

めざせ健康あきる野21 「あきる野を楽しく歩いて健康づくり」 「コロナパンチ!」大作戦!! 参加者募集

歩いた日の記録をつけることで運動習慣を持つことを目指します。



※実施期間 令和3年1月31日(日)まで
※期間中はいつでもスタンプできます。

▽記録表設置場所 健康課(市役所4階)・五日市出張所、中央公民館、市内各図書館、いきいきセンター、五日市ファイブプラザ、市民プール
※郵送を希望する方は、お問い合わせください。



市ホームページ

▽内容 専用の用紙に1日1回30分以上歩いた日にちを記録します(週2回以上を目安に歩きましょう)。期間終了後

に、記録表を健康課に提出してください。
▽記録表の提出方法 令和3年2月1日(月)から15日(月)までに送付するか窓口へ提出ください。

五日市ファイブプラザ プール開放中止



施設修繕のため、プールの開放を中止します。
▽日時 12月1日(火)〜4日(金)
▽その他 プール以外の施設は、通常営業します。
●詳しくは、次のコードからご覧ください。
▽問合せ 五日市ファイブプラザ ☎596・5611



五日市ファイブプラザQR

中央公民館からのお知らせ

申込み・問合せ ☎559・1221

▽家庭教育講座「ほっこりお家でクリスマス」〜親子で可愛い松ぼっくりリースを作ろう〜
親子で楽しみながら、クリスマスリースとミニツリーを作ります。



▽日時 12月6日(日)
●第1回：午前10時〜正午
●第2回：午後1時30分〜3時30分
▽場所 中央公民館
▽講師 三田正行さん
▽対象 市内在住の3歳から小学生までの子どもとその保護者
▽定員 各5組10人程度(申込み順)
▽材料費 1組150円(当日集金)
▽持ち物など タオル、汚れてもよい服装
▽その他 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、公民館来館の際は、検温、マスクの着用などのご協力をお願いいたします。体調が優れない方は、ご遠慮ください。

▽申込み方法 11月16日(月)から電話か直接中央公民館へ申し込んでください。

森っこサンちゃんクラブ 「竹筒で飯ごう炊さんに挑戦」



山に入り、ノコギリで竹を倒し、その竹を使って自分だけの竹筒飯ごうを作ります。小刀で器や箸などのオリジナル食器も作り、竹を使ったおいしいご飯作りに挑戦します。
▽日時 11月28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4年生から中学生まで
▽定員 10人(申込み順)
▽費用 無料
▽チラシ兼申込書配置場所 小宮ふるさと自然体験学校、環境政策課(五日市出張所)。

生活環境課 中央図書館、東部図書館、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
▽申込み方法 11月26日(木)までに電話で申し込んだ後、申込書に必要事項を記入の上、送付するか直接体験学校にお持ちください。
▽申込み・問合せ 小宮ふるさと自然体験学校 ☎190・0174 乙津1984、☎596・0414(午前9時〜午後5時、11月16日(月)24日(火)を除く)

森林レンジャーがゆく (104) 第10期森の子コレンジャー始動



「市の自然を守り、自然や地域を愛する次世代を育てる」目的で活動している森の子コレンジャーは、今年度で10期目となりました。しかし、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策や台風の影響などで中止が続き、ようやく9月下旬に始動しましたが、内容などは感染症対策を取り入れたものに変更して実施しました。11月以降の活動も同様です。

今期は9人と少ない人数ですが、感染症対策をした上で野外活動が行える人数です。「新種を発見したい!」「見たことのない自然を見たい!」など、自然への探求心が強く、山を歩くことを起点に活動できる頼もしい子どもたちです。始動式の後、五日市周辺を歩きました。「珍しい生物を見たい!」と話していた仲間でしたが、この日何度も見かけたツマグロヒョウモンの雌やアキアカネの大群に見とれて中々先に進めないほど、身近な自然を再発見する里・川・山歩きとなりました。お昼ご飯は、山の上で仲間と距離をとっておしゃべりせずには食べようと思ったのですが、コレンジャー活動でこんなに静かなお昼時間は初めてでした。子どもたちは毎日学校でこんな感じなのか…と少し切なくなった時、ツクツクボウシとコオロギの鳴き声が!みんなでモグモグしながら「夏と秋の共演」に耳を傾けました。気持ち良い秋風が吹いて空を見上げると、遠くで鷹が渡っていました。私たちが静かにしていたからこそ、よりハッキリと自然を感じられたお昼の時間。活動後、パブロレンジャーと「子どもたちが大人になった時に思い出す情景の一つになればいいね」と話しました。



昨年までの「当たり前」が尊いものである今、子どもたちが自然と触れ合う機会が減少しているのは確かですが、全国では自然とつながる新たな手法が実践されています。コレンジャー活動も、今までの形にとらわれず新たな形を模索しながら、「地域の宝」を次世代につなぐ手助けになると信じて、自然に学ぶ活動を可能な限り実施したいと思います。(加瀬澤)

(以下は広告枠です)

お部屋スッキリ!
買取・処分

※小量の場合はすぐにできます。
大量の場合は前もってご相談ください。
※前もって買取物を入り口前に出しといて頂けると助かります。

丸信リサイクルショップ 国立市西 1-18-22
☎042-575-0020 古物商許可証 30887954859

ご法事、食事会、同窓会、忘年会、新年会の御利用は

和食海山

○出前・持ち帰りはじめました!
○当店は新型コロナ対策 感染予防に取り組んで おります。

平日和食ランチ 1,180円
お持ち帰り・出前 割引価格

忘年会のご予約受付中! 10名様以上のご予約で送迎サービスもごさいます。

所 あきる野市秋川5-9-16 営 11:30~14:30(L.O)/17:30~21:30(L.O) 休 毎週木曜、年末年始 TEL 042-518-7163