(市報 No.1209 平成28年(2016年)

毎月1日・15日発行

手をつなぎ 心をつむぐ みどりの清瀬

今号の主な内容

市民ルポルタージュ「清瀬駅~外気舎記念館を歩く」 …2面

大雪に備えて早めの対策を

コラム「消費生活相談の現場から」「地域のキズナ」… 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「i 広報紙」ダウンロードはこちら⇒ 回送を禁む

発行/清瀬市/編集/企画部秘書広報課/所在地/〒204-8511 東京都清瀬市中里五丁目842/電話/042-492-5111(代表)// ファクス/042-492-2415///メール/kouhou@city.kiyose.lg.jp/ URL // http://www.city.kiyose.lg.jp/



林亮太 作品展 郷土博物館企画展

かげり

2月11日附~28日间午前9時~午後5時(月曜休館・入場無料)

色鉛筆のみで描かれた、林亮太氏の風景画。その独特の光 と影のコントラストによる表現は、見る者に驚きと感動を与 えます。

平成27年11月に設立30周年を迎えた郷土博物館が、満 を持してお送りする特別な企画展です。清瀬ののどかな街並 みや、普段から見慣れた、街の風景などの作品も数点出品さ れます。ぜひご来場ください。

問合せ 郷土博物館☎ 493・8585

清瀬市を題材にした主な作品(展示予定)



清瀬市台田の杜 冬の音



秋空 清瀬市上清戸

<林亮太氏のコメント>

清瀬市には住んだことはありま せんが、昔から買い物やちょっと した用事があり訪れることの多い 場所です。

武蔵野の自然を残しながら、歴 史ある邸宅と新興住宅地そして農 地が混在する空間は、風景画家の 私にとって題材に事欠きません。

少し歩くだけで魅力的な景色が 目に映りますが、その景観の中に 存在する郷土博物館ギャラリーで 展覧会を開けることは望外の幸せ です。今回の展覧会のために新た に清瀬市の風景を数枚描き起こし ました。

ぜひ皆さんも清瀬の魅力を再発 見していただければと思います。

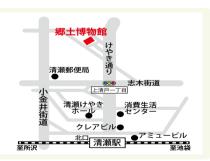


林 亮太 氏

1961年11月1日生まれ、 業。1995 年よりグラフィックデ ザイナー・イラストレーターとし て音楽業界・学校教育関係を中心

に活動している。 光の明暗を巧みに表現し、色 鉛筆だけで写真以上にリアルに 描く技法は他に類がなく、2014 年にはアメリカの色鉛筆専門誌 「COLORED PENCIL Magazine」に ピックアップア 特集された。

◆林亮太 作品展 「光と彩 陰に影」概要◆ 日時 2月11日(木)~28日(印)午前9 時~午後5時(月曜休館·入場無料) 場所 郷土博物館(右図参照) ※直接会場へ。駐車場に限りがあり ますので、公共交通機関をご利用く ださい。



業 関 連 事

●関連事業その1<絵画教室「はじめての色鉛筆画」>

林亮太氏を講師に迎え、実際に色鉛筆画を描きます。観察の目、描き 方の指導を受けると、初めての方でも驚くほど上手に描けます。

対象 市内在住の 18 歳以上の方。各回先着 10 人(参加は 1 人に付き 1回のみ)

日時 2月14日(日)・28日(日)のいずれも午後1時30分~3時30分 持ち物 油性色鉛筆 12 色セット・A 4 画用紙 1 枚・鉛筆 (2 B)・消し ゴム

●関連事業その2<作者と共に絵を観る会>

林亮太氏による展示作品の見どころや解説。観察の目・独自の技法・ 超リアルの絵が完成するまでのプロセスを知ることができます。先着 30人。

日時 2月21日(日)午後1時30分~3時

申込み 関連事業その2は直接会場へ。関連事業その1は2月2日午前 9時から電話で郷土博物館☎ 493・8585 へ

※関連事業その1・2とも参加費無料。

と「石田波郷」の句碑が建って 園を、しばし思い出しながら進む

平成25年9月に生誕10年

あります。

清瀬駅南口から中央公園を経由し、東京病院敷地内にある外気舎記念館までの道のり(約 2.5⁺。)を歩きました。

結核療養所「東京府立清瀬病院 村だった清瀬村に東京府が初めて 病であったころ、

昭和6年に無医 結核が死に至る

碑誌によると、

りと建っていました。

入り口左手に、

その碑はひっそ

国立看護大学校」を望む公園

全国からの入院患者数は多い時に 公私立15の療養所・研究所となり されています。それは、やがて国 を開設したのが、この場所だと記 このことから、

気舎記念館を歩

~草木瓜や故郷のごとき療養所~

立されたと記されています。 を記念し、有志の方々によって造

晴れやかな気持ち

一碑~ここに

昭和を代表する俳人「石田波郷」の一句です。結核を患い、 清瀬での療養生活の中で詠まれました。結核が不治の病といわ れていた時代に、この地で何を憩い、何を感じていたのでしょ

当時の様子に想いを馳せながら、結核医療ゆかりの地を巡り ました。

> 壇と名誉市民・澄川喜一氏の作品 てきました。公園内には大きな花

平和の塔」があります。

子どもが小さなころに通った公

山本美香 さん

ら秋津方向に向 清瀬駅南口か

かってスタート 歩いている 電車を楽し 線路伝い

中央公園にある平和の塔(右)と石田

痛感させられます。先人の方々に 私たちは恵まれた環境にいるかを

「傷痍軍人東京療養所」として創

昭和14年

館

昭和37年に「国立療養所清

感謝しながら公園を後にしま

清瀬駅から中央公園

療の聖地」と呼ばれるようになっ

当時のことを考えると、

いかに

京病院方面 瀬小児病院跡 地

そうに眺める親子、

路地裏の猫…

駐在所前を右折すると、左手に

次に中央公園が見え

のどかな光景が広がります。



「ここに清瀬病院あ りき」と記された碑

年に現在の「独立行政法人国立病

院機構東京病院」となりました。

敷地内の小道を奥へと進むと、

と同病院)」と統合され、

を入っていくと左手に「清瀬小児 合医療センター」に統合された ちらは、平成22年に「都立小児総 病院」の跡地が見えてきます。こ 寂しげに立つ姿が印象的でし 23年) は小児専門の結核保養所 清瀬第六小学校」の前の小 当時の悲しみを知るアカマツ 閉院しました。 空き地となった 開設当初 (昭 るそうで、

に新病棟が建設された「救世軍 変わったこの建物を見上げると胸 3年前の取材の記憶(平成25年 が当時の様子を話してくださった 開設されました。院長・看護部 清瀬寮養園」として、 月1日号)がよみがえります。 75年もの時を超え、新しい姿に 小道を抜けると、平成27年9 」があります。 結核療養所「救世軍 。この救世 昭和14年に 軍

夕日に照らされた アカマツ

だと強く感 じました。 上夫が必要

材

けています。

古都を巡るツアーに参加

住民登録のある方。

見えてくるものは大きい」 をつぶって、その当時の出来事や 歴史を想像してごらん。そこから が忘れられません。 た際に聞いた、ある講師の言葉 いくら文明が発達しても、

共済期間

4月1日金~平成29年

交通遺児 年金

年金額は、遺児1人に付ていた、中学生以下の子会員が交通災害で死亡。

に付き年額10万2千円、小ます。 か子どもがいる場合、中学修了年限の子どもがいる場合、中学修了年限化した時、会員と生計を同じくし

限し

行

就学のため市外に転出している方

3月31日金

自然あふれる清瀬の景色に癒され オーキングに出掛けてみませんか。 いたのでしょうか。 石田波郷や結核患者の方々も、 皆さんも一味違ったウ

見舞い金額など

下表のとおり

(人身) 証明書が必要です。

見舞金の請求には、

交通事

故

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)

死亡(交通災 害を受けた日

から1年以内)

重度の後遺障

害(交通災害を受けた日か

ら1年以内)

入 院 日数 30 日以上の傷害

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

実治療日数 10日以上30 日未満の傷害

実治療日数10 日未満の傷害 万円

3

現在加入している方も、

平成

円・Bコース年額50円

(おとな

見舞い金額

コース コース

300

200

万円

万円

万円

万円

В

150

万円

100 万円

16

万円

6

万円

万円

万円

子ども共通で1人1口)

会費 1人当たりAコース年額

植えられた桜が見事な花を咲かせ 棟あったなかの1棟だそうです。 結核治療は自然療法(大気・安静 反対側には「桜の園」があります である「外気舎記念館」がありま 栄養)が主流でした。当時、 木製ベッドがポツンと2台 患者の軽作業療法として 4畳半位の小さな小屋。 希望を生み出す場所でも

化させない

の場所を風

外気舎記念館

各種大会で優秀な成績を収めた方・団 体を紹介します。

会 で 越

今回の最終目的地、

療養所の名残

11月22日、ALSOK ぐんま総合スポ -ツセンター(群馬県前橋市関根町)で 開催されたインディアカの関東甲信越大 -パーシニア 60 歳以上女子の部 門) において、都大会で優勝し、 - ムとして出場した清瀬市インデ ィアカ協会の「スマイルチーム」が準優



ーム」の皆さんを果たした「スマイルチ関東甲信越大会で準優勝

勝を果たしました。スマイルチームの皆さんからは、「他県との交流も図り ながら大会を楽しみました」と、喜びのコメントをいただきました。

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。

多摩六都リレーマラソンが開催されました

12月23日、都立小金井公園(小 注井市関野町一丁目)において、 ●一般の部 がんばロード、OHANA、ぱ 金井市関野町一丁目)において、 多摩六都リレーマラソンが開催さ 多摩ハ都リレーマブソンが開催さんだチーム、チームパリオ、 れました。清瀬市からは一般の部 まや☆いっき☆ゆい@1年 に7チーム、職場の部に3チーム 生、デイクオフ、ラジオ体操 に7チーム、職場の部に3チーム が参加し、一般の部参加の「がん **●職場の部** ばロード」が、47 チーム中第3位 **偉大なる関さん同好会、はし** れキボウエン、清瀬療護園 に入賞しました。



小金井公園を走る参

「まちかどニュース」「がんばりすと」への投稿を募集中!

応募方法 1日号・15日号ともに掲載希望号の1か月前(いずれも必着)までに、 写真(データが望ましい)に説明(いずれも150字程度)を添えて、住所・氏名・ 電話番号を記入し、直接または郵送、メールで秘書広報課広報広聴係四497・ 1808 ^

災

通

共

平成28年度の交通災害共済 済

員と生計を同じくしている方で、 ょこっと共済」の申込みを受け付 共済期間の開始日に 会 ち 添えて、 年度分は改め りそな・三井 所(市役所内 項を記入し、 ※申込みは、 りそな銀行清 加入申込書に 申 妄・みず! 込みがど Ψ̈́ 野 がほ銀

希望コースの会費を **|瀬支店派出** 塩出張所、 必要です 同 0) 合せ

梅信用金庫の各秋津支店へ。 西 東京みら 京 東京都民銀 能 信用金庫

串 込 み 各清瀬支店、 各清瀬支店、 組合清瀬支店、 を 付

Ф

道路交通課交通安全係

い農業協

大雪に備えて



※ 早めの対策を

この冬は、過去最強ともいわれるエルニーニョ現象の影響で、年明 けに4月上旬並みの気温を記録するなど、「暖冬」といわれています。 暖冬と大雪は無縁と思われがちですが、暖冬の場合でも気圧配置の 影響などにより、局地的な大雪になる可能性があります。 1月 18日 には東京にも雪が降り、市民生活に影響を及ぼしました。

今一度、大雪が降った時の対策を確認しておきましょう

問合せ 防災防犯課防災係☎ 497・1847



市民生活に影響を及ぼした1月18日の大雪

時における市の

◆大雪が降るまで

雪に関する特段の態勢を取る必要があると判断した場 合、雪が降る前から危機管理室を立ち上げ、情報収集・ 関係機関の対応方針の事前確認や、関係機関との調整な どを行います。対応方針などは、市ホームページ・ツイ ッター・フェイスブックを通してお知らせします。

◆大雪となった場合

危機管理室において特別な警戒態勢を取り、早急に対 応が必要な事案が発生した場合に備えます。

具体的には一昨年までの大雪の経験を踏まえ、車や歩 行者の利用が多い道路や坂道などの除雪を優先して行う 予定です。また、除雪用機材の確保のため、建設関係事 業者や運搬車両・機材リース会社などと締結した災害時 応援協定に基づく協力要請も併せて行います。

力

市では、降雪対策として坂道や人通りが多い駅周辺な どの市道の除雪作業を行っています。短期間で一斉に道 路の除雪作業をすることは難しいため、自宅や店舗の前 の道路部分の除雪に、皆さんのご協力をお願いします。 問合せ 道路交通課道路施設係☎ 497・2095

大雪が予想された・降った場合の注意点

◆ 情 報 を 得 て、 早 め の 備 え を

天気予報で情 報を入手し、大 雪の可能性があ る場合は食料品



や医薬品、燃料などをあらかじめ 購入しておき、不要な外出を避け ましょう。

◆バイクや自転車を運転しない

道路が滑りや すく大変危険な ので、雪道での バイクや自転車

の運転はやめましょう。

また、自動車を運転する際はチ ェーンやスタッドレスなどの冬用 タイヤを必ず使用してください。

◆除雪作業中の事故に注意!

除雪作業中の 転倒や雪で覆わ れた側溝に気付 かずに落下する



り込むように指っ

示する電気

などの事故が発生しています。 除雪作業は一人で行わず、家族 や近隣の方と行いましょう。

◆時間に余裕を持った行動を

公共交通機関 に運休や遅延が 発生する可能性 があります。



運行状況などの情報を入手し、 時間に余裕を持って行動しましょ

◆正しい服装・歩き方を心掛けよう

雪道や水にぬれ た床での転倒事故 が発生していま す。底が滑らかな

靴やヒールの高い靴は避け、歩幅 を小さくし、膝を少し曲げて足裏 全体で着地するように歩きましょ う。また、ポケットからは手を出 して歩いてください。

◆農作物のパイプハウスへの対策を

雪の重みで、 農作物のパイプ ハウスに被害が 出る場合があり



必要な補強をするなどの対策を 行いましょう。

に開示・一部開示・非開示を有特定個人情報は30日以内)た日の翌日から14日以内(保 示決定 日から14.

むの できま ずす 請求を受け

除き、原則すべて開示さ個人財産の保全などの理す。請求情報は、個人情 一求することができる制 保管・保存する文書を公開制度とは 保公 (有個人情)公開制度」、 報 保 有特定 個

詐欺被害を防ぐ4つのポイント

- ①親族から「電話番号が変 わった」という連絡が来 たら、元の番号に掛け直 しましょう
- ②現金を受け取りに来るの は、あなたの知らない人 です。どのような事情で あっても、知らない人に 現金を渡してはいけませ
- ③自宅に大金を置くのはや めましょう
- ④ ATM に誘導する電話は 間違いなく振り込め詐欺 です。ATM 操作で現金 は戻りません

てコンビニなどのATMで振付金があります」などと言っ所職員を装い、「医療費の還また、市内の家庭に市役 て、直接現金を受け取る「手孫の知人・会社の上司を装っ渡し場所を指定して、息子やは、タンス預金を狙い、受けれ、受けのよりでは、タンス預金を狙い、受ける。 を狙った振り込め詐欺などの市内において、高齢者の方 2型」の手口が 話が振

多数掛かってきています。市役所などの職員が電話で還付役所などの職員が電話で還付金の振り込みを指示することは、絶対にありません。に、左記のポイントを参考にに、左記のポイントを参考にで注意いただくとともに、不審な電話があった場合には、審な電話があった場合には、不審な電話があった場合には、不審な電話があった場合には、不審な電話があった場合には、不審な電話があった場合には、不可入れています。市の役所などの職員が電話を切り、左記までご連絡ください。

の 電 め詐欺などの に信用できます

東京都・清瀬市共催消費生活教育講座

し、直接など)を1点

の場合は2点)

清瀬市のいちごで作る | 絶品! ヨーグルトケーキ]

清瀬産いちご使用のデザートを作ります。 対象 市内在住・在勤・在学の方。先着 30 人

2月26日金午後2時~4時 日時

場所 消費生活センター

講師 料理研究家 上田淳子氏

費用 500 円 (材料費)

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・筆 記用具・飲み物

※無料保育(1歳~幼稚園児・先着5人) をご希望の方は、申込み時にお申し出く ださい。

申込み・問合せ 2月1日~22日の午 前9時~午後5時に、費用を添えて直接 消費生活センター 495・6211 へ(申込 み後のキャンセルは22日午後5時まで受 け付けます)



報

ح

情

報

開

示 制

講師:上田淳子氏

料理研究家と して活躍する一 方、母としての 経験を生かしな がら、子どもの 「食育」につい ての活動も行っ

2012年『大人 気料理家 50人 ッポンのおか ず Best500』(主 婦の友百科シリ -ズ)の料理研 かに選ばれる。

多摩・島しょスポーツ振興事業

「なでしこリーガーによる清瀬市サッカー教室」

対象 市内在住・在園・在学または清瀬市体育協会 に加盟しているチームの①幼児②小学1~3年生男 子③小学1~3年生女子④小学4~6年生男子⑤小 学4・5年生女子⑥小学6年生女子・中学生女子。 各部門定員30人(応募者多数の場合は抽選)

日時 2月28日回午後1時~3時(受付開始は正 午)



場所 下宿第三運動公園サッカー場

講師 日テレ・ベレーザ(なでしこリーグ 1 部)・スフィーダ世田谷 FC (なでし こリーグ2部)のコーチ及び選手

※抽選結果については、2月17日似午後1時から、市のホームページにて発 表します。

申込み・問合せ 2月1日から12日の平日午前8時30分から午後5時15分 までに、生涯学習センター・各地域市民センター・市ホームページから入手し た参加申込承諾書に必要事項を記入し、保護者が署名・押印のうえ、直接生 涯学習スポーツ課☎ 495・7001 へ

清瀬けやきホール の催し物

①そうだじゅげむきこう 第 50 回 スペシャル

第 50 回スペシャルは大ホール で開催です。勢いのある若手の 落語をお楽しみください。

日時 2月6日出午後2時~(開場は午後1時30分)

出演 三遊亭天どん・春風亭正 太郎・立川こはる・春風亭一蔵 ・雷門音助

費用 一般 1,500 円・小学生 500 円(全席自由)

②そうだじゅげむきこう

和室で楽しむ落語会。椅子席 もあります。

日時 3月6日(日)午後2時~(開場は午後1時30分)

出演 柳家緑太・柳亭市童 費用 一般 1,000 円・小学生 500 円(全席自由)

③ボニージャックスと歌おう!歌のひろば

男声ボーカルグループの草分け的存在、ボニージャックスのコンサート。懐かしの名曲を全員で合唱するリクエストコーナーもあります。

日時 4月23日(土)午後2時~ (開場は午後1時30分)

費用 一般 2,800 円・友の会 2,500 円・当日 3,000 円 (全席 指定・未就学児入場不可)

④講座「ベビーマッサージ教室」洋服を着たまま簡単にできる 赤ちゃんへのマッサージ。

対象 2か月〜ハイハイ前まで の赤ちゃんとその親。先着10組 日時 2月16日(火午後1時30 分〜3時

講師 ベビーマッサージセラピスト 小宮しのぶ氏

費用 600円

持ち物 バスタオル・タオル・ 赤ちゃんの飲み物

⑤講座「おけいこアロマ 花粉の 時期のセルフケア」

外出先でも手軽にリフレッシュできるバーム (軟膏) を作ります。先着 12 人。

日時 2月26日逾午後2時~

3時30分

講師 西脇直子氏

費用 1,500 円 ⑥歌声サロン

懐かしい名曲を、プロによる 生演奏で歌ってみませんか。 日時 2月8日(月)・17日(水)いず れも午後2時~4時

費用 1,000円(全席自由) 申込み・問合せ ①から⑤は直 接または雷話で清瀬けやきホー

接または電話で清瀬けやきホール 493・4011 へ、⑥は直接会場へ(③は2月19日よりチケット発売)

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「桃 の節句リース」

リース型を使って縮縮、和 紙でひな祭りのリースを作ります。 先着 10 人。

日時 2月 14日(日)午前 10 時~ 正午

費用 700円(材料費込み)

持ち物 先の曲がったピンセット・作品お持ち帰り用の袋か箱 ② **Winter Concert in 清瀬**

ビブラフォン・打楽器奏者 大久保貴之が、クラシック・ジャズ・ポップスなどジャンルを超えたプログラムを、ビブラフォンの透き通るような音色でお届け。

日時 2月21日(印)午後2時~ 費用 1,500円(高校生以下500

円)

申込み・問合せ いずれも直接 または電話でコミュニティプラザ ひまわり☎ 495・5100 へ

◆無料パソコン教室(Windows10) 対象 パソコン・Windows10 が 初めてまたは初級の方(シニア大 歓迎)。各月先着 10 人

日時 2月コース=6日~27日 の土曜日、3月コース=5日~ 26日の土曜日。いずれも午前10 時~正午(各月全4回)

◆無料タブレット教室(iPad)

対象 タブレットが初めてまたは 初級の方(シニア大歓迎)。各月 先着 10 人

日時 2月18日休・3月17日 休午前10時~正午

※ピンポン・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** 直接または電話で NPO 法人情報労連東京福祉センター**な** 497・8500 へ

多摩六<mark>都科学館</mark> の催し物

◆生解説プラネタリウム「冬銀河から宇宙へ」

「冬銀河」それは繊細で淡く輝く冬の天の川です。冬銀河の向こうにはどんな宇宙が広がっているのでしょう? 最新のプラネタリウムで深宇宙の神秘に迫ります。

日時 2月28日(印までの午後3時50分~(水・土・日曜日、祝日は午後1時10分~も上映。いずれも上映時間は約45分)

費用 観覧付入館券おとな 1,000 円、4歳~高校生 400 円 ※月曜日と 2 月 12 日金は休館。 問合せ 多摩六都科学館 20 042

• 469 • 6100

40歳以上の方対象

肺 が ん 検

対象 市に住民登録のある 40 歳以上の方(平成 28 年 3 月 31 日までに 40歳になる方を含む)。 先着 100 人

市報きよせ 4

日時 3月27日(印)の午前中

場所 健康センター

実施方法 胸部レントゲン・喀 痰検査

費用 胸部レントゲン撮影のみ500円、胸部レントゲン撮影及び喀痰検査千円(60歳以上の方は無料。その他の負担金関連制度については、健康推進課までお問い合わせください)

※喀痰検査は次のいずれかにあてはまる方が対象。

①喫煙指数(1日の喫煙本数× 喫煙年数)が600以上(過去に 喫煙し、現在は喫煙していない 方も含む)である②同居してい る家族の中に喫煙指数が600以 上の方がいる(受動喫煙)③最 近6か月以内に血痰が出た

申込み・問合せ 2月1日から26日(必着)までに直接(土・日曜日、祝日を除く)または、はがき(下記記入例参照)で健康推進課健康推進係☎497・2075へ

【はがき記入例】

〒204-8511 肺がん検診申込み

| |・住所 |・氏名(フリガナ)

| ・氏名(フリ 清瀬市 健康福祉部 | ・生年月日 | 健康推進課行 | ・電話番号

・生年月日・電話番号・喀痰検査の条件に該当し、喀痰検査を希望する しない

消費生活相談の現場から

<事例>

自宅に帰り、息子に話すと、「パソコンがあるから通信料がかかるタブレットは必要ないよ」と言われた。よく考えたらスマートフォンも使いこなせるかどうか分からないので、タブレットは返品しようと思い、申し出た。すると、「解約は自由だが、所定の解約料とタブレットの代金を一括で払っていただきます」と言われた。

<アドバイス>

スマートフォンの販売に当たっては、「実質無料」という言葉がよく使われます。特に初めてスマートフォンを契約する消

セット購入はお得?〜実質無 料と勧められたタブレット〜



※ガラケー=ガラパゴスケータイの略。スマートフォン以前に日本で主流だった携帯電話のこと。

費者は惑わされてしまうのですが、この場合の「実質無料」は機器本体の代金を2年の分割払いとし、月々の利用料から分割代金と同じ額を値引きするということです。契約は2年単位で、タブレットはセット商品なので、事例の解約申し出に対しては解約料と機器代金の一括支払いを求められます。

スマートフォンの契約に当たっては、契約前に必ず「毎月の請求額の目安」「解約時の条件」などを確認しましょう。セット販売商品にはタブレット以外にSDカード・モバイルルーター・デジタルフォトフレームなどがあります。

問合せ 消費生活センター☎ 495・6212 (相談専用)

地域の手です

市民の誰もが参加できる「健康大学」をご存じでしょうか。

平成28年度で16年目を迎える健康大学は、生活習慣病予防・介護予防・自殺対策・健康づくりなど、健康に関する正しい知識を学習する場です。

健康大学には、「講義コース」と「実技コース(栄養・運動など)」があり、健康大学生には、「自らの健康を保持増進すること」「知識の学びを家族・友人に伝達し、今まで以上に高い健康意識を持ち、生活習慣を見直し、実践する」という目的があります。一定の条件を満たした健康大学生には、修了証書が授与されます。

健康大学は、100人前後の大きい集団で学習し、その内容を共有できる貴重な機会となります。毎年健康大学生として参加していると、顔見知りになり、共通の話題で健康への関心が深まるなど、仲間意識が生まれることもあります。そして卒業後は、地域のサロンやグループ活動に参加して、正しい知識の普及啓発に貢献するなど、生涯教育の場として大変有効です。健

あなたも「健康大学生」 になりませんか?



講義を受ける健康大学参加者

康大学の学びから「健康づくり 推進員」という地域のグループ リーダーとして活躍する方もい らっしゃいます。

このように、「健康大学」は個人と地域(集団)をつなげる地域に根付いた事業です。ぜひ、で自身の健康知識の幅を広げ、地域と家族・友人との健康づくり・話題づくりに「健康大学」をご活用ください。

なお、4月に健康大学生を募集する予定です。詳細が決まり次第、市報や市ホームページでお知らせします。

問合せ 健 康推進課保 健サービス 係 **☎** 497・ 2077



ഗ

申

哥

付

窓

の

雑

想

税の

申

6 8

す。昨年の状況から今…… 一一税の申告受け付けが始まりま 27一税の申告受け付けが始まりま 27年の り1E伙から市・都民 ※申告方法・持ち物など、 場所 市役所 ださい。 悪い日 午後1時~4時30分3月15日巛午前9時~11 申告受付日時 2月16日 497 • 2 • 0 • 4 • 0 たは市ホームページをご覧く しくは市報1月15日号1面ま 2 月 合せ 雑予 する傾向があります。 - 想(下表)を作成しま年の状況から今年度の 前・午後の開始直後は などは例年 末~3月初旬、 課税課 市 0) す 過や最 民 いて 税 天候 係 いま 時 (火) 詳 終 23 0)

常 比較的すいている ‴ 大変混雑 受付窓口の混雑予想カレンダー 混雑 ♥ すいている

月 火		水		木		金		土日		
		16日	然 的 和 如 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和	17日	燃 燃	18日		19日	微	休
22日	鮲	23日	微微	24日	微	25日	鮲	26日	飲飲	休
29日	**	1日	**	2日	**	3日	**	4日	** ** ** **	休
7日	微	8日	微微	9日		10日	纖	11日		休
14日		15日	が が か	※あく		を想のか				兄とは異

ついて、 不要制度 平成23年分以降の各年分に 「公的年金等に係る雑所 の合計額が 外の所得金額 公的年金などの 400 万円以下 収入

6 8 1

394 **問合** 6 せ までお問い合わせくださ 東村山 税務署公 村

税務

・日曜日、祝日を除く)・1でも提出を受け付けます。(土一でも提出を受け付けます。(土 書の受け付けを行います。 ※車での来場はご遠慮くださ 告書作成のアドバイス・申告 21日间・28日间に限り確定申 本町一丁目) で存じですか? 年金申告

び地方消費税」 金融機関の預貯金口座から納 事業者が納付する び復興特別所得税」 税できる振替納税がご利用 税務署の窓口納付以外に、 利用ください! 確定申告による「所得税 ぜひご活用くだ は、 「消費税及 及び個人 金融機関

この場合でも所得税の還付 振替納税をご

東

税及び地方消費税=3月31日 日火~3月15日火、消費 贈与税=2月1日月 所得税=2 科山 は ました。 提出することはできます。 申 定申告をする必要がなくなり 以下である場合、 を受けるために確定申告書を は Ш お早め 所得税の 務 5 確 ^

休まで、

~3月15日

28

職種	受験資格	人数
保育士	保育士証を有する方	
学童クラブ指導員	保育士証または教員免許を有する方、もしくは 2 年以上 児童福祉事業(常勤職員に準じた勤務)をした経験の ある方	若干名
学校栄養士	市内小中学校で学校栄養士として業務に従事できる方	
要項配布期間 ・場所	2月12日(金)までの平日午前8時30分~午後5時に市行2階職員課で配布(市ホームページからダウンロード可	
申込み・問合せ	2月 12 日までの平日午前 8 時 30 分〜午後 5 時の間に、 用紙に必要事項を記入し、資格証明の写しを添えて直: 郵送(12 日必着)で職員課職員係 な 497・1843 へ	

都 市 計 画 素 案 説 明 会 の お 知 ら せ

市が施行する、都市計画道路東村山3・4・17号下清戸線(志木 街道・下清戸五丁目〜けやき通り交差点・下清戸四丁目)の変更に関 する都市計画素案などの説明会を開催します。

日時 2月16日(火)午後7時~8時30分

場所 下清戸集会所

※直接会場へ。車での来場はご遠慮ください。 **問合せ** まちづくり課まちづくり係☎ 497·2093

電 話 番 号 の 掛 け 間 違 い に 注 意

健康推進課へお問い合わせの際、間違い電話が多数発生していま す。下記の電話番号をよくお確かめになり、お掛け間違いのないように してください。

問合せ 健康推進課保健サービス係☎497・2077

http://www.e-tax.nta.go.jp/ 合せ Т а

できます。 x ホームページ

な相

刷して郵送などにより税務署 を作成することができますの 税及び復興特別所得税などの 定申告書や青色申告書など 成した確定申告書は、 ぜひご利用ください。 詳しくは 問合せ 東村山税務署の42 は、税務署へお越しください額な方や内容が複雑な相談額な方の中告、所得金額が三 持ち物 場 所 年提出した確定申告書の控え用具・電卓・印鑑・あれば前 料(源泉徴収票など)・筆記 ご遠慮ください。 ※直接会場へ。 申告に必要な添付資 車での来場は センター 譲渡所得や

受付日時 を税理士が相談に応じます。 与所得者の所得税の申告など 費税の申告、 |午前9時30分~午後3時 |**(付日時** 2月9日火・10 小規模納税者の所得税 年金受給者・給

内に従って金額などを入力す

的に正しく計算され、所得

税額などが自

定申告書作成コーナー」

をご

税庁ホームページの

~

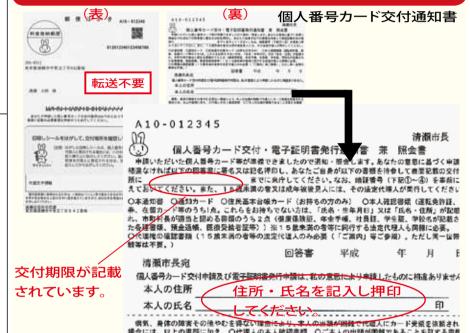
す

いただければ、

画面の案

無 税 士 会 12 ょ 談 る

番号カードができた方に、 (はがき)」 を送付します



個人番号カードを申請した方でカードの交付準備が整った 方には、順次「個人番号カード交付通知書(ハガキ)」を、 転送不要でご自宅へ送付します。

お手元に届きましたら、通知書裏面の回答書に住所・氏名 を記入・捺印し、下記の持ち物と合わせて交付期限までに、 市役所1階個人番号カード交付受付室へお越しください。 **問合せ** 市民課住民係☎ 497·2037

∥必要な持ち物∥

- □ 個人番号カード交付通知書(はがき)
- ■通知カード
- 印鑑
- □本人確認書類(同行する法定代理人も同様に必要です)
 - ●運転免許証、旅券、住民基本台帳カードなどの顔写真付きの公 的な身分証明書であれば1点
 - ●上記以外の場合は、「氏名・生年月日」または「氏名・住所」 が記載され、市区町村が適当と認める2点

例:健康保険証、年金手帳、社員証、学生証、預金通帳、医療受給者証など

- ☑ 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
- ※個人番号カードと二重交付できないため回収します。
- □「15 歳未満の方」に同行する法定代理人は戸籍謄本 ※本籍地が清瀬市である場合は不要です。
- □「成年被後見人」に同行する法定代理人は登記事項証明書

学校給食物資一括納入 業者の登録申請受付

申請受付期間 2月1日 (月)~8日(月)

申請書配布・申請受付場 所 教育総務課

提出書類 申請書・食品 衛生監視票 · 営業許可書 の写し・未納がないこと を証する納税証明書(そ の3の2・その3の3)

問合せ 教育総務課学務 係☎ 497·2539

住宅工事事業者

(職人さん)を紹介

家の修理・改築を考えている方へ 「清瀬市住宅工事あっせん事業協力 会」では、市(産業振興課)で受け 付けをされた方に協力会の職人さん を依頼内容に応じて紹介しています。 協力会には、大工・土木・屋根・水道・ 電気・畳・塗装・板金など、さまざ まな工事に携わる職人さんがいます。

見積もりのみでも相談に応じますの で、ぜひご利用ください。

問合せ 産業振興課産業振興係☎ 497 •2052

細で多彩な音の空間へ~」= ロックからラテンの世界~繊 コーダーとギターが奏でるバ 11時~(60分程度)、第2部「リ しめる音楽空間へ~」=午前 ターの世界~ファミリーで楽 子で楽しむリコーダー&ギ

時3分~(9分程度)

場 所

, 地域市民セン

問合せ

東久留米市介護福祉

細川貴範氏②公立

842・42・1919 (2月8) (2月8)

日時

2月20日出午後1時30

贅中

沢煙

な

落

語

会 つ

のみ親子ペア券千20円、ただ

し子どもは未就学児のみ)

亭

「ち

ょ

ع

物

出 場 演 所

三遊亭日るね、大泉落中里地域市民センター

語研究会、

千葉しん(お囃

申込み・問合せ

直接または

ン支援事業市民交流会 地域リハビリテーショ

電話で中里地域市民センター

費用

~認知症の改善を目指す~

みんなが笑顔になる希望の物語 学習療法に取り組み、認知症の症状が改善し た高齢者が家族との絆を取り戻す感動のドキュ

タリー映画「僕がジョンと呼ばれるま

を上映します。私たちが抱える不安を希望に変

える、人生のヒントになるような作品です。 市内在住の方。先着 100 人

画

2月25日(水)午後2時 3時30分(開場は午後1 時 30 分)

場所 児童センター 申込み・問合せ 直接または 電話で地域包括ケア推進課地

域包括支援センター☎ 497・ 2082 ^



と野鳥の観察会です。

金山緑地公園周辺での自然

止午(雨天時は11日休)

2

2月7日间午前9時~

問合せ

公立昭和病院医事

医事管理係**公**042・461・O

0 5

問合せ コープを数台用意します。 お持ちの方は双眼鏡 てください) **集合・解散**=金山緑地公園入 務局・渡邉☎92・0710 (10分前を目安に集合し

ブルーム交流カフェ. 創業セミナー 「ミ

対象 創業をお考えの方、 迎え、創業の経験談などにつ いての講演会と交流会を行 実際に創業した方を講師に

9 時 日時 2月2日水午後7時 味のある方

申込み・問合せ 直接または

室があります。(無料) ※第1部には、子どもの休憩

電話で中清戸地域市民セン

ター番494・7211へ

場 所 業支援センター20120 時~午後5時に、たましん事 申込み・問合せ 平日午前9 を使った飲食店経営者) 成瀬あい氏(地場野菜 生涯学習センター

でもいきいきと暮らすため に」〜東久留米の地域包括 ケアを考える~ 「住み慣れた地域でいつま

アンサンブル「アクア

ーラ」 コンサート

プロの本格的な音楽コン

トをお楽しみください。

3月13日间第1部「親

日時 域包括ケアシステムの構築に なが主役」②シンポジウム「地 2月13日出午後1時

場 所 4 時 久留米市東本町) (開場は午後0時3分) ①厚生労働省老健 成美教育文化会館(東

障! みんなで支える、みん ①基調講演「参加型社会保

日時 2月6日出午後2時30

※直接会場へ。

円、小・中学生50円 (第1部 レーラ」(松浦孝成氏、 アンサンブル「アクア いずれもおとな干50

分~) (受け付けは午後6時30

17公回立 昭 市民公開講 和 病院「第 座

分~4時 美園町一丁目) 場所 ルネこだいら (小平市

まで下げればよいの?~ 療について②肝臓がんの外科 内容 ①肝臓がんの診断と治 治療について③高血圧~どこ ①公立昭和病院消化器

※直接会場へ。フィールドス 持ち物飲み物・帽子・図鑑 清瀬の自然を守る会 き込まれる高齢者が増加して悪質な消費者トラブルに巻 消費者

午後2時 日時 2月22日月午前10時

∞ 4 15 **⊑**toyama@coop-toren .or.jp < 申込み・問合せ 消費生活センター

画 制作ワー・シ摩六都フェ プ 発 都フェア「 クシ

www.komorebi-hall.jp/をご (開場は午後1時3分) (西東京市中町一丁目) 保谷こもれびホー 作品を上映します。

循環器クリニック院長 清水長 秦正二郎氏③しみず内科昭和病院外科・消化器外科医 ※直接会場へ。

課

市

内

野

鳥

観

察

会

プな知 つて・ がって! 笑って・ ストッ 害 !

劇などで、だまされないコツ 害に遭わない人になりまし を笑いながら楽しく学び、被 います。講演会・落語・朗読

·3563**X**3·6844·6 生協連・遠山☎3・6844 ファクス、メールで、東京都 電話または

表上映会」

す。整理券は、1月24日间午 リー)ワークショップの成果 ホールホームページ配http:// 布。詳しくはチラシまたは同 前9時から同ホール他で配 ※当日は入場整理券が必要で **日時** 3月13日间午後2時~ 映像制作(ドキュメンタ

受付場所 まちづくり課 持参ください。

健康

健 康 チ ヤ レ ン ジ

健康センター③下宿地域市民 ③23日火、いずれも午前10時 ~正午・午後1時30分~3時 **日時** ①2月8日月②22日月 になった方。各回先着30人 ①生涯学習センター② 平成27年度の特定健診 特定保健指導の対象

持ち物 管年齢・体組成・血圧)、健内容 各種測定(骨密度・血 申込み・問合せ 診結果の説明など 康推進課健康推進係 27. 2076 健診結果票 電話で健

お I な ク サか スッ サ イキ ズリ

日時 2月23日火午後1時 加入している方。先着40人対象 清瀬市国民健康保険. 清瀬市国民健康保険に

活文化スポーツ部文化振興課 438 4 O 4 O) 西東京市生

耐 震 相 談

じます。 住宅の耐震に関する相談に応 建築士の方が、 無料で木造

対象 市内に建築物を所有.

受付期間 2月1日月~12日 日時 2月18日休午後1時 ている方。先着3人 (1人50分程度) 生涯学習センター

問合せ まちづくり課まちづ 配布します。相談会当日にご ※受け付け後、予約受付票を くり係会49・2093

育

対 象 ています。

利用時間

必要です。詳しくは同クリ ※ご利用には事前の登録が チル(武蔵野総合クリニック 併設・元町一丁目) 病児保育室チルチルミ

問合せ www.6340-group.jp/clinic/ 合クリニック併設) byoji.html をご覧ください。 9809.4150 ルチルミチル」(武蔵野総 病児保育室「チル **25** 090

分~3時20分

申込み・問合せ 2月1日

ま

回 3

、円福寺(野塩三丁目)他、月

年長以上の男児を募集中。月2~ 性を豊かにしてみませんか。幼稚園 メリカのスカウトとの交流で、国際

会費2千∞円~3千∞円、ボーイ

スカウト清瀬第3団・菊地な卵・

す。先着30人。 き、歩行機能の向上を図りま ネットを踏まないように歩

場 所

申込み・問合せ 66.0953 ムりかすて・村松200・57

子育

チ ル チ , 保 ミチ ル

通えない子どもをお預かりし により保育所・小学校などに 発熱などの疾病やけがなど 生後2か月~小学4年

~午後5時 平日午前8時30分

センター

ニックホームページ配http://

民と議員の意見交換会・目黒な卵・ 議員と話しましょう。2月13日10 時 ~12時、清瀬けやきホール、市 わたしたちのまち清瀬の今のこ これからのこと、市議会の有志

健康運動指導士 八木下宿地域市民センター 八木

持ち物 ら電話で健康推進課健康推進 動しやすい服装 タオル・飲み物・運 か

係☎9・2076へ ぴ ね つ ح 運 動

日時 2月16日火午後2時

> 清瀬を歩こう会 3216.8696

中清戸地域市民センタ

研究会会員と一緒に歩きません 清瀬を再発見する散策」を清瀬

電話でチー 田 **公** 資料代含む)・清瀬郷土研究会・岡 入り口②長命寺前、30円(保険料・ 13日9時30分~、集合は①日枝神社 30分~②下清戸・旭が丘地域=3月 09 8044 6656 ①中清戸地域=2月14日9時

☆催し物

日本 舞踊講習会

ル 3月5日②2月27日・3月26日、い ①新舞踊「女の舞」(大月みや 1回千円、河本会・佐野な42・ 。初心者大歓迎。①2月6日・ プロの講師が優しく丁寧に教え ②端唄・小唄舞踊教室「梅にも も13時30分~、清瀬けやきホー

さわらび会絵画展

4階)、無料、さわらび会・肥後崎な 人十色、貴方の心を打つ絵がきっと な絵画展です。描く人も見る人も十 油彩・水彩・パステルなど多彩 クレアギャラリー(クレアビル る。2月2日~14日、9時~18

市民と議員の意見交換会

市民伝言板

サークル仲間募集

フォレスタメンバー中安千晶ソ プラノコンサート〜私の好きな

5398.8334

20時45分、アミューホール、卵円(高 校生以下50円)、清瀬音楽鑑賞俱楽部・ 御園生瞳(ピアノ)、2月23日19時~ 瓜生☎級・5691 共演=安藤梨乃(ヴァイオリン)、

野外活動で自然と一緒になり、ア

イスカウト

緩和ケアのお話~がんでもが 清瀬病院(竹丘一丁目)、無料、救世 16時、講師 村上真基医師、救世軍 ことをお話します。3月17日15時~ がん以外の病気にも緩和ケアがある 軍清瀬病院・小林☎49・1411 ん以外の病気でも緩和ケア~ 「緩和ケア医療」について紹介し、

第13回ポピュラーコンサート 越しください。3月6日13時30分~ 無料、ミュージック・ステージ エ ルサ・望月2549・6644 (開場は13時)、清瀬けやきホール、 生バンド・歌、どうぞ皆さまでお

参加費無料! 「バレンタイン

yahoo.co.jp **3**9. 2201.485 リボンの会・渡辺園 kiyoseribon39@ 申込みはメールまたは電話で、清瀬 保護者と参加してください。2月6 スタンドを作りませんか。小学生は 日13時30分~、児童センター、無料、 スイーツデコ粘土でマカロンメモ

大人の英会話・韓国語入門

80円、75分) 国際文化交流会・前田 **5**090 · 6489 · 2803 (松山二丁目)、全10回8千円(1回 =19時30分~20時45分、清瀬商工会 日①英語=18時~19時15分②韓国語 しく基礎会話を学習します。 3月16 見て聞いて話す。外国人講師と楽

新潟県人会・新年賀詞交歓会

の新潟県出身者をどなたでも歓迎し 一丁目)3千円、清瀬新潟県人会事 ます。2月20日18時~、笑笑(元町 笑」で開催します。清瀬市及び周辺 務局・山我の物・3934 新年賀詞交歓会を清瀬駅北口「笑 培に意欲のある世帯

使用期間

日

区画

の利用

募集農園・区画数 上清戸二丁目市民農

※申込者多数の場合は、2月19日午前

10時から健康センターで公開抽選を行い 1世帯で複数申し込みは無効です。

※1世帯に付き1区画(20平方院)の貸 し出しで、同一区画の継続使用は連続2

52

往信

に往復はがきに上記記載例を参考に記入 産業振興課産業振興係☎ 497・2052 へ

園=66区画、竹丘二丁目市民農園

定日までに当該年度分を一括納入)

回(合計6年以内)までです。

往信用(裏)

市民農園の利用を申し込 みます。

丁目市民農園 2.住所 3.氏名(ふりがな)

1. 農園名

4. 電話番号 5. 同じ場所を

申込み・問合せ

①希望する ②希望しない (5は現在使用してい

ているご家族など

市内在住で、野菜など農産物の栽

4月1日~平成31年2月28

1区画当たり月額1,300円(指

〒204-8511

清瀬市役所

産業振興課

行

2月10日(必着)まで

【往復はがき記載例】

認知症家族会ゆりの会

清瀬市中里5―842



問合せ

募集

都 営 住 宅 λ 居 者

間内)、

9 4

集案内をご覧いただき、東京

人居を希望される方は、

募

車いす使用者世帯、単身者向 ・特に所得の低い一般世帯・ ・心身障害者世帯・多子世帯 都宛てに郵送で申し込みくだ 集がかからない場合もありま ひとり親世帯・高齢者世帯 対象によっては、市内に募 詳しくは募集案内をご覧 家族向けポイント方式

まちづくり課、松山・野塩出募集案内の配布場所・時間 郵送申込みの締切日 日金(必着) 日月~9日火 2 月 12

コンテスト出

場

者

定員30組程度 (2人1組、小学生は親子ペ 、、応募者多数の場合は抽選

地域市民センター・子ども家 市役所夜間受付で配布)。各

庭支援センター・生涯学習セ

者・二人世帯 使用者、シルバーピア=単身 募集案内の配布期間 2 月 1

た

ま

郷土博物館 49・8585へ

け=単身者・単身者用車いす

場 所

郷土博物館

0)

(1時間程度)

申込み・問合せ 2月2日午

前9時から直接または電話で

開催します。 対象 小学校4年生~中学生 的に、ロボットコンテストを しさを知ってもらうことを目 子どもたちにものづくりの楽 第 15 回たま工業交流展で、

後5時(平日午後5時~午後 張所=平日午前8時30分~午

土・日曜日、祝日は

2月27日(土)

☎0570·00·810 (申込期 (申込期間外) **3** 4 9 8 • 8 8 東京都住宅供給公社 は当日配布し、 ※使用する機材(プロロボ)

プ制度事前学芸員パートー 部を担っていただく学芸員 学芸員と協力して、業務の 説 ナー 明 会 行います。 tamarobocon.jp/をご覧くだ テストホームページ��http:// ののちライントレース競技を ※詳しくは多摩ロボットコン

問合せ たま工業交流展実 さい

対象 学芸員職や博物館業務

ートナーの説明会です。

委員会☎04・52・2700

市営駐輪場定期利用者

検討している学生。先着30人。

ナーとして登録を希望または

.関心を持ち、学芸員パート

日時 2月20日出午後2時~

瀬駅北口第2駐輪場は土曜日 分、バイクは25℃まで可。(清午前6時30分~午後6時30 も午前11時30分まで常駐、 ます。管理人常駐時間は平日 イクは500まで) 定期利用を現地受け付けし 清瀬駅北口第2・第3駐輪 秋津駅南口・北口駐輪場

1万円。バイクは一般・学生学生=6か月5千円・1年 7千20円·1年1万4千円、 費用 用を受ける方は学生証もしく 持ちの方は自転車のみ半額) 2万4千円 (障害者手帳をお 持ち物 利用料金、割引の適 とも6か月1万2千円・1年 自転車は一般=6か月

(昭島市東町三丁目) 多摩職業能力開発セン 問合せ **4**94

場駅 北 利 用地

者下

組み立て講座

定期利用販売日時 時利用は24時間ごとに 長時間の利用がお得で 每 月 15

販売場所 午前5時30分~ 北口地下駐輪場管

利用時間 午前1時15分(土·日曜日) 前4時45分~翌

1 导 祝日は午前4時45分~翌午前

	利	
	用	H
月	料金	
円	左	
)円	表のレ	
1	しおり	

	744	4		ΑΠ .	;	
定期	了	生	一般			
料金	1か月	3か月	1か月	3か月		
上段	1,600 円	4,200 円	1,800円	4,800円		
下段	1,800 円	4,800 円	2,000円	5,400円		
一時 利用	入庫開		24 時間) 円	ごとに		

ります。 ご利用をお断りする場合があ ※自転車のサイズによっては

福祉

対象 認知症高齢者を介護し 明日のエネルギーにつなげて 族の立場で悩みを語り合い、 いくための場所です。 認知症高齢者を介護する家

※直接会場へ。 分~3時30分 **日時** 2月24日/水午後 市民活動センター 地域包括ケア推進 11時 コミュニティプラザ

問合せ

シルバー人材センタ 地域包括支援センター 2082

497

つ ば き の

会

い方のための交流会です。 高齢者や外出の機会が少な 2月17日冰午後2時

問合せ ※直接会場へ。 野塩地域市民センター 健康推進課保健サ

ビス係四49・2077 認知症サポーター養成講座

族を温かく見守る応援者 します。 先着70人。 見を持たず、認知症の方や家 認知症サポーター」 認知症を正しく理解し、 一を養成

3時30分 申込み・問合せ 場所 アミューホール せ信愛地域包括支援センター 日時 3月6日间午後2時 電話できよ

492 1 8 5 0 \ シニアしっとく講座 権利擁護セミナー

すくお話しします。定員40人。 日時 3月8日火午後6時 題を弁護士と住職が分かりや 葬儀の流れや、 知っておきたい葬儀と相 法律的な問

電話で、 申込み・問合せ 直接または 場所 生涯学習センター ねっと**3**49・5573へ 権利擁護センターあ

課☎495・7001へ

分~8時30分(出入り自由)

教室名・希望コース名・住所

氏名・年齢・電話番号を記

入し、〒20-0021元町1

-2-1 生涯学習スポーツ

申込み・問合せ 2月8日(消

各コース千円

生涯学習センター

印有効)までに往復はがきに

法 律 専門相 談

シルバー

人材センター

パソコン教室 (3月募集)

PC入門、

ワード・エクセ

無料で相談に応じます。 などでお困りの方に弁護士が 生活上のトラブル、財産管理 高齢者や障害のある方で、 2月2日水午前10 または同センターホームペは各公共施設にあるチラシ ルの基礎講座などの他、 フォローもします。詳しく 人レッスン」ではそれらの

コース 名簿1 名簿2 名簿3 3月 8日(火)9日(水) 5日(土) 6日(日) 10 日(木) 11 日(金) 月日 12 日(土) 15 日(火) 17 日(木) 13 日(日) 16 日(水) 18 日(金) 午前 10 時~ 正午 時間 午後1時 ~3時 ※4日間で1コース・各コース同

内容。

В 親 子

わせていろいろな運動を行い B用具を使い、音楽に合 市内在住・在勤の親と

日 (全10回・祝日は除く) 一組4千円(保険料込市民体育館 4月2日~6月2日の

地域市民センターに設置)に タオル・体育館履き(幼児 だし 月13日までに申込書(下 物 体操のしやすい服装 竹丘・中清戸・中里の各

擁護センターあいねっと**☆**申込み・問合せ 電話で権利 まわり 495 · 5 5 7 3 ****

生涯学習

月 13

ル

清瀬けやきホール、90円、申込

師

5 名ッ 簿 の 作 講 成

や関数を使ってフリガナをつ けます。各コース定員20人。 ールを使い、名前の並べ替え (応募者多数の場合抽選) エクセルステップアップツ

避難

を使用している方 対象 市内在住・在勤・在学 日時 左表のとおり で、windowsパソコン

1 494 •	問合せ、	今月の締	or.jp/をご	ー ジ 配 htt
0 9 0 3	シルバー人材セン	切 2月23日(必)	こ 覧ください。	tp://www.kiyose-sc

スポー

教 室

日時 水曜 る幼児。先着3組平成28年度中に3・4歳にな

スポーツコーナー 4 0 3 3 ~ 市民センター

は8面に続

を添えて、直接各窓口へ。

考え の健康を守る会

kiyose@yahoo.co.jp < ルで市民の健康を守る会・大森な コメンテーター 和田雅子氏(医 講演会「清瀬市のたばこ対策を 6000.4474 Cofune_ 無料、申込みは電話またはメー 日4時~16時、清瀬けやきホー ター 大森正子氏 (発起人)・ により行います。先着35人。2 る」を受動喫煙問題プレゼン 所生活体験談および防災 492 9519 ~ ウイーグ層vig_sylvia@yahoo.co.jp グなど盛り沢山です。2月11日15時 やポップス・ロック・フォークソン 丘地域市民センター、チーム竹丘・ みはメールまたは電話でシルウイア 奏を披露します。クラシックギター クロスオバーコンサート 穐本☎99・2933・6780 定員50人。2月7日13時~16時、竹

国際色豊かな4人がそれぞれの演

■市民伝言板利用案内

そのための心得と行動

講習会〜避難所生活の実態と

月1日から15日までの間に受け付け 3月15日号掲載希望の原稿は、2

れた人に実情を語っていただき、そ

々の生活を支えたボランティア

行うシンポジウムを開催します。 政、消防の方と参会者が意見交 災害に遭い、避難所生活を強いら

ボクシングエアロ教室

問合せ

下宿地域市民センタ

多数の場合は抽選) 以上の方。定員20人(応募者 対象 市内在住・在勤で18歳

の第2·4土曜日 (全11回・ 休み)、4月9日~9月2日 5月は14日のみ、6月のみ第 大曜日午前10時30分~11時30 日時 4月5日~10月11日の 分(全20回・祝日と8月中は 1土曜日)

(火・土曜日)1万4千円回コース6千円、3回コース 場 所 申込み・問合せ 2月20日(消 電話番号と返信用宛名を記入 教室名・住所・氏名・年齢・ 印有効)までに往復はがきに 下宿2-52-1 下宿地域 し、郵送で〒20-0001 20回コース1万円、10 下宿地域市民センター

0)

前期=4月14日(k/~7の方。 先着50人

日時

教室

健施設や介護療養型医療施設

などの利用者の一部負担額

18歳

食費及び居住費負担

額。

居宅サービス

今月の

国民健康保険税・都市 月29日川までに納めてください。 後期高齢者医療保険料 介護保険料 徴収課徴収係☎497 (第8期) 税 (第8期)都市計画税 (第8期) 第 4期

事業名

引親子歯みが

3親子歯科健

予カンタン!

🚮 両親学級

 $3\sim4$

1歳6か

月児

3歳児

元町

離乳食

ワンポイント

き教室

対象

防法など

の歯ブラシ

対象

保護者

問合せ

20

4 5

4 時

対象・内容など

内容 口を開けない子どもの

仕上げ磨き法、虫歯菌感染予

持ち物 母子健康手帳・親と子

内容 歯科健診、発達段階に

合わせた歯磨き練習、必要に応

持ち物 母子健康手帳・親と

育児の悩みを、お子さんと離れ

栄養士による離乳食の調理実

対象 原則として第1子で6

~11か月の乳児とその保護者。

2日目=赤ちゃんのお風呂の

入れ方、パパの基礎知識など

※妊婦歯科健診の申し込みは

|平成 27 年 10 月に生まれた乳

平成 26 年 7 月に生まれた幼児

平成25年1月に生まれた幼児

これからパパ・ママにな

100円(試食費・1日目の

じたフッ素塗布(無料)など

50円(お茶代)

演と試食、相談を行います。

費用 100円(試食実演費)

持ち物 母子健康手帳 1日目=お産や栄養の話など

持ち物 予約時に確認

|随時受け付け中。

子の歯ブラシ・コッフ

お母さん同士で話しませんか。 対象 未就学児を持つ母親

|※保育あり。

先着20組

対象

る方

費用

か月児児とその母親

費用

児とその保護者。定員20人

満6か月~1歳6か月

1歳6か月~3歳児と

夜間休日納税窓口

場所 いずれも市役所徴収課窓口日時 2月28日间午前9時~午後4日時 2月13日出午前9時~午後4日時 2月13日出午前9時~正午日時 2月13日出午前9時~正午 ■土曜納税・納税相談 日時 2月2日/水・25日 夜間納税・ 2月24日/x)·25日 納税相談 |休午後8時ま

施設サービス 医療費控除 介護老人保 場 所 ※資格要件·

(国分寺市南町三丁目)

時 間

午前9時30分

(まで受け付

け)~11時30

分

午後2時~

3時30分(受

け付けは午後

1時30分~)

午前10時~

11時30分=6

~8か月児

午前10時45分

~正午=9~

11か月児

午後

1時20分~

4時

午前9時

30 分~

午後0時30

分

午後0時30分

~1時30分

※対象者ごとに

受け付け時間

を調整します。

事前送付の通

知をご覧くださ

(受け付け)

月曜日または水曜日

※詳細は申込時に

案内します。

面接選考あり

日 程

2月

5 日金

3月

4日金

2月

17 日(水)

10 日(水)

1日目

= 2月

19 日(金)

2 日目

= 3月

5日(土)

2月

9日(火)

2月

2日(火)

東京しごとセンター多

どを受けお支払いになった金申告時に、左記のサービスな都民税の申告受け付けや確定 の一部が、 2 月 対象になります。 除に要 16 障 火から始まる市

と対介 す 護 る 療

前10時~午後4時(5 **日時** 2月15日月~19 用者の方。定員15人 対 象 グラム。後日面接会を開催。 正社員を目指す短期集中プ 30歳~44歳の非正規雇 (5日間) 支 19 \Box (金) 援摩

酚=要予約

場所

康センター

◎=直接会場へ

申込み

・問合せ

電話で健康推進 課保健サービス

|係☎ 497・2077

清瀬けやき ピッコロ☎ 444

4533

ホール

高 医齢 者 控費の 除控方 就 しごとせ

その 他

ター

多

は 夕や

費用を添えて、直接各窓口へ地域市民センターに設置)に宿・竹丘・中清戸・中里の ※ 3 月 13 下宿地域市民センタ 日までに申込書 0 3 3 里の各 に

援課 害者控 ※詳しくは左記へ。 使用証明書が必要です。 医療費控除 市 民税 係 に 75 関 497

問

に関しては高齢支要介護認定の障

2080

る方。 医師が発行したおむつ 療を受けおむつを利用してい 月以上寝たきりで、 ◆おむつ代 用者一部負担額。 同月に訪問介護などを利用 これらの居宅サービスに併せ ビスの自己負担額。また、 訪問介護などの利 傷病により6 医師 の治

費用 2千円 **場所** 下宿馬

山・野塩地域市民センタ 2千円(保険料込み) 下宿運動公園

での受け付けは行

いませ

祝日は休み)

ただし7月7日日日日は、日本(毎週木曜日

及び 日

~月 12 14 月 日 ★ 日

後期=9月1日休

訪問リハビリなどの医療系サ 訪問看護 図書館を休館します。め、左記期間中、中央 2 日 **休** 月 (月) **信** 22 ~ 日 す。 図書館 特別整

※その他 ご理解とご協力をお願いしま 合 不便をお掛けします 左記期間中、中央・下宿害点検などを実施するた せ 日月~26 日金、下宿図 中央図書館= \bar{O} 館は通常どおり。 、下宿図書館=2月15 八図書館 B 493 が ||

2 月 午後5時5分に鳴ります けこやけ」 \Box から4月30日まで のチャイム しや け

3=要予約 ◎=直接会場へ

	事業名	対象・内	容など	日程	時 間	j	場听	申込み ・問合せ
		18 歳以上で、 健康増進室を 初めて利用す る方		後6時~(木	午後2時~・午 ・土・日曜日と 回はなし、月曜			
				毎週水曜日	午前 11 時 ~ 11 時 30 分			
2月1日から電 話で健康推進課	፩ストレッチ体	 18歳以上の方	費用 300円	毎週木曜日	午後3時30分 ~4時		建	
保健サービス係 む 497・2077 へ	操*		(健康増進 室利用料) 持ち物 室 内シューズ・	毎週金曜日	午前9時30分 ~10時・ 午後3時30分 ~4時	いずれ	隶增進室	健康推進課健康推進係 公 497・
電話で健康推進 課保健サービス 係 497・2077	<mark>③</mark> みんなで楽 しくエクササイ ズ*	パンチ& キック体操 18 イージーダ 歳 ンササイズ 以 筋力アップ体 上 操 ゆるトレ	運動しやすかまかりです。	2月14日(日) ·27日(土) 2月13日(土) ·28日(日) 2月7日(日) ·20日(土) 2月6日(土) ·21日(日)	土曜日=午後 3時~4時、 日曜日=午前	15分前までに会場へ	(建康センター3階	2075
健康推進課保		バランスアッ プ体操		毎週水 ・金曜日	午後7時30分 ~8時	'		
健サービス係 な 497・2077 へ		18歳以上の 方。先着5人		2月2日(火) ・16日(火)	午後7時~			前日までに 電話で健康
※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	₹は 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本	体力年齢など の確認や運動 のアドバイス。	費用 200円	2月14日(日)・ 28日(日)	午後3時~			推進課健康推進係な 497・2075 へ
い合わせくださ	※「*」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							

※「*」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 - 二ング説明」にご参加ください。 康増進室初回利用者トレー

⑤乳幼児健康診査 16 日(火)

2月

	※各健診終了後、子どもの計測(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。							
	新米ママと 5ゃんの会	地域で子育てする仲間を作りましょう。 対象 生後3か月前後の子どもと親。定員15組	12日・19日・	午後1時30分~3時30分~分分	市民活動	電話またはメ ールで NPO 法 人ウイズアイ 否		
<mark>鍋</mark> おっぱいマ マの会		母乳育児の楽しさ、悩みなど を話し合いましょう。 対象 妊娠・授乳中の母親	2月 23 日(火)	午後1時30分~3時30分~3時30分~	センター	452 • 9765 mm info@with-ai. net		
	くー net すてひろば	0歳~就学前の子どもとその 親及び子育てに関心のある方 親子で自由遊び・読み聞か せ・手遊び。(出入り自由)	2月 12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		
	ころぽっく る		火曜日を除 く毎日	午前 10 時~ 午後 3 時	児童 センター	子ども家庭支援 センター 2 495・7701		
ē	野塩	朝マズウも遊び、奈田和歌を	月曜日を除 く毎日		野塩地域市 民センター	NPO 法人ウイ		
回つどいの	野塩出張	親子で自由遊び・育児相談など。 対象 0歳~就学前の子ども	祝日を除 〈月曜日		あいあいの 家(梅園二 丁目)	ズアイ な 452・ 9765 mm info@ with-ai.net		
の広場	下宿	」とその親 	月曜日を除 く毎日	(出入り自由)	下宿地域市 民センター	with-alliet		
	竹丘		月曜日・初日を除く		竹丘地域市民センター	NPO 法人子育 てネットワーク		

祝日を除く

毎日

2月の休日診療

実			歯科	-
実施日	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
7 日	杉本医院 元町 2-7-1 ☎ 492・1199	** ・	午8活上(清清後6動清瀬瀬	島崎 医師
11	清瀬下宿中央診療所 下宿 2-391-7 ☎ 491・2217	間の は は は は は は は は は は は は は	41セ戸常休 時1 2 歯歯 30 () 科	天川 医師
14 日	武蔵野総合クリニック 元町 1 -8-30 ☎ 496・7015	まず ず 事 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	分受	筒井 医師
21 日	清瀬博済堂クリニック 竹丘 2-15-15 ☎ 410・0001	ID文 6 8 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1	で付内 会急 け 10 セ 時 か (ン	中山 医師
28 日	北多摩クリニック 上清戸 2-1-41 な 496・7760	電付 数 491 話け 491 ・ 0	時 者 (間 ₄₉₁ 市 タ は・民 ー	畑 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

理 休