



今号の主な内容▶2面：農業まつり/4面：「キラリレポート」「消費生活相談の現場から」「市史で候mini」/5～8面：お知らせ～information



詳しくは、2面をご覧ください





～清瀬自慢の野菜・花・植木が勢ぞろい!!～

農業まつり



日時 **11月17日(土)・18日(日)** 場所 **コミュニティプラザひまわり**
 午前9時～午後4時(17日は午後2時まで)

農業まつりでは、都内有数の品質と生産量を誇る清瀬産の野菜・花・植木の即売、優れた農産物が出品される農畜産物品評会と出品物の販売、野菜で作られた宝船の公開とその野菜のチャリティー配布、そして苗木や鉢花の無料配布などを行います。また、11月18日(日)には、「きよせ食育展」「自転車シミュレータ交通安全教室」も開催されます。ぜひ会場にお越しください。
 問 産業振興課産業振興係 ☎042・497・2052

○ ○ ○ 各日の催し物・スケジュール ○ ○ ○

日	時間	内容
17日	午前9時～午後2時	野菜・花・植木の販売、模擬店
	午後1時30分～審査終了	農畜産物品評会 ※農畜産物品評会は、一般の方の入場はできません。

注意事項

- ・臨時駐車場は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
- ・臨時バスの運行はありません。
- ・農畜産物品評会出品物の予約済み品のお渡しは午後3時30分～4時です。ご注意ください。
- ・天候などにより、時間や内容などが変更になる場合があります。



日	時間	内容
18日	午前9時～	●農畜産物品評会の一般公開と購入予約 ●野菜・花・植木の販売 ●野菜の宝船の公開(～午後2時30分)
	各種模擬店など ・清瀬産野菜を使用した豚汁などの販売 ・JA東京みらい清瀬支店による販売 ・清瀬商工会女性部による販売 ・立科町特産品などの販売 ・わたあめ、清涼飲料などの販売	
	午前10時～	●苗木(ブルーベリーなど)の無料配布(なくなり次第終了) ●歌と踊り、下宿囃子(～午後2時) ●農業委員による園芸相談(～午後2時30分)
	午前11時～	清瀬市酪農組合による東京牛乳ラスクなどの販売
	午前11時30分～正午	農業後継者の顕彰
	午後2時～	鉢花の無料配布(なくなり次第終了)
	午後2時30分～	宝船の野菜をチャリティー配布(なくなり次第終了)
午後3時30分～4時	予約済みの品評会出品物の引渡し	

きよせ食育展

☎11月18日(日)午前9時～午後2時30分 場 農業まつり会場
 ☎「食育展示コーナー」＝保育園、健康推進課の食育紹介、野菜たっぷり健康レシピの配布、野菜メニューの紹介と野菜の計量体験、中学生農業体験の写真展示、「学校給食コーナー」＝小中学校の食育活動の紹介 問 健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077
 ※学校給食の喫食体験コーナーはございません。



自転車シミュレータ交通安全教室

実際の交通状況を再現し、街中での自転車の運転を模擬的に体験することができる自転車シミュレータを活用した参加体験型の交通安全教室を開催し、自転車の安全利用の意識啓発及び交通ルール・マナーの周知を図ります。☎11月18日(日)午前10時～午後2時 場 農業まつり会場 問 道路交通安全課交通安全係 ☎042・497・2096



11月14日は世界糖尿病デー

「世界糖尿病デー」は、世界に広がる糖尿病の脅威に対応するために国際糖尿病連合と世界保健機関が制定し、国連により公式に認定されました。糖尿病の重症化予防のためには早期発見・早期治療が重要です。この機会に、糖尿病を理解し、糖尿病予防に努めましょう。

問 健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076

糖尿病とはどんな病気?

糖尿病は、血液中のブドウ糖(糖分)が多くなる病気です。食事によって吸収されたブドウ糖は、膵臓から分泌されるインスリンによって組織内に取り込まれます。しかし、インスリンの量が足りず、またその効き目が悪くなると、血液中にブドウ糖が残り、慢性的に高血糖状態になります。これが糖尿病です。

平成28年の調査でも、日本人の約1,000万人が「糖尿病が強く疑われる人」とされています。糖尿病には、痛みなどの自覚症状が少ないことから、疑いがありながら、治療を受けない人が多く、重症化してしまうケースが多くあります。

予防のためには・・・

- カロリーをとりすぎない
- 運動する
- アルコールをとりすぎない
- タバコを吸わない
- 野菜や大豆製品、海草やきのこなどを多くとる

特に砂糖の入った飲み物を取りすぎている習慣のある人は、糖尿病のリスクを高めます。肥満もリスクを高めますが、日本人は痩せていても糖尿病になりやすいと言われているため、肥満や過体重でない人も注意が必要です。

生活習慣病重症化予防セミナー

健康推進課では、生活習慣病重症化予防のための、栄養や運動など実践に取り組むセミナーを開催します。糖尿病の方、糖尿病を予防したい方、ぜひご参加ください。☎平成31年1月18日(金)「糖尿病セミナー」講 女子栄養大学生涯学習講師 ※詳しくは、随時市報などでお知らせします。

糖尿病は合併症をも引き起こすことに

糖尿病は、微小な血管の障害である網膜症・腎症・神経障害の三大合併症の他、動脈硬化が進行してより大きな血管の障害である心臓病や脳卒中のリスクを高めます。合併症を防ぐためには、血糖コントロールが重要です。

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎11月28日(水)・29日(木)午後8時まで
 ■日曜納税・納税相談 ☎11月25日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎11月10日(土)午前9時～正午
 場 いずれも市役所徴収課窓口 問 徴収課徴収係 ☎042・497・2045

「読む」「聞く」の側面から 電子書籍版 市報きよせ 配信中



ロゴマーク

- 電子書籍版市報きよせは9言語で「読める」!
- 音声読み上げ機能で「聞ける」!

多言語対応ビューアアプリ「カタログポケット」の導入により、電子書籍版市報きよせを10月15日号から配信中です。スマートフォンアプリとパソコンから閲覧できるブラウザ版があります。そして、9言語(日本語・英語・中国語簡体字・中国語繁体字・韓国語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語)での閲覧も可能になりました。

「カタログポケット」について、または「カタログポケット」での市報きよせの閲覧は下記の各QRコードからご覧ください。

☎秘書広報課広報広聴係 ☎042・497・1808



「カタログポケット」トップページ



カタログポケット「市報きよせ」

募集 平成31年度採用予定 清瀬市職員

正規職員一般事務(土木技術)を募集します。

☎昭和54年4月2日以降生まれで1級または2級土木施工管理技士の資格を有する方。若干名

【1次試験】12月9日(日)

【募集要項】11月1日(木)から26日(月)までの平日午前8時30分～午後5

時に職員課で配付(市ホームページからもダウンロード可)。詳しくは募集要項をご覧ください

☎11月25日・26日 午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)に必要書類を本人が直接持参し、採用試験申込み受け付け所(職員課職員係) ☎042・497・1843へ



清瀬市役所新庁舎イメージ図



詳細はこちら

清瀬ひまわりフェスティバル写真・写生コンテスト入賞者決定

11回目となる「清瀬ひまわりフェスティバル写真・写生コンテスト」の入賞者が決定しました。

今回は、写真の部に178点、写生の部に206点の応募があり、写真の

部は11点、写生の部は10点が入賞作品に選ばれました(入賞者の敬称略)。入賞作品は、市ホームページでご覧になれます。

☎産業振興課産業振興係 ☎042・497・2052

写真コンテスト

◆市長賞 伊藤純之介



市長賞 伊藤純之介 「太陽がいっぱい」

- ◆清瀬市農ある風景を守る会 会長賞 池田進宏
- ◆市議会議長賞 阿部雅俊
- ◆教育長賞 常盤庄司
- ◆東京みらい農業協同組合 組合長賞 塩川国正
- ◆清瀬市・武蔵村山市 フレンドシップ賞 相馬昭夫
- ◆佳作(5作品) 柏原伸次・松本幸子・庄村勝男・中村祐美・長島隆夫

写生コンテスト

◆市長賞 小糸未藍



市長賞 小糸未藍 「ひまわり」

- ◆清瀬市農ある風景を守る会 会長賞 高橋知花
- ◆市議会議長賞 木内梨媛
- ◆教育長賞 森大樹
- ◆東京みらい農業協同組合 組合長賞 坂本達哉
- ◆佳作(5作品) 今里龍稀・京本恵佑・上野千尋・小松蒼生・畠山寿利愛

入賞作品の掲載 ホームページ



11月4日(日) 市内一斉清掃にご協力ください

11月4日(日)午前9時から11時まで市内全域で一斉清掃を行います。集めたごみは、分別して臨時集積所(市報10月15日号3面または市ホームページ参照)に出してください。家庭ごみ・事業系のごみ・粗大ごみなどは出せません。

一斉清掃専用の袋は11月2日(金)までごみ減量推進課、市民課、松山・野塩地域市民センターで配布しています。

一柳瀬川や御殿山緑地保全地域の清掃も行います

【集合場所・時間】柳瀬川＝台田運動公園広場、御殿山緑地保全地

域＝八小側の緑地入口南側。いずれも午前9時集合

※一斉清掃実施の有無は、当日午前8時30分に防災行政無線で放送します。放送が聞き取れなかった場合は、次の電話で確認ができます。【清瀬市自動音声応答サービス】☎042・495・7070



詳細はこちら

☎ごみ減量推進課 ☎042・493・3750

心身障害者医療費助成制度の対象者が拡大します

心身障害者医療費助成制度(通称「マル障制度」)は、障害者手帳を取得された方(等級・所得などの制限あり)の医療費(保険診療分)の自己負担額の一部が助成される制度です。

制度改正により、対象が精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方に拡大されました。

☎精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方。ただし生活保護受給中の方、所得制限基準額を超える方、65歳までに申請しなかった方は対象外(経過措置として、手帳交付日が12月31日以前でかつ

有効期限のある精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの65歳以上の方は、平成31年6月28日(金)までは申請可)【事前申請受け付け】11月1日(木)から【助成開始】平成31年1月診療分から☎有効期限が平成31年1月以降の1級の精神障害者保健福祉手帳、印鑑、健康保険証、平成30年1月1日時点で清瀬市に住居登録がなかった場合は課税・非課税証明書を持参し障害福祉課庶務係 ☎042・497・2072へ

【制度の問合せ】東京都福祉保健局保健政策部医療助成課 ☎03・5320・4571

第34回私の体験・主張発表会

清瀬市健全育成委員会(委員長・三小校長 大谷憲司氏)は「第34回私の体験・主張発表会」を開催します。

今年度は作文853点、ポスター758点、学習発表作品150点が寄せられました。当日は、大賞受賞者による作文などの発表や作品展示があります。また、ポスター作

品については、下記期間、展示を行います。

◆発表会＝☎11月10日(土)午前10時～☎清瀬けやきホール

◆作品展示＝☎11月13日(火)～18日(日)午前10時～午後8時☎クリアギャラリー(クリアビル4階)

☎いずれも事務局・四中副校長 小澤 ☎042・493・6314

子育てひろばフェスタ

子育てひろばを実施している市内保育園、NPO法人などが協力して開催する、年に1度のイベントです。保育園の給食レシピの配布や制作コーナー、神山公園でのミニSLの運行などを行います。

☎11月23日(金)午前10時～午後0時30分☎場児童センター・神山公園 ※各コーナーは混雑状況により待

ち時間がある場合があります。 ※車での来場はできるだけご遠慮ください。

☎子ども家庭支援センター ☎042・495・7701



今月の納期

◆国民健康保険税(第5期) ◆後期高齢者医療保険料(第5期) ◆介護保険料(第5期) 11月30日(金)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
片寄明香さん

～男女平等参画社会の実現を目指して～ 23回目のアイレックまつりを体験

「すべての市民が性別に関わりなく個人として尊重され、平等にいきいき暮らせるまちの実現」を目指し、平成18年に施行された「清瀬市男女平等推進条例」を知っていますか？ この条例を推進している男女共同参画センター(アイレック)では、活動をもっと広く知ってもらいたいと「アイレックまつり」を毎年開催しています。10月6日・7日に行われたその様子をレポートします。

実行委員は皆市民参画で

このまつりは、公募した市民からなる実行委員会が企画・運営され、今年で23回目となりました。実行委員長は「もっと市民参画によるアイレックの活動を知ってもらいたい。そして参加される皆さんが楽しめるまつりにしたい」と話されました。



左上：実行委員長池田いづみさんと実行委員の城野兼一さん
右上：活動展示の様子
左下：バザーの様子

会場には、各登録団体やサポーターによる独自の活動を紹介したパネルが展示されていました。また、バザーも開催され、手作りクッキーやパン、無農薬野菜、手作りのエプロンや小物などが販売されていました。今年は「東北応援ショップ」として被災された方々が作成した小物などが初めて出品されていました。

ワークショップに参加

初日に行われた『自分を好きって言える?』～自己肯定感を育てるコミュニケーション～に参加しました。

講師は、アサーティブトレーナーの大沼もと子さん。

相手を傷つけず自分の気持ちを正直に表現し、ストレスをためないようにすること。自己肯定し、自分を好きになること。自分を大切にすることがコミュニケーションのスキルアップに繋がり、セクハラ・パワハラにも対応していけるようになるなどの話がありました。



ワークショップの参加者にアドバイスをする大沼さん

その後、4～5人のグループに分かれて一人一人自分の長所と短所を発表し、他の人が短所を長所に言い換えることや、お互いにいいところを見つけて褒め合い、それをみんなに発表するというワークショップを行いました。

その他の催し

午後は『男と女のあいだには…』～弁護士が見た、家族のかたち～と題し、憲法24条、婚姻や家族に関する立法について、弁護士の打越さく良さんの講演会が行われ、夜は清瀬市松山在住の夫婦デュオ「ハタスマ!」による「ポップス&ジャズで楽しむタベ」が開催されました。

翌日7日は、17歳でノーベル平和賞を受賞した少女の勇気と感動のドキュメンタリー「わたしはマララ」の映画上映会がありました。

取材を終えて

今回、ワークショップに参加し、人を褒めること、良いところを見つけることは、良好な人間関係を築くために大切なスキルだと思いました。

アイレックでは、講演会・講座など、さまざまな催しを行っています。ぜひ、興味のあるイベントに参加してみてください。



上：講演会の様子
右：「ポップ&ジャズで楽しむタベ」の様子

消費生活相談の現場から

アマゾンに続いて
佐川急便を装った
偽メールにご用心

誰もが聞いたことのある企業「アマゾン」や、利用したことがない人のほうが少ないと思われる「佐川急便」を名乗る偽SMS(ショートメッセージサービス)が急増しています。アマゾンについては市報8月1日号に掲載しましたので、今回は佐川急便の偽SMSについてお知らせします。

<事例>

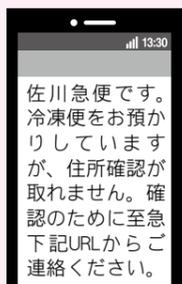
「佐川急便です。冷凍便をお預かりしていますが、住所確認が取れません。確認のために至急下記URLからご連絡ください。」

というメールがスマホに入ったため、慌ててURLをタップした。位置情報の許可を求められたのでOKした途端、アプリがダウンロードされてしまった。

その後、自分のスマホから、佐川急便を名乗る偽SMSが不特定多数の人に大量発信されてしまう状態になってしまった。「佐川急便さんですか?」という電話もかかるようになった。

<アドバイス>

この佐川急便からの偽SMS被害はテレビの報道番組のスタッフも体験談として情報提供してしまし



た。本物の佐川急便ではSMS連絡は使用しません。利用したことがある企業名、知っている会社名からのSMSであっても、絶対にURLをタップしたり、添付ファイルを開かないでください。

不正使用が認められてキャンセルになりましたが、なりすましによるネットでの買い物という被害も報告されています。もし、タップしてしまい被害が発生した場合は携帯電話会社と、アプリ購入サイトに連絡しましょう。また、最新のウィルス対策ソフトアプリをダウンロードしましょう。

なお、発信された多数のSMS料金についての減免は難しいのが現状です。

消費生活センター ☎042・495・6212 (相談専用)

市史で候 mini

小金井街道 1961

「市史で候」二十二の巻
「きよせ回顧写真館1：小金井街道」より



写真に写っているのはどの辺りか、おわかりでしょうか。

ときは昭和36(1961)年。「上を向いて歩こう」や「銀座の恋の物語」が流れ、女子バレーボール「東洋の魔女」の大活躍に沸いた年です。

清瀬では、この年、清瀬小学校で完全給食開始、町章(現在の市章)が制定され、待望の公民館が完成しました。

写真は、「第一給水塔」(現在の

清瀬元町浄水所の場所)から中里方面に向かって撮った小金井街道の様子です。

道の両側に広がる畑、自転車をこぐ人、木製の電柱…

写真の光景から呼びさまされる記憶はありませんか? 思い出されたことがあれば、ぜひお話をきかせてください。昔の写真も募っています。

市史編さん室 ☎042・497・1813

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

11月(祝日)のびん・かん収集について

11月23日(金)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=松山・竹丘 ☎ごみ減量推進課 ☎042・493・3750

募集 平成31年度から 保育園等に入園・学童クラブに入会する児童

◎保育園等4月入園申込み

就労などにより保護者が家庭で保育できない子ども

【申込み期間】1次選考=11月14日(水)~12月5日(水)、2次選考=1次選考終了~平成31年2月13日(水)

【入園のしおり】子育て支援課、市内各認可保育園、松山・野塩地域市民センター、子ども家庭支援センター、男女共同参画センター、生涯学習センターで配布中

子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042・497・2086
※詳しくは入園のしおりをご覧ください。



の
詳細
ページ
の
保育
園入
園募
集

◎学童クラブ入会申込み

就労などにより保護者が昼間家庭にいない小学1年生~6年生の児童【申込み期間】11月14日(水)~12月5日(水)

【入会のしおり】子育て支援課、各学童クラブ、市内の5歳児までが在籍する保育園など、松山・野塩地域市民センター、児童センター、男女共同参画センター、生涯学習センターで配布

子育て支援課学童クラブ係 ☎042・497・2089
※詳しくは入会のしおりをご覧ください。



の
詳細
ページ
の
学
童
ク
ラ
ブ
募
集

子育て世帯を応援! 清瀬市子育て世帯近居支援事業

小さな子どもを育てている方々にとって、おじいちゃん・おばあちゃんは心強いサポーターです。

市では小学校就学前の子ども(胎児含む)がいる子育て世帯と親世帯が、市内で近居または同居するための引っ越し費用などの助成を行います。

子育て世帯・親世帯のいずれかが市内に転入する世帯で、子育て世帯・親世帯ともに次の条件をすべて満たす方。◆区市町村税の滞納がない◆世帯員が暴力団員または暴力団密接関係者でない◆市内へ転入する世帯が住民となった日から起算して3年以上にわたり、市内に居住を継続する見込みであ

る◆過去に助成を受けていない◆現在市内に居住している世帯が市内に1年以上継続して居住している【対象費用】引っ越し・不動産登記費用(消費税込み)。助成対象費用の2分の1(上限10万円)まで助成(転入日(住民票異動日)から6か月以内) 申請「清瀬市子育て世帯近居支援事業助成金交付申込書」に必要事項を記入し、戸籍謄本(移転世帯と在居世帯の親子関係を証明できるもの)・助成対象費用の領収書の写し・妊娠中の方は母子健康手帳の写し・移転世帯の転入前の市区町村税の納税証明書を添付して、まちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093へ

募集 市報きよせ・市ホームページへの 広告掲載業務取り扱い事業者

平成31年度の「市報きよせ」「市ホームページ」に掲載する広告枠の広告掲載業務を一括して取り扱う事業者を募集します。

市ホームページから必要書類をダウンロードし、入札参加資格・最低売却価格などを確認のうえ、お申込みください。

【入札日時】12月4日(火)午前11時~

(市報きよせ広告枠)・午前11時5分~(市ホームページ広告枠)。

場いずれも健康センター

申請11月9日から15日午後4時ま

までに、必要書類を直接窓口または郵送で秘書広報課広報広聴係 ☎042・497・1808へ



詳細はこちら

学校選択制度

希望により、市立中学校全5校から入学する学校を選択できる制度です。

平成31年4月に清瀬市立中学校へ入学する新1年生の生徒印鑑 申請11月1日から30日(土・日

曜日、祝日を除く)までに直接教育総務課学務係 ☎042・497・2539へ

※申請者が下表の定員を超えた場合は12月11日(火)に抽選を行い、12月20日(木)に結果を通知します。

中学校名	清中	二中	三中	四中	五中
受け入れ予定人数(人)	40	25	3	10	20

ひとり親家庭等医療費助成制度の現況届の 提出は11月30日まで

現況届は、年に1度提出していただき、「ひとり親家庭等医療費助成制度」の要件に引き続き該当するかを確認するものです。

平成30年度ひとり親家庭等医療費助成制度現況届を、11月初旬に対象の方へ郵送します(児童扶養手当の現況届とともに既に提出された方を除く)。

要件に該当する方でも、届け出をしないと医療費助成を受けるこ

とができません。また、手続きは申請者である本人のみ可能です。

申請11月30日(必着、土・日曜日、祝日を除く午前8時30分~正午・午後1時~5時に受け付け)までに直接窓口または郵送で子育て支援課助成係 ☎042・497・2088へ(松山・野塩出張所、市民課土曜窓口では受け付けていません)

清瀬・東久留米市内のセブン-イレブンで 清瀬産ブランド品を販売

10月8日から市内及び周辺のセブン-イレブンで①ひまわり畑マドレーヌ②きよはちモイスチャーハニージェルの販売を開始しました。①はハチにちなんで8の付く8日・18日・28日に入荷します。

市と(株)セブン-イレブンジャパンは市民生活の向上のため、地域包括連携協定を締結しています。期①11月~平成31年2月(12月を除く)②通年販売【販売店舗】市内

5店舗(中清戸5丁目店・野塩1丁目店・清瀬駅北口店・元町2丁目店・下宿2丁目店)、東久留米市9店舗【価格】①163円②959円(いずれも税込み) 総務課営繕係 ☎042・492・5111(内線524)



店舗での販売の様子

清瀬市木造住宅耐震診断・耐震改修等助成

市では、木造住宅の耐震診断や耐震改修・耐震シェルターなどの設置工事に要した費用の一部を助成しています。

①木造住宅耐震診断助成制度 下記の対象住宅を所有し、市税を滞納しておらず、所有権が共有とされた住宅の場合は、共有者全員によって合意された代表者【対象住宅】昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅で、延床面積の2分の1以上を居住用にして

りです。ご希望の方は、事前にまちづくり課へご相談ください。

②木造住宅耐震改修等助成制度 助成対象住宅が借地の場合は、所有者に当該工事の承諾が得られる方【対象住宅】①の制度を利用して耐震診断助成の交付対象となった住宅で、診断の結果、上部構造評点が1.0未満と診断された住宅【助成額】耐震改修工事=工事費用の3分の1以内で上限30万円、耐震シェルター等設置工事=工事費用の10分の9以内で上限30万円(いずれも税抜き) 申請まちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093

東京清瀬市みつばちプロジェクト 第11回蜜源植物の苗木無料配布会を開催

ブルーベリー・オリーブを含む蜜源植物1,400本の苗木の無料配布を行います。期間中はプロジェクトの協力花農家「坂間園芸」による花の直売会、清瀬市役所産はちみつ「kiyohachi」(80%税込み800円、1日50個限定)、「kiyohachi」を使用した「ひまわり畑マドレーヌ」、「きよはちモイスチャーハニージェル」も販売します。

東京清瀬市みつばちプロジェクト友の会メンバー(申込み方法は右記参照) 11月6日(火)~9日(金)午前10時~午後2時 清瀬リハビリテーション学院跡地【苗木の種類】ブルーベリー・オリーブ・ユキヤナギ他15種類(ブルーベリー・オリーブは1人1本まで)

一友の会メンバー募集 プロジェクトの趣旨(「自然を豊かにするみつばちと共に清瀬市の環境保全活動を推進していく」こと)に賛同するメンバーを募集しています(市外在住可)

メールに件名(みつばちプロジェクト友の会加入希望)・住所・氏名・電話番号を記入し、mitsubachiproject@city.kiyose.lg.jpへ 申請まちづくり課営繕係 ☎042・492・5111(内線524)



昨年の配布会の様子

催し・イベント

ファミリー・サポートきよせ 全体交流会

「子育て応援！リサイクル品ひろば」を開催します。また、開催に伴い子どものリサイクル品を募集します。**※**会員の方(市内在住・在勤の方は当日登録可) **日**12月2日(日)午前10時30分～正午 **場**児童センター **※**詳しくは、10月の「ファミサポ通信No.54」をご覧ください。**問**ファミリー・サポートきよせ **☎**042・492・1139

養育家庭(ほっとファミリー) 体験発表会

現在、子どもの養育を受託されているほっとファミリーの方に、子育てにまつわるエピソードや苦労、喜びをお話しいただきます。保育あり(要事前予約)。**日**11月10日(土)午前10時～正午 **場**日本社会事業大学(竹丘三丁目) **問**子ども家庭支援センター **☎**042・495・7701

清高連 第28回芸能大会

フラダンス、日本舞踊、民謡、コーラス、カラオケなど、清瀬市シニアクラブ連合会の会員が日ごろの活動の成果を大舞台上で披露します。入退場自由 **日**11月16日(金)午前10時30分～午後4時 **場**清瀬けやきホール **問**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

みんなで育てよう清瀬の水辺

①河川内のごみ拾いなどの清掃作業を行います。**日**11月24日(土)午前9時30分～正午(雨天中止) **場**空堀川(集合は梅坂橋) **持**飲み物・タオル・長靴・汚れても良い服装
②講演会「多自然川づくりを目指した河川工事の在り方・人と川との関わり」を開催し、三郷橋付近の工事を見学します。**日**11月17日(土)午後2時30分～4時(見学は午後1時30分～) **場**中里地域市民センター **講**吉村伸一氏 **問**いずれも川づくり・清瀬の会・荒幡 **☎**042・493・7864

二中コンサート

「地域に開かれた学校」を目指す学校支援本部の発足を記念して、フォーク歌手の城野兼一氏によるコンサートを開催します。**日**11月17日(土)午後2時～(開場は午後1時30分) **場**二中 **問**二中支援本部・福本 **☎**

070・5586・5393

KIC第30回清瀬でも 英語しゃべらん会

「My Favorite Towns/Scenic Places(私の好きな町・好きな景色)」をテーマに講師のプレゼンテーションやディスカッションを楽しみましょう。**日**11月10日(土)午後2時～4時 **場**松山地域市民センター **講**スタン・ローゼンバーガー氏(米国) **【司会】**カレブ・スプラトマン氏(インドネシア) **問**清瀬国際交流会・榎谷 **☎**090・2626・0934

各地域市民センターのお知らせ

◆中清戸地域市民センター
①爆笑!! コラボ寄席 中清戸亭 **日**11月24日(土)午後1時30分～3時30分 **費**500円 **【出演】**大泉落語研究会・東京経済大学落語研究会
②自然素材を使ったクリスマスリースを作ってみませんか? 先着10人。**日**12月4日(火)午後1時30分～3時30分 **費**1,500円(材料費込み)
③自習室再開 **※**中学・高校生。先着8人 **日**水・日曜日午前9時～午後8時 **場** **申** **問** ①②11月1日から③は当日、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
◆竹丘地域市民センター
お茶の間寄席 竹丘亭 **日**12月1日(土)午後1時30分～3時 **費**500円 **【出演】**杉並江戸落語研究会 **場** **申** **問** 直接窓口または電話で竹丘地域市民センター **☎**042・495・1717へ

◆中里地域市民センター
地域防犯の集い&ちょこっと防災 **日**11月10日(土)午前10時～11時30分 **場** **問** 中里地域市民センター **☎**042・494・7511

講座・講演会

市と市内三大学連携事業「清瀬アカデミア」

テーマは「人生100年時代に向けた地域包括ケアシステムの構築」です。**※**テーマに関心がある方。先着100人 **日**11月28日(水)午後2時～4時30分 **場**アミューホール **講**長源寺住職 一適隆章氏 **問** 直接窓口または市内公共施設に置いてある申込み用紙またははがき、ファクスに必要事項を記入し、企画課企画調整担当 **☎**042・497・1802 **問**042・491・8600へ

消費生活講座9「手作りパン教室」

焼き立てふわふわパン作りと清瀬産の季節の野菜をにんじんはちみつドレッシングでもりもり食べよう。先着20人。保育あり(6か月～未就学児。先着5人。要予約) **日**11月30日(金)午前10時～午後1時30分 **場**消費生活センター **費**1,000円(材料費) **講**自家製酵母パンくうオーナー猪俣千歳氏 **申** **問** 11月1日午前9時から費用を添えて直接消費生活センター **☎**042・495・6211へ(保育希望者は19日までに上記へ申込み)

非営利団体・市民団体のためのよくわかる! 個人情報保護法

改正個人情報保護法では、自治会や市民団体などの非営利組織なども法律の対象となりました。この機会に個人情報について学びませんか。**日**11月17日(土)午前10時～11時30分 **場**生涯学習センター **申** **問** 電話で社会福祉協議会 **☎**042・495・5333へ

子ども支援シンポジウム

「私たちにもできる! すべての子どもに居場所とつながりを」をテーマに、講演とシンポジウムを行います。**日**11月16日(金)午後6時45分～9時(開場午後6時15分) **場**清瀬けやきホール **費**一般800円、学生500円(高校生以下無料) **講**宮本みち子氏 **問** 子供の家 **☎**042・491・4876

健康・福祉

第11回健康大学(講演会・閉講式)

テーマは「ストレスに負けない食生活～本当のダイエットとは?～」です。先着130人。今年度最後の健康大学です。**日**11月21日(水)講演会＝午後1時～2時30分、閉講式＝午後2時40分～3時15分 **場**アミューホール **講**女子栄養大学生涯学習講師新井麻子氏 **問** 健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076

ビューティアップ講座

骨健康度測定、骨格調整エクササイズ、乳房モデルで乳がんセルフチェックを行います。保育あり(先着15人。要予約) **※**市内在住で18歳～59歳の女性の方。先着30人 **日**12月1日(土)①午前9時30分～9時40分受け付け、②午前9時50分～10時受け付け **場**健康センター **申** **問** 11月1日から電話で健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076へ

中里健やかクラブ

今月はケーナの演奏に合わせ懐メロや唱歌を歌います。**日**11月14日(水)午後1時30分～3時30分 **場**中里老人いこいの家 **問** 健康づくり推進員・田島 **☎**042・492・5779

健康チャレンジ

※平成30年度特定健診結果で、特定保健指導の対象となった方。先着30人 **日**①11月11日(日)②20日(火)③26日(月)④27日(火)①午前9時～正午③午前9時～正午・午後1時～3時②④午前10時～正午 **場**①③健康センター②竹丘地域市民センター④生涯学習センター **持**健診結果票 **申** **問** 電話で健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076へ

応急手当講習

心肺蘇生、AED、災害の備え、災害発生時の応急救護などを学びます。**※**18歳以上の市内在住の方。先着20人 **日**11月27日(火)午前10時～11時30分 **場**健康センター **申** **問** 11月1日から電話で健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076へ

つばきの会

高齢の方、簡単な作品づくりや体操をして、地域の方と交流やおしゃべりを楽しみませんか。**日**11月28日(水)午後2時～4時 **場**野塩地域市民センター **問** 健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076

足裏バランス測定&簡単ワンポイントエクササイズ

足裏のバランスを簡単にチェックします。**※**清瀬市国民健康保険及び後期高齢者医療保険に加入している方。先着80人 **日**11月29日(木)・30日(金)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分 **場**健康センター **申** **問** 電話で健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076へ

らくまヘルシークッキング～食べやすい料理を作るコツ～

食事ケアを学びながらヘルシーで食べやすくおいしい料理を作ってみませんか。**※**市内在住の高齢期の食事ケアに関心のある方。先着20人 **日**11月29日(木)午前10時～午後1時 **場**健康センター **費**600円(調理実習費) **講**栄養士 松村信子氏 **持**エプロン・手拭きタオル・頭を覆う物 **申** **問** 11月1日から直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 **☎**042・497・2076へ

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】

●12月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、11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。平成31年3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、平成31年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。
問 秘書広報課広報聴係 **☎**042・497・1808 **問**042・491・8600 **問**kouhou@city.kiyose.lg.jp

秋季市民バドミントン大会▶ダブルス個人戦男女別A・Bクラス。60組程度。申込み11月14日まで。11月25日9時～、市民体育館、一般1,400円(ペア2,800円)、中学生900円(ペア1,800円)、清瀬市バドミントン連盟・川口 **☎**042・497・2310

オペラ鑑賞会▶①歌劇「西部の娘」②歌劇「リゴレット」日本語字幕付き。①11月11日②12月9日いずれも13時30分～16時30分、アミューホール、無料、清瀬稲門会・大昌 **☎**042・491・0572

第九を歌おうinきよせ▶ベートーヴェンの第九と有名オペラ曲などをプロのソリストと歌います。12月1日14時～(開場は13時30分)、清瀬けやきホール、999円、清瀬第九合唱団・伴 **☎**042・491・1796
清瀬虹の会第18回作品展▶日ごろ学んだ色鉛筆画の作品展です。お気軽にお立ち寄りください。11月28日～12月2日10時～17時(2日は16時まで)、生涯学習センター、無料、清瀬虹の会・松村 **☎**042・493・0352
第6回多摩湖一周12キロウォーキング▶小

雨決行。持ち物は昼食。11月7日までに住所・氏名を記入し、下記へ。11月10日9時30分～、西武球場前改札集合、300円、明大校友会清瀬地域支部・福島 **☎**042・492・7775
武蔵野友の会▶家事家計講習会「今 大切にしたいこと」を開催します。11月15日10時～11時45分、清瀬けやきホール、資料代300円、託児料200円(要予約)、武蔵野友の会清瀬合同最寄・小澤 **☎**090・4720・0660
第16回清瀬ポタニカルアート展▶会員

の描いた個性溢れる植物画を揃えて、お待ちしております。11月13日～18日9時30分～16時30分(13日は12時～)、生涯学習センター、無料、清瀬ポタニカルアート同好会・高橋 **☎**042・493・8737
第7回秋の防災交流会▶東京消防庁音楽隊が出演。防災体験や子ども達の演目・模擬店も。11月11日9時30分～15時(東京消防庁音楽隊は10時から演奏)、竹丘緑地公園、チーム竹丘・あきもと **☎**090・4417・1188
市民と議員の意見交換会▶私たちのまちなこのこと、これからのことを市議会の有志議員と話そう。11月17日10時～12時、竹丘地域市民センター、無料、市民と議員の意見交換会・日黒 **☎**090・5398・8334

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。対下記の①～③は、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」＝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」＝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」＝毎週木曜日午後1時30分～3時 場中里地域市民センター
④⑤⑥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



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11月1日(木)・15日(木)午後1時30分～4時30分(15日午後3時から、清瀬富士見病院院長 山城一郎氏による「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)
④⑤⑥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①11月13日(火)②16日(金)いずれも午後2時～4時 場①男女共同参画センター②竹丘地域市民センタ

費100円 ④⑤⑥チームりかすて・村松 ☎090・5766・0953

認知症サポーター ステップアップ講座

講義・講話・グループワークを行います。対「認知症サポーター養成講座」を受講したことがある方で認知症についてもっと学びたい方。先着60人 日12月5日(水)午後1時30分～4時30分 場アミューホール ④⑤⑥地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082

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11月21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 ④⑤⑥地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082

募集



都営住宅

対家族向け・単身者向け 【募集案内の配布期間】11月1日(木)～9日(金) 【申込み締切日】11月13日(火)(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付で配布)、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 ④JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎0570・010・810(募集期間内)または☎03・3498・8894(募集期間外)

市営駐輪場定期利用者

清瀬駅北口第2・第3駐輪場、秋津駅南口・北口駐輪場の定期利用を現地受け付けします。管理人常駐時間は平日午前6時30分～午後6時30分、バイクは125ccまで可(清瀬駅北口第2駐輪場は土・日曜日、祝日も午前11時30分まで常駐、バイクは50ccまで)。費自転車は一般＝6か月7,200円・1年14,000円、学生＝6か月5,000円・1年10,000円。バイクは一般・学生とも6か月12,000円・1年24,000円(障害者手帳をお持ちの方は自転車のみ半額) ④⑤⑥利用料金、割引の適用を受ける方は学生証もしくは障害者手帳 ④⑤⑥シルバー人材センター ☎042・494・0903

クレアビル4階テナント

クレアビル4階のテナントを募集します。対法人・個人 【業種】物品販売・サービス業など 場クレアビル4階(駅前図書館、書店、清瀬・ハローワーク就職情報室、英語教室のフロア)、39.95坪 【営業時間】午前9時～午後11時(西友の営業時間内) ※詳しくは下記へお問い合わせください。 ④⑤⑥清瀬都市開発(株) ☎042・495・3300

その他



東村山都市計画案の縦覧

【縦覧する都市計画の案の種類】東村山都市計画地区計画新東京所沢線沿道中里周辺地区地区計画、東村山都市計画用途地域・高度地区 【縦覧期間】11月1日(木)～15日(木)午前8時30分～午後5時 【縦覧場所】まちづくり課 【意見書の提出】関係住民

と利害関係者はまちづくり課に郵送または直接窓口へ ④⑤⑥まちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093

野焼きは禁止です

「洗濯物に臭いがついて困る」「煙くて家の窓を開けられない」などの相談が多く寄せられています。野焼きは、原則禁止されています。慣習行事や病害虫駆除のための焼却行為などの例外もありますが、近隣住民から苦情がくる場合は指導の対象となりますので、やめてください。 ④⑤⑥水と緑の環境課環境衛生係 ☎042・497・2099

平成30年住生活総合調査にご協力ください

12月1日を基準に「平成30年住生活総合調査」が全国一斉に行われます。この調査は、住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度を総合的に調査するものです。対象となった世帯には、ご理解・ご協力をお願いします。11月下旬から調査票が配布されます。対「平成30年住宅・土地統計調査」に回答して頂いた世帯のなかから抽出された世帯 【調査方法】調査票を配布し、郵送またはインターネットにより回収 ④⑤⑥国土交通省住宅局 ☎03・5253・8111

立科山荘サービス企画

立科山荘では、11月1日(木)～30日(金)に宿泊された方に割引サービスを行います。対泊2食(何泊でも可) 【割引】おとな1,000円引き、小学生500円引き ※「清瀬市国民保険保養宿泊施設利用券」「清瀬市後期高齢者医療保険宿泊施設利用券」の併用可能。団体割引は対象外、お支払は現金のみ。 ④⑤⑥清瀬市立科山荘 ☎0267・51・2300

清瀬けやきホール

の催し物

①そうだじゅげむきこう

日11月24日(土)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】柳亭市弥、金原亭馬久

②歌って健康! 歌声サロン

日11月26日(月)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) ④⑤⑥杉山公章氏

③講座「おけいこアロマ」

12星座で知る私の香り。先着12人。 日11月13日(火)午後2時～3時30分 費1,800円 ④⑤⑥西脇直子氏

④講座「ベビーマッサージ教室」

対2か月～ハイハイ前の赤ちゃんとその保護者。先着10組 日11月20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) ④⑤⑥小宮しのぶ氏 ④⑤⑥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

⑤絵本deリトミック

各クラス先着16人。 日12月4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) ④⑤⑥小宮しのぶ氏 ④⑤⑥子どもの飲み物・動きやすい服装

⑥フラワーアレンジメントレッスン

先着8人。 日①11月18日(日)②12月27

日(木)いずれも午前9時30分～正午(各回ごとの受講も可) 費参加費＝各回1,000円、器代＝600円、花・資材代＝①2,200円②2,800円 ④⑤⑥福井ひろ子氏 ④⑤⑥巻尺・雑巾

⑦長編ドキュメンタリー映画「ひめゆり」

各回先着30人。 日11月17日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後4時～(上映時間2時間10分) 費一般1,000円・友の会800円・シルバー(65歳以上・要証明)700円・学生600円

⑧講座「プリザーブドフラワー冬のアレンジ」

定員制。 日12月8日(土)午前9時30分～11時30分、12月12日(水)午後1時30分～3時30分 費3,500円 ④⑤⑥福井ひろ子氏



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オカリナ教室

日第1・3水曜日の初級コース＝午後2時～3時、中級コース＝午後3時30分～4時30分 費1回800円(別途テキスト代1,080円) ④⑤⑥オカリナ ④⑤⑥太田聖士氏

②大人色クリスマスリース講座

先着10人。 日12月1日(土)午後1時～3時30分 費1,500円(材料費込み) ④⑤⑥はさみ・作品を入れる袋

③ヨガ教室

日水・木曜日午後7時～8時 費1回800円 ④⑤⑥ヨガマット・タオル・飲み物 ④⑤⑥樋山満美子氏

④発酵パウダー学ぶ&造る第8回「醬(ひしお)」編

先着20人。 日11月24日(土)午前10時30分～午後0時30分 費2,000円(材料費込)

み) ④⑤⑥発酵アドバイザー 高田妃出美氏 ④⑤⑥エプロン・三角巾・布巾2枚

④⑤⑥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大型映像「星の旅ー世界編ー」

南十字星や天の川、ウユニ塩湖の水鏡に映る満天の星。北半球から南半球へ、世界各地の絶景と美しい星空を巡る旅を、ダイナミックな実写映像でドームに再現します。小学2年生以下は保護者同伴。先着234人。



日11月1日(木)より毎日午後2時30分～ 費観覧付入館券おとな1,000円、4歳～高校生400円、セット券(プラネタリウム1回と大型映像1回)おとな1,400円、4歳～高校生500円

②全編生解説プラネタリウム「秋の星空に描くギリシャ神話の世界」

アンドロメダ座やカシオペア座など星座にはギリシャ神話にまつわるものが数多くあります。解説員が生解説で、秋の夜空をゆったりとご紹介します。小学2年生以下は保護者同伴。先着234人。



日12月21日(金)まで(水・土・日曜日、祝日は午後1時10分と午後3時50分。その他平日は午後3時50分のみ。12月は午後1時10分と午後3時50分) 費観覧付入館券おとな1,000円、4歳～高校生400円、セット券(プラネタリウム1回と大型映像1回)おとな1,400円、4歳～高校生500円

④⑤⑥①②多摩六都科学館 ☎042・469・6100

※当日閉館時よりインフォメーションにて観覧券を販売します。

※11月の休館日は、5日・12日・19日・26日の月曜日です。

秋の火災予防運動 ～火災から尊い命を守ろう～

秋の火災予防運動を11月9日(金)から15日(木)まで実施します。期間中、清瀬消防署では地域の皆さんへの訪問アンケートなどを行う「防火防災診断」を実施します。訓練に簡単に参加できる企画も用意していますので、ぜひご参加ください。☎清瀬消防署 ☎042・491・0119



清瀬消防署 ホームページ

福祉法律専門相談

高齢者や障害のある方など、生活上でお困りの方に無料で弁護士が相談に応じます。☎11月28日(木)午前10時～正午 ☎コミュニティプラザひまわり ☎権利擁護センターあいなと ☎042・495・5573

女性の人権ホットライン強化週間

女性をめぐる人権問題の解決のため、「女性の人権ホットライン強化週間」を実施します。この相談は電話のみの対応となります。
【実施期間】11月12日(月)～18日(日)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時) 【相談担当者】人権擁護委員および東京法務局職員 【女性の人権ホットライン】 ☎0570・070・810 ☎東京法務局人権

擁護部第二課 ☎03・5213・1234

無料調停相談会

土地建物、金銭債務、近隣問題や家庭内・親族間のもめごとについて裁判所の調停委員が相談に応じます。弁護士の委員も当日参加します。☎11月10日(土)午前10時～午後3時30分 ☎武蔵野公会堂(武蔵野市吉祥寺南一丁目) ☎東京家事調停協会 ☎03・3502・8822(午前10時～午後4時)

年末調整等説明会

平成30年分年末調整、法定調書などの作成についての説明会を開催します。☎給与の支払者 ☎11月9日(金)午後1時30分～3時30分(開場は午後1時) ☎アミューホール ☎東村山税務署 ☎042・394・6811または課税課市民税係 ☎042・497・2040

寄付・寄贈

市(まちづくり応援基金)へ匿名様6件(175,000円)ありがとうございました。

タヤけこやけ

11月1日から平成31年1月31日まで「タヤけこやけのチャイム」は午後4時5分に鳴ります。



身近なイベントや街角の話題、各種大会で優秀な成績を取めた方・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。

二中学生が「中学生科学コンテスト」で優秀賞

8月26日、都立立川国際中等教育学校(立川市曙町三丁目)で「中学生科学コンテスト」が開催され、二中2年の岡庭さん・望陀さん・松本さんのグループが実技部門で優秀賞に輝きました。このコンテストは東京都教育委員会が開催し、理科・数学に関する筆記競技と実技競技で能力を競い合います。今年は188チームが参加し、二中のチームは市区町村立中学校で唯一の入賞チームでした。おめでとうございます。



教育長を表敬訪問した前列右から岡庭さん・望陀さん・松本さん

清瀬市都市計画マスタープラン改定に向けた市民ワークショップ(第1回)

市では、20年後を見据えたまちづくりの方向性を定める清瀬市都市計画マスタープランの改定を進めています。改定にあたって、市民の皆さんで将来のまちづくりについて意見交換を行うワークショップを開催します。テーマは「清

瀬市のまちのいいところ、課題について考えよう!」です。保育あり。要事前申込み。☎11月11日(日)午後2時～4時 ☎健康センター ☎電話または市ホームページの応募フォームでまちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093へ

郷土博物館からのお知らせ

改修工事による臨時休館

☎11月30日(金)まで(11月12日(月)は電気工事による全日停電のため、受け付け業務はお休みです) ☎郷土博物館 ☎042・493・8585

11・12月の子育て関連事業

☎1は11月1日～15日に子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042・497・2086、☎2～9は健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077、☎10～12はNPO法人ウイズアイ ☎042・452・9765 ☎info@with-ai.netへ

事業名・対象・内容など	日時	場所
1. 保育園入園に係る相談・申込み 市内保育園への申込み方法の案内・個別相談 ☎市内保育園への申込み予定者	11月16日(金)・22日(木)午後5時30分～7時30分(1組30分・1日4組まで)	子育て支援課
2. ママの時間 ☎未就学児を持つ母親 ☎50円(お茶代) ※別室で保育あり。初回のみ予約制。	11月21日(水)午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分)	
3. カンタン! ワンポイント離乳食 ☎原則として第1子で6～11か月の乳児とその保護者。先着20組(保護者のみの参加可) ☎100円(試食費) ※11月1日から予約開始。	11月14日(水)6～8か月＝午前10時～11時30分、9～11か月＝午前10時45分～正午	
4. 離乳食から幼児食へのステップアップレッスン ☎1歳～1歳6か月の幼児とその保護者。先着15組 ☎100円(試食費) ※11月1日から予約開始。	11月15日(木)午前10時～正午	
5. 親子歯みがき教室 ☎満6か月～1歳6か月児とその保護者。先着20人 ☎仕上げ磨きやおやつ選び方など。※予約制。	11月9日(金)・12月14日(金)午前9時30分～11時(受け付けは午前9時から9時30分まで)	健康センター
6. 親子歯科健診 ☎1歳6か月～3歳児とその保護者 ☎健診・歯磨き・フッ素塗布(無料) ※予約制。	月曜日または水曜日(詳細は申込み時に案内します)	
7. スマイルベビーきよせ ①プレママ準備クラス②すくすく赤ちゃんクラス ☎①参加時に妊娠20週～36週の方。先着10人②生後1か月～6か月の乳児とその母親(当日①に参加し妊婦の方と交流があります)。先着5組 ☎11月19日(月)①午後1時30分～3時30分②午後1時30分～3時30分(午後3時からは①へ参加)。いずれも受け付けは午後1時10分※いずれも要予約。いずれも保育あり(先着4人、未就学児)		
8. 乳幼児健康診査※ ①3～4か月児 ②1歳6か月児 ③3歳児 ☎①平成30年7月②平成29年4月③平成27年10月に生まれた乳幼児とその保護者 ☎①11月13日(火)②11月6日(火)③11月20日(火)		
9. 1歳児子育て相談会※ ☎平成29年10月に生まれた幼児とその保護者 ☎11月30日(金)		児童センター
10. ボーイズタウンコンセンサスアレンティンク(CSP)乳幼児版 褒めて育てる子育てプログラム。全7回	11月7日(水)午前10時～午後0時30分(他の日程はお問い合わせください)	コミュニティプラザひまわり
11. TRUE COLORS 入門 人間関係が楽になるヒントが満載。全2回	12月7日(金)午前10時～午後0時30分(2回目日程はお問い合わせください)	きよせボランティア・市民活動センター
12. 新米ママと赤ちゃんの会 ☎平成30年8月生まれの子どものもとその母親(第1子の方)	11月2日(金)・9日(金)・16日(金)・27日(火)午後1時30分～3時30分	
つどいの広場(ころぼっくろ・野塩・野塩出張・下宿・竹丘・元町) 親子で自由遊び・育児相談など ☎0歳～就学前の子どものもとその親 ※ころぼっくろ(☎子ども家庭支援センター ☎042・495・7701)、野塩/野塩出張/下宿(☎NPO法人ウイズアイ ☎042・452・9765 ☎info@with-ai.net)、竹丘/元町(☎NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎042・444・4533)で開催。いずれも直接会場へ。		



詳細はこちら

※8・9は対象者ごとに受付時間を調整しています。事前に送付する通知をご覧ください。転入してきた方で通知が届かない場合、お問い合わせください。

今月の健康づくり

☎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) ☎小学生以上(小学生は保護者同伴)。先着卓球12組、バドミントン3組 ☎おとな100円・中学生以下50円 ☎体育館履き・ラケット・ボール・シャトルなど	11月17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説明 ☎18歳以上で、健康増進室を初めて利用する方 ☎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 ☎18歳以上の方 ☎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 ☎18歳以上の方 ☎300円	パンチ&キック体操 11月10日(土)・25日(日) 土曜日＝午後3時～4時 イーザーダンササイズ 11月11日(日)・17日(土) 筋力アップ体操 11月3日(土)・18日(日) ゆるトレ 11月4日(日) 日曜日＝午前10時～11時 太極拳 11月24日(土)	
5. 夜間エクササイズ ☎18歳以上の方 ☎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。 ☎18歳以上の方。先着5人(前日までに要予約) ☎200円	11月6日(水)・20日(水)午後7時～ 11月11日(日)・25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。

11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	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 ☎042・410・0001	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) ☎042・491・8611(受付時間は午後4時30分まで)	畑 肥後 福田 松木 松村 水上
4日	清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎042・493・6111	織本病院 旭が丘1-261 ☎042・491・2121		
11日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042・492・1199			
18日	井上内科クリニック 松山1-11-21 ☎042・493・3102			
23日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042・497・3456	※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。		
25日	花園医院 松山3-5-14 ☎042・491・0315			

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