

### 高齢者げんき応援事業

高齢者在宅サービスセンターでは、通常の生きたい活動支援通所事業以外に、地域における高齢者福祉の拠点として、一般の高齢者の方を対象に次の事業を実施します。

※受付時間：平日午前9時～午後5時

※対象：市内在住の65歳以上の方

### あるきたくなる街をノルディックウォーキング!

▽日時 毎週金曜日 午前10時～正午(雨天中止)

▽場所 五日市センター

▽内容 2本のポールで足腰に負担をかけずに運動効果をアップするウォーキングです。五日市の風景やおしゃべりを楽しみながら運動習慣を付けましょう。

▽講師 あきる野市ノルディック・エクササイズ・ウォーキング連盟

▽定員 各回20人(申込み順)

▽費用 1回500円

### あきる野管生の森づくり親子で体験 協議会主催事業 「シイタケのほだ木づくりと駒打ち体験」



市では、「あきる野管生の森づくり協議会」を設置して、産学公が連携して郷土の恵みの森

▽持ち物など 運動しやすい服装・靴

### 健康で明るく楽しく笑顔で覚えらるる詩吟教室

▽日時 2月4日・18日、3月11日・25日の水曜日(全4回) 午後1時30分～3時

▽場所 五日市センター

▽内容 やさしいボイストレーニング後に、短歌・俳句・現代詩などを楽しく学びます(初歩の段階では、大きな声や肺活量は必要ありません)。

▽講師 古城龍宝さん

▽定員 10人(申込み順)

▽費用 1回500円

▽持ち物 飲み物

▽申込み・問合せ 五日市センター(館谷台17、☎533・0330)

### 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 1月23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歳以上の方とその家族

▽定員 3人(申込み順)

▽予約方法 1月16日(金)午前8時30分から電話で受け付けます。

※毎月実施する市民相談でも相談を受け付けます(日程は実施前月の15日号に掲載)。

▽予約・問合せ 高齢者はつらつセンター(☎550・6101)

### 第27回多摩郷土誌フェアを開催します

多摩地区27市町の郷土・歴史・文化財の関係書籍を展示即売します。話題の最新書籍も多数用意していますので、ぜひ会場にお越しください。

▽日時 1月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後5時(18日は午後3時まで)

▽場所 立川市女性総合センター・アイム1階健康サロン(立川市曙町2-1-3612)

▽主催 東京都社会教育課長会文化財部会

▽問合せ 生涯学習スポーツ課文化財係

### 図書館の休館に伴い増戸会館の印刷機が使用できません

図書館の休館に伴い、1月29日(休)から2月1日(日)まで増戸会館の印刷機が使用できません。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。その間に使用する場合は、五日市出張所(午前8時30分～午後10時)の印刷機を利用していただきます。なお、五日市出張所の印刷機は、プリペイドカードの利用ができません。

▽問合せ 地域防災課地域振興係

## 図書館からのお知らせ

### 1月の休館日

- 中央図書館 毎週金曜日
- 東部図書館エル、五日市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日

### 図書館の臨時休館について

図書館システムの入れ替えに伴い、臨時休館します。休館中はホームページも休止し、返す本のポストも閉鎖します。ご不便をお掛けしますが、新システムで新たなサービスを用意しますので、ご了承ください。

- 休館期間 1月26日(月)～2月4日(水)

※中央図書館は、1月20日(火)と2月6日(金)は臨時に開館します。

※中央図書館増戸分室の印刷機は、1月29日(休)から2月1日(日)まで利用できません。

※東部図書館エルの施設貸出は、1月31日(土)、2月2日(日)を除き申込みできます。なお、3月使用分は2月1日(日)から申込みできます。

### 中央図書館(☎558-1108)

#### わらべうたのじかん

- 日時 1月19日(月) 午前11時～11時20分

- 対象 0歳から3歳までの子どもとその保護者

#### おはなし会

- 日時 1月25日(日) 午前11時～11時30分

### 東部図書館エル(☎550-5959)

#### ひよこのおはなし会

- 日時 1月22日(水) 午前11時～11時20分

- 対象 1歳から3歳までの子どもとその保護者

#### みんなでかざろうじどうしつ

- 日時 1月24日(土) 午後3時～4時

- 内容 みんなで「冬のかざり」を作って飾ります。

- 対象 幼児～小学生(幼児は保護者同伴)

#### ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)

- 日時 1月25日(日) 午前11時～11時30分

### 五日市図書館(☎595-0236)

#### 子ども映画会「くまのいしちゃん」

- 日時 1月21日(水) 午後3時～3時30分

### 視覚障がいのある方へ

図書館では録音資料の作成、対面朗読などのサービスを行っています。図書館にお問い合わせください。

《図書館ホームページアドレス》  
<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/index.asp>

《携帯版アドレス》  
<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/i/ihome.html>

を入力するかQRコードを読み取ってアクセスしてください。



## 森林レンジャーがゆく(51) 森のS.O.S.



1月は寒い中での新年のスタートであり、水温2～3度の奥山の沢では、ナガレタゴガエルの繁殖活動の時期でもあります。

私は、あきる野の生物多様性や、自然環境の状況などを5年間にわたって調査した上で、生物が生息できるビオトープづくりや稀少種の保護、外来種対策などに関わってきました。その結果、限られた地域ではありますが、自然環境が向上していることが明確に確認されました。私は、これらの活動を含め、あきる野での自然環境保全活動の支援をもっと広い範囲で行いたいと思っています。

あきる野の森林面積は、地域の約6割となっており、その内7割以上はスギ・ヒノキ林です。植林から長い年月をかけて成長した森まで、さまざまな人工林を見てきた中で、やはりスギ・ヒノキ林では暮らせない生物が多く、基本的にこれらの生物は、雑木林や草原などを選んで活動しています。昆虫を始め、暗くて植生のない林床が苦手な爬虫類や両生類、冬鳥などは、特に手入れ不足で長年放置されたスギ・ヒノキ林に現れることは少ないようです。これらの仲間や木の実などを捕食する小型哺乳類や猛禽類などもあまり見ることにはできません。

スギ・ヒノキ林は比較的野生動物にあまり利用されないことはよく知られていますが、実は環境によって「暮らせる」もしくは「暮らすようになった」動物がいます。それは、「理想的な環境ではありませんが、環境に適応して暮らす」という例が多いのではないかと思います。その中で、現況のスギ・ヒノキ林を最も利用する動物は意外と中型・大型の哺乳類です。雑木林と違って季節に伴う変化がなく、一年中、暗くて静かな環境は、民家のすぐそばにも広がり、野生動物の隠れ場となっています。

山で餌が足りなければ、境界がなくなった人間の世界に食べ物を求めて動物が出没してしまいます。餌が少なく、隠れる場所の多い環境は、人と野生動物の共生において一つの課題でもあります。花粉対策や保水力の向上なども含めた大きな環境課題として受け止め、今後の森づくりに取り組む必要があります。

人と野生動物の共生に向けて、理想的な自然環境を取り戻すための対策は急がなければならないと感じています。

(パブロ)