

8・9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、下表の各事業の詳細は右記QRコードから申込みをしてください。



詳細はこちら

☎子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077

| 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。 | 8月6日(火)・20日(火)・27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. ステップアップ幼児食 ☑1歳～1歳11か月の幼児とその保護者。各回先着6組(保護者のみの参加も可) ☑無料 ☑管理栄養士による幼児食の調理実演・試食と相談 ※予約制。申込み8月1日から。 | 8月21日(水) 午前10時～11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 ☑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。 | 8月30日(金)・9月13日(金) 午前9時30分～11時30分(30分ごと各3組) | |
| 4. ママヨガクラス 産後ヨガで気持ちと身体をリフレッシュ。☑生後1か月～7か月未満のお子さんとそのお母さん。6組程度 ※予約制。申込み8月1日から。 ※別室で保育あり(予約制先着2名)。 | 8月29日(木) 午前10時～11時30分(受け付けは午前9時45分～) | |
| 5. ママの時間 ホッとできるグループ相談。個別相談も併設。 ☑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。申込みは随時受付。グループの初回及び個別相談は要予約。 | 8月28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) | |
| 6. 両親学級 赤ちゃんの育て方やお風呂の入れ方など。ご夫婦と一緒に学んでみませんか。 ☑妊婦さんとそのパートナー。各回先着12組 ※予約制。申込み8月1日から。 | 8月30日(金)・9月13日(金) いずれも午後2時～4時(受け付けは午後1時45分～2時) | |
| 7. 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お母さん ※予約制。対象者には事前にご案内を送付します。 | 8月23日(金) (詳しくは事前送付書類を確認してください) | |
| 8. 親子歯科健診(個別) ☑1歳6か月～4歳の幼児とその保護者 ☑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 | |
| 9. 妊婦歯科健診 ☑市内在住の妊婦の方。各回先着1人 ☑歯科健診・歯みがき ※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 | |
| 10. 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4月生まれの乳児②令和5年1月生まれの幼児③令和3年7月生まれの幼児 ☑①8月20日(火)②8月6日(火)③8月27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 | | |

今月の健康づくり

☑15歳以上の方(中学生は不可)。各回先着25人
場直 ☑しあわせ未来センターフィットネスルーム
☎042-497-2391



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 | 8月1日(火)・2日(水)・7日(火)・8日(水)・9日(木)・14日(火)・15日(水)・16日(木)・21日(火)・22日(水)・23日(木)・28日(火) 各日 午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※15日(木)・16日(金)・28日(火)は午前のみ。 | ☑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〉 | 8月3日(日)・18日(日) 午前10時～11時 | |
| 〈Let's筋トレ〉 | 8月10日(日)・25日(日) 午前10時～11時 | |
| 〈笑いヨガ&体力アップ〉 | 8月4日(日)・17日(日) 午前10時～11時 | |
| 〈コツコツ貯筋ピラティス〉 | 8月11日(日)・24日(日) 午前10時～11時 | |

☑今月開催の委員会 ※詳しくは問合せ先に確認してください。

| 会議・委員会名 | 日時 | 場所 | 問合せ | 傍聴 |
|----------------------------------|----------------|------------|------------------------|----------|
| 第1回清瀬市高齢者保健福祉計画(介護保険事業計画)評価策定委員会 | 8月15日(木) 午後2時～ | しあわせ未来センター | 介護保険課管理係 ☎042-497-2079 | 事前に関先へ連絡 |
| 第1回国民健康保険運営協議会 | 8月16日(金) 午後1時～ | 市役所本庁舎 | 保険年金課国保係 ☎042-497-2047 | 直接会場へ |

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

第26回スーパードッジボール大会 結果報告

7月13日に【小学5・6年生男子の部】【小学5・6年生女子の部】が開催されました。今大会も各チームが激闘を繰り広げ、熱い1日となりました。☑生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815

【小学5・6年生男子の部】

優勝:「その心、笑つてるね」(清瀬芝山小・清瀬三小)
準優勝:「鳥家族」(清瀬八小)
第三位:「底辺×高さ÷2」(清瀬小)



その心、笑つてるね

【小学5・6年生女子の部】

優勝:「Girls New 8」(清瀬小)
準優勝:「ザ・ガールズ」(清瀬芝山小)
第三位:「Sunny girls9」(清瀬十小)



Girls New 8

※小学3・4年生の部は令和7年2月を予定しています。

教育委員会だより59号発行

教育委員会だよりは、教育委員会ホームページ上でのみ配信しています。今回は図書館の新しい取り組み「宅配サービス」など教育や生涯学習・スポーツに関する取り組みについて紹介していますので、ぜひご覧ください。
☑教育企画課企画係 ☎042-497-2537



詳しくはこちら

各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

◆特別展 「清瀬駅100年の物語 ～駅とともに 歩んだマチ 清瀬～」郷土博物館で開催中!

☑開催中～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 ☑6月11日に清瀬駅は開業100周年を迎えました。特別展詳細はこちら



◆特別展 郷土博物館主催イベント

①担当学芸員によるスライドで見る見どころ紹介(予約不要)
担当学芸員が展示の見どころをスライドを使って紹介します。
☑8月11日(日)・25日(日) 午前11時～正午(各回1時間程度)

②オリジナルヘッドマーク缶バッジ体験(予約不要)
子どももおとなも皆でオリジナル缶バッジを作ろう!!
☑8月8日(土) 午後1時～午後4時 ☑参加費200円

③16ミリフィルム上映会(予約不要)
「伸び行く都営地下鉄」10分、「ローカル線生活の中の鉄道」29分、先着40人。☑8月22日(土) 午後1時30分～ ☑無料
場直 ☑特別展、主催イベントともに郷土博物館 ☎042-493-8585

図書館のイベント・お知らせ

◆核に関する資料の展示

核戦争の悲惨さ、平和の尊さを忘れないよう、核の軍事利用に関する資料などを集めたコーナーを市内各図書館に設けます。
☑期8月4日(日)～15日(木) 場直 市内各図書館
☑問中央図書館 ☎042-493-4326(月曜日休館)

8月の休日診療

※医療機関に電話でご確認のうえ、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 | 担当医 |
|-----|---|--|--|----------|
| | 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 | |
| 4日 | 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。 | 松村(圭) 医師 |
| 11日 | 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 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121 | | 笹原 医師 |
| 12日 | とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456 | | | 島崎 医師 |
| 18日 | ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 ☎042-493-7122 | | | 長羽 医師 |
| 25日 | 杉本病院 元町2-7-1 ☎042-492-1199 | | | 筒井(大) 医師 |

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ーブの登録商標です。