

催し・イベント

「ケアニンこころに咲く花」上映会

ケアニンシリーズ最新作である本作品を、清瀬市認知症サポーターフォローアップ講座として上映します。ケアニンとは介護、看護、医療、リハビリなど人の「ケア」に関わり、自らの仕事に誇りと愛情、情熱を持って働いているすべての人を指します。☑市内在住・在勤・在学の方もしくは認知症サポーター養成講座受講済みの方。先着90人 日9月4日(土)午後2時～4時(開場は午後1時30分) 場アミューホール 申問直接窓口または電話で介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082へ
※当日体調の優れない方のご参加はご遠慮ください。
※会場内ではマスクの着用をお願いします。

「きよせふれあいまつり」開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止と安全面を最優先し、今年の「きよせふれあいまつり」を中止させていただきます。毎年楽しみにされている皆さまには大変申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願ひします。☎社会福祉協議会 ☎042-495-5333

スポーツウエルネス吹矢教室 体験会

スポーツウエルネス吹矢は、性別、年齢問わず誰でも楽しめ、精神力と集中力を高めることができるスポーツです。ぜひ一度体験してみてください！先着15人。日9月15日(水)午後1時～3時 費110円(マウスピース代) 講日本スポーツウエルネス吹矢協会公認指導員 内吹矢演習、概要説明 場竹丘地域市民センター 申問9月1日以降に直接窓口または電話で竹丘地域市民センター ☎042-495-1717へ

講座・講演会

ケアメンの集い

ある日突然、妻や親の介護が始まったら…介護する人が頑張りすぎないための知識・心構えを学びます。☑これから介護が始まるかもしれない方、ご家族の介護をされている方 日①9月27日(月)②10月18日(月)いずれも午後2時～4時 場障害者福祉センター 内①「男性介護者のためのがんばらない献立」②「心も体も健康に！『がんばりすぎない介護』の心得」 申問電話またはメールできよせ社協地域包括支援センター ☎042-495-5516 ③shakyo-co@beach.ocn.ne.jpへ
※Zoomでのオンライン参加も可能。

初心者陶芸教室

陶芸を楽しむための基礎を学びます。紐づくりで作る壺からはじまり、マグカップ、お皿などを自分の手で作りあげませんか？☑市内在住・在勤の方 日令和4年3月までの月2回

(水曜日コース・金曜日コース) 午前9時30分～午後4時。開始月は要相談 場コミュニティプラザひまわり 費月3,000円(材料費) 講秋山恭子氏 申問9月1日午前9時から電話で生涯学習スポーツ課生涯学習係 ☎042-497-1815へ

子育て

下宿パパ&ママのベビーマッサージ

パパもわが子とゆっくりスキンシップ♪ ママも一緒にどうぞ！家族交流にも。プレパパママ大歓迎！日9月26日(日)午後1時～3時 場下宿地域市民センター 申問ウイズアイホームページ内の申込みフォームまたはメールでNPO法人ウイズアイ ④ai@with-ai.netまで

健康・福祉

栄養きらりサロン

おしゃべりを楽しみながら、栄養や運動について学びませんか。初めての方も大歓迎です！☑市内在住でおおむね65歳以上の方。各日先着15人 日①9月17日(金)②10月8日(金)いずれも午後1時30分～3時 場①アミューホール②生涯学習センター 持飲み物、お持ちの方はフェイスガード 内栄養に関する話、簡単な運動、手作業(おりがみ、工作など) 申問直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

きよせ10の筋トレ 体験会

住民主導型の仲間づくりを目的としたきよせ10の筋トレの体験会を開催します。身近な運動の場を立ち上げて、歩くときのバランスや姿勢を良くしませんか？☑市内在住のおおむね60歳以上の方で、週1回の運動グループを立ち上げたい方、仲間作りをしたい方、興味のある方 日9月9日(木)午後2時～4時 場アミューホール 持動きやすい服装、タオル、飲み物 申問電話で社会福祉協議会 ☎042-495-5333へ

骨粗しょう症予防教室

骨粗しょう症は無理なダイエットや生活習慣の乱れなどが原因で発症することが多いため、若いうちから理解と予防が必要です。☑市内在住で18歳以上の方(骨粗しょう症の治療を受けていない方)。先着27人 日9月30日(木)午前9時30分～午後0時30分。1枠20分 場健康センター 内骨密度測定、栄養相談、乳がん触診モデル体験 申問9月1日から直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ
※ストックは不可。

認知症家族会 ゆりの会 認知症サポート医との交流会

認知症の方を介護するご家族などの交流や情報交換を目的に「ゆりの会」を開催しています。認知症サポート医である複十字病院の飯塚友道医師との交流会(オンライン)を行います。☑現在認知症の方を介護

しているご家族など 日9月16日(木)午後2時～3時30分 場生涯学習センター 内介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082
※予約不要。直接会場へお越しください。

健康チャレンジ

特定健診結果から、ご自身の健康状態を理解し生活習慣改善の目標を立て、実行できるように、保健師、管理栄養士などがお手伝いします！対象の方には、医療機関で健診結果を受け取る際に健康チャレンジの案内をお渡しするとともに、後日案内を郵送します。チャレンジの期間は3か月です。面談は1人につき30分

(要予約)で実施します。オンラインでの面談も可能です。☎健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

ヨガ療法「のびのび健康教室」

癒しの音楽を聞きながら、心と体のバランスを整える「ヨガ療法」を一緒に楽しみましょう！日9月10日・17日・24日いずれも金曜日午前10時～11時30分 費月会費3,000円(月3回)。初回体験の方は無料 講国際ヨガ協会トレーナー・ヨガ療法士 松山伸子氏 持マスク、飲み物、タオル、運動しやすい服装、ヨガマット(ない場合はバスタオル) 申問直接窓口または電話で中清戸地域市民センター ☎042-494-7211へ

就学時健康診断

対象世帯には、9月中にお知らせを送付予定です。届かない場合は下記へご連絡ください。☑令和4年4月に小学校へ入学する児童(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ) 内教育総務課学務係 ☎042-497-2539

学校名	検診日	学校名	検診日
清小	10月26日(火)	七小	10月6日(水)
芝小	10月28日(木)	八小	11月18日(木)
三小	11月1日(月)	十小	10月21日(木)
四小	10月20日(水)	清明小	11月30日(火)
六小	11月11日(木)		

児童手当・特例給付現況届を未提出の方へ

令和3年5月31日付で送付した「令和3年度児童手当・特例給付現況届」について、まだ現況届の提出がお済みでない方及び添付書類に不足がある方は、下記期日までにご提出をお願いします。**【提出期日】**9月22日(水)(必着)
ご提出いただけない場合、10月の定例支給(6月分から9月分までの手当)を支給日(令和3年10月15日(金))に受けることができなくなります(期日以降に提出された場合は審査が終了次第、11月以降に順次手当を支給します)。**☎**子育て支援課助成係 ☎042-497-2088
※現況届や添付書類が未提出のまま2年経過すると、時効により児童手当の受給権が消滅しますので、ご注意ください。

9月は「世界アルツハイマー月間」

9月21日は世界アルツハイマーデー

認知症は誰にでも起こりうる疾患です。認知症の方やその家族が安心して住み慣れた地域で暮らしていけるように、認知症への理解を深めましょう。**【清瀬市での取り組み】**啓発ポスターなどの掲示、庁内での啓発コーナー展示、「ケアニンこころに咲く花」の映画上映(本面「催し・イベント」欄参照。9月4日開催)、認知症サポーター養成講座(9月9日開催)、認知症家族会ゆりの会での認知症サポート医との交流(本面「健康・福祉」欄参照。9月16日開催) 内介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



認知症サポーターの証であるオレンジリング

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】●10月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、9月1日午前8時30分から9月15日までの間に受け付け。先着25枠。令和4年3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は10月1日午前8時30分から令和4年2月15日までの間に受け付け。
●利用案内は、市ホームページまたは秘書広報課で配布しています。必ずご確認ください。
☎秘書広報課広報広聴係 ☎042-497-1808 ⑤042-491-8600 ⑥kouhou@city.kiyose.lg.jp

大丈夫！心開いて語りあえば▶不登校いじめで悩んでいませんか、一緒に解決の糸口を見つけましょう。9月4日(土)13時30分～15時30分、100円(通信費など)、きよせボランティア・市民活動センター、にんじんの会・塩塚 ☎042-494-0443