

9月18日に行われた西中学校の体育大会



健康の秋

市のイベントにお出かけください

猛暑続きだった夏が終わり、さわやかな季節となりました。「スポーツの秋」「文化の秋」と言われるように、大いに秋本番を満喫しましょう。市では、この期間に「健康のつどい」「総合スポーツ祭」「体育の日の体育施設無料開放」などを行います。「健康の秋」を目指して、市で行われるイベントにお出かけください。

第15回 あきる野市健康のつどい

ふれあい いきがい 元気なまち
～日々の生活の中で健康を育もう～

日時 10月16日(土) 午前10時～午後4時
場所 あきる野ルピア、秋留野広場

お楽しみ抽選会
展示・体験コーナー
健康づくり市民推進委員活動PRパネル
めざせ健康あきる野21活動紹介
あなたの食事のバランスは？～食事バランスガイドに当てはめてみよう～
メタボ体験、触ってみよう乳がんの乳房モデル、高齢者疑似体験
子育てコーナー
市内の遊び場、子育て今昔、おうちの中の安全対策の展示
昔遊び、手遊び、家庭でも作れるおもちゃ
憩いコーナー
あきる野市産のお茶を用意した休憩コーナー
市民による手作り作品の展示、家族や地域の写真



の展示

測定・相談コーナー
血圧測定、体組成(筋肉・脂肪量)測定、生活習慣病予防
肌の健康、健康相談(保
健・栄養・歯・薬・こころ)

アルコールパッチテスト
講演コーナー
午前の部(午前10時30分～11時30分)：「子どもの食を考えよう!」旬のもの食べよう!」
午後の部(午後2時15分～3時15分)：「動いて歌って体も脳も筋力アップ」

ルピア展示室(4階)
測定コーナー 骨量測定(午前10時～午後3時30分)

整理券を午前10時から200枚、11時と正午から各100枚配布します。

秋留野広場



時間 午後1時～2時
健康づくり市民推進委員の活動発表(雨天中止)の美しい街のパレード、地

10月1日号の主な記事

- 教育フォーラム... 2面
- リサイクルフェアフリーマーケット出店者募集... 3面
- 体育の日「体育施設無料開放」... 4・5面
- フォトコンテスト公募... 6面
- 子育て講座... 8面

区活動、めざせ健康あきる野21PR
風船・ポケットティッシュの配布 午前10時～午後4時
日本赤十字社「愛の献血」移動採血車 午前10時～11時45分、午後1時～3時30分
薬物乱用防止啓発用品の配布 午後1時～3時
阿伎留医療センターPR 午前10時～午後3時30分
ウクレレ・スティールギターによるハワイアン演奏 午前11時15分～11時45分
マジックショー 正午～午後0時30分
詳しくは、ちらし(新聞折込み、町内会・自治会で回覧など)をご覧ください。

問合せ 健康課健康づくり係(直通558・118)

体育の日「体育施設無料開放」の内容は、4・5面に掲載しています。総合スポーツ祭の日程は、市ホームページに掲載しています。詳しくは、体育課(秋川体育館 559・1163)にお問い合わせください。

10月の休日医科診療と歯科診療(急患の方)						往診はしません	
期日	休日診療		準夜診療		歯科診療		
	受付時間	診療時間	受付時間	診療時間	受付・診療時間		
3日	9:00~11:45 13:00~16:45	9:00~12:00 13:00~17:00	17:00~21:45	17:00~22:00	9:00~12:00 13:00~17:00		
	医療機関	場所・電話	医療機関	場所・電話	医療機関	場所・電話	
3日	伊藤整形外科	秋川3-5-7 558-6211	ななスキンケア皮膚科クリニック	秋川2-18-18 オーエスビル2F 550-7770	寺本歯科医院	小川東2-7-11 559-8441	
10日	佐野内科クリニック	野辺1091 518-2830	朱膳寺内科クリニック	秋留1-1-10あきる野クリニックタウン1F 559-9201	三澤歯科医院	草花3310 558-7011	
11日	ほほえみクリニック	秋川2-18-18 オーエスビル1F 559-2887	奥村整形外科	下代継19-1 518-2730	内山歯科医院	五日市187 596-0327	
17日	櫻井病院	原小宮一丁目14-1 558-7007	草花クリニック	草花2724 558-7127	塚本歯科医院	草花3258-4 559-3040	
24日	鈴木内科	館谷156-2 596-2307	あきる野台病院	秋川6-5-1 559-5761	おおの歯科医院	秋川6-17-13 アベニュー小野2F 550-0484	
31日	田代医院	草花1557 559-3377	瀬戸岡医院	二宮1240 558-3930	デンタルオフィスたむら	野辺631-4 550-0998	

午前中の診療患者が多いなどの事情により、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良いか迷った場合、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

教育・子ども相談

教育相談(予約制)
相談日・時間 月曜～金曜日、午前9時～正午、午後1時～5時
相談場所・問合せ
教育相談所(558-6444)
教育相談所五日市分室(596-6460)
適応指導教室(550-6527)
子ども相談(予約制)
相談日・時間 月曜～土曜日、午前9時～午後5時30分
相談場所 各児童館
子ども家庭支援センター総合相談(随時)
相談日・時間 月曜～金曜日、午前8時30分～正午、午後1時～5時15分
相談場所・問合せ 子ども家庭支援センター(550-3313)
子育て相談(予約制)
相談日・時間 月曜～金曜日、午前10時～午後5時
相談場所 東秋留保育園、屋城保育園、神明保育園、すぎの子保育園

市10月の納税

〇市・都民税 第3期
〇国民健康保険税 第4期