

ペタンク体験教室

ペタンクは、小さな目標(ビュット)に向けて、金属製のボールを投げ合い、相手より近付けることで得点を競うスポーツです。子どもから大人まで、誰でも気軽に楽しめます。

▽日時 10月12日、11月9日、12月14日、令和7年2月8日の土曜日 午前9時～10時30分

※天候不良による中止の場合は、午前8時30分に決定します。

▽場所 秋川駅南口運動広場(駐車場あり)

▽講師 スポーツ推進委員

▽対象 市内在住・在勤・在学の方

▽費用 無料

※受付は、当日会場で行います。働きやすい服装でお越しください。

▽問合せ スポーツ推進課スポーツ推進係(直通558・1262)

初心者水泳教室参加募集

基本から丁寧に指導します。

▽日時 10月7日・21日・28日、11月11日の月曜日 午前10時～正午

※各日同一内容です。

ネットワーク

官公庁などからのお知らせ

凡例：内 内容／日 日時(時間は24時間表示)／場 場所／対 対象／定 定員／費 費用／締 締切り／他 その他／問 申込み・問合せ

東京都最低賃金改正のお知らせ

内 東京都最低賃金は、10月1日から時間額1163円に改正され、都内で働く全ての労働者に適用されます。／問 青梅労働基準監督署監督課(☎0428・28・0058)、東京労働

▽場所 五日市ファインプラ

▽講師 菊地和子さん

▽対象 市内在住・在職・在学の18歳以上の方

▽費用 無料

▽申込み方法 開催日前日まで

▽申込み・問合せ あきる野市スポーツ協会水泳連盟 渡邊

▽担当課 スポーツ推進課スポーツ推進係

弓道初心者教室(全5回)

▽日時 10月23日・30日、11月6日・13日・20日の水曜日

午後7時～9時

▽場所 秋川体育館弓道場

▽定員 10人(申込み順)

▽対象 高校生以上の方

▽費用 千円(小冊子・施設使用料など)

▽持ち物 教室で使用する弓道道具は、用意します。

▽申込み方法 10月18日(金)までに電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ あきる野市スポーツ協会弓道連盟初心者教室担当(☎090・7834・8622)

▽担当課 スポーツ推進課推進課スポーツ推進係

曜日も可)。／日 9時30分～正午、13時～16時30分／他 特設電話(03・3502・8239)

／問 東京法務局東京公証人会(☎03・3502・8050)

「弁護士による福祉法律相談会(予約制)」

日 10月8日(火) 14時～16時10分(1組40分)／場 五日市地域交流センター2階会議室／対

認知症高齢者や、障がいがある方のための法律相談(相続・遺言・消費者被害・成年後見制度等)を希望される方／定 3組(申込み順)／費 無料／締 10月7日(月)／他 申込みの際、相談内容をお聞きます。／問 あ

きる野市社会福祉協議会相談支援係(☎533・3548)

糖尿病患者さんと糖尿病予備群の方のための「糖尿病1日教室」

内 ①糖尿病について(糖尿病専門医)、②食事療法について(管理栄養士)、③運動療法(トレーナー)の講演／日 10月12日(土) 14時～16時(13時30分開場)／場 西多摩医師会館2階会議室／費 無料／定 30人(申込み順)／問 (一社)西多摩医師会(☎0428・23・2171)

あきる野市シルバー人材センター主催「ふれあい祭り」

内 (公社)あきる野市シルバー人材センターの会員が健康で働けることを市民の皆様に感謝するとともに、PR活動と会員の親睦を兼ねた祭りです。やさそば、豚汁、やきとり、フランクフルト、飲み物などの販売、バッグ等、手づくり品(バッグ等)や編み物作品を販売。お子さんが参加するヨーヨー釣り、スパーボールすくい無料。会員入会や仕事の依頼の相談も承ります。／日 10月13日(日) 10時～15時／場 シルバー人材センター駐車場(平沢32-1)／他 長谷川商店前(二宮2256)／他 プレマルシェ：二宮商業会加盟店の売出しと抽選券の配布を行います(期間：10月10日(木)～27日(日))。／問 二宮商業会 町田(☎558・5043)

東京都行政書士会による無料相談会

内 相続、遺言、契約、各種許可など暮らしの手続や書類作成などの相談を行います。／日 10月17日(木) 10時～16時(予約不要)／場 市役所1階コミュニティホール／他 相談員：東京都行政書士会多摩西部支部会員。相談内容の資料があれば持参してください。／問 東京都行政書士会多摩西部支部 青山(☎042・542・8069)

令和6年度福祉バザー(五日市会場・秋川会場)開催

日・場 10時～12時、13時30分～15時30分(売切れ次第終了)／五日市会場：10月20日(日)／秋川会場：10月27日(日)／対 寝具類、石鹸類、タオル類、食器類、食料品類(酒類、腐りやすいもの、賞味期限の切れたものを除く)※中古品は取り扱いません。／他 障がい者団体等による模擬店の出店があります。町内会・自治会を通じて物品の提供をお願いしています。福祉バザーの収益金は、社会福祉協議会に寄附され、市民のための福祉事業の財源になります。／問 福祉バザー実行委員会事務局(あきる野市社会福祉協議会 ☎595・9033)

二宮マルシェ

内 地域産品である純米酒「八重菊」、地場農産物の販売、商店会加盟店の物販、飲食物の販売

及び大抽選会を行います。日 10月27日(日) 11時～15時／場 長谷川商店前(二宮2256)／他 プレマルシェ：二宮商業会加盟店の売出しと抽選券の配布を行います(期間：10月10日(木)～27日(日))。／問 二宮商業会 町田(☎558・5043)

令和7年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書を送付しています

内 高齢や退職を事由とする年金は、「雑所得」として所得税の課税対象です。年金に係る所得税額は、「扶養親族等申告書」をもとに計算しますので、源泉徴収の際に、配偶者控除など各種控除を受ける方は提出してください「各種控除に該当しない方は提出不要(図)」。／対 年金から所得税が源泉徴収される

市民のひろば

詳しくは、各団体へお問い合わせください。

凡例：日 日時(時間は24時間表示)／場 場所／活 活動内容／入 入会金／会 会費／費 費用／問 問合せ

会員募集

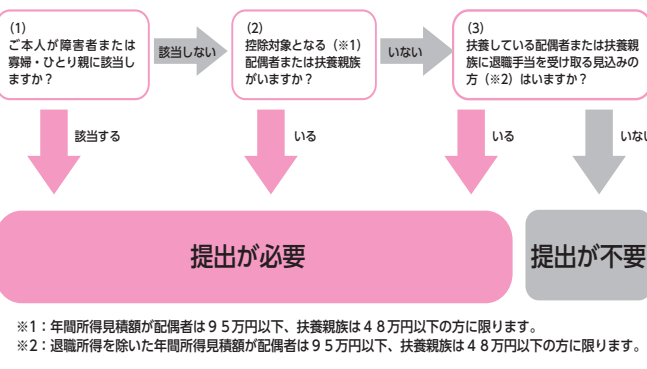
音楽体操まるんず

日 毎週木曜日 11時～13時／場 五日市ファインプラザ／活 音楽体操やダンス、ストレッチ等。見学・体験はいつでも。／入 500円／会 月2500円／問 戸上(☎558・1845)

講演会など

さくら会無料体験 水彩画 日 10月9日(水) 10時～16時(時間内自由参加)／場 秋留台公園

方／締 10月31日(木)まで／問 扶養親族等申告書問合せダイヤル(☎0570・081・240)、●青梅年金事務所(☎0428・30・3410)



(以下は広告枠です)

看護師が爪と足のケアを訪問して行います!

- お家で介護生活をされている方
- 爪を切りにくく感じている方
- 足のガサガサやたこ等でお悩みの方

♥料金 約60分 4,000円(税込)
初回限定 2,000円(税込)でお試しいただけます!

町のフットケア屋さん
090-3878-3193

あきる野市瀬上

LINE Instagram

補聴器
ご自宅2週間無料試聴

イオンモール日の出店 1階
補聴器・杖・電動カート・ケアシューズ
クラシカエル 朝10時～夜7時 TEL.042-588-5050
聞こえのお悩み、補聴器のご相談、お気軽にご相談ください。

自然素材、自然エネルギーの家!
住まいのご相談、見学お待ちしております!

eco build

リフォーム承ります

(株)エコビルド 090-5326-6395
あきる野市雨間696