

催し物

文化財散歩を片手に清瀬を巡ってみよう〜ロマンと伝説と信仰の山を巡る旅〜

「清瀬の文化財散歩」の約4キロコースを解説付きで歩いて巡ります。昼食は清瀬の伝統食の手打ちうどんです。対象 高校生以上。先着20人(最小催行人数10人) 日時 5月12日(土)午前9時〜午後1時 場所 集合 西武池袋線秋津駅北口改札前、解散 郷土博物館

参加費 900円(昼食代600円、保険料100円)、「清瀬の文化財散歩」代200円。文化財散歩をお持ちの方は700円 ※動きやすい服装・靴でお越しください。また、昼食は用意しますが、飲み物などは各自でご用意ください。 申込み・問合せ 5月2日〜8日に電話で郷土博物館☎042・493・8585へ

先人の知恵に学ぶ「柏もち作り講習会」

清瀬の柏の葉を使って、季節の食べ物「柏もち」を作ります。先着15人。 日時 5月17日(木)午前9時30分〜正午 場所 郷土博物館 費用 600円(材料費) 講師 小俣洋子氏 ※スタンプリイ対象事業。 申込み・問合せ 5月2日から電話で郷土博物館☎042・493・8585へ

歴史講座「清瀬の昔語り1・2」

あまり語られない清瀬の歴史を紹介。各先着30人。 日時 ①5月20日(日)②5月27日(日)いずれも午後2時〜4時 場所 郷土博物館 内容 ①「回想、21万平方メートルにおよぶ下宿内山遺跡の発掘調査」、②「江戸時代の清瀬へ来た焼き物の道」 講師 内田祐治(郷土博物館職員) ※片方の講座のみの受講も可。 ※スタンプリイ対象事業。 申込み・問合せ 5月2日午前9時から電話で郷土博物館☎042・493・8585へ

たのしくやさしい俳句実作教室

講義・俳句実作・講評を行い、作句のアドバイスを行います。先着20人。 日時 5月〜平成31年3月の第4土曜日(8月は実施なし、10月は13日(土))いずれも午後1時〜3時 場所 生涯学習センター 講師 石田波郷俳句大会実行委員会 大山恭子氏 申込み・問合せ 5月7日から電話で生涯学習スポーツ課☎042・495・7001へ

人形劇「コウタクんのなかなおり」

日本社会事業大学児童文化部による上演を行います。対象 3歳〜小学生低学年。先着60人 日時 5月27日(日)午前11時30分〜 場所 竹丘地域市民センター ※直接会場へ。未就学児は保護者同伴。 問合せ 竹丘地域市民センター☎042・495・1717

親子ODEダンス!

楽しくダンスをします。母の日、ちよっぴりプレゼント付きです。対象 小学生以上の親子。先着15組 日時 5月13日(日)午前10時〜11時30分 場所 竹丘地域市民センター 講師 河津久美子氏(ヒップホップダンス「ビッグアップル」主宰) 費用 500円 申込み・問合せ 電話で竹丘地域市民センター☎042・495・1717へ

東北震災復興支援チャリティーコンサート

日時 5月6日(日)午後1時30分〜3時30分 場所 児童センター 出演 太田聖士と13人のプロミュージシャン、実践女子大学Jazz部、清瀬第四・五中学校OBのサキソフォン奏者 ※義援金は市を通じて日本赤十字社に寄付します。 問合せ 清瀬文化スポーツ事業団☎042・495・5100

健康

◆「抗生物質(抗菌薬)との上手なつきあい方」 公立昭和病院感染症科部長 小田智三、◆「泌尿器がん(前立腺がん・膀胱がん・腎がん)について」 同病院泌尿器科部長 塚本哲郎、◆「大腸がんの早期診断と治療」 東大和病院消化器科 オスタペニコ・バレンチナ氏の講座です。 日時 5月19日(土)午後2時30分〜4時(開場は午後2時) 場所 東大和市民会館(東大和市向原六丁目) ※直接会場へ。

第24回市民公開講座

◆「抗生物質(抗菌薬)との上手なつきあい方」 公立昭和病院感染症科部長 小田智三、◆「泌尿器がん(前立腺がん・膀胱がん・腎がん)について」 同病院泌尿器科部長 塚本哲郎、◆「大腸がんの早期診断と治療」 東大和病院消化器科 オスタペニコ・バレンチナ氏の講座です。 日時 5月19日(土)午後2時30分〜4時(開場は午後2時) 場所 東大和市民会館(東大和市向原六丁目) ※直接会場へ。

健康測定会

体組成や血管年齢などを測ってみませんか。対象 清瀬市国民健康保険加入者または後期高齢者医療保険加入者。どちらも各日先着40人 日時 清瀬市国民健康保険加入者 5月25日(金)、6月15日(金)、7月12日(木)、後期高齢者医療保険加入者 5月24日(木)、6月14日(木)、7月13日(金) いずれも午前9時30分〜午後3時30分 場所 健康センター 申込み・問合せ 5月1日から電話で健康推進課成人保健係☎042・497・2076へ

おなかスッキリエクササイズ

おなかまわりなどのエクササイズでゆがみを解消します。対象 市内在住の方。先着40人 日時 5月10日(木)午後1時30分〜3時20分 場所 健康センター 講師 健康運動指導士 八木香氏 持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服装 申込み・問合せ 電話で健康推進課成人保健係☎042・497・2076へ

アビュティイ

女性の健康を網羅した講座です。女性として、内面から更に輝くために、ご自身の健康・身体のことをもっと知る良い機会です。内容 女性の健康講話・女性向けビューティイエクササイズ・骨密度測定 対象 市内在住の18歳〜50歳の女性の方。先着30人 日時 5月28日(月)午前10時〜正午 場所 健康センター ※保育あり(満1歳〜未就学児、先着15人。参加者1人に付き子ども1人まで)。 ※詳しくは、左記へお問い合わせ ☎042・497・2076

中里健やかクラブ

大正琴の演奏で、童謡・懐メロや唱歌を一緒に歌います。 日時 5月9日(木)午後1時30分〜3時30分 場所 中里老人いこいの家 ※直接会場へ。 問合せ 健康づくり推進員・田島☎042・492・5779

おなかスッキリエクササイズ

おなかまわりなどのエクササイズでゆがみを解消します。対象 市内在住の方。先着40人 日時 5月10日(木)午後1時30分〜3時20分 場所 健康センター 講師 健康運動指導士 八木香氏 持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服装 申込み・問合せ 電話で健康推進課成人保健係☎042・497・2076へ

アビュティイ

女性の健康を網羅した講座です。女性として、内面から更に輝くために、ご自身の健康・身体のことをもっと知る良い機会です。内容 女性の健康講話・女性向けビューティイエクササイズ・骨密度測定 対象 市内在住の18歳〜50歳の女性の方。先着30人 日時 5月28日(月)午前10時〜正午 場所 健康センター ※保育あり(満1歳〜未就学児、先着15人。参加者1人に付き子ども1人まで)。 ※詳しくは、左記へお問い合わせ ☎042・497・2076

つばきの会

地域の方と交流やおしゃべりを楽しませませんか。 日時 5月23日(水)午後2時〜4時 場所 野塩地域市民センター ※直接会場へ。 問合せ 健康推進課成人保健係☎042・497・2076

中里健やかクラブ

大正琴の演奏で、童謡・懐メロや唱歌を一緒に歌います。 日時 5月9日(木)午後1時30分〜3時30分 場所 中里老人いこいの家 ※直接会場へ。 問合せ 健康づくり推進員・田島☎042・492・5779

市民伝言板

☆催し物 オペラ鑑賞会 ①ビゼー「歌劇カルメン」、②ジョルダン「歌劇アンドレア・シエニエ」。日本語字幕付き。①5月6日②6月10日いずれも13時30分〜16時30分 アミューホール 無料、清瀬稲門会・大島☎042・491・0572 ◆練習会 月・水曜 内山運動公園テニスコート(E・F)、金曜と第3日曜 中央公園テニスコート、4日曜 中央公園テニスコート、いずれも9時〜17時、会費500円(会員は400円) ◆女子シングルス大会 6月17日(予備日6月24日)9時〜17時、市内在住・在勤・在学・協会登録団体会員(高校生以上)、内山運動公園テニスコート、参加費300円(会員は千円)、申込みは6月9日までに所定の用紙(フェイスブックからダウンロード可)に必要事項を記入し、役員に直接または郵送・ファクス・メールで〒204・0022 松山1-37-11 301 清瀬市テニス協会事務局・今野 042・493・7791 (E-mail: jsgnet1988@caurone.jp)

新緑盆栽展

盆栽や山草の手入れの無料相談などを行います。5月4日・5日10時〜17時、水天宮(中清戸二丁目)、清石会(清瀬市文化協会加盟・渋谷☎042・491・7903 ◆22回清瀬市舞踊連盟舞踊会 古典と新舞踊の会です。皆さんお誘い合わせのうえ、ご高覧ください。 5月20日13時〜(開場は12時30分)、清瀬けやきホール 無料、清瀬市舞踊連盟・小俣☎042・492・0460 ◆春季市民卓球大会・講習会 ①個人戦。小・中学生男女、一般男女。一般男女 6月3日、小・中学生 6月10日、いずれも9時〜17時、②講習会。5月20日10時〜15時、③とも市民体育館、④のみ小・中

織本病院腎疾患・糖尿病ゼミナール

腎疾患と糖尿病の病態や食事療法などについてのお話です。今回は試食もあります。講師は、腎臓内科 高木由利です。5月10日13時〜14時、織本病院(旭が丘一丁目)、無料、医療法人財団織本病院・濱田☎042・491・2121 ◆コーラス体験教室 オペラ歌手の吉見先生によるコーラス体験。発声からプロの歌手が楽しく教えてくれます。初心者大歓迎です。5月17日14時〜15時30分、野塩地域市民センター、500円、コーラスぐるーぶ緑・中島☎090・4238・9939 ◆川つくり・清瀬の会 ①「柳瀬川トークin台田団地」5

川つくり・清瀬の会

①「柳瀬川トークin台田団地」5月12日13時〜16時 台田団地第一集会所(台田団地中央バス停前)、無料 ②「みんなで育てよう清瀬の水辺」5月27日9時30分〜12時(雨天中止)、台田運動公園内広場、無料、持ち物は長靴・タオル・飲み物・汚れても良い服装、川つくり・清瀬の会 ①船木☎090・8315・7388 ②荒幡☎042・493・7864 ◆カントリーダンス無料講習会 いつまでも元気でいられるように、カントリー音楽に合わせて、仲間と一緒に簡単なステップで踊ってみませんか。5月10日10時〜11時、清瀬市市民センター、無料、清瀬カントリーラインダンスステップ・中村☎042・492・1583 ◆2018年度生活講習会 毎日を持ち持ちよく笑顔で子育てを楽しむために食・家計・時間の使い方など生活の基本を学びます。5月28日、6月4日・11日いずれも10時〜12時、武蔵野友の家(上清戸二丁目)、全3回2千800円(一回千円)、託児料1回500円、武蔵野友の家・小林☎04・2001・1555または中塚☎04・2944・1779 ◆第37回わんぱく相撲清瀬場所 わんぱく相撲を開催します。男女別なので女の子も多くの参加お待ちしています。5月13日(土)9時〜12時30分 小学4〜6年生の男子、女子、午後の部13時〜16時 小学1〜3年生の男子、女子、小学1〜3年生の男子、女子、清瀬青年会議所・山崎☎090・9323・4737

☆サークル仲間募集

フラで心身のリフレッシュを美しく、笑顔に包まれたフラで心身のリフレッシュを。ハワイの文化と歴史を学びながら活動しています。65歳までまたは経験者の方。金曜10時〜11時30分、生涯学習センター、入会金千円、月謝4千円(別途会場費あり)、ハワイアンダンス・アウヴァイ・稲永☎090・9544・4766 (17時〜21時)

第37回わんぱく相撲清瀬場所

わんぱく相撲を開催します。男女別なので女の子も多くの参加お待ちしています。5月13日(土)9時〜12時30分 小学4〜6年生の男子、女子、午後の部13時〜16時 小学1〜3年生の男子、女子、小学1〜3年生の男子、女子、清瀬青年会議所・山崎☎090・9323・4737

☆サークル仲間募集

フラで心身のリフレッシュを美しく、笑顔に包まれたフラで心身のリフレッシュを。ハワイの文化と歴史を学びながら活動しています。65歳までまたは経験者の方。金曜10時〜11時30分、生涯学習センター、入会金千円、月謝4千円(別途会場費あり)、ハワイアンダンス・アウヴァイ・稲永☎090・9544・4766 (17時〜21時)

第37回わんぱく相撲清瀬場所

わんぱく相撲を開催します。男女別なので女の子も多くの参加お待ちしています。5月13日(土)9時〜12時30分 小学4〜6年生の男子、女子、午後の部13時〜16時 小学1〜3年生の男子、女子、小学1〜3年生の男子、女子、清瀬青年会議所・山崎☎090・9323・4737