場 所

ナルドの壺 (元町一丁

申込み・問合せ

直接窓口ま

	年	日時		
前月日呈	平成 28年	11月29日	رار	l,
		12月6日・13日・20日	躍	1114
	平成 29年	1月10日・17日・24日・31日	盲	,
		2月7日・14日・28日	知	,
		3月7日・14日・21日・28日	俊)	
	平成 29年	4月4日・11日・18日・25日	後2時	
		5月9日・16日・23日・30日	5	
		6月6日・13日・20日・27日	4	
		7月4日・11日・18日	時	

まわり 場所 コミュニティプラザ 前期日程 後期日程

講師 ンタースタッフ

費 用 申込み・問合せ 電話できよ せボランティアセンター 2545 5333**<** (別途テキスト代3千40円)

# 認知症家族会ゆりの会

対象 認知症高齢者を介護し 分~3時30分 ているご家族など

場 所 ※直接会場へ。

# よってこカフェ inナルド

る「認知症に関するミニ講話」) ニック院長 坂本和英氏によ午後3時~平野在宅ケアクリ 後1時30分~4時30分(17日 日時 11月3日本・17日本午 ランティアも募集中。

手話講座初級コース全30 アイア養語奉仕員 ・ボ 成 講 ラン 座

## 場所 日時 福祉法律

東京手話通訳等派遣セ

前期後期合わせて8千

日時 11月16日水午後1時30日への力に繋げるための会。 問題や悩みを語り合い、明

男女共同参画センター

問合せ 地域包括ケア推進課 地域包括支援センターで紹・

どなたでもご利用可。運営ボ 認知症に関心のある方なら

問合せ 地域包括ケア推進課 ※直接会場へ。 飲み物代として⑩円

## 地域包括支援センターな49・ 2 0 8 2

専門

相談

談に弁護士が無料で応じます 高齢者や障害のある方の相 11月16日水午前10時

7 3 ~ 申込み・問合せ ンターあいねっと四45・55 コミュニティプラザひ 権利擁護セ



# パソコン教室 (12月募集)シルバー人材センター

今月の締切 ://www.kiyose-sc.or.jp/<° ンターのホームページ風http 施設にあるチラシまたは当セ ッスンします。詳細は各公共 ル・各種応用編は1対1でレ PC入門・ワード・エクセ 個人レッスンします! 11月23日(水) (必

# 健康

### 歯っぴー噛むカムクラブ 歯 科 講 演 会

口から始める健康づくりを

日時 学びませんか。 分~11時45分 11月10日休午前9時45おおむね65歳以上の方

場 所 (梅園二丁目 ) 信愛ふれあ ホー

課地域包括支援センターな97 たは電話で地域包括ケア推進 ·2082

## 予防接種費用の一部助成 高齢者のインフルエンザ

持ちの方 機能などに障害(1級)をお 歳の方で心臓・腎臓・呼吸器 対象 市内在住で接種日現在 65歳以上の方、 または60~64

**費用** 2千50円 実施期間 12月28日州まで

ださい 書を提出すれば無料。60~64 障害手帳の写しを提出してく 歳の方で内部障害1級の方は ※生活保護世帯・中国残留邦 人等支援給付対象の方は証明

問合せ 関へ。詳しくは左記へ。 係公497·2075 ※申込みは直接所定の医療機 健康推進課健康推進

### エお クな か サ スッ サ イキ ズ

エクササイズでからだのゆ

がみを解消します。 対象 清瀬市国民健康保険に 分~3時20分 日時 11月29日火午後1時30 加入している方。 先着40人

香 講 場氏 師 所 持ち物 健康運動指導士 八木竹丘地域市民センター 運動しやすい服装・ 八木

ら電話で健康推進課健康推進 申込み・問合せ 飲み物・タオル 係の49・2076 11月1日 か

### 康 チ ャ レ ン ジ

果で、 対 象 ③29日例いずれも午前10時~ 日時 ①11月8日(228日) なった方。各先着30人 止午・午後1時30分~3時 特定保健指導の対象と 平成28年度特定健診結

7 6 ~ 持ち物 申込み・問合せ 推進課健康推進係で49・20 電話で健康

### (講演会・ 康 大学 閉第 講式 10

朝ごはん」②閉講式 3時15分予定 ~2時3分②午後2時40分~ ①講演会「めざましスイッチ 11月18日金①午後1時

問合せ 健康推進課保健サー ※直接会場へ。 講師 女子栄養大学食事管理場所 アミューホール 研究室准教授 西村早苗氏

## アッ アップ研修会歯科衛生士スキル

**対象** 歯科衛生士。先着20人

推進課保健サービス係四49・ 2077 申込み・問合せ 電話で健康 歯科医師 成瀬英子氏

日時 11月9日州午後1時30懐メロや唱歌を歌います。 アコーディオンに合わせて

※直接会場へ。 田島**な**492・5779 健康づくり推進員 場所 中里老人いこいの家

### つ ば き の

くりや体操をして、 ご高齢の方、 じて、地域の方 簡単な作品づ 健康センター③竹丘地域市民場所 ①生涯学習センター②

問合せ 健康推進課保健サー ※直接会場へ。 野塩地域市民センター

## 乳がん市民公開講座 明日の私のために

携」で大切なこと。 乳がん検診」、乳がんに対

ビス係の49・2077

 $\frac{4}{1}$ 

募集

幼児の自分歯磨きの発達と

の取り扱い事業ふるさと納税返

事業者

礼品

健康センター

る企業や個人事業者など

**応募方法** 返礼品取扱事業者

# 中里健やかクラブ

要事項を記入し、直接清瀬商

ホームページから入手可)に必 申込書 (産業振興課もしくは市

瀬指導経済センター窓口へ 工会またはJA東京みらい清

※詳しくは市ホームページま

分~3時30分

問合せ

産業振興課産業振興

係 497・2052

都

営

住

宅 入

居

者

能 休業、

さい。対象によっては、 都宛に郵送でお申し込みくだ 集案内をご覧いただき、東京 人居を希望される方は、

日時 11月16日州午後2時と交流を楽しみませんか。

ビス係の49・2077

日火~11日金 募集案内の配布期間

4時 (開場は1時30分から) 場所 アミューホール する「ホルモン治療」「医療連

問合せ 結核予防会複十字病 院乳腺センター・武田 2491・ 間内で配布

給公社) \$0570·00·81(申 問合せ JKK東京(住宅供 込期間内)、☎3・3498 8894(申込期間外)

### その 他

された方への返礼品を取り扱ふるさと納税制度をご利用

う事業者を募集します。

11月1日火~14日月

市内に事業所があ

### 「女性 ライン」強 の 」強化II 週間 ッ

後5時) (土・日曜日は午前10時~午旧午前8時30分~午後7時 実施期間 女性の人権問題の解決のた 電話で相談に応じます。 11 月4 日(月)~20 日

問合せ ライン」 20570・00・810 相談担当者 人権擁護委員お 部第二課 23・5213・1 よび東京法務局職員 東京法務局人権擁護

### 育児・介護休業法が改正 (平成29年1月1日施行)

が改正されます。囲拡大」など育児

介護休業が同一介護状態

## ので、詳しくは募集案内をご に募集がない場合もあります

ラ鑑賞会

ッシーニ歌劇「シンデレラ」11月

プッチーニ歌劇「トゥーランド

ませんか。第1火曜日14時~16時、 歌誕生の時代へ誘う時間をご一緒し 馴染みの伊藤延子先生の講義で万葉

葉集に親しむ会・天川☎卯・259 生涯学習センター、月会費千円、万

12月14日、いずれも13時30分~

向け(定期使用住宅)、単身 期使用住宅含む)、多子世帯 宅)、若年ファミリー向け(定対象 世帯向け(一般募集住 確認ください。 日本語字幕付き、清瀬稲門会・大島 16時30分、アミューホール、無料、 文化祭でお茶を体験しませんか

11 月

申し込み締切日 11 月 15 日(火)

> 菓子でお楽しみください。11月5日10 体験教室を開催いたします。抹茶とお

費用20円、清瀬市茶道連盟・立 11時~・13時~、生涯学習セン

ます。野球をやったことがない人も す。平日の練習と土曜は試合があり 市民文化祭で日本の伝統文化茶道の

ボールを打ってみたい、試合に出て

思い切りボールを投げてみたい、

ケームを楽しみたい人、大募集中で

58歳から「野球を楽しみたい

張所=平日午前8時30分~午まちづくり課、松山・野塩出募集案内の配布場所・時間 センター・生涯学習センター 民センター・子ども家庭支援 夜間受付で配布)、各地域市 後8時と土・日曜日は市役所 後5時(平日の午後5時~午 =各センター開館日の開館時 託児料20円(託児は要予約)、武蔵野 方。11月17日10時~12時、武蔵野友 家事家計講習会 花女49・2222 書道小品展 友の会・小豆澤の9・8020 の家(上清戸二丁目)、資料代30円・ ぐ

わが家の「ちょうどよい」暮らし

つけよう! 予算のある家計簿

深見な478・8834

私たちは午後のひと時、水彩や油彩

球の話をしませんか。清瀬ナイツ・ 大歓迎。気軽にお電話ください。野

※申込み不要・直接会場へ。

る成人たちの小さな作品を展示して たちの大きな作品と、飾って楽しめ 道研究会)・沖永☎47・3684 クレアギャラリー、無料、玄黄会(書 います。11月8日~13日10時~20時、 都美術館に陳列された清瀬の学生

# ☆サークル仲間募集

方に代わって印刷します。詳しくは

年賀状などハガキの宛名書きを貴

年賀状などのあて名書き!

年会費3千円・入会金3千円、清瀬パ

毎週土曜日13時~17時、郷土博物館、 生が指導してくれます。初心者歓迎。 で身近なものや風景を描く会です。先

レット会・中村の49・0691

スキークラブ会員募集

教室班・伊藤☎44・0903 清瀬市シルバー人材センター・PC ださい。基本料加円・1枚に付き30円、 地域センターなどのチラシをご覧く

■市民伝言板利用案内

12月15日号掲載希望の原稿は、11

せんか。シーズンインパーティーを スキー行事、仲間とスキーに行きま 年会費5千円、エーデルヴァイススキ 工会館(松山二丁目)、入会金千円・ ークラブ・並木☎49・6850 (夜間) 八方、野沢、志賀など今期8回の 11月26日14時~17時、清瀬商

でも3回まで分割して取得可 万葉集に親しむ会へのお誘い 清瀬市シニアカレッジの講師でお 大」など育児介護休業法 有期契約労働者の育児 介護休業の対象者の範 w.mhlw.go.jp/<° ou@city.kiyose.lg.jp 問合せ 秘書広報課広報広聴係の切 間に受け付け。先着25枠。 月1日午前8時30分から15日までの 1808₩491 · 8600 Makouh

たは厚生労働省嗯http://ww oukyoku.jsite.mhlw.go.jp/ ₩

問合せ<br />
東京労働局雇用環境 · 均等部指導課の3・351

その他コーナーは8面へ続く

京労働局區http://tokyo-roud ※詳しくは各ホームページ東