

8・9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

事業名・対象・内容など	日時	場所
1. 子どもの計測日 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。申込みは受付中。	8月4日(火)・18日(火)・25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。 各回先着6組（保護者のみの参加も可） ※管理栄養士による幼児食の調理実演・試食と相談 ※予約制。申込みは8月1日(土)～。	8月19日(水) 午前10時～11時15分	
3. 親子歯みがき教室 ※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。	8月7日(金)、9月11日(金) 午前9時30分～11時30分（30分ごと各3組）	
4. ママの時間 ママ同士のお話でホッとできる場。個別相談も併設。 ※未就学児のお子さんを持つお母さん。個別相談＝1組、グループ＝定員なし ※別室で保育あり。申込みは随時。グループの初回及び個別相談は要予約。	8月26日(火)、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～）	
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です。 ※参加日時時点で1歳2か月までの幼児とその保護者 ※予約制。対象者には事前にご案内を送付します。	8月21日(金)（詳しくは事前送付書類をご確認ください）	
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8月1日(土)午前8時30分～受け付け。	8月21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。	
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	
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～	
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 ※令和8年4月生まれの乳児、②令和7年1月生まれの幼児、③令和5年7月生まれの幼児 ※①8月18日(火)、②8月4日(火)、③8月25日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前にご送付する通知をご確認ください。		
10. 乳幼児発達健康診査(予約制) 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保護者。運動発達やことばの遅れ、落ち着きがない、友達と遊べないなどが気になる方 ※直接窓口または電話で		

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）・⑦K-net子育てひろば
親子で自由遊び・育児相談など。
※0歳～就学前のお子さまとその保護者
※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）、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
☎042-495-7700、②③⑥NPO法人子育てネットワーク・ピッコロ ☎042-444-4533、④⑤NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765

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
※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）	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	8月5日(火)～7日(金)・11日(火)～14日(金)・18日(火)～21日(金)・26日(火)各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 ※5日(火)・6日(水)、20日(水)、26日(火)は午前のみ。7日(金)は午後の部のみ。	
みんなで楽しくエクササイズ		
〈チューブエクササイズ〉	8月9日(日)・23日(日)午前10時～11時	
〈Let'sリズムワーク〉	8月1日(土)・22日(土)・30日(日) 午前10時～11時	
リボン〈Return bornピラティス〉	8月8日(土)・16日(日)午前10時～11時	
〈笑いヨガでリフレッシュ〉	8月2日(日)・15日(土)・29日(土) 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

郷土博物館のイベント

①火の花祭に明かりを灯そう とうろうお絵かき体験

お祭りに飾るとろうに絵を描く体験です。とうろうは、9月1日に開催される東京都無形民俗文化財「中里の火の花祭」で飾られます（とうろうの返却不可）。

※どなたでも。先着12人 日8月1日(土)午前9時30分～正午 場直郷土博物館 費無料

②夏の体験はたおり コースターを作ろう

※小学生以上 日8月1日(土)～30日(日)の毎週土・日曜日午前10時～午後2時（作成時間＝約20分）。最終受付＝午後2時 場直郷土博物館 費無料 是はたおり伝承の会

③夏休み子ども昔あそび体験ひろば

郷土博物館の伝承スタジオで昔あそびを体験してみませんか。

お手玉やめんこ、コマ回しにチャレンジ！ 日8月1日(土)～30日(日)の毎週土・日曜日午前10時～午後4時 場直郷土博物館 費無料

④第41回テーマ展示関連講座

「街歩きを楽しむために知る清瀬の文化財」

※中学生以上。先着30人（申込みフォーム15人、電話15人） 日8月9日(日)午前10時～正午 場直郷土博物館

※電話または申込みフォームで

⑤ミュージアム・シアター4

◆「世界遺産 富士山/信迎の対象と芸術の源泉」（上映時間＝25分）

◆「中里の火祭」（上映時間＝30分）

※どなたでも。先着40人程度 日8月20日(休)午後1時30分～ 場直郷土博物館 費無料

⑥歴史講座「清瀬を学ぶ90分」

◆第5回「火の花祭の見方、楽しみ方」

※中学生以上。先着30人（申込みフォーム15人、電話15人） 日8月30日(日)午前10時30分～正午 場郷土博物館 日8月1日午前9時～電話または申込みフォームで 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が休館。



とうろう作品例



体験イメージ



④申込みフォーム



⑥申込みフォーム

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・シャッター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。

問産業振興課商工係 ☎042-497-3187



申込みフォーム



8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
2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	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	けやき歯科クリニック 上清戸1-9-1 ☎042-495-1817
9日	宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547		和気歯科クリニック 松山1-13-3 ☎042-491-8883
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	信宅ビル歯科医院 松山1-4-3 ☎042-493-8255
16日	ふじ井内科クリニック 元町1-11-14 ☎042-493-7122	※緊急時は随時受付。必ず事前にお電話ください。	筒井歯科医院 中里3-77-12 ☎042-493-4180
23日	廣橋小児科・内科医院 元町1-5-3 ☎042-493-7400		岩崎歯科医院 元町1-8-37 ☎042-494-2277
30日	清瀬旭が丘団地クリニック 旭が丘2-5-4-6 ☎042-459-5557		松村歯科医院 野塩3-12-5 ☎042-491-8849

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㈱デンソーウェブの登録商標です。