

# 今月の納期

- ◆固定資産税・都市計画税(第4期)
  - ◆国民健康保険税(第8期)
  - ◆後期高齢者医療保険料(第8期)
  - ◆介護保険料(第8期)
- 3月2日(月)までに納めてください。

## 住宅工事業業者(職人さん)を紹介

「清瀬市住宅工事あつせん事業協力会」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・左官・塗装・板金・造園・タイル・ガラス・門扉・ブロック・ガスなど、さまざまな工事に携わる職人さんがいます。

見積りもりのみでも相談に応じていますので、ぜひご利用ください。

受付・問合せ 産業振興課  
☎497・2052

## 東京公証人会電話相談

遺言・任意後見・離婚に伴う養育費などの公正証書作成に関する事柄全般の電話相談を受け付けます。

日時 2月28日(土)午前9時30分～午後4時30分(正午～午後1時までを除く)

相談専用電話番号 ☎03・3502・8239

問合せ 東京公証人会 ☎03・3502・8050

## 学校給食物資一括納入業者の登録申請受付

平成27年度用の登録申請を受け付けます。

申請受付期間 2月2日(月)～9日(月)

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)

※申請書は左記窓口で配布。

問合せ 教育総務課学務係 ☎497・2539

## タヤけこやけ

2月1日から4月30日まで「タヤけこやけ」のチャイムは、午後5時5分に鳴ります。

## しごとセンター多摩就業支援

怒りのコントロール・アンガーマネジメント入門から応用まで、怒りのコントロール術を学びましょう。先着30人。

日時 2月6日(金)午後1時～5時

シニアの再就職対策講座、キャリアアタチエンジも視野に入れてプランを立てよう。

対象 55歳以上の方。先着50人

日時 2月13日(金)午後1時30分～4時30分

場所 いずれも東京しごとセンター多摩(国分寺市南町三丁目)

申込み いずれも電話で同センター ☎042・329・4524へ

## 今月の子育て支援事業

☎=要予約 ☒=直接会場へ

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組 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	2月6日(金)・3月6日(金)	午前9時30分(まで受け付け)～11時30分	健康センター	電話で健康推進課係 ☎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 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・親と子の歯ブラシとコップ・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。		健康センター	電話で健康推進課係 ☎497・2077へ
ママの時間	未就学児を持つ母親 育児ストレスや悩みについて、お子さんと離れお母さん同士で話しませんか。 費用 50円(お茶代) ※保育あり。	2月25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	電話で健康推進課係 ☎497・2077へ
カンタン!ワンポイント離乳食	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 栄養士による離乳食の調理実演と試食・相談を行います。 費用 100円(試食実演費) ※保護者のみの参加も可。	2月13日(金)	6～8か月児 午前10時～11時30分 9～11か月児 午前10時45分～正午	健康センター	電話で健康推進課係 ☎497・2077へ
両親学級	これからパパ・ママになる方 1日目＝お産や栄養の話など、2日目＝赤ちゃんのお風呂の入れ方、パパの基礎知識など。 費用 100円(試食費・1日目のみ) 持ち物 予約時に確認 ※妊婦歯科健診の申し込みは随時受け付け中。	1日目＝2月20日(金) 2日目＝3月7日(土)	午後1時20分～4時 午前9時30分～午後0時30分	健康センター	電話で健康推進課係 ☎497・2077へ
乳幼児健康診査	3～4か月児 平成26年10月に生まれた乳児とその母親	2月10日(火)	午後0時30分～1時30分(受け付け)	健康推進課係 ☎497・2077へ	健康推進課係 ☎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。
1歳6か月児	平成25年7月に生まれた幼児	2月3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24年1月に生まれた幼児	2月17日(火)			
新米ママと赤ちゃんの会	生後3か月前後の子どもとその親。先着15組 地域で子育てする仲間を作りましょう。	2月6日(金)・13日(金)・20日(金)	午後1時30分～3時30分	市民活動センター	電話またはメールでNPO法人ウイズアイ ☎452・9765 with_eye@yahoo.co.jpへ
おっぱいママの会	妊娠・授乳中の母親 母乳育児の楽しさ、つらさ、悩みなどを話し合しましょう。	2月17日(火)		市民活動センター	電話またはメールでNPO法人ウイズアイ ☎452・9765 with_eye@yahoo.co.jpへ
K-net子育てひろば	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13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	NPO法人ウイズアイ ☎452・9765 with_eye@yahoo.co.jp
野塩出張	0歳～就学前の子どもとその親 親子で自由遊び・育児相談など。	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)下宿地域市民センター	
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

☎=要予約 ☒=直接会場へ

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	2月28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。
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	2月7日(土)・21日(土) 2月14日(土)・28日(土) 2月1日(日)・15日(日) 2月8日(日)・22日(日)	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) 毎週水曜日 午前11時～11時30分 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	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課係 ☎497・2075
ストレッチ体操*	18歳以上の方	2月7日(土)・21日(土) 2月14日(土)・28日(土) 2月1日(日)・15日(日) 2月8日(日)・22日(日)	午後3時～4時	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課係 ☎497・2075
みんなで楽しくエクササイズ*	18歳以上の方	2月7日(土)・21日(土) 2月14日(土)・28日(土) 2月1日(日)・15日(日) 2月8日(日)・22日(日)	午後3時～4時	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課係 ☎497・2075
夜間30分エクササイズ*	18歳以上の方	毎週水・金曜日(2月11日(水)は祝日で休み)	午後7時30分～8時	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課係 ☎497・2075
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。	2月3日(火)・17日(火) 2月8日(日)・22日(日)	午後7時～午後3時	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課係 ☎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。

## 2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～翌日の午前9時	午前9時30分～午後5時	午後5時～翌日の午前9時	
1日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎493・2727	野塩山本病院 野塩1-3-28 ☎491・0706	旭織が丘本病院 野塩1-2-6 ☎491・2121	4人以上清瀬休日歯科応急センター(市民活動センター) ☎491・8611(受付時間は午後1時～午後5時)	乾医師 清瀬市歯科医師会会員
8日	ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 ☎493・7122	野塩山本病院 野塩1-3-28 ☎491・0706	旭織が丘本病院 野塩1-2-6 ☎491・2121	4人以上清瀬休日歯科応急センター(市民活動センター) ☎491・8611(受付時間は午後1時～午後5時)	小石医師
11日	宮本医院 松山1-42-6 ☎491・0547	野塩山本病院 野塩1-3-28 ☎491・0706	旭織が丘本病院 野塩1-2-6 ☎491・2121	4人以上清瀬休日歯科応急センター(市民活動センター) ☎491・8611(受付時間は午後1時～午後5時)	島田医師
15日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎496・7015	野塩山本病院 野塩1-3-28 ☎491・0706	旭織が丘本病院 野塩1-2-6 ☎491・2121	4人以上清瀬休日歯科応急センター(市民活動センター) ☎491・8611(受付時間は午後1時～午後5時)	中山医師
22日	井上内科クリニック 松山1-11-21 ☎493・3102	野塩山本病院 野塩1-3-28 ☎491・0706	旭織が丘本病院 野塩1-2-6 ☎491・2121	4人以上清瀬休日歯科応急センター(市民活動センター) ☎491・8611(受付時間は午後1時～午後5時)	肥後医師

- ◆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