

### 乳幼児の親子の集いの広場 (児童館開放)「よちよちタイム」



す。11時15分から、手遊びやパネルシアターを皆で楽しみます。  
対象 市内在住・在勤の

乳幼児(一人で歩ける子)とその親子と一緒  
持ち物 水筒  
費用 無料  
申込み方法 当日直接会場へ  
問合せ 多西児童館(558・6230)

### 遊びを通じての親子のつどい

期日 平成22年1月13日・27日、2月10日・24日、3月3日・10日の水曜日  
時間 午前10時30分～11時30分  
場所 多西児童館  
内容 前半は自由遊びで



日時 平成22年1月28日(木) 午前10時～11時30分  
場所 秋川ふれあいセンター  
内容 親子あそび、交流会、子育て支援の情報交換  
対象 おおむね5か月か

あきる野  
**ルピア**  
情報  
http://rupia.co.jp  
施設利用情報公開!

### 新春の脱ゴロゴロ大作戦! 女性限定プログラム



AFAA認定PIC、マツトサイエンスインストラクター生田景子さんがサポートする1月の特別コースです。  
寒くなるとつい動くのがおっくうになりますね。そんなあなたを応援する3つ

のプログラムです。好きなコースを選んで太りやすい冬を乗り越え、スリムな春を迎えましょう!  
消費カロリーNo.1! リズム&シェイププログラム  
凝りをほぐすストレッチから、脂肪燃焼の青竹リズム運動、引き締めの簡単な筋トレまでトータルに、心地よい汗をかいて心も体もすっきり。  
時間など:毎週火曜日 午前10時～午後3時、6時30分(各1時間30分)  
好きな時間を選べます。  
料金:3000円(月3回コース)

でお悩みの方にお勧めです。  
時間など:毎週火曜日 午後1時～2時  
料金:2100円(月3回コース)  
大好評!お腹ぺたんこエクスサイズ、おなか周りに焦点を絞り、おなか周りをすっきりさせるピラティスとヨガを行います。今話題の「骨盤」を意識を向け、おなかぺたんこを目指します。  
時間など:毎週火曜日 午後5時15分～6時15分  
料金:3000円(月3回コース)  
各コースとも、運動できる服装、汗ふきタオル、飲み物、バスタオル1枚(リラクセスのびのびヨガとお腹ぺたんこエクササイズは、ヨガマットでも可)  
申込み・問合せ あきる野ルピア(3階総合窓口、550・4700)

### にこにこ離乳食教室



こっくんコース  
日時:平成22年1月6日(水) 午前10時30分～11時30分(午前10時から受付)  
内容:離乳食の進め方、離乳食1回食を中心とし

たお話と実演) 対象:おおむね5か月から6か月までの子どもの保護者  
定員:12人(申込み順) もぐもぐ&かみかみコース  
日時:平成22年1月13日(水) 午前10時30分～11時30分(午前10時から受付)  
内容:離乳食2、3回食を中心とした実演と試食  
対象:おおむね7か月から11か月までの子どもの保護者  
申し込み・問合せ 健康課 5091)

### フォトニュース



「与論島フェアinあきる野」が秋川駅北口秋留野広場で行われ、観光物産展やエイサーを楽しむ家族連れなどにぎわいました。(11月28日)

市では、秋川農業協同組合(写真左:秋間荘一組合長)との間で「災害時における救援物資の供給等に関する協定」を結び、緊急時の相互協力体制が確立されました。(11月30日)



1月の乳幼児歯科健診  
期日・受付時間  
14日・19日・28日...午前9時～10時  
25日...午後1時30分～2時30分  
場所 あきる野保健相談所  
内容 歯科医師による口の中の健康診断  
対象 4歳未満の乳幼児  
定員 45人(申込み順)  
申込み・問合せ あきる野保健相談所(558-5091)

携帯電話サイト  
ポケットガイドあきる野  
市からのお知らせの情報は  
http://akiruno-town.info/  
QRコードを読み取ってアクセス

あきる野  
安心メール登録  
防災情報  
消犯情報  
akiruno2-entry@tk.e-msg.jp  
QRコードを読み取ってそのままメールを送信

定員:16人(申込み順) 保育室:定員10人(対象児のみ)  
場所 あきる野保健相談所  
申込み方法 電話で申し込んでください。  
申込み・問合せ 健康課 558・5091)

### 年末年始の休日医科診療と歯科診療(急患の方)

期日	休日診療		準夜診療		往診はしません	
	受付時間 9:00~11:45 13:00~16:45	診療時間 9:00~12:00 13:00~17:00	受付時間 17:00~21:45	診療時間 17:00~22:00	歯科診療 受付・診療時間 9:00~12:00 13:00~17:00	
29日	医療機関 佐藤内科循環器科クリニック	場所・電話 秋川2-5-1 550-7831	医療機関 葉山医院	場所・電話 引田552 558-0543	医療機関 越智歯科クリニック	場所・電話 あきる野市野辺486-1 558-1182
30日	医療機関 星野小児科内科クリニック	場所・電話 小川東1-19-20 559-7332	医療機関 草花クリニック	場所・電話 草花2724 558-7127	医療機関 かねこ歯科医院	場所・電話 あきる野市小川東2-7-2 遠藤ビル2F 558-5118
31日	医療機関 近藤医院	場所・電話 油平35 558-0506	医療機関 鈴木内科	場所・電話 館谷156-2 596-2307	医療機関 中井歯科クリニック	場所・電話 あきる野市秋川2-10-2 シャルマン106号 558-4589
1日	医療機関 あきる野病院	場所・電話 秋川6-5-1 559-5761	医療機関 あきる野病院	場所・電話 秋川6-5-1 559-5761	医療機関 あつみ歯科クリニック	場所・電話 福生市加美平3-35-12-2 TSビル3F 530-0006
2日	医療機関 佐野内科クリニック	場所・電話 野辺1091 518-2830	医療機関 瀬戸岡医院	場所・電話 二宮1240 558-3930	医療機関 吉成歯科医院	場所・電話 福生市熊川1396 塩野ビル2F 553-5538
3日	医療機関 まつもと耳鼻咽喉科	場所・電話 秋留1-1-10あきる野クリニック1F 550-3341	医療機関 小机クリニック	場所・電話 小中野160 596-3908	医療機関 せきぐち歯科	場所・電話 福生市熊川449 551-5456

午前中の診療患者が多いなどの事情で、午後の診療時間が変更になる場合がありますので、事前に確認してください。  
救急相談センター #7119(救急車を呼んだほうがよい場合、携帯電話、PHS、プッシュ回線)  
夜間等診療機関案内 消防庁テレホンサービス521-2323 東京都ひまわり03-5272-0303 秋川消防署595-0119

### ハッピー ベビークラブ 土曜コース

日時 平成22年1月16日(土) 午後1時30分～4時  
場所 あきる野保健相談所  
内容 赤ちゃんの特徴

保育、沐浴実習など 対象 出産予定日が平成22年2月から6月ごろまでの妊婦とその家族(ハッピーベビークラブ平日コース受講者を除く)  
定員 40人(申込み順)  
申込み・問合せ あきる野保健相談所(558・5091)