

あきる野市携帯サイト
「ポケットガイド あきる野」情報満載！

- ・広報紙の内容を掲載
- ・公共施設案内を写真と地図で表示

URL <http://akiruno-town.info/>



新企画スタート！
リズムエクササイズ
&「ヨガ」レッスン新設

AFFA認定インストラクター生田景子さんの指導で、1人ひとりの体調を見ながらレッスンを進めます。

期日 7月7日・14日・21日・28日の火曜日

内容・時間
リズムエクササイズ：午前10時～正午、午後3時～5時、午後6時30分

ヨガ：1回700円
2回と4回コースが選べます。

問合せ あきる野ルピア (550・4700)

ルピアサロンコンサート
7月5日(日)午前11時発売
8月7日(金)家族で楽しむ素敵なストリングス
(大人と子どもペア席1500円、大人1000円、子ども500円)

ルピア情報 <http://lupia.co.jp>

あきる野ルピア情報

8時30分
ヨガ：午後1時～2時
募集人数 各コース10人
受講料
リズムエクササイズ：1回1000円
ヨガ：1回700円
2回と4回コースが選べます。

五日市ファインプラザ7月定例事業

アクアビクス
期日・時間 毎週土曜日 午後3時～4時
内容 音楽に合わせて水の中体を動かす。
持ち物 水着、水泳帽
受付 初めてのの方は、登録手続きが必要です。

スポーツ体験教室
バスケットボール 日時... 7月12日 午
前10時～正午
バドミントン・卓球 日時... 7月12日 午
後1時～3時
ミニテニス 日時... 7月12日 午
後3時～5時
インディアカ 日時... 7月25日 午
後3時～5時
受付 当日、会場へ
持ち物 室内用運動靴。
用具の貸し出しは無料です。
各事業の費用は無料ですが、施設使用料金は必要です。

プールワンポイントアドバイス
期日・時間 毎週木曜日 午前10時～正午
内容 水慣れの方法から技術的なことまで、水泳や水中運動に関するアドバイスをします。
持ち物 水着、水泳帽

五日市ファインプラザ 問合せ 596・5611

日程 7月5日(日) 午前10時30分～11時30分
内容 泳ぎを撮影し、テレビモニターに映してアドバイスをします。泳法

心も体も健康に！
水中ウォーキング

「エンジョイ！ウォーキング」
日時 7月1日(水) 正午～午後1時
対象 健康のため、体力作りのため、水中ウォーキングを取り入れたい方
講師がプールサイドにいますので、声をかけてください。

市民プール
問合せ 550・1711
施設使用料が必要です。

プール親子専用コース
期間 7月の毎週日曜日
時間 午前10時～午後5時
内容 専用コースに台を入れて水深を浅くします。
費用 施設使用料
その他 小学3年生以下は付き添いが必要です。
持ち物 水着・水泳帽子

親子自由開放
広い場所でボールやフープなどの用具を使って自由に遊びませんか。
期日・時間 7月の火曜日 午前9時～11時
費用 無料
持ち物 室内用運動靴

自分の泳ぎをビデオでチェック

挑戦！バタフライ
日程 7月8日(水)・15日(水) 午後3時～4時
内容 講師がその場で泳ぎをチェックしてアドバイスします。

いきいきセンター
臨時休館のお知らせ
都議会議員選挙の投票所になるため、次の期間は使えません。
期日 7月11日(土)午後5時以降と7月12日(日)全日
グリーンスポーツ公園は使用できません。
問合せ いきいきセンター (558・334)

あきる野保健相談所 7月の行事カレンダー 558-5091

種別	対象	乳幼児	受付時間	乳児(6・9か月児)健康診査
2日	育児相談	小学校入学前の乳幼児(五日市保健センター)	午前9時20分～10時20分	都内在住の方は、都内委託医療機関で、6～7か月児・9～10か月児健康診査を公費で受診できます。受診票は、3～4か月児・産婦健診時に配付しています。都外から転入した方であきる野市発行の受診票を持っていない方は、連絡のうえ、交付を受けてください。
13日	育児相談	乳児(1歳未満)	午前9時～10時30分	
16日	育児相談 健康相談	小学校入学前の幼児(1歳以上)と保護者	午前9時～10時30分	
27日	むし歯予防教室	生後8か月から2歳10か月までの乳幼児(予約制)	午前9時30分～9時45分	
10日	3歳児健康診査	平成18年6月1日～14日生まれ 平成18年6月15日～30日生まれ	午後1時～2時	
14日	健康診査	平成18年6月15日～30日生まれ		
17日	1歳6か月児健康診査	平成19年12月1日～16日生まれ 平成19年12月17日～31日生まれ		
21日	健康診査	平成19年12月17日～31日生まれ		
24日	乳児産婦健康診査	平成21年3月1日～16日生まれ 平成21年3月17日～31日生まれ		
28日	健康診査	平成21年3月17日～31日生まれ		

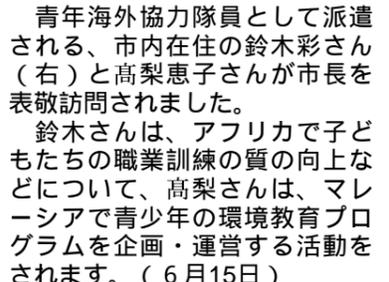
3歳児・1歳6か月児・乳児産婦健康診査の対象の方に通知をします。
1週間前までに通知が届かない方や最近転入した方で未受診の方は、連絡してください。
16日は、保護者の健康相談(血圧・体脂肪測定)なども実施します。

フォトニュース

旧東秋留橋が人道橋としての完成を記念した式典。歩行者と自転車を区分したきれいな橋を、秋多中学校吹奏楽部の先頭で渡り初めが行われました。(6月13日)



平成20年岩手・宮城内陸地震栗原市追悼式が行われ、副市長が出席しました。(6月14日)



青年海外協力隊員として派遣される、市内在住の鈴木彩さん(右)と高梨恵子さんが市長を表敬訪問されました。
鈴木さんは、アフリカで子どもたちの職業訓練の質の向上などについて、高梨さんは、マレーシアで青少年の環境教育プログラムを企画・運営する活動がされます。(6月15日)



図書館からのお知らせ

7月の休館日(通常の休館日)
中央図書館 毎週金曜日と21日

○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 7月5日 午前11時～11時30分
ボランティア(絵本とおはなしの会)によるおはなし会
日時 7月8日 午後3時～3時30分
ひよこのおはなし会
日時 7月13日 午前11時～11時20分
対象 1歳から3歳までの幼児とその保護者
学生ボランティア募集
図書館の仕事体験してみませんか！
活動期間 7月28日～8月31日 午前10時～午後6時
日にち・時間応相談
活動内容 中央図書館での資料整理(図書返却、配架、整架作業など)

対象 あきる野市内在住の高校生、専門学校生、大学生
募集人数 25人(抽選)
申込み方法 図書館に備え付けの申込書に記入し、7月14日までに中央図書館に郵送またはお持ちください。
事前説明会あり。
申込み・問合せ 中央図書館(〒197-0804 秋川1-16-2、558-1108)
東部図書館エル(550-5959)
ボランティア(おはなしタウン)によるおはなし会
日時 7月8日 午後3時～3時30分
わらべうたのじかん
日時 7月9日 午前11時～11時30分
対象 乳幼児とその保護者
ボランティア(絵本とおはなしの会)によるおはなし会
日時 7月15日 午後3時～3時30分
五日市図書館(595-0236)
ボランティア(絵本とおはなしの会)によるおはなし会
日時 7月8日 午後2時～2時30分