

高齢者げんき 応援事業



▽受付時間 平日午前9時～午後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

開戸センター

(0550・2755)

萩野センター

(0550・2722)

五日市センター

(0553・0330)

▽健康講座「特定健診で元気な毎日を続けましょう」

めがせ健康あきる野21 第122回ふれあいウォーク



▽日時 5月21日(木) 午前9時30分～正午(予定)
▽集合・解散 フレア五日市(武蔵五日市駅前)
▽行き先 フレア五日市から小峰公園(留原・高尾)の周遊コース

「特定健康診査(無料)を受けましょう」
受診券をお送りします

40歳以上の国保加入者を対象に、メタボリックシンドロームの予防と改善を目的にした特定健康診査を実施します。4月下旬に受診券などを送付します。

●日時：4月30日(木) 午後1時30分～2時30分
●場所：五日市センター
●講師：高水幸子さん(あきる野病院看護部看護部長)
●定員：30人(申込み順)
●費用：無料

開戸センター

(0550・2755)

▽麻雀大会
●日時：4月25日(土) 正午～午後4時

●講師：開戸センター職員
●定員：8人(申込み順)
●費用：1回千円
●着物リメイク 着物地を使ってバッグを作ります。
●日時：5月1日(金)・15日(金)・29日(金) 午後1時30分～3時、5月20日(水) 午前10時30分～正午(全4回)

●講師：松本直美さん
●定員：5人(申込み順)
●費用：初回一括2千円(材料費別)

五日市センター

(0553・0330)

▽スマホ教室(入門編)
●日時：5月12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
▽昔ながらのモンペ教室 自宅にある使わないう着物でモンペを作ります。
●日時：4月24日(金) 午後1時30分～3時30分
●講師：中村亜子さん
●定員：5人(申込み順)
●費用：1回千円

※コースは、変更する場合があります。詳しくは、決定通知書をご覧ください。

▽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、歩きやすい服装・靴、スタンプカード(お持ちの方)
▽費用 無料
▽申込み方法 4月16日(木)から30日(木)までに電話(平日午前8時30分～午後5時15分)か電子申請で申し込んでください。複数人で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。

▽その他
●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。

※後期高齢者医療制度に加入している方には、5月下旬に受診券を送付します。
▽期間 5月7日(木)～10月31日(土)

※10月は、大変混み合いますので、早めに受診しましょう。
▽対象 国保に加入している40歳以上の方(昭和62年3月31日以前生まれで、健診日現在



74歳以下)
▽費用 無料
▽問合せ 健康課健康づくり係
(直通558・1183)

市ホームページ



生涯学習人材バンクを「ご利用ください」

生涯学習人材バンクは、市に登録された専門的な知識や技能、学習経験を持つ個人・団体を、学校や地域の団体・サークル(原則5人以上)などへ紹介する制度です。イベントの協力や特別授業、学習会の講師など、さまざまな場面でご利用いただけますのでご相談ください。
※地域イベントでのマジック披露、学習経験を生かした講座やワークショップなど
▽利用方法 登録者名簿から希望する登録者を選び、紹介申請書に記入の上、提出してください。
※登録者名簿、紹介申請書は、

市ホームページと

広報あきる野への広告掲載 事業者を募集しています



令和8年度は、フレックス(株)に広告枠を一括して貸し付け、広告の掲載事業者を募集します。
▽広告の掲載取扱期間(号)
●ホームページ：令和9年3月31日まで
●広報あきる野：令和9年4月発行号まで
▽申込み・問合せ フレックス(株)〒190-0012 立川市曙町2-20-16、☎042・528・3722、FAX042・512・5309、E: t.nakanoflex-ad.co.jp)
▽その他 詳しくは、広告代理店に直接お問い合わせください。
▽担当課 市長公室

生涯学習人材バンク 登録者募集

生涯学習人材バンクは、専門的知識や技能、学習経験などをお持ちの個人や団体の方に登録いただき、学校や地域の団体・サークルなどへ支援していただく制度です。「自分の力を地域で活用してほしい」という方の登録をお待ちしています。
▽登録期間 登録日から令和10年3月31日まで(2年ごとに更新手続きがあります)
▽登録要件 文化、芸術、スポーツ、レクリエーション活動等について、専門的知識・技能があり、生涯学習活動の支援に意欲のある個人か団体
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
▽登録方法 所定の申請書に必要事項を記入し、提出してください。
※申請書は、窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。
▽申請・申込み・問合せ 生涯学習推進課生涯学習係(〒197-0814 二宮350、直通558・2438)

市ホームページ



会員募集

あきる野市漢詩学習会
日 第1・第3月曜日 13時30分～15時30分/場 中央公民館
活 俳句、短歌で漢詩創作。吟詠は楽しい脳活・健康の源。
会 年千円/問木元(☎559・5936)

わちやか体操

日 第1・第3木曜日 10時～12時/場 中央公民館2階和室



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

講演会など

山が乾くってなんのさささ を読み解く土中のお話会
日 4月26日(日) 14時～16時/場 五日市地域交流センター/費 3000円/問 雨土の会 才勝(☎090・9968・4948)

健康体操あじさいクラブ

日 毎週土曜日 13時～15時/場 秋川体育館第1トレーニング室/活 誰にでもできる健康体操です。1週間の疲れを取りましょう。/入 5000円/会 月15000円/問 大槻(☎559・6325)

(以下は広告枠です)

Large advertisement for 'DEKASLA' water park featuring 'スーパーモンキーフロート' and 'アクアファン' attractions. Includes dates for GW limited opening: 4/25(土)・26(日)・29(水・祝) and 5/2(土)～6(水・祝). Includes QR code and 'アクアチューブ' attraction.