



## 健康寿命を延ばすために 「ふれあい いきがい 元気なまち」 日々の生活の中で健康を育もう



**第21回  
あきる野市健康のつどい**  
日時 10月15日(土)  
午前10時～午後4時  
場所 あきる野ルピア、秋留野広場

スマートフォンなどからコードを読み取ると、YouTube内「あきる野フィルムコミッション」の映像がご覧いただけます。  
※通信にかかる費用は利用者のご負担になります。



健康づくり市民推進委員会の活動紹介

市では、健康寿命を延ばすために、健康増進計画「めざせ健康あきる野21」の目標である「ふれあい いきがい 元気なまち」の実現を目指し、市民の健康づくりを推進するとともに、人々が触れ合うことで、生きがいを感じて元気になれる場づくりに取り組んでいます。地域における取組として、健康づくりの三要素である「栄養」「運動」「休養」に重点を置き、主に町内会・自治会単位で「健康づくり市民推進委員会」を中心に活動している体操や健康測定会などを支援しています。また、地域の会館などを利用して、健康づくりに併せてレクリエーションなどを行う「地域イキイキ元気づくり事業」を実施しているほか、ボランティア団体である「めざせ健康あきる野21推進会議」の方々と協働により、ウォーキングや食育に関する推進活動を行っています。このような健康づくり事業の一環として開催している「健康のつどい」は、自分自身の健康を考え、健康づくりに興味を持つきっかけづくりとなるように、毎年、テーマに沿った展示や講演のほか、健康測定などを行っています。多くの方に参加していただき、健康を維持・増進するために、地域全体で取り組んでいきましょう。

### 健康のつどい

今年のテーマは、「休養・心も体もほっとリラックス」です。主な内容は次のとおりです。詳しくは、10月中旬に配布するチラシ(新聞折込、町内会・自治会の回覧など)をご覧ください。

#### ルピアホール(3階)

健康づくり市民推進委員会の委員・活動紹介、お茶・香り・音楽によるリラックス体験、ストレッチ、めざせ健康あきる野21PRコーナーなどを行います。

▽講演コーナー(時間・内容)  
●時間：午前10時30分～11時30分  
●「ストレス」に気付いていませんか？明るく毎日を過ごすコツ

●時間：午後1時30分～2時30分  
●ご存じでしたか？お口と休養の関係

●効果的な歯の磨き方！  
●時間：午後2時40分～3時30分  
●知っておこう！意外と身近な乳癌について

ルピア産業情報研修室・ルピア会議室(3階)  
●体組成測定、保健・栄養・歯・薬などに関する健康相談、血管年齢測定などを行います。

▽公立阿伎留医療センターコナナー 血糖値測定(先着200人)、血圧測定、生活習慣病・認知症チェック、健康・受診相談

ルピア展示室(4階)  
▽骨密度測定 整理券を配布します(先着400人)。

●時間：午前10時～午後3時30分



骨密度測定

#### 秋留野広場

▽時間・内容  
※天候により、内容を変更する場合があります。  
●時間：午前10時～  
●スタンブラリーによるお楽しみ抽選会、風船の配布(なくなり次第終了)、愛の献血、救命講習(AED)、スポーツ相談コーナー、のりサブレ販売 など  
●時間：午後1時～  
※あきる野市消防団PRコーナー、ちびっ子チャレンジコーナー、薬物乱用防止PRコーナー

▽ステージイベント 市民団体の活動発表  
▽その他 当日は、「るのバス」を通常と同じ運行時刻・ルートで臨時運行します(1回100円)。会場最寄りのバス停は、「秋川駅」か「秋川キラホール入口」です。

申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558-11183)

## 武蔵引田駅北口 土地区画整理事業を施行しています



市では本事業の施行に伴い、第1回土地区画整理審議会を開催し、会長、会長代理の選出などを行いました。事業を進める上での基本的な準備が全て整い、事業が本格的にスタートしました。

▽武蔵引田駅北口土地区画整理事業とは 市では、良好な居住環境の創出と産業の活性化

## 秋川ふれあいセンターに 授乳室を開設



乳幼児を持つ方が安心して施設を利用できるよう、秋川ふれあいセンター正面入口左側に授乳室を開設しましたので、ご利用ください。

▽利用時間 午前8時30分～午後5時15分（土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く）

## 弁護士による無料法律相談 巡回相談・予約制



▽問合せ 秋川ふれあいセンター 1 ☎550・3311

相続、離婚など、法律に関する問題を気軽に弁護士にご相談ください。

▽日時 10月19日（水）午後3時30分～6時40分

▽場所 市役所1階市民相談室

▽定員 5人（1人30分・申込み順）

▽費用 無料

▽主催 日本司法支援センター



東京地方事務所多摩支部（法テラス多摩）、東京三弁護士会多摩支部

▽申込み方法 10月3日（月）午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 市民課市民相談窓口係（直通558・1216）

10月1日から、防災行政無線のチャイム放送時刻を午後4時30分に変更します。

▽問合せ 地域防災課防災安全係

## 市議会本会議の様を インターネット （録画）で配信中！



現在、9月定例会議の本会議の様を配信中です。

市ホームページの「市議会」から「本会議録画中継」を検索してご覧ください。

▽問合せ 議会事務局

## 新たに社会保険に 加入された場合は 国保の脱退の 届出を！



平成28年10月から、短時間労働者の社会保険の適用範囲が緩和されたことにより、従業員数501人以上の事業所において、一定の要件を満たす短時間労働者に社会保険（健康保険や厚生年金など）の適用が拡大されます。

国民健康保険に加入している方で、新たに社会保険に加入された場合は、国民健康保険の脱退の届出が必要です。

社会保険の適用に関して、詳しくは、勤務先にご確認ください。

▽持ち物 国民健康保険証、健康保険証、はんこ、マイナンバーの通知カードがマイナンバーカード（世帯主と対象者のもの）

▽問合せ 保険年金課国保係

## 予防接種のお知らせ

### B型肝炎ワクチン予防接種 が定期接種になりました

B型肝炎の予防接種は、予防接種法の改正により、平成28年10月1日から定期接種になりました。接種方法など詳しい内容は、接種対象者に送付しますので、指定医療機関で接種してください。

#### ▽B型肝炎とは

●B型肝炎ウイルスの感染により起こる肝臓の病気です。

●B型肝炎ウイルスへの感染は、一過性の感染で終わる場合と、感染している状態が続いてしまう場合（キャリア）があります。キャリアになると慢性肝炎になることがあり、そのうち一部の人は、肝硬変や肝がんなど命に関わる病気を引き起こすこともあります。

●ワクチンを接種することで、B型肝炎ウイルスへの抵抗力

▽接種回数 3回

▽接種間隔 27日以上の間隔をあけて2回接種した後、1回目の接種から139日以上の間隔をあけて1回接種します。

※1歳になるまでに3回の接種を終える必要があります。1回目の接種から3回目の接種を終えるまでには、おおよそ半年間かかります。1歳以降は、定期接種対象外となります。

（免疫）ができます。免疫ができることで、一過性肝炎の予防やキャリアになることが予防でき、周囲への感染も防

止できます。

▽対象 1歳に至るまでの方（平成28年4月1日以降に出生した方）

▽標準的な接種年齢 生後2か月から9か月に至るまでの方

※B型肝炎ウイルスに感染している方から生まれた新生児は、感染する可能性が高いため、感染予防のためのワクチンを接種します（健康保険適用のため、定期接種対象外）。

で、スケジュールを確認の上、予防接種を受けるようにしてください。

▽接種場所 表のとおり

▽費用 無料

▽その他 平成28年10月1日より前に任意接種（全額自己負担）で接種した回数分は、定期接種を受けたものとみなされます。

風しん抗体検査費用・風しん予防接種ワクチン費用を公費助成します

風しんは、免疫の無い方が妊娠中に感染すると、赤ちゃんの目や心臓などに障害が出る先天性風しん症候群になる可能性があります。そのため、市内在住で妊娠を予定または希望している19歳以上の女性「すでに風しんワクチン（混合ワクチンを含む）を2回以上接種している方は除く」に費用の一部または全額を助成します。

▽問合せ 健康課予防推進係（直通558・1191）

表 B型肝炎ワクチン予防接種指定医療機関一覧

| 医療機関名          | 住所<br>電話番号              | 予約の<br>要否 |
|----------------|-------------------------|-----------|
| 公立阿伎留医療センター    | 引田78-1<br>☎558-0321     | 要         |
| あべクリニック        | 瀬戸岡459-11<br>☎558-7730  | 要         |
| 小机クリニック        | 小中野160<br>☎596-3908     | 不要        |
| こばやし内科小児科クリニック | 草花1439-9<br>☎518-2088   | 要         |
| 櫻井病院           | 原小宮1-14-11<br>☎558-7007 | 要         |
| さくらクリニック       | 野辺1003<br>☎559-0118     | 要         |
| 鈴木内科           | 館谷156-2<br>☎596-2307    | 要         |
| 瀬戸岡医院          | 二宮1240<br>☎558-3930     | 要         |
| 葉山医院           | 引田552<br>☎558-0543      | 不要        |
| 星野小児科内科クリニック   | 小川東1-19-20<br>☎559-7332 | 要         |
| ゆき皮膚科クリニック     | 油平57-4<br>☎532-7020     | 不要        |
| よこた小児科         | 雨間233-19<br>☎559-2655   | 要         |
| 渡辺レディースクリニック   | 油平11-1<br>☎558-2288     | 要         |

\*医療機関の希望で掲載していない医療機関がありますので、詳しくは、お問い合わせください。

音訳ボランティアの協力により作成をしている、デジ版広報あきる野（音声版広報）のCDを各図書館で貸し出しています。図書館の利用者カードをお持ちならなどなくても利用できます。詳しくは図書館にお問い合わせください。

表 売払い物件

| 物件番号 | 所在地番         | 地目<br>(公簿) | 地積<br>(公簿)               | 用途地域<br>建ぺい率、容積率                                                                       | 最低売却<br>価格 |
|------|--------------|------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1    | 秋川6丁目18番6    | 宅地<br>(宅地) | 406.32㎡(※3)<br>(406.32㎡) | ①第二種中高層住居専用地域<br>(歩・車道境から20mの範囲)<br>建ぺい率60%、容積率150%<br>②第一種低層住居専用地域<br>建ぺい率50%、容積率100% | 57,700千円   |
|      | 秋川6丁目18番7    | 宅地<br>(宅地) | 103.92㎡(※2)<br>(103.92㎡) |                                                                                        |            |
| 2    | 草花字森山下タ3681番 | 宅地<br>(宅地) | 169.95㎡(※1)<br>(169.49㎡) | 第二種中高層住居専用地域<br>建ぺい率60%、容積率150%                                                        | 8,570千円    |
| 3    | 草花字森山下タ3682番 | 宅地<br>(宅地) | 246.67㎡(※1)<br>(246.37㎡) | 第二種中高層住居専用地域<br>建ぺい率60%、容積率150%                                                        | 11,400千円   |
| 4    | 館谷台31番       | 宅地<br>(宅地) | 25.82㎡(※3)<br>(25.82㎡)   | 近隣商業地域<br>建ぺい率80%、容積率300%                                                              | 13,600千円   |
|      | 館谷台32番       | 宅地<br>(宅地) | 83.81㎡(※3)<br>(83.81㎡)   |                                                                                        |            |

※1 現況測量地積 ※2 確定測量地積 ※3 区画整理事業換地処分地積



- ▽参加資格 個人か法人  
▽売払い物件 表のとおり  
▽参加要領の配布  
●期間：10月24日(月)～11月11日(金)(日曜日、祝日を除く)  
●時間：午前9時～午後5時  
●場所：市役所、五日市出張所  
市民総合窓口係(土曜日は、市役所のみで配布)  
※市ホームページからもダウンロードできます。  
▽参加申込みの受付  
●期間：10月31日(月)～11月11日(金)(土曜・日曜日、祝日を除く)  
●問合せ 契約管財課契約管財係(直通558・1390)
- 時間：午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)  
●場所：契約管財課  
▽入札保証金 参加申込書の提出後、入札金額の100分の3以上の入札保証金を納付してください。  
▽入札方法 11月14日(月)から18日(金)(必着)までに入札書、入札保証金領収書(納入通知書兼領収証書の写し)、住民票(法人の場合は、履歴事項全部証明書か登記簿謄本、3か月以内のもの)を簡易書留などで送付してください。  
▽開札 日時：11月21日(月) 午前10時  
場所：市役所3階301会議室  
●契約期限：12月28日(水)まで  
▽問合せ 契約管財課契約管財係(直通558・1390)

公共交通について考えよう



市では、これからの公共交通のあり方を検討するに当たり、市民の皆さんのご意見を伺うため、各地域で「公共交通について考えよう」をテーマにワークショップを開催します。ワークショップでは、利用しやすい公共交通について意見交換をしていただき、地域ごとの現状や課題を集約します。

▽日時・場所など 在住・在勤・在学している地域で会場が異なります。

①小宮・戸倉地域(戸倉、乙津、養沢)、五日市地域(五日市、小中野、小和田、留原、高尾、館谷、入野、深沢、小峰台、館谷台)  
※日時：10月29日(土) 午前10時～正午  
※場所：戸倉しろやまテラス第1研修室  
\*定員：30人程度(各地域15人程度)  
②菅生・草花地域(菅生、草花)、東秋留地域(野辺、小川、小川東、二宮、二宮東、平沢、平沢東)  
※日時：10月29日(土) 午後2時30分～4時30分  
※場所：市役所5階503会議室  
\*定員：40人程度(各地域20人程度)  
③秋川地域(雨間、平沢西、切欠、瀬戸岡、原小宮、上代継、下代継、牛沼、油平、秋川、秋留)  
※日時：10月30日(日) 午前10時～正午  
※場所：市役所5階503会議室

リサイクルフェア  
運営委員募集!



リサイクルフェア開催にご協力いただける運営委員を募集しています。一緒にアイデアを出し合い、リサイクルフェアを盛り上げましょう。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係(直通558・1830)

リサイクルフェア  
フリーマーケット出店者募集



第43回あきる野市リサイクルフェア会場で行うフリーマーケットの出店者を募集します。誰でも楽しみながら再利用の実践ができるフリーマーケットに、参加してみませんか。

- 定員：20人程度  
④増戸・引田地域(引田、瀨上、山田、上ノ台、網代、伊奈、横沢、三内)  
※日時：10月30日(日) 午後2時30分～4時30分  
※場所：五日市ファインプラザ第3研修室  
\*定員：20人程度  
▽対象 市内在住・在勤・在学の15歳以上の方  
▽申込み方法 10月19日(水)(消印有効)までに、はがきかファックスに住所、氏名、年齢、電話番号を、在勤・在学者は勤務先や学校名を記入し、申し込んでください。応募者が多数の場合は、事務局で選考し、選考結果は、事前に応募者全員に通知します。  
▽その他 交通費は、各自の負担です。  
▽申込み・問合せ 企画政策課(〒197-0814 二宮350、直通558・1261、☎558・1113)
- 第5回：ビジネスプランを完成させよう(損益計画・返済計画編)  
▽講師 診断士協会三多摩支部の中小企業診断士、市内税理士、社労士  
▽対象 市内で創業を考えている方、市内で創業後5年未満の方  
▽定員 25人(申込み順)  
▽費用 5千円(全5回分)  
▽その他 創業塾で疑問に感じたことを、あきる野ルピア2階のあきる野創業・就労・事業継支援ステーションBi@Staの場で、相談することができ、ます。創業するまでの不安を解消し、夢を実現するお手伝いをします。この事業は「特定創業支援事業」に該当し、全てのカリキュラムに参加された方には、市から証明書を発行し、登録免許税の減税など創業時の特典が受けられます。  
▽申込み方法 Bi@Staに配置してある申込み用紙に必要事項を記入し、費用を添えて、申し込んでください。  
▽申込み・問合せ あきる野創業・就労・事業継支援ステーションBi@Sta(☎518・7778)

あきる野創業塾開催  
受講生募集!



- 市内で創業を目指す方、創業されて間もない方、創業に関心のある方であれば、どなたでも参加できる「あきる野創業塾」を開催します。創業に向けた基礎知識から税務や金融に関する知識、事業計画の立て方などを分かりやすく解説します。
- ▽日時 11月19日(土)・26日(土)、12月4日(日)・10日(土)・17日(土)(全5回) 午前10時～午後5時  
▽場所 あきる野ルピア3階あきる野商工会研修センター  
▽内容  
●第1回：創業準備と手続きのポイント  
●第2回：売れるためのしくみづくりをしよう(マーケティング計画の立て方を学ぶ)  
●第3回：お客様を集めるための手法(販路先を開拓し販路を確保しよう)  
●第4回：ビジネスプランを作る

- 必ず返信先を記入)。  
●申込み必要事項：往信用裏面に「リサイクルフェア・フリーマーケット出店希望」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号(日中の連絡先)、販売品の種類を記入してください。また、市外在住で市内に在勤の方は、勤務先の名称、所在地、電話番号も記入してください。  
※1世帯(1グループ)1通に限り(厳守)。  
※電話や窓口では受付できません

- 車での搬入後、指定駐車場に移動してください。  
●事故防止のため、搬出時の会場内への車の乗り入れはできません。  
●出店できる場合は、10月17日(月)から21日(金)までに出店の手続きが必要です。  
▽申込み・問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係(〒197-0814 二宮350、直通558・1830)

平成28年度乳幼児健康診査日程  
（10月～平成29年3月）のお知らせ

- 場所 あきる野保健相談所
- 受付時間 午後1時～1時45分
- 費用 無料
- その他 詳しくは、対象の方に通知します。
- 問合せ 健康課母子保健係（直通558-5091）

| 3・4か月児健康診査           | 対象          |
|----------------------|-------------|
| 10月21日(金)・25日(火)     | 平成28年6月生まれ  |
| 11月15日(火)・18日(金)     | 平成28年7月生まれ  |
| 12月16日(金)・20日(火)     | 平成28年8月生まれ  |
| 平成29年1月20日(金)・24日(火) | 平成28年9月生まれ  |
| 平成29年2月17日(金)・21日(火) | 平成28年10月生まれ |
| 平成29年3月17日(金)・21日(火) | 平成28年11月生まれ |
| 1歳6か月児健康診査           | 対象          |
| 10月11日(火)・18日(火)     | 平成27年3月生まれ  |
| 11月8日(火)・11日(金)      | 平成27年4月生まれ  |
| 12月9日(金)・13日(火)      | 平成27年5月生まれ  |
| 平成29年1月13日(金)・17日(火) | 平成27年6月生まれ  |
| 平成29年2月10日(金)・14日(火) | 平成27年7月生まれ  |
| 平成29年3月10日(金)・14日(火) | 平成27年8月生まれ  |
| 3歳児健康診査              | 対象          |
| 10月4日(火)・7日(金)       | 平成25年9月生まれ  |
| 11月1日(火)・4日(金)       | 平成25年10月生まれ |
| 12月2日(金)・6日(火)       | 平成25年11月生まれ |
| 平成29年1月6日(金)・10日(火)  | 平成25年12月生まれ |
| 平成29年2月3日(金)・7日(火)   | 平成26年1月生まれ  |
| 平成29年3月3日(金)・7日(火)   | 平成26年2月生まれ  |

「外国人おもてなし語学ボランティア」  
育成講座受講者募集

都では、2020年に東京で開催されるオリンピック・パラリンピック競技大会を見据え、日常生活で困っている外国人を見掛けの際などに、簡単な外国語で手助けいただくボランティアを育成しています。



- ▽日時（全5回）
  - 第1回：11月6日(日) 午後1時～4時30分
  - 第2・3回：11月13日(日) 午前10時～正午、午後1時～3時
  - 第4・5回：11月20日(日) 午前11時～正午、午後1時～3時
- ▽場所 市役所5階
- ▽内容 語学講座（英語）のほか、動画やグループワークを通して外国人とのコミュニケーション
- ▽対象 市内在住・在勤・在学の15歳以上（中学生を除く）の方で、修了後も積極的に活動する意欲のある方
- ▽定員 36人（抽選）
- ※全ての講座に出席ができる方

▽その他  
●競技会場などで活動するボランティアとは異なります。  
●「外国人おもてなし語学ボランティア」として登録するため、修了された方の個人情報には都に提供します。未成年者は保護者に同意を得た上で応募してください。

●すでに「外国人おもてなし語学ボランティア」育成講座セレクトコースがおもてなしコースを受講されている方は参加できません。

- ▽申込み方法 10月21日(金)（消印有効）までに、はがきかファックスに住所、氏名（ふりがな）、電話番号を記入し、申し込んでください。直接窓口でも受け付けます。
- ▽申込み・問合せ 企画政策課（〒197-1081 4 二宮350、直通558-1261、☎558-1113）

介護教室（講演会）  
「福祉用具をさわって  
みよう！～介護の  
備えのために～」

▽日時 10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 最新の福祉用具に直接触れながら、安全な用具の使い方や利用するまでの流れを学びます。

▽講師 福祉用具専門相談員

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 30人（申込み順）

▽申込み方法 10月3日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み 五日市はつらつセンター（☎569-8108）

▽問合せ 高齢者支援課高齢者支援係

高齢者げんき応援事業

高齢者が在宅サービスセンターでは市内在住の65歳以上の方を対象に事業を実施します。

※受付時間：平日午前9時～午後5時

開戸センター  
☎5500・2755

▽認知症予防ウォーキング 運動しながら認知症を予防できる一石二鳥の講座です。

●日時：10月11日、11月8日の火曜日（全2回） 午後1時15分～2時15分（荒天中止）

●内容：前半30分は講義、後半30分はウォーキングをします。

●講師：竹村修一さん（竹村整骨病院院長、健康運動指導士）

●定員：20人（申込み順）

●持ち物など：飲み物、タオル、運動しやすい服装

●費用：1回500円

▽「自分で決めるエンディング

健康教室「美食健」  
～減らそう塩分、  
減塩生活のコツ～

毎日の健康づくりに役立つ食の講話と調理実習で楽しく学べる教室です。薄味でもおいしく食べられるコツをお伝えします。健康のため減塩を心掛けている方、血圧が気になる方など、ご参加ください。

▽日時 10月28日(金) 午前10時～午後1時（9時45分から受付）

▽場所 秋川ふれあいセンター1内容 減塩と高血圧症、バランスのよい食事のポイントについての講話と高血圧症予防の献立の調理実習

▽講師 栄養士（健康課職員）

▽対象 市内在住の方

▽定員 25人（抽選）

「グ」講座

●日時：10月22日・29日、11月12日の土曜日（全3回） 午前10時30分～正午

●内容：人生の最期「終活」についてアドバイスします。2回目は、プロのカメラマンによる遺影用の写真撮影があります。

●講師：中村清作さん

●定員：10人（申込み順）

●費用：3千円（3回分、初回一括払い）

●持ち物：筆記用具

萩野センター  
☎5500・2722

▽ハープクラフト教室

●日時：10月14日・28日、11月11日の金曜日（全3回） 午前10時～11時30分

●内容：ハープを使って、小物を作ります。

●講師：高橋奈緒美さん

●定員：10人（申込み順）

●持ち物：エプロン

●費用：1回600円（材料費別）

▽俳句教室

●日時：10月～12月の第2・第4水曜日 午前10時～正午

●内容：「五・七・五」のリズムで広がる心の風景を楽しみます。

●講師：高木勝代さん

●定員：10人（申込み順）

●持ち物：筆記用具

●費用：1回1千円

五日市センター  
☎5333・0330

▽ソープカービング教室

●日時：10月14日・21日、11月11日・18日、12月2日・9日の金曜日（全6回） 午後1時30分～3時

●内容：専用ナイフを使って、せっけんに花などを彫刻します。初心者も歓迎します。

●講師：手芸講師

●定員：10人（申込み順）

●費用：月2千円（材料費別）

30分～3時

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽内容 認知症サポーター（認知症の方や家族の応援者）として活躍していただくための基礎知識、認知症について正しく知り、適切に対応できる力を身に付けるための講座です。受講者にはサポーターの証、オレンジリングをお渡しします。

▽講師 高齢者はつらつセンター職員

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 40人（申込み順）

▽申込み方法 10月3日(月)午前9時から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 高齢者はつらつセンター（☎5500・6101）

認知症サポーター養成講座

▽日時 10月29日(土) 午後1時

## 小さな子どものためのおさんぽ会

木々が色づき始めた弁天山で、キノコや木の実などを見つけながら、お子さんそれぞれのペースで気持ちよくハイキングします。往復1kmほどの山道ですが、よちよち歩きでも大歓迎。のんびり行きましょう。

○日時 10月30日(日) 午前10時～11時30分

○集合場所 網代会館(網代200)

○対象 市内在住の子どもとその保護者(未就学児向けの内容です)

○定員 10組(申込み順)

○持ち物など 飲み物、おやつ、雨具、長袖、長ズボン、帽子、歩きやすい靴

※ハチの被害を避けるため、白っぽい服と帽子をお勧めします。

○費用 1人50円(保険代含む)

○その他 終了後、昼食会をします。おさんぽ会の感想や子どもの様子など、参加者の皆さんでおしゃべりしませんか(参加できる方は弁当をお持ちください)。

※雨天の場合は、内容を変更して開催します。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください(ホームページのサイト内検索で「おさんぽ」と入力)。

○申込み方法 10月25日(火)までに電話で申し込んでください。

○企画・運営 あきる野市環境委員会森のようちえん部会

○申込み・問合せ 環境政策課環境政策係 ☎ 595-1110



## 手漉き和紙 軍道紙づくり講習会



「軍道紙」は、東京都無形文化財に指定されている手漉き和紙です。現在、軍道紙保存会が「あきる野ふるさと工房」で、伝統文化を後世に引き継ぐ活動を行っています。

軍道紙の原料となる楮の刈り取り作業から軍道紙を漉くまで、全工程を通して軍道紙づくりの魅力に触れます。

▽日時 11月16日・30日、12月7日、平成29年1月11日・25

日、2月8日・22日、3月8日の水曜日(全8回) 午前9時30分～午後3時30分(昼食休憩1時間)  
※屋外での作業は、雨天延期の場合があります。  
※終了時間は、前後することがあります。  
▽場所 あきる野ふるさと工房(乙津671、駐車場あり)  
▽講師 軍道紙保存会会員  
▽対象 市内在住の高校生以上で、全8回に参加できる方(都合がつかない場合は、ご相談ください)  
▽定員 10人(申込み順)  
▽持ち物など 弁当、筆記用具、作業しやすい服装  
▽費用 240円(保険料)  
▽申込み方法 10月21日(金)までに電話で申し込んでください。  
▽申込み・問合せ 観光まちづくり活動課ふるさと文化創生係 ☎ 595-1135

### あきる野市

#### 教育フォーラム

#### 「おとなが手本の

#### あきる野市

#### 子どもに身に付けたい

#### 食習慣

#### 「選ぶ力を身に付ける」

食育では、できるだけ子どもの頃から良い食習慣を身に付けさせることが大切といわれています。大人の食習慣が間違っていた場合は、それを修正し、子どもたちへ伝えておきたいものです。将来、子どもたちが自然に良い食習慣を送ることができるよう、私たちが今できることを一緒に考えていきたいと思います。

▽日時 10月8日(土) 午後1時30分～3時30分  
▽場所 秋川ふれあいセンター  
※駐車場には限りがあります。  
▽講師 河谷彰子さん「管理栄養士、(公財)日本ラグビーフットボール協会セブンズアカデミー栄養アドバイザー、慶應義塾大学非常勤講師」  
▽対象 保護者、地域関係者、教育関係者など  
▽持ち物 筆記用具  
▽費用 無料  
▽主催 あきる野市立小中学校PTA連合会、あきる野市教育委員会  
▽その他 直接会場へお越しください。  
▽問合せ 指導室指導係(直通) ☎ 558-2431

### あきりゅうジオの会によるジオツアー

#### 「秋川流域ジオパーク推進事業」

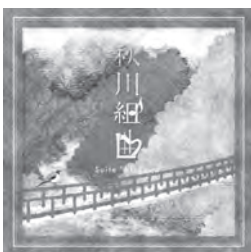
秋川流域は、豊かな自然環境に恵まれた地域で、伝統文化も息づき、化石や地層(ジオ資源)の宝庫です。この地域で活動しているボランティア組織「あきりゅうジオの会」によるジオツアー(観察会)に参加して、知ることのなかった大地の秘密について、理解を深めます。

#### ▽四十帯がつくる地層(檜原村を訪ねる旅) 弘沢の滝など

●期日: 10月29日(土)(雨天実施)  
●場所・時間: 武蔵五日市駅 午前8時40分(集合)、午後3時30分(解散予定)  
●歩行距離: 約6キロメートル  
●対象: 小学校高学年以上  
●定員: 20人(申込み順)  
●費用: 無料(保険加入)  
※往復のバス運賃が必要です。  
●その他: 歩きやすい服装・歩きやすく滑らない靴  
▽申込み方法: 10月21日(金)までに電話で申し込んでください。  
▽三頭山はどうしてできたの

●歩行距離: 約4キロメートル  
●対象: 高校生以上  
●定員: 15人(申込み順)  
●費用: 無料(保険加入)  
●往復のバス運賃が必要です。  
●その他: 登山に適した服装・登山靴  
●申込み方法: 11月4日(金)までに電話で申し込んでください。  
▽主催 秋川流域ジオパーク推進協議会  
▽申込み 檜原村産業環境課産業観光係 ☎ 598-1011  
▽問合せ 観光まちづくり活動課秋川渓谷観光係 ☎ 595-1135

### 秋川渓谷のしらべ ～秋川組曲～演奏会



戸倉しろやまテラスでは秋川流域の人と人とのつながりをより深めることと、観光の促進を目的とし、わんだフルネイチャーヴィレッジと共催で、秋川渓谷の四季をテーマにした音楽イベントを行います。

▽場所 戸倉しろやまテラス内体育館  
▽内容 ヴィレッジミュージックアンサンブル(WNV村の合奏団)、橋本夏季さん(秋川キララホールレジデンシャルアーティスト)  
▽費用 無料(予約不要)  
▽共催 わんだフルネイチャーヴィレッジ、戸倉しろやまテラス  
▽その他 先着100人に「秋川組曲」のCDをプレゼントします。  
▽問合せ 観光まちづくり活動課秋川渓谷観光係

### あきる野市偉人 ゆかりの地巡り参加者募集

市の偉人ゆかりの地をバスで巡りながら、中央図書館で特別公開される五口市憲法草案の原本(一部)の見学や、三ヶ島葎子ゆかりのお寺で座禅を体験します。また、戸倉しろやまテラスでは、萩原タケの生涯を描いた映像を上映します。

▽期日 11月6日(日)(小雨実施)  
▽集合場所・時間 中央図書館 午前9時50分  
▽解散場所・時間 あきる野ルピア 午後4時(予定)  
▽コース 中央図書館(五日市憲法草案)↓えびさわみち道標(海老澤峰葎子ゆかりの地)↓五日市出張所(ゆかりの人展示)↓戸倉しろやまテラス(昼食)↓徳雲院(三ヶ島葎子ゆかりの地)↓いろどり屋

▽定員 20人(申込み順)  
▽持ち物など 弁当(戸倉しろやまテラスで食事可)、飲み物、雨具、歩きやすい服装・靴  
▽費用 30円(保険料)  
▽申込み方法 10月18日(火)までに電話で申し込んでください。

### 一束稲刈りと民俗舞踊

横沢入里山保全地区では、水田を復活させてから10年が経過しました。秋の収穫時期を迎え、水田を運営管理している「横沢入タンボの会」による楽しい稲刈り体験「一束稲刈り」を行います。また、西多摩地区舞踊団による民俗舞踊(おわら節)の披露も予定しています。

▽日時 10月9日(日)  
●一束稲刈り: 午前10時～午後2時(小雨実施)  
●民俗舞踊: 午後2時～3時(雨天中止)  
▽場所 横沢入里山保全地区(武蔵増戸駅から徒歩20分)  
※直接会場にお越しください。  
▽持ち物など 弁当、飲み物、雨具、作業しやすい服装・靴、着替え

▽費用 無料  
▽その他 駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。  
▽問合せ NPO法人横沢入タンボの会事務局 飯野 ☎ 595-0708

## 秋のヘルシーウォーキング



▽期日 10月22日(土) (雨天中止)

▽場所・時間 五日市ファイナンプラザ 午前8時45分集合、午後3時解散

▽対象 市内在住・在勤・在学の方

▽費用 無料

▽定員 50人(申込み順)

## 市民解説員が案内する市内探訪



横沢入

市民解説員が案内して市内を徒歩などで巡ります。(一部交通機関使用)

## 三内・横沢入地域めぐり

▽日時 10月20日(木) 午前9時～午後0時30分(予定)

※雨天の場合は24日(月)

▽集合場所・時間 武蔵五日市駅 午前9時(時間厳守)

▽コース 武蔵五日市駅→三内温泉跡→五輪坂→大悲願寺→横沢入→石切り場跡→天竺山→三内神社→武蔵五日市駅(解散)

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 15人(申込み順)

▽持ち物など 飲み物、雨具、筆記用具、歩きやすい服装・靴など

▽申込み方法 電話で申し込んでください。

▽持ち物など 弁当、飲み物、雨具、敷き物、歩きやすい服装・靴

▽コース 五日市ファイナンプラザ→横沢入→大悲願寺→まい坂→五日市出張所→戸倉しろやまテラス(昼食)→五日市郷土館→武蔵五日市駅解散(約12キロ)

※昼食は、戸倉しろやまテラスの食堂もご利用いただけます。

▽その他 当日 天候不良の場合は、午前7時に決定します。

※コースの内容は、変更する場合があります。

▽申込み方法 10月3日(月)から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 生涯学習スポーツ課スポーツ推進係(直通558・1262)

▽申込み・問合せ 中央公民館 (☎559・1221)

「東京文化財ウィーク参加」五日市憲法草案 ゆかりの地をめぐる

▽日時 11月4日(金) 午前9時～午後3時30分(予定)

※雨天の場合は8日(火)

▽集合場所・時間 武蔵五日市駅 午前9時(時間厳守)

▽コース 武蔵五日市駅→深沢家屋敷跡→真光院→穴沢天神社→開光院→五日市郷土館→五日市憲法草案碑→萩原タケの胸像→阿伎留神社→勸能学校跡→武蔵五日市駅

▽対象 歴史・文化財などに関心のある方

▽定員 20人(抽選)

▽持ち物など 飲み物、雨具、筆記用具、歩きやすい服装・靴など

▽費用 交通費(実費)

▽申込み方法 10月13日(木)までに、はがき(1枚につき1人)に郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入し、送付してください。

▽申込み・問合せ 中央公民館 (☎19710814 二宮683、☎559・1221)

## 市民文化祭

市内で文化活動や社会教育活動をしている団体の、日頃の活動の成果を発表します。

## 催し物の部

▽秋川キララホール

●中之島流大正琴知香会

\*日時: 10月1日(土) 午後0時20分～5時

\*内容: 大正琴の演奏

●大正琴扇流あきる野琴の会

\*日時: 10月9日(日) 午後1時～4時

\*内容: 大正琴の演奏

●あきる野市歌謡連盟

\*日時: 10月16日(日) 午前10時～午後6時30分

\*内容: 歌唱

▽秋川ふれあいセンター

●市民劇団「あきる野」

\*日時: 10月1日(土) 午後1時～午後3時30分

\*内容: 演劇「青鞥の女たち」

\*日時: 10月9日(日) 午後2時～4時

\*内容: ギターの合奏と独奏の演奏会

●新日本婦人の会あきる野支部

\*日時: 10月15日(土) 午後1時30分～4時30分

\*内容: 講演

●アラジンマジッククラブ

\*日時: 10月15日(土) 午後2時～4時

\*内容: マジックの披露

▽五日市会場

●日時: 10月29日(土)・30日(日) 午前10時～午後4時(30日は、3時30分まで)

▽秋川会場

●日時: 11月5日(土)・6日(日) 午前10時～午後4時(6日は、3時30分まで)

▽その他 詳しくは、10月15日発行の広報か市ホームページをご覧ください。

▽問合せ 中央公民館 (☎559・1221)

## 市民プール

申込み・問合せ ☎550・1711

※最新情報を専用ホームページ (<http://tama-spo.com/akiruno/>) で案内しています。

## 図書館からのお知らせ

## 10月の休館日

- 中央図書館 毎週金曜日と18日(火)
- 東部図書館エル、五日市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日

## 中央図書館 (☎558-1108)

## おはなし会

○日時 10月2日(日) 午前11時～11時30分

## ひよこのおはなし会

○日時 10月10日(月) 午前11時～11時20分

○対象 1歳から3歳までの子どもとその保護者

ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)

○日時 10月12日(水) 午後3時～3時30分

## 東部図書館エル (☎550-5959)

ボランティアおはなし会(おはなしタ・ン・ト)

○日時 10月12日(水) 午後3時30分～4時

## わらべうたのじかん

○日時 10月13日(木) 午前11時～11時30分

○対象 0歳から3歳までの子どもとその保護者

## 五日市図書館 (☎595-0236)

「図書館の本が泣いています!」(展示)

○期間 10月11日(火)まで

○内容 汚されたり、切り取られた返却本の展示

○場所 五日市図書館1階

## 中央図書館増戸分室 (☎596-0109)

## 本のテーマ展示

○テーマ おなかのすく本(一般向け)、どうぐのほん(児童向け)

○期間 10月30日(日)まで

## 視覚障がいのある方へ

図書館では次のようなサービスを行っています。

詳しくはお問い合わせください。

①録音資料の作成や貸出

②対面朗読(録音機材と媒体をご用意いただければ同時録音もできます)

③デジ版広報あきる野(音声版広報)の貸出

## 《図書館ホームページアドレス》

<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/index.asp>

## 《携帯版アドレス》

<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/i/mblindex.html>

## 《スマートフォン版アドレス》

<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/a/index.asp>

を入力するか右のコードを読み取ってアクセスしてください。

図書館では、図書館ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。月単位で申し込みができます。詳しくはホームページをご覧ください。

図書館では、図書館ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。月単位で申し込みができます。詳しくはホームページをご覧ください。

## 10月の市民ギャラリー(中央公民館)

## ○美しいあきる野を描く会

- 展示内容…水彩画展示
- 期間…10月5日(水)～9日(日)
- 時間…午前10時30分～午後4時30分(5日は正午から、9日は午後1時30分まで)

●主催…美しいあきる野を描く会

## ○墨芸会水墨画展

- 展示内容…水墨画
- 期間…10月21日(金)～23日(日)
- 時間…午前10時～午後4時(21日は正午から)
- 主催…墨芸会

す。

## 営業時間変更のお知らせ

10月1日(土)から営業時間が変更になりますので、お間違えのないようご注意ください。

▽時間 午前10時～午後8時

▽休館日 第2・第4火曜日(祝日の場合は翌平日)

▽初級者パソコンQ&A

▽日時 10月12日(水)・17日(月) 午後2時～4時

▽場所 中央公民館

▽内容 ITボランティアが初心者の方のパソコン操作などについてお答えします。申込み時に、質問内容などをお伝えください。

▽対象 市内在住の方

▽定員 5人(申込み順)

▽持ち物 ノートパソコン

※貸し出し用のパソコンはありませので、必ずお持ちください。

▽費用 無料

▽その他 両日の申込みはできません。

▽申込み・問合せ 中央公民館 (☎559・1221)

## ガン保険

チューリッヒ生命  
「終身ガン治療保険プレミアム」

## 通院治療が増加している時代の、画期的なガン保険

今、ガン保険にご加入されている方も、ご加入されていない方も今すぐチェック!

0037-6001-60246

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でかかください。

受付時間: 10時～19時(日曜定休)

※記載の保険料は2015年7月現在のものです。※この欄は商品の概要を説明しています。商品の詳細については、パンフレット、ご契約に関する注意事項(契約概要、注意喚起情報)等をご確認ください。

既にガン保険にご加入されている方に

追加のご加入で、ガンの通院治療の保障を充実

●主契約: 放射線治療給付金、抗がん剤・ホルモン剤治療給付金(給付月額20万円)

●保険期間・保険料払込期間: 終身

月払保険料 1,500円

ガン保険にご加入されていない方に

自由設計プランで、ガンの通院治療と診断給付金と先進医療まで備える

●主契約: 放射線治療給付金、抗がん剤・ホルモン剤治療給付金(給付月額20万円)

●特約: ガン先進医療給付金、ガン先進医療費支援給付金(一括15万円)、ガン診断給付金(一括50万円)、悪性新生物保険料払込免除

●保険期間・保険料払込期間: 終身

月払保険料 3,216円

## 心にせせらぎを・・・溪谷の駅

秋川 溪谷 瀬音の湯

＜平日あきる野市民割引＞ ※身分証を提示ください(おとなのみ)

■入浴料金 おとな500円 こども250円

■入浴料金(通常) おとな900円 こども450円

お気軽に越しくださいませ

あきる野  
ルピア情報申込み・問合せ  
☎550・4700童謡付きスキップ&  
おひるねアート&  
フォトコラージュ▽日時 10月7日(金) 午前10時  
15分〜正午  
▽内容 童謡に合わせてスキップをした後、おひるねアートの撮影会とフォトコラージュをします。  
▽対象 生後2か月の乳幼児とその親  
▽定員 8組ネット  
ワーク  
官公庁  
などからのお知らせ凡例：日時／場所／内容  
／講師／対象／定員／申込み／費用／持ち物／その他／主催／問合せあきる野市社会福祉協議会  
職員募集職種：保健師、看護師／採用予定  
日平成29年4月1日／募集人数  
若干名／応募資格 次の要件を満たす方①保健師：保健師資格がある方②平成29年3月31日までに取得見込みの方、③看護師：実務経験が5年以上の方、④昭和46年4月2日以降生まれの方  
(①②共通)／試験日程＊一次試験：11月18日(金)、＊二次試験：11月26日(土)／応募要領募集要項と履歴書(指定用紙)は秋川事務所か五日市事務所配置しています。＊ホームページからもダウンロードできます。／  
応募方法 10月3日(月)から17日(月)までに募集要項に定められた必要書類を秋川事務所にお持ちく▽持ち物 バスタオル、赤ちゃんの飲み物、オイル(ない場合は500円)  
▽費用 2500円ラズベリーボックス  
アレンジ▽日時 10月7日(金) 午後1時  
〜3時  
▽内容 秋色のナチュラルなボックスアレンジを作ります。  
▽定員 10人  
▽費用 3800円

## 簡単ガラスフーリング

▽日時 10月11日(火) 午後1時  
〜3時  
▽内容 きれいなガラスでオリジナルアクセサリーを作ります。  
▽定員 8人

▽費用 2千円

## 生花アレンジメント

▽日時 10月12日(水) 午後2時  
〜4時  
▽内容 グロリオサ、バラ、ガーベラ、実など秋のアレンジメントです。  
▽定員 15人  
▽持ち物 花ばさみ、袋  
▽費用 2700円ワンちゃん用  
肉球クリームづくり▽日時 10月18日(火) 午後1時  
〜3時  
▽内容 オーガニック素材でなくても安心な肉球用のマッサークリームを作ります。  
▽定員 8人  
▽費用 1500円活動センター(☎595・9033)「  
合同就職面接会in八王子東京しごとセンター多摩では、市と共催で就職に関する面接対策セミナーと合同就職面接会を開催します。  
日10月19日(水)／内・時間＊面接対策セミナー(事前予約制)：午前10時〜正午(9時30分〜10時受付)、＊合同就職面接会(予約不要)：午後1時〜4時(0時30分〜3時受付)／場八王子市学園都市センター／対おむね55歳以上の求職者／定30人(セミナリのみ)／参加企業10社程度／予約・問東京しごとセンター多摩(☎042・329・4524)平成28年度公開講演会  
誤嚥性肺炎を防ぐための  
口腔ケア／口腔ケアは  
生きる意欲を引き出す！

日10月20日(木) 午後6時30分〜8時／場福生市民会館小ホール(福生市福生2455)／内「誤嚥性肺炎とは」「誤嚥性肺炎と口腔ケアの関係」「口腔ケアの現状と実際」「口腔ケアの可能性と展望」／講米山武義さん(米山歯科クリニック院長)／対市内在住の方、医療関係者／費無料／問(一社)東京都西多摩歯科医師会事務局(☎042・28・23・6222)

災害から子どもを守るための  
子育て防災講座参加者募集未就園児・未就学児の子どもを持つ保護者は、災害発生時には自分だけでなく、子どもも守らなければなりません。安全に避難できるように、また、避難所での生活を安心して過ごせるようなヒントを学びます。  
日10月12日(水) 午前10時30分〜正午／場秋川ふれあいセンター／講NPO法人ママブラグ／定40人(申込み順)／費無料／他当日、会場内では午前10時から子育て応援サロン「ファンファン」を実施します。お子さんを連れての参加も可能です。／申あきる野市社会福祉協議会「あきる野ボランティア・市民

活動日応相談)、＊車の運転が可能な方(活動時は社会福祉協議会の車両を使用します)／説明会＊日時：10月25日(火) 午前10時〜、＊場所：秋川ふれあいセンター／申・問あきる野市社会福祉協議会(☎595・9033)

## 市民公開講座

日10月29日(土) 午後2時〜4時(1時30分開場)／場羽村市コミュニティセンター3階(羽村市緑ヶ丘51216)／内・第1部：東京都相互理解のための対話促進支援事業、＊講演：在宅での療養生活を送るには、＊講師：玉木一弘さん(西多摩医師会会長)／第2部：日常生活の中の落とし穴、＊講演：入浴の仕方、心臓に負担をかけすぎない運動の仕方について、＊講師：松永洋一さん(公立阿佐留医療センター循環器内科)、＊講演：Ⅱ：始めよう！健康体操／元気で長生きしよう！健康体操／＊講師：會澤義之さん(あいざわ整形外科クリニック)／費無料／問(一社)西多摩医師会(☎042・28・23・2171)

第21回福祉バザー  
(五日市会場・秋川会場)

＊場所：五日市会館／秋川会場＊期日：10月30日(日)、＊場所：秋川ふれあいセンター／時間午前10時〜午後3時(売切れ次第終了)／販売品目寝具、食器、雑貨、電気製品、せつけん類、タオル類、衣類(シャツ類のみ)、食品など(酒類、腐りやすいもの、賞味期限の切れたものを除く)＊中古品は取り扱いません。／他＊町内会・自治会を通じて物品提供をお願いしています(町内会・自治会に未加入で協力いただける方はお問い合わせください)。＊福祉バザーの収益金は、社会福祉協議会が実施する市内の福祉事業に役立てられます。／問福祉バザー実行委員会事務局「あきる野市社会福祉協議会(☎595・9033)」

多摩西人権啓発活動  
地域ネットワーク  
協議会事業  
「講演と音楽のつどい」

日11月13日(日) 午後1時30分〜4時30分(1時開場)／場パルテノン多摩小ホール(多摩市落合2135)／内「人生は8合目からがおいしい」＊講師：田部井淳子さん(登山家)、「合唱」多摩市立東落合小学校合唱団、＊ハンドベル演奏：恵泉女学園大学ハンドベルクワイア／定300人(入場無料・先着順)／他手話通訳、要約筆記あり※保育あり(2歳以上未就学児対象、定員6人、予約は10月11日(火)〜31日(月)／主多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会・多摩市／協賛(公財)東京都人権啓発センター／問多摩市役所くらしと文化部平和・人権課(☎042・376・8311)

定年退職後  
働き方を考える！  
シルバー人材センター  
就業体験講習  
「植木剪定講習会」定年退職後の新しい働き方として地域に根ざす「シルバー人材センター」について、活動内容などの紹介と体験実習する講習会を開催します。  
日11月29日(火) 午前9時〜午後0時45分／場中央公民館／定20人(申込み順)／費無料／対原則60歳以上のシルバー人材センター未入会者市内在住の方／他受講決定者のみ通知します。＊詳しくは、ホームページ(htt://www.tokyosilver.jp)をご覧ください。／申必要事項(講習名、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、性別、生年月日、年齢、電話番号)を記入し、電話かファックス、メールで申し込んでください。／問東京しごと財団「シルバー講習担当」係(☎03・5211・2326、☎03・5211・2329、✉kousyu@shigotozaidan.or.jp)

(以下は広告枠です)

**温水床暖房** のやさらかな暖かさをお届けします。

からだにやさしい  
クリーン暖房

**温水床暖房のpoint!**

- ①温度差の少ない快適な暖房空間で  
いつもちょうどいい暖かさ。
- ②結露やカビ・ダニの発生も少ないから、  
健康にも家にもうれしい。
- ③部屋の空気はよこれず、換気は無用。

ワンランク上の快適さを  
ご提案します。  
リフォームのことなら  
何でもご相談ください。

**エネジャスオマタ**

LPガス・灯油・水廻りリフォーム

あきる野市草花3142  
草花小学校西側入口

☎(042)558-5533  
☎0120-80-5533

**不動産売買・賃貸・建設・リフォーム・設計監理**  
地元で愛されて30年

ISO9001認証取得  
東京都知事免許(7)第57610号 東京都知事許可(特-24)第106846号  
不動産・建築・増改築・リフォーム・耐震改修・設計監理・賃貸管理  
一級建築士事務所登録

**株式会社 アイ・シー・エス**

富士通ホーム&オフィスサービス株式会社 業務提携

あきる野市野辺465-1  
**042-559-3021(代)**

まもりすまい保険届出事業者  
お気軽にお問合せ下さい。 http://www.akiruno-ics.co.jp

## 10月の市税の納期

○市・都民税 第3期  
○国民健康保険税 第4期あきる野市ホームページ  
(スマートフォン・  
携帯電話  
向けサイト)

読み取ってアクセスしてください

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

## 教育・子ども相談

教育相談(予約制)

○相談日・時間 月曜～金曜日、午前9時～正午、午後1時～5時(適応指導教室は3時まで、随時)

○相談場所・問合せ

- 秋川教育相談所 ☎558-6444
- 
- 五日市教育相談所 ☎596-6460
- 
- 適応指導教室[せせらぎ教室(☎550-6527)]

子ども相談(予約制)

○相談日・時間 月曜～土曜日、午前9時～午後5時30分

○相談場所 各児童館

子ども家庭支援センター総合相談(随時)

○相談日・時間 月曜～金曜日、午前8時30分～正午、午後1時～5時15分

○相談場所・問合せ 子ども家庭支援センター(☎550-3313)

子育て相談(予約制)

○相談日・時間 月曜～金曜日、午前10時～午後5時

○相談場所 屋城保育園、神明保育園、すぎの子保育園

市では、生活に関連した手続き・制度などの行政情報や市の



歴史・観光などの地域情報、医療機関の情報をまとめた「暮らしの便利帳」を、市民協働で作成し、10月16日から全戸配布します。11月15日には、ご連絡ください。▽配布方法 配布業者が各家庭のポストなどに投函します。▽問合せ 市長公室(直通558・1269)

## くらしの便利帳を配布します

## 地域の絆を育てる町内会・自治会に加入しましょう

正伝空手道  
日毎週木曜日  
19時～21時/場

## 会員募集

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/問合わせ

## 市民のひろば



森っこサンちゃん

## 講演会など

るのママ吹奏楽団  
第5回ファミリーコンサート  
日10月23日(日) 14時開演/場  
川キララホール/講者 崎拓哉  
(指揮)/費 無料/他 たくさ秋川体育館/活無刀どり短棒こ  
ろもどり正伝の空手を練習しま  
しょう。/入 無し/会 月2千円  
/問 山岸 ☎559・7640  
気功及び太極拳サークル  
日毎月第1・第2・第3・第4  
月曜日 13時30分～15時30分  
場中央公民館/活太極拳と気功  
体操を行います。運動不足気味  
の方、皆さんで体を動かしまし  
よう。/入 無し/会 月千円/問  
長山 ☎559・0938学習会 教科書ではじまる  
「戦争する国」についてんのご来場をお待ちしています。  
/問るのママ吹奏楽団 鈴木 ☎550・3241

## 子育て講座

ベビーマッサージ  
日時 10月17日(月) 午前10時  
30分～11時30分  
場所 秋川ふれあいセンター1  
内容 子どもの体に触れ、親子でスキんシップを楽しみま  
す。  
講師 園田美保さん(ベビ  
ーボンディングケアインストラ  
クター)  
対象 生後3か月から7か  
月までの子どもとその保護者  
まで(20組(申込み順))  
定員 20組(申込み順)  
持ち物 レジャーシート、バ  
スタオル、飲み物  
費用 300円(オイル代)  
申込み方法 10月3日(月)から  
電話で申し込んでください。  
申込み・問合せ 子ども家庭  
支援センター ☎550・3313

子育て講座



## あきる野保健相談所 10月の行事カレンダー ☎558-5091

|        | 種 別         | 対 象 乳 幼 児                        | 受付時間               | 乳児(6・9か月児)<br>健康診査                                                                                                                                                              |
|--------|-------------|----------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6日(木)  | 育児相談        | 小学校入学前の乳幼児<br>(五日市保健センター)        | 午前9時45分<br>～10時20分 | 都内在住の方は、都<br>内委託医療機関で、<br>6～7か月児・9～<br>10か月児健康診査を<br>無料で受診できま<br>す。受診票は、「3<br>～4か月児・産婦健<br>診」時に配布してい<br>ます。都外から転入<br>した方で、あきる野<br>市発行の受診票を持<br>っていない方は、連<br>絡の上、交付を受け<br>てください。 |
| 20日(木) |             | 小学校入学前の幼児(1歳以上)                  | 午前9時<br>～10時30分    |                                                                                                                                                                                 |
| 24日(月) |             | 乳児(1歳未満)                         |                    |                                                                                                                                                                                 |
| 31日(月) | むし歯<br>予防教室 | 生後8か月から2歳10か月までの<br>乳幼児の保護者(予約制) | 午前9時30分<br>～9時45分  |                                                                                                                                                                                 |
| 4日(火)  | 3歳児         | 平成25年9月1日～11日生まれ                 | 午後1時<br>～1時45分     |                                                                                                                                                                                 |
| 7日(金)  | 健康診査        | 平成25年9月12日～30日生まれ                |                    |                                                                                                                                                                                 |
| 11日(火) | 1歳6か月児      | 平成27年3月1日～15日生まれ                 |                    |                                                                                                                                                                                 |
| 18日(火) | 健康診査        | 平成27年3月16日～31日生まれ                |                    |                                                                                                                                                                                 |
| 21日(金) | 乳児産婦        | 平成28年6月1日～13日生まれ                 |                    |                                                                                                                                                                                 |
| 25日(火) | 健康診査        | 平成28年6月14日～30日生まれ                |                    |                                                                                                                                                                                 |

※3歳児・1歳6か月児・乳児産婦健康診査の対象の方に通知をします。

1週間前までに通知が届かない方や、最近転入した方で未受診の方は連絡してください。

※育児相談では、保護者の健康相談も実施しています。

## 10月の休日医療診療と歯科診療(急患の方) ※往診はしません

| 期日     | 休日診療                                      |                                   | 準夜診療                                |                     | 歯科診療                                    |
|--------|-------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
|        | 受付時間<br>9:00～11:45<br>13:00～16:45         | 診療時間<br>9:00～12:00<br>13:00～17:00 | 受付時間<br>17:00～21:45                 | 診療時間<br>17:00～22:00 | 受付・診療時間<br>9:00～12:00<br>13:00～17:00    |
| 期日     | 医療機関・住所・電話番号                              |                                   | 医療機関・住所・電話番号                        |                     | 医療機関・住所・電話番号                            |
| 2日(日)  | 小机クリニック<br>小中野160 ☎596-3908               |                                   | 鈴木内科<br>館谷156-2 ☎596-2307           |                     | 内山歯科医院<br>五日市187 ☎596-0327              |
| 9日(日)  | ほほえみクリニック 秋川2-18-18<br>オーエスビル1F ☎559-2887 |                                   | 瀬戸岡医院<br>二宮1240 ☎558-3930           |                     | きくち歯科クリニック 秋川4-12-4<br>私市ビル1F ☎532-7345 |
| 10日(月) | いなメディカルクリニック<br>伊奈477-1 ☎596-0881         |                                   | 佐藤内科循環器科クリニック<br>秋川2-5-1 ☎550-7831  |                     | 大塚歯科医院<br>雨間554-1 ☎559-6328             |
| 16日(日) | あべクリニック<br>瀬戸岡459-11 ☎558-7730            |                                   | 清水耳鼻咽喉科クリニック<br>五日市1039-1 ☎596-6311 |                     | 三澤歯科医院<br>草花3310 ☎558-7011              |
| 23日(日) | 草花クリニック<br>草花2724 ☎558-7127               |                                   | 櫻井病院<br>原小宮1-14-11 ☎558-7007        |                     | 瀬沼歯科医院<br>五日市851-3 ☎596-3288            |
| 30日(日) | よこた小児科<br>雨間233-19 ☎559-2655              |                                   | 伊藤整形外科<br>秋川3-5-7 ☎558-6211         |                     | 塚本歯科医院<br>草花3258-4 ☎559-3040            |

※午前中の診療患者が多いなどの事情で、午後の診療時間が変更になる場合があります。また、受診の際は、診療科目を事前に確認してください。

救急相談センター #7119(救急車を呼んだ方が良かった場合、携帯電話、PHS、プッシュ回線)

小児救急医療電話案内 #8000

夜間等診療機関案内 消防庁テレホンサービス ☎521-2323 東京都ひまわり ☎03-5272-0303 秋川消防署 ☎595-0119

(以下は広告枠です)

東京都水道局指定工事店 トイレ修理・台所・浴室・洗面

**つまり緊急対応**

水漏れ 水漏れ 水漏れ

出張料(金)・キャンセル料(金) 0円(無料)

一切かかりません

基本料金 3,000円(税別)

※トイフル使用により、別途材料費がかかります(必ず事前にお知らせください)

全国に広がる信頼と安心の窓口

水のトラブルサポートセンター\*

24時間受付・年中無休

0037-6001-62532

詳しくはWEBへ▶ 水のトラブルサポートセンター 監修(株)シンエイ 関東本社:東京都中央区日本橋浜町2-60-3

地元の **リフォーム専門店** におまかせ!

これから **住まいの困ったな!** ご相談下さい

増築工事 内外装工事 水廻りリフォーム(台所・浴室・洗面・トイレ・住宅機器)

屋根葺き替え 外装塗装 外壁サイディング張り 換気扇 雪止め取付

サッシ取替 玄関ドア取替 内窓取付 網戸張替 クロス張り替え 換気扇取替

フローリング張替 階段張替 外構工事 エクステリア取付

**見積もり無料** .....お得な工事いろいろ.....

(有)東京リフォームサービス ☎533-0633 FAX / 533-0677

あきる野市三内647-4 Email / reform-1@tbp.t-com.ne.jp

築地本願寺 西多摩霊園  
西多摩霊園指定石材店

**富士石材株式会社**

墓所のご案内、お墓のお引越しまします。

お問合せ ☎0120(148)221

お申込み

福生支店 : 福生市福生 767 吉池ビル 2F

西多摩支店 : あきる野市菅生 680 番 西多摩霊園内

ホームページ : www.akirunofuji.co.jp