



令和7年度 敬老記念事業

問 福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056

市長からのあいさつ

9月15日の敬老の日を迎えるにあたり、長きにわたり社会や地域に貢献され、清瀬市の発展にご尽力されてきた皆様方に心より感謝と敬意を表しますとともに、ご長寿のお祝いを申し上げます。

清瀬市では、9月15日から10月31日までの期間において、シニアクラブ連合会、社会福祉協議会、サロン団体および商工会の協力により、敬老記念事業を実施いたします。これからも皆様が住み慣れた地域の中で、安心して暮らし続けられますよう、清瀬市に暮らして良かったと思えるようなまちづくりをめざしてまいりますので、今後とも皆様のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

今後も、皆様が健康で、笑顔あふれる日々を過ごされることを心よりお祈り申し上げます。



清瀬市長 澁谷 桂司

敬老祝金を支給

市は敬老の日之际し、長寿を祝うとともに長年にわたる社会貢献に感謝し、対象の方に敬老祝金を支給しています。対象者と支給額は下表のとおりです。

なお、支給を受けられるのは令和7年8月1日時点で清瀬市に住民登録があり、支給日に引き続き市内に居住している方に限ります。支給対象の方には既に申請書類を郵送しています。

【申請方法】

申請書と対象者本人の口座確認書類を返信用封筒に入れ、返送してください。

【申請締切日】令和8年2月27日(金) (必着)

対象者と支給額

年齢	生まれた年	支給額
88歳	昭和12年	5,000円
100歳	大正14年	30,000円
101歳以上	大正13年以前	10,000円

65歳以上の方に配布します！

「きよせニンニンポイントアプリ」クーポン

きよせニンニンポイントアプリにて、市内のお店で使えるお得なクーポンを配布します。スマートフォンをお持ちの方は、この機会にぜひご利用ください！対象店舗は、市のホームページ、市内公共施設や対象店舗に設置されたチラシをご覧ください。☑市内在住の65歳以上の方でアプリが使える方(クーポン利用日時点)

【配布期間】9月15日(月) (敬老の日) ~ 10月31日(金)



詳しくはこちら

敬老・芸能大会を開催

清瀬市主催の敬老大会式典とシニアクラブ連合会主催の芸能大会を合同開催します。来場者記念品はありません。

☑市内在住のおおむね60歳以上の方(予約不要)

日 10月17日(金) 午前10時~ (開場=午前9時30分)

場 清瀬けやきホール 費 無料



昨年度の様子

地域のサロンへ出かけてみませんか？

市内には、地域住民の交流の場となるさまざまなサロンがあります。より多くの皆様に知っていただき、外出・出会いの機会を創出するため、社会福祉協議会と市内サロンで高齢者向けにイベントを実施します。詳細は、9月中旬ごろに社会福祉協議会のホームページ、市内公共施設等に設置されたチラシ等をご覧ください。

【イベント期間】9月24日(水)~10月23日(水)

☑市内在住の65歳以上の方

問 社会福祉協議会 ☎042-495-5333



市ホームページ



社会福祉協議会ホームページ

国勢調査が始まります！



国勢調査2025 キャンペーンサイト



国勢調査について (市ホームページ)

日本に住むすべての人と世帯を対象とした、最も重要な統計調査が始まります。9月上旬より、調査員が地域の確認のため市内をまわります。また、9月下旬より調査員が各世帯へお伺いし、調査票を配布します。調査についての詳細は、9月15日号の市報に掲載します。

問 総務課総務係 ☎042-497-2032

いざ、国勢調査！

インターネットでかんたん便利に！



ボクも対象？！



国勢調査 2025

調査期日 2025年10月1日

国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください！

国勢調査では、**金銭を要求することはありません**。また、**銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号をお聞きすることはありません**。国勢調査をよそおった不審な訪問者や、不審な電話・電子メール・ウェブサイトなどにご注意ください。不審に思った際には、速やかに総務課総務係にお知らせください。

調査員は以下のものを身につけています



調査員が持ち歩く手さげ袋(見本)



調査員が身につけている「国勢調査員証」(見本)



調査員は、その身分を証明する「国勢調査員証」を携帯しています。

ひとりで悩んでいませんか?話してみよう 糸口見つかるから

こころの悩みなどについての特別電話相談～生きているのがつらいときなど、相談できる窓口があります～

◆こころの悩みなどの相談

Table with 4 columns: 種類, 電話番号, 相談日時, 実施機関. Lists various mental health support services including free dialer consultations, listening lines, and suicide prevention hotlines.

9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～

ストレスのサインに早めに気づき、つらさを1人で抱え込まないように家族や友人、相談窓口を活用して話してみましょう。

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

自分や大切な人のこころの不調に気づいたときにできること～学生向け自殺対策動画～



詳しくはこちら

◆自死遺族のための電話相談

Table with 4 columns: 種類, 電話番号, 相談日時, 実施機関. Lists support services for bereaved families, including listening lines and dialer consultations.

臨床心理士による こころの健康電話相談

臨床心理士が解決のための糸口を一緒に考えていきます。相談時間は30分以内です。

【日時】 9月24日、10月22日、11月26日、12月24日、令和8年1月28日、2月25日、3月25日いずれも水曜日の午後1時30分～4時30分、午後6時～8時45分

【電話番号】 ☎042-494-0388 (通話料がかかります)

「こころの体温計」でこころの健康状態をチェックしましょう

「こころの体温計(メンタルチェックシステム)」は、気軽にこころの状態をチェックできるシステムです。



「こころの体温計」はこちらから

【利用方法】 右記QRコードまたは市ホームページから 【注意事項】 「こころの体温計」の判定は医学的診断をするものではなく、あくまでもストレスの程度やこころの健康に関心をもっていただくためのものです。

自殺対策街頭キャンペーン

市は、東京都・自殺対策関連団体・西武鉄道(株)と連携し、「自殺対策街頭キャンペーン」を実施します。



定額減税補足給付金(不足額給付)給付事業

令和6年に実施された定額減税及び当初調整給付について、不足が生じた方に不足額給付を行います。



詳しくはこちら

※その他対象となる方がいますので、詳しくは下記をご確認ください。

【対象】 令和7年1月1日時点で清瀬市にお住まいの方で、下記の不足額給付1または不足額給付2に該当する方

【不足額給付1】

令和6年分所得税及び定額減税の実績が確定し、本来給付すべき所要額と当初調整給付額を比較した結果、支給金額に不足が生じた方。

【不足額給付2】

本人及び扶養親族等として定額減税対象外であり、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった方

[1]令和6年分所得税及び令和6年度分個人住民税所得割ともに定額減税前税額が0円の方

[2]税制度上「扶養親族等」から外れてしまう(青色事業専従者・事業専従者(白色)、合計所得金額48万円超等)方

[3]低所得世帯向け給付(令和5年非課税給付等、令和6年非課税化給付等)対象世帯の世帯主・世帯員に該当していない方

【給付額】 1万円～(不足額合計を1万円単位に切り上げて支給)

◆給付までの流れ

①申請手続き不要なケース(プッシュ式)

不足額給付1のプッシュ式の方には、支給のおしらせを7月25日付で送付し、8月27日に振り込みました。

②確認書が届き、確認書の返送が必要なケース(確認書対応)

不足額給付1の対象となる方で、主に口座情報等の登録がない方には確認書を8月1日付で送付いたしましたので、必要書類を添えて返

送してください。振込は不備のない確認書を市が受理した日から約1ヶ月後が目安となります。

③市から書類が届かず、ご自身で申請が必要なケース

下記[1]または[2]に該当する方は、申請書を市ホームページからダウンロードするか給付金コールセンターに依頼をしていただき、申請手続きをしてください。

[1]不足額給付1に該当するものの、令和6年1月1日時点は海外に居住していた方または、令和6年1月2日以降他の自治体から転入した方で、当初調整給付金の受給情報等を当市で確認できない方

[2]不足額給付2に該当する方

※審査には、お時間をいただきます。お早めに申請してください。

【申請】 10月31日(必着)までに確認書・申請書を提出

【問い合わせ】 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)

※お問い合わせ内容によっては、折り返し対応となるため、回答までに時間を要しますのであらかじめご了承ください。

※【給付までの流れ】 ③に関するお問い合わせの際は、ご自身の市・都民税納税通知書または特別徴収税額決定通知書をご用意ください(窓口の場合は、上記に加えて必ず本人確認書類をご用意ください)。

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎9月24日(水)・25日(木)午後8時まで ■日曜納税・納税相談 ☎9月28日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎9月13日(土)午前9時～正午 場いずれも市役所徴収課窓口 ☎徴収課徴収係 ☎042-497-2045

10月1日(水)から「きよバス」のダイヤ改正を実施します



運転士不足への対応を図り「きよバス」を今後も継続して運行するために、ダイヤ改正を実施します。**新ダイヤでの運行は、10月1日(水)から開始します。**新ダイヤは**平日及び土・日曜日、祝日のすべてで共通**です。新時刻表は右記QRコード内ホームページでもご覧いただけます。詳しくはこちら(9月1日~公開)

ダイヤ改正に伴い、ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。**問**道路課道路係 ☎042-497-2090

停留所名	經由 志木街道	經由 緑蔭通り						
清瀬駅北口	8:30	9:30	10:30	11:30	13:30	14:30	15:30	16:30
清瀬郵便局	8:32	9:32	10:32	11:32	13:32	14:32	15:32	16:32
元町二丁目	8:33	9:33	10:33	11:33	13:33	14:33	15:33	16:33
芝山小学校東	8:33	9:33	10:33	11:33	13:33	14:33	15:33	16:33
中里一丁目	8:35	9:35	10:35	11:35	13:35	14:35	15:35	16:35
第四中学校東	8:36	9:36	10:36	11:36	13:36	14:36	15:36	16:36
第四小学校西	8:37	9:37	10:37	11:37	13:37	14:37	15:37	16:37
明治薬科大学	8:39	9:39	10:39	11:39	13:39	14:39	15:39	16:39
野塩団地	8:45	9:45	10:45	11:45	13:45	14:45	15:45	16:45
野塩市民センター南	8:46	9:46	10:46	11:46	13:46	14:46	15:46	16:46
秋津駅北口	8:51	9:51	10:51	11:51	13:51	14:51	15:51	16:51
野塩市民センター南	8:52	9:52	10:52	11:52	13:52	14:52	15:52	16:52
野塩郵便局東	8:53	9:53	10:53	11:53	13:53	14:53	15:53	16:53
野塩四丁目	8:54	9:54	10:54	11:54	13:54	14:54	15:54	16:54
信愛病院	8:55	↓	10:55	↓	13:55	↓	15:55	↓
第二中学校北	8:56	↓	10:56	↓	13:56	↓	15:56	↓
中央公園	8:57	↓	10:57	↓	13:57	↓	15:57	↓
東星学園	↓	9:55	↓	11:55	↓	14:55	↓	16:55
バトレホーム	↓	9:56	↓	11:56	↓	14:56	↓	16:56
梅園三丁目	↓	9:57	↓	11:57	↓	14:57	↓	16:57
上宮病院	↓	9:58	↓	11:58	↓	14:58	↓	16:58
喜望園・療護園	↓	9:59	↓	11:59	↓	14:59	↓	16:59
社会事業大学	↓	10:00	↓	12:00	↓	15:00	↓	17:00
第七小学校西	↓	10:01	↓	12:01	↓	15:01	↓	17:01
第三小学校北	↓	10:02	↓	12:02	↓	15:02	↓	17:02
梅園	↓	10:03	↓	12:03	↓	15:03	↓	17:03
複十字病院	↓	10:03	↓	12:03	↓	15:03	↓	17:03
松山市民センター	8:58	10:04	10:58	12:04	13:58	15:04	15:58	17:04
松山二丁目	8:59	10:05	10:59	12:05	13:59	15:05	15:59	17:05

停留所名	經由 志木街道	經由 緑蔭通り						
清瀬駅南口	9:20	10:20	11:20	12:20	14:20	15:20	16:20	17:20
松山二丁目	9:21	10:21	11:21	12:21	14:21	15:21	16:21	17:21
松山市民センター	9:22	10:22	11:22	12:22	14:22	15:22	16:22	17:22
中央公園	9:23	↓	11:23	↓	14:23	↓	16:23	↓
第二中学校北	9:24	↓	11:24	↓	14:24	↓	16:24	↓
信愛病院	9:25	↓	11:25	↓	14:25	↓	16:25	↓
複十字病院	↓	10:23	↓	12:23	↓	15:23	↓	17:23
梅園	↓	10:23	↓	12:23	↓	15:23	↓	17:23
第三小学校北	↓	10:24	↓	12:24	↓	15:24	↓	17:24
第七小学校西	↓	10:25	↓	12:25	↓	15:25	↓	17:25
社会事業大学	↓	10:26	↓	12:26	↓	15:26	↓	17:26
喜望園・療護園	↓	10:27	↓	12:27	↓	15:27	↓	17:27
上宮病院	↓	10:28	↓	12:28	↓	15:28	↓	17:28
梅園三丁目	↓	10:29	↓	12:29	↓	15:29	↓	17:29
バトレホーム	↓	10:30	↓	12:30	↓	15:30	↓	17:30
東星学園	↓	10:32	↓	12:32	↓	15:32	↓	17:32
野塩四丁目	9:26	10:33	11:26	12:33	14:26	15:33	16:26	17:33
野塩郵便局東	9:27	10:34	11:27	12:34	14:27	15:34	16:27	17:34
野塩市民センター南	9:28	10:35	11:28	12:35	14:28	15:35	16:28	17:35
秋津駅北口	9:35	10:42	11:35	12:42	14:35	15:42	16:35	17:42
野塩市民センター南	9:36	10:43	11:36	12:43	14:36	15:43	16:36	17:43
野塩団地	9:41	10:48	11:41	12:48	14:41	15:48	16:41	17:48
明治薬科大学	9:43	10:50	11:43	12:50	14:43	15:50	16:43	17:50
第四小学校西	9:44	10:51	11:44	12:51	14:44	15:51	16:44	17:51
第四中学校東	9:45	10:52	11:45	12:52	14:45	15:52	16:45	17:52
中里一丁目	9:46	10:53	11:46	12:53	14:46	15:53	16:46	17:53
芝山小学校東	9:47	10:54	11:47	12:54	14:47	15:54	16:47	17:54
元町二丁目	9:48	10:55	11:48	12:55	14:48	15:55	16:48	17:55
清瀬郵便局	9:49	10:56	11:49	12:56	14:49	15:56	16:49	17:56
けやきホール	9:50	10:57	11:50	12:57	14:50	15:57	16:50	17:57

中森明菜さんときよはちコラボセットを市民の方に限定販売します!



清瀬市出身のアーティストである中森明菜さんがデザインしたカップ、メッセージカード、市役所屋上で実施している養蜂事業で採れた純度100%のはちみつ「きよはち」などのコラボセットを、市民の皆さん限定で購入申込みの受付を開始します。



詳しくはこちら

受け取り方法などは当選者のみに別途お知らせします。

【数量】90セット(限定)

【価格】30,000円

申9月12日(金)までに上記申込みフォームからお申し込みください(応募者多数の場合は抽選)。

問シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808



コラボセットイメージ(一部)

清瀬産コーン・にんじん入りキーマカレーまん「清瀬まん」市内セブンイレブンなどで販売を開始します!

昨年度大好評につき完売した「清瀬まん」。マイルドな味わいで、子どもからおとなまでお楽しみいただけます。ぜひご賞味ください!**【販売開始日】**9月1日(月)**【販売価格】**350円(税込み)(冷凍販売のみ)**【販売場所】**市役所本庁舎1階売店、JA東京みらい みらい清瀬新鮮館、フードピアたけし、セブンイレブン(清瀬中清戸5丁目店、清瀬元町1丁目店、清瀬下宿1丁目店、清瀬松山1丁目店、清瀬梅園2丁目店、清瀬野塩1丁目店、清瀬野塩4丁目店、清瀬竹丘2丁目店)**問**清瀬市観光協会 ☎042-497-1842



地域産品ホームページ



清瀬まん 1つ350円(税込み)

多摩北部広域子ども体験塾

対多摩六都(清瀬市、小平市、東村山市、東久留米市、西東京市)に在住・在学の小・中学生

日場内下表のとおり**費**無料**申**9月20日(出)までに、いずれも右記QRコード内申込みフォームからお申し込みください(申込みフォームでの応募が難しい場合は多摩六都科学館までご連絡ください)。応募者多数の場合は抽選です。



多摩六都科学館ホームページ

問多摩六都科学館 ☎042-469-6100、未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1807

講座名	日時	定員	場所	内容
秋季プログラム 恐電復元にチャレンジしよう!	低学年コース(小学1~3年生)=10月19日(日) 高学年コース(小学4年生~中学3年生)=10月26日(日)いずれも午前10時~正午、午後2時30分~4時30分	各回定員30人	多摩六都科学館	恐電世界ナビゲーター「恐電くん」による解説、恐電復元イラストの制作
冬季プログラム 恐電復元イラスト発表会	事前練習=12月14日(日)午後2時30分~5時 発表会=12月21日(日)午後5時20分~7時30分 ※時間に変更になる可能性があります。	事前練習=定員20人 発表会=定員234人 ※秋季プログラムに参加した方とその保護者が対象。		恐電復元イラストの発表、発表練習
特別コンテンツ (無料公開) 飛びだす恐電ぬり絵を楽しもう!	【公開期間】 ~12月21日(日) ※多摩六都科学館ホームページ(QRコードからご覧いただけます)。			子ども体験塾オリジナル「飛びだす恐電ぬり絵」の無料公開

清瀬市市制施行 55 周年映画の試写会観覧者を募集!!

令和8年公開予定清瀬市市制施行55周年映画「Hello, my friend」の試写会にご招待します!**対**市内在住の方。定員55人(応募者多数の場合は抽選)**日**10月5日(日)午前10時~午後0時30分(開場=午前9時30分~、終了時間は当日の状況により前後します)

場清瀬けやきホール**申**9月1日~15日までに申込みフォームからお申し込みください。**問**シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808へ



申込みフォーム

※上映時間は約110分です。

令和7年市議会第3回定例会

令和7年市議会第3回定例会は、下表のとおり開会いたします。**問**議会事務局議事係 ☎042-497-2567

月	日	時間	内容
9	1(月)		本会議(初日) 決算特別委員会
	3(水)	午前10時~	本会議(一般質問)
	4(木)		
	5(金)	本会議終了後	決算特別委員会(決算概要説明)
	9(火)	午前10時~	総務文教常任委員会
	10(水)		福祉保健常任委員会
	11(木)		建設環境常任委員会 議会運営委員会
	17(水)	午後2時~	決算特別委員会
	18(木)		
	19(金)		
25(木)	本会議(最終日)		

今月の納期

◆国民健康保険税(第3期) ◆後期高齢者医療保険料(第3期) ◆介護保険料(第3期)
9月30日(火)までに納めてください。

9月1日は防災の日

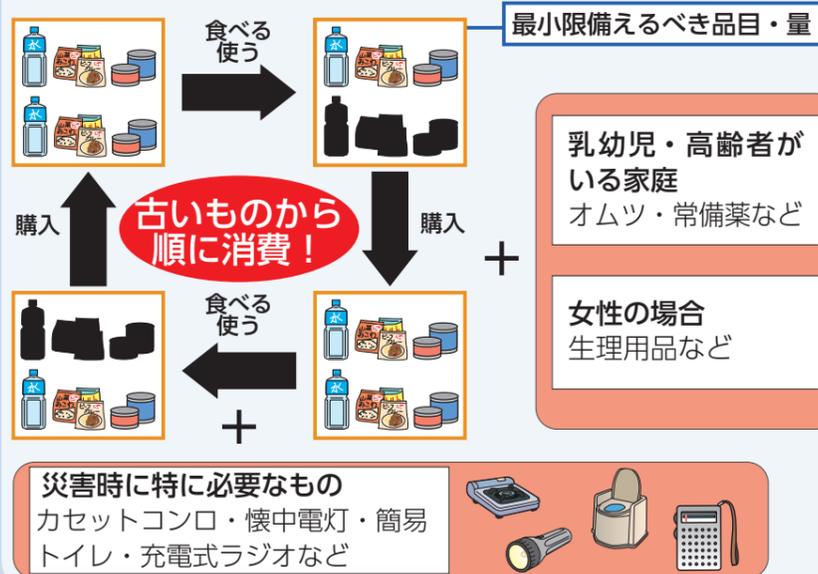
いざという時に備えて！
防災マップ・洪水ハザード
マップはこちらから



今後30年以内に70%の確率で発生するといわれる首都直下地震に対して、ご家庭での備えはできていますか。災害から身を守るためには「自らの命は自らが守る」という意識がとて重要。災害が差し迫った際にいかに行動できるかは日ごろからの備えに左右されます。今一度、避難行動などについて確認しましょう。☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847

◆日常備蓄をしましょう

日常備蓄とは、日ごろ自宅で利用しているものを少し多めに購入しておくことで、発災時にも自宅で当面生活できるようにするものです。食べ物や日用品を少し多めに購入し、日常のなかで消費しましょう。



保存期間間近の防災食を美味しく！

食品ロス対策として、保存期間間近の災害用備蓄品を活用したレシピを市ホームページ及び市公式YouTubeで紹介しています。ぜひご覧ください。



清瀬市公式 YouTube



災害用備蓄品の例

清瀬市消防団消防ポンプ操法審査会



清瀬市消防団(7個分団)では、消防ポンプ車の水出し操法技術を競い合う審査会を開催します。

【審査会】9月6日(土)午前9時～正午(荒天時の場合は9月13日(土)に延期) 会場 消防団訓練施設(梅園一丁目)

☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847

※駐車場に限りがありますので、車での来場はなるべくお控えください。

木造住宅無料耐震相談会



建築士が無料で相談に応じます。1組50分。

※市内に昭和56年5月31日以前の旧耐震基準で建築された木造住宅を所有している方。先着6組(各枠2組) 日 10月8日(水) ①午後1時30分～②午後2時30分～③午後3時30分～ 場 市役所本庁舎

申 9月8日～22日に直接窓口または電話で都市計画課都市計画係 ☎042-497-2093

豪雨時のお願い

市では、台所やトイレで使用された水(汚水)を、汚水管を通して水再生センターに集めて処理する「分流式下水道」方式を採用しています。誤って雨水を汚水管に流したり、汚水管の壊れた箇所から雨水(地下水)が浸入すると、汚水管や水再生センターの処理能力を超えた水が周辺道路を冠水させたり、舗装やマンホールを破損させます。また、水再生センターが浸水すると汚水の処理機能が停止し、トイレやお風呂が使用できなくなります。

これらの災害を防止するため、上記QRコードをご確認いただき、ご協力をお願いします。☎下水道課施設設計画係 ☎042-497-2532



詳しくはこちら

清瀬市シニアみんなで健幸プロジェクト 「健康状態不明者実態把握事業」

7月に市から健康状態が不明な方へ送付した「シニア健幸生活アンケート」の返送がない方や、健康状態が心配な方に地域包括支援センター職員や保健師などが家庭訪問を行います。

☎介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

◆災害に関する情報収集をしましょう

災害時は、最新の情報に基づいて行動し、避難所開設や避難指示の情報などをいち早く入手できるように準備しておきましょう。

▶防災行政無線

災害時にスピーカー放送があったら、危険が迫っている可能性があります。特に台風時などは音声が届きにくい。ため、他の情報入手方法も知っておきましょう。



▶「清瀬市防災行政無線自動音声サービス」

☎042-495-7070

電話をかけると、防災行政無線の最新の放送内容が自動音声で聞けます。放送が聞き取れなかった際はご利用ください。



▶メール斉配信サービス

防災行政無線の放送内容や避難所の開設などの防災情報を配信しています。ぜひご登録ください。



メール斉配信サービス



清瀬市公式X (旧ツイッター)

また、配信内容は、清瀬市公式Xにも同時配信されます。この機会にぜひフォローしてください。

▶コミュニティFM TOKYO854くもめら (FM85.4MHz)

市と協定を締結している株式会社クルメディアが運営するラジオ局です。日ごろ、清瀬市に関する情報を発信しているほか、災害時は避難などに必要な情報が提供されます。

▶避難所の開設・混雑状況配信サービス「VACAN (バカン)」

市と協定を締結している株式会社VACANのサイトにアクセスすることで、開設された避難所の位置や混雑状況をリアルタイムで確認することができます。



「VACAN (バカン)」について

▶清瀬市公式ホームページ

災害時の情報や防災行政無線の放送内容を確認できます。



清瀬市公式ホームページ



2025年は清瀬市市制施行55周年

第9回 市制施行前の大火事

9月1日は防災の日です。大正12年9月1日に関東大震災が起きたことや、当時9月に台風の影響が多かったことから昭和35年に制定されました。この時期になると防災の観点から地震、火災、台風対策の情報を目にする事が多いと思います。

清瀬の大きな災害の一つとして、昭和45年1月31日の国立療養所東京病院清瀬病棟での火事があります。火災のあった日は風が強く、(北西の風、風速7.7m/s～10.5m/s)午前10時ごろには清瀬に強風注意報が出ていました。午後0時30分ごろ出火し、患者や職員が消火に努めました。しかし、強風のため火の勢いはなかなか収まらず、隣の病棟や図書室などに燃え広がりました。近隣の市や町から合計33台の消防車が集まり、約2時間後に鎮火しましたが、周辺で断水が起こったと言われています。火災によって多くの建物が焼

失し、図書室にあった8千冊の蔵書、カルテやレントゲンフィルムなども焼失しましたが、けが人はいませんでした。焼け残った建物は昭和57年の取り壊しまで国立療養所東京病院附属リハビリテーション学院の施設の一部として使用されました。

この火災は清瀬史上最大の火災ともいわれ、同年の春の火災予防運動ポスターの写真に使用されました。国立療養所東京病院清瀬病棟の火災は、清瀬町の最後の大きな出来事となりました。



国立療養所東京病院清瀬病棟火災現場(昭和45年撮影)

9月は認知症月間です!

9月21日は「認知症の日」、9月は「認知症月間」です。認知症の方やその家族が安心して暮らしていけるように認知症への理解を深めましょう。

【市の取り組み】

- ①清瀬駅ペDESTリアンデッキに横断幕の掲示
- ②認知症サポーター養成講座
9月10日(水) 電話できよせ清雅地域包括支援センター ☎042-495-1370
- ③「オレンジ・ランプ」上映会
実在の若年性認知症の方をモデルとした作品です。詳しくは今後の市報でご案内します。
12月13日(土) 場アミューホール
- ④講演会
令和8年1月を予定(詳しくは今後の市報でご案内します)
介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



認知症サポーターの証であるオレンジリング

きよせ10の筋トレ 体験会

介護予防・フレイル予防のための筋力アップや仲間づくりを目的とした「10の筋トレ」の体験会を開催します。持上履き、タオル、飲み物 電話で社会福祉協議会 ☎042-495-5333

日時	場所
10月1日(水)午後2時～	ホームステーション清瀬(松山1-4-16)
10月2日(木)午後2時～	山本病院(野塩1-328)
10月7日(水)午前10時30分～	iIBASHO(下清戸1-325-1)



詳しくはこちら

令和7年度 胃・大腸がん検診(後期)

胃がんと大腸がんの検診を同日に行います。40歳以上(昭和61年3月31日以前生まれ)の市民の方。各日定員80人(応募者多数の場合ご希望の日程で受診できないことがあります。日程通知は10月上旬郵送予定)

【実施日】10月20日(月)・28日(火)、11月10日(月)・13日(木)。全日程午前のみ 場しあわせ未来センター 費用 胃がん検診は1,000円、大腸がん検診は500円 胃がん検診=バリウムを飲み、エックス線撮影(内視鏡による検査ではありません)。大腸がん検診=便潜血反応検査 9月16日(消印有効)までに直接窓口、申込みフォームまたははがき(右の記入例参照)で健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

※電話での申込みはできません。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象の方は、直近の受給証明書を提出することで無料となります。



詳しくはこちら

記入例(裏)

令和7年度 胃・大腸がん検診申込み

- 住所
- 氏名(ふりがな)
- 生年月日
- 電話番号
- 希望する検診(胃がん検診のみ、大腸がん検診のみ、両方受診)
- 受診希望日
※実施日の中から受診が可能な日をすべてご記入ください。

※表面は「〒204-8511 健康推進課がん検診担当」をご記入ください。市役所専用の郵便番号のため、住所は必要ありません。

～野菜と果物をおいしく、バランスよく食べよう～ 9月は「食生活改善普及月間」です!

9月1日から30日までの1か月間は、「食生活改善普及運動月間」です。この機会に普段の食生活を振り返ってみましょう。

◆野菜や果物をプラスしよう!

都民の健康・栄養状況(令和元年国民健康・栄養調査 東京都特別区・八王子市・町田市実施分集計結果)によると、20歳以上の1人1日当たりの野菜摂取量の平均値は299.9g、果物は90.7gです。20歳以上の野菜の摂取目標量は、1日当たり350g、果物は200gであり、それぞれ不足しています。あと一皿分の野菜、果物をプラスしましょう。

◆主食・主菜・副菜をそろえよう!

外食や中食(惣菜店、コンビニエンスストア、スーパー及び飲食店のデリバリー等で調理済みの料理を摂る食事のこと)のおにぎり・麺類・丼物のみでは野菜の摂取量が少ないため、副菜をプラスすると食事バランスのアップにつながります。

主菜や副菜のレシピを市ホームページまたは窓口でご覧いただけます。

◆調味料は使いすぎず、うす味に!

日本人の食生活は塩分が多くなりやすい特徴があります。むやみに調味料を使うのは控え、日ごろからうす味を心掛けましょう。

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076、多摩小平保健所生活環境安全課保健栄養担当 ☎042-450-3111

南部児童館等複合施設の 工事現場見学会を開催します!

現在、令和8年2月のオープンに向けて南部児童館等複合施設の建設を進めています。工事現場の見学会を開催しますので、皆様のご応募お待ちしております。ホームページ内申込みフォームまたは応募チラシに必要事項を記載し、郵送または直接窓口にて応募してください(応募者多数の場合は抽選となります)。詳細はホームページをご覧ください。

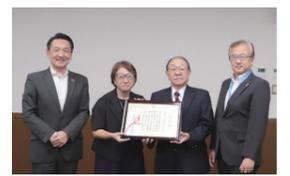
9月21日(日) 市内在住の方
未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1802



詳しくはこちら

清瀬第七小学校が令和7年度の愛鳥奨励校に 指定されました

清瀬第七小学校は、自然環境に恵まれた立地を活かした学習活動を実施しています。児童の自然愛護及び生命尊重の精神を醸成する愛鳥活動が、(公社)東京都猟友会に認められ、令和7年度の愛鳥奨励校に指定されました。7月23日に指定証及び奨励金の贈呈式が行われました。



左から溢谷市長、清瀬第七小学校 吉田校長、(公社)東京都猟友会清瀬地区長 足立様、坂田教育長

教育企画課企画係 ☎042-497-2537

令和7年度で子宮頸がん(HPV)ワクチンの 公費接種期間が終了する方へ

子宮頸がん(HPV)ワクチンの接種対象者のうち、以下の方は令和8年3月31日に公費接種期間が終了します。詳細は、右記QRコード内ホームページをご確認ください。また、ワクチンを接種した後も、「子宮頸がん検診」を定期的に受診することが重要です。詳細は、市ホームページ「令和7年度 子宮がん検診」をご確認ください。

【令和8年3月31日に公費接種期間が終了する方】

- ①平成21年4月2日生まれ～平成22年4月1日生まれの方
 - ②平成9年4月2日生まれ～平成21年4月1日生まれの方のうち、令和4年4月1日～令和7年3月31日の間にHPVワクチンを1回以上接種したことがある方
- ※①、②いずれも清瀬市に住居登録のある女性に限ります。
子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077



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、たばこや健康相談、歯の健康相談(午前のみ)、食生活相談などを行います。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 9月24日(水)・25日(木)午後1時30分～3時30分 9月26日(金)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 電話直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

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。市内在住で18歳以上の方とその家族 9月19日(金)午後2時～4時、10月17日(金)午前9時30

分～11時30分(25分間隔の予約制) 生涯学習センター 市役所本庁舎 電話直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

健康ワンポイント

健診結果の確認、超音波骨量測定、指輪っかテスト、握力・片足立ち測定など。清瀬市国民健康保険加入者または後期高齢者医療制度加入者。各回先

着30人 10月9日(木)午前9時～正午 場しあわせ未来センター 電話または直接窓口で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

男子のHPVワクチン任意予防接種費用助成を実施

市内に住居登録のある小学校6年生以上高校1年生相当まで(平成21年4月2日～平成26年4月1日生まれ)の男子 費1回につき1,100円(税込み) 【対象ワクチン】4価HPVワクチン(ガーダシル) 【接種回数】3回 【接種場所】市内指定医療機関 子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077

※接種完了まで6か月以上かかります。
※高校1年生相当の接種希望の男子は令和8年3月末が接種期限です。9月末までの接種開始をお勧めします(事前申請は不要)。



詳しくはこちら

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実施します。日9月7日(日)午前9時～正午(雨天中止)
【集合場所】中里緑地A地区前の明治薬科大学そば梅坂橋(野塩一丁目) **【持参】**汚れても良い服装、長靴、タオル、飲み物、マスク(必要な方)
【主催】川づくり・清瀬の会
【問い合わせ】水と緑と公園課緑政係 ☎042-497-3267

第3回六小校区円卓会議

地域の安心と安全を目指して話し合います。対第六小校区またはその近隣にお住まいの方日9月11日(木)午後5時～6時30分
【会場】清瀬六小 **【問い合わせ】**市民協働課協働係 ☎042-497-1803

空き家と相続の無料個別相談会

先着10組(1組45分、事前予約優先)。日9月12日(金)午前10時～11時45分、午後1時～3時45分
【会場】市役所本庁舎
【問い合わせ】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

ニュースポーツ体験会

誰もがいくつからでも楽しめるニュースポーツ、ご家族・ご友人とぜひお越しください！
【対】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)日9月15日(月)午前10時～正午 **【会場】**市民体育館 **【費用】**無料
【体験種目】ポッチャ、ユニカール、室内モルック、ピックルボール、スラックライン、ペットボトル倒しドッジビーなど(種目は一部変更になる可能性があります) **【持ち物】**室内履き、タオル、飲み物など
【問い合わせ】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815

福祉法律専門相談

相続、遺言、権利侵害、トラブルなど法律的な問題に弁護士が無料で相談に応じます。日9月24日(水)午前10時～正午 **【会場】**コミュニティプラザひまわり **【問い合わせ】**電話できよせ権利擁護センターあいねっと ☎042-495-5573

ひまわり想いやりプロジェクト～「働く」を、もう一度あなたのペースで～

◆「やってみたい」をカタチに
 女性の副業・起業・再就職などこれからの働き方を一緒に考えます。
【1】10月6日(月)午後1時～1時45分、午後2時～2時45分、午後3時～3時45分 **【2】**10月20日(月)午前9時30分～10時15分、午前10時30分～11時15分、午前11時30分～午後0時15分
【会場】男女共同参画センターまたはオンライン **【講師】**中小企業診断士・社会福祉士 岩崎玲子氏 **【申し込み】**9月1日午前10時～申し込みフォームで。保育あり(要予約) **【問い合わせ】**NPO法人ダイバー

シティコミュ ☎050-1809-0264
 info@diversitycommu.com

多摩六都フェア 第23回水と緑ウォッチングウォーク

グループ散策で多摩六都の緑地や水辺環境の再発見をしてみませんか。定員100人(応募者多数の場合は抽選で9月26日(金)ごろまでに結果及び詳細を通知)。日10月11日(土)(雨天決行、荒天中止)
【集合場所・時間】西武多摩湖線・西武拝島線萩山駅(北口)に午前9時 **【解散場所・時間】**秋津ちろりん村(最寄り駅までご案内します)で正午ごろ **【費用】**無料 **【持ち物】**飲み物、雨具など **【申し込み】**9月1日～19日(必着)に申し込みフォーム、メールまたは往復はがきで住所・氏名・電話番号・生年月日を記入し、〒189-8501東村山市本町1丁目2番地3 東村山市みどり公園課 ☎042-393-5111(代表) 内線3770 **【メール】**midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp



申し込みフォーム

講座・講演会

生成AI活用マーケティングセミナー(初心者向け)

生成AIの説明から、ビジネスへの活用方法、注意点などお話しします。
【対】小規模企業者などの代表者、従業員など先着20人 **【日】**9月30日(火)午後3時～4時30分 **【会場】**生涯学習センター **【費用】**無料 **【講師】**株式会社東京コンテンツヒット 甲田和美氏
【申し込み】9月16日までに電話で清瀬商工会 ☎042-491-6648



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】**9月4日・11日・18日・25日いずれも木曜日午前10時～午後3時 **【会場】**中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) **【費用】**200円(お茶、お菓子付き)
【問い合わせ】介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

スマホ個別相談会(事前予約制)

市内の高齢者を対象に、地域のボランティア「きよせスマホサポーター」がスマホの困りごとの解決をお手伝いします。
【日】9月6日(土)午前10時30分～午後0時30分(一人30分) **【持ち物】**ご自身のスマートフォン(通信料は自己負担) **【会場】**申し込みフォームまたは電話できよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027

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】**9月9日・10月14日・28日いずれも火曜日午後2時～4時(ラストオーダー=午後3時30分) **【会場】**Cafeふわっとん(上清戸一丁目) **【費用】**300円(お茶、お菓子付き) **【問い合わせ】**介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

介護はじめての一步研修

介護に関する基礎知識や基本的な介護の方法などを学びます。
【対】市内の介護事業所で就労またはボランティアをしてみたい18歳以上の方。先着10人 **【日】**9月9日(火)・22日(月)・午前10時～午後3時、9月12日(金)・19日(金)・29日(月)午前10時～午後4時。全5日間+事業所見学 **【会場】**清瀬けやきホール **【費用】**無料 **【申し込み】**9月3日までに電話または介護保険課で配布のチラシに記載の申し込みフォームでセントスタッフ株式会社 ☎03-6803-5624

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9月16日(火)午後1時30分～3時30分 **【会場】**中里地域市民センター **【費用】**無料 **【持ち物】**動きやすい服装、マスク着用 **【問い合わせ】**健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779

山本病院「頻尿について」

お家でできる夜間頻尿対策としての行動療法をお話します。講義後尿漏れ予防体操をします。
【対】どなたでも **【日】**9月18日(木)午後1時30分～2時30分 **【会場】**山本病院 **【費用】**無料 **【講師】**山本病院泌尿器科医師 箱崎恭平氏 **【問い合わせ】**山本病院・飯田 ☎042-491-0706

栄養きらりサロン

栄養や運動について学びませんか。**【対】**市内在住でおおむね65歳以上の方。先着15人 **【1】**9月19日(金)、**【2】**10月17日(金)午後2時～3時30分 **【会場】**①生涯学習センター②しあわせ未来センター **【持ち物】**飲み物 **【申し込み】**直接窓口または健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

清雅苑介護者サロン エンディングノートを書いてみよう！

【対】介護をされている方、終活に興味のある方など。先着20人 **【日】**9月21日(日)午前10時～正午(開場=午前9時40分)。希望の方は清瀬駅からの送迎あり **【費用】**無料 **【講師】**きよせ権利擁護センターあいねっと職員 **【内容】**講義、茶話会、希望者は施設見学可 **【申し込み】**申し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 ☎042-495-1370



申し込みフォーム

薬剤師による講演会～身近なくすり薬局の話～

薬の作用と副作用、かかりつけ薬剤師・薬局を持つメリット、お薬手帳の役割と活用法など、薬との付き合い方について学んでみま

せんか。**【対】**市内在住の18歳以上の方。先着30人 **【日】**10月7日(火)午後1時30分～3時 **【会場】**しあわせ未来センター **【講師】**清瀬市薬剤師会会長 中村清美氏 **【持ち物】**筆記用具 **【申し込み】**直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

普通救命講習

心臓マッサージ、救命処置、AEDの操作方法などの救命方法を学びませんか。受講後、救命技能認定証を交付します。**【対】**市内在住の18歳以上で初めて受講する方。先着10人 **【日】**9月29日(月)午後1時30分～4時30分 **【会場】**しあわせ未来センター **【費用】**1,700円(テキスト代、マウスピース代) **【講師】**公益財団法人東京防災救急協会職員 **【持ち物】**動きやすい服装(スカート不可)、筆記用具、マスク、飲み物、タオル **【申し込み】**9月1日～直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

子育て



すくすく親子遊び

手遊びや読み聞かせなど親子で遊ぶヒントが盛りだくさん！**【対】**1歳10か月～未就園児とその保護者 **【日】**9月8日(月)・22日(月)午前10時15分～11時45分(毎月第2・第4月曜日開催) **【会場】**コミュニティプラザひまわり **【費用】**500円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可) **【講師】**野村容子氏 **【持ち物】**おしぼり、水筒、おむつ(必要な人のみ)、着替え **【問い合わせ】**NPO法人ウイズアイ ☎042-497-9567
 ※上のお子さんの保育あり(有料、要予約)。



詳しくはこちら

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
 ●10月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、9月1日午前8時30分から9月16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。
【問い合わせ】シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 **【メール】**042-491-8600 **【メール】**kouhou@city.kiyose.lg.jp

秋季市民バドミントン大会▶ダブルス個人戦男女別A・Bクラス。多数の場合抽選。締切は9月12日。10月5日(日)9時～、一般1人1,800円、高校生1人1,600円、中学生1人1,400円、市民体育館、清瀬市バドミントン連盟・川口 ☎042-497-2310
 たねまきびと清瀬オータムコンサート▶太田聖士・千葉恭子と仲間たち魅惑のラテン&ジャズライブを開催。9月7日(日)14時開演、清瀬けやきホール、前売2,000円、当日2,500円、車いす席1,000円、介護者1,000円(3席)、たねまきびと清瀬・川村 ☎090-7907-6176

就学時健康診断

対象世帯には、9月中旬にお知らせを送付予定です。受付時間については、各学校で異なりますので、送付するお知らせを確認してください。届かない場合はお問い合わせください。対 令和8年4月に小学校へ入学する児童(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)【健診日】下表のとおり

学校名	健診日
清瀬小学校	10月28日(火)
芝山小学校	10月30日(木)
清瀬第三小学校	10月24日(金)
清瀬第四小学校	10月15日(水)
清瀬第六小学校	11月27日(木)
清瀬第七小学校	11月11日(火)
清瀬第八小学校	10月9日(水)
清瀬第十小学校	11月13日(木)
清明小学校	11月18日(火)

問 教育企画課学務係 ☎042-497-2539

はじめてのベビーママ講座

赤ちゃんとお母さんを通わせる遊びを知り、子育て仲間とつながる機会にもなります(講座中室内で授乳・おむつ替え可)。対 産後6か月未満のお子さんとお母さんとお父さんをお育てしている保護者。先着8組(2回とも参加可能な方) 日 10月1日(水)・8日(水)いずれも午前10時30分～正午 費 無料 講 西田ゆかり氏 持 授乳・おむつ



替えに必要なもの、バスタオル 申 問 9月1日午前10時～直接窓口または電話で児童センター ☎042-495-7700

ペアレント・トレーニングミニ講座

褒めて伸ばす! お子さんより良いコミュニケーションを。対 市内在住・在学のおおむね4歳～11歳のお子さんの保護者。先着10人(2回とも参加可能な方) 日 ①10月1日(水) ②10月15日(水)午前10時～11時30分 場 清瀬市教育相談室公認心理師 講 清瀬市教育相談室公認心理師 申 問 9月2日午前9時～申込みフォームまたは電話で教育指導課教育相談室 ☎042-493-4122



申込みフォーム

「赤ちゃんのチカラプロジェクト」に参加できる親子を募集

市内の小・中学校で、「命の大切さ」を学ぶ授業を実施しています。今回、中学3年生の授業にお子さんと共に参加して、中学生と交流いただける方を募集します。対 首が座って歩き始める前までの赤ちゃんとお母さんとお父さんをお育てしている保護者。先着15組 日 場 詳しくは申込みフォームをご確認ください 申 問 申込みフォームで 問 NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎042-444-4533



申込みフォーム

募集



バザー用品提供のお願い

10月に開催するアイレックまつりのバザーのため、ご家庭に眠っている未使用品(新品)がありましたらご提供をお願いします。日 9月1日(月)～22日(月)の平日午前9時～午後5時 場 直 問 男女共同参画センター ☎042-495-7002 ※電気製品・古着・食品・大型器具・薬品・危険物などは不可。

シルバー人材センター会員

対 市内在住で原則60歳以上の健康で働く意欲のある方(書類への記入が必要となるため、事前にお問い合わせください) 日 説明会=9月3日(水)、研修会=10月6日(月)いずれも午後1時30分～ 問 シルバー人材センター ☎042-494-0903



詳しくはこちら

その他



高齢者被害特別相談

対 契約当事者が市内在住または在勤の60歳以上の方 日 9月8日(月)

・9日(火)・10日(水)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く) 場 直 問 電話または直接消費生活センター ☎042-495-6212



東京都小平都税支所移転のお知らせ

東京都小平合同庁舎建て替えに伴い、下表のとおり仮庁舎へ移転します。

切替日	住所	問合せ先
9月12日(金)まで	〒187-8533 小平市花小金井1-6-20 東京都小平合同庁舎1階	☎042-464-0070
9月16日(火)から	〒189-0014 東村山市本町1-23-9 東京都小平合同庁舎(仮庁舎)1階	☎042-306-1891

寄付・寄贈



- ◆市(緑地保全基金)へ 学校法人明治薬科大学様 (200,000円)
- ◆市(まちづくり応援寄付金)へ 古澤浩様 (22,000円) ありがとうございます。



清瀬けやきホールの催し物

①そうだじゅげむきこう(9月) 日 9月13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】春風亭一花、林家十八 日 チケット発売中



清瀬けやきホールホームページ

②小川典子 ピアノ・リサイタル 日 9月23日(火)午後2時～(開場=午後1時30分) 費 一般4,000円、友の会3,500円、ペア7,500円、シルバー3,700円(65歳以上・要証明)、学生2,000円、障害者割引2,000円(ご本人、付添い各2,000円)(全席指定、未就学児入場不可) 【出演】小川典子 日 チケット発売中

③歌って健康! 歌声サロン 懐かしい名曲の数々をプロの生演奏にあわせて歌ってみませんか。 日 9月17日(水)午後2時～4時(開場=午後1時30分) 費 2,000円(予約不要、全席自由) 講 杉山公章氏 申 当日券のみ、直接会場へ

④布花で自分だけのオリジナルアクセサリーをつくろう 先着12組。日 10月18日(土)午前10時～11時30分 費 2,500円(花材代金) 講 福井ひろ子氏 持 マスク 申 9月1日～受付開始

⑤赤ちゃんとスキンシップ遊び! 赤ちゃんへのマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。対 2か月～1歳未満の赤ちゃん。先着8組 日 9月12日(金)午前10時30分～正午 費 1,000円 講 小宮しのぶ氏 持 大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲み物、お持ちであれば授乳ケープ

⑥Let'sリトミック「お月見」 各クラス先着12組。日 9月9日(火)ひよこクラス(一人でお座りできるころから1歳ごろまで)午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳から5歳ごろまで)午前11時～11時40分 費 1,500円 講 小宮しのぶ氏 持 お子さんの飲み物、お持ち

であれば名札 申 問 申込みフォーム(①・④～⑥)または直接窓口、電話で清瀬けやきホール ☎042-493-4011 ※⑤・⑥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ピックルボールを楽しむ会 in KIYOSE 各回先着20人。日 9月3日(水)・15日(月)午後1時30分～3時30分、9月12日(金)・24日(水)午前9時30分～11時30分(受付は30分前～) 費 500円(保護者同伴の小学生は無料)。パドルレンタル200円



コミュニティプラザひまわりホームページ

②手ごねパン教室(クリームパン作り) 作ったパンはお持ち帰りできます(試食あり)。先着16人。 日 10月7日(火)午前10時～午後0時30分 費 2,500円(材料費込み) 講 epi認定講師 高田妃出美氏 持 エプロン、三角巾、ふきん3枚、筆記用具 申 問 ①は直接現地へ②は9月7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

～きよせ100歳時代の催し物～

①無料パソコン教室 先着10人。日 9月6日・13日・20日・27日(4回連続講座)いずれも土曜日午前10時～正午 内 基礎、Word、Excel、インターネット

②無料スマホ教室 先着10人。日 9月18日(水)午前10時～正午 内 基本操作、アプリ、Wi-Fi

③倶楽部の無料体験(お一人様1回・予約制) 日 月～土曜日(種目により異なります)午前10時～正午、午後1時～3時 内 ビリヤード、ヨガ、卓球、カラオケ、健康麻雀、パソコン 申 問 いずれも電話で(一社)きよせ100歳時代 ☎042-494-2800

各地域市民センターの催し物

◆下宿地域市民センター ①市民体育館の一般開放 【1】卓球 【2】バドミントンの施設を一般開放! 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)。 日 9月20日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後3時～(1枠=2時間) 費 おとな=100円、中学生以下=50円 持 体育館用上履き、ラケット、ボール、シャトル



下宿地域市民センターホームページ

②プログラミング教室 【1】ロボットを組み立ててプログラミングの楽しさに触れ合うクラス 【2】初心者から上級者まで個人のレベルに応じたプログラミングを学べるクラス。 対 【1】小学生。先着8人 【2】小学3年生以上(2年生以下は保護者同伴)。先着11人 日 9月2日(火)・16日(火) 【1】午後5時～6時 【2】午後6時10分～7時10分 費 1回1,500円

③硬筆教室 対 小学生。先着15人 日 9月2日(火)・16日(火)午後4時～6時 費 1回1,500円 持 鉛筆(2B以上)、下敷き、国語ノート(B5サイズ、8マス推奨)

④星座プレート& GALAXY ART教室 ジェスモナイトで星座プレートの作成とGALAXY ARTの小物を作成します。 対 小学生以上(低学年は保護者同伴)。各回先着6人 日 9月28日(日)午前9時～10時30分、午前11時～午後0時30分 費 3,500円(材料費込み) 持 汚れてもいい服装またはエプロン、お持ち帰り用の袋 申 問 直接窓口、電話で下宿地域市民センター ☎042-493-4033

◆松山地域市民センター ①きよせみらいカレッジ みんながってだからいい 「違いを認め合える地域」をみんなで考えよう! 対 小・中学生。先着20人。高校生・大学生はボランティアで参加可 日 9月27日(土)午後2時～3時30分 費 無料 講 Festival The Rainbow実行委員会

②君のオリジナルキャラクターを動かそう! アニメ制作講座

ペン1本であなたのキャラクターが動き出します! 先着10人。 日 毎週日曜日午前10時30分～正午 費 2,100円 講 株式会社ゆめ太カンパニー 山口聰氏 持 筆記用具

③エコから生まれる楽しい暮らし(リース) 身近な素材を使った手作り教室です。 対 小学4年生以上。先着8人 日 9月13日(土)午前10時～11時30分 費 1,800円(材料費込み) 講 山下里子氏 持 はさみ、汚れてもいい服装

④アロマで笑顔! 楽しい香りの時間 アロマを使ったクラフトを体験しましょう! 先着15人。 日 9月20日(土)午前10時～11時30分 費 500円(別途材料費1,000円～) 講 原嶋優佳氏、横山倫図氏 申 問 いずれもホームページ内申込みフォームまたは直接窓口、電話で松山地域市民センター ☎042-491-5153



松山・野塩地域市民センターホームページ

◆野塩地域市民センター

①清瀬の自然セミナー野塩 清瀬の自然の成り立ちや歴史、そこに生息する植物や動物について解説します。 日 9月20日(土)午後2時～4時 費 無料 講 森田善朗氏 持 筆記用具

②ゲームで学ぼう! SDGs 対 小・中学生(親子参加可)。先着16人 日 9月13日(土)午後2時～3時30分 費 無料 講 竹内隼人氏 持 筆記用具

③神経のストレッチ 先着10人。 日 9月20日(土)午前10時～11時30分 費 1,000円 講 大室雄介氏 持 飲み物、タオル

④Let's Enjoy English 英会話スキルを楽しくアップさせましょう! 先着15人。 日 9月20日(土)午後3時～5時 講 Conda Ryan Glenn氏 費 1,000円 持 筆記用具 申 問 いずれもホームページ内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

9・10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。

問 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。	9月2日(火)・9日(火)・16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 ☑生後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9月1日～。	9月10日(水) 生後6か月～8か月＝午前9時45分～11時、生後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 ☑生後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。	9月19日(金)、10月17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. 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。グループの初回及び個別相談は要予約。	9月17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
5. 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。対象者には事前にご案内を送付します。	9月26日(金) (詳しくは事前にご案内を送付した書類をご確認ください)	しあわせ未来センター
6. 計測相談会 お子さんの身体計測、保健師や管理栄養士などの専門職へ個別相談ができます。 ☑生後2か月～3歳未満の乳幼児と保護者の方※予約制。申込み9月1日午前8時30分～。	9月26日(金)、受付＝午前9時50分～ ※受付時間変更になる可能性があります。	しあわせ未来センター
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	しあわせ未来センター
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	しあわせ未来センター
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7年5月生まれの乳児②令和6年2月生まれの幼児 ③令和4年8月生まれの幼児 ☑①9月9日(火)②9月2日(火)③9月16日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前にご案内を送付する通知をご確認ください。		しあわせ未来センター
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と保護者。運動発達やことばの遅れ、落ち着きがないなどが気になる方 ☑直接窓口または電話で		しあわせ未来センター

明治薬科大学で市民大学講座を開催します
◆令和版 養生訓 ～健康寿命を延ばす～
『養生訓』を読み解き、現代における養生法を実践します。
☑市内および近隣市にお住まいの方 ☑9月13日(土)午前10時30分～正午 場直問 明治薬科大学 ☎042-495-8615 費無料

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。9月30日(火)は臨時休館)
※開始時間の10分前までに会場へ。途中参加不可。

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	9月3日(水)・10日(水)・11日(木)・17日(水)・18日(木)いずれも午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※3日(水)・10日(水)は午前のみ。	
みんなで楽しくエクササイズ		
〈チューブエクササイズ〉	9月7日(日)・20日(土)午前10時～11時	
〈Let'sリズムワーク〉	9月14日(日)午前10時～11時	
〈コツコツ貯筋ピラティス〉	9月13日(土)午前10時～11時	
〈笑トレで体カアップ〉	9月6日(土)・21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

下宿八幡神社灯籠祭り
9月14日(日)・15日(月)の2日間、下宿八幡神社(下宿二丁目)で灯籠祭りを行います。両日とも「下宿囃子」は午後2時から、灯籠の点灯時間は午後5時からです。バルーンアート サトルさんによるパフォーマンス(14日のみ)やキッチンカーの出店もあります(駐車場はありません)。



灯籠祭りの様子

市指定無形民俗文化財「下宿囃子」
下宿囃子は下宿に伝わる祭り囃子です。五穀豊稔・無病息災を祈願して奉納します。笛や太鼓の演奏に加え、オカメ・ヒョットコ・外道・獅子などが踊ります。問 郷土博物館 ☎042-493-8585



下宿囃子の様子

各館の イベント情報・お知らせ
郷土博物館のイベント・お知らせ

①清瀬のうちおり常設展示9・10月
明治・大正時代に製作されたうちおりを中心に展示します。100年以上前の着物に思いを馳せてみませんか。期 9月2日(火)～10月30日(木)午前9時～午後5時(月曜日休館) 場直問 郷土博物館
※展示入れ替えのため、10月31日(金)は民俗展示室を1日休室します。

②手打ちうどんチャレンジ! 初心者歓迎の手作り体験
清瀬の代表的な郷土料理の一つである「うどん」の作り方を楽しく学べる講習会です。作ったうどんはお持ち帰りいただけます。ご自身で打ったうどんの味は格別!ぜひご参加ください。☑中学生以上。先着8人 場直問 郷土博物館 ☑9月13日(土)午前9時30分～正午 費300円 持エプロン、三角巾(頭を覆うもの)、タオル、マスク 申問 9月6日午前9時～申込みフォームまたは電話で郷土博物館 ☎042-493-8585

③清瀬の富士講関連ツアー
富士講と縁のある山梨県富士吉田市周辺で、富士講の歴史を学習し、現役で活動している清瀬の富士講をもっと知ってもらえるツアーです。☑12歳以上。先着30人 ☑10月28日(火)午前8時30分～29日(水)午後5時。集合・解散＝市役所本庁舎または清瀬駅 費2名1室＝1人20,000円、1名1室＝31,000円(1泊の宿泊料、夕食、朝食、サービス料、入館料など含む)。別途入洞料などがかかります 申問 9月1日午前9時～10月21日午後6時に(株)KENドリーム ☎042-497-7107

④「ミュージアムキャラクターアワード2025」に、郷土博物館のキャラクター「まえはらきよし」くんが挑戦!
投票は9月4日(木)までで、1日1回投票できます。ご協力よろしくお願いいたします!

【プロフィール】野塩前原遺跡から出土した「有孔罎付土器」をモチーフにした妖精です。



②申込みフォーム



③詳しくはこちら



④詳しくはこちら

9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
	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～4時30分受付
7日	宇都宮小児科内科クリニック 元町1-8-2 ☎042-491-5556		岩崎歯科医院 元町1-8-37 ☎042-494-2277
14日	北多摩クリニック 上清戸2-1-41 ☎042-496-7760	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	筒井歯科医院 中里3-77-12 ☎042-493-4180
15日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	畑歯科医院 竹丘2-14-9 ☎042-493-8241
21日	宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547		清瀬デンタルクリニック 下宿1-124-1 ☎042-495-1489
23日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456	※緊急時は随時受付。必ず事前に電話してください。	福田歯科医院 元町1-1-5 ☎042-492-6151
28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		旭ヶ丘歯科医院 旭が丘2-5-2 ☎042-495-8686

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。