

介護に関する入門的研修（るのヘルパー研修）受講者募集

介護分野での就職を希望する方に向けて、介護の業務に携わる上で知っておくべき基本的な知識・技術を学ぶ研修を実施します。本研修を修了された方は、「るのヘルパー」として市内訪問介護事業所で働く資格を得ることが出来るほか、などが行う研修を受講する際に、研修時間の一部が免除される場合があります。研修最終日には、市内介護サービス事業所が参加する「就労相談会」を行います。

- ▽期日 11月20日(水)・21日(木)、22日(金)の3日間
- ▽時間 午前9時30分～午後5時30分（22日は午後6時30分まで）
- ▽場所 市役所301会議室
- ▽内容 介護の基本、介護・福祉サービスの理解、認知症の理解などに関する講義、キャリア形成に関する講義など
- ▽対象 市内の介護事業所や施設で、介護分野の就労を希望する方で、3日間全ての研修を受講可能な方
- ▽定員 10人（抽選）
- ▽持ち物 筆記用具

介護予防リーダー育成講座受講者募集

介護予防リーダーとは、地域で高齢者が集まる場所を作り、体操など介護予防につながる活動を高齢者の方と共に地域へ広めていくボランティアのことで

- ▽日時 11月11日から令和7年2月3日までの原則毎週月曜日 午後2時～3時30分（12月30日を除く全12回、1月第2週のみ14日(火)）
- ▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

電子申請



- ▽費用 無料
- ▽申込み方法 10月31日(木)まで、高齢者支援課か五日市出張所などの窓口に必要な事項を記入の上、郵送、窓口、電子申請のいずれかの方法で申し込んでください。
- ※申込用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。
- ▽申込み・問合せ 高齢者支援課 介護保険係

- ▽内容 介護予防・フレイル予防に必要な知識、方法
- ▽講師 健康運動指導士か介護予防運動指導員
- ▽対象 市内在住の20歳以上で、介護予防・フレイル予防に関心があり講座の終了後、地域で介護予防の活動に取り組みたいと考えている方
- ▽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
- ▽費用 無料
- ▽応募方法 10月2日(水)から11日(金)までに電話で申し込んでください。
- ▽応募・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係（直通558・1953）

介護教室「介護について学びませんか」

- 介護の基本を学び、からだところの負担を減らしましょう。
- ▽日時 10月24日(木) 午後1時30分～3時
- ▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室
- ▽内容 食事や入浴、移動、移動の介護について
- ▽講師 介護サービス事業所職員

- ▽対象 市内在住・在勤の方
- ▽定員 30人（申込み順）
- ▽申込み方法 10月2日(水)午前8時30分から電話で申し込んでください。
- ▽申込み・問合せ 五日市はつらつセンター（☎569・8108）
- ▽担当課 高齢者支援課 高齢者支援係

介護予防教室「はつらつ元気アップ教室」参加者募集

- ▽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
- ▽定員 15人（申込み順）
- ※初めての方優先
- ▽持ち物など 飲み物、タオル、筆記用具、室内履き、動きやすい服装
- ▽費用 無料
- ▽その他 自宅が最寄りのバス

中央公民館だより 申込み・問合せ（☎559・1221）

- ▽パソコンQ&A講習 「エクセル関数を使って会計報告書を作りたい」「ワードで案内状を作りたい」など、ITボランティアが個別にお答えします。
- 日時：10月16日(水)・23日(水) 午後2時～4時
- 場所：中央公民館
- 対象：市内在住の方
- 定員：3人程度（申込み順）
- 持ち物：ノートパソコン

- 日時：10月16日(水)・23日(水) 午後2時～4時
- 場所：中央公民館
- 対象：市内在住の方
- 定員：3人程度（申込み順）
- 持ち物：ノートパソコン

- 日時：10月16日(水)・23日(水) 午後2時～4時
- 場所：五日市市会館、五日市地域交流センター
- 詳細は、市ホームページでご確認ください。
- ▽10月の市民ギャラリー（中央公民館）

- 美しいあきる野を描く水彩画展
- 展示内容：水彩画の展示
- 期間：10月16日(水)～20日(日)
- 時間：午前10時～午後4時（16日は正午から、20日は午後2時まで）
- 主催：美しいあきる野を描く会
- 絵画サークル絵具箱作品展
- 展示内容：絵画作品20点程度
- 期間：10月25日(金)～27日(日)
- 時間：午前11時～午後5時（25日は午後1時から、27日は午後3時まで）
- 主催：絵画サークル絵具箱

めざせ健康あきる野21 第111回ふれあいウォーク ～川のせせらぎを感じながら秋を先取り～

- ▽日時 10月21日(月) 午前9時30分～正午（予定）
- ▽集合場所 油平クラブハウス前（秋川駅南口から徒歩3分）
- ▽解散場所 秋川駅北口
- ▽コース 油平クラブハウス前→滝山街道→秋川遊歩道左岸→東秋留橋→秋川グリーンズ→ポーツ公園→東秋留橋→地蔵院→雨間立体→大塚公園→秋

- 川駅北口（約6キロ）
- ▽定員 約40人（申込み順）
- ▽持ち物など 決定通知書、飲み物、タオル、スタンプカード（お持ちの方）、歩きやすい服装・靴
- ▽費用 無料
- ▽申込み方法 10月2日(水)午前8時30分から11日(金)午後5時15分までに、電話か電子申請で申し込んでください。数人で申し込みを希望の方は、全員の氏名、住所、連絡先を準備の上、申し込みをしてください。参加決定者には決定通

- 知書を送付します。
- ※中止の場合は、当日までに連絡します。
- ※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。
- ※コースは、変更になる場合があります。
- ▽問合せ 健康課健康づくり係（直通558・1183）

電子申請



- 10月の健康相談（予約制）
- 保健師等が相談に応じます。
- ▽期日・受付場所
- 10月8日(火)・22日(火)：健康課
- ▽時間
- 1回目：午後1時15分～
- 2回目：午後2時15分～
- 3回目：午後3時15分～
- ▽定員 各回2人（予約制）
- ▽申込み方法 電話で申し込んでください。
- ▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係（直通558・1183）

表 催し物の部

期日	場所	時間（24時間表記）／団体名／内容
10/5（土）	ふれあいセンター	開演①13:00②16:00/ 市民劇団「あきる野」／演劇公演
10/6（日）	ふれあいセンター	開演12:00/ あきる野市吟剣詩舞道連盟／詩吟・剣舞・詩舞
	秋川キララホール	開演13:30/ 秋川歌舞伎保存会あきる野座／歌舞伎公演
10/14（月）	秋川キララホール	開演13:00/ 大正琴扇靖流あきる野琴の会／大正琴演奏
10/26（土）	秋川キララホール	10:20～10:35/ 音楽体操 まろんず／ダンス
		10:40～11:45/ 五日市カンツォーネを歌う会／カンツォーネ発表
		11:45～12:30/ リノ・ラウレア／フラダンス
		13:10～13:50/ イリマレイアロハ秋川チーム・五日市チーム／フラダンス
		13:50～15:05/ ナプアオカラニ／ナプアオカラニ・ケイキ／フラダンス
		15:05～15:45/ アロハ・ヌイ／フラダンス
10/26（土）	中央公民館	事前予約、受付12:30、対局13:00/ あきる野将棋倶楽部／将棋大会、クラス別
	五日市地域交流センターまほろばホール	開演10:00/ 五日市クラブ／ダンスパフォーマンス
	五日市地域交流センター茶室	開演13:00/ あきる野市三曲会／三絃・箏・尺八の合奏
10/27（日）	秋川キララホール	10:00～15:00/ あきる野市茶道連盟 五日市支部／お茶会
		11:00～11:40/ Chii Oriental dance school/ オリエンタルダンス
		12:30～13:00/ 秋川太鼓／和太鼓演奏
		13:00～14:00/ ハワイアンフレンズ、ケ・オル・マカニ・プメハナ・オ・カ・ラー／フラダンス
		14:00～16:30/ KULA STUDIO/ キッズダンス、バレエ
	五日市地域交流センター第2研修室	対局9:30～16:30/ 五日市囲碁愛好会／囲碁大会
10/27（日）	五日市地域交流センター茶室	10:00～15:00/ あきる野市茶道連盟 五日市支部／お茶会
	五日市地域交流センターまほろばホール	開演14:00/ シルバーフォーカーズ、スピカ／軽音楽演奏