No.1175

平成26年(2014年) 毎月1日・15日発行

発行/清瀬市

編集/企画部秘書広報課

手をつなぎ 心をつむぐ みどりの清瀬

所在地/〒204-8511 東京都清瀬市中里五丁目842

042-492-5111(市役所代表)

042-492-2415 ファクス

電子メール kouhou@city.kiyose.lg.jp

ホームページhttp://www.city.kiyose.lg.jp/

http://www.city.kiyose.lg.jp/ m_index.htm 携帯電話用QRコード⇒





市民の皆さんが、健康で幸せな生活を送るための情報を提供する 機会として始まった清瀬市健康まつり。

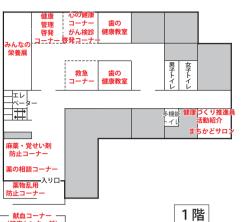
今年も、楽しみながら健康づくりに関心を持っていただけるコーナ を数多く用意しています。皆さん、ぜひご参加ください。

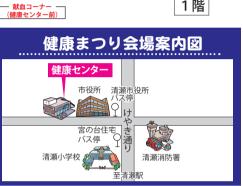
健康推進課健康推進係☎ 497・2075 問合せ

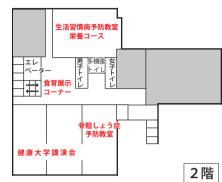
は一

生の宝物」をテーマに

健









室や展

示

啓

(要予約

健康まつりで集めよう! きよせご



対象ブースで測定を行うと、スタンプを 1 つ押 印します。一気にスタンプを集めるチャンスで す!

対象ブース 「健康大学講演会」「救急コーナー」 「献血・献血啓発コーナー」「健康管理・啓発 コーナー」「薬の相談コーナー」「体力テスト」「み んなの栄養展」

※スタンプカードをお持ちでない方には、当日 発行します。

きよせニンニンスタンプに関する問合せ 清瀬 商工会 491・6648

(受け

9

支給通知

歯の健康教室(先着20人・要予 時(まで受け付け

ための料理教室を行います。 5・6歳児のむし歯予防教室 に歯科健診・歯磨き指導・フッ はじめまして永久歯」をテ 栄養士 松村信子氏午前10時~午後1時

> 新潟医療福祉大学健 午後1時30分~3時

呼吸法などを学ぶ★「救急コー 各種啓発・展示・相談コーナー 血管年齢測定・健康管理 展 塚原典子氏 ナー」(時間=午前 汞 示を行う★「献血 午前10 EDの使い方や人 時~正午)

生活習慣病予防教室 をテーマに生活習慣病予防 、ルシー食材でおいしいラン 午前10時~11時30分

> ★健康大学講演会 午前10時~11時 歳以上の方

生活習慣病予防と骨の マに行う講演会です 健 康

一診・歯磨き練習をします。

査や測定を受けた方・骨粗

18歳以上の方(1

[服治療中の方を除く]



有

9月15日川 コミュニティプラザひまわりで開催

を祝って敬老大会 発行の商品券をお贈りします。 同封します。今年は清瀬商工会 他は直接会場へ。

削防止 (時間= テストや体力づくり ナー」、「がた)相談コー バランスは)時)が 健康増進室無料開放 ックを行います。 に、筋力・ ★体力テス 「運動で健 る方 午前10時~午後3時 18歳以上で健康増進室の初 なり いず 前 10 ります。 ん検診啓発コーナー」 時~午後3時 グ指導を受けたこと 柔軟性・平衡性のチ 大丈夫?~」をテー 康生活~あなたの体 れも午前10時~午後 ノー」、「心の健康コ の配布を行います。

は電話で健康推進課へ、その ンニンスタンプ対象です。 要予約」となっているもの

ネル展示を行う★「薬 ーナー」、薬について .―」、「麻薬・覚せい 展 食べて健康

時間 いずれも午前10時~午後3 ク、栄養相談も実施します。 体組成バランスチェックを行いま 夫~」をテーマに、パネル展示や と、「かんたん!おすすめレシピ」 す。また、肺年齢・体脂肪チェッ ★みんなの栄養展 「野菜で健康生活~世代別の工 健康推進課の食育事業の紹介 **★**マークのブースはきよせニ や 相 談

券をお持ちください。引換券は、 月1日現在清瀬市に住民登録 品をお渡ししますので、引換 出席者には、大会中に記 コミュニティプラザひま 成26年12月31日時点で 月15日 月午前10時~ を敬老大会案内状に 付けは午前9時30分 14年生まれ)以上で、 に印刷しています。 に案内状をお送りし 金を商品券で支 れ) の方 問合せ高齢支援課高齢福祉係 旬までに自宅へお届けします 支給方法 各地域の民生・児童 円、9歳及び10歳以上=1万円、 支給額(商品券) 88歳=5千 10歳以上(大正3年以前生ま 99歳(大正4年生まれ・白寿)、 年12月31日時点で88歳(大正15 民登録をしている方で、平成26 対象 8月1日現在清瀬市に住 497 • 2 0 8 1 委員と高齢支援課職員が9月中 100歳=3万円 昭和元年生まれ・米寿)、

をしている古

75 歳

(昭和

案内状右上

問合せ

公益社団法人日本看護協会

看護研修学校

部長にお話を伺いました。

看護職のスペシャリスト 医療現場のビタミン剤 公益社団法人日 本看護協会 護研修学校



清瀬駅南口から徒歩 10 分程の場所に位置する「看護研修学校」。

ますか。 看護師さんの仕事と言われたら、 何を思い浮かべ

のスペシャリスト「認定看護師※」が誕生しました。 現役の看護職の方が集う学校です 々のニーズに応える看護を届けられるように、 役割は「療養の世話」と「診療の補助」と定められて 看護研修学校」は、 しく変わっていく医療の現場において、 いますが、その内容は多岐にわたります。 今回は同校の竹股喜代子校長と宇山泰司総務管理 梅園一丁目にある「公益社団法人 日本看護協会 看護職 (保健師・ 認定看護師を目指して全国から 助産師・看護師・准看護師) すべての人 目まぐる · 看護 の

師を目指して、全国から約 200 人の現役看護職が集う

の約2割が、 修了生です。

践・指導・相談を行う看護師のこと。おいて卓越した看護技術と知識を有し、然日本看護協会が認定する、特定の分野 実に

このコ では、市内在住 の市民編集委員 が清瀬に関連す る施設や事業者 巡って、清瀬の 特徴を紹介しま

す。



高橋玲子さん (上清戸在住・会社員)

明日の認定看 護師 目指し を 7

ŧ そうです。 まる午後9時まで続くこともある スペースで学習に励んでいまし 多くの学生さんが教室や談話 グループ学習など、 れた日は、 午後6時を過ぎて 校舎が閉

ある方ですが、実際には10年以 かがえました。 待に応えようとしている様子がう 雰囲気で、真摯に知識やスキルを は、 の経験を持つ方が多く、そのほと んどがリーダークラスの看護師で 看護研修学校に入学できるの 5年以上看護師の実務経験が そのためか非常に落ち着いた 送り出してくれた病院の期

ます。全国で活躍する認定看護師 泄ケア、感染管理、 病院に「認定看護師」として戻り 育課程があります 小児救急看護、認知症看護)の教 た看護研修学校は、現在、 (救急看護、集中ケア、皮膚・排 各学科には約30人の学生が集ま 1987年に清瀬市に設立され 認定試験を経て、それぞれの 1年間みっちり教育を受けた 清瀬の看護研修学校 糖尿病看護 · 7 学科



される思いがします。 般見学も可能だそうです 特別資料室は、希望があれる



もしれません。

の方も人当たりが柔らかく、 らでしょうか。学生さんも教職員 色調が印象的でした。 も温かみのあるパステルトー 看護・医療関係の図書が4万7 患者さんと接する機会が多いか 圧巻の図書 館

温かみあふれる校内

今回お話を伺った、竹股校長 (右) と宇山総務管理部長

利用できる図書館は、 って支えてきた看護の歴史を伺 の書簡」や「『看護覚え書』初版本 込んでくる「ナイチンゲール自筆 からきれいに保管されながらも せる資料は、見るだけで背筋を正 ロフィルムなど、人が人に寄り添 など貴重な資料にも圧倒されまし すぐ手にとれるのにも驚きました 護」など、歴史ある雑誌が創刊号 などのサポートをしてくれます。 スペースが設けられ、 もちろん海外の電子ジャーナルも 千冊、専門誌が95誌、 1949年創刊の機関誌「看 大正時代の看護婦免許証や往 特別資料室に入ると目に飛び 診療の記録を収めたマイク 更に国内は 司書が検索 窓辺に学習

なっても、

「まだまだスペシャリ

研修学校を修了し認定看護師と

ストとしてのスタートです」と、

が活躍しているそうなので、 院後も健やかに生活できるようケ 選びの参考にしてみるのもよいか アするのは看護師なのです 清瀬市内でも17人の認定看護 **手術をするのは医師ですが、**

した。研修学校の学習機会や講習 ですね」と、 向上にもつながればうれしいこと た研修学校が、清瀬市の医療環境 ことを期待します。 縁あって清瀬の地に設立され 市内の看護職を支えてくれる 宇山部長は話されま



認 定看 護 師 の 活

竹股校長は話されます かに看護実践の質が違います」と、 師への指導や普及も含めて明ら 認定看護師がいると、 般

るよう、 漏れない工夫、人工肛門をマー 使して適切な看護を施します。 場所を医師に示す)など、患者さ だれるなど苦労は計りしれませ うなつらさに加え、取り扱いが難 んの日常生活の苦労が少しでも減 ングする(患者が最も扱いやす 人としての尊厳を傷つけられるよ 肛門を付けることがあります。 門が機能を果たせない場合、 いこともあり、 例えば、病気で胃や腸を切除し、 認定看護師は、保護剤の選択、 知識と技術のすべてを駆 周囲の皮膚がた V 丰

退 きる、インター うな研修も行っています。

備え

ある限り、 も教員が被災 ます。東日本 援を行いまし なり初期の段階で、研修学校から 学校といえ た。 (地へ向かい、災害支 大震災の時には、か 育以外の役割もあり ども看護職の集団で

特別資料室に展示されている、ナイ チンゲール著「看護覚え書」の初版

躍

マジックミラー(右奥)が設置してある実習室も。実習を間近で講師がチェックしていると学生が緊張してしまう場合があるが、マジックミラーを介すことで、いつも通りの力を発揮しやすい。

竹股校長。 資格は5年ごとの認定更新制 規定の実 、践時間や自己研鑽実

生だけでなく、すべての看護職を 別の学術集会の企画開催や、修了 護協会と連携して年に7回の領域 対象にして継続的に学習できるよ 向上するため 績が審査され 研修学校では、看護実践の質を ます。 に、47都道府県の看

間や場所に制約を受けずに受講で ンデマンド研修」を更に充実させ たいそうです 今後は全国15万人の看護職が時 -ネットを使った「オ

さ

えるとうれしいと思いました。 を得て成果を地元に還元してもら 学校をより一層知り、研修の機会

社会の 待・人々の に応える看護

ったものであるよう、教職員も日 の動きを見据 め 施策も変化していきます。このた られるなど、 細かな段階に 齢社会においては、病院ではなく 々勉強を積み 社会の状況に 療養施設や在宅での看護、病状の の期待に応える質の高い看護」を 目指し活動しています。現在の高 看護研修学校は、「社会や人々 研修学校 重ねています。 え、臨床の課題に沿 での教育内容も社会 よって変化し、国の 臨床の課題は時代や 合わせた看護が求め

さま方との交流、ネットワークを える」ことへの示唆になりました。 語ってくださいました。 す」と、竹股校長は今後の展望を 持つための取り組みも進めたいで る研修学校として、市や市民の皆 とが、現在の課題だそうです。 かで体制をしっかり作っておくこ い動き方ができるよう、組織のな か、研修学校ではプロジェクトチ 非常時に具体的にどう動けばよい 緊急事態のなかでも、後悔しな また、「今後、清瀬市に立地す ムを作り、対策を進めています。 この経験は、医療機関として「備

材を 終え て

取

団がいることは、とても心強いと 感じました。 市内に看護のスペシャリスト集

集った多くの看護師さんが臨床で もいるそうです。全国から清瀬に んにはこの近距離にある看護研修 更に活躍されることを願います。 た方を救い、表彰された学生さん そして、市内医療関係者の皆さ 清瀬駅付近で心肺停止状態だっ

消費生活相談 の現場 か 6

<事例1>

○○協会という業界団体のよ うな名前のところから、「火災 保険を利用して家の修繕をしま せんか。自己負担はありません」 という電話がしつこくかかって くる。

「保険料を支払っているのだ から補償を受けるのは契約者と して当然の権利だ」と説得され たが、本当にそんなことが可能 なのか。

<事例2>

「自然災害で壊れた箇所はあ りませんか」と事業者が訪問し てきた。昨年の台風で屋根が傷 んでいることを告げると「火災 保険で修理できる。保険申請も 手伝う」と言われた。無料で修 理できるならと思い、その事業 者と工事請負契約を結んだ。

その後、保険金が出ることに なったが、工事はなじみの業者 に頼んだほうが良いと思い解約 しようとしたところ、保険金の 50公の違約金を請求された。

<アドバイス>

電話勧誘や訪問により「無料 で修理工事をする」「保険金の 範囲内で修理するから自己負担

「保険金が使える」という 住宅修理サービスでのトラ ブルに注意!



はない」など、無料を強調した 勧誘が行われています。

火災保険は自然災害も補償対 象とすることができますが、経 年劣化は補償対象になりませ ん。住宅の損傷の原因が経年劣 化であると知りながら自然災害 と偽って保険会社などに申請す ると、消費者が保険会社などか ら契約を解除されるだけでな く、詐欺に問われる可能性もあ ります。不明点は、保険会社に 問い合わせてください。

また、自己負担ゼロと説明さ れたにもかかわらず、実際には 大半が保険金支払いの対象では なく自己負担となってしまった という苦情もあります。

事業者の説明を鵜呑みにせ ず、必要のない勧誘はきっぱり と断りましょう。また、自分の 保険契約の内容を理解した上で 保険金が必要であれば事実に基 づいて申請を行いましょう。

問合せ 消費生活センター☎ 495·6212(相談専用)

コラム

清瀬の風俗や郷土文化、伝統な どを写真やイラストとともに紹介 します。

問合せ 郷土博物館☎ 493・8585

キヨセ ケヤキ ロードギャラリー作品紹介その5

夏休みが終わり、登下校をする子どもたちでにぎわいを見せるけや き通り。今回は、キヨセケヤキロードギャラリーにたたずむ少年・少 女をご紹介します。

笛吹き少年 この少年像のように、 作者の作品は清 若々しく な婦

【作者紹介】 舟越保武(1912~2002)

東京美術学校彫刻科卒。高村 光太郎賞、中原悌二郎賞、芸術 選奨文部大臣賞などを受賞。新 制作協会彫刻部創立会員。東京 藝術大学名誉教授。戦後日本を 代表する彫刻家として活躍。

作品配置場所



【作者紹介】 リン・チャドウィック(1914 $\sim 2003)$

イギリスのロンドン生まれ。 数々の国際賞を受賞し、国際的 な作家としての地位を不動のも のとする。フランス芸術文学勲 章を受章。

家電量販店 人

至市役所

清瀬市 郷土博物館

8月24日に「平成26年度清 瀬市総合防災訓練」が行われま した。今年は清瀬市役所や清瀬 小学校などで開催され、災害対 策本部訓練や学校避難所開設訓 練、防災行動力の向上などを目 的とした実践的な訓練が行われ ました。

学校避難所開設訓練では、市 職員・学校担当者や、近隣自治 会の方たちが協力し、実際に建 物の安全確認や備蓄保管庫の確 認などを行い、学校避難所を開 設するための手順を確認しまし た。訓練会場ではお互いの連携 チームワークの大切さを改めて 感じました。

また、今年も六小地区自治会 連合会では、9月13日(土)・14 日(日)に「サバイバルキャンプ」 が行われます。13日には「消火 訓練」や「煙体験」、「AED の使 用方法」、小学生向けの「防災 講座」など、子どもだけではな く、おとなも一緒に参加できる 訓練が行われます。

各自治会などでも、9月は防 災訓練が予定されていることと 思います。身近なご近所同士、 防災訓練を通じ「地域のチカラ」

防災訓練を通じた 地域のチカラ

をはぐくみ、協力体制を整え、 更に防災意識を高めることが、 いざという時の備えに役立つの ではないでしょうか。

次回の各校区の円卓会議は下 記のとおりとなっています。

地域コミュニティーに参加し てみたい方、地域の防災問題な どについて話し合いたいとお考 えの方など、各地域にお住まい の方なら、どなたでも参加する ことができます。ぜひご参加く ださい。

また、まだ円卓会議が行われ ていない小学校区でも、円卓会 議を立ち上げたいという方は下 記までご連絡ください。

問合せ 企画課市民協働係☎ 497 • 1803

円卓会議の開催日程

芝小・四小=9月15日(月)午後 2時~、四中図書室

七小=9月13日(土)午前10時~、 七小大会議室

三小=9月17日冰午後6時~、 三小被服室

六小=決定次第市のホームペー ジでお知らせいたします。

塩分はおいしさの要と言える ほど、食には欠かせない存在で す。ただし、摂りすぎると健康 を脅かす存在でもあります。

例えば、濃い塩分の汁など を飲んだ後に水を飲みたくなっ た経験はありませんか。これは 高くなった血液中の塩分濃度を 下げるために水分を多くため込 み、体液を一定に保つように体 自身が調節しているためです。

その結果、血液量が増え、そ の分心臓は血液を強く送り出さ なくてはならないので、血圧が 上がって高血圧を招きます。

また、水分排泄・老廃物ろ過 を行う腎臓にも大きな負担がか かります。腎機能は血液検査や 尿検査で分かるので、健診を受 け、その結果をしっかり見て今 の状態を把握しましょう。腎機 能が分かる検査項目は、「血清 クレアチニン」と「尿たんぱく」 です。

塩分の摂りすぎは、他にも全 身の臓器に悪影響を及ぼし、さ まざまな病気を招くので、日ご ろから減塩を意識することが大 切です。食品や料理に含まれる 塩分は直接目に見えないので、

始めよう! 減塩生活

塩分を多く含むものを把握した り、栄養成分表示※を確認する 習慣をつけましょう。

昔に比べ、食塩摂取率は減少 傾向にありますが、平成24年 度の国民健康栄養調査による と、1日あたりの食塩摂取率 の平均は男性が 11.3 2ラ、女性 が 9.62元であり、日本人の食事 摂取基準に定められている1日 の目標量(男性9٤億未満、女性 7.5
② 未満)を越えています。

この機会に食生活を見直し、 減塩生活を始めてみませんか。 ※栄養成分表示の見方 ナトリウム量(キックシ^ラ)× 2.54 ÷ 1000 =食塩相当量(ζ϶)

◆お試しください!

減塩のヒント

- ・塩分の多い食品を食べる頻度 を減らす
- 汁ものは具だくさんにする
- めん類のつゆは飲み干さない
- ・酸味や柑橘類などを活用する ・香味野菜、香辛料を利用する
- ・ソース、しょうゆは上からか けずに漬けて食べる

問合せ健康推進課健康推進係 **☎** 497 · 2075

9月20日生から26日金は動物愛護週間

動物は責任と愛情を持って最期まで飼いましょう

動物愛護週間は、命あるものである動物の愛護と適正な飼育につ いての関心と理解を深めるために、「動物の愛護及び管理に関する 法律」に基づいて設けられたものです。

ダイヤルイン番号が混雑している場合は、代表

番号(042・492・5111)へおかけください。

この機会に、私たちが飼っている動物、身近にいる動物たちにつ いて、もう一度考えてみましょう。

問合せ 水と緑の環境課環境衛生係☎ 497·2099

◆動物は正しく終生飼養 不妊・去勢手術も忘れずに!

飼い主は、動物を飼育する上で、その習性や生理をよ く理解し、愛情を持って一生を養う責任があります。日 ごろから健康管理に気を配り、犬を飼い始めたら必ず登 録し、狂犬病の予防注射を受けさせましょう。



また、繁殖を望まない場合は不妊・去勢手術をしましょう。「手 術はかわいそう」と思われる方もいますが、不妊・去勢手術をする と性質がおとなしくなり、扱いやすくなるなどのメリットがある他、 生殖器系の病気の予防にもなります。

◆猫の飼育は屋内で 犬の散歩はルールを守って

後月

0 12

時30分

分(小)

雨決時

、ポンプ車による操法訓が一の災害や火災などに

とご協力をお願

いします。

月

旬

まで

四

義援金

にご協力を

、施しています。 ご

理

解



問合せ

※いず

ħ

①防災防犯課防災係れも直接会場へ。

現在の交通事情や住宅事情を考えると、都会で猫を飼 う場合には、屋内で飼育することが望ましいと言えます。 上下運動ができるよう家具の上などにも上がれる工夫を し、専用トイレ、爪とぎなどを用意することや、不妊・

去勢手術を実施することが屋内飼育を成功させるコツです。 犬の散歩をする時は、犬をリードでつなぎましょう。散歩中にオ シッコをしてしまった時はすぐに水で流し、フンをした時は家まで 持ち帰ることが飼い主の責任です。

栓などが設置されている事業

レロ提

ギ

・ラリー

然保護に

言により、

キヨ

セ

できます。

パンフ

1せ 企画課市民協働係な

ット

の自衛消防隊を対象に、自

審査会を開催し

消防団の操法訓

◆災害への備えを怠らない

災害が発生した場合、まずは人命第一です。また、避難する時は、 事情の許す限り動物を同行して避難してください。「普段から人や 他の動物を怖がらない」「トイレは決められた場所でする」などのし つけをしておきましょう。動物のための防災用品も用意しましょう。

〜関連イベント〜

動物愛護週間中央行事 「動物愛護ふれあいフェスティバル」 ①「動物愛護セレモニー」「パネル展示」など②動物愛護シン ポジウム「高齢者とペットの関わり」や「ペットトラブルに関す る法律」についての講演など。先着 390 人。

9月23日(火)①午前11時~午後4時(小雨決行)②正午~午 後4時30分

場所 ①上野恩賜公園②東京国立博物館(いずれも東京都台東区 上野公園)

※①は直接会場へ。②の申し込みは9月1日から22日正午まで に電話で(公社)日本動物福祉協会☎03・5740・8856へ。 **問合せ** 同協会または東京都福祉保健局健康安全部環境保健衛生

課☎ 03 · 5320 · 4412 飼い主のいない猫対策セミナー~野良猫を増やさないために~

講演会・個別相談会など。今回は第1弾として、野塩の飼い主 のいない猫の問題について考えます。先着30人。

9月20日出午後1時30分~4時30分

野塩地域市民センター

防

J

ボ

ンプ操法

審

查

衛消

防

訓

練

審

查

会

を

開

市が保有する市民の方②保有個人情報開示制度

の方の

き、原則すべて開示されます。人財産の保全などの理由を除

平成

26

年

-度消防

団

ポ

ンプ操法審査会

NPO 法人ねこだすけ代表 工藤久美子氏・練馬保健所職 石森信雄氏 ※直接会場へ。

費場 14 27 **日**用所 日 月 **時**

(日) (木)

問合せ 水と緑の環境課環境衛生係☎ 497・2099

は消印が印し

がき(記入例参照)で印有効)までに直接またし込みは9月30日(郵送

がありますので、※直接会場へ。駐 はご遠慮ください 清瀬消防署では、 は、 を う審 6 タ

②自衛消防訓練審査会 駐車場に限 車での

瀬市消防 消防ポンプ車の操法技機市消防団(7個分団) 査会を開催 前 時



さん

の提案で住み

ょ

い

ま

らちを

ま

ち

IJ

で提案を募集

提

日ごろの訓練の成果を披露する消防団員(写真右)と自衛消 防訓練審査会の出場者 (昨年)

民の皆さんからのまちづくり民の皆さんからのまちづくります。是案は委員会で審議し、市長へ提言を行います。これ市長へ提言を行います。である。

と内ペ他へ表がの一、投参

-ジ「まちづくり委員会」

かんしていただく方法の

ファクスまたは市ホーム

(照) に備え付けの提案箱

提案フォームでも行うこ

日までに35歳になる方を含歳以上の方(平成27年3月31加で募集をします。 **費用** 50円(免除制度があり 11月25日(火・15日用) 12月11日(木・15日用) 15日用(木・15日用) 日日の大・ 12 26 が 月月 (金) (水) 含 31 35

【はがき記入例】

〒204-8511 大腸がん検診申込み 52円 氏名(ふりがな) 清瀬市健康センター 生年月日 健康推進課 「大腸がん検診申込み係」 電話番号

ん検診申込み係」へ。 問合せ 8 5 1 1 市健

「大腸が 康セ

が て 追 ょ う

才

の実施

された情報は、

個人情報や個

対象に公開するもので、請求 市が保管・保存する文書を

受診希望日

持ちの方が、

オンブズ

※申立ては、市役所・市内各(弁護士)・関根靖弘(弁護士)と関根靖弘(弁護士)どを行います。

係**3**497 2031

開

制

の申し立てを

健康推進課健康推 正運用の確保を図るために行動する人のことです。

行政苦情の解決や行政の

適

調査・判断を行い、必要に応ズパーソンが第三者の立場で

市民

市民に代いて、

わ監

497

· 2075

査専門員)とは、

場所 市内各所 午後8時~10時 9日 防災防犯課防災係 B て、義援金の募集を行ってい発生した広島市への支援とし市では、大規模土砂災害が 義援金の募集を行ってい

(施設に募

問合せ

8 4 7

設置場所

島 市 大 規 模 土 砂 **555**

係問 合 ご協力をお願いします。 金箱を設置していますので、 **せ** 社会福祉課社会福祉 497 2 0 5 6

施設名 度などが実 市役所 松山地域 市民センター 現 野塩地域 市民センター 下宿地域 市民センター

竹丘地域 市民センタ 中央図書館 駅前図書館

生涯学習 センター

男女共同 参画センター

私道の非課税申告を分筆されていない

費用 郷土博物館 493・8585へ 申込み 9月2日から電話で 郷土博物館職員

場 所 200円 (材料費) 郷土博物館

日時 を作って食べます。先着20人。 伝統料理である焼きだんご 9月20日出午前10時~

焼きだんご作り講習会先人の知恵に学ぶ

問合せ 文書法制課 497・ など)を持参し、直接左記へ。 2 0 3 1

示請求することができます。 開示決定 請求を受けた日の 開示決定 請求を受けた日の 要日から14日以内に開示・一 要日から14日以内に開示・一 の決定通知書で通知します(や かを得ない理由がある時に限 り、決定までの期間を延長) り、決定までの期間を延長)

免許証や健康保険被保険者証 開示請求書は市ホームページ は郵送、ファクスで(公文書 本人確認ができる書類(運転 からもダウンロード可)②は ①は直接また 問合せ 文書法制課文書法制 ファクスでオンブズパーソン ドできる苦情申立書に必要事 事務局(文書法制課内)へ。 項を記入し、直接または郵送、 ホームページからダウンロー

公共施設にある、または市

申し立てに対して、オンブることができます。 制 の

を!

税が非課税扱いになります。 内に手続きすることで、翌年 497 • 2 0 4 2 問合せ課税課固定資産税係 度から固定資産税・都市計画 準法上の道路は、私道部分の 面積が分かる図面を添え、年 がら分筆されていない建築基 分筆されていない私道や、現 に道路として使用されていな 公衆用道路と性格が同様な

IJ

ボ

ょ

せ

育

サ

ス

神 岩 (ののつうなとの合理手	ヨー見
制度	対 象 者	給付の内容など
特 別 児 童 扶 養 手 当 (国制度)	次のいずれかの障害程度で20歳未満の児童を扶養する 父母または養育者。①身体障害者手帳1~4級の一部② 愛の手帳1~3度程度③「①」「②」と同程度の疾病若しく は、身体または精神に障害のある方	月額 49,900 円 または 33,230 円 (等級による)
(国制度)	① 20 歳以上の日常生活で常時特別な介護を必要とする程度の障害のある方②身体障害者手帳 1 ~ 2 級、愛の手帳 1 ~ 2 度程度で重複障害の方③「①」「②」と同程度の疾病、精神障害があり一人で日常生活ができない状態の方	月額 26,000 円
障 害 児 福 祉 手当(国制度)	① 20 歳未満の日常生活で常時介護を必要とする程度の児 童②身体障害者手帳1~2級、愛の手帳1~2度程度③「①」 「②」と同程度の疾病、精神障害のある児童	月額 14,140 円
福祉手当	次のいずれかの障害程度のある20歳以上64歳以下の方。 ①身体障害者手帳1~2級②愛の手帳1~3度③脳性 麻痺(まひ)④進行性筋萎縮(いしゅく)症	月額 15,500 円
重 度 心 身障害者手当 (都制度)	次のいずれかの障害程度のある64歳以下の方(東京都の認定が必要)。①最重度の知的障害で常時特別な介護が必要な方②重度の知的障害と身体障害を重複の方③重度の肢体不自由で両上肢、両下肢の機能が失われ常時特別な介護が必要な方	月額 60,000 円
手当(市制度)	次のいずれかの障害程度のある20歳以上64歳以下の方。 ①身体障害者手帳4級以上②愛の手帳4度以上	月額 4,000 円 (併給なし)
手当(市制度)	次のいずれかの障害程度のある 20 歳未満の児童を扶養する父母など。①身体障害者手帳 4 級以上②愛の手帳 4 度以上	(併給なし)
福祉タクシー 利 用 助 成 (市制度)	次のいずれかの障害程度のある方。①身体障害者手帳 1 ~ 2 級②愛の手帳 1 ~ 2 度	半年で 19,800 円 を上限
心身障害者 (児)ガソリン 費補助 (市制度)	次のいずれかの障害程度のある方。①身体障害者手帳 6 級以上②愛の手帳 4 度以上	月額 1 兆あたり 54 円(上限は等級に より 30 または 50 兆)
難病疾患者援 護金(市制度)	市が定める特殊疾病にり患していて、かつ東京都発行の 特殊疾病医療券(法制番号 51)をお持ちの方。	月額 4,500 円
◆児童扶養 手当(国制度)	18 歳到達の年度末までの児童、または 20 歳未満で政令で定める程度の障害のある児童を養育し、次の要件に該当している方。①父子・母子・養育者家庭など②父または母が重度の障害である場合	月額 1 人の場合 41,020 円~ 9,680 円(所得額による)
手当 - 育成手	18 歳到達の年度末までの児童を養育し、次の要件に該当している方。①父子・母子・養育者家庭など②父または母が身体障害者手帳 1 ~ 2 級程度である場合	月額 1 人 13,500 円
手当 - 障害手	次のいずれかに該当する 20 歳未満の児童を養育している方。①身体障害者手帳 1 ~ 2 級程度②愛の手帳 1 ~ 3 度程度③脳性麻痺(まひ)④進行性筋萎縮(いしゅく)症	月額 1 人 15,500 円

※いずれも所得制限などがあります。金額が変更になる場合もあります。詳細は、◆ が付いた手当は子育て支援課助成係四 497・2088、その他は障害福祉課庶務係四 497・ 2072 へお問い合わせください。

分から シス 指導 清海 辺の高 課 散午 ケ 360 場 後 原湿原から物見岩・蝶や195以)へ。2日目は1分度の展望が望める入気場からゴンドラリフトを 発は午 清瀬駅 495 電 の 6 5切バス代 話で生 瀬岳友会指導 時 前 周 7 O (予定) Ш -前7時) 辺 王涯学習スポー日午前8時? Ŏ 1 (1泊3 やき 步 る入笠 険 ~ 6 5 時 員山 集 Ш < 合 食 日 45 30 々 を

10月 時 間 内容 午前 9 時 30 分~ 受け付け 開講式 午前 10 時~正午 オリエンテ<u>ーション</u> 保育の心 午後1時~3時 心の発達と保育者の 午前9時30分~ 6日 (月) 午後 0 時 30 分 かかわり 子どもの生活への 8日 午後1時30分 ケアと援助 (水) ~3時30分 午後2時~ 5時 14日 身体の発達と病気 (火) 午前9時30分 15日 子どもの遊び 午後0時30分 (水) 16日 午後2時30分 障害のある子の 預かりについて ~4時30分 (木) 事故による子どもの障害一実態、予防、 午前 10 時~正午 20日 応急処置-(月) 子どもの栄養と (保育が必 午後1時~4時 食生活 ◆小児看護の基礎 23日 午後1時30分 (木) ~3時30分 知識 28日 (火) 午後1時30分 ◆病後児保育・病児 また 保育施設見学 は ~3時 29日 (水) 31日 午前9時30分~ ◆普通救急救命講習 午後 0 時 30 分 (金) 子育て支援サービス 午前 10 時~正午 11月 を提供するために 6日 修了式 · 修了証授与 午後1時~2時

講習会日程

お知らせ~information

クは、病児・病後児の講習のため保育 はありません。

子育て応じ 会員」 合う会 象 供 0) 会 が、 援 員」として登録し、 、子育でについて助 、子育でについて助 、接助を行う「提供 助を受けたい「依頼 助り 及 参加し び がかしていた として登録! です。受講終 近 隣に 居 住

各回先着6人)。 がい 2好きな方(る20歳以 上の健 (保育は要予約・ 定 員 30 キスト代 康で子ど 月 \Box

> 域 492 込 後 直用 5 1 接 1 セ 9 時 ま 1 に ンター た 必 3 FAX サ 5 はフ 9 要 ポ \exists 事 ず項を記すなどにあっ 午 か きよ 前 5 5 9 6時せで入る各

ファミリ 申地 B

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。

9 回日米親善交流野球大会」 を開催

少年野球チーム「清瀬ポニー」が主催となり、アメリカ合衆国カ リフォルニア州ウエストヒルズ選抜チームを迎えて「第9回日米親 善交流野球大会」を開催しました。

8月2日には、健康センターで表敬訪問のセレモニーが行われ ました。両チームの記念品交換では、元カリフォルニア州知事で 俳優のアーノルド・シュワルツェネッガー氏のサインボールが贈ら れるなど、和やかな雰囲気の中でお互いの健闘を誓い合い、友 好を深めました。



両チームメンバーと渋谷市長(中央)



野球大会の様子

①歌声サロン

歌声サロンは客席の皆さんが主役 です。客席に座ったままピアノやバ ンドの生演奏にあわせて歌います。 日時 9月24日(水)午後2時~4時 (開場は午後1時30分)

講師 杉山公章氏

費用 1,000円

※直接会場へ。

②清瀬けやき亭 落語応援会

新作派若手の注目株・志ん八と鯉 八による二人会。

日時 9月27日生)午後2時~4時 出演 古今亭志ん八、瀧川鯉八 費用 1,000 円・小学生 500 円

③ベビーマッサージ教室

マッサージオイルを使って赤ちゃ んとやさしく触れあいます。 対象 2か月~ハイハイ前までの赤

ちゃん。先着 10 組 日時 9月9日 (以午前10時30分

~正午

費用 1,500 円

④春風亭一蔵 落語会

期待度ナンバーワンの若手・一蔵

日時 9月28日(日)午後1時30分 (開場は午後1時)

出演 春風亭一蔵・春風亭一之輔・ あした順子

前売り一般 2,000 円・友の会 費用 1,700 円・当日一般 2,300 円(全席 指定・未就学児入場不可)

⑤うたごえ教室

プロによる指導を受けながら、歌 ってみませんか。先着 40 人。

日時 9月3日似午後2時~3時 30分

費用 1,500円

申込み ②から⑤は直接または電話 で清瀬けやきホール 493・4011

シ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「お月見 のミニ掛け軸」

卓上置きもできるミニ掛け軸を作 ります。

対象 小学4年生以上。先着10人 日時 9月7日(日)午前10時~正午 費用 500円 (材料費込)

②世界の料理教室(中国編)

先着 24 人。

日時 9月25日(木)午前10時~午 後1時

費用 1,500円(材料費込み) ※託児あり。(1世帯 500円・要事 前予約)

③キングストーンズのひまわりライ

全 12 曲をお楽しみください。先 着 300 人。

日時 9月28日(日)午後7時~8時 30分

1,500 円 費用

④オカリナ教室

音譜が読めなくても大丈夫です。 各先着 10 人。

日時 体験教室=9月25日(水)午後 1 時~ 2 時 30 分、定期教室= 10 月9日・23日、11月13日・27日、 12月11日・25日の木曜日の午後 1時~2時30分(全6回)

費用 体験教室=500円(別途オ カリナレンタル可・1,000円)、定 期教室= 4,200円(別途テキスト代 1,080 円、オカリナレンタル可、 3 情報労連東京福祉センター**な** 497・ か月 1,000 円)

持ち物 オカリナ

⑤アロマさんこんにちは

初心者向けアロマ教室です。各先 着 16 人。

日時 体験教室=9月30日(火)、定 期教室=10月14日・21日、11月 11 日・18 日、12 月 9 日の火曜日(全 5回)、いずれも午前10時~11時 30分

費用 体験教室=500円(材料費 込)、定期教室= 7,500円(初回の みテキスト代 580円)

持ち物 筆記用具、飲み物、タオル 申込み ①から⑤とも直接または電 話でコミニティプラザひまわり 🕿 495 · 5100 △

◆無料パソコン教室(Windows8) 各コースとも先着 10人。

日時 水曜コース=9月3日・10 日・17日・24日、11月5日・12日・ 19日・26日、土曜コース=9月6 日・13 日・20 日・27 日、11 月 8 日・ 15 日・22 日・29 日いずれも午前 10 時~正午(全4回)

◆無料タブレット(i P a d) 教室 先着 10 人。

日時 11月20日(水)または12月18 日休午前 10 時~正午

◆健康クラブの無料体験(随時受付) ミニ・デイサービス、ヨガ、ピン ボン、はつらつ体操、健康麻雀など。 申込み いずれも電話で NPO 法人 8500 ^

◆生解説プラネタリウム「皆既月食 ~赤い月を見よう! 」

10月8日に全国で皆既月食が見 られます。月食の月が赤く見える訳 などを紹介します。各日先着234人。 日時 9月5日(金)~10月5日(日)(投 影時間約45分)、月・金曜日=午 後3時50分~(水曜のみ午後1時 ~の回あり)、土・日曜、祝日=午 後 1 時 10 分~・午後 3 時 50 分~ 費用 観覧付入館券おとな 1,000 円、4歳~高校生400円

申込み 直接多摩六都科学館☎

042 · 469 · 6100 ^

交

通

安

全

講

習

会

午後3時30分

<

オ

日時 9月28日(同一) 雨天時 対象市内在住・在勤の方 8日(水) (雨天時は10月15日 は10月5日(1) または10月 で医師からの運動制限がな 集合=午前9時(出

場 所 係四497・2077へ た服装と運動靴

催 物

クを作ります。どなたでも参 **日時** 9月13日出午前10時 加できます。 和服でおしゃれなチュニッ

いない講座リメイク教室」 環境市民スクール「もった

場 所 費用 持ち物 端切れ・裁縫道具・ 宮阪順子氏 第四中学校 450 円

ごみ袋 筆記用具・履き物・新聞紙 裁ちばさみ・昼食・物差し・

日時 意識向上を目指し開催。 駆け、交通ルール遵守と安全 秋の全国交通安全運動に先 9月10日冰午後6時~

内容 場 所 中清 交通安全ビデオ・講話 戸 地 域 市民セン

者多数の場合抽選)

歩きます。定員101人。(応募

園 (休憩・散策)、水の碑を

策清

瀬

市 定

長

期総合計

議

会画

問合せ 通安全グッズをプレゼント。 ※直接会場へ。参加者には交 係☎49・2096 道路交通課交通安全

26 • 9 •

1

午後0時30分(予定) 申込み 9月1日から電話 持ち物 飲み物・雨具他 発は午前9時30分)、 で健康推進課保健サービス 服装 ウオーキングに適し 解散=金山緑地公園 集合=健康センタ

スとしつけボイス~ 講座~ほめほめボイ こどもに響く!声力

せんか。 れば言いたい事は伝わります。 表情豊かな声を身に付けるボ イストレーニングをしてみま 、のトーンや話し方を変え

の方。 対象 市内在住・在勤・在学 先着 30 人

場 所 の火曜日午前10時~11時30分 日時 9月16日・23日・30日 ※妊娠中やお子様連れでも参 アミューホール

申込み 加可能。 0 涯学習スポーツ課**3**49・70 直接または電話で生 ただし、保育なし。

事業 第10回水と緑多摩六都課題共有 ウォッチングウォー

持ち物 日 時 園地駅南口 (西武多摩湖線)· ※雨天決行、荒天の場合中止。 解散=小平駅南口 正午 (予定)、集合=西武遊 10月4日出午前9時~ 軽食・飲み物・雨具

5111 midori@m01.city 2-3 東村山市みどりと 8501東村山市本町一丁目電話番号を記入し、〒189― ルに、 でに往復はがきまたはメー 公園課みどりの係☎042・393・ higashimurayama.tokyo.jp < 住所・氏名・年齢・ 9 月 19 日 (必着)

市民活動展示・発表会

瀬市文化協会加盟団体・清石 会)があります。 す。28日はこけ玉づくり(清 発表や展示など紹介を行いま 市民活動団体が活動内容の

問合せ

郷土博:

物

館 B

493

8585

※直接会場へ。

場 所

郷土博物館

午後3時 午後3時・28日(J午前10時~ 9月27日(J午前11時~

場 所 ※直接会場へ。 市民活動センター

日時 9月13日出午前10時~ 午後4時・14日间午前9時30 南相馬市物産店も同時開催。 ssible」です。福島県 h s s I s I m P m o

場 所 ※直接会場へ。 分~午後2時30分 清瀬高校(松山三丁目)

虹の水門、都立東村山中央公村山貯水池や狭山・境緑道、 問合せ 0 清瀬高校**3**492・35

います。 合計画」の第4回審議会を行 を示す「第4次清瀬市長期総 長期的なまちづくりの方向

会場へ。 日時 ※傍聴を希望される方は直接 9月29日/月午後6時 清瀬けやきホール

問合せ 企画課企画調整担当

画 会 大 Ė 然

を四季を通して追う。 子育てする様子を追う。 自然のなかで巣作り・産卵 奇形サルの子育ての逞しさ-「ニホンザル母の愛」 「トキよ舞いあがれ」 9月13日出午後1時30

生涯学習

きのスライド講覧(習(動 習)

の方。 ーメーカー使用。 s7についているアプリ・W を作成します。Window indowsLiveムービ デジカメ画像を使い、動画 定員各コース20人(応 市内在住・在勤・在学

募者多数の場合抽選) 左表のとおり

スライド 1	スライド 2	スライド 3					
10月							
4日(土) 5日(日) 11日(土) 12日(日)	7日(火) 8日(水) 14日(火) 15日(水)	9日休 10日金 16日休 17日金 午後1時					
午前 10 時~正午 10 号~ 3 時 30 分~ 3							
4日間で 1 5同内容。	コース・	各コース					

各コース千円 生涯学習センター 月日 時間 ※4日 とも同

勤務地 公立保育園

生涯学習スポー 話番号を記入し、〒 室名・住所・氏名・年齢・電 7 0 0 1 ^ 0021元町1-2-11 有効)までに往復はがきに教申込み 9月8日(当日消印 -ツ課 204

公共施設にあるチラシまたは フォローもします。詳しくは http://www.kiyose-sc.or.jp/ 左記センターホームページ風 デジカメなどの応用編、「個 人レッスン」ではこれらの の基礎講座、ホームページ・ PC入門、ワード・エクセ

臨 時 職

勤務時間 時30分~午後5時 月~金曜日午前8 (うち4~

勤務地 康推進課) 健康センター **(**健

格により健 康推進

②保育士 3交代勤務、土曜日 (隔週) 午前8時30分~午後0時30 (若干名)

千**時** 170 **給** 円 保育士証 平日千70 Ħ 土

紙に必要事項を記入し(16ダウンロード可)所定の用 る(市ホームページからも 平日に健康推進課で配布す

> 申込み 持ち物

電話で健康推進課健

健康コーナーは7面に続く 康推進係数49・2076へ

問合せ シルバー人材セン **今月の締切** 9月23日(必着) をご覧ください。 ター番494・0903

募集

資 格 ①栄養士 管理栄養士 (栄養士で

6時間)

問合せ

清瀬市社会福祉協議

会費495・5333

課規定 海

8時30分~5時のいずれか 7時~午後3時30分・午前 7時~午後3時30分・午前 いては調整可) 分(勤務日、 勤務時間につ

申込み ① 9 月 16日までの 曜 \exists

パソコン教室(10月募集)

えて、直接または郵送で健を証明するものの写しを添日以降も随時募集)、資格 497・2077へ、②は市ホ 康推進課保健サービス係**☎** 写しを添えて直接子育て支 援課保育・幼稚園係四49・ 市 ドできる所定の用紙または 販の履歴書 (写真添付) ムページからダウンロー 資格を証明するものの

社 協 バ ザ 物

2086

24 日 (金) 募集期間 く)をご提供お願いします。 品の物(食品・電化製品を除 の社協バザー物品を募集。 ターまつり」、11月8日出の 「きよせふれあいまつり」で 9月27日出の「ふくしセン 9月1日月~10月 新

健

〜今年は腎臓に注目〜 健 康 チ ヤ レ ン

結果で、 午後1時~3時 竹丘地域市民センター 場所 ①生涯学習センター② 日時 ①9月10日水②30日 くりなど 管年齢・体組成・血圧)、 内容 各種測定(骨密度・血 (火)、いずれも午前10時~正午 になった方。各回先着30人 診結果の説明、 平成26年度の特定健診 特定保健指導の対象 健康プランづ 健

巾民伝言板

ークル仲間募集

日曜)、竹丘老人いこいの家、 |費20円(お茶代。初回無 水曜13時~17時(大会は 渡貫☎49・6546 健康麻雀サロン「とま 名人戦も行われま

千50円 (小中学生無料)。 ●月18日13時~17時、年会費 17時、年会費 も竹 O 1 瀬市 竹丘地域市民センター、清性20円、男性30円、いずれい・中学生無料、9月13日・10月11日10で。9月13日・10月11日10 完 超初心者から上級者 将棋愛好会·竹内四492·

層野球

宅まで受け取りに伺います。

※提供品は、

社協職員がご自

46

のみ 式野 多町一丁目)、9千円(6か ر 15 きの 月分)、グラン・パ清瀬・永 広げませんか。東京都還暦軟 お還 3時、柳泉園(東村山市恩 |球連盟加盟。水曜(夏季 おむね58歳以上の野球好) 9時~11時·木曜13時 方野球を通じて人の輪を

原 493 2 2 3 7

900円、酔足軒座禅会・大崎**公 五行歌** 喜び・悲しみ・感動した事 ンター・せせらぎの家、一回9時~11時、下宿地域市民セ 分を思い出しませんか。平林 静かな時のなかで本当の自 **座禅会** ノルです。 流れをくむ本格的な禅サ 第2・4土曜日

などあなたの思いを五行の詩 してみませんか。第2木 時~16時、生涯学習セン 清瀬五行歌

髙橋☎49・1353 アンチエイジング

阿部**な**®・6031・315 市民センター、月会費2千50 日曜13時~14時、中清戸地域 日曜250 日曜3時~14時、中清戸地域 4 インナーマッスルを鍛え、ス

500円)、楽々会・枝吉**な**49・時)生涯学習センター、月会 ~17時、(知 見学会へ。 0 6 3 1 方歓迎。入会希望者は無料 茶道裏千家の勉強をしたい 、(無料見学10時~16 (^。第1·3土曜9時

リズム体操とストレッチ

動の会・加納四49・4856 料体験1回あり)、リズム運 アミューホール、一回50円(無 操した後、ゆっくりとストレッ 動かしましょう。 40~50分体 20分ごろ~(約70~80分間)、 チ。心身スッキリ。水曜10時 音楽に合わせて楽しく体を

道場(中里四丁目)、運営負 ~21時、月・水・金曜=清小、 担金5千50円 (体験は無料)、 躍しています。月~土曜18時 薦し、現在中心選手として活 3694·1206 清瀬市少林寺拳法連盟・島澤 火・木・土曜=三小、試衛舘

第48回定期演奏会

弦楽団・西村四49・1749 す。9月14日17時開演、清瀬 メリカ組曲」などを演奏しま さぎ」序曲、ドボルザーク「ア えして、ロッシーニ「泥棒かさ けやきホール、無料、清瀬管 指揮に中西義忠さんをお迎

26 · 9 · 1 からだバランスアッ

康

大 学 実

技コ ı プ ス

日時 慣を身に付けましょう。 示のない方 学生で医師より運動制限の指 自分の状態を知って運動習 市内在住の方・健康大 9 月 22 日 **川午後1時**

2時30分 申込み 9月1日から直接ま には電話で健康推進課保健 イービス係

四497・2077へ 健康センター

第7回健康大学講演会 講演会「現代社会のスト

※直接会場へ。健康大学に申 研究第三部 医師 功刀浩氏 多数の場合、参加できない場 し込まれていない方もお気軽 究センター神経研究所 疾病 にご参加ください。(参加者 国立精神·神経医療研 アミューホール

お知らせ~information

齢者や高齢者世帯の方、障 人暮らしの高 配布場所 市役所(社会福

貼っておくことにより、迅 し、目につきやすい場所に 報シート」を配布します。 るものです。 速な支援に役立てようとす 必要となる支援情報を記入 害のある方などに「救急情 このシートに、緊急時に

シート一式をお送りしま す。また、9月中に登録さ 完了通知と一緒に救急情報 登録されている方へ、登録 要援護者登録制度」に名簿 なお、「清瀬市災害時等 ていない方でご希望の方

問合せ ビス係会497・2077 健康推進課保健サー

ルシークッキングへ性 の た め の

女性。 日 時 の予防など、バランスのよい 健康を考えた食事の実習で 3日間コース。生活習慣病 先着 20 人 市内在住で40歳以上の 10 月3日 · 10

場 所 費用 **持ち物** エプロン・三角巾・ の金曜日午前10時~午後1時 1日に付きの円 健康センター 日 • 17 日

申込み 9月1日から直接ま 手ふきタオル たは電話で健康推進課保健 ービス係☎49・2077へ

日時 9月12日途午後1時30

レスと心の健康」

分~3時

予お 防接種費用助 ح な の 風し 成

であった方への予防接種につ いて、費用の一部を助成して 体検査の結果、免疫が不十分 認するための抗体検査と、抗 風しんの免疫保有状況を確

各窓口で配布します。 L ます

問合せ 定の申込書に必要事項を記※申込みは9月8日から所 入し、直接右記窓口へ。 社会福祉課社会福



があります)

います。

援センター 祉課·防災防犯課)、松山 祉課・高齢支援課・障害福 野塩出張所、各地域包括支

祉係☎9・2056

19歳以上の女性

たは左記へ。 ※詳しくは市ホームページま

係数497·2075 問合せ 健康推進課健康推進

エお クサ な か スッ サ 1 + IJ

日時 9月30日以午後1時30 加入している方。 先着40人 分~3時20分 清瀬市国民健康保険に

健康運動指導士 八木竹丘地域市民センター

服装・タオル 持ち物 飲み物・運動できる

2076 申込み 9月1日から電話で 健康推進課健康推進係四497

福祉

い、明日へのエネルギーに繋 対象 認知症高齢者を介護し げていくための場所です。 たちが、悩みを率直に語り合 認知症高齢者を介護する方

場所 消費生活センター 7時3分(出入り自由) 日時 9月25日水午後6時 ている家族など

問合せ 高齢支援課地域包括 ※直接会場へ。 文援センターな49・2082

シニアしっとく講座

認知症の方への対応を学びま お茶をご一緒するなかで ニケーション (無料) 高齢者とのコミュ

の方。先着30人 市内在住・在勤・在学

娠を予定または希望している 市に住民登録のある妊 分~3時30分 日時 9月24日水午後

申込み 電話で高齢支援課 2082 地域包括支援センター 297・

訳 成講・ 座

日時 9月18日・25日、10月 2日・9日・16日・23日の木 17日・25日、10月 です。先着30人。 ティアを養成するための講座 字を点字に訳していくボラン 視覚障害をお持ちの方に文

まわり

費用 千億円 (テキスト代) ティアセンター四49・533

高齢者被害特別相談

認知症家族会ゆりの 当事者が60歳以上の方。 市内在住・在勤で契約 防止・拡大防止を目的に実施 します。 高齢者の消費者被害の未然

(正午~午後1時を除く) 12日金午前10時~午後4時 申込み 消費生活センター 接または電話で左記へ。 日時 9月10日水・11日 49・6212 (相談専門) 相談を希望される方は、 消費生活センター

福祉 法律専門 相 談

申込み まわり 場所 コミュニティプラザ 日時 9月2日水午前 正午(要予約) 相談に応じます。 高齢者や障害者のトラブ 財産など弁護士が無料で 電話で権利擁護セン

健康センター A

成心 身 障害者医療費

受

給

証書に変わります。 ・療費助成受給者証が黄色の 9月1日から、心身障害者

問合せ障害福祉課庶務係な となる場合がありますので、 受給者証を送付しました。 左記にお問い合せください。 方でも9月1日以降受給対象 給対象者に該当した方には新 は別途通知をし、引き続き受 今まで受給資格者で、9 なお、今まで非該当だった 日以降非該当になった方に

局 休国 斉 !

で受け付け)、講演=午前 どの相談を受け付けます。 どの登記、土地の境界、戸籍 時30分~11時30分 10時~午後4時(午後3時ま や国籍、人権に関することな 日時相談=10月5日间午前 土地・建物の相続・贈与な

立川地方合同庁舎(立川市緑 (千代田区九段南一丁目)② ①九段第2合同庁舎

申込み 電話で東京法務局民 事行政調査官室☎3・521 3.1319

ターあいねっと29・557 組み強化を図ります

その 他

者 証を更 助

497 • 2 • 0 7 2

場所 コミュニティプラザひ

談法 所 務

30歳~54歳の方。先着

②は有料駐車場あり。 います。電話予約の方優先。 ※①②ともに相談・講演を行

あんしん相談」強化週間 高齢者・障害者の人権

権問題を解決するための取り 高齢者や障害者をめぐる人

くり係番497・2093

まちづくり課まちづ

その他コーナーは8面に続く

 \Box

場所 東京法務局人権擁護部 後5時(ただし各支局終了時 間はいずれも午後5時15分) 13日出·14日旧午前10時~午 府中新町二丁目)・西多摩支 前8時3分~午後7時、9月 二丁目)・府中支局 (府中市 八王子支局(八王子市南大沢 (千代田区九段南一丁目)・

問合せ 東京法務局人権擁護 2 3 4 部第三課会3・5213・1 570・03・11もあり (常設) 付ける「あんしん相談」☎0

就 応募書類・面接対策講座 支援ロンター多摩

しごとセ

5 **日** 時 **時** 50 **対** 人 象 9月3日冰午後1 時~

申込み 電話で東京しご摩(国分寺市南町三丁目) とセンター多摩 2042・329 4 5 2 4

地区変更案の公告と縦覧東村山都市計画生産緑地

告と縦覧を行います。 縦覧期間中に直接または郵送 日曜日、祝日を除く) 区の変更に伴い、変更案の公東村山都市計画生産緑地地 で左記に意見書を提出できま 縦覧場所 まちづくり課 縦覧期間 9月1日月~16日 ※関係住民と利害関係者は、 火午前9時~午後5時(土

川~12日金午 32回陶芸作品展

博物館、無料、窯遊会・村上13日~15日10時~16時、郷土 493 • 7 7 9 2 写真なども出品します。9月 陶芸作品の展示発表会で 絵画や木彫刻、刺しゅう、

ハーモニカ演奏会

さと」など、おなじみの曲を 492 • 6 5 5 0 ハーモニー999・澤田石 分~、アミューホール、無料、 演奏します。9月13日13時30 「峠の我が家」、「津軽のふる

32

清瀬ゲートボール連盟・

0003清瀬市中里1-72-

局(福生市南田園三丁目)

局職員が電話にて相談を受け ※人権擁護委員及び東京法務

オペラ鑑賞会

も日 19 日 ヴェ 9月7日3時3分~16時。● ●R・シュトラウス「サロメ」 [13時30分~16時。 いずれ ルディ「ナブッコ」10月 大畠 491・0572 ル、入場無料、清瀬稲門 本語字幕付き、アミュー

中学 ダ秋 | 市バドミントン連盟・川 ス。市内在住・在勤・在 は9月20日までに電話で 700円 (ペア2千400円)・中 時~、市民体育館、一般 ブルス個人戦男女別AB 季バドミントン大会 子生は定員あり)。10月5 方及び連盟公認の方対象

ヒーリングマッサージ教室 455・6056(夜間)へ

23 090 習えます。木曜15時~16時 マッサージと指圧、整体と マッサージ研究会・鈴木 楽にほぐすプロの技術が レッチを学び、こりや張 · 1836·0058 月会費4千50円、ヒーリ 消費者センター集会室

.野順遺作展「美に憧れた

みの作品など。9月16日~21 .刺繍、キルト、レース編ぶ彩画3点、デッサン58点、 時~17時(初日13時~、

最終日16時まで)、生涯学習 0 6 2 4 センター、 無料、 萬羽 **公** 492

H 9時30分~11時30分、元町ゲ にハガキまたは電話で〒20-9月6日~10月の土・日曜ゲートボール初心者教室 申し込みは9月5日まで ·ボール場、教材費千50

今井☎495・6076 「私も先生!」第7弾

やきホール、無料、コミュ9月28日14時~16時、清瀬け cofune.net/をご覧ください。 卓づくり』。詳細はCOFU OFUNE)·大森 200· ニティふれあいネット(C 6 0 0 9 · 4 4 7 4 NEのホームページ配http:// 「食がつなぐ―地域で囲む食 矢澤洋子さんによる講演会

第18回「レンズの詩」秋季

成果をご高覧ください。9月 のみ15時~)、クレアギャラリ 8日~21日10時~17時(初日 455 • 2 2 3 5 旭が丘写真クラブ・庄村な 一(クレアビル4階)、無料、 創立20余年。写真づくりの

中里の未来をつくる会座談

·松村☎491・2169 座談会を開催します。途中参 加・退出自由、9月14日15時 中里地域市民センター、 中里の未来をつくる会

■市民伝言板利用案内

係の49・1808 総書広報課広報広聴 け付けます。先着22枠。 16日午後5時15分までのに受 10月15日号掲載希望の原稿 9月1日午前8時30分~

常生活に潜む赤ちゃ

んの

心

療災

週 週 間

特

別

企救

画急

ポートプラザ

今月の Įį.

9月30日火までに納めてください 後期高齢者医療保険料 国民健康保険税 介護保険料(第3期) (第3期) (第3期)

センター) = 🅿 5 4 5 3

午後5時5分に鳴ります。

10 時 = 午前10時~午後10時②9月9 日時 ①9月6日出~8日月 50(全国自死遺族総合支援 日火~12日凎午前10時~午後 回自死遺族のための電話相談 03 · 3 2 6 1 · 4 3 03 • 3 7 9 6 リーフケア・

問合せ 議会事:

議会事務日

局

前 10

8日 日時 ▼54時間特別相談 0 1 2 0 • 58 • 9 0 9 0 防止センター) 0 1 2 0 738 556 **川午前6時** 9月6日出午 (毎月10 (東京自殺 前 0 時 旦 からです。

付け) 11日休午前8時(24時間受け ◆自殺予防いのちの電話 **3**0570·087478 24時間受け付け) ·時 9月8日 9月10日冰午前8時~ (月) 5 12 日 (金)

11

木

建設環境常任委員会 福祉保健常任委員会 総務文教常任委員会

議会運営委員会

10 9

水 火

イン~ 東京都自殺相談ダイヤル~ こころといのちのほっとラ

8

月

本会議

般質問)

算概要説:

明委員会

(決

金 木

本会議

一般質問)

申込み 合は翌日)午前9時から電話 3か月前の1日 で立川防災館の42・521・11 9 自殺防止!東京キャンペーン 9月13日出午前11時 (木曜休館) 直接または開催月の (休館日の場

本会議

(初日)

くパパ・ママになる方。先着 新し 日 曜 内容 (9月)

す。傍聴こる或 / た表のとおり開会予定で 第3回定例会開來可成26年清瀬市議 傍聴にお越しください。

問合せ 前9時~午後5時 ビス係の49・2077 3235·1155 日時 9月1日月・2日 ◆多重債務10番 生活総合センター) 健康推進課保健サ (東京都消費 突

肺蘇生法を学びます。事故の防止策や応急手当、

るパパ・ママ、これから

1歳未満の子どもがい

(要予約)

会運営委員会(午後2時~) 委員会(本会議終了後)・議※時間は、8日の決算特別 やけこやけ」のチャイムは、 9月1日から30日まで「夕 議事係 の子音で支援

こやけ

3=要予約

26

金

本会議

(最終日)

19 18 17

木

決算特別委員会

水

予=要予約 日の健康・

		JUNJE		チボッ		=直接会場へ		フカツ姓	深ノへ		一直	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	事業名	対象・内容など	日程	時間	場所	申込み ・問合せ		
<mark>予</mark> 親がき	見子歯み 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	9月 12日倫 10月 3日倫	午前9時30分 (まで受け付 け)~11時30分			予トン	小学生以上(小学生) 者同伴)。先着①12 約 2 各3組 費用 おとな100円 イ生以下50円 持ち物 体育館履き・ ト・ボール・シャトルな	目 ②③ ・中学 ラケッ	午前9時30分 ~•午後1時~ •午後3時~ (各2時間)	苔苔	下宿地域市 民センター ☎ 493・ 4033 ※②③は当 日午前8時		
鈊 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	※詳細に	たは水曜日は中込み時に	課保健サー	電話で健康推進課保健サービス係 2077		ド 18歳以上の方。定 人 ※道具貸し出しあり。 進 18歳以上で、	27 (±)	午前9時30分 ~11時30分 ・午後2時~・	公園広場	30 分から要 電話予約。			
		持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・コップ	案内	」します。 			室初回	関に 制健康増進室を 二初めて利用する方	午後6時~(木・土・日曜日の回はなし、月				
予問	マの時	育児の悩みを、お子さんと離れ お母さん同士で話しませんか。 対象 未就学児を持つ母親 費用 50円(お茶代) ※保育あり。	9月 24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			チャットの大費用	毎週水曜日 毎週木曜日	午前 11 時~ 11 時 30 分 午後 3 時30 分~ 4 時	健康			
ら幼	!乳食か 児食へ	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。	9月	午前10時	ĺ	9月1日から電 話で健康推進課 保健サービス係		室利月時ちり	物 室 毎週金曜日 -一ズ・	午前9時30分 ~10時・ 午後3時30分 ~4時	増進	健康推進課 健康推進 係 3 497・		
	、テップ プレッス	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	10 日(水)	~正午	~正午	~正午		☎ 497 · 2077 ヘ		パンチ& 運動し キック体操 オルシスアッ物	装・タ ・13 日(土) ・飲み 9月 20 日(土)	午後3時 一年後3時 一年後3時 で4時 まてに会 年前10時~場		2075
	3~4 か月児	平成 26 年 5 月に生まれた乳児 とその母親	9月 9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	〜1時30分(受け付け)	全 健サービス係 497・2077 ^ ※清瀬市に転 された方で通	健康推進課保健サービス係 な 497・2077へ	楽しくエク サイズ*		• 27 日(土) 9月 14日(日) • 21日(日)	 	ンター		
1歳6 か月児健康診査	1歳6 か月児	平成 25 年 2 月に生まれた幼児	9月 2日(火)				※清瀬市に転入 された方で通知 が届かない場		の ゆったり 方 体操	9月28日(日)	11 時 へ	3 階)		
児健康	3 歳児	平成 23 年 8 月に生まれた幼児	9月 16日(火)	送付の通知をご 覧ください。		合、上記へお問 い合わせくださ		ク 30 分エクサ サイズ 18 歳 以上の	毎週水 ・金曜日 9月2日火	午後7時30分~8時		前日までに		
診査	※各健診施。当E	 	 月~4歳未済	 満対象・午後3時 受け付けをして	」 5~3時 20 分 ください。	い。 }受け付け)を実	♂健康・体力度テスト	七 生羊 5 人	• 16 日(火)	午後7時~		電話で健康 推進課健康 推進係へ 2 497・2075		
	1	地域でスタフォス体間を作りま	0 0 10 0					が付いた教室に参加する	る際、マシンの利用	を希望される場合	今は、己	なめて「健		

地域で子育てする仲間を作りま 9月 19日・ 26日・10月 午後1時30分 市民活動 **予新米ママと**しょう。 センター 赤ちゃんの会生後3か月前後の子どもと 3日の金曜 ~3時30分 親。定員 15 組 電話またはメー ルで NPO 法人 9月1日~ ウイズアイ🕿 10月27日ま 452 • 9765 Mai -緒にリズム遊びなどを行いま での毎週月 **予**すくすく親 子教室 info@with-ai. 午前10時~ ティプラザ 曜日(全7 正午 回・9月15 日と10月13 2歳以上の子どもとその親。 ひまわり 日を除く ™ Let I Market The Second Th 9月 午前 10 時~ 男女共同参 0歳~就学前の子どもとその NPO 法人 子育てひろば 12 日金 午後2時 画センター 親及び子育てに関心のある方 子育てネッワー 親子で自由遊び・読み聞か ク・ピッコロ🏗 9月 午前 10 時~ 中里地域市 ◯ K – net せ・手遊び。(出入り自由) 444 • 4533 中里ひろば 17 日(水) 正午 民センタ-子ども家庭支援 ころぽっ 火曜日を除 児童 センター く毎日 センター くる **☎**495 • 7701 月曜日を除 野塩地域市 野塩 く毎日 民センター NPO 法人ウイズ あいあいの アイ☎452・97 つどいの広場 0歳~就学前の子どもとその 野塩 祝日を除く 午前 10 時~ 家(梅園二 65 出張 月曜日 午後3時 info@with-親子で自由遊び・育児相談な 丁目) (出入り自由) ai.net 月曜日を除 下宿地域市 下宿 く毎日 民センタ-竹丘地域市 NPO 法人子育 竹丘 月曜日・ 民センター てネットワーク 祝日を除く 清瀬けやき ピッコロ 元町 毎日 **☎** 444 ⋅ 4533

ホール

・「*」か付いた教室に参加する際、マシンの利用を希望され 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

		MI						
+	内 科	歯科						
実施日	午前9時~午後5時	~₹	午後 翌日の ⁴	5 時 午前 9 時	午前9時 30分~午 後5時	担当	<u>医</u>	
7 日	杉本医院 元町 2-7-1 ☎ 492・1199	野急山土	旭急が織	くの24 ^急 だた時は	付ン上清時を清瀬	筒井 医師	清	
14 日	北多摩クリニック 上清戸 2-1-41 ☎ 496・7760	1本 - 病 3院	丘本 1 院	さめ間救い電受急話け病	間 戸休は内2日午	和気 医師	瀬市	
15日	川辺内科クリニック 竹丘 2-1-3 ☎ 496・3311	2	2	2 6	を付院しけで	後 2 6科 4491 応	天川 医師	歯科
21日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎ 493•2727	491	4 91	l ててす。 かい。 らま救	時・10急 分6市	岩崎 医師	医師	
23 日	ふじ井内科クリニック 元町 1-11-14 ☎ 493・7122	0 7 0	2	受す急診が患	ま1民 ^タ ー ご1活	小幡 医師	会会	
28 日	宮本医院 松山 1-42-6 否 491・0547	6	2 1	し、 者 て念は	(動受セ	柏原医師	員	

- ◆ 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 20 042・461・1535