

催し・イベント

スマホ個別相談会

市内の高齢者を対象に、地域のボランティア「きよせスマホサポーター」がスマホの困りごとの解決をお手伝いします。日10月5日(出)、11月2日(出)いずれも午前10時～正午(一人30分)場きよせボランティア・市民活動センター 持ご自身のスマートフォン(通信料は自己負担)申問電話できよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027へ

特設行政相談

登記、相続、税金、その他行政に関する困りごとを相談できます。日10月10日(木)・11日(金)午前10時～午後5時(最終受付=午後4時30分)費無料場直問東京総合行政相談所(西武池袋本店) ☎03-3987-0229

きよせふれあいまつり ~福祉の輪がひろまるまちに~

社会福祉施設とボランティア団体などが清瀬の福祉や活動を紹介します。模擬店、バザー、コンサートなどもあります。日10月12日(出)午前10時～午後2時場直コミュニティプラザひまわり 問社会福祉協議会 ☎042-495-5333

司法書士・税理士による 無料法律相談会

東京司法書士会田無支部、東京税理士会東村山支部による不動産相続・贈与・登記、成年後見等、税務の相談です。日10月19日(出)午前10時～午後4時場直清瀬けやきホール 問東京司法書士会田無支部 ☎042-469-3092【後援】清瀬市

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10月23日(水)午前10時～正午場直コミュニティプラザひまわり 申問電話できよせ権利擁護センターあいねと ☎042-495-5573へ

アイレックカフェ

自分らしさや多様性など答えのない「問い」について、みんなで対話し尊重を体験する場です。日10月24日(木)午前10時～11時30分場直男女共同参画センター 申問10月23日までに申込みフォームまたは電話で男女共同参画センター ☎042-495-7002へ ※保育あり(10月15日までに要予約)。

秋の子ども自然ボランティア

秋の自然観察や落ち葉集め、笹刈り、木を切る体験など。日10月26日(出)②11月2日(出)いずれも午

前9時30分～11時45分場①御殿山(八小前)、集合=御殿山前 ②松山緑地保全地域、集合=松山地域市民センター 費200円(同伴者不要。サツマイモのお土産付き) [主催]清瀬の自然を守る会 申問申込みフォーム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



申込みフォーム

ひきこもりUX女子会

日ひきこもり状態にあったり、さまざまな生きづらさを抱えている女性自認の方 日11月7日(木)午後2時～4時30分(受付=午後1時40分)場直男女共同参画センター 持筆記用具 [主催]清瀬市、国立市、武蔵野市、東大和市、日野市、文京区、豊島区(広域連携事業) 問男女共同参画センター ☎042-495-7002 ※保育あり(10月24日までに要予約。先着10人)。

講座・講演会

公立昭和病院 「第38回市民公開講座」

- ①「肺がん外科治療のいろいろな体に優しい方法とは？」
 - ②「聞いて役立つ最近話題の皮膚疾患 人食いバクテリア感染症・意外と多い皮膚がん・見逃しやすい花粉食物アレルギー」
- 日10月12日(出)午後2時30分～4時(開場=午後2時)場直東大和市民会館ハミングホール(東大和市向原六丁目) 費無料 講①東大和病院呼吸器センター長 大泉弘幸氏②公立昭和病院皮膚科部長 高橋一夫氏 問公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)

ペアレント・トレーニングミニ講座

褒めて伸ばす！お子さんとより良いコミュニケーションを。日10月12日(出)午後2時30分～4時(開場=午後2時)場直東大和市民会館ハミングホール(東大和市向原六丁目) 費無料 講①東大和病院呼吸器センター長 大泉弘幸氏②公立昭和病院皮膚科部長 高橋一夫氏 問公立昭和病院地域医療連携室 ☎042-461-0052(内線2168)



申込みフォーム

スマホサポーター養成講座

高齢の方などにスマートフォンの操作を教える「スマホサポーター」の養成講座です(全2回)。修了後はボランティアとして市内で活動することができます。日11月1日(金)・8日(金)=午後2時



申込みフォーム

～4時30分持スマートフォン(通信料は自己負担)場申問申込みフォーム、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

健康・福祉

中清戸オレンジハウス ~チームオレンジ清瀬~

日認知症当事者の方とその家族または認知症に関心のある方 日10月3日・10日・17日・24日・31日いずれも木曜日午前10時～午後3時場直中清戸オレンジハウス(中清戸一丁目) 費200円(お茶、お菓子付き) 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

日認知症に関心のある方 日10月8日・22日いずれも火曜日午後2時～4時(ラストオーダーは午後3時30分)場直Cafeふわっとん(上清戸一丁目) 費300円(お茶、お菓子付き) 問介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

認知症家族会 ゆりの会

今抱えている問題や悩みを語り合しましょう。日10月15日(水)午後2時～3時30分場直生涯学習センター 問介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



詳しくはこちら

健康ワンポイント

健診結果の確認、骨密度測定、指輪っかテスト、握力測定など。日10月9日(水)・29日(水)いずれも午前9時～正午場しあわせ未来センター 申問電話または直接窓口で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076へ

花みずきの会(かご作り)

手先を動かす簡単な作品作りを楽しみませんか。日10月11日(金)午後1時30分～3時場直中清戸地域市民センター 持作品を持ち帰る袋、はさみ 問健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

中里健やかクラブ

中国ストレッチ体操と懐メロを歌います。日10月15日(水)午後1時30分～3時30分場直中里地域市民センター 費無料持動きやすい服装、マスク着用 問健康づくり推進員・田島 ☎042-492-5779



募集

第247回東京都都市計画審議会の傍聴者

日定員15人(応募者多数の場合は抽選、結果は別途通知) 日11月15日(金)午後1時30分～ 場東京都庁(新宿区西新宿二丁目) 申問10月24日(消印有効)までに往復はがきで住所・氏名・電話番号・傍聴希望を記入し、〒163-8001東京都新宿区西新宿二丁目8-1 東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課計画監理担当 ☎03-5388-3225へ



詳しくはこちら

シルバー人材センター会員

入会には説明会への出席が必須です。日10月7日(月)、研修会=10月15日(水)いずれも午後1時30分～ 場直問シルバー人材センター ☎042-494-0903



詳しくはこちら

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】 ●11月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、10月1日午前8時30分から10月15日午後5時まで受け付け。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 ☎042-497-1808 ☎042-491-8600 問kouhou@city.kiyose.lg.jp

第22回「レンズの詩」秋季写真展 ▶会員が写した季節の風景・花などの写真を展示します。10月7日(月)～10月13日(日)10時～17時(初日は15時～)、クリアギャラリー、無料、旭が丘写真クラブ・小松 ☎090-4740-4011

第25回現代墨画陽水会作品展のお知らせ▶日頃学んだ美しい風景や花等の作品を展示します。10月2日(水)～10月6日(日)10時～17時、クリアギャラリー、無料、現代墨画陽水会・石浦 ☎042-493-0324

秋季市民卓球大会(11月8日(金)までに申込み)▶シングルの試合を楽しみましょう。詳しくはホームページ参照。一般(小・中学生参加可)=11月24日(日)、小・中学生=12月1日(日)、いずれも9時～、市民体育館、小・中学生500円、一般1,000円、連盟会員800円、清瀬市卓球連盟・高城 ☎090-6305-9047

熱烈歓迎！中国語入門・初級学習会▶中国語の発音、挨拶と基礎会話を勉強します。11月11日(月)14時～17時、清瀬けやきホール、無料、華語の友・王 ☎090-6487-5278 問dazhongweb@outlook.com