

催し・イベント

下宿地域市民センター 市民体育館の一般開放

①卓球②バドミントンの施設を下記の日時で一般開放します。☑小学生以上の方(小学生は保護者同伴)。①は先着6組、②は先着3組
☑6月18日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後3時～(1枠につき2時間) 場市民体育館 費おとな=100円、中学生以下=50円 持体育館用上履き、ラケット、ボール、シャトルなど 申問電話で下宿地域市民センター ☑042-493-4033へ(②は当日午前8時30分から電話で受け付け)
※詳しくは下宿地域市民センターホームページをご確認ください。

6月教室(大人(親子)向け)

- ◆親子ハンドメイド教室(単発)
こたりのネームホルダーを製作します。☑親子(小学1～3年生)先着5組 ☑6月26日(日)午前10時～正午 場下宿地域市民センター 費2,000円(材料費込み)
- ◆大人の美しい書き方講座(定期)
基本の美しい字形を身に付けながら、実用的な課題に取り組みます。☑18歳以上の方。先着15人 ☑6月5日(日)、6月19日(日)午前10時～11時30分 費月3,000円(初回体験1,500円)
- ◆プリザーブドフラワー教室(定期)
ハーバリウムゼリーキューブを製作します。☑18歳以上の方。先着10人 ☑6月25日(土)午前9時30分～午後0時30分 費4,000円(材料費込み)
- ◆編み物教室(定期)
ポーチを製作します。☑18歳以上でかぎ針を持ったことのある方。先着7人 ☑6月28日(火)、7月26日(火)午前10時～正午 費3,920円(材料費込み)
申問直接窓口、右記QRコードまたは電話で下宿地域市民センター ☑042-493-4033へ

6月教室(子ども向け)

- ◆子どもの正しい書き方講座(定期)
学校の書写教科書に沿った学年別の課題に取り組みます。☑小学生(1～6年生)。先着15人 ☑6月10日(金)、6月24日(金)午後4時30分～6時30分 費月3,000円(初回体験1,500円)
- ◆プログラミング
6月より中級者クラスが新設されます。☑小学生(3～6年生)。先着11人 ☑6月7日(火)、6月21日(火)①初心者クラス=午後5時～6時②中級者クラス=午後6時10分～7時10分 費1回1,500円
申問直接窓口、右記QRコードまたは電話で下宿地域市民センター ☑042-493-4033へ

ニュースポーツ体験会

だれもが、何歳からでも(小学生以下は保護者同伴)楽しめるニュースポーツをスポーツ推進委員が多数ご用意しています。☑6月12日(日)午前9時30分～11時30分 場市民体育館【体験種目】ポッチャ、フラパール、ドッジビーなど【持ち物】マスク、

体育館履き、タオル、飲み物など
☑生涯学習スポーツ課生涯スポーツ係 ☑042-497-1816

エコまつり

登録団体によるミニ消費生活展を開催します。☑6月10日(金)午前10時～午後3時、11日(土)午前10時～正午 ☑お茶わんリサイクル、石けん販売、吊るし飾りや古布のリメイク展示、リサイクルバザー、健康チェックなど(おもちゃ病院は11日(土)のみ開催)
◆講演会
先着35人。☑6月11日(土)午後1時30分～3時30分 講特定非営利活動法人 アジア太平洋資料センター共同代表 内田聖子氏 ☑「今だからこそ考えよう日本の食料自給率」
場消費生活センター ☑042-495-6211へ

講座・講演会

赤ちゃんの防災講座

いざという時、赤ちゃんを連れてどう身を守る?実践で使える知恵や、とっさの判断力を身に付けよう! レジ袋で作るおむつの紹介など。☑1歳未満のお子さんのいる親子 ☑6月16日(木)午前10時～正午(受け付けは9時30分から) 費500円(7カ月未満のお子さんは母子同伴、7カ月以上のお子さんは保育つき)
講防災ファシリテーター あんどうりす氏 申ウイズアイホームページの申込みフォームまたはメールでNPO法人ウイズアイ ☑aiiai@with-ai.netへ

シニアしっとく講座

◆スマホ教室(体験編)
うまく使いこなせるか不安があったり、興味はあるけどなかなか触る機会のない方、まずは実際にスマホに触って操作を体験してみませんか? スマホをお持ちで基本操作を知りたい方も参加可能です。☑スマホに興味のある60歳以上の方。先着各20人 ☑7月1日(金)①午前9時30分～午後0時30分②午後1時30分～4時30分 場生涯学習センター 申清瀬市地域包括支援センター ☑042-497-2082へ

子育て

幼児健康診査

例年健康診査を行っている健康センターは、大規模改修が行われているため会場として使用できなくなります。健康診査の方法がそれぞれ異なりますので、お気を付けてください。

◆1歳6か月児健康診査
指定医療機関及び指定歯科医療機関の中から各自でご予約ください。詳しくは、個別にお送りした通知をご確認ください。☑令和2年11月生まれの幼児【受診期間】1歳6か月になった日から6月30日(木)まで 場指定医療機関及び指定歯科医療機関
持内科健康診査=母子健康手帳、健康保険証、乳幼児医療証、診察券(予約した医療機関のものをお持ちの方)、1歳6か月児健康診査受診票

・健やか親子21アンケート、おむつ。歯科健康診査=母子健康手帳、1歳6か月児歯科健康診査のお知らせ、1歳6か月児歯科健康診査受診票兼アンケート、歯ブラシ

◆3歳児健康診査
☑令和元年5月生まれの幼児
※対象者には個別に通知を送ります。
①内科健康診査(集団)=☑7月26日(火)場市役所本庁舎持記入した健康診査アンケート一式、お子さんの尿を採取した容器、母子健康手帳、お子さんの健康保険証、バスタオル
②歯科健康診査(個別)=
【受診期間】通知が届いた日～7月31日(日)場指定歯科医療機関(各自で予約してください)持母子健康手帳、3歳児歯科健康診査のお知らせ、3歳児歯科健康診査受診票兼アンケート、歯ブラシ
問子育て支援課母子保健係 ☑042-497-2077

健康・福祉

健康づくり推進員運営事業

健康づくり推進員は、市と協働し地域の健康づくり活動を行っています。

◆さわやか健康クラブ
新井薬師 梅照院(中野区新井五丁目)、中野区哲学堂公園(中野区松が丘一丁目)を訪ねます。雨天中止。先着20人。☑6月17日(金)午前9時
場集合=清瀬駅構内、解散=哲学堂公園 費100円(経費及び保険料など)。交通費などは別途自己負担
持昼食、飲み物、筆記用具 申6月1日から7日まで(土、日曜日除く)に健康推進課窓口、男女共同参画センター、松山地域市民センターにある申込書に必要事項を記入のうえ、同施設内に設置してある専用投函箱へ 問健康づくり推進員・平井 ☑090-4121-6250

◆中里健やかクラブ
健康づくりや転倒予防を目的に体をほぐすストレッチ体操を行います。先着15人。☑6月21日(火)午後1時30分～2時30分 場中里地域市民センター 内ツポを刺激する中国風ストレッチ体操 申6月1日から9日までに健康づくり推進員・熊谷 ☑090-7224-8949へ(日曜日、祝日は除く)

◆いきいきハイキング
東村山駅を出発し、菖蒲がきれいな北山公園(東村山市野口町4丁目)まで歩きます(約5km、少し上りあり)。雨天中止。申込み不要。☑運動制限のない方 ☑6月28日(火)受付=午前9時～9時20分、出発=午前9時25分、解散予定=午後2時ごろ 場集合=清瀬駅北口連絡通路(ペデストリアンデッキ)、解散=東村山駅 費100円(保険料、運営費)。交通費などは別途自己負担 持マスク、携帯用消毒液、筆記用具、飲み物、雨具、昼食、歩きやすい服装と靴、健康保険証 問健康づくり推進員・水野 ☑090-2647-6297

食生活相談

メタボ予防や高齢者の低栄養予防、生活習慣病の予防やバランスのよい食事に不安がある方などに管理栄養士が相談に応じます。☑市内在住で18歳以上の方とその家族。各日程4人(30分間隔の予約制) ☑6

月24日(金)、7月15日(金)午後2時～4時 場生涯学習センター 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

栄養きりサロン

おしゃべりしながら健康(食事・運動など)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。先着15人 ☑6月24日(金)、7月15日(金)午後2時～3時30分 場生涯学習センター 内栄養講話、健康運動指導士による運動、簡単な手作業(脳トレ、工作・折り紙など) 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

よってこカフェinふわっとん

認知症に関心のある方などなだでも利用できます。☑6月14日(火)・28日(火)午後2時～4時(ラストオーダーは午後3時30分) 場Cafeふわっとん(上清戸一丁目) 費お茶代300円(税込み、茶菓子付き) 問介護保険課地域包括ケア係 ☑042-497-2082へ

認知症家族会 ゆりの会

認知症の方を介護するご家族などの交流を目的に、今抱えている問題や悩みを素直に語り合い、明日へのエネルギーにつなげていきましょう。☑認知症の方を介護しているご家族など ☑6月15日(休)午後2時～3時30分 場生涯学習センター 問介護保険課地域包括ケア係 ☑042-497-2082

中清戸オレンジハウス

チームオレンジ清瀬のメンバーと楽しくお話ししましょう。チームオレンジとは認知症サポーターステップアップ講座を受講したボランティアのことで。☑認知症に関心のある方 ☑6月2日、9日、16日、23日、30日いずれも木曜日の午前10時～午後3時(16日は午後1時からミニ音楽イベントを予定) 場中清戸一丁目585-7(障害者福祉センター横) 費200円(コーヒー、お茶などにお茶菓子つき) 問介護保険課地域包括ケア係 ☑042-497-2082

認知症サポーター養成講座

認知症に関心のある方などなだでも参加できます。60人。☑6月21日(火)午後2時～3時30分 場アミューホール 申問電話できよせ清雅地域包括支援センター ☑042-495-1370へ

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】●7月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、6月1日午前8時30分から6月15日までの間に受け付け。先着25枠。9月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は8月15日まで受け付け。●利用案内は市ホームページまたはシティプロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。
申シティプロモーション課プロモーション係 ☑042-497-1808 ☑042-491-8600
☑kouhou@city.kiyose.lg.jp

オペラ鑑賞会▶フィガロの結婚 モーツァルト。6月12日(日)開場13時～開演13時30分～、アミューホール、無料、清瀬稲門会・佐々木 ☑042-494-2259