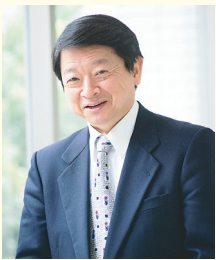


沿線3市男女共同参画連携事業

片山善博さんが語る「男性にとっての男女共同参画」



片山善博氏

鳥取県知事時代、男性の育児休業など「男女共同参画の課題」に取り組んだ片山氏に、“生きやすい社会を作るコツ”を伺います。先着180人。

日時 平成28年1月17日(日)午後2時～4時

場所 アミューホール

講師 慶応義塾大学教授・元鳥取県知事 片山善博氏

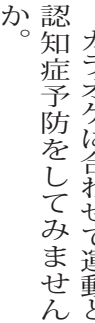
申込み・問合せ 12月1日からの平日午前9時～午後5時(月曜日を除く)に電話で男女共同参画センター ☎ 495・7002 へ



福祉

認知症家族会ゆりの会

家族の立場で、問題や悩みを率直に語り合い、明日への



脳トレ元気塾カラオケと運動で脳トレ

カラオケに合わせて運動と認知症予防をしてみませんか。

① ゆうゆう元気塾

日時 平成28年3月2日までの水曜午前10時～11時30分
場所 コミュニティプラザひ

シルバー人材センター会員

対象 市内在住で原則として60歳以上の健康で働く意欲がある方

日時 説明会Ⅱ原則第1月

曜日午後1時30分、研修会Ⅱ原則第2月曜日午後1時30分

※入会には、説明会への出席と研修会の受講が必須です。詳しくは左記へ。

問合せ シルバー人材センター ☎ 494・0903

アイレックまつり実行委員

来年で21回目を迎えるアイレックまつりの実行委員を募集します。

申込み・問合せ 12月25日

までに、直接または電話で男女共同参画センター ☎ 495・7002 へ

エネルギーに繋げていくための場所です。

対象 認知症高齢者を介護しているご家族など

日時 12月16日(水)午後1時30分～3時30分(出入り自由)

場所 市民活動センター ※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

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 12月16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

まわり

② しんあい元気塾

日時 平成28年2月25日まで

の木曜午後1時15分～2時45分

場所 特別養護老人ホーム信愛の園(梅園二丁目)

③ せいが中里元気塾

日時 平成28年2月26日まで

の金曜午後1時30分～3時

場所 中里地域市民センター

費用 いずれも1回200円 ※いずれも直接会場へ。

問合せ ① NPO法人情報労連東京福祉センター ☎ 497・8500

② きよせ信愛地域包括支援センター ☎ 492・1850

③ きよせ清雅地域包括支援センター ☎ 495・1370

福祉法律専門相談

高齢者や障害のある方で、生活上でお困りの方に弁護士が無料で相談に応じます。

日時 12月16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



スポーツ

新体力テスト

対象 市内在住・在勤・在学で20～64歳の方

日時 12月6日(日)、午前の部Ⅱ 9時(9時30分まで受け付け)～11時30分・午後の部Ⅱ 1時30分(2時まで受け付け)～4時

場所 八小体育館

内容 上体起こし・立ち幅とび・長座前屈・20リヤトルラン・握力測定

持ち物 運動できる服装・体育館履き・飲み物

※直接会場へ。車での来場はご遠慮ください。

問合せ 生涯学習スポーツ課 ☎ 495・7001

多摩六都リレーマラソン2015

～思いをのせた襷(たすき)がつなぐ人とまち～

小金井公園内園路を23周、合計42・195キロを襷によるリレーマラソンを行います。皆さん、ぜひ応援に来てください。

大会当日は、特産品販売ブース、東京都パリンピック体験プログラムを開催します。

問合せ 社会福祉協議会 ☎ 495・5333

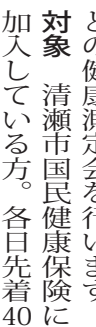
福祉法律専門相談

高齢者や障害のある方で、生活上でお困りの方に弁護士が無料で相談に応じます。

日時 12月16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



健康

国民健康保険健康測定会

血圧測定や血管年齢測定などの健康測定を行います。対象 清瀬市国民健康保険に加入している方。各日先着40人

場所 健康センター

申込み・問合せ 電話で健康推進課健康推進係 ☎ 497・2076 へ

応急手当講習会

いざという時の救急法(AEDを含む)を学びます。

対象 市内在住で18歳以上の方。先着20人

日時 12月17日(木)午後2時～4時

場所 健康センター

申込み・問合せ 12月1日から電話で健康推進課保健サービス係 ☎ 497・2077 へ

健康チャレンジ

対象 平成27年度の特定健診結果で特定保健指導の対象になった方。各回先着30人

日時 ① 12月17日(木)② 18日(金)③ 21日(月)いずれも午前10時～正午・午後1時～3時

場所 ① 生涯学習センター② 野塩地域市民センター③ 健康センター

内容 各種測定(骨密度・血圧・年齢・体組成・血圧)、健康診断結果の説明、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



生涯学習

シルバー人材センターパソコン教室(1月募集)

PC入門、ワード・エクセルの基礎講座などの他「個人レッスン」ではそれらのフォローもします。

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 ☎ http://www.kiyos

escribe)をご覧ください。締切り 12月23日(水)(必着)

申込み・問合せ シルバー人材センター ☎ 494・0903

その他

自賠責保険・共済への加入

自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車1台ごとに自賠責保険・共済への加入が義務付けられています。未加入の自動車などの運行は、法令違反となります。加入状況を確認していただき、未加入の場合は、自賠責保険・共済への加入をお願いします。

問合せ 国土交通省関東運輸局 ☎ 045・211・7245

夜間人権ホットライン

12月4日(金)～10日(木)の人権週間(に当たり、夜間「電話法律相談」を実施します。人権問題や日常生活上の法律問題について、無料で弁護士による法律相談を電話でお受けします。

日時 12月10日(木)午後5時～8時

相談時間 1人当たり10分程度

相談電話番号 ☎ 03・5808・0906 または ☎ 03・5808・0907

問合せ (公財) 東京都人権啓発センター(相談担当) ☎ 03・3871・0212 または ☎ 03・3876・5373

「Ms.スクエア」第85号発行

特集 アイレック開設20周年記念号「男女共同参画を振り返る」

平成7年10月、清瀬駅北口アミュービルに清瀬市男女共

ひとり親家庭・母と子のクリスマス会

小学生以下の子どもがいるひとり親家庭の皆さん、リース作り・折り紙・情報交換など、軽食をとりながら楽しい時間を親子で一緒に過ごしませんか。12月13日13時、男女共同参画センター、無料、申込みは12月6日までに電話(留守電可)またはファクスでモンレボ・高橋 ☎ 492・5266 へ

スキー祭典志賀高原3日間

基礎・コブ・シニアのコース。ビデオ撮影&上映。初心・初級者歓迎。平成28年1月8日21時～11日20時 宿泊場所Ⅱ志賀一ノ瀬荘(長野県下高井郡山内町志賀高原一ノ瀬)、集合・解散Ⅱ清瀬けやきホール前、会費3万9千800円(貸切バス使用) 申込みは12月20日までに、エーデルヴァイススキークラブ・並木 ☎ 493・6850 (夜間) へ

出店者募集! 「手づくりリサイクル市」

手作り品とリサイクルバザー市を開催します。市内在住で手作りリサイクル中心にサークル活動費用にしたいグループやボランティア団体を優先に出展者を決めます。12月23日10時～15時、コラボカフェ(野塩一丁目、1区画(畳1畳) 500円、10区画募集、申込みは12月10日までに団体名または氏名・主な品物の内容を記入しファクスで、ていりち・松

市伝言板利用案内

1月15日号掲載希望の原稿は、12月1日から15日までの間に受け付けます。先着25枠。

問合せ 秘書広報課広報広聴係 ☎ 497・1808

会場設営前は東村山税務署の申告書作成・相談会はありませんのでご了承ください。

また、1月中及び2月5日(金)までは窓口が大変混み合います。長時間お待ちいただくことがあります。申告書の作成は、国税庁ホームページ ☎ http://www.e-tax.nta.go.jp/ をご覧ください。

問合せ 東村山税務署 ☎ 042・394・6811

その他コーナーは8面に続く

田 ☎ 080・5065・8147 ☎ 492・3906 へ

旅のスケッチ及びギンザタイムス表紙原画展

旅でのスケッチとギンザタイムスの表紙絵原画展50点を展示。12月1日～6日10時～17時、郷土博物館、無料、飯田 ☎ 492・0492

本岩孝之クリスマスコンサート(清瀬音楽鑑賞クラブ第71回)

本岩孝之(カウンターテナー・御園生瞳(ピアノ)によるクリスマスコンサート。荒城の月、初恋、カッシーニのアヴェマリア他、12月16日19時～20時45分、アミューホール、999円(高校生以下500円)、清瀬音楽鑑賞倶楽部・瓜生 ☎ 493・5691

クリスマスコスベルコンサート

清瀬コスベルが11回目のクリスマスコンサートを行います。ご家族皆さんでお越しください。詳細はホームページにて。12月12日14時30分(開場は14時)、清瀬けやきホール、無料、清瀬コスベル・高橋 ☎ 492・4245・4230

市民伝言板利用案内

1月15日号掲載希望の原稿は、12月1日から15日までの間に受け付けます。先着25枠。

問合せ 秘書広報課広報広聴係 ☎ 497・1808

会場設営前は東村山税務署の申告書作成・相談会はありませんのでご了承ください。

また、1月中及び2月5日(金)までは窓口が大変混み合います。長時間お待ちいただくことがあります。申告書の作成は、国税庁ホームページ ☎ http://www.e-tax.nta.go.jp/ をご覧ください。

問合せ 東村山税務署 ☎ 042・394・6811

その他コーナーは8面に続く