

今月の納期

- ◆国民健康保険税(第9期)
 - ◆後期高齢者医療保険料(第9期)
 - ◆介護保険料(第9期)
- 3月31日(月)までに納めてください。

住宅工事業者(職人さん)を紹介

「家屋を修繕したいが、どこに頼んだらいいかわからない」「浴槽が傷んでいるが、どこに相談すればいいか」など、住宅の修理・改築を考えている方はいませんか。

「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市民の皆さんの依頼に応じて紹介しています。

協力会には、大工・土木・屋根・瓦・水道・電気・畳・左官・塗装・外壁・吹き付け・板金・建具・きょうじ・ふすま・インテリア・造園・タイル・ガラス・鉄工・外柵・門扉・ブロック・シャッター・ガス・地震によるタンスなどの転倒防止など、さまざまな工事に携わる職人さんがいます。

どんな小さな仕事でも責任を持って施工します。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。

受付・問合せ 産業振興課

「市報きよせ」の配布に関するお願い

市では、「市報きよせ」を毎月2回(1日・15日)、発行日の3日前から前日まで、表札・名前が出されている住宅のポスト(マンションなどの集合住宅の場合は集合ポスト)へ全戸配布しています。表札・名前を出していない住宅で、居住が分かりにくい場合、配布が漏れることがあります。表札などを出していただくようご協力をお願いします。

また、市報が届かない、2世帯住宅で2部以上必要、表札をどうしても出すことができないなどの場合は、住所・氏名・電話番号・ポストと表札の有無について、左記へ連絡をお願いします。

問合せ 秘書広報課

平成26年清瀬市議会第1回定例会は、3月3日(月)から左表のとおり開催予定です。ぜひ傍聴にお越しください。

日	内容
3(月)	本会議(初日)
5(水)	本会議(一般質問)
6(木)	本会議(一般質問)
7(金)	本会議(一般質問)・予算特別委員会(予算概要説明)
11(火)	予算特別委員会
12(水)	総務文教常任委員会
13(木)	福祉保健常任委員会
14(金)	建設環境常任委員会
17(月)	建設環境常任委員会
18(火)	建設環境常任委員会
27(木)	本会議(最終日)

※時間は、3月7日(金)の予算特別委員会(本会議終了後)・18日(火)の議会運営委員会(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

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。定員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・歯ブラシ	3月7日(金)・4月4日(金)	午前9時30分(まで受け付け)～11時	健康センター	電話で健康推進課保健サービス係へ
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・歯ブラシ	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	電話で健康推進課保健サービス係へ
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。	3月26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	3月3日から電話で健康推進課保健サービス係へ
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) ※保護者のみの参加可。	3月12日(水)	6～8か月＝午前10時～11時30分 9～11か月＝午前10時45分～正午	健康センター	3月3日から電話で健康推進課保健サービス係へ
離乳食から幼児食へのステップアップレッスン	1歳～1歳6か月の子どもをもつ保護者。先着15人 子どもの食べやすい幼児食の調理実演と試食・相談 費用 100円(試食実習費) 持ち物 母子健康手帳	3月13日(木)	午前10時～正午	健康センター	3月3日から電話で健康推進課保健サービス係へ
乳幼児健康診査	3～4か月児 1歳6か月児 3歳児	平成25年11月に生まれた乳児とその母親 平成24年8月に生まれた幼児 平成23年2月に生まれた幼児	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。事前にご送付する通知をご覧ください。	健康推進課	※清瀬市に転入された間もない方で通知送付が間に合わない場合は、上記にお問い合わせください。
アドバンスママの会	ゆっくり時間をかけて自分の子どもと出会ったママの会。グループで子育ての悩みなどを話し合い、仲間を作ります。	3月11日(火)	午前10時～正午	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
すくすくクッキング	平成25年9月～11月生まれの子と親。旬の食材を使って離乳食を作ります。定員20組 費用 1000円(材料費) ※保育(15人)あり。	3月4日(火)	午前10時～午後2時	消費生活センター	
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)	3月14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 ☎444・4533
ころぼっくる	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	火曜日を除く毎日	午前10時～午後3時(出入り自由)	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 ☎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	3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。
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)		健康増進室(健康センター3階)	健康推進課
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
みんなで楽しくエクササイズ*	18歳以上の方	3月1日(土)・15日(土)・29日(土) 3月8日(土)・22日(土) 3月9日(日)・23日(日)	午後3時～4時 午前10時～11時	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課
夜間エクササイズ*	18歳以上の方	3月2日(日)・16日(日)・30日(日) 3月14日(金) 3月19日(水) 3月26日(水)	午後7時30分～8時30分	健康増進室(健康センター3階)	健康推進課
健康・体力度テスト	18歳以上の方。先着5人 費用 200円	3月4日(火)・18日(火) 3月9日(日)・23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

※「*」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。

3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	担当医	
2日	杉本医院 元町2-7-1 ☎492・1199	野塩山本病院 野塩1-1-1 ☎491・0706	旭が織本病院 野塩1-1-1 ☎491・2121	4内上清瀬市休日歯科応急センター(受付時間は午後1時～午後5時)	筒井医師 肥後医師 中山医師 畑医師 福田医師 松木医師
9日	宮本医院 松山1-42-6 ☎491・0547				清瀬市歯科医師会会員
16日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎496・7015				
21日	清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎493・6111				
23日	中島医院 元町1-3-45 ☎495・6727				
30日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎491・2217				

- ◆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