

脳トレ元気塾

昭和の歌謡曲に合わせて、運動と脳トレを行います。対下記の①～③は、おおむね65歳以上の方。各回先着30～40人 費1回200円

①「ゆうゆう元気塾」＝ 毎週水曜日午前10時15分～11時45分、午後1時15分～2時45分 場コミュニティプラザひまわり

②「しんあい元気塾」＝ 毎週木曜日午後1時15分～2時45分 場特別養護老人ホーム信愛の園(梅園二丁目)

③「せいが中里元気塾」＝ 毎週木曜日午後1時30分～3時 場中里地域市民センター

対 問わずいづれも地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082



よってこカフェinナルド

認知症に関心のある方ならどなたでも利用できます。 日11月1日(木)・15日(木)午後1時30分～4時30分(15日午後3時から、清瀬富士見病院院長 山城一郎氏による「認知症に関するミニ講話」) 場ナルドの壺(元町一丁目) 費300円(飲み物代)

対 問わず地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082

ふまねっと運動

ネットを踏まないように歩くことで、歩行機能・脳力アップが図れます。 日①11月13日(火)②16日(金)いずれも午後2時～4時 場①男女共同参画センター②竹丘地域市民センタ

費100円 対 問わず チームりかすて・村松 ☎090・5766・0953

認知症サポーターステップアップ講座

講義・講話・グループワークを行います。 対 「認知症サポーター養成講座」を受講したことがある方で認知症についてもっと学びたい方。先着60人 日12月5日(水)午後1時30分～4時30分 場アミューホール 対 問わず 地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082

認知症家族会ゆりの会

問題や悩みを語り合い、明日へのエネルギーに繋げていきます。 対 認知症高齢者を介護しているご家族など 日11月21日(水)午後1時30分～3時30分 場平野クリニック(松山一丁目) 費お茶代50円(お菓子付き)、初回無料 対 問わず 地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042・497・2082

募集



都営住宅

対 家族向け・単身者向け

【募集案内の配布期間】11月1日(木)～9日(金) 【申込み締切日】11月13日(火)(必着)

【募集案内の配布場所・時間】まちづくり課、松山・野塩出張所＝平日午前8時30分～午後5時(平日の午後5時～午後8時と土・日曜日は市役所夜間受付で配布)、各地域市民センター・子ども家庭支援センター・生涯学習センター＝各センター開館日の開館時間内で配布 対 JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎0570・010・810(募集期間内)または ☎03・3498・8894(募集期間外)

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) 対 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 対 シルバー人材センター ☎042・494・0903

クレアビル4階テナント

クレアビル4階のテナントを募集します。 対 法人・個人 【業種】 物品販売・サービス業など 場 クレアビル4階(駅前図書館、書店、清瀬・ハローワーク就職情報室、英語教室のフロア)、39.95坪 【営業時間】 午前9時～午後11時(西友の営業時間内)

※詳しくは下記へお問い合わせください。 対 清瀬都市開発(株) ☎042・495・3300

その他



東村山都市計画案の縦覧

【縦覧する都市計画の案の種類】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、東村山都市計画用途地域・高度地区

【縦覧期間】11月1日(木)～15日(木)午前8時30分～午後5時 【縦覧場所】まちづくり課 【意見書の提出】関係住民

と利害関係者はまちづくり課に郵送または直接窓口へ 対 まちづくり課まちづくり係 ☎042・497・2093

野焼きは禁止です

「洗濯物に臭いがついて困る」「煙くて家の窓を開けられない」などの相談が多く寄せられています。野焼きは、原則禁止されています。慣習行事や病害虫駆除のための焼却行為などの例外もありますが、近隣住民から苦情がくる場合は指導の対象となりますので、やめてください。 対 水と緑の環境課環境衛生係 ☎042・497・2099

平成30年住生活総合調査にご協力ください

12月1日を基準に「平成30年住生活総合調査」が全国一斉に行われます。この調査は、住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度を総合的に調査するものです。対象となった世帯には、ご理解・ご協力をお願いします。11月下旬から調査票が配布されます。 対 「平成30年住宅・土地統計調査」に回答して頂いた世帯のなかから抽出された世帯

【調査方法】調査票を配布し、郵送またはインターネットにより回収 対 国土交通省住宅局 ☎03・5253・8111

立科山荘サービス企画

立科山荘では、11月1日(木)～30日(金)に宿泊された方に割引サービスを行います。 対 泊2食(何泊でも可) 【割引】おとな1,000円引き、小学生500円引き

※「清瀬市国民保険保養宿泊施設利用券」「清瀬市後期高齢者医療保険宿泊施設利用券」の併用可能。団体割引は対象外、お支払は現金のみ。 対 清瀬市立科山荘 ☎0267・51・2300

清瀬けやきホール

の催し物

- ① そうだじゅげむきこう 日11月24日(土)午後2時～(開場は午後1時30分) 費 一般1,000円・小学生500円(全席自由) 【出演】柳亭市弥、金原亭馬久
- ② 歌って健康！ 歌声サロン 日11月26日(月)午後2時～4時(チケットの販売は午後1時30分～) 費 1,000円(全席自由) 対 杉山公章氏
- ③ 講座「おけいこアロマ」 12星座で知る私の香り。先着12人。 日11月13日(火)午後2時～3時30分 費 1,800円 対 西脇直子氏
- ④ 講座「ベビーマッサージ教室」 対 2か月～ハイハイ前の赤ちゃんとその保護者。先着10組 日11月20日(火)午前10時30分～正午 費 600円(清瀬子育て・キラリ・クーポン券利用可) 対 小宮しのぶ氏 対 タオル・バスタオル・子どもの飲み物・お持ちの方は授乳用ケープ
- ⑤ 絵本deリトミック 各クラス先着16人。 日12月4日(火)、ひよこクラス(1人でお座りできるころ～1歳半ごろ)＝午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半ごろ～3歳)＝午前11時～11時40分 費 各クラス1,500円(清瀬子育て・キラリ・クーポン券利用可) 対 小宮しのぶ氏 対 子どもの飲み物・動きやすい服装
- ⑥ フラワーアレンジメントレッスン 先着8人。 日①11月18日(日)②12月27

- 日(木)いずれも午前9時30分～正午(各回ごとの受講も可) 費 参加費＝各回1,000円、器代＝600円、花・資材代＝①2,200円②2,800円 対 福井ひろ子氏 対 巻尺・雑巾
- ⑦ 長編ドキュメンタリー映画「ひめゆり」 各回先着30人。 日11月17日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後4時～(上映時間2時間10分) 費 一般1,000円・友の会800円・シルバー(65歳以上・要証明)700円・学生600円
- ⑧ 講座「プリザーブドフラワー冬のアレンジ」 定員制。 日12月8日(土)午前9時30分～11時30分、12月12日(水)午後1時30分～3時30分 費 3,500円 対 福井ひろ子氏 対 問わず②は直接会場へ。それ以外(⑤)は11月6日、⑧は11月1日から)は直接窓口または電話で清瀬けやきホール ☎042・493・4011



清瀬けやきホールホームページ

コミュニティプラザひまわりの催し物

- ① オカリナ教室 日第1・3水曜日の初級コース＝午後2時～3時、中級コース＝午後3時30分～4時30分 費 1回800円(別途テキスト代1,080円) 対 オカリナ 対 太田聖士氏
- ② 大人色クリスマスリース講座 先着10人。 日12月1日(土)午後1時～3時30分 費 1,500円(材料費込み) 対 はさみ・作品を入れる袋

- ③ ヨガ教室 日水・木曜日午後7時～8時 費 1回800円 対 ヨガマット・タオル・飲み物 対 樋山満美子氏
- ④ 発酵パワー学ぶ&造る第8回「醬(ひしお)」編 先着20人。 日11月24日(土)午前10時30分～午後0時30分 費 2,000円(材料費込)

- み) 対 発酵アドバイザー 高田妃出美氏 対 エプロン・三角巾・布巾 2枚
- 対 問わず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 ☎042・495・5100



コミュニティプラザひまわりホームページ

多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館ホームページ

- ① 大型映像「星の旅ー世界編ー」 南十字星や天の川、ウユニ塩湖の水鏡に映る満天の星。北半球から南半球へ、世界各地の絶景と美しい星空を巡る旅を、ダイナミックな実写映像でドームに再現します。小学2年生以下は保護者同伴。先着234人。 日11月1日(木)より毎日午後2時30分～ 費 観覧付入館券おとな1,000円、4歳～高校生400円、セット券(プラネタリウム1回と大型映像1回)おとな1,400円、4歳～高校生500円
 - ② 全編生解説プラネタリウム「秋の星空に描くギリシャ神話の世界」 アンドロメダ座やカシオペア座など星座にはギリシャ神話にまつわるものが数多くあります。解説員が生解説で、秋の夜空をゆったりとご紹介いたします。小学2年生以下は保護者同伴。先着234人。 日12月21日(金)まで(水・土・日曜日、祝日は午後1時10分と午後3時50分。その他平日は午後3時50分のみ。12月は午後1時10分と午後3時50分) 費 観覧付入館券おとな1,000円、4歳～高校生400円、セット券(プラネタリウム1回と大型映像1回)おとな1,400円、4歳～高校生500円
- 対 多摩六都科学館 ☎042・469・6100
- ※当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売します。 ※11月の休館日は、5日・12日・19日・26日の月曜日です。

