

高齢者  
在宅サービスセンター  
げんき応援事業

高齢者が在宅サービスセンターでは、通常の生きがい活動支援通所事業以外に、地域における高齢者福祉の拠点として、一般の高齢者の方々に対象に次の事業を実施します。

やさしいシニアヨガ

日時：2月15日、3月1日・15日の土曜日 午後3時～4時

場所：萩野センター

内容：シニア世代向けの無理をしないで行うヨガ体操です。

講師：鬼頭くに子さん(日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ教師)

対象：市内在住の65歳以上の方

定員：15人(申込み順)

費用：1回500円

持ち物など：バスタオル1枚、動きやすい服装  
着物DE出かけよう！簡単着付教室

日時：2月18日、3月18日の火曜日 午後1時～3時  
場所：開戸センター  
内容：日本の文化である着物を気軽に着こなし生活の中にも取り入れていきましょう。

講師：中村保枝さん

対象：市内在住の65歳以上の方

定員：10人(申込み順)

費用：1回千円

持ち物：着物、帯など(申込時に確認してください)

あきる野・お気散策教室

日時：2月27日、3月27日の木曜日 午後1時～3時

場所：開戸センター

内容：まだまだ知らないあきる野市を歩き、探訪しましょう。

講師：小野孝彦さん

対象：市内在住の65歳以上の方

定員：10人(申込み順)

費用：1回200円

申込み・問合せ 各センターへ直接申し込んでください。

受付時間：平日午前9時～午後5時

萩野センター(雨間533  
1、550・2722)  
開戸センター(淵上332  
1、550・2755)

介護教室(講演会)  
「若いへの備えと遺言・任意後見について」

日時：2月28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：納得のいく老後を迎えるために、元氣な今から備えておきたい法律の知識を、専門家の分かりやすい解説で学びます。

講師：弁護士  
対象：市内在住・在勤の方

定員：30人(申込み順)

申込み方法：2月3日(月)から受け付けます。電話で申し込んでください。

申込み 在宅介護支援センターあきる台(550・6101)

問合せ 高齢者支援課高齢者支援係

平成26年度  
寿大学新規受講生募集

楽しく学んで  
豊かに生きる



期間・時間・場所

秋川校：5月8日(木)～11月27日(木)(主に木曜日、全17回予定)、午後2時～3時45分、秋川キララホール

五日市校：5月13日(火)～11月18日(火)(主に火曜日、全15回予定)、午後2時～3時45分、五日市地域交流センター

内容 文学、歴史、科学、芸術、健康、生活、一般教養の講義講座と鑑賞教室、社会見学など

対象 市内在住の60歳以上(4月1日現在)で、講義講座の半数以上出席できる方

募集人員(抽選) 秋川校は170人、五日市校は120人

申込みはどちらか1校のみ。年度途中の募集は行いません。

すでに寿大学を受講し、申込み手続きをされている方は、新規申込みの必要はありません。

申込み方法 2月12日(水)(必着)までに、往復はがきに希望校名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、電話番号を記入し、送付してください(返信用表面にも返信先を記入)。

申込み・問合せ 中央公民館(〒197 0814 二宮683、559・1221)

日時：2月20日(木) 午前10時～正午

テーマ：「地元古文書の種類とその活用」近世後期の名主文書を中心に

講師：清水浩さん(あきる野市文化財保護審議会委員)

対象：市内在住・在勤の方

定員：30人(申込み順)

申込み方法：2月3日(月)から電話が窓口で申し込んでください。

学習発表表  
日時：2月20日(木)・21日(金) 午前10時～午後4時(20日は)

あきる野市  
生涯学習シンポジウム  
市民と協働で  
進める生涯学習

「学びを地域に活かす」をキーワードに地域と行政の協働や世代を超えたふれあいや絆を深める活動事例などから「地域づくり」や「まちづくり」について市民の皆さんと考え、理解を深めていくシンポジウムを開催します。

日時：3月8日(土) 午後1時～4時

場所：あきる野ルピア3階ルピアホール

基調講演 山城清邦さん(あきる野市教育委員会委員長)

パネリスト 遠藤隆一さん(あきる野青年会議所監事)

櫻井拓さん(あきる野市国際化推進青年の会)、舟山雅通さん(あきる野市寿大学秋川校役員)

コーディネーター 瀬沼克彰さん(桜美林大学名誉教授)

特別演奏 五日市中学校伝統芸能部

定員：150人(当日受付、申込み順)

参加費 無料

その他 手話通訳があります。

企画・運営 生涯学習コーディネーターの会

問合せ 生涯学習スポーツ課

生涯学習係(直通558・2438)

午後1時から)

その他：申込みは不要です。

展示 日時：2月20日(木)・23日(日) 午前10時～午後4時(20日は午後1時から、23日は午後2時まで)

内容：解説員活動報告と作品展示(藍染、陶器、絵画、写真など)

場所 中央公民館

企画・運営 市民解説員発表会実行委員会

申込み・問合せ 中央公民館(559・1221)

めざせ健康あきる野21  
ふれあいウォーク

今月は「ふれあいウォーク」の開催はありません。普段の生活の中にウォーキングを取り入れ、健康づくりを進めましょう。3月のふれあいウォークは徳雲院へ初春の梅林を見に行きます。詳しくは、3月1日号でお知らせします。

問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

市民のための  
秋川歌舞伎体験教室

日時：3月1日(土) 午後1時30分(1時間開場)

場所 五日市会館

内容 秋川歌舞伎についての解説と役者やつけ打ちなどを体験します。

指導 秋川歌舞伎あきる野座

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 200人(当日受付順)

費用 無料

申込み方法 当日会場です。

主催 あきる野市文化団体連盟

後援 あきる野市教育委員会

問合せ あきる野市文化団体連盟 坂上(558・4128)、中央公民館(社会教育に関する) 559・1221)



市民ふれあい塾  
「女性初心者のための  
さわやか麻雀教室」

～頭と指を使って楽しく  
老化防止にも!～



おしゃべりしながら頭の体操感覚で麻雀を楽しみましょう。生涯学習コーディネーターの会との協働により開催します。

日時 2月28日(金)、3月5日(水)・7日(金)・14日(金)・19日(水)(全5回) 午前9時30分～11時30分

場所 中央公民館

内容 娯楽としての麻雀を講義と実践を交えながら楽しく学びます。麻雀になじみの少

ない女性初心者向けの優しい講座です。

講師 河田博夫さん(生涯学習コーディネーター)の会(員)

対象 市内在住・在勤の女性(前回受講者を除く)

定員 8人(抽選)

費用 2千円(テキスト代ほか5回分)

申込み方法 2月10日(月)(必着)までに、往復はがきか麻雀教室、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、送付してください(返信用表面にも返信先を記入)。

はがき1枚につき申込者2人まで

申込み・問合せ 生涯学習スポーツ課生涯学習係(〒197 0814 二宮350、直通558・2438)

講師 あきる野市消費生活相談窓口相談員

対象 市内在住・在勤の方

定員 15人(申込み順)

費用 無料

持ち物 簡単な裁縫用具(縫い針、待ち針、糸、はさみ)

申込み方法 電話で申し込んでください。

申込み・問合せ 観光商工課観光商工係(直通558・1867)

千代里会館の  
耐震補強工事が終了します

工事期間中は、ご迷惑とご不便をおかけしましたが、3月1日(土)から千代里会館が使用できます。改修の主な内容は、耐震補強工事、内外装工事、各部屋へのエアコンの整備、トイレの改修、バリアフリー化などです。快適で使用しやすくなった千代里会館を地域のコミュニティ活動の場としてご利用ください。3月分の予約受付は2月1日(土)から開始します。

問合せ 地域防災課地域振興係

