多摩パブリック法律事務所無料相談会

日時　6月25日㈯午前10時～午後4時（1枠30分）
場所　多摩パブリック法律事務所（立川市曙町二丁目）
申込み・問合せ　6月6日から（受付時間は午前9時30分～午後7時）電話で多摩パブリック法律事務所☎042・548・2450へ

募集

ひまわりフェスティバルボランティア

対象　健康で屋外作業ができフェスティバルを一緒に盛り上げてくれる成人の方
日時　8月20日㈯～9月4日㈰
場所　ひまわりフェスティバル会場（下清戸三丁目）
作業内容　チラシの配布・テーブルなどの整頓・ほこり避けの水まき・清掃など
申込み・問合せ　6月17日までに直接窓口または電話で産業振興課産業振興係☎497・2052へ

男女平等推進委員会委員

市の男女平等推進プランの策定などに関わる委員会の委員を募集します。定員6人。
対象　市内在住で男女平等推進施策に関心のある方
任期　7月から2年間
※保育あり。（6か月～就学前まで）
申込み・問合せ　6月20日までに応募動機を800字以内にまとめ、住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入し、直接窓口または郵送で〒204―0021元町1―2―11男女共同参画センター☎495・7002へ

夏季少年体育大会参加者

対象　市内在住・在学の小・中学生
①野球大会
日時　7月16日㈯・17日㈰・24日㈰午前8時～
場所　下宿運動公園広場
②剣道大会
日時　7月18日㈪午前9時40分～
場所　市民体育館
③ソフトテニス大会
日時　8月18日㈭午前9時20分～
場所　中央公園・下清戸運動公園テニスコート
④卓球大会
日時　8月19日㈮午前9時30分～
場所　市民体育館
申込み・問合せ　いずれも6月1日から②は6月12日、①③は6月30日、④は7月15日までに児童センターや市内小・中学校にある申込書に必要事項を記入し、直接児童センター窓口☎495・7700へ（火曜休館、剣道連盟に加入している方は、直接各稽古場へ持参）

都営住宅地元割当入居者

対象　5人以上世帯向け一般住宅（4DK・2戸）
募集案内の配布期間　6月1日㈬～10日㈮
郵送申込みの締切日　6月13日㈪（当日消印有効）
募集案内の配布場所・時間　まちづくり課、松山・野塩出張所＝平日午前8時30分～午後5時（平日午後5時～午後8時と、土・日曜日は市役所夜間受付で配布）。各地域市民センター・子ども家庭支援センター・生涯学習センター＝各センター開館日の開館時間内
問合せ　まちづくり課まちづくり係☎497・2093

オンブズパーソン制度をご利用ください

市政に関する苦情に、民間の有識者が調査し、必要に応じて是正の勧告を行います。
市の施策などに不満をお持ちの方は、市内公共施設か市ホームページにある「苦情申立書」に必要事項を記入し、オンブズパーソン事務局に申し立て（郵送・ファクスも可）をしてください。
運用状況などは、行政資料コーナーや市ホームページで閲覧できます。平成27年度の申立件数は次のとおりです。
苦情申立て件数　3件（内1件は、苦情申立ての調査をしない決定をした）
調査件数　2件（内1件は健康福祉部関係、1件は健康福祉部及び総務部関係）
意見若しくは勧告又は提言　0件
オンブズパーソン　岩崎昭（弁護士）
問合せ　文書法制課文書法制係☎497・2031

健康

第3回健康大学

日時　6月24日㈮午後2時～3時30分
場所　アミューホール
講師　立教大学コミュニティ福祉学部スポーツウェルネス学科学科長　杉浦克己氏
※直接会場へ。健康大学に申し込まれていない方もお気軽にご参加ください。
問合せ　健康推進課保健サービス係☎497・2077

健康大学実技コース―からだバランスアップ（運動教室）

対象　市内在住・在勤の方、健康大学生、医師より運動制限の指示のない方。先着25人
日時　6月15日㈬午後1時30分～3時
場所　健康センター
申込み・問合せ　6月1日から電話で健康推進課保健サービス係☎497・2077へ

歯っぴー噛むカムクラブ講演会

口から始める健康づくりを学べます。先着50人。
対象　概ね65歳以上の方
日時　6月23日・7月7日・21日の木曜日（全3回）午前9時45分～11時45分
場所　コミュニティプラザひまわり
申込み・問合せ　電話で地域包括ケア推進課地域包括支援センター☎497・2082へ

健康チャレンジ

対象　平成27・28年度の特定健診結果で特定保健指導の対象になった方。各先着30人
日時　①6月10日㈮②27日㈪③28日㈫午前10時～正午・午後1時～3時
場所　①下宿地域市民センター②健康センター③生涯学習センター
内容　各種測定（骨密度・血管年齢・体組成・血圧）、健診結果の説明、健康プランづくりなど
持ち物　健診結果票
申込み・問合せ　電話で健康推進課健康推進係☎497・2076へ

つばきの会

高齢などで外出の機会が少ない方のための会です。
日時　6月22日㈬午後2時～4時
場所　野塩地域市民センター
※直接会場へ。
問合せ　健康推進課保健サービス係☎497・2077へ

YOGA教室～メタボ&ロコモ予防改善～

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　6月28日㈫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　鈴木道子氏
持ち物　飲み物・タオル・運動しやすい服装
申込み・問合せ　6月1日から電話で健康推進課健康推進係☎497・2076へ

スポーツ

新体力テスト

テスト後、体力増進・維持のアドバイスをします。
対象　市内在住・在勤・在学の方
日時　6月5日㈰、午前の部＝9時（9時30分まで受け付け）～11時30分・午後の部＝1時30分（2時まで受け付け）～4時
場所　清小体育館
内容　上体起こし・反復横とび・握力・立ち幅とびなど
持ち物　運動できる服装・体育館履き・タオル・飲み物
※直接会場へ。会場へは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☎495・7001

福祉

認知症家族会ゆりの会

対象　認知症高齢者を介護しているご家族など
日時　6月15日㈬午後1時30分～3時30分
場所　男女共同参画センター
※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☎497・2082

福祉法律専門相談

日時　6月22日㈬午後2時～4時
場所　コミュニティプラザひまわり
申込み・問合せ　電話で権利擁護センターあいねっと☎495・5573へ

よってこカフェinナルド

誰でも利用していただける認知症カフェです。
日時　6月2日㈭・16日㈭午後1時30分～4時30分（16日㈭午後3時からは「認知症に関するミニ講話」）
場所　ナルドの壺（元町一丁目）
講師　東京病院神経内科医長　椎名盟子氏
費用　飲み物代として300円
※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☎497・2082

生涯学習

暑中お見舞いの作成

はがきソフトを使用して、宛名と文面の作成、その他、往復はがきの作成をします。
対象　市内在住・在勤・在学の方で、Windowsパソコンを使用している方。各コース定員20人（応募者多数の場合抽選）
日時　左表のとおり

コース	暑中見舞1	暑中見舞2	暑中見舞3
	7月		
月日	2日㈯ 3日㈰ 9日㈯ 10日㈰	5日㈫ 6日㈬ 12日㈫ 13日㈬	7日㈭ 8日㈮ 14日㈭ 15日㈮
時間	午前10時～正午		午後1時～3時

※4日間で1コース。各コースとも同じ内容です。

場所　生涯学習センター
費用　各コース千円
申込み・問合せ　6月7日㈫（消印有効）までに往復はがきに教室名・希望コース名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、郵送で〒204―0021元町1―2―11　生涯学習スポーツ課☎495・7001へ

シルバー人材センターパソコン教室（7月募集）

PC入門、ワード・エクセルの基礎及び応用編は1対1でレッスンをします。
詳しくは各公共施設にあるチラシまたは同センターホームページURL http://www.kiyose-sc.or.jp/をご覧ください。

曜日	松山教室 午前9時30分～正午	松山教室 午後1時～3時30分	ひまわり教室 午前9時30分～正午	ひまわり教室 午後1時～3時30分
月	○		○	○
火	○	○	○	○
水	○	○	○	○
木	○		○	○
金			○	○
土	○	○	○	○
日	○	○	○	○

今月の締切　6月23日（必着）
問合せ　シルバー人材センター☎494・0903

きよせワイワイフェスティバル

新品衣類などの掘り出し物、焼きそばなどの模擬店、ステージもあります。6月5日10時～14時、清瀬第三小学校（竹丘一丁目）、入場無料、きよせワイワイフェスティバル実行委員会・緒志☎070・6400・9665
健康教室「年を取ると、なぜ筋肉が減るんだろう」
加齢による筋肉量の著しい減少「サルコペニア」について説明。6月8日13時30分～14時30分、老健たけおか新館（竹丘二丁目）、無料、竹丘病院・飯野☎491・6111
ぱそっ娘講習会
午前はエクセルの基礎、午後はエクセル関数初級。6月25日10時～13時、13時30分～16時30分、清瀬けやきホール、1コース千円、ぱそっ娘・海老川☎080・3557・3637
押花作品展
教室で制作した押し花額絵50点の発表展示会を開催します。6月15日～18日、10時～17時（初日は13時～、最終日は16時まで）、生涯学習センター、ふしぎな花倶楽部・斉藤☎080・1054・8443

■市民伝言板利用案内

7月15日号掲載希望の原稿は、6月1日午前8時30分から6月15日までの間に受け付け。先着25枠。
問合せ　秘書広報課広報広聴係☎497・1808