



話してみよう
※口見つかるから

ひとりで
悩んで
いませんか？

3月は東京都自殺対策強化月間です ～ 自殺防止！東京キャンペーン～

東京都では、毎年9月と3月を自殺対策強化月間に位置付け、「自殺防止！東京キャンペーン」を実施し、特別相談電話などを開設しています。

※通話料・通信料がかかります。0570で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料通話、かけ放題プラン等の対象外です。

◆こころの悩みなどの相談

・フリーダイヤル特別相談

☎0120-58-9090 (3月1日(土)～7日(金)はフリーダイヤル特別相談)

☎03-5286-9090 (通常相談)

☎毎日午後8時～翌午前2時30分 (月曜日＝午後10時30分～、火曜日＝午後5時～)

【実施機関】NPO法人国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

・有終支援いのちの山彦電話－傾聴電話－

☎03-3842-5311

☎3月の火・水・金・土・日曜日(第4日曜日を除く)と祝日の正午～午後8時

※3月以外は毎週火・水・金・土曜日の正午～午後8時です。

【実施機関】NPO法人有終支援いのちの山彦電話

・自殺予防いのちの電話

☎0120-783-556

☎3月10日(月)～17日(月)午前8時～翌午前8時

※通常は毎日午後4時～9時、毎月10日のみ午前8時～翌8時です。

【実施機関】(一社)日本いのちの電話連盟

・東京都自殺相談ダイヤル

～こころといのちのほっとライン～

☎0570-087478

☎3月27日(木)～31日(月)各日24時間

※通常は毎日正午～翌午前5時30分です。

【実施機関】東京都 (NPO法人メンタルケア協議会)

◆自死遺族のための電話相談

・自死遺族傾聴電話

☎03-3796-5453

☎3月4日(火)～8日(土)午前11時～午後5時

※通常は毎週火・木・土曜日の午前11時～午後5時です。

【実施機関】NPO法人グリーンケア・サポートプラザ

・自死遺族相談ダイヤル

☎03-3261-4350

☎3月10日(月)～12日(水)正午～午後5時

※通常は毎週木曜日午前10時～午後7時と日曜日午前10時～午後5時です。

【実施機関】NPO法人全国自死遺族総合支援センター

◆債務などの電話相談

・多重債務110番

☎03-3235-1155

☎3月3日(月)・4日(火)午前9時～午後5時

【実施機関】東京都消費生活総合センター

街頭キャンペーン

市では、東京都・西武鉄道(株)・市民などと連携し、「自殺対策街頭キャンペーン」を実施します。普及啓発グッズを配布予定です。☎3月6日(木)午後6時30分～7時30分

☎清瀬駅北口・南口

☎健康推進課成人保健係☎042-497-2076



SOSを見逃さないで ゲートキーパー養成講座

◆ゲートキーパーとは

大切な誰かが不安や悩みを抱えて孤立してしまわないように、気づき、支えていく人のことです。家族や仲間、大切な人が「いつもと違う」という様子はありませんか。自殺のサインに気づき、声かけ、専門機関につなげることを学びましょう。

☎しあわせ未来センター ☎キャリアコンサルタント、働き方支援研究所代表 木村裕二氏 ☎☎直接窓口または電話で健康推進課成人保健係☎042-497-2076へ

	日時	内容	対象
初級編	3月11日(火)午後7時～8時30分	ゲートキーパーとは/悩んでいる人の何らかのサイン/気づきと声かけなど	市内在住・在勤・在学の方。各回先着30人
中級編	3月19日(火)午後7時～8時30分	いのちを守る言葉と行動の実践/見守りによる孤立防止と安心感/専門機関へのつなぎ	

※初級編・中級編どちらかのみ参加でも可

4月1日駅前図書館がリニューアルオープンします

4月1日より、クリアビル4階にある駅前図書館がリニューアルオープンします。

駅前図書館内に新たにできるこども図書館には、10,000冊の児童書を配架し、靴を脱いで寝転ぶこともできるスペースや、読み聞かせコーナーを設置します。一般書架とこども図書館は仕切りますので、音を気にせず利用できます。

一般書架はガラリと雰囲気が変わって、閲覧スペースは多くの方がリラックスできるよう、こだわりの空間になっています。

新しくなった駅前図書館にぜひご来館ください。

☎中央図書館 ☎042-493-4326



元町こども図書館は当面の間継続してご利用いただけます

市民の皆さんのご要望により、元町こども図書館は4月1日以降も当面の間、これまでと同様にご利用いただけます。暖かな雰囲気の館内には、絵本や読み物などの児童書を中心とした30,000冊を超える本を配架しています。本と触れ合う場や、貸し出し、返却の窓口としてご利用ください。皆さんのご来館をお待ちしています。☎中央図書館 ☎042-493-4326



元町こども図書館の様子

4月1日からスタートする宅配サービスを利用するには「清瀬市立図書館利用カード」の登録が必要です

登録は各図書館の窓口で行うことができます(電話やインターネットでの登録はできません)。

☎市内在住の方

※宅配サービスを利用できるのは市内在住の方のみです。

☎運転免許証・マイナンバーカード・保険証・学生証など(住所・氏名が確認できるもの) ☎中央図書館 ☎042-493-4326



詳しくはこちら

募集 「国勢調査員」を募集します

国勢調査は、5年に1度実施する最も重要な統計調査です。調査の成功に欠かすことのできない「国勢調査員」を募集します。☎総務課総務係 ☎042-497-2032



詳しくはこちら

応募要件	・令和7年8月時点で20歳以上の健康な方(学生可) ・責任をもって調査業務に従事できる方 ・警察、選挙に直接関係のない方 ・暴力団員でない方及び暴力団若しくは暴力団員と密接な関係を有しない方 ・退任後も含め、調査で知り得た秘密の保護に関し信頼のおける方
任命期間	9月1日～10月31日
報酬	2調査区担当で75,000円程度(調査区の数により増減します)
申込方法	3月5日(水)～4月30日(水)(土・日曜日、祝日を除く) 「令和7年国勢調査 調査員申込書」にご記入の上、直接総務課総務係まで(面接あり)
申込書設置場所	市役所本庁舎1階総合案内、総務課総務係、しあわせ未来センター、中央図書館、郷土博物館、生涯学習センター、各地域市民センター、コミュニティプラザひまわり、清瀬けやきホール ※市ホームページよりダウンロード可。

◆国勢調査員の仕事内容は大きく分けて5つ

①調査員説明会への出席



②担当調査区の確認と要図・名簿の作成



③調査についての説明と調査書類の配布



⑤回収した調査票の整理と提出



④回答確認リーフレットの配布と調査票の回収(インターネット回答や郵送提出をした世帯は除く)

国勢調査2025
キャンペーン
サイト



令和7年 清瀬市議会第1回定例会

令和7年清瀬市議会第1回定例会は、下表のとおり開会中です。

☎議会事務局議事係 ☎042-497-2567

月	日	時間	内容
3	4(火)	午前10時～	本会議(代表・一般質問)
	5(水)		本会議(一般質問)
	6(木)		
	10(月)		予算特別委員会
	11(火)		
	12(水)		
	13(木)		
	17(月)	午後2時～	総務文教常任委員会
	18(火)		福祉保健常任委員会
	27(水)		建設環境常任委員会
		午前10時～	議会運営委員会
			本会議(最終日)

引っ越しシーズン到来！粗大ごみとして出す前に リユース検討(再利用)してみませんか？

しあわせは、ここにある
清瀬市
Kiyose City

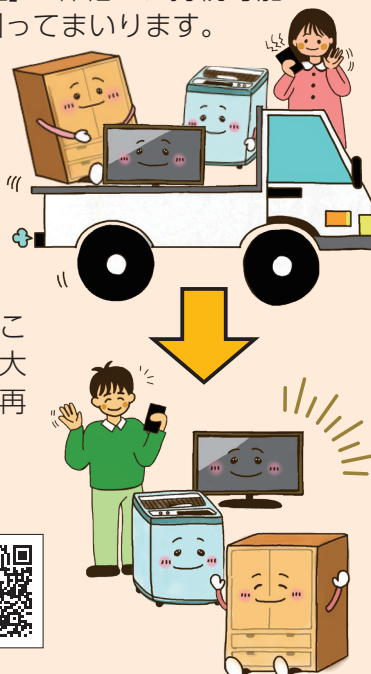
おいくら？

☎環境課ごみ減量推進係 ☎042-497-2534

市では不要品の一括査定サービス「おいくら」を運営している株式会社マーケットエンタープライズと「連携と協力に関する協定」を締結し、持続可能な社会の実現を目指して、より一層のごみ排出抑制を図ってまいります。

おいくら？とは？

オンライン査定フォームに入力すると複数で買取店から見積りを受けられるサービスで、ソファなどの大型家具だけではなく、市では回収できない冷蔵庫や洗濯機といった家電なども手軽にリユース(再利用)することができます。出張買取での対応が可能な品物の場合、収集場所まで運び出す手間を省くことも可能です。再利用できるものを処分費を払って粗大ごみとして処分する前に、売却することでリユース(再利用)につなげられないか一度ご検討ください。
※すべての品物が対象となるわけではありません。



「おいくら」一括査定の流れ

Step 1	不要品の商品情報を入力して査定を依頼	
Step 2	届いた査定結果を比較して買取店を選択	
Step 3	手間なくお財布にも優しい不要品処分が完了！	

一括査定は
コチラから

(清瀬市×おいくら連携ページ)



「おいくら」
についての
質問はコチラ



おいくら？
ここが便利！

- ①買取価格を比較して選べる
- ②最短当日引き取り可能
- ③大型や重いモノも買取対象

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎ 3月26日(水)・27日(木)午後8時まで
■日曜納税・納税相談 ☎ 3月30日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎ 3月8日(土)午前9時～正午
場いづれも市役所徴収課窓口 ☎徴収課徴収係 ☎042-497-2045

令和7年清瀬市20歳のつどいを開催しました！

1月12日、「令和7年清瀬市20歳のつどい」を清瀬けやきホールで開催しました。式典当日はスーツや色鮮やかな振袖に身を包んだ参加者が旧友との再会を懐かしんでいました。式典には午前・午後合計約480人が来場し、20歳の代表が演壇で力強い抱負を述べました。恩師からのビデオメッセージの上映や、市内事業者及び清瀬市からの贈呈品が当たるビンゴ大会では、大きな歓声が上がりました。また、今年も京都きもの友禅(株)のご協力により、経済的な理由で振袖などの用意が困難な世帯に対する支援を行うことができました。来年の20歳のつどいは、令和8年1月11日(日)の開催を予定しています。☎市民協働課協働係 ☎042-497-1803



当日の様子



マーマレードの品評会で入賞した
増田布美子さんの表敬訪問を受けました



マーマレードの腕を競う品評会の日本大会である「第6回ダールメインWorldマーマレードアワード&フェスティバルin Japan」で、清瀬市の増田布美子さん(中清戸)がアマチュアの部で金賞を受賞され、2月6日に表敬訪問をしていただきました。増田さんは受賞をきっかけに起業され、マーマレードの販売を開始されます。おめでとう



増田さんご夫妻と瀬谷市長

ございます。
☎産業振興課農政係
☎042-497-2052



2024きよせの環境・川まつり
「川柳コンテスト」の入選作品を発表！



「2024きよせの環境・川まつり」の「川柳コンテスト」で投句いただいた作品から、きよせ川柳会の審査により、入選作品が決定しましたので、発表します。たくさんのご応募ありがとうございました。



今回の秀作及び過去の入選作品は右記QRコードか 詳しくはこちら
らご確認ください。

☎きよせの環境・川まつり実行委員会事務局(環境課環境政策係)
☎042-497-2099

【テーマ】環境、自然、生き物、川など身近なもの・ことについて

◆入選作品(敬称略)

【市内小学1～3年生の部】

- ・金賞：きらきらとそとかがやくほたるたち(清瀬小2年 三浦唯)
- ・銀賞：大切な自然環境たもうよ(清瀬小3年 とまつみさき)
- ・銅賞：おんだんかすすむげんいんなくそうよ(清瀬小10年 橋本悠陽)

【市内小学生の部(4～6年生)】

- ・金賞：夏の夜の天に広がる夜の花(清瀬六小4年 高石恵多)
- ・銀賞：夏のくれ父とお散歩夕涼み(清瀬十小4年 小寺香澄)
- ・銅賞：柳瀬川魚も鳥もにっこにこ(清瀬四小5年 戸田りゅう心)

【一般の部】

- ・天：暑過ぎて地球が泣いてにわか雨(森泰隆)
- ・地：風鈴か川のせせらぎ解熱剤(三塚美優)
- ・人：川まつり川面の子らに清瀬愛(匿名希望)



市内の住宅工事事業者(職人さん)を紹介します

「家屋を修繕したいが、どこに頼んだらいいかわからない」「浴室が傷んでいるので見積もりが欲しい」など、住宅の修理・改築を考えている方はいませんか。「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

ています。協力会には大工・土木・屋根・瓦・水道・電気・畳・左官・建具・ふすま・ブロック・造園など、さまざまな工事に携わる職人さんがいます。ぜひご利用ください。☎産業振興課商工係 ☎042-497-3187



申込み
フォーム

令和7年度会計年度任用職員(専門職)を募集

【試験日・内容】書類選考後、4月9日(水)に個人面接を実施予定。募集要項や申込方法など詳しくは市ホームページをご確認ください。☎未来創造課人材育成係 ☎042-497-1843

職種	募集人数
消費生活相談員、給食調理等作業員、清掃作業員	各1名
作業員、保育士	若干名

詳しくは
こちら



平和祈念フェスタin清瀬



清瀬市平和祈念展等実行委員会は、戦争の悲惨さや平和の尊さを伝えていくために、下記の日程で展示会と講演会を開催します。この機会に平和について考えてみませんか。

◆展示会

①2月28日(金)～3月9日(日)
②3月4日(火)～17日(月)

☎①クリアギャラリー

②市役所本庁舎

☎東京大空襲、大和田通信所、清瀬と戦争に関するパネルなど



詳しくは
こちら

◆講演会

☎3月15日(土)午後1時30分～(開場＝午後1時)

☎アミュールホール

【講演会の内容】

- ・演奏：市民活動団体「コカリナ」(6曲程度)
- ・朗読：市民活動団体「フレディ」、演題『さがしています』(作者：アーサー・ビナード氏)
- ・講演：詩人・絵本作家 アーサー・ビナード、演題『知らなかった、ぼくらの戦争』

☎無料 ☎市民協働課協働係
☎042-497-1803

今月の
納期

◆国民健康保険税(第9期) ◆後期高齢者医療保険料(第9期) ◆介護保険料(第9期)
3月31日(月)までに納めてください。

3月1日(土)～7日(金)は子ども予防接種週間

子ども予防接種週間の実施医療機関及び日程などの詳細は、右記QRコードよりご確認ください。お電話で事前にご予約ください。

なお、ワクチンの種類によっては入荷状況により接種できない場合があります。4月からの入園・入学に備えて、接種漏れのないようお気をつけください。休日にも実施している医療機関がありますので、接種期限の

迫っている方はこの機会にぜひ接種をご検討ください。

また、麻しん風しん第2期の接種対象者(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)は、令和7年3月31日まで公費(無料)で接種できますが、それ以降は全額自費での接種となりますのでご注意ください。☎子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077



詳しくはこちら

ご注意ください！带状疱疹ワクチンの定期接種が始まり、任意接種への助成が段階的に終了します

65歳以上の方(現在64歳で令和7年度に65歳になる方を含む)

4月から带状疱疹の定期接種が始まり、現在行っている任意接種への助成は令和7年3月末日で終了します。

【令和7年度の定期接種対象者】

令和7年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の誕生日を迎える方と、100歳以上の方。対象者には3月末に接種券を発送します(過去に市の助成を利用し带状疱疹ワクチンの接種を受けた方を除く)。

【令和7年度の定期接種の対象でない方】

令和8年度以降、順番に対象者となりますが、接種をお急ぎの方は任意接種の助成を行っている令和7年3月末日までに接種を受けてください。2回セットの接種を受ける方は、特例として令和7年3月末日までに、1回目の接種を完了した場合に限り、2回目も4月以降となった場合も償還払いの方法で助成します。

50歳～64歳の方

令和7年度に限り、任意接種費用への一部助成を償還払いの方法で継続します。

☎健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075



詳しくはこちら

子宮頸がん(HPV)ワクチンの公費接種期間が再度延長されます！

子宮頸がん(HPV)ワクチンの公費接種期間が令和8年3月31日まで延長されます。接種の前に必ず右記QRコードをご確認ください。

◆接種にかかる詳細

☑以下の条件にすべてに当てはまる方。

- ①清瀬市に住民登録がある
- ②平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性
- ③令和4年4月1日～令和7年3月31日までの間にHPVワクチンを1回以上接種済み

※未接種の方も、令和7年3月31日までに接種を開始すれば、令和8年3月31日まで残りの回

数分を無料(公費)で接種できます。

【接種期限】

令和8年3月31日まで

【接種回数】

1回または2回

☑市の予診票、母子健康手帳

※予診票は発送済みです。令和4年度以前に発送済みの予診票もご利用いただけます。

※紛失・転入などにより予診票がお手元ない方は、母子健康手帳をお持ちのうえ、窓口へお越しください。再発行します。

☎子育て支援課母子保健係

☎042-497-2077



詳しくはこちら

清瀬市物価高騰対策支援給付金について

物価高騰による負担増を踏まえ、対象世帯に給付金を支給します。

【対象者】令和6年12月13日(基準日)時点で清瀬市に住民登録があり、世帯全員の令和6年度住民税均等割が非課税の世帯(住民税均等割課税者の被扶養者のみで構成される世帯を除く)

【支給額】1世帯あたり3万円(平成18年4月2日以降に生まれた子を扶養している世帯は、子ども1人当たり2万円を別途支給)

【給付日程】

世帯区分	予定	手続
過去に物価高騰対策の給付金を市から受け取り、世帯主等に変更が無い世帯	3月上旬に振込予定通知書を発送。3月末より順次振込	辞退等の申出がなければ手続き不要
上記以外の世帯	3月下旬に確認書を発送	確認書を返送またはオンライン申請

※令和6年1月2日以降に他自治体から転入してきた方がいる世帯には、確認書等が届かないことがあります。4月中旬になっても届かない場合は下記までお問い合わせください。

☎清瀬市給付金コールセンター ☎0120-003-691(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

消費生活相談の現場から

賃貸住宅退去時のトラブル回避は入居時の確認がカギ！



【事例】1年間住んだ賃貸住宅を退去するにあたり、管理会社に立ち会いを求めたが「確認には長時間かかるため、借主同席での確認作業は行っていない」と断られた。退去後、入居時点で既に損傷があった網戸とクロス。張替え費用を請求され困惑した。管理会社に対し、網戸とクロス。の損傷は入居当初からあったものだと言ったが、証拠がないと言われ、認められなかった。退去時の立会いもなく、こちらの責任ではないことを証明することができない。請求通りに支払わないといけなのか。

【アドバイス】賃貸住宅の「原状回復」とは借主の故意や過失によって生じた傷や損傷などを元に戻すことを言います。よって、入居時に既に存在していた損傷はもとより、経年劣化や普通に使っていたにもかかわらず生じた傷などの修繕費用を負担する必要はありません。またこの事例では、借主は自分が損傷などを生じさせていないことを証明する必要は無く、修繕

費用を請求する貸主側が「借主が入居中に生じさせた損傷であること」を示す必要があると考えられます。賃貸借契約は長期間にわたることも多く、当事者の記憶があいまいになってしまうこともトラブルの一因です。原状回復に関するトラブルを防ぐためには、住み始める時から退去時のことを考えて備えることが大切です。入居時・退去時はできる限り貸主と一緒に、チェックリストなどを用いながら、物件の状態を確認しましょう。特に入居時には、入居前からあった傷や汚れ等の写真を撮り、双方で確認した内容をメモに残しておくことで退去時のトラブル防止につながります。賃貸住宅のトラブルでお困りの際は消費生活センターにご相談ください。

☎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



2025年は清瀬市市制施行55周年

第3回 清瀬市役所について

今回は清瀬市役所の歴史について紹介します。現在の市役所庁舎は、清瀬市にとって三代目の庁舎となります。初代の庁舎は清瀬村時代である昭和3年に建設された村役場を引き継ぎ、面積は440平方メートル・カワラバきの木造2階建てでした。清瀬駅から徒歩20分、清瀬町のほぼ中央に位置し、公共交通機関の利便上、昭和45年の市制施行後も移転しませんでした。

その後、都心部のベッタウンとして市が発展していきにつれ、人口が増加していきました。窓口混雑の解消に加え建物の老朽化のため、昭和46年～48年にかけて初代市役所庁舎の北側に二代目市役所庁舎を建設しました。庁舎の面積は約5000平方メートル・鉄筋コンクリート造りの地下1階、地上4階建てで、業務は昭和48年5月から開始しました。

その後、自然災害・バリアフリー対応のため、令和元年～3年にかけて三代目市役所庁舎を



清瀬市市制施行55周年について詳しくはこちら



昭和39年 町役場庁舎



昭和48年 二代目庁舎

建設しました。場所は二代目市役所庁舎の南東で、約1万平方メートル・地下1階、地上4階の建物です。令和3年5月に業務を開始した三代目市役所庁舎は、国指定重要有形民俗文化財「清瀬のうちおり」をイメージした外装が特徴です。清瀬らしさを象徴する市役所としてこれからも清瀬市とともに歴史を歩んでいきます。

コンビニ交付サービス手数料減額の延長

住民票などの証明書を取得する際、お近くのコンビニエンスストア等でマイナンバーカードを利用して証明書の取得ができます。今回、手数料を窓口比較で150円減額する措置を令和8年3月31日まで延長しました。

また、松山・野塩地域市民センターにもマルチコピー機が設置されており、コンビニと同様の手数料で証明書を取得できますので、ぜひご利用ください（一部コンビニと異なる部分もありますので、下記※をご確認ください）。

【利用可能時間】午前6時30分～午後11時（年末年始及びシステムメンテナンス時を除く）【利用できる方】利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの方で15歳以上の方（15歳未満の方、成年被後見人の方は利用できません） 市民課住民係 ☎042-497-2037

証明書の種類	手数料		詳細
住民票の写し（全部・一部）	市役所窓口での交付	300円	・本人及び同一世帯員の方の分のみ取得できます。 ・除住民票、改製原住民票は取得できません。 ・個人番号を記載することができます。
	コンビニ交付（令和8年3月31日まで）	150円	
	コンビニ交付（令和8年4月1日以降）	200円	
印鑑登録証明書	市役所窓口での交付	300円	・清瀬市で印鑑登録をしている方で本人のみ取得できます。
	コンビニ交付（令和8年3月31日まで）	150円	
	コンビニ交付（令和8年4月1日以降）	200円	
市民税・都民税課税（非課税）証明書	市役所窓口での交付	300円	・対象年度の賦課期日（1月1日）に清瀬市に住民登録があり、申告した方のみ取得できます。 ・現年度分、前年度分、前々年度分を取得できます（6月ごろに最新年度のものが更新されます）。
	コンビニ交付（令和8年3月31日まで）	150円	
	コンビニ交付（令和8年4月1日以降）	200円	
戸籍事項証明書（全部・個人）	市役所窓口での交付	450円	・本人及び同一戸籍に記載のある方の分のみ取得できます（除籍、改製原戸籍を除く）。
	コンビニ交付（令和8年3月31日まで）	300円	
	コンビニ交付（令和8年4月1日以降）	350円	
戸籍の附票の写し（全部・一部）	市役所窓口での交付	300円	・本人及び同一戸籍に記載のある方の分のみ取得できます（除籍、改製原戸籍を除く）。
	コンビニ交付（令和8年3月31日まで）	150円	
	コンビニ交付（令和8年4月1日以降）	200円	

※住民票、印鑑登録証明書、税証明書は清瀬市に住民登録のある方に限ります。死亡者や転出者の証明書は発行できません。
※戸籍事項証明書及び戸籍の附票の写しは清瀬市に本籍のある方に限ります（松山・野塩地域市民センターに設置しているマルチコピー機で取得する場合は清瀬市に本籍があり、かつ住民登録がある方が対象となります）。他の自治体に本籍のある方は、該当の自治体にお問い合わせください。
※戸籍の届出をされた方については、反映に時間がかかるため、すぐに取得できない場合があります。
※公的年金等の手続きで、交付手数料が免除される証明書を取得される場合、市民課の窓口までお越しください。
※松山・野塩地域市民センターに設置しているマルチコピー機での交付も減額の対象です（利用時間：午前9時～午後10時。月曜日は休館のためご利用できません）。



自転車は原則、車道を走行しましょう

道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられており、歩道と車道の区別のあるところは車道通行が原則です（ただし、13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な方を除く）。
警視庁では、自転車の危険運転の罰則強化等の社会情勢を鑑み、自転車の車道通行の原則を明確化するため、「普通自転車歩道通行可」の交通規制標識を、

順次、撤去しています。
市でも、けやき通り等において「普通自転車歩道通行可」の標識が撤去されていますので、自転車を運転する際は、原則、車道の左側を通行するようご理解のほどよろしくお願いします。
東村山警察署 ☎042-393-0110、道路交通課道路交通係 ☎042-497-2096

3月1日(土)～3月7日(金)は「令和7年春の火災予防運動」



令和6年中、東京消防庁管内で発生した火災による死者は94人、清瀬消防署管内は0人でした。そのうち住宅火災による死者は昨年より15人増えて82人で、7割以上が高齢者（65歳以上）です。出火原因の1位はたばこです。火種が残ったままのたばこをごみ箱に捨てるとごみくずに着火したり、寝たばこにより火種が布団などに落下して、火災に至る場合があります。たばこを捨てる時は水で確実に消火してから捨てる、絶対に寝たばこをしないことを徹底してください。 清瀬消防署 ☎042-491-0119

住宅改修・マンション大規模修繕に伴う固定資産税の減額

耐震・バリアフリー・省エネ改修を行った住宅または大規模修繕を行ったマンションは、工事が完了した年の翌年度から一定期間、家屋にかかる固定資産税額が減額されます。減額申請は、施工完了日から3か月以内

に行う必要があるの
でご注意ください。種別ごとに複数の条件がありますので、詳しくは市ホームページをご確認ください。 課税課固定資産税係 ☎042-497-2042



詳しくはこちら

種別	対象家屋	工事期間	減額期間	減額割合
耐震改修	昭和57年1月1日以前から市内に所在する住宅	令和8年3月31日まで	1～2年度分	2分の1～3分の2
バリアフリー改修	新築された日から10年以上経過しており、高齢者、障害者等が居住している市内の住宅	令和8年3月31日まで	1年度分	3分の1
省エネ改修	平成26年4月1日以前から市内に所在する住宅	令和8年3月31日まで	1年度分	3分の1～3分の2
その他	政府の補助（総務省令で定めるもの）を受けて耐震改修が行われた市内の家屋	令和8年3月31日まで	2年度分	原則2分の1
マンション大規模修繕	築20年以上で、長寿命化に資する大規模修繕工事を行い、一定の要件を満たした市内のマンション	令和7年3月31日まで	1年度分	3分の1

こころといのちの講演会

◆妊娠・出産とメンタルヘルス～母と子の笑顔を守るために～
日3月15日(土)午前10時30分～11時45分
【実施方法】無料オンライン配信ツールによりライブ配信にて開催
都内在住、在勤または在学の方
産婦人科医 相良洋子氏（公益社団法人日本産婦人科医会常務理事／昭和大学客員教授）
※申し込み方法など詳細は右記リンクをご覧ください。
東京都保健医療局保健政策部健康推進課自殺総合対策担当 ☎03-5320-4310



詳しくはこちら

お引っ越しの際は、住所の異動手続きを忘れずに！

入学・就職・転勤などによる引っ越しで、住所を異動された方は、忘れずに住民票の異動手続きを行いましょう。住民票の異動届（転出届・転入届・転居届など）は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などの行政サービスにつながる大切な手続きです。
市民課住民係 ☎042-497-2037

署名用電子証明書・利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを通じて転出届のオンライン申請ができます。詳しくはデジタル庁ホームページをご確認ください。



詳しくはこちら

他の市区町村に引っ越しをされる場合

引っ越し前の市区町村（引っ越し前に）転出届を提出して、転出証明書を受け取る

引っ越し先の市区町村（引っ越しをした日から14日以内に）転出証明書を添えて、窓口で転入届を提出

清瀬市内で引っ越しをされる場合

清瀬市（引っ越しをした日から14日以内に）窓口で転居届を提出

マイナンバーカードなどの変更もお忘れなく！

「マイナンバーカード」、「住民基本台帳カード」の住所変更も忘れずに行いましょう。これらのカードの住所は、最新のものにする必要があります。住民票の異動手続きの際に新住所を記載しますので、暗証番号を確認のうえ、市役所へカードをお持ちください。
※届出の際には本人確認のできる書類などが必要です。詳しくはお問い合わせください。
※住民基本台帳法により、住所などに変更があった場合は14日以内に届出をすることが義務付けられています。正当な理由なく住民票の異動の届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。

催し・イベント

みんなで育てよう清瀬の水辺

空堀川河川内のゴミ拾いなどの清掃作業を行います。雨天中止。
日3月16日**日**午前9時～11時30分 **場**梅坂橋 **持**汚れてもよい服、長靴、タオル、飲み物、必要な人はマスク **【主催】**川づくり・清瀬の会事務局 **問**水と緑と公園課緑政係 ☎042-497-3267

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**3月26日**水**午前10時～正午 **場**コミュニティプラザひまわり **申**電話できよせ権利擁護センターあいねっと ☎042-495-5573へ

空き家と相続の無料個別相談会

空き家の適正管理や相続の方法などについて専門の相談員が無料で相談に応じます。先着10組(1組45分、事前予約優先)。**日**3月27日**木**午前10時～午後3時45分 **場**市役所本庁舎 **申**電話でNPO法人空家・空地管理センター(市の連携協力法人) ☎0120-336-366へ

個別無料税務相談会

税の相談にお答えします。**場**東京税理士会東村山支部(東村山市本町1-20-27) **期**4月～12月の水曜日(月2～3回)。いずれも午前10時～午後4時 **申**上記QRコードから東京税理士会東村山支部 ☎042-394-7038へ



詳しくはこちら

講座・講演会

災害ボランティアセミナー～清瀬でたすけあうヒント～

◆学ぼう！災害が起きたら自分ができること
 地域住民だからこそできる災害時のたすけあいや寄り添いの姿勢を学びます。**日**3月10日**月**午後2時～4時 **費**無料 **講**ジョージ防災研究所代表、防災アドバイザー 小野修平氏 **場**申電話または申込みフォームできよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ



申込みフォーム

外国人とのコミュニケーション、どうしてる？

◆「やさしい日本語」と「多言語変換アプリ」を体験しよう！
対中学生以上で市内在住・在勤・在学の方。先着30人 **日**3月23日**日**午後2時～(開場＝午後1時30分) **場**生涯学習センター **費**無料 **講**サステナブルタウン代表取締役 萩元直樹氏 **申**3月1日～メールで清瀬国際交流会・石井 kic.jptrainingcourse@gmail.comへ

子育て

ファミリー・サポートきよせふあみさぼサロン開催のお知らせ

地域で子育てを手伝いたい、手伝ってほしい方向けの相談会・説明会を開催！簡単手作りおもちゃも紹介！**日**3月18日**火**午前10時30分～午後0時30分 **場**市役所本庁舎 **問**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)

パパ＆ママのベビーマッサージ

マッサージしながら赤ちゃんとのスキンシップ！**対**赤ちゃんとその保護者の方 **日**3月23日**日**午後1時30分～3時30分 **場**ゆいゆい(梅園二丁目) **費**1,000円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可) **申**ホームページ内申込みフォーム、電話またはメールでNPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 ai@with-ai.netへ



詳しくはこちら

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(書類の記入が必要) **な**ため事前にお問い合わせください **日**説明会＝3月5日**水**、研修会＝3月10日**月**いずれも午後1時30分～ **場**問シルバー人材センター ☎042-494-0903



詳しくはこちら

公立学校のサポーター募集

市内の公立学校での活動を支援するサポーターを募集しています。資格や学校の活動経験のない方も登録可能です。**内**学習・教職員の事務・特別支援教育の支援、部活動支援、日本語指導他 **問**(公財)東京都教育支援機構 ☎0120-389-055



詳しくはこちら

健康・福祉

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**3月6日・13日・27日 いずれも木曜日午前10時～午後3時 **場**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



詳しくはこちら

健康測定会

血管年齢・血圧・体組成・脳年齢測定、物忘れ相談プログラム、

たばこや食生活相談などを行います。**対**①後期高齢者医療制度加入者②清瀬市国民健康保険加入者。各回先着30人 **日**①3月3日**月**・4日**火**②5日**水**いずれも午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分 **場**しあわせ未来センター **申**電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

健康ワンポイント

健診結果の確認、骨密度測定、指輪っかテスト、握力測定など。**対**清瀬市国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者。各回先着30人 **日**3月7日**金**・19日**水**いずれも午前9時～正午 **場**しあわせ未来センター **申**電話または直接窓口で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

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**3月11日**火**・25日**火**午後2時～4時(ラストオーダー＝午後3時30分) **場** 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



詳しくはこちら

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**3月18日**火**午後2時～3時30分 **場**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

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。**日**3月18日**火**午後1時30分～3時30分 **場**中里地域市民センター **費**無料 **持**動きやすい服装、マスク着用 **問**健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779

さわやか健康クラブ

新宿御苑で春の花を見ながら散策しませんか。先着35人(予約制)。**日**3月21日**金**受付＝午前8時40分～8時50分、雨天中止 **場**集合＝清瀬駅構内、解散＝新宿御苑内(新宿区内藤町) **費**参加費用＝200円、入苑料＝一般500円、65歳以上250円、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、年齢確認ができる証明書 **申**3月1日～6日午後3時までに健康推進課、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

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**3月26日**水**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**直接窓

口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

山本病院 市民講座

◆膝の痛い人集まれ お話しと膝のリハビリ体操

対どなたでも **日**3月26日**水**午後2時～3時 **費**無料 **講**岡田善史先生 **場**山本病院・飯田 ☎042-491-0706
 ※車送迎を希望する方はお早めにお電話でご相談ください。

清雅苑介護者サロン

◆ご家庭におけるリハビリについて

講義と茶話会をします。**対**介護をされているご家族。先着20人 **日**3月30日**日**午後2時～4時(開場＝午後1時40分) **費**無料 **講**理学療法士 笹森崇氏 **申**申込みフォームまたは電話できよせ清雅地域包括支援センターへ ☎042-495-1370へ



申込みフォーム

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】

●4月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、3月3日午前8時30分から3月17日まで受け付け。先着25枠。
 ●利用案内は、市ホームページまたはシティプロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。
問シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 [042-491-8600](mailto:kouhou@city.kiyose.lg.jp) kouhou@city.kiyose.lg.jp

第34回「レンズの詩」春季写真展

▶会員及び一般応募者が撮影した風景や花などの写真を展示します。3月18日**火**～23日**日**9時30分～16時30分(最終日は15時30分まで)、郷土博物館、無料、旭が丘写真クラブ・小松 ☎090-4740-4011

女声コーラス『清瀬コーロフィオーレ』コンサート2025▶

日本抒情歌、歌謡曲、アメリカ・イタリア民謡、テノール独唱他。3月29日**土**14時～(開場13時20分)、アミューホール、無料、清瀬コーロフィオーレ・藤木 ☎042-494-1302

清瀬焼陶芸会第19回作品展▶

清瀬焼陶芸会員(2002年設立)の手作りの作品を鑑賞頂けます。3月25日**火**～30日**日**10時～16時(初日は12時から)、郷土博物館、無料、清瀬焼陶芸会・萩原 ☎042-492-7778

ホースセラピー乗馬友の会(小学4年生～75歳の方)▶

馬とのふれあいから、乗馬まで。疲れた心、優しい馬が癒します。4月6日**日**・20日**日**10時30分～(1時間程度、現地集合)、シエナ乗馬クラブ(埼玉県狭山市笹井)、会費3,000円、乗馬友の会・米山 ☎080-5375-6997

ミックスダブルスオープン大会(ペア年齢合計別)▶

A110歳以下、B111歳～134歳、C135歳以上。ホームページ参照。4月6日**日**9時～(申込みは3月18日まで)、市民体育館、1ペア2,000円(連盟会員は1,600円)、清瀬市卓球連盟・田野 ☎090-6113-8677

その他

新しい清柳橋が開通します

清瀬市と所沢市を結ぶ新しい清柳橋は3月15日(土)正午に全線開通を予定しています。

開通に伴い、現在の清柳橋は通行止めとなるため、ご注意ください。
道路交通課整備係
☎042-497-2095



詳しくはこちら



橋の様子

軽自動車等の廃車・名義変更・住所変更は3月31日(月)まで

軽自動車税(種別割)は毎年4月1日時点で所有の方に課税されます。3月31日(月)までに手続きをしない場合は令和7年度の軽自動車税(種別割)が課されますので、必ず手続きを行ってください。

【手続き先】軽自動車(三輪・四輪)＝軽自動車検査協会 東京主管事務所多摩支所☎050-3816-3104、125cc超のバイク＝関東運輸局東京運輸支局 多摩自動車検査登録事務所☎050-5540-2033、原動機付自転車(1種、2種、ミニカー)、小型特殊自動車(農耕用、その他)＝課税課市民税係へ

課税課市民税係☎042-497-2040・2041

※個人売買や解体・回収業者への委託の場合、廃車・名義変更の手続きがされず課税されることがありますので、注意してください。

東村山税務署からのお知らせ

税務署窓口での国税の納付(納税証明交付請求書等の手数料の納付を含む)は、4月14日から下記の受付時間となります。

【受付時間】午前9時～午後3時
東村山税務署☎042-394-6811

多重債務110番

市内在住・在勤・在学の方
3月3日(月)・4日(火)午前10時～午後4時(正午から午後1時を除く)
【相談方法】直接窓口または電話
消費生活センター
☎042-495-6212(相談専用)

若者トラブル110番

市内在住・在勤・在学で29歳以下の契約当事者
3月10日(月)・11日(火)午前10時～午後4時(正午から午後1時を除く)
【相談方法】直接窓口または電話
消費生活センター
☎042-495-6212(相談専用)



きよせサロンレター最新版発行

市と社会福祉協議会が共同で作成している「きよせサロンレター」

の最新版を発行しました。市役所本庁舎や市内公共施設などで配布しています。茶話会や体操など人との交流を深められる「サロン」情報を多数紹介しています。活動状況は各団体へ直接問い合わせてください。

福祉総務課福祉総務係☎042-497-2056、社会福祉協議会☎042-495-5333

第26回スーパードッジボール大会 結果報告

2月8日にスーパードッジボール大会【小学3・4年生の部】が開催されました。各チームが健闘し、好試合が繰り広げられました。今回の大会もご参加をお待ちしています！
生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係☎042-497-1815

優勝	「7小ファイターズ」(清瀬七小)
準優勝	「3小トルネード」(清瀬三小)
第三位	「芝山ボーイズ」(芝山小) 「たくあん」(清瀬小)

※小学5・6年生の部は昨年7月に開催しました。



7小ファイターズ

多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館ホームページ

「運転席の車窓から 池袋駅～所沢駅」西武鉄道池袋線 池袋駅～飯能駅間 開業110周年記念

4月に西武鉄道池袋線、池袋駅～飯能駅間開業110周年を迎えることを記念し、池袋駅～所沢駅間の運転席から見た景色を、世界最大級のドームに映写します。電車の解説・星空の解説はありません。
どなたでも。先着234人
4月12日(土)午後5

時10分～6時
多摩六都科学館
観覧券付き入館券おとな1,040円、4歳～高校生420円
3月16日正午～ホームページ内申込みフォームで
多摩六都科学館☎042-469-6100
※3月の休館日：3日(月)・10日(月)・17日(月)・21日(金)・24日(月)

清瀬けやきホール

の催し物

①歌って健康！歌声サロン

懐かしい名曲をプロによる生演奏に合わせて歌ってみませんか。
3月19日(火)午後2時～4時(開場＝午後1時30分)
費1,500円(全席自由)
講師 杉山公章氏
当日券のみ、直接会場へ

②映画上映会「九十歳。何がめでたい。」

草笛光子生誕九十年記念映画を大ホールで上映します。
3月22日(土)午前10時30分～(開場＝午前10時)、午後2時～(開場＝午後1時30分)
費一般1,300円、友の会1,000円、障害者割引で本人・付き添い各1,000円、全席指定・未就学児入場不可
チケット発売中

③そうだじゅげむきこう(4月)

4月26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、小学生500円、全席自由
出演 春風亭一蔵、春風亭らいち
チケット発売中

④清瀬リコーダーフェスティバルVol.9

リコーダーの魅力たっぷりのフェスティバルです。
4月20日(日)【1】リレーコンサート＝午前11時～(開場＝午前10時45分)【2】メインコンサート＝午後2時～(開場＝午後1時30分)
費【1】無料【2】一般2,500円、友の会2,000円、ペア4,500円、シルバー(65歳以上・要証明)2,200円、学生500円、障害者割引でご本人・付添い各1,500円
出演 松浦孝成・浅井愛(リコーダー)、国枝俊太郎(フラウト・トラヴェルソ)、脇田美佳(チェンバロ)、譜久島譲(ヴィオラ・ダ・ガンバ)
メインコンサートチケット発売中

⑤講座「春のプレゼント用プリザーブドアレンジ」

季節のテーマで開催するフラワーアレンジメントのレッスン。各回先着10人。
3月29日(土)②4月19日(土)いずれも午前9時30分～11時30分
費①3,800円(花材代込み)②4,000円(花材代込み)
講師 福



清瀬けやきホールホームページ

井ひろ子氏
筆記用具、直線定規

⑥おけいこアロマ「癒しのハンドトリートメント」

先着10人。
3月12日(火)午後2時～3時30分
費1,800円
講師 西脇直子氏

⑦健康タオル体操

タオルを使ってできる簡単なストレッチ体操。各回先着14人。
日曜クラス＝3月3日・10日・24日、金曜クラス＝3月7日・14日・28日、いずれも午後2時～3時
費各日500円(初回参加日にまとめて支払い)
講師 岡崎彩音氏
薄くて軽いタオル(長さ75～90センチ)、ヨガマット(バスタオル可)、飲み物

⑧Let'sリトミック「わらべうたで遊ぼう！」

音楽をまじえながら楽しく遊びます。各クラス先着12組。
3月18日(火)ひよこクラス(一人でお座りできるころから1歳半ごろまで)午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半ごろから5歳まで)午前11時～11時40分
費1,500円
講師 小宮しのぶ氏
お子様の飲みもの、お持ちであれば名札

⑨赤ちゃんときんぐり遊び！

2カ月～ハイハイ前の赤ちゃん。先着8組
3月14日(金)10時30分～正午
費1,000円
講師 小宮しのぶ氏
大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲みもの、お持ちであれば授乳ケープ
申込みホームページ内申込みフォーム(③～⑥・⑧・⑨)または直接窓口、電話で清瀬けやきホール☎042-493-4011へ
※⑧・⑨はきよせ・チルドレンファーストチケットが使えます。

コミュニティプラザひまわり

の催し物

①ピクニックボールを楽しむ会

in KIYOSE
各回先着20人。
3月7日(金)午前9時30分～11時30分、15日(土)・18日(火)午後1時30分～3時30分、25日(火)午後6時30分～8時30分
費各回500円。



コミュニティプラザひまわりホームページ

保護者同伴の小学生は無料。パドルレンタル200円(受け付け＝30分前)

②手ごねパン教室(ぶどうパン作り)

作ったパンはお持ち帰りできます(試食あり)。先着16人。
4月15日(火)午前10時～午後0時30分
費2,500円(材料費込み)
講師 epi認定講師 高田妃出美氏
エプロン、三角巾、ふきん3枚、筆記用具

③発酵パワー学ぶ&造る「麹みそ造り」

先着20人。
3月22日(土)午前10時30分～午後0時30分
費3,000円(材料費・発酵ランチ付)
講師 発酵ライフ協会アドバイザー 高田妃出美氏
エプロン・三角巾・ふきん3枚

①・③は直接窓口または電話で、②は3月15日午前9時～ホームページ内申込みフォームまたは電話でコミュニティプラザひまわり☎042-495-5100へ

～きよせ100歳時代の催し物～

①無料パソコン教室(Windows11)

先着10人。
4月5日・12日・19日・26日(全4回)、いずれも土曜日午前10時～正午
基礎、Word、Excelなど

②無料スマホ教室

スマホが未経験・初級の方。各月先着10人
3月6日(木)、4月17日(木)いずれも午前10時～正午
基本操作、アプリなど

③倶楽部の無料体験(一人1回・予約制)

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～
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、パソコンなど

④無料ビリヤード教室(初めての方)

先着10人。予約制。
3月24日(月)午前10時～正午
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

◆松山地域市民センター

①ママと赤ちゃんが笑顔になる魔法のタッチオイルを使用したベビーマッサージ、

ふれあい遊びなど。

②首すわり～歩行前の赤ちゃん和妈妈。先着5組
3月14日(金)午前10時～11時30分
費1,500円
講師 助産師 高橋ひと美氏

②やさしいキャンドルづくり(桜)

先着5人。
3月15日(土)午前10時～11時30分
費1,500円
講師 うえだくみこ氏

③椅子を使った健康体操

歩く事を基本に椅子を使った運動で無理なく改善しましょう。先着10人。
4月3日(木)午前10時～10時40分
費500円
講師 田端千晃氏

④寺子屋色えんびつ

自分でも描けるんだと気づくための講座です。先着10人。
4月4日(金)午後1時30分～3時30分
費700円
講師 山川賢一郎氏

申込みフォーム、直接窓口または電話で松山地域市民センター☎042-491-5153へ

◆野塩地域市民センター

①清瀬学(春)

清瀬の早春の花々を観察し描いてみましょう！
松山・野塩地域市民センター
先着12人。
3月15日(土)申込みフォーム午前10時～正午
費500円
講師 森田善朗氏
ルーペ、双眼鏡(お持ちの方のみ)

②あなたのやりたい！応援セミナー

自分らしい道を一緒に探しましょう！先着25人
3月8日(土)午後1時30分～3時
費700円
講師 伊豫田美紀氏
筆記用具

③ドライフラワーアレンジメント

清瀬の花で季節のアレンジ作り体験！先着10人。
3月9日(日)午後1時30分～3時30分
費2,500円
講師 稲田正江氏
エプロンが汚れてもいい服、作品を持ち帰る用袋
申込みフォームまたは直接窓口、電話で野塩地域市民センター☎042-493-4014へ



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。

☎子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077



詳しくはこちら

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。	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
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）☑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	
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）	
4. 5・6歳児のむし歯予防教室 ☑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）	
5. ママの時間 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）	
6. 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。 ☑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）	
7. 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	
8. 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～	
9. 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。		



詳しくはこちら

10. 乳幼児発達健康診査（予約制） 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	
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。☑0歳～就学前のお子さんとその保護者 ☑①ころぼっくる（児童センター）、②元町（清瀬けやきホール）、③竹丘（竹丘地域市民センター）、④野塩（野塩地域市民センター）、⑤下宿（下宿地域市民センター）、⑥梅園（あいあいの家）、⑦K-net子育てひろば（男女共同参画センター）で実施。いずれも直接会場へ。☑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	

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（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＝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(火)～14日(金)、19日(火)～21日(金)・27日(火)・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(火)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	
〈笑トレで体力アップ〉	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（救急車を呼ぶが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冬の文化財散歩ー志木街道を歩いてみようー（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コ』（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

☎①～④いずれも郷土博物館☎042-493-8585



②申込みフォーム



④申込みフォーム

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。市民の皆さんからお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。

☎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	※緊急時は随時受け付け。必ず事前に電話してください。		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㈱デンソーウェブの登録商標です。