

11月11日は「介護の日」

いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう
介護の日、介護サービスを受けている方と家族や介護に携わる方々を支援し、地域の支え合いなどを促進するために設けられました。市内の65歳以上の高齢者は年々増加し、9月1日現在の総人口に占める割合が23・6%になっています。また、要介護認定を受けている方は2239人（9月末現在）で、介護保険制度が始まった平成12年度の2倍以上です。

乳酸菌飲料、新聞、郵便物の配達や一般廃棄物の収集時に安否確認を行う高齢者見守り事業を実施。その他、民生委員などが訪問したり、安否確認を兼ねた配食サービスを実施。市では、介護が必要になっても、地域の支え合いでいつまでも住み慣れた地域で暮らせるまちづくりを目指しています。この機会に、皆さんで介護について理解と認識を深めましょう。問合せ 高齢者支援課 介護係

「介護の日」関連事業 認知症サポーター養成講座

認知症は誰にも起こりうるもので、85歳以上では4人に1人の割合でその症状があるといわれています。認知症サポーターは「なにか」特別なことをやる人ではなく、認知症の人への「応援者」です。日時 11月11日（金）午前10時～11時30分 場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室 定員 35人（申込み順）申込み方法 電話で申し込んでください。申込み・問合せ 高齢者支援課

ふれあいウォーク

毎月21日は歩く日 みんなで歩こう！紅葉を見ながらウォーキングを楽しみませんか。ウォーキング後は、皆と一緒に煮込みをします。日時 11月21日（月）午前9時30分集合（荒天時は五日市会館で実施します。）集合場所 武蔵五日市駅

「清潔を保つための直接介護のコツ」講演会

日時 11月25日（金）午後1時30分～3時 場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室 内容 高齢者や、介護する方が知っておきたい直接介護の方法（身支度・着替え・清潔介助など）講師 介護福祉士 対象 市内在住・在勤の方 定員 30人（申込み順）申込み先 在宅介護支援センターあきる台（50・6101）問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係（直通558・1953）

だまされない！高齢者の消費者被害防止講座

日時 11月18日（金）午後2時～3時30分 場所 あきる野ルピア3階集会室 内容 悪質商法にだまされないために、市民劇団あきる野の皆さんによる劇と、消費生活相談員による講義で学びましょう。対象 市内在住・在勤の方 定員 50人（申込み順）申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係（直通558・1953）



第9回 あきる野市の若き音楽家フェスタ

未就学児の入場はできません。日時 平成24年1月7日（土）午後2時～（1時30分開場） 場所 秋川キララホール 出演 松元博志（ピアノ）、伊藤弦哉（トランペット）、村木裕佳（ソプラノ）、宇野友里亜（ヴィオラ）、伊藤奏人（ユーフォニアム）料金（全席自由） 1000円 チケット発売・問合せ NPO法人市民プロジェクト21 溝口（550・3721）、秋川キララホール（559・7500）

アートスタジオ 五日市版画展

アーティスト・イン・レジデンス事業で創作活動をしている、3人の若手版画家の作品展を開催します。期間・時間 11月19日（土）～23日（水）午前11時～午後7時 場所 アートスタジオ五日市（戸倉300） 出展 アーティスト（敬称略） Rakesh Bani、根岸一成、山成景子 費用 無料

版画制作風景を 見学しませんか

期間・時間 11月4日（金）午後1時～5時 場所 アートスタジオ五日市（戸倉300） 費用 無料 問合せ 生涯学習推進課 生涯学習係（直通558・2438）

各賞が決定！



第4回 あきる野市民が選ぶ「簡単料理レシピ」あきる野井ぶり。日時 平成24年1月13日（日）午後0時30分～1時 場所 産業祭会場（秋留台公園）ステージ 問合せ 健康課 健康づくり係

産学官連携人材育成講座

土づくりの基礎を学び野菜を育てよう！市では、「あきる野管生の森づくり協議会」を設置し、産学官が連携して郷土の恵みの森づくりを進めています。森づくりと連携した農業技術の継承や農業者の育成を図り、地域を活性化するため、野菜を育てながら農業の基礎を学ぶ講座を実施します。日時 11月20日、12月11日、平成24年1月29日、2月12日、3月4日の日



「洋風野菜をそぼろ丼」スビード賞 小林隆子さん「牛蒡とひき肉の味噌井ぶり（元氣どんぶり）」伝承賞 佐藤サヨ子さん「鳥ひき肉の五目丼」特別賞 清水海沙さん「夏野菜の元氣もりもり丼」市民が選ぶ「あきる野大賞」最終審査 あきる野大賞は、産業祭会場で「食材賞」「スビード賞」「伝承賞」の中から市民の方100人の試食による投票で決定します。その後、受賞された各賞の表彰式を行います。最終審査 日時 11月13日（日）午前10時30分（予定） 場所 産業祭会場公共コ

「男性の料理教室 作ってみよう！簡単 ヘルシー 定番家庭料理」日時 12月8日（木）午前10時～午後1時 場所 中央公民館 内容 ひじき入り野菜ごはん サバの味噌煮、さつま芋のレモン煮、かき卵汁 講師 市川佳代子さん（「いちかわ栄養セミナー」主催） 対象 市内在住・在勤の方 814 二宮350、直通558・8862

ふるさと農援隊 会員募集

ふるさと農援隊は、65歳以上の方の健康増進と介護予防を目的に、市が借り上げた農地で農業体験をしながら、さまざまな健康プログラムに沿って活動します。場所 秋川地区（一の谷小学校東側）、五日市地区（小庄下田）の農地 期間 平成24年4月1日から2年間 対象 65歳以上で、市内に住所がある方 費用 無料（苗や種などの費用は個人負担）申込み方法 11月18日（金）までに、市役所高齢者支援課の窓口へ記入した申込用紙に記入し、直接申し込んでください。申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係

展示場公開中
お気軽にお電話下さい。ご案内させていただきます。
外張り断熱の家
冷暖房が節約でき環境にも優しいエコ住宅
現地案内図
JA 展示場
パワーボードコンテスト銀賞受賞
東京都市設計許可（般-18）第84625号
ヤマシタ工房株式会社
〒190-0144 あきる野市山田779-1
☎042-595-0209 <http://www5.ocn.ne.jp/~yamakobo/>

モデルハウス【11月の開催予定催し物】
11月5日（土）10時～写真教室「入門編」 参加費各2,000円
13時30分～写真教室「風景撮影編～秋を撮る」 参加費 1,500円
11月16日（水）13時～初心者向け俳句の会 参加費 1,500円
※モデルハウスは観覧会・趣味の会等の会場として無料でご利用いただけます。
（株）来住野工務店モデルハウス
東京都あきる野市油平 208-2
tel:0120-215-916
駐車場4台・JR秋川駅より徒歩8分
11月12日（土）13日（日）
あきる野市産業祭に出展いたします。
当ブースまでお立ち寄りください。
<http://www.kishino.co.jp>

58歳以上の男性で、料理の経験があまりない方 定員 20人（申込み順）持ち物など エプロン、三角巾、手拭タオル、筆記用具 費用 800円（材料代） その他 材料準備の都合上、申込み締切後のキャンセルは、費用を返金できません。申込み方法 11月28日（月）までに、費用を添えて直接申し込んでください。申込み・問合せ 中央公民館（559・1221）