

4・5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コードからご確認ください。



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
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。	4月15日(火)・22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4月1日から。	4月16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	しあわせ未来センター
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。	4月11日(金)、5月16日(金) 午前9時30分～11時30分(30分ごと各2組)	しあわせ未来センター
4. スマイルベビーきよせプレマ準備クラス 助産師が母乳育児や出産に向けての相談を受け付けます。☑妊娠20週以降の妊婦さん。先着5人程度 ※予約制。保育あり(要予約。未就学児。先着2人)。	5月8日(木) 午後1時50分～3時20分(受付=午後1時30分～1時50分)	しあわせ未来センター
5. スマイルベビーきよせすくすく赤ちゃんクラス 助産師への授乳相談や、参加した方同士の交流があります。☑生後1か月～7か月未満の乳児とそのお母さん。プレマ準備クラスへ参加出来る方。先着5組程度。 ※予約制。※保育あり(要予約。未就学児。先着2人)。	5月8日(木) 午後1時50分～3時20分(受付=午後1時30分～1時50分)	しあわせ未来センター
6. ママの時間 ママ同士のお話でホッとできる場。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。	4月23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(受付=午前10時15分～10時30分)	しあわせ未来センター
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。☑参加日時時点で1歳2か月までの乳幼児とその保護者 ※予約制。対象者は事前にご案内を送付します。	4月18日(金) (詳しくは事前送付書類をご確認ください)	しあわせ未来センター
8. 計測相談会 お子さんの身体計測や個別相談ができます。☑生後2か月～3歳未満の乳幼児とその保護者 ※予約制。申込み4月1日から。	4月18日(金) (1歳児子育て相談会と併設)	しあわせ未来センター
9. 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	しあわせ未来センター
10. 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	しあわせ未来センター
11. 乳幼児健康診査(集団) ①3～4か月児健康診査 ②3歳児健康診査 ☑①令和6年12月生まれの乳児②令和4年3月生まれの幼児 ☑①4月15日(火)②4月22日(火) ※1歳6か月児健康診査(令和5年9月生まれの幼児)は5月に実施。 ※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。	4月15日(火)・22日(火)	しあわせ未来センター
12. 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	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	しあわせ未来センター

今月の健康づくり

対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。



詳しくはこちら

タイトル	日時	費用・持ち物
初回トレーニングサポート(トレーニング機器を初めて使用する方)	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分前に直接受付にお越しください。	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
30分エクササイズ	4月2日(水)～4日(金)・9日(水)～11日(金)・16日(水)～17日(木)・23日(水)～25日(金)・30日(水)各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※10日(水)・24日(水)・25日(金)は午前のみ。 ※11日(金)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〉	4月5日(土)・27日(日)午前10時～11時	
〈Let's筋トレ〉	4月6日(日)・19日(土)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	4月12日(土)・20日(日)午前10時～11時	
〈笑トレで体力アップ〉	4月13日(日)・26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自然観察会
郷土博物館の敷地内に生息する草花や昆虫、樹木などを観察します。春の生き物の息吹を感じましょう!(雨天時は室内で自然講座)
対中学生以上の方 ☑4月13日(日)午前10時～正午 場直問 郷土博物館
費無料 ☑郷土博物館友の会会員 森田善朗氏 特筆記用具
- ②学芸員と歩く けやき通り散策(予約制)
学芸員とケヤキロードギャラリーを歩きながら、作品や清瀬の歴史を説明します。一緒に清瀬の文化に触れてみませんか。対中学生以上の方。先着20人(電話10人、申込みフォーム10人) ☑4月26日(土)午前10時～正午 場直問 郷土博物館
学芸員 東野豊秋【集合・解散場所】清瀬駅北口 ☑4月1日～申込みフォームまたは電話で郷土博物館へ



②申込みフォーム

問いずれも郷土博物館 ☎042-493-8585

産後ケア事業

令和7年度より「産後ケア事業」のサービスの拡充と訪問(アウトリーチ)型の利用期間延長を行います。
対下記①～③すべてに該当する方。
①母子ともに清瀬市に住民登録がある方②家族からの育児等の援助が受けられない方③産後における心身の不調、育児不安のある方
【事業内容】身体的ケア、心理的ケア、保健指導及び栄養指導、適切な授乳を実施するためのケア及び指導(乳房ケアを含む)、育児の手技についての具体的な指導及び相談(沐浴の援助を含む)

サービス種類	利用期間	利用回数
宿泊(ショートステイ)型	産後4か月未満	1泊2日～3泊4日 ※1泊2日は2回まで、2泊3日または3泊4日は1回まで利用可。
通所(デイサービス)型	産後6か月未満	4回まで
訪問(アウトリーチ)型	産後1年未満	4回まで



詳しくはこちら

問子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077

妊婦のための支援給付

令和7年4月1日より、出産・子育て応援ギフトは妊婦のための支援給付に制度が変わります。



清瀬市に住民登録があり他の自治体で交付を受けていない方で下記要件を満たす方
【1回目の給付の方】
・令和7年4月1日以降、医師による胎児の心拍が確認された妊娠中の方
・出産応援ギフトの交付を受けていない方で、令和7年4月1日時点で妊娠中の方
【2回目の給付の方】
令和7年4月1日以降に出産した方
※令和7年3月31日以前に出産された方は対象外です。前制度の子育て応援ギフトの対象となります。

給付額 【1回目の給付の方】妊婦のための支援給付1回目の給付は50,000円
【2回目の給付の方】胎児の数×50,000円
※現金給付ではなくギフトカードによる交付を選ぶこともできます。

申請方法など詳しくは市ホームページをご確認ください。

詳しくはこちら



問子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077

4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。

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～11時30分受付 午後1時～午後4時30分受付
6日	宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	笹原歯科医院 中里5-2-8 ☎042-492-6688
13日	中島医院 元町1-3-45 ☎042-495-6727	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	キートス歯科医院 松山2-8-24 ☎042-497-2111
20日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎042-493-2727		筒井歯科医院 中里3-77-12 ☎042-493-4180
27日	清瀬旭が丘団地クリニック 旭が丘2-5-4-6 ☎042-459-5557	※緊急時は随時受け付け。必ず事前に電話してください。	畑歯科医院 竹丘2-14-9 ☎042-493-8241
29日	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 ☎042-410-0001		清瀬デンタルクリニック 下宿1-124-1 ☎042-495-1489

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。