

5月の市民相談(予約制・無料)

予約制の相談

- 市役所
●交通事故相談…8日(水)
●相続・遺言など暮らしの手続相談…10日(金)
●税務相談…13日(月)
●法律相談…14日(火)・28日(火)
●登記相談…17日(金)
●行政相談…22日(水)
○五日市出張所
●法律相談…9日(水)
●人権身の上相談…24日(金)
○時間 午後1時30分～4時30分
○予約 市民相談は、全て予約制で随時、電話で受け付けています。ただし、同一種類の相談を相談終了時まで複数回予約することはできません。

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等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)



5月の乳幼児歯科健診

- ▽期日・受付時間
●14日(火)・21日(火)・23日(木)：午前9時～10時
●27日(月)：午後1時30分～2時30分

- ▽場所 あきる野保健相談所の健康診断
▽内容 歯科医師による口の健康診断
▽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・509)

「いっしょの」子育て情報

(あきる野ルビア2階)

- ▽子育て講座「ベビーマッサージ」
子どもの体に触れ、親子でスキンシップを楽しみます。
●日時：4月26日(金) 午前10時30分～11時30分
●場所：子ども家庭支援センター1研修室
●講師：園田美保さん(ベビーマッサージインストラクター)
●対象：生後3か月から7か月までの子どもとその保護者
●定員：18組(申込み順)
●持ち物：バスタオル、飲み物、レジャーシート
●費用：300円(オイル代)
▽子育て講座「初めての赤ちゃんのかかり」
初めての赤ちゃんの育児やお母さんの

- 食事の大切さを学んだり、絵本の読み聞かせやお友だちとくりをします。
●日時：5月13日(月)・24日(金) 6月4日(火) 午前10時30分～11時45分(全3回)
●講師：保健師、管理栄養士、図書館司書
●対象：第1子(生後3か月～6か月)とその母親
●定員：15組(申込み順)
●持ち物：バスタオルなど
●費用：無料
▽場所 子ども家庭支援センター1研修室
▽申込み方法 4月16日(火)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)

「いっしょの」離乳食教室

- ▽ごっくん(1回食)コース
離乳食の開始時期と1回食の進め方、身近な食材から簡単に作れる離乳食づくりの実演と試食
●期日：5月23日(木)
●対象：おおむね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)
●その他：保育室有り(対象乳児のみ、教室予約時に要申請)
▽もぐもぐ・かみかみ(2・3回食)コース
2回食、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
●期日：6月5日(水)
●対象：おおむね6か月から9か月までの子どもの保護者
●定員：12人(申込み順)
●その他：保育室有り(対象乳児のみ、教室予約時に要申請)
▽ぱくぱく(幼児食)コース
幼児食への移行の講話と情報交換(レシピの配布や試食があります)
●期日：5月28日(火)
●対象：おおむね1歳から1歳6か月までの子どもの保護者
●定員：16人(申込み順)
●時間 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
▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・509)

4月の健康相談

- ▽期日・場所
●22日(月)：市役所正面入口
▽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、会場へ
▽問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

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)
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！」
●期日：5月16日(木)
▽食べて・歯っぴいクラス(2日目)

- 期日：5月30日(木)
▽子育て準備クラス(3日目)
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
●期日：6月6日(木)
▽場所 午後1時30分～4時
▽対象 あきる野保健相談所
▽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・509)

観光情報 東京のふるさと あきる野

問合せ 観光まちづくり推進課観光まちづくり推進係(☎595-1135)

あきる野市観光ボランティアガイド案内再開!

- 4月からJR武蔵五日市駅を拠点に、秋川渓谷の観光スポットを案内する「観光ボランティアガイド」が活動を再開します。初めて秋川渓谷を訪れる観光客の方にも気軽にご利用いただけるよう、随時案内を実施します。秋川渓谷の魅力をお伝えします。
○案内日 4月から11月までの土曜・日曜日、祝日の午前中(8月・9月を除く)
※当日の状況で、ガイドが不在場合があります。
○費用 無料

秋川渓谷観光情報コーナー

- JR武蔵五日市駅構内に、観光情報コーナーを設置しています。秋川渓谷の観光情報の発信や観光パンフレットを設置しています。
○内容 パンフレットの掲出、季節のポスター掲示、デジタルサイネージによる観光案内

春の恒例行事!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(日) 午前11時～、午後3時～、22日(月) 午後1時～、3時～
○場所 大悲願寺(横沢134)



あきる野市民デー & JAFデー in東京サマーランド開催

- あきる野市民デーを開催します。6月2日(日)には、JAFデーも同時開催し、子ども向けのブースやあじさい観光PRブースなどが盛りだくさんです。一足早く夏を先取りしましょう。
○日時 6月1日(土)・2日(日) 午前9時～午後6時(プールの営業は5時まで)
○場所 東京サマーランド
○対象 市内在住・在学の方(証明書1枚につき5人まで)
○費用 表のとおり
○利用方法 チケット売り場で市内在住・在学を証明できるもの(免許証・学生証など)を提示し、チケットを購入してください。
○問合せ 東京サマーランド予約センター(☎558-6511)



区分	特別優待料金
入園券	無料
フリーパス	大人(1,700円) 小学生(1,300円) 幼児・シニア(1,300円)

- ※大人(中学生～60歳)、幼児・シニア(2歳～未就学児、61歳以上)
※入園券…入園、屋内プール、湯遊大洞窟(温浴施設)、屋外プールが利用できます。
※フリーパス…入園券の内容に加え、のりもの乗り放題です(コイン遊戯機を除く)

(以下は広告枠です)

エコは減災に通ず!!
ソーラー施工 リフォーム相談 承ります!
屋根、外壁、室内、水回りなどなんでもご相談お待ちいたします。
(株)エコビルド
☎042-558-0751
あきる野市雨間696
エコビルドで検索
経済産業省 経営改善改革事例掲載工務店

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・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 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 換気扇取替
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 …お得意工事いろいろ…
(有)東京リフォームサービス ☎533-0633
あきる野市三内647-4 Email/reform-1@tbp.t-com.ne.jp

60歳から入居できる安心の暮らし
サービス付き高齢者向け住宅 **サンライズ小川**
入居時自立型
残りわずか! 空室2部屋
¥137,000～/月
東京都あきる野市小川1050-2
見学会開催中 **042-597-2021**