

あきる野の好きなところ (19)

小峰の谷戸田



多くのハイカーで賑わった季節も終わり、厳しく冷え込んだ朝、近くの小峰の谷戸田を歩いてみました。今は木々の枯れ葉もすっかり落ちて、林の奥まで見ることが出来ます。あたりはシーンと静まり、時折聞こえてくるのは風が吹かれた枯れ葉の動く音がカサカサと冷たく張りつめた空気の中を聞こえてきます。

「あきる野の好きなところ」を募集中

あきる野市の「豊かな自然」「歴史や伝統」「豊かな文化」「楽しさ・賑わい」「やすらぎ・うるおい」など、あなたのとっておきの「ユ」を教えてください。

応募方法 300字程度の文章を自由な様式で書いてください。写真や絵を添え(なくても可)、郵便番号、住所、氏名(匿名希望の場合、ペンネームなど)、電話番号を記入の上、送付していただくか電子メールで送信してください。
応募いただいたものは、都合で掲載できない場合もあります。
応募・問合せ 市長公室 (〒197 0814 二宮350、直通558・1269、☎kono01@city.akiruno.tokyo.jp)

あきる野ルピア情報

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

窓口、電話での申し込み

24時間表記

凡例：日時/場所/講師/内容/定員/費用/持ち物など/その他/問合せ

誰でも簡単、やさしいフラワーアレンジメント講座



ひな祭りに花を飾りましょう。早春の花木に、菜の花や春の小花を添えたアレンジ。

3月2日(水) 14時~16時 / 費2000円(作品写真付)/講OHKUSAN(フラワーデザイナー)/定10人 / 持花バサミ、タオル

2月22日、3月15日の火曜日 11時から14時30分の間の30分ごとに計8回(各時間2人)/講市古里美さん、小島みずさん(エステの代表)/定16人/費2000円



肩こりや腰痛、膝痛、関節痛、筋肉痛、五十肩などの緩和にむけて。 3月1日(火) 10時45分~14時、15時、16時、17時、18時、19時(各45分)/費3000円(オイル使用3500円)/講大久保道子さん(日本医学トレーナー協会メデikal・スポーツトレーナー)/定各1人 / 持動きやすいズボンやTシャツ

題材や絵具、紙を用意します。初めてでも気軽に。 2月25日(金) 14時~16時 / 講西小野早苗さん(絵手紙アーティスト)/定10人 / 費2000円

天然石でオリジナルプレスレシート作り。 3月8日(火) 14時~16時 / 講勝友江さん(リラクゼーションサロンなごみ主宰)/定6人/費2500円(天然石、道具、ゴムなど)の基本セット込)

小顔効果やダイエットのツボにおしゃれなスワロフスキーなどの刺激シールを貼り、より効果的にリフトアップやダイエットのお手伝い(女性対象)。

ベリリー(お腹)を使ったエクササイズ。音楽にのせて動きたい方にお勧め(女性対象)。

耳つぼダイエット&リフトアップ

ペリリー(お腹)を使ったエクササイズ。音楽にのせて動きたい方にお勧め(女性対象)。

フォトニュース

市内在住の森井大輝さん(富士通セミコンダクター株式会社)が、イタリアで1月23日まで開催された「2011年国際パラリンピック委員会アルペンスキー世界選手権」の男子座位大回転で金メダルを獲得。スーパー大回転と滑降でも銀メダルの大活躍でした。森井さんがメダルを胸に市長を表敬訪問されました。(1月28日)



あきる野市町内会・自治会連合会は、国勢調査で多くの調査員を推薦し協力した功労が認められ、東京都知事感謝状を受けました。東京都議会議事堂で贈呈式が行われました。(2月2日)

あきる野市ホームページに掲載する広告を募集しています

市政情報、観光・イベント情報なども豊富な「あきる野市ホームページ」から、貴社のホームページへ導くバナー広告、継続的な掲載には、最大10割の割引制度があります。 広告料期間 トップページ(1枠、1か月): 1万5000円 トップ以外のページ(1枠、1か月): 1万2000円 申込み・問合せ 市長公室(〒197 0814 二宮350、直通558・1269)

携帯電話サイト ポケットガイドあきる野 http://akiruno-town.info/

あきる野安心メール登録 akiruno2-entry@tk.e-msg.jp

るのきっずメール登録 akiruno3-entry@tk.e-msg.jp

市役所の土曜窓口と水曜時間延長 開設窓口 市民課、保険年金課、徴税課の一部業務 土曜日の業務時間 午前8時30分~正午、午後1時~5時15分 水曜日の業務時間 午後8時まで 平日の業務時間は、午前8時30分から午後5時15分までです。

3月の市民相談(予約制) 市役所 不動産取引相談...4日 税務相談...7日 法律相談...8日・22日 交通事故相談...9日 登記相談...18日 相続・遺言など暮らしの手続相談...28日 五日市出張所 法律相談...3日 行政相談...23日 人権身の上相談...25日 時間 午後1時30分~4時30分 予約 法律相談は、相談日の7日前の午前8時30分から電話で受け付けます。その他の相談は、随時受け付けます。 予約・問合せ 市民課市民相談窓口係(直通558-1216)

3月の乳幼児歯科健診 期日・受付時間 8日・22日・24日...午前9時~10時 28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 健康課母子・予防係(558-5091)

3月の健康相談 期日・場所 7日...市役所 17日...五日市ファインプラザ 時間 午後1時30分~3時30分 内容 血圧・体脂肪率測定、保健師・栄養士による健康や栄養に関する各種相談 受付 当日、直接会場へ 問合せ 健康課健康づくり係(直通558-1183)

日本画掛軸 最終処分 2月15日(火)~25日(金) 星川表具店 ☎558-6652 ☎596-0233