

図書館からのお知らせ

5月の休館日

中央図書館 毎週金曜日と18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)
 わらべうたのじかん

日時 5月24日 午前11時～11時20分
 対象 乳幼児とその保護者
 ボランティア(おはなしタン・ト)によるおはなし会
 日時 5月26日 午後3時～3時30分

東部図書館エル(550-5959)
 絵本原画展
 市内在住の絵本作家、もりたちえさんの絵本「つばらさんのプランコ」(新風舎刊)の原画を展示しています。
 期間 5月28日 まで
 みんなでかざろうじどうしつ
 日時 5月16日 午後3時～4時
 対象 幼児～小学生(幼児は保護者同伴)
 内容 紙でアジサイとかたつむりをつくり、児童室に飾ります。
 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 5月19日 午後3時～3時

30分
 ひよこのおはなし会
 日時 5月27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 5月26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
 子ども映画会「クマのプーさん」
 日時 5月26日 午後2時30分～3時

視覚障がいのある方へ
 図書館では録音テープの作成、対面朗読などのサービスを行っています。図書館にお問い合わせください。
 《図書館ホームページアドレス》
<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/index.asp>
 《携帯版アドレス》
<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/i/ihome.html>を入力するかバーコードを読み取ってアクセスしてください。



秋川体育館

申込み・問合せ
 559・1163



ウエイトトレーニングやエクササイズ(バランスボールを使用した体操)をしません。自転車やランニングマシンなどで脂肪を減少させたり、心肺機能を

高める器具(9台)や上半身(腕や胸など)、下半身(太ももなど)の筋力アップやシェイプアップに役立つウエイト機器(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 5月15日・22日・29日の土曜日:午後2時30分
 3時30分
 6月7日・14日の月曜日:午後6時30分、7時30分
 5月28日(金):午前10時
 6月11日(金):午後2時30分

分 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 運動のできる服装で室内用運動靴をお持ちください。

エクササイズ講習

分 希望する方は受講することができます。運動のできる服装で室内用運動靴をお持ちください。
 日時 5月28日(金):午前11時
 6月11日(金):午後3時30分



旬の身近な食材を
 使って家族に喜ばれる
 料理を作ろう

クッキング講座

期日 6月25日(金) 午前10時30分～11時30分

対象者 市内在住・在勤の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。

内容 「和食」を中心とした簡単料理の実演と試食
 主食:炊飯器でプロの味にご飯を炊くコツ
 主菜:ひと鍋で栄養のバランスがとれるお徳な一品
 副菜:電子レンジで作るピクルスと果物を使ったデザート
 講師 栄養士
 対象 妊娠中の方、出産後1年未満の方
 定員 16人(申込み順)
 申込み方法 6月18日(金)

前10時から受付
 場所 あきる野保健相談所
 内容 「和食」を中心とした簡単料理の実演と試食
 主食:炊飯器でプロの味にご飯を炊くコツ
 主菜:ひと鍋で栄養のバランスがとれるお徳な一品
 副菜:電子レンジで作るピクルスと果物を使ったデザート
 講師 栄養士
 対象 妊娠中の方、出産後1年未満の方
 定員 16人(申込み順)
 申込み方法 6月18日(金)

幼児1人に16歳以上の付き添いの方が1人以上いない場合は、プールに入場することができません。幼児、保護者とも水泳帽が必要です。
 費用 施設使用料

市民プール

問合せ
 550・1711

3歳～6歳児集まれ!
 幼児と保護者の水慣れアドバイス

日時 5月23日・30日の日曜日 午前10時～正午
 内容 プール1コースに底上げする台を設置し、幼児の水慣れと水泳指導保護者への幼児指導のしかたをアドバイスします。
 対象 プール個人利用者で3歳から6歳までの子どもと16歳以上の付き添いの方

平成22年度 市税納期一覧表

	市・都民税		固定資産税 (都市計画税)		軽自動車税		国民健康 保険税		
	期別	納期限	期別	納期限	期別	納期限	期別	納期限	
平成22年	4月	過 年 1 期	4月30日	
	5月	1期	5月31日	全期	5月31日	過 年 2 期	5月31日	
	6月	1期	6月30日	過 年 3 期	6月30日	
	7月	2期	8月2日	1期	8月2日	
	8月	2期	8月31日	2期	8月31日	
	9月	3期	9月30日	3期	9月30日	
	10月	3期	11月1日	4期	11月1日	
	11月	5期	11月30日	
	12月	4期	12月28日	6期	12月28日	
	平成23年	1月	4期	1月31日	7期	1月31日
		2月	8期	2月28日
		3月	随時期	3月31日	随時期	3月31日

ふれあいウォーク

毎月21日は歩く日
 みんなで歩こう
 ウォーキングをしながら新緑のさわやかさを体験してみませんか。人とのふれあいを持ってよう楽しい企画もあります。ご家族やお友達を誘って、ぜひご参加ください。
 5月のふれあいウォーク
 日時: 5月21日(金) 午前9時30分集合、10時出発
 8・11183

はかりの定期検査

商店での取り引きや学校、医院などでの証明に使用する「はかり」は、2年に1度の検査を受けなければなりません。すべての「はかり」について、検査員が検査対象のお店などで伺い、検査を実施します。検査対象の方には、はがきで事前通知します。通知のなかつた方、新たに「はかり」を使用するようになった方も「はかり」を使用しな

地元のリフォーム工事店におまかせ!
 増築工事・内外改装工事・水廻りリフォーム工事・外構工事
 ★フローリング工事 給湯器・風呂釜35～50%引き
 6帖 ¥61,200より
 8帖 ¥81,600より
 ★外壁塗装 ローラー仕上げ
 ¥510,000 (25坪)
 足場、水廻り、下地シラフ、中塗、仕上げ(鉄部木部除く)
 エコリフォームやってます!
 住宅版エコポイント住宅改修
 ●窓の断熱改修工事
 ●ガラス交換・内窓設置・外窓交換
 ●外壁、屋根、天井又は床の断熱改修工事
 ●バリアフリー改修工事
 お得な工事いろいろ……お聞きください!
(有)東京リフォームサービス
 あきる野市内三内6 4 7-4 ☎533-0633

くなった方は、お問い合わせください。
 検査日程 6月8日(火)・22日(火)(土曜・日曜日を除く)
 問合せ 東京都計量検定所検査課(03・5470・6638)、商工観光課(58・1867)