



市ホームページはこちら↓

清瀬のイマを深掘り!!

more!

KIYOSE City Promotion Magazine



←過去のバックナンバーはこちら

毎奇数月15日発行の「more! KIYOSE」全戸配布中!

発行：清瀬市 編集：経営政策部シティプロモーション課 〒204-8511 清瀬市中里五丁目842番地 ☎042-492-5111 (代表) FAX 042-492-2415 メール：kouhou@city.kiyose.lg.jp

清瀬市長選挙

投票日 3月29日(日)

投票時間 午前7時～午後8時

3月29日(日)は清瀬市長選挙の投票日です。告示日は3月22日(日)です。この選挙は、私たちの暮らしに身近な市政を託す人を選ぶ大切な選挙です。貴重な1票を投じましょう。投票日当日に仕事や用事などで投票できない方は、ぜひ期日前投票をご利用ください。

☎選挙管理委員会事務局選挙係 ☎042-492-5111 (代表)

清瀬市で投票できる方

次のすべてを満たす方が清瀬市で投票できます。

- ①平成20年3月30日までに生まれた方
- ②清瀬市の選挙人名簿に登録されている方
令和7年12月21日までに清瀬市に転入の届け出をした方で、投票日まで引き続き清瀬市に住んでいる(住民基本台帳に記載されている)方。
- ③投票する日まで清瀬市に居住していること
市外に転出された方は、投票できません。

最近、市内で住所を変えた・変える予定の方は

2月25日(水)までに市内転居の届け出をした方 → 市内 **新** 住所地の投票所で投票

2月26日(木)以降に市内転居の届け出をした方 → 市内 **前** 住所地の投票所で投票

※清瀬市の選挙人名簿に登録されている方に限ります。

選挙公報をお届けします

候補者の経歴・政見などを掲載した選挙公報は、3月24日(火)ごろから全戸配布する予定です(同日から市ホームページでも閲覧できます)。

開票

開票は即日開票で、午後9時から市民体育館(下宿地域市民センター内)で行います。なお、開票速報は、市ホームページでご覧いただけます。

入場整理券(封書)を郵送します

世帯全員分の入場整理券を1つの封筒に入れて選挙人名簿登録地に郵送します。ご自分の入場整理券を確認して、投票所へお持ちください。

入場整理券は、受付事務をスムーズに行うためのものです。紛失したり、**届いていない場合でも選挙人名簿に登録されており、投票資格のある方は投票できます。**本人確認ができるものをお持ちください。

各投票区の投票所

| 投票区 | 投票所建物名称(所在地) | 投票区 | 投票所建物名称(所在地) |
|-----|------------------------|-----|------------------------|
| 1 | 清明小学校(旭が丘二丁目8-1) | 7 | 竹丘地域市民センター(竹丘一丁目11-1) |
| 2 | 下宿地域市民センター(下宿二丁目524-1) | 8 | 第六小学校(梅園二丁目9-45) |
| 3 | 清瀬市役所(中里五丁目842) | 9 | 野塩地域市民センター(野塩一丁目322-2) |
| 4 | 生涯学習センター(元町一丁目2-11) | 10 | 芝山小学校(元町二丁目16-8) |
| 5 | 旧松山地域市民センター(松山二丁目6-25) | 11 | 中里地域市民センター(中里四丁目1301) |
| 6 | 第七小学校(松山三丁目1-92) | 12 | 第五中学校(中清戸三丁目258-1) |

選挙に伴う公共施設の臨時休館のお知らせ

投票所で使用することに伴い、次の公共施設を臨時休館します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

【休館日】
3月28日(土)・29日(日)

【休館施設】
投票所になる各施設(各地域市民センター及び児童館)
※休館中は施設の予約(抽選・随時)や使用料の支払いができません。各施設へ直接お問い合わせください。

投票手順

①受付(名簿照合)



入場整理券をお渡してください。本人であることを確認します。

②投票用紙交付



投票用紙をお受け取りください。

③投票用紙へ記入



候補者名をはっきりと書いてください。

④投票



投票箱に投函してください(投票は終わりです)。

※投票所には18歳未満の方も入場(同伴)することができます。

投票お手伝いカードを利用してみませんか?

投票お手伝いカードは、投票にあたって、口頭による申し出が困難・苦手である方が、対応してほしい内容をカードに記入して提示いただくことで、投票所の係員が投票に必要なことをお手伝いさせていただきます。

一部の市内公共施設で配布または市ホームページから印刷してご利用いただけます。



市ホームページはこちら

投票用紙記入補助具をご活用ください

投票用紙を補助具に入れ、手で触ると指先で記入場所がわかり、見えない・見えにくい方が安心して投票用紙に候補者名等を書くことができます。各投票所に用意がございますので、ご活用ください。



投票用紙記入補助具

期日前投票

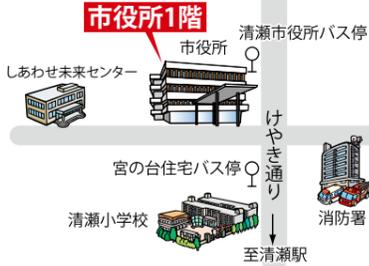
投票日当日、投票所に行くことができない方は、期日前投票ができます。ご自身の「入場整理券」の裏面に必要事項を記入し、ご持参ください。また、期間中は市役所1階市民交流スペースが期日前投票会場のため、一部使用できませんのでご注意ください。皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

※市役所と生涯学習センターで投票できる期間・時間が、異なりますのでご注意ください。

市役所(1階市民交流スペース)

期間 3月23日(月)～28日(土)(6日間)

時間 午前8時30分～午後8時

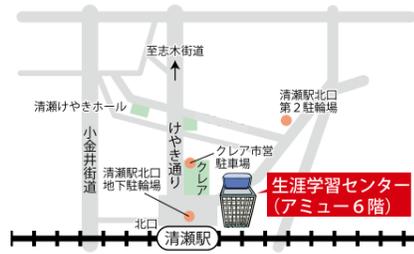


※期日前投票最終日は非常に混雑することが予想されます。
※駐車場をご利用の方は**駐車券を投票所まで忘れずにお持ちください**。駐車料金の減免処理をします。

生涯学習センター(アミュー6階講座室1)

期間 3月24日(火)～27日(金)(4日間)

時間 午前9時30分～午後9時



※期日前投票初日は非常に混雑することが予想されます。
※駐車場・駐輪場はありません。車や自転車でお越しの方は、クリア市営駐車場及び周辺の駐輪場(いずれも有料)をご利用ください。

不在者投票

滞在先の市区町村の不在者投票所で

仕事や旅行などで清瀬市以外に滞在先の方は、あらかじめ投票用紙を請求して、滞在地の選挙管理委員会ですべての不在者投票ができます。

この方法は郵送によるため日数がかかります。
お早めにお手続きください。

◆手続きの手順

①「不在者投票宣誓書兼請求書」*を郵送または持参

- ・ファクス・メールでの提出はできません。
- ・マイナンバーカードをお持ちで電子証明書(署名用パスワード)を取得している方は、パソコン(要ICカードリーダー)またはマイナンバーカード読み取り対応スマートフォンで「マイナポータルぴったりサービス」から請求できます。
- ・便せんなどを使用する場合は、記入例*のように作成してください(請求書は市ホームページからもダウンロード可)。



詳しくはこちら

郵送先

〒204-8511
清瀬市選挙管理委員会事務局宛

*記入例(便せんなどを使用する場合)

不在者投票宣誓書兼請求書

私は、令和8年3月29日執行の清瀬市長選挙の当日、いずれかの事由(仕事・レジャー・病気など)に該当する見込みです。

このことが真実に相違ないことを誓い、投票用紙等を請求します。

令和8年 月 日

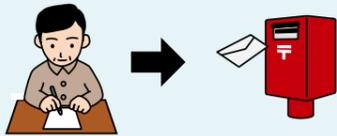
- ①氏名(フリガナ)
- ②生年月日
- ③清瀬市の住所
- ④投票用紙の送付先
- ⑤日中連絡がとれる電話番号

②投票用紙を郵送

清瀬市選挙管理委員会から希望の送付先に投票用紙を郵送します。

③届いた投票用紙で投票

投票用紙が届いたら、滞在先の市区町村で不在者投票ができます。投票について、詳しくは滞在先の選挙管理委員会にお問い合わせください。



お体の不自由な方へ

◆代理投票

お体が不自由なことなどにより、ご自身で投票用紙に記入が難しい方は、申し出により投票所の係員が付き添い、ご本人の意思を確認して代筆します(ご家族などが代筆することはできません)。

投票の秘密は守りますので、安心して投票所の係員にお申し出ください。

◆点字投票

目が不自由な方は点字投票用紙により投票ができますので、係員にお申し出ください(点字器は各投票所に用意しています)。

また、「選挙公報」の音訳CDを作成しています。



指定施設で

病院・老人ホームなどに入院・入所されている方は、その施設が不在者投票指定施設であれば、その施設で投票ができます。

投票用紙の請求は、入院・入所中の施設長を通じて行います。
※指定施設は市ホームページで確認できます。
※投票期間は、公示日の翌日から投票日の前日までですが、不在者投票を行う日時が施設によって異なります。あらかじめ各施設にお問い合わせください。

郵便等で

投票用紙の請求は3月25日(水)午後5時(必着)まで

重度の障害などのある方が郵便等で投票する制度です。次のいずれかの要件に該当し、自書できる方が利用できます。なお、この制度の利用をご希望の方は、選挙管理委員会に事前申請が必要です。

| 身体障害者手帳 | 障害名 | 障害の程度 | | | 介護保険の被保険者証 | 要介護状態区分 |
|---------|-------------------------|-------|----|-----|------------|---------|
| | | 1級 | 2級 | 3級 | | |
| | 両下肢・体幹・移動機能障害 | ○ | ○ | 非該当 | | 要介護5 |
| | 心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害 | ○ | - | ○ | | |
| | 免疫・肝臓の障害 | ○ | ○ | ○ | | |

◆代理記載が可能です

自書できない方には、あらかじめ届け出た代理記載人に投票に関する記載をさせることができます。対象は上表に該当し、身体障害者手帳の上肢または視覚障害が1級の方です。詳しくは下記までお問い合わせください。

選挙に関する問合せ

選挙管理委員会事務局選挙係(市役所本庁舎2階南、けやき通り側)
☎042-492-5111(代表)

令和8年市議会第1回定例会

令和8年市議会第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 | 2(月) | 午前10時～ | 本会議(一般質問) | |
| | 4(水) | | 予算特別委員会 | |
| | 5(木) | | | |
| | 6(金) | | | |
| | 9(月) | | 午後2時～ | 総務文教常任委員会 |
| | 10(火) | | | 福祉保健常任委員会 |
| 12(木) | 午前10時～ | 建設環境常任委員会 | | |
| 16(月) | | 議会運営委員会 本会議(最終日) | | |

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 ☎3月25日(水)・26日(木)午後8時まで
■日曜納税・納税相談 ☎3月29日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 ☎3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

きよせ市民生活応援給付金給付事業

市では、市民生活を応援するために「きよせ市民生活応援給付金」を給付する予定です。詳細及び専用電話窓口については決まり次第、市報や市ホームページでお知らせします。

現在準備を進めておりますので、皆さまのご理解・ご協力をお願いします。

※基準日において、市内に住居登録のある方

【給付額】1人につき5,000円

【実施期間】4月～7月末で順次申請書等発送予定【給付方法】世帯ごとにまとめて金融機関口座へ現金振り込みにて支給



第27回スーパードッジボール大会結果

2月7日に【小学3・4年生の部】を開催しました。各チーム健闘し熱い試合が繰り広げられました。次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

【小学3・4年生の部】

優勝：「芝山ボーイズ」(芝小4年)

準優勝：「10スマ」(芝小4年)

第三位：「にこちゃんず」(芝小4年)

第三位：「十小トリプルファイターズ」(十小3年)

※小学5・6年生の部は令和7年7月に開催しました。



「芝山ボーイズ」



映画「ハローマイフレンド」 T・ジョイ エミテラス所沢で上映決定！

清瀬市市制施行55周年映画「ハローマイフレンド」は、ユナイテッドシネマ新座にて先行上映を行い、好評のため3月5日(木)まで上映期間が延長されました。

3月14日(土)からは新宿K's cinemaなどで全国順次公開となります。3月20日(金)からは所沢駅近くにあるT・ジョイ エミテラス所沢で公開しますのでこの機会にぜひご確認ください。

詳しくは「ハローマイフレンド」公式ホームページをご覧ください。

☎シニアプロモーション課プロモーション係 042-497-1808

※上映時間は約110分です。



詳しくはこちら

©映画24区

リバティはつかいち 代表取締役 岡本淳氏の表敬訪問を受けました

1月30日、広島県廿日市市の就労継続支援B型事業所リバティはつかいちの岡本淳代表取締役の表敬訪問を受けました。

リバティはつかいちの皆さまには、広島平和記念式典で全国から届けられる「おりづる」を活用したおりづるコースターの制作にご協力いただきました。☎市民協働課協働係042-497-1803



岡本淳氏(左)と赤木瀬戸美氏(右)と澁谷市長

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

| 種類 | 電話番号 | 相談日時 | 実施機関 |
|-----------------------------|--|---|--------------------------|
| フリーダイヤル特別相談 | 3月1日(日)～7日(土) ＝フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090 | 毎日午後8時～午前2時30分 (月曜日は午後10時30分～、火曜日は午後5時～) | 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3・4・5日曜日を除く)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。 | NPO法人有終支援いのちの山彦電話 |
| (全国) 自殺予防いのちの電話 | ☎0120-783-556 | 3月10日(火)～16日(日)各日24時間 ※通常は毎日午後4時～9時、毎月10日のみ24時間です。 | (一社) 日本いのちの電話連盟 |
| (東京) 東京いのちの電話 | ☎03-3264-4343 | 毎日24時間 | (福) いのちの電話 |
| 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(金)～31日(火)各日24時間 ※通常は毎日正午～翌午前5時30分です。 | 東京都(NPO法人メンタルケア協議会) |
| 多重債務110番 | ☎03-3235-1155 | 毎週月～土曜日の各日午前9時～午後5時 | 東京都消費生活総合センター |

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～

◆その他の相談窓口

| 窓口名称 | 受付時間 | 実施機関 |
|--------------|---------------|---------------------|
| 相談ほっとLINE@東京 | 毎日午後3時～10時30分 | 東京都(NPO法人メンタルケア協議会) |



「相談ほっとLINE@東京」はこちら

あなたのお話聴かせてください。



◆自死遺族のための電話相談

| 種類 | 電話番号 | 相談日時 | 実施機関 |
|------------|---------------|--|---------------------|
| 自死遺族傾聴電話 | ☎03-3796-5453 | 3月3日(火)～7日(土)各日午前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。 | 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9日(月)～11日(水)各日正午～午後5時 ※通常は毎週木・日曜日の正午～午後6時です。 | NPO法人全国自死遺族総合支援センター |

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と一緒に考えていきます。相談時間は30分以内です。

【日時】 3月25日(水)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)

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。

普及・啓発グッズを配布する予定です。

☎3月6日(金)午後6時30分～7時30分 場 清瀬駅(北口・南口)

「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。自身の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問に回答すると、ストレス度や落ち込み度のイメージ図が表示されます。チェック結果と合わせて、内容別の相談機関の情報も紹介しています。ぜひ、こころのケアにお役立てください。所要時間は3分程度です。

【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。結果にかかわらず、心配事が続くときはお早めに専門機関などへの相談をおすすめします。



「こころの体温計」はこちら

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(火)までに納めてください。



平和について考えてみませんか？



平和祈念フェスタ in 清瀬

平和祈念展等実行委員会主催で、講演と展示会を開催します。この機会に平和について考えてみませんか。

◆展示会

日①3月10日(火)～23日(月)②3月17日(火)～23日(月) (いずれも初日及び最終日は準備・片付けの時間あり)

場①クリアギャラリー②市役所本庁舎
内東京大空襲パネル、ピースメッセージなど

◆講演会

日3月21日(土)午後1時30分～(開場=午後1時)

場①アミュホール②参加型合唱(アコーディオン伴奏)、朗読サークルによる朗読、元イスラエル空軍兵士 ダニー・ネフセタイ氏による講演、会場展示③無料

問いずれも市民協働課協働係 ☎042-497-1803



詳しくはこちら

第36回 東京都平和の日記念式典及び記念演奏

日3月10日(火)午後2時～3時15分 場①東京都庁第一本庁舎大会議場(新宿区西新宿2-8-1) 問東京都生活文化局文化振興部企画調整係 ☎03-5000-7230
※当日の様子は、東京都公式動画チャンネル「東京動画」でご覧いただけます。



「東京動画」はこちら

東京空襲資料展

以下の日程で「東京空襲資料展」を開催します。平和について考えるきっかけにぜひご覧ください。問東京都生活文化局文化振興部企画調整係 ☎03-5000-7230

| 場所 | 日時 |
|---|---|
| 東京芸術劇場地下1階アトリエウエスト(豊島区西池袋1-8-1) | 3月5日(木)～18日(水) 午前11時～午後8時 |
| 練馬区立大泉学園ゆめりあホール7階ゆめりあギャラリー(練馬区東大泉1-29-1) | 3月6日(金)～12日(木) 午前10時～午後6時 ※10日(火)は休館 |
| 八王子市生涯学習センター(クリエイトホール)5階展示室(八王子市東町5-6) | 3月7日(土)～11日(水) 午前10時～午後6時 |
| 東村山市立中央公民館1階展示室(東村山市本町2-33-2) | 2月28日(土)～3月15日(日) 午前9時～午後5時 ※3月2日(月)・9日(月)は休館 |
| 東京都庁第一本庁舎5階レセプションホール(新宿区西新宿2-8-1) ※「東京都平和の日」記念式典・記念演奏参加者のみご鑑賞いただけます。 | 3月10日(火) 午後1時～4時 |

東京空襲写真パネル展示

空襲関連資料・写真パネルを展示します。
日3月5日(木)～10日(火)午前9時～午後6時30分
(5日(木)は午後2時から、10日(火)は午後4時まで)
場①東京都庁第一本庁舎1階中央アートワーク台座 問東京都生活文化局文化振興部企画調整係 ☎03-5000-7230

児童生徒国内派遣の報告会を開催します ～長崎は貿易と平和のまち！～

10月に長崎県へ貿易と平和を学びに行った派遣生2人が、プレゼンテーション形式で発表します。児童生徒国内派遣は全国でも類をみない、子どもたち自身で派遣先を決め、内容も作りあげる次世代教育です。会場には派遣生が作った模造紙等も展示します。



詳しくはこちら

第1回派遣生の報告を、ぜひご覧ください。

◆どなたでも

日3月14日(土)午後1時30分～(開場=午後1時)

場①アミュホール 問生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815



グラバー園にて



模造紙制作の様子

高齢者向けスマホ講座を開催します ～きよせスマホチャレンジ事業～



スマートフォンの使い方に不安がある方や、これからはもっとスマートフォンを使いこなしてみたい方を対象に、無料のスマホ講座を開催します。

対次の条件をすべて満たす方。先着50人(各回25人×2回)

- ・市内在住の方
- ・令和9年3月31日時点で65歳以上の方
- ・2週連続の講座に参加できる方
- ・スマートフォンをお持ちの方(高齢者向けスマートフォンも可)

場清瀬けやきホール 費無料 内1日目=スマートフォンの基本操作(文字入力や電話、カメラの使い方など)、2日目=便利なアプリの使い方(健康増進習慣化アプリ「みんチャレ」や清瀬市提供アプリの使い方) 問3月2日午前9時～電話できよせスマホチャレンジコールセンター(清瀬市委託先) ☎0120-630-057

※通話料無料(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)。

※ご希望の講座番号をお伝えください。

| 講座番号 | 講座開催日 | 時間 |
|------|----------|------------|
| ① | 4月16日(木) | 午前9時30分～正午 |
| | 4月23日(木) | |
| ② | 4月16日(木) | 午後1時30分～4時 |
| | 4月23日(木) | |



「夢空間」オープン記念～清瀬鉄道フェス2026～

子どももおとなもみんな集まれ！鉄道模型走行会や鉄道にまつわるトークショー、鉄道関連の写真やグッズなどを展示します。

日3月7日(土)午前10時～午後5時

場①野塩地域市民センター

【共催】柳瀬ゴロー、鉄道模型クラブ戸田乗務区、街活性室(株) 費無料

問野塩地域市民センター ☎042-493-4014



令和7年度「わたしたちの地域から考える支え合いの集い～信愛包括エリア～」を開催します！

信愛包括エリア(竹丘・梅園・野塩・松山)で実際に行われている身近な支え合いの取り組みを紹介しながら、地域でできることや、これからの支え合いについておしゃべり形式で一緒に考えます。市全体で進めている支え合いの仕組みづくり(第1層協議体の取り組み)についてもご紹介いたします。お気軽にご参加ください。日3月25日(水)午後2時～4時(受付=午後1時45分) 場信愛の園ふれあいホール(梅園二丁目)

【主催】清瀬市生活支援コーディネーター、介護保険課 問右記QRコード内申込みフォームまたは電話で社会福祉協議会第1層生活支援コーディネーター ☎042-495-5333



申込みフォーム



「きよはちサイダー」新ラベルで再登場！

市役所本庁舎屋上で採蜜されたはちみつ「きよはち」が入った「きよはちサイダー」が、装いも新たに再登場します。昨年7月の販売開始以来、5,000本以上ご購入いただいている人気商品です。

ぜひお買い求めください。

【発売場所】

市役所本庁舎1階売店 A-STAND、郷土博物館、JA東京みらい みらい清瀬新鮮館、いなげや秋津駅前店、セブンイレブン(清瀬駅北口店、清瀬中清戸5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、清瀬下宿1丁目店、清瀬下宿2丁目店)、オンラインショッピングサイト「きよせ市場」 問清瀬市観光協会 ☎042-497-1842



きよはち(左)が入ったきよはちサイダー350円(税込み)



4月1日 開始

自転車の交通反則～自転車にも交通違反が適用されます～ 自転車安全利用五則のおさらいと新たに導入の反則金・刑事罰の確認を！

警視庁交通部 ☎03-3581-4321 (代表)、道路交通課道路交通係 ☎042-497-2090



警視庁 ホームページ

1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

車道では

自転車は、軽車両の歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。通行する際は、道路の左側に寄ってください。

違反すると… 反則金＝通行区分違反**6,000円**
刑事罰＝**3か月**以下の拘禁刑または**5万円**以下の罰金

歩道では

通行が許可されている歩道では、車道寄りをすぐに停止できる速度で通行します。歩行者の通行を妨げる場合は一時停止しなければなりません。

自転車で歩道が通行できる例

- ◆13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が運転しているとき
- ◆歩道に「普通自転車通行可」の標識等があるとき
- ◆安全に通行するためにやむを得ないとき
 - ・道路工事している
 - ・駐車車両が続いている など



違反すると… 反則金 歩道徐行等義務違反**3,000円**
刑事罰 **2万円**以下の罰金または科料

3 夜間はライトを点灯

運転者の視界を確保し、歩行者や車に自転車の存在を知らせるためにも、夜間は必ずライトを点灯しましょう。

違反すると… 反則金＝無灯火**5,000円**
刑事罰＝**5万円**以下の罰金



4 飲酒運転は禁止

自転車の酒酔い及び酒気帯び運転は禁止です。お酒を飲んだら絶対に運転してはいけません。また、飲酒をした者に自転車を提供したり同乗することや、飲酒運転をするおそれのある者に酒類を提供してはいけません。

違反すると…

飲酒運転(酒気帯び・酒酔い)は青切符の対象外です。**赤切符による刑事手続き**で処分されます。

- ①運転者・自転車提供者…酒酔いは**5年**以下の拘禁刑または**100万円**以下の罰金、酒気帯びは**3年**以下の拘禁刑または**50万円**以下の罰金
- ②酒類提供者・同乗者＝**2年**以下の拘禁刑または**30万円**以下の罰金



5 ヘルメットを着用

自転車を運転するときは、事故や転倒による被害を軽減するために、乗車用ヘルメットを着用しましょう。小さなお子さんを自転車に乗せるときにも、必ず着用させましょう。



宝くじの助成金で消防団の消防用ホースを購入

(一社)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業を実施しています。

コミュニティ助成事業は、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支援や地域の国際化の推進及び活力ある地域づくりなどに対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化

を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するために実施しています。

☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847



助成金で購入した消防用ホース

2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

信号機のある交差点では

信号機のある交差点では、自転車は信号に従って通行しなければなりません。車道を通行している場合、対面する車両用信号に従ってください。

違反すると… 反則金＝信号無視(赤色等)**6,000円**
信号無視(点滅)**5,000円**
刑事罰＝**3か月**以下の拘禁刑または**5万円**以下の罰金

一時停止の場所では

一時停止の標識・標示または停止線があるときはその直前で、停止線がないときは交差点の直前で必ず一時停止し、周囲の安全を確認し通行しましょう。

違反すると… 反則金＝指定場所一時不停止等 **5,000円**
刑事罰＝**3か月**以下の拘禁刑または**5万円**以下の罰金

その他青切符により検挙される違反例

遮断踏切立入り **7,000円**

制動装置(ブレーキ)不良 **5,000円**

「ながらスマホ」していませんか？

スマートフォン等を使用しながら自転車を運転するのは、重大事故につながる極めて危険な行為です。スマホを使用しながら運転することは高額な反則金の対象であり、さらに交通事故を起こすなど交通の危険を生じさせた場合には厳しい刑事罰が科されます。

反則金＝携帯電話使用等(保持) **12,000円**

刑事罰＝(自転車運転中に「ながらスマホ」をした場合) **6か月**以下の拘禁刑または**10万円**以下の罰金
(「ながらスマホ」により交通の危険を生じさせた場合) **1年**以下の拘禁刑または**30万円**以下の罰金

※傘差しやイヤホン等を使用した運転をした場合にも、「公安委員会遵守事項違反(反則行為)」として反則金**5,000円**の対象になります。



3月1日(日)～7日(土)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ご注意ください。休日に実施している医療機関もありますので、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31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)は、令和8年3月31日まで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



清瀬市まちづくり委員会が市長へ提言

2月19日、清瀬市まちづくり委員会の城山委員長と赤川副委員長が、令和7年度の市長への提言を手交するとともに、清瀬市まちづくり基本条例に基づき、市民の皆さまからお寄せいただいた市民提案の審議結果や条例の運用状況を報告しました。また、本件に関する報告会を2月21日に開催しました。

☎市民協働課協働係 ☎042-497-1803



城山委員長(中央)と赤川副委員長(右)と澁谷市長

催し・イベント

「推しの店」ファンレター展

昨年の募集期間に皆さまからいただいた「推しの店」へのファンレター展を開催します。「推しの店」でのエピソードや日ごろの想いをつづった、素敵なファンレターでほっこりした気分をお届けします。3月5日(木)～12日(木)の午前8時30分～午後8時 場 市役所本庁舎1階市民交流スペース 清瀬商工会 ☎042-491-6648

若者のトラブル110番

東京都と共同で市内在住・在学・在勤の29歳以下の方を対象に特別相談を実施します。3月9日(月)・10日(火)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く) 相談方法 下記窓口または電話 消費生活センター ☎042-495-6212

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などについて、専門家が無料相談会を実施します。市内及び近隣地域に在住の方で、空き家を所有(予定)している方。先着10組程度(1組45分、事前予約優先) 3月13日(金)午前10時～11時45分、午後1時～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 ☎0120-336-366

みんなで育てよう清瀬の水辺

3月15日(日)午前9時～11時30分(雨天中止) 集合場所 中里緑地A地区前の梅坂橋(野塩1丁目) 汚れても良い服装、長靴、飲み物、タオル、マスク(必要な方) 水と緑と公園課緑政係 ☎042-497-3267 主催 川づくり・清瀬の会

第20回多摩六都高校生写真展

多摩六都圏(清瀬市・東村山市・小平市・東久留米市・西東京市)を中心とした近隣高校の写真部による合同写真展です。高校生の感性豊かな作品をご鑑賞ください。3月15日(日)～20日(金)の午前9時～午後5時(15日は午後1時から、20日は午後2時まで、16日は休館) 場 アミューホール 費 無料 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815 主催 多摩北部都市広域行政圏協議会 共催 合同写真展実行委員会、清瀬市教育委員会

福祉法律専門相談

弁護士による相続、遺言、権利侵害、トラブルなど法的な問題の無料相談を実施します。3月25日(火)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

市立第7保育園閉園に伴う園内一般公開

第7保育園は、令和8年3月31日をもって閉園します。これまで

地域の皆さまに支えていただいた感謝の気持ちを込め、園内の一般公開を行います。卒園児や保護者の方をはじめ、地域の皆さまのご来園をお待ちしています。3月29日(日)午前10時～11時30分 場 第7保育園 ☎042-492-4616 ※駐車場はありませんので、公共交通期間をご利用ください。

個別無料税務相談会(予約制)

税理士による税の相談会を実施します。4～12月の水曜日(月2～3回)の午前10時～午後4時 申 右記QRコード内ホームページで 場 東京税理士会東村山支部(東村山市本町一丁目) ☎042-394-7038



詳しくはこちら

子育て



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おスキンシップ! 赤ちゃんとその保護者の方 3月22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) 持 バスタオルまたはおくるみ、おむつ、おむつを入れる袋、ミルクなど 申 ホームページ内申込みフォームまたはメールでNPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 場 aiai@with-ai.net



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～

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 3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) 申 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

よってこカフェ in ふわっとん

認知症に関心のある方 3月10日・24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) 場 Cafeふわっとん(上清戸一丁目) 費 300円(お茶、お菓子付き) 申 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

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 3月13日(金)午前9時30分～11時30分(1人25分程度、予約制) 場 市役所本庁舎 申 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係

☎042-497-2076

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。3月17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 申 健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779

山本病院「増えている心不全」

心不全についての正しい知識で身を守りましょう。質疑応答あり。どなたでも。先着30人 3月17日(火)午後2時～3時 費 無料 申 山本病院副院長(内科・循環器科)米良尚晃氏 場 申 電話で山本病院・町田 ☎042-491-0706

募集



清瀬市廃棄物減量等推進審議会委員

市内在住の18歳以上の方 報酬 非常勤特別職の報酬及び費用弁償に関する条例に基づく日額 任期 4月1日～令和10年3月31日 申 3月20日(必着)までに申込書(市ホームページからダウンロードまたは下記窓口で配布)に必要事項を記入し、応募理由を添えて直接窓口で環境課ごみ減量推進係 ☎042-497-2534



詳しくはこちら

昭和病院企業団正規職員

令和9年4月1日採用。職種 一般事務(地方公務員) 対 平成13年4月2日以降生まれで令和9年3月31日までに大学または短大を卒業見込み、卒業されている方 募集人数 若干名 申込み締切日 4月3日 試験内容 一次試験は小論文、集団討論または個人面談 昭和病院企業団人事課 ☎042-461-0052(内線2248)



詳しくはこちら

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(書類の記入が必要のため、事前にお問い合わせください) 説明会=3月11日(水)、研修会=4月6日(月)いずれも午後1時30分～ 場 シルバー人材センター ☎042-494-0903



詳しくはこちら

その他



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



詳しくはこちら

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ります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

軽自動車の廃車・名義変更・住所変更手続きは3月31日(火)まで

軽自動車税は毎年4月1日時点で所有の方に課税されます。3月31日(火)までに手続きをしない場合は、令和8年度分が課税されます。軽自動車等を所有しなくなった方は必ずお手続きください。【手続き先】清瀬市ナンバーの車両(原動機付自転車、小型特殊自動車)=課税課市民税係 ☎042-497-2040・2041、125cc超のバイク=東京運輸支局多摩自動車登録事務所 ☎050-5540-2033、三輪以上の軽自動車=軽自動車検査協会東京主管事務所多摩支所 ☎050-3816-3104

令和8年春の火災予防運動

3月1日(日)～7日(土)は春の火災予防運動です。最近、モバイルバッテリー等による火災が増えています。リチウムイオンバッテリーを使った製品は、衝撃や熱が加わると火が出る危険があります。火が出た場合は無理に触らず、火花や煙が弱まったのを確認してから、大量の水をかける、または消火器を使うなど落ち着いて行動してください。清瀬消防署 ☎042-491-0119

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2日午前8時30分から3月16日まで受け付けます。先着25枠。 ●利用案内は、市ホームページに掲載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。 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 場 kouhou@city.kiyose.lg.jp

ハーモニ-999によるハーモニカコンサート▶ハーモニカ演奏会。懐かしい曲を聴いたり一緒に唄を歌いませんか。4月4日(土)13時30分～15時(開場13時)、下宿地域市民センター、無料、ハーモニ-999・井上 ☎042-493-7660 本家高知よさこい鳴子踊り2026 演舞披露会&体験会▶清瀬よさこいサークル「けやき」が2026年演目について披露。①3月14日(土)・②15日(日)いずれも10時～12時、①清瀬けやきホール②竹丘地域市民センター、無料、清瀬よさこいサークル「けやき」・田中 ☎080-1992-4351 場 hiro-n.k@ezweb.ne.jp 清瀬市近郊ミックスタブルス卓球大会▶1ペア【A】110歳以下【B】111歳～134歳【C】135歳以上 ホームページ参照。4月12日(日)9時～、市民体育館、1ペア2,000円(連盟会員は1,600円)、申込みは3月17日(火)まで、清瀬市卓球連盟・田野 ☎090-6113-8677

募集 市ホームページバナー広告・市報広告

市ホームページバナー広告枠と市報きよせ(15日号4・5面下部)の広告枠について、下記の広告代理店を通じて掲載事業者を募集します。多くの市民の方の目に留まる市報・ホームページで広告を掲載してみませんか。



詳しくはこちら

- 【募集枠】令和8年4月1日～令和9年3月31日
- ※市報は原則各号単位での掲載。
- ※ホームページは原則1か月単位での掲載。
- 【申込み】いずれも電話で株式会社ジチタイアド ☎092-716-1401
- 【問合せ】シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

今月開催の委員会 ※各委員会について、詳しくは問い合わせ先にご確認ください。

| 会議・委員会名 | 日時 | 場所 | 問合せ | 傍聴 |
|---------------------------------|------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| 第5回清瀬駅周辺の未来構想ビジョン策定に向けたまちづくり協議会 | 3月6日(金) 午後7時～9時 | 男女共同参画センター | 未来創造課 イノベーション推進係 ☎042-497-1802 | 直接会場へ |
| 清瀬市地域自立支援協議会 | 3月9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 | |

清瀬けやきホール

の催し物

①清瀬リコーダーフェスティバルVol.10
小編成から大編成まで、リコーダーの魅力たっぷりのフェスティバルです。



清瀬けやきホール

【4月19日(日)】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30分～(開場=午後2時)【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、障害者割引で本人・付添い各1,500円

【出演】【2】松浦タカノリ四重奏団(リコーダーカルテット)【1】メインコンサートチケット発売中

②清瀬リコーダーフェスティバルVol.10 ワークショップ参加者募集!

リコーダーでの大合奏を体験しよう!

【演奏曲】A.ヴィヴァルディ:四季より「春」、マシコタツロウ:ハナミズキ【4月18日(土)午後1時～4時、19日(日)午前10時～メインコンサート終了後2,000円(メインコンサートチケット代含む)【1】リコーダー

③清瀬リコーダーフェスティバルVol.10 リレーコンサート参加者募集!

リコーダーフェスティバルのアマチュアのアンサンブルステージに参加する、3～10人程度のリコーダーアンサンブルを募集します。【4月19日(日)】1グループ3,000円

④映画上映会「104歳、哲代さんのひとり暮らし」

【3月14日(土)午後2時～(開場=午後1時30分)】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)【1】チケット発売中

⑤そうだじゅげむきこう(4月)

【4月29日(火)午後2時～(開場=午後1時30分)】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、春風亭一呂久

【1】チケット発売中

⑥歌って健康! 歌声サロン

【3月25日(火)午後2時～4時(開場=午後1時30分)】2,000円(予約不要、全席自由)【1】杉山公章氏【1】当日券のみ、直接会場へ

⑦ワークショップ「コンサートをつくらう!」

7月26日(日)のコンサートを企画します。ホールのお仕事を体験しよう!

【1】小学4年生～中学3年生。先着6人。※日程等はホームページをご確認ください。

⑧おけいこアロマ「癒しのヘア&ネイルケア」

先着10人。【3月4日(火)午後2時～3時30分】1,800円【1】西脇直子氏

⑨Let'sリトミック「春のおおそうじ」

季節にそった月替わりのテーマで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17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

【1】各クラス1,500円

【1】小宮しのぶ氏【1】お子様の飲み物、お持ちであれば名札

⑩赤ちゃん&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。【2】2か月から1歳未満の赤ちゃん。先着8組【3】3月6日(金)午前10時30分～正午【1】1,000円【1】小宮しのぶ氏

【1】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

【1】ホームページ内申込みフォーム(①～⑤・⑦～⑩)または直接窓口、電話で清瀬けやきホール☎042-493-4011

※⑨・⑩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 KYOSE

各回先着20人。【3月4日(火)・13日(金)午前9時30分～11時30分、17日(火)午後6時30分～8時30分、28日(土)午後1時30分～3時30分(受付=各回30分前～)】500円(保護者同伴の小学生は無料)。パドルレンタル200円

②発酵パワー学ば&造る「麹みそ作り」

先着20人。【3月21日(土)午前11時～午後1時】3,500円(材料費・発酵ランチ付き)【1】発酵ライフ協会アドバイザー高田妃出美氏【1】エプロン、三角巾、ふきん3枚

③手ごねパン教室(さくらあんぱん作り)

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7日(火)午前10時～午後0時30分】2,500円(材料費込み)【1】epi認定講師 高田妃出美氏【1】エプロン、三角巾、ふきん3枚、筆記用具

【1】①・②は直接窓口または電話で③は3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～

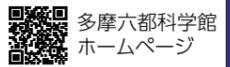
①無料パソコン教室(Windows11)

先着10人。【3月7日(土)・14日(土)・21日(土)・28日(土)(4回連続講座)】午前10時～正午【1】基礎、Word、Excel、インターネット

②無料スマホ教室

先着10人。【3月19日(火)午前10時～正午】基礎、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

「0歳からのプラネタリウム」

いっしょにおほしさまをながめよう!赤ちゃん大歓迎!泣いてもOK!【1】0歳から3歳くらいの乳幼児とご家族(乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります)。各回先着234人【3】3月19日(木)午前10時30分～11時、11時30分～正午(次回は4月17日(金))【1】観覧券500円(おとな1,040円、4歳～高校生420円)【1】当日開館

時よりインフォメーションにて観覧券を販売

【1】多摩六都科学館

☎042-469-6100



※3月の休館日:2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)

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、どこに頼んだら良いかわからない」「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。

【1】産業振興課商工係

☎042-497-3187



申込みフォーム



③倶楽部の無料体験(お一人様1回)

【1】月～土曜日午前10時～正午、午後1時～3時(倶楽部により異なります)

【1】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

【1】お問い合わせ電話で(一社)きよせ100歳時代☎042-494-2800

児童センター

の催し物

◆ころぼっくる 防災教室

清瀬消防署の協力のもと、起震車の体験ができます。【3】3月14日(土)午前10時～午後1時【1】無料

【1】児童センター☎042-495-7700

各地域市民センター

の催し物

◆下宿地域市民センター

①グラウンドゴルフ教室

【1】市内在住・在勤の18歳以上の方。先着50人【1】前期=4月9日～7月2日(12回)、後

期=9月3日～11月26日(12回)いずれも木曜日午前9時30分～11時30分【1】年間2,000円

②きよすぼ バドミントン教室

4月より主催及び開催場所が変更となります。初心者の方や経験者の方も、どなたでも参加可能です。先着40人。

【3】4月5日(日)・19日(日)午前10時～正午【1】市民体育館【1】1,000円【1】清瀬市バドミントン連盟【1】バドミントンラケット、体育館履き、飲み物、タオル等

③ポーリングアート教室

真っ白なくまさんに好きな色の絵の具を垂らしてマーブル模様のくまさんを作れます。お子さんからおとなまで夢中になれる!乾いた後にキーチェーンや王冠をつけられます!

【1】年中以上(小学生以下は保護者同伴)。各先着6人【3】3月15日(日)午前9時30分～10時30分、午前11時～正午【1】2,100円【1】お持ち帰りの袋

【1】お問い合わせホームページ内申込みフォームまたは直接窓口、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～

野塩地域市民センター

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。【3】3月15日(日)午後2時～4時【1】1,000円【1】寺嶋良浩氏

②脳とカラダをむすびつける「神経のストレッチ」

脳とカラダを結びつけることで、体をスムーズに動かせるようになります。より健康的な生活を送ってみませんか。先着15人。【3】3月21日(土)午前10時～11時30分【1】1,000円【1】大室雄介氏

③日本舞踊のおけいこ「和むすび」

先着10人。【3】3月7日(土)午後1時～3時30分【1】1,000円。浴衣レンタル別途500円【1】花柳静尚都氏【1】足袋ソックス、浴衣(お持ちの方)、飲み物、タオル

④初めてのトルペイント

プラスチックや合成皮革など幅広い素材に描けるアクリル絵の具を使って、美しい花の絵を描きます。基礎からしっかり学べるので初めての方でも安心です。先着10人。【3】3月18日(火)午前10時～正午【1】1,500円(材料費込み)【1】神野千恵子氏

【1】お問い合わせ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

◆中里地域市民センター

【春一番寄席 中里亭】～落語四席をお楽しみください～

先着80人。【3】3月22日(日)午後1時30分～3時30分【1】演者 大泉落語研究会【1】無料【1】不要【1】中里地域市民センター☎042-494-7511

◆中清戸地域市民センター

がんばってもがんばらなくてもいい春の養生薬膳健康学習室【花粉症編/セルフケア】

各回先着10人。【3】3月24日(火)午前11時～、午後1時30分～(いずれも90分間)【1】500円【1】お問い合わせ電話で中清戸地域市民センター☎042-494-7211

各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

①終了間近!! 特別展「寝台列車今昔物語～夢空間が清瀬へ、その軌跡～」

期開催中～3月15日(日)午前9時～午後5時(学芸員による展示解説=3月7日(土)午前11時～正午、8日(日)午後1時30分～2時30分) 場 郷土博物館



特別展 ホームページ

②オリジナルヘッドマーク「缶バッジ&せんべい体験」

オリジナルヘッドマークをイメージした【1】缶バッジ体験と【2】せんべい焼き体験です。対【1】どなたでも。定員なし。【2】小学3年生以上。先着32人(30分ごとの各8人) 日 3月7日(土)午後1時～3時 費【1】300円【2】200円(1回あたりの金額、当日現金払い) 申【1】当日直接会場へ【2】3月1日午前9時～申込みフォームで



②申込みフォーム

③90分でわかる清瀬の歴史 第4回「清瀬の遺跡再発見！」

清瀬市の遺跡を深掘りしてご紹介します。対高校生以上。先着30人(申込みフォーム15人、電話15人) 日 3月21日(土)午後1時30分～3時 講郷土博物館学芸員 中野光将 持筆記用具 申3月1日午前9時～申込みフォームまたは電話で



③申込みフォーム

④90分でわかる清瀬の歴史 第5回「清瀬の中世はどんなのか？」

清瀬市の中世(鎌倉～戦国時代)の歴史をご紹介します。対高校生以上。先着30人(申込みフォーム15人、電話15人) 日 3月28日(土)午後1時30分～3時 講郷土博物館学芸員 日暮宇翔 持筆記用具 申3月1日午前9時～申込みフォームまたは電話で



④申込みフォーム

⑤ケヤキロードギャラリー×冬の文化財散歩 けやき通りと志木街道を歩こう

けやき通りと志木街道を歩いてケヤキロードギャラリーの作品や清瀬の歴史・文化をご紹介します。対先着15人(申込みフォーム10人、電話5人) 日 3月28日(土)午前10時～正午(雨天時は、翌日29日の同時刻に開催)【集合・解散場所】清瀬駅北口 講郷土博物館学芸員 東野豊秋・石井美花、ケヤキロードギャラリーガイドボランティア 申3月1日午前9時～申込みフォームまたは電話で



⑤申込みフォーム

⑥清瀬のうちおり常設展示3・4月「模様」

絁や縞、型染などさまざまな模様のうちおりを展示します。期3月1日(日)～4月29日(水)午前9時～午後5時 場 郷土博物館 ※展示物の入れ替えに伴い、2月28日(土)は民俗展示室を1日休室します。 講郷土博物館 ☎042-493-8585 ※月曜日休館、月曜日が祝日の場合は火曜日休館。

図書館のイベント

◆図書館で健康に!自分でできる簡単ストレッチ

ミドルシニアからシニアにおすすめの健康講座です。肩こりの原因や解消のための習慣や運動の必要性をお話します。健康についての図書館資料もご覧いただけます。対どなたでも。先着16人 日 3月21日(土)午後2時～3時30分 場 清瀬けやきホール 費 無料 講(株)しくみ代表 森本浩之氏 申 3月1日午前9時～直接窓口または電話で駅前図書館 ☎042-492-8751 ※水曜日休館。



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 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。

Table with 3 columns: タイトル, 日時, 費用・持ち物. Includes details for fitness classes like '初回トレーニングサポート' and '30分エクササイズ'.



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

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

Table with 3 columns: 事業名・対象・内容など, 日時, 場所. Lists 10 childcare services including '子どもの計測日', 'カンタン!ワンポイント離乳食', '親子歯みがき教室', etc.

しあわせ未来センター

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。 ※内科の昼の休憩時間は医療機関によって異なります。

Table with 3 columns: 実施日, 内科, 歯科. Lists medical services on specific dates like '1日 ぶじ井内科クリニック' and '8日 中島医院'.

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)デンソーウェーブの登録商標です。