



催し物

多摩六都フェア「第30回多摩北部5市美術家展」

多摩北部5市(清瀬、小平、東村山、東久留米、西東京)を代表する著名な美術家(絵画)の展覧会です。第30回を迎える今回は清瀬市での開催です。画壇で活躍する美術家の作品をご覧ください。

日時 11月28日(火)~12月3日(日) 午前9時~午後5時(最終日は午後4時まで) 場所 郷土博物館 ※直接会場へ。問合せ 郷土博物館 ☎042・493・8585

知っててよかった 明るい終活(遺言書編)

心の伝わる遺言書の考え方を学びます。日時 12月2日(土)午後1時30分~3時30分(予定) 場所 中清戸地域市民センター 講師 司法書士 吉田智氏 ※終了後に個別相談コーナーあり。

新連載「第3回」 城田孝一郎

レクイエムII 「母恋し」



1945年5月25日夜、東京山の手北部が大空襲を受けた日である。B29が飛来し親子焼夷弾を撒いて去り、引き替えに艦載機が来て日本の戦艦機と空中戦を交わして去

城田孝一郎

城田孝一郎氏の作品は、「コミュニティ」をテーマに、震災証明とカンパニー袋を町会長から渡され郷里へ向かった。途中、防空壕で窒息死した人々を路傍に並べている。そこに息たえだえの幼児が亡き母の胸にすがって、かあさんと泣き叫ぶ。その情景は七十年経っても消えない。

作品を語る

申込み・問合せ 直接窓口または電話で中清戸地域市民センター ☎042・494・7211へ

手作りハンドクリーム

お好きなアロマオイルの香りでお楽しみ。日時 11月25日(土)午前10時~正午 場所 下宿地域市民センター 費用 千500円(材料費込み) 申込み・問合せ 直接窓口または電話で下宿地域市民センター ☎042・493・4033へ

クリスマスとお正月・着せ替えリース作り

飾り付けをアレンジすると長く楽しめます。先着10人。日時 11月25日(土)午後1時30分~3時30分 場所 中清戸地域市民センター 費用 千円 持ち物 クラフトバサミ 申込み・問合せ 直接窓口または電話で中清戸地域市民センター ☎042・494・7211へ

行列のできる企画とチラシの作り方

市民活動センターとの共催講座です。

対象 ボランティア団体、市民活動団体など。先着25人 日時 12月12日(火)午後2時~4時 場所 市民活動センター 申込み・問合せ 電話で社会福祉協議会 ☎042・495・5333へ

清瀬の自然に触れる活動に参加してみませんか

①金山調節池管理作業 日時 11月23日(木)午前9時~午後2時(雨天時は24日(金)午後2時) 場所 金山調節池下池周辺 (集合は午前8時45分に金山調節池奥広場) ②柳瀬川樹木整備 日時 12月4日(月)午前9時~正午(雨天時は5日(火)) 場所 柳瀬川左岸(集合は午前8時45分に金山緑地公園入口) 持ち物 いずれも飲み物・タオル・帽子・長靴・軍手(②はゴム手袋)・お持ちの方はカマ・ノコギリ・ヘルメット

①のみ昼食、箸、汁椀 ※直接集合場所へ。 ※お問い合わせは、当日午前8時まで左記へ。①は昼食時に温かい汁物ができます。 問合せ 清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042・492・0710

市民公開講座

同院乳腺・内分泌外科部長 金内一氏、◆在宅医療のための地域連携を安心して最後まで家で過ごすために、石橋クリニック院長 石橋幸滋氏 場所 成美教育文化会館(東久留米市東本町八丁目) ※直接会場へ。 問合せ 電話で公立昭和病院 医事課医事管理係 ☎042・461・0052

健康測定会

対象 清瀬市国民健康保険加入者。各日先着40人 日時 12月4日(月)・平成30年1月18日(木)・3月2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 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スサイズ

対象 市内在住の方。先着50人 日時 12月19日(火)午後1時30分~3時20分 場所 アミューホール 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 11月15日から電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ

腰こも予防教室

自覚症状のない若い世代の方も、正しい姿勢をチェックし、「ロコモ」を予防しましょう。対象 市内在住・在勤の18歳以上の方(通院中の方を除く)。先着25人 日時 12月7日(木)午前10時~11時30分 場所 健康センター 持ち物 飲み物・フェイスタオル(体操用)・動きやすい服装と靴 ※保育あり(生後6か月~未就学児、若干名) 申込み・問合せ 11月15日から電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ

食育講演会「食と農、地域における食育」

食・農・環境との関わりなどについての講演会です。対象 市内在住・在勤の管理栄養士、栄養士、食育に携わる方。先着15人 日時 12月11日(月)午後2時30分~4時30分 場所 健康センター 講師 東京農業大学国際食料情報学部教授 上岡美保氏 申込み・問合せ 電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ

公立昭和病院「第22回市民公開講座」

先着300人。日時 12月2日(土)午後2時30分~4時(開場は午後2時) 内容・講師 ◆アレルギー疾患における地域との新たな医療ネットワーク 公立昭和病院小児科医長 大場邦弘氏 ◆乳がん検診は何のため? 同院乳腺・内分泌外科部長 金内一氏、◆在宅医療のための地域連携を安心して最後まで家で過ごすために、石橋クリニック院長 石橋幸滋氏 場所 成美教育文化会館(東久留米市東本町八丁目) ※直接会場へ。 問合せ 電話で公立昭和病院 医事課医事管理係 ☎042・461・0052

☆サークル仲間募集

ほのぼのテニス木曜会 硬式テニスです。初・中級者で試合中心に楽しんでいます。老若男女歓迎、入会希望者は左記までお問い合わせください。毎週木曜9時30分~13時、内山運動公園 入会金千円、月会費800円、ほのぼのテニス木曜会 藤井 ☎042・458・8445 格書・行書・かな・条幅 小学1年生までは硬筆両面指導、一般は楷書行書から条幅、かなは百人一首を練習中。毎月競書誌に掲載。月3回、中里地域市民センターII 火

☆その他

年賀状などの宛名書き! 日時 12月14日(木)午前10時~午後0時30分 場所 健康センター 講師 管理栄養士 宮本千華子氏 持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル 申込み・問合せ 11月15日から電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ

医師による講演会「医療機関の選び方」

医師との付き合い方、医療機関の選び方について学んでみませんか。対象 市内在住の方 日時 11月30日(木)午後1時30分~3時30分 場所 アミューホール 講師 東京医療センター臨床研修科医長 尾藤誠司氏 申込み・問合せ 電話で健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076へ

両親学級

1日だけの参加も可能です。内容 1日目はお産・栄養の話など。2日目お赤ちゃんの風呂の入れ方・パパの基礎知識など

第3回地域福祉活動応援助成

平成29年度中に実施する、地域での助け合い活動などに対して助成します。申込み・問合せ 12月28日までに社会福祉協議会ホームページ <http://www.kiyose-fn.jp> または窓口で配布する申込書に必要事項を記入し、直接窓口または郵送で社会福祉協議会 ☎042・495・5333へ 福祉コーナーは8面に続く

健康

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室

食育講演会「食と農、地域における食育」

健康

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室

食育講演会「食と農、地域における食育」

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室

食育講演会「食と農、地域における食育」

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室

食育講演会「食と農、地域における食育」

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室

食育講演会「食と農、地域における食育」

健康測定会

おなかスッキリエクスサイズ

腰こも予防教室