

今月開催の委員会				
会議・委員会名	日時	場所	問合せ	傍聴
地域福祉推進協議会	11月7日(火)午後5時～	しあわせ未来センター	福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056	直接会場へ
第2回国民健康保険運営協議会	11月9日(木)午後2時～	市役所本庁舎	保険年金課国保係 ☎042-497-2047	左記へ申込み
第3回高齢者保健福祉計画(介護保険事業計画)評価策定委員会	11月14日(火)午前10時～		介護保険課管理係 ☎042-497-2079	

※詳しくは問合せ先に確認してください。

### 令和6年度保育園等入園の相談は予約制です

4月入園申込みの相談は、混雑緩和のため、事前に予約が必要です。1組30分(予約時間に遅れた場合は予約時間内で相談)。

【相談日】11月6日(月)～20日(月)(土・日曜日を除く)午前9時～午後4時、11月11日(土)午前9時～午後3時30分

～午後3時30分  
申下記申込みフォームより  
問子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042-497-2086  
※相談が必要ない方は予約せず直接窓口にて申請書類を提出してください。



申込みフォーム

### 11・12月の 子育て関連事業

妊娠中の方向けに、妊婦面接を行っています。妊娠の届出及び妊婦面接は右記QRコードから予約してください。

申右記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
<b>1. 子どもの計測日</b> 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)。	11月7日(火)・14日(火)・21日(火)・12月5日(火)・12日(火)・19日(火) いずれも午後3時～3時20分	しあわせ未来センター
<b>2. ステップアップ幼児食</b> 対 1歳～1歳11か月の乳児とその保護者。先着6組(保護者のみの参加も可) 対 管理栄養士による幼児食の調理実演と相談 ※予約制。申込み11月1日から。	11月15日(木) 午前10時～11時15分	
<b>3. 親子歯みがき教室</b> 対 6か月～1歳6か月の乳児とその保護者。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。	11月17日(金)、12月8日(金) 午前9時30分～11時30分(30分毎各3組)	
<b>4. ママの時間</b> 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、グループ相談＝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。	11月22日(水) 個別相談＝午前9時40分～10時10分、グループ相談＝午前10時30分～正午(受け付けは午前10時15分～10時30分)	
<b>5. 1歳児子育て相談会</b> 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。	11月24日(金) (詳しくは事前送付書類を確認してください)	
<b>6. スマイルベビーきよせプレママ準備クラス</b> 助産師が母乳育児や出産に向けての相談を受け付けます。対 妊娠20週以降の妊婦さん。先着5人 ※予約制。※保育あり(未就学児。先着4人)	11月27日(月) 午後1時50分～3時20分(受け付けは午後1時30分から1時50分まで)	
<b>7. スマイルベビーきよせすくすく赤ちゃんクラス</b> 助産師への授乳相談や、参加したお母さん同士の交流があります。対 産後1か月から7か月未満の方。先着5組。 ※予約制。※保育あり(未就学児。先着4人)。	11月27日(月) 午後1時50分～3時20分(受け付けは午後1時30分から1時50分まで)	
<b>8. 親子歯科健診(個別)</b> 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	
<b>9. 妊婦歯科健診</b> 対 市内在住の妊婦の方。 各回先着1人 ※予約制。申込みは随時。	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～	
<b>10. 乳幼児健康診査(集団)</b> 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7月生まれの乳児②令和4年4月生まれの幼児③令和2年10月生まれの幼児 対 ①11月14日(火)②11月7日(火)③11月21日(火) ※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、②③④NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎042-444-4533、⑤⑥NPO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。

### 郷土博物館のイベント

#### ①清瀬の自然セミナー第2回(予約制)

##### 「清瀬の台地エリアにある緑地の生態系と動植物」

清瀬の豊かな自然を知り、長く保全していくための活動を紹介いたします。第2回からの参加もできます(第3回は令和6年2月24日(土)を予定)。

対 中学生以上の方。先着30人 日 11月18日(土)午後1時30分～3時

講 清瀬の自然を守る会 森田善朗氏 費 無料 持 筆記用具 場 申 11月1日午前9時から電話で郷土博物館へ(第1回終了時に予約した方は申込み不要)

#### ②企画展「第39回清瀬美術家展」

市内在住・在勤の美術家を中心とした清瀬美術家懇話会会員の作品を展示する、毎年恒例の企画展です。

期 11月21日(火)～12月3日(日)の午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで。月曜日休館) 場 直 郷土博物館

#### 関連イベント

##### ◆ワークショップ「色紙にラッパ水仙を描く」

対 中学生以上。先着15人 日 11月26日(日)午前10時～正午 場 郷土博物館 費 無料 講 清瀬美術家懇話会 青木文子氏 申 11月1日午前9時から電話で郷土博物館へ

問 郷土博物館 ☎042-493-8585

### 育み講座

みんなでおしゃべりして「育む(子どもを大切に育てる)」ことを考えてみましょう。全3回。  
対 未就学児のお子さんがいる方。先着8組(保育あり、申込み時にお知らせください) 日 11月17日・24日、12月1日の金曜日いずれも午前10時～正午(受け付けは午前9時45分から) 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

ポン券が使えます) 持 保育に必要なグッズ、バスタオルまたはおくるみ、お散歩できるお子さんは靴と帽子、飲み物 申 問 申込みフォームからNPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 場 aiiai@with-ai.netへ



申込みフォーム

### 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 直 問 しあわせ未来センターフィットネスルーム ☎042-497-2391

※開始時間の10分前までに会場へ。

タイトル	日時	費用・持ち物
30分エクササイズ	11月1日(火)・2日(水)・3日(木)・8日(水)・9日(木)・10日(金)・15日(水)・23日(木)・29日(水)・30日(木) 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、その他の方は450円 持 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		
〈笑ingエクササイズ〉	11月5日(日)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	11月11日(土)午前10時～11時	
〈チューブエクササイズ〉	11月12日(日)午前10時～11時	
〈Let's筋トレ〉	11月25日(土)午前10時～11時	

### 11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
3日	中島医院 元町1-3-45 ☎042-495-6727	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) ※マイナンバーカードの保険証は利用できません。	牛田 医師 大西 医師
5日	宇都宮小児科内科クリニック 元町1-8-2 ☎042-491-5556	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎042-496-7015	きよせ旭が丘記念病院(旧織本病院) 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	柏原(達) 医師
12日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 ☎042-410-0001	※緊急時は随時受け付け。必ず事前に電話してください。	畑 医師 加藤 医師
19日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042-491-2217			肥後 医師

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

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)デンソーウェブの登録商標です。