

**あきる野情報**  
ルピア

詳しくは、ホームページを（携帯、パソコンで）ご覧ください。  
問合せ 550-4700

申込みは電話か窓口まで  
(受付は10時～18時)  
時間は24時間表記  
凡例：日日時/講師/対象/持ち物/費用

夏休み特別企画！ダンス&英語&音楽など盛り沢山  
AKBやEXILEになりきりダンスやHIPHOPなど、また音楽に合せ英語を楽しく学びます。  
日8月9日(木)・10日(金)と30日(木)・31日(金)。詳しくはホームページが電話で。

しあわせ雑談会パート4  
ハイプティーを飲みながら日頃気になる事の雑談会  
日7月24日(火)13時/講吉原さん/費800円

夏休みシルクフラワー教室  
午前は自然素材で楽しむ子

# ネットワーク

官公署などからのお知らせ

夏に多発する事故から  
尊い命を守る

水の事故を防ごう。水の事故の約9割が河川とプールで発生しています。また、これらの事故は年代を問わず発生しているため、すべての年代において注意が必要です。小さい子どもからは目を

東京に多摩に島々に羽ばたけアスリート

ども向け。午後は大人向け帽子アレンジ/日7月28日(土)子ども10時、大人14時/講渡辺さん/費子ども1500円、大人2300円

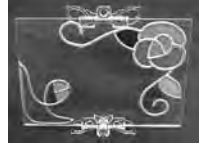
スタンドグラス風  
写真立て

日7月28日(土)大人13時、子ども15時/講西小野さん/持工作用ハサミ/費1500円

子どもかんたんスイーツデコ

ガラスポットの蓋に飾る  
日7月30日(月)14時/講田野倉さん/費1000円/対子ども

絵心不要の絵手紙教室  
手ぶらで参加、簡単絵手紙  
日8月1日(水)10時/講西小野さん/費2000円



離さず、大人が付き添いましょう。体調のすぐれない時は、遊泳を行わないようにしましょう。特に飲酒後の遊泳は大変危険です。周りにいる人は遊泳をやめさせましょう。熱中症を防ごう。昨年の東日本大震災の影響で、電力の供給状況が完全に回復していません。今夏も節電に留意しながら、体調管理を心掛け熱中症予防をしましょう。身体に熱がこもらないようにしましょう。薄着になったり、濡れタオルを準備したり、場合によっては、霧吹きで身体を湿らせ、気化熱によって体

温上昇を防ぐような工夫も必要です。熱せられた地面に打ち水をして、周囲を冷やすと同様の考え方です。冷却グッズなどを事前準備しましょう。冷却グッズなどを事前に準備しておきましょう。突発的な場合は、濡れタオルなどで代用できます。首や脇の下、太ももの付け根など太い血管が走っている場所に巻きつけ、効率よく体温管理するなどの工夫をしましょう。温度計の設置など、様々な対策により熱中症に注意しましょう。湿度計、湿度計、熱中症計などを利用し、事前に危険を察知し、熱中症になるのを防ぎましょう。こんなときは熱中症を疑

うめまい、失神  
筋肉痛、筋肉の硬直、筋肉が痙攣する  
大量の発汗  
頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感  
暑いのに汗をかくていない。皮膚が乾燥している  
排尿回数が少ない。尿の色が濃い  
意識状態がいつもと違う。もろもろとしていている  
異常な高温となっている

応急手当  
風通しの良い日陰や、冷房の効いている場所に移動しましょう。  
服をゆるめて体を楽にしましょう。  
冷たい水で冷やしたタオルを脇の下や足の付け根におき、体を冷やしましょう。  
自分で飲めるなら、スポーツドリンクや薄い食塩水を飲ませましょう。  
意識障害などがあり、自力で飲めない場合は、無理に水分補給してはいけ

ません。医療機関での受診が必要。意識状態がいつもと違ったり、暑いのに汗をかくていない、身体に熱がこもって高体温となっている場合などは、早期に医療機関での受診が必要です。花火による事故を防ごう。花火による火の粉が公園や河川敷の下草に着火して燃え広がり、想像以上に被害が拡大する事故が発生しています。花火で遊ぶ際は、周囲に可燃物がないことを確認し正しく取り扱います。また、水の入ったバケツを準備し、使用後の花火は確実に消火してから廃棄することが必要です。火遊び火災を防ごう。ライターなどは、子どもの目に触れず、手の届かない場所で厳重に保管する。子どもには幼児期から火災の怖さや火遊びの危険性を教える。公園など屋外で火遊びをする子どももいるので、自分の子どもだけでなく、他の家の子どもにもしっかりと注意し、地域全体で火遊び火災を防ぐ。問合せ 秋川消防署(595-0119)

健康志向が高まってきています。秋川流域(あきる野市、日の出町、檜原村)で活動している10人以上の団体・サークル・自治会などの皆さんや、小学校・中学校・高校の生徒向けの出張講座です。

皆さんからの要望に応じて専門的な知識を有する職員(助産師、看護師、技師、医師等)が地域に向いて、生命・健康・病気とその予防・治療などに関することを、分かりやすく説明し、普及・啓発に努める事業です。気軽にご利用ください。本講座のメニューなどは公立阿伎留医療センターのホームページをご覧ください。

「健康出前講座 2012」のお知らせ  
公立阿伎留医療センターでは、平成24年の重点活動目標8策を達成するために、活動テーマの一つに「社会貢献活動」をあげています。地域の方々と交流と健康づくりをお手伝いする活動の一環として、これまで「秋川流域市民健康フォーラム」などを定期的に開催してきましたが、新たに「健康出前講座2012」を企画しました。

健康出前講座  
日時 8月4日・11日・18日・25日の土曜日 午前9時～正午  
場所 秋川駅前南口運動広場  
内容 ゲートボールの初歩から指導します。  
対象 小学校5年生以上  
費用 無料  
持ち物など 用具は主催者が用意します。運動のできる服装で参加してください。  
申込み 直接会場にお越しください。  
問合せ ゲートボール連盟 芦沢(558-1265) <http://www.imo.go.jp/>

市民の生涯学習活動作品展  
NHK学園あきる野オーブンスクール「基礎からの水彩画・絵画基礎」講座作品展  
期間 7月26日(木)～30日(月)  
時間 午前10時～午後6時(26日は午後1時から、30日は午後4時まで)  
場所 あきる野ルピア4階展示室  
問合せ NHK学園あきる野ルピア教室(〒197-0804 秋川1-8-550) 4777

排水設備工事責任技術者資格認定共通試験を実施します  
日時 10月14日(日) 午前10時～正午  
場所 青山学院大学青山キャンパス9号館(渋谷区渋谷4-4-25)  
受験手数料 6000円  
受験申込書配布場所: 下水道課業務係  
配布期間: 7月25日(水)～8月31日(金) 午前8時～30分(午後5時(土曜・日曜日を除く))  
申込み方法 8月1日(水)から8月31日(金)消印有効(までに申込書を送付してください)。  
申込み・問合せ 下水道課業務係

在日米軍横田基地で働いてみませんか  
駐留軍等労働者労務管理機構(LMO)では、在日米軍基地での求人情報を掲載しています。詳細や応募に必要な履歴書などは、当機構ホームページの「求人情報」をご覧ください。応募をお待ちしています。  
問合せ 駐留軍等労働者労務管理機構 横田支部 管理課(542-7663) <http://www.imo.go.jp/>

HAMURA 英会話 School (初中級編)  
期間 9月5日～平成25年2月20日の水曜日(全15回、12月は休講)  
時間 午後1時30分～3時30分  
対象 都内在住・在勤の方  
定員 10人(抽選)  
費用 3000円  
申込み方法 8月1日(水)から14日(火)(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、電話番号、年齢、職業を記入して送付してください。  
申込み・問合せ 都立羽

市民のひろば  
掲載内容の問い合わせは各団体へ。掲載希望の方は市長公室へ。  
問合せ 市長公室 電話番号 558-1269(直通)

会員募集  
スイミング同好会「紫陽花」  
日毎週水曜日 13時～15時  
/場市民プール(屋内)/活教師が4泳法を基礎から教えます。まず見学体験にどうぞ/入500円/会費2500円/間成瀬 553-0778  
寿大学コーラス部  
日毎週木曜日 11時30分

復興支援ソング「花は咲く」を一緒に歌いませんか  
日7月28日(土) 19時30分  
/場中央公民館/講川村敬一氏、大杉祥子さん/費無料/他NHKで放送した東日本応援歌です。/問混声合唱団AMC 吉田 558-2232

村高等学校経営企画室  
(〒205-0012 羽村市羽41521、555-6631)

講演会など  
第7回 公華会高尾支部書展  
日7月21日(土)・23日(月) 18時/場あきる野ルピア4階展示室/費無料/他幼児から一般までの多彩な書道展/問公華会高尾支部 落合 080-3534-2157

「花は咲く」を一緒に歌いませんか  
日7月28日(土) 19時30分  
/場中央公民館/講川村敬一氏、大杉祥子さん/費無料/他NHKで放送した東日本応援歌です。/問混声合唱団AMC 吉田 558-2232

HAMURA 英会話 School (初中級編)  
期間 9月5日～平成25年2月20日の水曜日(全15回、12月は休講)  
時間 午後1時30分～3時30分  
対象 都内在住・在勤の方  
定員 10人(抽選)  
費用 3000円  
申込み方法 8月1日(水)から14日(火)(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、電話番号、年齢、職業を記入して送付してください。  
申込み・問合せ 都立羽

健康出前講座  
日時 8月4日・11日・18日・25日の土曜日 午前9時～正午  
場所 秋川駅前南口運動広場  
内容 ゲートボールの初歩から指導します。  
対象 小学校5年生以上  
費用 無料  
持ち物など 用具は主催者が用意します。運動のできる服装で参加してください。  
申込み 直接会場にお越しください。  
問合せ ゲートボール連盟 芦沢(558-1265) <http://www.imo.go.jp/>

**あきる野で免許を取ろう!**

◆普通免許 教習生募集中  
教習パック14万円(34時限)  
◆特別教習 (7,000円/2時限)  
ペーパードライバー。2種。失効。取消。外免切替。  
ホームページ [www.akiruno-ds.com](http://www.akiruno-ds.com)

**あきる野教習所**  
TEL 558-0149 あきる野市牛沼175

**講演会など**

第7回 公華会高尾支部書展  
日7月21日(土)・23日(月) 18時/場あきる野ルピア4階展示室/費無料/他幼児から一般までの多彩な書道展/問公華会高尾支部 落合 080-3534-2157

復興支援ソング「花は咲く」を一緒に歌いませんか  
日7月28日(土) 19時30分  
/場中央公民館/講川村敬一氏、大杉祥子さん/費無料/他NHKで放送した東日本応援歌です。/問混声合唱団AMC 吉田 558-2232

村高等学校経営企画室  
(〒205-0012 羽村市羽41521、555-6631)