

表 生活習慣病予防健診実施医療機関

医療機関名	住所
あきる野病院	秋川6-5-1
あべクリニック	瀬戸岡459-11
池谷医院	秋川1-3-7
いなメディカルクリニック	伊奈477-1
奥野医院	下代継95-11
奥村整形外科	下代継19-1
草花クリニック	草花2724
公立阿伎留医療センター	引田78-1
小机クリニック	小中野160
こばやし内科小児科クリニック	草花1439-9
近藤医院	油平35
櫻井病院	原小宮1-14-11
さくらクリニック	野辺1003
佐藤内科循環器科クリニック	秋川2-5-1
清水外科	二宮1011
朱善寺内科クリニック	秋留1-1-10
鈴木内科	館谷156-2
瀬戸岡医院	二宮1240
葉山医院	引田552
樋口クリニック	秋川3-7-5
星野小児科内科クリニック	小川東1-19-20
米山医院	二宮1133

生活習慣病は、症状に気が付かないうちに進行し、糖尿病や高血圧を引き起こし、さらに脳卒中、狭心症、心筋梗塞などにつ

35歳から39歳までの方の「生活習慣病予防健診」追加募集

ながる恐れがあります。ぜひ、この機会に生活習慣病の予防健診を受けましょう。

▽実施期間 10月31日(土)まで

▽対象 昭和51年4月1日(日)昭和56年3月31日生まれの方

※平成28年3月31日までに、職場などの健診や人間ドックなどを受ける方(予定を含む)を除きます。

▽費用 無料

▽実施方法 受診券と問診票(事前に必要事項を記入)をお持ちの上、生活習慣病予防健診実施医療機関(表)で受診してください。

▽申込み方法 8月21日(金)(消印有効)までに、はがきに「生活習慣病予防健診希望」、郵便番号、住所、氏名、生年

祝 あきる野市制施行20周年 20年のプレミアム付き 「秋川渓谷プレミアム商品券」を8月25日(火)から発売

地域経済の活性化を図るため、あきる野市を通じた、あきる野市・檜原村内の465店舗で使用できる期間限定の「秋川渓谷プレミアム商品券」を販売します。

▽販売日 8月25日(火)～

▽販売場所と時間

- あきる野商工会本所(あきる野ルピア3階)：午前10時～午後5時
- あきる野商工会五日市支所(五日市出張所2階)：午前10時～午後5時
- 秋川農協本店・東秋留・多西・増戸・五日市・檜原の各支店：午前10時～午後3時
- 青梅信用金庫秋川・増戸の各支店：午前10時～午後3時

※その他の販売場所などは、市や商工会のホームページ、新聞折込チラシをご覧ください。お問い合わせは8月28日(金)までの先売(売切れ次第終了)の先行販売 8月18日(火)～21日(金)までの間、商工会本所と五日市支所で5千冊を先行販売します。65歳以上の方は住所と年齢が確認できるもの、

▽販売総数 4万1000冊(1人5冊まで)

▽購入できる方 市内在住・通勤の方

▽その他 この商品券は換金性の高いものや公共料金(ごみ袋代など)の支払いには使用できません。額面に満たない利用でもつり銭は出ません。また、両替もできません。

▽問合せ 観光商工課観光商工係、あきる野商工会 ☎559・4511

障がいのある方は障害者手帳をお持ちください。

▽商品券の内容 1枚500円の商品券24枚綴り(1万2千円分)を1冊1万円で購入します。1冊の中には、取扱店全店で使用できる券14枚と大型店では使用できない券10枚が入っています。

▽使用期間 8月25日(火)～12月31日(木)

高齢者げんき応援事業

高齢者が在宅サービスセンターでは、通常の生きが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、一般の高齢者を対象に次の事業を実施します。

▽対象：市内在住の65歳以上の方

※受付時間：平日午前9時～午後5時

シニアリズム体操

▽日時 8月から平成28年1月までの毎月第2・第4土曜日(全12回) 午後1時30分～2時30分

▽場所 萩野センター

▽内容 ブーケスタンドか花器

▽費用 無料

▽その他 受診決定者には、受診票を9月下旬に送付します。

▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係 ☎19710814 二宮350、直通558・1183

歯は健康の源 「歯周疾患検診」を受けましょう

歯周病は、多くの人がかかる疾患で、歯を失う大きな原因の一つです。元気の源を保つには、予防と早期のケアが大切です。この機会に検診を受けましょう。

▽対象 市内在住で次の年齢の方

- 40歳の方：昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ
- 50歳の方：昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生まれ
- 60歳の方：昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれ
- 70歳の方：昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ

▽検診内容 問診、口の中の健康チェック

▽検診方法 指定歯科医療機関(別表)で受診してください。

▽検診期間 10月1日(木)～12月25日(金)

別表 指定歯科医療機関

医療機関名		
麻沼歯科医院	きくち歯科クリニック	葉山歯科医院
池田歯科医院	沢田歯科医院	ピュア矯正歯科室
井上歯科医院	せぬま歯科医院	布田歯科医院
内山歯科医院	高取歯科医院	三澤歯科医院
大塚歯科医院	塚本歯科医院	山川デンタルクリニック
おおの歯科医院	寺本歯科医院	よしざわ歯科医院
越智歯科クリニック	デンタルオフィスたむら	
かねこ歯科医院	中井歯科クリニック	

▽日時 8月14日(金) 午後1時～3時

▽場所 萩野センター

▽内容 ブーケスタンドか花器

▽費用 無料

▽申込み方法 8月31日(月)(消印有効)までに、申込みはがき(対象となる方へは7月下旬に送付済み)に必要な事項を記入し、郵送してください。

▽問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

▽場所 開戸センター

▽内容 音楽に合わせて楽しく体を動かします。無理せず簡単にできる体操です。

▽講師 栗原早苗さん

▽定員 各回20人(申込み順)

▽持ち物など タオル、飲み物、運動しやすい服装、上履き(運動靴)

▽費用 1回500円

▽申込み・問合せ 開戸センター ☎550・2755

フリザーブドフラワー教室

▽日時 8月14日(金) 午後1時～3時

▽場所 萩野センター

▽内容 ブーケスタンドか花器

▽費用 無料

▽その他 受診決定者には、受診票を9月下旬に送付します。

▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係 ☎19710814 二宮350、直通558・1183

の代わりに麦わら帽子を使ってアレンジメントフラワーを作ります。

▽講師 常岡真理さん (file ur・Mari)

▽定員 10人(申込み順)

▽持ち物 持ち帰り用の袋

▽費用 千円(材料費別)

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎550・2722

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上

▽費用 1回500円(貸しポール別途300円)

▽申込み・問合せ 五日市センター ☎533・0330

「あきる野市障がい者防災・スポーツフェア2015」の参加者とボランティアを募集します

障がい者(児)や小学校3年生以下の子どもたちが、「防災運動会」「防災体験」「スポーツ体験」などを通して触れ合い、防災意識の強化とスポーツ活動への参加意欲の向上を図ることを目的として、「障がい者防災・スポーツフェア2015」を9月26日(土)に秋川体育館と都立秋留公園で開催します。

このイベントで実施する防災運動会の参加者とイベント全体の運営に協力していただけるボランティアの方を募集します。

▽参加者募集

①みんなで火を消せバケツリレー：複数のグループで協力してバケツリレーを行い、初期消火を体験します(水の代わり



の代わりに麦わら帽子を使ってアレンジメントフラワーを作ります。

▽講師 常岡真理さん (file ur・Mari)

▽定員 10人(申込み順)

▽持ち物 持ち帰り用の袋

▽費用 千円(材料費別)

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎550・2722

げるウォーキングです。暑さに負けない体力づくりを仲間と一緒に楽しく始めてみませんか。

●アクティブコース：5.58キロ

●エンジョイコース：2.53キロ

▽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)

▽持ち物 飲み物、運動しやすい服装・靴

▽費用 1回500円(貸しポール別途300円)

▽申込み・問合せ 五日市センター ☎533・0330

りにポールを使用)。

●障がい者(児)の部：小学校3年生以下の部：各部1グループ4人～8人

②地震だ！身を守って救出活動：地震の合図とともに机の下に隠れ、その後、うきわやタイヤに埋もれた人(人形)の救出・搬送を体験します。

*障がい者(児)の部：小学校3年生以下の部：各部1グループ4人

※障がい者(児)の部は、人数が不足する場合、家族、介護者が半数以内で加わることは可能です。

▽ボランティア募集

●対象：中学校1年生以上

●時間：午前8時30分～午後3時

●内容：参加者の受付、誘導などの運営補助

▽申込み方法 8月20日(木)(必着)までに、参加者は、障がい者支援課で配布する申込書に必要な事項を記入し、送付するか直接窓口で申し込んでください。

※ボランティアは、電話か直接窓口で申し込んでください。

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 障がい者支援課 ☎19710814 二宮350、直通558・1157

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎533・0330

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎533・0330

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎533・0330

▽申込み・問合せ 萩野センター ☎533・0330