

交通事故など第三者から受けたけがや病気は、加入の健康保険へ届出しましょう

食品ロス対策

ジモティーを活用して食品を配布します



市へ提供いただいた家庭で余った食品を、生活困窮相談窓口や子ども子育てネットワークへ提供したのち、余ったものについて、ジモティーを通じて配布します。

応募方法

ジモティーの東京都版からカテゴリ「売ります・あげます」の中で、市区郡を「あきる野市」、詳細カテゴリを「食品」で絞り込み投稿を確認してください。ジモティーの「投稿者」にメールで問合せ「機能から応募してください(先着順)」。ジモティーの利用はアカウントの登録が必要です。※電話での受付はしません。※食品ロス対策として実施していますので、自己消費可能

年末調整関係用紙配布のお知らせ

年末調整関係用紙の一部を市役所課税課窓口で配布しています。

国税庁ホームページでは、年末調整に関する映像資料をご覧になることや、年末調整関係用紙をダウンロードすることができ、また、ご利用ください。※毎年11月に開催していた年末調整等説明会は、令和3年以降実施しないこととなりました。

配布期日 11月1日(火)以降

で、転売や譲渡を行わないことを受渡し条件とします。※物品は、賞味期限がわかる写真付きで投稿します。

投稿掲載期間 11月14日(月)〜18日(金)

ジモティー トップページ



アカウント登録用 URL



受渡場所 市役所3階生活環境課

受渡日時 11月14日(月)〜22日(火) 午前8時30分〜午後5時15分(土曜、日曜日は除く)

応募資格 市内在住かつ満18歳以上の方で、受渡日時に取

配布場所 市役所2階課税課市民税係

その他 用紙配布は、無くなり次第、終了となります。また、ご用意出来ない用紙は、青梅税務署及び国税庁のホームページからダウンロードしてください。

問合せ 青梅税務署法人課税第1部門・管理運営部門 ☎0428-22-3185

課税課市民税係(直通558-1682)

国税庁「年末調整がよくわかるページ(令和4年分)」



りにくることができ、再度食品ロスとして廃棄したり、譲渡や転売をしないと誓約書に署名いただける方

五日市クラブ スポーツ教室参加者募集

ストレッチ教室 体全身の筋肉を時間をかけてゆつくりほぐします。肩こり・膝の痛み・腰痛予防にも最適です。普段運動しない方、身体を動かすのが苦手な方も気軽に参加できる内容です。

日時：毎月第1・第3金曜日 午後2時〜3時30分

場所：五日市地域交流センター3階

講師：伊東翼さん

対象：16歳以上の方

持ち物：ヨガマット

費用：1回500円(初回無料体験、別途年会費あり)

健康体操 簡単な転倒予防運動や筋力強化などを楽しく行っています。お年寄りの方、運動が苦手な方でも気軽に参加していただける初級コースです。

日時：毎週水曜日 午前10時15分〜11時45分

場所：五日市地域交流センター2階

講師：金網真一郎さん

対象：16歳以上の方

費用：1回500円(初回無料体験、別途年会費あり)

申込み方法 メールか電話で申し込んでください。

申込み・問合せ 五日市クラブ ☎080-23392-1212

担当課 スポーツ推進課 info@tsukaichiclub.com

体験型イベント 「スポーツフェスタ」開催



スポーツ体験を通じて、新しい「出会い」や「発見」をしませんか。スポーツ体験後は、各市町村の特産品などが当たるくじ引き(先着順)もあります。

日時 11月19日(土) 午前10時〜午後3時

場所 亜細亜大学日の出キャンパス

種目 ドッジボール、ラダーゲッター、ポッチャ、スポーツ輪投げ

費用 無料

主催 西多摩地域広域行政圏協議会・西多摩地域体育協会

後援 東京都

その他 直接会場にお越しください。西多摩8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開する体育大会にも注目ください。大会の日時・開催会場などは、市ホームページをご覧ください。

問合せ スポーツ推進課 スポーツ推進係

確認票、飲み物、タオル、歩きやすい服装・靴、スタンプカード(お持ちの方)

費用 無料

申込み方法 11月2日(水) 午前8時30分から11月11日(金) 午後5時15分までに電話で申し込んでください(平日のみ)。数人で申込みを希望の方は、全員の氏名、住所、連絡先を準備の上申し込んでください。参加決定者には案内通知を送付します。

その他 荒天時の実施の有無は、当日の午前8時以降にお問い合わせください。

感染防止対策のため完全予約制で実施します。当日受付はできませんので事前に申し込んでください。

コース 五日市ひろば・佳月橋・広徳寺・あゆみ橋・秋川橋河川公園バーベキューランド・五日市会館(約6.2キロ)

定員 約50人(申込み順)

持ち物など 参加通知、体調



めざせ健康あきる野21 第100回記念 ふれあいウォーク 自然満喫コース

日時 11月19日(土) 1組目は午前9時30分から午後0時30分まで、2組目は午前9時50分から午後0時50分まで。

集合・解散場所 五日市ひろば

コース 五日市ひろば・佳月橋・広徳寺・あゆみ橋・秋川橋河川公園バーベキューランド・五日市会館(約6.2キロ)

定員 約50人(申込み順)

持ち物など 参加通知、体調

問合せ 健康課健康づくり係(直通558-1183)

11月の休日・準夜 初期救急医療機関(入院を必要としない程度の急患の方) ※往診はしません

Table with 3 columns: 休日診療医療機関, 準夜診療医療機関, 歯科診療医療機関. Lists various clinics and their contact information for emergency services in November.

※診療時間に変更になる場合があります。また、受診の際は、事前に診療科目を確認してください。※この他に、休日・夜間に通常診療を行っている医療機関があります。「あきる野市内医療機関一覧」、市ホームページ、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(☎03-5272-0303)をご利用ください。※「あきる野市内医療機関一覧」は、診療科目・診療時間・休診日が分かります。広報あきる野9月15日号と、市ホームページに掲載しています。また、市役所、五日市出張所、増戸連絡所に置いてあります。

○休日、祝日中の新型コロナウイルス受診相談窓口について 休日、祝日中の新型コロナウイルス感染症に関する相談は「新型コロナコールセンター」(☎0570-550-571:午前9時〜午後10時)を、新型コロナウイルスへ感染した疑いのある場合の相談は「東京都発熱相談センター」(☎03-5320-4592:終日/☎03-6258-5780:終日)、「東京都発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル」(☎03-6732-8864:終日)をご利用ください。

「秋のヘルシーウォーキング」

秋の山道を歩こう!

日時 11月26日(土)(雨天中止)

集合：午前8時45分

解散：午後0時15分

コース 秋川キララホール前芝生広場・野鳥の森・秋川キララホール前芝生広場(コースを変更する場合があります。)

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 20人(申込み順)

持ち物など 飲み物、雨具

費用 無料

その他 天候不良の場合は、午前7時に開催の有無を決定しますので、お問い合わせください。

申込み方法 11月22日(火)までに電話で申し込んで下さい。

申込み・問合せ スポーツ推進課