

**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
清瀬市地域自立支援協議会	3月17日(月) 午前10時～正午	市役所本庁舎	障害福祉課障害福祉係 ☎042-497-2073	直接会場へ

### 3・4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

問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。	3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
<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(保護者のみの参加も可) ☑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3月1日から。	3月12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10～15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。	3月14日(金)、4月11日(金)午前9時30分～11時30分(30分ごと各2～3組)	
<b>4. 5・6歳児のむし歯予防教室</b> ☑5・6歳児。先着14人 ☑定期健診・フッ素塗布(無料)、むし歯予防のお話や、自分で磨く練習 ※予約制。※申込みは随時。	3月24日(月) 午後1時～3時15分(15分ごと各1人)	
<b>5. ママの時間</b> ママ同士のお話でホッとできる場です。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。	3月19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＝午前10時15分～10時30分)	
<b>6. 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。 ☑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。	3月21日(金) (詳しくは事前送付書類をご確認ください)	
<b>7. 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	
<b>8. 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	
<b>9. 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11月生まれの乳児②令和5年8月生まれの幼児③令和4年2月生まれの幼児 ☑①3月11日(火)②3月4日(火)③3月18日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前にご送付する通知をご確認ください。		
<b>10. 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		

**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  
場直問しあわせ未来センターフィットネスルーム  
☎042-497-2391(月曜日休館)  
※開始時間の10分前までに会場へ。途中参加不可。  
※トレーニング機器を初めて使用する方は初回トレーニング指導を受けてください。

詳しくはこちら

タイトル	日時	費用・持ち物
初回トレーニング指導	午前10時、午後2時、午後6時(午後6時の回は火・水・金曜日のみ)の各回15分前に直接健康増進室にお越しください。	☑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) ☑運動できる服装・室内用運動靴・汗拭きタオル・飲み物
30分エクササイズ	3月12日(水)～14日(金)、19日(水)～21日(金)・27日(水)・28日(金)各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※13日(水)は午前のみ。 ※19日(水)は午後のみ。	
みんなで楽しくエクササイズ		
〈チューブエクササイズ〉	3月15日(土)・30日(日)午前10時～11時	
〈Let's筋トレ〉	3月16日(日)・29日(土)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	3月23日(日)午前10時～11時	
〈笑トレで体カアップ〉	3月22日(土)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清瀬のうちおり常設展示3月・4月**  
3月1日(土)から国指定重要有形民俗文化財「清瀬のうちおり」の展示資料を入れ替えます。さまざまな種類の糸で織られたうちおりを展示します。入れ替え作業のため、2月28日(金)は民俗展示室を1日休室します。  
場直郷土博物館 期3月1日(土)～4月27日(日)午前9時～午後5時
- ②冬の文化財散歩～志木街道を歩いてみよう～(予約制)**  
清瀬の歴史、信仰などを紹介しながら志木街道沿いの文化財を歩いて巡ります。地元の方も、市外の方もお気軽にご参加ください。☑中学生以上の方。先着20人(電話10人、申込みフォーム10人) ☑3月15日(土)午前9時30分～正午(雨天の場合は、3月16日(日)に開催)  
【集合・解散場所】郷土博物館 郷土博物館学芸員 中野光将  
☑3月1日午前9時～電話または申込みフォームで郷土博物館へ
- ③ミュージアム・シアター8『すみっこぐらし/青い月夜のまほうのこ』(上映時間65分)**  
青い大満月の夜、すみっこたちが住む町に魔法がかけられる。すみっこたちが登場する劇場版アニメの第2弾です。映画鑑賞が初めてのお子さんも、ぜひお気軽にご参加ください。先着40人程度。  
☑3月16日(日)午前10時30分～11時40分 ☑無料 ☑郷土博物館
- ④90分でわかる清瀬の歴史 第3回テーマ「多摩地域の富士塚」(予約制)**  
清瀬市に存在する2つの富士塚を中心に多摩地域の富士塚について紹介します。☑中学生以上の方。先着30人(電話15人、申込みフォーム15人) ☑3月29日(土)午後1時30分～3時 ☑郷土博物館学芸員 中野光将  
☑3月1日午前9時～電話または申込みフォームで郷土博物館へ  
問①～④いずれも郷土博物館 ☎042-493-8585

#### 令和6年度 清瀬市まちづくり委員会が市長へ提言

2月18日、清瀬市まちづくり委員会の委員長・副委員長が令和6年の清瀬市まちづくり基本条例の運用に関する提言を手交しました。市民の皆さんから寄せいただいた市民提案の審議の報告と併せて提出しました。  
なお、「清瀬市まちづくりフォーラム」は令和7年度に開催予定です。

問市民協働課協働係  
☎042-497-1803



右から渡邊副委員長、望月委員長、澁谷市長

#### 3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。  
※**歯科診療につきましては4月より当番医の診療所で実施します。**  
※各休日の当番医は市報きよせ各月1日号及び市ホームページでお知らせします。

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	花園医院 松山3-5-14 ☎042-491-0315			岩崎(敬) 医師
9日	いつもジェネラルクリニック秋津院 野塩5-299-4 ☎042-497-8608	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
16日	宇都宮小児科内科クリニック 元町1-8-2 ☎042-491-5556	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121		大西 医師
20日	北多摩クリニック 上清戸2-1-41 ☎042-496-7760			石川 医師
23日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199			加藤 医師
30日	ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 ☎042-493-7122			倉田 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 ☎0570-01-3399

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。