



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

5月12日は
民生・児童委員の日

あなたの地域の

ご存じですか? 民生・児童委員



民生・児童委員イメージキャラクター

民生・児童委員って何をしているの？

厚生労働大臣から委嘱され、地域の方の福祉に関する相談、必要な福祉サービスの情報提供や関係機関への橋渡しなど「地域住民と行政とのつなぎ役」として活動しています。

現在、全国で約22万人の方々が委嘱されています。

清瀬市内の民生・児童委員は総勢40人(定員52人、現在欠員12人)で構成され、その中には主任児童委員が学校区ごとに配置(現在欠員1人)されており、子どもや子育てに関する相談を専門に担当しています。委員には守秘義務が課されており、秘密は固く守られていますので、お気軽にご相談ください。

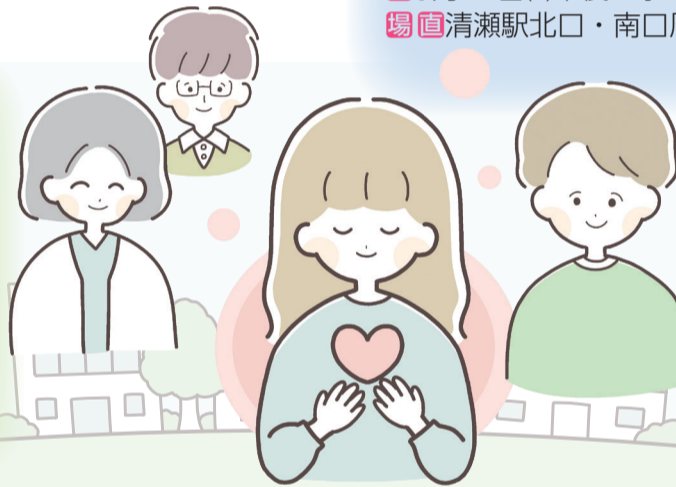
民生・児童委員協議会 パネル展示を行います

活動を紹介するパネル展示の他、機関紙「てとてとて」やオリジナル絆創膏を配布します。



昨年の展示ブースの様子

日5月12日(火)～15日(金)
場市役所本庁舎1階市民交流スペース



駅頭啓発活動を行います

「民生・児童委員の日」にあわせて、民生・児童委員の日ごろの活動や取り組みをより多くの皆さまにご理解いただくため、駅頭啓発活動を行います。1人で悩んでいる方や、言葉にならないSOSを発する子どもたちに地域住民が気づき、民生・児童委員につないでいただけるようにとの願いをこめて、オリジナルポケットティッシュを配布します。ぜひお立ち寄りください。



昨年の駅頭啓発活動の様子

日5月12日(火)午後4時～4時30分ごろ(雨天中止)
場清瀬駅北口・南口周辺



民生委員のマーク

機関誌「てとてとて」 第10号発行!

民生・児童委員の活動について紹介しています。
福祉総務課窓口で配布しています。

市内の民生・児童委員担当区域(令和8年5月1日現在)※携帯電話番号以外の市外局番は「042」※氏名は敬称略

氏名	電話番号	担当区域(東部地区)
福祉総務課※	497-2056(直通)	上清戸一丁目(9番を除く)全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	上清戸一丁目9番、二丁目全域、元町一丁目5番、二丁目1番、26番～28番
野島雅子	491-5378	元町一丁目1番～4番、6番～10番
西澤陽子	491-3535	中清戸一丁目全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	中清戸三丁目全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	中清戸二丁目全域
金子孝代	492-0412	中清戸四丁目847番地中清戸アパート(1～5号棟)、870～894、931、943～989、993番地～(1050番地除く)
前川政美	090-5816-9152	中清戸四丁目847番地中清戸アパート(6～13号棟)、907～916、990～992、1050番地
福祉総務課※	497-2056(直通)	中清戸五丁目全域
小寺宏一	080-7958-3982	下清戸一丁目全域、三丁目全域
土屋義恵	491-5941	下清戸二丁目全域、四丁目全域、五丁目全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	下宿一丁目1番地(台田団地)、二丁目466～580番地
松下美希	070-2197-5504	下宿一丁目(1番地を除く)全域、旭が丘一丁目全域
渡辺到	492-5884	下宿二丁目(466～580番地を除く)全域、下宿三丁目全域、旭が丘二丁目336～338番地、旭が丘三丁目全域
岩淵博	494-1073	旭が丘二丁目1～3番地、7～10番地、286番地
猪野直美	453-7742	旭が丘二丁目4～6番地
本間幸子	090-4371-3247	旭が丘四丁目～六丁目全域
俣野洋子	080-9572-0129	中里三丁目全域
間宮徳彦	497-1651	中里四丁目(1296清瀬中里四丁目アパート、1323番地を除く)全域
澁谷良枝	493-1340	中里四丁目1296(清瀬中里四丁目アパート)、1323番地
杉本美恵	496-7367	中里五丁目全域、六丁目(台田団地を除く)全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	中里六丁目95番地(台田団地)

氏名	電話番号	担当区域(西部地区)
武田裕子	491-2742	元町一丁目11番～19番
佐藤真一	491-9102	元町二丁目2番～16番
五十嵐弘一	491-5360	元町二丁目17番～25番
松村美佐子	491-2019	中里一丁目1～999番地
福祉総務課※	497-2056(直通)	中里一丁目1000～1750番地
松村謙二	492-0454	中里二丁目全域
福祉総務課※	497-2056(直通)	野塩一丁目356～430番地、二丁目377～386番地、387番地のうち清瀬野塩アパート(1～4、8～9、21～23、26)、387～390番地、409番地
渡辺明夫	491-5025	野塩一丁目431～447番地、野塩二丁目387番地のうち清瀬野塩アパート(16～20、24)、576番地
福祉総務課※	497-2056(直通)	野塩一丁目(356～447番地を除く)全域
小作紀子	491-5939	野塩三丁目全域
土屋ゆかり	427-1119	野塩四丁目全域
赤川都	080-4435-7718	野塩五丁目全域
尾崎彰一郎	491-4006	松山一丁目1番～11番、21番～39番
石川智裕	090-7414-3469	松山一丁目12番～20番、40番～46番
和田和子	492-9640	松山三丁目11番～27番
笹井晴美	080-4377-3574	松山二丁目1番～6番、三丁目1番(71号、72号のみ)、2番～10番
大津里美	090-9258-9295	松山二丁目7番～19番、松山三丁目1番(71号、72号を除く)
山崎文男	493-6427	竹丘一丁目1番～11番
高橋京子	433-1958	竹丘一丁目12番～17番
福祉総務課※	497-2056(直通)	竹丘二丁目1番～10番
山口抄智子	070-2282-2779	竹丘二丁目11番～28番
鈴木ひろみ	491-5852	竹丘三丁目1番～10番
根岸一利	090-6486-2449	竹丘二丁目29番～33番、三丁目11番～25番
白石智秀	493-8714	梅園一丁目、二丁目全域
土屋テル子	458-9770	梅園三丁目全域

主任児童委員担当区域(令和8年5月1日現在)

氏名	電話番号	担当区域	氏名	電話番号	担当区域
杉本美栄子	495-8733	清中、清小、八小	齊藤しのぶ	492-2382	二中、三小、六小、七小
福祉総務課※	497-2056(直通)	三中、清明小	高山邦子	491-5220	四中、芝山小、四小
原田亜由美	491-0556	五中、十小			

福祉総務課※=現在欠員のため、下記へお問い合わせください。

問福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056

清瀬市水防訓練

日5月16日(土)午前9時～11時40分ごろ 場清瀬四中

※会場に駐車場はありません。



前回の水防訓練の様子

清瀬市水防訓練は、台風の大型化や多発する集中豪雨などに備え、防災訓練と同様に重点的に取り組んでいる訓練です。どなたでも参加・体験できます。☎防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847

◆土のう作成体験・水防工法見学

土のう作成や設置のコツを学べます。体験される方は、汚れても良い服装でお越しください。



前回の土のう作成体験の様子

◆防災関係機関による展示ブース

水道の代わりに水を供給できる「応急給水栓」や災害時に電話が繋がらない時でもメッセージを残せる「災害用伝言ダイヤル」、停電時でも電源として使える「給電車両」の展示など、防災に関わるさまざまな体験・見学ができます。

◆清瀬市消防団、清瀬消防署による防災体験

消火器の使い方や煙が充満した空間での避難、応急救護(AEDを使用した)のやり方、消防車の乗車などが体験できます。

◆災害時用備蓄食料の試食

清瀬四中円卓会議の協力により、災害時用備蓄食料の試食ができます。

◆防災セミナー(体育館内)

大雨シーズンを前に、セミナー形式で水害について学びませんか? 災害時に役に立つ実技もお伝えします。いっしょにやってみましょう。

4月29日(水)～5月6日(水)の開館状況(公共施設)

□通常業務 ■業務時間変更・一部休業 ■一般貸出のみ ■休業

施設名	4月		5月					
	29(水)	30(木)	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)
市役所	市役所本庁舎(※1)							
市民センター等	清瀬けやきホール							
	各地域市民センター(野塩(※2)・中里・中清戸)							
	下宿地域市民センター							
	梅園地域市民センター(※2)							
	生涯学習センター							
	男女共同参画センター							
	きよせボランティア・市民活動センター							
	消費生活センター							
	竹丘集会所							
	松山・野塩・竹丘多世代交流施設							
	中央児童館(ころぼっくる)							
	南部児童館(まつぼっくる)							
	野塩・下宿児童館							
	子ども家庭支援センター(相談係)							
教育・福祉施設	コミュニティプラザひまわり(※3)							
	郷土博物館(※4)							
	教育支援センター(フレンドルーム)							
	教育相談室							
スポーツ施設	子どもの発達支援・交流センター							
	障害者福祉センター							
	障害者就労支援センター							
	社会福祉協議会							
	市民体育館							
	下宿運動公園広場							
	下宿第二運動公園野球場							
	清瀬内山運動公園野球場							
	清瀬内山運動公園サッカー場							
	テニスコート							
フィットネスルーム(しあわせ未来センター)								
清瀬・ハローワーク就職情報室								

(※1) 休業日は1階市民交流スペース及びデジタルサービススポットのみ開庁
 (※2) デジタルサービススポットも休業
 (※3) 4日(月)は開館時間午前8時30分～午後5時(入金業務等は午後4時まで)
 (※4) 定休日のため5月7日は休館 (※5) 中央公園整備工事のため休業

中学生のための“伝わる”プレゼンテーション講座

☎市内在住の中学1～2年生。定員30人(応募者多数の場合は抽選) 日5月31日(日)午後1時～4時 場アミューホール 費無料 講歌人・作家・コメンテーター・作詞家 田中章義氏

☎5月2日午後9時までに申込みフォームで 問生涯学習センター ☎042-495-7001



申込みフォーム

生活保護受給者向け

エアコン購入費用等を助成します

市では熱中症対策を強化するため、生活保護を受給している世帯に対して、エアコン設置に係る費用を助成します。

☎対象期間内に、清瀬市で生活保護を受給中の在宅生活を送っている世帯で、エアコンが未設置または故障のため未設置と同等の状態となる世帯。

なお、支給上限額を上回った場合は、自己負担となります。

※助成は1世帯につき1台限り。一部支給条件あり。

【対象期間】

令和8年5月1日～令和9年3月31日 (ただし、対象期間中にエアコンの設置が完了している必要あり)

【助成額(東京ゼロエミポイント事業との併用可能)】

本体購入費及び設置費10万円/1世帯(内訳＝エアコン本体購入費上限78,000円、配送費・設置工事費・撤去費・リサイクル費は、10万円からエアコン本体購入費を差し引いた額)

☎☎直接窓口または電話で生活福祉課生活福祉係

☎042-497-2070(土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前8時30分～午後5時)



詳しくはこちら



低所得者世帯向け

エアコン購入費用等を助成します

市では熱中症対策を強化するため、住民税非課税等の世帯に対して、エアコン設置に係る費用を助成します。☎住宅にエアコンが未設置、または故障している世帯(購入日から起算して1年経過したエアコンに限る)。生活保護受給世帯を除く下記世帯。

- ・住民税非課税世帯
- ・市民税均等割のみ課税世帯
- ・児童扶養手当受給世帯

※助成は1世帯につき1台限り。同じ住宅に住んでいる複数世帯からの重複申請は認められません。(同じ住宅に2台以上の設置不可)

【受付期間】5月1日(金)～8月31日(月)

【助成額(東京ゼロエミポイント事業との併用可能)】

本体購入費及び設置費10万円/1世帯

※事前申請が必須となります。購入後の申請は助成対象外です。

※申請後、職員が自宅へエアコンの設置状況を確認に伺います。

☎QRコード内申込みフォームまたは郵送で(〒204-0004 清瀬市野塩1-322-2 野塩地域市民センター内福祉総務課エアコン助成担当) 問直接窓口(月曜日を除く平日午前9時～午後5時) または電話(平日午前9時～午後5時)で野塩地域市民センター内福祉総務課エアコン助成担当 ☎042-497-3482



詳しくはこちら



取り扱い店舗を募集します

上記事業の助成を業者払いにてご対応いただける店舗を募集します。詳しくはQRコード内ホームページをご確認ください。



詳しくはこちら

納税にご協力を

■夜間納税・納税相談 日5月27日(水)・28日(木)午後8時まで
 ■日曜納税・納税相談 日5月31日(日)午前9時～午後4時

■土曜納税・納税相談 日5月9日(土)午前9時～正午
 場いずれも市役所徴収課窓口 問徴収課徴収係 ☎042-497-2045

児童育成手当の申請をお忘れなく！

児童育成手当は令和8年5月1日(金)申請分から令和7年中の所得を対象に審査します。所得制限限度額(下表参照)以上の所得があり、支給対象外となっていた方のうち、令和7年中の所得が所得制限限度額未満の方は申請してください。



詳しくはこちら

児童育成手当は、原則、申請受付日の翌月分から支給します。令和8年6月分から受給するためには5月29日(金)までに申請する必要があります。なお、既に児童育成手当を受給されている方は改めて申請する必要はありません。申請書類など詳しくは市のホームページを確認するか下記窓口までお問い合わせください。

☎子ども支援課給付係 ☎042-497-2088

◆育成手当

対 次のいずれかに該当する18歳に到達した最初の年度末までの児童を養育している方

育成手当要件

- ・父母が婚姻(事実婚も含む)を解消した児童
- ・父または母が死亡した児童
- ・父または母が重度の障害を有する児童
- ・父または母が生死不明である児童
- ・父または母に継続して1年以上遺棄されている児童
- ・父または母が保護命令を受けた児童
- ・父または母が法令により継続して1年以上拘禁されている児童
- ・婚姻によらないで生まれた児童

【手当額】

児童1人につき月額13,500円

◆障害手当

対 次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方

障害手当要件

- ・知的障害で「愛の手帳」1度～3度程度
- ・身体障害で「身体障害者手帳」1級～2級程度
- ・脳性まひ
- ・進行性筋萎縮症

※手帳不交付の場合でも、上記と同等程度の障害と認められる場合は支給対象となる可能性があります。医師の診断書などで判定しますので、事前に上記までお問い合わせください。

※障害手当における20歳未満の者の障害要件を満たしている場合、児童扶養手当における20歳未満の者の障害要件は満たさない場合もあります。

【手当額】

児童1人につき月額15,500円

◆所得制限限度額について

所得制限限度額は右表のとおりです。なお、70歳以上の同一生計配偶者または老人扶養親族がいる場合には100,000円、特定扶養親族または控除対象扶養親族(19歳未満の者に限る)がいる場合には250,000円がそれぞれ所得制限限度額に加算されます。

扶養親族等の人数(税法上)	所得制限限度額(円)
0人	3,661,000円
1人	4,041,000円
2人	4,421,000円
3人	4,801,000円
以降、扶養親族等1人につき380,000円を所得制限限度額に加算。	

赤ちゃんの救急講座

乳幼児に特化した救急講座。赤ちゃんにとって危険な物・場所を把握することで、事故を未然に防ぐ工夫や生存率を上げる救急法を学びます。

☎5月18日(月)午前10時～正午
場 コミュニティプラザひまわり

費 500円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可)

講 NPO法人シーボウル海の教室(L.S.F.A-children's認定講師) 中村智子氏

申 下記QRコードまたはメールで ☎NPO法人ウイズアイ

☎042-497-9567
✉himawari@with-ai.net

※お子さんの保育あり(500円)。



詳しくはこちら

清瀬市立学童クラブの指定管理者を募集します

地方自治法の規定に基づき、清瀬市立学童クラブの施設管理及び業務を効果的かつ効率的に行うことができる指定管理者を募集します。

【対象施設】 清瀬小第1学童クラブ・清瀬小第2・第3学童クラブ、八小第1・第2・第3学童クラブ・十小第1・第2・第3・第4学童クラブ

【指定期間】 令和9年4月1日～令和14年3月31日(5年)

【募集要項の配布期間】 5月11日(月)～22日(金)

【提出期限】 6月12日(金)まで (5月1日～公開)

※募集要項の配布及び応募書類の提出は、平日午前9時～午後4時です。

【募集要項配布・申請先及び問合せ先】 生涯学習スポーツ課学童係 ☎042-497-2089



詳しくはこちら

令和8年4月分から「児童扶養手当」の手当額が変わります

児童扶養手当額は、下表のとおり引き上げとなります。

☎子ども支援課給付係 ☎042-497-2088

◆手当額(月額)

	令和8年3月分まで	令和8年4月分から
全部支給	46,690円	48,050円
一部支給	46,680円	48,040円
	11,010円	11,340円
第2子以降加算	全部支給 11,030円	11,350円
	一部支給 11,020円	11,340円
	5,520円	5,680円

こどもまんなか 児童福祉週間

こども家庭庁では、5月5日の「こどもの日」から1週間を「こどもまんなか 児童福祉週間」と定め、こどもたちの健やかな育成について国民全体で考えることを呼びかけています。

また、こどもの健やかな成長、こどもや家庭を取りまく環境について、国民全体で考えることを目的に、各種事業及び行事を展開しています。

【趣旨】 こどもたちが健やかに育つこと、これは社会の宝であるこどもたちに対する国民全体

の願いであり、すべてのこどもが家庭や地域において、豊かな愛情に包まれながら、夢と希望をもって未来の担い手として、個性豊かに、たくましく育っていきけるような環境・社会をつくっていくことが重要です。

☎子ども家庭支援センター庶務係 ☎042-497-2081



子育て支援アドバイザー養成研修 ~子育てを通じて"つながりの輪"を広げよう~

市には「つどいの広場」など、たくさんの子育て親子が交流でき、子育てを相談できる拠点・居場所がたくさんあります。傾聴や子育てに関する知識等を学び、さまざまな拠点・居場所で活動し、清瀬の子育てを支えていきませんか。

☎市内または隣接自治体に在住・在勤の方で、子育て支援に関心がある方。先着20人 ☎5月18日(月)・25日(月)いずれも午

前9時30分～午後3時
場 コミュニティプラザひまわり

費 無料
【研修運営】 NPO法人ウイズアイ

☎右記QRコードまたはメールで

☎NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765

✉info@with-ai.net



申込みフォーム



募集

令和8年度放課後子ども教室「まなべー」学習アドバイザー

市では、学校・地域の協力と理解のもと、小学校の施設(教室・校庭等)を活用し、子どもたちに、児童の安心安全な居場所を提供しています。

☎おおむね65歳以下で、市内いずれかの公立小学校で活動可能な方(教員・保育士などの資格を有する方優先)。若干名。

【活動内容】 放課後、小学校での宿題の見守りや遊びの支援

【活動頻度】 週2日程度(夏休みなどの長期休暇中を除く)
【活動時間】 5～7月＝平日の午後1時30分～5時30分、上記以外の月＝平日の午後1時30分～

5時
【謝礼】 原則5月～7月＝1回4,920円、それ以外の月＝1回4,305円

☎「清瀬市放課後子ども教室学習アドバイザー登録書」(窓口で配布または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、有資格者(教員・保育士など)は資格証明書の写しを添えて、直接生涯学習スポーツ課学童係

☎042-497-2089
※必要人数に達し次第募集終了。



詳しくはこちら



今月の納期

◆固定資産税・都市計画税(第1期) ◆軽自動車税(全期) 6月1日(月)までに納めてください。

清瀬市営住宅入居者を募集します

【入居資格】

- ①～⑥のすべての条件を満たすことが必要です。
 - ①申込者本人が清瀬市に住民登録があり、5月21日時点で引き続き6か月以上居住していること
 - ②【2人以上世帯】同居親族がいること(パートナーシップ関係にある方を含む)
 - 【1人世帯】(ア)～(ク)のいずれかにあてはまること
 - (ア) 60歳以上(昭和41年5月23日以前の生まれ)の方
 - (イ) 身体障害者手帳1級～4級の交付を受けている方
 - (ウ) 精神障害者保健福祉手帳1級～3級の交付を受けている方
 - (エ) 知的障害者で(ウ)と相当する程度(愛の手帳の場合は総合判定1度～4度)の方
 - (オ) 生活保護または中国残留邦人等支援給付受給者
 - (カ) 海外からの引揚者
 - (キ) ハンセン病療養所入所者等
 - (ク) DV被害者
 - ③世帯所得が定められた基準内であること
 - ④住宅に困っていること(不動産所有者は不可)
 - ⑤市税等の滞納が無いこと
 - ⑥暴力団員等でないこと
- ※その他に入居要件があります。詳細は募集案内をご確認ください。



詳しくはこちら

【募集案内の配布期間】

募集案内チラシ、パンフレット(ホームページのみで公開)=5月22日(金)まで

【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、子ども支援課=平日午前8時30分～午後5時。各地域市民センター(梅園を除く)、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

【申込みの注意】

- ①申込みは1世帯につき1地区のみ有効です。次のような申込みはすべてが無効となります。
 - (ア) 1世帯で2通以上の申込書を送ったとき。
 - 婚約者も同居親族と同じように申込者と同一世帯の方として取り扱います。
 - (イ) 世帯の構成や人数を変えても、2つ以上の申込みに同一氏名があるとき。
 - ②他の公的住宅の募集で、すでに当選・合格・登録されている方は、原則として申込みできません。ただし、同時期に募集された都営住宅に申込み中でも、本募集条件に合致していれば市営住宅にも申込みすることができます。
 - ③申込み後に、「申込地区」「同居親族」「申込者」の変更はできません。
- ☎左記QRコード内申込みフォームまたは電話で都市計画課計画係 ☎042-497-2093。市営住宅使用申込みフォーム=5月11日午前0時～22日午後11時、電話=5月18日～22日午前8時30分～午後5時

【募集住宅(全6戸)】

住宅名	間取り	戸数
中里第1住宅	1人以上世帯向け(2DK)	1戸
中里第3住宅	1人以上世帯向け(2LDK)	1戸
	2人以上世帯向け(3DK)	1戸
野塩柳原住宅	単身世帯向け(1DK)	2戸
	2人以上世帯向け(3DK)	1戸

都営住宅入居者を募集します

【対象となる募集】

世帯向け(一般募集住宅)、若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅)、居室内で病死などがあつた住宅

【募集案内の配布期間】

5月7日(木)～15日(金)

【申込み締切日】

5月21日(必着)までに郵送で渋谷郵便局へ、またはJKK東京ホームページ内で

【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、子ども支援課=平日午前8時30分～午後5時。各地域市民センター(梅園を除く)、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

☎JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎0570-010-810(申込み期間内)、☎03-3498-8894(申込み期間外)



詳しくはこちら



養蜂見学会を開催します!

市は、市役所本庁舎の屋上で養蜂事業を行っています。今年度もみつばちの飼育状況の見学会を開催します(雨天中止)。7・8月の採蜜体験及び、9月以降の見学会は決定次第、お知らせします。小学生以上の方(小学生は保護者同伴)。各日先着10人 ☎5月12日、6月9日いずれも火曜日午前10時～10時30分ごろ

【集合場所】市役所本庁舎3階20番窓 ☎右記申込みフォームで



申込みフォーム



養蜂見学会の様子

☎シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808

介護職員初任者研修受講費用の助成を行います

☎令和7年4月1日以降に介護職員初任者研修を修了した方で次の要件をすべて満たす方

- ①研修修了日から原則として6か月以内に市内介護サービス事業所で就労を開始している
- ②①の就労後、6か月以上就労を継続して、申請日時点においても就労している
- ③研修修了日から原則として1年を経過していない

【助成額】受講費用から消費税を除いた額と8万円のうち、い

づれか低い額 ※申請が必要です。その他要件がありますので、詳しくは市ホームページまたは介護保険課で配布するチラシをご確認ください。 ☎介護保険課介護サービス係 ☎042-497-2080



詳しくはこちら



清瀬市観光協会・東京都環境公社・西武鉄道(株)共催 清瀬の自然を満喫ウォーキング!

春風さわやかな1日、都内にありながら貴重な緑が多く残る清瀬市を巡るウォーキング&ハイキングを開催します。清瀬けやきホールで受け付け後、志木街道を東方向に進み、2月に開通した都市計画道路「新練馬所沢線」を北上し、「清瀬せせらぎ公園」を通ったあと、中里や松山の緑地保全地域の豊かな自然を満喫できるコースです。約6㎞、2時間程度の散策

です。皆さまのご参加をお待ちしています!雨天決行(荒天中止)。 ☎5月2日(土)午前10時～午後1時 【受付場所】清瀬けやきホール ☎無料 ☎清瀬市観光協会 ☎042-497-1842



軽自動車税納税通知書発送及び減免のご案内

軽自動車税の納税通知書を5月1日(金)に発送します。納期限までにご納付ください。なお、障害者手帳等が交付されている場合、期限内に申請すると軽自動車税が減免されることがあります。生計を一にする方(パートナーシップ宣誓制度による証明書保持者含む)が所有する軽自動車等についても減免の対象となります。前年度に減免の決定をしている方には、納税通知

書に申請書を同封しています(毎年度申請が必要です)。詳しくは市ホームページをご覧ください。 ☎課税課市民税係 ☎042-497-2040または ☎042-497-2041



詳しくはこちら

まつぼっくり「こどもの日」イベント みんなの夢をのせて、こいのぼりをつくろう

- ①館内で集めた折り紙の魚を貼り付けて、1階エントランスホールに大きなこいのぼりを作ります。
- ②ミニおはなし会のあとに、こいのぼりヒコーキを作って飛ばします。
- ☎5月5日(火)午前10時～午後4時

場 ☎まつぼっくり ☎南部児童館 ☎042-497-8026、 ☎南部図書館 ☎042-497-2315 (水曜日休館)



まつぼっくりホームページ



胃(バリウム)・大腸がん検診(前期)

胃のバリウム検査と、便の潜血検査を行います(単独受診も可)。バリウム検査を受診した方(またはする予定の方)は胃内視鏡検査の受診はできません。

※市に住民登録のある40歳以上(昭和62年3月31日以前生まれ)の方。各日定員80人(ご希望の日程が定員を超えた場合は抽選。結果は6月中旬郵送予定)

【実施期間】7月25日(土)~28日(火)の4日間。検診時間は午前中のみ(場)しあわせ未来センター(胃がん検診=1,000円、大腸がん検診=500円。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象者は直近の受給証明書を提出することで無料)

5月29日(消印有効)までに申込みフォーム、直接窓口またははがきで健康推進課健康推進係

健康推進係

☎042-497-2075

※電話でのお申込みはできません。

記入例

令和8年度胃・大腸がん検診(前期)申込み

1. 住所
2. 氏名(ふりがな)
3. 生年月日
4. 電話番号
5. 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)
6. 受診希望日(複数可)
※実施期間の中からお選びください。

※あて先は「〒204-8511 健康推進課がん検診担当」とご記入ください。



詳しくはこちら

胃がん検診(胃内視鏡検査)

バリウム検査をご希望の方、または大腸がん検診をご希望の方は左の「令和8年度 胃(バリウム)・大腸がん検診(前期)」の記事をご覧ください。

※市に住民登録のある50歳以上(昭和52年3月31日以前生まれ)の方。定員300人(応募者多数の場合は抽選。結果は6月中旬郵送予定)

【実施期間】7月1日(水)~令和9年1月31日(日) (場)きよせ旭が丘記念病院、東京病院、複十字病院(胃がん検診=3,500円。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象者は直近の受給証明書を提出することで無料) 5月29日(消印有効)までに申込みフォーム、直接窓口またははがきで健康推進課健康推進係

健康推進係

☎042-497-2075

※電話でのお申込みはできません。

※胃内視鏡検査は2年に一度の検診です。胃内視鏡検査を受診

した翌年度は、胃内視鏡検査とバリウム検査のどちらでも受診できません。

※市が実施する胃内視鏡検査では、咽喉麻酔等は使用できませんが、鎮痛薬・鎮静薬は使用できません。

記入例

令和8年度 胃がん検診(胃内視鏡検査)申込み

1. 住所
2. 氏名(ふりがな)
3. 生年月日
4. 電話番号

以下は抽選で落選した場合に、胃がん検診(バリウム検査)(前期)への申込みを希望する場合のみご記入ください

5. (抽選で落選した場合)バリウム検査への申込み希望の有無
6. (抽選で落選し、バリウム検査を希望する場合)受診希望日(7月25日(土)、7月26日(日)、7月27日(月)、7月28日(火)から複数記入可)



詳しくはこちら

※あて先は「〒204-8511 健康推進課がん検診担当」とご記入ください。

肺がん検診(前期)

胸部エックス線を用いた検査です。今年度から国の指針改正により、喀痰検査は実施しません。オプションで大腸がん検診が受診できます。

※市に住民登録のある40歳以上(昭和62年3月31日以前生まれ)の方。各日定員150人(ご希望の日程が定員を超えた場合は抽選。結果は7月中旬郵送予定)

【実施日】8月13日(木)・14日(金) (場)しあわせ未来センター(肺がん検診=500円、大腸がん検診=500円。生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付対象者は直近の受給証明書を提出することで無料) 5月29日(消印有効)まで申込みフォーム、

直接窓口またははがきで健康推進課健康推進係

健康推進係

☎042-497-2075

※電話でのお申込みはできません。

記入例

令和8年度肺がん検診(前期)申込み

1. 住所
2. 氏名(ふりがな)
3. 生年月日
4. 電話番号
5. 大腸がん検診のオプション希望の有無
6. 受診希望日(複数可)
※実施日の中からお選びください。午前・午後後の希望がある場合は併せてご記入ください。

※あて先は「〒204-8511 健康推進課がん検診担当」とご記入ください。



詳しくはこちら

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査・清瀬市健康診査の受診月と予備月が変わります

今年度の健診は6月1日から11月末まで下表のとおり実施します。昨年度から受診月及び予備月が変更となるため、ご注意ください。

※①清瀬市国民健康保険加入者で40歳以上の方②後期高齢者医療制度加入者③生活保護受給者等の40歳以上の方

受診案内及び受診券を送付します。詳しくは送付する案内をご確認ください。受診月に受診できなかった場合は、11月末

まで受診可能ですが、健診期間の終わりは医療機関が混雑し予約が取れない可能性があるため、早めに受診してください。

※昭和26年生まれで今年度から後期高齢者医療制度加入者になる方のうち、6月生まれの方は受診券の送付が6月末、受診月は7月です。

健康推進課成人保健係

☎042-497-2076、大腸がん検診については健康推進課健康推進係☎042-497-2075

受診対象者の生まれ月	受診月	受診券送付月
4・5・6月	6月	5月下旬
7・8・9月	7月	6月中旬
10・11・12月	8月	7月中旬
1・2・3月	9月	8月中旬



※10・11月は予備月です。



詳しくはこちら

第59回清瀬市少年スポーツ交流大会 剣道大会

清瀬市青少年問題協議会は、スポーツをととした青少年の健全育成推進を目的として、剣道大会を開催します。

※市内在住・在学の小・中学生(日)6月14日(受付=午前9

時15分) (場)市民体育館

5月1日~14日に申込みフォームで

子ども支援課支援係

☎042-497-2087



申込みフォーム

1人あたり5,000円給付 きよせ市民生活応援給付金給付事業

市では、現在「きよせ市民生活応援給付金事業」を実施しています。現在の給付金の実施進捗状況は下記のとおりです。

※基準日(令和8年2月9日)時点で、市内に住民登録のある方

【給付額】1人につき5,000円

【給付方法】世帯ごとにまとめて世帯主の口座へ振込

※給付金の問い合わせ等につきましては市役所本庁舎ではなく、

下記給付金事務センターにお問い合わせください。詳細は、順次市ホームページでお知らせします。

野塩地域市民センター内給付金事務センター専用電話(平日午前9時~午後5時) ☎042-497-3480(窓口対応=月曜日を除く平日午前9時~午後5時)




詳しくはこちら

対象世帯	確認書等発行(予定)日	変更申請期限	支給予定日
清瀬市が実施した物価高騰対策支援給付金及び定額減税補足給付金の振込口座が確認できた世帯	4月8日	4月24日	5月15日以降
過去の清瀬市が実施した給付金(特別定額給付金等)の振込口座が確認できた世帯	4月15日	5月1日	5月22日以降
マイナンバー-公金受取口座が確認できた世帯	4月23日以降	5月15日(必着)	6月1日以降
それ以外の世帯	4月30日以降	7月31日(必着)	※

※確認書等(書類等不備がない物に限る)を給付金事務センターが受理後、約30日前後(振込エラーを除く)が目安となります。

令和8年経済センサス-活動調査にご協力を!

調査対象	全国すべての事業所・企業	
実施機関	総務省・経済産業省	
調査目的	我が国の経済構造の実態を全国及び地域別に明らかにすることにより、各種施策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施されます。	
調査方法	<ul style="list-style-type: none"> ・令和8年4月より、対象事業所にインターネット回答用の調査書類が郵送されます。 ・5月中旬より、調査員が市内をまわり外観などから事業所の活動状態を確認します。 ・インターネット未回答の事業所や新たに把握した事業所へ調査書類をお届けしますので、インターネット回答または紙の調査票にて郵送での提出をお願いします。 	

◆経済センサス-活動調査をよそおった不審な訪問者や電話・メールなどにご注意ください!

調査員は必ず「経済センサス-活動調査 調査員証」を携帯しています。金銭の要求や銀行口座の暗証番号、クレジットカード番号をお聞きすることはありません。不審に思った際には、速やかに下記までお知らせください。

文書法制課文書法制係☎042-497-2031



詳しくはこちら

催し・イベント

人とペットのしあわせフェア 2026

行き場をなくした犬や猫たちがあたたかい家族と出会うため、複数の保護団体の共催による譲渡会を開催。高齢の方でも飼いやすい、穏やかなシニア猫も参加します。犬や猫たちに会いに来ませんか？譲渡会のほか、チャリティーバザーやクイズスタンプラリーも予定しています。5月9日(土)午前10時～午後2時 会場 問合せよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027

LGBTQ交流会 「カフェきよにじ」

LGBTQ当事者、そうかもしれないと感じる方、Ally(アライ=支援者)のための交流会(定期開催)です。先着20人。5月9日(土)午後2時～4時、以降奇数月の第2土曜日午後2時～4時 会場 問合せ男女共同参画センター ☎042-495-7002

就職支援セミナー&就職面接会 しごとフェア in 清瀬&東久留米

5月12日(火)①セミナー=午前10時～11時45分(受付=午前9時45分)、先着40人②就職面接会=午後1時20分～4時(受付=午後1時～3時30分) 会場 アミュールホール 持筆記用具、履歴書、ハローワーク紹介状(なくても参加可) 申込QRコード内申込みフォームで 問合せハローワーク三鷹 ☎0422-47-8617 (①=予約受付中。②=予約不要) ※②の参加企業(6社)はハローワーク三鷹ホームページで公開。

福祉法律専門相談

相続、遺言、権利侵害、トラブルなどの法律的な問題に弁護士が無料で相談に応じます。5月27日(水)午前10時～正午 会場 コミュニティプラザひまわり 問合せ電話できよせ権利擁護センターあいねっと ☎042-495-5573

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ご家族または認知症に関心のある方 5月7日・14日・21日・28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200円(飲み物、お菓子付き) 問合せ介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

よってこカフェ in ふわっとん

認知症に関心のある方 5月

12日・26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300円(お茶、お菓子付き) 問合せ介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

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。市内在住の方 5月19日(火)午後1時30分～3時30分 会場 中里地域市民センター 費無料 持動きやすい服装、マスク 問合せ健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779

認知症家族会 ゆりの会

今抱えている問題や悩みを語り合ひましょう。認知症の方を介護しているご家族など 5月20日(水)午後2時～3時30分 会場 清瀬けやきホール 問合せ介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

和やかボッチャ

ボッチャを楽しみながら、健康を維持しませんか。初心者の方歓迎です。5月22日(金)午後2時30分～4時 会場 中清戸地域市民センター 費100円(保険料) 持運動できる服装、上履き、飲み物、タオル 問合せ運動づくり推進員・新井 ☎080-4430-6823 ※公共交通機関をご利用ください。

骨粗しょう症予防教室

超音波骨量測定、栄養相談、簡単な運動など。骨量測定のため、ストッキング不可。市内在住で18歳以上の骨粗しょう症の治療を受けていない方。先着40人 6月2日(火)午前9時30分～午後3時30分(20分間隔の予約制) 会場 しあわせ未来センター 問合せ直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

公立昭和病院 「第43回市民公開講座」

①「人生の最終章に起こること～在宅緩和ケアの立場から～」
②「そのとき、あなたはどんな人生を望みますか?～地域でつながり・支える人生会議(ACP)～」
5月23日(土)午後2時30分～4時(開場=午後2時) 会場 ルネこだいら(小平市美園町一丁目) 費無料 講①ケアタウン小平クリニック名誉院長 山崎章郎氏
②公立昭和病院循環器内科 岡田健助氏 問合せ公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

山本病院 皮膚科交流会

まぶたのトラブルシューティング、まぶたのあれこれ(質疑応答あり) どなたでも。先着30人 5月28日(木)午後2時～3時(受付=午後1時30分) 費無料 講山本病院整形外科医 高見佳宏

氏 場 問合せ電話で山本病院・町田 ☎042-491-0706

女性の健康づくり

女性の心身は女性ホルモンの働きによって生涯をとおして変化します。ライフイベントごとの健康問題(骨粗しょう症や骨折、女性特有のがん、尿失禁予防、更年期症状の対処法など)について確認しましょう。6月2日(火)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～2時50分 会場 しあわせ未来センター 問合せ直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

ベトレヘムの園病院 無料健康公開講座

◆家族が認知症?と思ったら… 軽度認知症は治療できる時代なので早期発見が大切です。6月4日(木)午後2時～ 費無料 講認知症専門医 岡田隆晴氏 会場 問合せベトレヘムの園病院 ☎042-491-2525

募集

シルバー人材センター会員

出張型の入会説明会を開催します。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)ため、事前にお問い合わせください。5月13日(水)、研修会=6月1日(月)いずれも午後1時30分～ 会場 清瀬けやきホール 問合せシルバー人材センター ☎042-494-0903

多摩六都科学館組合 会計年度任用職員の募集

文書作成、データ入力、書類整理、電話対応などを行う事務補助員を募集します。募集要項など詳しくはホームページをご確認ください。【募集人数】1人【任用期間】令和8年6月1日～令和8年9月30日【応募資格】パソコン(Word、Excelなど)の基本的な操作ができる方【選考方法】書類審査及び面接(面接日=5月25日(月))【申込書の配布】多摩六都科学館組合事務局管理課で配布または上記組合ホームページからダウンロード 5月1日～15日(消印有効)に直接または郵送(〒188-0014 西東京市芝久保町5-10-64)にて申込書を提出 問合せ多摩六都科学館組合事務局管理課 ☎042-469-6982(平日午前9時～午後5時)

その他

東日本大震災の避難者への水道・下水道料金の減免措置延長

東日本大震災による避難者で下に該当する方への水道料金・下

水道料金の減免措置期間を延長します。既に減免措置を適用されている方は、申請は不要です。 問合せ避難者が給水契約者の場合=本人、親族などの住居に入居している場合=当該給水契約者 【減免措置期間】令和9年3月31日(水)まで【減免内容】水道料金=基本料金及び1か月あたりの使用水量10立方メートルまでの分に係る従量料金の合計額に消費税及び地方消費税を加算した額を減免。下水道使用料金=下水道使用料の基本料金(1か月あたり8立方メートル)に消費税及び地方消費税額を加算した額を減免【申請方法】東京都が実施した都営住宅に居住の方は申請不要。その他の方は避難先住所へ送付する申請書などに記入し返送 問合せ東京都水道局お客さまセンター ☎0570-091-100または ☎042-548-5110

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
●6月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、5月1日午前8時30分から5月15日まで受け付けます。先着25枠。9月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、8月17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。
問合せシティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 問合せ ☎042-491-8600 問合せ koughou@city.kiyose.lg.jp

女声3部合唱・清瀬コーロフィオーレによる合唱体験会▶新実徳英作曲「われもこう」より薔薇のゆくえ他。経験者歓迎。5月15日(金)・22日(金)いずれも13時30分～15時30分、野塩地域市民センター、無料、清瀬コーロフィオーレ・藤木 ☎042-494-1302

第45回清瀬絵画デッサン会▶油絵水彩画等、個性豊かな力作を展示。心を込めて描いた作品の数々。5月12日(火)～17日(日)10時～17時(初日は12時～、最終日は16時まで)、郷土博物館、無料、清瀬絵画デッサン会・矢島 ☎090-8859-9676

明治大学校友会清瀬支部総会及び懇親会▶明治大学校友会の皆様お待ちしております。懇親会のみ出席OKです。5月31日(日)13時30分～(懇親会=15時～)、総会=生涯学習センター、懇親会=はなの舞(清瀬駅南口徒歩1分)、3,000円(懇親会費)、明治大学校友会清瀬支部・清水 ☎090-7212-3912

カントリーラインダンス清瀬T・Kステップ▶音楽のリズムに合わせて身体を動かし楽しく元気に過ごしましょう。5月7日(木)9時～9時50分、中清戸地域市民センター、無料、カントリーラインダンス清瀬T・Kステップ・赤羽 ☎090-6182-4904

第2回街角コンサート▶沖縄の歌、三線、踊り、映像。参加者は要予約。駐車場は必ず予約を。5月15日(金)13時～14時30分、音楽の館 詩音苑、1,000円、民族舞踊研究所・植竹 ☎090-1465-1879

アライグマ・ハクビシンの被害にお困りの方へ

市内では、アライグマ・ハクビシンの目撃情報や、家屋への侵入などの被害相談が増加しています。これらは生態系や農作物、人の生活環境に影響を与えるおそれがありますが、法により許可なく捕獲・駆除はできません。これに対し、市では許可を得て、防除事業を行っており、箱ワナを無料で貸し出し、捕獲した場合の駆除を行っています(市職員が自宅までお届けします。エサ代・貸出期間中のワナの管理はご負担ください)。被害にお困りの方、捕獲へご協力いただける方は、下記までご連絡ください。環境課環境政策係 ☎042-497-2099

5月は赤十字運動月間 日本赤十字社へのご理解・ご協力を

日本赤十字社の人道支援活動は、皆さまからのご寄付によって支えられています。クレジットカード決済や金融機関でのお振込み、赤十字窓口での現金によるご寄付など、ご都合に合わせてご支援いただけます。詳細は日本赤十字社公式ホームページで。福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056

きよせサロンレター最新版発行

市と社会福祉協議会が共同で作

公共施設のイベント

清瀬けやきホール

①みんなで楽しむハッチポッチクインテットファミリーコンサート



清瀬けやきホール ホームページ

打楽器アンサンブル「ハッチポッチクインテット」によるファミリーコンサート。参加型コーナーもあり、ご家族皆様さんでお楽しみいただけます。☎5月17日(日)午後2時～(開場=午後1時30分) 費一般1,500円、友の会1,000円、3歳～中学生500円、2歳以下ひざ上鑑賞の場合無料(全席自由) ☎チケット発売中

②そうだじゅげむきこう(5月)

清瀬でもおなじみ、九代目 春風亭柳枝の独演会です。☎5月23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】春風亭柳枝、入船亭辰むめ ☎チケット発売中

③錦織健テノール・リサイタル

☎6月14日(日)午後2時～(開場=午後1時30分) 費一般3,500円、友の会3,000円、ペア6,500円、シルバー3,200円(65歳以上・要証明)、学生2,000円、障害者割引で本人・付添い各2,000円(全席指定、未就学児入場不可) 【出演】錦織健(テノール)、多田聡子(ピアノ) ☎チケット発売中

④そうだじゅげむきこう(6月)

真打昇進の披露目が大好評だった柳家緑太、柳亭市童改め松柳亭鶴枝の登場です。☎6月6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】柳家緑太、松柳亭鶴枝 ☎チケット発売中

⑤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、

成している「きよせサロンレター」の最新版を発行しました。市役所本庁舎や市内公共施設などで配布しています。茶話会や体操など人との交流を深められる「サロン」情報を多数紹介しています。活動状況は各団体へ直接お問い合わせください。☎福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056、社会福祉協議会 ☎042-495-5333

クールビズにご協力を

市では、5月1日(金)～10月31日(土)の期間、節電及び地球温暖化防止への取り組みの一環として、市役所や市内各公共施設の適温管理に努め、ネクタイを着用しないなどの軽装で執務を行います。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。☎人材育成課人材育成係 ☎042-497-1843

寄付・寄贈

◆市【一般等寄附金(まつぼっくり遊具整備に充当)】へ

ニッセイロールペーパー株式会社様 (2,000,000円)

◆市【一般等寄附金(小中学校に関する事業に充当)】へ

株式会社コイシカワ様 (4,200,000円)

ありがとうございました。

遊びなど。☎生後2か月～1歳未満の赤ちゃん。先着8組 ☎5月8日(金)午前10時30分～正午 費1,000円 調小宮しのぶ氏 持大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲み物、授乳ケープ(お持ちであれば)

⑥Let'sリトミック「からだであそぼう!」

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。☎5月19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 費各クラス1,500円 調小宮しのぶ氏 持お子さまの飲み物、お持ちであれば名札

☎ホームページ内申込みフォーム(①・②・④～⑥)または直接窓口、電話で ※①・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

①ピクニックボールを楽しむ会 in KIIYOSE

各回先着20人。☎5月4日(月)・15日(金)午前9時30分～11時30分、19日(火)午後1時30分～3時30分、26日(火)午後6時30分～8時30分(受付=各回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

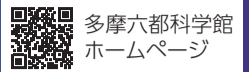
②発酵パワー学び&造る「発酵ドリンク3種」

先着20人。☎5月23日(土)午前10時～午後0時30分 費3,000円(材料費・発酵ランチ付き) 調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

③手ごねパン教室(コーンマヨパン作り)

作ったパンはお持ち帰りできます(試

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! ☎0歳から3歳くらいの乳幼児とそのご家族(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220人 ☎5月12日(火)午前10時30分～11時、11時30分～正午(次回は7月17日(金)) 費観覧付入館券=おとな1,040円、4歳～高校生420円

☎当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売 ☎多摩六都科学館 ☎042-469-6100 ※5月の休館日:7日(木)・8日(金)・11日(月)・18日(月)・19日(火)・25日(月)



食あり)。先着16人。☎6月2日(火)午前10時～午後0時30分 費2,500円(材料費込み) 調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 ☎①・②は直接窓口または電話で③は5月2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

～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。☎5月2日(土)・9日(土)・16日(土)・23日(土)(4回連続講座)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。☎5月21日(木)午前10時～正午 内基礎、基本操作、アプリ、Wi-Fi利用

③倶楽部の無料体験(お一人様1回)

☎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)

内ビリヤード、ヨガ、卓球、カラオケ、eポウリング、リズムエアロビ、健康けん玉、健康麻雀、パソコン

☎いずれも電話で

生涯学習センター

リラクソスヨガ

初めての方でも安心して取り組めるヨガレッスンです(全4回)。☎市内在住・在勤の50歳以上の方。先着30人 ☎6月2日、9日、16日、23日いずれも火曜日の午後2時～4時 調高橋登希恵氏 持ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル(用具として使用) ☎5月19日午前10時～直接窓口または電話で ※靴を脱いで実施します。

児童館

◆中央児童館(ころぼっくる)

はじめてのパパママ講座

概ね1歳までの第1子を育てるお父さん、お母さんのための子育て講座です。先着10組 ☎5月30日(土)午前10時30分～正午 費無料 持赤ちゃんのお出かけグッズ、バスタオル ☎5月1日午前10時～直接窓口または電話で

各地域市民センター

◆下宿地域市民センター

①一般開放

【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 ☎5月16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

②ZUMBA

大人気のダンスエクササイズ!初心者

大歓迎! ☎18歳以上。先着15人

☎5月13日(木)・27日(木)午後1時15分～2時15分 費月額2回1,500円(1回1,000円) 持動きやすい服装、飲み物

③ボディケアヨガ

身体を調整できるリラックス系のレッスンです! ☎18歳以上。先着15人 ☎5月13日(木)・27日(木)午後2時30分～3時30分 費月額2回1,500円(1回1,000円) 持動きやすい服装、飲み物

④ウォーキング教室

正しい姿勢を学んで、腰痛や肩こりを軽減しよう! ☎5月7日(木)・21日(木)午前9時30分～10時30分 ☎18歳以上の方。先着15人 費月額2回1,500円(1回1,000円) 持動きやすい服装、飲み物

⑤はじめてのピラティス教室

骨格を整えることで内臓の代謝活動を上げ、痩せやすい身体づくりを目指しましょう! ☎5月7日(木)・21日(木)午前10時45分～11時45分 ☎18歳以上の方。先着15人 費月額2回1,500円(1回1,000円) 持動きやすい服装、飲み物

☎☎当日午前8時30分～電話で(①)、ホームページ内申込みフォームまたは電話で(②～⑤)

◆野塩地域市民センター

①こころとカラダに働きかけるボディワーク

いつも頑張っているからだの声を聴き、メンテナンスの方法を見つけませんか。先着10人。☎5月12日(火)午後7時～8時 費1,000円 調大島真弓氏 持フェイスタオル、飲み物



野塩地域市民センター ホームページ

②季節のキャンドル作り

毎回異なるテーマで、お子さまから大人の方までどなたでも素敵なキャンドルが作れます。先着8人。☎5月9日(土)午前10時～11時30分 費1,500円～(参加費・材料費) 調うえだくみこ氏 持エプロン、汚れてもよい服装

③健幸習慣のすゝめ

日々実践できる予防的な「健幸習慣」を体験を交えながら楽しく学びましょう。先着8人。☎5月9日(土)午前10時～11時30分 費1,500円 調野村征吾氏 持動きやすい服装、飲み物、筆記用具

☎☎いずれもホームページ内申込みフォーム、直接窓口または電話で

◆竹丘地域市民センター

シニア向けやさしい体操教室

新オープンの新多世代交流施設えーるプラザ竹丘で、楽しくやさしい体操教室が始まります。先着15人。☎5月8日(金)以降第2・4金曜日午前9時30分～10時30分 費1回500円 調健康運動指導士 大西圭子氏 持直接窓口または電話で

【各施設の問合せ先】 ☎清瀬けやきホール ☎042-493-4011、コミュニティプラザひまわり ☎042-495-5100、(一社)きよせ100歳時代 ☎042-494-2800、生涯学習センター ☎042-495-7001、中央児童館(ころぼっくる) ☎042-495-7700、南部児童館 ☎042-497-8026、下宿地域市民センター ☎042-493-4033、野塩地域市民センター ☎042-493-4014、竹丘地域市民センター ☎042-495-1717、中里地域市民センター ☎042-494-7511、中清戸地域市民センター ☎042-494-7211、梅園地域市民センター ☎042-497-8026 ※本号に掲載のない施設についても掲載しています。

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

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。

対 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 直問 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。

対 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。

対 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 直問 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。