



2月15日

午後1時～午後4時  
(開場 = 午後0時30分)



おりづるコースター

広島市の平和記念式典で海外を含む全国から届けられた平和への願いと祈りが込められた「おりづる」を活用して、広島市内の障害福祉施設の協力により、清瀬市が作りました。

# 平和首長会議東京都多摩地域平和ネットワーク主催 戦後80年 平和サミット ～若者が紡ぐ次世代への平和メッセージ～

戦後80年事業の取り組みとして、多摩26市在住の高校生・大学生26人が、平和ユースとして令和7年8月に広島市を訪問し、被爆体験者や現地の同年代の方と交流しました。そして今回、平和ユースによる活動報告や平和メッセージの提言などを行う平和サミットを開催します。ぜひお越しください。  
場 パルテノン多摩大ホール (多摩市落合2-35) 費 無料 場 直 問 市民協働課協働係 ☎ 042-497-1803  
※ご来場の際は公共交通機関または近隣の有料駐車場をご利用ください。手話通訳あり。



詳しくは  
こちら



「平和ユース」として参加された皆さま

## 【第1部】講演

被爆体験の伝承者として活動されている杉浦圭子氏による講演

## 【第2部】活動報告

平和ユースが研修先の「広島」における出会い・学び・気づきについて活動報告します。清瀬市から派遣した研修生が出演!

## 【第3部】トークセッション

平和ユースが多摩地域26市の市長に「平和のメッセージ」を伝えるトークセッション。清瀬市から派遣した研修生が出演!



## 杉浦圭子氏

広島県出身。元NHKアナウンサー、被爆体験の伝承者。「7時のニュース」「紅白歌合戦」の他、数多くの原爆・平和関連番組を担当。

## 平和祈念展等実行委員会委員を募集します

市では、清瀬市平和祈念展等実行委員会を設置し、毎年8月と3月に「平和祈念フェスタ in 清瀬」で講演会・上映会・展示会などを開催して平和に関する取り組みを行っています。令和8年度の実行委員会の開催に伴い、委員を募集します。

【応募資格】市内在住・在学・在勤の18歳以上の方 【募集人数】20人以内(応募者多数の場合は書類選考)

申 問 2月2日～27日(必着)までにQRコード内申込みフォームまたは応募用紙(下記窓口または市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接窓口、ファクスまたは郵送で市民協働課協働係

☎ 042-497-1803 FAX 042-492-2415



市ホームページ  
はこちら  
(2月2日～公開)



申込みフォーム  
(2月2日～受付)



## 令和8年清瀬市消防団出初式を開催しました

「出初式」は毎年1月初旬ごろ、自治体ごとに全国各地で開催されています。清瀬市では1月10日に清瀬駅北口駅前ロータリーで開催し、約1,000人の方にご観覧いただきました。

消防車のパレードや消防団員による一斉放水、清瀬三中吹奏楽部による演奏などが行われ、防火・防災への意識啓発を行うとともに現在の消防力を広報し、消防団への理解と信頼を深めることができました。

☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847



一斉放水



清瀬市消防団長訓示



分列行進



消防少年団演技

## 消防少年団の入団者募集

消防少年団は、防火・防災に関する知識・技術を身につけるとともに、規律ある団体活動を通じて、社会の基本的なルールをきちんと守り、思いやりの心を持った責任感のあるおとなに育つよう、日々の活動に取り組んでいます。消防少年団をやりたい方や興味のある方は清瀬消防署までお気軽にご連絡ください。

☎市内在住・在学中で小学3年生～高校3年生の方。

【募集期間】2月2日(月)～3月31日(火)

【活動時期】原則毎月1回。土曜日または日曜日

☎清瀬消防署 ☎042-491-0119



## 消防団の入団者募集

「自分たちのまちは自分たちで守る」という強い使命感があり、市内在住・在勤・在学の18歳以上の健康な方を募集しています。

まずはお気軽に防災防犯課までお問い合わせください！

☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847



## 清瀬市特殊詐欺被害防止サポーター養成講座

東村山警察署の署員が、最新の特殊詐欺の手口や防止対策のコツをお伝えします。受講者には、オリジナルグッズ（缶バッジ・ネックストラップなど）と認定証をお渡しします。

☎市内在住・在勤の方であればどなたでも。先着50人 ☎2月6日(金)午後1時30分～2時30分 場しあわせ未来センター 費無料 ☎電話または直接窓口で防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1848



身近なイベントや街角の話題、各種大会で優秀な成績を収めた方・団体などをご紹介します。皆さんからの応募も受け付けています。

## ピアノコンクールで金賞を受賞されました

令和7年12月6日に、中野坂上ハーモニーホールで開催された、ブルグミュラーコンクール2025東京12月ファイナルの小学5・6年A部門で、清瀬小5年生の内田日南子さんが金賞を受賞されました。

おめでとうございます！



受賞した内田日南子さん

## 清瀬花の里防災フェスタ

地震や火災など、いざという時に役立つ防災を、楽しみながら学べる「防災フェスタ」を開催します。起震車による地震体験や、煙体験ハウスを使った火災時の避難体験、かまどベンチを活用した炊き出し体験のほか、公園に隣接する特別養護老人ホーム清雅苑では防災について学べる講座も行います。当日はキッチンカーも出店しますので、ご家族やご友人と一緒にぜひお気軽にお越しください。 ☎2月15日(日)午前10時～午後2時 場清瀬花の里公園 ☎清瀬花の里公園防災イベント実行委員会 ☎080-3125-2262

## 清瀬市市制施行55周年記念 清瀬市民感謝デー in 西武園ゆうえんち

清瀬市市制施行55周年を記念して、2月28日(土)に西武園ゆうえんちで「清瀬市民感謝デー」を実施します！抽選で市内在住のご家族55組（1家族4人まで）を「市民感謝デー in 西武園ゆうえんち」へ無料でご招待します（1日レジャー切符を贈呈）！抽選に外れた方も、嬉しい割引があります。割引内容など詳しくは、右記ホームページをご確認ください。

☎シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808



詳しくはこちら

## 夢空間アンバサダーに 豊岡 真澄さんが就任

清瀬市立中央公園に設置した鉄道車両「夢空間」の魅力発信を強化するため、ママ鉄タレント・鉄道文化人である豊岡真澄さんが夢空間アンバサダーに就任しました。

豊岡真澄さんは、ホリプロ所属時に担当マネージャーの影響により鉄道ファンに目覚め、元祖鉄道アイドルとして、数々の雑誌・イベント・番組（タモリ倶楽部など）に出演。現在は2児の母となり、ママ鉄・鉄道文化人としてイベントやYouTubeなどを通じて鉄道の魅力を伝える活動をされています。

今後、夢空間アンバサダーとして、夢空間の魅力を発信していただきます。

☎シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808



豊岡真澄さん

## 「旅と学びの協議会」に参画しました！

市と清瀬市観光協会は、産官学の多様な連携によって、旅の効用を科学的に検証し、旅を通じた学びの機会を創出する共創型プラットフォーム「旅と学びの協議会」に参画しました。

協議会の参画団体とともに、清瀬市の歴史や自然、農のある風景などの地域資源を学びの題材とし、旅の価値創出と学びの検証を目指したプログラムの展開を目指します。

【事務局】ANAホールディングス株式会社 ☎清瀬市観光協会 ☎042-497-1842



左から ANA ホールディングス株式会社 齋藤若菜氏、清瀬市長、松本英明氏

市報1月15日号2面に記載の「令和7年度中学生の『税についての作文』『税の標語』受賞者名に誤りがございました。

【正】松島圭汰（清瀬四中）【誤】松島佳汰（清瀬四中）  
申し訳ございませんでした。

## 納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎2月25日(水)・26日(木)午後8時まで  
■日曜納税・納税相談 ☎2月22日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎2月14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



### 令和7年度第4回全国瞬時警報システム（Jアラート）全国一斉情報伝達試験を実施

大規模災害などの発生時に国からの緊急情報を伝達する全国瞬時警報システム（Jアラート）を使用した情報伝達試験が全国一斉に行われます。市内でもすべての防災行政無線を起動し、試験放送を行いますので、ご了承ください。

**【実施日時】**2月6日(金)午前11時

**◆試験放送の内容**  
(上りチャイム音)「これはJアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらは防災清瀬です。」  
(下りチャイム音)

**☎**防災防犯課防災防犯係  
**☎**042-497-1848

### 2月14日(土)午後3時～東村山3・4・15の2号線(清瀬橋・上清戸区間)が開通します

現在、東京都が整備を進めている東村山3・4・15の2号線のうち**新小金井街道から埼玉県所沢市との県境までの約1.6kmの区間が、2月14日(土)に開通します**。当日は、午後3時から通行可能になります。

本区間の開通により、小金井街道の交通渋滞の緩和や、地域交通の安全性・快適性などの向上が期待されます。

**☎**東京都北多摩北部建設事務所工事第一課 **☎**042-540-9511

### 清瀬下宿ビオトープ公園一時閉園のお知らせ

園内の環境整備工事を行います。工事期間中は工事車両の出入りがあることから、公園利用者の安全確保のため、閉園します。ご理解・ご協力をお願いします。

**【閉園期間】**  
2月18日(水)～20日(金)

**場**清瀬下宿ビオトープ公園

**☎**生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係  
**☎**042-497-1815

### 図書館よりお知らせ

◆「おはなしのじかん」の日時が変更になります  
2月より清瀬市立図書館休館日が変更になります。  
また、南部図書館の開館に伴い、おはなしのじかんの開催日が変更になりますのでご注意ください。

図書館名	曜日	時間
駅前図書館	毎週日曜日	午前10時30分～
	毎月第1金曜日	午後3時30分～
元町こども図書館	毎週月曜日	①午後3時～②午後3時30分～
南部図書館	毎週土曜日	午前10時30分～

◆2月より図書館の館内整理日と開館時間が変更になります  
2月以降の開館日は下記ホームページをご確認ください。

**【館内整理日】**

図書館名	変更前	変更後
駅前図書館	第4木曜日	第3月曜日
元町こども図書館	第4火曜日	
南部図書館		

**【開館時間】**

図書館名	開館時間
駅前図書館	午前9時～午後9時
元町こども図書館	午前9時～午後5時
南部図書館	午前9時～午後9時

**☎**駅前図書館 **☎**042-492-8751、元町こども図書館 **☎**042-495-8666、南部図書館 **☎**042-497-2315 (水曜日休館)

詳しくはこちら

### 清瀬駅北口地下駐輪場のご案内

定期利用はご予約された方から、空き次第順次ご案内します(空きがある場合は翌月から利用可)。  
また、一時利用の精算時、定期利用の購入・更新時には交通系ICカードでのお支払いも可能です。  
**☎**清瀬都市開発株式会社 **☎**042-495-3300

詳しくはこちら

定期料金		学生		一般	
		1か月	3か月	1か月	3か月
定期料金	上段	1,600円	4,200円	1,800円	4,800円
	下段	1,800円	4,800円	2,000円	5,400円
一時利用(1日)		100円			

### 使い捨てコンタクトレンズ空ケースの回収を始めます

この事業は、環境への負荷が少ない循環型社会の実現に向けた取り組みです。市では、HOYA株式会社 アイケアカンパニーとの協働事業として、使い捨てコンタクトレンズ空ケースの回収を始めます。

**【開始日】**2月2日(月)～

**【場所】**市役所本庁舎正面玄関(1階守衛室前)

**【方法】**回収場所に設置されている回収ボックスに、空ケースを直接投入(メーカーは問いません)

**【対象外のもの】**ケースのふたが残っているもの、中にレンズ本体が入っているもの

**☎**環境課ごみ減量推進係 **☎**042-497-2534

回収ボックス

### 令和7年度 清瀬市まちづくり委員会報告会

清瀬市まちづくり委員会は、「清瀬市まちづくり基本条例」に基づき市民の皆さまから寄せいただいた市民提案について審議を行っています。この度、委員会で審議した内容などを皆さまにお伝えするために、まちづくり委員会報告会を開催します。

**日**2月21日(土)午前10時～**場**市役所本庁舎

**内**市長への提言、令和6年・7年提案一覧(報告)、条例運用状況調査報告 **☎**清瀬市まちづくり委員会事務局 **☎**042-497-1803

会議・委員会名	日時	場所	問合せ	傍聴
生活安全対策協議会	2月2日(月) 午後2時～	市役所本庁舎	防災防犯課防災防犯係 <b>☎</b> 042-497-1848	直接会場へ
シティプロモーション戦略基本方針検討委員会	2月4日(水) 午後6時～		シティプロモーション課プロモーション係 <b>☎</b> 042-497-1808	
第4回第3次清瀬市教育総合計画マスタープラン検討委員会	2月9日(月) 午後3時30分～	しあわせ未来センター	教育企画課企画係 <b>☎</b> 042-497-2537	
第4回国民健康保険運営協議会	2月10日(火) 午後4時15分～	市役所本庁舎	保険年金課国保係 <b>☎</b> 042-497-2047	
清瀬市廃棄物減量等推進審議会	2月17日(火) 午後2時～		環境課ごみ減量推進係 <b>☎</b> 042-497-2534	

### すくすくクッキング

発災時に活用できるポリ袋を使用した調理の実践法や災害後3～7日間に利用可能な食材(冷凍品を含む)、心身の健康維持を踏まえた調理ポイントなどをお話します。

**対**子育て中の保護者や地域の方 **日**2月16日(月)午前10時～午後0時30分 **場**コミュニティプラザひまわり **費**1,000円(お子さんの保育料500円)。きよせ・チルドレンファーストチケット利用可 **調**西田由美子氏 **申**問QRコード内申込みフォームまたはメールで **NPO**法人ウイズアイ **☎**042-497-9567 **mail**himawari@with-ai.net

詳しくはこちら

### 乳幼児救急講座(育児講座併設)

**対**妊娠中の方とそのパートナー、3歳くらいまでの乳幼児の保護者。先着20組程度 **日**2月27日(金)午前9時30分～11時30分(受付＝午前9時15分～) **場**しあわせ未来センター **内**講①「いまから備える防災講座(育児講座)」＝日本公衆衛生協会保健師 越前屋氏、②「清瀬消防署の出動状況」「乳幼児期に多い事故」「誤飲や頭部打撲時の対応」＝清瀬消防署救急隊員、③人形を使った子どもの心肺蘇生法・AEDの操作体験 **申**問2月26日までにQRコード内申込みフォームで子育て支援課母子保健係 **☎**042-497-2077

詳しくはこちら



## 「プリンスアイスワールド東京公演」に出演の PIWチーム河野有香さんの表敬訪問を受けました

市が後援の「プリンスアイスワールド東京公演」に出演されたPIWチーム河野有香さんより、1月5日に表敬訪問をしていただきました。

市内児童養護施設の子どもたちへ贈られる同公演の招待目録をお預かりしました。



河野有香さん(右)と澁谷市長  
問 未来創造課イノベーション推進係 ☎042-497-1807

## パブリックコメントを募集します

### ◆清瀬市雨水管理総合計画(案)【下水道課施設計画係】

市では、令和4年3月に策定した雨水管理総合計画に基づき、浸水被害の軽減を図ってきました。令和5年12月に東京都豪雨対策基本指針により気候変動を考慮した豪雨対策目標が示されたことから、清瀬市雨水管理総合計画の改訂(案)を策定しました。

このことについて、市民の皆さまから広くご意見を募集します。



申込みフォーム  
(2月1日～公開)

対象者	市内在住・在勤・在学または市内に事業所を有する個人・法人・その他団体、この事業について直接的に利害関係が生じると認められる方(氏名・住所などの必要事項が明記されていないものは受け付けできません)
公表場所	市ホームページ、各地域市民センター、駅前図書館、生涯学習センター、児童センター、南部児童館等複合施設、男女共同参画センター、コミュニティプラザひまわり、清瀬けやきホール、行政資料コーナー(市役所本庁舎1階)、下水道課窓口
提出期間	2月1日(日)～20日(金)
提出方法	申込みフォームまたは直接窓口、郵送(〒204-8511 中里5-842番地)、ファクスで下水道課へ
問合せ	下水道課施設計画係 ☎042-497-2532 ☎042-495-0165

## 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～

### ◆副業・起業・再就職…あなたの「これから」を一緒に考えます。

保育あり(いずれも開催日の3営業日前までに要申込み)。

対 働き方を考えたい女性。各回先着1人

場 男女共同参画センターまたはオンラインで 申込みフォームで

日にち	時間	相談員
2月2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	中小企業診断士・ 社会福祉士 岩崎玲子氏
3月16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	



申込み  
フォーム

### ◆しごと探し「出張マザーズハローワーク」

「安心して働きたい」「働き方の壁に不安を感じている」「仕事と生活のバランスに悩んでいる」——そんな女性たちに向けて、求人情報をお届けします(申込み不要)。保育なし。

日 3月16日(月)午後1時30分～3時30分(最終受付＝午後3時)

場 直きよせコワーキングスペースことりば

問 NPO法人ダイバーシティコミュ ☎050-1809-0264(平日午前9時～午後5時) info@diversitycommu.com

## 国際女性デー記念講演会 ～ジェンダーギャップ指数1位のアイスランドに学ぶ～

長年、ジェンダーギャップ指数(男女平等の達成度合いを示す指数)1位のアイスランドは、いかにしてジェンダー格差を解消してきたか、今後さらに何に挑戦しようとしているのか。

男女共同参画センター(アイレック)30周年の最後を締めくくるイベントとして国際女性デー記念講演会にアイスランド大使館 駐日アイスランド大使 フレイン・パウルソン氏をお招きし、アイスランドにおけるジェンダー平等の取り組みについてお話しいただきます。先着180人。日 3月1日(日)午後2時～4時 場 アミューホール 費 無料

申込み 2月2日～電話または申込みフォームで男女共同参画センター ☎042-495-7002(平日午前8時30分～午後5時)

※国際女性デーのシンボルカラーにちなんで、本庁舎の石銘板をミモザカラー(黄色)にライトアップします。

※保育あり(2月18日までに要予約)。先着10人。



申込みフォーム  
(2月2日午前8時30分～受付)



駐日アイスランド大使  
フレイン・パウルソン氏

## 募集

## 市民農園の利用者



詳しくは  
こちら

### 中清戸五丁目市民農園

市では、土に親しみながら野菜などを作り、農業に対する理解や生産の喜びなどを味わっていただくことを目的とし、市民の皆さんが野菜づくりや花栽培などを行える市民農園を開設しています。皆さんも野菜の栽培などにチャレンジしてみませんか。

対 市内在住で野菜などの栽培に意欲のある世帯(ただし、1世帯につき1区画。また、竹丘二丁目市民農園をご利用の方は応募不可)。応募者多数の場合は、2月25日(水)午前9時30分～市役所本庁舎4階研修室で公開抽選を行います

場 中清戸五丁目市民農園

費 1区画あたり月額1,500円(指定日(2月2日～受付)までに当該年度分を一括納入)

【使用期間】令和8年4月1日～令和11年2月末日(市もしくは土地所有者の都合により変更となる場合があります)

【募集区画】26区画(1区画約20平方メートル) ※区画の形成にあたり多少の前後があります

申込み 2月2日～16日に直接窓口(本人確認書類が必要)または上記申込みフォームで(1世帯で複数の申込み、電話での受け付けは不可)

問 産業振興課農政係 ☎042-497-2052



## 募集

## 体験農園の利用者



### ◆プチ農業 楽楽農園

区画などは決めずに農園主を含め利用者の方々に栽培計画を作成し、栽培計画に沿った農産物の生産を体験できます(希望の品目は応相談)。種子や苗・肥料・農具などは農園主が用意します。

場 松村園芸(野塩4-80-3) 費 年額40,000円

【利用期間】12月31日(木)まで 申込み 申込み受付中。松村園芸・前田健太郎 ☎050-5476-0718

### ◆小寺農園

農家(農園主)の方の指導のもと、農業を体験できます。種や苗、肥料、農具などは農園主が用意します。

また、土・日曜日を中心に、種まきや育成、収穫の仕方を解説する野菜作り講習会を行うので、お勤めの方でも楽しみながら野菜作りを学ぶことができます。

対 20歳以上の方(家族での参加も可。応募者多数の場合は抽選)

場 小寺農園「畑のなかま 清瀬」(下清戸5-906) 費 年額41,000円(年間一括払い。種・苗・肥料・講習代・野菜代などを含む)

【利用期間】3月中旬～令和9年2月中旬 申込み 2月20日(必着)までに、メールまたははがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒204-0011 下清戸5-906小寺農園「畑のなかま 清瀬」まで郵送

問 事務局・佐藤根 ☎090-6176-8344 info@mi.satone@ezweb.ne.jp

### ◆斉藤農園

土作り、種まき、生育管理、収穫まで専業農家と一緒に野菜作りを体験できます。種や苗、肥料、農具などは農園主が用意します。

【利用日】週1回午前9時30分～正午(土曜日を除く、ご希望の曜日を選択可) 場 斉藤農園(上清戸2-2-2) 費 月額3,000円(年間一括払いの場合は35,000円) 申込み 申込み受付中。住所・氏名(ふりがな)・電話番号・ご希望の曜日を記載のうえ、ファクスで斉藤農園

☎042-492-4271

## 都営住宅入居者を募集します

### 【対象となる募集】

ポイント方式による募集(家族向のみ) 単身者・車いす使用者向・シルバーピア(居室内で病死などがあつた住宅を含む)

【募集案内の配布期間】

2月2日(月)～10日(水)

【募集案内の配布場所・時間】

市役所本庁舎1階総合案内、都市計画課、福祉総務課、生活福祉課、子育て支援課＝平日午前8時30分～午後5時。各地域市民センター、生涯学習センター、子ども家庭支援センター＝各センター開館日の開館時間内

### 【申込み締切日】

オンライン＝2月17日午後11時59分までにJKK東京ホームページ内から申込み、郵送＝2月17日(必着)までに渋谷郵便局へ

※ポイント方式による募集は、2月17日午後6時までに東京都住宅供給公社都営住宅募集センターへ必着

問 JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎03-5467-9269または ☎0570-010-810(申込期間内)、☎03-3498-8894(申込期間外) いずれも土・日曜日、祝日は除く



詳しくは  
こちら



健幸長寿歯科健診は2月28日(土)までに  
受診してください

オーラルフレイルの予防を目的とした歯科健診を実施しています。全身の健康と深い関わりがあるお口の健康状態を無料で確認できる機会ですので、ぜひご受診ください。

市に住民登録があり、令和8年3月31日時点で76歳、78歳、80歳の方 清瀬市歯科医師会加入医療機関 無料受診券、後期高齢者医療資格確認書または健康保険利用登録をしたマイナンバーカード(マイナ保険証)、いずれもお持ちでない方は本人確認できるもの

2月28日(土)まで

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

※対象者の方には、11月下旬に受診券を発送しています。詳しくは受診券をご確認ください。

※訪問での歯科健診は行っていません。



詳しくはこちら



**オーラルフレイルとは**…嚥んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指し、早期の重要な老化のサインとされています。嚥む力や舌の動きの悪化が食生活に支障を及ぼしたり、滑舌が悪くなることで人や社会との関わりへの減少を招いたりすることから、全体的なフレイル進行の前兆となり、深い関係性が指摘されています。

雑木林の維持管理作業

カタクリなど早春に咲く植物を守るため、落ち葉掃きを中心に冬の雑木林(都・市有林)の維持管理作業を行います。作業時間は原則午前9時～正午ごろです(集合時間＝午前8時45分)。

日場 下表のとおり

持 飲み物、作業手袋、お持ちの方はヘルメット、マスク

清瀬の自然を守る会 ☎042-492-0710

※小雨時など開催するか判断しかねる場合は当日午前7時～8時に上記へご連絡ください。

※作業場所については、変更となる可能性があります。



交通災害共済(ちょこっと共済)にご加入を!

「ちょこっと共済」は交通事故によるケガでの入院・通院に応じて、見舞金を受けられる助け合いの制度です。

※相手方の損害を補償するものではありません。

市に住民登録のある方

【共済期間】4月1日～令和9年3月31日(4月1日以降に加入申込みされた場合、申込日の翌日から令和9年3月31日まで)

費 おとな・子ども共通で、一人一口。Aコース(年額1,000円で最高300万円の見舞金)、Bコース(年額500円で最高150万円の見舞金)

2月1日～ちょこっと共済ホームページまたは下記銀行等の窓口で申込み。りそな銀行清瀬支店 派出所(市役所本庁舎1階)、りそな銀行・三井住友銀行・みずほ銀行・西京信用金庫・飯能信用金庫の各清瀬支店、きらぼし銀行・青梅信用金庫の各秋津支店 道路交通課 道路交通係 ☎042-497-2096

※印鑑は不要です。

※令和7年度に加入している方も令和8年度分は改めて申込みが必要です。

※見舞金の請求には、交通事故(人身)証明書が必要です。

※自転車の単独事故などの小さな事故もカバーできますので、事故に遭った際には、すみやかに最寄りの警察署にお届けください。



詳しくはこちら



マスコットキャラクター「ちょこる」

税の申告書を配布しています

市・都民税の申告書及び確定申告書を配布しています。

【配布場所】市役所本庁舎2階市民協働ルーム前

【配布期限】3月16日(月)までの開庁日

※確定申告書は、数・種類に限りがありません。なくなり次第、配布終了となりますのであらかじめご了承ください。

課税課市民税係 ☎042-497-2040



確定申告書の印刷はこちら

新型コロナワクチン助成は3月31日(火)まで

市では、新型コロナウイルス感染症の重症化リスクの高い高齢者等を対象に、予防接種の費用助成を行っています。

接種を希望する方は、助成期間を逃すことのないようご注意ください(高齢者のインフルエンザ予防接種は、1月31日で終了しています)。

市に住民登録があり、次の①②いずれかに当てはまる方。

①接種日時点で65歳以上の方

②接種日時点で60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される方またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方(どちらもおおむね身体障害者障害程度等級1級相当) 市指定医療機関(一覧は市報10月1日号に掲載しています)及び近隣11市(東久留米市、東村山市、小平市、小金井市、国分寺市、東大和市、立川市、昭島市、国立市、狛江市、武蔵村山市)の指定医療機関 費6,500円(助成後の金額です。一般的な接種費用の4割程度で接種できます。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象の方は無料) 公的な本人確認書類(マイナ保険証、資格確認書等)、生活保護世帯・中国残留邦人等支援給付対象の方＝各証明書、対象者②に該当する方＝身体障害者手帳(1級) 3月31日(火)まで

健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075



詳しくはこちら



※使用するワクチンについては、医療機関によって異なるため、事前に各医療機関にご確認ください。

※予診票は自宅に送付されません。接種日に医療機関でご記入ください。

※予防接種は強制ではありません。

※接種後の払い戻し制度はありません。

※長期入院・施設入所している方などやむを得ない理由により市指定医療機関以外で接種を希望される場合は、事前に上記までお問い合わせいただくか、右上のQRコードから市ホームページをご確認ください。

健康づくり推進員になりませんか?

◆健康づくり推進員とは?

健康づくり推進員は、市民の皆さんの健康づくりを推進していくために平成15年9月に「健康づくり推進員制度」を設け活動を開始しました。活動は今年で23年目を迎えます。健康づくり推進員は養成研修に参加し、修了した方の中から選出され活動ができます。

◆どんな活動をしているの?

健康づくり推進員は、市と協働しながら市民の健康づくりを支援・推進するさまざまな役割を担っていて、健康づくりを目的としたハイキングや体操、閉じこもり予防を目的とした地域でのサロン活動など、4つの部会に所属し企画や運営を行っています。

現在22人の個性豊かな推進員が楽しく活動しています。

あなたも市民の皆さんの健康づくりや仲間づくりのお手伝いをしてみませんか。

◆清瀬市健康づくり推進員養成研修参加者募集!

健康づくり推進員として活動を希望する方は参加必須です。

市内在住の方 2月17日(火)午後2時～3時15分(受付＝午後1時30分～) 市あわせ未来センター 東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム研究部長 村山洋史氏 問 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076



一緒に楽しくお話ししませんか?

◆中清戸オレンジハウス ～チームオレンジ清瀬～

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 2月5日・12日・19日・26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) 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

◆ぷらっとカフェ認知症カフェイベント

認知症に関心のある方 2月17日(火)午後2時～4時 場 ぷらっとカフェ(あさひがおかぐりーんモール内) 費200円(お茶代) 市きよせ清雅地域包括支援センター ☎042-495-1370



詳しくはこちら



◆信愛おはなしカフェ

お茶を飲みながら気軽におしゃべりしませんか。市に住民登録のある方 2月26日(木)午後3時～4時 場 信愛ふれあいホール(梅園二丁目) 費200円(お茶、お菓子込み) 市きよせ信愛地域包括支援センター ☎042-492-1850



## 催し・イベント

## スマホ個別相談会(事前予約制)

スマートフォンの操作に関する相談会です(1人30分)。市内在住の高齢者 2月7日(土)午前10時～正午 持ちご自身のスマートフォン(通信料は自己負担)

場 申込み きよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027

## ヒューマンライブラリー

ヒューマンライブラリーとは、「人を本に見立てて読者に貸し出す図書館」という意味で、「読者」と「本」が対話をするイベントです。地域で暮らす方の物語に触れてみませんか？ 市内在住・在勤・在学で高校生以上の方(中学生以下は保護者同席)先着10人 2月14日(土)午後2時～4時 **【本役】** 塚本さん(全盲の母)、一色さん(障害のある子どもの母) 場 申込み 申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

## KIC第46回

## 清瀬でも英語しゃべらん会

テーマは「Our Memories of Valentine's Day(バレンタインデーの思い出)」。2月14日(土)午後2時～ 場 生涯学習センター 費 無料 講 ピーター・ボハンナン氏 問 清瀬国際交流会・藤芳 ☎080-3316-4476 ④fragrant\_wisteria@ymail.ne.jp

## きよせの社福「はたらく相談会～ここにはやさしさがあります～」

働くことや生活のお悩みを相談しませんか。当日参加も歓迎です。就業に不安や心配ごとがある方や求職中の方。福祉の仕事への転職を考えている方 2月18日(水)午後2時～4時30分 場 アミューホール 費 無料(参加特典あり) 申込み 電話で社会福祉協議会 ☎042-495-5333 **【主催】** 清瀬市社会福祉法人社会貢献事業協議会(きよせの社福) **【共催】** 清瀬市

## 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。2月25日(水)午前10時～正午 場 コミュニティプラザひまわり 申込み 電話で きよせ権利擁護センターあいねっと ☎042-495-5573

## 講座・講演会

## 市民法律講座

◆地震における法律問題～知っておけば行動できる～

地震が起きたとき、どのような法律問題が発生するかなど弁護士

がお話しします。市内在住・在学・在勤の方 2月27日(金)午後2時～4時 場 男女共同参画センター 費 無料 講 東京三弁護士会多摩区法律相談センター 申込み 2月2日午前8時30分～申込みフォームまたは電話で市民協働課協働係 ☎042-497-1803



申込み  
フォーム

## 第9回消費生活講座 終活講座⑧

◆遺言書を実際書いてみよう 市内 2月6日(金)午前10時～正午 場 男女共同参画センター 費 無料 講 司法書士 泉嘉一氏 申込み 2月5日～平日の午前9時～午後5時の間に電話で消費生活センター ☎042-495-6211 ※保育あり(先着3人。生後6か月～未就学児。要予約)。

## 健康・福祉



## 山本病院「骨粗鬆症について」

骨折のリスクを防ぐ方法などをお伝えします。多くの方のご来場をお待ちしています。

市内 2月18日(水)午後2時～3時 費 無料 講 山本病院整形外科医師 岡田善史氏 場 申込み 電話で山本病院・町田 ☎042-491-0706

公立昭和病院  
「第42回市民公開講座」

①「膝がんの早期発見に向けて～リスクが高いのはどんな人？～」②「元気な膝でいつまでも快適な毎日を～膝の痛みの予防と治療～」 2月21日(土)午後2時30分～4時(午後2時開場) 費 無料 講 ① さいとう医院副院長 齋藤倫寛氏 ② 公立昭和病院整形外科医長 佐藤祐希氏 場 直 小金井宮地楽器ホール(小金井市本町6丁目) 問 公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

ベトレヘムの園病院  
無料健康公開講座

◆生涯食べる！楽しく嚥下運動 さまざまな種類のプリンの食べ比べも行います。先着12人。 3月5日(木)午後2時～3時ごろ 費 無料 講 言語聴覚療法士 場 申込み 2月16日午前9時～電話でベトレヘムの園病院 ☎042-491-2525

## 骨粗しょう症予防教室

超音波骨量測定、栄養相談、簡単な運動(午前中のみ)など。市内 2月3日(木)午後2時～3時ごろ 費 無料 講 言語聴覚療法士 場 申込み 2月16日午前9時～電話でベトレヘムの園病院 ☎042-491-2525

## 健康測定会

血管年齢・血圧・体組成・脳年

齢測定、健康相談、物忘れ相談プログラム、たばこの健康相談、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30人(予約制) 3月4日(水)・5日(木)②3月6日(金)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

からだバランス測定と  
簡単エクササイズ

姿勢・足裏バランス・血管年齢測定や簡単エクササイズを行います。 清瀬市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方。先着50人(予約制) 3月10日(火)午前9時30分～11時30分、午後1時～3時 場 しあわせ未来センター 申込み 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

## 募集

清瀬市地域包括支援センター  
運営協議会委員

当協議会は、地域包括支援センターが公正・中立に運営されているかなどの協議を行うための機関です。さまざまな方の意見を広く事業に反映させるため、一般市民の委員を募集します。 市内 2月9日～20日(必着)に申込書(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、直接窓口または郵送で介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

清瀬市地域支え合い活動支援  
事業の活動資金支援補助

主に高齢者を対象とした買い物支援のボランティア活動を行う市内の団体に対し、1団体10万円を限度に活動資金の補助を行います。令和7年度中の活動が対象です。 **【項目例】** 備品購入費、印刷製本費、消耗品費、燃料費、保険料他 申込み 2月13日(必着)までに社会福祉協議会ホームページまたは窓口で配布する申請書に必要事項を記入し、直接窓口または郵送で社会福祉協議会 ☎042-495-5333



詳しくは  
こちら

## シルバー人材センター正規職員

安心して働ける環境の公益法人です。詳しくはホームページをご確認ください。 **【職種】** 一般事務(シルバー人材センターでの業務・経理・庶務等) 平成3年4月2日～平成16年4月1日生まれの方 **【勤務場所】** シルバー人材センター(松山3-13-16) **【勤務時間】** 平日午



詳しくは  
こちら

前8時30分～午後5時15分 **【募集人数】** 1人 **【報酬】** 当センター職員給与規程による(市職員と同程度) **【採用予定】** 令和8年4月1日 申込み 2月2日～13日(必着)に申込書(ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、直接窓口または郵送で清瀬市シルバー人材センター ☎042-494-0903

## 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。 市内 2月9日(月)、研修会＝3月2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

## 東京都消費生活調査員

**【応募要件】** 都内在住かつ令和8年4月1日時点で18歳以上の方で、電子メールアドレスを保有しスマホなどの電子機器でインターネットを利用したオンラインで調査回答ができる方。募集人数300人 **【任期】** 委嘱された日から令和9年3月31日まで **【調査内容】** 食品の表示状況の店舗調査などの3区分の調査や都が必要と認めたテーマ調査 **【謝礼】** 調査1回につき3,000円など 2月16日までにホームページの応募フォームから 問 東京都生活文化局消費生活部 ☎03-5388-3076



詳しくは  
こちら

## 市民伝言板

**【市民伝言板利用案内】** ●3月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、2月2日午前8時30分から2月16日まで受け付けます。先着25枠。3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、2月16日まで受け付けます。●利用案内は、市ホームページに掲載またはシティブ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 シティブロモーション課 係 ☎042-497-1808 ④042-491-8600 ④kouhou@city.kiyose.lg.jp

一緒に第九を歌いましょう！無料練習体験▶ベートーベン「第九」を主にオペラ曲、宗教曲、映画音楽等幅広く。2月7日(土)・21日(土)・28日(土)9時30分～12時、アミューホール、無料、清瀬第九合唱団・大河内 ☎042-495-8478 ④kiyosedai99@yahoo.co.jp 市民と議員の意見交換会▶清瀬でおきている疑問や提案を市議会有志議員と話しあいましょう。2月7日(土)10時～12時、児童センター、無料、市民と議員の意見交換会・目黒 ☎090-5398-8334 みんなで楽し～く！うたう会♪▶来場者の皆さんと一緒に童謡・唱歌、歌謡曲を一緒に歌います。2月5日(木)・18日(水)14時～15時45分、竹丘地域市民センター、参加費各回1,200円、taketruth音楽企画・武井 ☎070-5020-5577 ④taketruth579@gmail.com



## 寄付・寄贈



◆市【まちづくり応援寄附金】へ  
石井博之様(50,000円)、中村悠哉様(16,000円)、竹輪龍哉様(50,000円)、廣瀬誠様(10,000円)、平田真夕様(5,000円)

◆市【一般等寄附金】へ  
清瀬上和太鼓様(20,000円)  
◆市【緑地保全基金】へ  
ボランティアきよせびと様(255,552円)、匿名様(12,400円)

ありがとうございました。



## 中央公園の第Ⅱ期工事のお知らせ

2月2日(月)より、中央公園のテニスコート側の整備工事に着手します。

工事中は公園内のトイレの使用ができませんので、「まつぼっくり」内のトイレをご利用ください。

皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

スケジュール等につきましては、ホームページをご覧ください。

問公園について＝水と緑と公園課公園係  
☎042-497-2098

整備工事について＝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

## 清瀬けやきホール



清瀬けやきホール  
ホームページ

①歌って健康！歌声サロン  
懐かしい名曲の数々をブロの生演奏にあわせて歌ってみませんか。日2月25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)講師山公章氏  
申当日券のみ、直接会場へ

②そうだじゅげむきこう(2月)  
日2月14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】桂三木助  
申チケット発売中

③気軽にクラシック！梅津碧ソプラノコンサート  
日2月23日(月)午後2時～(開場＝午後1時15分)費一般2,500円、友の会2,000円(全席自由、未就学児入場不可)

【出演】梅津碧(ソプラノ)、山田武彦(ピアノ、お話)申チケット発売中

④映画上映会「104歳、哲代さんのひとり暮らし」  
日3月14日(土)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・付添い各1,000円(全席自由、未就学児入場不可)  
申チケット販売中

⑤おけいこアロマ「花粉の時期のセルフケア」  
マスクスプレーを作ります。先着10人。日2月11日(水)午後2時～3時30分費1,800円講師西脇直子氏

⑥Let'sリトミック「冬のうたとあそび」  
季節に沿った月替わりのテーマで音楽を交えながら楽しく遊びます。各クラス先着12組。日2月17日(火)ひよこクラス(一人でお座りできることから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分費各クラス1,500円講師小宮しのぶ氏持お子さんの飲み物、お持ちであれば名札

⑦赤ちゃんとスキンシップ遊び！  
赤ちゃんへのオイルマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。

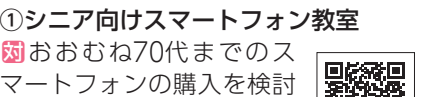
※2か月～ハイハイ前の赤ちゃん。先着8組日2月6日(金)午前10時30分～正午費1,500円講師小宮しのぶ氏

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

申問ホームページ内申込みフォーム(②～⑦)または直接窓口、電話で清瀬けやきホール☎042-493-4011

※⑥⑦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



コミュニティプラザひまわり  
ホームページ

①シニア向けスマートフォン教室  
※おむね70代までのスマートフォンの購入を検討している方や初心者の方。先着20人日2月17日(火)午後2時～4時費無料講師KDDI(株)認定講師持筆記用具  
※スマートフォン(Android)を一人1台貸し出します。

②ひまわりKidsテニス教室(2～3月期)  
※6歳～小学3年生のテニス未経験者。先着10人日毎週月曜日午後4時～5時10分(全9回)費期間登録料2,000円、各回1,000円、ラケットレンタル無料講師安達祐人氏

③ピククルボールを楽しむ会 in KIYOSE  
各回先着20人。日2月7日(土)・10日(火)午後1時30分～3時30分、20日(金)午前9時30分～11時30分、24日(火)午後6時30分～8時30分(受付＝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

④発酵パワー学ぶ＆造る「食べるラー油＆コチュジャン」  
先着20人。日2月21日(土)午前10時～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持エプロン、三角巾、ふきん3枚

⑤手ごねパン教室(塩パン作り)  
作ったパンはお持ち帰りできます(試食あり)。先着16人。日3月3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持エプロン、三角巾、ふきん3枚、筆記用具

申問①③④は直接窓口または電話で②はホームページをご確認ください⑤は2月3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(Windows11)  
先着10人。日2月7日(土)・14日(土)・21日(土)・28日(土)(4回連続)午前10時～正午※基礎、Word、Excel、インターネット

②無料スマホ教室  
先着10人。日2月19日(木)午前10時～正午※基本操作、アプリ、Wi-Fi利用

## 多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館  
ホームページ

### 大人のための環境講座

#### 「身近な生き物たちと共に暮らすガーデニング」

「自然共生サイト」として認定された庭のオーナーから、生きものたちにも居心地の良い庭づくりのアイデアを学びます。  
※おとな(18歳以上)。定員25人(応募者多数の場合は抽選。当選者のみに参加券を送付。参加者以外の同伴不可)日2月25日(火)午前10時～正午費参加費1,000円。別途入館券520円が

必要申2月13日(必着)までに多摩六都科学館ホームページ内申込みフォームまたははがきに、イベント名、開催日時、氏名(フリガナ)、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記載のうえ郵送で多摩六都科学館  
※2月の休館日：2日(月)・9日(月)・12日(木)・16日(月)・24日(火)

### 3月1日(日)は市民感謝デー(清瀬市に在住・在勤・在学の方限定)

◆市内在住・在勤・在学の方は当日入館料が無料！

受付で身分を証明できるものを提示してください。  
※プラネタリウム・大型映像観覧は有料。

【時間】午前9時30分～午後5時

問いずれ也多摩六都科学館☎042-469-6100

場多摩六都科学館

◆清瀬駅北口⇄多摩六都科学館無料シャトルバスを運行！

※どなたでも【運行時刻】清瀬駅北口発＝午前8時40分、午前9時50分、午前11時、午後1時30分、午後2時50分

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※ビリヤード、ヨガ、卓球、カラオケ、健康麻雀、パソコン、eボウリング、リズムエアロビ、健康けん玉 申問いずれも電話で(一社)きよせ100歳時代☎042-494-2800

## 児童センター

①プロから学ぶ写真の撮り方ワークショップ

アドバイスを受けながらスマホで構図などを工夫して撮影します。※幼児～小学生の親子。先着10組日2月7日(土)午後2時～3時費無料持スマートフォン

②竹丘出前児童館

2月はミサンガ、3月はお守りを作ります。※幼児～高校生世代(幼児は保護者同伴)。各日先着10人日2月22日(日)、3月8日(日)・22日(日)午後1時30分～4時30分場竹丘地域市民センター費無料

③なんでも発表会

劇、演奏、ダンスなど子ども向けの楽しいパフォーマンスの発表会を行います。日2月28日(土)午前10時30分～午後4時ごろ費無料

申①は直接窓口または電話で②③は当日直接会場へ問児童センター☎042-495-7700(午前10時～午後5時。火曜日休館)  
※公共交通機関でお越しください。

## 各地域市民センター

### ◆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】バドミントンの利用施設を一般開放！  
※小学生以上(小学生は保護者同伴)。【1】先着4組、【2】先着3組日2月21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

#### ②SOLTILOサッカースクール

サッカー元日本代表の本田圭佑選手がプロデュースするサッカースクールでは、スペシャルクラスのセレクションを受付中です。日2月13日(金)・20日(金)、3月6日(金)・13日(金)午後5時～7時(FP・GK共に応募可)場内山運動公園サッカー場(C面)費1,500円持飲み物、動きやすい服装申SOLTILOサッカースクール



下宿地域市民センター  
ホームページ



SOLTILO  
サッカースクール  
ホームページ

ホームページで

### ③はじめてのFREE STYLE DANCE

瞬発力、持久力、柔軟性が身につく体力向上に効果的です。※18歳以上の方。先着15人日2月10日(火)・24日(火)午後1時30分～2時30分費月額1,500円(2回分)、1回1,000円持動きやすい服装、飲み物

### ④はじめてのピラティス教室

骨格を整え内臓の新陳代謝を上げ、痩せやすい身体づくりを目指しましょう！※18歳以上の方。先着15人日2月5日(木)・19日(木)午前10時45分～11時45分費月額1,500円(2回分)、1回1,000円持動きやすい服装、飲み物

### ⑤ZUMBA

大人気のダンスエクササイズ！初心者大歓迎！※18歳以上の方。先着15人日2月4日(水)・18日(水)午後1時15分～2時15分費月額1,500円(2回分)、1回1,000円持動きやすい服装、飲み物

申問ホームページ内申込みフォーム(①・③～⑤)または直接窓口、電話で下宿地域市民センター☎042-493-4033

### ◆野塩地域市民センター

#### ①演劇ワークショップ～演じて楽しむコミュニケーション～

演劇で「考える・感じる・話す・関わる」を体験し、コミュニケーション力を育ててみませんか。演劇経験がない方も大歓迎です。先着10人。日2月15日(日)午後2時～4時費1,000円講師寺嶋良浩氏持動きやすい服装、飲み物

#### ②未永く元気に暮らすための健幸習慣

生活習慣病や老いに対して、メカニズムと基礎知識を正しく知り、日々の生活でできる予防につながる「健幸習慣」を楽しく学んでみませんか。先着6人。日2月14日(土)午前10時～11時30分費1,500円講師野村征吾氏持動きやすい服装・靴、飲み物、筆記用具

#### ③日本舞踊のおけいこ「和むすび」

日本舞踊の所作や小道具に触れ、和の文化を体験しませんか？浴衣の着付けや小道具の扱いを覚え、簡単な踊りを舞ってみましょう。※小学生以上。先着10人日2月21日(土)午後1時～3時30分費1,000円。浴衣レンタル別途500円講師花柳静純都氏持足袋ソックス、浴衣(お持ちの方)、飲み物、タオル

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



各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

①特別展「寝台列車今昔物語～夢空間が清瀬へ、その軌跡～」

2月1日(日)、清瀬市立中央公園に設置した鉄道車両「夢空間」がお披露目されます。「夢空間」は平成元年に誕生し、豪華な内装で話題を集め、現在の豪華寝台列車に大きな影響を与えています。展示では、夢空間や日本の食堂車・寝台車の歴史を紹介します。

期2月1日(日)～3月15日(日)午前9時～午後5時(月曜日休館、月曜日が祝日の場合は火曜日休館) 場 直郷土博物館

関連イベント

◆記念講演会

【1】鉄道遺産を活かした街づくりと観光

先着18人。

日2月7日(土)午後1時30分～3時 場郷土博物館

講日本鉄道保存協会事務局長 米山淳一氏 申電話で郷土博物館

【2】夢空間、清瀬へ 鉄道遺産保存と自治体の役割

先着18人。

日3月14日(土)午後1時30分～3時 場郷土博物館

講青山学院大学教授 高嶋修一氏 申電話で郷土博物館

◆清瀬の文化財と鉄道をブラリ街歩き

郷土博物館から中央公園まで文化財を見ながらブラリ散歩します。先着8人。

日2月21日(土)午前9時30分～正午【集合】郷土博物館【解散】清瀬駅南口 講郷土博物館学芸員 中野光将、日暮宇翔

申電話で郷土博物館

◆スライドで見る展示解説

担当学芸員がスライドを使って見どころを紹介します。先着30人。

日2月14日(土)、3月8日(日)午後1時30分～2時30分 場 直郷土博物館

②特別展ボランティア募集

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)付与。

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)

③博物館宿泊体験学習

対小学3年生。先着6人(男女各3人) 日2月13日(金)午後5時30分～14日(土)午前10時 場郷土博物館

申2月1日(日)午前9時～2月6日(金)午後4時30分にQRコード内申込みフォームで

※費用、持ち物など詳しくはホームページをご確認ください。

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。



特別展  
ホームページ



「夢空間北東北」  
ヘッドマーク  
(個人蔵)



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 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が対象)	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	2月4日(火)・5日(水)・11日(火)～13日(金)・18日(火)～20日(金)・25日(火)～27日(金)いずれも午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※4日(火)は午前、5日(水)・12日(火)・18日(火)・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〉	2月8日(日)・21日(土)午前10時～11時	
〈Let'sリズムワーク〉	2月15日(日)・28日(土)午前10時～11時	
〈Return bornピラティス〉	2月1日(日)・14日(土)午前10時～11時	
〈笑トレで体力アップ〉	2月7日(土)・22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

2・3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
<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。	2月3日(火)・10日(火)・17日(火)いずれも午後3時～3時15分	
<b>2. ステップアップ幼児食</b> ※1歳～1歳11か月の幼児とその保護者。先着6組(保護者のみの参加も可) ※無料 ※管理栄養士による幼児食の調理実演と試食・相談 ※予約制。申込みは2月1日(日)～。	2月12日(木) 午前10時～11時15分	
<b>3. 親子歯みがき教室</b> ※生後6か月～1歳6か月の乳幼児とその保護者。各日先着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。	2月13日(金)、3月13日(金)午前9時30分～11時30分(30分ごと各2組)	
<b>4. ママの時間</b> 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(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。	2月18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～)	
<b>5. 1歳児子育て相談会</b> 計測、子育て・栄養などの相談、グループミーティング。 ※参加日時点で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。	2月20日(金) (詳しくは事前に送付した書類をご確認ください)	しあわせ未来センター
<b>6. 計測相談会</b> 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歳未満の乳幼児とその保護者。先着3組 ※予約制。申込みは2月1日(日)午前8時30分～。	2月20日(金)(受付＝午前9時50分) ※受付時間が増える可能性があります。	
<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7年10月生まれの乳児②令和6年7月生まれの幼児③令和5年1月生まれの幼児 日①2月10日(火)②2月3日(火)③2月17日(火) ※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。		
<b>10. 乳幼児発達健康診査</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。※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 日直接窓口または電話		



詳しくは  
こちら

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

場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 日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

2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
1日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199		畑歯科医院 竹丘2-14-9 ☎042-493-8241
8日	宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	清瀬デンタルクリニック 下宿1-124-1 ☎042-495-1489
11日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456	きよせ旭が丘 記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	福田歯科医院 元町1-1-5 ☎042-492-6151
15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		松村歯科医院 野塩3-12-5 ☎042-491-8849
22日	北多摩クリニック 上清戸2-1-41 ☎042-496-7760	※緊急時は随時受付。必ず事前に電話してください。	旭ヶ丘歯科医院 旭が丘2-5-2-101 ☎042-495-8686
23日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎042-496-7015		倉田歯科クリニック 松山1-12-14 ☎042-452-8256

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㈱デンソーウェアの登録商標です。