

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 4月27日(水)・28日(木)午後8時まで  
**■土曜納税・納税相談**  
 日時 4月9日(土)午前9時～正午  
**■日曜納税・納税相談**  
 日時 4月24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

◆小規模型通所介護を地域密着型に移行（4月から）  
利用定員が18人以下の小規模の通所介護の事業所について、地域密着型サービスに移行します。地域密着型サービスは、市が事業所指定などを行います。

※移行にあたって新たな申請・手続きなどは不要です。

◆特定入所者介護（予防）サービス費（負担限度額）の見直し（8月から）  
特定入所者介護（予防）サー

名様2件（1万円）  
市（緑地保全基金）  
ボランティアきよせびと様（8万7千365円）、川づくり・清瀬の会様（2万5千436円）、東京清瀬ライオンズクラブ様（1万2千251円）、清酒きよせの会様（7千303円）、きよせの自然を守る会様（4千403円）、清瀬ひまわりボランティア一同様（2千961円）、清瀬市緑地保全協力団体様（483円）、匿名様2件（1万1千円）  
ありがとうございます。

平成28年4月から  
介護保険制度が  
改正されました

4月下旬に申請書などを送付する予定です。市では専用ダイヤル☎0120・999・334（平日午前9時～午後5時）を設置しました。また厚生労働省でも専用ダイヤル☎0570・037・192（平日午前9時～午後6時）を設置していますのでご利用ください。

問合せ 地域包括ケア推進課  
福祉総務係 ☎497・2056

**対象** 平成27年度臨時福祉給  
 付金の支給要件を満たす方で  
 昭和27年4月1日以前生まれ  
 の方  
**支給額** 1人に付き3万円  
 (支給は1回限り)  
 ※該当する可能性のある方

年金生活者等臨時  
福祉給付金（高齢  
者向け）について

ビス費の受給要件のうち、利用者負担第2段階と第3段階を区分する年金収入において、新たに非課税年金（遺族年金・障害年金）を収入として算定します。

問合せ 高齢支援課介護サ  
ビス係 ☎ 497・2080

東京しごとセン  
ター多摩就業支援

—ミドルのための再就職支援講座

対象 30歳（54歳。先着50人）  
日時 4月20日（水）午後1時（

5時  
場所 東京しごとセンター多

摩(国分寺市南町三丁目)  
申込み・問合せ 電話で東

329 京しことセンター多摩 04・  
・4524へ

寄付  
寄贈

市（まちづくり応援基金）へ

名様2件(1万円)

ボランティアきよせびと様

清瀬の会様（2万5千436円）、

(1万2千251円)、清酒きよ

せの自然を守る会様（4千403

イア一同様(2千961円)、清

円)、匿名様2件(1万1千円)ありがとうございまして。

・納税相談

・納税相談

・納税相談  
24日)午前9時～午後4時

れも市役所徴収課窓口  
収課徴収係 ☎ 497・2045

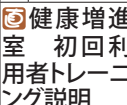
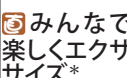
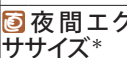
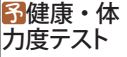
## 👨👩👧👦 今月の子育て支援事業 🍼

予=要予約  
直=直接会場へ

| 事業名                                                                               |                                                                                     | 対 象・内容など                                                                                                                                                   | 日 程                                                                                      | 時 間                                      | 場 所                                                            | 申込み<br>・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、虫歯菌感染予防法など<br>持ち物 母子健康手帳・親と子の歯ブラシ                                                                     | 4月<br>8日(金)<br>・5月<br>13日(金)                                                             | 午前9時30分(まで受け付け)<br>～11時30分               | 健康センター                                                         | 電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077 へ                    |
|                                                                                   |    | 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する練習、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 | 月曜日または水曜日<br>※詳細は申込時に案内します。              |                                                                |                                                |
|  | 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しませんか。<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。                                                                                     | 4月<br>27日(水)                                                                             | 午後2時～3時30分<br>(受け付けは午後1時30分～)            |                                                                | 4月1日から電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077 へ              |
|  | 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1子で6～11か月の乳児とその保護者。先着20組<br>費用 100 円(試食実演費)<br>※保護者のみの参加も可。                                                         | 4月<br>13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 |                                                                | 4月1日から28日までに直接窓口または電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077 へ |
|  | きらきらママの元気を応援講座(全3回)                                                                 | ①体組成やストレス度のチェックなど②気軽にできるヨガ体験③栄養ランチ試食、先着 20 組。<br>対象 市内在住で子育て中であり、3回連続で参加できる方。<br>費用 400 円(③のみ、試食費)<br>持ち物 母子手帳、子どものお出掛けグッズ<br>※保育あり・先着 20 人。(生後4か月～未就学時まで) | ① 5 月 16 日(月)<br>② 7 月 4 日(月)<br>③ 9 月 8 日(木)                                            | 午前10時～正午(ただし③は正午～午後2時)                   |                                                                |                                                |
|  | 骨粗しょう症予防教室                                                                          | 骨密度測定、健康・栄養相談などを行います。先着 80 人(午前 40 人・午後 40 人)<br>対象 市内在住の 18 歳以上で、1 年以内に骨密度測定や骨粗しょう症の治療を受けていない方<br>持ち物 健康手帳<br>※ストッキング不可。                                  | 4月25日(月)                                                                                 | 午前9時30分～11時30分<br>午後1時～3時                |                                                                | 4月1日から電話で健康推進課保健サービス係 ☎497・2077 へ              |
|  | 3～4か月児                                                                              | 平成 27 年 12 月に生まれた乳児とその母親                                                                                                                                   | 4月<br>12日(火)                                                                             | 午後 0 時 30 分～1 時 30 分(受け付け)               | 健康推進課保健サービス係 ☎497・2077 へ<br>※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。 |                                                |
|                                                                                   | 1歳6か月児                                                                              | 平成 26 年 9 月に生まれた幼児                                                                                                                                         | 4月<br>5日(火)                                                                              | ※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。    |                                                                |                                                |
|                                                                                   | 3歳児                                                                                 | 平成 25 年 3 月に生まれた幼児                                                                                                                                         | 4月<br>19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(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。 |                                                                                                                                                            |                                                                                          |                                          |                                                                |                                                |
|  | K-net子育てひろば                                                                         | 親子で自由遊び・読み聞かせ・手遊び。(出入り自由)<br>対象 0歳～就学前の子どもと親及び子育てに関心のある方                                                                                                   | 4月<br>15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                |
|  | ころぼっくる                                                                              | 親子で自由遊び・育児相談など。<br>対象 0歳～就学前の子どもとその親                                                                                                                       | 火曜日を除く毎日                                                                                 | 午前10時～午後3時(出入り自由)                        | 児童センター                                                         | 子ども家庭支援センター ☎495・7701                          |
|                                                                                   | 野塩                                                                                  |                                                                                                                                                            | 月曜日を除く毎日                                                                                 |                                          | 野塩地域市民センター                                                     | NPO 法人 ウイズアイ ☎452・9765<br>info@with-ai.net へ   |
|                                                                                   | 野塩出張                                                                                |                                                                                                                                                            | 祝日を除く月曜日                                                                                 |                                          | 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                                                     | NPO 法人 子育てネットワーク・ピッコロ ☎444・4533                |
|                                                                                   | 竹丘                                                                                  |                                                                                                                                                            | 月曜日・祝日を除く毎日                                                                              |                                          | 竹丘地域市民センター                                                     |                                                |
|                                                                                   | 元町                                                                                  |                                                                                                                                                            |                                                                                          |                                          | 清瀬けやきホール                                                       |                                                |

 **今月の健康づくり** 

予=要予約  
直=直接会場へ

| 事業名                                                                                   |                           | 対 象 ・ 内 容 など                                                                                    |                                                         | 日 程                                                                                                              | 時 間                                                   | 場 所                                       | 申込み<br>・ 問合せ                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|  | ①卓球<br>②バドミントン<br>③インディアカ | 小学生以上（小学生は保護者同伴）。① 12 組 ②③各 3 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 |                                                         | 4 月 16 日 (土)                                                                                                     | 午前 9 時 30 分 ～<br>・ 午後 1 時 ～<br>・ 午後 3 時 ～<br>(各 2 時間) | 市民体育館                                     | 下宿地域<br>市民センター ☎ 493 ・ 4033<br>※ ②③ 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<br>※ 道 具 貸 し 出 し あり。                                                    |                                                         | 4 月 16 日 (土)                                                                                                     | 午前 9 時 30 分 ～ 11 時 30 分                               | 公園広運動場                                    |                                                                   |
|  |                           | 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）<br><br>いずれも 15 分前までに会場へ | 健康推進課<br>健康推進係 ☎ 497 ・ 2075                                       |
|                                                                                       |                           |                                                                                                 |                                                         | 毎週水曜日                                                                                                            | 午前 11 時 ～ 11 時 30 分                                   |                                           |                                                                   |
|  |                           | 18 歳 以 上 の 方                                                                                    | 費用 300 円（健康増進室利用料）<br>持ち物 室内シューズ ・ 運動しやすい服装 ・ タオル ・ 飲み物 | 毎週木曜日                                                                                                            | 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                |                                           |                                                                   |
|  |                           | 18 歳 以 上 の 方                                                                                    | 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            | 4 月 3 日 (日) ・ 23 日 (土)<br>4 月 2 日 (土) ・ 24 日 (日)<br>4 月 10 日 (日) ・ 16 日 (土)<br>4 月 9 日 (土) ・ 30 日 (土) ・ 17 日 (日) | 土曜日 = 午後 3 時 ～ 4 時<br>日曜日 = 午前 10 時 ～ 11 時            |                                           |                                                                   |
|  |                           |                                                                                                 | 30 分エクササイズ                                              | 毎週水 ・ 金曜日                                                                                                        | 午後 7 時 30 分 ～ 8 時                                     |                                           |                                                                   |
|  |                           | 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 。<br><br>費用 200 円                     |                                                         | 4 月 5 日 (火) ・ 19 日 (火)<br>4 月 10 日 (日) ・ 24 日 (日)                                                                | 午後 7 時 ～<br>午後 3 時 ～                                  |                                           |                                                                   |

※「\*」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。

## 4月の休日診療

| 実施日  | 内 科                                     |                                                                                                      | 歯 科                                                                              |          | 担 当 医 |
|------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|
|      | 午前 9 時～午後 5 時                           | 午後 5 時<br>～翌日の午前 9 時                                                                                 | 午前 9 時 30 分<br>～午後 5 時                                                           |          |       |
| 3 日  | 花園医院<br>松山 3-5-14 ☎ 491・0315            | ※緊急時は随時受け付けします。<br>必ず事前に電話をお願いします。<br>・山本病院<br>・野塩 1・328 ☎ 491・0706<br>・織本病院<br>旭が丘 1・261 ☎ 491・2121 | 清瀬休日歯科応急センター（清瀬市<br>上瀬戸 2・6・10（市民活動セ<br>ンター内） ☎ 491・8611（受付時間<br>は午後 4 時 30 分まで） | 大西<br>医師 |       |
| 10 日 | 清瀬リハビリテーション病院<br>竹丘 3-3-33 ☎ 493・6111   |                                                                                                      | 小幡<br>医師                                                                         |          |       |
| 17 日 | 井上内科クリニック<br>松山 1-11-21 ☎ 493・3102      |                                                                                                      | 加藤<br>医師                                                                         |          |       |
| 24 日 | 清瀬博済堂クリニック<br>竹丘 2-15-15 ☎ 410・0001     |                                                                                                      | 柏原<br>（達）<br>医師                                                                  |          |       |
| 29 日 | とみまつ小児科循環器クリニック<br>元町 1-1-14 ☎ 497・3456 |                                                                                                      | 畑<br>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う場合）☎ # 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