中小企業退職金共済制度

中小企業の事業主が、従業員の退職金を準備できる国の退職金制度です。国の掛金助成や、税法上の優遇があります。詳しくは「中退共ホームページ」をご覧ください。

問合せ （独）中小企業退職金共済事業本部☎03・6907・1234

育児・介護休業法の改正について

10月1日(日)から、育児・介護休業法が左記の①～③のとおり改正されます。①1歳6か月以降も認可保育園に入所できない場合、育児休業を最長2歳まで延長可能に②子どもが生まれる方などに、育児休業などの制度を個別にお知らせする努力義務の創設③未就学児を養育する労働者のための育児目的休暇を導入する努力義務の創設

問合せ 東京労働局雇用環境・均等部指導課☎03・3512・1611

東京都最低賃金改正

10月1日(日)から、東京都最低賃金が、時間額958円に改正されます。東京都内で働く全ての労働者に適用されます。

問合せ 東京労働局労働基準部賃金課☎03・3512・1614、東京都最低賃金総合相談支援センター☎0120・311・615

「油・断・快適！下水道～下水道に油を流さないで！～」キャンペーン

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。鍋や食器に付いた油は洗う前に拭き取りましょう。この行動が良好な水環境の再生・創造につながります。

キャンペーン期間 10月1日(日)～10月31日(火)

問合せ 東京都下水道局☎03・5320・6515

寄付 寄贈

市（まちづくり応援基金）へ
井波則大様（7千290円）、匿名様2件（1万円）

市（社会福祉基金）へ
東京土建一般労働組合清瀬久留米支部様（3万7千円）、24時間テレビ愛は地球を救うボランティアの会様（3万円）

ありがとうございました。

夜間休日納税窓口 納税にご協力を

■夜間納税・納税相談
日時 10月25日(水)・26日(木)午後8時まで
■土曜納税・納税相談
日時 10月14日(土)午前9時～正午
■日曜納税・納税相談
日時 10月29日(日)午前9時～午後4時
場所 いずれも市役所徴収課窓口
問合せ 徴収課徴収係☎042・497・2045

今月の納期

◆市民税・都民税（第3期）
◆国民健康保険税（第4期）
◆後期高齢者医療保険料（第4期）
◆介護保険料（第4期）
10月31日(火)までに納めてください。

今月の子育て支援事業

直＝直接会場へ　予＝要予約

事業名	対象・内容など	日程	時間	場所	申込み・問合せ
予 親子歯みがき教室	**対象** 満6か月～1歳6か月児とその保護者。先着20人 **内容** 口を開けない子どもの仕上げ磨き方法、虫歯菌感染予防方法・定期健診予約など **持ち物** 母子健康手帳・親と子の歯ブラシ	10月13日(金)・11月10日(金)	午前9時30分～11時30分（受け付けは午前9時から9時30分まで）	健康センター	電話で健康推進課母子保健係☎042・497・2077へ
予 親子歯科健診	**対象** 1歳6か月～3歳児とその保護者 **内容** 歯科健診、自分で磨けるようになる練習、必要に応じたフッ素塗布（無料）など **持ち物** 母子健康手帳・親と子の歯ブラシ・コップ・タオル	月曜日または水曜日 ※詳細は申込み時に案内します。			
予 両親学級	1日目＝お産の話・栄養の話など。2日目＝赤ちゃんのお風呂の入れ方など。 **対象** これからパパ・ママになるご夫婦 **費用** 100円（1日目のみ） **持ち物** 予約時に確認	1日目＝10月20日(金)	午後1時20分～4時		
		2日目＝11月11日(土)	午前9時30分～午後0時30分		
予 ママの時間	**対象** 未就学児を持つ母親 **費用** 50円（お茶代） ※別室で保育あり。	10月25日(水)	午後2時～3時30分（受け付けは午後1時30分～）		
予 カンタン！ワンポイント離乳食	**対象** 原則として第一子で6～11か月の乳児とその保護者。先着20組（保護者のみの参加も可） **費用** 100円（試食費） **持ち物** 母子健康手帳・子どものお出かけグッズ	10月11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		10月2日から電話で健康推進課母子保健係☎042・497・2077へ
予 スマイルベビーきよせ妊婦相談	**対象** 妊娠中の方（20週～36週まで）。先着20人。 **持ち物** 母子健康手帳・子どものお出かけグッズ（保育利用の方のみ） ※上の子の保育あり。先着6人。	10月16日(月)	午後1時30分～3時30分（受け付けは午後1時10分～）		電話で健康推進課母子保健係☎042・497・2077へ
予 スマイルベビーきよせ授乳相談	助産師が授乳相談を受け付けます。 **対象** 産後1か月から6か月までの乳児がいるママ（子どもと一緒に妊婦相談事業への参加が可能な方）先着8組。 **持ち物** 母子健康手帳・子どものお出かけグッズ		授乳相談＝午後1時30分～3時、妊婦相談事業＝午後3時～3時30分（受け付けは午後1時10分～）		
直 1歳児子育て相談会	**対象** 平成28年9月に生まれた幼児と母親	10月27日(金)	午前9時30分～10時45分（受け付け）	児童センター	健康推進課母子保健係☎042・497・2077へ ※清瀬市に転入された方で通知が届かない場合、上記へお問い合わせください。
直 乳幼児健康診査 3～4か月児	平成29年6月に生まれた乳児とその母親	10月10日(火)	午後0時30分～1時30分（受け付け） ※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。	健康センター	
1歳6か月児	平成28年3月に生まれた幼児	10月3日(火)			
3歳児	平成26年9月に生まれた幼児	10月17日(火)			
	※各健診終了後、「子どもの計測日」（2か月～4歳未満対象・午後3時～3時20分受け付け）を実施。当日は持ち物（市ホームページなど参照）をそろえて受け付けをしてください。				
直 新米ママと赤ちゃんの会	**対象** 平成29年6月・7月生まれの赤ちゃんを育てているママ **費用** 500円	10月6日・13日・20日・27日の金曜日	午後1時30分～3時30分	市民活動センター	NPO法人ウイズアイ☎042・452・9765 Mail info@with-ai.net
予 ベテランママの会	**対象** 2人目以降で生後4か月以上の子がいる親 **費用** 500円	10月13日・20日・27日の金曜日	午前10時～正午		
予 パパのベビーマッサージ	**対象** 生後8か月未満の赤ちゃんがいる親 **費用** 1,000円 **持ち物** バスタオル	10月22日(日)	午後1時30分～3時30分	あいあいの家（梅園二丁目）	
予 K－net子育てひろば	親子で自由遊び（出入り自由）。コーヒータイム（参加費50円）あり。 **対象** 0歳～就学前の子どもとその親および子育てに関心のある方	10月13日・27日の金曜日	午前10時～午後2時	男女共同参画センター	NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ☎042・444・4533
直 つどいの広場 ころぽっくる	親子で自由遊び・育児相談など。 **対象** 0歳～就学前の子どもとその親	火曜日を除く毎日	午前10時～午後5時（出入り自由）	児童センター	子ども家庭支援センター☎042・495・7701
野塩		月曜日を除く毎日	午前10時～午後3時（出入り自由）	野塩地域市民センター	NPO法人ウイズアイ☎042・452・9765 Mail info@with-ai.net
野塩出張		祝日を除く月曜日		あいあいの家（梅園二丁目）	
下宿		月曜日を除く毎日		下宿地域市民センター	
竹丘		月曜日・祝日を除く毎日		竹丘地域市民センター	NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ☎042・444・4533
元町				清瀬けやきホール	

今月の健康づくり

直＝直接会場へ　予＝要予約

事業名	対象・内容など	日程	時間	場所	申込み・問合せ
予 直 一般開放 ①卓球 ②バドミントン	小学生以上（小学生は保護者同伴）。先着①12組 ②3組 **費用** おとな100円・中学生以下50円 **持ち物** 体育館履き・ラケット・ボール・シャトルなど	10月14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	下宿地域市民センター☎042・493・4033 ※②は当日午前8時30分から要電話予約。
グラウンドゴルフ	18歳以上の方。定員80人 ※道具の貸し出しあり。	10月14日・21日の土曜日	午前9時30分～11時30分	下宿運動公園広場	
直 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	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） いずれも15分前までに会場へ	健康推進課健康推進係☎042・497・2075
直 ストレッチ体操＊	18歳以上の方	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		
直 みんなで楽しくエクササイズ＊	18歳以上の方 パンチ＆キック体操	10月1日(日)・21日(土)	土曜日＝午後3時～4時 日曜日＝午前10時～11時		
	イージーダンササイズ	10月14日(土)・29日(日)			
	筋力アップ体操	10月7日(土)・15日(日)			
	ゆるトレ	10月8日(日)・22日(日)			
	太極拳	10月28日(土)			
直 夜間エクササイズ＊	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		
予 健康・体力度テスト	18歳以上の方。先着5人 体力年齢などの確認や運動のアドバイス。	10月3日(火)・17日(火)	午後7時～		前日までに電話で健康推進課健康推進係☎042・497・2075へ
		10月8日(日)・22日(日)	午後3時～		

費用 300円（健康増進室利用料）
持ち物 室内シューズ・運動できる服装・タオル・飲み物

※「＊」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。

10月の休日診療

実施日	内科の緊急患者 午前9時～午後5時	内科の緊急患者 午後5時～翌日の午前9時	歯科 午前9時30分～午後5時	歯科 担当医
1日	花園医院 松山3-5-14☎042・491・0315	※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。	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（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）	筒井（晃）医師
8日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7☎042・491・2217	旭が丘1-26-1☎042・491・2121 織本病院		畑医師
9日	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15☎042・410・0001			中山医師
15日	川辺内科クリニック 竹丘2-1-3☎042・496・3311			島崎医師
22日	清瀬診療所 元町1-13-27☎042・493・2727	野塩1-328☎042・491・0706 山本病院		松本医師
29日	杉本医院 元町2-7-1☎042・492・1199			福田医師

◆**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