

5月・6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 子ども家庭支援センター母子保健係 ☎042-497-2077

事業名・対象・内容など	日時	場所
1. 子どもの計測日 お子さまの身長・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。	5月12日(火)・19日(火)・26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. ステップアップ幼児食 ※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) 費無料 ※母子手帳、お子さまのお出かけグッズ ※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5月1日(金)～。	5月20日(水) 午前10時～11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15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。	5月15日(金)、6月5日(金) 午前9時30分～11時30分(30分ごと各3組)	しあわせ未来センター
4. ママの時間 ママ同士お話ししながらホッと語れる時間。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。	5月27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～)	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、グループミーティング。 ※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。	5月22日(金) (詳しくは事前に送付する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 お子さまの身体計測、保健師や看護師、管理栄養士や心理相談員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5月1日(金)午前8時30分～。	5月22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4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4回)の午後1時15分～午後1時45分～午後2時～	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8年1月生まれの子 ②令和6年10月生まれの子 ③令和5年4月生まれの子 ①5月19日(火)②5月12日(火)③5月26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。		しあわせ未来センター
10. 乳幼児発達健康診査 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。 ※未就学児のお子さまとその保護者。運動発達やことばの遅れ、落ち着きがないなどが心配な点がある方 ※直接窓口または電話で		しあわせ未来センター

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 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、その他の方は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	5月1日(金)・5日(火)・6日(水)・8日(金)・13日(水)～15日(金)・19日(火)～22日(金)・いずれも午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※5日(火)・19日(火)は午後のみ実施。20日(水)・21日(木)は午前のみ実施。	
みんなで楽しくエクササイズ		
<チューブエクササイズ>	5月10日(日)・23日(土)午前10時～11時	
<Let'sリズムワーク>	5月9日(土)・24日(日)午前10時～11時	
リボン<Return bornピラティス>	5月2日(土)・17日(日)・30日(土) 午前10時～11時	
<笑いヨガでリフレッシュ>	5月3日(日)・16日(土)・31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

各館の イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

清瀬のうちori常設展示5・6月「藍染」

藍染をテーマにうちoriを展示します。

※どなたでも 日 5月1日(金)～6月26日(金)午前9時～午後5時 費 無料
展示入れ替えに伴い、4月29日(水)は民俗展示室を1日休室します。

場 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。

図書館のイベント

◆としょかん春の子ども会

ミニおはなし会のあと、みんなで工作します。

※幼児～小学生。各会場先着15人 日 場 下表を参照 費 無料

タイトル	会場	日時
くるくるとばそう! 紙コップひこうき	元町こども図書館	5月17日(日) 午後3時30分～
	下宿地域市民センター	5月23日(土)午後2時～
	野塩地域市民センター	5月30日(土)午後2時～

申 5月1日午前9時～直接窓口または電話

問 元町こども図書館 ☎042-495-8666または駅前図書館 ☎042-492-8751(いずれも水曜日休館)

◆5月の空の工作おはなし会

おはなし会とストローで動くトリアや花をつくります。

※2歳～小学生(未就学児は保護者同伴)。先着20人 日 5月24日(日) 午前10時30分～11時30分 場 竹丘地域市民センター 申 問 直接窓口または電話で南部図書館 ☎042-497-2315(水曜日休館)

4月29日(水)～5月6日(水)の開館状況(図書館)

4月29日(水)～5月6日(水)の図書館の開館状況は下表のとおりです。 問 駅前図書館 ☎042-492-8751(水曜日休館)。宅配サービスに関するお問い合わせ = ☎042-493-4326

館名	4月		5月					
	29(水)	30(木)	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)
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					休館日
南部図書館	休館日		午前9時～午後9時					
おうち図書館(宅配サービス)			正午までの予約分を発送					休館日

今月開催の委員会 ※詳しくは問合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
清瀬市地域自立支援協議会	5月11日(月) 午前10時～	市役所本庁舎	障害福祉課障害福祉係 ☎042-497-2073	直接会場へ

5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。

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
3日	杉本医院 元町2-7-1 ☎042-492-1199		清瀬デンタルクリニック 下宿1-124-1 ☎042-495-1489
4日	花園医院 松山3-5-14 ☎042-491-0315		旭ヶ丘歯科医院 旭が丘2-5-2-101 ☎042-495-8686
5日	清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042-491-2217	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	松村歯科医院 野塩3-12-5 ☎042-491-8849
6日	宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547	きよせ旭が丘記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	けやき歯科クリニック 上清戸1-9-1 ☎042-495-1817
10日	ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 ☎042-493-7122		岩崎歯科医院 元町1-8-37 ☎042-494-2277
17日	中島医院 元町1-3-45 ☎042-495-6727	※緊急時は随時受付。必ず事前にお電話ください。	清瀬さくらんぼ歯科 松山1-25-1 ☎042-493-4618
24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		大西歯科クリニック 元町1-4-15 ☎042-492-8415
31日	清瀬旭が丘団地クリニック 旭が丘2-5-4-6 ☎042-459-5557		信宅ビル歯科医院 松山1-4-3 ☎042-493-8255

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

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。