

催し物

年中行事「もちつき」

年末恒例の餅つきの実演・指導を行います。試食は餅がなくなり次第終了します。

日時 12月17日(日)午前9時～正午

講師 上清戸自治会・婦人会

場所 郷土博物館

※直接会場へ。問合せ 郷土博物館 ☎042・493・8585

先人の知恵に学ぶ「しめ縄作り講習会」

藁を使って正月飾りのしめ縄を作ります。先着20人。

日時 12月10日(日)午前9時～午後1時

場所 郷土博物館

講師 下宿のふせぎ行事保存会 増田時次郎氏、中田満氏、小島芳秋氏

費用 600円(藁代など)

申込み・問合せ 12月1日から電話で郷土博物館 ☎042・493・8585へ

平成29年人権週間記念事業 連続講座

性的少数者(LGBT)の人権

①②とも先着40人。

日時 ①平成30年1月13日(土) ②平成30年2月3日(土)いずれも午後1時30分～4時30分

場所 男女共同参画センター

内容 ①「多様な性の基礎知識」②「世界・日本・台湾のLGBT運動」③「多様な性と子ども・教育」(当事者を招いて)

講師 虹色とんち1代表 荻野雄飛氏、同会世話人 橋本恭子氏、地域の大学生他

※保育(6か月～就学前)をご希望の方は①12月20日②1月17日までに電話で左記へ。先着10人。

申込み・問合せ 12月1日から(土・日曜日、祝日を除く)の午前9時～午後5時に電話で男女共同参画センター ☎042・495・7002へ

平成30年成人記念式典

対象 平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれて市内在住の方

日時 平成30年1月7日(日)午前11時～(開場は午前10時)

場所 清瀬けやきホール ※案内状は11月1日現在、市の住民基本台帳に登録されている方へ送付しました。 ※直接会場へ。会場に駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

問合せ 生涯学習スポーツ課 ☎042・495・7001

図書館事業

冬の子ども会 対象 幼児～小学生。各館先着20人

日時など 左表参照

Table with columns: 日時, 図書館名, 内容. Lists library events like 'お正月のしめ縄作り' and 'クリスマスカード作り'.

清瀬市青少年問題協議会地区合同事業講演会

11月の「子ども・若者育成支援強調月間」に合わせ、子育てに関する講演会を実施し

まず、先着120人。日時 12月17日(日)午前10時～正午(開場は午前9時30分)

場所 アミューホール 講師 秋草学園短期大学准教授 加賀谷崇文氏

内容 「子どもたちとの良好な関係づくり」

※直接会場へ。問合せ 児童センター ☎042・495・7700

第25回つながりカフェ

つながりカフェは、誰でも参加できる交流や情報交換の場です。今回は、座ってできる簡単なヨガを行います。

日時 12月7日(木)午後1時～3時30分(チェアアソビヨガは午後1時30分～、クリスマスソングあり) 午後2時30分～

場所 男女共同参画センター 講師 ヨガインストラクター 松村祥代氏

費用 100円(コーヒーまたは紅茶とお菓子つき)

※直接会場へ。問合せ 男女共同参画センター ☎042・495・7002

清瀬の自然に触れる活動に参加してみませんか

①柳瀬川(左岸)②柳瀬川(右岸) 樹木整備作業

日時 ①12月8日(金)(雨天時は9日)②12月16日(土)(雨天時は17日) いずれも午前9時～正午

集合時間・場所 ①②とも午前8時45分に金山緑地公園入口

③野塩市有林の管理作業(落葉掃き・笹刈り・落枝整理)

日時 12月13日(水)午前9時～午後2時(雨天時は14日) 集合時間・場所 午前8時45分に野塩八幡神社前

持ち物 いずれも飲み物・タオル・帽子・軍手、①②はお持ちの方はカマ・ノコギリ・ヘルメット、③のみ昼食・必要な方はマスク・ゴーグル・ヘルメット・箸・汁椀(温かい汁物を用意しています)

※直接集合場所へ。問い合わせは、当日午前8時までに左記へ。

問合せ 清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042・492・0710

福祉

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。

日時 ①12月12日(火)②15日(金) 午後2時～4時

場所 ①中里地域市民センター ②竹丘地域市民センター

フレイル予防マスター修了賞の引換期間

7月13日から10月20日まで開催した、フレイル予防マスターの修了賞の引換期間は12月末までとなっています。3ポイント以上貼付済のポイントカードをご持参のうえ、直接左記窓口へお越しください。

問合せ 地域包括ケア推進課 地域包括支援センター ☎042・497・2082

歯つぴクーポン配布

フレイル、オーラル・フレイル予防事業にて「歯つぴクーポン」を配布しています。

このクーポンでは、清瀬市歯科医師会加入歯科医院で個別歯科指導が受けられます。クーポンを希望の方は健康センター1階の地域包括支援センター窓口へお越しください。

対象 市内在住の65歳以上の方

問合せ 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

認知症高齢者を介護しているご家族の明日へのエネルギーに繋げていく場所です。対象 認知症高齢者を介護しているご家族など

日時 12月20日(水)午後1時30分～3時30分

場所 平野タリニツク(松山一丁目)

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、温かく見守る「認知症サポーター」を養成します。

日時 12月6日(水)午前10時～11時30分

場所 生涯学習センター

申込み・問合せ 直接窓口または電話で地域包括ケア推進課 地域包括支援センター ☎042・497・2082へ

※直接会場へ。日時など詳しくは左記へ。

問合せ 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。

日時 12月7日(木)・21日(木) 午後1時30分～4時30分(21日午後3時から、ベトレームの園病院院長 青木信彦氏による「認知症に関するミニ講話」)

場所 ナルドの壺(元町一丁目)

費用 飲み物代として300円 ※直接会場へ。運営ボランティアも募集しています。

問合せ 地域包括ケア推進課 地域包括支援センター ☎042・497・2082

福祉法律専門相談

弁護士による高齢者や障害のある方への無料相談です。

日時 12月20日(水)午前10時～正午

場所 コミュニティプラザひまわり

申込み・問合せ 権利擁護センター あいねつと ☎042・495・5573へ

市民伝言板

☆サークル仲間募集

話し方教室 話す事が苦手・あがり症の方案しく皆の前で話せるようになりましょう。入会お待ちしています。

・4木曜13時30分～15時30分 生涯学習センター、1回千円、清瀬話し方教室 ☎042・493・3461

朗読・ボイストレーニング体験会 女優さんの指導で知らない世界を体験しませんか。12月17日13時30分～15時30分 松山地域市民センター、無料、新日本婦人の会清瀬支部・木 ☎042・492・4842

健康体操教室 頭頂から足先までの筋肉を動かして、生涯介護を不要とする人生にしたいと、元国立大名普教授が研究考案した体操です。火曜9時30分～10時30分、中清戸地域市民センター、月会費3千円・入会金3千円、筋力アップ体操・大寺 ☎090・5333・6105

ママのための歌う会 子ども連れ大歓迎。一緒に歌ってストレスを発散しませんか。楽譜が読めなくても声に自信がなくてもOKです。12月26日10時30分～11時30分、清瀬けやきホール、参加費1回2千円、月額(月2回)3千円、歌声ママの会・藤田 ☎090・3002・9718

☆催し物 第8回 清瀬第九合唱団定期演奏会「第九を歌おうinきよせ」

ベートーヴェンの「第九合唱」と、魅惑のオペラアリアと合唱を、素敵にソリスト達と演奏します。12月24日14時(開場は13時30分)、清瀬けやきホール、99円(チケットは清瀬けやきホールまたは団員から購入可、清瀬第九合唱団・伴 ☎042・491・1796

声の練習場見学会 脱力効果、ストロー効果を体験しながら声の進化を楽しみます。12月6日、平成30年1月10日9時～12時 松山地域市民センター、無料、安定 ☎042・492・6553

ひとり親家庭・母と子のクリスマス会 小学生以下の子どもをかかえるひとりの親家庭の皆さん、簡単な工作や情報交換をし、軽食をとりながら楽しい時間を親子で一緒に過ごしませんか。対象はひとり親家庭の親と小学生以下の子ども、12月17日13時、男女共同参画センター、無料、12月7日までに電話(留守電も可)またはファクスで代表氏名・連絡先・参加人数・子どもの年齢をメールポ・高橋 ☎042・492・5266へ

フラダンス発表 日ごろの練習の成果を皆さんに見ていただきたく、初めての発表会を開催します。12月16日13時30分(開場は13時)、清瀬けやきホール、無料(入場にはチケットが必要ですが)、ファイラオオマイカイ・岡本 ☎090・9961・7273

清瀬管弦楽団竹丘サロコンサート 『美しく青きドナウ』、『フィランディア』、カルメンより『闘牛士』など、オーケストラの名曲の数々をお届けします。12月10日14時開演、竹丘地域市民センター、入場無料、清瀬管弦楽団・西西 ☎090・9582・1625

第46回上和太鼓打ち納め百花一打 総会員数約70人。子どもたちの可愛らしい姿や女性の華やかさ、そして男性の力強さを是非ご覧ください。12月17日13時(開場は12時30分)、清瀬けやきホール、前売り券2千円・当日券2千500円、清瀬上和太鼓保存会(クレーン株式会社内) ☎042・2951・0011