

市民プール

問合せ
550・1711

事前申込み

水泳教室(入門・初級)



日時 11月、12月の木曜日
午前10時～10時50分
(12月27日を除く、全8回)

内容 水泳を初めてみたい！もう少し泳げるようになりたい！そんな方におすすめです。

対象 18歳以上の方
定員 20人
費用 3500円(施設使用料を含む)

水泳教室(中級・上級)

日時 11月、12月の木曜日
午前11時～11時50分
(12月27日を除く、全8回)

内容 25歳以上泳ぎたい！もつと早く泳ぎたい、四泳法泳ぎたい方におすすめ。

対象 18歳以上の方
定員 20人
費用 3500円(施設使用料を含む)

親子水泳



期日 11月10日～12月22日

日の土曜日 午前10時～10時50分(全7回)

内容 ちびっ子水泳教室に向けての予行練習！保護者がコーチになり泳ぎの方法や補助の仕方を練習します。

対象 未就学児と保護者
定員 20組
費用 7000円(施設使用料を含む)

ちびっ子水泳教室(ひよこ)

日時 11月2日～12月21日の金曜日 午後4時～4時50分(11月23日を除く、全7回)

内容 水で楽しく遊びながら顔付けや潜ることを習得する、水慣れを目標とする教室です。

対象 3歳以上の未就学児
定員 30人
費用 5600円(施設使用料を含む)

ちびっ子水泳教室(あひる)

日時 11月10日～12月22日の土曜日 午前11時～11時50分(全7回)

内容 水慣れができていて、一人での深場移動やパプリング(口からの息吐き)やボビング(鼻からの息吐き)の練習を目標とする教室です。

対象 3歳以上の未就学児
定員 30人
費用 5600円(施設使用料を含む)

ジュニアスイミング

日時 11月7日～12月26日の水曜日 午後5時～5時50分(全8回)

内容 レベルに合わせて練習
対象 小学校1年生～4年生くらい
定員 30人

費用 6400円(施設使用料を含む)

ジュニアスイミング 金曜クラス

日時 11月2日～12月21日の金曜日 午後5時～5時50分(11月23日を除く、全7回)

内容 レベルに合わせて練習
対象 小学校1年生～4年生くらい
定員 30人
費用 5600円(施設使用料を含む)

ジュニアスイミング

日時 11月6日・20日、12月4日・18日の火曜日 午後5時～5時50分(全4回)

内容 レベルに合わせて練習
対象 小学校1年生～4年生
定員 30人
費用 3200円(施設使用料を含む)

ジュニアスイミング

日時 11月6日・20日、12月4日・18日の火曜日 午後6時～6時50分(全4回)

内容 レベルに合わせて練習
対象 小学生5年生くらい
定員 30人
費用 3200円(施設使用料を含む)

事前申込教室共通

持ち物 水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)
申込み方法 10月20日(土)必着までに、往復はがきに教室名・氏名(フリガナ)・郵便番号・住所・年齢・性別・電話番号

号を記入して送付するか、直接申し込んでください。返信用表面にも返信先を記入

送付先: 市民プール教室 係(〒197 0811 原小宮353)

当日申込み

エンジョイ!水中運動



日時 10月3日・10日の水曜日 正午～12時50分

場所 屋内プール
内容 楽しく体を動かして体脂肪を燃焼させ、体力維持・健康増進効果のある水中運動の仕方をアパイスします。

対象 18歳以上の方
費用 施設使用料のみ
持ち物 水着・水泳帽子
参加方法 直接プールサイドへお越しください。

五日市ファインプラザ

問合せ
596・5611

プールポイント

日時 10月1日・15日・22日・29日の月曜日 午後3時～5時
内容 水慣れの方法から技術的なことまで、水泳や水中運動に関することをアパイスします。

10月の

プレミアム付商品券を発行
取扱店の登録を募集
あきる野商工会では、管内の経済対策事業として、あきる野市・檜原村などの店舗で使用できる10割のプレミアムを付けた期間限定の商品券を発行します。

この商品券を取り扱うには、取扱店として商工会への登録が必要です。この商

ネットワーク

官公庁などからのお知らせ

凡例: 日/時/期/限/場
場所/内容/講師/対
象/定員/申込み/対
費用/持ち物/他/そ
他/主催/問合せ

福祉バザーに
ご協力ください
期日: 10月14日(日)・五日市会館、10月21日(日)・秋川ふれあいセンター(時間: 午前10時～午後3時) (なくなり次第終了) / 品目: 寝具、食器、雑貨、電気製品、石鹸類、食品など(酒類、腐りやすいものを除く) 衣類は取り扱いません。中古品は取り扱いません。 / 他: 町内会・自治会を通じて物品提供のお願いをしております(町内会・自治会に未加入で協力いただける方は、お問合せください)。福祉バザーの収益金は、社会福祉協議会の福祉事業に役立てられます。 / 福祉バザー実行委員会事務局(あきる野市社会福祉協議会、595・9033)

東京文化財ウィーク
2012企画事業
東京都指定無形民俗文化財 秋川歌舞伎あきる野座公演
日 10月14日(日) 午後1時30分(1時開演) / 場 秋川キラホール / 演目: 子供歌舞伎 義経千本桜 二段目 伏見稲荷鳥居前の場 / 菅原伝授手習鑑 寺屋の場 / 定員: 700人(当日受付順) / 費用: 無料 / 問 秋川歌舞伎保存会 (090・5789・1723)

アキモクワークショップ
草木染と蕎麦打ち教室
多摩産材の香りに包まれたモデルハウスで趣味の体験教室はいかがですか。
多摩産材で染める草木染教室
日時: 10月13日(土) 午後1時～3時
講師: 金子利代さん(元文化服装学院教授)
内容: 杉の皮でストールを染色します。自然の香りや、美しい色を体験し

てみませんか?
定員: 15人
持ち物: エプロン、ゴム手袋(厚手)
費用: シルク2000円、綿1500円(どちらからお選びください)
蕎麦打ち教室
日時: 10月18日、11月8日、12月13日の木曜日 午後7時～9時(全3回)
講師: 清水哲雄氏(初後亭店主)
内容: 蕎麦の豆知識講座、実践、試食会などを行いながら、家庭で出来る「冬に備える、五日市の蕎麦」を学びます。木の香りの中で、蕎麦打ちを体験してみませんか?
定員: 8人
費用: 3500円
場所: 多摩産材モデルハウス(館台台8番地)
申込み方法: 10月9日(火)までに、教室名、氏名(複数の場合は代表者氏名)、連絡先、人数を添えて、電話、ファックスかメールで申し込んでください。
申込み・問合せ: 秋川木材協同組合アキモク・ワークショップ係 / 596・5814(電話の場合) / 596・5814(電話の場合)は水曜日を除く平日の午前10時～午後4時) / ①sobookuya@akigawamokuzai.or.jp

シルバー人材センター
刃物研ぎ
日時・場所 秋川地区: 10月17日(水) 午前9時～午後3時、シルバー人材センター(平沢32番地1) 五日市地区: 10月18日(木) 午前9時～午後3時、五日市ひるばろ / 費用: 1本2000円から(1人何本でも可) / 問(公社)あきる野市シルバー人材センター(558・1414)

システムバス ユメリア

BBWシリーズ Point

- ①ワイド浴室
従来品と同じ設置スペースで、50mm×50mm浴室内が広がりました。
- ②浴室まるまる保温
保温性はもちろん結露の発生も少なくし、強度も抜群です。
- ③ユニバーサルデザイン
より快適で安全な家族思いのバスルームが実現しました。

50mm×50mm広くなりました

エネジョブ オマタ
LPガス・灯油・水廻りリフォーム
あきる野市草花3142
草花小学校西側入口
(042)558-5533 0120-80-5533

住宅のことなら地元の建築業者へ

地元で愛されて25年

ISO9001認証取得 東京都知事免許(第)第57610号 東京都知事許可(特-19)第106846号
不動産・建築・増改築・リフォーム・耐震改修・設計監理
一級建築士事務所登録

株式会社 アイ・シー・エス

富士通ホーム&オフィスサービス株式会社 業務提携
あきる野市野辺465-1
042-559-3021(代)
まもりずまい・保険届出事業者
お気軽にお問合せ下さい。 http://www.akiruno-ics.co.jp

スポーツ祭東京2013