

催し物

先人の知恵に学ぶ「柏もち作り講習会」

清瀬の柏の葉を使います。先着15人。日時 5月18日(木)午前9時30分〜正午

たのしくやさしい俳句実作教室

今年から教室・講義形式から句会形式に変更して、俳句のポイントをアドバイスします。先着20人。

「ゼロからのスマホ」講習会

対象 これからスマホを始めたい60歳以上の方。先着20人。日時 5月16日(火)午後1時30分〜3時30分

東京都議会議員選挙立候補予定者説明会

北多摩第四選挙区(清瀬市・東久留米市)では、立候補を予定している方を対象に説明会を開催します。立候補予定者と関係者の方は必ずご出席ください

第15回外国人「日本語スピーチ発表会」

日本語教室で学習をしている外国人が、日本語でスピーチ発表します。日時 5月21日(日)午後2時〜

アロマスプレー作り

好みの香りの精油をブレンドし、ルームスプレーを作りましょう。先着7人。日時 5月27日(土)午前10時〜11時

面接対策セミナー&就職面接会

市とハローワーク三鷹が開催する面接対策セミナー・就職面接会です。事前予約制、面接会は予約不要です。日時 5月19日(金)面接対策セミナー 午前10時〜11時30分

環境市民スクール「リメイク教室」

端切れで「帽子」を作りましょう。日時 5月20日(土)午前10時〜

生涯学習

シルバニア人材センターパソコン教室(6月募集) 1対1の個人レッスン! 講座内容 パソコン入門

健康

第1回健康大学講演会「認知症最前線」 日時 5月30日(火)午後2時〜4時

ヨガ教室

メタボ&口コモ予防改善。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 5月26日(金)午前10時〜11時30分

健康測定会

健康測定会と血管年齢を測ってみませんか? 対象 ①清瀬市国民健康保険加入者②後期高齢者医療保険加入者

市民伝言板

この学校の学校はどうなっているのか?子どもたちにとってどんな学校がいいのか?一緒に話ませんか?

催し物

☆催し物 新緑盆栽展 松柏・雑木・盆栽 山草の展示

禁煙教室

禁煙の必要性や効果を確認し、禁煙への取り組みを始める教室です。対象 市内在住の方。先着10人

健康チャレンジ

健康チャレンジとは、健康チャレンジに参加してメタボ予防とロコモシヨントレーニングを始めましょう。対象 平成28年度特定健診結果で特定保健指導の対象になった方

市民伝言板

この学校の学校はどうなっているのか?子どもたちにとってどんな学校がいいのか?一緒に話ませんか?

催し物

☆催し物 新緑盆栽展 松柏・雑木・盆栽 山草の展示

催し物

☆催し物 新緑盆栽展 松柏・雑木・盆栽 山草の展示