



主な内容

- ② 特別展「清瀬駅100年の物語」の見どころ
- ② 清瀬駅開業100周年記念グッズ、続々登場！
- ③ 6月は食育月間・19日は食育の日
- ⑤ 図書館の新しいサービスQ&A

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



初代清瀬駅 昭和25年撮影



2代目清瀬駅 昭和28年～昭和38年撮影



3代目清瀬駅 昭和56年撮影

KIYOSE STATION 100th Anniversary

清瀬駅は6月11日に開業100周年を迎えます



清瀬駅全景 平成7年撮影



清瀬駅北口 令和6年撮影



朝焼けの清瀬駅 令和5年撮影



タンブラー



ネックストラップ



ピンバッジ



クリアファイル

郷土博物館にて特別展を開催！
記念グッズも多数販売！

詳しくは2面へ



特別展 清瀬駅100年の物語 ～駅とともに歩んだマチ 清瀬～

6月9日(日)から郷土博物館で開催！ 今回はその見どころについて解説します



特別展詳細は
こちら

いよいよ6月11日に清瀬駅が開業100周年を迎えます。そこで、郷土博物館では清瀬駅開業100周年記念事業の一環として清瀬駅に関連する特別展を開催します。**期**6月9日(日)～9月1日(日)、午前9時～午後5時(月曜日休館、月曜日が祝日の場合は翌火曜日休館)、最終入場は午後4時30分 **場** **問**郷土博物館 ☎042-493-8585

見どころポイント1 西武5000系(かつて西武鉄道で運行していた特急車両)のカットボディが登場！

あの懐かしい5000系カットボディが博物館にやってきました。
※屋外展示のため、天候によってはご覧になることが出来ない場合があります。



5000系カットボディ

見どころポイント2 先着100人限定でオリジナル記念軟券をプレゼント！

展示初日の6月9日(日)は、オープニングイベントとして、先着100人限定でオリジナル記念軟券をプレゼントします。

見どころポイント3 今までにない資料の展示！

初めての展示となる武蔵野鉄道時代の資料や、清瀬駅の古い写真、ヘッドマークや駅標など西武鉄道ゆかりの品々、鉄道ファン感涙の資料を展示します。



駅標

見どころポイント4 「紙の魔術師」太田隆司氏が制作した作品を展示！

清瀬駅開業100周年に合わせ、清瀬市生まれのペーパーアーティスト太田隆司氏が制作した作品を展示します。

見どころポイント5 関連イベント多数開催！

6月1日(土)午前9時～下記イベントの予約がスタート。その他イベントも多数開催。詳しくは右上QRコードより確認してください。

▶記念講演会 6月22日(土)、7月27日(土)、8月31日(土)

講師による鉄道や歴史に関する記念講演会を、全3回開催します。

▶清瀬駅、ブラリ街歩き 6月29日(土)

清瀬駅から秋津駅までを、鉄道の歴史に触れながら巡ります。郷土博物館の学芸員が解説します。

問 QRコード内申込みフォームまたは電話で郷土博物館へ

見どころポイント6 オリジナルガチャグッズ登場！

西武鉄道往復路行先板レトロサボの清瀬市特別版がガチャに登場。種類は①「清瀬(表)/池袋(裏)」と、②「清瀬(表)/記念トレイン掲出予定のヘッドマーク(裏)」の2種類。②は郷土博物館限定品です。郷土博物館にあるガチャを回して限定グッズをゲットしよう！すべてのカプセルに缶バッジが入っています。そのほか記念グッズ多数販売！(詳細については下の記事を確認してください)

【価格】400円 **【販売期間】**6月9日(日)～売り切れ次第終了

オリジナルガチャ
何が当たるかお楽しみ♪



表面(共通)



裏面①



裏面②



缶バッジ

清瀬駅開業100周年記念グッズ、続々登場！

問 シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

◆銚子電気鉄道(株)とのコラボスナック「きよせ棒」を発売！

このコラボは、市から銚子電気鉄道(株)に職員派遣をしているご縁で実現しました。清瀬産のにんじんとごぼうを使用し、根菜のうま味を存分に感じられるきんぴらごぼう味です。ぜひお買い求めください！

問 銚子電気鉄道(株)食品事業部 ☎0479-26-4343

◆清瀬駅開業100周年記念乗車券・よしもとカレーを発売



清瀬駅開業100周年記念乗車券(アクリルキーホルダー付き)



清瀬市産スイートコーンを使用したよしもとカレー「東京都清瀬のたっぷりスイートコーン編」



きよせ棒



100周年記念グッズについて詳しくはこちら

◆グッズ種類、販売場所

「け」=けやきホール、「博」=郷土博物館、「西」=西友清瀬店2階、「市」=市役所本庁舎シティプロモーション課窓口、「×」=販売なし

グッズ種類	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日～
ガチャ	博	×	博	
博物館オリジナル硬券セット	博	×	博	
ネックストラップ	け	×	西・博	博
クリアファイル	け	×	西・博	博
ピンバッジ	け	×	西・博	博
タンブラー	け・博	×	西・博	博
記念誌兼図録	け・博	×	西・博	博
きよせ棒	け	×	西	博・市
100周年記念弁当	け		×	
記念乗車券	×	×	清瀬駅南口階段下	清瀬駅窓口
よしもとカレー	け	×	博・市・西武鉄道オンラインショップ・西友2階(11日のみ)	

※ネックストラップとピンバッジは、9日販売分と11日以降販売分でそれぞれ上限を設けて販売します。

※販売場所や販売物は変更・追加となることがございます。

清瀬駅開業100周年記念街バルを実施します！

きよせニンニンポイントアプリを活用した街バルを実施します。参加店舗が特別価格割引などの独自クーポンのアプリ配信を行ったり、対象店舗でクーポンの利用やお買い物などすることでアプリ内のスタンプを貯めた方の中から、抽選で総額50万ポイントが当たるイベントです。詳しくは右記QRコードを確認してください。**期**6月7日(金)～6月30日(日) **問** 清瀬商工会 ☎042-491-6648



詳しくは
こちら

令和6年 清瀬市議会第2回定例会

令和6年清瀬市議会第2回定例会は、6月7日(金)～下表のとおり開会予定です。**問** 議会事務局議事係 ☎042-497-2567

月	日	時間	内容
6	7(金)	午前10時～	本会議(初日)
	13(木)		
	14(金)	午前10時～	本会議(一般質問)
	17(月)		
	19(水)	午前10時～	総務文教常任委員会
	20(木)	午前10時～	福祉保健常任委員会
	21(金)	午前10時～	建設環境常任委員会
		午後2時～	議会運営委員会
	28(金)	午前10時～	本会議(最終日)

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎ 6月26日(水)・27日(木)午後8時まで
■日曜納税・納税相談 ☎ 6月30日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎ 6月8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

清瀬コレクションカード(きよコレ)第4弾！

皆さんからご好評をいただいている「清瀬コレクションカード(きよコレ)」の第4弾が完成しました。今回は「下宿囃子カード」「清瀬けやきホールカード」の2種類です。

【配布開始日】6月1日(土)～(配布は開館日の開館時間内)

【配布場所】下宿囃子カード＝下宿地域市民センター1階受付、清瀬けやきホールカード＝

清瀬けやきホール受付 **問** 郷土博物館 ☎042-493-8585

※配布は1人1枚です(1日に1枚ではありません)。

※予約・郵送不可。在庫状況は各施設へお問い合わせください。

下宿地域市民センター ☎042-493-4033・清瀬けやきホール ☎042-493-4011

清瀬ひまわりフェスティバル

市内最大の夏のイベント、清瀬ひまわりフェスティバルを8月6日(火)～8月13日(火)に開催予定です(詳細は7月15日号でお知らせします)。

開催にあたり、ガバメントクラウドファンディング(寄附)による支援を募集しています。詳しくは右記QRコード(ガバメントクラウドファンディング)を確認してください。併せて協賛の募集及

び運営ボランティアを募集しています。詳しくは下記QRコード(協賛募集運営ボランティア)を確認してください。**問** 産業振興課農政係 ☎042-497-2052



ガバメントクラウドファンディング
(6月1日～公開)



協賛募集運営ボランティア

6月は食育月間・19日は食育の日

食育とは、さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識や「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人を育てることです。難しいことではなく、まず一人ひとりが食生活を見直し「栄養バランスのとれた食事を摂る、朝ごはんを食べる」などの望ましい食生活を送ることです。この機会に日ごろの食生活を振り返り実行しましょう！ 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

「きよせ食ネットワーク会議」の取り組み

清瀬市の食育を推進することを目的とした「きよせ食ネットワーク会議」では、令和6年度のテーマを「食塩の摂取量を減らす」としています。クックパッドの清瀬市公式キッチンに減塩のレシピを掲載するなど、市民の皆さんにさまざまな情報を発信しています。また、「共食の推進」で、清瀬市オリジナル共食推進マークを周知するため、6月の食育月間に合わせて下記のポップを配布物に掲載しています。



クックパッドの清瀬市公式キッチンを活用してください！

食育の取り組みの一環として、料理レシピサービスの「クックパッド」に、清瀬市の公式キッチンを開設しました。市が過去に実施していた料理教室のレシピや、学校給食、保育園給食のレシピなどから抜粋し、皆さんに紹介しています。令和6年度は「減塩」をテーマにしたレシピを、毎月19日の「食育の日」に合わせて更新しています。ぜひ活用してください。



詳しくはこちら

野菜を食べよう！清瀬の地場野菜

一日に必要な野菜の摂取量は成人は350グラム、子どもは280グラム（「東京都幼児向け食事バランスガイド 3～5歳」より）が望ましいとされています。令和元年の国民健康・栄養調査によると、20歳以上の1人1日あたりの野菜類の平均摂取量は280.5グラムでした。1日の平均摂取では、あと小鉢1皿（70グラム）分の野菜が不足しています。小鉢1皿分の目安は、生野菜なら両手に軽く1杯程度、温野菜なら片手に軽く1杯程度です。あと一皿、野菜を食卓にプラスしてみましょう。

清瀬市では、地元産の野菜が農家やスーパーの地場野菜コーナーで購入できるため、新鮮な野菜と触れ合うことができ、食育環境にとっても恵まれています。また、地元産のものを地元で消費することで、食材を運ぶ際のガソリンなどによる環境負荷が削減され、SDGs（持続可能な開発目標）にもつながります。ぜひ旬の採れたて野菜をお召し上がりください。

募集

清瀬市使用料審議会委員



申込み
フォーム

認可保育園の保育料の適正化に取り組むため、清瀬市使用料審議会にて検討していただく市民委員を募集します。
次の全ての要件を満たす方。
①市内在住・在勤・在学の方②令和6年4月1日現在で18歳以上の方③会議に出席可能な方④清瀬市職員または清瀬市議会議員でない方【募集定員】5人以内（委員会は学識経験者を含む10人以内で構成）

【任期・会議】令和6年8月～12月において5回開催予定。いずれも平日午後6時～8時を予定
【報酬】9,000円（会議1回の出席につき）
【応募動機】を400字程度にまとめ、住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記し、6月28日（必着）までに申込みフォームまたは直接窓口、郵送で財政課財政係 ☎042-497-1810へ

募集

清瀬市商工振興計画（第2次）策定委員



申込み
フォーム

市内商工業の振興に向けて、清瀬市商工振興計画（第2次）策定委員会にて検討していただく策定委員を募集します。
次の全ての要件を満たす方。
①市内在住で18歳以上の方②おおむね隔月1回程度の会議に出席可能な方
【募集定員】2人（委員会は商工業関係者などの各種関係者、識見を有する者、公募による市民および市職員で構成）

【任期・会議】令和6年8月～令和7年9月において隔月で計6回程度を開催予定【謝礼】5,000円（会議1回の出席につき）
【応募動機】を400字程度にまとめ、住所・氏名・生年月日・職業・電話番号・メールアドレスを明記し、6月21日（必着）までに申込みフォームまたは直接窓口、郵送で産業振興課商工係 ☎042-497-3187へ

清瀬市環境課清掃事務所 粗大ごみの持ち込み対応を終了します

清瀬市環境課清掃事務所では、粗大ごみの直接持ち込みを受け付けていましたが、粗大ごみの一時保管場所である清柳園内の施設解体に伴い、令和6年7月31日をもって、受け付けを終了します。

8月以降はごみ分別アプリまたは電話で申込みいただき、ご自宅や集合住宅ごみ集積所に収集車が回収に行きます。ご理解・ご協力をお願いします。

※柳泉園組合では直接持ち込みを引き続き受け付けます。

環境課ごみ減量推進係 ☎042-493-3750

4月1日 令和6年清瀬市消防団 機能別分団発足式を挙行了しました

大規模災害時において元消防団員として培った豊富な知識、技術などを活かして、消防ポンプ自動車による消火活動の補助や、重機などの操作に従事していただくなど、災害に対する対応の強化を図るため、清瀬市消防団機能別分団を発足しました。

清瀬市消防団は地域防災の中核として、住民が安心して生活でき、災害に強い清瀬市を目指して地域に貢献してまいります。

防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847



発足式

きよせWalking Map スタンプラリー（夏）予告



自然豊かな魅力のある清瀬市内を巡るウォーキングをさらに楽しんでもらうため、スマートフォンを使ったデジタルスタンプラリーを開催します。

期間中にウォーキングコースを歩いてスタンプを獲得し、応募いただいた方に抽選で、市内加盟店で1ポイント＝1円で利用できるきよせニンニンポイントを1000ポイントプレゼント

します。詳細は6月15日号にてご案内します。

市内に住民登録のある方
7月1日（月）～31日（水）

健康推進課成人保健係
☎042-497-2076

※きよせニンニンポイントの受け取りには、スマートフォン用の地域アプリ「きよせニンニンポイントアプリ」のインストールとユーザ登録が必要です。

街頭特設人権相談を行います

6月1日の人権擁護委員の日に伴い、人権擁護委員による「街頭特設人権相談」を行います。啓発グッズの配布があります。

6月1日（土）午前10時～正午 場直アミュービル正面入口前

市民協働課協働係 ☎042-497-1803

今月の納期

◆市・都民税（第1期） 7月1日（月）までに納めてください。

オオムラサキのケージを 一般公開します

市の財産である「みどり」を次世代に継承するため、市では萌芽更新を行い、雑木林の若返りを図っています。この活動を市民の皆さんに知っていただくため、雑木林の象徴とされるオオムラサキの飼育を開始して13年目になりました。今年も、昨年孵化した幼虫が順調に育っており、6月中旬にはオオムラサキがケージ内を舞いますので、一般公開を下記の日程で実施します。

【日】6月15日(土)～7月5日(金)午前10時～午後3時(月曜日・火曜日は休み) 【費】無料【備考】事前申込不要。雨天及び強風の場合は中止します。また、状況により予告なく中止する場合があります。写真撮影は可能です。入口に設置している見学届を提出してください。ケージ内



オオムラサキ

での飲食はご遠慮ください。マスクの着用は任意です。台田の杜広場を駐車場として臨時開放します(午前9時50分～午後3時10分)。【場】伊藤記念公園 台田の杜 【水と緑と公園課】緑政係 ☎042-497-3267

出店者募集

女性起業応援 キヨセ de フェスタ

清瀬市を商圏とした女性起業家たちのハンドメイド作品販売やワークショップなどが体験できるイベントです。

【日】11月23日(土)午前10時～午後4時 【場】アミューホール

◆出店者募集

起業を目指す女性や、起業している女性の出店をお待ちしています。

【対】清瀬市または近隣に活動拠点を置き、事業活動をしている

団体または個人。定員35枠程度 【費】2,500円(出店料)

【出店応募方法】

6月30日午後5時までに右記申込みフォームから

【主催】キヨセdeプランニング

【Eメール】kiyofes@gmail.com

※書類選考のうえ、出店者を決定



申込み
フォーム

消費生活相談の 現場から

ますます悪質に！ 突然訪ねてくる屋根工場の訪問販売業者に注意！

【事例】業者が「明日からの工事でお宅の前の道を車両が出入りするので挨拶に来ました」と突然訪ねて来た。ドアを開けると「工事のお知らせ」という書面を渡され、「お宅の屋根瓦が浮いていて風で飛ばされそうだ」と言われた。びっくりして業者に屋根に登ってもらったところ、「かなり老朽化が進んでいる。通行人に怪我をさせる前に修理をしたほうがいい」と急かされ、その場で120万円の屋根の修理工事契約を結んだ。ところが翌日、工事を行っている様子も車両の出入りも無く、工事の挨拶というのは訪問するための口実だったと分かった。騙されたと思い契約をキャンセルしたが、すでに材料を発注済みなので材料費は支払ってもらおうと言われた。

【アドバイス】突然訪問してきた業者から「お宅の屋根が壊れている」と事実と異なることを告げられ、直ちに修理が必要な状態ではないにもかかわらず、「すぐに工事をしないと危険だ」などと高額な契約を迫られるトラブルが後を絶ちません。最近では偽の「工事のお知らせ」ま



で用意して信じ込ませ、契約を持ち掛ける業者が現れるなど、騙しの手口が巧妙化しています。「風で飛んだら危ない」「通行人や隣家に被害が出る」などと言われてしまうと冷静さを失い、業者の言われるままに契約を急いでしまいがちですが、その場で点検に応じたりせず、一旦立ち止まり、慎重に判断することが重要です。また、クーリング・オフをするとその契約は初めからなかったことになるため、事例のように業者に材料費などを請求されても支払う必要はありません。消費生活センターでは悪質な訪問販売業者への抑止力となるよう、「訪問販売お断りステッカー」を配布しておりますので、ぜひご活用ください。【Eメール】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

児童育成手当現況届の提出は6月28日(金)まで

児童育成手当を受給している方の養育状況や令和5年中の所得状況などを確認し、受給資格の有無を審査するため、5月31日に現況届を送付します。

必要事項を記入し、下記のとおりに提出してください。

【提出期限】6月28日(金)

【必要書類】

▶児童育成手当現況届

▶令和6年度課税・非課税証明書(または所得証明書) [令和5年中の所得額、扶養人数、諸控除額等の記載のあるもの]

※令和6年1月1日に、清瀬市に住民登録がなかった場合に必要となりますが、マイナンバー制度による情報連携に同意いただければ省略可能です。

▶愛の手帳または身体障害者手帳の写し(該当する方のみ)

※その他、状況に応じて書類が必要となる場合には、個別にご案内します。

【提出方法】郵送または直接窓口へ

【Eメール】子育て支援課子育て支援係 ☎042-497-2088

秋篠宮皇嗣妃殿下がご来清されました

4月30日、秋篠宮皇嗣妃殿下がご来清され、郷土博物館の歴史展示室内「結核」コーナーをご観覧されました。

その後、清瀬病院記念碑(中央公園内)や外気舎記念館(東京病院敷地内)など、結核療養にゆかりのある周辺地域を巡り、ご視察されました。

結核予防会総裁をお務めの秋篠宮皇嗣妃殿下は、これまでも

度々清瀬市にご来清されています。【Eメール】シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808



郷土博物館内展示をご見学される妃殿下

第53回東京都農業祭(植木部門)で松村一夫さんが「東京都農業協同組合中央会会長賞」を受賞しました

4月20日、21日に神代植物公園広場特設会場(調布市深大寺元町五丁目)で開催された「第53回東京都農業祭(植木部門)」で、松村一夫さん(中里在住)がマルバノキを出品し、「東京都農業協同組合中央会会長賞」を受賞しました。

おめでとうございます。

【Eメール】産業振興課農政係 ☎042-497-2052



受賞した松村一夫さん

市民と歩んだ 清瀬駅の100年



清瀬駅100周年
について
詳しくはこちら

第9回 北口再開発事業、現在の清瀬駅へ

昭和46(1971)年に橋上駅になった清瀬駅の南口周辺は、さらに発展し商店街は賑やかになっていきました。しかし、その一方で、清瀬駅開業当時から大きな変化のなかった北口周辺は、商業施設・住宅地・農地が混在していました。特に住宅地は道路沿いに密集しており、その裏手には空き地が広がっていました。

そのため、北口周辺の利便性を向上するために再開発事業が必要となりました。この事業は、過去に刊行された清瀬駅北口地区市街地再開発等調査報告書に基づいて行われ、昭和58(1983)年から始まり、平成7(1995)年まで掛かった大規模な再開発事業でした。完成後、北口周辺は整備され、歩行者と車を分離し、ペDESTリアンデ



平成21(2009)年清瀬駅全景

ッキの設置で駅直結となった大型複合施設クレア、ホールなどを兼ね備えた生涯学習施設であるアミューが誕生しました。その後、清瀬駅にはエレベーターやホーム内にエスカレーターを設置するなどバリアフリー化も行われ、新しい駅へと進化を遂げました。大正13年に松林を切り開いて誕生した清瀬駅は、清瀬市の市民生活に欠かせない駅としてこれからも歩んでいきます。





図書館の新しいサービス Q & A

令和7年4月1日から図書館の新しいサービスを始めます(4月15日号掲載)。図書館の新サービスってどんなことをするの？ 今までの図書館はどうなるの？ ここでは代表的な質問にお答えします！



市報4月15日号

問中央図書館 ☎042-493-4326

Q. 宅配サービスって無料なの？

A. 発送料も返送料も無料です。市内在住であればどなたでもご利用いただけます。

Q. 宅配サービスの利用回数に制限はあるの？

A. 回数制限はありません。ぜひたくさんご利用ください。本の貸し出しは1人につき10冊までです。

Q. 宅配サービスで届いた本の返却はどうしたらいいの？

A. 宅配業者が自宅まで取りに伺います。また、ブックポストや宅配業者の取扱店などに返却することもできます。

Q. 中央図書館はなくなってしまうの？

A. 中央図書館の機能は駅前図書館に移転します。そして、中央図書館の建物は、新たに令和8年2月に南部地域児童館等複合施設内に南部図書館として生まれ変わります！ お子さんも楽しめる居場所として考えていますので、楽しみにお待ちください。

Q. 竹丘図書館や下宿図書館がなくなると、くつろげる場所がなくなってしまうのでは？

A. 竹丘・下宿地域市民センターは、ゆったりとしたスペースで新聞や雑誌を読んだり、定期的に入れ替えて配架される本を楽しんだり、自習することもできる市民サロンとして整備します。市民サロンには児童書の配架も予定していますので、お子さんも楽しむことができます。

Q. 元町こども図書館はどうなるの？

A. 元町こども図書館は駅前図書館内に移設します。駅前図書館内のこども図書館には、1万冊の児童書の配架や、靴を脱いで楽しめるスペースなどを整備します。

Q. 駅前図書館内のこども図書館だと、子どもが静かにできないと行きづらいかも・・・。

A. ご心配には及びません！ 一般書架とこども図書館は壁で仕切るので、少しの音や声は気になりません(もちろん、図書館は静かに本を読む場所なので、走ったり大声で騒いだりすることは、ご遠慮ください)。

Q. 南部図書館ができるまで、駅前図書館でしか本を読めないの？

A. 南部図書館が開館する令和8年2月まで、元町こども図書館には本を置き、読書に親しめる場所として開放します。また、竹丘・下宿地域市民センターに設置する市民サロンにも、お子さんが楽しめる本を配架しますので、各地域市民センターでも本を読むことができます。

動画配信はじめました！

図書館の新サービスをより皆さんに知ってもらうため、動画配信をはじめました。初回は「宅配サービスについて」です。

今後、定期的に図書館の新サービスについての動画を配信していきますので、ぜひご覧ください。

詳しくはこちら

持続可能な財政運営にむけた清瀬市の取り組み 問未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1802

◆清瀬市の財政はなぜ厳しいのか

清瀬市は、近隣の自治体と比較して高齢化率が高いこと、企業が少ないことなどにより、市税収入がとても少ない状況にあります。一方で、生活保護費や介護保険給付費など福祉にかかる支出は多く、厳しい財政状況となっています。

◆これまでの行財政改革の取り組み

このような状況の中、効率的かつ効果的に事業を進め、財政の健全化と市民サービスの維持向上の両立を目指す必要があることから、さまざまな行財政改革を実施しています。これまで市民の皆さんのご理解・ご協力を得ながら、民間委託化の推進、指定管理者制度の導入、公共施設の再編、職員数の適正化などの取り組みを行ってきました(下表のとおり)。

特に、民間委託化・指定管理者制度の導入で市民サービスの向上を図るとともに、人件費の削減を行いました。職員数が最も多かった平成8年度より274人の削減を行いました(令和6年度現在)。

<主な行財政改革の取り組み>

具 体 的 な 取 り 組 み	
事務事業の見直しや廃止	各団体等に支出している補助金の適正化など
業務の民間委託化	学校給食調理業務、ごみ収集業務及び保育園の民間委託化など
指定管理者制度の導入	清瀬けやきホール、各地域市民センター及び学童クラブなど
公共施設の再編	教育相談センターや消費生活センターを他の施設へ集約、下宿市民プールの廃止など
組織改正及び適正な定員管理	行政需要に応じて組織改正を実施するとともに、その業務量に応じた職員数を計画的に配置
自主財源の確保	行政財産の有効利用及び貸付収入、未利用資産の売却・貸付及びふるさと納税の収入確保など
市税収納率の向上	口座振替加入の促進、市税等キャッシュレス決済の導入及び地方税統一QRコード納付の導入など
受益者負担の整理と見直し	公共施設の使用や各種サービスを提供する際の使用料・手数料の見直し

◆福祉施策を充実させるためにも行財政改革は必要です

少子高齢化・人口減少が進む今、社会保障関係経費の増加や老朽化した公共施設の更新など行政課題は山積みです。また、子育て支援や防災対策の充実など、市民ニーズは多様化・複雑化しており、ニーズに柔軟に対応できる健全な財政運営が求められています。

現状を常に改革、改善していかなければ、新たな行政サービスを行うことはできません。厳しい市財政の状況にあっても、市民福祉の向上のため、引き続き行財政改革に取り組んでまいりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

ぜひご利用ください 中清戸地域市民センターと中里地域市民センターに 学習室がオープンしました

児童、生徒、お子さんが一人で学習するだけでなく、対面で会話しながら自由に勉強することができる学習室です。Wi-Fiを設置していますので、イヤホンなどを利用すればオンライン授業などの視聴も可能です。一般の方も利用可能です。

場「エチュードなかきよと」＝中清戸地域市民センター1階、「エチュードなかざと」＝中里地域市民センター1階

【開館時間】小学生＝午前9時～午後5時(5月～8月は午後6時まで)、中学生＝午前9時～午後7時、高校生以上＝午前9時～午後9時45分。原則月曜日は休館

※エチュード(Etude)とはフランス語で「学習」という意味です。問市民協働課協働係 ☎042-497-1803

エチュードなかきよと

エチュードなかざと

催し・イベント

ニュースポーツ体験会

誰でも、年齢を問わず楽しめるニュースポーツを多数用意しています。
日6月16日(日)午前10時～正午
場直市民体育館
費無料持体育館履き、タオル、飲み物など内ポッチャ、スラックライン、ソフトバレーボール、クロスミントンなど
問生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815

親と子の環境教室

夏休みの一日、親子で環境問題を考えてみませんか。
対市内在住の小学生とその保護者。先着25人
日8月2日(金)午前7時集合、午後5時解散予定場葛西臨海水族園(江戸川区臨海町。集合・解散は清瀬市役所。バスで移動)持昼食(軽食のレストランあり)、飲み物、雨具、帽子などの熱中症対策用品
申問6月3日～28日に申込みフォームまたは電話で環境課環境政策係 ☎042-497-2099へ

ファミリー・サポートきよせ 第1回全体交流会

◆あいさんとあそぼ！いっしょにわらべうた
対ファミリー・サポートきよせ会員(当日会員登録可) 日7月14日(日)、年齢別に三部制。下表のとおり
場中清戸地域市民センター

対象	日時
1歳半まで。先着12組	午前9時30分～10時
1歳半から3歳まで。先着15組	午前10時15分～11時
3歳から6歳まで。先着15組	午前11時15分～正午

申問6月1日～7月1日に申込みフォームまたは電話でファミリー・サポートきよせ ☎042-492-1139 (平日午前9時～午後5時) へ

アイレックカフェ

Ms.スクエアのテーマで、哲学対話を体験してみませんか。先着10人。
日7月6日(土)午後2時～3時30分
場申問7月5日までに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 へ
※保育あり(先着5人。6月26日までに電話で予約)。

福祉法律専門相談

法律的な問題について弁護士が無料で相談に応じます。
日6月26日(火)午前10時～正午
場コミュニティプラザひまわり

申問電話できよせ権利擁護センターあいねっと ☎042-495-5573 へ

健康・福祉

糖尿病性腎症重症化予防事業

専門職が6か月間、自身に合った糖尿病性腎症管理のための保健指導を行います。
対市内医療機関で糖尿病の通院・加療中であり、腎機能の低下がみられている方。清瀬市国民健康保険加入者で、令和5年度特定健康診査を受診された方。対象者には8月に案内を送付します。
問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

健康づくり推進員運営 さわやか健康クラブ

夢の島公園・第五福竜丸展示館見学と熱帯植物館散策をしませんか。先着35人(予約制)。
日6月21日(金)受付＝午前8時40分～8時50分、雨天中止場集合＝清瀬駅、解散＝新木場駅
費入館料一般＝400円・65歳以上の方＝300円(保険料、運営費含む)、交通費などは別途自己負担持昼食、飲み物、筆記用具、交通系ICカード、マスク、年齢確認できる本人確認書類
申6月1日～5日午後3時に、健康推進課、男女共同参画センター、松山地域市民センター、野塩地域市民センターにある申込用紙に必要事項を記入し、上記施設の専用投函箱へ 問健康づくり推進員・平井 ☎090-4121-6250

健康づくり推進員運営 中里健やかクラブ

中国式ストレッチ体操と懐メロを歌います。マスクを着用してください。
日6月18日(火)午後1時30分～3時30分 場直中里地域市民センター
費無料持動きやすい服装 問健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779

中清戸オレンジハウス～チームオレンジ清瀬～

対認知症当事者の方とその家族または認知症に関心のある方 日6月6日、13日、20日、27日 いずれも木曜日 午前10時～午後3時 場直中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) 費200円(お茶、お菓子付き) 問介護保険課地域包括ケア係 ☎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6月11日(火)、25日(火)午後2時～4時(ラストオーダーは午後3時30分) 場直Cafe ふわっとん(上清戸一丁目) 費300円(お茶、お菓子付き) 問介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

認知症家族会 ゆりの会

今抱えている問題や悩みを語り合ひましょう。
対認知症の方を介護しているご家族など
日6月18日(火)午後2時～3時30分 場直生涯学習センター
問介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

毎日の食事に不安がある方 お気軽に！ 食生活相談

生活習慣病予防や高齢期の食事の相談を行います。
対市内在住で18歳以上の方とその家族 日6月19日(水)、7月10日(水) いずれも午前9時30分～11時30分(25分間隔の予約制)
場しあわせ未来センター 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

ふまねっと運動

ネットを踏まないように歩いて、歩行機能・脳力アップ！
日①6月11日(火)、7月9日(火)②6月21日(金)、7月19日(金) いずれも午後2時～4時 場直①生涯学習センター②竹丘地域市民センター
費100円 問チームリカすて・村松 ☎090-5766-0953

栄養きらりサロン

おしゃべりしながら、栄養や運動を学びます。
対市内在住のおおむね65歳以上の方。先着15人程度 日6月21日(金)、7月19日(金)午後2時～3時30分 場アミューホール 持飲み物
申問6月3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

講座・講演会

公立昭和病院 「第37回市民公開講座」

①頭頸部がんについて
②心不全は突然やってくる。…そして！？
日6月8日(土)午後2時15分～3時45分(午後1時45分開場)
場直成美教育文化会館(東久留米市東本町八丁目) 費無料 講①公立昭和病院耳鼻咽喉科・頭頸部外科部長 吉田昌史氏②公立昭和病院循環器内科部長 田中茂博氏
問公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

認知症サポーター養成講座

対認知症に関心のある方。先着20人 日6月18日(火)午後2時～3時30分 場清瀬けやきホール
申問電話できよせ清雅地域包括支援センター ☎042-495-1370 へ

第1回消費生活講座 終活講座①

◆健康寿命の延ばし方
対どなたでも。先着40人 日6月

13日(休)午後2時～4時 場アミュービル4階 講健康医療情報支援センター代表 羽田由利子氏
申問6月3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)。

ペアレント・トレーニング ミニ講座

褒めて伸ばす！
お子さんとより良いコミュニケーションを。
対清瀬市在住・在学のおおむね4歳～11歳のお子さんの保護者。先着10人
日①6月19日(水)②7月3日(水) いずれも午前10時～11時30分。2回連続講座
場しあわせ未来センター
講清瀬市教育相談室公認心理師
申問申込みフォームまたは電話で教育指導課教育相談室 ☎042-493-4122 へ
※個別相談も可(託児なし)。



申込みフォーム

子育て

乳幼児の防災講座

身を守るための防災術を学びます。
対関心のある方どなたでも 日6月10日(月)午前10時～正午(午前9時45分受付開始) 場コミュニティプラザひまわり 費500円(保育付き。ただし3か月未満児は同室)
講防災ファシリテーター あんどうりす氏
申問申込みフォームまたはメールでウイズアイ ☎042-497-9567 himawari@with-ai.net へ



申込みフォーム

赤ちゃんの身体の発達講座

対1歳未満のお子さん
の保護者の方 日6月24日(月)午後1時30分～3時30分 場コミュニティプラザひまわり
費500円(保育別途500円)
講理学療法士 上木原瞳氏
申問申込みフォームまたはメールでウイズアイ ☎042-497-9567 himawari@with-ai.net へ



申込みフォーム

募集

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。
対市内在住で原則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合せください)
日説明会＝6月3日(月)午後1時30分～、研修会＝6月10日(月)午後1時30分～
問シルバー人材センター(松山3丁目) ☎042-494-0903

放課後子ども教室「まなべー」 学習アドバイザー

子どもたちの安全で
健やかな居場所である
放課後子ども教室「ま
なべー」の学習アドバ
イザーを募集します。



詳しくは
こちら

対 おおよそ65歳以下で、市内い
ずれかの公立小学校で活動可能な
方(教員・保育士などの資格を有
する方を優先します)

【募集人数】若干名【活動内容】放
課後に小学校での宿題の見守りや
遊びの支援【活動頻度】週2日程度
(夏休みなどの長期休暇中を除く)
【活動時間】5～7月＝平日午後1
時30分～5時30分、それ以外の
月＝平日午後1時30分～5時

【謝礼】原則5～7月＝1回4,480
円、それ以外の月＝1回3,920円

申 問「清瀬市放課後子ども教室学
習アドバイザー登録書」(窓口で
配布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、有資格者(教員・保育士など)
は資格証明書の写しを添えて、直
接生涯学習スポーツ課児童青少年
係 ☎042-497-2089へ

※必要人数に達し次第募集終了。

その他

雨水浸透施設設置助成制度

雨水浸透施設(雨水浸透ます)

を設置する方に対し
て、設置費用の一部を
助成します。



詳しくは
こちら

対 市内に一戸建ての住
宅・共同住宅・併用住
宅(住宅部分が50%以上のものに
限る)を所有する個人で、市税を
完納している方。

※借地権等の設定がある場合は当
該宅地所有者の同意が必要です。

【助成金額】別に定める標準工事
費単価に設置数量を乗じて得た額
または当該工事に要した額のい
ずれか少ない額(上限15万円)。

【手続き方法】工事に係る契約を
締結する前に清瀬市指定工事店へ
相談してください。 問 下水道課
施設計画係 ☎042-497-2532

市内の住宅工事業者 職人さんを紹介します

「清瀬市住宅工事あ
っせん事業協力会」で
は、市で受け付けをし
た方に依頼内容に応じ
て協力会の職人さんを
紹介します。



申込み
フォーム

申 申込みフォームから 問 産業振
興課商工係 ☎042-497-3187

6月は浸水対策強化月間です

東京都下水道局は、雨期に向か
う6月を「浸水対策強化月間」と定
め、下水道施設の安全性の確保と
都民の皆さんの防災意識の向上を
図る取り組みを行っています。ま
た、東京の降雨情報が一目でわか

る「東京アメッシュ」をホームペ
ージで公開しています。

問 東京都下水道局流域下水道本部
計画課 ☎042-527-4828

危険物の取り扱いを知ろう

6月2日～8日は
危険物安全週間
です。身の回りの危
険物を含む製品の
注意事項を守り、
安全な方法で取り
扱い、保管しま
しょう。



問 清瀬消防署 ☎042-491-0119

分筆されていない私道の 非課税申告を

公衆用道路と性格が同様で分筆
されていない私道、または現に道
路として使用されていないながら分筆
されていない建築基準法上の道路
は、私道部分の面積が分かる図面
を添え、12月末までに申告手続
きをする、翌年度の固定資産税
・都市計画税から非課税の適用が
受けられます。 問 課税課固定資
産税係 ☎042-497-2042

店舗認証制度が始まります

誰もが安心して快適
に過ごせるまちづく
りと、地産地消の取
組みを推進するため、
店舗認証制度を開
始します。ユニバー
サルデザイン対応
店舗認証、親子で
利用しやすい店舗
認証、地産地消推
進店舗の3項目



詳しくは
こちら

について市内事業者を対象に店舗
認証を行います。

また、認証取得に向けたリノーベ
ーションをするための工事費用を
一部補助します。 問 清瀬商工会
☎042-491-6648

戸籍証明書の広域交付

広域交付の開始に伴い、本籍地
が遠方にある方でも、最寄りの市
区町村で戸籍証明書を請求できま
す。請求には、官公庁が発行する
顔写真付き身分証明書の提示が必
要です。 問 市民課戸籍係 ☎042-
497-2038(受付時間：午前9時
～11時・午後1時～4時)

6月11日は課税・非課税証明 書のコンビニ交付ができません

6月11日は、システム更新メン
テナンスのため終日、課税・非
課税証明書のコンビニ交付ができ
なくなります。その他の証明書な
どについては、通常どおり発行が
可能です。 問 課税課市民税係
☎042-497-2040

寄付・寄贈



- ◆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(子ども育成
支援に関する事業に充当)】へ
青梅信用金庫様(200,000円)
ありがとうございました。

清瀬けやきホール

の催し物

- ①アフタヌーンコンサートvol.14「FILM
BRASSファミリーコンサート～金管
アンサンブルで楽しむ映画音楽の世界
～」



金管と打楽器の六重奏です。
 日 6月29日(土)午後2時～(開場
＝午後1時30分)
 費 一般1,500円、友の会
1,000円、3歳～中学生500円、2歳以
下ひざ上観覧無料(全席自由)

①申込み
フォーム

- 【出演】FILMBRASS

- ②歌って健康！ 歌声サロン

懐かしい名曲の数々をプロによる生演
奏に合わせて歌ってみませんか。

日 6月12日(火)午後2時～4時(開場は午
後1時30分) 費 1,500円 調 杉山公章氏

申 当日券のみ、直接会場へ

- ③おけいこアロマ「紫根のリップクリー
ム」



紫根のオイルを使ってピン
ク色のリップクリームを作り
ます。先着10人。
 日 6月12日(火)午後2時～3時
30分 費 1,500円 調 西脇直子氏

③申込み
フォーム

- ④講座「プリザーブドフラワーでつくる
お供え花」

先着10人。 日 6月29日(土)、7月6日(土)
午前9時30分～11時30分 費 4,100円

調 福井ひろ子氏 持 筆記用具、メジャー

- ⑤ベビーオイルマッサージ

対 2か月～ハイハイ前の赤ち
ゃん。先着8組 日 6月7日(金)午
前10時30分～正午

費 1,500円 調 小宮しのぶ氏

持 大きめのバスタオル、ハン
ドタオル、赤ちゃんの飲み物、
お持ちであれば授乳ケープ

- ⑥Let'sリトミック

音楽を交えながら楽しく遊びます。各
クラス12組。



⑤申込み
フォーム

- 日 6月25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 費 1,500円



⑥申込み
フォーム

調 小宮しのぶ氏 持 お子さんの
飲み物、お持ちであれば名札

申 問 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

※①・⑤・⑥はきよせ・チル
ドレンファーストチケットが使えます。



清瀬けや
きホールホ
ムページ

コミュニティプラザひまわり

の催し物

- ①はたおり伝承の会『織って作って』

巾着をつくります。

対 【1】織日と【2】制作日共に
参加可能な方。各回先着4人。

日 【1】6月19日(水)・21日(金)午
前10時～・午後1時～

【2】6月28日(金)午前10時～

費 1,500円

申 6月3日～7日に電話で

- ②発酵パワー学ぶ&造る「発酵トマト」

先着20人。 日 6月22日(土)午前10時～

午後0時30分 費 2,800円(材料費・発酵

ランチ付)

調 発酵ライフ協会アドバイザープロ

高田妃出美氏

持 エプロン・三角巾・ふきん3枚

- ③美姿勢&骨盤ストレッチ

先着15人。 日 6月7日(金)以降の毎週金

曜日午前9時45分～午前11時

費 1,000円(各回)。「スポーツプログラ

ム」共通回数券10回券9,000円

調 植松美也子氏

持 動きやすい服装・ヨガマットまたは

大判バスタオル・飲み物

申 問 いずれも電話でコミュニティプラ

ザひまわり ☎042-495-5100(午前10
時～午後4時)へ



コミュニ
ティプラザ
ひまわりホ
ムページ

～きよせ100歳時代の催し物～

- ①無料パソコン教室(Windows11)

対 パソコンが未経験または初級の方。各
コース先着10人 日 6月8日・15日・22日、
29日(全4回)、7月6日・13日・20日・
27日(全4回)いずれも土曜日午前10時
～正午 内 基礎、Word、Excel、イン
ターネット

- ②倶楽部の無料体験(一人1回のみ)

日 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～ 内 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
 申 問 電話で(一社)きよせ100歳時代
☎042-494-2800へ

各地域市民センター

の催し物

- ◆下宿地域市民センター

- ①ウォーキング教室

対 18歳以上の方。各回先着
15人 日 6月6日(水)・20日(水)
午前9時30分～10時30分
 費 月額1,500円(2回分)、
1回1,000円 持 動きやすい服
装、飲み物

- ②姿勢改善ヨガ教室

対 18歳以上の方。各回先着15人
 日 6月13日(水)・27日(水)午後1時30分～
2時10分
 費 月額1,500円(2回分)、1回1,000円
 持 動きやすい服装、飲み物

- ③プログラミング教室

対 小学生。各回先着11人
 日 6月4日(火)・18日(火)初心者クラス＝午
後5時～6時、中級クラス＝午後6時10
分～7時10分 費 1,500円

- ④下宿健康ウォーク

対 18歳以上の方。先着20人
 日 6月9日(日)午前9時30分～
11時30分 費 500円
 持 動きやすい服装、飲み物



①～③
申込み
フォーム



④申込み
フォーム

- ⑤市民体育館の一般開放

【1】卓球【2】バドミントンの施設を
下記の日時に一般開放します。

対 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

日 6月15日(土)午前9時30分～、午後1
時～、午後3時～(1枠につき2時間)

費 おとな＝100円、中学生以下＝50
円 持 体育館用上履き、ラケット、ボ
ール、シャトル

申 問 電話で下宿地域市民センター

☎042-493-4033へ

- ◆松山地域市民センター

- ①手話体験教室

対 手話を学んでみたい方。

先着20名 日 6月8日(土)午前

10時～11時 費 1,000円

調 トム氏

- ②子ども向けキャンドルづくり体験

対 未就学児～中学生(小学校
低学年以下は保護者同伴、
見学可)。先着15人 日 第1回
＝6月22日(土)午前10時～11
時30分(2回目以降は後日発
表) 費 2,200円 調 上田くみこ氏

持 エプロン(汚れてもいい服など)

- ③アロマキャンドルづくり

対 18歳以上の方。先着15人

日 6月27日(水)午前10時～11
時30分 費 2,600円 調 上田く
みこ氏 持 エプロン(汚れても
いい服など) 申 いずれも申込みフォー
ムから 問 松山地域市民センター ☎042-
491-5153

◆中清戸地域市民センター

ミニギャラリーに展示しませんか

アート作品全般の発表、表現の場と
して利用できます。ご自慢の創作作品
を展示しませんか。利用期間＝最長1
か月、展示場所＝1階ロビー。

費 無料(備品代有料)

申 問 直接窓口または電話で中清戸地
域市民センター ☎042-494-7211へ



①申込み
フォーム



②申込み
フォーム



③申込み
フォーム

各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館からのお知らせ

臨時休室・休館のお知らせ

郷土博物館は、清瀬駅開業100周年特別展「清瀬駅100年の物語～駅とともに 歩んだマチ 清瀬～」開催に伴い展示替えを行うため、臨時休室及び休館をします。休室＝6月4日(火)～6日(木)、休館＝6月7日(金)・8日(土)。

臨時休室中は、施設予約や埋蔵文化財包蔵地の照会などの窓口業務や電話でのお問合せは受け付けています。臨時休館中は、窓口業務は行わず、電話でのお問合せのみ受け付けています。

問郷土博物館 ☎042-493-8585

6・7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、下表の各事業は右記QRコードから申込みをしてください。

問子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077



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。 ※生後2か月～おおむね3歳未満の乳幼児 ※予約制。申込み受付中。	6月4日(火)・11日(火)・18日(火)いずれも午後3時～3時15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 ※6か月～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) 問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6月1日から	6月12日(火) 6か月～8か月児＝午前9時45分～11時、 9か月～11か月児＝午前11時～午後0時15分	
3. 親子歯みがき教室 ※6か月～1歳6か月の乳幼児とその保護者。先着15組 問歯ブラシの選び方・仕上げ磨きのコツなど ※予約制。申込みは随時。	6月14日(金)・7月19日(金) 午前9時30分～11時30分(30分ごと各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。 ※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。申込みは随時受付。グループ相談の初回及び個別相談は要予約。	6月19日(火) 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)	
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。 ※参加日時時点で1歳2か月までの乳幼児とその母親 ※予約制。対象者には事前にご案内を送付します。	6月21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) ※1歳6か月～4歳の幼児とその保護者 問定期健診・歯みがき・フッ素塗布(無料) ※予約制。申込みは随時(当日予約も可)	月曜日または水曜日(毎月5～6回)の午後1時～3時15分	
7. 妊婦歯科健診 ※市内在住の妊婦の方。各回先着1人 ※予約制。申込みは随時(当日予約も可)	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 ※①令和6年2月生まれの乳児②令和4年11月生まれの幼児③令和3年5月生まれの幼児 問①6月11日(火)②6月4日(火)③6月18日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前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。 問0歳～就学前のお子さんとその保護者 ※ころぼっくる(問児童センター)、元町(問清瀬けやきホール)、竹丘(問竹丘地域市民センター)、野塩(問野塩地域市民センター)、下宿(問下宿地域市民センター)、梅園(問あいあいの家)、K-net子育てひろば(問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		

6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
2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) ※マイナンバーカードの保険証は利用できません。	岩崎(慎) 医師
9日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042-491-2217	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121		乾 医師
16日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199			和気(昌) 医師
23日	酒田クリニック 野塩5-280-2 ☎042-496-7328			石川 医師
30日	廣橋小児科・内科医院 元町1-5-3 ☎042-493-7400	※緊急時は随時受け付け。必ず事前に電話してください。		岩崎(敬) 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

募集 会計年度任用職員(専門職)

【試験日・内容】

6月18日(火)・個人面接

問未来創造課人材育成係

☎042-497-1843



詳しくはこちら

職種	受験資格	募集人数
一般事務	パソコン操作(文書作成ソフト及び表計算ソフトの基本的な知識を有し、文書レイアウト、関数などの機能を活用できる)及び適切な接遇ができる方	若干名
消費生活相談員	消費生活相談員資格(国家資格)、消費生活専門相談員、消費生活アドバイザーのいずれかの資格を有する方	1人

多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館
ホームページ

ミクロ・ラボ ～顕微鏡で自由研究～

観察したいものを持ってきて、科学館の顕微鏡でじっくり見ることができます。(1人あたり2時間まで)

問小学生～おとな(小学3年生以下は保護者同伴)。1時間あたり8人 日6月22日(土)、23日(日)午後1時～4時(最終受付は午後3時)

費入館料(おとな520円、小学生～高校生210円)

場直当日午前10時より科学学習室へ(先着順)。〒188-0014 西東京市芝久保町5-10-64 問多摩六都科学館 ☎042-469-6100 ※6月の休館日:3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)

野菜を食べて栄養バランス！減塩も心掛けましょう

野菜の摂取目標量(20歳以上)は1日350g以上とされています。野菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養素が含まれており、脳卒中や心臓病、がんのリスクを下げる効果があることが報告されています。

東京都では一食で120g以上の野菜を摂取できるメニューのあるお店を「野菜メニュー店」として紹介しています。外食の際にはぜひ野菜メニュー店をご利用ください。



野菜メニュー店ステッカー

また、健康のためにはバランスのとれた食事の他に、減塩も重要です。減塩のコツは食卓で使う調味料を減らすことです。かけるのではなくつける、味見しながら少しずつ使う、香辛料や酸味を活かした味付けにする、これらの工夫の積み重ねが減塩につながります。

「野菜」の摂取と「減塩」、出来ることから取り組んでみませんか。

問多摩小平保健所生活環境安全課 保健栄養担当 ☎042-450-3111



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。

天皇皇后両陛下より園遊会にお招きいただきました

4月23日赤坂御苑において天皇皇后両陛下が御催しされた園遊会に、宮内庁長官の指定する者とその配偶者として、緒方伸二さんと配偶者の方がご招待されました。

緒方さんはこれまで宮内庁職員として、皇室に関わる業務にご尽力されておりました。



緒方伸二さんと配偶者の方
(中里在住)
園遊会にて

今月の健康づくり

問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。途中参加不可。



詳しくはこちら

タイトル	日時	費用・持ち物
30分エクササイズ	6月6日(火)・7日(金)・12日(火)・13日(水)・20日(火)・21日(金) 各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※6日(火)は午前のみ、7日(金)は午後のみ。	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) ※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		
〈チューブエクササイズ〉	6月1日(土)・16日(日)午前10時～11時	
〈Let's筋トレ〉	6月8日(土)・23日(日)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	6月2日(日)・15日(土)午前10時～11時	
〈笑いヨガ&体力アップ〉	6月9日(日)・22日(土)午前10時～11時	

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)デンソーウェーブの登録商標です。