

講座・講演会

働き方サポート講座・相談

①母子手帳をもらったら考えよう わたしのワークライフバランス

「パパとママが描くみらい手帳」を使って働き方を考えます。子育て中の女性、講座＝先着15人、働き方サポート相談＝先着4人 日平成31年1月18日(金)講座＝午前10時～正午、相談＝午後1時～3時 講キャリアコンサルタント 堂山智子氏

②知って安心働くあなたのための法律・制度

働き始める準備時点、就業している時、仕事を辞める時の法制度をわかりやすく紹介します。女性の方。先着15人 日平成31年1月26日(土)午前10時～正午 講特定社会保険労務士 八巻裕香氏

③不安を自信に！ 女性の再就職チャレンジ支援講座

自分の大切なこと、やりたいこと、できることを見つめ直し、仕事とプライベートを充実させるプランを考えたり就職活動のポイントも紹介します。女性の方。先着15人 日平成31年2月1日(金)午前10時～正午 講キャリアコンサルタント・CDA・女性労働協会認定講師 リー寿美子氏 場いずれも男女共同参画センター 申間いずれも12月17日から電話で男女共同参画センター ☎042-495-7002へ

※いずれも保育あり(6か月～未就学児、各回先着10人、要申込み)。

消費生活講座11 ソーセージ作り体験

国内産の豚肉を使って、無添加の本格腸詰ソーセージを作ります。先着24人。日平成31年1月18日(金)午前10時～午後1時 場消費生活センター 費700円(材料費) 講清瀬手づくりハムの会・増村氏・西山氏・松田氏 申12月18日(平日午前9時～午後5時)から費用を添えて直接消費生活センターへ 問消費生活センター ☎042-495-6211

※保育あり(6か月～未就学児、先着5人、平成31年1月7日までに要申込み)。

消費生活講座12 終活講座2

テーマは「人生100年時代 失敗しない高齢期の住まい選び～今の暮らしから、次の暮らしへ～」です。先着35人。日平成31年1月30日(水)午後2時～4時 場消費生活センター 講介護コンサルタント 中村寿美子氏 申間12月18日(平日午前9時～午後5時)から直接窓口または電話で消

費生活センター ☎042-495-6211へ ※保育あり(6か月～未就学児、先着5人、平成31年1月18日までに要申込み)。

募集

東京2020大会「都市ボランティア」

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会で東京都が募集・運営する「都市ボランティア」を募集しています。「都市ボランティア」の詳細は、「東京ボランティアナビ」ホームページでご確認ください。東京ボランティアナビホームページはこちら



【募集期間】12月21日(金)まで 申間企画課企画調 整担当 ☎042-497-1802へ

清瀬市スポーツ推進委員

市のスポーツイベントの企画・運営に携わり、生涯スポーツの普及に協力するスポーツ推進委員を募集します。【募集人数】若干名【任期】平成31年4月1日(月)～平成33年3月31日(水)(2年間)【報酬】月額11,000円【応募方法】写真を貼付した履歴書を直接生涯学習スポーツ課へ提出(平成31年1月29日(火)に面接を行います。別日程希望の方は要相談)【応募締め切り】平成31年1月15日(火)(必着) 申間生涯学習スポーツ課 ☎042-495-7001へ

オオムラサキ飼育体験者

市では、今年も市民の方にオオムラサキを幼虫から飼育してもらう取り組みを実施します。市内在住で生物に興味があり、最後まで飼育をすることができる方で、清瀬市の事業に協力でき、飼育結果の報告書作成が可能な方。定員20人(応募者多数の場合抽選。結果は1月下旬に郵送) 申間12月15日から水と緑の環境課で配布する所定の申込用紙(ホームページからもダウンロード)に必要事項を記入し、平成31年1月15日(必着)までに郵送またはファクスで水と緑の環境課と公園係 ☎042-497-2098 ☎042-492-2415へ

市営駐輪場定期利用者

清瀬駅北口第2・第3駐輪場、秋津駅南口・北口駐輪場の定期利用を現地受け付けします。管理人常駐時間は平日午前6時30分～午後6時30分、バイクは125ccまで可(清瀬駅北口第2駐輪場は土・日曜日、祝日も午前11時30分まで常駐、バイクは50ccまで) 費自転車は一般＝6か月7,200円・1年14,000円、学生＝6か月5,000円・1年10,000円。バイクは一般・学生とも6か月12,000円

・1年24,000円(障害者手帳をお持ちの方は自転車のみ半額) 利用料金、割引の適用を受ける方は学生証もしくは障害者手帳 シルバー人材センター ☎042-494-0903

健康・福祉

介護未経験者に向けた清瀬市入門的研修(仮称)

介護に関する入門的内容の研修(全3日間)を行います。18歳以上で介護の仕事に興味がある方。各回先着50人 日第1回＝平成31年1月22日(火)・28日(月)・30日(水)、第2回＝平成31年3月6日(水)・11日(月)・13日(水)いずれも午前9時～午後5時(昼休憩1時間) 場1月22日(火)＝市役所、3月6日(水)＝清瀬けやきホール、それ以外は日本社会事業大学(竹丘三丁目) 申間12月17日から高齢支援課や地域包括支援センターなどで配布する参加申込書に必要事項を記入し、直接高齢支援課介護サービス係 ☎042-497-2080へ

マルチ健康体操教室

ストレッチ・気功・脳トレ・指圧・マッサージなどの健康プログラムです。18歳以上の方。各コース先着10人 日平成31年1月10日～3月28日の毎週木曜日(祝日は休み) ①ひまわりコース＝午前9時～10時15分 ②野塩コース＝午後1時10分～2時40分 場①コミュニティプラザひまわり ②野塩地域市民センター 費6,000円(1期・11回) 申間電話で清瀬文化スポーツ事業団 ☎042-495-5100へ

無料体験 土曜スポーツ教室

タイチ(太極舞)・ヨガ・ボクシングエアロの各教室です。18歳以上の方。各コース先着10人 日タイチ(太極舞)＝平成31年1月12日(土)・26日(土)午前9時45分～10時45分、ヨガ＝1月12日(土)・19日(土)午前11時～正午、ボクシングエアロ＝1月19日(土)午前9時45分～10時45分・26日(土)午前11時～正午 場中里地域市民センター 申間12月25日(消印有効)までに往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・返信用あて名を記入し、〒204-0011下清戸1-212-4 コミュニティプラザひまわり内教室係 ☎042-495-5100へ

子育て

赤ちゃんの身体の発達

寝返り、うつ伏せ、ずりばい、ハ

イハイ、つかまり立ちに関して医療の視点から赤ちゃんが歩き出すまでの健全な発達段階やよりよい発達への促しポイントを紹介します。日平成31年1月7日(月)午前10時～午後0時30分 場コミュニティプラザひまわり 申間NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 info@with-ai.netへ

平成30年10月生まれの新米ママと赤ちゃんの会

子育てのスタートに不安や困りごとに関するいろいろなことが学べる4回連続講座です。日平成30年10月生まれの子どもとその母親(第1子の方) 日平成31年1月11日(金)・18日(金)・25日(金)・29日(火)午後1時30分～3時30分 場きよせボランティア・市民活動センター 申間NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 info@with-ai.netへ

催し・イベント

春を呼びこむ！ 雑木林の落葉掃きと植樹

雑木林のお手入れ、植樹を通じて地域と地球の環境に貢献します。市内在住・在勤・在学の方(幼児の参加可、未成年の方は保護者同伴) 日平成31年2月9日(土)午前10時～午後0時30分 場清瀬松山緑地保全地域 除伐・落枝整理・下草刈り・落ち葉掃き・植樹(子どもは随時、落ち葉などで自然遊びができます) 申間平成31年1月10日までにメールで日本フィランソロピー協会 ochiai@philanthropy.or.jpへ

その他

都市計画の決定

中里周辺地域において、以下の都市計画を決定しました。都市計画の図書は、まちづくり課で縦覧できます。①東村山都市計画地区計画新東京所沢線沿道中里周辺地区地区計画の決定②東村山都市計画用途地域の変更③東村山都市計画高度地区の変更。 問まちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093

公立昭和病院 年末年始休診等のお知らせ

12月29日(土)から平成31年1月3日(木)まで一般外来診療を休診します。救急診療は通常どおり行いますが、重症重篤患者を優先的に診療します。ご来院の際は予め電話でお問い合わせください。 問公立昭和病院 ☎042-461-0052

市民伝言板

茶どころ・だんだん ▶ どなたでもご自由に立ち寄れる地域ふらっとサロンです。12月15日、平成31年1月19日いずれも11時～15時、いなり台老人いこいの家、参加費100円(コーヒーのお代わりは1杯50円)、茶どころ・だんだん・辻 ☎042-493-8399

【市民伝言板利用案内】

●平成31年2月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、12月17日午前8時30分から平成31年1月4日までの間に受け付け。先着25枠。平成31年3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、平成31年2月15日までの間に受け付け。 ●利用案内は、市ホームページまたは秘書広報課で配布しています。必ずご確認ください。 問秘書広報課広報聴係 ☎042-497-1808 ☎042-491-8600 kouhou@city.kiyose.lg.jp

清瀬管弦楽団竹丘サロンコンサート ▶ クリスマス曲とピアノの名曲をオーケストラの演奏でお届けします。12月23日14時～、竹丘地域市民センター、無料、清瀬管弦楽団・香西 ☎080-9582-1625 清瀬市オープン卓球大会 ▶ 中学生以上の

シングルス、一般男子・一般女子、申込みは平成31年1月8日～1月18日。平成31年2月17日9時～、市民体育館、1,000円(連盟会員は800円)、清瀬市卓球連盟・飛田 ☎090-6522-3723 新春囲碁大会 ▶ 4局自己申告の手合い割

りで対局します。申込みは平成31年1月5日締め切り。平成31年1月10日9時30分～16時30分、竹丘地域市民センター、1,000円(昼食付き)、清瀬囲碁愛好会・小川 ☎042-493-0669・090-9009-7588 清瀬市スキー連盟1月スキー教室 ▶ 野沢温泉スキー場へ行きます。申込み締め切りは12月31日です。平成31年1月20日～22日午前7時出発、長野県野沢温泉スキー場、一般36,000円・会員34,000円、清瀬市スキー連盟事務局・中村 ☎042-492-2202