催し物

清瀬焼陶芸会作品展

日時　3月18日(金)～27日(日)午前10時～午後4時30分（月曜休館、初日は午後1時から・最終日は午後3時まで）
場所　郷土博物館
※直接会場へ。
問合せ　清瀬焼陶芸会☎492・7778

都青連若手後継者育成事業

―補助金の活用方法、申請のポイントセミナー
中小企業経営に携わる方へ補助金・助成金制度の種類・事業計画書の作成などについて分かりやすく説明します。
対象　商工会青年部員・商工会員・一般事業者
日時　3月4日(金)午後7時～（開場は午後6時30分）
場所　清瀬けやきホール
※お車の方はクレア市営駐車場をご利用ください。（有料）
申込み・問合せ　清瀬商工会にある申込書に必要事項を記入し、ファクスで清瀬商工会青年部連合会事務局FAX042・500・1421へ

普通救命講習

いざという時に役立つ応急救護の知識を学びます。
対象　市内在住・在勤の方。各日先着15人
日時　3月20日(日)午前9時～正午、22日(火)午後6時30分～9時30分
場所　清瀬消防署（中清戸二丁目）
申込み・問合せ　講習日3日前までに直接または電話で清瀬消防署☎491・0119へ

よくわかる糖尿病の話

―「日本糖尿病学会専門医に学ぶ」
対象　清瀬市国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入している方。先着50人
日時　3月10日(木)午後1時30分～3時30分
場所　アミューホール
講師　船橋市立医療センター代謝内科部長　岩岡秀明氏
申込み・問合せ　電話で健康推進課健康推進係☎497・2076へ

清瀬水再生センター見学会

北多摩の水環境を良くする施設を見学します。先着40人。
日時　3月18日(金)午前10時～正午
集合場所　清瀬水再生センター正門前（下宿三丁目）
申込み・問合せ　3月1日から電話で市民活動センター☎491・9027へ

税理士会による個別無料税務相談会

相続税・贈与税・所得税など、さまざまな税の相談に税理士がお答えします。
日時　毎月水曜日(2～3回)午前10時～午後4時
場所　東京税理士会東村山支部（東村山市本町一丁目）
※東京都税理士会東村山支部ホームページURL http://higashimurayama-zeirishika.jp/ から申し込みください。
問合せ　東京税理士会東村山支部☎042・394・7038

西武鉄道100年アニバーサリー

西武鉄道主催、2012年度から実施してきた「西武鉄道100年アニバーサリー」の締めくくりのイベントです。
沿線ゆかりの方たちによるライブや、マルシェ・グルメなどをお楽しみください。
日時　3月21日(月)午前10時～午後5時（開場は午前9時30分）
場所　西武プリンスドーム・西武球場前駅駅前広場（所沢市上山口）
※直接会場へ。
問合せ　西武鉄道お客さまセンター☎042・996・2888（平日午前9時～午後7時、土・日曜日・祝日午前9時～午後5時）

空堀川・柳瀬川の清掃

①空堀川②柳瀬川の清掃を行います。
日時　①3月13日(日)午前9時30分～（約2時間）②3月20日(日)午前10時～（約1時間30分）
集合場所　①空堀川右岸梅坂橋親水階段前②台田運動公園
持ち物　長靴・防寒対策品（手袋・河川に入る方の長靴などは用意しています）
※①②とも直接会場へ。
問合せ　川づくり・清瀬の会☎491・3616

福祉

よってこカフェinナルド

物忘れが気になる方や認知症の方、家族介護者の方、医療・介護従事者の方、地域の方ならどなたでもご利用いただける認知症カフェです。第1・3木曜日に月2回開催しています。第3木曜日は、医師らによる「認知症に関するミニ講話」を行います。
日時　3月3日(木)・17日(木)午後1時30分～4時30分（17日(木)午後1時30分～2時45分は「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。
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

弁護士が無料で相談に応じます。
日時　3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　電話で権利擁護センターあいねっと☎495・5573へ

つばきの会

高齢者や外出の機会が少ない方のための交流会です。
日時　3月23日(水)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

スポーツ

土曜ヨガ教室

対象　市内在住の18歳以上の方。定員10人（応募者多数の場合は抽選）
日時　4月9日～平成29年3月25日の第2・4土曜日（全22回）午前10時45分～正午
場所　下宿地域市民センター
費用　年間コース1万1千円・5回利用券3千円
申込み・問合せ　3月10日(消印有効)までに往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号と返信用に自分の名前を記入し、〒204―0001清瀬市下宿2―524―1　下宿地域市民センター内教室係☎493・4033へ

フィットネス教室

①シニアフィットネス（ソフト空手）
簡単な空手の動きを取り入れ、体力向上などを図ります。
対象　市内在住の60歳以上の方。定員10人（応募者多数の場合は抽選）
日時　前期＝4月～7月、後期＝9月～11月、冬期＝平成29年1月～3月の火曜日（各期12回、全36回）午前10時～11時30分
場所　中清戸地域市民センター
費用　年間4千500円（保険料込み）
②タイチフィットネス
今話題のタイチ（太極拳）のエクササイズです。
対象　市内在住の18歳以上の方。定員10人（応募者多数の場合は抽選）
日時　4月16日～平成29年3月4日の第1・5土曜（一部第3土曜日、6・7・8・11月～平成29年3月は1回、全15回）午前10時30分～11時30分
場所　下宿地域市民センター
費用　年間コース7千円・5回利用券3千円
申込み・問合せ　①②とも3月10日までに(当日消印有効)往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・年齢・電話番号と返信用に自分の名前を記入し、〒204―0001下宿2―524―1　下宿地域市民センター内教室係☎493・4033へ
スポーツコーナーは7面に続く

市民伝言板

☆サークル仲間募集

第九を歌おうinきよせ

12月18日清瀬けやきホールでの定期演奏会で、プロのソリストと一緒にベートーベン第九を歌いませんか。月3回土曜（初回は4月2日）9時30分～正午。999円、アミューホール、年会費2万2千円（分割、家族・学生割引あり）清瀬第九合唱団・久☎492・0819

話し方教室

話すことの苦手な方・あがり症の方、楽しく皆の前で話せるようになりましょう。入会をお待ちしています。第2・4木曜13時30分～15時30分、生涯学習センター、1回千円、清瀬話し方教室Wiiii・小林☎493・3461

マージャン

上達を目指して頑張っているサークルです。初心者からベテランまで気軽に参加ください。毎週木曜13時～17時、台田団地集会所（中里六丁目）、月会費2千円、旭クラブ・瓜生☎492・8328

春季軟式野球大会

都内在住・在勤・在学の高校生以上で編成したチーム。総会・抽選会＝3月26日18時20分～、アミューホール、試合＝4月3日からの日曜9時～、市内各グラウンド、参加費・年間登録費ともに1万3千円（その他保険料1人100円・登録費600円）、申し込みは3月13日までに清瀬軟式野球連盟・中村☎493・0025へ

なかよし広場へようこそ

園庭で遊んだり、工作やおしゃべりをしたりして保育士と一緒に楽しみませんか。6か月～就学前児童対象。先着12組。4月～平成29年3月の第1水曜（ただし4月・5月・平成29年1月は第2水曜）10時～正午、なかよし保育園（竹丘三丁目）、年会費千300円（傷害保険・おやつ代、駐車場料金は別途）、なかよし保育園なかよし広場・金子☎491・3114

自彊術（じきょう）（十文字）体操

約100年の歴史を持つ、日本人の骨格にあわせてつくられた体操です。正しい指導を受けながら、楽しく健康な体を作ることができます。月4回木曜14時～15時30分、野塩地域市民センター、月会費3千円、自彊術体操・斉藤☎080・1348・0028

句会

①選句と合評②月刊「花林花」発行。初回見学無料、句歴年齢は問いません。一緒に俳句を楽しみましょう。第4日曜13時～17時、清瀬けやきホール、月会費と月刊誌代2千円、花林花・廣澤☎493・8111

S・T・FCジュニア（U12）選手

2016年度からジュニアチームの活動をスタートするにあたり、選手を募集しています。よろしくお願いします。平日練習＝火曜（17時～18時30分）、土・日曜日・祝日、内山運動公園サッカー場、入会金1万800円・年会費1万800円・月会費8千640円、S・T・FCジュニア・廣瀬☎497・3634

やさしいシニアヨガ

初めての方でも無理なく参加できます。深呼吸とともにストレッチのように体を動かし、リフレッシュしませんか。予約開始3月2日から。4月27日14時～15時30分、アミューホール、1回500円、ヨガサークル天空・中村☎090・1839・2796

俳句

月1度、句を持ち寄り互選の後、講師の懇切丁寧な指導添削を受けられます。新しい方・在籍の方も学びながら楽しめます。第4日曜13時～17時、清瀬けやきホール、月会費千円、あすなろ俳句会・飯塚☎493・7787

ラジオ歌謡、抒情歌を歌いましょう！

昭和20～30年代のラジオ歌謡や抒情歌などを生のピアノ伴奏で歌っています。見学希望の方はお問い合わせください。月3回木曜10時～11時45分、野塩・中清戸・中里各地域市民センター、月会費3千円（1回参加＝千500円・2回参加＝2千500円）、清瀬けやきホール、なつかしい歌を歌う会・松永☎410・0175

ターゲットバードゴルフ体験講習会

男女共にできる、簡単で面白いスポーツです。昨年4月に会員12人で発足した新しい会です。見学者歓迎。第2・4日曜、水曜、金曜9時30分～正午・12時30分～15時、中清戸中央ゲートボール場・元町グラウンド、無料、清瀬ターゲットバードゴルフ協会・右近（うこん）☎491・8796

☆催し物

オペラ鑑賞会

◆ガーシュイン歌劇「ポーギーとベス」ウィーンフィル・制作映像。3月8日◆オッフェンバック歌劇「ホフマン物語」、コヴェントガーデン・ライブ、4月10日、いずれも日本語字幕付き。アミューホール、13時30分～16時30分、無料、清瀬稲門会・大畠☎491・0572

中里健やかお楽しみ会

3月はリコーダー、4月は珍しい南米民族楽器の演奏で名曲を鑑賞し、童謡や懐メロを声を合わせ大声で歌いましょう。3月9日・4月13日13時30分～15時30分、中里老人いこいの家、無料、中里健やかクラブ・田島☎492・5779

しらうめ音楽祭

幼稚園児による、合奏・合唱の発表会。3月12日11時～12時30分、清瀬けやきホール、無料、清瀬しらうめ幼稚園・森田☎491・3197

読書会　ハマナス

「おひとりさまの最期」上野千鶴子著、皆おひとりさまの時代到来、医療・看護・介護のことをみんなで話し合いましょう。3月12日13時30分～15時30分、男女共同参画センター、200円、ハマナス・小松☎495・8601