

今月の納期

- ◆国民健康保険税(第5期)
 - ◆後期高齢者医療保険料(第5期)
 - ◆介護保険料(第5期)
- 12月1日(月)までに納めてください。

③省エネ改修 平成20年1月1日以前から所在する住宅で、平成20年4月1日～平成28年3月31日までに改修をし、一定の要件に該当する場合は、

②バリアフリー改修 平成19年1月1日以前から所在する住宅で、平成19年4月1日～平成28年3月31日までに改修をし、一定の要件に該当する場合は、

①耐震改修 昭和57年1月1日以前から所在する住宅で、平成18年1月1日～平成27年12月31日までに建築基準法に基づき現行の耐震基準に適合するよう改修工事を行い、一定の要件に該当する場合は、

左記の改修を行った家は、施工完了日から3か月以内の申告で、翌年度から一定期間、住宅などに係る固定資産税額が減額されます。

なお、人権擁護委員及び東京法務局職員が電話にて相談に応じます。

実施期間 11月17日(月)～23日(日) 午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

問合せ 東京法務局人権擁護部第三課 ☎03・5213・1234、「女性の人権ホットライン」☎0570・070・810

耐震・バリアフリー・熱損失防止(省エネ) 改修家の減額

問合せ 秘書広報課広報係 ☎497・1808

第14回清瀬市政世論調査

6月に市内在住の20歳以上の方千人(無作為抽出)にご協力をいただき行いました「第14回清瀬市政世論調査」の集計結果がまとまりました。

市役所(行政資料コーナー)、中央・駅前図書館、市ホームページにて報告書を公開しておりますのでぜひご覧ください。

問合せ 秘書広報課広報係 ☎497・1808

女性の権利強化週間

夫・パートナーからの暴力やストーカーなどの事案は依然として数多く発生し、これら女性の権利強化のため、全国一斉「女性の権利強化週間」強化週間を実施します。

問合せ 東京法務局人権擁護部第三課 ☎03・5213・1234、「女性の人権ホットライン」☎0570・070・810

要安全確認計画記載建築物等の耐震改修

耐震改修の促進に関する法律に規定する要安全確認計画記載建築物または要緊急安全確認大規模建築物で、政府の補助を受け平成26年4月1日～平成29年3月31日までに建築基準法に基づく現行耐震基準に適合させる改修工事を行った場合

問合せ 課税課固定資産税係 ☎497・2042

女性の権利強化週間

問合せ 課税課固定資産税係 ☎497・2042

要安全確認計画記載建築物等の耐震改修

耐震改修の促進に関する法律に規定する要安全確認計画記載建築物または要緊急安全確認大規模建築物で、政府の補助を受け平成26年4月1日～平成29年3月31日までに建築基準法に基づく現行耐震基準に適合させる改修工事を行った場合

問合せ 課税課固定資産税係 ☎497・2042

今月の子育て支援事業

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
親子歯みがき教室	対象 満6か月～1歳6か月児と保護者。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・コップ・タオル	11月14日(金)、12月5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・歯ブラシ・コップ	月曜日または水曜日 ※詳細は申込み時に案内します。			
ママの時間	育児の悩みを、お子さん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。	11月26日(水)	午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分～)		
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。 対象 原則第1子で6～11か月の乳児とその保護者。先着20組 費用 100円(試食実習費) 持ち物 母子健康手帳	11月12日(水)	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	
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(試食実習費) 持ち物 母子健康手帳	11月13日(木)	午前10時～正午		
乳幼児健康診査	3～4か月児 平成26年7月に生まれた乳児とその母親 1歳6か月児 平成25年4月に生まれた幼児 3歳児 平成23年10月に生まれた幼児	11月11日(火) 11月4日(火) 11月18日(火)	午後0時30分～1時30分(受け付け) ※受付時間を調整します。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。
※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。					

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	11月8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。	11月8日(土)・22日(土)	午前9時30分～11時30分	公園広運動場	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)	健康推進課健康推進係 ☎497・2075
みんなで楽しくエクササイズ*	18歳以上の方	11月1日・15日・29日の土曜日 11月8日・22日の土曜日 11月2日・16日・30日の日曜日 11月9日・23日の日曜日	午後3時～4時 午前10時～11時	健康推進室(健康センター3階)	健康推進課健康推進係 ☎497・2075
夜間エクササイズ*	18歳以上の方	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。	11月4日(火)・18日(火) 11月9日(日)・23日(日)	午後7時～ 午後3時～		前日までに電話で健康推進課健康推進係へ ☎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。					

11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		
2日	酒田クリニック 野塩5-280-2 ☎496・7328	野塩旭が織本病院 野塩山1本病院 28 ☎491・0706	清瀬市歯科医師会	菅原 清瀬市歯科医師会	
3日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎497・3456	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	島崎 清瀬市歯科医師会	
9日	宇都宮病院 元町1-4-41 ☎491・0103	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	乾 清瀬市歯科医師会	
16日	中島医院 元町1-3-45 ☎495・6727	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	島田 清瀬市歯科医師会	
23日	清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎493・6111	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	加藤 清瀬市歯科医師会	
24日	北多摩クリニック 上清戸2-1-41 ☎496・7760	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	畑 清瀬市歯科医師会	
30日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎493・2727	旭が織本病院 261 ☎491・2121	清瀬市歯科医師会	肥後 清瀬市歯科医師会	

◆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

事業名	対象・内容など	日程	時間	場所	申込み・問合せ
新米ママと赤ちゃんの会	生後3か月前後の子どもと親。定員15組 地域で子育てする仲間を作りましょう。	11月14日・21日・28日の金曜日	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 info@with-ai.netへ
0・1・2 NP連続講座	1歳以上の子どもと親。定員12組。 カナダの子育てプログラムを学び、子育てスキルを高めましょう。 ※保育付き。(要事前予約)	11月7日～12月12日の金曜日(全6回)	午前10時～正午		
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)	11月14日(金) 11月19日(水)	午前10時～午後2時 午前10時～正午	男女共同参画センター 中里地域市民センター	NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎444・4533
こぼっくる		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 info@with-ai.net
野塩出張		祝日を除く月曜日		あいあいの家(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	
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	