

高齢者のための
法律相談会(予約制)

財産や遺言のことなど、専門家に相談できます。ご家族からの相談も受け付けます。
日時 7月12日(金) 午後2時
4時(1人40分)
場所 市役所1階市民相談室
対象 市内在住のおおむね65歳以上の方と家族
定員 3人(申込み順)
予約 電話で申し込んでください。
7月2日(火)午前8時30分から受け付けます。
毎月実施する市民相談でも相談を受け付けています。(日程は実施前月の15日号に掲載)
予約・問合せ 高齢者支援課
高齢者支援係

介護教室(講演会)
体験を生かす介護の基本動作
家族介護の
実際から学ぼう

日時 7月26日(金) 午後1時30分~3時
場所 あきる野ルピア3階集会所
内容 高齢者を介護する上で知っておきたい基本の介護動作と知識
動きやすい服装でお越しください。
講師 在宅介護支援センター職員

めざせ健康あきる野21
ふれあいウォーク
「ウォーキング
リーダー講習会
(チャレンジコース)」

7月は、ウォーキングを身近な地域で広めていくために「ウォーキングリーダー講習会」を開催します。
グループでウォーキングを予定している方、正しい知識と技

対象 市内在住・在勤の方
定員 30人(申込み順)
申込み 在宅介護支援センターあきる野(550・6101)
問合せ 高齢者支援課高齢者支援係

骨粗しょう症検診を受けましょう!
骨粗しょう症は、長年の生活習慣などにより骨がスカスカになつて骨折しやすくなる病気です。特に女性になりやすいと言われ、更年期前後から多くなります。骨には体を支える役割とカルシウムを貯蔵する2つの役割があり、いきいきと生活するために骨の健康を保つことがとても大切です。

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

65歳(昭和23年4月2日)~
和24年4月1日生まれ)
70歳(昭和18年4月2日)~
和19年4月1日生まれ)
費用 無料
検診内容 問診、上腕骨X線撮影
骨粗しょう症を予防するための説明があります。
検診会場 あきる野保健相談所
検診日時 8月30日(金)の午後8時31日(土)の午前
定員 200人(抽選)
その他 受診決定者には、8月中旬ごろ、お知らせと受診票を送付します。
申込状況により受診日を調整する場合があります。
骨粗しょう症治療の方は受診できません。
申込み方法 7月31日(水)消印有効までに、はがきに「骨粗しょう症検診申込み」、郵便番号、住所、氏名、生年月日、年齢、性別、電話番号(日中の連絡先)、検診希望日を記入して送付してください。
この申込みは「電子申請」でも受け付けます。携帯電話からの申込みにはQRコードをご利用ください。
申込み・問合せ 健康課健康づくり係(〒197-0833)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)

骨粗しょう症を予防するためには、骨によい生活を送ることが必要になります。この機会に自分の骨の状態を知り、生活習慣を見直してみませんか。
対象 市内在住で次に該当する女性の方
40歳(昭和48年4月2日)~
49歳(昭和43年4月2日)~
50歳(昭和43年4月2日)~
55歳(昭和38年4月2日)~
59歳(昭和34年4月2日)~
60歳(昭和34年4月2日)~
和29年4月1日生まれ)



スポーツ祭東京2013

あの人への思い 地域からの風 フィルムは生きている シネマなう!

7月20日(土) 映像市会場 まほろばホール 13:00~17:30 あきる野映画祭 映像市 西多摩地域ゆかりの作品の上映&トーク(DVD上映) [ソラ・クモ・クロ] 監督: ショウジタツヤ [水たまりのスケッチ] 監督: 村井正己 [臼杵山の四季] 監督: 村井正己 [晩秋の臼杵山] 監督: 村井正己 [ブス] 監督: 小原正至 [雨と傘と男と女] 監督: 小原正至 [UTORA] 監督: 小原正至 [木曜日午後8時] 監督: 小原正至 [Video Letter] 監督: 海原 聖 [過剰数] 監督: 海原 聖 [しりとりに] 監督: 海原 聖 [For Udon and Country] 監督: Daniel Klein Mirra Fine [赤いろうそくと人魚] 監督: 小林七郎 [おねえちゃんになったひ] 監督: 佐藤健人 [smoke] 監督: コーディーフワ

7月25日(木) オープニングセレモニー 13:30~13:50 [わが母の記] 日本 2012 監督: 原田真人 出演: 役所広司 樹木希林 宮崎あおい 南 果歩 <カラー> 16:20~18:11 《無声映画》 [出来ごころ] 《16mm上映》 日本 1933 監督: 小津安二郎 出演: 坂本 武 伏見信子 大日方 傳 飯田蝶子 弁士☆澤登翠 <モノクロ> 18:35~20:45 【北のカナリアたち】 日本 2012 監督: 阪本順治 出演: 吉永小百合 柴田恭平 仲村トオル 里見浩太郎 森山未來 満島ひかり <カラー>

7月26日(金) 10:00~11:42 【疎開した40万冊の図書】 リニューアル版 初上映 《ブルーレイ上映》 日本 2013 監督: 金高謙二 ナレーション: 長塚京三 <カラー> 12:15~14:14 【五日市物語】 日本 2011 監督: 小林 仁 出演: 遠藤久美子 草村礼子 山崎佳之 井上純一 田中 健 <カラー> 14:45~16:15 【映像市inキララ & 地元CM】 第1部 映像市inキララ 西多摩にゆかりのある作品の数々。西多摩から新しい風! 《DVD上映》 [4月/April] 監督: 佐藤健人 [懺悔録] 監督: 小原正至 [MOON PRISM] 監督: 小原正至 [THE TRUTH] 監督: 小原正至 [Trash] 監督: 小原正至 [REYIN PV June] 監督: 栗原郁美 第2部 沖縄国際映画祭 JIMOT CM 出品作品 東京都代表・あきる野市のCMを始め全国から選ばれた地元愛溢れる珠玉のCMを一挙上映! 《ブルーレイ上映》 16:35~18:36 【種まく旅人 みのりの茶】 日本 2012 監督: 塩屋 俊 出演: 陣内孝則 田中麗奈 吉沢 悠 柄本 悠 石丸謙二郎 <カラー> 19:00~20:52 【人生、いろいろ】 日本 2012 監督: 御法川 修 出演: 吉行和子 富司純子 中尾ミエ 平岡祐太 藤 竜也 <カラー>

7月27日(土) 10:00~11:26 【カルメン故郷に帰る】 日本 1951 監督: 木下惠介 出演: 高峰秀子 佐野周二 井川邦子 佐田啓二 笠 智衆 <カラー> 11:50~13:36 【家族】 日本 1970 監督: 山田洋次 出演: 倍賞千恵子 井川比佐志 笠 智衆 前田 吟 <カラー> 14:00~16:26 【東京家族】 日本 2013 監督: 山田洋次 出演: 橋爪 功 吉行和子 西村雅彦 夏川結衣 中嶋朋子 林家正蔵 <カラー> 16:55~17:33 【ちっぽけな流れから】 《16mm》 日本 1990 監督: 小林 仁 出演: 岸 勇 森本よしえ 尾美としのり 吉澤裕司 藤原夏子 <カラー> 17:55~20:18 【砂の器】 日本 1974 監督: 野村芳太郎 出演: 丹波哲郎 加藤 剛 森田健作 島田陽子 緒形 拳 加藤 嘉 <カラー>

7月28日(日) 10:00~11:57 【おおかみこどもの雨と雪】 日本 2011 監督: 細田 守 声の出演: 宮崎あおい 大沢たかお 黒木 華 西井幸人 <カラー> 12:15~14:09 《斎藤耕一賞受賞》 [しあわせのパン] 日本 2012 監督: 三島有紀子 出演: 原田知世 大泉 洋 平岡祐太 森カンナ 光石 研 <カラー> 14:40~16:25 【MOON DREAM ムーン・ドリーム】 《ブルーレイ上映》 日本 2013 監督: 近田ゴビー 宮野ケイジ 出演: ボビー・オロゴン 南沢奈央 六平直政 ダンテ・カーヴァー ガッツ石松 中尾 彬 <カラー> 17:05~19:43 【レ・ミゼラブル】 イギリス 2012 監督: トム・フーパー 出演: ヒュー・ジャックマン ラッセル・クロウ アン・ハサウェイ アマンダ・セイフライド ヘレナ・ボナム・カーター エディ・レッドメイン サチャ・バロン・コーエン <カラー>

第29回 あきる野映画祭 2013テーマ 「家族—その真実—」

映像市 '13 (入場無料) 日時 7月20日 午後1時 場所 まほろばホール(五日市地域交流センター3階) 内容 西多摩地区にゆかりのある方が関わった作品と市内の映像が含まれた作品を上映します。

メインスクリーン(有料) 期日 7月25日~28日 場所 秋川キララホール 内容 ゲストによる舞台挨拶があります。7月26日には映画「五日市物語」の上映を行います。上映時間などが変更になる場合があります。お願いと注意事項 満席の場合、入場制限することがあります。各回、終映20分前からの入場はできません。やむを得ずプログラムを変更することがあります。

映像市観客選考委員を募集します 映像市で上映作品全てを鑑賞し、気に入った作品1本に投票する観客選考委員を募集します。申込み方法 7月19日 までに電話で申し込んでください。観客選考委員には、メインスクリーンの4日間通しパスをお渡しします。申込み・問合せ 観光商工課観光商工係(直通558・1893)

入場料金 ○1日通し券(出入り自由)

	前売り	当日	身障者手帳、愛の手帳などをお持ちの方(当日のみ)
一般	1200円	1500円	800円
シニア	1000円		
学生	800円	1000円	500円
小学生	500円	600円	300円

各日最終上映回のみ鑑賞の方は、当日でも前売り料金で入場できます(最終上映開始30分前から販売します)。未就学児は無料です。

○全日通し券(出入り自由) 前売りのみ 3000円