

講座番号・講座名(定員)	日時	内容など
①おしゃべりボイストレーニングコース1 (60人)	5月17日・24日・31日の火曜日 午前10時～正午(全3回)	腹式呼吸でリラックス。話すための声の出し方を学ぶ。 講師 ボイストレーナー 宮津みどり氏
②おしゃべりボイストレーニングコース2 (60人)	6月7日・14日・21日の火曜日 午前10時～正午(全3回)	人前で話すのが楽しくなる! 若々しい声を手に入れよう。 ※コース1・2両方の申込みも可。
③パステル画 (30人)	5月9日・16日・23日・30日の月曜日 午後1時～4時(全4回)	パステル画材で絵を描こう。 講師 糸魚川洋子氏 費用 500円 ※希望者は別途画材購入費が必要。
④万葉集の東歌 (60人)	5月19日・26日、6月2日・9日の木曜日 午後2時～4時(全4回)	地名の入る歌を読む。 講師 伊藤延子氏
⑤歌声喫茶 (120人)	6月8日・22日、7月6日・20日の水曜日 午後2時～4時(全4回)	当時の歌を皆で楽しく歌う。 講師 島袋良彦氏 費用 1回につき50円、歌集代100円
⑥今、ルネサンスが面白い! (55人)	6月30日、7月7日・14日の木曜日 午後2時～4時(全3回)	絵画を読み解く楽しさを学ぼう。 (1)ボッティチェリ(2)レオナルド・ダ・ビンチ(3)ミケランジェロ 講師 美術ジャーナリスト 斎藤陽一氏

平成28年度シニアカレッジ(前期)
地域社会で生きがいを持って生活できるよう、学習と出会うの場を提供します。
対象 市内在住・在勤で55歳以上のシニアの方(応募者多数の場合抽選・抽選結果は4月15日までに発送予定)
日程・内容 左表のとおり
場所 生涯学習センター1
※申込みは、1人に付き1枚の往復はがきで、希望する講座をすべてお書きください。
申込み 3月31日(消印有効)までに往復はがきに下記記載例のとおり記入し、郵送
〒204-0021 元町1-1-2
生涯学習スポーツ課 ☎ 495・7001へ

【往復はがき記載例】

往信用(裏)	往信用(表)
清瀬シニアカレッジ(前期) 参加申込書 1.希望するすべての講座番号・講座名 2.住所 3.氏名(フリガナ) 4.年齢 5.電話番号	〒204-0021 清瀬市元町1-1-2 11 生涯学習スポーツ課 往信

※返信用の表には、あなたの住所・氏名を記入。


住宅工事業者(職人さん)を紹介

「家屋を修繕したいが、どこに頼んだらいいかわからない」「浴槽が傷んでいるが、どこに相談すればいいか」など、住宅の修理・改築を考えている方はいませんか。
「清瀬市住宅工事あっせん事業協力会」では、市(産業振興課)で受け付けをされた方に協力会の職人さんを依頼内容に応じて紹介しています。
協力会には、大工・土木・屋根・瓦・水道・電気・畳・左官・塗装・外壁・吹き付け・板金・建具・きょうじ・ふすま・インテリア・造園・タイル・ガラス・鉄工・外柵・門扉・ブロック・シャッター・ガス・地震によるタンスなどの転倒防止など、さまざまな工事に携わる職人さんがいます。見積もりのみでも相談に応じますので、ご利用ください。
問合せ 産業振興課産業振興係 ☎ 497・2052

第10回 ★なんでも発表会★

ころぼっくる「なんでも発表会」は、子どもたちが文化芸能に触れたり、多世代交流が行える場として開催しています。内容は人形劇や楽器演奏、小中学生のダンスなど、子どももおとなも楽しめるパフォーマンスが盛りだくさんです! 子どもたちの日ごろの活動の成果や特技の披露が楽しめますので、お越しください!


日時 3月27日(日)午前10時30分～午後4時30分(予定)
場所 児童センター
※直接会場へ。
問合せ 児童センター ☎ 495・7700



発表会で踊りを披露する子どもたち

藍染教室 参加者募集


江戸時代から続く羽生市の紺屋で藍染めを体験し、型染めの基礎を学び、一つの藍染め作品を仕上げます。
対象 市内在住の方優先。先着25人(定員に満たない場合は3月30日以降に市外の方も先着順に受け付け)
日時 ①説明会=4月14日(木)②実習=21日(木)③仕上げ=28日(木)、①③は午前10時～午後3時、②は午前8時30分～午後5時
場所 ①③郷土博物館②武州中島紺屋(埼玉県羽生市大字小松)
講師 中村千代氏
費用 1万円
持ち物 ①③は筆記用具・カッター・新聞紙・エプロン・昼食、②はバケツ・ゴム手袋・エプロン・洗濯バサミ2個・ビニール袋・昼食
申込み・問合せ 3月15日から電話で郷土博物館 ☎ 493・8585へ



羽生での藍染め実習

親子でうどんづくり体験

清瀬の郷土料理の一つであるうどんの作り方を楽しく学べるよう「親子でうどん作り体験」を開催します。料理の待ち時間を利用して郷土博物館館内の見学も行います。
うどんを作りながら、家族での思い出を作りませんか。
対象 小学生とその保護者(2人ペア)・先着10組
日時 3月26日(土)午前9時30分～午後1時
場所 郷土博物館
費用 1組500円(材料費など)・小学生や保護者が1人増えるごとに追加で200円
※当日は動きやすい服装、着脱しやすい靴(サンダルやヒールの高いものはご遠慮ください)でご参加ください。また、刃物や熱湯を扱うので、必ず保護者の方も一緒にご参加ください。
申込み・問合せ 3月15日から電話で郷土博物館 ☎ 493・8585へ




和裁教室・染物教室事前説明会

平成28年度①和裁教室②染物教室の受講を希望される方を対象に、事前説明会を開催します。和裁教室・染物教室の内容・制度、申込方法などの説明を行いますので、受講を希望される方はご参加ください。①和裁教室=定員25人②染物教室=定員20人。
日時 ①4月5日(火)午前10時～正午②4月7日(木)午前10時～正午
場所 いずれも郷土博物館
申込み・問合せ いずれも3月23日から電話で郷土博物館 ☎ 493・8585へ

映画会「日本の産業」

◆「細川紙の美を漉く」
300年の伝統を守る、紙漉きたちのひたむきな姿を紹介します。
◆「心にひびく四季の酒」
清酒高清水の醸造工程を秋田の四季をまじえて描きます。
日時 3月19日(土)午後1時30分～
場所 郷土博物館
※直接会場へ。
問合せ 郷土博物館 ☎ 493・8585



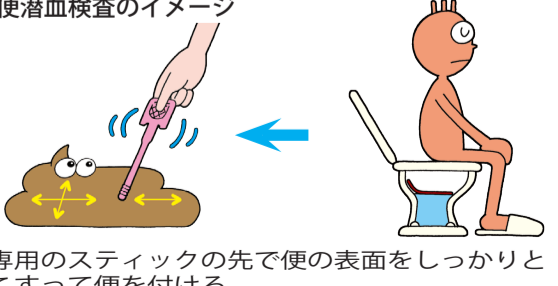
胃・大腸がん検診(前期) 受診者募集

大腸がん検診

大腸に、がんやポリープなどがあると、便に血液が付くことがあります、その血液の有無を調べます。

表面をこすって便を採るだけ。

便潜血検査のイメージ



専用のスティックの先で便の表面をしっかりとこすって便を付ける

胃がん検診

バリウム(造影剤)と発泡剤(胃をふくらませる)を飲んで胃部をエックス線撮影し、胃の形や粘膜の状態などを調べます。

胃袋のなかにバリウムを付けるんだね



朝食を食べないなど細かい指示があるので注意しましょう。

バリウムによる胃エックス線撮影と便潜血反応検査(検便)を行います。
対象 市に住民登録のある35歳以上の方(平成29年3月31日までに35歳になる方を含む。応募者多数の場合抽選)
実施日 5月25日(水)・26日(木)・27日(金)・30日(月)・31日(火)・6月22日(水)・23日(木)・24日(金)・7月1日(金)・5日(火)
場所 健康センター1
費用 胃がん検診千円、大腸がん検診500円(免除制度あり)
※受診条件など詳細は市報4月1日別刷り「健康特集号」
や市ホームページ参照。抽選結果は4月下旬に郵送予定。
申込み 4月6日(消印有効)までに直接、電子申請、またははがきに①住所②氏名(フリガナ)③生年月日④電話番号⑤希望する検診の種類(胃のみ)「大腸のみ」胃・大腸のいずれか⑥検診希望日(上記実施日から第1・第2・第3希望日)を記入し、郵送で〒204-8511 清瀬市健康センター1健康推進課「胃・大腸がん検診申込」へ
問合せ 健康推進課健康推進係 ☎ 497・2075