

平成29年
4月15日号
広報
No.570

あきる野

主な記事

- ・あきる野の匠紹介冊子の発行…2面
- ・10%のプレミアム付き商品券取扱店募集…3面
- ・平成29年度市の予算…4面
- ・生活援助サービス従事者「登録のヘルパー」養成研修受講者募集…5面
- ・観光情報…8面

おすすめ!
市内の歌碑・
記念碑めぐり

市内には、さまざまな分野の方が、あきる野の歴史・文化・自然に触れ、そのときに詠んだ歌を刻んだ歌碑や記念碑があります。歌碑めぐりの冊子（市内の各公共施設に配置）を片手に市内を歩いてみませんか（歌人たちの紹介は2面）。

○三ヶ島葎子歌碑

徳雲院（乙津511）の境内にある歌碑には、小宮地区の方々が、地域の文化向上などを目的とし、三ヶ島葎子を後世に伝えるため、印象的な歌が刻まれています。



○中西悟堂歌碑

戸倉しろやまテラス（戸倉325）のグラウンド脇にある歌碑は、昭和63年当時、愛鳥教育モデル校であった戸倉小学校へ戸倉地区の方から、寄贈されています。



○金田一春彦歌碑

佳月橋（小中野、小和田地区）の脇にある歌碑は、昭和40年頃秋川渓谷の小和田辺りを訪れていた春彦氏が、秋川の美しさにちなみ詠んだ歌が刻まれています。



○水原秋櫻子句碑

あきる野ふるさと工房（乙津671）の敷地内にある句碑は、当時、疎開先の八王子に住んでいた秋櫻子が当地で紙漉きを見学したときのことを詠んだ句が刻まれています。



○三遊亭歌笑記念碑

生家のあった黒茶屋（小中野167）敷地内にある記念碑は、歌笑をモデルにした映画「おかしな奴」で歌笑役を演じた渥美清氏の筆で書かれています。



○五日市憲法草案の碑

五日市中学校（五日市400）敷地内にある碑は、明治自由民権運動期の私擬憲法草案である五日市憲法草案の代表的な条文が記されています。

世帯と人口

—平成29年4月1日現在—

世帯 35,067世帯 (前月比 131世帯増)

人口 81,315人 (前月比 13人増)

男 40,598人

女 40,717人

広報あきる野は、毎月1日と15日に新聞折込と個別配布でお届けしています。市内に住所があり、折込対象の新聞を購読していない方は、市に個別配布をお申込みいただければ、無料でお届けします。また、市のホームページでもご覧になれます。詳しくは市長公室にお問い合わせください。

再生紙を使用しています

あきる野を愛した 歌の詠み人



三ヶ島菫子



金田一春彦



中西悟堂



水原秋櫻子



三遊亭歌笑

▽三ヶ島菫子 歌人。明治19年埼玉県入間郡三ヶ島村(現埼玉県所沢市)に生まれる。西多摩郡小宮尋常高等小学校(現小宮ふるさと自然体験学校)に教員として勤めながら、「女子文壇」「スバル」などに短歌を発表

戦後からの約10年間を西多摩郡東秋留村(現あきる野市二宮)で過ごし、東秋留小学校の校歌や二宮音頭の作詞もした。俳句雑誌「馬酔木」主宰

▽三遊亭歌笑 落語家。本名は高水治男。大正6年西多摩郡五日市町小中野(現あきる野市小中野)に生まれる。三遊亭金馬、三遊亭円歌に師事。戦後、自作の落語「純情詩集」を発表し、リズムカルな口調、新しいセンスで一躍人気者となった

▽中西悟堂 野鳥研究家で歌人・詩人。明治28年石川県金沢市に生まれる。野鳥の会を創設し、自然保護に尽力した

▽金田一春彦 国語学者。大正2年東京市本郷森川町(現東京都文京区本郷)に生まれる。言語学者金田一京助の長男。日本語研究の第一人者といわれた。辞書の編さんも多い

▽申請・問合せ 保険年金課年金係 五日市出張所市民総合窓口係 (申請のみ) 青梅年金事務所 (☎0428・30・3410)

国民年金保険料 学生納付特例制度

大学や専修学校などの学生で、保険料の納付が困難な方は、本人の前年所得が基準額以下で、申請して認められると保険料の納付を延期することができます

小・中学校新副校長

4月1日付で、市内小・中学校の副校長に人事異動がありました。(敬称略)

市立小平第八小学校主幹教諭

増戸中学校 友部薫(青梅市立第二中学校主幹教諭)

市議会本会議の模様をインターネットで配信!

現在、3月定例会議の本会議の模様を配信しています。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

あきる野の匠 紹介冊子の発行

あきる野市の自然、歴史や文化から生まれ、先代から受け継がれてきた伝統の味、技法、熟練の技術などの承継者として認定した「あきる野の匠」8人を一同に集めた冊子を作成しました

市人事異動 4月1日付け

部長級「」内は旧職 環境経済部商工観光担当部長 門脇徹(都市整備部長)

就学相談説明会

市内の特別支援学級(固定、通級、特別支援教室)、都立特別支援学校の概要と就学相談や転学相談等の進め方や手続きなどについて説明します

音訳ボランティアの協力により作成をしている、デジタル版広報あきる野(音声版広報)のCDを各図書館で貸し出しています

市内公立6中学校合同バンドによるマーチング演奏会



生徒たちの練習成果を披露する機会となります。多くの方の

市有地を売却します

- ▽参加資格 個人か法人
▽売却物件 表のとおり
▽参加要領の配布
●期間:4月17日(月)~5月12日(金)
●時間:午前9時~午後5時
●場所:市民課 五市出張所
市民総合窓口(土曜日は、市民課のみ)
※市ホームページからダウンロードできます。
▽参加申込み受付
●期間:5月1日(月)~12日(金)
(土曜・日曜日、祝日を除く)
●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3割以上の入札保証金を納付してください。
▽入札方法 5月15日(月)から19日(金)(必着)までに、入札書入札保証金領収書(納入通知

10部のプレミアム付き商品券取扱店募集

あきる野商工会では、市と協力し、管内の経済対策事業として、あきる野市・檜原村内の店舗で使用できる10部のプレミアムを付けた期間限定の商品券を取り扱う店舗を募集します。
▽商品券の概要
●額面5000円の商品券22枚綴り1万1000円分を1冊1万円で2万5000冊販売
●商品券発行日:7月18日(火)
●先行販売(3000冊):7月18日(火)
●売日(7月18日)現在で75歳以上の方、障害者手帳をお持ちの方、母子手帳をお持ちの妊婦の方、未就学児(平成23年4月2日以降生まれ)がいる世帯の代表者を対象に、往復はがきによる抽選で販売予

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:5月22日(月) 午前10時
●場所:市役所5階504会議室
▽契約期限 札された方は、7月7日(金)までに契約してください。
▽問合せ 契約管財課(直通58・1390)

表 売払い物件

Table with 6 columns: 物件番号, 所在地番, 地目(公簿), 地積(公簿), 用途地域建ぺい率、容積率, 最低売却格. It lists 5 properties for sale with their respective details.

※1...土地利用条件として建築物の用途は戸建て専用住宅に限る。
※2...確定測量地積 ※3...現況測量地積 ※4...土地区画整理事業換地処分地積

使用期間:発行日から12月31日(日)まで
●対象 商工会会員の事業所(未加入事業所は、加入手続きを行ってください)
▽申込み方法 申込書に記入の上、5月15日(月)までに申し込んでください。
※詳しくは、あきる野商工会のホームページ(http://www.wakurunone.jp/)をご覧ください。
▽申込み・問合せ あきる野商工会(☎559・4511)、商工振興課商工振興係

手当や医療費助成の手続きはお済みですか
市内在住で、乳幼児、児童、ひとり親、障がい児などで次の

- ▽児童扶養手当
●対象:平成11年4月2日以降の生まれか障がいのある20歳未満の方で、次に該当する児童(児童福祉施設に入所している方を除く)を扶養している父、母か養育者
●父母が離婚した児童
●父か母が死亡した児童
●父か母に重度の障がいのある児童
●父か母が生死不明の児童
●父か母に1年以上遺棄されている児童
●父か母が裁判所からDV保護命令を受けた児童
●父か母が法令で1年以上拘禁されている児童
●婚姻によらないで生まれた児童
●手当額(月額)
●全部支給:4万2290円
●一部支給:4万2280円
●9980円
●第2子加算額:全部支給9990円、一部支給9980円
●55000円
●第3子以降加算額:全部支給5990円、一部支給5980円
●0円~30000円
●4月分から改定されました。
●所得などで支給停止になることがあります
●手当額(月額)
●0歳~3歳未満(一律):1万5000円
●3歳~小学校修了前(第1子・第2子):1万円
●3歳~小学校修了前(第3子以降):1万5000円
●中学生(一律):1万円
●所得制限を超える方(一律):5千円
●養育する子ども(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)のうち、年長者から第1子、第2子と数えます。
●支給月:6月、10月、2月(前月分までをまとめて支給)
▽ひとり親関係手当・助成制度
●対象:児童扶養手当の対象者と同じ
●内容:医療機関で支払う申請者と対象児童の医療費(保険診療の自己負担分)を助成(所得により一部負担金有)
▽障がい児関係手当制度
●対象:20歳未満で心身に障がいがあり、次のいずれかに該当する児童を養育している方(児童福祉施設に入所している場合を除く)
●「愛の手帳」1~3度程度の児童
●「身体障害者手帳」1・2級程度の児童
●脳性マヒまたは進行性筋萎縮症の児童など
●手当額(月額)
●児童1人につき:1万5500円
●支給月:6月、10月、2月(前月分までをまとめて支給)
▽特別児童扶養手当
●対象:20歳未満で心身に障がいがあり、次のいずれかに該当する児童を養育している方(児童福祉施設に入所している方、児童の障がい理由とする年金を受給している方を除く)
●「愛の手帳」1・2度か3度の児童
●「身体障害者手帳」1~3級程度の児童か同程度の児童
●手当額(月額)
●手当等級1級:5万1450円
●手当等級2級:3万4270円
●4月分から改定されました。
●支給月:4月、8月、11月(前月分までをまとめて支給)
●その他 障がいのある方の手当は、特別障害者手当、障害児福祉手当、重度心身障害者手当、心身障害者(児)福祉手当、心身障害者(児)交通費等助成金がありますので、障がい者支援課にお問い合わせください。
▽申請・問合せ 子ども政策課

一般会計予算の歳入の主な内容

〈市税〉

前年度に比べ1億9767万円、1.9%の増です。市民税は、個人の納税義務者数や法人数の増加に伴う増、固定資産税は、新築家屋の増加に伴う増などによるものです。

個人市民税と固定資産税の合計で、市税全体の83.2%を占めています。

〈地方交付税〉

前年度に比べ1億4626万円、3.5%の減です。地方消費税交付金や利子割交付金の減少などの増加要因があるものの、生活保護費の減少や臨時財政対策債への振替額の増加などの減少要因が大きいことによるものです。

一般会計予算の歳出の主な内容

〈保健・福祉の充実〉

- ・私立保育所整備事業…4億3079万円
- ・病児・病後児保育室整備事業…1億1919万円
- ・認定こども園整備事業…7263万円
- ・子育て支援拠点整備事業…6992万円
- ・子育てひろば事業…3153万円
- ・保育従事職員宿舍借上支援事業…1636万円
- ・子どもの学習支援事業…810万円
- ・若年層ピロリ菌検診事業…388万円
- ・特定不妊治療費助成事業…325万円 など

〈安全・安心なまちづくり〉

- ・防火水槽設置事業…3601万円
- ・防災行政無線デジタル化事業…1447万円
- ・通学路防犯カメラ設置事業…670万円
- ・ソーラー外灯整備事業…605万円
- ・自主防災組織育成事業…504万円
- ・ライブカメラ整備事業…417万円
- ・り災証明書発行システム整備事業…416万円
- ・自動通話録音機貸与事業…105万円
- ・炊き出しステーション整備事業…58万円 など

〈都市基盤の整備〉

- ・都道伊奈福生線道路整備事業…2億1618万円
- ・武蔵引田駅北口土地区画整理事業…1億9141万円
- ・橋梁補修事業…1億476万円
- ・秋3・5・15二宮東西線整備事業…5729万円
- ・市道I-9号線道路整備事業…5670万円
- ・市道I-20号線道路整備事業…4500万円
- ・市道I-23号線道路整備事業…4000万円
- ・市道増戸213号線道路整備事業…3080万円
- ・秋川駅自由通路エレベーター設置事業…1600万円 など

〈産業の活性化〉

- ・林道整備事業…8980万円
- ・雨間東郷前地区法面改修事業…5000万円

〈都支出金〉

前年度に比べ3億6744万円、7.5%の増です。民間保育所や病児・病後児保育室の整備に係る補助金などの増加によるものです。

〈国庫支出金〉

前年度に比べ2億4732万円、5.4%の減です。生活保護費負担金や臨時福祉給付金給付事業費補助金などの減少によるものです。

〈市債〉

前年度に比べ2億6990万円、19.1%の増です。臨時財政対策債や小学校非構造部材耐震化事業債、私立保育所整備事業債などの増加によるものです。

- ・都市農業活性化支援事業…4817万円
- ・地域経済活性化対策事業(プレミアム商品券)…2000万円
- ・創業就労支援事業…1440万円
- ・加害獣侵入防止対策事業…515万円
- ・獣害防止対策共同研究事業…250万円 など

〈観光・環境〉

- ・秋川渓谷戸倉体験研修センター運営管理事業…2416万円
- ・秋川渓谷観光トイレ整備事業…2058万円
- ・郷土の恵みの森づくり森林レンジャー事業…1560万円
- ・小宮自然体験学校運営事業…1503万円
- ・秋川渓谷観光プロモーション事業…884万円
- ・生物多様性保全事業…539万円
- ・郷土の恵みの森づくり事業…514万円 など

〈教育とスポーツ・文化の振興〉

- ・小中学校非構造部材耐震化事業…8667万円
- ・小中学校就学援助事業…7540万円
- ・小中学校水飲栓直結給水化事業…6724万円
- ・学力ジャンプアップ事業…1600万円
- ・秋川キララホール音響設備改修事業…1547万円
- ・放課後子ども教室推進事業…949万円
- ・適応指導教室運営事業…775万円
- ・御堂中学校校舎増築事業…450万円 など

〈その他〉

- ・市議会議員選挙執行経費…5077万円
- ・都議会議員選挙執行経費…3348万円
- ・各種証明書コンビニ交付システム構築事業…540万円 など

平成29年度
市の予算を
お知らせします

平成29年あきる野市議会第1回定例会3月定例会議で、平成29年度一般会計予算と7つの特別会計予算が可決されました。

予算規模は、一般会計と7つの特別会計を合わせて、前年度比1.2%増の529億7423万円となりました。

ここでは、平成29年度における予算編成の概要、会計別予算、一般会計の歳入と歳出の主な内容についてお知らせします。

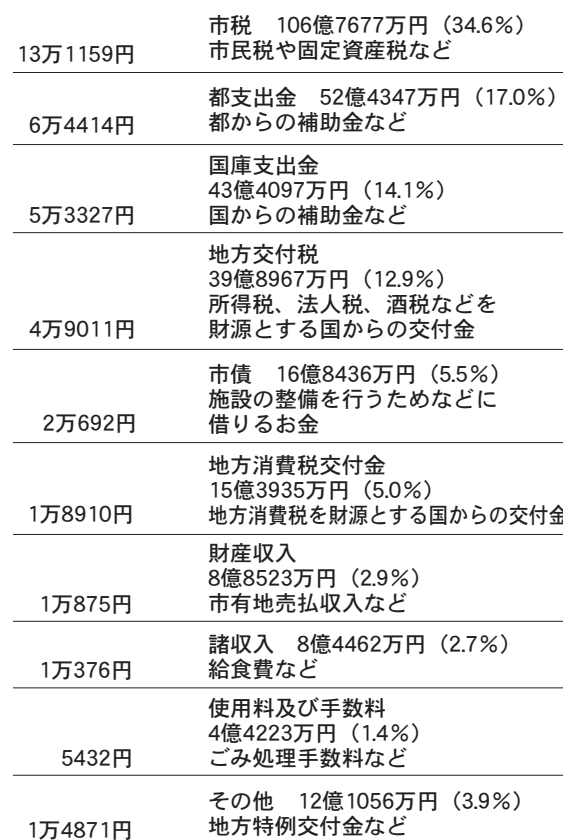
予算編成の方針

平成29年度の予算は、将来都市像である「人と緑の新創造都市」の実現に向け、「後期基本計画」に掲げるテーマと「まち・ひと・しごと創生総合戦略」に掲げる基本目標を踏まえ、重点的に取り組むべき施策を計画的に推進するため、限られた財源の重点的かつ効率的な配分に努め、編成を行いました。

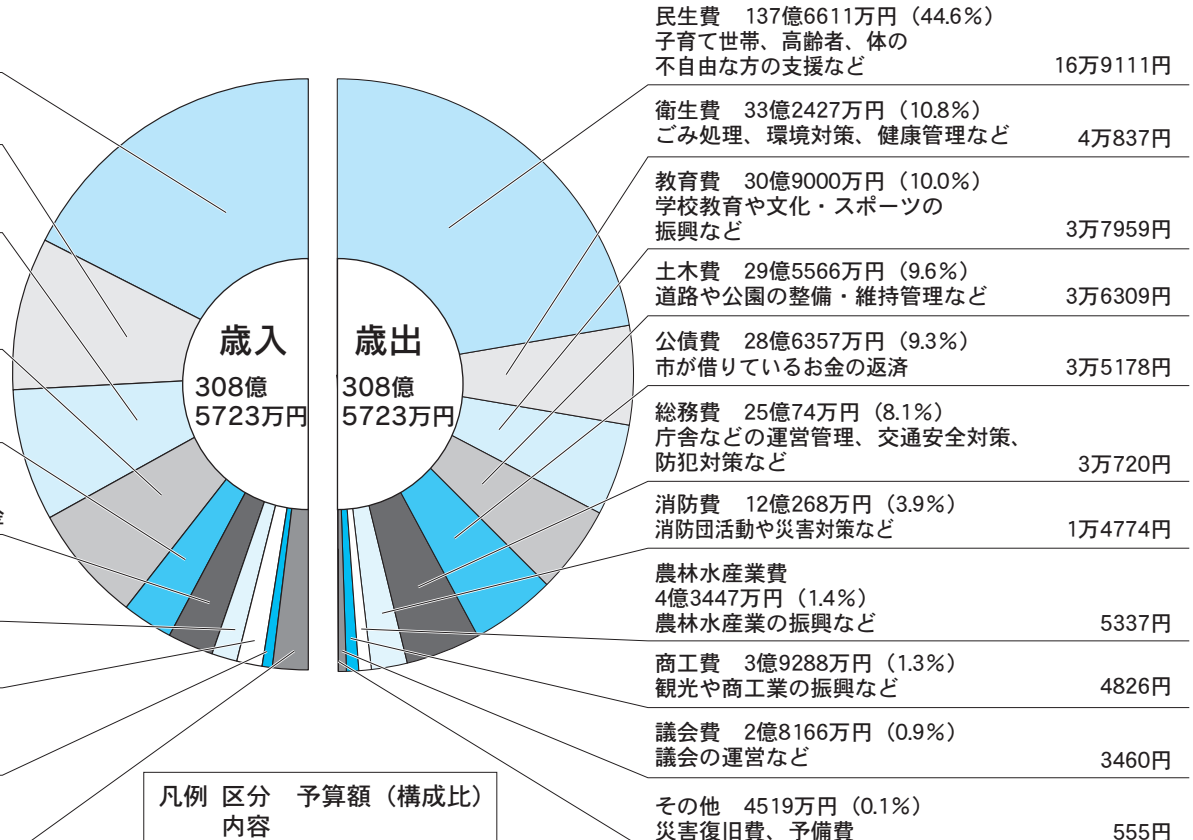
会計別予算

区分	平成29年度	対前年度比(%)
一般会計	308億5723万円	1.0
特別会計	221億1700万円	1.5
国民健康保険	105億2926万円	1.0
後期高齢者医療	18億903万円	6.0
介護保険	59億4145万円	1.6
戸倉財産区	450万円	△0.6
下水道事業	35億1582万円	△0.9
テレビ共同受信事業	4087万円	1.4
秋多都市計画事業武蔵引田駅北口土地区画整理事業	2億7607万円	23.4
合計	529億7423万円	1.2

市民一人当たりの予算額



一般会計歳入歳出予算額の内訳



※「市民一人当たりの予算額」は、それぞれの予算額を平成29年1月1日現在の人口(81,403人)で割ったものです。

生活援助サービス従事者「登録のヘルパー」養成研修受講者募集

地域にお住まいの高齢者の中で、介護度が比較的軽度な方(要支援1・2相当)に対する生活援助(掃除、買物、調理など)が、資格のあるホームヘルパーなどに加え、市が実施する研修を受講・修了した「登録のヘルパー」が行うことができます。

- ▽登録のヘルパーは、事業所に雇用されることで従事することができます。
- ▽受講期間 5月29日(月)～31日(水)
- ※訪問介護サービスの同行訪問1日(講義受講後、1か月以内に実施)
- ▽時間 午前9時～午後4時
- ▽場所 市役所5階505会議室

食品の放射性物質検査結果

市では、食品の安全・安心を確保するため、小・中学校などの給食で使用される食材を対象に、食品に含まれる放射性物質の測定を行っています。平成28年度は、基準値を超える食材は検出されませんでした。

空間放射線量測定結果

3月27日・28日に定点の6か所と山間部8か所で測定を行った結果、基準値(毎時0.23μSv)を超える地点はありませんでした。なお、近年は測定値の推移に

▽内容 介護の基本、介護・福祉サービスの理解と医療の連携、認知症の理解などに関する講義など

- ▽講師 あきる野市介護事業者連絡協議会の会員など
- ▽対象 おおむね1年以上「登録のヘルパー」として事業所に雇用され、就労することを希望する方
- ▽定員 30人(抽選)
- ※事業所などに雇用されることが決まっている方を優先
- ▽持ち物 筆記用具
- ▽費用 無料
- ▽申込み方法 4月28日(必着)までに、窓口に配置している申込用紙に必要事項を記入の上、身分証明書をお持ちになり、直接窓口で申し込んでください。
- ※市ホームページからダウンロードできます。
- ▽申込み・問合せ 高齢者支援課介護保険係

リサイクル品募集

大きな変動が見られないため、4月測定分から測定場所を14か所から6か所に、また頻度を月1回から年4回に変更します。今後の測定結果の詳細は、市ホームページで公開していきます。



5月13日(土)に開催するリサイクルフェアで、「必要のなくな

はつらつ元気アップ教室 参加者募集



住み慣れた地域でいつまでも元気で過ごせるよう、日常生活に役立つ講話や自宅で取り組める体操を取り入れた教室を開催します。

▽日時 5月15日(月)～7月10日(月)(全9回) 午前10時～11時30分

▽場所 千代里会館

- ▽内容 体力測定、筋力アップ体操、栄養や口腔ケアに関する講話など
- ▽講師 健康運動指導士、歯科衛生士、管理栄養士
- ▽対象 市内在住の65歳以上の方
- ▽定員 16人程度(申込み順)
- ▽持ち物など 上履き、タオル、飲み物、筆記用具、動きやすい服装
- ▽費用 無料
- ▽その他 希望者には、自宅か最寄りのバス停などから会場まで、送迎します。
- ▽申込み方法 4月17日(月)から27日(木)までに、電話で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(直通558・1953)

ごみの減量のための助成制度

市では、生ごみ堆肥化容器購入費の一部補助と、家庭用EM菌生ごみ処理容器の無償貸与(貸し出し)を行っています。

- ▽生ごみ堆肥化容器(コンポスト) 購入費
- 補助対象：市内在住で、今年中に補助金の交付を受けていない方、交付を受けて3年を経過している方で、継続的に

高齢者げんき応援事業

高齢者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次の事業を実施します。

- ※受付時間：平日午前9時～午後5時
- ※4月17日(月)から電話で申し込んでください。
- ▽開戸センター (0550・2755)



▽糸引き絵で、しおりとブックカバーを作ろう。糸引き絵で、オリジナルブックカバーとしおりを作ります。

使用できる方

- 補助金額
- 地上型：購入金額の2分の1以内(限度額2500円)
- 埋設型：購入金額の2分の1以内(限度額4500円)
- ※100円未満の端数切捨て
- 申請方法：領収書、容器の保証書、はんこ、申請者の振込口座番号が分るものをお持ちください。
- ▽家庭用EM菌生ごみ処理容器の貸与(貸し出し)
- 貸与の要件：市内在住の方

高齢者げんき応援事業

高齢者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次の事業を実施します。

- 日時：5月～7月の第1・第3火曜日(全6回) 午前10時30分～正午
- 講師：辻かおりさん
- 定員：10人(申込み順)
- 費用：月2千円
- その他：道具は全て貸し出しします。
- 日時：5月～7月の第1・第3火曜日(全6回) 午前10時30分～正午
- 講師：辻かおりさん
- 定員：10人(申込み順)
- 費用：月2千円
- その他：道具は全て貸し出しします。

萩野センター (0550・2722)

▽認知症サポーター養成講座

- 日時：4月27日(木) 午後1時30分～3時
- 講師：キヤラバンメイト
- 定員：20人(申込み順)
- 費用：無料
- ▽初めての囲碁教室 囲碁未経験の方へ丁寧に指導します。
- 費用：1回800円(材料費別)

高齢者げんき応援事業

高齢者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次の事業を実施します。

- 日時：5月1日～7月3日の毎週月曜日 午前10時～正午
- 講師：秋川囲碁連盟
- 定員：10人(申込み順)
- 持ち物：筆記用具
- 費用：1回500円
- ▽五日市センター (0533・0300)
- 日時：5月1日～7月12日の第2・第4水曜日(全6回) 午前10時30分～11時30分
- 講師：橋本よしこさん
- 定員：10人(申込み順)
- 持ち物など：タオル、動きやすい服装
- 費用：1回500円
- ▽活け花教室(草月流) 初心者向けの教室です。日々の暮らしに花を飾りましょう。
- 日時：5月1日・15日・6月5日・19日、7月3日・10日の月曜日(全6回) 午前10時30分～正午
- 講師：精流・大場智子さん
- 定員：10人(申込み順)
- 持ち物：花ばさみ(お持ちの方)
- 費用：1回800円(材料費別)

●費用：1回800円(材料費別)

●費用：1回800円(材料費別)

森つこさんちやんクラブ
「草むらりを耕して畑をつくり、
ジャガイモを育ててみよう」



草むらりに自分で畑をつくり、ジャガイモを植えて収穫する農業体験をします。草を取り、石をどけ、一から耕した畑をどのようになら作物を育てます。えながら作物を育てます。

- ▽対象 市内在住の小学校4年生〜6年生(両日参加できる)
- ▽場所 小宮ふるさと自然体験学校
- ▽日時 4月22日(土) 午前9時〜午後4時(予定) 4月30日(日) 午前10時〜午後3時頃
- ▽費用 無料
- ▽申し込み方法 4月27日(木)まで、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。
- ▽申し込み・問合せ 環境政策課 環境の森推進係 ☎190010164 五日市411、595・1120

市民解説員が
案内する市内探訪

①大正の産業遺産と
戸倉周辺の歴史を巡る

- 日時: 4月22日(土) 午前9時〜午後4時(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(厳守)
- コース: 武蔵五日市駅(バス) ↓ 荷田子バス停 ↓ 乙津取水堰 ↓ 秋川溪谷瀨音の湯 ↓ 石舟橋 ↓ 戸倉浄水所 ↓ 戸倉しろやまテラス(昼食) ↓ 光厳寺 ↓ 三嶋神社・武多摩神社 ↓ 子生神社 ↓ 西小中野バス停(バス) ↓ 武蔵五日市駅(解散) (約13キロ)
- 定員: 20人(申込み順)
- 持ち物など: 弁当、飲み物、雨具、筆記用具、歩きやすい服装・靴など
- バス代と戸倉しろやまテラス

②風薫る五月
〜里山野山紀行〜

- 日時: 5月10日(水) 午前8時30分〜午後1時(予定)
- 雨天の場合は12日(金)
- 集合場所・時間: 秋川駅北口 午前8時30分(厳守)
- コース: 秋川駅(バス) ↓ 西多摩霊園 ↓ 菅生兄弟塚 ↓ 福泉寺 ↓ 長泉寺跡薬師堂 ↓ 亀の子石(瀬戸岡会館) ↓ 猿田彦碑 ↓ 珠陽院 ↓ とうがらし地蔵 ↓ 金山様祠 ↓ 代田橋バス停(バス) ↓ 秋川駅(解散) (約6キロ)
- 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
- 費用: バス代は個人負担
- ▽対象 市内在住・在勤の方
- ▽申し込み方法 4月17日(月)から電話で申し込んでください。
- ▽申し込み・問合せ 中央公民館 ☎559・1221

あきる野総合
スポーツクラブ
「アスポルト」
初心者向けスポーツ種目
体験教室

- 月替わりで、さまざまなスポーツ種目が体験できる『レツツ! トライ!』を開催します。
- ▽期日 毎月第1日曜日
- ▽時間 午後1時30分〜3時
- ▽場所 都立あきる野学園
- ▽内容 ダンス、ボクシング、ミット打ち、卓球、その他ボッチャやスポーツ吹矢など
- ▽持ち物など 上履き、飲み物
- ▽費用 1回500円(参加の都度お支払いください)
- ▽初回のみ別途千円(保険料)
- ▽申し込み・問合せ アスポルト「(一社)あきる野総合スポーツクラブ」 ☎595・5190

「菅生いづもの森広場」
参加者募集



市では、「あきる野菅生の森づくり協議会」を設置して、産学が連携して郷土の恵みの森づくりを進めています。この取組の一環として、次世代を担う心豊かな子どもたちを育てるための体験の場として、里山と触れ合いながら、森や川の生き物探しや森での遊び、

めざせ健康あきる野21

健康情報「健やか」(102)



「睡眠で健康維持」

睡眠は、健康維持には欠かせません。

長時間寝てもスッキリしなかったり、反対に短時間でも熟眠感を得られなかったりすることはありますか。個人差もありますが、睡眠は「時間」ではなく「質」が大きく影響していると考えられます。睡眠の役割は、身体の疲労回復のほか、脳を休ませることにあります。脳は深く眠ることで、その機能を十分に発揮してくれます。

適切な時間と質の良い睡眠で、脳をしっかり休ませることで、朝起きた時に「ぐっすり寝た」という熟眠感を得ることができ、日中、眠気を感じることもありません。睡眠の時間と質のバランスが崩れると、意欲や記憶力など精神機能の低下だけでなく、ホルモン分泌や自律神経機能に影響を及ぼすことになり、生活習慣病のリスクが高まるといわれています。

また、私たちの身体をつくるために必要な成長ホルモンは、就寝後2・3時間後の深い眠りの時に集中的に多く分泌されるので、細胞の修復や代謝の促進、疲労回復のためにも、スムーズな眠りと睡眠の環境づくり

が重要です。

質の良い眠りに
入るためのポイント

スムーズに眠るためには、「体内時計」を1日24時間の生活に合わせる必要があります。その調整役は太陽の光です。太陽の光を浴びることで、目から光の情報が伝わり、「体内時計」がリセットされます。また、朝食を食べることも心と身体を目覚めさせてくれます。

このようにリセットされた「体内時計」により、夜には自然と眠気が訪れることとなります。テレビやパソコン、携帯電話などの強い光は、「体内時計」を遅らせたり、睡眠を促す物質の分泌を抑えてしまうため、寝る前の使用は控えましょう。

また、快適な睡眠の環境づくりのために部屋を暗めにしたり、暖色系の照明にすることをお勧めします。体温が低下すると眠気を感じ、眠り始めの睡眠を深くすることができるので、寝る前には、ぬるめのお湯にゆっくり入浴するなど、上手に体温を調節しましょう。

○問合せ 健康課健康づくり係

くらしの知恵袋

～消費生活相談情報～

どんなときに相談できる?
消費生活相談窓口の利用方法

消費生活相談では、消費生活に関する商品やサービスの契約トラブル等の相談に、消費生活相談員が応じ、助言・あっせんなどを行っています。

平成28年度に多かった相談は、インターネットサイト上での契約、借家退去時のクリーニング費用、ガス業者による訪問販売、屋根や雨どいの点検工事などが挙げられます。

相談の際は、契約内容を整理したメモや契約書面があるとスムーズです。相談内容によっては、より専門性の高い相談機関などをご案内する場合がありますが、内容の幅広さも「消費生活相談」の特徴です。「これは相談して

もいいのかな」と疑問に思ったら、気軽に消費生活相談窓口をご利用ください。

○あきる野市消費生活相談窓口 契約に関するトラブルや悪質商法など、消費生活に関して困ったときは、一人で悩まずに気軽にご相談ください。電話でも相談にお答えします。

●開設日時…毎週月曜・木曜日 午前9時〜午後4時(正午〜午後1時を除く)

※予約の必要はありません。

●場所…市役所1階市民相談室

※月曜・木曜日以外でお急ぎのときは、東京都消費生活総合センターにご相談ください。

○東京都消費生活総合センター

●開設日時…毎週月曜日〜土曜日 午前9時〜午後5時

●消費生活相談…☎03-3235-1155

※多重債務相談も受け付けています。

(以下は広告枠です)

創業39年!
オザムポイントカード提携店
ポイントが貯まります。
春の39セール開催!!
カリモク家具
フランスペット
小島工芸、その他
取扱いございます!
石塚家具

襖、障子、壁紙貼替
カーテン、ジュータン
掛軸、額装、施工
星川表具店
瀬戸岡店 ☎(042)-532-2360
雨間店 ☎(042)-558-6652
青梅店 ☎(0428)-76-2781

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31年
ISO9001認証取得
株式会社 アイ・シー・エス
あきる野市野辺465-1
042-559-3021(代)

ネットワーク

官庁
などからの
お知らせ

シルバー人材センター からのお知らせ

▽刃物研ぎ

●日時：4月25日(火) 午前9時
午後2時(雨天実施)
●場所：秋川農業協同組合増戸
支店駐車場内(伊奈859-1)

▽費用

●費用：包丁1本300円
※何本でも可

▽パソコン教室開催

●期日：5月8日(月)～6月16日(金)
●場所：(公社)あきる野市シルバー人材センター
●通常教室コース：パソコン入門、ワード初級、ワード応用、エクセル初級

市民のひろば

掲載に関する問合せ
市長公室
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 / その他 / 問合せ

会員募集

あきる野市漢詩学習会

日毎月第1・第3月曜日 13時
30分～15時30分 / 場中央公民館
/ 活優しい作詩指導、漢詩鑑賞、漢詩大会、文化祭参加 / 入
無し / 会月500円 / 問木元 ☎
559・5936

精神障害当事者会シャトル

日毎月第1土曜日 13時～17時
/ 場生活支援センター / 活
活精神障がいなどの病を持った
れた当事者による会です / 入
無し / 会年12000円 / 問森田

*内容：各コース12時間(週1
回2時間×6回)
●短期教室コース：Windows
10やさしい基本操作、イン
ターネットを楽しむ。
*内容：各コース6時間(週1
回2時間×3回)
●定員：各8人
●その他：Windows10のOffi
ce2013を使用します。
日程、講習料金など、詳しい
内容は、お問い合わせくださ
い。ホームページでも閲覧で
きます。
●申込み方法：4月17日(月)から
28日(金)までに、本人が直接窓
口か電話で申し込んでくださ
い。

▽申込み・問合せ (公社)あ
きる野市シルバー人材センタ
1 ☎558・1414

▽成年後見制度連続講座(基本 偏)

●成年後見制度を利用す
る際の流れや手続き、利用し
た後の支援内容等、実際に成
年後見人などとして活動して
いる弁護士や司法書士、社会
福祉士から話を聞き、一緒に
学びます。
●期日：5月19日(金)
●講師：石井寛昭さん(司法書
士)
▽成年後見制度連続講座(応用
偏) 成年後見制度につい
て、事例を交え詳しく学びま
す。
●期日：6月16日(金)
●講師：足立剛さん(弁護士)
▽成年後見制度連続講座(交流
会偏) 成年後見制度につ
て話しながら学びます。
●期日：7月21日(金)
●時間：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
▽対象 成年後見制度に関心
のある方
▽定員 40人
▽共催 あきる野地域包括支
援センター
▽申込み方法 電話で申し込ん
でください。

●申込み・問合せ (公社)あ
きる野市シルバー人材センタ
1 ☎558・1414

▽成年後見制度連続講座

●成年後見制度を利用す
る際の流れや手続き、利用し
た後の支援内容等、実際に成
年後見人などとして活動して
いる弁護士や司法書士、社会
福祉士から話を聞き、一緒に
学びます。
●期日：5月19日(金)
●講師：石井寛昭さん(司法書
士)
▽成年後見制度連続講座(応用
偏) 成年後見制度につ
て、事例を交え詳しく学びま
す。
●期日：6月16日(金)
●講師：足立剛さん(弁護士)
▽成年後見制度連続講座(交流
会偏) 成年後見制度につ
て話しながら学びます。
●期日：7月21日(金)
●時間：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
▽対象 成年後見制度に関心
のある方
▽定員 40人
▽共催 あきる野地域包括支
援センター
▽申込み方法 電話で申し込ん
でください。

オカリナ同好会

日毎月第2・第4金曜日 / 場
中央公民館 / 活オカリナの練習
(アンサンブル)、秋川キララ
ホールで行われる市民文化祭で
発表 / 入無し / 会月2千円 / 問
宮入 ☎559・7182

講演会など

五日市やまぐさ会山野草展

日4月22日(土)・23日(日) 9時～
16時 / 場マルモ秋川本店(引田
541) / 費無料 / 他山野草約
150点を展示。先着200人
に山野草の苗をプレゼント / 問
五日市やまぐさ会 高水 ☎5
5・1231

第24回スプリングコンサート

日4月30日(日) 15時30分開演 /
場府中の森芸術劇場 / 費千円 /
他吹奏楽部員におけるコンサ
ト / 問東海大学菅生高等学校吹
奏楽部 加島 ☎559・2220

▽申込み・問合せ あきる野市
社会福祉協議会権利擁護係
(☎533・3548)

▽研修内容 保育や子育て支援
分野の各事業に従事する上で、
必要な知識や技能などを有す
る「子育て支援員」の養成研
修です(地域保育コース、地
域子育て支援コース、放課後
児童コース、社会的養護コー
ス)。
▽その他 申込み方法や研修な
ど、詳しくは東京都福祉保健
財団ホームページ(http://w
ww.fukushizaikan.jp/111
kosodateshien/)、都ホ
ーミング(http://www.fuk
ushihoken.metro.tokyo.j
p/kodomo/katei/kosoda
teshienkensyu01.ht
ml)を閲覧ください。
▽問合せ(公社)東京都福祉
保健財団法人養成部福祉人材
養成室子育て支援員担当(☎
0303・333444・85533)

▽申込み・問合せ 環境政策課環境政策係 (☎595-1110)

小さな子どものためのおさんぽ会



春から夏へ、木も草も虫も子どもたちも、日
ごとに成長していく季節。大澄山周辺をのんび
り歩いて、足もとの小さな自然を感じ、生き物
との出会いを楽しみます。
○日時 5月14日(日) 午前10時～11時30分
○集合場所 草花会館(草花1781-4)
○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
○費用 1人50円(保険代を含む)
○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)。
○企画運営 あきる野市環境委員会森のようちえん部会
○申込み方法 4月17日(月)から5月9日(火)までに電話で申し込ん
でください。
○申込み・問合せ 環境政策課環境政策係 (☎595-1110)

図書館からのお知らせ

4月の休館日
○中央図書館 毎週金曜日と18日(火)
○東部図書館、五日市図書館、中央図書館増
戸分室 毎週月曜日と29日(土)

子ども読書の日
4月23日(日)の「子ども読書の日」にちなみ、市
内の各図書館では、4月19日(水)から5月31日(水)
まで「『本って楽しいな』子ども読書の日推進
事業」の期間とし、関連事業を実施します。
小学生わくわくハッピーバック
職員が選んだ小学生向けの福袋です。コメント
を見て、ドキドキしながら選んでください。
○期間 4月19日(水)～5月7日(日)
※なくなり次第終了します。
○場所 中央図書館(50セット)、中央図書館増
戸分室(20セット)

中央図書館(☎558-1108)
おはなし会
○日時 4月23日(日) 午前11時～11時30分
人形劇(ボランティアグループ・わらべうたサークル)
○日時 4月23日(日) 午後2時～2時30分
○演目 たべられたやまんば

○対象 幼児～小学生
わらべうたのじかん
○日時 4月24日(月) 午前11時～11時20分
○対象 0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(おはなしタ・ン・ト)
○日時 4月26日(水) 午後3時～3時30分
中央図書館ギャラリー展示 五日市憲法草案
都指定有形文化財の「五日市憲法草案」原本と
パネルの展示を行います。
○日時 4月29日(土)～5月7日(日) 午前10時～
午後8時(土曜・日曜日、祝日は午後6時まで
5月5日(金)を除く)
○場所 1階エントランスホール

東部図書館エル(☎550-5959)
つくってあそぼう!工作会
ロケットを作って飛ばします。
○日時 4月22日(土) 午後3時～4時
○対象 幼児～小学生(幼児は保護者同伴)
ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)
○日時 4月23日(日) 午前11時～11時30分
「子ども読書の日」おはなし会
○日時 4月26日(水) 午後3時30分～4時
ひよこのおはなし会
○日時 4月27日(木) 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

五日市図書館(☎595-0236)
子ども読書の日推進事業 おはなし&工作教室
**「チョークアートを描こう!～指でくるくるお絵
かきしよう～」**
チョークでお菓子の絵をボードに描きます。
○日時 4月22日(土) 午後2時～3時30分
○講師 斉藤映子さん
○対象 小学校低学年
○定員 16人(申込み順)
○申込み方法 五日市図書館に電話か直接申し込
んでください。
わらべうたのじかん
○日時 4月27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

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、図書館に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デイジー版広報あきる野(音声版広報)の貸出

(以下は広告枠です)

自然と癒しをテーマに愛犬と自然との共生を体験できる
わんだブル ネイチャー ビレッジ

Wonderful Nature Village

犬をお連れのお客様は「狂犬病予防接種注射済」が証明
できるものと三種以上の「混合ワクチン予防接種証明書」
(いずれも接種日より1年以内)が必要になります。
両方ともご提示いただけない場合は、犬はご入園
することができません。

営業情報等詳しくはWEBサイトでご確認ください
東京都あきる野市上代600
☎042-558-5861
https://www.wnv.tokyo/

ドッグラン

カフェレストラン AZEKIRI

バナナチョコパンケーキ マルゲリータPizza

無料「広報あきる野」の個別配布サービスを受け付けています

市では、「広報あきる野」を受け取れない世帯や事業所に、個別に配布しています。

▽申込みできる方 市内に住所があり、広報紙を折込している新聞を購読していない方で、個別配布を希望する方(1世帯当たり1件の申込み)
▽配布の対象 広報あきる野の定期発行号と臨時発行号
▽配布開始時期と配布方法 毎月5日までの申込受付分を15日発行号から、毎月20日までの申込受付分を翌月1日発行号から、発行日当日に配布します(1月1日号は1月3日までに配布)。

ハッピーベビークラブ 平日コース(3日制)



▽マタニティライフクラス(1日目)
●期日:5月11日(木)
●内容:妊娠中の心と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(2日目)
●期日:5月18日(木)
●内容:歯科健診(妊婦の方のみ)、歯科医師からのお話「妊娠中のお口のケアについて」、歯科衛生士と話を、妊娠中の食生活

▽子育て準備クラス(3日目)
●期日:6月1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

▽場所 午後1時30分~4時
あきる野保健相談所
▽対象 妊娠週数がおおむね20週から35週(出産予定日が平成29年7月~9月)までの妊婦とその家族
▽定員 30人(申込み順)

▽子育て講座
●日時:5月9日(火) 午前10時

こどもい離乳食教室

▽ごっくん(1回食)コース
●日時:5月25日(木) 午前10時15分~11時15分(10時から受付)
●内容:離乳食の開始時期と1回食の進め方、取り分け食からの離乳食づくりの実演と試食

●対象:おおむね4か月から6か月までの子どもの保護者
●申込み(3回食)コース
●日時:5月10日(水) 午前10時15分~11時15分(10時から受付)
●内容:3回食の進め方、取り分け食からの離乳食づくりの実演と試食

●対象:おおむね9か月から11か月までの子どもの保護者
●場所 あきる野保健相談所
●定員 各12人(申込み順)
●その他 保育室あり
▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・509)

●日時:5月15日(月)・25日(木)、6月7日(水)(全3回) 午前10時30分~11時45分
●場所:あきる野ルピア2階子ども家庭支援センター研修室
●講師:保健師、図書館司書、管理栄養士
●対象:第1子(生後3か月から5か月)とその母親
●持ち物:バスタオルなど
●定員 15組(申込み順)
●費用 無料
▽申込み方法 4月17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子育て支援事業係(☎550・3361)

観光情報 東京のふるさと あきる野

秋川渓谷の玄関口、武蔵五日市駅では、皆さんに秋川渓谷をより快適に観光していただけるよう、「秋川渓谷観光情報コーナー」を設置しています。4月~11月(8月を除く)の土曜・日曜日、祝日に、観光ボランティアガイドによる観光案内を実施し、多くの方に利用していただいています。

秋川渓谷観光情報コーナー

駅の改札を抜けると、すぐに秋川渓谷の観光情報を入手していただけます。気軽にお立ち寄りください。
○サービス内容
・パンフレットコーナー…秋川渓谷のさまざまなパンフレットを配置
・展示コーナー…四季折々のポスターやイベントポスターの展示
・電子看板(デジタルサイネージ)…秋川渓谷プロモーション映像の放映や秋川渓谷の観光スポット紹介



「秋川渓谷観光情報コーナー」開設1周年記念イベント

開設1周年を記念して、市のイメージキャラクター「森っこサンちゃん」が、武蔵五日市駅で皆さんを出迎えます。
○日時 4月29日(土) 午前8時30分~正午
○場所 武蔵五日市駅
○内容 森っこサンちゃんの登場、オリジナルステッカーのプレゼント、観光スポット同行ガイドなど
※イベント内容は、変更する場合があります。
観光ボランティアについて
武蔵五日市駅を拠点に市内の観光スポットを案内する観光ボランティアガイドを実施しています。初めて秋川渓谷へお越しになる方、市内をもっと知りたい方など、ぜひ観光ボランティアガイドをご利用ください。
○案内日 4月~11月の土曜・日曜日、祝日の午前中(8月を除く)
○サービス内容 四季折々の秋川渓谷の観光スポットの案内
○費用 無料

大悲願寺御開帳

「木造伝阿弥陀如来三尊像」(国重要文化財)が、年に一度ご開帳します。
○日時 4月21日(金) 午前11時~午後3時~、22日(土) 午後1時~、3時~
○場所 大悲願寺(横沢134)
問合せ 観光まちづくり推進課秋川渓谷観光係(☎595-1135)



5月の市民相談

予約制の相談

- 市役所
●税務相談…8日(月)
●法律相談…9日(火)・23日(火)
●交通事故相談…10日(水)
●相続・遺言など暮らしの手続相談…12日(金)
●登記相談…19日(金)
●行政相談…24日(水)
- 五日市出張所
●法律相談…11日(木)
●人権身の上相談…26日(金)
- 時間 午後1時30分~4時30分
○予約 法律相談は、相談日の7日前の午前8時30分から電話で受け付けます。なお、11日(木)の法律相談は、5月8日(月)から受け付けます。また、法律相談以外の相談は、随時受け付けます。

その他の相談(随時)

相談先が不明な場合や日常の悩みごとなどに市職員が担当窓口のご案内や専門の相談員を紹介するなど解決に向けたお手伝いをします。
○予約・問合せ 市民課市民相談窓口係(直通558-1216)



健康相談

- 日時 4月24日(月) 午後1時30分~3時30分
- 場所 市役所1階
- 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)

5月の乳幼児歯科健診

- 期日・受付時間
●16日(火)・25日(木)・30日(火)…午前9時~10時
●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)

あきる野メール配信登録



コードを読み取ってそのままメールを送信

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)



コードを読み取ってアクセス

地元のリフォーム専門店
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・洗面・トイレ・住宅設備) 屋根葺き替え 外壁塗装 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 戸換替 クロス張り替え 換気扇取替 フローリング張替 断熱工 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

JR五日市線の不動産はお任せ!
売りたい 当社へお任せください!
買いたい 仲介販売致します!
一生懸命 無料査定 秘密厳守
JR五日市線沿線 あきる野市 日の出町 不動産のことなら、草花不動産にお任せ下さい
相対策 空家対策 ご相談下さい
株式会社 草花不動産
〒197-0802 東京都あきる野市草花3057番4 mail:info@ksbn-f.com
東京都知事(2)91818号 営業時間▶AM9:30~PM6:30 定休日▶毎週水曜日
tel.042-532-0201

確かな技術と設計力・注文建築一筋創業110年
Design & Build
(株)来住野工務店
建設業許可・一級建築士事務所登録
本社:東京都あきる野市五日市1029番地
Tel 042-595-1225 (代)
一級建築士による無料相談会
4/29(土)、30(日)、5/1(月)、2(火)、3(水)、4(木)
時間/10:00~16:00 場所/モデルハウス
(サークル等に無料貸出中)
東京都あきる野市油平208-2(陸橋通り) Tel 0120-915-216

納税などには便利な口座振替をご利用ください

(以下は広告枠です)