

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

介護予防教室  
「はつらつ元気アップ教室」  
参加者募集

体力測定、筋力アップ体操、栄養や口腔ケアに関する講話などを行います。

▽日時 6月4日(火)から7月30日(火)までの毎週火曜日 午前10時～11時30分

▽場所 五日市保健センター1階保健指導室

▽講師 健康運動指導士、歯科衛生士、管理栄養士

▽対象 市内在住の65歳以上の方

高齢者げんき応援事業

▽受付時間 午前9時～午後5時(平日)

▽対象 市内在住の65歳以上の方

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

五日市センター

(☎5333・0330)

萩野センター

(☎5500・2722)

▽みんなのギター・ウクレレ教室(30分個人レッスン) 幅広いジャンルに対応します。

●場所・日時・定員  
\*五日市センター…毎週金曜日(祝日を除く) 午後2時30分～3時30分 5人(申込み順)

▽めがせ健康あきる野21 第109回ふれあいウォーク  
秋川の清流と戸倉しろやまテラスからみる秋舞台

▽日時 5月21日(火) 午前9時30分～正午

▽集合・解散場所 五日市ひろば(武蔵五日市駅から徒歩7分)

▽コース 戸倉しろやまテラスと秋川沿いを歩くコース(約6キロ)

▽定員 15人(申込み順)

▽持ち物など 飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装・靴

▽費用 無料

▽その他 自宅が最寄りのバス停などから会場まで送迎を行います。希望の方は申込み時に申し出てください(定員8人)。

▽申込み方法 5月2日(木)から15日(水)までに電話で申し込んでください。

▽申込み、問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係(直通558・1953)

空き家の適正管理を  
お願いします

空き家を適切に管理せず放置すると、害虫の発生や建物倒壊の危険など、周囲の生活環境に被害や悪影響を及ぼすおそれがあります。

これからの季節は、特に草木の伸びるスピードが早いので、こまめな草刈りや剪定が必要です。適切な空き家管理をお願いします。

4月1日から「相続登記の義務化」が始まりました。不動産を相続した際には、早めに必ず相続登記を行いたいです。

▽市の支援 特別な事情により、空き家の定期的な管理が困難な所有者等に対し、防草シート等の貸与を行っています。数に限りがありますので、早めに相談してください。

▽市での、子どもたちが豊かな自然とふれあい、自然環境の大切さを学ぶ里山体験プログラムを提供しています。この活動の一環で、森の散策や食べられる野草を探します。

高齢者のための  
法律相談会(予約制)

財産や遺産のことなど、専門家に相談できます。家族からの相談も受け付けます。

▽日時 5月31日(金) 午後2時～4時(1組40分)

▽場所 市役所1階市民相談室

▽対象 市内在住のおおむね65歳以上の方とその家族

▽定員 3組(申込み順)

▽費用 無料

▽その他 中止の場合は、当日までに連絡します。

▽申込み方法 5月2日(木)から5月10日(金)までに電話で申し込んでください(午前8時30分～午後5時15分(平日))。数人の参加を希望の方は、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、決定通知書を送付します。

▽空き家見守りサービス シルバー人材センターが、高齢であることや遠方に居住していることなどが理由で空き家の管理に困りの方のために、空き家見守りサービスを行っています。

●空き家見守りサービスに関する問合せ：(公社)あきる野市シルバー人材センター(☎558・1414)

▽問合せ 住宅政策課

▽自然環境学習 菅生子ども森活動「森の散策と食草探し」

市では、子どもたちが豊かな自然とふれあい、自然環境の大切さを学ぶ里山体験プログラムを提供しています。この活動の一環で、森の散策や食べられる野草を探します。

▽申込み方法 5月2日(木)から5月26日(日) 午前10時～

▽申込み方法 5月2日(木)から5月10日(金)までに電話で申し込んでください(土曜・日曜日、祝日を除く)。

※相談は、市民相談でも受け付けています(日程は、毎月15日発行の広報あきる野に掲載)。

▽申込み・問合せ 東部高齢者はつらつセンター(☎559・1320)

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

5月10日(金)までに電話で申し込んでください(午前8時30分～午後5時15分(平日))。数人の参加を希望の方は、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、決定通知書を送付します。

▽問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

小さな子どものおさんぽ会

弁天山の緑に囲まれながらハイキングを楽しみます。

○日時 5月19日(日)

①午前10時～正午…のんびりコース(じっくりゆっくり進みたい子向け。0～3歳におすすめ)

②午後1時～3時…がんばりコース(1人でどんどん歩きたい子向け。3～5歳におすすめ)

○集合場所 網代会館(網代200)

○対象 市内在住の子どもとその保護者(未就学児向けの内容です)

○定員 各コース10組(抽選)

○持ち物など 飲み物、おやつ、レジャーシート、雨具、長袖、長ズボン、帽子(ハチの被害を避けるため、白っぽい服と帽子をおすすめします)、歩きやすい靴

○費用 無料

※雨天の場合は、内容を変更して開催します。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ホームページのサイト内検索で「おさんぽ」と入力)

○申込み方法 5月9日(木)までに電子申請か電話で申し込んでください。

○企画・運営 あきる野市環境委員会森のようちえん部会

○申込み・問合せ 環境政策課環境政策係(☎595-1110)



電子申請



電子申請



①電子申請：2次元コードを読み込み、必要事項を入力して

電子申請



森っこサンちゃんクラブ  
「飯っこう炊さんに挑戦！」



自分たちでかまどをつくり、お米を研ぎ、火をおこして飯ごうでご飯を炊きます。午後は学校のまわりを探検してみます。

▽日時 5月25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(抽選)

▽費用 無料

▽申込み方法 5月10日(金)午後5時までに①か②の方法で申し込んでください。

②電話申込み：小宮ふるさと自然体験学校に電話で申し込んでください。

▽チラシ配置場所 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、エル、五日市図書館

※市ホームページからも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・問合せ

●電話申込み・体験に関する問合せ：小宮ふるさと自然体験学校(☎596・0414)

●電子申請に関する問合せ：環境政策課環境の森推進係(☎595・1120)