

8月の乳幼児歯科健診

- 期日・受付時間
 - 2日(火)・9日(火)・25日(木)…午前9時～10時
 - 1日(月)・22日(月)…午後1時30分～2時30分
- 場所 あきる野保健相談所
- 内容 歯科医師による口の中の健康診断
- 対象 4歳未満の子ども
- 定員 45人(申込み順)
- 申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558-5091)

健康相談

- 日時 7月25日(月) 午後1時30分～3時30分
- 場所 五日市ファインプラザ
- 内容 保健師・栄養士による健康や栄養に関する各種相談、血圧・体脂肪率測定など
- 受付 当日、直接会場へ
- 問合せ 健康課健康づくり係(直通558-1183)

白色トレイは
資源として戸別収集になりました!

●資源として出すことができるトレイは、つまようじが「プラスチック」と簡単にささる食品用白色トレイのみです。色や柄付きのトレイは出せません。きれいに洗って、乾かしてから、バケツやダンボールなどの容器か透明の袋に入れて出してください(レジ袋などの白い袋では出せません)。

●トレイが風で飛ばされないよう、ネットやひもで固定するなどの対策をお願いします。

●雨天、強風の場合は、なるべく次の回収日に搬出するようお願いいたします。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係

ファミリー・サポート・センター事業説明会

ファミリー・サポート・センターは、地域の中で助け合いながら、子どもの一時的預かりや送迎などの子育ての相互援助活動をする会員組織です。

▽日時 7月25日(月) 午前10時30分～11時30分(10時20分から受付)

▽場所 子ども家庭支援センター相談室(市役所別館1階)

▽対象 市内在住で、地域における子育て支援に関心のある方。

**あきる野市携帯
電話向けサイト**
http://www.city.akiruno.tokyo.jp/m/



読み取ってアクセスしてください

**あきる野
安心メール登録**
akiruno2-entry@tk.e-msg.jp



●防災・防犯情報
読み取ってそのままメールを送信してください

**るのキッズ
メール登録**
akiruno3-entry@tk.e-msg.jp



●子育て情報
読み取ってそのままメールを送信してください

**サンちゃん
メール登録**
akiruno4-entry@tk.e-msg.jp



●行政情報
読み取ってそのままメールを送信してください

ここにこ 離乳食教室



▽ごつくん(1回食) コース
日時:8月25日(木) 午前10時15分～11時15分(10時から受付)

▽場所:あきる野保健相談所
内容:離乳食の開始時期と1回食の進め方、取り分け食か

方。子育ての援助を受けたい方。子育ての援助を受けた方。入会登録する方は、はんにこをお持ちください。

▽問合せ ファミリー・サポート・センター(☎550・3855)

▽マタニティライフクラス
期日:8月18日(木)
内容:妊娠中の心体の変化とお産の話、妊婦体操、「ママやパパになる自分をイメージしてみよう!」

▽食べて・歯っぴいクラス
期日:9月1日(木)
内容:歯科健診(妊婦の方のみ)、歯科医師からのお話

ハッピーベビークラブ 平日コース(3日制)

ら離乳食づくりの実演と試食

●対象:おむね4か月から6か月までの子どもの保護者

●定員:12人(申込み順)

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・5091)

観光情報 東京のふるさと あきる野

カワライフ2016-夏の秋川渓谷-

いよいよ本格的な夏の到来です!この時期の楽しみといえば、やはりバーベキューや川遊び。比較的浅瀬の多い秋川では、大人から子どもまで安心して楽しむことができます。

おすすめバーベキュースポット

- 市では、自然環境に配慮したバーベキュー場でのバーベキューをおすすめしています。広々とした河川敷でバーベキューをお楽しみください。
- 秋川橋河川公園バーベキューランド(留原813) ☎596-5122
- リバーサイドパークの谷(引田776) ☎550-3789
- 秋川ふれあいランド(小川1343-101) ☎550-4989

※道具類は全てレンタル品のご利用となります。

おすすめ川遊びスポット

- 岩瀬峡 沢戸橋～佳月橋の間は大小の岩が数百個集中して川の流れを変え、変化のある風景を形作っています。佳月橋付近のふちは、夏になると子どもたちの川遊びスポットとして大人気です。
- 問合せ 観光まちづくり活動課秋川渓谷観光係(☎595-1135)



秋川ふれあいランド



秋川橋河川公園バーベキューランド



佳月橋付近

バーベキュー・川遊びの注意事項

皆さんがバーベキューや川遊びを楽しんでいただくために、一人一人がルール(マナー)を守りましょう。

- ・ごみは持ち帰るか、各施設の指示に従い適切に処理しましょう。
- ・飲酒運転は絶対にやめましょう。

- ・近隣の方に配慮し、迷惑にならないよう心掛けましょう。(夜間の騒音や花火など)
- ・路上駐車はやめましょう。
- ・急な天候変化や河川の増水に注意しましょう。
- ・水分補給をこまめにし、熱中症対策をとりましょう。

「妊娠中のお口のケアについて」、歯科衛生士からのワンポイントアドバイス、妊娠中の食生活

▽子育て準備クラス
期日:9月8日(木)
内容:保育のポイント、体験(赤ちゃんのお風呂、おむつ交換、妊婦体験)、妊娠期からの絵本の活用

▽時間 午後1時30分～4時

▽場所 あきる野保健相談所

▽対象 妊娠週数がおおよそ20週から35週(出産予定日が平成28年10月～12月)までの妊婦とその家族

▽定員 30人(申込み順)

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・5091)

会員登録

秋川囲碁連盟
日毎 13時～17時/場中央公

市民のひろば



森っこサンちゃん

掲載内容の問い合わせは各団体へ

掲載希望の方は市長室へ
直通 558-1269

日日時(時間は24時間表示)
場所/活動内容/講師/入会金/会費/費用/他/その他/問い合わせ

日曜日(月3・4回) 13時～15時/場五日市ファインプラザ/活中高年向けのアクビクス(水中運動)/入無し/会月2500円/問限元596・3290

サークル・ペンギン
日曜日(月3・4回) 13時～15時/場五日市ファインプラザ/活中高年向けのアクビクス(水中運動)/入無し/会月2500円/問限元596・3290

(以下は広告枠です)

**新築そっくりさんで
住宅再生リフォーム**
資料請求・ご相談受付中

「住友不動産新築そっくりさん」は住まいの柱や既存の間取りを生かした住宅再生術です。オーナーの要望と予算をプロが組み立てて住宅再生するオーダーメイドリフォームシステム、セルスエッジシステムが最後まで一貫して担当するなどの特長があります。

新築そっくりさん4大特徴

- ① 確かな品質体制による安全への耐震補強「耐震補強」を重要視し、最新式の設計・技術で耐震補強工事を実施。「住まながら工事」も可能です。
- ② 住宅設備10年保証
キッチン、風呂、便器、洗面化粧台等を保証します。
- ③ 追加費用なしの完全定価制
契約・施工後に予期せぬ工事が発生しても追加請求されません。
- ④ お客様センターで安心のアフターサービス
専用フリーダイヤルにて24時間365日お客様からのご相談に対応します。

そっくり20周年特典

- ① リフォーム成功実例集
- ② スマート家事入門
- ③ 住まいのアイデア図鑑
- ④ 地震対策

以上のリフォーム成功のヒントが満載の冊子を無料プレゼントいたします。お電話にてお申し込みください。

▼**ただ今無料耐震診断を実施**しております。お申し込みは下記QRコードもしくはフリーダイヤルまで

資料請求・ご相談のお問合せ先
住友不動産新築そっくりさん
0120-813-7750
受付時間 9時～20時(水・木・土・日・祭日も受付)

お電話の際、「広報紙を見た」とお伝え下さい。

住友不動産新築そっくりさん 東京
http://www.sokkuri3.com

年に一度の機会です。早めに特定健康診査を受けましょう!