

毎日の食事に不安のある方 お気軽に！食生活相談

市内在住の18歳以上の方とその家族
①6月16日(金)午後2時～4時、②7月5日(水)午前10時～正午(各日30分間隔の予約制) 場①生涯学習センター②しあわせ未来センター(旧健康センター) ④直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

認知症家族会 ゆりの会

今抱えている問題や悩みを率直に語り合しましょう。認知症の方を介護しているご家族など
④6月20日(火)午後2時～3時30分 場生涯学習センター ④介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

認知症サポーター養成講座

認知症に関心のある方。先着60人 ④6月20日(火)午後2時～3時30分 場生涯学習センター ④電話できよせ清雅地域包括支援センター ☎042-495-1370へ



詳しくはこちら

募集



シルバー人材センター会員

入会には説明会への出席と研修会の受講が必須です。市内在住で原則60歳以上の健康で働く意欲のある方 ④説明会=6月5日(月)、研修会=6月12日(月)いずれも午後1時30分～ 場シルバー

人材センター(松山三丁目) ☎042-494-0903 ※事前にお問い合わせください。

生涯学習ガイド「まなびすと」 新規掲載団体

市内で文化・スポーツなどの分野で活動している団体の情報掲載冊子「まなびすと」の2023年度版を発行します。発行にあたり新規掲載団体を募集します。④7月31日(必着)までに申請書に必要事項を記入し、直接窓口、郵送またはファクスで生涯学習センター ☎042-495-7001 ☎042-495-7007へ



申請書はこちら

令和5年度清瀬市子ども・子育て会議 委員

【募集人数】3人程度 【応募資格】市内在住・在勤・在学で子育て支援に関心のある方。【任期】8月1日～令和7年7月31日(2年間) 【会議開催回数】年2～5回(開催中の保育あり) ④6月15日～30日に窓口で配布する申込書及び応募理由書(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、直接窓口または郵送で子育て支援課保育・幼稚園係 ☎042-497-2086へ

2023こだいら合唱団員

12月17日(日)にルネこだいら大ホールで歌う合唱団員を募集します。【応募資格】原則として、清瀬市、小平市、東村山市、東久留米市、西東京市に在住・在勤・在学の方。男声先着30人、女声先着90人 費一般14,000円、学生10,000円(その他楽譜代2,000

円) 【練習】8月2日～12月13日の水曜日午後7時～9時15分(11月18日(土)、12月9日(土)・16日(土)も予定)(全22回) 場ルネこだいら(小平市美園町一丁目) 講師柳嶋耕太氏ほか ④6月30日(消印有効)までに往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、パート(自己申告)、「合唱幻想曲」の楽譜(ペータース版を使用) 購入希望の有無を記入し、小平市文化振興財団「2023こだいら合唱団」団員募集係(〒187-0041小平市美園町1-8-5)へ ④2023こだいら合唱団実行委員会・石原 ☎090-4531-4673

その他

6月は「浸水対策強化月間」 ～浸水への備えを！～

月間中、下水道施設の安全性の確保と皆さんの防災意識の向上を図る取組みを行っています。また、都の降雨状況が一目でわかる「東京アメッシュ」を公開しています。ぜひご利用ください。 ④東京都下水道局流域下水道本部 ☎042-527-4828

雨水浸透施設設置助成制度

雨水浸透施設は、集中豪雨や台風などによる浸水被害の軽減を図るとともに地下水のかん養を促進することで自然環境の保全に役立ちます。市は、雨水浸透施設(雨水浸透ます)を設置する方に対し、設置費用の一部を助成します。

【助成対象者】市内に一戸建て住宅・共同住宅・併用住宅(住宅部分が50㎡以上のものに限る)を所有する方(その他複数の要件あり)

【助成金額】限度額がありますのでお問い合わせください

【手続き方法】工事に係る契約を締結する前に清瀬市指定工事店へご相談ください ④下水道課施設計画係 ☎042-497-2532



詳しくはこちら

寄付・寄贈

- ◆市【一般等寄附金(受動喫煙対策)】へ 大森正子様(5,000円)
- ◆市【一般等寄附金(子ども育成支援に関する事業)】へ 青梅信用金庫様(200,000円) ありがとうございます。

多摩六都科学館の催し物



全編生解説プラネタリウム「南極で見る星空」

④どなたでも(小学2年生以下の方は保護者と観覧)。当日先着234人。④7月2日(日)までの午後3時50分～4時35分。水・土・日曜日は午後1時10分～1時55分の回もあり(6月28日(水)午後1時10分の回は別プログラ

ム) 費観覧付入館券おとな1,040円、4歳～高校生420円 場④多摩六都科学館(西東京市芝久保町五丁目) ☎042-469-6100 ※6月の休館日5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

清瀬けやきホール

の催し物

①そうじゅげむきこう

④7月29日(土)午後2時～(開場は午後1時30分) 費一般1,000円、小学生500円(全席自由) 【出演】柳亭小燕枝、柳亭市遼



申込みフォーム

②アフタヌーンコンサートVol.11

「懐かしき昭和の名曲コンサート」 ④9月30日(土)午後2時～(開場は1時30分) 費一般1,500円、友の会1,000円、学生800円、障害者割引ご本人・付添い各800円(全席自由、未就学児入場不可) 【出演】ぴいなつつ・ばたあ 申込みフォーム



申込みフォーム

③おけいこアロマ「ローズの香りの化粧水」

先着12人。④6月14日(水)午後2時～3時30分 費1,800円 講師西脇直子氏

④講座「プリザーブドフラワーでつくるお供え花」

各回先着8人。④①7月1日(土)②7月8日(土)午前9時30分～11時30分 費3,800円(花材代) 講師福井ひろ子氏 ④筆記用具、メジャー

⑤ペビーオイルマッサージ教室

先着8組。④2か月～ハイハイ前の赤ちゃん ④6月2日(金)午前10時30分～正午 費1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 講師小宮しのぶ氏 ④大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲み物

⑥Let's リトミック

先着各12組。④6月20日(火)ひよこクラス(一人でお座りできるころから1歳半ごろまで)=午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半ごろから5歳まで)=午前11

時～11時40分 費1,500円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 講師小宮しのぶ氏 ④お子さんの飲み物、お持ちであれば名札

⑦講座「写経教室7月～9月」

般若心経を通して「写経体」という字体を学びます。各曜日先着18人。

④月曜教室=7月3日、8月7日、9月11日、木曜教室=7月6日、8月3日、9月7日午前10時～正午 費全3回3,000円(用紙代別) 講師横田游心氏 ④大筆、小筆、すずり、墨汁、下敷き、文鎮、半紙

⑧夏休みワークショップ

「いっしょにつくろう 夏のカラージュ～プリザーブドを使って～」

④小学3年生以上。先着8組

④8月5日(土)10時～正午 費1組(2人)2,500円 講師福井ひろ子氏 ④申込みフォーム、直接窓口または電話で清瀬けやきホール ☎042-493-4011へ



清瀬けやきホールホームページ

コミュニティプラザひまわり の催し物

①発酵パワー学ぶ&造る

塩麴活用法(料理) 先着20人。④6月17日(土)午前10時～午後0時30分 費2,800円(材料費・ランチ付き) 講師発酵ライフ協会アドバイザー高田妃出美氏 ④エプロン、三角巾、ふきん3枚

②土曜ピラティス教室

各回先着15人。④毎週土曜日午前10時～11時 費1回1,000円(初回無料)、10回券=9,000円 講師神武朋子氏 ④ヨガマットまたは大判のバスタオル、飲み物、タオル

③リフレッシュ・フラ

先着15人。④6月10日・17日・24日以降の土曜日午前10時～11時(月2～3回開講) 費1回1,000円(初回無料)、10回券=9,000円 講師岡本寿美恵氏 ④運動できる服装、ウエットティッシュ(足ふき用) ④直接窓口または電話でコミュニティプラザひまわり ☎042-495-5100へ

～きよせ100歳時代の催し物～

①無料健康麻雀教室

④麻雀が初めてまたは初級の方。先着10人 ④6月9日・16日・23日・30日の金曜日午前10時～正午(4回連続講座)

②無料パソコン教室(Windows10)

④パソコンが初めてまたは初級の方。先着10人 ④6月3日・10日・17日・24日の土曜日午前10時～正午(4回連続講座)

③無料スマホ教室

④スマホが初めてまたは初級の方。先着10人 ④6月15日(木)午前10時～正午

④倶楽部の無料体験

ひとり1回のみ。④65歳以上の方 ④月～土曜日(種目により異なります)午前10時～、または午後1時～ ④ビリヤード、ヨガ、ピンポン、はつらつ体操、健康麻雀、ピラティス ④電話で(一社)きよせ100歳時代 ☎042-494-2800へ(コミュニティプラザひまわり内)

各地域市民センター の催し物

◆下宿地域市民センター

①硬筆教室

④小学生の方。先着15人 ④6月6日(火)・20日(火)午後4時～6



①申込みフォーム

時(時間内での入退室可) 費月謝3,000円(初回体験1,500円でも参加可能) ④2B以上の鉛筆、下敷き、B5の国語ノート(8マス推奨)

②アルコールインクアート教室

うちわまたは風鈴をつくります。

④小学生以上の方。先着各8人 ④6月18日(日)①午前9時30分～10時30分②午前11時～正午 費2,000円 ④汚れてもいい服またはエプロン



②申込みフォーム

③ポーセラーツ教室

④小学生以上。先着6人 ④6月25日(日)午前10時～11時 費2,000円 【制作物】お皿またはマグカップ



③申込みフォーム

④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。④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 ④6月17日(土)午前9時30分～、午後1時～、午後3時～(1枠につき2時間) 費おとな=100円、中学生以下=50円 ④体育館用上履き、ラケット、ボール、シャトル ④申込みフォーム、直接窓口または電話で下宿地域市民センター ☎042-493-4033へ

◆竹丘地域市民センター

スポーツウェルネス吹矢教室in竹丘

先着12人。④6月2日～7月28日の第1・3・4金曜日午前10時～11時30分。全6回(講座4回、練習会2回) 費用具持ち込み=3,000円、用具レンタル(先着2人)=3,900円(別途マウスピース代200円) 講師魁生澄雄氏 ④運動できる服・靴、飲み物、タオル ④直接窓口または電話で竹丘地域市民センター ☎042-495-1717へ