

催し・イベント

みんなで育てよう清瀬の水辺

空堀川河川内のゴミ拾いなどの清掃作業を実施します。**日**9月7日**日**午前9時～正午(雨天中止)
【集場所】中里緑地A地区前の明治薬科大学そば梅坂橋(野塩一丁目)
【持】汚れても良い服装、長靴、タオル、飲み物、マスク(必要な方)
【主催】川づくり・清瀬の会
【問】水と緑と公園課緑政係
☎042-497-3267

第3回六小校区円卓会議

地域の安心と安全を目指して話し合います。**【対】**第六小校区またはその近隣にお住まいの方**日**9月11日**木**午後5時～6時30分
場清瀬六小**【問】**市民協働課協働係
☎042-497-1803

空き家と相続の無料個別相談会

先着10組(1組45分、事前予約優先)。**日**9月12日**金**午前10時～11時45分、午後1時～3時45分
場市役所本庁舎
【問】電話でNPO法人空家・空地管理センター(市の連携協力法人)
☎0120-336-366

ニュースポーツ体験会

誰もがいくつからでも楽しめるニュースポーツ、ご家族・ご友人とぜひお越しください！
【対】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)**日**9月15日**月**午前10時～正午**場**市民体育館**費**無料
【体験種目】ボッチャ、ユニカール、室内モルック、ピックルボール、スラックライン、ペットボトル倒しドッジビーなど(種目は一部変更になる可能性があります)**持**室内履き、タオル、飲み物など
【問】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係
☎042-497-1815

福祉法律専門相談

相続、遺言、権利侵害、トラブルなど法律的な問題に弁護士が無料で相談に応じます。**日**9月24日**木**午前10時～正午**場**コミュニティプラザひまわり**【問】**電話できよせ権利擁護センターあいねっと
☎042-495-5573

ひまわり想いやりプロジェクト～「働く」を、もう一度あなたのペースで～

◆「やってみたい」をカタチに
 女性の副業・起業・再就職などこれからの働き方を一緒に考えます。
日【1】10月6日**月**午後1時～1時45分、午後2時～2時45分、午後3時～3時45分【2】10月20日**月**午前9時30分～10時15分、午前10時30分～11時15分、午前11時30分～午後0時15分
場男女共同参画センターまたはオンライン**講**中小企業診断士・社会福祉士 岩崎玲子氏**日**9月1日午前10時～申込みフォームで。保育あり(要予約)**【問】**NPO法人ダイバー

シティコミュ ☎050-1809-0264
 info@diversitycommu.com

多摩六都フェア 第23回水と緑ウォッチングウォーク

グループ散策で多摩六都の緑地や水辺環境の再発見をしてみませんか。定員100人(応募者多数の場合は抽選で9月26日**金**ごろまでに結果及び詳細を通知)。**日**10月11日**土**(雨天決行、荒天中止)
【集場所・時間】西武多摩湖線・西武拝島線萩山駅(北口)に午前9時**【解散場所・時間】**秋津ちろりん村(最寄り駅までご案内します)で正午ごろ**費**無料**持**飲み物、雨具など**【問】**9月1日～19日(必着)に申込みフォーム、メールまたは往復はがきで住所・氏名・電話番号・生年月日を記入し、〒189-8501東村山市本町1丁目2番地3 東村山市みどり公園課
☎042-393-5111(代表)
 内線3770 midori@m01.city.higashimurayama.tokyo.jp

講座・講演会

生成AI活用マーケティングセミナー(初心者向け)

生成AIの説明から、ビジネスへの活用方法、注意点などお話しします。
【対】小規模企業者などの代表者、従業員など先着20人**日**9月30日**木**午後3時～4時30分**場**生涯学習センター**費**無料
講株式会社東京コンテンツヒット 甲田和美氏
【問】9月16日までに電話で清瀬商工会
☎042-491-6648

健康・福祉

中清戸オレンジハウス～チームオレンジ清瀬～

【対】認知症当事者の方とその家族または認知症に関心のある方**日**9月4日・11日・18日・25日いずれも木曜日午前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(お茶、お菓子付き)
【問】介護保険課地域包括ケア係
☎042-497-2082

スマホ個別相談会(事前予約制)

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9月6日**土**午前10時30分～午後0時30分(一人30分)**持**ご自身のスマートフォン(通信料は自己負担)**場****【問】**電話できよせボランティア・市民活動センター
☎042-491-9027

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**9月9日・10月14日・28日いずれも火曜日午後2時～4時(ラストオーダー＝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

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】市内の介護事業所で就労またはボランティアをしてみたい18歳以上の方。先着10人**日**9月9日**木**・22日**月**・午前10時～午後3時、9月12日**金**・19日**金**・29日**月**午前10時～午後4時。全5日間＋事業所見学**場**清瀬けやきホール**費**無料**【問】**9月3日までに電話または介護保険課で配布のチラシに記載の申込みフォームでセントスタッフ株式会社
☎03-6803-5624

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。**日**9月16日**木**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

山本病院「頻尿について」

お家でできる夜間頻尿対策としての行動療法をお話します。講義後尿漏れ予防体操をします。
【対】どなたでも**日**9月18日**木**午後1時30分～2時30分**場**直山本病院**費**無料**講**山本病院泌尿器科医師箱崎恭平氏**【問】**山本病院・飯田
☎042-491-0706

栄養きらりサロン

栄養や運動について学びませんか。**【対】**市内在住でおおむね65歳以上の方。先着15人**日**①9月19日**金**、②10月17日**金**午後2時～3時30分**場**①生涯学習センター②しあわせ未来センター**持**飲み物**【問】**直接窓口または健康推進課成人保健係
☎042-497-2076

清雅苑介護者サロン エンディングノートを書いてみよう！

【対】介護をされている方、終活に興味のある方など。先着20人**日**9月21日**日**午前10時～正午(開場＝午前9時40分)。希望の方は清瀬駅からの送迎あり**費**無料**講**きよせ権利擁護センターあいねっと職員**内**講義、茶話会、希望者は施設見学可**場****【問】**申込みフォームまたは電話できよせ清雅地域包括支援センター
☎042-495-1370

薬剤師による講演会～身近なくすりと薬局の話～

薬の作用と副作用、かかりつけ薬剤師・薬局を持つメリット、お薬手帳の役割と活用法など、薬との付き合い方について学ん

せんか。**【対】**市内在住の18歳以上の方。先着30人**日**10月7日**木**午後1時30分～3時**場**しあわせ未来センター**講**清瀬市薬剤師会会長中村清美氏**持**筆記用具
【問】直接窓口または電話で健康推進課成人保健係
☎042-497-2076

普通救命講習

心臓マッサージ、救命処置、AEDの操作方法などの救命方法を学びませんか。受講後、救命技能認定証を交付します。**【対】**市内在住の18歳以上で初めて受講する方。先着10人**日**9月29日**月**午後1時30分～4時30分**場**しあわせ未来センター**費**1,700円(テキスト代、マウスピース代)**講**公益財団法人東京防災救急協会職員**持**動きやすい服装(スカート不可)、筆記用具、マスク、飲み物、タオル**【問】**9月1日～直接窓口または電話で健康推進課成人保健係
☎042-497-2076

子育て

すくすく親子遊び

手遊びや読み聞かせなど親子で遊ぶヒントが盛りだくさん！**【対】**1歳10か月～未就園児とその保護者**日**9月8日**月**・22日**月**午前10時15分～11時45分(毎月第2・第4月曜日開催)**場**直コミュニティプラザひまわり**費**500円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可)**講**野村容子氏**持**おしぼり、水筒、おむつ(必要な人のみ)、着替え**【問】**NPO法人ウイズアイ
☎042-497-9567
 ※上のお子さんの保育あり(有料、要予約)。

市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
 ●10月15日号掲載希望の「催し物」の原稿は、9月1日午前8時30分から9月16日まで受け付け。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プロモーション係
☎042-497-1808
【問】042-491-8600
 kouhou@city.kiyose.lg.jp

秋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。多数の場合抽選。締切は9月12日。10月5日**日**9時～、一般1人1,800円、高校生1人1,600円、中学生1人1,400円、市民体育館、清瀬市バドミントン連盟・川口
☎042-497-2310
 たねまきびと清瀬オータムコンサート▶太田聖士・千葉恭子と仲間たち魅惑のラテン&ジャズライブを開催。9月7日**日**14時開演、清瀬けやきホール、前売2,000円、当日2,500円、車いす席1,000円、介護者1,000円(3席)、たねまきびと清瀬・川村
☎090-7907-6176