

講座・講演会

動物ボランティア講座

ホームレスの方と暮らす動物の無償診療に取り組む獣医師から、人と動物の共生について伺います。
 対動物ボランティアに興味のある方。先着16人 日10月1日(土)午後1時30分～4時 講なかのまきこ氏
 場申間直接窓口または電話できよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ

支援者のためのケア講座 ～ケアする自分をケアしよう～

コロナ禍での子育てに関するさまざまな相談に寄り添い、活動している支援者の皆さん。自身のケアについて学び、話しましょう。
 対育児期の困窮した女性に関わる専門職の女性(助産師、子育て支援者、ひとり親支援者、DV・離婚等の相談員、保育士、社会福祉士など)。先着6人 日10月20日(木)午前10時～正午 場きよせコワーキングスペース「ことりば」 講鎌倉女子大学准教授 榊原久子氏 申10月17日までに右記申込みフォームから 問NPO法人ダイバーシティコミュ ☎042-508-2650(平日午前9時～午後5時) info@diversitycommu.com ※保育あり(先着10人、6か月～未就学児、要予約)。



申込みフォーム

催し・イベント

みんなで育てよう清瀬の水辺

空堀川の生物調査・観察会をします。
 対小学生(小学3年生以下は保護者同伴)。先着15人 日9月18日(日)午前9時30分～正午(雨天中止) 場中里緑地A地区前の梅坂橋(橋ぬれてもよい服装、川の中に入れる運動靴、着替え、タオル、飲み物、マスク) 申間電話で川づくり・清瀬の会事務局・荒幡 ☎042-493-7864

下宿地域市民センターのイベント

◆バルシューレ教室
 ドイツ生まれのボール運動の教室です。

対日下表のとおり

対象	日時
年少～年中(親子) 先着10組	9月18日(日) 午前9時30分～10時30分
年中～年長(親子) 先着10組	9月18日(日) 午前10時50分～11時50分
小学1～3年生 先着10人	9月21日(水) 午後4時30分～5時30分
2～3歳(親子) 先着10組	9月22日(木) 午前10時～11時

費いずれも1,000円
 申右記申込みフォームから
 ◆アルコールインクアート教室



申込みフォーム

対小学生以上。各回先着6組 日10月15日(土)①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～正午 費いずれも1,800円(材料費、フォトフレーム代込み) 汚れてもよい服装、またはエプロン
 申右記申込みフォームから



申込みフォーム

問いずれも下宿地域市民センター ☎042-493-4033
 ※詳しくは、上記へお問い合わせください。

芸術の秋「共同アート展」

「人の輪<和>ぎゃらりい」出展者による幅広いジャンルの共同作品展をお楽しみください!
 日9月23日(金)～25日(日)午前9時～午後6時(25日のみ午後4時まで)
 場直間中清戸地域市民センター ☎042-494-7211へ

スマホ体験会

対スマホに興味のある60歳以上の方。各回先着20人 日10月5日(水) 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 申間電話で清瀬市地域包括支援センター ☎042-497-2082へ ※体験用スマホの用意もあります。

ソフトテニス体験講習会

対市内在住・在学の小・中学生。定員20人(応募者多数の場合は抽選)
 日11月5日(土)・6日(日)午前9時～午後3時(2日連続講座、途中帰宅可)
 場中央公園テニスコート【主催】清瀬市青少年問題協議会【協力】清瀬市ソフトテニス連盟 申9月15日～10月14日に右記申込みフォームから 問生涯学習スポーツ課児童青少年係 ☎042-497-2089



申込みフォーム

健康・福祉

清瀬市健康診査・特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

対清瀬市国民健康保険加入者・生活保護受給者等で40歳以上の12月・1月生まれの方及び後期高齢者医療制度加入者で12月・1月生まれの方
 【受診月】10月【受診券送付時期】対象の方には9月中旬に受診案内、受診券を送付します。詳しくは送付する案内を確認してください。 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

健康チャレンジ

健診の結果から、ご自身の健康状態を理解し、生活習慣改善の目標を立てて実行できるように、管理栄養士などがお手伝いします! 対象者には、医療機関で健診結果を受け取る際に案内をお渡しし、後日郵送でもご自宅へ送付します。 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

住みなれた地域をもっと知ろう いきいきウォーキングラリー

コロナ禍でもできる健康づくり。運動しながらまちの良さを再発見しませんか。地図をみながらチェックポイントを回ります。
 期10月17日(月)～31日(月)
 問きよせ社協地域包括支援センター ☎042-495-5516

子育て

令和4年7月生まれ 新米ママと赤ちゃんの会

初めての子育てで困ったことなど

令和4年度 きよせカレッジ(後期)

秋を彩る生きものたち～清瀬の自然～

中里緑地保全地域や金山緑地公園、柳瀬川土手を歩き自然観察をします。
 対市内在住・在勤の方。定員12人(応募者多数の場合は抽選。結果は、9月30日までに発送予定)
 日10月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)いずれも午前10時～正午(全4回)(雨天の場合は翌日に延期または中止) 講森田善朗氏
 申間9月22日(消印有効)までに往復はがきに必要事項を記入し

(記入例参照)、生涯学習スポーツ課生涯学習係 ☎042-497-1815へ
 【往復はがき記入例】

往信用(裏)	往信用(表)
「秋を彩る生きものたち」参加申込書	63 〒204-8511 [区画] 清瀬市中里5-842
1.住所	生涯学習スポーツ課
2.氏名(フリガナ)	生涯学習係
3.年齢	生涯学習係
4.電話番号	

※返信用の表には、申込み者の住所・氏名を記入。1人1枚の往復はがきで申込み。

をみんなでお話ししましょう。4回連続の仲間作りの講座です。
 日10月4日(火)・11日(火)・18日(火)午前10時～正午、25日(火)午後1時30分～3時30分 場きよせボランティア・市民活動センター 費各回500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます)
 申間NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 aiai@with-ai.net ホームページ



ウイズアイホームページ

女性のためのピアサポート交流会

◆第3回 多胎児のこそだて 「セルフケアで自分を癒す、リフレッシュ交流会」
 対多胎児を育てている女性。先着6人 日9月29日(休)午前10時～正午 場きよせコワーキングスペース「ことりば」 講ミニ講座・交流会
 【協力団体】NPO法人ウイズアイ 申9月26日までに右記申込みフォームから 問NPO法人ダイバーシティコミュ ☎042-508-2650(平日午前9時～午後5時) info@diversitycommu.com ※保育あり(先着10人、6か月～未就学児、要予約)。



申込みフォーム

カンタン!ワンポイント離乳食

管理栄養士による離乳食の調理実演と相談を行います。
 対6～11か月の乳児とその保護者。各回先着5組(保護者のみの参加も可) 日10月6日(木) 6～8か月児＝午前10時～11時、9～11か月児＝午前11時～正午 場消費生活センター 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ 申間9月15日から電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

両親学級(1コース2日制)

1日目はお産の話、栄養の話など、2日目は赤ちゃんのお風呂の入れ方、パパの基礎知識などを学びます。
 対妊婦さんとそのパートナー(おひとりでの参加、どちらか1日だけの参加も可)。1日目は先着15組、2日目は先着12組 日1日目は10月21日(金)午後2時20分～4時、2日目は11月12日(土)午前10時20分～正午 場アミューホール
 申間9月15日から電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

スマイルベビーきよせ プレママ準備クラス(グループ)

助産師が母乳育児や出産に向けてのご相談をお受けします。妊婦さん同士の交流、先輩ママとの交流の時

間もあります。
 対妊娠20週以降の妊婦さん。先着3人 日10月24日(月)午後1時30分～3時(受け付けは午後1時10分～) 場市役所本庁舎 持母子健康手帳 申間電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ ※保育あり(先着4人、未就学児のみ、要予約)。

スマイルベビーきよせ すくすく赤ちゃんクラス(グループ)

助産師が授乳相談をお受けします。ママ同士の交流、妊婦さんとの交流時間もあります。
 対産後1～7か月未満の方。先着3人 日10月24日(月)午後1時30分～3時(受け付けは午後1時10分～) 場市役所本庁舎 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ、バスタオル 申間電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ ※保育あり(先着4人、未就学児のみ、要予約)。

育児講座～子育てに役立つ 子どもの病気と事故のお話～

子どもによく見られる症状や病気の特徴、子どもの事故予防についてお話します。
 対市内在住の乳幼児の保護者、妊娠中の方など 日10月26日(水)午後1時30分～3時15分 場児童センター 講国立看護大学校小児看護学教授 来生奈巳子氏 持母子健康手帳、お子さんのお出かけグッズ(お子さんと一緒に受講するとき) 申間9月15日から直接窓口または電話で子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077へ

募集

市のPR冊子作成の 取材・執筆協力

清瀬商工会は、暮らしと住まいを中心とした市の魅力を発信するガイドブックを作成します。皆さんの声を反映した内容にするため、取材や執筆などに協力していただける方を募集します。 申間10月15日までに電話で清瀬商工会 ☎042-491-6648へ ※詳しくは、上記にお問い合わせください。

【市民伝言板利用案内】●11月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、9月15日午前8時30分から10月3日まで受け付け。先着25枠。●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。 問シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 info@city.kiyose.lg.jp