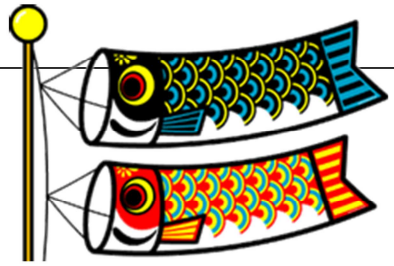
ふれあいネットMATSUYAMA

No.9　平成27年4月28日号
発　行：コミュニティふれあいネット(COFUNE)
発行者：大森正子
Mail　：cofune_kiyose@yahoo.co.jp
URL　：http://cofune.net

本紙は、一人で頑張っておられる方々が、地域で声掛けあえる顔見知りを作ることができるよう清瀬市松山地域とその周辺で気軽に参加できるイベントや活動を紹介するものです。

平成27年（2015）５月

1	金	◆昭和元気会（11:00～15:00）	16	土	◆茶どころ だんだん(11:00～15:00),稲荷台老人憩いの家,100円 <5/17>人形劇(11:30～12:15) 竹丘市民ｾﾝﾀｰ直接 先着40名
2	土	◆ふれあいど～り松山サロン(11:00～14:30)	17	日	◆いきいきﾊｲｷﾝｸﾞ、彩の森入間公園・他 (清瀬駅9:30直接) ※日本語スピーチ発表会(14:00～),ｱﾐｭｰﾎｰﾙ,無料
3	日	※自然観察会(10:00～12:00)、郷土博物館、直接会場へ	18	月	<5/17>①講座「30代女性に知ってほしい健康づくり」、 男女共同参画ｾﾝﾀｰ(10:00～12:00) 先着40名
4	月	♪「心をこめてｶｰﾈｰｼｮﾝをつくろう」(14:00～15:30) ※新緑盆栽展(10:00～17:00) 日枝神社、無料	19	火	♪ベビーﾏｯｻｰｼﾞ教室(10:30～12:00),清瀬けやきﾎｰﾙ 4F集会室,600円,10名【申込】☎493-4011
5	火	<5/4～5/5>	20	水	◆健康ｳｫｰｷﾝｸﾞ（9:30 清瀬駅連絡通路集合）
6	水	◆健康ｳｫｰｷﾝｸﾞ（9:30 清瀬駅連絡通路集合）	21	木	◆お茶の間さろん(10:00～14:00) ※講義「脳のﾒﾝﾃﾅﾝｽ」(14:00～16:00),児童ｾﾝﾀｰへ直接
7	木	♪震災復興支援チャリティピアノコンサート(13:30～16:00) ◆ﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ講習会（全8回）(9:30～),無料【問合】☎471-0221	22	金	<5/21>無料ﾀﾌﾞﾚｯﾄ教室、ｺﾐﾌﾟﾗ,【申込】☎友遊497-8500 ◆街歩き「羽田税関見学及びﾗﾝﾁ・ｼｮｯﾋﾟﾝｸﾞ」(8:40～)
8	金	♪K-net 子育てひろば(10:00～14:00)、ｱﾐｭｰﾋﾞﾙ4F、 出入り自由、親睦会費50円【問合】☎444-4533	23	土	※講座「循環器系の病気」（13:30～）信愛ふれあいﾎｰﾙ、無料 ※リメイク教室(ﾌﾞﾗｳｽ)（10:00～15:00）清瀬中学【申込】492-0759
9	土	※七小円卓会議（10:00～12:00） <5/10>青空ﾋﾟｰｽｻﾛﾝ(10:00～14:00) 金山緑地公園	24	日	<5/23>座禅会（9:00～11:00）、下宿地域市民ｾﾝﾀｰ せせらぎの家、200円、☎090-3579-0194
10	日	♪南口ふれあいど～り「10日市」 ※オペラ鑑賞「ｶﾙﾒﾝ」（13:30～16:30),ｱﾐｭｰﾎｰﾙ,無料	25	月	健康ウォーキング 5/ 6 清瀬駅→金山公園 5/20 清瀬駅→金山公園 問合：☎492-5111（市高齢福祉係）
11	月	<5/10>わんぱく相撲（小4-6年,AM、小1-3年,PM)、第四小学校、 【問合・申込】青年会議所・山崎☎070-5549-9806	26	火	
12	火	<5/13>◆中里健やか（南米音楽）, 中里老人いこいの家 【問合】☎492-5779	27	水	◆元町ふらっとサロン(10:00～15:00)
13	水	◆元町ふらっとサロン(10:00～15:00) ※写真展「四季写彩」（9:00～1700:終16:）郷土博物館	28	木	◆松山ふらっとサロン(10:00～15:00)
14	木	<5/13～5/17>	29	金	
15	金	※新聞ちぎり絵(10:00～),松山2丁目,平労会館,200円 【申込】☎492-1445	30	土	♪②講座「ココロとからだをほぐすピラティス」、 男女共同参画ｾﾝﾀｰ(13:30～15:30) 先着20名
			31	日	



◆高齢者向け

松山ふらっとサロン：松山地域市民センター1階、無料

ふれあいど～り松山サロン：松山老人いこいの家、参加費50円

元町ふらっとサロン：清瀬市生涯学習センター（アミュービル）6階、無料

昭和元気会：竹丘地域市民センター、参加費100円、カラオケ100円

お茶の間さろん：上清戸老人憩いの家,飲物100円,昼食200円,☎491-6386

街歩き（松山健やかｸﾗﾌﾞ）：「羽田税関見学、江戸小路・仲見世でﾗﾝﾁ＆ｼｮｯﾋﾟﾝｸﾞ」、参加費100円、別途交通費昼食、5/10締切40名
【申込】☎松山1丁目493-6367,2丁目491-7490,3丁目491-5108,他090-7635-8225

※多世代向け

七小円卓会議：清瀬第7小学校1階、直接会場へ 【問合せ】長縄 080-3158-1004

♪イベントやまつり、その他情報

「心をこめてｶｰﾈｰｼｮﾝをつくろう（お母さんへのﾌﾟﾚｾﾞﾝﾄ）、清瀬けやきﾎｰﾙｾﾐﾅｰﾙｰﾑ、小学生以上15名、300円、【申込】☎493-4011

震災復興支援チャリティピアノコンサート：演奏（福間洸太郎氏）、清瀬けやきﾎｰﾙ、入場無料（義援金募る）、【問合】☎493-9108

講座「女性のココロとからだの講座」：①女性の方,先着40名、②女性の方,先着20名、【申込】男女共同参画ｾﾝﾀｰ☎495-7002

❤ 6月のイベントや活動をご紹介ください。 宛先： 上記メールにて5月20日まで ❤
♠ 本紙配布にご協力くださる方、募集！ 090-6009-4474 ♠

ふれあい川柳

No.9

平成27年5月

① カタクリの花に初恋のひと想い出し　青狼
② 落ちていた百円玉周り見る　夢追い人
③ 目黒川桜の花見はるばると　おうちゃん
④ ほほ撫でる風が菜の花香り乗せ　権兵衛
⑤ 半目開け寝入る妻見てギョッとする　泰山木
⑥ 舞扇元気になれと主を待つ　土山

川柳以外の投稿

病院の帰り道、初めて寄ったふらっとサロン、人と人とのふれあいに心が和む　今の心境　（中里）

あやめ

募集！

塾に行く余裕がないお子さん(小6)を対象とした学習ボランティアを募集しています。週１回程度。詳細は、おひさまネットワーク　福本まで Tel 070-5586-5393

勝手な講評

選者 チームひげおやじ

★青狼さん、中里のカタクリまつり行かれたのですね。気品のある薄紫、うつむいて咲く花。初恋の方もそのような人だったのでしょうか。

★夢追い人さん、一円、五円、十円、百円、五百円、決断の線引きは周囲の状況で決まる！　確かに私もそう思います。

★おうちゃんさん、東久留米市を流れる黒目川、川沿いの桜はとても綺麗ですね。遊歩道も整備されていて、良い運動になったのでは。

（先月の宿題）　朝の顔のむくみの解決法

耳の下から首筋にそって鎖骨に向かって指で優しくなでろすリンパマッサージが良いそうです。ただ、病気が隠れていてむくんでいるかもしれません。むくみがとれず続くようでしたら医師に相談してください。

求む！

「ふれあい川柳」

応募用紙は「松山ふらっとサロン」、「ふれあいど～り松山サロン」、「元町ふらっとサロン」に置いています。
ご連絡頂ければ、お届けします。
Tel: 090-6009-4474
メールでの応募も可能です。
cofune_kiyose@yahoo.co.jp

❤ この事業は、歳末たすけあい募金の配分金を受け実施しています。

本紙は次の場所/店に置かせて頂いています ⇒ 松山地域市民センター、阿久津薬局、ビーハウス、くう、荒川理容館、らいふ清瀬、毎日新聞清瀬販売所、スガハラ印刷、花園医院、アイラシティ