

催し物

就職面接会 in 清瀬

どなたでも参加できますので、面接を希望する企業分の履歴書をお持ちください。

日時 8月8日(火)午後1時(午後0時30分)〜3時まで受け付け)〜4時

※午前10時から面接会直前セミナーを行います。(電話にて左記センターに要予約)。

持ち物 東京しごとセンターカード(初めて利用される方は会場です手続きをしていただきます)

場所 アミューホール 問合せ 東京しごとセンター 多摩 042・329・4524

男性の生き方を考える講座 「介護は突然やってくる」

介護に必要なお金、仕事との両立、心の保ち方は? シリーズ第2回目「知って安心、介護の知恵とお金の話」の講演会です。先着40人。

日時 9月9日(土)午後2時〜4時

場所 男女共同参画センター 講師 太田差恵子氏

※保育あり(6か月から就学前までの子ども、先着10人)。

申込み・問合せ 8月1日から電話で男女共同参画センター 042・495・7002(土・日曜日、祝日を除く午前9時〜午後5時)

犬のしつけ方教室

講師とモデル犬を招き、スライドを使用した講義などを行います。

対象 市内在住で、これから犬を飼う予定のある方。または、すでに飼っており、申込

み時まで次の2つの条件を満たしている方。①犬の登録が済んでいる②平成29年度狂犬病予防接種を接種済みで、平成29年度注射済票の交付を受けている。先着50人

日時 8月14日(月)午後2時〜4時

場所 健康センター ※自分の犬を連れての参加はできません。なお当日は、公共交通機関をご利用ください。

申込み・問合せ 電話で水と緑の環境課環境衛生係 042・497・2099へ(数人で参加する場合は、必ず人数をお伝えください)。

福祉

認知症家族ゆりの会

家族の立場で、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。

対象 認知症高齢者を介護しているご家族など

日時 8月16日(水)午後1時30分〜3時30分

場所 平野クリニック(松山一丁目)

※直接会場へ。 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 8月3日(木)・17日(木)午後1時30分〜4時30分(17日午後3時から、東久留米なごみ内科診療所医学博士 高世秀仁氏による「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

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 ※直接会場へ。

Table with 3 columns: Course Name (Course Name), Date/Time (Date/Time), Location (Location). Includes courses like 'Community Plaza' and 'Special Care for the Elderly'.

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 または右表各コース開催団体

ふまねつと運動

ネットを踏まないように歩き、歩行機能の向上を図ります。

日時 ①8月8日(火)②8月18日(金)いずれも午後2時〜4時

場所 ①男女共同参画センター ②竹丘地域市民センター 費用 いずれも100円 ※①は直接会場へ。

地域包括支援センター 042・497・2082

外国人支援ボランティア養成講座

地域に住む外国人を支援するボランティアを養成します。

日時 8月23日〜9月13日の水曜日午後6時30分〜8時30分(全4回)

場所 男女共同参画センター 申込み・問合せ 電話で社会福祉協議会 042・495・5333

福祉法律専門相談

高齢者や障害のある方で、生活上でお困りの方に弁護士が無料で相談に応じます。

日時 8月23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 電話できよせ権利擁護センターあいにわ 042・495・5573

きよせの福祉シンボルマーク

清瀬の社会福祉法人が行う取り組みをPRするためのシンボルマークを募集します。

対象 市内在住・在学の小学生から大学生

申込み・問合せ 9月1日までに社会福祉協議会で配布する申込用紙(同協議会ホームページ http://www.kiyose-fnc/)からダウンロード可)に必要事項を記入のうえ、直接協議会 042・495・5333

地域福祉活動応援助成

地域での支えあい活動などに対して助成を行います。

申込み・問合せ 8月31日までに社会福祉協議会で配布す

る申込用紙(同協議会ホームページ http://www.kiyose-fnc/)からダウンロード可)に必要事項を記入のうえ、直接協議会 042・495・5333

子どもボランティア体験

赤い羽根募金を知り、世界で一つだけの募金箱をつくります。

対象 小学生以下の子どもの保護者

日時 8月10日(木)午後2時〜4時

健康

栄養セミナー「気になる骨粗しょう症と食生活」

丈夫な骨を保つための方法について学びましょう。

対象 市内在住の方。先着40人

日時 9月1日(金)午前10時30分〜11時45分

場所 健康センター 講師 女子栄養大学生涯学習講師・管理栄養士 春日千加子氏

申込み・問合せ 8月1日から電話で健康推進課成人保健係 042・497・2076

おなかスッキリエクササイズ

美しい姿勢を身に付けたい方、おなかまわりが気になる方におすすです。

対象 市内在住の方。先着50人

日時 8月29日(火)午後1時30分〜3時20分

講師 健康運動指導士 八木香氏

健康大学実技コース

①「美筋アップ教室」②「からだバランスアップ」

対象 18歳以上の市内在住・在勤で医師から運動制限されていない方。①②とも男女参加可。

日時 ①8月25日(金)②8月30日(水)いずれも午前10時〜11時30分

YOGA教室

メタボ&ロコモ予防改善、ゆったりとした動きと呼吸法で血液循環アップ! 筋力アップ!

対象 清瀬市国民健康保険に加入している方。先着50人

日時 8月29日(火)午前10時〜11時30分

場所 アミューホール 講師 NPO法人日本カルチャーヨガ協会専任講師

持ち物 タオル・飲み物・運動しやすい服装

申込み・問合せ 8月1日から電話で健康推進課成人保健係 042・497・2076

市民伝言板

催し物

清瀬音楽鑑賞倶楽部第81回コンサート「懐かしの映画音楽」

出演は大音絵莉(ソプラノ)、小林あけほ(メソソフォーン)、御園生瞳(ピアノ)、曲目は「暮情・ムーン・リヴァー」・太陽がいつぱい他、8月30日14時30分〜16時15分、アミューホール、入場料990円(高校生以下500円)、清瀬音楽鑑賞倶楽部・瓜生 042・493・5691

清瀬ライオンズクラブチャリティーカラオケ大会

チャリティーカラオケ大会の参加者を募集します。10月4日9時〜19時、清瀬けやきホール、参加費5千円、清瀬ライオンズクラブ事務局 042・493・4190(木・土曜の13時〜16時)

熊本地震復興支援ふれあいロードまつり

8月5日(土)オーブニング鼓笛隊パレード・阿波おどり(13連他、6日横濱中華獅子舞・神輿・フラダンス・よさこいソーラン・佐東明美歌謡ソーロ他。両日とも14時から21時20分まで。清瀬南口商店街振興組合夏まつり実行委員会・小糸 042・491・1057

日本舞踊講習会

プロの講師が優しく丁寧に教えます。新舞踊「ソーラン祭り節」(天童よしみ)8月5日・9月2日いずれも13時30分、清瀬けやきホール、参加費1回千円、河本会・佐野 042・492・1177

あけほの「子ども食堂」〜食べたいのはおいしい時間です

食事初回は特製カレー)の他、宿題の手伝い・紙芝居・話し相手、ゲームアプリゲームなどは禁止。体と頭・心の栄養がたっぷりです。8月9日17時〜19時、月2回(毎月第2・4水曜の予定)、コミュニティプラ

ザひまわり、子ども100円おとな200円、ロートリッククラブあけほの丸山 090・4623・9992

市民と議員の意見交換会

わたしたちのまち清瀬の今、これからのこと、疑問や提案、市議会の議員有志と話ししましょう。8月19日10時〜12時、中清戸地域市民センター、無料、市民と議員の意見交換会・目黒 090・5398・8334

サークル仲間募集

楽しく歌って健康増進。皆さん気軽に参加ください。第1・3・4・5水曜10時〜16時、竹丘地域市民センター、無料、木もれび会・河野 090・8430・4260

60分ヨガでスッキリ・サッパリ!

あなたのペースで気軽に始めてみませんか。体の硬い人大歓迎。やさしく丁寧な指導でしなやかな体をめざそう! 毎週金曜10時〜11時、郷土博物館、ワンレッスン千円、年会費無料、Keiyoヨガサクル・金子 080・3490・7960

弓道初心者教室

新しいこと始めてみませんか! 週2回下宿地域市民センターで活動中。見学・入会も随時受け付けています。9月3日・10日・17日・24日の日曜9時30分、9月5日・12日・19日・26日の火曜18時30分、下宿地域市民センター、全8回3千円、清瀬市弓道連盟・本間 090・9800・7355

少林寺拳法入門・体験・見学自由

いつでも、だれでも、何歳からでも始められます。気軽に見学・体験(無期限無料)からどうぞ。会員と一緒に学ぶことができます。月・水・金 18時〜21時、体験期間中は無料、清瀬市少林寺拳法連盟・島澤 090・3694・1206