

各館の

イベント情報・お知らせ

郷土博物館のイベント

①節分の豆まきとやっかがし

節分にまつわるお話のあと、囲炉裏を囲んで大豆を煎り、その豆を使って豆まきをします。また、魔除けになる「やっかがし」を作り、お持ち帰りいただきます。昔から伝わる年中行事と一緒に体験しませんか？先着30人。日1月31日(土)午後1時30分～2時30分 費無料 場申 1月17日(土)午前9時～申込みフォームまたは電話で郷土博物館 ☎042-493-8585



申込みフォーム
(1月17日午前9時～公開)

②自然・野鳥の観察会

清瀬金山緑地公園周辺に飛来する野鳥と自然を観察します。雨天中止。先着15人。

日1月25日(日)午前10時～正午 費無料 講清瀬の自然を守る会会長 森田善朗氏・日本野鳥の会元会員 山内道也氏 持双眼鏡、筆記用具 場清瀬金山緑地公園(集合・解散) 申1月15日午前9時～申込みフォームまたは電話で郷土博物館 ☎042-493-8585



申込みフォーム
(1月15日午前9時～公開)

図書館からのお知らせ

◆2月1日より水曜日が休館日になります

2月以降の図書館の開館状況については、図書館ホームページをご確認ください。

【変更前】月曜日 → 【変更後】水曜日

【対象】駅前図書館・元町こども図書館・南部図書館

問駅前図書館 ☎042-492-8751 (1月末まで月曜日休館)

宅配サービスについての問い合わせは ☎042-493-4326



市立図書館
ホームページ

多摩六都科学館の催し物



多摩六都科学館
ホームページ

0歳からのプラネタリウム

いっしょにおほしさまをながめよう！赤ちゃん大歓迎！泣いても大丈夫！

対0歳～3歳くらいまでのお子さんとその保護者。各回先着234人 日2月10日(火)

①午前10時30分～11時

②午前11時30分～正午

費観覧付入館券＝おとな1,040円、4歳～高校生420円、3歳以下は無料

申当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を発売

問多摩六都科学館

☎042-469-6100

※乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります。

※次の開催は3月19日(木)です。

※1月の休館日：19日(月)、26日(月)～30日(金)

オーラルフレイル講演&講習会 ～全身の健康はお口の健康あってこそ～

健康寿命を延ばすためには、舌圧(舌を上あごに押し付ける力)を向上させることが重要です。舌とその周辺の筋肉は、食べ物を飲み込む「嚥下」に関わっており、この力が弱まると、食べ物が誤って器官に入る「誤嚥」が起こりやすくなり、誤嚥性肺炎の原因となることがあります。舌圧を強化することで誤嚥を防ぎ、健康寿命の延伸を目指しましょう。当日は、舌の筋肉を鍛える器具「ペコぱんだ」を用いた実践練習を行う予定です。

【協力】(一社)清瀬市歯科医師会、(株)ジーシー、(株)ジェイ・エム・エス

対どなたでも。先着80人 日2月14日(土)午後2時～4時(開場＝午後1時30分) 場アミューホール 申問申込みフォームまたは電話で介護保険課地域包括ケア係 ☎042-497-2082



申込み
フォーム

◆ LGBTQ テーマ映画「片袖の魚」上映会&東海林監督トークショー ◆

【ストーリー】

トランスジェンダー女性の新谷ひかり(イシヅカユウ)は、ある日、出張で故郷の街へと出向くことが決まる。ふとよぎる過去の記憶。ひかりは、高校時代の同級生・久田敬(黒住尚生)に、いまの自分の姿を見てほしいと考え、勇気をふり絞って連絡をするのだが――。

対どなたでも。先着40人 日2月14日(土)午後2時～(上映時間34分) 費無料 場申問1月15日午前9時～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(詳細は右記ホームページをご覧ください)。



©みのむしフィルム



詳しくはこちら
(1月15日～公開)



申込みフォーム
(1月15日～公開)

【上映後に監督によるトークショーを行います！】 東海林 毅(映像演出・映画監督)

バイセクシュアル当事者でもあり映像作品をとおしてLGBTQ+と社会の関わりを探ってきた。短編映画「片袖の魚」(2021)では日本で初めてトランスジェンダー当事者俳優の一般公募オーディションを行い話題となる。



東海林 毅 監督

清瀬けやきホール

の催し物

①歌って健康！歌声サロン

懐かしい名曲の数々をプロの生演奏にあわせて歌ってみませんか。日1月21日(火)午後2時～4時(開場＝午後1時30分) 費2,000円(予約不要、全席自由) 場杉山公章氏 申当日券のみ、直接会場へ



清瀬けやき
ホール
ホームページ

②そうじゅげむきこう(1月)

清瀬でもおなじみ、三遊亭天どん、令和8年春に真打昇進が決定した三遊亭ふう丈を迎えての新年初笑いです。日1月17日(土)午後2時～(開場＝午後1時30分) 費一般1,500円、友の会1,000円、小学生500円、全席自由 【出演】三遊亭天どん、三遊亭ふう丈 申チケット発売中

③そうじゅげむきこう(2月)

前回好評だった五代目桂三木助が再び清瀬に登場です。日2月14日(土)午後2時～(開場＝午後1時30分) 費一般1,500円、友の会1,000円、小学生500円、全席自由 【出演】桂三木助 申チケット発売中

④けやきホールのスタディールーム(1月)

自習室の無料開放です。開放日はホームページをご確認ください。対中学生～大学生。先着20人

⑤健康タオル体操

タオルを使ってできる簡単なストレッチ体操です。各曜日先着14人 日月曜クラス＝2月9日(月)・19日(火)・23日(水)、金曜クラス＝2月6日(金)・13日(金)・27日(金) いずれも午後2時～3時 費各日500円(予約申込み分を初回参加日にまとめて精算) 場岡崎彩音氏 持薄くて軽いタオル(長さ75～90センチ程度)、ヨガマット(バスタオル可)、飲み物 ※月曜クラスの19日は木曜日に実施します。

⑥おけいこアロマ「花粉の時期のセルフケア」

ハーブティーを楽しみながらマスクスプレーを作ります。先着10人。日2月11日(火)午後2時～3時30分 費1,800円 講西脇直子氏

⑦赤ちゃんときんship遊び！

赤ちゃんへのオイルマッサージ、読み聞かせ、遊びなど。対生後2か月～ハイハイ前の赤ちゃん。先着8組 日2月6日(金)午前10時30分～正午 費1,500円 講小宮しのぶ氏 持大きめのバスタオル、ハンドタオル、お子さんの飲み物、お持ちであれば授乳ケープ

⑧Let'sリトミック「おもちゃつくとまめまき」

季節に沿った月替わりのテーマで音楽を交えながら楽しく遊びます。各クラス先着12組。日1月27日(火)ひよこクラス(一人でお座りできるころから1歳ごろま

で) 午前10時～10時40分、うさぎクラス(1歳から5歳ごろまで) 午前11時～11時40分 費各クラス1,500円 講小宮しのぶ氏 持お子さんの飲み物、お持ちであれば名札

申問ホームページ内申込みフォーム(②～④・⑥～⑧)または直接窓口、電話で清瀬けやきホール ☎042-493-4011

※⑦・⑧はきよせ・チルドレンファーストチケットが使えます。

コミュニティプラザひまわり の催し物

①バレンタインに楽しく手作り

チョコブラウニーを作ります(1組1個)。対どなたでも。先着10組(1組4人まで)。小学生以下は保護者同伴 日2月11日(火)午後2時～4時 費1組1,000円 持エプロン、三角巾、マスク



コミュニティ
プラザひまわり
ホームページ

②ピラティス教室

ゆったりとした動きで、体のバランスを整えます。先着15人。

日毎週水曜日午前9時45分～11時、午前11時15分～午後0時30分(2月11日は休み) 費各回1,000円

持動きやすい服装、飲み物、お持ちであればヨガマットまたは大判バスタオル 申問①＝1月15日(火)午前9時～ホームページ内申込みフォームまたは電話で、②＝直接窓口または電話でコミュニティ

ラザひまわり ☎042-495-5100

各地域市民センター の催し物

◆野塩地域市民センター

①季節のキャンドル作り in 野塩

テーマは節分です。先着8人 日1月24日(土)午後1時30分～2時30分 費1,500円(材料費込み) 講うえだくみこ氏 持エプロン、汚れてもいい服装



松山・野塩
市民センター
ホームページ

②多様性講座～みんなちがってだからいい～

外国の文化に触れよう。外国の方に「日本との違いは？同じところは？」を質問しよう。対小・中学生(親子での参加も可)。先着20人 日1月24日(土)午後2時～3時30分 費無料 講Festival The Rainbow実行委員会

③きよせ未来カレッジ きよせの宝物をみつめよう(野塩)

自分が好きなきよせの宝物を巡る「宝探しコース」を作ろう！みんなで「清瀬のなぞときクイズ」も作るよ！対小学生。先着15人 日2月7日(土)・21日(火) いずれも午後2時～3時30分 費無料 講重富花恵氏

申問いずれもホームページ内申込みフォームまたは直接窓口、電話で野塩地域市民センター ☎042-493-4014



令和7年12月1日現在

◆人口()内は前月比 男 36,414人(13人増) 女 39,209人(19人減) 計 75,623人(6人減)

◆世帯数()内は前月比 38,105世帯(12世帯増) ※人口は、外国人住民 1,904人を含みます。

問市民課住民係 ☎042-497-2037

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。