

## 催し・イベント

## 市内野鳥観察会

日1月31日(土)午前9時～正午ごろ 場 金山地区 直 集合＝清瀬金山緑地公園入口広場 費 200円(保険、資料代) 持 飲み物、筆記用具(お持ちの方は図鑑、カメラ、双眼鏡等) 関 清瀬の自然を守る会・渡邊 ☎042-492-0710

※雨天中止。実施の可否が不明な場合は当日午前7時30分～8時に上記までお問い合わせください。

## はたらく相談会

きよせの社福「はたらく相談会」。市内社会福祉法人と、ハローワーク三鷹、東京都福祉人材センター、きよせ生活相談支援センターいっぽ、(公財)東京しごと財団が協力して行う仕事と生活の相談会です。当日参加も可能です。

【主催】清瀬市社会福祉法人社会貢献事業協議会(きよせの社福) 日2月18日(水)午後2時～4時30分 場 アミューホール 費 無料(参加特典あり) 申 申込みフォームまたは電話で社会福祉協議会 ☎042-495-5333

## 講座・講演会

## 消費者団体と東京都の協働による学習会

◆食の安全について考える  
飽食の時代といわれる現代において、私たちは多種多様な食品の中から自由に選び、食べることができます。一方で「何を食べるべきか」を選択することが難しいと感じる場面も少なくありません。

この学習会では、食品添加物をテーマに、食の安全について専門家の講義で学びます。対 どなたでも。先着40人 日2月7日(土)午後2時～4時 場 男女共同参画センター 費 無料 講 日本消費者連盟共同代表 原英二氏 申 日1月16日午前9時～電話で消費生活センター ☎042-495-6211

## 第8回消費生活講座(終活講座⑦)

◆エンディングノートを実際に書いてみよう

対 どなたでも。先着40人 日2月16日(月)午前10時～正午 場 男女共同参画センター 費 無料 講 司法書士 松村友子氏 申 日1月20日午前9時～電話で消費生活センター ☎042-495-6211

※保育あり(6か月～未就学児。要予約。先着3人)

## アイレックカフェ「哲学対話を体験してみませんか？」

Ms.スクエアを題材に、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、互いを尊重し合う体験の場です。

対 どなたでも。先着10人 日2月8日(日)午後2時～3時30分 場 申 日2月6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 ※保育あり(無料。1月27日までに電話にて要予約)。



申込み  
フォーム

## 仲間が育ち、任せられる団体の作り方

◆コミュニティマネジメントの基本原則から学ぶ

コミュニティマネジメントの基本原則を踏まえ、「仲間を育てるために必要な要素」や「効果的な任せ方」を一緒に考えながら、団体内の関係性や役割分担を見直します。団体運営をより良くする具体的な方法を学びます。対 市内でボランティア・市民活動などの非営利活動団体に関わる方 日1月30日(金)午後2時～4時30分 講 NPO法人CRファクトリー 間 藤大輔氏 場 申 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



申込み  
フォーム

## 認知症サポーター養成講座

先着40人。 日2月13日(金)午前10時～11時30分 費 無料 場 生涯学習センター 申 電話できよせ社協地域包括支援センター ☎042-495-5516

## 健康・福祉

## 第20回復十字病院乳がん市民公開講座

◆明日の私のために  
テーマは、「乳がん初期治療の最新情報」です。 費 無料 講 復十字病院乳腺外科 武田泰隆氏・伊坂泰嗣氏、リンパ浮腫外来 看護師 日1月24日(土)午後2時～4時 場 アミューホール 直 関 復十字病院 ☎042-491-4111

## 花みずきの会(お雑様)

対 市内在住のおおむね65歳以上の方 日2月13日(金)午後1時30分～3時 場 中清戸地域市民センター 持 作品を持ち帰る袋、ウェットティッシュ 申 直接窓口または電話で健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

## 健康づくり推進員運営いきいきハイキング

JR大宮駅から大宮公園を経由し、大宮盆栽美術館(さいたま市北区土呂町2丁目)を散策した後、大宮公園駅までご案内します(約6㎞平坦)。雨天中止。対 運動制限がなく、団体での歩行に支障のない方 日1月27日(火)受付＝午前9時～9時15分、出発＝午前9時20分、解散＝午後2時30分ごろ(予定) 場 直 集合＝清瀬駅北口連絡通路、解散＝大宮公園駅 費 100円(保険料・運営費)、大宮盆栽美術館入館料と交通費は別途自己負担

(65歳以上の方20人以上の参加で入館料＝100円) 持 リュックサック、歩きやすい服装と靴、昼食、飲み物、筆記用具、雨具、マイナ保険証・医療資格確認書、マスク、手袋 関 健康づくり推進員・水野 ☎090-2647-6297

## 高次脳機能障害者支援ネットワーク協議会市民交流事業

◆高次脳機能障害と共に～家族と支援者の役割～

①第1部＝基調公演「人間にとって『言葉』とは」。失語症についての理解を深めるために、人間にとって「言葉」とは何か、そして失語症によって人間は何を失うのかについて考えます。②第2部＝トークセッション「失くした『言葉』を取り戻すまで」。くも膜下出血で失語症となった人気コラムニストの清水ちなみさん。17年ぶりに著した闘病記をもとに、働き盛り・子育て中に発症した当事者とご家族の生の声を聴きます。 日2月14日(土)午後1時～4時(開場＝午後0時30分) 場 直 東久留米市生涯学習センター(東久留米市中央町2丁目) 費 無料 講 ①＝市川高次脳機能障害相談室主宰 小嶋知幸氏 関 障害福祉課障害福祉係 ☎042-497-2073

※オンデマンド配信あり(要申込み)。  
※手話通訳及び車椅子スペースあり。

## 視覚障害のある方向けスマートフォン体験会

全6回のコースで、スマートフォンの基本操作から、視覚に障害のある方に便利なアプリの使い方まで紹介します。また、フォローアップとして、他の参加者と共にスマートフォンに関するお困りごとなどを共有する場を設けます。

対 スマートフォンの基本操作やアプリの活用に関心のある、全盲または弱視の方及びその介助の方。定員6人(応募者多数の場合は抽選) 日2月20日(金)・21日(土)・27日(金)・28日(土)・3月6日(金)・7日(土)いずれも午前9時30分～11時30分 場 清瀬けやきホール 費 無料 申 日2月10日午後5時までにQRコード内申込みフォームまたは電話、ファクスで東京都アクセシビリティ向上支援事業事務局 ☎03-3355-6733 関 03-4496-4382



申込み  
フォーム



詳しくは  
こちら

## 聴覚障害のある方向けスマートフォン体験会

全4回のコースで、スマートフォンの基本操作から、聴覚に障害のある方に便利なアプリの使い方まで紹介します。また、フォローアップとして、他の参加者と共にスマートフォンに関するお困りごとなどを共有する場を設けます。



詳しくは  
こちら

対 スマートフォンの基本操作やアプリの活用に関心のある、聴覚に障害のある方及びその介助の方。定員4人(応募者多数の場合は抽選) 日2月27日(金)・28日(土)・3月6日(金)・7日(土)いずれも午後1時30分～3時30分 場 清瀬けやきホール 費 無料 申 日2月10日午後5時までにQRコード内申込みフォームまたは電話、ファクスで東京都アクセシビリティ向上支援事業事務局 ☎03-3355-6733 関 03-4496-4382

## 東京多摩いのちの電話ボランティア相談員募集

電話相談員ボランティアは所定の研修(月2～3回。原則土曜日)を受け、その総合評価により認定を受けて活動します。対 令和8年4月現在で23歳以上65歳以下の方。先着25人 【申込期限】令和8年2月27日(金) 【研修期間】令和8年5月～令和9年7月(1年2か月、前期・後期) 【研修費】助成制度を利用した場合、前期21,000円、後期20,000円 申 東京多摩いのちの電話 ☎042-328-4441 関 ohbo@tamainochi.com



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2日まで受け付けます。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16日まで受け付けます。  
●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。  
関 シティプロモーション課プロモーション係 ☎042-497-1808 関 042-491-8600 関 kouhou@city.kiyose.lg.jp

清瀬管弦楽団第26回竹丘サロンコンサート▶「サウンド・オブ・ミュージック」他ミュージカルの曲を特集。2月1日(日)15時～16時(開場＝14時30分)、竹丘地域市民センター、無料、清瀬管弦楽団・香西 関 kiyoseorc@yahoo.co.jp

見えない・見えづらい方のためのサロン▶第4木曜日午後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(木)・2月26日(木)・3月26日(木)いずれも13時30分～15時30分、生涯学習センター、無料、清瀬視覚障害者グループあかり・長嶋 ☎080-1145-8619

きよせ金山公園周辺野鳥さんぽ観察▶事前申込不要。健康づくりや調査体験に(約1時間)。双眼鏡推奨。1月25日(日)8時(以降毎月第3土曜日)、台田の杜公園集合・金山公園周辺、100円(保険代)、清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042-492-0710

清瀬国際交流会KICコーラス30周年記念コンサート▶1部 高木恵美ソプラノ独唱 2部 コーラス・ソロなど、1月24日(土)14時、清瀬けやきホール、無料、清瀬国際交流会KICコーラス・守屋 ☎090-3407-4127