



催し物

夏のミュージアム・コンサート

ミュージアム・コンサートを開催します。この時期にぴったりの「ハワイアンバンド」を楽しんでみませんか。

対象 小学生以上。先着50人
日時 8月18日(土)午後2時〜
場所 郷土博物館
出演 杉山孝雄(スチールギター)、服部一夫(ベース)...

図書館事業 「夏の子ども会」

対象 幼児〜小学生。各図書館先着20人
日時 ①8月22日(水)②8月23日(木)...

下宿ピラティス教室

初めての方から経験者までピラティスを楽しみませんか。先着20人。
日時 8月3日〜9月28日(8月31日は除く)の毎週金曜日...

申込み・問合せ 8月1日から直接窓口または電話で下宿地域市民センター ☎042・493・4033へ

租税・科学教室

税について学んだ後、多摩六都科学館の大型映像・プラネタリウムの観覧をします。

対象 小学生とその保護者。各回先着100人
日時 9月8日(土)(2回開催)
場所 多摩六都科学館(西東京市芝久保町五丁目)

夏休み親子ふれあい体操

55畳の広い部屋で、運動遊びや読み聞かせを楽しみます。

対象 1歳〜未就学児とその保護者。先着20組
日時 8月21日(火)午前10時〜11時30分

師匠と一緒に将棋を指しませんか

対象 小・中学生。先着6人
日時 毎週土曜日午前10時〜午後3時
場所 中瀬戸地域市民センター

※参加登録制で経験者がお相手します。
申込み・問合せ 前日までに中瀬戸地域市民センター ☎042・494・7211へ

夏休みに涼しい自習室を新規開設します

対象 中学・高校生。先着8人
日時 8月の火曜から日曜日午前9時〜午後8時

※参加登録制。
申込み・問合せ 当日電話で中瀬戸地域市民センター ☎042・494・7211へ

清高連 第2回シニアなるほど講座

「大人の社会科見学編」〜コカ・コーラボトラーズジャパン多摩工場〜

対象 1歳〜未就学児とその保護者。先着45人。
日時 8月27日(月)午後1時〜4時

都立学校公開講座 「オカリナ制作〜焼成、演奏まで」

竹串など身近な道具を用いて本格的なオカリナの作り方を学び、自宅でもできる七輪や鉢植などを用いた焼成法を体験します。

選) 日時 ①9月29日(土)②30日(日)③10月14日(日)いずれも午前9時〜④午後4時⑤正午

健康

「乳がん予防と治療について」〜サバイバルシップを考える〜

対象 平成29・30年度特定健診結果で特定保健指導の対象になった方。各先着30人
日時 ①8月2日(木)②27日(月)③31日(金)いずれも午前10時〜

健康チャレンジ

対象 平成29・30年度特定健診結果で特定保健指導の対象になった方。各先着30人
日時 ①8月2日(木)②27日(月)③31日(金)いずれも午前10時〜

健康センター
場所 健康センター
講師 がん研有明病院乳癌外科医長 片岡明美氏

健康大学実技コース

対象 市内在住の18歳〜59歳で医師からの運動制限がない方。先着30人

日時 8月22日(水)午前10時〜11時30分
場所 健康センター
持ち物 飲み物・タオル・室内用運動靴・運動しやすい服装

健康

「乳がんモデル触知を体験できます。また、講演会前後に毛妹と写真撮影ができます。

対象 市内在住の60歳以上の方(通院中の方を除く)。先着30人
日時 8月31日(金)午後2時〜3時30分

健康チャレンジ

対象 平成29・30年度特定健診結果で特定保健指導の対象になった方。各先着30人
日時 ①8月2日(木)②27日(月)③31日(金)いずれも午前10時〜

健康センター
場所 健康センター
講師 がん研有明病院乳癌外科医長 片岡明美氏

健康チャレンジ

対象 市内在住の18歳〜59歳で医師からの運動制限がない方。先着30人

防会複十字病院 ☎042・491・4111
日時 8月22日(水)午前10時〜11時30分

福祉

脳トレ元気塾〜カラオケと運動で脳トレ〜

対象 おおむね65歳以上の方。各回先着30〜40人
日時・場所 左表のとおり
費用 1回200円

Table with 3 columns: Course Name, Date/Time, Location. Lists various courses like 'ゆうゆう元気塾' and 'しんあい元気塾'.

「家」にいても怖い過敏性肺炎について
日時 8月28日(火)午後2時〜3時
場所 清瀬けやきホール

健康チャレンジ

対象 市内在住の18歳〜59歳で医師からの運動制限がない方。先着30人

川上茉莉絵&原万佑子によるサマーナイトコンサート(清瀬音楽鑑賞倶楽部第87回)

市民伝言板

「歌謡祭参加者を募集します。10月24日9時〜19時、清瀬けやきホール、参加費5千円、東京清瀬ライオンズクラブ事務局・山口 ☎042・493・4190

新舞踊「湯の川さざぎ」(相原ひろ子)です。プロの講師が優しく丁寧に教えます。初心者大歓迎。8月4日13時30分、清瀬けやきホール、1回千円、河本会・佐野 ☎042・492・1177

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

夏休み子どもラジオ体操会

ラジオ体操第1・第2です。7月20日〜9月2日6時30分(雨天中止、中央・竹丘・神山・金山緑地の各公園、中里山戸広場、市民体育館前、ペンギン公園、四小、清瀬市ラジオ体操連盟・渡辺 ☎090・9645・6616

「歌謡祭参加者を募集します。10月24日9時〜19時、清瀬けやきホール、参加費5千円、東京清瀬ライオンズクラブ事務局・山口 ☎042・493・4190

市民伝言板

わたしたちのまち清瀬の今、これからのこと、疑問や提案、市議会の有志議員と話ししょう。8月25日10時〜12時、清瀬けやきホール、無料、市民と議員の意見交換会、黒 ☎090・5398・8334

新舞踊「湯の川さざぎ」(相原ひろ子)です。プロの講師が優しく丁寧に教えます。初心者大歓迎。8月4日13時30分、清瀬けやきホール、1回千円、河本会・佐野 ☎042・492・1177

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

夏休み子どもラジオ体操会

ラジオ体操第1・第2です。7月20日〜9月2日6時30分(雨天中止、中央・竹丘・神山・金山緑地の各公園、中里山戸広場、市民体育館前、ペンギン公園、四小、清瀬市ラジオ体操連盟・渡辺 ☎090・9645・6616

「歌謡祭参加者を募集します。10月24日9時〜19時、清瀬けやきホール、参加費5千円、東京清瀬ライオンズクラブ事務局・山口 ☎042・493・4190

市民伝言板

わたしたちのまち清瀬の今、これからのこと、疑問や提案、市議会の有志議員と話ししょう。8月25日10時〜12時、清瀬けやきホール、無料、市民と議員の意見交換会、黒 ☎090・5398・8334

新舞踊「湯の川さざぎ」(相原ひろ子)です。プロの講師が優しく丁寧に教えます。初心者大歓迎。8月4日13時30分、清瀬けやきホール、1回千円、河本会・佐野 ☎042・492・1177

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会
太鼓・カラオケ・踊り・プロ歌手多数出演。終了時には豪華景品抽選会があります。8月26日10時〜19時、清瀬けやきホール、無料、24時間テレビ「愛は地球を救う」を支援するボランティアの会、大石 ☎090・8777・4270

夏休み子どもラジオ体操会

ラジオ体操第1・第2です。7月20日〜9月2日6時30分(雨天中止、中央・竹丘・神山・金山緑地の各公園、中里山戸広場、市民体育館前、ペンギン公園、四小、清瀬市ラジオ体操連盟・渡辺 ☎090・9645・6616