



## 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1・2月「祝い着」

婚礼や七五三など晴れの日にゆかりのあるうちおりを展示します。期1月4日(日)~2月27日(金)午前9時~午後5時 場直郷土博物館  
※展示物の入れ替えに伴い、12月27日(土)は民俗展示室を1日休室します。

## ②年中行事「小正月のまゆ玉飾り」

繭や農作物の豊作を祈って行われていた年中行事を再現します。  
日1月10日(土)午後1時30分~2時30分 場直郷土博物館 費無料

## ③第38回多摩郷土誌フェア

多摩地域の市や町が発行する歴史や文化財に関する書籍、新刊図書を一堂に集めて、展示・販売します。

日1月17日(土)午前10時~午後5時、18日  
日午前10時~午後3時

場直立川市柴崎学習館(立川市柴崎町二  
丁目。立川駅南口から徒歩9分)

[主催]東京都市社会教育課長会文化財部会

問武蔵野市立武蔵野ふるさと歴史館 0422-53-1811

## ④清瀬市郷土博物館×立川市歴史民俗資料館開館40周年コラボ展示

開館40周年を迎えた両館の資料を交換して展示します。

期1月20日(火)~3月15日(日) 場直間立川市歴史民俗資料館

042-525-0860(立川市富士見町三丁目)。

※月曜日休館、月曜日が祝日の場合は火曜日休館。

## ⑤特別展「寝台列車今昔物語～夢空間が清瀬へ、その軌跡～」

## ボランティア募集

会場内の受付や見回りをお手伝いいただくボランティアを募集します。特典として特別展図録購入割引クーポン(30%割引)や内覧会(1月31日(土)午後1時~)への参加資格などあります。対18歳以上で会期中に1回以上活動できる方。先着順期2月1日(日)~3月15日(日)午前の部=午前9時~午後1時、午後の部=午後1時~5時(いずれも途中休憩あり、休館日を除く)申1月6日~電話で郷土博物館(ご希望の日程を先着順で伺います。受付は午前9時~午後5時)

問郷土博物館 042-493-8585

※月曜日休館、月曜日が祝日の場合は火曜日休館。

会場の詳細  
はこちら詳しくは  
こちら

## 2月1日から図書館の休館日が水曜日に変わります

[対象施設] 駅前図書館、元町こども図書館、南部図書館、

宅配サービス(おうち図書館)

図書館  
ホームページ

[変更前] 毎週月曜日

[変更後] 每週水曜日

問駅前図書館 042-492-8751

宅配サービスについては 042-493-4326

※2月以降の図書館の開館状況は、図書館ホームページ

をご確認ください。

詳しくは  
こちら

## 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。

※12月29日(月)~1月3日(土)は年末年始休館です。

## 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・木曜日のみ)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)<br>【要本人確認書類】=300円、その他の方=450円)<br>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                       | 1月7日(火)・8日(水)・16日(金)・28日(木)・29日(金)いずれも午前11時~11時30分、午後3時~3時30分<br>※7日(火)は午後ののみ。8日(水)は午前ののみ。 |  |
| みんなで楽しくエクササイズ                   |  |  |
| <チューブエクササイズ>                    | 1月18日(日)午前10時~11時  |  |
| <Let'sリズムワーク>                   | 1月11日(日)・31日(土)午前10時~11時   |  |
| <コツコツ貯金ピラティス>                   | 1月10日(土)午前10時~11時  |  |
| <笑トレで体力アップ>                     | 1月17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

## 1・2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

場所

| 事業名・対象・内容など   | 日時   | 場所         |
|---|--|------------|
| 1. 子どもの計測日<br>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。<br>対生後2か月~おおむね3歳未満の乳幼児<br>※予約制。申込み受付中  | 1月13日(火)・20日(火)・27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<br>対生後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)費無料 内管理栄養士による離乳食の調理実演と試食・相談<br>※予約制。申込みは1月1日(木)午前8時30分~。  | 1月21日(水)<br>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   |            |
| 3. 親子歯みがき教室<br>対生後6か月~1歳6か月の乳幼児とその保護者。先着10組 内歯ブラシの選び方・仕上げ磨きのコツなど<br>※予約制。申込みは随時。  | 1月16日(金)・2月13日(金)午前9時30分~11時30分(30分ごと各2組)  |            |
| 4. ママの時間<br>ママ同士のお話でホッとできる場。個別相談も併設。<br>対未就学児のお母さん。個別相談=1組、グループ=定員なし<br>※別室で保育あり(未就学児のみ)。申込みは随時。グループの初回及び個別相談は要予約。  | 1月28日(火)・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~)  |            |
| 5. 1歳児子育て相談会<br>計測、子育て・栄養などの相談、グループミーティング。<br>対参加日時点で1歳2か月までの乳幼児とその保護者<br>※予約制。対象者には事前にご案内を送付します。   | 1月23日(金)<br>(詳しくは事前に送付した書類をご確認ください)  |            |
| 6. 計測相談会<br>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。<br>対生後2か月~3歳未満の乳幼児とその保護者。先着3組<br>※予約制。申込みは1月1日(木)午前8時30分~。   | 1月23日(金)(受付=午前9時50分)<br>※受付時間が変更になる可能性があります。   |            |
| 7. 親子歯科健診(個別)<br>対1歳6か月~4歳の乳幼児とその保護者<br>内定期健診・歯みがき・フッ素塗布(無料)<br>※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<br>対市内在住の妊婦の方。各回先着1人<br>内歯科健診・歯みがき<br>※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)<br>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<br>対①令和7年9月生まれの乳児②令和6年6月生まれの幼児③令和4年12月生まれの幼児④1月20日(火)⑤1月13日(火)⑥1月27日(火)<br>※持ち物や時間など詳しくは事前に送付する通知をご確認ください。 | 1月23日(金)(受付=午前9時50分)<br>詳しく述べ  |            |
| 10. 乳幼児発達健康診査<br>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。<br>対未就学児のお子さんとその保護者。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  | つどいの広場(①ころぼっこく②元町③竹丘④野塙⑤下宿⑥梅園)<br>・⑦K-net子育てひろば<br>親子で自由遊び・育児相談など。対0歳~就学前のお子さんとその保護者<br>場①ころぼっこく(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野塙(野塙地域市民センター)、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問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 |            |

## 1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                                      |
|-----|--|---|
| 1日  | 午前9時~午後5時<br>(受付時間は午後4時30分まで)          | 午後5時~翌日の午前9時                            |
| 2日  | 清瀬診療所<br>元町1-13-27 042-493-2727        | 山本病院<br>野塙1-328<br>042-491-0706         |
| 3日  | 清瀬リハビリテーション病院<br>竹丘3-3-33 042-493-6111 | いしかわ歯科クリニック<br>野塙4-64-1<br>042-495-1178 |
| 4日  | 宇都宮小児科内科クリニック<br>元町1-8-2 042-491-5556  | もとまちスマイル歯科<br>元町1-13-29<br>042-497-2751 |
| 11日 | 清瀬下宿中央診療所<br>下宿2-391-7 042-491-2217    | 水上歯科医院<br>中清戸3-328<br>042-495-0648      |
| 12日 | 清瀬博済堂クリニック<br>竹丘2-15-15 042-410-0001   | 笹原歯科医院<br>中里5-2-8<br>042-492-6688       |
| 18日 | 廣橋小児科・内科医院<br>元町1-5-3 042-493-7400     | 岩崎歯科医院<br>元町1-8-37<br>042-494-2277      |
| 25日 | 花園医院<br>松山3-5-14 042-491-0315          | 筒井歯科医院<br>中里3-77-12<br>042-493-4180     |

## 平日小兒

▶ (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)デンソーウェーブの登録商標です。