

秋川体育館

申込み・問合せ
559・11163

第2トレーニング室 ビギナー&エクササイズ

ウエイトトレーニングや
エクササイズをしませんか。
自転車やランニングマシン
(9台)、ウエイト機器
(8台)があります。

ビギナー講習

第2トレーニング室を利
用する方は受講が必要です
(実技あり)。

日時 3月20日・27日の土曜日
午後6時30分、7時30分
3月19日・26日の金曜日
午前10時

あきる野 ルピア 情報

http://rupia.co.jp
550-4700

ルピアがより便利に!!

地域情報発信の充実を目
指すあきる野ルピアでは、
新たに携帯電話用のホーム
ページを開設しました。現
在は、各種イベントなどの
情報を掲載していますが、
メールマガジンの登録で、
「ルピア新鮮市」の旬の野
菜特価情報や、コンサート、
イベントなどさまざまな
「お得情報」を直接お送り
することができます。
また、パソコンや携帯か

定員 各回7人
申込み方法 電話か窓口
で予約してください。
対象 高校生以上の方
費用 施設使用料
持ち物 室内用運動靴

エクササイズ講習

ビギナー講習終了者で、
希望する方は受講できます
(予約不要)。バランスボ
ール、ストレッチ体操など
を行います。

日時 3月19日・26日の
金曜日 午前11時
費用 施設使用料

親子のびのび開放

日時 3月15日・29日の
月曜日 午前9時~11時
3月15日は指導員が活動
をサポートし、ミニ運動
会を開催します。
対象 市内在住・在勤の



http://rupia.co.jp/keitai

15周年記念 コンサートチケット 好評発売中

伊藤多喜雄コンサート
(小椋佳がゲスト出演)
日時: 4月3日(土) 午後
2時開演、5000円
小林秀子ピオラの響き
日時: 4月4日(日) 午後
2時開演、2500円
(学生席300円)

保護者とその子ども(小
学生未満)
費用 無料
持ち物 室内用運動靴
受付 当日、窓口で行い
ます。

金剛の滝と戸倉城山 山桜を見ながら歩く 「春のヘルシー ウォーキング」

日時 4月10日(土) 午前
8時30分~午後3時ころ
(雨天中止)
集合場所・時間 武蔵五
日市駅、午前8時30分
対象 市内在住・在勤・
在学の方
費用 無料
定員 50人(抽選)
持ち物など 弁当、水筒、
雨具、敷物、ウォーキン
グに適した靴
コース 武蔵五日市駅、
広徳寺(一部登り下り

が厳しいコース)~金剛
の滝、坂沢林道、光厳寺
(昼食・小休憩)~戸倉
城山山桜、五日市郷土館
(武蔵五日市駅着(解
散)(11・5キロ)
申込み方法 4月5日(月)
までに電話で申し込ん
でください。
申込み・問合せ 秋川体
育館(559・1116
3)

ふれあいウォーク 毎月21日は歩く日、 みんなで歩こう

日時 3月21日(日) 午前
9時30分集合、10時出発
(雨天実施)
集合場所 五日市ファイ
ンブラザ

コース 秋川沿いを歩く
(3コースに分かれま
す)
持ち物など 歩きやすい
服装、タオル、めざせ健
康あきる野21スタンプカ
ード(お持ちの方)など
費用 無料
申込み方法 電話で申し
込んでください。当日参
加も受け付けます。

交通安全講習会

4月6日(火)から15日(木)ま
で実施される春の全国交通
安全運動に先立ち、交通安
全講習会を行います。運転
免許証をお持ちの方もそう
でない方も受講できます。

日時・場所
3月25日(木) 午後7時30
分: 五日市会館
3月26日(金) 午後7時30
分: 小宮会館
3月27日(土) 午後2時:
申込み・問合せ 健康課
健康づくり係(直通55
8・1183)

子育て講座

ベビーマッサージ
日時 3月26日(金) 午前
10時30分~11時30分
場所 秋川ふれあいセン
ター

内容 親子でスキンシッ
プを楽しむ
講師 山岸洋子さん(ベ
ビーマッサージインス
トラクター)
対象 4か月から6か月
までの子どもとその保護
者
定員 20組(申込み順)
費用 無料
申込み方法 電話で申し
込んでください。

秋川ふれあいセンター
3月27日(土) 午後7時30
分: 五日市ファインブラ
ザ(上履きをお持ちくだ
さい)
4月3日(土) 午後7時30
分: 戸倉財産区会館
問合せ 五日市警察署
(595・0110)
福生警察署(551・
0110)、地域防災課
防災安全係

携帯サイト「ポケット ガイドあきる野」で 市内の隠れた 桜の名所を散策

携帯電話サイトのルート
ナビに、市内の隠れた桜の
名所として、平井側沿い
(平沢、二宮地区)から秋
留公園などの桜を巡るコ
ースを追加しました。これ
からの桜の季節、地図と写
真で案内する「ルートナ

込んでください。
申込み・問合せ 子ども
家庭支援センター(5
50・3313)

ファミリー・ サポート・センター 事業説明会

日時 3月29日(月) 午前
10時30分~11時30分
場所 子ども家庭支援セ
ンター相談室(市役所別
館1階)

対象 市内在住で、地域
での子育て支援に関心
のある方、子育ての援助を
受けた方。
持ち物 はんこ(入会登
録する方)
問合せ ファミリー・サ

「ピ」を使って花見散策を楽
しめます。ルートナビでは
ほかに五日市地区の観光コ
ースを案内する「里の路コ
ース」と、「七福神巡りコ
ース」があります。
通信の際のポケット料金
は、利用者の負担となり
ます。
問合せ 市長公室(直通
558・1269)

あきる野 安心メール登録

akiruno2-entry@tk.e-msg.jp
防災情報
防犯情報



QRコードを読み取って
そのままメールを送信

携帯電話サイト ポケットガイドあきる野



QRコードを読み取ってアクセス

ポット・センター(5
50・3855)

ハッピーベビークラブ 土曜コース

日時 4月10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5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)

図書館からのお知らせ

- 3月の休館日(通常の休館日)
 - 中央図書館 毎週金曜日と16日
 - 東部図書館エル、五日市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日と21日
 - 中央図書館(558-1108)
 - ボランティア(おはなしタン・ト)によるおはなし会
 - 日時 3月24日 午後3時~3時30分
 - わらべうたのじかん
 - 日時 3月29日 午前11時~11時20分
 - 対象 乳幼児とその保護者
 - 東部図書館エル(550-5959)
 - 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 3月17日 午後3時~3時30分
 - ひよこのおはなし会
 - 日時 3月25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
 - 五日市図書館(595-0236)
 - ひよこのおはなし会
 - 日時 3月24日 午前10時30分~11時
 - 対象 1歳から3歳までの幼児とその保護者

カメラアマゾン 招待選手が大活躍



2月21日に行われた「カメラアマゾン大会」で、友好姉妹都市大島町から招待されたあきる野市の4選手が大活躍しました。
結果(5キロコース)
中学生男子の部第1位: 吉村聖矢くん(西中)
中学生男子の部第2位: 島崎裕貴くん(西中)
中学生女子の部第1位: 松本晏和さん(西中)
中学生女子の部第2位: 中村史菜さん(西中)

4月の乳幼児歯科健診

期日・受付時間
6日・13日・22日
...午前9時~10時
26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)