

観光情報 東京のふるさと あきる野

春を告げる野菜「のらぼう菜」と 小中野村のらぼうまつり

いよいよ春の特産野菜「のらぼう菜」が青々とした葉で畑を彩り、店頭に並び季節となりました。甘みのある味わいや歯ごたえは、季節を感じる楽しみの一つでもあります。「のらぼう菜」が旬を迎えるこの時期に、子生神社では「小中野村のらぼうまつり」が開催されます。春のひとときを「のらぼう菜」を中心に過ごしてみたいかでしょうか。

小中野村のらぼうまつり開催

日時 3月31日 午前10時
場所 子生神社(小中野187)
内容 のらぼう菜やのらぼう大福などの販売、お囃子など
問合せ
のらぼうまつりに関すること...のらぼうまつり実行委員会(596-0158)
観光に関すること...観光商工課観光まちづくり係

のらぼう菜

のらぼう菜は、アブラナ科のナタネ(菜の花)の仲間で、江戸時代中期に五日市周辺の村を中心に栽培が広がっていったとされています。おひたしや胡麻和えなどで親しまれ、2月から4月ごろまで楽しむことができます。市内では、ファーマーズセンターなどで購入することができます。



観光マメ知識

子生神社の境内にある碑には、明和4年(1767年)に12の村にのらぼう菜の種子を配り栽培を促した。天明・天保のききんで多くの人を飢えから救ったことなどが記されています。
アクセス 武蔵五日市駅から檜原街道を西に徒歩約20分が武蔵五日市駅1番乗り場からバスに乗り西小中野バス停下車徒歩2分。「小中野」交差点先

野良坊菜之碑



愛犬や愛猫のため、

飼い主はルールとマナーを守りましょう



子育て講座

ここにこ離乳食教室

ごつくんコース
日時: 4月3日(水) 午前10時30分~11時30分(10時から受付)
場所: あきる野保健相談所
内容: 離乳食の進め方、離乳食1回食を中心とした話と実演
対象: おおむね5か月から6か月までの子どもの保護者
定員: 16人(申込み順)
申込み・問合せ 健康課 母子・予防係(直通555)

ハッピーベビークラブ 土曜コース

8・5091



日時 4月13日(土) 午後1時~4時
場所 あきる野保健相談所
内容 赤ちゃんの特徴、保育、沐浴実習など
対象 出産予定日がおおむね5月から9月ごろまでの妊婦とその家族
ハッピーベビークラブ 館1階)

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育ての援助活動をする会員組織です。
日時 3月25日(月) 午後1時30分~2時30分(1時20分から受付)
場所 子ども家庭支援センター(市役所別館1階)

日コース受講者を除く定員 40人(申込み順)
申込み・問合せ 健康課 母子・予防係(直通555091)
ファミリー・サポート・センター 事業説明会

あきる野 情報 ルピア
詳しくは、ホームページを(携帯、パソコンで)ご覧ください。
問合せ 550-4700

申込みは電話が窓口まで(受付は10時~18時) 時間は24時間表記
凡例...日時/場所/講師/対象/定員/持ち物/費用
ルピアの講座は1回単位、入会金や年会費は不要です。受講生は駐車料金3時間無料

輝いて生きる Vol.36 「世界へのいざない~あきる野から世界一周の旅へ」 中島侑子講演会と写真展
あきる野市在住の女医中島さんがチャレンジしている世界一周の旅、その国で、見て、触れて、過ごして感じた事、報道やインターネットでは得られないお話と写真展が開催されます。
講演会...日3月17日 14時/場3階ルピアホール/費500円(飲み物付き)
写真展...日3月17日 まで/場4階展示室/費無料
初めてのアロマ「花粉症にいいアロマ春バージョン」
花粉症の季節は天然由来の精油を使ったアロマで対応/日3月23日 10時/講吉原さん(アロマコーディネータ)/定10人/費1000円
親子でも、1人でも参加できます。簡単生花アレンジ
ガーベラやスイートピーなど、春の花を使って2つ作ります。/日3月27日 14時/講渡辺さん/持花バサミ/費2000円
季節の変わり目を乗り切る シンキングボウル音浴ヨガ
古来の楽器シンキングボウルの倍音に包まれた音浴と、優しいヨガの組合せで体と心を癒してみませんか。/日3月28日 13時/講横井さん(ヨガ)、金井さん(シンキングボウル)/費2500円
新中学生の為に「楽しい英語」体験入門2日間
楽しく英語を学んで、4月からの授業をスムーズに。気軽に参加ください。/日3月29日・30日 10時 13時(各75分)/講吉原さん/対新小学校6年生か中学校1年生/定各8人/費各3500円(2日分、テキスト教材費など全て込み)

市では、新聞折込で配布している「広報あきる野」を受け取れない世帯や事業所にも、申込みにより、広報紙を個別に配布しています。
申込みできる方 市内に



「広報あきる野」の個別配布サービスを受け付けています

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。子育ての援助を受けた方
持ち物 入会登録する方は、はんこ
問合せ あきる野市ファミリー・サポート・センター(550・3855)

住所があり、広報紙を折込している新聞(読売、朝日、毎日、産経、日経、東京の各紙朝刊)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件の申込みに限ります)
配布の対象となるもの
広報あきる野の定期発行号(毎月1日と15日に発行)と臨時発行号
配布開始時期と配布方法
毎月15日までの申込受付分を翌月1日発行号から、発行日当日に受託事業者が配布します(1月1日号は1月3日までに配布)
費用 無料
申込み方法 広報あきる野個別配布希望、住所、氏名(事業所名)、電話番号を、はがき、ファックスまたは電話で申し込んでください。
その他 申込みでお預かりした個人情報、市の個人情報保護条例の規定

携帯電話サイト ポケットガイドあきる野
http://akiruno-town.info/
ケータイとスマホに対応

あきる野 安心メール登録
akiruno2-entry@tk.e-msg.jp
防災情報 防犯情報
QRコードを読み取ってそのままメールを送信

るのキッズ メール登録
akiruno3-entry@tk.e-msg.jp
子育て情報
QRコードを読み取ってそのままメールを送信

にしたがつて適正に管理します。
申込み・問合せ 市長公室(〒197-0814) 二宮350、直通5558
11269、FAX 5558・1113

TOKYO 2020 CANDIDATE CITY
2020年 オリンピック・パラリンピックを日本で!

4月の乳幼児歯科健診
期日・受付時間
2日・11日・25日...午前9時~10時
22日...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歳未満の乳幼児
定員 45人(申込み順)
申込み・問合せ 健康課母子・予防係(直通558-5091)

4月の健康相談
期日・場所
1日...五日市ファインプラザ
22日...市役所
時間 午後1時30分~3時30分
内容 血圧・体脂肪率測定、保健師・栄養士による健康や栄養に関する各種相談
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)

フォトニュース
森林レンジャーあきる野と一緒に歩く山岳ツアーが開催されました。一般参加者25人は、森林レンジャーや森林サポートレンジャーのガイドにより、地域の方と協働で整備した昔道や尾根道を歩き、森の恵みの豊かさが感じられるあきる野の自然や歴史を訪ねました。(3月3日)