

### 12・1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コードからお申込みください。



詳しくはこちら

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
<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。 ☑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。	12月3日(火)・10日(火)・17日(火)いずれも 午後3時～3時15分	しあわせ未来センター
<b>2. カンタン!ワンポイント離乳食</b> ☑6か月～11か月の乳児とその保護者。各回先着5組(保護者のみの参加可) ☑管理栄養士による離乳食の調理実演と試食・相談。 ※予約制。申込み12月1日から。	12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	
<b>3. 親子歯みがき教室</b> ☑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。	12月13日(金)・令和7年1月17日(金)午前9時30分～11時30分(30分ごと各3組)	
<b>4. ママの時間</b> 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。	12月18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。 ☑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。	12月20日(金) (詳しくは事前送付書類をご確認ください)	
<b>6. 親子歯科健診(個別)</b> ☑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(当日予約可)。	月曜日または水曜日(毎月5～6回)の午後1時～3時15分	
<b>7. 妊婦歯科健診</b> ☑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	
<b>8. 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 ☑①令和6年8月生まれのお子さんの乳児②令和5年5月生まれのお子さんの乳児③令和3年11月生まれのお子さんの乳児 ☑①12月10日(火)②12月3日(火)③12月17日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前送付する通知をご確認ください。		
<b>9. 乳幼児発達健康診査(予約制)</b> 小児神経専門医の診察・心理相談員・作業療法士による発達相談。月1回程度実施。 ☑赤ちゃんから小学校入学前までのお子さんの運動発達やことばの遅れ、落ち着きがない、友達と遊べないなどが気になる方。 ☑直接窓口または電話で		

### 竹丘つどいの広場 年末年始の開館スケジュールのお知らせ

竹丘地域市民センター改修工事終了に伴い、竹丘集会所で臨時開館していた竹丘つどいの広場が、令和7年1月4日から当該地域市民センター2階にて開館を再開します。スケジュールは下記のとおりです。☎子ども家庭支援センター ☎042-495-7701

日程	開館状況	場所
12月26日(水)	開館(午前10時～正午)	竹丘集会所
12月27日(木)～28日(金)	臨時閉館(移転準備のため)	
12月29日(土)～令和7年1月3日(水)	年末年始閉館	
1月4日(木)	開館(午後1時～3時)	竹丘地域市民センター

※1月5日(木)以降は竹丘地域市民センターで通常通り開館(午前10時～午後3時、月曜日・祝日は休館)。

### 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人場内☎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。  
※施設点検のため12月28日(土)は臨時休館します。

タイトル	日時	費用・持ち物
30分エクササイズ	12月5日(水)・6日(木)・18日(水)・20日(金)・25日(木)・各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※20日(金)は午後のみ。 ※25日(木)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〉	12月21日(土)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	12月1日(日)午前10時～11時	
〈笑トレで体力アップ〉	12月22日(日)午前10時～11時	

**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

### 各館の イベント情報・お知らせ

#### 郷土博物館のイベント

①第34回テーマ展示関連講座「きよせ養蚕録～お蚕さまの紡いだ物語」  
先着30人。☎12月7日(土)午後1時30分～午後3時

講郷土博物館学芸員 東野豊秋  
申申込みフォームまたは電話で郷土博物館へ

②先人の知恵に学ぶ「しめ縄作り講習会」

正月の輪飾りとしめ縄の作り方を学びます。先着12人。  
☎12月14日(土)午前9時～正午 費1,000円(材料代) 講下宿ふせぎ保存会会員場申問12月1日午前9時～電話で郷土博物館  
☎いずれも郷土博物館 ☎042-493-8585(月曜日休館)

#### 図書館のイベント

①冬の子ども会

図書館では冬の子ども会を実施します。中央図書館では多摩六都科学館と連携し、ビー玉を使った顕微鏡作りを行います。手作りの顕微鏡で、小さな世界を観察してみませんか。☑幼児から小学生まで☎場下参照  
申問12月1日～各図書館に電話または直接窓口で(月曜日休館)

タイトル	会場	日時
クリスマスカードを作ろう	野塩図書館 ☎042-493-4086	12月11日(水) 午後3時30分～
クリスマスリースを作ろう	下宿図書館 ☎042-495-5432	12月18日(水) 午後3時30分～
スペシャルクリスマス会	元町こども図書館 ☎042-495-8666	12月25日(水) 午後3時30分～
小さな世界をのぞいてみよう(多摩六都科学館連携事業)	中央図書館 ☎042-493-4326	12月26日(木) 午後2時30分～

②第26回 図書館読書交流会 吉行淳之介著「漂う部屋」パート2

今年、生誕百年を迎えた作家吉行淳之介は、昭和29年国立療養所清瀬病院で手術を受け、清瀬での入院生活に着想を得て翌年「漂う部屋」を発表しました。今回は令和4年の読書交流会に引き続き、「漂う部屋」パート2として更に深い内容をお話します。  
☑市内在住の中学生以上の方。先着15人☎12月21日(土)午前10時30分～正午 講清瀬市市史編さん室 西香真弓場申問12月1日～電話または直接窓口で中央図書館 ☎042-493-4326へ(午前10時～午後5時、水・木曜日は午後7時まで。月曜日休館)

### 駅前図書館休館のお知らせ 令和7年1月5日(日)～3月31日(月)

駅前図書館は改修工事に伴い、令和7年1月5日(日)～3月31日(月)の間休館いたします。休館期間中は駅前図書館所蔵資料の検索と予約、電話でのお問い合わせはできません。清瀬駅北口ペDESTリアンデッキ上ブックポスト及び駅前図書館入口ブックポストはご利用いただけます。また、公共施設予約システム予約端末の利用及び入金手続きもできませんので、他の施設をご利用ください。その他の館は通常どおり開館いたします。ご不便をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いします。☎中央図書館 ☎042-493-4326

### 12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。  
また、マイナ保険証が対応可能かは電話の際にご確認ください。  
※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	
1日	廣橋小児科・内科医院 元町1-5-3 ☎042-493-7400			加藤 医師
8日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎042-496-7015	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	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	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121		倉田 医師
22日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎042-493-2727			笹原 医師
29日	花園医院 松山3-5-14 ☎042-491-0315			畑 医師
30日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042-491-2217			肥後 医師
31日	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 ☎042-410-0001			福田 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)デンソーウェブの登録商標です。