

あきる野創業・就労・事業承継支援ステーション Bi@Sta 情報



Bi@Sta 創業支援セミナー「経営者のための実践講座」生成AIを使いこなし成果をあげている経営者が必ずやっている思考法

- 日時: 3月21日(土) 午後3時~4時30分
場所: Bi@Sta (トラス トルピア2階)
講師: 山岸智也さん (中小企業診断士)
定員: 4人(申込み順)
持ち物: 筆記用具、電卓
申込み締切り: 3月14日(土)

トラストルピア ルピア熟情報 申込み・問合せ (042)5500-4700

- やさしい体操
日時: 3月2日(月) 午前10時~11時
定員: 10人
持ち物: 飲み物
費用: 千円
シルクフレーザーアレンジメント(リース)
日時: 3月4日(水) 午後1時

- 対象: 中小・小規模企業の経営者(後継者候補)
相談員: 東京都多摩地域事業承継・引継ぎ支援センター相談員
持ち物: 直近3期分の決算書(確定申告書のコピー、会社概要が分かるもの(パンフレットやホームページのコピー等))
申込み締切り: 3月27日(金)

- 費用: 無料
申込み方法: 申込用紙に必要事項を記入の上、ファクス、メール、窓口のいずれかの方法で申し込んでください。
※申込用紙は、Bi@Staの窓口やホームページにあります。
申込み・問合せ: あきる野創業・就労・事業承継支援ステーション Bi@Sta
電話: 042-518-7777
メール: bista.akiruno@gmail.com
時間: 午前10時~午後7時(日曜日、祝日、第2水曜日を除く)
担当課: 商工振興課 商工振興係

- 定員: 8人
持ち物: 花ばさみ、持ち帰り用袋
費用: 2千円
生花アレンジメント
日時: 3月4日(水) 午後2時~3時
定員: 10人
持ち物: 花ばさみ、持ち帰り用袋
費用: 3千円
いきいき健康ヨガ
日時: 3月4日(水)・5日(木)・12日(木)・18日(水)・19日(木)・25日(木)

- 日時: 26日(木) 午前10時~11時
定員: 10人
費用: 2500円
塗り絵「パズル」
日時: 3月19日(木) 午前10時~正午
定員: 5人
費用: 2千円
顔ヨガで老け顔改善!
日時: 3月8日(日) 午後1時~2時、13日(金) 午前11時~正午
定員: 各10人
持ち物: スタンドミラー、飲み物、筆記用具
費用: 各2千円

- ベネチアンガラスで作るアクセサリー講座
日時: 3月10日(火) 午後1時15分~2時45分
定員: 4人
費用: 2500円(アクセサリ+金具付き)
※作品は後日お渡しします。
モダン金継ぎ「ブルー継ぎ」
日時: 3月13日(金) 午後1時15分~2時30分
定員: 5人
費用: 3千円
目指せ陽美人!自分で作る化粧の発酵調味料と栄養ワークショップ
日時: 3月16日(月) 午前9時30分~11時30分
定員: 15人
持ち物: 持ち帰り用袋(内容量300ミリ程度の瓶3個程度が入る大きさ)、エプロン、お手拭き、直径30センチ程度のボウル、2キロまで計量可能なはかり
費用: 3500円

- 定員: 5人
費用: 2千円
面白凸凹絵の具で描く大人の塗り絵「ティンプルアート」
日時: 3月18日(水) 午後1時~3時

- 定員: 10人
費用: 2500円
塗り絵「パズル」
日時: 3月19日(木) 午前10時~正午
定員: 5人
費用: 2千円
手ぶらで 月一書道教室
①「子ども筆あそび体験」筆を使ったお絵描きや文字を書いたりします。
日時: 3月20日(金) 午前10時30分~11時30分
定員: 6人
対象: 3歳~12歳
費用: 1500円
その他: 5歳以下の子どもは保護者の付き添いが必須です。
②「筆ペンで自分の名前と住所を美しく書こう」(大人向け)
日時: 3月20日(金) 午後1時30分~3時30分
定員: 8人
費用: 3500円(書きやすい筆ペン付き)

- 初心者でもできる健康のための太極拳
日時: 3月21日(土) 午前9時~11時
定員: 15人
持ち物: 動きやすい服装、運動靴、飲み物
費用: 500円
占い 姓名判断&宿命星の1日入門体験講座
日時: 3月21日(土)・31日(火) 午後1時~3時
定員: 各6人
持ち物: 筆記用具
費用: 各2千円(占い付き)
シャインカービングがロザフィのアクセサリ作り
日時: 3月24日(火) 午後1時~3時
定員: 4人
費用: シャインカービング(1500円)、ロザフィのアクセサリ作り(3千円)

- 手ぶらで簡単!ウクレレティータイム
日時: 3月25日(水) 午前10時30分~11時30分
定員: 8人
費用: 千円
その他: ウクレレを持参する場合は連絡してください。
足の健康は爪から!正しい足の爪切り講座
日時: 3月27日(金) 午前9時30分~10時30分
定員: 10人
持ち物: 普段使っている爪切り道具
費用: 500円

市民のひろば 詳しいは、各団体へ お問い合わせください。

会員募集 コスモス 毎週月曜日 9時~12時30分 場秋川体育館/活卓球/入千円/会2千円(6か月分) 問鮎澤(0800-3731-3153)

講演会など 女流棋士招待イベント 3月14日(土) 13時(受付12時30分) 場中央公民館2階第6・7研修室/講安食総子さん(日本将棋連盟、女流二段) 費500円/他要申込み。 女流棋士による指導対局と一般大会/問あきる野将棋倶楽部 吉見(0558-2120)

梅花薫るお寺で坐禅と梅花の吟詠を体験しませんか 3月14日(土) 13時~16時 場徳雲禅院/講(公社)日本吟道学院師範/費無料/他境内の梅花鑑賞と坐禅、梅花吟詠/問あきる野吟道会 岡部(090-3225-1181) 春休み 科学実験を楽しもう! 3月27日(金) 13時/場フレア五日市/講東京大学CAS T/費無料/他たぐさんのブースで科学にせまる。/問子ども子育ての会 雨滝(090-1995-1587) 合気道基本技無料体験講習会 3月27日(金) 19時/場秋川体育館柔道場/講澤崎道成さん/費無料/他体術・剣杖を含めた合気道体験会/問あきる野市合気道連盟 堤(090-9165-0544) 掲載希望問合せ 市長公室 (直通558-1269)

フラダンス体験レッスン 日時: 3月28日(土) 小学生: 午後1時~2時 *中学生: 25歳: 午後2時~3時 定員: 各5人 持ち物: 動きやすい服装、タオル、飲み物 費用: 各500円 ※詳しくは、ホームページをご覧ください。 ※電話か窓口で申し込んでください(午前10時~午後6時)。

(以下は広告枠です)

脊柱管狭窄症専門

- 10分歩くとしびれて立ち止まりたくなる
手術を勧められたがしたくない
このまま歩けなくなってしまうと不安

初めての方限定キャンペーン 3月中に限り通常1回7,700円が初回1,980円(税込) 042-550-8377 やまざき整体院



2026年3月14日(土) 14:00開演 (13:30開場) S&D秋川キララホール

東京都あきる野市 秋川1丁目16-1
前売券【音楽会+わんだフルセット券】 大人:1,000円/子ども(3歳~小学生):500円
★前売券は、以下の場所及び電子チケットにて販売中
・いろどり屋(トラストルピア1階)・あきる野市観光協会五日市駅前案内所
・榎原村観光協会(榎原村地域交流センター)・秋川深谷 瀬音の湯 物産販売所朝霧
・わんだフルネイチャーヴィレッジ(センターハウス)
詳細は右記の二次元コードよりご確認ください
※当日券【音楽会+わんだフルセット券】の販売あり
(各セット内容:音楽会チケット+わんだフルネイチャーヴィレッジ入園券1枚)
Tel.042-558-5861(わんだフルネイチャーヴィレッジ)



第7回 東京都競馬グループ 東京サマーランド チャリティー音楽会

アニメ映画や有名なクラシックなど幅広い世代の方にお楽しみいただける楽曲を演奏いたします。 お子様も一緒に気兼ねなくご来場ください。

※本音楽会の売上金の一部は、チャリティーとして寄付いたします。