

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)  
3月31日(金)までに納めてください。

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 3月29日(水)・30日(木)午後8時まで  
■土曜納税・納税相談  
日時 3月11日(土)午前9時～正午  
■日曜納税・納税相談  
日時 3月26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 ☎497・2045

停電検査による  
クレア市営駐車場の  
入出庫制限

年に1度行われるクレアビルの停電検査に伴い、左記の期間にクレア市営駐車場が入出庫できなくなります。  
ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。  
期間 3月9日(木)午後11時～3月10日(金)午前7時(前後する場合があります)  
問合せ 停電検査に関して  
清瀬都市開発株式会社 ☎495・3300、この記事に関して  
道路交通課交通安全係 ☎497・2096

職業訓練生徒(4月入校)

都立多摩職業能力開発センターでは、平成29年4月入校生の追加募集を行います。  
募集期間 3月10日(金)まで  
募集科目 都立多摩職業能力開発センターⅡ計測制御システム科・精密加工科・機械組立技術科など9科目  
※科目により、訓練期間・応募条件・定員が異なります。  
詳しくは左記へ。  
問合せ 都立多摩職業能力開発センター ☎042・500・8700

寄付 寄贈

市(まちづくり応援基金へ)  
平野智一様(1万11円)、  
匿名様2件(1万5千円)  
ありがとうございました。

問合せ 議会事務局議事係 ☎497・2567

清瀬市議会  
第1回定例会開会

平成29年清瀬市議会第1回定例会は、2月28日(火)から左表のとおり開会中です。ぜひ傍聴にお越しください。

| 日     | 内容              |
|-------|-----------------|
| 2(木)  | 本会議(代表・一般質問)    |
| 3(金)  | 本会議(一般質問)       |
| 6(月)  | 本会議(一般質問)       |
| 8(水)  | 予算特別委員会(予算概要説明) |
| 9(木)  | 予算特別委員会         |
| 10(金) | 総務文教常任委員会       |
| 14(火) | 福祉保健常任委員会       |
| 15(水) | 建設環境常任委員会       |
| 16(木) | 議会運営委員会         |
| 28(火) | 本会議(最終日)        |

※時間は、3月6日(月)の予算特別委員会(本会議終了後)・議会運営委員会(午後2時)を除き、いずれも午前10時からです。

今月の子育て支援事業

=直接会場へ  
=要予約

| 事業名                   | 対象・内容など                                                                                                                 | 日程                                                          | 時間                                                           | 場所                                                                            | 申込み・問合せ                                                                                            |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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<br>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<br>持ち物 母子健康手帳・親と子の歯ブラシ・コップ・タオル                    | 3月10日(金)・4月7日(金)                                            | 午前9時30分～11時30分(受け付けは午前9時30分まで)                               |                                                                               |                                                                                                    |
| 親子歯科健診                | 対象 1歳6か月～3歳児とその保護者<br>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<br>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<br>※詳細は申込み時に案内します。                                |                                                              |                                                                               | 電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077へ                                                                         |
| ママの時間                 | 育児の悩みなど、子どもと離れお母さん同士で話ませんか。<br>対象 未就学児を持つ母親<br>費用 50円(お茶代)<br>※保育あり。                                                    | 3月15日(水)                                                    | 午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分～)                                    |                                                                               |                                                                                                    |
| 乳幼児救急講座               | AEDの使い方など、子どもの応急処置を学びます。<br>対象 3歳くらいまでの乳幼児の保護者・妊娠中の方。先着25人<br>持ち物 東京防災(お持ちの方)・母子健康手帳・子どものお出かけグッズ                        | 3月17日(金)                                                    | 午後1時30分～3時30分                                                | 健康センター                                                                        |                                                                                                    |
| カンタン!ワンポイント離乳食        | 栄養士による離乳食の調理実演と試食、相談を行います。<br>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)<br>費用 100円(試食実演費)<br>持ち物 母子健康手帳・子どものお出かけグッズ | 3月15日(水)                                                    | 6～8か月＝午前10時～11時30分<br>9～11か月＝午前10時45分～正午                     |                                                                               | 3月1日(水)から電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077へ                                                                |
| 離乳食から幼児食へのステップアップレッスン | 子どもの食べやすい幼児食の調理実演と試食・相談を行います<br>対象 1歳～1歳6か月の子どもの保護者。先着15組<br>費用 100円(試食実演費)<br>持ち物 母子健康手帳・子どものお出かけグッズ                   | 3月16日(木)                                                    | 午前10時～正午                                                     |                                                                               |                                                                                                    |
| 乳幼児健康診査               | 3～4か月児 平成28年11月に生まれた乳児とその母親<br>1歳6か月児 平成27年8月に生まれた幼児<br>3歳児 平成26年2月に生まれた幼児                                              | 3月14日(火)<br>3月7日(火)<br>3月21日(火)                             | 午後0時30分～1時30分(受け付け)<br>※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。 |                                                                               | 健康推進課保健サービス係 ☎497・2077へ<br>※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。                                    |
| 新米ママと赤ちゃんの会           | 地域で子育てする仲間を作りましょう。<br>対象 生後3か月前後の子どもの親。先着15組<br>費用 500円                                                                 | 3月3日・10日・17日・24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 ☎452・9765<br>info@with-ai.net                                                           |
| 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임(参加費50円)あり。<br>対象 0歳～就学前の子どもの親および子育てに関心のある方                                                        | 3月10日(金)                                                    | 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 ☎444・4533                                                                      |
| つどいの広場                | 親子で自由遊び・育児相談など。<br>対象 0歳～就学前の子どもの親                                                                                      | 火曜日を除く毎日<br>月曜日を除く毎日<br>祝日を除く月曜日<br>月曜日を除く毎日<br>月曜日・祝日を除く毎日 | 午前10時～午後3時(出入り自由)                                            | 児童センター<br>野塩地域市民センター<br>あいあいの家(梅園二丁目)<br>下宿地域市民センター<br>竹丘地域市民センター<br>清瀬けやきホール | 子ども家庭支援センター ☎495・7701<br>NPO法人ウイズアイ ☎452・9765<br>info@with-ai.net<br>NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎444・4533 |

今月の健康づくり

=直接会場へ  
=要予約

| 事業名                | 対象・内容など                                                                        | 日程                                                                          | 時間                           | 場所                                | 申込み・問合せ                                      |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------|
| ①卓球<br>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<br>費用 おとな100円・中学生以下50円<br>持ち物 体育館履き・ラケット・ボール・シャトルなど | 3月18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 ☎493・4033<br>※②は当日午前8時30分から要電話予約。 |
| 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)                                 |                              |                                   |                                              |
| 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       |                                   |                                              |
| みんなで楽しくエクササイズ*     | 18歳以上の方<br>パンチ&キック体操<br>イージーダンスサイズ<br>筋力アップ体操<br>ゆるトレ<br>太極拳<br>バランスアップ体操      | 3月12日(日)・25日(土)<br>3月11日(土)・26日(日)<br>3月5日(日)・18日(土)<br>3月19日(日)<br>3月4日(土) | 土曜日は午後3時～4時<br>日曜日は午前10時～11時 | 健康増進室(健康センター3階)<br>いずれも15分前までに会場へ | 健康推進課健康推進係 ☎497・2075                         |
| 夜間エクササイズ*          |                                                                                | 毎週水・金曜日                                                                     | 午後7時30分～8時30分                |                                   |                                              |
| 健康・体力度テスト          | 18歳以上の方。先着5人<br>体力年齢などの確認や運動のアドバイス。                                            | 3月7日(火)・21日(火)<br>3月12日(日)・26日(日)                                           | 午後7時～<br>午後3時～               |                                   | 前日までに電話で健康推進課健康推進係 ☎497・2075へ                |

※「\*」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

| 実施日 | 内科                                    |                                   | 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      |
| 5日  | 宇都宮病院<br>元町1-4-41 ☎491・0103           | 旭が織01・7野・山本病院<br>21・61・328 ☎491・0 | 30分(受付時間)     | 和気 医師    |
| 12日 | 清瀬リハビリテーション病院<br>竹丘3-3-33 ☎493・6111   | 中島病院<br>11・261 ☎491・              | 1動セ2・6・10(市活) | 柏原(雄) 医師 |
| 19日 | 元町1-3-45 ☎495・6727                    |                                   |               | 筒井(大) 医師 |
| 20日 | とみまつ小児科循環器クリニック<br>元町1-1-14 ☎497・3456 |                                   |               | 天川 医師    |
| 26日 | 廣橋小児科・内科医院<br>元町1-5-3 ☎493・7400       |                                   |               | 乾 医師     |

- ◆24時間電話で聞ける医療機関案内
- 清瀬消防署 ☎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20分 ☎042・461・1535