

催し・イベント

春の創作おひなさま

対市内在住・在勤の方。先着15人
 日2月1日・8日・15日・22日
 いずれも木曜日(全4回)の午後2時～4時
 場生涯学習センター
 費500円(材料費、4回分)講桑原妙子氏
 持はさみ、スティックのり、筆記用具
 申問1月18日午前10時から直接窓口または電話で生涯学習センター
 ☎042-495-7001へ
 ※2月22日(木)から29日(木)まで作品を6階フロアで展示します。

第36回多摩郷土誌フェア

多摩地域の市や町が発行する歴史や文化財などの書籍を新刊図書も含め一堂に集めて展示販売します。
 日1月20日(土)午前10時～午後5時、21日(日)午前10時～午後3時
 場立川市女性総合センター アイム センターギャラリー(立川市曙町二丁目。立川駅北口から徒歩7分)
 【主催】東京都市社会教育課長会文化財部会 八王子市生涯学習スポーツ部文化財課郷土資料館担当 ☎042-629-9896
 ※駐車場はありませんので公共交通機関の利用にご協力ください。

市内野鳥観察会

日1月27日(土)午前9時～正午ごろ
 場金山地区 集合＝金山緑地公園入口広場 費200円(資料、保険代)持筆記用具、お持ちの方は双眼鏡、図鑑
 清瀬の自然を守る会 ☎042-492-0710
 ※雨天中止。不明な場合は当日午前7時30分～8時にお問い合わせください。

人とペットのしあわせフェア

人とペットが幸せになるためにできることを楽しみながら学びましょう。
 日2月3日(土)午前10時～午後2時
 場直きよせボランティア・市民活動センター
 犬猫ミニ譲渡会(アレルギーのない方)、交流コーナー、小さな命の写真展、パネル展、紙しばい、ペット災害対策、革の名入れキーホルダー作り、ミニバザー
 問きよせボランティア・市民活動センター
 ☎042-491-9027

かんたんスマートフォン体験会 in Kiyose

スマートフォンを使ったことのない方、操作に不慣れな方でも楽しみながら体験できます。
 対都内在住・在勤の60歳以上でスマートフォン操作に不慣れな方及び持っていない方(貸し出し可)。先着10人
 日2月14日(水)午前10時～午後1時
 場生涯学習センター 費無料
 講東京都委託専門講師 申問1月24日午前10時から直接窓口または電話で生涯学習センター



☎042-495-7001へ

講座・講演会

命の教育フォーラム

市立小・中学校で実践している「命の教育」の取り組みを紹介します。子どもたちが「命の尊さ」や「命を大切にすること」について、市民の方とともに考えます。
 日1月27日(土)午後2時～4時30分
 場直児童センター 問教育指導課指導主事 ☎042-497-2552

清瀬市子どもの発達支援・交流センター公開講座

◆発達障害支援を考える～不登校やひきこもり予防の観点から～
 不登校や引きこもりとして表面化する前の心の状態や、幼児期の様子をお話しいただくとともに、心の土台を育むおとなの関わりについて、医療の視点からお話しいただきます。
 対保護者・保育士・教員・福祉関係者・学生など、発達障害にかかわるすべての支援関係者。先着100人
 日2月3日(土)午後1時30分～4時(受け付けは午後1時から)
 場直児童センター 講大正大学名誉教授・医師 近藤直司氏 費無料 申問電話またはファクス、メールで、氏名・所属(あれば)・連絡先を記入し清瀬市子どもの発達支援・交流センターとことこ ☎042-495-3030
 ☎042-495-3031 問toco@kiyose-hattatsu.jpへ
 ※メールの件名には「講座申込み」と入れてください。
 ※感染症の影響で開催状況が変わる可能性があります。
 ※詳しくは清瀬市子どもの発達支援・交流センターとことこまたは市ホームページで確認してください。



詳しくはこちら

第10回消費生活講座 終活講座⑥

◆司法書士の目線で考える！任意後見契約と死後事務委任契約～もしもの時のために知っておきたい大切なこと～
 対どなたでも。先着24人
 日2月14日(水)午後2時～4時
 場消費生活センター 講司法書士 稲岡秀之氏 申問1月15日午前9時から電話で消費生活センター
 ☎042-495-6211(平日の午前9時～午後5時)へ
 ※保育あり(6か月～未就学児。先着3人。要予約。)

介護はじめての一步研修

介護に関する基礎知識や基本的な介護の方法などを学びます。
 対介護に関心があり、市内の事業所などで仕事やボランティアをしたい方。先着10人
 日3月1日(金)・5日(火)・6日(水)・13日(水)・14日(木)午前10時～午後4時(5日のみ午前10時～午後3時30分。全5日間+事業所見学)
 場市役所本庁舎 費無料【協力】日本社会事業大

学申問2月1日から窓口で配付する申込書兼同意書に記入のうえ、直接介護保険課介護サービス係
 ☎042-497-2080へ

健康・福祉

健康づくり推進員運営 いきいきハイキング

武蔵関駅から武蔵関公園(練馬区関町北三丁目)、東伏見稲荷神社(西東京市東伏見一丁目)、武蔵野中央公園(武蔵野市八幡町二丁目)を經由して田無駅(西東京市田無町四丁目)まで歩きます(約7km、平坦)。事前申込み不要、雨天中止。
 対運動制限のない方、団体での歩行に支障のない方
 日1月23日(火)受付＝午前9時～9時20分、出発＝午前9時25分、解散＝午後3時ごろ(予定)
 場直集合＝清瀬駅北口連絡通路、解散＝田無駅 費保険料・運営費＝100円。交通費は別途自己負担
 持マスク、筆記用具、手袋、飲み物、雨具、健康保険証、昼食
 問健康づくり推進員・水野 ☎090-2647-6297

きよせひきこもり家族サロン

ひきこもりの家族について悩んでいる方が集まり、悩みを分かち合い、話すことができる場です。話を聞くだけでもかまいません。途中参加・退室可、秘密厳守。各回先着20人。
 日①1月25日(木)午後6時～7時30分②2月17日(土)午後6時～7時30分
 場直障害者福祉センター 申問右記申込みフォームまたは電話で社会福祉協議会 ☎042-495-5333へ



申込みフォーム

公立昭和病院 第36回市民公開講座

日1月27日(土)午後2時30分～4時(開場は午後2時から)
 場直清瀬けやきホール 費無料 内講「地域で診ていく神経難病について」＝東京病院外来診療部長・脳神経内科医長 小宮正氏、「肺癌の呼吸器外科治療」＝公立昭和病院呼吸器外科 市川智博氏 問公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

花みずきの会(折り紙でお雑様)

手先を動かす簡単な作品づくり。
 対市内在住のおおむね65歳以上の方
 日2月9日(金)午後1時30分～3時
 場直中清戸地域市民センター 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

姿勢改善エクササイズ 筋トレとストレッチ

日常生活を快適に過ごすためにバランスのよい姿勢を習得していませんか。
 対市内在住の18歳以上で医師による運動制限のない方。先着30人
 日2月13日(火)午前10時30分～11時30分
 場しあわ

せ未来センター 講セントラルスポーツ(株)契約インストラクター
 持動きやすい服装と靴(屋外用運動靴)、飲み物(蓋が閉まるもの)、汗拭きタオル
 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

子育て

じいじ・ばあばのための 離乳食教室

対離乳食開始前または離乳期のお孫さんがいる祖父母など。先着6組
 日1月25日(木)午前10時～11時30分
 場しあわせ未来センター 費無料 持筆記用具 申市ホームページ内の申込みフォームより
 問子育て支援課母子保健係 ☎042-497-2077



詳しくはこちら

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
 ●3月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、1月15日午前8時30分から2月1日まで受け付け。先着25枠。3月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は、2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ブロモーション課で配布しています。必ずご確認ください。
 問シティブロモーション課 係 ☎042-497-1808 問 ☎042-491-8600 問 kouhou@city.kiyose.lg.jp

清瀬室内合唱団創立30周年記念「春を待つコンサート」▶「おゝ雲雀」・「小さな空」・「荒城の月」等を演奏。会場の方々と全員合唱有。
 1月27日(土)14時(開場は13時30分)、アミューホール、無料、清瀬室内合唱団・袴田 ☎042-492-6604

第47回写友清新会写真展▶美しい自然を求めて会員が捉えた風景と花の写真を展示。1月22日(月)～28日(日)10時～17時(初日は15時～)、クリアギャラリー(クリアビル4階)、無料、写友清新会・高橋 ☎042-495-4154

見えない・見えづらい方のための茶話会▶視覚障害者の生活に役立つ情報交換をしています。1月22日(月)、2月26日(月)、3月25日(月)13時30分～15時30分、消費生活センター、無料、清瀬視覚障害者グループあかり・長嶋 ☎080-1145-8619

オペラ鑑賞会▶(1)蝶々夫人 プッチーニ(2)魔笛 モーツァルト。(1)2月11日(日)、(2)4月14日(日)いずれも13時30分(開場は13時)、アミューホール、無料、清瀬稲門会・佐々木 ☎042-494-2259

「一緒に第九を歌いましょう」無料練習体験▶ベートーベン第九を基に、オペラ曲、宗教曲、映画音楽等も幅広く。1月20日(土)、2月10日(土)・17日(土)9時30分～12時、アミューホール、無料、清瀬第九合唱団・大河内 ☎042-495-8478