



今号は12面増刊号！！

主な内容

②自転車用ヘルメット購入助成

⑤～⑦市民まつり2023～コロナを乗り越え、賑わいのまちへ～

①清瀬駅周辺まちづくりワークショップ

発行：清瀬市 編集：経営政策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



清瀬市総合防災訓練 日時：10月15日(日) 午前9時～11時45分ごろ
場所：清瀬第七小学校

今年は何東大震災から100年目の年です。いつ起きてもおかしくない首都直下地震に備えて、地域の皆さんや防災関係機関と連携し、4年ぶりに清瀬市総合防災訓練を実施します。皆さんの参加をお待ちしています。

☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847

※駐車場は清瀬三小のグラウンドですが、前日に雨が降った場合、使用できません。当日の使用については清瀬市総合防災訓練ホームページから確認してください。



詳しくはこちら

清瀬七小会場

※会場の入口は西側正門です。

【午前9時～11時】避難所開設運営訓練

避難所運営協議会を中心に、避難所開設に伴う初動対応訓練を体育館で実施します。

◆午前9時～10時 避難所開設訓練

※開設訓練に運営側として参加を希望する方は、班編成を行うため、午前8時40分までに体育館内に集合してください。

◆午前10時～11時展示訓練

どなたでも体験できます。いろいろな資器材(ダンボールベッド、パーテーション、特設公衆電話など)に触れてみましょう。

【午前11時～11時30分】救出救助訓練

消防団、消防少年団、災害時支援ボランティアなどが連携し、倒壊家屋(模型)で挟まれた負傷者の救出救助、搬送、応急救護を行います。また、火災発生を想定し、初期消火や一斉放水を実施します。

防災関係機関による展示ブース

給電車両、消防団ポンプ車、都市ガスのマイコンメーター、特殊栄養食品等の展示や紹介を行います。また、模擬消火器を使った消火訓練や応急救護訓練も体験できます。

※清瀬七小での訓練の参加者に備蓄食糧品(アルファ米やビスケットなど)を配布します。先着300食。訓練終了後、受付で受け取ってください。

市内各所

【午前9時～11時30分】応急給水訓練(梅園給水所)

昨年7月に運用開始された梅園給水所(梅園1-3-8)の応急給水区画で、災害時給水ステーションの紹介、給水体験、グッズ(給水袋など)の配布などを行います。【協力】東京都水道局

【午前9時～10時40分】災害医療訓練(東京病院)

東京病院敷地内で、緊急医療救護所の設置訓練とトリアージ(治療優先順位の決定)訓練を実施します。一般の方は参加できません。【実施者】清瀬市医師会、清瀬市歯科医師会、清瀬市薬剤師会、東京都柔道整復師会北多摩支部、東京都訪問看護ステーション協会清瀬支部、東京病院

令和5年度清瀬市消防団消防ポンプ操法審査会

9月9日に行われた消防操法審査会では、ポンプ車に搭載されているポンプやホースなどの操作を行い、迅速・確実かつ安全に行動するために定められた消防用機械器具の取扱い及び操作の基本について、その技術を競います。各分団、日頃の訓練の成果を如何なく発揮しました。

清瀬市消防団は、今後も市民

の安全・安心のために全力を尽くします。

優勝：第3分団

準優勝：第5分団

第3位：第4分団



優勝した第3分団

家具転倒防止対策を！

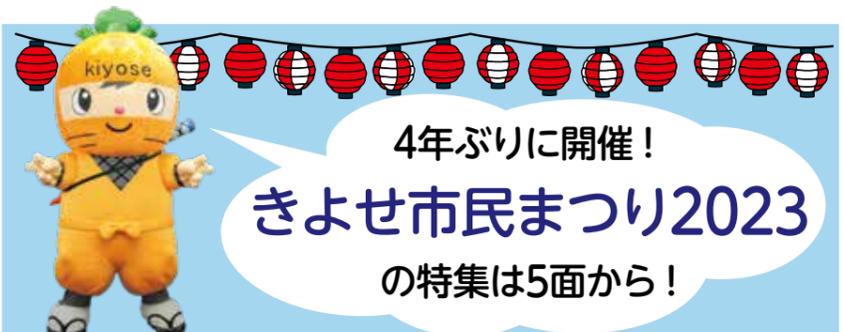
今年は何東大震災から100年の節目です。東京消防庁公式ホームページでは「なぜ家具転倒防止対策が必要なのか」「具体的にどのような対策を行えばよいのか」などを詳しく掲載しています。また、過去の地震被害調査から、家具の転倒によりケガをした方が負傷者の3割から5割を占めていることが調査結果として示されたことから、「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」を作成し指導指針を定めました。こちらも同ホームページに掲載されていますので、ご自宅などの家具転倒対策状況を確認してください。☎清瀬消防署 ☎042-491-0119



家具転倒対策ホームページ



家具転倒対策ハンドブック



4年ぶりに開催！
きよせ市民まつり2023
の特集は5面から！

インフルエンザ予防接種

◆高齢者

市内に住民登録があり、接種日に65歳以上の方、または60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方(どちらもおおむね身体障害者障害程度等級1級相当) 期10月1日(日)～令和6年1月31日(水)費2,500円(生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象の方は無料)

健康保険証、生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象の方は証明書、60～64歳の方は障害者手帳の写し 場清瀬市指定医療機関(右表参照)または小平市、東村山市、東久留米市、立川市、昭島市、小金井市、国分寺市、国立市、狛江市、東大和市、武蔵村山市の指定医療機関へ 問健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

※長期入院、施設入所などやむを得ない理由により市外医療機関で接種を希望される場合は、事前に市ホームページを確認するか、上記へお問い合わせください。



詳しくはこちら

◆小児

子どものインフルエンザ予防接種費用を一部助成する事業は、10月15日(日)から開始します。詳しくは市報10月15日号または10月15日から公開される市ホームページを確認してください。

問子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077

地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号
下宿	清瀬下宿中央診療所(★)	491-2217	松山	井上内科クリニック(★)	493-3102
旭が丘	きよせ旭が丘記念病院(旧織本病院)(★)	491-2121		岩田皮膚科クリニック(★)	492-7735
野塩	酒田クリニック	496-7328		大塚耳鼻咽喉科医院	492-0287
	山本病院(★)	491-0706		清瀬内科クリニック	493-1630
上清戸	北多摩クリニック(★)	496-7760		野島整形外科内科(★)	491-1616
中清戸	清瀬富士見病院(★)	492-0311		花園医院(★)	491-0315
元町	宇都宮レディースクリニック(★)	491-0103		平野クリニック	495-7320
	宇都宮小児科内科クリニック(★)	491-5556		複十字病院(★)	491-4712
	清瀬診療所(★)	493-2727		宮本医院(★)	491-0547
	清瀬元町しいのクリニック	493-9880		川辺内科クリニック(★)	496-3311
	杉本医院	492-1199	救世軍清瀬病院(★)	491-1411	
	とみまつ小児科循環器クリニック(★)	497-3456	清瀬博済堂クリニック(★)	410-0001	
	中島医院(★)	495-6727	清瀬リハビリテーション病院(★)	493-6111	
	はたの耳鼻咽喉科(★)	491-1133	国立病院機構 東京病院(★)	491-2111	
	廣橋小児科・内科医院	493-7400	竹丘病院(★)	491-6111	
	ふじ井内科クリニック	493-7122	緑蔭通りクリニック(★)	497-1782	
梅園	三浦整形外科クリニック(★)	494-6633	信愛病院(★)	491-3211	
	武蔵野総合クリニック(★)	496-7015	ベトレヘムの園病院(★)	491-2525	

※市外局番は042。(★)の医療機関は事前予約が必要です。

带状疱疹の予防接種費用の助成

令和5年4月1日以降に接種した带状疱疹予防接種費用の一部を助成します。

市内に住民登録のある50歳以上の方【助成額と回数】生ワクチン上限3,500円(助成回数1

回)または不活化ワクチン1回あたり上限9,000円(助成回数2回) 問健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075



詳しくはこちら

神山公園の芝生広場を一時閉鎖します

冬に向けて、芝生広場の芝生を寒さに強い芝生に植え替え、しっかりと根が張るように育てます。そのため、芝生広場は当面の間閉鎖します。閉鎖中は、広場にロープをか

けるため、通行やなかで遊ぶことはできなくなります。ご理解・ご協力をお願いします。
【閉鎖予定期間】10月10日(火)～31日(火) 問水と緑と公園課公園係 ☎042-497-2098

自転車用ヘルメット購入助成 ～自転車安全講習会を開催～

本年4月の改正道路交通法の施行により、自転車運転中のヘルメット着用が努力義務となりました。市は、ヘルメット着用を促すため、市内協力店で使用する「自転車乗車用ヘルメット助成券」を発行します。

対象は、自転車の安全利用を促進するため、市と東村山警察署と清瀬市交通安全協会が共同で開催する「自転車安全講習会」を受講した方です。

◆助成券

助成券は1人1枚(有効期限は令和6年1月末まで)、先着1,000枚。

【補助率】購入額(税込)の1/2(助成上限2,000円)

◆講習会

どなたでも(保護者の方が受講すると、3歳までのお子さん

も助成対象になります)。平日定員100人。日曜日定員120人 日下表参照。各回50分。

場 コミュニティプラザひまわり

申 10月15日までに申込みフォームまたは直接窓口で第2希望までを道路交

通課へ 問道路交 通課道路交係 ☎042-497-2096

※手話通訳・保育(3歳まで)あり。要予約。

※助成対象のヘルメットの規格や協力店など詳しくは市ホームページを確認してください。



申込みフォーム



詳しくはこちら



【開催日時】

日時	日時
10月22日(日)午前10時～	11月22日(火)午後2時～
10月24日(火)午後2時～	11月26日(日)午前10時～
10月26日(木)午後2時～	12月10日(日)午後2時～
11月10日(金)午後2時～	12月14日(木)午前10時～
11月17日(金)午前10時～	12月20日(水)午後2時～

[令和5年秋] 新型コロナワクチン接種

初回接種を完了している生後6か月以上の方はオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンを追加接種できます。これまでに受け取った未使用の接種券も使用可能です。紛失・廃棄された方は再発行申請が必要です 費無料(令和6年3月末まで)

▶65歳以上・基礎疾患あり・医療従事者等

令和5年春開始接種期間中(5月8日～9月19日)に接種された方へ接種券を発送します(申請不要)。

春開始接種の接種日	秋開始接種券の発送日
令和5年5月8日～7月31日	9月12日(火)～26日(火)までに発送済み
令和5年8月1日～9月19日	※前回接種日から3か月経過を目途に発送

▶12歳～64歳の方

接種券の先行申請をした方へ順次発送中です。先行申請しなかった方へは、10月に下表のとおり発送します。未使用の接種券がある方へは送付しません。

年齢区分	発送予定日	年齢区分	発送予定日
60歳～64歳	10月3日(火)	30歳～49歳	10月10日(火)
50歳～59歳	10月6日(金)	12歳～29歳	10月13日(金)

※年齢区分は年度末時点の年齢

▶生後6か月～11歳の方

接種券を希望する場合は、接種券の発行申請を行ってください。

◆接種券の申請方法

自動発送対象外でお手元に未使用の接種券がない方は、最後の接種状況がわかるものを用意し、以下の方法で申請してください。

電話＝下記、市コールセンター、窓口＝市役所本庁舎健康推進課新型コロナウイルスワクチン接種担当またはコミュニティプラザひまわり3階会議室3、郵送＝〒204-8511 健康推進課新型コロナウイルスワクチン接種担当へ、電子申請＝右記申込みフォームから

【窓口・郵送申請に必要なもの】①接種券発行申請書(窓口または市ホームページから入手可)②本人確認書類(代理申請の場合は、代理人と被接種者両方の本人確認書類)③転入の場合は、前自治体の接種券(接種済証)※郵送申請の場合、②と③は写し。

※接種は本人または保護者の同意がある場合にのみ行われ、強制されることはありません。

問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)



詳しくはこちら



電子申請はこちら

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 日10月25日(水)・26日(木)午後8時まで
■日曜納税・納税相談 日10月29日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 日10月14日(土)午前9時～正午
場いずれも市役所徴収課窓口 問徴収課徴収係 ☎042-497-2045

しあわせ未来センターで農産物の移動販売を開始

JA東京みらい・JA東京みらい清瀬直売会の協力により、中里地域市民センターで行われている農産物の移動販売を10月から市役所でも行います。清瀬産の新鮮な農産物をぜひ、お求めください。

毎週水曜日午前10時50分～11時20分(天候不良・祝日・年末年始・月末は休み) 場しあわせ未来センター前(変更の可

能性あり) 産業振興課農政係 ☎042-497-2052



第28回野塩児童館まつり

模擬店・体験コーナーの無料引換券(小学生以下)の配布は午前10時から正午まで(なくなり次第終了)、利用は午後0時30分までです。景品などを持

ち帰る袋をお持ちください。駐車場は利用できません。 日10月29日(日)午前10時～午後1時 場野塩児童館 ☎070-2467-8585

「教育の日」ビブリオ・フォーラム

市立小・中学生の児童・生徒による書評発表や「図書館を使った調べる学習コンクール」地域コンクール審査結果の発表・表彰式を行います。児童・生徒

の活躍をぜひご覧ください。 日10月21日(土)午後1時45分～午後4時30分 場アミューホール 教育指導課指導主事 ☎042-497-2552

募集 令和6年度 保育園等の入園児童

11月6日(月)から令和6年4月入園申込みの受け付けを開始します

就労などで保護者が家庭で保育できない児童

◆申込み期間

【1次】11月6日(月)～20日(月) 【2次】1次終了～令和6年2月8日(木)

いずれも午前9時から午後5時まで(11月11日(土)以外の土・日曜日、祝日を除く)

◆申込み用紙の配布

【配布開始】10月24日(火) 子育て支援課、市内各保育園、松山・野塩地域市民センター、男女共同参画センター

◆申込み方法

【窓口での申込み】 必要事項を記入した入園申込書、提出書類をそろえて窓口へ。 ※今年度より4月入園に関して

相談がある方は予約フォームから相談の事前予約あり(10月30日(月)予約開始)。ただし、相談の必要がない方は直接窓口にて提出してください。



予約フォーム

【郵送での申込み】

必要事項を記入した入園申込書、提出書類、その他郵送同意書などを同封し、返信用封筒と84円切手を添えて、「〒204-8511 子育て支援課保育・幼稚園係」へ ※締切日の消印有効。



詳しくはこちら

子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042-497-2086

令和5年度児童扶養手当の新規受け付け

父または母がいないもしくは父または母に重度の障害がある児童を養育している方

【審査】令和5年10月申請分から、令和4年中の所得額(令和4年1月～12月の所得)をもとに審査

【申込み(認定請求)が必要な方】 ・新規で児童扶養手当の受給を希望する方

・過去に所得制限限度額(下表参照)の超過により、請求をしていない方で、令和4年中の所得が所得制限限度額内になった方 【認定請求期間】10月2日(月)～31日(火)(土・日曜日、祝日を除く)

子育て支援課子育て支援係 ☎042-497-2088



詳しくはこちら

所得制限限度額

扶養親族等の人数	申請者全部支給	申請者一部支給	配偶者・扶養義務者 孤児等の養育者
0人	490,000円	1,920,000円	2,360,000円
1人	870,000円	2,300,000円	2,740,000円
2人	1,250,000円	2,680,000円	3,120,000円
以後加算(1人につき)	380,000円		

※所得の定義など、詳しくは上記までお問い合わせください。

募集 令和6年度 学童クラブ入会児童

就労などで保護者が昼間家庭にいない、小学1～6年生の児童

◆申込み期間

【1次(新1～3年生)】11月2日(木)～22日(水) 【2次(新1～6年生)】12月11日(月)～令和6年1月12日(金)(いずれも年末年始、土・日曜日、祝日を除く)

◆申込み用紙の配付

【配布開始】10月19日(木) 生涯

学習スポーツ課、市内各学童クラブ、市内各保育園・幼稚園(5歳児まで在籍の園)、松山・野塩地域市民センター、児童センター、男女共同参画センター

生涯学習スポーツ課児童青少年係 ☎042-497-2089

※申込み方法など詳しくは申込用紙または市ホームページを確認するか、上記までお問い合わせください。

更新した乳幼児・義務教育就学児・高校生等医療証を送付

乳幼児医療費助成制度は乳幼児が、義務教育就学児医療費助成制度は小学1年生～中学3年生が、高校生等医療費助成制度は平成17年4月2日～平成20年4月1日に生まれた方が、保険診療でかかった医療費の一部を市が負担する助成制度です。

利用には所得要件があります(右表参照)。

子育て支援課子育て支援係 ☎042-497-2088

所得制限限度額	
扶養親族等の人数	所得額
0人	6,220,000円
1人	6,600,000円
2人	6,980,000円
以後加算(1人につき)	380,000円



詳しくはこちら

対象者	送付書類	送付日
令和5年度の所得が所得制限限度額内	医療証(10月1日(日)から有効)	9月21日(発送済み)
東京都外の国民健康保険に加入	認定通知(医療証は送付しません)	
医療証をお持ちで、令和5年度の所得※が所得制限限度額超過	消滅通知	

※所得の定義など、詳しくは上記までお問い合わせください。

【お詫び】9月21日に一斉送付した医療証の有効期限に一部誤りがありました。該当する方には、9月27日に正しい医療証をお送りしましたので、誤った医療証は破棄してください。ご迷惑をおかけして申し訳ありません。

募集 市立小・中学校の臨時的任用教員

下記の教員免許状を持ち、市立小・中学校で正規教員の代替として勤務できる方を募集しています。

期任用開始日から令和6年3月下旬まで(各校の春季休業開始日の前日まで)

教育指導課教職員係 ☎042-497-2553

※給与・勤務時間などは市ホームページを確認してください。



詳しくはこちら

教員免許状	担当教科等	勤務場所	人数
小学校(全科)	学級担任	市内小学校	1人
小学校(全科)	算数少数指導	市内小学校	1人
小学校(全科)	特別支援学級(情緒固定)	市内小学校	1人
中学校(各科)	特別支援学級(知的固定)	市内中学校	1人

令和6年度入学予定の児童・生徒新入学準備金の申請

下記の方を対象に、新入学準備金(就学援助費)を支給します(所得審査あり)。

市に住民登録があり、令和6年度に国公立小・中学校に入学予定の児童・生徒の保護者 【申請のお知らせ】新小学1年生

=就学時健康診断の案内に同封(9月上旬に送付済み)、新中学1年生=4月初めに学校から配付済み 【申請期間】11月30日(木)まで 教育企画課学務係 ☎042-497-2539

今月の納期

◆市・都民税(第3期) ◆国民健康保険税(第4期) ◆後期高齢者医療保険料(第4期) ◆介護保険料(第4期) 10月31日(火)までに納めてください。

募集 ボランティア研修&体力測定練習会 フレイル予防等ボランティア

シニアのフレイル※1予防などを目的とした市民ボランティアを募集します。①午前中の研修では体力測定の意義や方法を学び、②午後の研修では学んだことを体力測定練習会(任意)で実践できます。

研修後は介護保険課にボランティアとして登録(ボランティア保険には個人で加入)し、介護予防や健康づくりに関する出前講座などで体力測定や講座のお手伝いをお願いします。

動きやすい服装で参加してください。

①フレイル予防等ボランティア研修(必須) ②体力測定練習会=理学療法士などと一緒に実践できます(任意)。

☑健康づくりに興味のある方。
①②とも先着20人 日10月15日(日)①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分(途中退場可) 場 清明小 持 マスク着用(推奨)、上履き(スリッパ不可)。

※1フレイルとは加齢により心身の活力が低下し、要介護状態になる可能性が高い状態のことをいいます。

タオル、飲み物など
☑☑介護保険課地域包括ケア係

☎042-497-2082へ

※②はフレイル予防等ボランティアとして活動されている方も参加可。



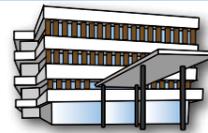
詳しくはこちら

ボランティア以外の方も! いきいき リハビリサロン旭が丘

シニア向けの体力測定会に参加してみませんか?(ボランティアの②体力測定練習会を兼ねています)

☑おおむね65歳以上の方 ☑いきいきリハビリサロン旭が丘・川崎 ☎090-8311-6715

※持ち物などは上記のとおり。
※直接会場へ。



清瀬市役所 おしごと★図鑑

第9回

市民課

本庁舎1階2番窓口

今回は「一番身近な市役所の顔」市民課を紹介します。
☎シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

こんな仕事をしています!	<p>【住民係】住民票の異動手続き、各種証明書(住民票の写し、印鑑登録証明書等)の発行、マイナンバーカードの申請・交付など</p> <p>【戸籍係】戸籍届出書(出生届や婚姻届、死亡届等)の受付、戸籍の編製・記録など</p>
市民課ってどんな部署?	<p>【住民係】住所や世帯構成を記録する住民登録の手続きを担っています。住民登録は国民健康保険、国民年金、児童手当等、各種行政サービスの基礎となる大切なものです。</p> <p>【戸籍係】生まれてから亡くなるまでの間に関わるすべての戸籍の届出を受けており、人生の節目において市民の皆さんと関わっています。</p>
最近のホットな話題!	<p>今年の11月から、「書かない窓口」が始まる予定です。現在は手書きで記入する住民異動届ですが、タブレット端末を導入することで、より簡単に手続きできるようになります。また、住民票の写しなどの申請についても、マイナンバーカードを利用することで、申請書への記入が省略できるようになります。</p>
これが使命だ! 頑張るぞ	<p>市民課は市役所の顔と呼ばれることもあります。市民の皆さんにとって一番身近な行政の窓口だからこそ、安心して相談できる場所であればなりません。</p> <p>そのために私たち市民課の職員は、市民の皆さんとのコミュニケーションを大切に、信頼していただける窓口対応ができるよう、日々頑張っています。これからも、時代の流れに合わせ、より便利で快適な市民サービスの提供を目指していきます。</p>



書かない窓口のイメージ

第10回は、市民協働課

清瀬市シニアみんなで健幸プロジェクト※ 健康状態不明者実態把握事業

健康状態が把握できていない方に地域包括支援センター職員などが家庭訪問します。市では主に75歳以上の後期高齢者医療保険に加入されている方のフレイル・介護予防、健康寿命の延伸を目的に「清瀬市シニアみんなで健幸プロジェクト」を実施しています。

健康状態が不明な方への個別支援として「健康状態不明者実態把握事業」を令和5年7月中旬から実施し、医療・健診・介護データなどを活用して抽出した以下の条件に当てはまる方へ、「シニア健幸生活アンケート」を送付しています。

- ・健診未受診の方
- ・おおむね1年間医療受診がない方

※当プロジェクトは高齢者の医療の確保に関する法律(昭和五十七年法第八十号)に基づき、清瀬市が実施しています。

い方
・介護認定がないまたは介護サービス等の利用のない方など

10月からは、アンケートの返送がない方や、返送はあったが健康状態が心配な方に対し、地域包括支援センター職員、保健師、看護師が家庭訪問を行い、生活や健康などについての相談をお受けします。必要時にフレイル状態の改善や介護予防、医療、健診、介護サービスなどにつなげていきます。アンケートの回答がまだの方は、ぜひ回答をお願いします。

☑☑介護保険課地域包括ケア係

☎042-497-2082



詳しくはこちら

10月は個人住民税の年金特別徴収の切り替え月

個人住民税が年金特別徴収(年金からの天引き)されている方は、上半期(4月・6月・8月)と下半期(10月・12月・令和6年2月)で徴収月額が変更となる場合があります。特に前年(令和4年)の収入が大きく変わった方には、徴収月額に大きな変更が発生することが考えられます。

個人住民税の詳しい金額等については、6月中旬に青色の封筒で通知した「令和5年度市民税・都民税納税通知書」を確認してください。

※6月以降に個人住民税額に変更が生じた方は、最新の「令和5年度市民税・都民税納税通知書」を確認してください。

☎課税課市民税係 ☎042-497-2040

令和5年度 肺がん検診(後期)

集団で肺がん検診を行います。オプションで大腸がん検診を受診することもできます。

☑市に住民登録のある40歳以上(昭和59年3月31日以前生まれ)の方。定員150人

※応募者多数の場合は抽選。結果は11月上旬発送予定。

※当日の問診により検査が困難と判断した場合には、検査をお断りする場合があります。

【実施日】11月27日(月)・28日(火)、12月20日(水)(追加日程) 場 複十字病院 費 500円(喀痰検査・大腸がん検診を受診する場合はそれぞれ追加で500円)。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象の方は、その証明書を検診時に提出すれば無料 ☑胸部エックス線検査、喀痰検査(50歳以上で喫煙指数[1日の喫煙本数×喫煙年数]が600以上の

方で、受診を希望する方のみ対象)

☑☑10月16日(当日消印有効)までに直接窓口または申込みフォーム、はがき(下記記入例参照)で健康推進課健康推進係

☎042-497-2075へ

※電話での申込みはできません。



詳しくはこちら

はがき記入例

肺がん検診申込み

- ①住所
 - ②氏名(ふりがな)
 - ③生年月日
 - ④電話番号
 - ⑤受診希望日(複数記入可)
 - ⑥オプション検診希望の有無
 - ⑦喀痰検査の該当有無
- ※受診希望日は左記実施日から選んでください。午前・午後のご希望がある場合はご記載ください。

あて先は、〒2004-8511 清瀬市健康推進課肺がん検診申込み担当行

東京都シルバーパス新規購入手続き

「東京都シルバーパス」は、満70歳以上の都民の方(寝たきりの方を除く)を対象として、都内の民営バス(「きよバス」など自治体の運営するコミュニティバスは除く)及び都営交通(都バス、都営地下鉄、都電など)で利用できるパスです。有効期限は発行日から令和6年9月30日までです。

シルバーパスの新規発行を希望される方は、満70歳を迎え

る月の初日から申込みができます。必要書類をそろえ、最寄りのバス案内所などでお申し込みください。

☑東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950(平日午前9時から午後5時まで)

※市役所窓口ではシルバーパスの発行・更新などの手続きは行っておりません。詳しくは上記へ。

SPECIAL TOPICS

特集

4年ぶりに開催！ きよせ市民まつり

※抜き取って、市民まつりへお持ちください。



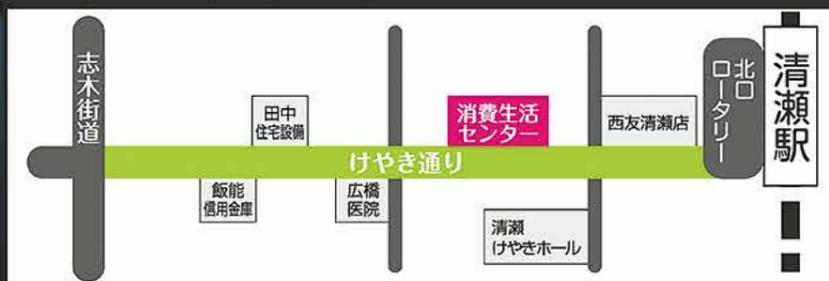
令和5年10月22日(日)

開催時間 午前10時から午後4時まで

主催：きよせ市民まつり実行委員会
後援：清瀬商工会・清瀬市

会場 けやき通り (西友清瀬店前から志木街道まで)

※当日は午前7時から午後7時まで会場周辺道路で交通規制を行います。
※お車でのご来場はご遠慮ください。



10月22日(日)午前10時～午後4時

きよせ市民まつり

～コロナを乗り越え、賑わいのまちへ～

けやき通り(清瀬駅北口から志木街道まで)を会場とした清瀬市の秋の一大イベントです。ステージイベントや縁日、木工細工体験など、豊富な内容となっております。多くの方のご来場お待ちしております。
 〓きよせ市民まつり実行委員会事務局(市民協働課内) ☎042-497-1803

市民まつりを楽しもう!

◆縁日・ゲーム・即売を楽しむ!
 やきそば、串焼き、アイス、ビールなど20種類以上の飲食物の屋台や輪投げ、くじなどのゲームの屋台が出店するほか、清瀬の農産物、立科町のりんご、風船、おもちゃ、清瀬焼陶芸作品、さきおり作品、リサイクル家具などの販売を行います。

◆体験しよう!
 手づくりチャレンジコーナーでは木工細工体験が、消防コーナーでは消防車バッテリーカーの乗車とお子さん向けのミニ防火衣の着装が体験できます。

◆あのキャラクターたちが登場!
 ニンニンくん、さとぺん、キュータなど、会場内の各所に可愛いキャラクターがやってきました。

◆見て楽しむ!
 市指定無形民俗文化財の下宿囃子の上演や、路上ステージのきよせ親善大使任命式・市内団体によるダンスや演奏、演武なども見どころです。また、午後3時ごろからは清瀬音頭などに合わせて市内の各団体が民謡踊りを行います。一般参加もOK、当日ご自由にご参加ください。

みんなで一緒に踊りましょう!
 ※9月20日時点の情報です。出店内容の最新情報は右記QRコードから確認してください。



詳しくはこちら

子どもスタッフ募集

法被を着て、大学生と一緒に会場内の美化活動をしたり、縁日体験や民謡踊りに参加したりして市民まつりを盛り上げましょう!
 〓小学4年生から中学3年生まで
【時間】 当日午後1時～4時(予定)
 〓10月6日までに右記QRコードより 申込みフォーム



路上ステージ

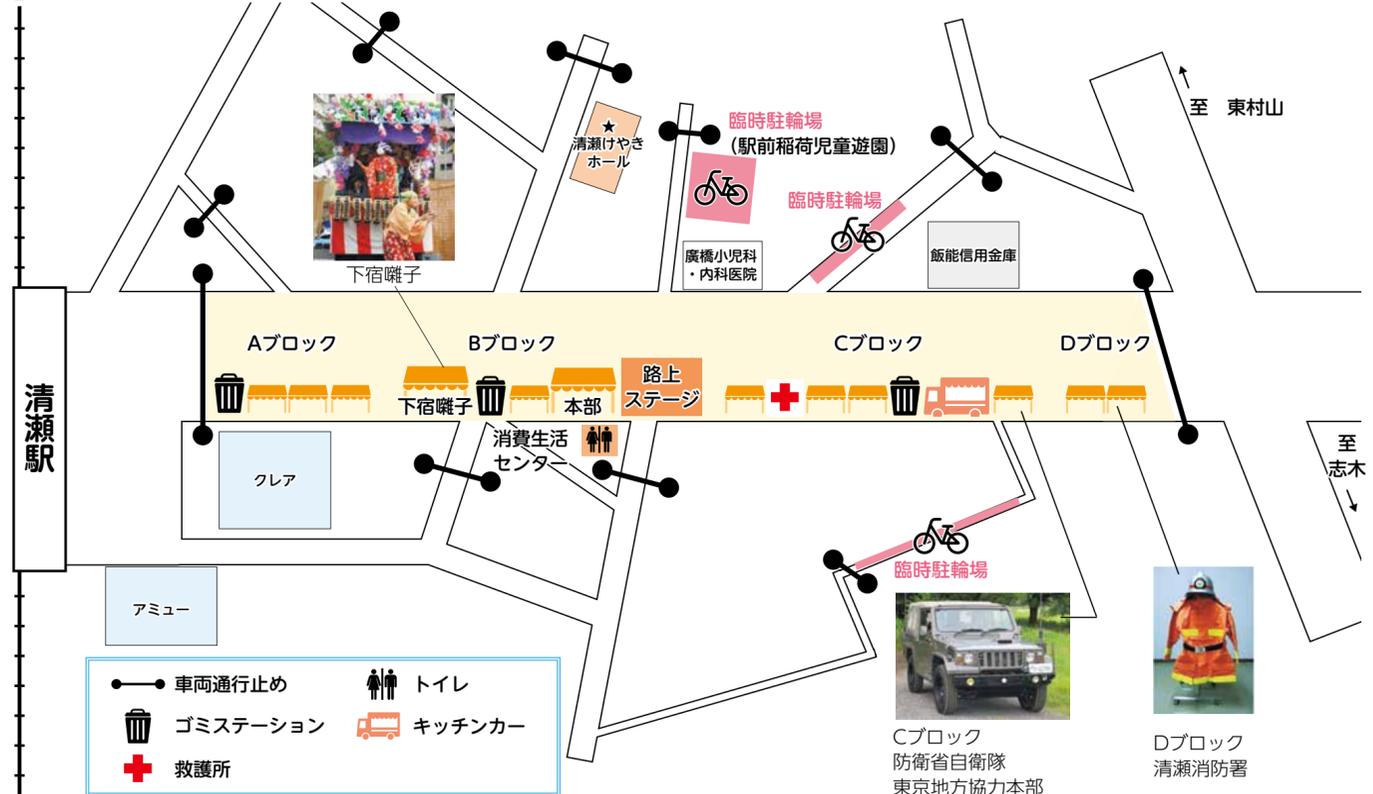
開始時間	団体	催し
午前10時～	(開会式)	きよせ親善大使任命式
午前10時30分～	清瀬市ラジオ体操連盟	ラジオ体操
午前10時45分～	コラソン・デ・まつぼっくり	南米音楽folkローレ
午前11時15分～	BEAT NUTS	ダンス
午前11時45分～	清瀬市	PRタイム
午後0時15分～	ファイ・フラ・オ・ホオマイカイ	フラダンス
午後0時45分～	清瀬上和太鼓	和太鼓演奏
午後1時～	東京都薬物乱用防止推進清瀬地区協議会	講演・踊り
午後1時30分～	勇士會館	空手演武
午後2時～	カントリーラインダンス 清瀬T・Kステップ	ダンス
午後2時30分～	民謡踊り・舞流太鼓	民謡踊り
午後3時～	(閉会式)	

午前7時から午後7時まで交通規制を行います

会場周辺道路は、当日の午前7時から午後7時まで交通規制が行われます。ご来場の際は、バス、電車などの交通機関でお越しください。自転車の場合は臨時駐輪場または近隣の有料駐輪場を利用してください。当日は周辺の混雑が予想されますのでお車での来場はお控えください。ご理解・ご協力をお願いします。

ごみ減量と美化活動にご協力

レジ袋はすべて有料です。マイバッグ持参にご協力ください。また、会場内で出たごみはゴミステーションに分別して捨ててください。会場を綺麗に保てるよう、美化活動にご協力をお願いします。



至 東村山
至 志木

清瀬駅

下宿囃子

清瀬けやきホール

臨時駐輪場 (駅前稲荷児童遊園)

廣橋小児科・内科医院

飯能信用金庫

Aブロック クレア

Bブロック 下宿囃子

Cブロック

Dブロック

路上ステージ

消費生活センター

アミュー

車両通行止め

トイレ

ゴミステーション

キッチンカー

救護所

臨時駐輪場

Cブロック 防衛省自衛隊 東京地方協力本部

Dブロック 清瀬消防署

協賛者

- 明治安田生命保険相互会社
- 清瀬ゆりかご幼稚園
- ニッセイローレルペーパー株式会社
- 株大林組技術研究所
- 公益財団法人結核予防会 後十字病院
- 明治薬科大学
- グリーンステージ株式会社
- 株アダー・プレーン
- 医療法人社団レニア会きよせの森 コミュニティクリニック
- 特定非営利活動法人ウイズアイ
- 大西圭子様
- 清瀬カントリーステップ
- クリーニングイーグル 清瀬駅北口本店
- さんべい寿司
- 合同会社高橋住設
- 自由設計の家株内田工務店
- 西武バス株新座営業所
- 高橋板金
- 東京みらい農業協同組合
- はなの舞清瀬南口店
- 美容室コスモ
- 松村石油株式会社
- 南矢島土建
- 株横山青果
- 医療法人財団きよせ 旭が丘記念病院
- 株田中住宅設備
- 日本サーモスタット株式会社
- 学校法人清瀬学園
- 株日本ビー・エム・サプライズ
- 株ゆめ太カンパニー
- 株枯夢造園
- 株イチカワエミユウ清瀬店
- 医療法人社団順洋会 武蔵野総合クリニック
- NPO法人ダイバーシティコミュニティ
- かとうデンタルケアクリニック
- 清瀬市シニアクラブ連合会
- 清瀬青年会議所
- KTR株式会社
- 株西京信用金庫清瀬支店
- 株鈴木保険事務所
- そば処尾張屋
- 田中土木株式会社
- 認定こども園ひかり幼稚園
- 飯能信用金庫清瀬支店
- 株ホームケアセンターイワサキ
- 三井住友海上火災保険代理店 南ムギクラ
- yayacoffee
- りそな銀行清瀬支店
- 株NECネットアイ株式会社
- 株ティーケー電設
- 有荒田葬儀社
- 学校法人粕谷学園 清瀬たから幼稚園
- 富士通Japan株式会社
- 清瀬北口睦会商店街振興組合
- アクティオ株式会社
- 有今村組
- 宇都宮レディースクリニック
- 青梅信用金庫秋津支店
- 有金子造園
- 清瀬しらめ幼稚園
- 清瀬ふじみ幼稚園
- 公益法人東村山法人会清瀬支部
- 株シーズブレイス
- 株スナックネオエルサ
- SOLTILO株式会社
- 中央労働金庫田無支店
- 野塚商店会
- 土方設備
- 有松武
- ミートマートオオシマ
- 株横山自動車販売株式会社

匿名でのご協賛もいただきました。ご協賛者の皆さま、ありがとうございます。

同日開催

いずれも午前10時から午後4時まで。直接会場へ。

第44回消費生活展

「食と暮らし」をテーマに、登録団体の展示、リサイクルバザー、お茶わんリサイクル、健康チェックなどを行います。消費生活相談も実施します。ぜひお越しください。
 〓消費生活センター ☎042-495-6211

税の無料相談

東京税理士会東村山支部による税の無料相談会を会場内で実施します。事前予約は不要です。お気軽にお立ち寄りください。
 〓東京税理士会東村山支部事務局 ☎042-394-7038

健康づくり推進員の紹介

会場内で健康づくり推進員の活動紹介と握力・血圧測定などを行います。参加された方には健康づくりに役立つお土産をプレゼント!
 〓健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

出店者(ブロックごと、出店順)

出店団体	取扱い品目	出店団体	取扱い品目	出店団体	取扱い品目
清瀬市×西武線沿線サミット ×銚子電鉄	清瀬市PR、西武線沿線サミット物販 [西武鉄道、(一社)奥むさし 飯能観光協会]、銚子電鉄物販	清富士会	焼きそば、缶ジュースなど	防衛省自衛隊 東京地方協力本部	制服試着体験など
きよせ南口農産物直売会	清瀬農産物の販売	本町会	輪投げ	東京管区気象台 気象衛星センター	気象に関する実験紹介など
明治安田生命	健康チェックなど	みんなのタコ公園(〇)	トロトロあぶりソーキ串、沖縄まぜそば	清瀬市防犯協会	防犯グッズの配布
レパニラ定食kei楽	生ビール(地ビール)、レパニ唐揚げ	東村山地区二輪車交通安全対策推進協議会	焼きそば	清瀬市民生児童委員協議会	民生委員・児童委員・主任児童委員に関するクイズなど
浜焼き 漁火	いか焼き・フランクフルト	クリスタル	子ども用くじ引き、スーパーボールすくい、焼きそば、チョコバナナ	清瀬市水と緑と公園課、清瀬の自然を守る会	パネル展示、外来種クイズなど
東京都行政書士会田無支部	無料法務相談、啓発活動	武田商店	五平もち、揚物、広島焼	東京税理士会東村山支部	広報活動、税務相談など
一倫	オムそば、串焼き	手づくりチャレンジ	木工細工体験	一般社団法人 東村山青色申告会 清瀬支部	花の種の配布、ミニゲーム、広報活動
ハンドインハンド	風船、小物おもちゃ	矢野商店	チョコバナナ、タピオカ、おもちゃくじ	東京都社会保険労務士会 武蔵野統括支部	年金・労働無料相談、社労士会広報
カタクリ整骨院	マッサージ・整体、飲料水	清瀬北口睦会商店街振興組合	輪投げ	清瀬市健康づくり推進員(5部会)	健康づくり推進員の活動紹介、握力測定、血圧測定など
清瀬焼陶芸会	陶芸作品の販売	立科町商工会青年部	農産物(りんご)	東京都薬物乱用防止推進清瀬地区協議会	広報活動
東京土建清瀬東久留米支部	電気工作教室(イライラ棒工作キット)・販売	清瀬商工会青年部	ウイスキー、ハイボール	一般社団法人清瀬市薬剤師会	お薬相談、健康相談 情報案内、お薬手帳普及啓発など
ムクティ	スパイシーやきとり、缶ビール	TOKYO854くらめら	ラジオ生放送	公益社団法人 清瀬市シルバー人材センター	広報活動、リサイクル家具及び手芸品の販売
坂間屋台	フリフリポテト、焼きそば	清瀬市登録消費者団体連絡会・清瀬市消費生活センター	消費者団体の活動紹介・消費生活相談・窓口の周知	清瀬市郷土博物館	勾玉作り体験、ヨーヨー釣りなど
夜店のたこ焼	たこ焼	(公社)東村山法人会清瀬支部	広報活動	清瀬国際交流会(KIC)	広報活動
清瀬お好み焼屋台	お好み焼	清瀬建設組合	焼きそば、焼き団子	清瀬市男女共同参画センター(アイレット)	広報活動
土方設備	からあげ、缶ジュース、お酒	清瀬管工事組合	フランクフルト	小平児童相談所フォスターリング機関キアセット	「里親制度」普及・啓発活動、啓発グッズ配布、個別相談、さとぺんの着ぐるみなど
きよせ猫耳の会	展示、雑貨、衣料品バザー	東京都自動車整備振興会 西東清支部	広報活動	障害児・者のびのび親の会	たこせんべい
株ハンドインハンド	焼きそば、からあげ、串焼き、わらび餅	清瀬商工会工業部会	工業製品販売など(きよはちモイスターニュージェルなど)、動画周知企画	清瀬消防署	ミニ防火衣着装体験、バッテリーカー乗車、キュータ(着ぐるみ)など
豊島企画	おもちゃのくじ引き、いか焼き、りんごあめ	ミッキーフーズサービス	ソフトアイス8種類、肉巻きおにぎり	はたおり伝承の会(清瀬けやきホールで開催)	オリジナルグッズの販売、さきおりコースター作り体験
ピース(〇)	射的、たこ焼き、ハンバーガー	陸上自衛隊 第1師団 第1後方支援連隊 補給隊	装備品展示など	〓はお子さんにプレゼント	

募集 秋の多摩湖を歩きましょう 秋季市民ウォーキング 参加者

多摩湖周回遊歩道を歩きながら都立狭山公園を回るコースをスポーツ推進員がご用意しました。

運動不足の解消に、ご家族・ご友人と、ぜひご参加ください。
※市内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴)。先着20人程度
📅10月29日(日)午前8時～正午ごろ(予定) 場集合・解散=清瀬駅 費無料(清瀬駅～西武球場前駅間の交通費は自己

負担) ④飲み物、筆記用具、健康保険証、タオルなど

📅10月5日～20日に下記申込みフォーム、または生涯学習スポーツ課窓口で配付している(市ホームページからもダウンロード可) 申込書に必要事項を記入し、直接同窓口へ提出 ⑤生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係

☎042-497-1815



申込みフォーム

下宿マルシェ

下宿地域市民センター会議室で、作家の手作りアクセサリーの販売やワークショップを開催します。

センターを使った謎解きやエントランスにはキッチンカーも来場します。

📅10月28日(土) 午前10時～午後5時 場⑥下宿地域市民センター ☎042-493-4033

※持ち物・詳しくは上記までお問い合わせください。



きよせ出前講座をご利用ください

市では市役所の仕事を身近に感じていただけるよう「きよせ出前講座」を実施しています。

市職員が講師となって、身近な暮らしから専門的なものまでさまざまなテーマでお話しをします。

利用を希望する方は、市ホームページまたは下記申込みフォームからお申込みください。

⑦生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815



申込みフォーム

消費生活相談の現場から

必ず幸せになれる? ~願望につけ込む鑑定士はサクラです!~

【事例】詐欺被害に遭い途方に暮れていた矢先「あなたの運命を無料で鑑定する」というメールが届いた。早速生年月日などを入力し鑑定を申し込むと、鑑定士から「あなたは強運の持ち主。今まさに人生の大転換期を迎えている」というメッセージが届いた。その後も「私の指示に従えば必ず幸運を引き寄せられる」等の説得を受け、藁にもすがる気持ちで言われるまま指示に従うことにした。鑑定士とのやり取りは1回1,350円かかるものだったが、無我夢中で繰り返される指示に従い続けた。しかし、やり取りを続けても一向に効果が得られないため、途中でやめようとする「今やめるとこれまでのやり取りが無駄になる。あと一息」と引き留められ、気づけば1か月で電子マネー50万円分を購入してしまった。

【アドバイス】占い師や鑑定士等になりすまし、電子マネーを騙し取るサクラサイトの相談が時折り寄せられます。最大の特徴は鑑定士等を名乗るサクラが、幸運を手に入れたいという消費者の願望につけ込み、言葉巧みにやり取りを引き延ばすことで



す。これはサイトの本当の目的が占いや鑑定サービスではなく、より多くのメッセージを送受信させることにより、多額の電子マネーを騙し取ることにあります。騙されないためには、相手の言葉を鵜呑みにせず一度冷静になり、引き留められてもやり取りをきっぱりやめる判断が重要です。また、被害に気付いた後に返金を求めるためには電子マネーの現物と詐欺の証拠となる鑑定士等とのやり取りが必要です。時間の経過とともにメッセージのやり取りが見られなくなる可能性があるため、スクリーンショットを撮るなどし、証拠を保存しておきましょう。少しでも不審に思った場合は消費生活センターまでご相談ください。

⑧消費生活センター ☎042-495-6212(相談専用) ※つながらない場合は ☎042-495-6211へ

募集 スポーツの秋に挑戦してみませんか 第3回きよせボッチャ祭 参加者

東京2020大会でも注目を集め、障害の有無や年齢にかかわらず誰でも楽しめるのが魅力のスポーツ、ボッチャ。そんなボッチャを清瀬で競う「第3回きよせボッチャ祭」を開催します。

成績上位のチームには、令和6年1月に行われる市町村ボッチャ大会への出場権が与えられます。

※市内在住・在勤・在学の3人1組で構成されたチーム(選手登録は1チーム6人まで可能)。先着32チーム

※小学生以下のチームは保護者同伴。

📅11月19日(日)午前9時～午後3時ごろ 場市民体育館 費無料 ⑨室内用運動靴、飲み物、

タオルなど ⑩10月17日～31日に申込みフォームまたは申込み用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係へ



詳しくはこちら

初めての方も大丈夫!

◆ボッチャ用具の無料貸し出し 下記へお問い合わせください。

◆ボッチャ体験会 大会の練習の場にも!

📅11月5日(日)午前10時～正午 場市民体育館 費無料

⑪生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係

☎042-497-1815

J:COM「長々と散歩」清瀬駅の北口・南口商店街

澁谷市長が清瀬駅の北口・南口商店街を歩き、商工業者の皆さんと交流の様子をお届けします。放送は10月の前編(主に北口)、11月の後編(主に南口)の2部構成で、2か月間にわたっての放送となります。清瀬の魅力のお店の数々をお楽しみください。

【視聴方法】地デジ11ch(J:COMの契約が必要)、地域情報アプリ「ど・ろーかる」

【放送期間・配信期間】地デジ

=10月1日(日)～31日(火)午前9時～、午後2時～、午後5時～、午後8時～(土・日曜日は午前9時～、午後2時～、午後8時～)

アプリ=10月1日(日)～31日(火)に常時視聴可

※11月の放送については市ホームページを確認してください。

⑫シニアプロモーション課プロモーション係

☎042-497-1808



詳しくはこちら

市民と歩んだ 清瀬駅の100年

第2回 開業時の駅になる予定だった清瀬駅

前回のコラムでは、清瀬駅は武蔵野鉄道の開業時の駅の1つになる予定であったことを紹介しました。今回はその経緯を紹介していきたいと思います。

まず、清瀬駅の名称が記載された最初のころの資料として、大正2年5月に作成された武蔵野鉄道池袋駅～飯能駅の計画路線図があげられます。そのなかに「清瀬停車場(清瀬駅)」の予定地が示されており、現在の中央公園付近になっています。このことからすでに清瀬駅を作る計画があったことがわかります。

その後、しばらく清瀬駅の名称は資料のなかに見えませんが、大正4年3月の資料である「武蔵野鉄道停車場新設並位置名称変更ノ件」に再び清瀬駅の名称が出てきます。これには、清瀬駅は現在の秋津駅付近へ移動するとともに「地元民ノ反対」があると記されています。具体的な理由は不明ですが、清瀬駅の移



開業当時の駅舎



開業当時の「未着手」状態の清瀬駅(武蔵野鉄道二国立公文書館所蔵)

動に際して住民の反対があったようです。この住民の反対は開業直前まで続いていたようで、4月10日「池袋、飯能間路線敷設工事竣工監査報告」に、清瀬駅部分は「未着手」とあり、清瀬駅の設置は武蔵野鉄道線の開業には間に合いませんでした。もし、開業に間に合えば、清瀬駅が大正6年開業の秋津駅よりも古い駅になるはずでした。

その後、大正13年に清瀬駅はいよいよ開業することになります。次回は、清瀬駅の開業のころの様子を紹介します。

⑬郷土博物館 ☎042-493-8585



催し・イベント

きよせふれあいまつり

◆ふれあいコンサート
障害があってもなくても、お子さんからお年寄りまでみんなで作り上げるコンサートです。

日 10月14日(土)午後2時～4時

◆ふれあいまつり

社会福祉施設とボランティア団体などが清瀬の福祉や活動を紹介。模擬店、バザーもあります。

日 10月28日(土)午前10時～午後2時

場 各 市役所コミュニティプラザ 各 社会福祉協議会
☎042-495-5333

料理の基本を学ぼう らくうま! 料理教室

調理実演と試食、栄養の講話。

対 18歳以上の方で、料理を基本から学びたい方。先着12人

日 10月24日(火)午前10時～11時30分

場 市役所生涯学習センター
費 100円 講 栄養士 松村信子氏

申 10月2日から直接窓口または電話で健康推進課成人保健係
☎042-497-2076へ

アイレックカフェ開催

自分らしさや多様性など答えのない「問い」について、みんなで対話し尊重を体験する場です。

対 どなたでも。先着10人 日 10月27日(金)午前10時～11時30分

場 男女共同参画センター 申 10月2日から10月23日までに直接

窓口または電話、市ホームページ内の申し込みフォームで男女共同参画センター
☎042-495-7002へ
※保育あり(6か月～未就学児、先着5人、要予約)。



詳しくはこちら

行政相談週間

10月16日(月)～22日(日)は行政相談週間です。

◆特設総合相談「行政相談」

行政相談委員が行政相談所を開設し特設総合相談を実施します。

対 市内在住・在勤・在学の方 日 10月18日(水)午前10時～正午、午後1時～4時

場 アミューホール

【相談内容】国・地方公共団体等に対する要望や苦情

申 直接窓口または電話で市民協働課協働係 ☎042-497-1803

※市報9月15日号市民相談「特設総合相談」も確認してください。

◆特設行政相談

日 10月12日(木)・13日(金)午前10時～午後5時(受け付けは午後4時30分まで)

場 東京総合行政相談所(豊島区南池袋一丁目 西武池袋本店7階)

【相談内容】情報通信、登記、相続、税金、その他行政等困りごと

【参加機関】関東総合通信局(12日のみ)、東京法務局、弁護士会、税理士会、関東管区行政評価局

【主催】総務省関東管区行政評価局・東京行政評価事務所

申 東京総合行政相談所 ☎03-3987-0229

空き家と相続の無料個別相談会

空き家に関する専門知識を持った空家・空地管理士が無料で相談

に応じます。
対 どなたでも。各日先着12組(1組45分) 日 10月19日(木)、11月16日(土)午前10時～午後4時

清瀬市民ゴルフ大会

対 市内在住・在勤、清瀬ゴルフセンター推薦者 日 11月9日(木)午前7時12分(OUT・IN同時開始)

場 美里ロイヤルゴルフクラブ(埼玉県児玉郡美里町)。現地集合、現地解散

【参加費】3,500円(賞品代、パーティー費など)

【プレー費】9,000円(当日個人精算、セルフ、昼食代) 日 10月1日から15日までに清瀬ゴルフセンターで配布している申込み用紙に記入し、参加費を添えて清瀬ゴルフセンターへ

申 清瀬ゴルフセンター ☎042-493-4521

【後援】清瀬市・清瀬市体育協会

※70歳以上の方はプレー費700円引き(証明書の写し持参)。

健康・福祉

中清戸オレンジハウス ～チームオレンジ清瀬～

対 認知症に関心のある方 日 10月5日・12日・19日・26日の木曜日 午前10時～午後3時

場 中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) 費 200円(コーヒ

ーなどに茶菓子付き) 申 介護保険課地域包括ケア係

☎042-497-2090



詳しくはこちら

☎042-497-2082

よってこカフェ in ふわっとん

対 認知症に関心のある方

日 10月10日(火)・24日(火)午後2時～4時(ラストオーダーは午後3時30分)

場 直 Caféふわっとん(上清戸一丁目) 費 お茶代300円(税込み、茶菓子付き)

申 介護保険課地域包括ケア係

☎042-497-2082



詳しくはこちら

花みずきの会(貼り絵)

手先を動かし簡単な作品づくり。

対 市内在住のおおむね65歳以上の方 日 10月13日(金)午後1時30分～3時

場 直 中清戸地域市民センター 申 健康推進課成人保健係

☎042-497-2076

認知症家族会 ゆりの会

今抱えている問題や悩みを率直に語り合ひましょう。

対 認知症の方を介護しているご家族など 日 10月17日(火)午後2時～3時30分

場 生涯学習センター 申 介護保険課地域包括ケア係

☎042-497-2082



詳しくはこちら

健康づくり推進員運営 中里健やかクラブ

中国ストレッチ体操と懐メロを歌います。運動できる服装。マスクを着用してください。

日 10月17日(火)午後1時30分～3時

場 直 中里地域市民センター 費 無料 申 健康づくり推進員・田島

☎042-492-5779

せん定枝の申込みも清瀬市ごみ分別アプリから!

市はスマートフォン及びタブレット端末向け「清瀬市ごみ分別アプリ」サービスを実施しています。

8月1日から24時間365日いつでもせん定枝収集の申込みができるようになりました。収集日の前日にはお知らせメール

も届き、収集日も空き状況により選択できます。ぜひオンラインでの便利な申込み機能を利用してください。

申 環境課ごみ減量推進係

☎042-493-3750



詳しくはこちら

きよバス「野塩団地」バス停を移設します

都営住宅の工事に伴い、10月15日(日)より、清瀬市コミュニティバス「きよバス」の「野塩団地」バス停を移設します。なお、運行時刻の変更はありません。ご理解をお願いします。

申 道路交通課道路交通係 ☎042-497-2090



清瀬市電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(再掲)

申請期限は10月31日(火)まで、申請はお早めに!

【支給額】いずれも1世帯あたり3万円(1世帯1回限り)

①非課税世帯向け給付金

令和5年6月1日時点で市に住民登録がある市町村民税非課税世帯に対し、7月に「確認書」を発送しました。対象であるにも関わらず「確認書」が届いていない場合は右記コールセンター、または身分証明書を持参し、市役所本庁舎1階給付金室にお問い合わせください。

【申請方法】送付した「確認書」に必要事項を記入し、同封の返信用封筒(切手不要)で10月31日(火)(必着)までに返送

②家計急変世帯向け給付金

令和5年1月から6月までの期

間中に、予期せず家計が急変し、年間の総所得が非課税世帯と同等にあると認められる世帯の申請も受け付けています。詳しくは市ホームページを確認いただくか、コールセンターにお問い合わせください。

申 清瀬市給付金コールセンター ☎0120-003-691(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

◆詐欺にご注意ください

国や市が現金自動預払機(ATM)の操作をお願いしたり、受給にあたり手数料の振込みを求めるとは絶対にありません!



詳しくはこちら

木造住宅耐震診断助成制度・耐震改修等助成制度

市内の一定の条件を満たす木造住宅の耐震診断や耐震改修・除却工事に要した費用の一部を助成しています。助成には事前相談が必要です。必ず都市計画課にご相談ください。

①木造住宅耐震診断助成制度

予想される大地震に対して、必要な耐震性能を有しているかどうかの診断に要する費用の一部を助成します。

対 下記対象住宅の所有者、または所有権が共有とされた住宅の場合は、共有者全員によって合意された代表者で市税を滞納していない方

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅で、

延床面積の2分の1以上を現に所有者が居住している住宅

【助成額】診断費用(税抜き)の3分の2以内で上限10万円

※耐震診断を行う機関は、市が指定する機関に限ります。

②木造住宅耐震改修等助成制度

対 ①と同様。【対象住宅】①の制度を利用して耐震診断助成の交付対象となった住宅で、診断の結果、上部構造評点が1.0未満と診断された住宅

【助成額】耐震改修・除却工事＝工事費用(いずれも税抜)の3分の1以内で上限30万円

申 都市計画課都市計画係

☎042-497-2093

健康ワンポイント

健診結果の確認、骨密度測定、指輪っかテスト、握力測定など。
 清瀬市国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者。先着30人 日10月19日(木)午前9時～正午 場しあわせ未来センター
 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ
 ※健診結果があればお持ちください。足首を出しやすい服装でお越しください。

リズム体操と筋トレ！運動教室

体操、筋トレの基本を学びます。動きやすい服と靴でお越しください。
 市内在住の18歳以上で医師による運動制限のない方。先着30人 日10月24日(火)午前10時30分～11時30分 場しあわせ未来センター 講セントラルスポーツ(株) 契約インストラクター(持)飲み物、タオル 申問直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

健康測定会

血管年齢測定、血圧測定、物忘れ相談プログラム、脳年齢測定、食生活相談などを行います。
 清瀬市国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者。先着30人 日10月26日(木)・27日(金)・30日(月)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分 場しあわせ未来センター
 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

スマホ個別相談会

高齢者を対象にしたスマホの操作に関する相談会です。スマホサポーターがお手伝いします。
 日10月7日(土)午前10時～正午 場きよせボランティア・市民活動センター(持)自身のスマートフォン(通信料は自己負担)
 申問きよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ

リラックスヨガ

初めての方でも安心して取り組めるヨガです。全4回。
 市内在住・在勤の50歳以上の方。先着30人 日11月10日・17日・24日、12月1日の金曜日いずれも午後2時～4時 場アミューホール 講高橋登希恵氏(持)ヨガマットまたはバスタオル 申問10月13日午前10時から直接窓口または電話で生涯学習センター ☎042-495-7001へ
 ※靴を脱いで実施します。

講座・講演会

プロから学ぶ文章講座

男女共同参画の視点から文章の書き方について学びます。

市内在住・在勤で3回とも出席できる方。先着15人 日10月25日、11日8日・22日の水曜日いずれも午前10時～正午 場男女共同参画センター 講フリーライター・編集者 大橋由香子氏
 申問10月3日午前9時から申込みフォームまたは電話で男女共同参画センター ☎042-495-7002
 ※保育あり(6か月～未就学児、先着10人、要予約)。



大橋由香子氏



申込みフォーム

終活セミナー

◆相続税・贈与税の基礎知識と財産管理
 “引き継ぐ次の世代のために”、“これからの人生を充実させるために”
 知識を身につけてみませんか。
 市内在住・在勤・在学の方 日10月17日(火)午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分から) 場アミューホール 講東京都金融広報委員会金融広報アドバイザー 向藤原寛氏 申問10月2日午前8時30分から電話で市民協働課協働係 ☎042-497-1803へ

ゼロからはじめる CANVA(キャンバ)入門講座

CANVAはチラシやポスター、ロゴなどが作れる無料アプリです。チラシ作りのコツを学びCANVAを使ってチラシを作ります。簡単な操作なので初心者大歓迎！
 ボランティアや市民活動などの非営利活動に関わる方 日10月31日(火)午後2時～4時 場きよせボランティア・市民活動センター(持)Wi-Fiにつながるノートパソコン



申込みフォーム

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
 ●11月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、10月2日午前8時30分から10月16日まで受け付け。先着25枠。3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、10月2日から令和6年2月15日まで受け付け。●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。☎シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 ☎042-491-8600 ①kouhou@city.kiyose.lg.jp

第24回現代墨画陽水会水墨画作品展 ▶日頃学んだ花や風景などの水墨画作品を30点余り展示します。
 10月4日(水)～8日(日)10時～17時(最終日は16時まで)、生涯学習センター、無料、現代墨画陽水会・岡田 ☎042-493-4856
 市民グラウンド・ゴルフ 秋季大会(表彰あり男女別5位まで、8ホール×2ラウンド) ▶誰でも参加出来ます。グラウンド・ゴルフ大会皆さん楽しみましょう。
 11月6日(月)(予備日11月13日(月))

ンまたはタブレット
 申問申込みフォーム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

第7回消費生活講座 キッチンで掃除する ナチュラルクリーニング

年末のお掃除の前に汚れ落としのポイントを学びましょう。
 どなたでも。先着24人 日11月8日(水)午後2時～4時 場消費生活センター 講家事研究家・ナチュラルライフ研究家 佐光紀子氏 申問10月2日午前9時から電話で消費生活センター ☎042-495-6211へ
 ※保育あり(6か月～未就学児、先着3人、要予約)。

女性しごと応援キャラバン & 個別相談会 in 清瀬

就職活動の基本的なステップ、働き方、制度、求人探し方を学びましょう。受講には東京しごとセンター多摩の利用登録が必要です(当日登録可)。
 就労意欲のある女性。先着40人 日11月28日(火)午前10時～正午 場清瀬けやきホール 申問10月2日から電話で女性しごと応援キャラバン ☎03-6734-1346へ
 ※保育あり(11月21日正午までに要予約、6か月～未就学児、先着10人)
 ※セミナー終了後、就業個別相談会(1人30分)を実施します。先着10人、要予約。

CSP(コモン・センス・ペアレンティング) 幼児版 紹介講座

CSPとは、上手に「ほめる」「教える」楽しく子育てするための6つのコツを学ぶプログラムです。今回はダイジェスト版です。
 興味のある方。「幼児版」は2歳以上のお



詳しくはこちら

子さんが対象) 日10月23日(月)午前10時～正午(受け付けは午前9時45分から) 場コミュニティプラザひまわり 費500円(保育付き。清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) (持)お子さんの保育グッズ・バスタオルまたはおくるみ・飲み物 申問メールまたは申込みフォームでNPO法人ウイズアイ ☎042-497-9567 ①himawari@with-ai.net

募集



地域づくり応援制度検討委員

市内在住・在勤の18歳以上で、地域コミュニティの活性化や地域づくりに興味があり、地域力の向上に向けて検討していただける方。定員2人
 【任期】委任日～令和6年3月31日
 【謝礼】会議1回につき5,000円(全4回予定) 申問10月13日までに申込みフォームまたは申込書(未来創造課窓口で配付または市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接窓口またはファクス、郵送で未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1802 ①042-492-2415へ



詳しくはこちら

令和6年度納税通知書用封筒に掲載する有料広告

【広告掲載対象】個人住民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税、軽自動車税
 【募集期間】10月31日(火)(必着)
 課税課市民税係 ☎042-497-2040
 ※申込み方法や掲載基準など、詳しくは市ホームページを確認してください。



詳しくはこちら

9時～12時、東京都職員共済組合清瀬運動場(竹丘三丁目)、参加費500円(保険料、参加賞含む)、清瀬市グラウンド・ゴルフ協会事務局・福島 ☎090-4457-8468
 第21回「レンズの詩」秋季写真展 ▶会員が写した季節の風景や花などの写真を展示します。
 10月9日(月)～15日(日)10時～17時(初日は15時から)、クリアギャラリー(クリアビル4階)、無料、旭が丘写真クラブ・小松 ☎090-4740-4011
 弓道体験教室 ▶弓道は年齢を問わずできる武道です。一度体験してみませんか。
 10月28日(土)・11月25日(土)10時～12時、市民体育館、参加費500円、清瀬市弓道連盟・本間 ☎090-9800-7355
 みんなで楽し～くうたう会 ▶童謡・唱歌や懐かしい歌謡曲を参加者全員で一緒に歌います。
 10月17日(火)14時～15時30分、竹丘地域市民センター、会費1,000円、Take Truth音楽企画・

武井 ☎070-5020-5577
 秋季市民卓球大会 ▶個人戦です。リーグ戦の後トーナメント戦。ホームページ参照。
 小・中学生 = 11月12日(日)、一般(小・中学生参加可) = 11月26日(日)いずれも9時から(申込みは10月25日まで)、市民体育館、小・中学生500円、一般1,000円、連盟会員800円、清瀬市卓球連盟・高城 ☎090-6305-9047
 色えんぴつ絵画体験会 ▶描いたり消したり奥深い色鉛筆画をご一緒に体験してみませんか。
 10月10日(火)・24日(火)14時～16時、生涯学習センター、無料、虹の会・高橋 ☎042-495-4154
 秋季市民バドミントン大会 ▶ダブルス個人戦男女別A・Bクラス。多数の場合は抽選。
 10月22日(日)9時から(参加数により開始時間を決定します、申込みは10月7日まで)、市民体育館、1人一般1,400円、中学生900円、清瀬市バドミントン連盟・川口 ☎042-497-2310

シルバー人材センター会員

入会には説明会への出席と、研修会の受講が必須です。
 市内在住で原則60歳以上の健康で働く意欲のある方(書類への記入が必要となるため事前にお問い合わせください) 説明会=10月2日(月)午後1時30分～、研修会=10月10日(火)午後1時30分
 場所 シルバー人材センター ☎042-494-0903

子育て

学齢児童生徒保護者 支援給付金

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、支給の対象となるお子さんのいる世帯に家計の支援を行います。
 令和5年9月1日時点で市に住民登録があり、小・中学生(平成20年4月2日から平成29年4月1日までに生まれた方)のお子さんがある世帯【給付金額】お子さん1人あたり5,200円
 【申請期間】10月31日(火)まで
 10月1日から対象者に発送している支給案内書に記載されているQRコードから(該当世帯で支

給案内書が届かない場合はお問い合わせください) 10月中=学齢児童生徒保護者支援給付金コールセンター ☎0570-008-056(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時) 11月以降=教育企画課学務係 ☎042-497-2539

その他

令和5年住宅・土地統計調査にご協力を

10月1日を期日として、日本全国で住宅・土地統計調査を実施しています。まもなく調査票の提出期限となります。回答がお済みでない場合はインターネット、郵送または調査員に直接提出のいずれかの方法で回答してください。
 期 10月9日(月)まで
 ◆「かたり調査」にご注意ください！
 住宅・土地統計調査を装った不審な訪問者や電話・メールなどにご注意ください。不審に思った際は、回答せずに速やかに下記までお知らせください。
 総務課総務係 ☎042-497-2032

東京都最低賃金改正のお知らせ

令和5年10月1日から、東京都

の最低賃金が時間額1,113円に改正されます。東京都内で働くすべての労働者に適用されます。
 東京労働局労働基準部賃金課 ☎03-3512-1614、
 東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865

油・断・快適！下水道～下水道に油を流さないで～

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。鍋や食器についた油汚れは洗う前に拭き取りましょう。この行動が川や海の良好な水環境につながります。
 【キャンペーン期間】10月1日(日)～31日(火) 東京都下水道局03-5320-6515

赤い羽根共同募金運動

10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります。寄付金は社会福祉を目的とする事業に配分されます。ご協力をお願いします。
 社会福祉協議会 ☎042-495-5333

全国地域安全運動の実施

地域安全運動とは、各地区の防犯協会をはじめとする民間協力組織・団体などと警察が連携し、犯罪や事故などのない安全で明るく住みやすい地域社会の実現を推進する運動です。
 期 10月11日(水)～20日(金)

【スローガン】守ろうよ わたしの好きな 街だから 東村山警察署生活安全課防犯係 ☎042-393-0110

きよせサロンレター 最新版発行！

社会福祉協議会と共同で作成している「きよせサロンレター」を10月上旬に発行します。市役所本庁舎や市内公共施設などで配布予定です。茶話会や体操など人との交流を深められる「サロン」情報を多数紹介しています。活動状況は各団体へ直接お問い合わせください。
 福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056、
 社会福祉協議会 ☎042-495-5333



詳しくはこちら

寄付・寄贈

- ◆市【一般等寄附金(福祉関係事業に充当)】へ
清瀬市農ある風景を守る会 会長 松村新一様(61,192円)
- ◆市【一般等寄附金(受動喫煙対策に充当)】へ
大森正子様(5,000円)
- ◆市【一般等寄附金(高齢者生活支援事業に充当)】へ
阿部チヨ様(20,000円)
ありがとうございました。

清瀬駅周辺まちづくりワークショップ

市では、清瀬駅周辺のにぎわい創出に向けて、まちの魅力や今後のまちの姿を考えるための「清瀬駅周辺の未来構想ビジョン基礎調査」を進めています。清瀬駅周辺の魅力や未来について話し合います。全3回。
 令和5年9月1日時点で18歳以上の市内在住・在勤・在学の方または市内で地域活動をしている方、駅周辺に訪れる方。15人程度 11月21日(火)、12

月22日(金)、令和6年2月1日(木)いずれも午後6時30分～8時30分 場所 清瀬けやきホール
 10月18日までに申込みフォームまたは申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し直接窓口または郵送で未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1802 へ



詳しくはこちら

清瀬けやきホール

の催し物

①そうだじゅげむきこう

桂三木助独演会。
 10月14日(土)午後2時～(開場は午後1時30分) 一般 1,000円、小学生500円(全席自由) 【出演】桂三木助、金原亨駒平



①申込みフォーム

②Let'sリトミック「ハロウィン」

テーマはハロウィンです。よろしければ仮装でお越しください。各クラス先着12組。

10月17日(火)ひよこクラス(一人でお座りできる頃から1歳半頃まで) 午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半頃から5歳まで) 午前11時～11時40分 1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 小宮しのぶ氏

お子さんの飲み物、お持ちであれば名札

③フォレスト セレクションコンサート

12月21日(木)午後2時～(開場は午後1時30分) 一般4,800円、友の会4,500円(全席指定、未就学児入場不可) 【出演】フォレスト

④おけいこアロマ「金木犀のルームスプレー」

きんもくせいの香りをメインにルーム

スプレーを作ります。先着10人。
 10月11日(水)午後2時～3時30分 1,800円 西脇直子氏

⑤ベビーオイルマッサージ教室

2か月～ハイハイ前の赤ちゃん。先着8組 10月6日(金)午前10時30分～正午 1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 小宮しのぶ氏
 大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲みもの

⑥健康タオル体操

各回先着14人。
 月曜教室=10月9日・23日・30日、金曜教室=10月6日・20日・27日いずれも午後2時～3時 各回500円 岡崎彩音氏
 細長いタオル(長さ75～90センチ程度)、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物

⑦講座「写経教室10月～12月」

般若心経をととして「写経体」という字体を学びます。各教室先着18人。

月曜教室=10月23日・11月13日・12月4日、木曜教室=10月26日・11月16日・12月7日いずれも午前10時～正午 3,000円(全3回) 横田游心氏
 大筆、小筆、すずり、墨汁、下敷き、文鎮、半紙

申込みフォーム、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発酵パワー学ぶ&造る

手作り！ 甜麺醬(てんめんじょん) 先着20人。

10月21日(土)午前10時～午後0時30分 2,800円(材料費・ランチ付き) 発酵ライフ協会アドバイザー 高田妃出美氏 エプロン、三角巾、ふきん3枚

②美姿勢&骨盤ストレッチ

インナーマッスルを強化し骨盤のパランスを整えます。先着15人。

10月6日(金)以降の毎週金曜日午前9時45分～11時 1回1,000円(初回体験無料)、「スポーツプログラム」共通回数券=10回券9,000円 植松美也子氏
 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

～きよせ100歳時代の催し物～

①無料パソコン教室(Windows11)

パソコンが未経験または初級の方。先着10人 10月7日・14日・21日・28日の土曜日午前10時～正午(4回連続講座) 基礎、Word、Excel、インターネット

②無料スマホ教室

スマホが未経験または初級の方。先着10人 10月19日(木)午前10時～正午

基礎、操作方法、Wi-Fi、アプリ

③倶楽部の無料体験

ひとり1回のみ。

65歳以上の方 月～土曜日(種目により異なります) 午前10時～または午後1時～ ビリヤード、ヨガ、ピンポン、ピラティス、カラオケ、はつらつ体操、健康麻雀

電話で(一社)きよせ100歳時代 ☎042-494-2800へ(コミュニティプラザひまわり内)

各地域市民センター

の催し物

◆下宿地域市民センター 市民体育館の一般開放

【1】卓球 【2】バドミントンの施設を下記の日時で一般開放します。小学生以上の方(小学生は保護者同伴)。

【1】は先着6組、【2】は先着3組 10月21日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後3時～(1枠につき2時間) おとな=100円、中学生以下=50円 体育館用上履き、ラケット、ボール、シャトル

当日、午前8時30分から直接窓口または電話で下宿地域市民センター ☎042-493-4033へ



多摩六都科学館 ホームページ

多摩六都科学館の催し物

秋の企画展

「プラネタリウム100年 歴史としくみ」

人々を驚かせた当時の革新的な技術・装置から、時代とともに進化を重ねてきたプラネタリウム100年の歩みをたどりま

す。
 どなたでも 10月7日(土)～11月5日(日)午前9時30分～午後

5時 場所 多摩六都科学館 入館券おとな520円、4歳～高校生210円 多摩六都科学館 ☎042-469-6100

※10月の休館日：2日(月)～5日(木)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

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取めた方・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



各館の イベント情報・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(旧ツイッター)やYouTube、Instagramを開発しています。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

問郷土博物館 ☎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。

対小学生までの方

【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(日)~11月15日(水) 【認定証配布期間】11月16日(木)~11月30日(休) 場 市内各図書館 問 中央図書館 ☎042-493-4326 (月曜日休館)

今月開催の委員会

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(水) 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。

10・11月の 子育て関連事業

申右図QRコードから(5は電話のみ)

問 子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ



申込みはこちら

事業名・対象・内容など	日時	場所
1. 子どもの計測日 お子さんの身長・体重を計測します。当日の健診の状況により、お待ちいただく場合があります。 対 生後2か月~3歳未満の乳幼児 ※予約制。申込みは希望日の1か月前から。(土・日曜日、祝日の場合は翌開庁日)	10月3日(水)・10日(水)・17日(水)・11月7日(水)・14日(水)・21日(水) いずれも午後3時~3時20分	しあわせ未来センター
2. カンタン! ワンポイント離乳食 対 6か月~11か月の乳児とその保護者。各先着5組 対 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。	10月11日(水) 6か月~8か月=午前9時45分~11時、9か月~11か月=午前11時~午後0時15分	
3. 親子歯みがき教室 対 6か月~1歳6か月の乳幼児とその保護者。先着15組 対 歯ブラシの選び方・仕上げみがきのコツなど ※予約制。申込みは随時。	10月13日(金)、11月17日(金) 午前9時30分~11時30分(30分毎各3組)	
4. ママの時間 ホッとできる場です。個別相談も併設しています。 対 未就学児のお母さん。個別相談=1組、グループ=定員なし ※別室で保育あり。申込みは随時受け付け。グループ相談の初回及び個別相談は要予約。	10月18日(水) 個別相談=午前9時40分~10時10分、グループ=午前10時30分~正午(受け付けは午前10時15分~10時30分)	
5. 1歳児子育て相談会 計測、子育て・栄養などの相談、母子の健康相談を行います。対 1歳の幼児とその保護者 ※申込みは電話で予約。	10月27日(金) (詳しくは事前送付書類を確認してください)	
6. 親子歯科健診(個別) 対 1歳6か月~4歳の幼児とその保護者 対 定期健診・歯みがき・フッ素塗布(無料) ※予約制。申込みは随時。	月曜日または水曜日の午後1時~3時15分	
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。	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) 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 対 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 日 ①10月10日(水)②10月3日(水)③10月17日(水) ※持ち物や時間など詳しくは、事前に送付する通知を確認してください。		



詳しくはこちら

つどいの広場(①ころぼっくる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。対 0歳~就学前のお子さんとその保護者
※ころぼっくる(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 あいあいの家)、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。問 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 ☎042-452-9765

※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。

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。

対 市内在住の18歳以上で初めて受講する方。先着10人 日 10月31日(水)午後1時30分~4時30分 場 しあわせ未来センター

費 1,500円(テキスト代、マウスピース代) 講 清瀬消防署 救急係職員 対 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 申 問 10月2日から直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

今月の健康づくり

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

タイトル	日時	費用・持ち物
30分エクササイズ	10月4日(水)・5日(木)・6日(金)・11日(水)・12日(木)・18日(水)・20日(金) 水・金曜日=午前11時~11時30分、木曜日=午後3時~3時30分	費 フィットネスルーム利用料(清瀬市・小平市・東村山市・東久留米市・西東京市在住の方) 【要本人確認書類】=300円、その他の方=450円) 対 運動できる服装・室内用運動靴・汗拭きタオル・飲み物
みんなで楽しくエクササイズ		
<コッココ貯筋ピラティス>	10月1日(日)午前10時~11時	
<チューブエクササイズ>	10月7日(土)午前10時~11時	
<Let's筋トレ>	10月15日(日)午前10時~11時	
<笑いエクササイズ>	10月21日(土)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。

実施日	内科		歯科	
	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日	北多摩クリニック 上清戸2-1-41 ☎042-496-7760	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(きよせボランティア・市民活動センター内) ☎042-491-8611 (正午~午後1時は休診。受付時間は午後4時30分まで)	筒井(大) 医師 石川 医師
8日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎042-493-2727			岩崎(敬) 医師
9日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456	きよせ旭が丘記念病院(旧織本病院) 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121		乾 医師
15日	清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎042-493-6111			岩崎(慎) 医師 和気(昌) 医師
22日	宮本病院 松山1-42-6 ☎042-491-0547	※緊急時は随時受け付け。必ず事前に電話してください。		
29日	杉本病院 元町2-7-1 ☎042-492-1199			

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・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

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

24時間電話で聞ける 医療機関案内 ▶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