

あきる野ルピア 情報は、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 / 講講師 / 定定員 / 持持ち物 / 費費用 / 主主催

夏の疲れやだるさをほぐす簡単ヨガストレッチ

ヨガを取り入れたストレッチで体調を整えましょう。 日9月10日 14時~15時 / 講横井さん / 定先着15人 / 持バスタオルかヨガマット、飲み物 / 費千円

秋のシルク&ドライフラワーアレンジメント

レイジー、ゆりなどのシルクフラワーやドライフラワーを使った高さ約20センチのアレンジです。



日9月11日 14時 / 講渡辺さん / 定先着10人 / 費2千円

紅茶を美味しく楽しむティータイムレッスン

毎回、紅茶を味わいながら、いろいろな紅茶の美味しい入れ方を楽しみます。今回は秋色・ロイヤルミルクティーがテーマです。



日10月17日 13時~14時30分 / 講有路さん(日本紅茶協会認定講師) / 定先着6人 / 費2千円(テキスト、材料、お菓子、プチ土産付き)

今話題の骨盤調整ヨガ

体を支える骨盤のゆがみを、易しいヨガのポーズで、自分で調整できるようにして体のバランスを整えます。

日9月24日 14時 / 講横井さん / 定先着7人 / 費千円

成年後見制度の専門家(司法書士)による相談会を開催します。お気軽にご相談ください。必要です。日9月10日(火) 午後2時~4時(1人40分) / 場五日市地域交流センター2階第1会議室 / 内成年後見制度や判断能力が不十分な方の権利擁護相談 / 定3人以上 / 対市内在住のおおむね65歳以上の方や障がい者の方とその家族 / 申・問あきる野市社会福祉協議会

成年後見制度専門相談会(詐欺や悪徳商法からお年寄りなどが財産を守るには)

ネットワーク 官公庁などからのお知らせ

凡例... 日日時 / 期期限 / 場場所 / 内内容 / 講講師 / 対対象 / 定定員 / 申申込み / 費費用 / 持持ち物 / 他その他 / 主主催 / 問問合せ

協議会地域福祉推進課権利擁護係(533-3548)

成年後見制度講演会(大切な財産や権利を守ります)

近年、消費者トラブルや高齢者・障がい者の権利侵害(虐待や金銭トラブルなど)の話題をよく耳にします。平成12年から始まった成年後見制度はそのような消費者トラブルから身を守つたり、権利侵害に遭わないようにするための制度です。しかし制度の名前は知っていても詳しい内容が分からないという人が多いのが現状です。今回、この「成年後見制度」について、社会福祉士で実際に成年後見人として活躍されている講師にわかりやすくお話ししていただきます。興味のある方はご連絡ください。日9月20日(金) 午後2時~4時 / 場秋川ふれあいセンター2階第1・2・3会議室 / 講山本健明さん(社会福祉士、やまもと社会福祉事務所代表) / 定40人(申込み順) / 申電話かファックスで申し込んでください。 / 問あきる野市社会福祉協議会地域福祉推進課権利擁護係(533-3548) / 問559-3561

家庭内での子どもの接し方について

日9月25日(水) 午前10時~正午 / 場都立あきる野学園(武蔵引田駅下車徒歩10分) / 講宮城武久さん(つばき教育研究所理事長) / 費無料 / 申9月18日(水)までに、ハガキかファックスに住所、氏名、電話番号、学校見学の有無を記入し申し込んでください。 / 他懇談会終了後、希望者に学校案内します。 / 問あきる野学園地域支援センター(〒197-0832 上代川1-2-3) / 問558-0742

パーキンソン病講演会のご案内(上手に病氣と付き合うために)

日10月29日(火) 午後2時~4時 / 場あきる野ルピア3階ルピアホール / 内病気の基礎的な知識・治療法や症状との上手な付き合い方などについての講演、質疑応答 / 講沖山亮一さん(都立神経病院神経内科医師) / 対パーキンソン病関連疾患で療養中の方・ご家族 / 定60人程度(申込み順) / 申10月22日(火)までに電話かファックスで申し込んでください。 / 問西多摩保健所保健対策課地域保健係(0428-233987)

西多摩歯科医師会平成25年度公開講演会

日10月5日(土) 午後2時~4時 / 場福生市民会館小ホール / 内「プレママのための歯の健康塾」自分のために、そして生まれてくる子供のために、野影彰子さん(日本歯科大学付属病院総合診療科・マタニティ歯科外来講師) / 対西多摩地区在住の方 / 費無料 / 主(一社)東京都西多摩歯科医師会 / 問東京都西多摩歯科医師会事務局(0428-236222)

自衛官等募集案内

航空学生・一般曹候補生・女子自衛官候補生志願受付期間は9月6日(金)まで / 男子自衛官候補生志願受付は年間を通じて行っています / 問自衛隊福生募集案内所(551-4725) 東京マガジンバンク企画展示「スポーツの力 雑誌で伝える熱き感動」

第9回 水茎の会書展 日9月6日(金)~8日(日) 10時~

萩原書道教室 日毎週火曜・水曜日(火曜日は16時~18時、水曜日は15時~18時) / 場五日市地域交流センター / 活毛筆・硬筆の指導。子どもから大人まで参加できます。 / 入無し / 会月3千円 / 問萩原596-1801

会員募集

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1か月前までに市長公室へ。 問合せ 市長公室 電話番号 558-1269(直通)

「全国一斉! 法務局休日相談所」 開設のお知らせ

相談は、法務局職員のほか、公証人、司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員がお受けします。土地・建物の相続や贈与などの登記に関する事、土地の境界に関する事、戸籍や国籍に関する事、人権相談など、気軽にご相談ください。九段第2合同庁舎では、相続や遺言に関する講演も行います

期に合わせ、東京マガジンバンクの豊富な雑誌でスポーツの魅力を紹介いたします。 期間9月6日(金)~11月4日(日) / 問都立多摩図書館(立川市錦町6-3-1) / 問524-7186

第44回三多摩写真連合会ルピアの会写真展

日9月21日(土)~29日(日) 10時~17時 / 場あきる野ルピア4階展示室 / 費無料 / 他前後期入れ替えて約300点展示 / 問三多摩写真連合会ルピアの会(来住野) 569-8691

絵画無料体験(5回) 水彩・油彩画を始めましょう

日9月14日(土) 12時~13時 / 場秋川体育館 / 講佐々木邦子さん / 費500円 / 他ストレッチとフラメンコ体験。動きやすい服装と運動靴 / 問フラメンコ教室アロマ大橋 090-48463217

無料街頭不動産相談

日9月14日(土) 午前10時~午後3時 / 場(公社)東京都宅地建物取引業協会西多摩支部事務所前(青梅市河辺町10-4) / 相談項目法律、税務、建築、一般 / 問(公社)東京都宅地建物取引業協会西多摩支部(0428-241005)

ので、ご参加ください。 日10月6日(日) 相談: 午前10時~午後4時(受付は午後3時30分まで) / 講演: 相談について 午前10時50分、言について 午前11時~11時50分 / 費相談は無料です。 / 予約電話予約を優先します。 / 当日も受け付けています。 / 問東京法務局民事行政調査官室(5213-1319) / 問03

钣金塗装専門工場 車検・保険 認証工場 1-11521 (有)河村自動車工業 お気軽にお問い合わせ下さい・お急ぎOK・10年保証 〒197-0822 あきる野市小川東1-2-18 0120-58-7985

住宅のことなら地元の建築業者へ 地元で愛されて26年 ISO9001認証取得 東京都知事免許(第57610号) 東京都知事許可(特-24)第106846号 不動産・建築・増改築・リフォーム・耐震改修・設計監理 一般建築士事務所登録 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 お気軽にお問い合わせ下さい。 http://www.akiruno-ics.co.jp

生徒募集 3歳~小学生 火~土 無料体験あり 大人のエクササイズ(バー・アスティエ) 第1~第3木曜(月3回) 10:00~11:30AM 体験クラス1回¥1,000 予約制 いずれのクラスも9月は入会金半額 お問い合わせ: るのバレエスクール 090-9957-0758 runo_ballet@spice.ocn.ne.jp