

# きよせ

## 今号の主な内容

- 市民ルポルタージュ  
人と人の想いをのせる「つながりカフェ」 … 2面
- 3月1日～7日は子ども予防接種週間です … 3面
- コラム「消費生活相談の現場から」「みつばち通信」 … 4面
- お知らせ～information … 5～8面
- スマートフォンなどで市報が読める「マイイロ」ダウンロードはこちら



## 清瀬市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画(案)の最終報告がまとめられました

平成30年度から32年度までを計画期間とする「清瀬市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画」を策定するため、学識経験者や保健・医療・福祉関係者、市民公募委員で構成される「清瀬市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画策定委員会」を設置し、検討を行ってきました。

この度、「清瀬市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画(案)」の最終報告書が同策定委員会から市長に提出されましたので、その内容を報告します。  
問合せ 高齢支援課介護サービス係 ☎042・497・2080、同課高齢福祉係 ☎042・497・2081、同課管理係 ☎042・497・2079



渋谷市長(右)に答申を手渡す下垣委員長(中央)と小滝副委員長(左)

### 地域包括ケアシステムの深化・推進に向けた地域づくり

「清瀬市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画策定委員会」では、地域包括ケアシステムの更なる推進や介護保険制度の持続可能性の確保、介護保険料などについて検討を重ね、計画の最終報告をまとめました。

本計画では、基本理念を前計画より引継ぎ「**高齢者が住み慣れた地域で尊厳あるその人らしい生活を送れるよう健康でいきいきと暮らしていけるまち**」と定め、地域包括ケアシステムの要素である「医療・介護・介護予防・生活支援・住まい」が連携することで、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で生活できるよう、①から④の目標を設定して施策を推進します。

- ① **住み慣れた地域で安心して暮らす**  
高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、関係機関が連携し、適宜・適切なサービスが受けられる支援体制を充実させるとともに地域全体で支え合う地域づくりを目指します。  
② **一人ひとりがその人らしくいきいきと暮らす**  
障害や介護の有無にかかわらず、いきいきと生活していけるよう、知識や経験を活かせる社会参加を促進し、さまざまな活動や地域交流ができる場を充実させていきます。



### 最終報告書の第1号被保険者(65歳以上)の所得段階別介護保険料

所得段階	対象となる方	保険料率	年額保険料
第1段階	生活保護・老齢福祉年金受給者の方、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.40	27,900円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円以下の方	基準額×0.62	43,300円
第3段階	第1・第2段階に該当しない方	基準額×0.73	51,000円
第4段階	世帯の誰かが市民税課税かつ本人は市民税非課税で前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.84	58,700円
第5段階	第4段階に該当しない方	基準額	69,900円
第6段階	120万円未満の方	基準額×1.13	79,000円
第7段階	120万円以上200万円未満の方	基準額×1.28	89,500円
第8段階	200万円以上300万円未満の方	基準額×1.42	99,300円
第9段階	300万円以上400万円未満の方	基準額×1.55	108,400円
第10段階	400万円以上500万円未満の方	基準額×1.70	118,900円
第11段階	500万円以上600万円未満の方	基準額×1.80	125,900円
第12段階	600万円以上700万円未満の方	基準額×1.96	137,000円
第13段階	700万円以上800万円未満の方	基準額×2.08	145,400円
第14段階	800万円以上900万円未満の方	基準額×2.24	156,600円
第15段階	900万円以上1,000万円未満の方	基準額×2.37	165,700円
第16段階	1,000万円以上2,000万円未満の方	基準額×2.56	179,000円
第17段階	2,000万円以上3,000万円未満の方	基準額×2.73	190,900円
第18段階	3,000万円以上の方	基準額×2.90	202,800円

③ **いつまでも元気に介護を必要とせずに暮らす**  
介護を必要とせず健康に生活できるように、健康寿命の延伸を目指して健康づくりや介護予防の取り組みを推進し、市民同士の支え合いのなかで介護予防が進むような仕組みづくりを進めます。



④ **介護が必要となっても安心して暮らす**  
介護が必要となった時に必要なサービスが受けられるよう、介護保険サービス基盤を充実させるとともに事業を円滑に推進するため、重度化防止の取り組みや介護給付の適正化、介護人材確保・定

着のための取り組みを推進します。

### 65歳以上の方の介護保険料を算定

介護保険制度は、3年に一度、介護保険料の見直しを行うことになっています。

今回の見直しでは、策定委員会の議論を踏まえながら、今後3年間に見込まれる介護サービス費や被保険者などを推計し、平成30年度から32年度までの介護保険料(左表参照)を算定しました。なお、介護保険料は3月の市議会の審議を経て改定します。

※40～64歳の方(第2号被保険者)の介護保険料は、加入している医療保険ごとの計算方法で決まります。詳しくは、加入されている各健康保険組合などにお問い合わせください。

## 介護保険料を未納のままにしていると・・・

【1年間滞納した場合】 サービス利用時の支払い方法の変更(償還払いへの変更)	サービスを利用したときに利用料の全額を自己負担しなければなりません(9割または8割相当分は後で払い戻されます)。
【1年6か月間滞納した場合】 ・保険給付の一時差止め ・差し止め額から滞納保険料を控除	払い戻されるはずの給付費(9割または8割相当分)の一部または全部を一時的に差し止めるなどの措置がとられます。それでも滞納が続く場合は、差し止められた額から保険料が差し引かれる場合もあります。
【2年以上滞納した場合】 ・利用者負担の引き上げ ・高額介護サービス費などの支給停止	介護保険料の未納期間に応じて、本来1割または2割の利用者負担が3割に引き上げられたり、高額介護サービス費などが受けられなくなったりします。

介護保険は、介護を社会全体で支え合う制度です。長期にわたって介護保険料を納めないでいると、上記のような制限を受ける場合があります。災害などで介護保険料を納められない時や一度に納付できない時は、下記までご連絡ください。  
問合せ 高齢支援課管理係 ☎042・497・2079

## 第2次清瀬市健康増進計画(清瀬市食育推進計画)(案)答申

市民の健康寿命の延伸に向けた「第2次清瀬市健康増進計画(清瀬市食育推進計画)」を策定するため、これまで清瀬市健康増進計画策定委員会が審議を重ね、この度、渋谷市長に答申が提出されました。答申には、市民の「食育」を推進するため、清瀬市食育推進計画を包含し、健康づくりについて、今後6年間の目指すべき方向性が取りまとめられています。今後、市では答申の内容を踏まえ、健康増進計画(食育推進計画)を策定していきます。なお、計画書については策定後、市ホームページなどで公開する予定です。



渋谷市長(右)に答申を手渡す藤井委員長(中央)と岩本副委員長(左)

# 市民 レポート

市民編集委員

山本美香 さん

## ～人と人との想いをのせる 「つながりカフェ」～

清瀬駅北口を出てすぐ右手に見える「アミュービル」。こちらの4階「アイレック(男女共同参画センター)」で2か月に1度(原則、偶数月の第1木曜日)のペースで、誰もがくつろげる「つながりカフェ」が開催されています。家でも職場でもない第3の場所として交流の場となっています。今回は「つながりカフェ」の取り組みをご紹介します。



大正時代のお雛様

### ～柔らかにつながる人の輪～

2月1日の午後1時。「つながりカフェ」に人が集まってきました。カフェスタッフの方のご好意で設置されたという大正時代の雛人形も、カフェでお出迎えです。

カフェは、平成24年7月から準備を始め、25年12月にスタート。アイレックのサポーター「チームつながりカフェ」が運営していて、参加費100円で飲み物とお菓子が付きます。

「年齢・性別・国籍を問わず、どなたでも自由に参加できますよ」と、にこやかに話される世話人の木下さん。特に決まったルールはなく、その日集まったメンバーでお茶を飲みながらおしゃべりをしたり、イベントを楽しんだり、と過ごし方は自由だそうです。



(上) 会場内の様子  
(右) 世話人の木下氏



### ～時間の共有が気持ちをつなぐ～

参加者の方にお話を伺うと「みんなで懐かしい歌を歌うのが楽しみ」、「訳あって家に一人でいるようになった時に、お友達に誘われてきたら、思いがけず楽しい時間を過ごせた」、「気兼ねなく好きな時に参加できるのがいい」と、それぞれの意見を語られました。

「第26回目」のこの日のイベントは、清瀬紙芝居サークル「ひだまり」による紙芝居とアイレックのスタッフによる折り紙でのお雛様作りです。

紙芝居の演目は「ないたあかおに」と「いのちをいたかく」。部屋の明かりを落としながら演じられる紙芝居に、皆さん聞き入っていました。

お雛様を作る時間は学校の放課後のワンシーンを思い出します。「アハハ、折り間違えた」、「ここはどうするの」、「違ってもなかなか素敵よ」と、どんどん人との距離が近くなります。最後は思い思いの作品が出来上がりました。

### ～気軽に立ち寄れる場所を～

「震災の余波で清瀬に暮らすことになったが、顔見知りの人がいなくて心細い」、「お茶を飲みに行きたいけれど小さな子どもがいると迷惑かなと思ってしまう」、「色々な人が集まる場所に参加して知り合いを作りたい」。このような想いをすくい上げ、有志の方たちと形にしたのが「つながりカフェ」だと木下さんは言います。

「ここに来れば安心できて、ちょっとし



(上・左) 折り雛作りの様子

た気分転換もできる。そんな場所になるよう、これからもお手伝いしていきたいですね。私たちボランティアも、その日に活動できる人が、できることをするという無理のないスタイルで運営していますので、皆さんも気軽にお越し下さい」とニコリと笑顔で話されました。

### ～取材を終えて～

今回のテーマについて、色々と意気込んだ質問を用意していたのですが、木下さんからの答えは意外にもシンプルでした。それは全てにおいて「肩に力を入れ過ぎないこと」、「あれこれと気合を入れ過ぎると長続きしないので、それよりも皆さんが自然体でリラックスできることに重きを置きたい」と話されます。そのうえで「緩やかに地域のネットワークが動き出すのが理想」だとおっしゃっていました。

もうすぐ春です。お散歩がてら「つながりカフェ」へ立ち寄ってみませんか。

## 3月11日(日)に市内の防災行政無線から東日本大震災の追悼放送を流します

平成23年3月11日に発生した東日本大震災から今年で7年が経ちます。

それに伴い、3月11日(日)午後2時45分に市内全ての防災行政無線から黙とうの呼びかけを行います。発災時間の午後2時46分になりましたら、1分間の黙とうにご協力をよろしくお願い致します。

日時 3月11日(日)午後2時45分  
問合せ 防災防犯課防災係 ☎042・497・1847

## Jアラートの全国一斉情報伝達訓練が実施されます

地震や武力攻撃などの発生時に備えて、国から全国瞬時警報システム(Jアラート)で全国一斉に送られてくる情報を防災行政無線で放送する訓練を行います。

この訓練では市内全域の防災行政無線を起動し、下記の内容で試験放送を行いますので、ご了承ください。

日時 3月14日(水)午前11時  
問合せ 防災防犯課防災係 ☎042・497・1847

### 【試験放送の内容】

(上りチャイム音)  
「これはJアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらは防災清瀬市です。」  
(下りチャイム音)

## 募集 臨時職員

### スクール・サポート・スタッフ

業務内容 学習プリントの印刷・配付準備、授業準備の補助、採点業務の補助など、教員の業務支援

対象 心身ともに健康な18歳以上の方(高校生不可)。若干名

勤務場所 市内各公立小中学校

申込み・問合せ 3月9日(必着)までに臨時職員登録申込書(市ホームページからダウンロード可)または市販の履歴書に必要事項を記入し、写真を貼付のうえ直接窓口または郵送で指導課教職員係 ☎042・497・2553へ

## 募集 平成30年度嘱託員

職種・人数 ①主任介護支援専門員②学童クラブ指導員③保健師④社会福祉士。いずれも若干名

資格 ①主任介護支援専門員の資格を有する方②保育士証または教員免許を有する方③保健師免許証を有する方④社会福祉士の資格を有する方

応募要項 3月1日(木)から12日(月)までの平日午前8時30分～午後5時に職員課で配布(市ホームページからもダウンロード可)

申込み・問合せ 3月12日までの平日午前8時30分～午後5時に、所定の用紙に必要事項を記入し、資格証明などの写しを添えて、直接窓口または郵送で職員課教職員係 ☎042・497・1843へ

## がんばりすど

各種大会で優秀な成績を収めた方・団体を紹介します。

### 市内農家が花き品評会で特別賞

第67回関東東海花の展覧会が2月2日から4日まで池袋のサンシャインシティ文化会館(豊島区東池袋三丁目)で開催されました。

展覧会の中で花きの品評会が行われ、清瀬市からは下宿在住の坂間忠さんがメリアンサス(部門:観葉植物)を出品し、特別賞の日本花き卸売市場協会首都圏支所長賞を受賞しました。

おめでとうございます。



受賞したメリアンサス

## まちかどニュース

身近なイベントや、まちかどの話題を皆さんから募集しています。

### ドイツ人留学生が清瀬の農業を学んでいます

昨年4月から今月末まで、ドイツ出身の大学生ヨナタン・フィリップ・ヘクスゲスさんが海外農業研修制度を利用して、農業研修生として、中清戸の岩田農園で農業を学んでいます。研修先を日本に決めた理由を伺うと「日本の高品質な野菜の栽培技術などを知らなかったからです」と答えてくれました。

卒業後はこの経験を生かし「ドイツ内外の土の質が悪い地域の農家に対して、それぞれの地域に合った土づくりをアドバイスしたい」と語っています。



農業研修生のヘクスゲスさん(右)と岩田農園の岩田さん(左)

## 清瀬市民活動センターが 変わります!

4月1日より清瀬市民活動センターは市民活動の拠点に加え、ボランティア活動を支援する、きよせボランティアセンター(清瀬市社会福祉協議会)の機能を含んだ「きよせボランティア・市民活動センター」となります。今後は従来の市民活動の支援に加え、ボランティアに関する情報発信など、ボランティアを求める側と提供したい側を結ぶ機能を担います。

施設の運営は清瀬市社会福祉協議会になりますが、会議室や備品は従来どおりご利用いただけます。

ただし、開館日などが変更になりますので、ご注意ください。

開館日 月～土曜日(日曜日、祝日、年末年始は休館)

開館時間 午前9時～午後5時

問合せ 企画課市民協働係 ☎042・497・1803

～3月は東京都の自殺対策強化月間です～  
気づいてください！体と心の限界サイン

東京都では、自殺の防止などに関する理解を推進するため、3月を東京都自殺対策強化月間として、キャンペーンを実施しています。  
問合せ 健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076

◆3月特別電話相談

心の悩み相談: 54時間特別相談 (NPO法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター) 日時 3月3日(土)午前0時～5日(月)午前6時 問合せ ☎0120・58・9090... 自殺予防いのちの電話 (一般社団法人日本いのちの電話連盟) 日時 3月10日(土)午前8時～11日(日)午前8時 問合せ ☎0120・783・556... 東京都自殺相談ダイヤル～ここらといのちのほっとライン～ (NPO法人メンタルケア協議会) 日時 3月26日(月)～30日(金) (各日24時間対応) 問合せ ☎0570・087478... 有終支援いのちの山彦電話一傾聴電話 (NPO法人有終支援いのちの山彦電話) 日時 3月1日(木)～31日(土) 正午～午後8時 (金曜日のみ午後10時まで) 問合せ ☎03・3842・5311... 相債債務: 多重債務110番 (東京都消費生活総合センター) 日時 3月5日(月)・6日(火) いずれも午前9時～午後5時 問合せ ☎03・3235・1155... 自死遺族相談: 自死遺族傾聴電話 (NPO法人グリーンケア・サポートプラザ) 日時 3月13日(火)～16日(金) いずれも午前10時～午後10時 問合せ ☎03・3796・5453... 自死遺族相談ダイヤル (自死遺族のための電話相談、NPO法人全国自死遺族総合支援センター) 日時 3月17日(土)～19日(月) いずれも午前11時～午後7時 問合せ ☎03・3261・4350

◆ここらといのちの講演会「ひきこもりと自殺 いかに対話するか」

対象 都内在住・在勤・在学の方。先着200人  
日時 3月14日(水)午後3時～5時 (開場は午後2時30分)  
場所 東京都庁東京都議会議事堂 (新宿区西新宿二丁目)  
講師 医学博士・筑波大学医学医療系社会精神保健学教授 齋藤環氏  
※詳しくは東京都福祉保健局ホームページ <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/tokyokaigi/rinji/1/kouenkai.html> へ。  
キャンペーン内容の問合せ 東京都保健福祉局保健政策部保健政策課自殺総合対策担当 ☎03・5320・4310

～大気汚染医療費助成制度～

医療券(気管支ぜん息)の更新・制度改正のお知らせ

認定疾病にかかる医療費を助成しています。  
有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには更新手続きが必要です。有効期間満了の1か月前を目安に市の窓口で手続きをしてください。生年月日が平成9年4月1日以前で有効期間内の医療券をお持ちの方は、有効期間満了までに更新手続きしない場合、資格喪失となり、再度認定を受けられません。  
対象 都内に1年(3歳未満は6

か月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息などに罹患しているなど、要件を満たす方  
<制度が改正されます>  
平成30年4月1日から制度改正のため、生年月日が平成9年4月1日以前で有効期間内の医療券をお持ちの方は、一部自己負担が生じます。  
問合せ 東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎03・5320・4491、健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077

消費生活センター消費生活講座

かずのすけの

美肌コスメ選びの法則

話題の人気ブログ「かずのすけの化粧品評論と美容化学についてのぼやき」でおなじみの美容化学者かずのすけ氏が洗剤・化粧品にまつわる誤った情報や思い込みを化学の視点から解説します。先着40人。

日時 3月16日(金)午後2時～4時  
場所 消費生活センター  
講師 美容化学者 かずのすけ氏  
※保育あり(1歳～未就学児、先着8人。ご希望の方は3月1日から8日までの平日午前9時～午後5時に下記へ)。  
申込み・問合せ 3月1日から15日までの平日午前9時～午後5時に直接窓口または電話、市ホームページから電子申請で消費生活センター ☎042・495・6211へ



かずのすけ(本名 西一総) 日本化粧品検定1級・日本化粧品検定協会公式コスメコンシェルジュ。日本爪肌専門技術者普及推進委員会特別顧問。  
有機化学が専門で大学では界面活性剤とたんぱく質(ケラチン)、大学院では化粧品リスクと消費者教育に関わる研究を行う。  
現在は研究活動と並行し、サイト運営や化粧品の企画開発、セミナー講師、執筆業などを行っている。

使用済みの油で

石けんと小麦粉のおもちゃ(スクイーズ)を作ろう

使用済みの油で石けんと小麦粉のおもちゃ(スクイーズ)を作って、リサイクルについて学びましょう。

対象 小学生以上。先着10人  
日時 3月30日(金)午前10時～11時30分  
場所 消費生活センター  
費用 300円(材料費)

持ち物 500mlペットボトル(ふた付き)、つぶしていない空き1リットル牛乳パック、軍手またはゴム手袋、ジャムなどの空き瓶(ふた付き)、マスク、エプロン、タオル、筆記用具  
講師 パルシステム東京清瀬委員会 松田規子氏  
申込み・問合せ 3月1日から28日までに費用を添えて、直接消費生活センター ☎042・495・6211へ



以前の講座の様子

～申請期限にご注意ください～

年度末(3月)・年度初め(4月)の

清瀬市特定不妊治療医療費助成事業の申請

市に特定不妊治療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、東京都からの決定通知書を必ず持参してください。  
平成29年度分の申請期限は、3月30日(金)までです。早めに申請してください。  
ただし、平成30年1月～3月に終了した治療について

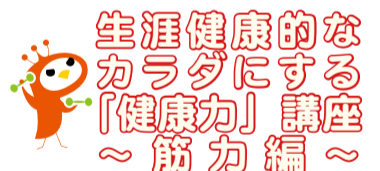
は、7月31日(火)まで申請が可能です。(4月2日(月)以降に市へ申請される方は、平成30年度の申請として受理します)  
※詳しくは市ホームページをご覧ください。  
問合せ 健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077

予防接種はお済みですか? 3月1日～7日は子ども予防接種週間です

下表の医療機関・日程で予防接種が受けられます。土曜日の午後や日曜日にも実施している医療機関があります。接種期限の迫っている方(特に麻疹風しん第2期対象者・ジフテリア破傷風の対象者)はこの機会にぜひお受けください。  
※実施日時などを確認のうえ、事前にご予約ください。(ワクチンの種類によっては入荷状況により接種できない場合があります)。  
※麻疹風しん第2期対象者(平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ)の方は4月1日から、ジフテリア破傷風対象者(平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ)は13歳の誕生日から、全額自己負担での接種となります。  
問合せ 健康推進課健康推進係 ☎042・497・2075

Table with columns: 実施機関(五十音順), 実施日 (1日(木), 2日(金), 3日(土), 4日(日), 5日(月), 6日(火), 7日(水)), 予防接種種類 (四種混合, ジフテリア破傷風, MR1・2期, 日本脳炎, 不活化ポリオ, ヒブ, 小児肺炎球菌, 子宮頸がん, 水痘, B型肝炎)

※1: 不活化ポリオ・子宮頸がん以外は予約不要。 ※2: ホームページより要予約 <https://www.webyoyaku.jp/6340-group/pc/>



生涯健康的なカラダにする「健康力」講座～筋力編～  
筋肉の仕組みを学び、日常生活で筋力を維持・向上するための効果的な方法を習得し、グループ活動での運動実践など、人に伝える力を身につけます。  
対象 市内在住で18歳以上の運動グループリーダー、または運動の普及啓発に興味のある方。先着30人  
日時 3月18日(日)午後3時～4時30分  
場所 アミューホール  
講師 パーソナルフィットネストレーナー 岩田諭氏  
申込み・問合せ 電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ



「情報公開制度」と「保有個人情報開示制度」

①情報公開制度とは

市が保管・保存する文書を対象に公開する制度です。請求された情報は個人情報や個人財産の保全などの理由を除き、原則すべて公開されます。

②保有個人情報開示制度③保有特定個人情報開示制度とは

市が保有する自己の個人情報開示を請求することができ、保有する個人情報にマインナーを含まないものが②保有個人情報、含むものが③保有特定個人情報です。開示決定 原則請求を受けた日の翌日から14日以内(保有特定個人情報の開示請求については30日以内)に開示・一部開示・非開示の決定を行い、決定通知書で通知します。

請求方法

①は直接窓口または郵送、ファクスで、②③は本人であることを証明できる書類(運転免許証や健康保険被保険者証など)を、②は1点、③は2点持参し、直接文書法制課文書法制係へ問合せ。文書法制課文書法制係 ☎042・497・2031 FAX042・492・2415

募集 柳泉園組合嘱託員

4月1日(日)以降に採用する嘱託員を1人募集します。勤務内容 厚生施設窓口業務など

※募集期間など詳しくは、柳泉園組合ホームページ http://www.tyusenon.or.jp/ または左記へお問い合わせください。問合せ 柳泉園組合総務課庶務文書係 ☎042・470・1545

清瀬けやきホールの催し物

- ①そうだじゅげむきこう 和室で楽しむ落語会。椅子席もあり。日時 3月31日(土)午後2時～(開場は午後1時30分) 費用 一般1,000円・小学生500円(全席自由) 出演 桂三四郎、三遊亭わん丈
②清瀬リコーダーフェスティバル Vol.3 リコーダーオーケストラを 楽しもう! 日時 4月22日(日)午後2時30分～(開場は午後1時30分) 費用 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・高校生以下500円(未就学児入場不可・全席自由) 出演 アンサンブル「アクアレラ」浅井愛&松浦孝成(リコーダー)、畑内浩(ギター)
③～ヴァイオリンとアコーディオンにのせて～清瀬でパリ気分 先着30人。日時 3月25日(日)午後1時30分～(開場は午後1時) 費用 一般1,200円・友の会1,000円・小学生500円(いずれもドリンク付き)・未就学児無料(ドリンクなし、全席自由) 出演 高橋じゅん(ヴァイオリン)、山口あかね(アコーディオン)
④歌って健康! 歌声サロン 生演奏にあわせて歌いませんか。日時 3月20日(火)・4月18日(水)午後2時～4時(チケットの発売は午後

- 1時30分～) 費用 1,000円(全席自由) 講師 杉山公章氏
⑤講座「ベビーオイルマッサージ教室」 赤ちゃんへのオイルマッサージ。対象 2か月～ハイハイ前までの赤ちゃんとその保護者。先着10組 日時 3月20日(火)午前10時30分～正午 費用 1,500円 講師 小宮しのぶ氏 持ち物 タオル・バスタオル・赤ちゃんの飲み物・お持ちの方は授乳用ケープ
⑥講座「おけいこアロマ」 ラベンダー使いこなし術。先着12人。日時 3月12日(月)午後2時～3時30分 費用 1,800円 講師 西脇直子氏
⑦絵本deリトミック 絵本や手遊びをして、楽しく音楽で遊びます。各クラス先着16人。日時 3月6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 費用 各クラス1,500円 講師 小宮しのぶ氏 持ち物 子どもの飲み物、動きやすい服装
⑧体験レッスン フラワーアクリウムアレンジメント オシャレなハーバリウム(植物標本)を作りましょう。2本作製します。先着10人。日時 3月24日(土)午前9時30分～11

- 時30分、29日(木)午後1時30分～3時30分 費用 3,300円 講師 福井ひろ子氏 ※⑤⑦は清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます。申込み・問合せ 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

コミュニティプラザひまわりの催し物

- ①ひまわりクラフト倶楽部 縮緬を使って「籠を使った桜の飾り」を作ります。先着12人。日時 3月18日(日)午前10時～午後1時 費用 1,200円(材料費込み) 持ち物 先の曲がったピンセット・持ち帰り用の袋か箱
②清瀬きもの部 ビギナー向けのふだん着の着物の着付けです。先着5人。日時 3月～6月の毎月第2日曜日 午前10時～正午 費用 1,500円(全3回)、4回目お茶会(別費用500円) 持ち物 着物一式、半幅帯 申込み・問合せ 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
◆無料パソコン教室(Windows10)、無料タブレット・スマホ基礎教室(iPad使用) 対象 パソコン(Windows10)、タブレット・スマホが初めての方(シニア大歓迎)。各月先着12人

日時 パソコン＝毎週土曜日午前10時～正午(全4回)、タブレット・スマホ＝3月15日(木)、4月19日(木)午前10時～午後0時15分 ※ヨガ・カラオケなどの無料体験(要予約)も行っています。申込み・問合せ 直接窓口または電話で友遊(NPO法人情報労連東京福祉センター) ☎042・497・8500へ

多摩六都科学館の催し物

◆東日本大震災復興支援プロジェクト・ワスレナイベガ 特別プラネタリウム「星空とともに」 東日本大震災の夜、大停電の被災地を照らしたのは、見たこともないような満天の星でした。その輝きに人々は何を見たのでしょうか? 被災者から寄せられた、星と震災にまつわるエピソードをもとに、仙台市天文台が制作したプラネタリウム特別番組です。小学2年生以下の方は保護者同伴。先着234人。日時 3月11日(日)午後5時30分～6時10分 ※当日閉館後、午後5時10分からインフォメーションで先着順で受け付け。 ※3月5日(月)・12日(月)・19日(月)は休館日です。問合せ 多摩六都科学館 ☎042・469・6100



消費生活相談の現場から

友人から誘われたおいしい話～若者トラブル急増中～



【事例】

現在大学生である。予備校時代の友人から久しぶりに無料通信アプリにメッセージが届き、「写真投稿アプリに写真をアップするだけで月9万円は確実に稼げる仕事がある」と持ち掛けられた。そのうえ、自分が友達を勧誘し契約を取ることが出来ればさらにマージンが得られるという。この仕事に参加するには30万円を支払わないとならないが、すぐに元が取れると説得された。そんなに簡単に稼ぐことが出来るならと思い契約し、お金を払った。

言われたとおり写真投稿アプリに写真をアップしてみたが、説明されたような収入は得られなかった。

【アドバイス】

20歳を過ぎると契約にあたって親の同意は必要なく、自分の意思で自由に契約することができるようになります。

その反面、契約でトラブルになった場合の責任はすべて自分

自身が負うこととなります。これを逆手に取り悪質業者は社会経験が乏しくおいしい話にすぐに飛びつく「20歳に成り立ての若者」を狙い打ちします。冷静に考えれば知識も経験もない若者が簡単に大金を稼げるはずはありません。

また、人を誘うビジネスの場合、最も注意しなければならないことは自分自身も友人を勧誘する側(加害者)になり、大切な友人を失うおそれがあるという事です。失ったお金はこれから得る収入で取り戻すことはできませんが、一度失った友人の信頼を回復することは容易ではありません。儲け話を鵜呑みにせず、契約をせかされてもその場で契約しないようにしましょう。問合せ 消費生活センター ☎042・495・6212 (相談専用)



東京清瀬市みつばちプロジェクトを盛り上げよう



◆第1期東京清瀬市みつばちプロジェクト友の会ゴールドメンバー募集

清瀬市役所産はちみつ Kiyohachi を優先的に1年に1人1個購入することができる「東京清瀬市みつばちプロジェクト友の会ゴールドメンバー」を募集します。対象 市内在住・在学の方。先着50人 申込み 3月1日からはがきまたはメールで、件名(「みつば

ちプロジェクト友の会)・住所・氏名・年齢・電話番号・在学の方は学校名を記載し、〒204-8511 中里5-842 総務課営繕係 ☎ kouhou@city.kiyose.lg.jp へ 問合せ 総務課営繕係 ☎042・492・5111 (内線254・524)

◆清瀬市役所産はちみつを使用した新商品のアイデア募集

みつばちなどの花粉媒介昆虫を保護するとともに、清瀬市内の環境保全を推進するという、東京清瀬市みつばちプロジェクトの趣旨に賛同し、清瀬市役所産はちみつを使用した新商品提案の取り組みに協力して頂ける事業所(個人は不可)を募集します。

応募方法 3月1日から31日までに商品名(清瀬市産とわか

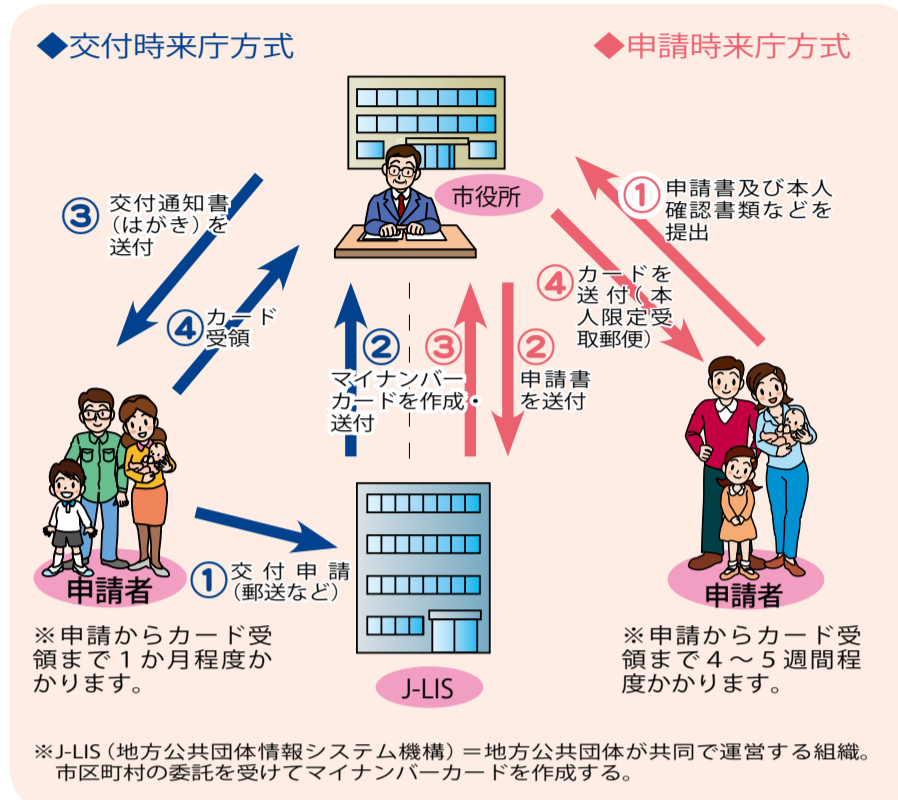


る名称)などを記載した提案書(簡単なもの、書式は任意)をメール(☎ kouhou@city.kiyose.lg.jp)で提出してください 問合せ 総務課営繕係 ☎042・492・5111 (内線254・524)

# マイナンバーカードを申請する方へ ~新しい申請方法が始まりました~

マイナンバーカードは、1枚でマイナンバーの証明と本人確認が同時にできる唯一のカードです。新しい申請方法などについてご紹介しますので、ぜひご利用ください。  
問合せ 市民課住民係 ☎042・497・2037

## マイナンバーカードの交付申請手続きの流れ



申請者が地方公共団体情報システム機構(以下J-LIS)に申請し、市役所でマイナンバーカードを受け取る方法

- ①申請者が郵送、スマートフォンやパソコン、まちなかの専用証明写真機(有料)のいずれかでJ-LISへマイナンバーカードの交付を申請します(各申請手順についてはマイナンバーカード総合サイト ht <https://www.kojinbango-card.go.jp/> をご確認ください。交付申請書がお手元にない場合や、申請書に記載された氏名・住所などを変更した場合は市民課へお問い合わせください)。
  - ②J-LISで作成されたマイナンバーカードが市役所へ送られます。
  - ③市役所市民課から、申請者宛てに「交付通知書(はがき)」が届きます。
  - ④「交付通知書(はがき)」に記載されている交付期限までに、必要書類などを持参し、市役所1階交付受付室でマイナンバーカードを受け取ってください(交付時に暗証番号を設定していただきます)。
- 必要書類など 交付通知書(はがき)、通知カード(回収します)、本人確認書類(運転免許証・パスポートなど)、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ・回収します)、印鑑

**交付時の注意事項**

- 交付に必要な本人確認書類などに不足がある場合、交付できません(再度来庁となります)。
- 申請者が15歳未満または成年被後見人の場合、本人と一緒に法定代理人が同行してください(法定代理人も本人確認書類を持参)。
- 本人が病気、身体の障害などのやむを得ない理由で、市役所への来庁が難しい場合に限り、代理人にカードの受け取りを委任できます。代理人交付の場合、必要書類が通常と異なるため、事前に市民課へ連絡をお願いします。
- ※平日午前8時30分～午後4時30分、祝日を除く土曜日午前8時30分～午後4時(正午～午後1時を除く)に受け付け。

申請者が市民課窓口で申請し、本人限定受取(特例型)郵便でマイナンバーカードを受け取る方法

**◆申請時来庁方式... (特例型) 郵便でマイナンバーカードを受け取る方法**

- ①必要書類など(右記参照)を持参し、市役所1階市民課窓口で申請を行います(カードの暗証番号を決めていただきます)。
- ②市役所からJ-LISへ申請書を送付します。
- ③J-LISで作成されたマイナンバーカードが市役所へ送られます。
- ④市役所で交付(暗証番号の設定)処理を行い、申請者宛に本人限定受取(特例型)郵便でマイナンバーカードを送付します。

申請用の写真(縦4.5センチ×横3.5センチで6か月以内に撮影したもの。正面・無帽・無背景)、通知カード(回収します)、本人確認書類(運転免許証・パスポートなど)、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ・回収します)、印鑑

**申請時の注意事項**

- 代理人による申請はできません。
- 申請者が15歳未満または成年被後見人の場合、本人と一緒に法定代理人が同行してください(法定代理人も本人確認書類を持参)。
- 書類が揃えられない、本人限定受取(特例型)郵便で受け取りができないなどの理由により、この方法で申請できない場合がございます。申請前に市ホームページまたは市民課へご確認ください。
- ※平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)のみ受け付け。



### 平和祈念フェスタ in 清瀬 2018

耳をすまし 見つめよう 伝えよう

**◆展示会**  
日時 3月11日(日)までの午前10時～午後6時  
会場 クレアギャラリー(クレアビル4階)

**◆平和講座**  
1 日本近代史に見る教育勅語全3回。1回目は終了しました。  
日時 3月2日(金)・7日(水)いずれも午後2時～3時30分  
場所 いずれも生涯学習センター1

**◆映画会**  
講師 定信夫氏  
1 都鳥伸也監督作品「ドキュメンタリー映画「OKINA WA1965」」  
先着160人。  
日時 3月9日(金)午後7時～8時30分

**◆講演会・演奏会**  
会場 アミューホール  
1 「東京都平和の日(3月10日)に学ぶ 重慶爆撃 東京大空襲の前史・戦争の加害と被害」  
日時 3月10日(土)午後1時30分～4時  
会場 アミューホール  
講師 石島紀之氏  
演奏 市民コーラス「合唱団クローバー」  
※保育あり(6か月～未就学児・希望の方は3月2日まで左記へ要予約)。  
主催 清瀬市平和祈念展等実行委員会  
※直接会場へ。  
問合せ 企画課 市民協働係 ☎042・497・1803

### 使用していない軽自動車の廃車手続きなどはお早めに

軽自動車税は毎年4月1日現在で軽自動車・オートバイ・原動機付自転車・小型特殊自動車を登録している方に課されます。  
3月30日(金)までに廃車・名義変更の手続きをしなかった場合には、実際に軽自動車などを所有していなかったり、使用していない場合でも、平成30年度の軽自動車税が課されます。廃車・譲渡などを行った場合は、下記で必ずお手続きください。  
なお、グリーン化特例(軽課)対象車は平成29年4月1日～平成30年3月31日までに購入した軽自動車(エコカー)です。適用は1年度のみのため、平成29年度適用車は対象外となります。

車種	手続き先
軽四輪自動車(乗用・貨物)	軽自動車検査協会 ☎050・3816・3104
126cc以上のバイク	陸運支局多摩事務所 ☎050・5540・2033
原動機付自転車(1種・2種乙・甲) 小型特殊自動車(農耕用、その他)	課税課市民税係 ☎042・497・2041

外となります。  
手続き先 左表のとおり  
※廃品回収などでバイクを引き取ってもらう場合はナンバープレートははずし、ご自身で廃車手続きをしてください。  
問合せ 課税課市民税係 ☎042・497・2041

### 十小地域で避難所体験会を開催!

十小地域づくりの会へ支え合おう! ひまわり105では十小・五中校区を中心に避難所体験会を開催します。参加者には備蓄食料を配布予定です。

**◆直接会場へ。**  
問合せ 企画課市民協働係 ☎042・497・1803、社会福祉協議会 ☎042・495・5333

日時 3月10日(土)午前10時～(受け付けは午前9時30分)

場所 コミュニティプラザひまわり(雨天決行)  
持ち物 スリッパ・外履きを入れる袋、お持ちの方は非常用リュック・「東京防災」

(表1) 見舞い金など

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)	見舞い金額	
		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時、会員と生計を同じくしていた、中学生以下の子どもがいる場合、中学修了年限に達するまで支給されます。  
年金額は、遺児1人につき年12万円

(表2) 出張受け付け会場

場所	実施日	時間
田無アスタ(西東京市田無町二丁目)	3月3日(土)	午前10時～午後4時
イオンモールむさし村山(武蔵村山市榎一丁目)	3月4日(日)	
伊勢丹立川店(立川市曙町二丁目)	3月10日(土)	
イオンモール東久留米(東久留米市南沢五丁目)	3月11日(日)	
イオンモール多摩平の森(日野市多摩平二丁目)	3月18日(日)	

### 交通災害共済の申込みを受け付け中

①申込み受け付け  
加入資格 共済期間の開始日に住民登録のある方  
共済期間 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)  
会費 1人当たりAコース年額千円・Bコース年額500円(おとな・子ども共通で1人1日)見舞い金額など 左表1のとおり

※見舞い金の請求には、交通事故(人身)証明書が必要です。  
※現在加入している方も、平成30年度分は改めて申込みが必要です。  
※申込みは、加入申込書に必要事項を記入し、希望コースの会費を添えて、りそな銀行清瀬支店派出所(市役所内)へ。

問合せ ①道路交通課交通安全係 ☎042・497・2096 ②東京市町村総合事務組合 ☎042・384・8113

松山・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、東京都民銀行・青梅信用金庫の各秋津支店へ。  
②出張受け付け  
運営元である東京市町村総合事務組合主催の出張受け付けが実施されます。  
日時など 左表2のとおり  
※いずれの会場でも申込み可。荒天時は中止の場合あり。  
問合せ ①道路交通課交通安全係 ☎042・497・2096 ②東京市町村総合事務組合 ☎042・384・8113

催し物

企画展「染める・織る・縫う」

◆展示
平成29年度の博物館「衣の三教室」の参加者・講師・活動グループの作品発表会。
期間 3月10日(土)～18日(日)午前9時～午後5時(12日(月)は休館。最終日は午後4時まで)
場所 郷土博物館
※直接会場へ。
◆関連事業「身近な素材で暮らすを彩る」
①藍で染める春のストール 先着25人。(要事前申込み)
日時 3月11日(日)午前10時～正午
講師 中村千代氏
費用 千円
②手縫いで作る便利な小物 先着15人。(要事前申込み)
日時 3月13日(火)午前10時～正午
講師 西川志づ江氏
費用 500円
③体験はたおり(コースター作り)
日時 3月10日(土)～18日(日)午前9時30分～午後4時(12日(月)は休館。受け付けは午後3時30分まで)
講師 はたおり伝承の会会員
場所 いずれも郷土博物館
申込み・問合せ ③は直接会場へ。①②は3月1日午前9時から、電話で郷土博物館☎042・493・8585(月曜休館)へ

日時 3月17日(土)午後1時30分～(上映時間は①11分31分②25分)
場所 郷土博物館
※直接会場へ。
問合せ 郷土博物館☎042・493・8585

ミュージアム・コンサート

マリンバとピアノの生演奏を楽しみませんか。先着40人。
日時 3月10日(土)午後2時～3時
場所 郷土博物館
出演 米山明氏(パーカッション)・内田夏椰(マリンバ)・上森千菜(ピアノ)・高口かれん(マリンバ)
※直接会場へ。
問合せ 郷土博物館☎042・493・8585

税理士会による個別無料税務相談会

相続税などさまざまな税の相談に税理士がお答えします。
日時 水曜日(毎月2～3回)・1月のみ土日開催(午前10時～午後4時)
場所 東京税理士会東村山支部(東村山本町二丁目)
※同支部ホームページhttp://higashimurayama-zuishi.jp/を ご確認のうえ、申込みください。
問合せ 東京税理士会東村山支部☎042・394・7038

清瀬国際交流会国際理解講座

台湾あれこれビジネスで滞在してわかった人々の生活。
渡邊義典氏による講演です。先着60人。
日時 3月17日(土)午後2時～4時
場所 清瀬けやきホール

ミュージアム・シアター「考古学の世界」

16ミリフィルムによる記録映画の上映。①甕える鉄剣②江陵漢墓。先着50人。

※直接会場へ。
問合せ 清瀬国際交流会・加藤☎042・495・2851

みんなで育てよう清瀬の水辺

空堀川河川内のごみ拾いなどの清掃作業を実施します。
日時 3月24日(土)午前9時30分～正午(雨天中止)
集合場所 梅坂橋近くの広場(中里緑地保全地域A地区西側)
持ち物 汚れても良い服装・長靴・タオル・飲み物
※直接集合場所へ。
問合せ 川づくり・清瀬の会☎042・493・7864

なんでも発表会

演奏やダンスなど、子ども向けの楽しいパフォーマンスがたくさん発表されます。
日時 3月25日(日)午前10時30分～午後4時30分(予定)
場所 児童センター
※直接会場へ。
問合せ 児童センター☎042・495・7700

多摩六都府フェア第12回高校生写真展

多摩六都府(清瀬市・東村山市・小平市・東久留米市・西東京市)などの近隣高校による合同写真展です。
日時 3月21日(水)～25日(日)午前9時～午後5時(初日は午後2時から、最終日は午後3時まで)
場所 郷土博物館
※直接会場へ。
問合せ 生涯学習スポーツ課☎042・495・7001

3・11東日本大震災被災者追悼キヤンドル

東日本大震災の被災者への追悼キヤンドルを70個献灯します。募金も行います。
日時 3月11日(日)午後5時30分～7時
場所 清瀬駅北口ロータリー周辺
※直接会場へ。午後5時から会場周辺で被災地へのメッセージを受け付けます。
問合せ 清瀬市民活動センター☎042・491・9027

追悼キヤンドルを70個献灯します。募金も行います。
日時 3月11日(日)午後5時30分～7時
場所 清瀬駅北口ロータリー周辺
※直接会場へ。午後5時から会場周辺で被災地へのメッセージを受け付けます。
問合せ 清瀬市民活動センター☎042・491・9027

シルバー人材センターフェア

リサイクル自転車・家具の販売、模擬店、包丁砥ぎ、パソコン相談などを行います。
日時 3月11日(日)午前10時～午後2時(小雨決行)
場所 シルバー人材センター(松山三丁目)
※直接会場へ。駐車場の用意はありません。
問合せ シルバー人材センター☎042・494・0903

ハガキづくり&施設見学

紙すき体験講座(ハガキづくり)と障害者福祉センター施設見学会を開催します。
日時 3月24日(土)午前10時～正午
場所 障害者福祉センター
費用 1人100円
※小学2年生以下は保護者同伴。介護が必要な障害をお持ちの方は、介助者とお越しください。
申込み・問合せ 申込者本人と面談をしますので、印鑑を持参のうえ、高齢支援課高齢福祉係☎042・497・2081へ

多摩六都府フェア第12回高校生写真展

多摩六都府(清瀬市・東村山市・小平市・東久留米市・西東京市)などの近隣高校による合同写真展です。
日時 3月21日(水)～25日(日)午前9時～午後5時(初日は午後2時から、最終日は午後3時まで)
場所 郷土博物館
※直接会場へ。
問合せ 生涯学習スポーツ課☎042・495・7001

高齢者住宅入居者募集

①高齢者住宅(あき家)単身者向け②都営住宅(あき家)単身者向け

単身者・二人世帯向け)
対象 左記の条件すべてが当てはまる方
◆65歳以上(昭和28年3月13日以前の生まれ)◆①市内に2年以上居住している◆②市内に3年以上居住している◆収入が定められた基準内である◆住宅に困っている◆自立して生活できる◆暴力団員ではない
申込期間 3月1日(日)～3月12日(月)
募集住宅 ①シルバーピアみずきⅡ和8・DK 2戸(野塩四丁目)、シルバーハイイツさんかⅡ和8・DK 1戸(松山三丁目)、シルバーハイイツこぶしⅡ和8・DK 1戸(野塩四丁目)②清瀬中里四丁目アパートⅡ和6・DK 1戸(野塩四丁目)③清瀬野塩アパートⅡ和6・DK 1戸(野塩二丁目)、清瀬竹丘一丁目アパートⅡ和6・DK 1戸(竹丘二丁目)
清瀬中里四丁目アパートⅡ和6・DK 2戸(野塩四丁目)④清瀬野塩アパートⅡ和6・DK 1戸(野塩二丁目)⑤清瀬竹丘一丁目アパートⅡ和6・DK 1戸(竹丘二丁目)
※入居は①4月以降②夏以降の予定です。
申込み・問合せ 申込者本人と面談をしますので、印鑑を持参のうえ、高齢支援課高齢福祉係☎042・497・2081へ

シルバー人材センター会

対象 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(就業先多数あり)
日時 説明会Ⅱ第1月曜日午後1時30分、研修会Ⅱ第2月曜日午後1時30分
※入会には説明会への出席と、研修会の受講が必須です。
問合せ シルバー人材センター☎042・494・0903
募集は7面へ続く

市民伝言板

☆サークル仲間募集

なかと広場へようこそ
園庭で遊んだり、工作やおしゃべりを保育士と一緒に楽しませながら6か月児・就学前の子どもの保護者対象。先着12組。4月～平成31年3月の第1水曜4・5・1月は第2水曜10時～12時、なかと保育園(竹丘三丁目)、年会費千円(傷害保険・おやつ代。駐車場を利用する場合は別途)、なかと保育園、なかと広場・金子☎042・491・3114
麻雀
高齢者にやさしい全自動麻雀卓で大きな牌を使用しています。一度体験してみませんか。入会お待ちしておられます。土曜13時～17時、稲荷台ハイイツ(下宿一丁目)、月会費三千円、旭クラブ・瓜生☎042・492・8328
自動車を使った健康麻雀、囲碁・将棋
自動車を使った健康麻雀、囲碁や将棋、その他ボードゲームを楽しむ健康遊技。若者男女を問わず楽しめる場所です。4月1日から毎日10時～16時、杉田ビル2階(松山三丁目)、3時間500円、特定非営利活動法人健康遊技たんぽぽ・増田☎042・495・7708
絵画アツサン
プロのモデルさんを描く会です。各自が好きな画材で色々なポーズを描く楽しい会です。水曜18時30分～21時(第1・3水曜は固定ポーズ、第2・4水曜はクッキー。裸婦着衣、清瀬けやきホール、月会費三千円・入会金五千円、清瀬絵画アツサン会☎042・495・9676
矢島☎090・88509・9676
社交ダンス
初・中級、現役プロの先生が基本を中心にボディの使い方を徹底的にレッスンします。見学や体験入会を歓迎します。水曜14時～15時30分、竹丘地域市民センター、入会金千円

・月会費三千円、ダンスサークルさんか・西川☎042・491・1319
韓国語
講師資格を持つネイティブ先生と基礎から会話まで楽しく学びましょう。4月3日13時から入門無料体験を実施します(要事前予約)。月3回火曜日 初級Ⅱ9時30分～10時30分、中級Ⅱ10時45分～11時45分、入門Ⅱ13時～14時、松山地域市民センター、入会金千円・月会費四千円(テキスト代は別途)、韓国語トナリ・西垣☎042・494・1922
手編み
手編み教室マリエニットへようこそ。オリジナル作品が自由に編める教室でお待ちしています。月3回火曜9時～17時、野塩地域市民センター、月会費三千円、マリエニット手編み教室・中山☎042・392・3023
清瀬第九合唱団 団員
今期も魅力的な曲ばかり! お気軽に見学に来てください。一緒に歌いましょう。今年の12月1日に清瀬けやきホールで第9回定期演奏会を行います。4月7日から3回土曜9時30分～12時、アミューホール、年2万2千円(分割。家族・学生割あり)、清瀬第九合唱団・伴☎042・495・5171 ①osada@yahoocorp
話し方教室
話すことが苦手な方・あがり症の方・楽しく皆の前で話せるようになりたい方。入会お待ちしております。第2・4木曜13時～15時、生涯学習センター、1回千円、清瀬話し方教室wii・小林☎042・493・461
☆催し物
日本社会事業大学公開講座「社会福祉総合科目」
「社会福祉の最前線」。講師に社会福祉領域の第一線で活躍する研究者を招き、毎回テーマを変えて本学学生とともに学びます。4月7日～8月4日の10時40分～12時10分(全15回)日本社会事業大学(竹丘三丁目)、受講料五千円、申込みは3月1日～16日(必着に往復はがき往信用に住所・氏名・性別・年齢・職業を、返信用に住所・氏名を記入し、〒204-8555竹丘3-1-30 日本社会事業大学教務課「社会福祉総合科目」担当☎042・496・3100へ)
日本社会事業大学マンドリン・アンサンブル第53回定期演奏会
入場無料・申込み不要です。ぜひお越しください。3月17日14時～開場は13時30分、清瀬けやきホール、無料、日本社会事業大学マンドリン・アンサンブル・村松☎(swmand@nsgmail.com)
日本の城講座&城跡見学会
①日本の城講座 3月18日13時30分～15時30分 市民活動センター、参加費500円(資料あり)②滝山城跡見学会 3月27日9時30分JR八王子駅改札口前集合、12時30分③江戸城跡見学会 4月17日10時JR東京駅丸の内北口ホール前集合、12時30分、講師・案内はいずれも小幡有氏故郷の城跡巡り愛好会副会長、②③は参加費300円(①②③一括払いの方は千円、交通費は自己負担、申込みは電話で清瀬郷土研究会・岡田☎090・8044・6656へ

自然や人などがおりなす情景写真約100点を展示します。新しい試みもありますのでぜひお越しください。3月27日～4月8日、4月2日は休館日、9時30分～17時30分(3月27日は13時)、郷土博物館、無料、旭が丘写真クラブ・濱田☎090・9674・5081

腎疾患と糖尿病の病態、食事療法などについて、医師や検査技師がお話しします。4月5日13時～14時、医療法人財団織本病院(旭が丘二丁目)、無料、講師Ⅱ腎臓内科 高木由利氏、同院・濱田☎042・491・2121

腎疾患と糖尿病の病態、食事療法などについて、医師や検査技師がお話しします。4月5日13時～14時、医療法人財団織本病院(旭が丘二丁目)、無料、講師Ⅱ腎臓内科 高木由利氏、同院・濱田☎042・491・2121

腎疾患と糖尿病の病態、食事療法などについて、医師や検査技師がお話しします。4月5日13時～14時、医療法人財団織本病院(旭が丘二丁目)、無料、講師Ⅱ腎臓内科 高木由利氏、同院・濱田☎042・491・2121

男女共同参画センター 運営委員会委員

男女共同参画センター(アレック)の運営に市民の意見を活かしていくため、運営について考え、助言・提案を行っていただく委員会(公募の委員と団体推薦の委員12人で構成)の委員を募集します。

対象 市内在住で男女共同参画センターの運営に関心のある方。定員2人

任期 4月1日から2年間(会議は年1回程度)

申込み・問合せ 3月16日までに応募動機を800字程度にまとめ、住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入のうえ、直接窓口または郵送で、〒204-0021元町1-2-11アミュービル4階 男女共同参画センター ☎042・495・7002へ

リハビリテーション利用者

地域生活・社会参加・復職のためにリハビリが必要な方へ、理学療法士が個別にプログラムを作成し、機能訓練(リハビリ)を行います。

対象 18歳から64歳までの方で身体障害者手帳をお持ちの方(定員に空きがあれば、市外在住の方の利用も可)

場所 障害者福祉センター 申込み・問合せ 電話で障害者福祉センター・赤池 ☎042・495・5511へ

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。

場所 シルバー人材センター(松山三丁目) 科目など 下表のとおり 費用 小学生11月6千円、中

学生11科目3千円(中学3年生は4千500円)、テキスト代別

Table with columns: 新学年, 科目, 曜日, 時間(午後). Rows include 4年生, 5年生, 6年生, 1年生, 2年生, 3年生.

自衛官

①幹部候補生(陸・海・空) 対象 一般(大卒)1122~26歳未満の方・一般(院卒)1120~28歳未満の方・歯科1120~30歳未満の方・薬剤科1120~28歳未満の方

一次試験日 5月12日(土)・13日(日) 二次試験日 6月12日(火)~15日(金)のうち1日 申込期間 3月1日(木)~5月1日(火)

②予備自衛官補(一般・技能) 対象 一般118~34歳未満の方・技能118~53歳未満の方

申込期限 4月6日(金)まで ※申込方法や国家免許資格など、詳しくは左記へ。 問合せ 防衛省自衛隊東京地方協力本部国分寺募集案内 ☎042・324・1010

福祉

脳トレ元気塾カラオケと運動で脳トレ

対象 おおむね65歳以上の方。各回先着30~40人

費用 1回200円 ※直接会場へ。日時など詳しくは左記へ。

問合せ 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。

日時 ①3月13日(火)②3月16日(金)いずれも午後2時~4時 場所 ①コミュニティプラザひまわり②竹丘地域市民センター

費用 100円 ※①②とも直接会場へ。 問合せ チームリカサテ・村松 ☎090・5766・0953

よってこカフェinald 認知症に関心のある方ならどなたでも利用できます。 日時 3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、きよせ認知症ケアセンター認知症認定看護師 村上裕二氏による「認知症に関するミニ講話」)

認知症家族ゆりの会

認知症高齢者を介護しているご家族の明日へのエネルギーに繋げていく場所です。

日時 3月28日(水)午後1時30分~3時30分 場所 平野クリニック(松山一丁目)

問合せ 地域包括ケア推進課 地域包括支援センター ☎042・497・2082

福祉法律専門相談

高齢者や障害のある方で生活上お困りの方に、弁護士が無料で相談に応じます。 日時 3月28日(水)午前10時~正午

場所 コミュニティプラザひまわり 申込み・問合せ 電話で権利擁護センターあいのこ ☎042・495・5573へ

生涯学習

シルバー人材センター パソコン教室(4月募集) 1対1の個人レッスン! 講座内容 左表のとおり

Table with columns: 講座内容. Rows include パソコン入門, インターネット&メール, ワード基礎, エクセル基礎, ホームページ作成, デジカメ写真, かんたんブログ, チャリン・年賀状など作成, スマホ入門/ステップアップ

※詳しくは各公共施設にある

スポーツ

みんなでスポーツ やらうよ・清瀬

対象 小学生から高齢者まで 日時 3月24日(土)午後1時30分~4時30分、キッズタイム

場所 市民体育館 申込み・問合せ 電話で健康力UP

健康

中里健やかクラブ オカリナの音色を楽しみながら、唱歌や童謡・懐メロと一緒に歌います。 日時 3月14日(水)午後1時30分~3時30分

場所 中里老人いこいの家 ※直接会場へ。 問合せ 健康づくり推進員・田島 ☎042・492・5779

健康チャレンジ 対象 平成29年度特定健診結果で特定保健指導の対象にな

カントリダンス無料講習会

いつでも元気というように、カントリ音楽に合わせて仲間と一緒に簡単なステップで踊ってみませんか。 3月8日10時~11時、中清戸地域市民センター、無料、清瀬カン

トリライオンダンスステップ・中村 ☎042・492・1583

オヘア鑑賞会

3月11日(金)歌劇「ロミオとジュリエット」、4月8日(日)歌劇「アル・トロヴァトーレ」。日本語字幕付き、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・大島 ☎042・491・0572 K-IYOSIE「学童保育」!! THE!! 談会2018~清瀬の学童保育を語りましょう。 学童保育って? 環境は? 子ども達はどう過ごしているの? 職員はどんな人? など、ざっくばらんに話しましょう! 3月10日14時~16時、男女共同参画センター、無料、清瀬市保育所父母の会連絡協議会・堀川 ☎090・18800・8293

体験してみよう! キラリ! ワークショップ!

キラリライオンストーンキーホルダー作り他。小学生(保護者同伴)・高齢者、障害をお持ちの方(保護者・介助者同伴)など、どなたでも参加できます。 3月18日13時30分、児童センター、無料、申込みは3月14日までに電話で清瀬リボンの会・渡辺 ☎090・2201・4850へ

第32回ふじしま新体操クラブ競技会

幼児から中学生までの70余名がグループ演技でチームカラーを出し、個人演技は自分らしく踊ります。 3月18日13時~16時、下宿地域市民センター、無料、ふじしま新体操クラブ・金子 ☎042・494・2886

卓球混合ダブルス清瀬オープン大会

ペア年齢合計40歳~111歳、13歳~135歳以上、4月1日9時、市民体育館、1千円(連盟会員800円)、申込みは3月10日までに電話で、清瀬市卓球連盟・松沢 ☎042・492・4

その他

乳幼児・義務教育就学児・ひとり親家庭等医療証が使用できない東京都外の医療機関などの受診時に、自己負担した医療費の払い戻し(償還払い)申請には、左記事項が記載された「領収書」(原本)の提出が必要です。領収書に左記事項の記載がない場合は、申請を行う前に医療機関などに必要事項の記載などについてご相談ください。

領収書必須記載事項 ①患者氏名②診療年月日③領収年月日④保険診療総点数または保険診療総金額⑤保険診療一

3月の祝日のびん・かん 3月の祝日(前日が祝日を含む)について、びん・かん収集は通常どおり行います。 収集日 ①3月21日(水)②22日(木)

明治薬科大学市民大学講座「自然と健康を考える」

20歳以上75歳未満の方。定員100人(応募多数の場合は抽選、結果は後日郵送で連絡)。4月~12月7~8・10月を除く。第3日曜9時30分~14時20分、明治薬科大学(野塩二丁目)、無料、申込みは3月15日までに往復はがきに住所・氏名(返信用にも記入)・ふりがな・電話番号・年齢・性別を記入し、〒204-8588野塩2-152-1 明治薬科大学市民大学学習室・小林 ☎042・495・8984へ

市民伝言板利用案内

4月15日号掲載希望の原稿は、3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枚。 問合せ 秘書広報課広報広聴係 ☎042・497・1808 ☎042・491・8600

kouhou@city.kyosei.jp

部負担金額⑥保険診療外金額(ある場合のみ)⑦領収金額⑧入院・外来の別⑨医療機関などの名称・所在地・領収印 問合せ 子育て支援課助成係 ☎042・497・2088

3月の祝日のびん・かん 3月の祝日(前日が祝日を含む)について、びん・かん収集は通常どおり行います。 収集日 ①3月21日(水)②22日(木) 地区 ①元町一丁目、上清戸、中清戸、下清戸、中里五丁目の一部②元町二丁目、中里一・二・三丁目、野塩、梅園 収集品目 びん・かん 問合せ ごみ減量推進課ごみ減量推進係 ☎042・493・3750

第十回特別弔慰金

第十回特別弔慰金の請求期限は平成30年4月2日です。請求期限を過ぎると弔慰金を受ける権利が無くなりますのでお早目にご請求ください。

寄付 寄贈

市(まちづくり)応援基金へ 匿名3件(6万8千円) 市(一般等寄附金)へ 齊藤靖夫様(20万円) 社会福祉協議会へ 齊藤靖夫様(10万円) ありがとうございました。

清瀬市議会 第一回定例会開会

平成30年清瀬市議会第一回定例会は、3月1日(木)から左表のとおり開会中です。

就業支援

若者と企業の交流会DX 対象 29歳以下(学生も参加可)。先着50人 日時 3月26日(月)午前10時～午後4時(受け付けは午前9時30分)

夜間休日納税窓口

夜間納税・納税相談 日時 3月28日(水)・29日(木)午後8時～午後11時 土曜納税・納税相談 日時 3月10日(土)午前9時～正午 日曜納税・納税相談 日時 3月25日(日)午前9時～午後4時

今月の納期

国民健康保険税(第9期) 後期高齢者医療保険料(第9期) 介護保険料(第9期) 4月2日(月)までに納めてください。

今月の子育て支援事業

☑ = 直接会場へ ☒ = 要予約

Table with columns: 事業名, 対象・内容など, 日程, 時間, 場所, 申込み・問合せ. Includes activities like 親子歯みがき教室, 親子歯科健診, 5・6歳児のむし歯予防教室, etc.

今月の健康づくり

☑ = 直接会場へ ☒ = 要予約

Table with columns: 事業名, 対象・内容など, 日程, 時間, 場所, 申込み・問合せ. Includes activities like 卓球・バドミントン, 健康増進室初回利用者トレーニング説明, etc.

※「\*」が付いた教室に参加する際、マシンの利用を希望される場合は、改めて「健康増進室初回利用者トレーニング説明」にご参加ください。

3月の休日診療

Table with columns: 実施日, 内科の緊急患者, 歯科, 担当医. Lists emergency services for March on holidays.

◆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(救急車を呼ぶが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