

### 2次募集開始! 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月からヘルメット着用が努力義務となったことから、ヘルメット着用を促すため、「自転車乗車用ヘルメット購入助成券」を発行します。

対象は「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2分の1(助成上限2,000円)

#### ◆講習会

市内在住の方(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)。定員は平日100人。日曜日120人

**【日時】** 下表参照。各回50分

**【会場】** コミュニティプラザひまわり

**【申し込み】** 11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

**【お問い合わせ】** 道路交通課道路交通係

**【電話】** 042-497-2096

※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】** (講習会は座学のみです)

日時	日時
11月22日(水)午後2時～	12月14日(水)午前10時～
11月26日(日)午前10時～	12月20日(水)午後2時～
12月10日(日)午後2時～	※手話通訳・保育あり。要予約。

### 一人で悩まず、相談してみませんか?

#### ◆ひきこもり合同説明相談会 (多摩地域)

対ひきこもりでお悩みの本人またはその家族 **【日時】** 11月3日(金)午後1時～4時



詳しくはこちら

**【会場】** 武蔵野スイングホール(武蔵野市境二丁目) **【お問い合わせ】** 東京都ひきこもりサポートネット

**【電話】** 0120-529-528

#### ◆全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

**【期間】** 11月15日(水)～21日(火)

平日＝午前8時30分～午後7時、土・日曜日＝午前10時～午後5時 **【相談電話番号】** 東京法務局人権擁護部「女性の人権ホットライン」0570-070-810(全国共通番号)

**【相談員】** 人権擁護委員及び法務局職員 **【お問い合わせ】** 東京法務局人権擁護部第二課 0570-011-000(ナビダイヤル)

※強化週間以外でも平日午前8時30分から午後5時15分まで相談に応じます。

### 中清戸地域市民センター全館休館のお知らせ

下記の期間、空調の改修工事を実施するため休館します。

**【期間】** 10月30日(月)～11月30日(木)

**【お問い合わせ】** 施設利用に関すること＝中清戸地域市民センター 042-

494-7211(工事期間中の受け付けは午前8時30分～午後5時30分)、工事に関すること＝市民協働課協働係

**【電話】** 042-497-1803

### ひとり親家庭等医療費助成制度の現況届の提出は11月30日(木)までに

現況届は、年に1度提出していただくことにより、引き続き要件に該当するかを確認するものです。継続して医療証の交付を受けるためには、必ず現況届を提出してください。

令和5年度ひとり親家庭等医療費助成制度現況届は、11月初旬ごろに対象の方へ郵送します(児童扶養手当の現況届とともにすでに提出された方を除く)。

要件に該当する方でも、届け出をしないと医療費助成を受けることができませんので、必ず提出してください。

また、手続きは申請者である

ご本人のみ可能です。代理の方が手続きすることはできませんのでご注意ください。

**【提出方法】** 11月30日(木)(必着、午前8時30分～正午、午後1時～5時)までに直接窓口または郵送で子育て支援課子育て支援係へ

※松山・野塩出張所、市民課土曜窓口では受け付けていません。

**【お問い合わせ】** 子育て支援課子育て支援係

**【電話】** 042-497-2088

※必要書類など詳しくは、送付した通知か市ホームページを確認してください。



詳しくはこちら

### 市内在住の遠藤浩市さんが「とうきょう認知症希望大使」に任命されました

「とうきょう認知症希望大使」は、都が都民の認知症への理解の推進や認知症本人の方の発信を支援するために設置されています。今回任命された遠藤浩市さんは、9月1日から令和7年8月31日まで「とうきょう認知症希望大使」として活動されます。



#### 遠藤浩市さん(70歳)

撮影スタジオなどで電気主任技術者として設備管理を担っていました。

68歳の時に認知症と診断され、現在はチームオレンジ清瀬で活動中です。



「とうきょう認知症希望大使」についてはこちら

**【お問い合わせ】** 介護保険課地域包括ケア係 042-497-2082

### 認知症の方やその家族が安心して暮らせるように

#### ◆中清戸オレンジハウス～チームオレンジ清瀬～

チームオレンジのメンバーと楽しくお話ししましょう。

対認知症に関心のある方 **【日時】** 11月2日・9日・16日・30日の木曜日午前10時～午後3時

**【会場】** 中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) **【費用】** 200円(コーヒーなどに茶菓子付き)



詳しくはこちら

#### ◆よってこカフェ in ふわっとん

対認知症に関心のある方 **【日時】** 11月14日(火)・28日(火)午後2時～4時(ラストオーダー



詳しくはこちら

は午後3時30分)

**【会場】** Cafeふわっとん(上清戸一丁目) **【費用】** お茶代300円(税込み、茶菓子付き)

#### ◆認知症家族会 ゆりの会

家族の立場で今抱えている問題や悩みを率直に語り合い、気持ちを少しでも楽にして、明日へのエネルギーに繋げるための場所です。

対認知症の方を介護しているご家族など **【日時】** 11月21日(火)午後2時～3時30分 **【会場】** 生涯学習センター



詳しくはこちら

**【お問い合わせ】** いずれも介護保険課地域包括ケア係 042-497-2082

### 新型コロナウイルスワクチン接種

年内の接種をご希望の方はお早めにご準備ください

#### ◆令和5年秋開始接種

対初回接種を完了している生後6か月以上の方(64歳以下で基礎疾患のない方は接種の努力義務はありません)

**【費用】** 無料(令和6年3月末まで)

**【接種間隔】** 前回接種日から3か月以上

**【使用するワクチン】** オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン  
未使用の接種券をお持ちの場合はそのまま使用できます。紛失・破棄された場合は再交付申請をしてください。

#### ◆接種券の再交付申請

**【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

**【窓口】** 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

**【電話】** 市コールセンター 042-497-1507

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)

#### ◆生後6か月～11歳の方

接種を希望する場合は接種券の発行申請を行ってください。

追加接種(初回接種を終えた方)



初回接種(生後6か月から4歳までの方)



**【お問い合わせ】** 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)

※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。

### 今月の納期

◆国民健康保険税(第5期) ◆後期高齢者医療保険料(第5期) ◆介護保険料(第5期) 11月30日(木)までに納めてください。