

催し・イベント

夏休み親子昆虫観察会

☎8月22日(土)午前9時～11時ごろ(受付＝午前8時40分～)
場 清瀬金山緑地公園入口(雨天中止) **費** 200円(資料・保険代)、小学生以下無料 **持** 帽子、飲み物、タオル(お持ちの方はカメラ、図鑑) **問** 清瀬の自然を守る会事務局・渡邊 ☎042-492-0710
 ※小学生以下は保護者同伴。熱中症対策は各自行ってください。

しごとま就職面接会 in 清瀬

書類選考なしで複数の企業と面接が可能です。面接マナーも学べます。先着75人。☎8月28日(金)午後0時20分～午後4時(受付＝正午～午後3時) **場** アミューホール **申** **問** QRコード内申込みフォームまたは電話で東京しごとセンター多摩 ☎042-521-6761



詳しくはこちら

きよせふれあいまつりふれあいコンサート参加者募集

きよせふれあいまつりのコンサートで歌いませんか。☎10月3日(土)午後1時30分～3時30分(練習日＝①8月29日(土)午前10時～正午、②9月5日(土)午後2時～4時、③9月13日(日)午前10時～正午、④9月27日(日)午後2時～4時) **場** コミュニティプラザひまわり **申** **問** 申込みフォームまたは電話できよせふれあいまつり実行委員会事務局(社会福祉協議会) ☎042-495-5333



申込みフォーム

中里共栄会 火の花踊り大会

中里に古くから伝わる「中里火の花祭」の前夜・当夜に、地域でこの夏最後の夏祭りを行います。盆踊りや太鼓演奏、お菓子の配布なども行います。☎8月31日(月)、9月1日(火)いずれも午後6時～9時 **場** 中里山戸公園 **問** 中里共栄会・松村 ☎042-491-7053

Canvaで地域貢献 チラシづくりで団体を応援しよう！

ボランティア・市民活動団体のPRチラシ作りを応援！デザインアプリ「Canva」を使った講座です。☎全3回の講座に参加できる方で、スキルや興味・関心を活かしたい方。定員10人(抽選)☎9月4日・11日・18日いずれも金曜日の午後2時～4時 **費** 無料 **講** 伝え～る 鈴木あゆみ氏 **持** Wi-Fiに接続できるノートパソコン、マウス **場** **申** **問** 8月24日までに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

無料不動産相談所開設

不動産に関する一般相談などに対応します。☎9月12日(土)午前

10時～午後4時 **場** 直アスタビル2階(西武新宿線田無駅北口) **費** 無料 **問** (公社) 東京都宅地建物取引業協会第十一ブロック北多摩支部 ☎0422-26-5891

料理の基本を学ぼうらくうま！料理教室(9月分)

☎市内在住で料理の基礎を学びたい18歳以上の方。先着16人☎9月17日(木)午前10時～午後0時30分 **場** しあわせ未来センター **費** 無料 **講** 宮本千華子氏 **持** エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク、飲み物、筆記用具 **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

ひきこもりに関する相談会

☎義務教育終了後の15歳以上の方で、清瀬市・東村山市・東久留米市・西東京市・小平市にお住まいのひきこもりにお悩みの方またはそのご家族など☎9月29日(火)・30日(水)いずれも午前10時～午後5時(一人45分程度) **場** 市役所本庁舎 **申** **問** 8月17日～9月18日(8月17日～26日は清瀬市在住者のみ先行受付)に電話で東京都ひきこもりサポートネット ☎0120-529-528



詳しくはこちら

講座・講演会



ゲートキーパー研修

☎市内在住・在勤・在学中で、福祉・介護関係者(事務担当者を含む)等の方☎9月14日(月)午後6時30分～8時 **場** しあわせ未来センター **講** 明治薬科大学医療コミュニケーション学研究室准教授 常住亜衣子氏 **内** 安心して話せる関係性を作る傾聴スキル、医療・福祉・地域との連携方法、ご自身の健康管理とメンタルヘルス等 **申** 9月11日までに申込みフォームで **問** 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076



申込みフォーム

健康・福祉



花みずきの会(お楽しみ会)

☎市内在住のおおむね65歳以上の方☎9月11日(金)午後1時30分～3時 **場** 中清戸地域市民センター **費** 無料 **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

認知症サポーター養成講座

☎認知症に関心のある方。先着30人☎9月18日(金)午前10時～11時30分 **場** 生涯学習センター **申** **問** 電話できよせ信愛地域包括支援センター ☎042-492-1850



詳しくはこちら

フレイル予防運動教室

フレイルのお話と予防のための

運動実践教室です。☎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。☎9月25日(金)午後2時～3時15分(受付＝午後1時30分～) **場** しあわせ未来センター **講** (公財)日本健康スポーツ連盟 健康運動指導士 **持** 動きやすい服装と靴(外履き用)、飲み物、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

きよせ健康チャレンジ(特定保健指導)

管理栄養士などがサポートする、3か月間の生活習慣病予防・改善指導です。☎清瀬市特定健診結果で、特定保健指導の対象となった方 **場** しあわせ未来センター、生涯学習センター他 **費** 無料 **内** 体重測定、栄養相談、健診結果の説明、健康プラン作り **申** **問** 申込書(個別通知または健診結果の説明時に配布)を直接窓口または郵送(〒204-8511 中里5-842)、ファクスで健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076 ☎042-495-9222

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査・清瀬市健康診査

☎①清瀬市国民健康保険加入者で40歳以上の方、②後期高齢者医療制度加入者、③生活保護受給者等の40歳以上の方で①～③いずれも1～3月生まれの方 **【受診月】** 9月 **【送付時期】** 対象の方には8月中旬に受診券などを送付します。詳しくは同封の案内をご確認ください。 **問** 健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076 (大腸がん検診に関するお問い合わせは健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075)
 ※受診月を過ぎても11月末まで受診可能ですが、混雑緩和のため、お早めにご受診ください。

子育て



令和8年4・5月生まれのママと赤ちゃんの会

第二子以降の子育てのスタートに！4回連続の仲間づくりの講座です。☎9月4日(金)・8日(火)・15日(火)・29日(火)午前10時～正午 **場** きよせボランティア・市民活動センター **費** 各回500円(きよせ・チルドレンファーストチケット利用可) **持** バスタオルまたはおくるみ、おむつ、おむつを入れる袋、ミルクなど **申** メールまたはQRコード内申込みフォームから **問** NPO法人ウイズアイ ☎042-452-9765 aiiai@with-ai.net



詳しくはこちら

スマイルベビーきよせ

◆プレママ準備クラス、すくすく赤ちゃんクラス
 助産師への授乳相談、妊婦さん・ママの交流時間。☎①プレママ準備クラス＝市内在住の妊娠

20週以降の方。先着5人程度、②すくすく赤ちゃんクラス＝産後1か月～7か月未満のお子さまとママで授乳相談とプレママ準備クラスとの交流のいずれも参加可能な方。先着5組程度
 ☎9月10日(木)午後1時50分～3時20分(受付＝午後1時30分～) **場** しあわせ未来センター **持** 母子健康手帳(②にご参加の方はお子さまのお出かけグッズもお持ちください) **申** QRコード内申込みフォームで **問** 子ども家庭支援センター母子保健係 ☎042-497-2077
 ※保育あり(先着2人。未就学児のみ。要予約)。保育をご利用される方は、お子さまのお出かけグッズもお持ちください。



プレママ準備クラス



すくすく赤ちゃんクラス



市民伝言板

【市民伝言板利用案内】
 ●10月1日号掲載希望の「催し物」の原稿は、8月17日午前8時30分から9月1日まで受け付けます。先着25枠。9月15日号掲載希望の「サークル仲間募集」の原稿は8月17日まで受け付けます。
 ●利用案内は、市ホームページに掲載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 ☎042-491-8600 kouhou@city.kiyose.lg.jp

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。双眼鏡推奨。9月19日(土)以降毎月第3土曜日、7時30分～9時、台田の杜公園集合、100円(保険代)、清瀬の自然を守る会・渡邊 ☎042-492-0710
 たねまきびと清瀬 オータムコンサート▶帰ってきた、テノール三人衆：澤崎・隠岐・金山によるコンサート。9月5日(土)14時(開場＝13時30分)、清瀬けやきホール、前売り2,000円、当日2,500円(車椅子・介添各1,000円)、たねまきびと清瀬・川村 ☎090-7907-6176

みんなで楽し～く！うたう会♪▶来場者の皆さんと一緒に童謡・唱歌や歌謡曲を一緒に歌います。8月25日(火)、9月8日(火)・24日(木)14時～15時30分(予定)、竹丘地域市民センター、各回1,200円、Taketruth音楽企画・武井 ☎070-5020-5577 taketruth579@gmail.com

新婦人清瀬支部「広島の高校生が描く原爆の絵」展▶「広島の高校生が被爆者から聞き取り描いた原爆の絵」を展示。8月26日(水)13時～16時・8月27日(木)・28日(金)10時～16時・8月30日(日)13時～18時・8月31日(月)10時～16時、8月26日(水)～28日(金)＝市民協働ルーム、8月30日(日)～31日(月)＝まつぼっくる、無料、新日本婦人の会清瀬支部・斎藤 ☎080-1168-7256