



みんなの力で大江戸線を清瀬市へ

市報

# きよせ

No.1456 毎月1日・15日発行

令和8年 (2026年) 5月15日号



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) ☎042-492-2415 ①kouhou@city.kiyose.lg.jp

60歳以上の市民の皆さま！  
知識や経験を活かして地域デビューしませんか？

## シルバー人材センター

# 人生100年時代

このまちで、もっと輝く



仲間と一緒に活動する楽しさ



まちの安全を支える大切な仕事



安心・丁寧  
市民の皆さまの暮らしを支えます



地域の子どもの居場所づくりにも貢献します



### 駄菓子屋きよちゃん

懐かしい駄菓子が100種類以上！  
ぜひお越しください。

【営業時間】  
平日午後1時～4時・  
第2日曜日午前10時～正午

子どもたちの笑顔が  
元気の源です！



センターでの就業が  
フレイル抑制に効果あり！  
(発生リスクが34%軽減)  
働くことで健康寿命を  
延ばしませんか？

シルバー人材センター公式  
キャラクター シルバーちゃん

＼ 見学だけでも大歓迎です！ /

臨時  
入会説明会  
開催！

☎5月26日(火)午後1時30分～  
場 直 けやきホール  
【定例入会説明会】  
偶数月＝第2月曜日、奇数月＝第2水曜日いずれも  
午後1時30分～  
※定例入会説明会の会場はお問い合わせください。

パネル  
展示を  
行います

センター事業や日ごろの活動等  
をご紹介します！ ☎5月18日(月)  
～22日(金)午前9時～午後4時  
場 直 市役所本庁舎2階

お気軽に  
ご相談  
ください

問 (公社) 清瀬市シルバー人材セ  
ンター (松山3-13-16)  
☎042-494-0903

Web  
入会は  
こちら

スマホから  
簡単に登録  
できます！



申込み  
フォーム

### 第55回東京都農業祭(植木部門)で 市内の農家の方々が特別賞を受賞しました

4月18日・19日に神代植物公園  
広場特設会場(調布市深大寺元町五  
丁目)で開催された「第55回東京都  
農業祭(植木部門)」で、市内の農家  
の方々が特別賞を受賞しました。



受賞された松村俊夫さん(左)と  
松村直夫さん(右)

おめでとうございます。  
産業振興課農政係  
☎042-497-2052



賞名	樹種名	出品者名
JA共済連東京都本部長賞	シダレモミジ 流泉	松村 俊夫
東京都農住都市支援センター会長賞	常夏ツツジ	松村 直夫
東京都緑化推進委員会会長賞	常緑ヤマボウシ 月光	松村 俊夫

## 令和8年度 市民税・都民税

### ◆令和8年度市民税・都民税の納税通知書を発送します

納税通知書の発送予定時期(納付方法別)

納付方法	発送日	宛先
給与特別徴収(給与から天引き)	5月13日(水)	勤め先など
普通徴収(ご自身で納付)	6月10日(水)	本人
年金特別徴収(年金から天引き)		

#### 【注意点】

- ①納付方法が複数にまたがる方(給与特別徴収に加えて、年金や不動産等があり年金特別徴収や普通徴収がある場合)は、上記日程にて複数の納税通知書が届きます。
- ②納税通知書には、所得や控除の内訳、各期別の納付額・納期限などが記載されていますので、必ずご確認ください。
- ③市役所へお問い合わせの際は、ご本人確認のため納税通知書をお手元にご用意ください。
- ④本人の申告時期や勤め先などからの課税資料・異動届の提出時期によっては、発送された納税通知書にその内容が未反映である場合があります。その場合は、税額等を更正して後日改めて通知します。

### ◆令和8年度から新たに年金特別徴収(年金天引き)になる方へ

令和8年4月1日時点で65歳以上の方の公的年金等の所得に課税される市民税・都民税は、原則として年金特別徴収(年金天引き)となります。それ以外の所得に課税される市民税・都民税は、普通徴収または給与特別徴収です。

令和8年度から年金特別徴収が開始(再開)となる方は、まず市民税・都民税のうち、公的年金等の所得に課税される税額の2分の1相当額を普通徴収の第1期・第2期にご自身で納めていただくこととなります。**6月10日(水)に発送の納税通知書に納付書が入っていた場合は、納付忘れがないようお気を付けください。**

普通徴収を納付していただいた後、残りの税額について10月から年金天引きを行います。なお、令和7年度から継続して年金特別徴収となる方は、普通徴収は発生せず、年金支給ごとに天引きされますので、ご自身で納付していただくことはありません。

### ◆令和8年度 課税・非課税証明書の発行を開始します

市役所で発行		コンビニ・デジタルサービススポットで発行	
納付方法	発行開始日	納付方法	発行開始日
給与特別徴収のみの方	5月13日(水)	すべて	6月10日(水)
上記以外の方	6月10日(水)		

※利用者証明用電子証明書搭載のマイナンバーカードをお持ちの方で、本人のみ発行可能

#### 【注意点】

- ①令和8年度の課税・非課税証明書は、令和8年1月1日時点で清瀬市に住民登録のある方で、所得等についての申告をしている方に発行できます。1月1日時点で他自治体に住民登録をしていた方は、その自治体にお問い合わせください。
- ②郵送での請求も可能です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- ③市民課の休日窓口でも取得できますが、申告漏れや申告遅れ等による未処理分がある場合など、発行できない場合があります。ご不安な方は平日に市役所窓口にお越しください。なお、申告してから課税・非課税証明書を発行するまでには日数を要しますので、ご注意ください。

課税課市民税係 ☎042-497-2040



郵送での  
申請方法

### 「市長と語る会」を開催します

市政について、市民の皆さまと原田市長が直接話す場として、第1回「市長と語る会」を開催します。たくさんのご意見をお待ちしています。(年4回実施予定。次回以降の詳細は市報でお知らせいたします。)



申込み  
フォーム

- ☎市内在住の方。先着40人
- 【テーマ】市内の読書環境について(図書館、市民サロンなど)
- 📅5月26日(火)午前10時~11時ごろ
- 📍男女共同参画センター 申込みフォームで(難しい方は下記へお問い合わせください)。
- 📞シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808
- ※多くの方にご覧いただくため、市公式YouTubeでライブ配信を行う予定です。予めご了承ください。

### 20歳のつどい衣装レンタル料等を補助します

令和9年実施予定の「清瀬市20歳のつどい」に参加するにあたり、振袖等の着用を希望する方で、経済的に困難な場合に、京都きもの友禅(株)との協定に基づき、市がレンタル費用などの一部を補助します。

- ☎令和9年の「清瀬市20歳のつどい」対象者(平成18年4月2日~平成19年4月1日生まれの方)のうち清瀬市に住民登録がある非課税世帯の方
- 【補助対象】衣装レンタルなど

一式  
【自己負担額】1万円  
📅6月8日~7月10日に右記QRコード内申込みフォームまたは直接窓口で市民協働課協働係 ☎042-497-1803  
※予算に達し次第終了。



詳しくは  
こちら



### 募集

## 令和8・9年度 図書館協議会委員を募集します

市では、清瀬市立図書館設置条例に基づき、図書館サービス等について意見を述べる機関として、図書館協議会を設置しています。そこで、令和8・9年度に公募委員としてご参加いただく市民の方を募集します。【募集人員】若干名(委員会は学識経験者を含む10人以内で構成)



詳しくは  
こちら  
(5月15日~公開)

- 【応募資格】次のすべての要件を満たす方
- ①市内在住、在勤の方 ②18歳以上の方 ③委員会(会議)に出席可能な方 ④清瀬市議会議員または清瀬市職員でない方
- 【任期】令和8年7月~令和10年3月 【回数】年2回
- 【報酬】委員会1回の出席につき9,000円 【提出内容】応募動機を400字程度にまとめ、氏名・住所・電話番号・年齢・性別・職業を明記のうえ、ご応募ください。
- 📅5月29日(金)(必着)までに上記QRコード内申込みフォームまたは下記直接窓口、郵送で〒204-8511 清瀬市中里五丁目842番地 清瀬市役所へ
- 📞図書館課図書館係 ☎042-497-2555



## 戸籍に氏名の振り仮名が記載されます ~振り仮名の届出はお済みですか?~

令和7年5月に施行された戸籍法の一部改正により、氏名の振り仮名が新たに戸籍の記載項目に追加、公証されるようになりました。

これに伴い、戸籍に記載する予定の振り仮名を本籍地の市区町村から戸籍の筆頭者あてに通知し、日常使用している振り仮名と異なる場合には、正しい振り仮名の届出をお願いしてきました。届出の必要のある方は、5月25日(月)までに提出してください。

5月26日(火)以降、振り仮名の届出のなかった戸籍には、順次

通知した振り仮名が記載されます。清瀬市が本籍地の方は、10月中旬に振り仮名を戸籍に記載する予定です。

※当事者の届出によらず記載された振り仮名は、1度に限り家庭裁判所の許可を得ることなく変更することができます。※届出方法・制度の詳細については、法務省のホームページをご覧ください。

市民課戸籍係  
☎042-497-2038



法務省  
ホームページ



# 5月31日は世界禁煙デー、5月31日～6月6日は禁煙週間です

## 「マナー」から「ルール」へ 喫煙時の周囲への配慮は、法律で義務付けられています！

受動喫煙について定めた健康増進法では、「何人も、喫煙をする際、望まない受動喫煙を生じさせることがないように周囲の状況に配慮しなければならない。」と定められています。周囲に人がいない場所での喫煙を心掛け、人通りの多い地域では特に喫煙を控えることが必要です。なお、子どもや患者などに特に配慮すべき施設(学校・児童福祉施設、公園・広場、その他市の公共施設、病院など)は禁煙となっています。

また、自宅の庭やベランダなどで喫煙する際も、隣家との距離が近い場合、敷地外への煙がトラブルの原因になりかねません。望まない受動喫煙を生じさせないように努めましょう。

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076



### 喫煙による健康被害

- ・心筋梗塞や脳卒中
- ・肺がん
- ・早産
- ・乳幼児突然死症候群
- ・低出生体重児
- ・小児ぜん息

妊婦さんや赤ちゃん、子どもたちをたばこの害から守るためにも、禁煙に取り組みましょう。

### 禁煙外来治療費助成金交付事業

市内に住民登録のある満20歳以上の方。先着10人  
【助成額】医療機関の禁煙外来治療費及び薬剤費の自己負担額のうち、2分の1を助成(上限1万円、助成対象者1人につき1回限り)。治療を完了できなかった場合は助成の対象になりません



申込みフォーム

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

### 今年も継続して健診を受けましょう

◆特定健康診査・後期高齢者医療健康診査・清瀬市健康診査(生活保護受給者等)

今年度は受診月及び予備月が変更となります。

また、健診実施期間は11月末までです。詳しくは送付する案内をご覧ください。

清瀬市国民健康保険加入者で40歳以上の4・5・6月生まれの方、後期高齢者医療制度加入者で4・5・6月生まれの方及び生活保護受給者等で40歳以上の4・5・6月生まれの方

【受診月】6月

【受診券送付時期】対象の方には5月下旬に受診案内や受診券を送付します。詳しくは送付する案内をご覧ください

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076 (大腸がん検診に関するお問い合わせは健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

※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。

※受診月に受診できなかった場合は11月末まで受診が可能ですが、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、お早めにご受診ください。

### 令和8年度 男女共同参画週間記念講演会 落語界は男女共同参画？

落語界女性真打の草分け「古今亭菊千代」師匠の七転八倒泣き笑い。講演会であり、落語ではございません。

6月13日(土)午後2時～4時 場 アミューホール

費 無料 講 古今亭菊千代氏

申込みフォームまたは電話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)

※保育あり(先着10人)。6月3日までに要予約。



申込みフォーム



古今亭菊千代氏

## 消費生活相談の現場から

「〇〇が当たりました！」はフィッシング詐欺の入口！？

### 【事例】

先日「〇〇が当たりました！至急受け取り手続きをお願いします」という件名のメールを受け取った。何かに応募した記憶はなかったが、買い物した時にそのようなキャンペーンがあったかもしれないと思った。景品は、ある有名施設の入場券だったので、その施設が好きな友人へ贈ろうと思いメールにあったURLにアクセスすると、期間限定チケットが0円という表示と、クレジットカード番号やセキュリティコードを入力する画面が出た。何の疑いもなく手続きを進め、クレジットカード会社から送られて来た認証コードも入力した。後日クレジット明細を確認すると、覚えのない名前あてで3万円の支払いをする予定になっていた。

### 【アドバイス】

実在する企業のサイトを装い、クレジットカード番号やID、パスワード等を入力させて情報を盗み取るフィッシング詐欺の被害が依然として後を絶ちません。その結果金銭被害に遭うケースもあり、事例では、クレジットカードが不正利用さ



れていました。クレジットカード会社の調査で不正利用の疑いがあることがわかり引き落としはされずに済みましたが、本人しか知らないはずの認証コードが入力されていた事で、当初は不正利用とは認められませんでした。また、フィッシング詐欺の場合、金銭被害のほか、盗み取られたIDやパスワードからアカウントが乗っ取られ、知らないうちに自分がフィッシングメールを送る側になることもあります。個人情報等を入力する際は、届いたメールからではなく、正規のウェブサイトや公式アプリから入力するようにしましょう。身に覚えのない請求を受けたなど、お困りの際は消費生活センターまでご連絡ください。

消費生活センター ☎042-495-6212 (相談専用) ※つながらない場合は ☎042-495-6211

### 旧優生保護法による優生手術・人工妊娠中絶などを受けた方とご家族へ～対象となる方に国から補償金等が支給されます～

支給内容	補償金	優生手術等一時金	人工妊娠中絶一時金
対象	旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた本人及びその配偶者(死亡している場合はその遺族(配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹、ひ孫、甥、姪))	旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた本人で生存している方	旧優生保護法に基づく人工妊娠中絶等を受けた本人で生存している方
支給額	本人1,500万円 配偶者500万円	320万円	200万円
備考	配偶者には、事実婚を含みます。また、優生手術等を受けることを原因として離婚または事実婚を解消した場合も含みます。	補償金を受給した場合も支給されます。	優生手術等一時金を受給した場合には支給されません。

【請求方法】対象者となる可能性がある市民の方または代理人の方は、下記の相談窓口へご相談のうえ、所定の請求書等を東京都へ提出

【請求期限】令和12年1月16日まで

東京都旧優生保護法補償金等受付・相談窓口

☎03-5320-4206 ☎03-5388-1401 (祝日、年末年始を除く毎月曜日～金曜日午前9時～午後5時)



詳しくはこちら

### 令和8年市議会第2回定例会

令和8年市議会第2回定例会は、6月8日(月)から下表のとおり開会予定です。議会事務局議事係 ☎042-497-2567

月	日(曜日)	時間	内容	
6	8(月)	午前10時～	本会議(初日)	
	11(木)		本会議(代表・一般質問)	
	12(金)		本会議(一般質問)	
	15(月)			
	17(水)			総務文教常任委員会
	18(木)			福祉保健常任委員会
	19(金)		建設環境常任委員会	
6	25(木)	午後2時～	議会運営委員会	
	25(木)	午前10時～	本会議(最終日)	

### 第16回清瀬ひまわりフェスティバルへの ご協力をお願いします

市と清瀬市農ある風景を守る会では、今年も市の最大イベント「清瀬ひまわりフェスティバル」の開催を予定しています。開催に向けて、市民の皆さまや事業者の協賛やボランティアなどのご参加・ご協力を募集しています。詳しくは右記QRコードをご覧ください。多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

※イベントについての詳細は、市報6月15日号に掲載予定です。  
【開催期間】7月18日(土)～26日(日)(予定)  
【協賛】産業振興課農政係 ☎042-497-2052



ボランティア募集 協賛募集 ひまわり種子配布希望

### 第28回スーパードッジボール大会 【小学5・6年生男子の部・女子の部】参加者募集

市内在住・在学の小学5・6年生【チーム編成】1チーム7～10人(1チームにつき、18歳以上の責任者を1人つけてください)  
【日程】7月11日(土)午前9時～午後4時ごろ 市民体育館  
【申込】5月18日～6月5日に申込みフォームで(操作が難しい場合は右記にお問合わせください)

◆参加チーム向け練習会  
参加チームを対象とした練習会を6月28日に行います。申込制(先着順)です。詳しくは市ホームページをご確認ください。  
【会場】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎042-497-1815  
※3・4年生の部は令和9年2月を予定しています。



詳しくはこちら



申込みフォーム

### フレイル予防の合言葉

～動いて、食べて、人とつながろう～



出典: 東京大学高齢社会総合研究機構 脳血管フレイル予防ハンドブックより(高谷雅文、日老医誌 46:279-285, 2009より引用改変)  
※プレフレイルとは、フレイルの前段階の状態のことで、健康とフレイルの間に位置します。

フレイル予防の「運動」・「栄養」・「社会参加」の三本柱に「口腔ケア」・「健康検査」を追加し、複数の組み合わせを実践することで、フレイルの予防効果がさらに高まります。自分の生活に不足しているのはどんなことか、この機会に考えてみませんか?今回は、「食べること＝栄養を取る」ポイントを紹介! 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

※東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チーム発行「地域で取り組む!フレイル予防スタートブック」より引用

### 清瀬消防少年団 消防庁長官賞を受賞!

この度、清瀬消防少年団が港区にあるニッショーホールで、全国に3,930組織ある少年消防クラブの中から「優良な少年消防クラブ」として、消防庁長官賞を受賞しました。団員の普段からの活動が素晴らしい形で認められたものです。引き続き、清瀬消防少年団の応援とご支援をよろしくお願ひします。☎清瀬消防署 ☎042-491-0119



消防庁長官賞を受賞された清瀬消防少年団

### 緊急時にも役立つ 東京消防庁公式アプリをダウンロードしよう!

東京消防庁公式アプリは、チャットボット(自動会話プログラム)やマップ機能を中心に、多くの機能を備え、ユーザーの興味・関心に合わせて利用できる無料のアプリです(別途通信料がかかります)。消防や救急の知りたい情報をいつでも・どこでも・手軽に入



東京消防庁公式アプリ (iOS版)



東京消防庁公式アプリ (Android版)

### 福祉のまちづくり懇談会の開催

身近な地域課題や福祉のまちづくりについて話し合う懇談会を実施します。先着30人(野塩地域は先着20人) 会場 右記表のとおり 社会福祉協議会 ☎042-495-5333

日時	場所
5月22日(金)午前10時～	野塩地域市民センター
5月26日(火)午後2時～	下宿地域市民センター
6月5日(金)午後6時30分～	清瀬市役所本庁舎
6月11日(木)午前10時～	中里地域市民センター
6月17日(水)午後2時～	竹丘地域市民センター
6月20日(土)午前10時～	けやきホール

### フレイル予防を意識した生活が 「健康寿命の延伸」に繋がります!

覚えよう!  
毎日食べたい  
10食品群  
下の10食品群から1群で1点。  
毎日7点以上\*が目標です。



「さあにぎやかにいたく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取多様性スコアを構成する10の食品群の頭文字をとったもので、「ロコモチャレンジ」推進協議会が考案した高栄養です。

フレイル予防の合言葉「さあにぎやかにいたく」の10食品のうち一つでも多く取り入れ、心身共に元氣な生活を心掛けていきましょうか?

### 食品群別・食べ方のヒント

どんなに少量でも大丈夫です。これならできるかもという食品群から増やしてみてください。

さかな 干物や加工品 いか、えび、かにも	あぶら 加工品、パンにバター ドレッシングなど	にく ウインナーやベーコン などの加工品も	牛乳・乳製品 チーズ、ヨーグルト などの乳製品も	野菜 緑黄色野菜を たっぷり
海藻 のりやひじきなど 乾物も	いも ふかして おやつ代わりに	たまご うずらの卵 なども	大豆製品 豆腐や 油揚げなど	くだもの 朝食や、デザートに ドライフルーツも

※東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チーム発行「地域で取り組む!フレイル予防スタートブック」より引用

### “不動産を売るとき”って、どうしたらいいの? 専門家に学ぶ「不動産の上手な売り方無料個別講座」

参加無料・要予約  
5月16日(土)～5月31日(日)開催

「三井住友トラスト不動産」では、5月16日(土)～5月31日(日)の期間中、不動産売買の悩みを解決するための「不動産の上手な売

り方無料個別講座」を開催します。不動産の現在の資産価値がわかる無料査定の相談にも対応。この機会に気軽に参加を。  
【会場】三井住友トラスト不動産所沢センター(地図参照)埼玉県所沢市所沢吉町2-4リート所沢2階(各線「所

沢」駅徒歩1分) ☎5月16日(土)～5月31日(日)午前10時～午後5時 ※希望の日時を伝えてください ※希望日の3日前までに申し込みを ※相談不動産の所在地を伝えてください ※エリアにより対応できない場合があります ※定日・各回1組(参加費無料、水・祝定休) ☎「不動産売買ガイドブック」進呈(写真) ☎無料講座事務局(所沢

センター) ☎0120-02-3397 ※応募者の個人情報は受付に利用



広告欄

# 清瀬市版 ネウボラ スマイルベビーきよせ



市ホームページ 子育て情報

市は妊娠から出産、子育て期にわたる切れ目のない支援を行う総合窓口として清瀬市版ネウボラ「スマイルベビーきよせ」のさらなる充実を図ります。妊娠中の不安や悩み、子育てについての相談を専門職員が受けします。☎子ども家庭支援センター母子保健係 ☎042-497-2077、庶務係 ☎042-497-2081

※ネウボラ…妊娠・出産から保健サービスと子育てサービスが一体となった、ワンストップで切れ目のないサポート体制のこと。

## 妊 娠 中

### ◆スマイルベビー妊婦面接

妊娠の届出をされた妊婦さんを対象に、保健師などの専門職員が面接し、相談をお受けしています。転入された妊婦さんも対象です。

### ◆プレママ準備クラス

助産師が、母乳育児や出産に向けての相談をお受けしています。先輩ママとの交流もできます。  
【対象】妊娠20週以降の妊婦さん

### ◆両親学級

妊娠・出産・育児などに役立つ講座や沐浴体験、妊婦体験などができます。育児仲間をつくる機会にもなります。

## 経済的支援

### ◆多胎妊婦健康診査費用助成

多胎妊娠に伴い、妊婦健康診査を14回を超えて自費で受診した妊婦健康診査受診費用について1回5,000円を上限に助成

### ◆妊婦のための支援給付

【給付対象】清瀬市に住民登録があり、他の自治体で交付を受けておらず、下記要件を満たす方。

1回目の給付＝医師による胎児の心拍が確認された妊婦。  
2回目の給付＝出産などにより胎児の数が明らかになった日。流産や死産、人工妊娠中絶なども、医師による胎児心拍が確認されており、妊娠していた胎児の数を母子健康手帳で確認できる場合は対象となります(母子健康手帳で確認できない場合は診断書などによる証明が必要です)。

### 【給付額】

1回目の給付＝50,000円  
2回目の給付＝胎児の数×50,000円  
現金給付の他、ギフトカードによる交付可。  
【子ども家庭支援センター庶務係】  
※詳しくは市ホームページをご確認ください。



## 出 産 後

### ◆こんには赤ちゃん事業

助産師や保健師、看護師が生後4か月までの赤ちゃんがいるすべての家庭を訪問し、お子さまの育て方やママの健康など、日常生活全般についての相談をお受けします。

### ◆産後ケア事業 (拡充)

産後のママに寄り添った産後ケア事業のサービスを実施しています。宿泊型・通所型・訪問型の3種類から選べます。宿泊型は期間を延長しました。

## 経済的支援

### ◆多胎児家庭移動支援

乳幼児健康診査や予防接種、母子保健事業などに参加する際に利用したタクシー料金の一部を助成します。(年齢ごとに補助上限24,000円)

### ◆すくすく赤ちゃんクラス

助産師が授乳相談をお受けします。妊婦さんやママ同士の交流もできます。【対象】産後1～7か月未満のお母さんとお子さま

### ◆1歳児子育て相談会

お子さまが1歳を迎える月に市から個別に通知を送付します。

### ◆ファーストバースデーサポート

1歳を迎えたお子さまを養育する方で、アンケートにお答えいただいた方に、育児用品購入などで使えるQUOカードPayなどをプレゼントします。対象者には個別に通知を送付します。

【対象】0歳～3歳未満の多胎児を養育する家庭(清瀬市に住民登録がある方)  
【子ども家庭支援センター庶務係】  
※詳しくは市ホームページをご確認ください。

社会福祉法人 上宮会グループ 医療と介護の連携で、回復とその後の暮らしを支えます

### 清瀬リハビリテーション病院

診療科目 内科、呼吸器内科、小児科、歯科(総合リハビリテーション施設)  
病床数 168床(回復期93床、一般27床、呼吸器48床)  
診療受付時間 時間:9:00～11:30 / 13:00～16:30

内科・呼吸器内科	小児科	歯科
月・火・水・金	火・木	火・水・木・金・土(祝のみ)

☎042-493-6111 初診の方は、事前にお電話にてご確認ください。

〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-33 清瀬リハビリテーション病院 検索

### 特別養護老人ホーム上宮園

特養 100床 (指定介護老人福祉施設)  
ショートステイ 8床(空床利用10床)  
特養・ショートステイ  
☎042-493-6118  
〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-31 上宮園 検索

交通アクセス・地図情報は こちら

# 催し・イベント

## なんでも聞ける！ ボランティア・市民活動相談会

自分にできることを探したい方のための個別相談会を行います。  
日5月29日(金)午後1時30分～3時(1人30分) 場直 場きよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027

## 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の方法などについて、市と連携している専門家団体の相談員が無料で相談に応じます。6組程度(当日空きがある場合は当日受付可)。  
日5月28日(木)午前10時～午後4時(いずれも1組45分) 費無料 場野塩地域市民センター  
申問 相談会に関すること=電話でNPO法人空家・空地管理センター ☎0120-336-366、共催に関すること=都市計画課計画係 ☎042-497-2093

## みんなで育てよう清瀬の水辺

柳瀬川河川内のごみ拾いなどの清掃作業を行います。  
【主催】川づくり・清瀬の会  
日5月31日(日)午前9時～11時30分(雨天中止) 場直 金山調節池放流水門前・台田団地6号棟側(中里6丁目) 持汚れても良い服装、長靴、タオル、飲み物、必要な方はマスク 水と緑と公園課緑政係 ☎042-497-3267

## エコまつり

消費生活センター登録団体のミニ消費生活展です。清瀬産野菜の販売、古布のリメイク展示、リサイクルバザーなどを実施します。  
日6月7日(日)午前10時～午後4時 場直 アミューホール 消費生活センター ☎042-495-6211

## 日本語教室学習者 スピーチ発表会

清瀬国際交流会の日本語教室で学習している外国人が、日本で感じたこと・体験したことなどを日本語で発表します。日6月14日(日)午後2時～場直アミューホール 清瀬国際交流会日本語教室・江崎 ☎090-6020-9889

# 健康・福祉

## 健康づくり推進員運営 いきいきハイキング

JR青梅線中神駅から、諏訪神社・拝島大師(昭島市拝島町1丁目)を散策後、JR青梅線昭島駅までご案内します(5㎞、平坦)。雨天中止。対運動制限がなく、団体での歩行に支障のない方 日5月26日(火)受付=午前9時～9時15



分、出発=午前9時20分、解散=午後2時30分ごろ(予定)  
場直 集合=清瀬駅北口連絡通路、解散=JR青梅線昭島駅 費100円(保険料・運営費)、交通費などは別途自己負担 持リュックサック、歩きやすい服装と靴、昼食、飲み物、筆記用具、雨具、マイナ保険証・医療資格確認書、マスク  
問 健康づくり推進員・水野 ☎090-2647-6297

## 健康ワンポイント

超音波骨量測定、握力測定など(要予約)。対清瀬市国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者。先着20人 日6月12日(金)午前9時～正午 場しあわせ未来センター 持健診結果(あれば) 申問 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076 ※足首を出しやすい服装でお越しください。

## 花みずきの会(絵手紙)

手先を動かす簡単な作品づくりを楽しみませんか。対市内在住のおおむね65歳以上の方 日6月12日(金)午後1時30分～3時 場中清戸地域市民センター 費無料 持濡れティッシュ、作品を持ち帰る袋 申問 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

## おいしく健幸づくり ヘルシークッキング

◆食品ロスを減らそう！  
講師による調理デモンストレーション、試食、栄養の講話を実施します(参加者の調理はなし)。対市内在住で18歳以上の方。先着12人 日6月16日(火)午前10時～11時30分 場直しあわせ未来センター 講 栄養士 西田由美子氏 申問 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

# 子育て

## NP(Nobody's Perfect)講座 ～完璧な親なんていない～

参加者同士でおしゃべりしながら、自分らしい子育てを見つけませんか。4回連続講座 対未就園児を育てているお母さん。先着8人 日6月5日・12日・19日・26日、いずれも金曜日の午前10時～正午 場きよせボランティア・市民活動センター 費各回500円、保育別途500円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可) 申問 メールまたはQRコード内申込みフォームからNPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 場 aiai@with-ai.net

## 令和8年2・3月生まれ 「新米ママと赤ちゃんの会」

子育てのスタートに！4回連続の仲間づくりの講座です。日6月9

日・16日・23日・30日いずれも火曜日午前10時～正午 場きよせボランティア・市民活動センター 費各回500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 申問 メールまたはQRコード内申込みフォームからNPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 場 aiai@with-ai.net



詳しくはこちら

## 両親学級(1コース2日制)

赤ちゃんの育て方やお風呂の入れ方など、ご夫婦と一緒に学んでみませんか。お一人での参加、どちらか1日のみの参加も可能です。対市内在住の妊婦さんとそのパートナー。①先着12組、②先着20組 日①6月12日(金)午後2時～4時、②7月11日(土)午前10時～正午 場しあわせ未来センター 申5月15日午前8時30分～QRコード内申込みフォームで 問 子ども家庭支援センター母子保健係 ☎042-497-2077



詳しくはこちら

## 子育てガイドブック作成 ご協力をお願いします

市は、株式会社サイネックスと協働事業として子育てに関わる制度や施設、サービス事業などをまとめた「子育てガイドブック」を作成しています。こちらは全て広告収入で作成しています。これに伴い、掲載広告を募集するために担当者が案内文を送付し商店や事業所にご連絡しますので、ご協力をお願いします。問 広告に関わること=株式会社サイネックス西東京支店 ☎042-538-1040、子育てガイドブックに関わること=子ども家庭支援センター庶務係 ☎042-497-2081

# その他

## 神山公園の芝生広場を閉鎖

寒さに強い芝生から、暑さに強い芝生への切り替え・育成のため、芝生広場を一時閉鎖します。期間中はロープで囲い、立ち入りできません。【閉鎖期間】5月29日(金)～7月10日(金)(予定) 問 水と緑と公園課公園係 ☎042-497-2098

## 5月1日付人事異動(管理職)

市管理職の異動がありましたので、お知らせします。( )は前職。  
▶教育委員会教育部長(教育委員会教育部長図書館課長事務取扱)南澤志公  
▶総務部総務課長(選挙管理委員会事務局長)伊藤淳一  
▶地域振興部産業振興課長(地域振興部産業振興課長(観光協会担当))遠田真史  
▶福祉子ども部子ども支援課長(市

民環境部徴収課副参事)金子直紀  
▶教育委員会教育部生涯学習スポーツ課特命担当課長(福祉子ども部子ども支援課長)山本晋也  
▶教育委員会教育部図書館課長(教育委員会教育部生涯学習スポーツ課副参事)古川百香  
▶選挙管理委員会事務局長(総務部総務課長)北村翔平

# 市民伝言板

【市民伝言板利用案内】  
●7月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、5月15日午前8時30分から6月1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 シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 場 ☎042-491-8600 場 kouhou@city.kiyose.lg.jp

風景スケッチ会 ▶主に西武線沿線の風景を現地で描いているので臨場感ある作品。5月19日(火)～24日(日)10時～17時(初日は13時～、最終日は16時まで)、郷土博物館、無料、風景スケッチ会・藤井 ☎042-458-8445

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ましょう。5月23日(土)10時～12時、梅園地域市民センター、無料、市民と議員の意見交換会・目黒 ☎090-5398-8334

きよせ金山公園周辺野鳥さんぽ観察 ▶事前申込不要。健康づくりや調査体験に。双眼鏡推奨。5月16日(土)7時30分～9時(以降毎月第3土曜日)、台田の杜公園集合、100円(保険代)、清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042-492-0710

河本流ゆかた会 ▶バラエティーに富んだ踊りを華やかに披露いたします。御覧下さい。5月31日(日)13時～、けやきホール、無料、河本会・中村 ☎042-492-2935

第12回 竹音(音楽フェス) ▶昭和歌謡を歌い甦る昭和のロマンと魂感じる津軽三味線の二本立て。6月14日(日)①午前の部=10時～12時30分(受付=9時30分～)、②午後の部=13時30分～16時30分(受付=13時～) 各先着130人、竹丘地域市民センター、1,800円、竹丘自治会連合チーム竹丘・穂本 ☎090-4417-1188

中国語夜間学習会(初級) ▶中国語の発音、基本単語と日常会話を学ぶ。6月20日(土)19時～20時30分、けやきホール、無料、ビジネス中国語クラブ・王 ☎080-5209-1688 場 info@choseikan.jp

春季市民卓球大会 ▶市内個人戦です。ホームページ参照。5月24日(日)は卓球講習会です。①一般(小・中学生参加可)=6月7日(日)、②小・中学生=6月28日(日)いずれも9時～(申込みは5月27日まで)、市民体育館、小・中学生500円、一般1,000円、連盟会員800円、清瀬市卓球連盟・高城 ☎090-6305-9047

# 寄付・寄贈

◆市【まちづくり応援寄附金へ】  
太田信之様(20,000円)  
ありがとうございました。

◆市【緑地保全基金】へ  
清瀬の自然を守る会様(2,790円)

## 5月31日(日)市内一斉清掃に協力を!

5月31日(日)午前9時~10時に、市内全域で一斉清掃を行います。当日は一斉清掃専用袋にごみを集め、分別して市内17か所(右表参照)に設置される臨時集積所にお出してください。

【一斉清掃専用袋配布期間】  
5月18日(月)~29日(金)

【配布場所・時間】環境課=平日午前8時30分~午後5時、竹丘・野塩地域市民センター=月曜日を除く午前9時~午後10時  
※清掃事務所では配布していません。

環境課ごみ減量推進係  
☎042-497-2534

※実施の有無は、当日午前8時に防災行政無線で放送します。防災行政無線を聞き取れなかった場合は、電話で確認できます(防災行政無線確認用ダイヤル☎042-495-7070)。

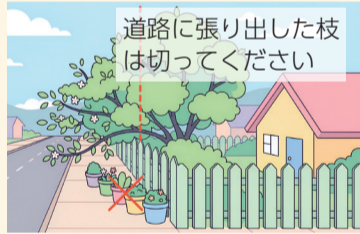
※家庭・事業系のごみや粗大ごみ、落ち葉や雑草などは出さないでください。

臨時集積所	所在地
清瀬駅北口アミュー前	元町1-2-11
芝山小学校正門	元町2-16-8
郷土博物館	上清戸2-6-41
清瀬五中正門	中清戸3-258-1
清瀬十小正門	中清戸1-454-14
長命寺向かい(清瀬薬師前歩道)	下清戸1-346
環境課清掃事務所	下宿2-553
旭が丘老人いこいの家前	旭が丘2-5-4
清瀬四小西門	中里2-1471
市役所本庁舎(東側)	中里5-842
清瀬四中正門	野塩3-2-3
野塩地域市民センター一正門脇	野塩1-322-2
前原橋脇	野塩4・5丁目境
中里山戸公園	中里3-966-1
旧松山地域市民センター前	松山2-6-25
竹丘公園	竹丘3-691-6
清瀬六小正門	梅園2-9-45

## 道路上に張り出した樹木の剪定にご協力ください

道路や歩道に樹木が張り出していると、歩行者や自動車などの通行に支障をきたしたり、道路標識やカーブミラーなどが見えにくくなり、交通事故の原因となる場合があります。

市では市道上に張り出してし



まった樹木等を所有されている方にお声がけをしています。自宅に生垣や樹木等を所有されている方は、定期的な剪定・伐採をお願いします。

建設課道路係  
☎042-497-2095



## 備蓄食料を食べてみませんか

5月16日(土)に清瀬四中で開催される水防訓練にて備蓄食料を提供します。併せて令和8年4月から提供を開始した清瀬市オリジナルの防災備蓄カレーキットもご用意します(どちらも食数に限りがございます)。地域の皆さま、ぜひお越し

ください。場清瀬四中  
【共催】清瀬市・清瀬四中・四中校区円卓会議  
市民協働課協働係  
☎042-497-1803



## 遺言・相続・成年後見 無料相談会

相談をご希望の方は、お気軽にお越しください。予約の方優先です。  
日5月16日(土)午前9時~午後4時30分 場直生涯学習センター  
行政書士きよせ会・花井☎042-497-9945

今月開催の委員会 ※各委員会について、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	
第4回清瀬市農業振興計画策定委員会	5月21日(木) 午後2時~	市役所本庁舎	産業振興課農政係 ☎042-497-2052	直接会場へ	
第5回農業委員会	5月26日(火) 午前9時~				
清瀬市地域福祉推進協議会・清瀬市地域福祉活動計画策定委員会合同委員会	6月1日(月) 午後5時30分~				福祉総務課福祉総務係 ☎042-497-2056
第2回まちづくり委員会	5月26日(火) 午後6時~				市民協働課協働係 ☎042-497-1803

## 令和8年5月から 防災気象情報が新しくなります

国土交通省水管理・国土保全局と気象庁は、令和8年5月29日から新たな防災気象情報の運用を開始します。



新たな防災気象情報では、河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮の警報などを、避難行動に対応した5段階の警戒レベルと整合させ、災害発生の危険度に応じたレベルの数字を名称に含めて発表します。警戒レベル5に相当する河川氾濫の特別警報や警戒レベル4に相当する危険警報も新たに開始するなど、現行の大雨警報・注意報などが大きく変わります。

レベル4危険警報やレベル3警報が発表されたら、自治体からの避難指示等に十分留意いただくとともに、大雨で危険度が高まった地域が地図で表示される「キキクル」や河川の水位情報を参照して、危険な場所にいる方は早めの避難を心がけてください。

気象庁ホームページに設けた特設ページでは、新たな防災気象情報に関する様々な資料を掲載していますので情報が発表された際にどのような行動をとるか、ご家庭や企業・組織内であらかじめ決めていただくようお願いします。

防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

## 6月の無料相談

予=予約 直=直接 電=電話

名称	日時	場所	申込み・問合せ
法律相談	3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水) 午後1時~4時30分(30分7枠)	生涯学習センター(5階)	市民協働課協働係 ☎042-497-1803 市内在住・在勤・在学の方 ※上記QRコードまたは電話で申込み。 ※5月15日(金)午前8時30分~各相談日前日の午後5時まで受け付け。 ※同一種類の相談は1か月に1回のみ、かつ同一年度内に3回まで。
人権の上相談	3日(水) 午前9時30分~11時30分(40分3枠)		
◆職場や学校での不当な差別、地域や家庭でのトラブル、インターネットにおける誹謗中傷など人権に関わる相談を広く受け付けています。			
土地家屋調査士相談(境界・測量・登記)	4日(木)午後1時~3時(いずれも30分4枠)		
不動産取引相談			
年金・労働相談	10日(水) 午前9時30分~11時30分(40分3枠)		
司法書士相談(登記・相続・遺言)	10日(水) 午後1時~3時30分(30分5枠)		
行政書士相談(相続・遺言書等の手続)	17日(水) 午前9時30分~11時30分(いずれも30分4枠)		
行政相談			
税務相談	3日(水)午後1時~4時(30分6枠)		
交通事故相談	24日(水)午後1時~3時30分(50分3枠) ※当日受付可。		
防犯相談(犯罪被害者支援なども含む)	毎週月~金曜日(祝日を除く) 午前8時30分~午後5時	防災防犯課防災防犯係 ☎042-497-1847	
母子・父子・女性の悩みごと相談	毎週月~金曜日(祝日を除く) 午前8時30分~午後5時	生活福祉課 ☎042-492-5111(代表)	
子ども家庭相談	毎週月~土曜日(祝日を除く) 午前9時~午後5時	子ども家庭支援センター 相談係 ☎042-495-7701	
教育相談	毎週火~土曜日(祝日を除く) 午前9時~午後5時 ※電話相談の受け付けは午後4時30分まで。	教育相談室 来室相談予約 ☎042-493-4122 ※2回目以降はオンライン相談も可能。電話相談 ☎042-493-3526	
女性の悩み相談	毎週火~木曜日(祝日を除く) 午前10時~午後3時50分(50分5枠)	男女共同参画センター(アイレック) ☎042-495-7002 ※原則女性のみ。 ※予約は平日午前8時30分~午後5時に受け付け。 ※保育あり(要予約)。 ※電話による相談も可能。 ※法律相談は新規の方のみ。	
法律相談	5日(金)、19日(金) 午後2時~4時10分(30分4枠)	アイレック相談	
しごと相談	5日(金)、19日(金) 午前10時~午後2時50分(50分4枠)		
消費生活相談	毎週月~金曜日午前10時~午後4時(正午~午後1時及び祝日を除く)	消費生活センター ☎042-495-6212	
清瀬・ハローワーク就職情報室	毎週月~金曜日(祝日を除く) 午前9時~午後5時	清瀬・ハローワーク 就職情報室 ☎042-494-8609	
事業承継個別相談	1日(月) 午後1時30分~、午後3時~(各回1枠)	産業振興課商工係 ☎042-497-3187 ※開催日の1週間前までに電話で予約。	

### LOCAL FOOD LIFE FARMERS NIGHT w/清瀬ベジフルパーティーが開催されました

4月4日、「GOOD CHEESE GOOD PIZZA 自由が丘店」で、「LOCAL FOOD LIFE FARMERS NIGHT w/ 清瀬ベジフルパーティー」が開催されました。

清瀬の牧場で搾られた新鮮な生乳が、目黒区碑文谷にある「GOOD CHEESE LABORATORY」へと出荷され、そこで作られているフレッシュチーズとのご縁をきっかけに、今回のイベントが開催されました。会場では、清瀬産野菜の販売や、清瀬産野菜を使用したシェフ自慢のピュッフェ、清瀬産生乳から作られたフレッシュチーズなどが並び、参加いただいた方に清瀬の恵みをご堪能いただきました。



イベントで提供された清瀬産の新鮮な野菜とピザ

今後も、多くの方に清瀬の農産物の魅力を伝えていきます。  
☎観光協会 ☎042-497-1842

### 清瀬観光ボランティアガイド トライアル第1弾が実施されました

4月4日に、ボランティアガイドによる、参加者を清瀬駅から、なみき農園・市内の牧場・サニーサイドラボまで案内する「ディスプレイ清瀬」トライアル第1弾が実施されました。参加者からは、この体験を友人等に紹介したいとの声をいただきました。観光協会では、今後もさまざまな団体等と連携し、オール清瀬の観光推進体制構築を目指します。



なみき農園にて

☎観光協会 ☎042-497-1842

### 公共施設のイベント

#### 清瀬けやきホール

##### ①歌って健康！歌声サロン

懐かしい名曲の数々をピアノの生演奏にあわせて歌ってみませんか。☎5月27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 ☎当日券のみ、直接会場へ



清瀬けやきホール ホームページ

##### ②そうじゅげむきこう(5月)

☎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(65歳以上・要証明)3,200円、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そうじゅげむきこう(6月)

☎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

##### ⑤0歳からのミニコンサート～なべとギターとたのしいおんがく！～

スチールパンとギターのデュオによる0歳から楽しめるコンサート。☎6月21日(日) ①午前11時(開場＝午前10時30分)、②午後1時30分(開場＝午後1時)

☎清瀬けやきホール ☎費一般1,000円、友の会800円、3歳～中学生500円、2歳以下は無料(全席自由) ☎【出演】なべとギターと。 ☎チケット発売中

##### ⑥けやきホールのスタディールーム(5月)

自習室の無料開放。開放日はホームページをご確認ください。☎中学生～大学生。先着20人

##### ⑦プリザーブドフラワーでつくるお供え花

6月・7月はプリザーブドフラワーでお供え花をつくります。毎日のご供養や仏事の贈り物にも最適。各回先着12人(いずれも予約制)。☎①6月27日(土)②7月4日(土)午前9時30分～11時30分 ☎各回4,300円(花材代含) ☎講師福井ひろ子氏 ☎筆記用具・直線定規 ☎5月15日(金)～。ホームページ内申込みフォーム、直接または電話で

##### ⑧Let'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(予約制)。☎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 ☎各クラス1,500円 ☎小宮しのぶ氏 ☎お子さまの飲み物、お持ちであれば名札

##### ⑨赤ちゃんとお風呂遊び！

赤ちゃんへのオイルマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。☎2か月からハイハイ前の赤ちゃん。先着8組 ☎6月5日(金) 午前10時30分～正午 ☎費1,500円 ☎小宮しのぶ氏 ☎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 ☎☎ホームページ内申込みフォーム(②・④・⑥～⑨)または直接窓口、電話で ☎※⑤・⑧・⑨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

#### ①ZUMBA GOLD教室

初心者・シニアの方向けのダンスエク

### 多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館 ホームページ

#### 大人向けプラネタリウム

##### 「星を観る 一天文学と占星術」

文化やアートなどさまざまな視点から星空を語るプログラム。「科学館で占星術?」と思われるかもしれませんが、もともと天文学と占星術は分かち難く結びついていました。星空に、人は何を求めたのでしょうか。☎中学生以上(小学生以下は入場不可)。各回先着220人 ☎5月27日(水)午後1時10分～55分、5月31日(日)午後5時10分～

55分 ☎観覧券付入館券＝おとな1,040円、中・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：18日(月)・19日(火)・25日(月)



ササイズです。各回先着15人。☎第2・4土曜日午前9時45分～10時45分 ☎費各回1,000円 ☎動きやすい服装、タオル、飲み物

#### ②ピラティス教室

ゆったりした動きで体のバランスを整えます。先着15人。☎毎週水曜日午前9時45分～11時、午前11時15分～午後0時30分 ☎各回1,000円 ☎動きやすい服装、飲み物、ヨガマットまたは大判バスタオル(お持ちであれば) ☎いずれも直接窓口または電話で



コミュニティプラザひまわり ホームページ

### 児童館

#### ◆中央児童館(ころぼっくる)

はじめてのベビーママ講座  
赤ちゃんとお母さんを通わせる遊びを知り、子育て仲間とつながる機会にもなります。講座中室内で授乳・おむつ替え可。☎産後6か月未満のお子さまと初めてのお子さまを育てている保護者。各回先着8組(2回とも参加可能な方) ☎6月17日(水)・24日(火)いずれも午前10時30分～正午 ☎無料 ☎西田ゆかり氏 ☎授乳・おむつ替えに必要なもの、バスタオル ☎☎5月15日午前10時～直接窓口または電話で(午前10時～午後5時。毎週火曜日休館)

#### ◆南部児童館

スポーツチャンバラ体験教室  
空気の入った柔らかいエアソフト剣を使い競技するスポーツで、日本スポーツチャンバラ協会全国小学校・幼稚園普及委員会の専門の先生による指導を受けます。☎①年中～年長の親子。各回先着10組20人 ☎小学生。先着20人(保護者の参加は不可) ☎5月30日(土)①＝午前9時30分～10時30分②＝午前11時～午後0時30分 ☎無料 ☎☎直接窓口または電話で(毎週水曜日休館)

### 各地域市民センター

#### ◆下宿地域市民センター

##### ①Wrap Art ワークショップ

☎赤ちゃんからおとなまで先着6人 ☎5月24日(日)午前9時30分～11時 ☎費2,500円(材料費込み) ☎汚れてもいい服

##### ②大人のエンジョイサッカー

初心者も経験者も、個人参加もグループ参加も大歓迎！☎18歳以上。各回先着20人 ☎5月12日(火)・26日(火)いずれも午前10時～11時30分 ☎清瀬内山運動公園サッカー



下宿地域市民センター ホームページ

☎1回1,000円 ☎飲み物、タオル、トレーニングシューズまたはスパイク

#### ③はじめての FREE STYLE DANCE

はじめての人も楽しめる！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。各回先着15人 ☎5月12日(火)・26日(火)いずれも午後1時30分～2時30分 ☎月額1,500円(2回分、1回1,000円) ☎動きやすい服装、飲み物 ☎いずれもホームページ内申込みフォームまたは電話で

#### ◆野塩地域市民センター

##### ①写真はこんなに自由で楽しい！

石神井公園での撮影ワークショップです。撮影の基本を学び、写真を撮って楽しみ、みんなで鑑賞しながら新しい発見をしましょう(雨天時＝野塩センターで開催。受講者には前日に連絡)。先着10人。☎5月21日(土)午前10時30分～正午 ☎【集合場所】石神井公園駅中央改札口前 ☎費500円 ☎講師長倉徳生氏 ☎撮影用機材(カメラ・デジカメ・スマホ等)



野塩地域市民センター ホームページ

##### ②足腰強化で姿勢キレイ

椅子を使って、足腰を鍛えながら姿勢も整えていくクラスです。体力に自信のない方や運動が久しぶりの方でも安心してご参加いただけます。先着10人。☎5月21日(土)・28日(土)午後1時～1時40分 ☎費800円 ☎講師田端千晃氏 ☎動きやすい服装、タオル、飲み物

##### ③ピアノ伴奏で歌おう！童謡唱歌から懐かしい歌謡曲まで

みんなで楽しく歌いましょう！ピアノの美しい伴奏に合わせて、気軽に声を出すだけで心も体もリフレッシュします。先着15人。☎5月27日(水)午前10時～11時30分 ☎費1,000円 ☎講師下田みゆき氏 ☎飲み物

##### ④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連れ、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。先着10人。☎6月6日(土)午後1時～3時30分(着付け＝午後1時～) ☎費1,000円(浴衣レンタル代別途500円) ☎講師花柳静絢都氏 ☎足袋ソックス・飲み物・タオル・浴衣(お持ちの方) ☎いずれもホームページ内申込みフォームまたは電話で

#### ◆中清戸地域市民センター

##### 自分を大事にする夏の養生薬膳健康学習室【季節の節目と土用の丑編】

各回先着10人。☎6月9日(火)午前の部＝午前11時～、午後の部＝午後1時30分～3時 ☎費500円 ☎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 ※本号にイベントのない施設についても掲載しています。

### 人口と世帯

令和8年4月1日現在  
◆人口( )内は前月比 男 36,597人(60人増) 女 39,374人(136人増) 計 75,971人(196人増)  
◆世帯数( )内は前月比 38,471世帯(220世帯増) ※人口は、外国人住民 2,029人を含みます。 ☎市民課住民係 ☎042-497-2037

※QRコードは㈱デンソーウェブの登録商標です。