

今月の納期

- ◆国民健康保険税(第3期)
 - ◆後期高齢者医療保険料(第3期)
 - ◆介護保険料(第3期)
- 9月30日(水)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 9月29日(火)・30日(水)午後8時まで
 - 土曜納税・納税相談
日時 9月12日(土)午前9時~正午
 - 日曜納税・納税相談
日時 9月27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 497・2045

都市計画案の縦覧
縦覧期間 9月1日(火)~15日(火)午前8時30分~午後5時(土・日曜日を除く)
対象となる計画案 ①東村山都市計画生産緑地地区変更案 ②東村山都市計画緑地変更案
場所 ①まちづくり課 ②水と緑の環境課
※関係住民と利害関係者は、縦覧期間中に直接または郵送で左記へ意見書を提出することができます。

夕やけこやけ
9月1日から30日まで「夕やけこやけ」のチャイムは、午後5時5分に鳴ります。

きよせ郷土カルタ完成
郷土博物館では、開館30周年を記念し、「きよせ郷土カルタ」を制作しました。
市内の文化財、民話、施設、景観、特産品などを題材として選定し、制作委員会委員長で武蔵野美術大学名誉教授の根岸正先生に44枚の絵札の原画を描いていただきました。
現在、左記にて販売中です。ぜひお買い求めください。
販売場所 郷土博物館、市役所、松山・野塩地域市民センター、中央図書館
価格 千円
※直接右記販売場所へ。
問合せ 郷土博物館 493・8585

左表のとおり開会予定です。傍聴にお越しください。

日	内容(9月)
1	本会議(初日)
2	決算特別委員会
3	本会議(一般質問)
4	本会議(一般質問)
7	決算特別委員会(決算概要説明)
9	総務文教常任委員会
10	福祉保健常任委員会
14	建設環境常任委員会
16	議会運営委員会
17	決算特別委員会
18	本会議(最終日)
29	本会議(最終日)

※時間は、7日の決算特別委員会(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。
問合せ 議会事務局 497・2567

今月の子育て支援事業

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。定員20人 内容 口を開けない子どもの仕上げ磨き法、虫歯菌感染予防法など 持ち物 母子健康手帳・親と子の歯ブラシ	9月11日(金)・10月2日(金)	午前9時30分(まで受け付け)~11時30分		
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、発達段階に合わせた歯磨き練習、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	月曜日または水曜日 ※詳細は申込時に案内します。			電話で健康推進課保健サービス係 497・2077へ
ママの時間	育児の悩みや、ママ友に言いにくい話を、子どもと離れお母さん同士で話ませんか。 対象 未就学児を持つ母親 費用 50円(お茶代) ※保育あり。	9月30日(水)	午後2時~3時30分(受け付けは午後1時30分~)	健康センター	
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。 対象 1歳~1歳6か月の子どもを持つ保護者。先着15組。 費用 100円(試食実演費) 持ち物 母子健康手帳	9月9日(水)	午前10時~正午		9月1日から電話で健康推進課保健サービス係 497・2077へ
乳幼児健康診査	3~4か月児 1歳6か月児 3歳児	9月8日(火) 9月1日(火) 9月15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。事前送付の通知をご覧ください。		健康推進課保健サービス係 497・2077 ※市に転入された方で通知が届かない場合は、上記に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。 対象 生後3か月前後の子どもと親。先着15組	9月4日・11日・18日・25日の金曜日	午後1時30分~3時30分		電話またはメールでNPO法人ウイズアイ 452・9765 info@with-ai.netへ
CSP講座	怒鳴ることも叩くことも必要ない子育て技術を身に付けます。先着12人。 対象 3歳以上の子どもがいる親 ※保育あり。	9月4日~10月9日までの金曜日	午前10時~正午	市民活動センター	
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) 対象 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	9月11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		火曜日を除く毎日		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	
野塩出張	親子で自由遊び・育児相談など。 対象 0歳~就学前の子どもとその親	祝日を除く月曜日	午前10時~午後3時(出入り自由)	あいあいの家(梅園二丁目)	NPO法人ウイズアイ 452・9765 info@with-ai.net
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 444・4533
元町				清瀬けやきホール	

今月の健康づくり

事業名	対象・内容など	日程	時間	場所	申込み・問合せ
卓球・バドミントン・インディアカ	小学生以上(小学生は保護者同伴)。先着①12組②③各3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	9月12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 ※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 ※道具貸し出しあり。	9月12日(土)・26日(土)	午前9時30分~11時30分	公園広場	下宿運動場
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 費用 300円(健康増進室利用料) 持ち物 室内シューズ・運動しやすい服装・タオル・飲み物	毎週水曜日 毎週木曜日 毎週金曜日	午前11時~11時30分 午後3時30分~4時 午前9時30分~10時・午後3時30分~4時	健康増進室(健康センター3階)	健康増進課 497・2075
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 バランスアップ体操 筋力アップ体操 らくらくチェア体操 ゆるトレ	9月13日(日)・19日(土)・26日(土) 9月5日(土) 9月20日(日) 9月27日(日)	土曜日=午後3時~4時 日曜日=午前10時~11時	健康増進室(健康センター3階)	健康増進課 497・2075
夜間エクササイズ*		毎週水・金曜日	午後7時30分~8時		
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。	9月1日(火)・15日(火) 9月13日(日)・27日(日)	午後7時~ 午後3時~		前日までに電話で健康推進課保健サービス係へ 497・2075

「」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。

9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
6日	ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 493・7122	野山旭が織山1本病3院 288 491・0706	清瀬市歯科医師会	福田医師
13日	井上内科クリニック 松山1-11-21 493・3102	杉本医院 元町2-7-1 492・1199	清瀬市歯科医師会	岩崎医師
20日	下宿中央診療所 下宿2-391-7 491・2217	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 496・7015	清瀬市歯科医師会	本杉医師
21日	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 410・0001	酒田クリニック 野塩5-280-2 496・7328	清瀬市歯科医師会	和気医師
22日			清瀬市歯科医師会	柏原医師
23日			清瀬市歯科医師会	筒井医師
27日			清瀬市歯科医師会	倉田医師

- ◆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) 497・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