

# 催し・イベント

## 東村山警察署 謎解きクイズラリー

万引き防止や子どもを狙う犯罪からお子さん自身が身を守る方法を学ぶため、謎解きクイズラリーを実施します。

期 7月20日(木)～8月31日(木)

場 市内交番、市立図書館・児童館(ポスターが展示してあります) 問 東村山警察署生活安全課少年係 ☎042-393-0110

※詳しくは実施場所で配布している問題用紙をご確認ください。  
※必ず保護者と参加してください。

## 夏季少年卓球大会

対 市内在住・在学の小・中学生  
日 8月18日(金)午前9時30分(受け付けは午前9時～) 場 市民体育館  
申 問 7月3日～7月31日に下記申込みフォームまたは生涯学習スポーツ課で配布している申込書に記入のうえ直接生涯学習スポーツ課児童青少年係 ☎042-497-2089へ



申込みフォーム

## 自然観察会

日 7月8日(土)午前9時～正午(午前8時45分にせせらぎ公園管理棟集合) 場 中里緑地保全地域(特)飲み物・タオル、お持ちの方はカメラ・図鑑 問 清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042-492-0710

## 講座・講演会

### 清瀬市男女平等推進条例を 声に出して読む会(朗読入門)

◆男女共同参画週間記念講座(その2)

先着50人。

日 7月15日(土)午後2時～4時30分 場 アミューホール 費 無料 講 谷岡理香氏 申 問 7月3日～13日に電話または申込みフォームで男女共同参画センター ☎042-495-7002へ



詳しくはこちら

※保育あり(6か月～未就学児、先着10人。7月5日まで電話で予約)。



谷岡理香氏

## 公立昭和病院

### 「第34回市民公開講座」開催

①骨粗鬆症の治療について～圧迫骨折、大腿骨骨折をなくそう～  
②最新の手術～当院のロボット支援手術～

日 7月15日(土)午後2時30分～4時(午後2時開場) 場 東村山市中央公民館(東村山市本町二丁目)

費 無料 講 ①緑風荘病院整形外科部長 相原大和氏 ②公立昭和病院副院長 山口浩和氏 問 公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

## (仮称)花のある公園 ナチュラルガーデン入門講座

宿根草花壇のデザインと手入れについて学びます。

対 連続5回参加できる方。先着20人 日 ①7月26日(水)、8月23日(水)②9月27日(水)、10月25日(水)、11月22日(水)午前9時30分～正午 場 ①コミュニティプラザひまわり②(仮称)花のある公園 費 無料 申 問 7月3日午前9時から直接窓口または申し込みフォームで水と緑と公園課公園係 ☎042-497-2098へ



詳しくはこちら

## 第5回消費生活講座 夏休み子どもとふれあい講座

身近な素材で草木染体験。

対 小学1～6年生とその保護者。先着6組18人 日 8月2日(水)午後2時～4時 場 消費生活センター 費 1人800円(材料費、申込み時支払い) 講 染織工房いっぽ主宰 安井尚美氏 申 問 7月3日午前9時から直接窓口で消費生活センター ☎042-495-6211へ  
※保育あり(6か月～未就学児、先着3人、要予約)。

## 空き家と相続の無料個別相談会

空き家・空地管理士が無料で相談に応じます。先着10組。事前予約優先。1組45分。

日 7月20日(木)午前10時～午後4時 場 市役所本庁舎(申)NPO法人空き家・空地管理センター ☎0120-336-366(市の連携協力法人)へ

## 木造住宅無料耐震相談会

建築士が無料で相談に応じます。1組50分。

対 市内に昭和56年5月31日以前の旧耐震基準で建築された木造住宅を所有している方。先着6組(各枠2組) 日 7月21日(金)①午後1時～②午後2時～③午後3時～ 場 市役所本庁舎(申)問 7月3日～14日に直接窓口または電話で都市計画課都市計画係 ☎042-497-2093へ

## 健康・福祉

### 中清戸オレンジハウス ～チームオレンジ清瀬～

対 認知症に関心のある方 日 7月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)午前10時～午後3時

場 中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) 費 200円(コーヒーなどにお菓子付) 問 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

## よってこカフェinふわっとん

対 認知症に関心のある方 日 7月11日(火)・25日(火)午後2時～4時(ラストオーダー午後3時30分) 場 Café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) 詳しくはこちら



問 介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082

## 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。

対 認知症の方を介護しているご家族など 日 7月18日(火)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 詳しくはこちら



## 健康づくり推進員運営 中里健やかクラブ

中国式ストレッチ体操と懐メロを歌います。マスクを着用してください。

日 7月18日(火)午後1時30分～3時 場 中里地域市民センター 費 無料 申 問 7月3日～7日の午前9時～午後5時に健康づくり推進員・熊谷 ☎090-7224-8949へ

## 健康測定会

血管年齢測定、血圧測定、物忘れ相談プログラム、脳年齢測定、食生活相談などを行います。

対 清瀬市国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者。先着30人 日 7月20日(木)・21日(金)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分 場 しゃあわせ未来センター(申)健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ



## シニアのためのケアクッキング ～食べやすい料理を作るコツ～

栄養士による調理実演と講話です。参加者の調理はありません。試食あり。

対 市内在住で18歳以上の方 日 7月26日(水)午前10時～11時30分 場 しゃあわせ未来センター 費 100円(材料費・消耗品費) 講 栄養士 松村信子氏 申 問 7月3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

## 毎日の食事に不安のある方 お気軽に！ 食生活相談

対 市内在住の18歳以上の方とその家族 日 8月2日(水)午前10時～正午(30分間隔の予約制) 場 しゃあわせ未来センター(申)直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

## 成人歯科健診

むし歯や歯周病の早期発見・予防のため成人の方を対象にした歯科健診を行います。詳しくは、6月下旬に送付した受診券をご覧ください。

対 市に住民登録があり、令和6年3月31日までに30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる方 【実施期間】7月1日(土)～11月30日(木) 場 清瀬市歯科医師会加入医療機関 問 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076 ※訪問による歯科健診は行いません。

## 大気汚染医療費助成制度

都内に1年(3歳未満は6か月)以上在住の18歳未満で、気管支ぜん息に罹患しているなど、要件を満たす方に、認定疾病に係る医療費を助成しています。申請書の配布・提出など詳しくは市ホームページまたは下記へお問い合わせください。

問 健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

## 地域福祉活動応援助成

令和5年度中に行われるたすけあい活動などに対し、審査のうえ、助成します。

対 見守り・サロン活動・子ども食堂・障害や病気を持つ方の交流活動など(立ち上げや単発事業を含む) 【助成金額】1事業につき原則30,000円～100,000円(内容や活動主体により基準が異なります) 【決定・交付】9月下旬(申)問 8月31日までに社会福祉協議会窓口で配布する申込書(同協議会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、直接社会福祉協会 ☎042-495-5333へ

## 福祉法律専門相談

法律的な問題について弁護士が無料で相談に応じます。

日 7月26日(水)午前10時～正午 場 コミュニティプラザひまわり 申 問 きよせ権利擁護センターあいなっと ☎042-495-5573へ

## 市民伝言板

【市民伝言板利用案内】  
●8月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、7月1日午前8時30分から7月18日まで受け付け。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。 問 シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 問 042-491-8600 問 kouhou@city.kiyose.lg.jp

春季市民バドミントン大会▶ダブルス個人戦男女別A・Bクラス。多数の場合は抽選。7月16日(日)9時～(参加数により開始時間を決定します、申込みは7月8日(土)まで)。市民体育館、1人一般1,400円、中学生900円、清瀬市バドミントン連盟・川口 ☎042-497-2310

清瀬市合気道会 護身術講習会 ▶護身術講習会参加者募集(中学生以上)気軽に楽しく学びます。7月30日(日)9時30分～11時15分、コミュニティプラザひまわり、無料、清瀬市合気道会・足立 ☎080-5026-9659

大丈夫！心をひらいて語りあいませんか▶この気持ち誰かに聞いてもらいたい。一人で悩みを抱えていませんか。7月13日(木)、8月10日(木)13時30分～15時30分、きよせボランティア・市民活動センター、100円(通信費など)、にんじんの会・塩澤 ☎042-494-0443