ケア」に関わり、自らの仕事に誇りと愛情、情熱を持って

働いている全ての人に見ていただきたい映画です。また介護相談会も同時開催します。**日**3月24日(日)午後1時30分～3時、午後3時30分～5時**場**アミューホール**直問**清瀬市医師会**☎**042-494-1441

募集

都営住宅の募集

◆抽選方式

対単身者向け、単身者用車いす使用者向け、シルバーピア(単身者向け・2人世帯向け)、住宅内で病死などがあった住宅

◆ポイント方式

対ひとり親世帯向け、高齢者世帯向け、心身障害者世帯向け、多子世帯向け、特に所得が低い一般世帯向け、車いす使用者世帯向け
【募集案内の配布期間】2月4日(月)～13日(水)【申込み締め切り】2月18日(月)(必着)

【募集案内の配布場所・時間】まちづくり課、松山・野塩出張所＝平日午前8時30分～午後5時(平日の午後5時～午後8時と土・日曜日は市役所夜間受け付けで配布)、各地域市民センター・子ども家庭支援センター・生涯学習センター＝各センター開館日の開館時間内で配布**問**JKK東京(東京都住宅供給公社)**☎**0570-010-810(期間内)、**☎**03-3498-8894(期間外)

清瀬消防少年団

清瀬消防少年団(団長 新井泰夫)では、平成31年度に一緒に活動する団員を募集します。【資格】市内在住または在学の平成31年4月1日現在で小学3年生から高校3年生までの児童及び生徒【活動目的】消防の仕事や規律訓練・集団活動を通じて、同世代の防災リーダーとなる人材を育成する【活動内容】消防の仕事学習、規律訓練、防火防災知識の習得、宿泊体験など【会費】入団費1,000円、年会費6,000円**申問**2月1日～28日に電話で清瀬消防少年団事務局**☎**042-491-0119(清瀬消防署警防課内)へ
※申込者多数の場合は期限前でも申込みを締切ることがあります。



市民伝言板

中安千晶(ソプラノ)コンサート～春を待つ心(清瀬音楽鑑賞倶楽部第90回)▶フォレストメンバーとしてBS日テレに出演する中安千晶の春の歌。2月23日19時～20時45分、アミューホール、999円(高校生以下・障害者は500円)、清瀬音楽鑑賞倶楽部・瓜生**☎**042-493-5691
さわらび会▶水彩・油彩・アクリルなどで描いた個性豊かな絵画展です。ご覧ください。2月11日～25日10時～20時、

【市民伝言板利用案内】

●3月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、2月1日午前8時30分から15日までの間に受け付け。先着25枠。3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、2月15日まで受け付け。
●利用案内は、市ホームページまたは秘書広報課で配布しています。必ずご確認ください。
☎秘書広報課広報聴係**☎**042-497-1808 📠042-491-8600 📧kouhou@city.kiyose.lg.jp

クレアギャラリー(クレアビル4階)、無料、さわらび会・高橋**☎**042-427-1244
どんぐり体育館バザー▶うれしい掘り出し物多数! 雨天決行、駐車場あり。2月21日10時30分～14時30分、コミュニティプラザひまわり、無料、社会福祉法人椎の木会エコどんぐり・伊藤**☎**042-493-0080
原裏二芸能60周年記念チャリティー歌・踊コンサート▶2月9日葵かを里2月10

日小桜舞子・舞踊団HARUNA。先着100人記念品有り。2月9日・10日いずれも10時～(開場は9時30分)、清瀬けやきホール、無料、原裏二芸能60周年記念実行委員会・原**☎**080-1081-9471
日本舞踊講習会▶課題曲「海鳴りの駅」(大月みやこ)、初心者の方も分かりやすく教えます。2月2日、3月2日いずれも13時30分～、清瀬けやきホール、1回1,000円、河本会・佐野**☎**042-492-1177

清瀬新潟県人会新年賀詞交換会▶清瀬市及び周辺の新潟県出身の方どなたでも歓迎しく語りましょう。2月16日18時～、市内飲食店(清瀬駅南口ふれありど～り)、参加費3,000円、清瀬新潟県人会事務局・山我**☎**042-493-3934
「子どもの権利条約」講演会▶国連子ども委員会の最新情報をわかりやすくお伝えします。2月10日14時～16時、生涯学習センター、資料代300円、清瀬・子どもと教育ネット・藤本**☎**042-493-2981
清瀬アミュー歌声▶ともしび吉祥寺のレジェント バクさんと歌声で世界を旅しませんか。2月26日13時30分～、清瀬けやきホール、1,000円、清瀬アミュー歌声・富樫**☎**090-5519-4285

学習教室生徒

学校の教科書を中心に指導します。中学生は科目選択制です。

下表のとおり 場 シルバー人材センター(松山三丁目) 申 問 電話またはファクスでシルバー人材センター ☎042-494-0903 ☎042-491-8692へ

新学年	科目	曜日	時間
小学生	4年生	(火)・(木)	午後4時30分～5時30分
	5年生	(水)・(金)	午後5時～6時
	6年生	(火)・(木)	午後5時45分～6時45分
中学生	1年生	数学 (水)	午後7時～8時
		英語 (土)	
	2年生	数学 (金)	
		英語 (木)	
	3年生	数学 (火)	午後6時30分～8時
		英語 (月)	

※申込み状況により、開講を見合わせる場合があります。

シルバー人材センター会員

入会には説明会への出席と、研修会の受講が必須です。市内在住で原則として60歳以上の健康で働く意欲のある方 日 説明会＝第1月曜日午後1時30分～、研修会＝第2月曜日午後1時30分～ 場 問 シルバー人材センター ☎042-494-0903

介護予防活動団体育成事業の活動資金支援補助

平成30年度中に清瀬市で実施する介護予防活動について活動資金の補助を行います。申 問 3月1日までに社会福祉協議会窓口で配布する申請書(同協議会ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入

し、直接窓口または郵送で〒204-0011下清戸1-212-4 社会福祉協議会 ☎042-495-5333へ



社会福祉協議会ホームページ

その他

清瀬市特定不妊治療医療費助成の申請をされる方へ

3月(年度末)・4月(年度初め)に清瀬市に特定不妊治療医療費助成の申請を予定している方は、東京都特定不妊治療費助成の申請をして、東京都からの決定通知書を必ずご持参ください。

平成30年度分の申請期限は3月29日(金)までです。期限が過ぎると申請できない場合があります。ご注意ください。ただし、「東京都の決定通知の日付」より3か月以内であれば期限を延長しての申請が可能です。問 健康推進課母子保健係 ☎042-497-2077

※4月1日以降に清瀬市へ申請される場合は、平成31年度分として受理します。

第2回立科山荘スキーツアー・スキー&スノーボードバス

2泊3日のツアーです。スキーレッスン希望の方は白樺高原国際スキー場、スノーボードを利用の方はしらかば2in1、スキーをプライベートで利用の方はいずれかのゲレンデを選択できます(最小催行人数16人)。日 3月1日(金)午後7時15分～3日(日)午後5時30分ごろ(集合・解散は清瀬駅北口西友前) 場 清瀬市立科山荘 【ツアー参加費】おとなレッスンなし23,800円、レッスンあり

28,400円、小学生レッスンなし18,000円、レッスンあり23,000円(いずれも2泊3日4食付き・保険料込み) 申 問 清瀬市立科山荘 ☎0267-51-2300へ

※詳しくは、電話でお問い合わせまたは立科山荘ホームページをご覧ください。



立科山荘ホームページ

【事業主の方へ】家族の介護を行う労働者の離職を防ぐために

働き盛りの労働者が、家族の介護のために突然離職してしまわないよう、利用できる制度の内容や必要な社内手続き、給付制度などについてあらかじめ労働者に周知しましょう。【周知内容】介護休業、介護休暇、介護勤務時間短縮等の措置、所定外労働の制限等 問 東京労働局雇用環境・均等部指導課 ☎03-3512-1611

※詳しくは上記へ問い合わせまたは東京労働局ホームページをご覧ください。



東京労働局ホームページ

しごとセンター多摩の就業支援

生活や働き方を考えていくうえで基本となるマナーとライフプランについて分かりやすく説明します。先着50人。※おおむね50歳以上 日 3月2日(土)午後1時30分～4時30分(受け付けは午後1時) 場 東京しごとセンター多摩(国分寺市南町三丁目) 申 問 東京しごとセンター多摩 ☎042-329-4524へ

電気の上手な使い方推進月間

日常生活に不可欠な電気は、誤った使い方や機器が故障したままで使用していると、感電や火災など思わぬ事故を招く恐れがあります。

本年度も2月1日から28日までの1か月間を「電気の上手な使い方推進月間」とし、冬の省エネルギーを理解しましょう。問 一般財団法人関東電気保安協会 ☎042-314-9002



寄付・寄贈

- ◆市(まちづくり応援基金)へ
梅村篤様(60,000円)、若林徹様(30,000円)、坂口涼様(10,000円)、又野一仁様(10,000円)、匿名様51件(1,246,000円)
- ◆市(男女共同参画センター運営事業)へ
アニメ鑑賞会様(5,675円)
- ◆市(社会福祉基金)へ
清瀬上和太鼓様(20,000円)
- ◆緑地保全基金へ
ボランティアきよせびと様(400,000円)
ありがとうございました。

夕やけこやけ

2月1日から4月30日までの「夕やけこやけのチャイム」は午後5時5分に鳴ります。

清瀬けやきホール

の催し物

①清瀬けやき亭落語会

落語、講談、太神楽をお楽しみください。日 2月11日(月)午後2時(開場は午後1時30分) 費 前売り一般2,000円・友の会1,800円・シルバー(65歳以上、要証明)1,500円、ペア3,000円、当日2,200円(全席指定、未就学児入場不可) 【出演】三遊亭天どん、柳亭こみち、神田鯉米(講談)、三遊亭兼太郎、翁家和助(太神楽)、三遊亭ごはんつづ(前座)

②映画「焼肉ドラゴン」

演劇賞を総なめにした伝説の舞台の映画化です。日 3月15日(金)午前10時30分～、午後2時～、午後5時30分～(開場は各回30分前) 費 一般1,000円・友の会800円・シルバー(65歳以上、要証明)900円、学生500円、(全席自由、未就学児入場不可)

③そうだじゅげむきこう

和室で楽しむ落語会です。椅子席もあります。日 2月24日(日)午後2時～(開場は午後1時30分) 費 一般1,000円・小学生500円(全席自由) 【出演】入船亭小辰(独演会)

④歌って健康! 歌声サロン

懐かしい名曲をプロによる生演奏で歌ってみませんか。日 2月20日(火)、3月20日(水)いずれも午後2時～4時(チケットの販売は午後1時30分～) 費 1,000円(全席自由) 調 杉山公章氏

⑤講座「おけいこアロマ」

花粉、風邪対策にも使えるバーム作り。先着12人。日 2月12日(火)午後2時～3時30分 費 1,500円 調 西脇直子氏

⑥絵本deリトミック

絵本や手遊びで、親子や友達と楽しく音楽で遊びます。各クラス先着16人。日 3月5日(火)、ひよこクラス(1人でお座りできるころ～1歳半ごろ)＝午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半ごろ～3歳)＝午前11時～11時40分 費 各クラス1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券利用可) 調 小宮しのぶ氏 子 子どもの飲み物・動きやすい服装

⑦講座「ベビーマッサージ教室」

赤ちゃんへのマッサージです。※2か月～ハイハイ前の赤ちゃんとその保護者。先着10組 日 2月19日(火)午前10時30分～正午 費 600円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券利用可) 調 小宮しのぶ氏 子 タオル・バスタオル・子どもの飲み物・お持ちの方は授乳用ケープ 申 問 ④は直接会場へ。それ以外は直接窓口または電話で清瀬けやきホール ☎042-493-4011へ



清瀬けやきホールホームページ

コミュニティプラザひまわり

の催し物

①発酵パワー学ば&造る第11回「バレンタイン ショコラブレッド」(パン編)

先着14人。日 2月9日(土)午後1時30分

～4時 費 2,000円(材料費込み)

調 発酵ライフアドバイザープロフェッショナル 高田妃出美氏 子 エプロン・三角巾・布巾2枚

②魚の住む海の環境講座と実習

※小学生とその保護者の方。先着40人 日 2月23日(土)午後1時～2時30分

調 国立研究開発法人水産研究教育機構 杉崎宏哉氏

申 問 いずれも直接窓口または電話でコミュニティプラザひまわり ☎042-495-5100へ



コミュニティプラザひまわりホームページ

多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館ホームページ

①はじめてのプログラミングに挑戦

レゴ、マインドストームEV3を使ってプログラミングをしてみましょう。※小学生(参加者以外の同伴者不可)。各回先着6人 日 2月9日(土)午前10時30分～11時30分、午後1時～2時、午後2時30分～3時30分

※当日、エントランスホールにて参加券を配布。

②化石スタンプで時代を示す化石を知ろう

化石になった生き物はどの時代に生きていたのでしょうか。化石標本を見て、「地層マップ」にそれぞれの時代の化石スタンプを押そう。日 2月9日(土)～11日(月)、16日(土)午前11時～午後1時、午後2時～4時

※時間中どなたでも自由に参加できます。

費 ①②入館券おとな500円、4歳～高校生200円

①②とも 直 問 多摩六都科学館 ☎042-469-6100

※2月の休館日は、4日(月)・12日(火)・18日(月)・25日(月)です。



各館のイベント情報・お知らせ

郷土博物館からのお知らせ

①自然・野鳥の観察会

金山緑地公園周辺で清瀬に飛来する野鳥の観察をします。先着20人。
日2月9日(土)午前10時～正午場金山緑地公園(集合・解散)講元日本野鳥の会会員 山内道也氏・清瀬の自然を守る会会員 森田善朗氏

②歴史講座「清瀬の昔語り7・8」

清瀬の歴史を振り返りながら、新しい視点で歴史を紹介する講座です。今回は第7回「地域史からのアプローチ1」・第8回「地域史からのアプローチ2—歴史研究の地平—」を行います。いずれかの参加も可。先着30人。

日第7回＝2月16日(土)、第8回＝2月23日(土)いずれも午後2時～4時場郷土博物館講郷土博物館職員 内田祐治
申問①②とも2月1日午前9時から電話で郷土博物館 ☎042-493-8585へ



図書館からのお知らせ

①特別整理休館のお知らせ

図書館では蔵書点検などを実施するため、次のとおり休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほど、お願いします。

期元町こども図書館＝2月18日(月)～22日(金)、中央図書館＝2月25日(月)～3月1日(金)(その他の館は通常どおり開館します)

②図書館事業 DVD上映会『渥美清の泣いてたまるか』シリーズ

「二人になりたいッ」「浪花節だよ人生は」を上映します。先着30人。
日2月16日(土)午後2時～(1時間40分程度)場中央図書館申2月1日からの午前10時～午後5時(水・木曜日は午後7時まで。月曜日休館)に電話で中央図書館へ申込みまたは直接市内各図書館で入場整理券をお受け取りください

問①②とも中央図書館 ☎042-493-4326

児童館からのお知らせ

第13回 なんでも発表会出演者募集

劇・演奏・ダンスなど…特技や練習の成果を発表しませんか。
函子どもまたは子どもを含むグループ、子ども向けの演目のある方(教室の宣伝など営利目的の団体は不可。出演者は抽選で決定)
【募集期間】2月10日(日)まで【なんでも発表会】日3月24日(日)午前10時30分～午後4時30分場児童センター申問児童センターで配布する申込書(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、直接児童センター ☎042-495-7700へ



身近なイベントや街角の話題、各種大会で優秀な成績を収めた方・団体などをご紹介します。皆さんからの応募も受け付けています。

みどりの環境保全審議会が市長へ答申を行いました

12月27日、「公共施設のみどりの管理方針」について、清瀬市みどりの環境保全審議会から市長に答申されました。市内公共施設のみどりの管理に関して統一的な方針を定め、現状の課題への対策や、今後の公共施設のみどりのあり方を検討するために活用いたします。



審議会会長の福嶋氏(右)と渋谷市長

答申にあたっては公園、学校を中心に現地視察を行い、精力的に議論を重ね、具体例を中心とした実効性の高い内容となっております。
※会議の内容、答申書は市ホームページでご覧いただけます。

今月の健康づくり

問1は下宿地域市民センター ☎042-493-4033 (バドミントンは当日午前8時30分から要電話予約)、2～6は健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

事業・対象・内容など		日時	場所
1. 一般開放(卓球・バドミントン) 函小学生以上(小学生は保護者同伴)。先着卓球6組、バドミントン3組費おとな100円・中学生以下50円場体育館履き・ラケット・ボール・シャトルなど 日2月16日(土)午前9時30分～・午後1時～・午後3時～(各2時間)			市民体育館
2. 健康増進室初回利用者トレーニング 函18歳以上で、健康増進室を初めて利用する方費300円		午前10時～・午後2時～・午後6時～(木・土・日曜日と祝日は6時の回はなし。月曜日は休館)	健康増進室(健康センター3階)
3. ストレッチ体操 函18歳以上の方 費300円		毎週水・木曜日午前11時～11時30分・午後3時30分～4時、毎週金曜日午前9時30分～10時・午後3時30分～4時	
4. みんなで楽しくエクササイズ 函18歳以上の方 費300円	パンチ&キック体操	2月10日(日)・23日(土)	
	イージーダンササイズ	2月9日(土)・24日(日)	
	筋力アップ体操	2月2日(土)・17日(日)	
	ゆるトレ	2月3日(日)	日曜日＝午前10時～11時
	入門太極拳	2月16日(土)	
5. 夜間エクササイズ 函18歳以上の方 費300円	バランスアップ体操	毎週水・金曜日午後7時30分～8時30分	
6. 健康・体力度テスト 体力年齢などの確認や運動のアドバイス。 函18歳以上の方。先着5人(前日までに要予約) 費200円		2月5日(火)・19日(火)午後7時～ 2月10日(日)・24日(日)午後3時～	

※2～6は15分前までに会場へ(持ち物は室内シューズ・運動できる服装・タオル・飲み物)。
※3～6に参加し、マシンの利用を希望する場合は、改めて2にご参加ください。

2月の休日診療

実施日	内科の緊急患者		歯科	
	午前9時～午後5時	午後5時～翌日の午前9時	午前9時30分～午後5時	担当医
3日	井上内科クリニック 松山1-11-21 ☎042-493-3102	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	清瀬休日歯科 応急センター(清瀬市歯科医師会)上清戸2-6-10(きよせボランティア・市民活動センター内)	島田医師
10日	川辺内科クリニック 竹丘2-1-3 ☎042-496-3311	織本病院 旭が丘1-261 ☎042-491-2121		筒井(晃)医師
11日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎042-493-2727			松村医師
17日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎042-496-7015	※緊急時は随時受け付けします。 必ず事前に電話をお願いします。	☎042-491-8611(受付時間は午後4時30分まで)	天川医師
24日	酒田クリニック 野塩5-280-2 ☎042-496-7328			肥後医師

24時間電話で聞ける医療機関案内
▶清瀬消防署 ☎042-491-0119 ▶東京消防庁救急相談センター(救急車を呼ぶか直接病院へ行くか迷った場合) ☎＃7119または ☎042-521-2323
▶東京都医療機関案内サービス「ひまわり」 ☎03-5272-0303

平日小児準夜間診療
▶(月～金)多摩北部医療センター(東村山市青葉町一丁目)受付時間午後7時30分～10時30分 ☎042-396-3811 ▶(月・水・金)佐々総合病院(西東京市田無町四丁目)受付時間 午後7時30分～10時30分 ☎042-461-1535