

五日市郷土館企画写真展  
「写真でつづる  
萩原タケの生涯」

期日 11月1日(木)～23日(金)  
火曜・水曜日、祝日は休館  
23日(金)は臨時開館  
内容 日本で初めてフロレンス・ナイチンゲール記章を受賞した郷土の偉人、萩原タケの生涯を写真で紹介いたします。  
問合せ 五日市郷土館 (596・4069)

男性の料理教室  
「チャレンジしよう！  
ヘルシー 中華料理」

日時 12月6日(木) 午前10時～午後1時  
場所 中央公民館  
内容 蒸し餃子、ふっくらサバの中華丼、中華風

子ども  
サッカー教室



期日 11月25日(日)  
(第一部)サッカー教室  
時間 午後1時～3時  
場所 市民運動広場(雨天時は秋川体育館)  
内容 基礎技術の習得から試合形式での実践など指導 三村格一氏(メルボルンオリンピック日本代表)、本田泰人氏(元鹿島アントラーズ、元日本代表)、遠藤雅大氏・藤田俊哉氏・田中誠氏(元ジュビロ磐田、元日本代表)  
対象 小学校5年生から中学生まで  
その他 雨天時には室内履きを持参してください。  
(第二部)パネルディスプレイ  
時間 午後4時～5時30分(3時30分開場)



寒天寄せ  
講師 市川佳代子さん  
「いちかわ栄養セミナー」主催  
対象 市内在住・在勤の58歳以上の男性で、料理の経験があまりない方  
定員 20人(申込み順)  
持ち物など エプロン、三角巾、手拭用タオル、筆記用具  
費用 800円(材料代)

材料準備の都合上、申込み締切後のキャンセルは費用を返金できません。  
申込み方法 11月22日(木)までに、費用を添えて窓

口で申し込んでください。  
申込み・問合せ 中央公民館 (559・1221)

市民企画講座  
「木の葉を使って  
音楽を奏でよう」

身近な木の葉を使って、素朴な音色の音楽を奏でましょう。  
日時 11月24日、12月1日・15日の土曜日(全3回) 午前10時～正午  
場所 中央公民館  
内容 第1回：草笛のあれこれ、葉っぱで音を出す  
第2回：草笛の吹き方  
第3回：みんなで合奏しよう

講師 萬沢明氏(福生草笛サークル会員)  
対象 市内在住・在勤・在学の方(第1回から第

3回まで参加できる方を優先します)  
定員 25人(申込み順)  
費用 無料  
企画・運営 あきる野市生涯学習コーディネーターの会

申込み方法 電話か窓口で申し込んでください。  
申込み・問合せ 中央公民館 (559・1221)

東京文化財ウイーク  
2012参加事業  
市民解説員が案内する市内探訪  
「中世地侍の里  
紅葉の戸倉を往く」

日時 11月28日(水) 午前9時30分～午後3時30分  
雨天の場合は11月30日(金)集合場所・時間 武蔵五日市駅 午前9時30分(時間厳守)

対象 18歳以上の方  
持ち物 水着・水泳帽子  
費用 500円(施設使用料込み)  
申込み方法 各教室の開場30分前から事務室で受け付けます。当日、500円(施設使用料込み)をお支払いください。

当日申込み

エンジンオイル水中運動  
日時 11月7日・14日の水曜日  
時間 正午～午後0時50分  
場所 市民プール屋内プール  
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

ドバイスします。  
対象 18歳以上の方  
持ち物 水着・水泳帽子  
費用 施設使用料のみ  
申込み方法 直接プール

コース 武蔵五日市駅(西小中野(バス) 子生神社 沢戸橋周辺 戸倉小学校 光厳寺 戸倉城跡(中腹展望解説) 三島神社・武多摩神社 土場跡 普光寺 西小中野(武蔵五日市駅(バス) 定員 20人(抽選)  
持ち物 弁当、水筒、雨具、筆記用具  
費用 340円(路線バス代)

その他 歩きやすい服装と靴で参加してください。  
申込み方法 11月12日(月)(必着)までに、往復はがき(1枚につき1人)に、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入(返信用表面にも返信先を記入)し、送付してください。

申込み・問合せ 中央公民館(〒197 0814 二宮683、55

サイドへお越しください。

五日市ファイナラ  
596・5611  
問合せ

プールワンポイント  
アドバイス  
水中ウォーキング  
日時 11月1日・8日・15日・22日の水曜日 午前10時～正午  
場所 プール  
内容 個人利用者を対象に、腰やひざに負担をかけることなく効果的なウォーキング方法を指導します。泳げない方や体力に自信のない方も気軽に参加してください。  
持ち物 水着、水泳帽子、ゴーグル(必要の方)  
施設使用料がかかります。プールサイドに指導員がいますので、声をかけてください。

9・1221)  
「初心者パソコンO&A」  
パソコンが初めての方も「ご参加ください」

日時 11月12日(月)・28日(水) 午後2時～4時  
場所 中央公民館  
内容 ITボランティアが初心者の方の質問に答

ネットワーク  
官公庁など  
からのお知らせ

凡例：日時/期期限/場所/内容/講師/対象/定員/申込み/費用/持ち物/他/主催/問い合わせ  
小規模事業者のための融資(年末資金等)個別相談会のお知らせ  
日時 11月8日(木) 午前10時～正午、午後1時～4時  
場所 あきる野商工会本所(あきる野ルピア3階)  
対象 市内小規模事業者など  
持ち物 個人事業の方：平成22年23年分の所得税確定申告書と決算書、平成24年の売上・利益計算簿など  
法人の方：過去2期分の法人税確定申告書と決算書、決算後6か月を経過している場合は、直近の合計残高試算表(事業実績内容)のわかる帳簿など  
借入金残高のある方：借入金の明細書  
設備資金で申込みの方：見積書

公立阿伎留医療センター  
ではどんなお産ができるの？  
のぞいてみませんか？  
院内助産システム、  
フリースタイル出産、  
母乳哺育について

日時 11月24日(土) 午後1時～2時30分  
場所 公立阿伎留医療センター 地下1階講堂  
内容 当医療センターの分娩について、助産師による寸劇  
分娩の様子を中心とした写真の閲覧と座談会  
病棟、外来の見学(希望者のみ)  
リフレクソロジーによる足のマッサージコーナー、子ども向け折り紙・工作コーナー  
問合せ 公立阿伎留医療センター 3階西病棟(558・0321、平日の午後1時～5時)

7面につづく

創業120周年  
おかげさまで  
大感謝祭  
●システムキッチン、バスルーム  
住宅機器、石油・ガス暖房器  
●石油・ガス給湯器 大幅値  
期間 平成25年1月31日まで

白灯油特価セール  
11月17日(土)  
・18日(日)  
2日間限定 ぞう御期待  
エネショップ オマタ

あきる野市・草花小学校西側入口  
☎ (042) 558-5533代 ☎ 0120-80-5533

秋の建築無料相談会実施中  
一級建築士が丁寧に相談に応じます。  
リフォーム相談もどうぞ。  
公益財団法人住宅リフォーム支援センター主催  
第29回「住まいのリフォームコンクール」  
「優秀賞」受賞!!  
(株)来住野工務店  
HPはこちら→  
本社 あきる野市五日市 1029  
tel:042-595-1225(代)  
モデルハウス あきる野市油平 208-2  
tel:0120-915-216