

図書館だより

JR武蔵引田駅北口ロータリーに「返す本のポスト」を設置しましたので、ご利用ください。

2月の休館日

▽中央図書館 毎週金曜日と17日(火)

▽東部図書館エル、五日市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日

中央図書館
(☎558・1108)

おはなし会

●日時：2月22日(日) 午前11時～11時30分
●対象：幼児・小学生

東部図書館エル
(☎550・5959)

▽ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)

●日時：2月22日(日) 午前11時～11時30分
●対象：幼児・小学生

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

国民年金保険料の未納が続くと、老後に年金を受け取れなくなるばかりか、病气やけがで障がいが残ったときの障害年金や死亡したときに配偶者や子が受け取れる遺族年金が受け取れない場合があります。保険料の納付期限は、納付対象月の翌月末日です。期限を守って納めましょう。納付書が無い方は、日

▽ひよこのおはなし会

●日時：2月26日(木) 午前11時～11時20分
●対象：1歳から3歳までの子どもとその保護者

▽みんなでかざろうじどうしつ

「シールペタペタみんなの電車」ペーパー芯とシールを使った工作です。

●期間：2月28日(土)～3月8日(日)の午前10時から午後5時まで(時間内自由参加。材料が無くなり次第終了)

●対象：幼児・小学生

五日市図書館

(☎565・0236)

▽子ども映画会「やさしいライオン」

●日時：2月18日(水) 午後2時30分～3時
●対象：幼児・小学生

▽わらべうたのじかん

●日時：2月20日(金) 午前11時～11時20分
●対象：0歳から3歳までの子どもとその保護者

高齢者げんき応援事業

▽受付時間 平日午前9時～午後

本年金機構へ再発行の依頼をしてください。

▽納付窓口 銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア

※ATMやインターネットバンキング、主なスマートフォン決済アプリからも納付することができま

※市役所や年金事務所の窓口では、納められません。

▽問合せ

●保険年金課年金係
●ねんきん加入者ダイヤル(☎0570・003・004)

楽しいストレッチの会
主催「介護予防のいきいき元気講座」

「楽しいストレッチの会」は、高齢者支援課で養成された介護予防リーダーが中心となり、自主活動を行っているグループです。普段使われていない筋肉を呼び覚ますことで転倒予防やロコモ予防などにつながるトレーニングを行います。

▽日時 3月14日(土) 午前10時

後5時

▽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

(☎533・0330)

開戸センター
(☎550・2755)

萩野センター
(☎550・2722)

▽「脳トレ教室」見学体験会

●日時
●五日市センター：3月4日(水) 午前10時～11時30分
●開戸センター：3月11日(水) 午前10時30分～11時30分
●萩野センター：3月12日(木) 午前10時～11時30分

●費用：無料

●講師：センター職員
●定員：各10人

開戸センター

(☎550・2755)

▽書道教室

●日時：毎月第2・第4月曜日(祝日を除く) 午後1時30分～3時
●講師：中村宗男さん
●定員：5人(申込み順)
●費用：1回千円

～11時30分

▽場所 秋川ふれあいセンター寿の間

▽講師 西田富美子さん(KOBA式体幹バランス Balance トレーナー)

▽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、タオル、筆記用具、動きやすい服装

▽費用 無料

▽申込み方法 2月16日(月)の午

萩野センター

(☎550・2722)

▽絵手紙教室

●日時：毎月第1月曜日(祝日を除く) 午前10時～11時30分

●講師：絵手紙講師
●定員：5人(申込み順)
●費用：1回千円

五日市センター
(☎533・0330)

▽スマホ教室(入門編)

●日時：3月10日(火) 午後2時～3時30分
●講師：あきる野病院システムエンジニア

●定員：5人(申込み順)
●費用：無料

●牛乳パック工作 ちがい手小箱を作ります。



シルバー人材センターホームページ



ハローワーク青梅の職員による個別就労相談会(予約制)

日 3月13日(金) 13時30分～15時30分/場 B i @ S t a (トラストルピア2階) / 費 無料 / 他

前9時から27日(金)の午後5時までに電子申請か電話で申し込んでください。
▽申込み・問合せ 楽しいストレッチの会 上杉(☎080・1210・2352)
▽介護予防リーダーに関する問合せ 高齢者支援課高齢者支援係(直通558・1953)

電子申請



ネットワーク

官公庁などからのお知らせ

凡例：内容／日日時(時間は24時間表示)／場所／講師
／対象／定員／持ち物
など／費用／他その他／問
申込み・問合せ

シルバー人材センター
女性委員会主催「笑いヨガ」笑って健康、歌って元気

日 3月9日(月) 13時30分～15時30分(13時開場) / 場 秋川ふれあいセンター2階第1・第3会議室 / 講 山内弘子さん / 対

原則市内在住で60歳以上のシルバー人材センター未入会の女性の方 / 定 30人(申込み順) / 費

無料 / 他 2月27日(金)までに窓口か電話で申し込む。 / 問 (公社)あきる野市シルバー人材センター(☎558・1414)

求人への応募を希望する方は、あきる野ハローワークをご利用ください。 / 問 ハローワーク青梅職業相談コーナー(☎0428・24・9163)

ハローワーク青梅 職業訓練

内スキルアップをして就職を目指す方に、事務・IT・介護・技術など多彩な訓練コースを毎月開催しています。 / 費 無料 (別途テキスト代等) / 問

ハローワーク青梅訓練担当(☎0428・28・8808)

ハローワーク青梅「じ」と子育て両立応援ミニセミナーinトラストルピア(予約制)

日 3月13日(金) 10時30分～12時 / 場 トラストルピア3階会議室 / 対 子育てをしながら仕事との両立を目指す方(子ども連れでの参加、途中退出可) / 定 15人(申込み順) / 持 筆記用具 / 他 電話か窓口で申し込む。 / 問 ハローワーク青梅生活支援コーナー(☎0428・20・1854)

献血のお知らせ

内年間数百万リットルの血液を献血により確保しなければ、輸血を必要としている生命が守れないといわれています。一人でも多くの方の協力をお願いします。 / 日 2月17日(火) 10時～11時、12時15分～16時 / 場

市役所北側駐車場(防災センター西側) / 持 運転免許証、資格確認書等本人確認ができるものか献血カード(お持ちの方) / 他 献血できる方：16歳～69歳の方(ただし、65歳以上の方は、60歳以降に献血の経験が必要) / 問 東京都赤十字血液センター事業課(☎529・0405)

庭木の剪定 伐採・除草など 社員随時募集中!! 立山産業 検索 立山産業株式会社 本社：福生市福生973 ●あきる野支店：あきる野市養沢175 TEL.042-553-9111(御見積無料)

施設入居前・遺品整理・ゴミ屋敷・売却前・各種買取 etc お片付け お片付けライトに全部お任せ下さい! ご相談・お見積り 完全無料! 通話無料 0120-684-215 お片付けライト 〒186-0005 東京都国立市西2-24-30 ☎042-806-9065 【遺品整理士】遺品整理士認定協会 第1524195号 【遺品査定士】遺品査定士認定協会 第AM02232号 【古物商許可】公安委員会許可 第308872416684号 合同会社レイ

お庭や家の外周りで、お困りごとはないですか? 家の外周り:外構は ガーデンエクスプレスにお任せください! 砂利敷・人工芝 フェンス設置 防草シート 庭石・敷石撤去 コンクリート敷 駐車場・駐輪場 お見積・ご相談は無料! 1本からのお庭サービス ガーデンエクスプレス カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ 0120-417-269 本社：埼玉県さいたま市北区宮原町1-210-3F