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。

第2回全日本青少年フルコンタクト空手道選手権大会で準優勝 カラテドリームフェスティバル2023全国大会で3位

3月5日に武蔵野の森総合スポーツプラザ (調布市西町) で開催さ れた「フルコンタクト空手道選手権大会」と、7月23日に東京体育 館 (渋谷区千駄ヶ谷一丁目) で開催された 「カラテドリームフェステ ィバル2023全国大会」で、清瀬六小6年伊藤千愛さんが入賞しまし た。

おめでとうございます。

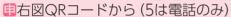
秋から春にかけて続く全国規模の大会に向けて、清瀬の代表とし て今後も入賞できるよう日々稽古に励んでいます。





フルコンタクト空手とドリームフェスティバルの全国大会で入 賞された伊藤千愛さん

10・11月の 子青で関



過子育て支援課母子保健係☎042-497-2077へ



あわせ未来

セ

事業名・対象・内容など 日時 1. 子どもの計測日 10月3日 以 · 10日 以 · お子さんの身長・体重を計測します。当日の健 17日 🕠、11月7日 以・ 診の状況により、お待ちいただく場合があります。 14日炒・21日炒 図生後2か月~3歳未満の乳幼児 いずれも午後3時~3時 ※予約制。申込みは希望日の1か月前から。(土・ 20分 日曜日、祝日の場合は翌開庁日) 10月11日(水) 2. カンタン! ワンポイント離乳食 6か月~8か月=午前9時 図6か月~11か月の乳児とその保護者。各先着5 45分~11時、9か月~ 11か月=午前11時~ 午後0時15分

組図管理栄養士による離乳食の調理実演と相談 ※予約制。申込み10月2日から。 3. 親子歯みがき教室 図6か月~1歳6か月の乳幼児とその保護者。先着 15組図歯ブラシの選び方・仕上げみがきのコツな 時30分(30分每各3組) ※予約制。申込みは随時。 4. ママの時間 10月18日(水) ホッとできる場です。個別相談も併設していま 個別相談=午前9時40分 ~10時10分、グルーフ 図未就学児のお母さん。個別相談=1組、グル− =午前10時30分~正午 プ=定員なし (受け付けは午前10時1 ※別室で保育あり。申込みは随時受け付け。グル 5分~10時30分)

5. 1歳児子育て相談会 10月27日金 計測、子育て・栄養などの相談、母子の健康相 (詳しくは事前送付書類 談を行います。図1歳の幼児とその保護者 を確認してください) ※申込みは電話で予約。 6. 親子歯科健診(個別) 図1歳6か月~4歳の幼児とその保護者図定期健診 月曜日または水曜日の午 ・歯みがき・フッ素塗布(無料) 後1時~3時15分

※予約制。申込みは随時。 7. 妊婦歯科健診 対市内在住の妊婦の方。 各回先着1人 ※予約制。

ープ相談の初回及び個別相談は要予約。

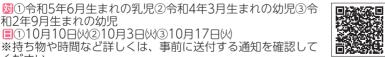
月曜日または水曜日(毎 月5~6回) の午後1時15 分~・午後1時45分~

8. 乳幼児健康診査(集団)

ください。

①3~4か月児健康診査 ②1歳6か月児健康診査 ③3歳児健康診査

図①令和5年6月生まれの乳児②令和4年3月生まれの幼児③令 和2年9月生まれの幼児



詳しくはこちら

つどいの広場(①ころぽっくる②元町③竹丘④野塩⑤下宿⑥梅園)

・⑦K-net子育てひろば 親子で自由遊び・育児相談など。 💆 🕽 🕳 一 就学前のお子さんとその保護者 ※ころぽっくる(場児童センター)、元町(場清瀬けやきホール)、竹丘(場竹丘地域市民センター)、野塩(場野塩地域市民センター)、下宿(場下宿地域市民センター)、梅園(場のいあいの家)、K-net子育てひろば(場男女共同参画センター)で実施。い ずれも直接会場へ。

圆①児童センター☎042-495-7700、

②③⑦NPO法人子育てネ ットワーク・ピッコロ☎042-444-4533、④⑤⑥NPO法人ウイズアイ☎042-452-

※37.5度以上の発熱のある方や風邪の症状がある方は参加をお控えください。 ※主に就学前のお子さんを対象とした事業を掲載しています。

医療機関案内

24時間電話で聞ける ▶清瀬消防署 ☎042-491-0119 ▶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った場合) ☎#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

/ベント情報・お知らせ

郷土博物館のお知らせ

郷土博物館公式SNSで情報発信中!

郷土博物館は公式ホームページのほか、X (旧ツイッタ 一) やYouTube、インスタグラムを開設しています。お 知らせやイベント告知、報告などを更新していますので、 ぜひご覧いただき、フォロー・チャンネル登録をお願い します。



詳しくは こちら

過郷土博物館☎042-493-8585

図書館のイベント

子ども読書スタンプラリー

図書館は子ども読書スタンプラリーを実施します。下記期間中、市 内各図書館で本を借りた方には、スタンプラリーカードにスタンプを 1つ(1日1回)押します。参加者には「図書館はかせ認定証」を渡します。 希望する場合は、各図書館に直接お申し込みください。

【スタンプラリーカード配布期間・スタンプ押印期間】 10月15日(1)~ 11月15日(水) 【認定証配布期間】 11月16日(水)~11月30日(水) 場 値 市内各 図書館 👸中央図書館☎042-493-4326 (月曜日休館)

今月開催の委員会

対小学生までの方

会議・委員会名	日時	場所	問合せ	傍聴	
清瀬市史編さん委 員会	10月4日(x) 午後3時~	市役所 本庁舎	市史編さん室 ☎042-497-1813	直接会場へ	
※詳しくは問合せ先に確認してください。					

普通救命講習

心臓マッサージ、救命処置、AEDの操作方法などの救命方法 を学びませんか。受講後、救命技能認定証を交付します。 図市内在住の18歳以上で初めて受講する方。先着10人 ■10月 31日巛午後1時30分~4時30分場しあわせ未来センター 21,500円 (テキスト代、マウスピース代) 闘清瀬消防署 救急 係職員[5]動きやすい服装 (スカート不可)、筆記用具、マスク、 飲み物、タオル∰週10月2日から直接窓□または電話で健康推 進課成人保健係☎042-497-2076へ

月の健康づく

図15歳以上の方(中学生は不可)。各回先着25人 圆値間フィットネ スルーム☎042-497-2391※開始時間の10分前に会場へ

スルーム な 042-497-2391※開始時间の10万削に云場へ。							
タイトル	日時	費用・持ち物					
30分エクササイズ	10月4日似・5日休・6日箘・11日似 ・12日休・18日似・20日圇 水・金曜日=午前11時~11時30分、 木曜日=午後3時~3時30分	ーム利用料(清瀬市 ・小平市・東村山 市・東久留米市・					
みんなで楽しくエクササイズ	西東京市在住の方 【要本人確認書類】						
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	10月1日(日)午前10時~11時	=300円、その他の方=450円)					
〈チューブエクササイズ〉	10月7日出午前10時~11時	日本のできる服装					
〈Let's筋トレ〉	10月15日(日)午前10時~11時	・室内用運動靴・ 汗拭きタオル・飲					
〈笑ingエクササイズ〉	10月21日出午前10時~11時	 					

10月の休日診療

※医療機関に電話でご連絡のうえ、受診してください。 内科は昼の休憩時間が医療機関によって異なります。

生	内科		歯科		
実施日	午前9時~午後5時 (受付時間は午後4時30分まで)	午後5時〜 翌日の午前9時	午前9時30分 ~午後5時	担当医	
1 8 8	北多摩クリニック 上清戸2-1-41☎042-496-7760 清瀬診療所 元町1-13-27☎042-493-2727	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	清瀬休日歯科応急センター(清瀬市歯科 医師会)上清戸2・6 ・10(きよけばランティア・市民活	筒井(大) 医師 石川 医師	
9 日 15 日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14☎042-497-3456 清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33☎042-493-6111	きよせ旭が丘記念 病院 (旧織本病院) 旭が丘1 - 619 - 15 ☎042-491-2121	カーカー (ロボル) 動センター内(ロボル) 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	岩崎(敬) 医師 乾 医師	
22 日 29	宮本医院 松山1-42-6☎042-491-0547 杉本医院 元町2-7-1☎042-492-1199	※緊急時は随時受け 付け。必ず事前に電 話してください。	後4時30分まで)	岩崎(慎) 医師 和気(昌) 医師	

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・木・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30分 ☎042-461-1535