

美しくウォーキング実践編

柳瀬川回廊上流コース約5キロを運動指導士と一緒で散策します。対象 市内在住・在勤の方で医師からの運動制限がない方。各回先着50人。日時 9月28日(日)(雨天時は10月5日(日))または10月8日(水)(雨天時は10月15日(水))、集合11午前9時(出

催し物

環境市民スクール「もったいない講座」メイク教室

和服でおしゃれなチュニックを作ります。どなたでも参加できます。日時 9月13日(土)午前10時午後3時30分 場所 第四中学校 講師 宮阪順子氏 費用 450円

こどもに響く! 声力講座「ほめほめボイス」としつけボイス

声のトーンや話し方を変えれば言いたい事は伝わります。表情豊かな声を身に付けるボイストレーニングをしてみませんか。対象 市内在住・在勤・在学の方。先着30人。日時 9月16日・23日・30日の火曜日午前10時午後11時30分 場所 アミューホール

交通安全講習会

秋の全国交通安全運動に先駆け、交通ルール遵守と安全意识向上を目指し開催。日時 9月10日(水)午後6時7時 場所 中清戸地域市民センター 内容 交通安全ビデオ・講話など ※直接会場へ。参加者には交通安全グッズをプレゼント。問合せ 道路交通課交通安全係 ☎497・2096

多摩六都課題共有事業 第12回水と緑ウォッチングウォーク

村山貯水池や狭小・境緑道虹の水門、都立東村山中央公園(休憩・散策)、水の碑を歩きます。定員100人。(応募者多数の場合抽選) 日時 10月4日(土)午前9時正午(予定)、集合11西武遊園地駅南口(西武多摩湖線) 解散11小平駅南口 ※雨天決行、荒天の場合中止。持ち物 軽食・飲み物・雨具など

申込み

9月19日(必着)までに往復はがきまたはメールに、住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒189-8501東村山市本町二丁目2-3 東村山市みどり公園課みどりの係 ☎042・393・5111 midori@mo1.city.tgishimurayama.tokyo.jpへ

市民活動展示・発表会

市民活動団体が活動内容の発表や展示など紹介を行います。28日はこけ玉づくり(清瀬市文化協会加盟団体・清石会)があります。日時 9月27日(土)午前11時午後3時・28日(日)午前10時午後3時 場所 市民活動センター ※直接会場へ。問合せ 市民活動センター ☎491・9027

第42回清高祭

今年のスローガンは「Nothing is Impossible」です。福島県南相馬市物産店も同時開催。日時 9月13日(土)午前10時午後4時・14日(日)午前9時30分午後2時30分 場所 清瀬高校(松山三丁目) ※直接会場へ。問合せ 清瀬高校 ☎492・3500

清瀬市長期総合計画 策定審議会

長期的なまちづくりの方向を示す「第4次清瀬市長期総合計画」の第4回審議会を行います。日時 9月29日(月)午後6時 場所 清瀬けやきホール ※傍聴を希望される方は直接会場へ。問合せ 企画課企画調整担当

映画会「大自然」

「二ホンザル母の愛」奇形ザルの子育ての逞しさを四季を通して追う。「トキよ舞いあがれ」自然のなかで巣作り・産卵・子育てする様子を追う。日時 9月13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

生涯学習

パソコン講習(動きのスライド講習)

デジカメ画像を使い、動画を作成します。Windows7についているアプリ・Windows Liveムービーメーカー使用。対象 市内在住・在勤・在学の方。定員各コース20人(応募者多数の場合抽選) 日時 左表のとおり

Table with 3 columns: コース, スライド, 月日. Course 1: 10月4日(土)午前10時~正午. Course 2: 9日(木)10時~11時. Course 3: 9日(木)11時~12時. ※4日間で1コース・各コースとも同内容。

場所 生涯学習センター 費用 各コース千円 申込み 9月8日(当日消印有効)までに往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒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(10月募集)

PC入門、ワード・エクセルの基礎講座、ホームページ・デジカメなどの応用編、「個人レッスン」ではこれらのフォローもします。詳しくは左記センターホームページ http://www.kiyose-sc.or.jp/ をご覧ください。今月の締切 9月23日(必着) 問合せ シルバー人材センター ☎494・0903

募集

臨時職員

①栄養士 資格 管理栄養士(栄養士でも可) 勤務時間 月々金曜日午前8時30分午後5時(うち4~6時間) 勤務地 健康センター(健康推進課) 時給 資格により健康推進課規定 ②保育士(若干名) 勤務時間 月々金曜日午前7時午後3時30分・午前10時30分午後7時・午前8時30分午後5時のいずれか3交代勤務、土曜日(隔週)午前8時30分午後0時30分(勤務日、勤務時間については調整可)

勤務地 公立保育園 資格 保育士証 時給 平日千70円、土曜日千170円 申込み ①9月16日までの平日に健康推進課で配布する(市ホームページからもダウンロード可)所定の用紙に必要事項を記入し(16

健康チャレンジ

今年度は腎臓に注目! 平成26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 ①9月10日(水)②30日(火)、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竹丘地域市民センター 内容 各種測定(骨密度・血圧・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 電話で健康推進課健康推進係 ☎497・2076へ 健康コーナーは7面に続く

社協バザー物品

9月27日(土)の「ふくしセンターまつり」、11月8日(土)の「きよせふれあいまつり」での社協バザー物品を募集。新品の物(食品・電化製品を除く)をご提供お願いします。募集期間 9月1日(月)~10月24日(金) ※提供品は、社協職員が自宅まで受け取りに伺います。問合せ 清瀬市社会福祉協議会 ☎495・5333

市民伝言板

☆サークル仲間募集 健康麻雀 順位戦、名人戦も行われます。水曜13時~17時(大会は日曜)、竹丘老人いこいの家、月会費200円(お茶代。初回無料)、健康麻雀サロン「とまと」・渡貫 ☎495・6546 将棋 月例会 9月20日・10月18日13時~17時、年会費千500円(小中学生無料)。◆将棋教室 超初心者から上級者まで。9月13日・10月11日10時~12時、小・中学生無料、女性200円、男性300円、いずれも竹丘地域市民センター、清瀬市将棋愛好会・竹内 ☎492・0146 還暦野球 おおむね58歳以上の野球好きの方野球を通じて人の輪を広げませんか。東京都還暦軟式野球連盟加盟。水曜(夏季のみ)9時~11時・木曜13時~15時、柳泉園(東村山市恩多町一丁目)、9千円(6か月分)、گران・パ清瀬・永原 ☎493・2237 座禅会 静かな時のなかで本当の自分を思い出ませんか。平林寺の流れをくむ本格的な禅サークルです。第2・4土曜日9時~11時、下宿地域市民センター・せせらぎの家、一回200円、酔足軒座禅会・大崎 ☎090・3579・0194 五行歌 喜び・悲しみ・感動した事などあなたの思いを五行の詩歌にしてみませんか。第2木曜14時~16時、生涯学習センター、会費千円、清瀬五行歌・弦楽団・西村 ☎491・1749

健康

茶室

茶道裏千家の勉強をしたい方歓迎。入会希望者は無料見学会へ。第1・3土曜9時~17時、(無料見学会10時~16時)生涯学習センター、月会費3千円(別途抹茶・菓子代500円)、楽々会・枝吉 ☎493・0631 リズム体操とストレッチ 音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。40~50分体操した後、ゆつくりとストレッチ。心身スッキリ。水曜10時20分ごろ(約70~80分間)、アミューホール、一回500円(無料体験1回あり)、リズム運動の会・加納 ☎491・4856 少林寺拳法 都立清瀬高校の入試制度の少林寺拳法枠にも希望者を推薦し、現在中心選手として活躍しています。月々土曜18時~21時、月・水・金曜11清小、火・木・土曜11三小、試衛館道場(中里四丁目)、運営負担金5千500円(体験は無料)、清瀬市少林寺拳法連盟・島澤 ☎090・3694・1206

☆催し物 第48回定期演奏会 指揮に中西義忠さんをお迎えして、ロッシ「泥棒かささぎ」序曲、ドボルザーク「アメリカ組曲」などを演奏します。9月14日17時開演、清瀬けやきホール、無料、清瀬管弦楽団・西村 ☎491・1749