

9・10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。

☎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。	9月1日(火)・8日(火)・15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. カンタン！ワンポイント離乳食 ※生後6か月～11か月の乳児とその保護者。各回先着5組(保護者のみの参加も可) ※無料 ※管理栄養士による離乳食の調理実演と試食・相談 ※予約制。申込みは9月1日(火)～。	9月9日(水)6か月～8か月＝午前9時45分～11時、9か月～11か月＝午前11時～午後0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。	9月11日(金)、10月16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。	9月16日(水)、個別相談＝午前9時40分～10時10分、グループ＝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。	9月18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9月1日(火)午前8時30分～。	9月18日(金)(受付＝午前9時50分～) ※受付時間が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		
10. 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5月生まれの乳児、②令和7年2月生まれの幼児、③令和5年8月生まれの幼児 ※①9月8日(火)、②9月1日(火)、③9月15日(火) ※持ち物や時間など詳しくは事前送付する通知をご確認ください。		



詳しくはこちら

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) ・⑥K-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)、⑥K-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 ※①児童センター ☎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		



詳しくはこちら

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

※場内 市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)	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。	※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・汗拭きタオル・飲み物
30分エクササイズ	9月1日(火)～4日(金)・9日(水)～11日(金)・15日(火)～18日(金)・22日(火)～24日(木)各日午前11時～11時30分、午後3時～3時30分※9日(水)・18日(金)及び毎週木曜日は午前のみ。4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〉	9月12日(土)午前10時～11時	
〈Let'sリズムワーク〉	9月13日(日)午前10時～11時	
リボン 〈Return bornピラティス〉	9月5日(土)・20日(日)午前10時～11時	
〈笑いヨガでリフレッシュ〉	9月6日(日)・19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清瀬のうちおり常設展示9・10月「明治・大正のうちおり」

明治・大正時代に製作されたうちおりを中心に展示します。

※期9月1日(火)～10月28日(水)午前9時～午後5時(月曜日休館)

※場内 郷土博物館

※展示入れ替えのため、8月28日(金)は民俗展示室を休室します。

②ミュージアム・シアター5

◆すみっこぐらし 青い月夜のまほうのコ(上映時間＝65分)

※対どなたでも。先着40席程度 ※日9月6日(日)午前10時30分～

※場内 郷土博物館 ※費無料

③親子で手打ちうどん体験

清瀬の郷土料理「うどん」の作り方を楽しく学びましょ

う！ ※対小学生とその保護者 ※日9月19日(土)午前9時30分～

※午後1時 ※場内 郷土博物館 ※費500円 ※講師 池田美恵氏 ※持エプロン、三角巾(頭を覆うもの)、タオル、マスク、動きやすい服装、着脱しやすい靴 ※日8月30日午前9時～申込みフォームで

④古民家 de 秋のこども俳句体験

茅葺屋根の古民家で楽しく俳句をつくってみませんか。

※対小学1～3年生。先着15人 ※日10月3日(土)午前10時～正午

※場内 旧森田家 ※費無料 ※講師 博物館友の会会員・俳人 谷村鯛夢氏 ※持筆記用具、水筒、帽子(野外散策用)、汚れても良い服装 ※日8月30日午前9時～申込みフォームで

⑤城田孝一郎彫刻展示室を特別に開室します

コミュニティプラザ・ひまわりにある清瀬市の美術家・城田孝一郎氏の彫刻展示室を期間限定で開室します。

※日9月19日(土)～23日(水)・26日(土)～27日(日)午前10時～午後3時

※場内 コミュニティプラザひまわり ※費無料

⑥清瀬の富士講関連ツアー2026

※対18歳以上。先着24人 ※日10月28日(水)～29日(木)(1泊2日) ※費2名1室＝1人20,000円、1名1室＝1人31,000円

(1泊の宿泊料金、夕食、朝食、サービス料、入館料などを含む) ※日10月21日までに電話で(株)KENDリーム

☎042-497-7107(平日午前9時～午後6時)

※関連イベント

◆専門家による展示解説「ギャラリートーク」

※日【1】10月3日(土)、【2】10月24日(土)いずれも午後1時～2時

※場内 郷土博物館 ※費無料 ※講師 清瀬の自然を守る会 会長森田善朗氏

◆昆虫観察イベント「秋の昆虫を探そう！」

※日10月10日(土)午前10時～正午。先着15人(申込みフォー

ム7人、電話8人) ※場内 清瀬金山緑地公園 ※費無料

※講師 清瀬の自然を守る会 ※日9月1日午前9時～電話または

申込みフォームで(雨天の場合翌日同時刻に順延)。

◆令和8年度清瀬市郷土博物館特別展

「里山の自然・清瀬の昆虫展」

※日9月27日(日)～11月1日(日)午前9時～午後5時

※場内 郷土博物館

※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。



③詳しくはこちら



④申込みフォーム



⑥詳しくはこちら



昆虫観察イベント
申込みフォーム

9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
6日	清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎042-493-6111		旭ヶ丘歯科医院 旭が丘2-5-2 ☎042-495-8686
13日	中島医院 元町1-3-45 ☎042-495-6727	山本病院 野塩1-328 ☎042-491-0706	清瀬さくらんぼ歯科 松山1-25-1 ☎042-493-4618
20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	きよせ旭が丘 記念病院 旭が丘1-619-15 ☎042-491-2121	清瀬とく歯科クリニック 元町1-3-38 ☎042-496-3755
21日	武蔵野総合クリニック 元町1-8-30 ☎042-496-7015	※緊急時は随時受け付け。必ず事前にお電話ください。	畑歯科医院 竹丘2-14-9 ☎042-493-8241
22日	清瀬博済堂クリニック 竹丘2-15-15 ☎042-410-0001		福田歯科医院 元町1-1-5 ☎042-492-6151
23日	とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456		水上歯科医院 中清戸3-328 ☎042-495-0648
27日	清瀬診療所 元町1-13-27 ☎042-493-2727		大西歯科クリニック 元町1-4-15 ☎042-492-8415

平日小児
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)デンソーウェーブの登録商標です。