

子育て講座 親子でヨガ

ヨガを通じて、子どもとスキンシップを楽しみます。

▽日時 3月16日(木) 午前10時～11時

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽講師 伊奈雅美さん(ヨガインストラクター)

▽対象 2・3歳の子どものための保護者

▽定員 20組(申込み順)

▽持ち物など 飲み物、親子とも動きやすい服装

▽費用 無料

▽申込み方法 3月2日(木)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

親子で体験 菅生マウンテンバイク 体験教室

あきる野菅生の森づくり協議会が、森との親しみを感じる体験としてマウンテンバイク体験教室を行います。自転車、安全な乗り方やマナーの指導、初心者向けのマウンテンバイクコースの走行体験をします。

▽日時 3月25日(土) 午前9時～午後3時30分

秋川溪谷瀬音の湯で「あきる野市ゆかりの人」の展示をしています

あきる野市は、豊かな自然や歴史に恵まれ、時代に名を残す多くの偉人を輩出してきました。今回の展示では、新たに、日本一の養蚕家「鈴木寛太郎」を加え、日本人初のナイチンゲール記章受賞者「萩原タケ」といった11人の偉人にスポットを当て、その功績とゆかりの地を巡る散策モデルコースなどを紹介しています。

▽日時 5月7日(日)まで(3月

3月の市税の納期

○市・都民税 随時期
○国民健康保険税 随時期



森っこサンちゃんクラブ「シイタケって どうやってできる?」
「ドングリがなる木でシイタケをつくろう」

ノコギリで丸太を切り、ドリルで穴を開け、シイタケのコマを打ち込む、一連のシイタケのコマ打ち体験です。お昼は自分で飯ごうすいさんをし、みんなで豚汁を食べます。

▽日時 3月25日(土) 午前10時～午後3時

▽場所 小宮ふるさと自然体験学校

▽対象 市内在住の小学校1年生～3年生

▽定員 15人(申込み順)

▽費用 無料

▽チラシ兼申込書配布場所 環境政策課(五日市出張所)、小宮ふるさと自然体験学校、生活環境課、中央図書館、東部図書館エル、五日市図書館

※市ホームページからダウンロードできます。

▽主催 小宮ふるさと自然体験学校

▽その他 詳しくは、チラシ兼申込書をご覧ください。

▽申込み方法 3月22日(水)（必着）までに、申込書に必要事項を記入の上、送付するか直接窓口で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 環境政策課 環境の森推進係 ☎190・0164 五日市411、☎595・1120

あきる野保健相談所 3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） 健康診査 都内在住の方は、都内委託医療機関で、6～7か月児・9～10か月児健康診査を無料で受診できます。受診票は、「3～4か月児・産婦健診」時に配布しています。都外から転入した方で、あきる野市発行の受診票を持っていない方は、連絡の上、交付を受けてください。
2日(木)	育児相談	小学校入学前の乳幼児 （五日市保健センター）	午前9時45分 ～10時20分	
13日(月)		乳児（1歳未満）	午前9時 ～10時30分	
16日(木)		小学校入学前の幼児（1歳以上）		
3日(金)	3歳児 健康診査	平成26年2月1日～13日生まれ	午後1時 ～1時45分	
7日(火)		平成26年2月14日～28日生まれ		
10日(金)	1歳6か月児 健康診査	平成27年8月1日～14日生まれ		
14日(火)		平成27年8月15日～31日生まれ		
17日(金)	乳児産婦 健康診査	平成28年11月1日～14日生まれ		
21日(火)		平成28年11月15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。

3月の休日医科診療と歯科診療(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 9:00～11:45 13:00～16:45	診療時間 9:00～12:00 13:00～17:00	受付時間 17:00～21:45	診療時間 17:00～22:00	
5日(日)	あべクリニック 瀬戸岡459-11 ☎558-7730		星野小児科内科クリニック 小川東1-19-20 ☎559-7332		今里歯科医院 福生市本町78 ☎551-0440
12日(日)	いなメディカルクリニック 伊奈477-1 ☎596-0881		朱膳寺内科クリニック 秋留1-1-10 あきる野クリニックタウン1F ☎559-9201		梅田歯科医院 福生市福生1046 岸ビル102 ☎553-5161
19日(日)	近藤医院 油平35 ☎558-0506		さくらクリニック 野辺1003 ☎559-0118		島田歯科クリニック 福生市東町10-4 ☎552-3084
20日(月)	ほほえみクリニック 秋川2-18-18 オーエスビル1F ☎559-2887		佐藤内科循環器科クリニック 秋川2-5-1 ☎550-7831		片岡歯科医院 福生市本町44 ☎551-0353
26日(日)	こばやし内科小児科クリニック 草花1439-9 ☎518-2088		まつもと耳鼻咽喉科 秋留1-1-10 あきる野クリニックタウン1F ☎550-3341		ひらい歯科医院 日の出町平井971 ☎597-5979

※診療時間に変更になる場合があります。また、受診する際は、事前に診療科目を確認してください。
※この他の医療機関でも休日・夜間に診療を行っている場合がありますので、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(☎03-5272-0303)をご利用ください。

市では、市内の医科・歯科医療機関をまとめた、「あきる野市内医療機関一覧」を作成しています。一覧は、市役所、五日市出張所、増戸連絡所に配置しています。また、市ホームページでも市内医療機関情報を掲載しています。

(以下は広告枠です)

地域の皆様の健康を守る事が我々の仕事です

～医療・介護のことなら～



草花クリニック

まずはお気軽にお電話下さい!!

電話 042-558-7127 〒197-0802 東京都あきる野市草花2724番地



地元の リフォーム専門店 におまかせ!

お気軽に 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・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 樋取替 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 襖張り替え
フローリング張替 階段重張 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