

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(書類への記入が必要となるため事前にお問い合わせください) 説明会=11月6日(月)午後1時30分～、研修会=11月13日(月)午後1時30分
 場 問 シルバー人材センター
 ☎042-494-0903

都営住宅入居者

【対象となる募集】 家族向け・単身者向け=①世帯向け(一般募集住宅) ②若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅) ③居室内で病死等があった住宅
【募集案内の配布期間】 11月1日(水)～10日(金) **【申込み締切日】** 11月16日(必着)までに郵送で渋谷郵便局へ、またはJKK東京ホームページ内から申込み
【募集案内の配布場所】 市役所本庁舎1階総合案内、都市計画課、福祉総務課、生活福祉課、松山・野塩出張所=平日午前8時30分～午後5時(平日の午後5時～午後8時は市役所本庁舎夜間受付で配布)、しあわせ未来センター・各地域市民センター・生涯学習センター=各センター開館日の開館時間内で配布 問 JKK東京(東京都住宅供給公社) ☎0570-010-810(申込み期

間内)、☎03-3498-8894(申込み期間外)

講座・講演会



清瀬市青少年問題協議会 地区委員会合同事業講演会

◆子育てコミュニケーション講座
 自分で考え、行動できる子どもに。定員100人(申込み多数の場合は抽選)。11月25日(土)午前10時～正午(開場は午前9時30分から) 場 アミュホール(無料) 株 conconcom代表取締役 四方結花氏 申 問 11月1日～17日に申込みフォームから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

市民のための キャリアデザインセミナー

人生100年時代、自己理解を深め自分が納得いく人生を描いてみませんか。全3回。市内在住の18歳以上の方。先着20人 11月6日(土)、17日(土)、3月16日(土)いずれも午前9時30分～午後0時30分 場 市役所本庁舎 人材開発&組織開発コンサルタント 岩崎玲子氏 申 問 11月1日～24日に申込みフォームまたはメールで市民協働課協働係 ☎042-497-1803
 shimin_kyoudou@city.kiyose.lg.jp
 詳しくはこちら



詳しくはこちら

認知症サポーター ステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講された方または受講予定の方。先着50人 12月16日(土)午後2時～4時(受け付けは午後1時30分から) 場 清瀬けやきホール 講 日本社会事業大学 教授 下垣光氏 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

公立昭和病院 第35回市民公開講座

①負担の少ない前立腺がん治療～ロボット手術という選択肢～②白内障の症状と治療 11月11日(土)午後2時30分～4時(開場は午後2時から) 場 丸ネこだいら(小平市美園町) 講 ①公立昭和病院 泌尿器科医長 上原翔氏 ②つちだ眼

科クリニック 院長 土田展生氏、副院長 鷲尾紀章氏 問 公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)
 ※入場無料、事前申込み不要です。

寄付・寄贈



◆市【一般等寄附金(受動喫煙対策に充当)】へ
 大森正子様(5,000円)
 ◆市【一般等寄附金(健康増進、介護・認知症、子育て支援対策に充当)】へ
 明治安田生命保険相互会社様(771,000円)
 ◆市【一般等寄附金】へ
 一般社団法人 清瀬文化スポーツ事業団 理事長 中村清治様(10,766,012円)
 ありがとうございました。

多摩六都科学館の催し物



<大人の学びなおし> エッシャーに学ぶ図形と数の性質

図形の基本的な性質や、しきつめを利用したアートなどに興味がある方におすすめ。前半は正三角形を取り上げ、その性質や数との関係をお話します。後半は工作をとおして立体におけるしきつめを考えます。高校生から。定員48人(応募者多数の場合は抽選。当選者のみ参加券送付) 11月22日(水)午前10時10分～11時50分 場 多摩六都科学館(材料費100円と

入館券(おとな520円、高校生210円) 11月8日(必着)までに同館ホームページまたははがきにイベント名、開催日時、氏名、ふりがな、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記載し、〒188-0014西東京市芝久保町5-10-64 多摩六都科学館へ 問 多摩六都科学館 ☎042-469-6100
 ※11月の休館日: 6日(月)、13日(月)、20日(月)、24日(金)、27日(月)

清瀬けやきホール

の催し物

①アフタヌーンコンサートvol.12「ハッチポッチクインテットファミリーコンサート」

11月3日(金)午後2時～(開場は午後1時30分) 費 一般1,500円、友の会1,000円、3歳～中学生500円、2歳以下ひざ上無料(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 出 演 ハッチポッチクインテット(伊藤綾香、田村拓也、藤本亮平、野口彩乃)



申込みフォーム

②Let'sリトミック「葉っぱであそぼう」各クラス先着12組。

11月14日(火)ひよこクラス(一人でお座りできる頃から1歳半頃まで)午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳半頃から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) 小宮しのぶ氏 お子さんの飲み物、お持ちであれば名札

③歌って健康! 歌声サロン
 懐かしい名曲の数々をプロによる生演奏にあわせて歌ってみませんか。

12月12日(火)午後2時～4時 費 1,500円(予約不要、全席自由) 杉山公章氏

④フォレスト セレクションコンサート
 12月21日(木)午後2時～(開場は午後1時30分) 費 一般4,800円、友の会4,500円(全席指定、未就学児入場不可)
 出 演 フォレスト

⑤おけいこアロマ「ローズの香りのディフューザー」
 薔薇の香りのスプレーとディフューザーを作ります。先着10人。

11月15日(水)午後2時～3時30分 費 2,000円 西脇直子氏

⑥赤ちゃんとのスキンシップ遊び
 赤ちゃんへのマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。2か月～ハイハイ前の赤ちゃん。先着8組 11月10日(金)午前10時30分～正午 費 1,000円(清瀬市子育て・キラリ・クーポン券が使えます) 小宮しのぶ氏 大きめのバスタオル、ハンドタオル、赤ちゃんの飲み物、お持ちであれば授乳ケープ

⑦講座「冬のプリザーアレンジメント」
 クリスマスやお正月にぴったりのアレンジメントを作ります。各回10人。
 12月2日(土)・16日(土)午前9時30分～11時30分 費 3,800円(花材代) 福井ひろ子氏 筆記用具、メジャー



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発酵パワー学ば&造る 手作り肉まん
 先着16人。
 11月18日(土)午前10時～午後0時30分 費 2,800円(材料費・ランチ付き) 発酵ライフ協会アドバイザー 高田妃出美氏 エプロン、三角巾、ふきん3枚

②姿勢勢&骨盤ストレッチ
 インナーマッスルを強化し骨盤のバランスを整えます。先着15人。11月3日(金)以降の毎週金曜日午前9時45分～11時(11月17日は休講) 費 1回1,000円(初回体験無料)、「スポーツプログラム」共通回数券=10回券9,000円 植松美也子氏

③ZUNBA教室
 ラテン系の音楽とダンスを融合させたエクササイズ。先着15人。11月7日(火)以降の毎週火曜日午前9時45分～10時45分 費 1回1,000円(初回体験無料)、「スポーツプログラム」共通回数券=10回券

9,000円 山田悦世氏
 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無料パソコン教室(Windows11)
 パソコンが未経験または初級の方。先着10人 11月4日・11日・18日・25日の土曜日午前10時～正午(4回連続講座)
 基礎、Word、Excel、インターネット

②無料スマホ教室
 スマホが未経験または初級の方。先着10人 11月16日(休)午前10時～正午
 基礎、操作方法、Wi-Fi、アプリ

③倶楽部の無料体験
 ひとり1回のみ。
 65歳以上の方 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～ 内 ビリヤード、ヨガ、ピンポン、ピラティス、カラオケ、はつらつ体操、健康麻雀

申 問 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
 小学生。各回先着15人 11月7日(火)・21日(火)午後4時～6時 費 1,500円(鉛筆(2B以上)、下敷き、国語ノート(B5サイズ)8マス推奨)



申込みフォーム

②ちびっこレクリエーションクラブ
 テーマを決めて楽しく鍛えます。小学生。先着30人 11月8日(水)・22日(水)午後3時30分～5時 費 無料(動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル)

③ダンス教室
 小学1年生～3年生。先着15人 11月10日(金)・17日(金)午後5時30分～6時

30分 費 月謝制3,000円(初回体験1,500円) 動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物

④BODY MAKEレッスン
 器具を使わず筋力アップ!
 18歳以上の方。先着15人 11月11日(土)・28日(火)午前10時～11時 費 500円(動きやすい服装、飲み物、タオル)

⑤脳トレ体操教室
 18歳以上の方。先着15人 11月17日(金)午前10時～11時 費 1,000円(動きやすい服装、飲み物、タオル)

⑥ストームグラス教室
 【1】カラーストームグラスまたはかすみ草入りのストームグラス【2】お花ビジュアリー入りストームグラス、飾り用ミニアレンジ(ピンクまたは黄色)



申込みフォーム

小学生以上【1】先着5人【2】先着4人 11月19日(日)【1】午前9時～10時【2】午前10時30分～正午 費 【1】50ml=2,500円、100ml=3,000円【2】4,200円(作品を持ち帰る袋)

⑦手形・足形アート教室
 小学生までの方。先着10組 11月25日(土)午前10時～11時 費 1,500円(汚れてもよい服装)



申込みフォーム

⑧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に一般開放します。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 11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) 費 おとな=100円、中学生以下=50円(体育館用上履き、ラケット、ボール、シャトル)

申 問 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