

### ハッピーベビークラブ (母親・両親学級) 平日コース(予約制)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策のため、内容を変更して2日制で行います。どちらか1日のみの参加も可能です。

▽1日目 妊婦の歯科健診と歯や食事などの相談

●日時：11月4日(木) 午後1時30分～3時

※15分間隔で6回に分けて予約を受け付けています。

●定員：18人

▽2日目 保育のワンポイント講話と沐浴実習

●日時：11月11日(木)

\*1回目：午後1時15分～2時15分

\*2回目：午後2時45分～3時45分

※各回とも同じ内容です。

●定員：各回10人

▽場所 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週までの妊婦とその家族

▽その他 妊娠中の体調やお産の準備などの個別相談も随時受け付けています。

▽申込み方法 電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ あきる野ル

### 9月の健康相談(予約制)

保健師・栄養士による健康や栄養に関する相談を行います。

▽期日・受付場所 9月22日(水) 五日市ファイナンプラザ正面入り口

▽時間 1回目：午後1時30分～

●2回目：午後2時10分～

●3回目：午後2時50分～

▽定員 保健相談・栄養相談各3人(予約制)

▽その他 電話で申し込んでください。当日は検温、マスク着用をお願いします。

▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

ピア2階健康課母子保健係 ☎550・3340

### 10月のこいのこ 離乳食教室(予約制)

▽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です。

●期日：10月28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

●その他：保育室あり(対象乳児のみ・予約時に要申請)

▽もぐもぐ・かみかみ(2・3回食) コース 2・3回食の進め方、取り分け食からの離乳食づくりの実演です。

●期日：10月13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

●その他：保育室あり(対象乳児のみ・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レシピの配布などです。

●期日：10月26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

●その他：保育室は用意していません。お子さんと一緒に参加できます。

▽時間 各コース2回ずつ開催します(各回とも同じ内容です)。

●2回目：午後2時10分～

●3回目：午後2時50分～

▽定員 保健相談・栄養相談各3人(予約制)

▽その他 電話で申し込んでください。当日は検温、マスク着用をお願いします。

▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

●1回目：午前10時～10時30分

●2回目：午前10時45分～11時15分

▽場所 あきる野保健相談所

▽定員 各回4人(申込み順)

▽申込み方法 電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・5091)

### 10月の乳幼児 歯科健診(予約制)



歯科医師による口の中の健康診断です。

▽期日・受付時間

●10月5日(火)・19日(火)・28日(木)：午前9時～10時

●10月18日(月)：午後1時30分～2時30分

※15分間隔で5回に分けて予約を受け付けています。

▽場所 あきる野保健相談所

▽対象 4歳未満の子ども

▽定員 各日20人(申込み順)

▽申込み方法 電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・5091)

子育てひろばいつかいちの利用時間変更

五日市保健センターで施設の点検を実施するため、利用時間を変更します。

▽期日 9月27日(月) 午後1時～2時30分

▽問合せ 子育てひろばいつかいち ☎588・5524

### 10月の乳幼児の 育児相談(予約制)



お子さんの育児相談と身体測定を行います。

▽期日・受付時間 10月7日(木) 午前9時45分～10時45分

※15分間隔で5回に分けて予約を受け付けています。

▽場所 五日市保健センター

▽定員 親子10組(申込み順)

▽その他 電話での育児相談も随時受け付けています。

▽申込み方法 電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558・5091)

### 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

### 感染症対策を再徹底しましょう

更なる新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐために、改めてご自身の感染症対策を見直しましょう。



マスクの着用



手洗いの徹底



ソーシャルディスタンスの確保

### おうちで楽しむ秋の秋川渓谷

秋川渓谷の秋といえば、紅葉やお祭りなど、魅力的な季節です。新型コロナウイルス感染防止のため、今年は秋川渓谷の秋の魅力をもとめた動画を自宅で楽しみませんか。動画は、右のコードからご覧ください。

秋川組曲 秋



### 秋川渓谷 瀬音の湯休館日

施設点検などのため、休館します。

○期日 10月5日(火)～7日(木)

○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

### 10月の市民相談(予約制・無料)

#### 予約制の相談

- 市役所
  - 相続・遺言など暮らしの手続相談…1日(金)
  - 税務相談…11日(月)
  - 法律相談…12日(火)・26日(水)
  - 交通事故相談…13日(水)
  - 登記相談…15日(金)
  - 不動産取引相談…19日(火)
  - 人権の上相談…22日(金)
- 五日市出張所
  - 法律相談…7日(木)
  - 行政相談…27日(水)

○時間 午後1時30分～4時30分

○予約 全て予約制で随時、電話で受け付けています。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、市職員が担当窓口の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)



(以下は広告枠です)

自然素材、自然エネルギーの家!  
住まいの困り事、「解決!」をお手伝い致します

住まいのご相談、見学できます。お気軽にご連絡下さい!

(株)エコビルド ☎090-5326-6395  
あきる野市雨間696

軽新車が  
月々コミコミ  
1.1万円~

車検費用  
オイル交換  
自賠責  
自動車税  
マツ・パイサー

Auto Arrow オートアロウあきる野本店  
☎0120-57-8585  
フラット7あきる野で検索 あきる野市二宮1409-1

あきる野市の不動産情報・売却相談なら!

株式会社 あきる野  
ミリオンホーム!!!

地域とお客様に『ひやくまん』の  
笑顔と幸せ届けます!!!

☎042-595-5076

東京都知事(1)第106229号 東京都あきる野市野辺599-1

新型コロナウイルス感染症の感染を防止するため、イベントなどを中止・変更する場合があります