

市報 きよせ

手をつなぎ 心をつむぐ みどりの清瀬

No.1368 毎月1日・15日発行

令和4年(2022年) 9月15日号



- 主な内容
- ②新型コロナウイルスワクチン4回目接種
 - ②令和4年度後期高齢者医療制度
 - ③TAMA★ろくと巡礼物語! 北多摩 TOKYO アニメスタンプラリー 2022
 - ⑤市民伝言板 サークル仲間募集

発行：清瀬市 編集：企画部シティプロモーション課 〒204-8511 清瀬市中里五丁目842 ☎042-492-5111(代表) FAX 042-492-2415 メール：kouhou@city.kiyose.lg.jp

2022(第27回)アイレックまつり

平成7年10月に男女平等社会の実現に向けた取り組みの拠点として清瀬市男女共同参画センター(愛称：アイレック)が開設されました。27回目を迎えるアイレックまつりは、今年も市民参画の実行委員会の企画による映画字幕翻訳者の戸田奈津子氏の講演会などのイベントを開催します。すべて無料で参加できます。☎男女共同参画センター☎042-495-7002

①10月8日(土) 午後2時～(午後1時30分開場)

映画上映 「フォレスト・ガンブ 一期一会」

(日本語字幕付き[字幕翻訳：戸田奈津子氏]・142分)
アメリカの激動の時代に、親友を大切に、助け合いながら自分らしくあり続けるフォレスト・ガンブの姿を描く不朽の名作です。先着90人。
場アミューホール



TM & Copyright (C) 1994 by Paramount Pictures. All Rights Reserved. TM, (R) & Copyright (C) 2012 by Paramount Pictures. All Rights Reserved.

②10月9日(日) 午前10時～正午

ワークショップ 今すぐ教えた「体と心と性」～大切な子どもを守るために～

体や性について、子どもからの突然の質問に対して回答方法などに悩む方が多いのではないのでしょうか。おとなが科学的に性を学び直し、暮らしのなかで子どもたちにどう伝えるか皆さんと考えます。
☎小学生以下のお子さんがある保護者。先着20人 場生涯学習センター講座室1 ☎特定非営利活動法人ウイズアイ

アイレック登録団体とサポーターチーム等活動展示・バザーも同時開催

イベント	日時	場所
活動展示	10月8日(土)午後1時～午後5時 10月9日(日)午前10時～午後5時	アミューホールロビー
バザー	10月8日(土)午前10時～午後4時、 10月9日(日)午前10時～正午	男女共同参画センター会議室1・2

③10月9日(日) 午後2時～3時30分

講演会 字幕の中に人生 ～全ての人が豊かに生きる～



女性の映画字幕翻訳者としての道を自ら切り開いてきた戸田奈津子氏の講演会です。戸田氏は1,500本以上の字幕翻訳を手がけています。手話通訳付きです。先着90人。
場アミューホール ☎映画字幕翻訳者 戸田奈津子氏

☎①～③いずれも9月15日から申込みフォーム(右記QRコード参照)または電話(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)、ファクス(氏名、性別[女性・男性・その他]、住所、電話番号、年代を記載)で男女共同参画センター☎042-495-7002☎042-495-7008へ



申込みフォーム

※保育あり(先着10人。6か月～未就学児。)。9月29日までに電話で上記までお申込みください。

【注意事項】マスク着用、咳エチケットにご協力ください。消毒や検温にご協力ください。体調がすぐれない場合は参加をお控えください。受付の混雑を避けるために余裕をもってお越しください

市民の皆さんの健康づくりをお手伝い 健康づくり推進員の活動を紹介します!

◆健康づくり推進員とは

市民の皆さんの健康づくりを推進するために、「健康づくり推進員制度」を設けて活動を開始し、今年で20年目を迎えます。健康づくり推進員の皆さんは、市と協働しながら市民の健康づくりを支援・推進するさまざまな活動を担っています。

☎事務局=健康推進課成人保健係☎042-497-2076

※新型コロナウイルス感染症の影響により、内容を変更したり中止となる場合があります。詳しくは、各活動の問合せ先または事務局までお願いします。

いきいきハイキング

健康づくり、閉じこもり予防、仲間づくりを主な目的として活動しています。当日は健康づくり推進員の案内で歩きます(5～10^{キロ})。運動制限のない方であれば、どなたでも参加が可能です。☎月1回、第4火曜日(7・8月は休み。12月は第3火曜日)。

雨天中止【集合場所】清瀬駅北口連絡通路☎100円(交通費、入園料などは別途自己負担)☎健康づくり推進員・水野☎090-2647-6297



中里健やかクラブ

皆さんの健康づくり、仲間づくりを目的に活動しています。ツボを刺激する中国式体操で体をほぐし、楽しいひと時を過ごします。各回先着10人。☎月1回、第3火曜日(2・8月は休み)午後1時30分～2時30分 場中里

地域市民センター☎健康づくり推進員・田島☎042-492-5779



のびやか体操グループ

健康づくり推進員が体操の先生となり、参加者のレベルや体力にあわせて無理なく体操を行います。☎原則月2回、第2・4水曜日午後2時～3時30分 場中清戸地域市民センター☎100円☎室内用の運動靴、タオル、

飲み物など☎健康づくり推進員・大西☎042-494-2141

※動きやすい服装でご参加ください。



さわやか健康クラブ

近郊の名所や庭園、工場、文化施設をめぐり、主にまち歩きを楽しむ活動をしています。当日は、健康づくり推進員とサポーターがご案内します。☎原則2か月に1回(不定期)☎100円

(交通費、入園料は別途自己負担)☎健康づくり推進員・手塚☎090-7903-2807



花みずきの会

皆さんと一緒に、折り紙やぬり絵、手先を動かす簡単な作品づくり、体操などを行います。保健師による健康ミニ講座も行います。☎月1回、第2金曜日(8月を除く)午後1時30分～3時 場中清戸地域市民センター☎健康推進課成人保健係

☎042-497-2076
※10月は10月14日(金)に開催。先着20人。直接窓口または電話で上記問い合わせ先へ。



新型コロナウイルスワクチン4回目接種

◆4回目接種券発送スケジュール

4回目接種の接種券を順次発送しています。接種券が届き次第、予約できます。4回目の接種は、3回目の接種から5か月以上経過していることを必ず確認してください。なお、対象者は、①60歳以上の方②18歳以上で基礎疾患を有する方・その他重症化リスクが高いと医師が認める方です。

3回目接種を完了した日	4回目接種券の発送日	発送対象者数
令和4年5月1日～31日	9月28日(水)(予定)	約300人

◆ワクチンの接種状況(8月30日現在)

区分	1回目	2回目	3回目	4回目
65歳以上	92.8%	92.6%	88.9%	71.1%
60～64歳	96.4%	96.1%	88.8%	51.5%
12～59歳	84.7%	84.3%	61.6%	—
5～11歳	23.4%	22.2%	—	—

※東京都福祉保健局が公表している接種実績をもとに集計しています。なお、接種から接種記録までに時間を要するため、実際の接種率とは異なります。

☎清瀬市新型コロナウイルスワクチン接種専用コールセンター ☎042-497-1507(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

最新情報は市ホームページで確認できます



新型コロナウイルス感染症に関する問い合わせ先

▶発熱などの症状がある方

☎①東京都発熱相談センター(看護師、保健師が対応) ☎03-5320-4592、☎03-6258-5780(24時間年中無休) ②東京都発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル(一般オペレーターが対応) ☎03-6732-8864、☎03-6630-3710、☎03-6636-8900(24時間年中無休) ※症状が気になる方は、①で直接ご相談していただくか、または②でご案内する医療機関にご相談ください。

☎多摩小平保健所 ☎042-450-3111(平日午前9時～午後5時)

※かかりつけ医がいる方は、かかりつけ医に電話でご相談ください。

▶一般的な相談窓口

☎東京都新型コロナ・オミクロン株コールセンター ☎0570-550-571(午前9時～午後10時、年中無休)

▶聴覚障害があるなど電話での相談が難しい方

FAX ☎03-5388-1396

▶ワクチン接種後の症状が気になる方

☎東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター ☎03-6258-5802(24時間年中無休)

▶自宅療養者の方への支援

●食料支援やパルスオキシメーターの貸し出し

☎健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

●体調の不安や食料支援など

☎うちさば東京(東京都支援) ☎0120-670-440(24時間年中無休)

※ここに掲載している情報は発行日時点の内容です。今後変更になる可能性があります。最新情報は市ホームページを確認してください。

市ホームページ



令和4年度後期高齢者医療制度

◆後期高齢者医療制度の保険証

現在お使いの保険証(藤色)の有効期限は令和4年9月30日(金)までです。令和4年10月1日(土)から使用する新しい保険証(水色)を9月13日(火)より順次、簡易書留で発送しています。

◆自己負担の割合

令和4年10月1日(土)から、後期高齢者医療被保険者の医療費の自己負担割合に、新たに「2割」が追加され、「1割」「2割」「3割」の3区分となります。一定以上の所得のある方は、3割負担の方を除き、医療費の自己負担割合が「2割」となります。

令和4年10月から令和5年7月までの自己負担割合は、令和4年度住民税課税所得や令和3年中の収入・所得に基づき、世帯単位で判定します。令和4年10月1日からの自己負担割合の判定基準は右表1のとおりです。

◆高額療養費(配慮措置)

2割負担対象者の急激な自己負担額の増加を抑えるために、令和4年10月1日(土)から令和7年9月30日(火)までの3年間は、外来医療の負担増加額の上限を1か月あたり最大3,000円までとし、上限額を超えて支払った金額は高額療養費として支給する配慮措置が開始されます(右表2参照)。

高額療養費(配慮措置)の対象となった場合、以前に高額療養費の申請をしている方は、その際に登録した口座に自動振り込みとなります。これまでに高額療養費の口座登録をしていない方には、高額療養費支給事前申請書を令和4年9月中旬ごろに広域連合から送付する予定です。申請書が届きましたら、必要事項を記入し必要書類を添えて、同封の返信用封筒で期限内に郵送で提出してください。

高額療養費支給事前申請書の記載方法については、申請書に記載のあるコールセンターにお問い合わせください。

☎今回の制度見直しに関する質問などは後期高齢者医療の窓口負担割合に関する厚生労働省コールセンター ☎0120-002-719、医療費の自己負担割合見直しに関するご質問＝東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター ☎0570-086-519、保険年金課高齢者保険係 ☎042-497-2050

表1 自己負担の割合

負担割合	負担区分	判定基準
3割 (同じ世帯の後期高齢者医療被保険者のなかに住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合)	現役並み所得Ⅲ	住民税課税所得が690万円以上の方がいる世帯の方
	現役並み所得Ⅱ	住民税課税所得が380万円以上の方がいる世帯の方
	現役並み所得Ⅰ	住民税課税所得が145万円以上の方がいる世帯の方
2割 (以下の①②の両方に該当する方。①同じ世帯の被保険者のなかに住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる②「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が、被保険者1人の場合200万円以上、被保険者2人以上の場合、合計320万円以上)	一般Ⅱ	一定以上の所得がある方で、1割負担に該当しない方
	一般Ⅰ	現役並み所得者、住民税非課税世帯に該当しない方
1割 (同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも28万円未満の場合または上記①に該当するが②には該当しない場合)	区分Ⅱ	世帯の全員が住民税非課税で、区分Ⅰに該当しない方
	区分Ⅰ	(1)世帯の全員が住民税非課税、年金収入80万円以下でその他の所得がない方 (2)世帯の全員が住民税非課税で老齢福祉年金を受給している方

表2 配慮措置が適用される場合の計算方法

	1か月の医療費	
	50,000円	100,000円
窓口負担割合1割のとき(①)	5,000円	10,000円
窓口負担割合2割のとき(②)	10,000円	20,000円
負担増加額(③[②-①])	5,000円	10,000円
窓口負担増の上限(④)	3,000円	
支給(払い戻し)等(③-④)	2,000円	7,000円

令和4年 清瀬市議会第3回定例会

令和4年清瀬市議会第3回定例会は、9月1日に開会しました。9月15日以降の予定は下表のとおりです。

☎議会議務局議事係 ☎042-497-2567

月	日	時間	内容
9	15(木)	午前10時～	決算特別委員会
	16(金)		
	20(火)		
	28(水)		本会議(最終日)

※市議会の様子は、右記QRコードからご視聴いただけます(録画)。



清瀬市議会ホームページ

リラックスヨガ～秋を感じるヨガレッスン～

初めての方でも安心して取り組めるヨガレッスンです。☎市内在住・在勤の50歳以上の方。定員30人(応募者多数の場合は抽選) ☎11月8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)午後2時～4時 場 アミューホール 費 無料 調 高橋登希恵氏 申 ☎9月30日(消印有効)までに往復はがきに必要事項を記入し、生涯学習スポーツ課生涯学習係 ☎042-497-1815へ

※土足のエリアにヨガマットなどを敷き、靴を脱いで実施します。

【往復はがき記入例】

往信用(裏) 往信用(表)

「リラックスヨガ」参加申込書

1.住所
2.氏名(フリガナ)
3.年齢
4.電話番号

〒204-8511

☎

清瀬市中里5-842
生涯学習スポーツ課
生涯学習係

※返信用の表には、申込み者の住所・氏名を記入。1人1枚の往復はがきで申込み。

TAMA ☆ろくと巡礼物語! 北多摩 TOKYO アニメスタンプラリー 2022

北多摩エリアを舞台にしたキャラクターのスタンプラリー第3弾!

東京都商工会連合会 多摩観光推進協議会は多摩北部都市広域行政圏協議会(清瀬市・小平市・東村山市・東久留米市・西東京市)の協力のもと、市内経済の活性化を目的にスタンプラリーを実施します。北多摩エリアの魅力ある施設に、さまざまなキャラクターのスタンプを配置し、地域に親しみを持ってもらうことをねらいとしたスタンプラリーで、昨年は約6,000人以上の方にご参加いただきました。☎株式会社ジェイコム東京西東京局 ☎080-6971-1749(月・木・金曜日午前9時30分~午後5時45分)またはホームページ内の問合せフォーム(24時間受付)

「TAMA ☆ろくと巡礼物語!」事務局ホームページ(9月15日公開)



実施期間

10月1日(土)~
11月30日(水)

- ・人気スタンプラリーが今年はモバイルスタンプラリーで帰ってくる!
- ・アプリをダウンロードして、キャラクターと出会う旅に出よう!
- ・全30種類のオリジナルキャラクターがスタンプになって登場!
- ・5種類以上集めて、オリジナルグッズや地域の特産品を入手しよう!
- ・まちの魅力や施設の特徴を生かしたキャラクタースタンプを集めて我がまちの魅力を再発見!
- ・イベントオリジナル御朱印巡りも開催。北多摩地域の神社、仏閣でオリジナル御朱印紙の御朱印を集めよう!
- ・12か所のスタンプ施設では、等身大サイズのキャラクターがお出迎え。声優ボイスもお楽しみいただけます!

■周遊スポット(スタンプ設置スポット)一覧

清瀬市	下宿地域市民センター	東久留米市	南沢氷川神社
	ラーメンそうすけ		野崎書林
	コーヒーハウスるぼ		スパジウムジャパン
	児童センター(ころぼっくる)		イオン東久留米店 ジェイコムショップ
	郷土博物館		JA東京みらい 東久留米新鮮館
小平市	中央公園	西東京市	多摩六都科学館
	ルネこだいら		西東京市 郷土資料室
	小平ふるさと村		田無神社
	小平熊野宮		東伏見稲荷神社
	ガスミュージアム		西東京いこいの森公園
東村山市	小平神明宮	西武鉄道	まちテナ西東京
	こもれびの足湯		西武新宿線 田無駅
	正福寺		西武池袋線 東久留米駅
	徳蔵寺		
	大善院		
	久米川ポウル		
	和菓子処 餅萬		

※スタンプラリーに参加するときは、大人数での行動を避け、マスク着用・アルコール消毒にご協力ください。



©TAMA ☆ろくと巡礼物語 2022

連載 清瀬市と市内三大学連携事業 「がんとの向き合い方」インタビュー④

清瀬市と日本社会事業大学・明治薬科大学・国立看護大学校は、平成26年3月10日に包括連携協定を締結し、これまでにさまざまな連携事業に取り組んできました。今年「がんとの向き合い方」をテーマにしたインタビュー動画を4回にわたって連載します。

「がんを患っても、自分らしく暮らしたい」と考える人が増えてきました。在宅医療は医師だけでなく、看護師、薬剤師の他に介護や福祉の専門職が連携して、患者や身近な人をチームでケアしてい

るのが特徴です。社会福祉士の資格を有する医療ソーシャルワーカーは、地域資源を有効に活用し、個々の状況に合わせてウェルビーイング*を促すコーディネーターです。

最終回の今回は、日本社会事業大学専門職大学院で実践的な課題研究に取り組む鶴岡浩樹教授を取材しましたので、ぜひご覧ください。☎未来創造課マネジメント係 ☎042-497-1807



動画はこちら

(※)肉体的・精神的・社会的に満たされている状態のこと。

■これまでのテーマ(上記QRコードから見ることができます)

①「大腸がんの検診・早期発見について」(公益財団法人結核予防会複十字病院 副院長 生形之男先生) ②「がん直面した時からその人らしさを支える看護」(国

立看護大学校看護学部長成人看護学教授 飯野京子先生) ③「進歩する肺がんの薬物療法」(明治薬科大学分析化学研究室 准教授 鈴木俊宏先生)

「清瀬アカデミア2022」開催決定!

清瀬市と市内三大学連携事業「がんとの向き合い方」インタビュー動画の連載に続き、「清瀬アカデミア」を開催します。「清瀬アカデミア」では、これまで人生100年時代に向けた地域包括ケアシステムの構築をテーマに講演な

どを行ってきました。今回は、「がんとの向き合い方」がテーマです。開催方法は決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。☎未来創造課マネジメント係 ☎042-497-1807

ご利用ください! 清瀬・ハローワーク就職情報室

清瀬・ハローワーク就職情報室(クリアビル4階)では、全国のハローワークの求人情報の検索や専門相談員による仕事の相談や、求人紹介状を交付しています。その他、ハローワーク主催の各種セミナーや面接会、ハローートレーニ

ング(公的職業訓練)に関する情報を提供しています。ぜひご利用ください。【利用時間】月~金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時~午後5時 ☎清瀬・ハローワーク就職情報室 ☎042-494-8609

清瀬こども俳句

選評=石田波郷俳句大会実行委員会・谷村鯛夢 ※今回の俳句は「第13回石田波郷俳句大会」ジュニアの部から。学年は大会時。

父の日につくってあげるファンクラブ ……東星小6年 見米正貴 (評)母の日ほどではないかもしれないが、6月第三日曜日の父の日は、やっぱり家族にとっては大事な日。こういうプレゼントがあると、きっとお父さんは大喜びだね。6年生らしい一句。

群青の空包み込む積乱雲 ……十小6年 鈴木理仁 (評)こちら6年生らしい一句。低学年では夏の空で「群青」は出てこない。ラピスラズリから作るあの深い藍青のニュアンスを「青」系の中から選ぶ感性が育っている。白雲との対比もよい。

夏の空雨のにおいがすこしする ……清小5年 三嶽結月 (評)この句にも高学年らしい表現が感じられる。夏の空がきれいだとか、大きな青空だとかではない、もう一つ上の夏空のつかまえ方がここにある。下五の「すこし」にセンスの良さがある。

新型コロナウイルス感染症拡大による市関連イベントの中止情報

新型コロナウイルス感染症拡大によって中止した市の関連イベントを市ホームページに掲載しています。詳しくは右記QRコードから確認してください。



マイナンバーカード申請支援を市内各所で実施します！

強化週間
9月26日(月)～30日(金)

おうちで受取方式

【申請の流れ】①松山・野塩出張所で本人確認、暗証番号の設定、写真撮影②約1か月後、マイナンバーカードを本人限定受取郵便にてご自宅でご受け取り

③通知カード(確認後は返却しません)または個人番号通知書(確認後は返却します)④住基カード(お持ちの方のみ)⑤本人確認書類 A1点またはB2点もしくはB+C1点ずつ(通知カードまたは個人番号通知書を紛失、持参忘れの場合はA2点またはA+B1点ずつ、もしくはA+C1点ずつが必要)

種別	本人確認書類
A	住基カード(顔写真付き)、運転免許証、運転経歴証明書(交付年月日が平成24年4月1日以降に限る)、旅券、障害者手帳、在留カード、特別永住者証明書、一時庇護許可書、仮滞在許可書
B	健康保険証、介護保険証、医療受給者証、年金手帳、生活保護受給証明書
C	預金通帳、キャッシュカード、クレジットカード、社員証(顔写真付き)、学生証、診察券(印字もしくは打刻)、講習修了証、母子手帳など

※いずれも[氏名+生年月日]または[氏名+住所]が記載されたものに限り、※B+Cの場合、Bは公的機関発行書類に限る。

【注意事項】必ず本人が来所してください。15歳未満の方が申請する場合は、保護者(法定代理人)と来所してください。その場合、保護者等の本人確認も必要となります。本人確認書類の内容などによってはおうちで受取方式が利用できない場合があります。その場合は市役所本庁舎での受け取りとなります。また、感染症予防のため、人数を制限する場合があります。マイナンバーカードの再交付申請は市役所本庁舎で受け付けます。

出張申請サポート(交付時来庁方式)

【申請の流れ】①竹丘地域市民センターで写真撮影②約1か月後、市から交付通知書を送付③交付通知書と本人確認書類を持参して市役所本庁舎へ

④9月27日(火)～29日(木)午前10時～正午、午後1時～4時 竹丘地域市民センター 個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行申請書(個人番号通知カードを切り離れた残り部分または市や国で発行した申請書)

※紛失等の場合は、顔写真付き公的本人確認書類1点(運転免許証、パスポートなど)または顔写真の無い本人確認書類2点(健康保険証、年金手帳など)を市民課または松山・野塩出張所に持参してください。マイナンバーカードの申請用紙をお渡しします。

【注意事項】必ず本人が来所してください。申請から発行まで約1か月かかります。カードの受け取りには本人の市役所本庁舎への来所が必要です。感染症予防のため、人数を制限する場合があります。開始日に集中することのないよう、分散来所へのご協力をお願いします。

マイナンバーカードの発行や健康保険証としての利用登録、公金受け取り口座登録で最大20,000円分もらえるマイナポイントを受け取るには、9月末までにマイナンバーカード交付の申請が必要です！

※マイナポイントの手続きは令和5年2月末まで可能です。

市民課住民係 ☎042-497-2037



マイナンバーPRキャラクター「マイナちゃん」

清瀬バーチャルひまわりフェスティバル9月30日(金)まで実施中！

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となった「清瀬ひまわりフェスティバル」。今年は、8月1日より、「清瀬バーチャルひまわりフェスティバル」として開催中です！スマートフォンから楽しめる特設サイトでは、ひまわり畑の魅力や4つのコンテンツでPRしています！

【主催】清瀬市、清瀬市農ある風景を守る会【協力】清瀬商工会、東京みらい農業協同組合、西武鉄道株式会社、青梅信用金庫、飯能信用金庫【特設サイトに関すること】株式会社ジェイコム東京西東京局 ☎080-6971-1749 (月・木・金曜日午前9時30分～午後5時45分)、その他=産業振興課産業振興係 ☎042-497-2052

※使い方が分からない方向けに、auショップ清瀬(元町一丁目、清瀬駅北口すぐ)で操作方法などの相談を受け付けています。

清瀬がんばるお店応援キャンペーン(第4弾)

市内事業者で住宅工事をすると5%分のチケットがもらえます！

市内の事業所を利用して10万円以上の住宅工事を行った方に、工事代金の5%(上限5万円)分の市内お買い物チケットを配布するキャンペーンを実施中です。対象住宅の条件を一部変更し、利用しやすくしました。詳しくは、清瀬商工会ホームページまたは、右記にお問い合わせください。

【対象住宅】市内に所在し、居住者または居住者の3親等以内の親族が所有する住宅

【工事期間】12月31日(木)まで(工事前に申込みが必要)

【申込み】対象事業者を通じて清瀬商工会へ

【対象住宅】市内に所在し、居住者または居住者の3親等以内の親族が所有する住宅

【工事期間】12月31日(木)まで(工事前に申込みが必要)

【申込み】対象事業者を通じて清瀬商工会へ

【対象住宅】市内に所在し、居住者または居住者の3親等以内の親族が所有する住宅

【工事期間】12月31日(木)まで(工事前に申込みが必要)

【申込み】対象事業者を通じて清瀬商工会へ

【対象住宅】市内に所在し、居住者または居住者の3親等以内の親族が所有する住宅

「清瀬市農ある風景を守る会」より募金をお預かりしました

清瀬ひまわりフェスティバルの主催団体である「清瀬市農ある風景を守る会」が、今年度も中止となった同フェスティバルの再開に向けた「ひまわりの清瀬機運醸成事業」の一環として、下清戸一丁目の農地を「プチひまわりフェスティバル」を7月中旬から8月上旬まで開催しました。会場では、ウクライナ人道危機救援の募金活動や野菜などの販売も行われました。期間中に集まった募金に、野菜などの売り上げの一部を合わせ、8月24日に募金として市でお預かりしました。募金は、日本赤十字社を通じ、人道危機に対する救援や、避難民支援のために活用されます。

産業界振興課産業界振興係 ☎042-497-2052



清瀬市長へ募金を引き継ぐ清瀬市農ある風景を守る会の皆さま(左から副会長の石津氏、会長の松村氏、清瀬市長、会計の澁谷氏)

新型コロナウイルス感染症対策事業 「清瀬市でお買い物！キャッシュレスで最大30%戻ってくる！キャンペーン」の事業者向け相談会開催

市と清瀬商工会は、11～12月に対象店舗で対象のキャッシュレス決済を使用した消費者に最大30%を還元するキャンペーンを実施します。これに伴い、対象となるキャッシュレス決済をまだ導入していない事業者向けに相談会を開催します。

	9月20日(火)	9月21日(水)
午前10時～正午	PayPay	d払い
午後1時～3時	d払い	auPay
午後4時～6時	auPay	PayPay

【申込】電話で清瀬商工会 ☎042-491-6648へ

市内に咲くひまわりの様子を紹介！

Sunflower Diary ひまわり日記～特別編～

清瀬ひまわりフェスティバルにご協力いただいている石井ファーム、小寺ファーム及び清瀬市農ある風景を守る会からひまわりの種を寄贈いただき、市内各所(公共施設や小・中学校、保育園、幼稚園など)に配布しました。現在、開花の様子を市ホームページに順次掲載していますので、ぜひご覧ください。

☎シティブロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808



ひまわり日記はこちらから！



※昨年紹介したひまわりの写真(一部)

市民伝言板 サークル仲間募集

運動・健康づくり

野球

週野野球(清瀬ナイツ)▶キャッチボール等野球の好きな方、連絡いただければ内容を説明します。【毎週水曜日11時～13時】市内野球場(市外もあり)【月会費2,000円】清瀬ナイツ・篠原 ☎042-492-6253

テニス

ほのぼののテニス木曜会▶硬式テニス試合中心で楽しんでいます。初中級者歓迎。希望者は電話。【毎週水曜日9時～13時】清瀬内山運動公園テニスコート【入会金1,000円、月会費800円】ほのぼののテニス木曜会・藤井 ☎042-458-8445

弓道

清瀬市弓道連盟▶弓道を通じて新しい世界を広げてみませんか。【毎週火・土曜日=10時～19時～21時、土曜日=10時～12時】竹丘地域市民センター【入会金3,000円、年会費8,000円】清瀬市弓道連盟・本間 ☎090-9800-7355 9do.kiyose@gmail.com

ヨガ

健康ヨーガ▶ヨーガの体操法と呼吸法で心身リフレッシュ。初心者も大歓迎。【月3回火曜日、月3回土曜日10時～11時15分】竹丘地域市民センター【入会金1,000円、月会費1,200円】健康ヨーガ・藤井 ☎042-493-7405

令和4年度 消費生活センター・地域包括支援センター共催 清瀬市高齢者ふれあいネットワーク事業 第8回消費生活講座 地域で見守ろう！高齢者が消費者被害にあわないために～清瀬市消費生活相談の現場から～

近年、ひとりもしくは夫婦だけで暮らす高齢者世帯が増えていきます。それに伴い、振り込み詐欺や悪質な訪問販売など、高齢者を狙った消費者トラブルも増えています。詐欺被害を防ぐためには、今、地域の皆さんの力が求められています。

【市民伝言板利用案内】「利用案内」を、市ホームページまたはシティブロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。☎シティブロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

【市民伝言板利用案内】「利用案内」を、市ホームページまたはシティブロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。☎シティブロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

30分【清瀬】清瀬けやきホール【月会費3,000円】イタリア音楽を歌う会・中島 ☎090-4238-9939

歌声広場▶発声など難しい事は考えず、懐かしの名曲をみんなで楽しく歌います。【月2回木曜日13時～14時30分】清瀬けやきホール【入会金1,000円】歌声広場・代田 ☎090-5992-0707

健康麻雀

健康麻雀サロン「とまと」▶中級者若干名。半年毎に勝者決定。半荘4回できます。コロナ対策必須。【毎週水曜日12時～17時】竹丘老人いこいの家【月会費200円、老人会費月100円】健康麻雀サロン「とまと」・渡貴 ☎070-3535-2111

その他

子どもたちを受動喫煙から守るとともに子どもに「最初の1本を吸わせない」教育を！▶小学校での喫煙防止教室の推進。市民・行政へ喫煙対策啓発活動。【不定期開催】会員・賛助会員いずれも年会費1,000円【市民の健康を守る会・大森 ☎090-6009-4474 坐禅体験会・座禅に興味のある方、静寂な古民家で体験しませんか。服装自由。【第2・4土曜日9時～12時】下宿・せらぎの園【入会金無料、1回200円】酔酔 坐禅会・木下 ☎090-1201-7166

地域通貨「ピース」で会員相互の助け合い▶会員同士で、買物、水やり、枝切り、電池交換などをします。【毎月22日(木)14時15分～15時15分】松山地域市民センター他【入会金2,000円、月会費3,000円】韓国語トナリ・西垣 ☎090-6712-1031

フランス人によるフランス語会話▶フランス人によるフランス語教室。日常会話などを学びます。【第2・4金曜日10時～11時30分】野塩地域市民センター【月会費3,000円(2回分)、初回無料体験あり】フランス人によるフランス語会話・安積 ☎080-5411-8767

韓国語トナリ▶韓国先生と基礎から会話まで。【月2回木曜日(次回は9月22日(木))14時15分～15時15分】松山地域市民センター他【入会金2,000円、月会費3,000円】韓国語トナリ・西垣 ☎090-6712-1031

話し方

清瀬話し方教室Will 木曜日コース▶話す事の苦手な方・あがり症の方、皆の前で話せるようになります。【第1・3木曜日コース13時～15時30分】生涯学習センター【月会費3,000円(月2回、入会金無料、8月と12月は月1回1,500円)】清瀬話し方教室Will・小林 ☎042-493-3461

将棋

清瀬市将棋愛好会▶将棋好きの方！腕試し、棋力アップと一緒に将棋を指

社会福祉法人 上宮会グループ **清瀬リハビリテーション病院**

診療科目 内科、呼吸器科、消化器科、小児科、リハビリテーション科、歯科(総合リハビリテーション施設)

病床数 168床

診療受付時間

診療科目	月～金	土・日	休診
内科・小児科	9:00～11:30	9:00～11:40	13:00～16:30
リハビリテーション科	9:00～11:30	9:00～11:40	13:00～16:30
歯科	9:00～11:30	9:00～11:40	13:00～16:30

☎042-493-6111 〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-33 http://www.kiyose-reha.jp

社会福祉法人 上宮会グループ **特別養護老人ホーム(指定介護老人福祉施設) 上宮園**

特養 定員 100床

ショートステイ 定員 8床(他空床利用10床)

デイサービス 1日 25名

居宅介護支援事業所

特養・ショートステイ ☎042-494-1990 ☎042-491-3200

デイサービス ☎042-494-1990 ☎042-491-3200

居宅介護支援事業所 ☎042-494-1990 ☎042-491-3200

〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-31 http://www.jyoguen/jyoguen/

お庭の事なら個人邸専門の ～(株)庭屋中村へ～

※見積無料 ☎0120-194-284 (株)庭屋中村 3352-0017 新座市宮沢2-11-11

植木剪定1本の高さと値段 (1～3m未満) 3,000円 (3～4m未満) 6,000円 (4～5m未満) 8,000円

造園・土木作業の価格の目安 (コンクリート打ち) 1m²/ 8,000円 (ブロック3段積) 1m²/11,300円 (白砂利敷き) 1m²/ 3,000円

・親切、丁寧な対応をお約束いたします
・植木1本でもお問い合わせして頂きます
・小さなお庭づくりもお任せ下さい

詳しくは！ (株)庭屋中村 検索

信愛報恩会 オンライン終活セミナー&見学会

日時: 2022年10月15日(土) 14時～16時

もしまの時のために、考えておいた方が良く高年齢者の住まい・「オンライン見学会」

お問い合わせ: 電話 ☎042-433-4300

オンライン環境がない方は、申し込みはふれあいホールにて視聴できます。 QRコードから

みどりの樹清瀬

しんあい清戸の里

信愛苑

講座・講演会

動物ボランティア講座

ホームレスの方と暮らす動物の無償診療に取り組む獣医師から、人と動物の共生について伺います。
 対動物ボランティアに興味のある方。先着16人 日10月1日(土)午後1時30分～4時 講なかのまきこ氏
 場申間直接窓口または電話できよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ

支援者のためのケア講座 ～ケアする自分をケアしよう～

コロナ禍での子育てに関するさまざまな相談に寄り添い、活動している支援者の皆さん。自身のケアについて学び、話しましょう。
 対育児期の困窮した女性に関わる専門職の女性(助産師、子育て支援者、ひとり親支援者、DV・離婚等の相談員、保育士、社会福祉士など)。先着6人 日10月20日(木)午前10時～正午 場きよせコワーキングスペース「ことりば」 講鎌倉女子大学准教授 榊原久子氏 申10月17日までに右記申込みフォームから 問NPO法人ダイバーシティコミュ ☎042-508-2650(平日午前9時～午後5時) info@diversitycommu.com ※保育あり(先着10人、6か月～未就学児、要予約)。



申込みフォーム



申込みフォーム

催し・イベント

みんなで育てよう清瀬の水辺

空堀川の生物調査・観察会をします。
 対小学生(小学3年生以下は保護者同伴)。先着15人 日9月18日(日)午前9時30分～正午(雨天中止) 場中里緑地A地区前の梅坂橋(橋)ぬれてもよい服装、川の中に入れる運動靴、着替え、タオル、飲み物、マスク
 申間電話で川づくり・清瀬の会事務局・荒幡 ☎042-493-7864

下宿地域市民センターのイベント

◆バルシューレ教室
 ドイツ生まれのボール運動の教室です。
 対日下表のとおり

対象	日時
年少～年中(親子) 先着10組	9月18日(日) 午前9時30分～10時30分
年中～年長(親子) 先着10組	9月18日(日) 午前10時50分～11時50分
小学1～3年生 先着10人	9月21日(水) 午後4時30分～5時30分
2～3歳(親子) 先着10組	9月22日(木) 午前10時～11時

費いずれも1,000円
 申右記申込みフォームから
 ◆アルコールインクアート教室



申込みフォーム

対小学生以上。各回先着6組 日10月15日(土)①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～正午 費いずれも1,800円(材料費、フォトフレーム代込み) 汚れてもよい服装、またはエプロン
 申右記申込みフォームから



申込みフォーム

問いずれも下宿地域市民センター ☎042-493-4033
 ※詳しくは、上記へお問い合わせください。

芸術の秋「共同アート展」

「人の輪<和>ぎゃらりい」出展者による幅広いジャンルの共同作品展をお楽しみください!
 日9月23日(金)～25日(日)午前9時～午後6時(25日のみ午後4時まで)
 場直間中清戸地域市民センター ☎042-494-7211へ

スマホ体験会

対スマホに興味のある60歳以上の方。各回先着20人 日10月5日(水)
 ①午前9時30分～午後0時30分 ②午後1時30分～4時30分 場生涯学習センター 申間電話で清瀬市地域包括支援センター ☎042-497-2082へ ※体験用スマホの用意もあります。

ソフトテニス体験講習会

対市内在住・在学の小・中学生。定員20人(応募者多数の場合は抽選)
 日11月5日(土)・6日(日)午前9時～午後3時(2日連続講座、途中帰宅可)
 場中央公園テニスコート【主催】清瀬市青少年問題協議会【協力】清瀬市ソフトテニス連盟 申9月15日～10月14日に右記申込みフォームから 問生涯学習スポーツ課児童青少年係 ☎042-497-2089



申込みフォーム

健康・福祉

清瀬市健康診査・特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

対清瀬市国民健康保険加入者・生活保護受給者等で40歳以上の12月・1月生まれの方及び後期高齢者医療制度加入者で12月・1月生まれの方
 【受診月】10月【受診券送付時期】対象の方には9月中旬に受診案内、受診券を送付します。詳しくは送付する案内を確認してください。 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

健康チャレンジ

健診の結果から、ご自身の健康状態を理解し、生活習慣改善の目標を立てて実行できるように、管理栄養士などがお手伝いします! 対象者には、医療機関で健診結果を受け取る際に案内をお渡しし、後日郵送でもご自宅へ送付します。 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

住みなれた地域をもっと知ろう いきいきウォーキングラリー

コロナ禍でもできる健康づくり。運動しながらまちの良さを再発見しませんか。地図をみながらチェックポイントを回ります。
 期10月17日(月)～31日(月)
 問きよせ社協地域包括支援センター ☎042-495-5516

子育て

令和4年7月生まれ 新米ママと赤ちゃんの会

初めての子育てで困ったことなど

令和4年度 きよせカレッジ(後期)

秋を彩る生きものたち～清瀬の自然～

中里緑地保全地域や金山緑地公園、柳瀬川土手を歩き自然観察をします。
 対市内在住・在勤の方。定員12人(応募者多数の場合は抽選。結果は、9月30日までに発送予定)
 日10月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)いずれも午前10時～正午(全4回)(雨天の場合は翌日に延期または中止) 講森田善朗氏
 申間9月22日(消印有効)までに往復はがきに必要事項を記入し

(記入例参照)、生涯学習スポーツ課生涯学習係 ☎042-497-1815へ
 【往復はがき記入例】

往信用(裏)	往信用(表)
「秋を彩る生きものたち」参加申込書	〒204-8511 [区画] 清瀬市中里5-842 生涯学習スポーツ課 生涯学習係
1.住所	
2.氏名(フリガナ)	
3.年齢	
4.電話番号	

※返信用の表には、申込み者の住所・氏名を記入。1人1枚の往復はがきで申込み。

をみんなでお話ししましょう。4回連続の仲間作りの講座です。
 日10月4日(火)・11日(火)・18日(火)午前10時～正午、25日(火)午後1時30分～3時30分 場きよせボランティア・市民活動センター 費各回500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます)
 申間NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 aiai@with-ai.netへ ウイズアイホームページ



ウイズアイホームページ

女性のためのピアサポート交流会

◆第3回 多胎児のこそだて 「セルフケアで自分を癒す、リフレッシュ交流会」
 対多胎児を育てている女性。先着6人 日9月29日(休)午前10時～正午 場きよせコワーキングスペース「ことりば」 講ミニ講座・交流会
 【協力団体】NPO法人ウイズアイ 申9月26日までに右記申込みフォームから 問NPO法人ダイバーシティコミュ ☎042-508-2650(平日午前9時～午後5時) info@diversitycommu.com
 ※保育あり(先着10人、6か月～未就学児、要予約)。



申込みフォーム

カンタン!ワンポイント離乳食

管理栄養士による離乳食の調理実演と相談を行います。
 対6～11か月の乳児とその保護者。各回先着5組(保護者のみの参加も可) 日10月6日(木) 6～8か月児＝午前10時～11時、9～11か月児＝午前11時～正午 場消費生活センター 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ 申間9月15日から電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

両親学級(1コース2日制)

1日目はお産の話、栄養の話など、2日目は赤ちゃんのお風呂の入れ方、パパの基礎知識などを学びます。
 対妊婦さんとそのパートナー(おひとりでの参加、どちらか1日だけの参加も可)。1日目は先着15組、2日目は先着12組 日1日目は10月21日(金)午後2時20分～4時、2日目は11月12日(土)午前10時20分～正午 場アミューホール
 申間9月15日から電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

スマイルベビーきよせ プレママ準備クラス(グループ)

助産師が母乳育児や出産に向けてのご相談をお受けします。妊婦さん同士の交流、先輩ママとの交流の時

間もあります。
 対妊娠20週以降の妊婦さん。先着3人 日10月24日(月)午後1時30分～3時(受け付けは午後1時10分～) 場市役所本庁舎 持母子健康手帳 申間電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ
 ※保育あり(先着4人、未就学児のみ、要予約)。

スマイルベビーきよせ すくすく赤ちゃんクラス(グループ)

助産師が授乳相談をお受けします。ママ同士の交流、妊婦さんとの交流時間もあります。
 対産後1～7か月未満の方。先着3人 日10月24日(月)午後1時30分～3時(受け付けは午後1時10分～) 場市役所本庁舎 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ、バスタオル 申間電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ
 ※保育あり(先着4人、未就学児のみ、要予約)。

育児講座～子育てに役立つ子どもの病気と事故のお話～

子どもによく見られる症状や病気の特徴、子どもの事故予防についてお話します。
 対市内在住の乳幼児の保護者、妊娠中の方など 日10月26日(水)午後1時30分～3時15分 場児童センター 講国立看護大学校小児看護学教授 来生奈巳子氏 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ(お子さんと一緒に受講するとき) 申間9月15日から直接窓口または電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

募集

市のPR冊子作成の取材・執筆協力

清瀬商工会は、暮らしと住まいを中心とした市の魅力を発信するガイドブックを作成します。皆さんの声を反映した内容にするため、取材や執筆などに協力していただける方を募集します。 申間10月15日までに電話で清瀬商工会 ☎042-491-6648へ ※詳しくは、上記にお問い合わせください。

【市民伝言板利用案内】●11月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、9月15日午前8時30分から10月3日まで受け付け。先着25枠。●利用案内は、市ホームページまたはシティプロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。 問シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 info@city.kiyose.lg.jp

その他

たすけあいサービス・活動説明会

高齢者の生活支援サービスなど地域のためになる活動の始め方を紹介します。

日10月6日(木)午後2時～3時30分
場申 問きよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ

令和4年就業構造基本調査

10月1日を基準に全国の抽出された地域で就業構造基本調査が実施されます。対象世帯へ9月下旬から調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。調査員は、調査員証を携帯しています。不審に感じる場合は、お問い合わせください。

【目的】日本の就業・不就業の実態を明らかにし、国の基本的な方針決定の基礎資料として活用する
問総務課総務統計係 ☎042-497-2032

高齢者の転倒によるけがを防ごう

東京消防庁管内では例年約6万人

の高齢者(65歳以上の方)が転倒によるけがによって救急搬送されています。下記のことを意識して転倒による事故を防ぎましょう。

- ①立ち上がるときには、近くのものにつかまる
 - ②着替えるときには、無理して片足立ちせずに腰を掛ける
 - ③足元の段差に気を付ける
 - ④エスカレーターに乗るときは手すりをつかむ
- 東京消防庁 公式Youtubeチャンネルでは、高齢者の日常生活事故防止動画を公開しています。ぜひご視聴ください。
問清瀬消防署 ☎042-491-0119



屋内編

屋外編

寄付・寄贈

◆社会福祉協議会へ
(株)ホームケアセンターイワサキ様(100,000円)、複十字病院様(450円)、匿名様3件(17,577円)ありがとうございました。

秋の全国交通安全運動

今年も9月21日から30日までの10日間、秋の全国交通安全運動が行われます。今回の重点項目は以下の5つです。

- ①子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全確保
- ②夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止及び飲酒運転の根絶
- ③自転車の交通ルール遵守の徹底
- ④二輪車の交通事故防止

⑤電動キックボード等の交通ルール遵守の徹底

運動期間中は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に留意しながら、交通安全意識の高揚に努めます。交通事故のない安全なまちづくりへのご協力をお願いします。問東村山警察署 ☎042-393-0110、道路課交通安全係 ☎042-497-2096

電動キックボードで公道を走行するときの注意点

電動キックボードは道路交通法並びに道路運送車両法上の原動機付自転車(原付)に該当します。公道を走行するためには、以下のことが義務付けられています。

- ①標識(ナンバープレート)の取り付け
- ②原付を運転することができる運転免許証の取得・携帯

③車道通行やヘルメット着用などの道路交通法の遵守

④自賠責保険(共済)への加入

⑤道路運送車両法上の保安基準への適合

問課税課市民税係 ☎042-497-2041



10月の無料相談

名称	日時	場所	申込み・問合せ
法律相談	5日(水)・26日(水)午後1時～4時30分(いずれも30分7枠)	生涯学習センター1階	シティプロモーション課 市民協働係 ☎042-497-1803 市内在住・在勤・在学の方
法律相談(夜間)	12日(水)午後5時～8時(いずれも30分6枠)		市内在住・在勤・在学の方 ※9月15日(木)午前8時30分から各相談日前日の午後5時まで受け付け。 ※同一種類の相談は1か月に1回のみ、かつ同一年度内に3回までです。 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、相談時には、マスクの着用、手洗いまたは手指の消毒にご協力ください。また、受け付け時には検温し、体調チェック票へのご記入もお願いします。
市民相談	19日(水)	アミューズホール	健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076
特設総合相談	午前10時～正午 午後1時～4時 ※交通事故相談は午後3時30分まで		【相談内容】行政、土地家屋調査士(境界・測量・登記)、不動産取引、年金・労働、税務、行政書士(相続・遺言書等の手続) 【相談内容】行政、法律、人権身の上、司法書士(登記・相続・遺言)、交通事故、防犯(犯罪被害者支援も含む)
防犯相談(犯罪被害者支援なども含む)	毎週月～金曜日(水曜日・祝日を除く)午前8時30分～午後5時		防災防犯課防犯係 ☎042-497-1848
空き家と相続の相談	20日(木)午前10時～午後4時		生活福祉課 ☎042-492-5111(代表)
母子・父子・女性相談	毎週月～金曜日(祝日を除く)午前8時30分～午後5時		子ども家庭支援センター ☎042-495-7701
子ども家庭相談	毎日(火曜日を除く)午前9時～午後5時		教育相談室 ☎042-493-3526 ※電話予約は午前9時から受け付け。 ※2回目以降はオンライン相談も可能。詳しくは上記へお問い合わせください。
教育相談	毎週火～土曜日(祝日を除く)午前9時～午後5時 ※受け付けは午後4時30分まで。	生涯学習センター1階	
一般相談	4日(火)・6日(木)・14日(金)・18日(火)・20日(木)・28日(金) 午前10時～午後4時		男女共同参画センター(アイレック) ☎042-495-7002 ※原則女性のみ。 ※電話予約は平日午前8時30分～午後5時に受け付け。 ※保育あり(要予約)。 ※電話による相談も可能。
一般相談(夜間)	20日(木)午後5時～9時		
DV相談	5日(水)・12日(水)・13日(木)・19日(水)・27日(木)午前10時～午後4時		
法律相談	11日(火)・25日(火) 午後2時～4時10分		
しごと相談	7日(金)・17日(月) 午前10時～午後3時		
消費生活相談	毎週月～金曜日午前10時～午後4時(正午～午後1時と祝日を除く)		消費生活センター ☎042-495-6212
清瀬・ハローワーク就職情報室	毎週月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後5時	クリアビル(4階)	清瀬・ハローワーク就職情報室 ☎042-494-8609

清瀬フロイデハルモニー第2回演奏会

清瀬管弦楽団・清瀬第九合唱団・合唱講座「初めての第九」修了生からなる清瀬フロイデハルモニーが、ベートーヴェンの『第九』ほかを演奏します。

市制施行50周年を祝って令和2年に開催する予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で延期していた演奏会です。先着1,800人。

日10月23日(日)午後1時～(開場は2階席以上と車椅子席＝正午、1階席＝午後0時20分) 場直 所沢市民文化センター ミューズ(所沢市並木一丁目) 費無料 【演目】ヘンデ

ル「ハレルヤ」/ブラームス 大学祝典序曲/ベートーヴェン 交響曲第9番「合唱付き」【指揮】水村怜央【ソリスト】鷲尾麻衣、城守香、下村将太、鹿野由之
※事前の整理券はありません。
※当日は、新型コロナウイルス感染症対策のため、マスク着用と氏名、連絡先の提供にご協力をお願いします。

問清瀬フロイデハルモニー演奏会実行委員会・大河内 ☎042-495-8478



詳しくはこちら(清瀬管弦楽団ホームページ)

募集 マラソン教室参加者

スポーツの秋にマラソン教室を開催します。元オリンピック選手に講師をしていただき、正しいフォームや動きづくりを学びます。走る速さは関係ありません。家族やお友達にご参加ください。

市内在住・在学の小学生。先着30人 日10月10日(月)午前10時～11時30分 場清小 持走りやすい服

装、運動靴、飲み物、タオル 内動きづくりやフォーム指導、タイム測定など 日9月15日から10月5日までに市ホームページ内の申込みフォームより(右記QRコード参照)

問生涯学習スポーツ課生涯スポーツ係 ☎042-497-1816



詳しくはこちら

今月開催の委員会

会議・委員会名	日時	場所	問合せ	傍聴
第4回補助金適正化検討委員会	9月21日(水) 午後6時30分～	市役所本庁舎	財政課財政係 ☎042-497-1810	直接会場へ
清瀬市都市計画審議会	9月22日(木) 午後2時～(受け付けは午後1時40分～)	市役所本庁舎 市民協働ルーム	都市計画課都市計画係 ☎042-497-2093	直接会場へ、定員10人(超えた場合は抽選)
第9回清瀬市まちづくり委員会	9月26日(月) 午後6時～	市役所本庁舎	シティプロモーション課 市民協働係 ☎042-497-1803	直接会場へ
第9回農業委員会	9月27日(火) 午前9時30分～	コミュニティプラザひまわり	清瀬市農業委員会事務局 ☎042-497-2052	直接会場へ

*各委員会・会議の詳細は問合せ先に確認してください。

リサイクル情報 (無料・先着順)

★さしあげます：今回はありません★ゆずってください：扇風機
申 問 9月15日午前9時から電話で消費生活センター ☎042-495-6211へ

清瀬市公式Instagram

「#清瀬コレクション」「@city_kiyose」をつけて写真を投稿しよう！

詳しくはこちら



清瀬、東大和を中心に北多摩の魅力を発信中！

Instagramマガジン「キタマガ」

詳しくはこちら



各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

清瀬の古代は面白い! 講演会・関連イベントも!

①特別展「古代武蔵と清瀬」

市には、柳瀬川流域の拠点集落とされる「下宿内山遺跡」や、カマドに瓦を使用した竪穴式住居が見つかった「野塩地域遺跡群」のような特徴的な古代の遺跡が存在しています。

本展示では、清瀬を含んだ柳瀬川流域の古代の遺跡に焦点をあて、テーマに沿って清瀬の古代を紹介します。

期9月18日(日)~10月23日(日) 午前9時から午後5時まで(最終入場は午後4時30分)

※休館日(9月20日・26日、10月3日・11日・17日)は除く。

場直郷土博物館 ☎042-493-8585

【関連イベント】

(1) 学芸員による展示解説

展示資料を見ながら、担当学芸員が解説をします。

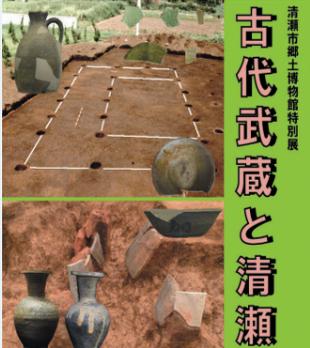
日9月25日(日)・10月16日(日)いずれも午後1時~2時 場直郷土博物館

(2) 勾玉作り体験(予約制)

古代の装身具「勾玉」を、紙やすりを使って作ります。

小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)。各回先着15人 日10月2日(日)午前10時~正午、午後2時~4時 場直郷土博物館 費1人300円(材料費) 申9月15日午前9時から右記申込みフォームより

清瀬市郷土博物館特別展 古代武蔵と清瀬



申込みフォーム



申込みフォーム



申込みフォーム

(3) 親子でミニ発掘体験(予約制)

実際に発掘現場で使用する道具を用いて、郷土博物館の敷地内でミニ発掘体験をします。汚れてもよい服装で来てください。

小学生とその保護者。先着6組12人 日10月10日(月)午前10時~正午 場直郷土博物館 費タオル、軍手 申9月15日午前9時から右記申込みフォームより

(4) 16mmフィルム映画【古代特別編】

古代に関する16mmフィルム映画を観ます。その後、解説を行います。先着30人。

日10月10日(月)午後1時30分~2時45分 場直郷土博物館

【記念講演会】

※講演会1.2は、定員に達したため、申込みを締め切りました。

講演会3. 「古代の武蔵国府と多摩郡の集落」(予約制)

先着30人。 日10月15日(土)午後1時30分~3時 講府中市役所 江口桂氏

講演会4. 「清瀬の古代 ー野塩地域遺跡群・下宿内山遺跡ー」(予約制)

先着30人。 日10月22日(土)午後1時30分~3時 講中野光将(学芸員)

場申講演会3.4は10月1日午前9時から右記申込みフォームまたは電話で郷土博物館 ☎042-493-8585へ

②ミュージアムシアター5

先着30人程度。 日9月22日(土)午後1時30分~ 内「多摩川野鳥記」(上映時間30分)、「さくら・日本 日本の美の伝統と民族の自覚」(上映時間28分) 場直郷土博物館

問いずれも郷土博物館 ☎042-493-8585



多摩六都科学館の催し物

大人のための地球科学入門

おとなを対象とした地球科学の講座です。地球の大スケールな変化と自分の身の回りの地質や地形のつながりについて一緒に考えてみましょう。

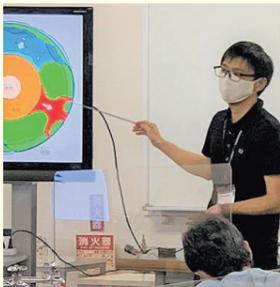
対18歳以上。定員16人(参加者以外の入室不可) 日10月29日(土)正午~午後1時30分 費入館料520円

場申問10月17日(必着)までに、多摩六都科学館ホームページの申込みフォームまたははがきにイベント名、日にち、氏名(フリガナ)、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記入し、〒188-0014 西東京市

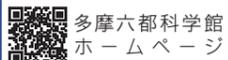
芝久保町5-10-64 多摩六都科学館 ☎042-469-6100へ

※応募者多数の場合は抽選し、当選者のみに参加券を送付します。

※9月の休館日: 20日(火)・26日(月)



前回の講座の様子



多摩六都科学館 ホームページ

まちかど ニュース

身近なイベントや街角の話題、各種大会で優秀な成績を収めた方・団体などをご紹介します。皆さんからの応募も受け付けています。

市内で初!? 「カイツブリ」のヒナ誕生

今夏、子育てをするカイツブリの姿が清瀬金山調節池で確認されました。30年以上観察してきた市民の方によると、市内で初めてのことだそうです。8月初旬、親のカイツブリが4羽のヒナを背中に乗せて泳ぐ姿が、多くの野鳥ファンに人気を呼んでいます。縞模様

のヒナはとても愛らしく、しばらくの間、間近で観察できます。



写真提供: 佐々木義雄氏

清瀬市少林寺拳法連盟 各大会で大活躍

清瀬市少林寺拳法連盟の皆さんが、7月31日に東京武道館(足立区綾瀬三丁目)で3年ぶりに開催された「2022年少林寺拳法東京都大会」をはじめ、各大会で大活躍しました。

今後の活躍も期待されます。



少林寺拳法東京都大会での様子

Table with columns: 大会名, 組, 成績, 備考. Lists results from various martial arts tournaments.

清瀬けやきホール

の催し物

①杉山公章コンサート

歌声サロンでおなじみ、杉山公章によるコンサートです。 日9月28日(水)午後2時~(開場は午後1時30分) 費一般1,500円、友の会1,000円、障害者割引500円(ご本人・付き添い1人。要証明)(全席自由)

②上原彩子ピアノ・リサイタル

日10月22日(土)午後2時~(開場は午後1時30分) 費一般4,000円、友の会3,500円、学生2,000円、ペア7,500円、シルバー(65歳以上)3,700円、障害者割引2,000円(ご本人・付き添い各2,000円)(全席指定、未就学児入場不可)

③音楽の絵本~ブリージー~

親子で楽しむコンサート 個性豊かな動物たちが活躍するクラシックコンサート。金管、打楽器の七重奏で元気いっぱいに音楽をお届けします。

日11月13日(日)午後2時~(開場は午後1時30分) 費一般2,000円、友の会1,500円、3歳~中学生1,000円(2歳以下ひざ上鑑賞無料。0歳から入場可)(全席指定)

④フォレスト セレクションコンサート

BS日テレでもおなじみのコンサートです。 日11月14日(月)午後2時~(開場は午後1時30分) 費一般4,800円、友の会4,500円(全席指定。未就学児入場不可)

⑤おけいこアロマ

アロマスプレーをつくろう! 心地良い睡眠のため、化粧水など、目的に合わせてスプレーをつくりまします。先着10人。 日10月12日(水)午後2時~3時30分 費1,500円 講西脇直子氏

⑥Let's リトミック

月替わりのテーマで音楽を交えて楽しく遊びます。各クラス先着12組。 日10月18日(火)ひよこクラス(1人でお座りできるころから1歳半ごろまで)=午前10時~10時40分、うさぎクラス(1歳半ごろから5歳まで)=午前11時~11時40分 費1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます)

講小宮しのぶ氏 講お子さんの飲み物、

お持ちであれば名札

⑦ベビーオイルマッサージ教室

赤ちゃんへのマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。 対2か月~ハイハイ前の赤ちゃんとその保護者。先着8組 日10月7日(金)午前10時30分~正午 費1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 講小宮しのぶ氏 講大きめのバスタオル、ハンドタオル、お子さんの飲み物

⑧写経教室10月~12月

般若心経を通して、「写経体」という字体を学びます。各教室先着18人。

日月曜教室=10月3日・11月7日・12月5日、木曜教室=10月6日・11月10日・12月1日いずれも午前10時~正午 費全3回3,000円(用紙代別) 講横田游心氏

申問直接窓口または電話

で清瀬けやきホール

☎042-493-4011へ



清瀬けやきホールホームページ

コミュニティプラザひまわり の催し物

①太極舞教室

太極拳と中国舞踊をミックスした台湾発のダンスです。

日9月20日(火)・27日(火)午前11時~正午 講山田悦世氏

②ピラティス教室

骨格のゆがみや筋力不足による体調不良を改善しましょう!! 各曜日先着15人。 日水曜教室=9月21日・28日午前9時45分~10時45分、午前11時~正午、金曜教室=9月16日・30日午前10時~11時 講嵯峨千枝氏

費①②いずれも共通券。5回券=5,000円、10回券=9,000円、20回券=17,000円(初回体験無料)

申問直接窓口または電話でコミュニティプラザひまわり

☎042-495-5100へ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、検温や健康チェックを行っています。体調不良の方の受講はご遠慮いただいています。



コミュニティプラザひまわりホームページ

人口と世帯

令和4年9月1日現在

◆人口()内は前月比 男 35,952人(7人増) 女 38,821人(8人増) 計 74,773人(15人増)

◆世帯数()内は前月比 36,686世帯(5世帯増) ※人口は、外国人住民(1,376人)を含みます。

問市民課住民係 ☎042-497-2037

QRコードは、(株)デンソーウェーブの登録商標です。