



澤井敏和市長が初登庁

～市民とともに安心安全なまちづくり～



10月4日の選挙で当選した澤井敏和市長が、多くの皆さんの出迎えを受け、10月15日の朝、初登庁しました。
(略歴) 66歳、平沢在住、日本大学卒業、あきる野市議会議員

就任にあたって

このたび、市民の皆様のご支援を賜り、あきる野市長に就任いたしました。白井前市長には、八年間大変お疲れ様でした。深く感謝申し上げます。私は、市議会議員を十年間務めさせていただき、市民の皆様が安心安全な市民生活を送れるよう「対話」を重視し、市民とともに歩む活動をしてまいりました。今後、「市民との協働」を基調として、地域の活性化や防災力の強化、福祉の充実など「安心安全なまちづくり」に取り組みまいりますので、これまで以上にご協力を賜りたいと考えております。

さて、行政を取り巻く環境は、人口減少、公共施設の老朽化、超高齢社会への対応などを追われる転換期にあります。これらさまざまな課題を解決するため、企業誘致を始め、定住促進、不用財産の処分など自主財源の確保を強化し、財政の健全化を推進してまいります。今年二十歳を迎えたあきる野市が、これまでの歩みを止めることなく、成熟したまちになるよう、また、未来の子どもたちに豊かな自然環境と生物多様性に富んだ「東京のふるさとあきる野」の恵みを引き継げるよう、将来都市像である「人と緑の新創造都市」の実現に向けて取り組んでまいりますので、ご支援、ご協力をお願い申し上げます。

平成27年10月15日

あきる野市長
澤井敏和

あきる野市長選挙およびあきる野市議会議員補欠選挙結果 —当日有権者数 65,343人— (平成27年10月4日執行)

あきる野市長選挙

■投票者数	29,025人
■有効投票数	28,346票
■投票率	44.42%
■候補者別得票数 (得票順)	
当 沢井としかず	12,169票
村木ひでゆき	11,955票
松本ゆき子	3,829票
立沢晴美	393票

あきる野市議会議員補欠選挙

■投票者数	28,999人
■有効投票数	26,079票
■投票率	44.38%
■候補者別得票数 (得票順)	
当 栗原つよし	12,565票
当 辻よし子	10,263票
きしのさとる	3,251票

○問合せ 選挙管理委員会事務局



辻よし子

55歳/無所属/新人/
草花在住
※掲載は氏名、年齢、党派、
現住所を記載 (敬称略)



栗原剛

44歳/無所属/新人/
館谷在住
※掲載は氏名、年齢、党派、
現職・新人・元職の別、
現住所を記載 (敬称略)

市議会議員に
栗原剛氏と辻よし子氏
市長選挙と同時に市議会議員補欠選挙の結果、栗原剛氏と辻よし子氏が選ばれました。(50音順)

11月の市税の納期

○国民健康保険税 第5期

グリーンカーテンコンテストの表彰
産業祭会場で、第4回グリーンカーテンコンテスト(平成27年度)の表彰と取組の様子を写真展示します。
▽表彰式
日時: 11月8日(日) 午後0時30分ごろ
場所: 産業祭特設ステージ
▽写真展示
場所: 産業祭エココーナー
▽問合せ 環境政策課環境政策係

主な催し物
●市内で生産している工業・林業製品の展示や販売
●環境展とエコ関連商品の展示
●あきる野商工会による秋川渓谷物語・特産品開発事業製品の販売、あきる野市認証B級グルメ「だんべえ汁」をはじめとする飲食物の販売、友好姉妹都市栗原市と友好都市大島町による特産品の販売
●たい肥(牛糞)の無料配布
*日時: 7日(土) 午前10時
*定員: 150人(先着順)
●子牛の写生会
*日時: 7日(土) 午前10時30分(雨天中止)
*対象: 小学生以下
*定員: 100人(先着順)
※クレヨン・画用紙は用意します。
●のらぼう菜の苗の無料配布
*日時: 7日(土) 午前10時30分、8日(日) 午前9時30分
*定員: 各日100人(先着順)
▽問合せ 観光商工課観光商工係、農林課農政係

順
●緑化用苗木(ブルーベリー、オリブ、ヤマボウシ)の無料配布
*日時: 7日(土) 午後2時
*定員: 350人(先着順)
●農産物の品評会・直売
*日時: 内容: 8日(日) 午前11時(表彰式)、午後1時30分(販売)
●農産物や農業用機械の展示や販売
●あきる野商店会連合会大感謝祭抽選会
●太鼓、大正琴の演奏ほか
※詳しくは、2日(月)の新聞折込チラシをご覧ください。
※当日は、「るのバス」を平日ダイヤで臨時運行します(1回100円)。
※周辺道路の混雑回避のため、バスなどの公共交通機関をご利用ください。
▽問合せ 観光商工課観光商工係、農林課農政係

祝 あきる野市制施行20周年
第21回 あきる野市産業祭
あきる野の秋の祭典、産業祭が開かれます。今年からは「色彩躍る故郷の便り『美一馬ける実りの食』」。爽やかな秋空のふるさとあきる野の魅力を再発見してみませんか。
日時: 11月7日(土) 午前10時～午後4時
8日(日) 午前9時～午後4時
場所: 都立秋留台公園(雨天実施)

あきる野市指定管理者選定委員会の 委員を募集します

指定管理者制度とは、体育・文化施設、社会福祉施設などの公の施設の管理・運営について、民間事業者のノウハウを活用し、住民サービス向上と経費削減を図ることを目的とした制度です。管理・運営をする民間事業者の選定を行う委員として、委員会で審議していただく方を募集します。

- ▽応募資格 市内在住・在勤の20歳以上の方(11月1日現在)
- ※他の委員会の公募委員になつていない方は応募できません。
- ▽応募人数 1人
- ▽任期 平成28年2月1日～平成30年1月31日
- ▽委員会の回数 年2回程度
- ▽報酬 9500円(委員会1回当たり)

あきる野市生きものの会議の 委員を募集します

市では、「生物多様性あきる野戦略」に基づき、本市の豊かな生物多様性の保全に向け、希少生物の保護などのさまざまな取組を進めていきます。

- ▽任期 3年間
- ▽会議の回数 2か月に1回程度(予定)
- ▽報酬 年額1万8千円
- ▽応募方法 11月24日(火)までに、環境政策課で配布する専用の応募用紙に住所、氏名、応募の動機などを記入し、「あきる野市の生物多様性の保全に必要な取組とは」について、1200字(原稿用紙3枚相当)以内にまとめ、送付するか持参してください。
- ※応募用紙は、市ホームページからも入手できます。
- ▽選考方法 作文などを基に選考
- ※作文の内容は公表しません。
- ▽応募・問合せ 環境政策課 環境政策係(〒1901081 4 五日市411、☎595・1110)

戦没者追悼式を 開催します



先の大戦で亡くなられた方々のご冥福を祈り、恒久平和を祈念するため、市と遺族会との共催で戦没者追悼式を行います。この式典開催に伴い、参加を希望される方を募集します。

- ▽日時 11月28日(土) 午前10時
- ▽場所 秋川ふれあいセンター
- ▽定員 30人(申込み順)

総合防災訓練を実施します



11月22日(日) 午前8時30分

▽会場 秋多中学校校庭(メイン会場)ほか

▽内容 メイン会場では、住民共助訓練、放水訓練、救急救命訓練、地震体験訓練、給食訓練、参集訓練などを予定しています。

※各地域でも一時避難場所など

▽申込み方法 11月18日(水)までに電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 生活福祉課 庶務計画係(直通558・1927)

年末調整等説明会

年末調整は、給与所得者の年税額の確定と精算の役割を果たす重要な手続きです。説明会に出席して、正しい年末調整を行うてください。

- ▽日時 11月12日(木) 午後1時30分～4時(受付と用紙配布は、午後1時～1時30分)
- ▽場所 あきる野ルピア3階ルピアホール
- ▽内容 給与の支払者を対象に平成27年分年末調整について説明します。
- ▽その他 説明会に車で来場される方は「もくせい駐車場(中央図書館南側)」をご利用ください。
- ▽問合せ 青梅税務署法人課税係

広告付き避難場所等 電柱看板に関する 協定を締結しました

市では、災害発生時における対応力の強化を図るため、各種団体、民間業者などとの応援協定の締結に取り組んでいます。

この度、東電タウンプランニング(株)と広告付き避難場所等電柱看板に関する協定を締結しました。この協定は、災害発生時において、市民と帰宅困難者を避難場所などへ迅速かつ円滑に避難させるための広告付き避難

第1部門・管理運営部門(☎0428・22・3185)、課税課市民税係(直通558・1682)



子育て世帯 臨時特例 給付金の 申請受付は 12月9日まで

現在、子育て世帯臨時特例給付金の申請を受け付けています。対象となる方で、まだ申請されていない方は、早めに申請手続きを行ってください。

▽期間 12月9日(水)まで(土曜・日曜日、祝日を除く)

▽時間 午前8時30分～午後5時15分

▽場所 子育て支援課

※郵送による申請も可能です。

▽問合せ 子育て支援課子育て支援係(直通558・1250)

市制施行20周年記念映画 「あきる野物語」 空色の旅人 劇場公開のお知らせ



市制施行20周年記念式典で初上映され、好評を博した映画「あきる野物語 空色の旅人」が一般劇場で上映されます。上映期間中に主演の平山あやさんの舞台挨拶も行われる予定です。

なお、映画上映に先立ちお得意な前売りチケットを販売しています。ご希望の方は下記販売場所でお買い求めください。

▽映画の概要 「あきる野物語 空色の旅人」は、市の魅力を紹介した、ストーリー性を持

振り込め詐欺対策 自動通話録音機の 無料貸し出し



場所等電柱看板を整備するためのものであります。

▽問合せ 地域防災課防災安全係

などの被害が後を絶ちません。そこで、犯人からの電話を受けた際、警告メッセージと録音機能により、犯人に通話を断念させ、被害を未然に防止することを目的とした自動通話録音機を貸し出します。

▽貸出期間 11月30日(月)から当分の間

▽対象 市内在住のおおむね65歳以上の方がいる世帯

※1世帯1台に限ります。

※2世帯、3世帯住宅は、高齢者が主に使用する世帯の電話機のみ対象となります。

※監視カメラが運用している「自動通話録音(警告)機」を設置している世帯は除きます。

▽貸出台数 82台(抽選)

※貸出台数に達しない場合は、達するまで、申し込みを受け付けます。

つた作品になっています。主人公は、天空からあきる野市を眺めていた天使。天使は、あきる野という地にとっても憧れを持っていました。そして、1年間だけという約束で天空から地上に降り立ち、自然や動植物、そして人々の姿を見つめていきます(上映時間41分)。

▽劇場公開場所・日程

●イオンシネマ日の出:11月14日(土)から2週間(予定)

※上映スケジュールについては、劇場までお問い合わせください。

●料金:当日一律900円

▽前売りチケット販売場所 イオンシネマ日の出、企画政策課、五日市出張所、観光まちづくり活動課、あきる野とうきゅう1階サービスカウンター

●料金:前売り一律800円

▽問合せ 観光まちづくり活動課フィルムコミッション係

▽その他 対応回線など詳しくは、お問い合わせください。

▽申込み方法 11月2日(月)から13日(金)まで(土曜・日曜日、祝日を除く)午前9時～午後5時(時)の間に、地域防災課で配布する申込書に記入の上、直接申し込みください。

※本人確認が必要なため、電話や郵送での申し込みはできません。身分証明書などを持参してください。

※申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

※申込手続き後、審査し、決定通知書を送付しますので、窓口に取りに来てください。

※自動通話録音機は、利用者自身で設置してください。

▽申込み・問合せ 地域防災課 防災安全係、五日市出張所(申込みのみ)

音訳ボランティアの協力により作成をしている、デジ版広報あきる野(音声版広報)のCDを各図書館で貸し出しています。図書館の利用者カードをお持ちならだても利用できます。詳しくは図書館にお問い合わせください。

東京都功労者表彰

10月1日、東京都功労者表彰式において、次の方々が表彰されました。

消防・災害対策功労

伊奈在住で元あきる野市消防団長の中村満さんが表彰されました。

これは、消防団活動を通しての長年にわたる献身的な活躍と、数々の功績が認められたものです。



中村満さん

労働精励

野辺在住の大類幸吉さんが表彰されました。

これは、放射線技能に精励され、特に優れた業績をあげられた功績が認められたものです。



大類幸吉さん

善行

油平在住の志村秀男さんが表彰されました。

これは、多年にわたり花づくりのボランティア活動を行い、地域の生活環境の向上に貢献された功績が認められたものです。



志村秀男さん

秋の火災予防運動 実施期間 11月9日(月)～15日(日) 「火の始末 油断しないで 最後まで」

防火のごとく

▽推進項目 地域に根差した防火安全対策の推進

▽日時 11月13日(金)

●第1部：午後1時30分～2時30分

●第2部：午後2時40分～4時

▽場所 秋川ふれあいセンター(平沢175-14)

▽内容

●第1部：表彰式
●第2部：講演会
*講師：ねづっち(芸人)
▽費用など 入場無料。定員に

消防団の警戒活動



▽その他 消防職員が、皆さんのご家庭に伺い、防火防災に対する診断を行います。また、防災訓練や自衛消防訓練などを希望される場合は、ご連絡ください。
▽問合せ 秋川消防署防火査察係(☎595・0119)

火災予防運動期間中、消防団では、火災予防啓発看板の設置や消防自動車での広報活動を行います。
▽問合せ 地域防災課防災安全係

女性に対する 暴力をなくす運動



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

女性の10人に1人は「配偶者からの暴力」に悩み、苦しんでいます。DV、デートDV、性犯罪、売買春、人身取引、セクハラ、ストーカー行為は、決して許される行為ではありません。この運動は、社会の意識啓発など、女性に対する暴力の問題に関する取組を一層強化するとともに、女性の人権の尊重のための意識啓発や教育の充実を図ることを目的としています。誰にでも安全で安心して暮らす権利があります。勇気を出して、まずは相談してください。
▽実施期間 11月12日(木)～25日(水)

▽相談機関 子育て支援課、東京ウィメンズプラザ(☎03・5467・2455)、東京都女性相談センター(☎52・4232)

子ども・若者育成支援 強調月間「いのち輝く みんなの未来」

内閣府では、毎年11月を「子ども・若者育成支援強調月間」と定め、期間中に子ども・若者育成支援のための事業などを集中的に実施し、国民の理解を深めるとともに、各種活動の一層



の充実と定着を図ります。
▽平成27年度の重点事項

- 子供・若者の社会的自立支援の促進
- 生活習慣の見直しと家庭への支援
- 児童虐待の予防と対応
- 子供を犯罪や有害環境などから守るための取組の推進

合併処理浄化槽 設置費用の一部補助

市では、合併処理浄化槽設置費用の一部を補助しています。合併処理浄化槽は、生活雑排水と尿を併せて浄化処理ができる、小型の下水処理場といえるものです。設置することにより快適な生活環境をつくることにも、河川などの水環境を保全することができま

浄化槽をお使いの皆さんへ

浄化槽は、トイレや洗面所から出る汚水を浄化し、きれいな水を放流するための施設ですが、適正に維持管理を行わないと排水を処理する機能が低下し、悪臭や水質汚濁の原因になります。そこで浄化槽法では、浄化槽の設置者が行わなければならない3つの法的義務を定めています。

- ①保守点検：都に登録した専門業者が定期的に実施する点検作業
- ②清掃：市町村の許可を受けた業者が実施する浄化槽の清掃作業
- ③法定検査：知事が指定した機関が実施する、①と②の実施状況などを確認する検査

▽対象地域 下水道法により策定された事業計画に定める予定処理区域外の地域
▽対象浄化槽機種 国の認定を受け、窒素を除去できる高度処理型合併浄化槽
▽補助金額 浄化槽の大きさによって異なります。

- 5人槽：44万4千円
- 6人槽：48万6千円
- 8人槽：57万6千円
- 10人槽：69万2千円
- 11人槽：71万9千円
- 21人槽：108万6千円
- 31人槽：149万6千円

▽問合せ 多摩環境事務所庶務・環境課(☎528・2692)、生活環境課生活環境係

ら守るための取組の推進
●子供の貧困対策の推進
▽問合せ 生涯学習スポーツ課生涯学習係

11月は児童虐待防止 推進月間です

近年、児童虐待は大きな社会問題となっています。市では児童虐待の発生予防や早期発見・早期対応の取組に力を入れていきます。児童虐待の疑いがあると思われる場合には、連絡してください。
▽連絡・問合せ 子ども家庭支援センター(☎550・33

「あきる野市環境白書 (平成26年度)」を 作成しました

環境白書は、市の環境の現状や環境基本計画で定めた施策の取組状況をまとめたものです。市役所4階情報公開コーナー、各図書館、市ホームページでご覧になれます。
▽問合せ 環境政策課環境政策係

祝 あきる野市制施行20周年 第41回リサイクルフェア



ち帰ることができる方に限ります)
※抽選：午後1時
●おもちゃの修理：1世帯2個まで。午後1時まで受付(時間変更あり)
●包丁研ぎ：1世帯2本まで。先着60人
●廃食油石けんの無料配布：なくなり次第終了
●環境問題啓発用絵画(図画)・ポスター展示：市立の小・中学生が描いた591点

ダンボール方式 生ごみ処理(減量・ 堆肥化)講習会

講習会終了後、実践される方には、みかん箱程度の大きさの材料キットをお渡しします(今年度すでにお渡しした方を除く)。
※3か月後に簡単なアンケートにご協力いただきます。
▽時間 午前11時(1時間程度)
▽対象 市内在住の20歳以上の方

▽定員 30人程度(受付順)
▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係

一般会計 の状況

← 予算額 →
○ 収入済額・支出済額 (収入率・執行率)

9月30日現在の一般会計予算は、当初予算後に2回の補正を行い、前年度からの繰越明許費など2528万円を含めて、予算総額は334億7186万円となっています。

収入済額は145億9602万円で、収入率は43.6%、支出済額は136億2779万円で、執行率は40.7%となっています。

問合せ 財政課財政係

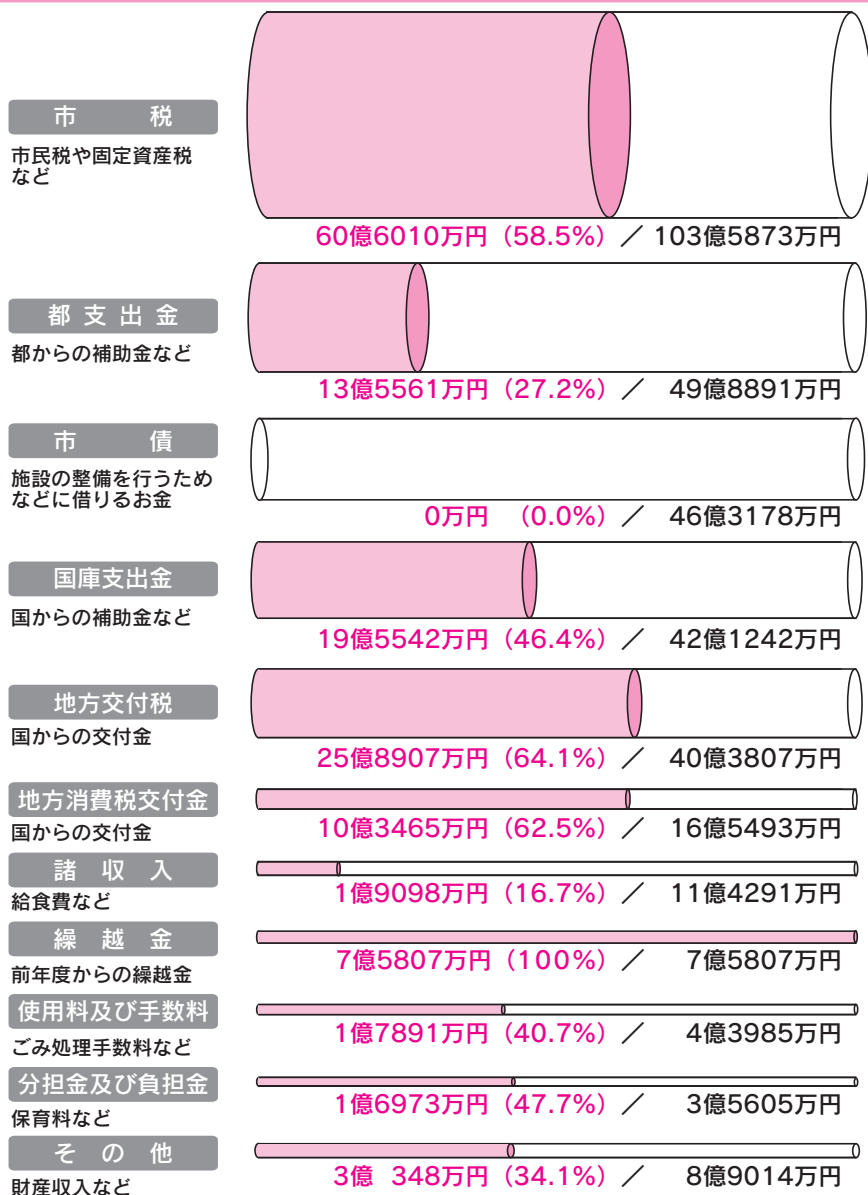
市では、市税をはじめとした収入がどれだけあり、どのように使われているのかなどをお知らせするため、年に2回財政事情を公表しています。
今回は、平成27年度上半期の概要をお知らせします。

市の財政状況をお知らせします

平成27年度上半期

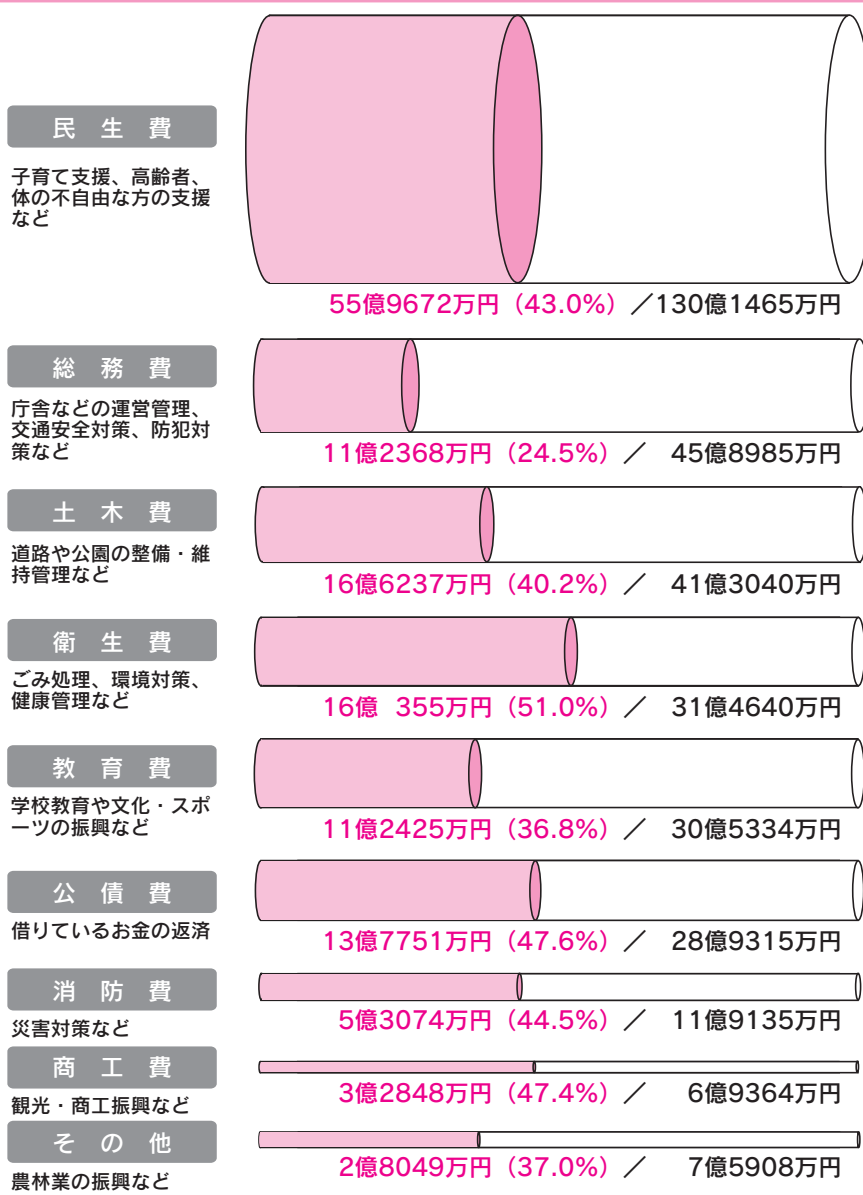
入ってきたお金 (歳入)

合計 収入済額 145億9602万円 (収入率 43.6%)
/ 予算額 334億7186万円



使ったお金 (歳出)

合計 支出済額 136億2779万円 (執行率 40.7%)
/ 予算額 334億7186万円



特別会計の状況

区 分	予 算 額	収入済額 (収入率)	支出済額 (執行率)
国民健康保険	108億8431万円	48億4925万円 (44.6%)	44億6946万円 (41.1%)
後期高齢者医療	16億4123万円	8億8273万円 (53.8%)	5億3705万円 (32.7%)
介護保険	57億1810万円	23億3397万円 (40.8%)	22億2517万円 (38.9%)
戸倉財産区	556万円	974万円 (175.2%)	17万円 (3.1%)
下水道事業	34億6312万円	15億9728万円 (46.1%)	14億9741万円 (43.2%)
テレビ共同受信事業	4059万円	3837万円 (94.5%)	793万円 (19.5%)

市有財産・基金・市債(借入金)などの状況 (9月30日現在)

土地 (学校敷地など) 596万1278㎡

建物 (庁舎など) 19万7937㎡

自動車 (消防車両27台を含む) 91台

出資金など (公社などへ出資しているお金) 1億287万円

基金 (事業をするために貯めているお金) 34億801万円

市債 (道路などをつくるために借りたお金) 475億7506万円

※9月30日現在、一時借入金はありません。

▽日時 11月6日(金)～8日(日)
午前10時～午後5時

▽場所 イオンモール日の出イオンホール

▽内容 西多摩地区税務協議会主催で、青梅税務署管内の小・中学校5・6年生から多数の応募がありました。あきる野市からは9校が参加し、43点が入選しました。子どもたちの力作をご覧ください。

▽問合せ 課税課市民税係 (直通) 558・1682

第33回「小学生による 税を考える週間書道展」 入選作品の展示会

▽応募方法 11月30日(必着)までに、子ども政策課と五日市出張所で配布している応募用紙に必要事項を記入の上、送付するか持参してください。詳しくは、「あきる野っ子の絵」募集案内・応募用紙をご覧ください。

※募集案内・応募用紙は、市ホームページからダウンロードできます。

▽応募・問合せ 子ども政策課
子ども政策係 (〒197-1081 4 二宮350、直通518・7854)

▽応募資格 市内在住・在園・在学の幼児と小学生

▽応募方法 11月30日(必着)までに、子ども政策課と五日市出張所で配布している応募用紙に必要事項を記入の上、送付するか持参してください。詳しくは、「あきる野っ子の絵」募集案内・応募用紙をご覧ください。

※募集案内・応募用紙は、市ホームページからダウンロードできます。

市では、子ども・子育て支援に関する情報のホームページや広報紙を、より親しみやすくするため、子どもたちが描いた絵を掲載します。

▽応募テーマ 「友達や遊びの風景」「子どもの笑顔」「一番好きな遊び」「あきる野市の自然」に関する絵

▽応募資格 市内在住・在園・在学の幼児と小学生

▽応募方法 11月30日(必着)までに、子ども政策課と五日市出張所で配布している応募用紙に必要事項を記入の上、送付するか持参してください。詳しくは、「あきる野っ子の絵」募集案内・応募用紙をご覧ください。

ホームページや広報紙に使用する「あきる野っ子の絵」を募集

「インフルエンザ」に 注意しましょう

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、流行性があり、いったん流行が始まると、短期間に多くの



人へ感染が広がります。38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、喉の痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。子どもはまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方は肺炎を伴うなど、重症になることがあります。

○**感染対策** 主な感染経路は咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴(飛沫)による飛沫感染です。飛沫を浴びないようにすれば感染する機会は大きく減少します。

○**咳、くしゃみのエチケット**

- ・普段から咳、くしゃみを他の人に向けて発しない。
- ・咳、くしゃみが出るときはできるだけマスクをする。
- ・手のひらで咳、くしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗う。

※飛沫感染対策ではマスクは重要ですが、感

染者がマスクをする方が、感染を抑える効果は高いといわれています。

○**外出後の手洗いなど** 流水・せっけんによる手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法です。インフルエンザウイルスは、アルコール製剤による手指衛生も効果があります。

○**適度な湿度の保持** 空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つことも効果的です。

○**十分な休養とバランスの取れた栄養摂取** 体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスの取れた栄養摂取を日ごろから心掛けましょう。



○**人混みや繁華街への外出を控える** インフルエンザが流行してきたら、特に高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず人混みに入る可能性がある場合には、ある程度の飛沫などを防ぐことができる不織布製マスクを着用すると効果的です。

○**問合せ** 健康課予防推進係(直通558-1191)

「ノロウイルス」に 注意しましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、1年を通して発生していますが、例年11月ごろから発生件数は増加し始め、12月から翌年1月ごろまでが発生のピークになる傾向があります。

ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどは重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせて



死亡することがあります。ノロウイルスはワクチンがなく、治療は対症療法に限られますので、感染予防を心掛けましょう。

予防の基本は、「きっちり手洗い」と「しっかり加熱」調理前、食事後、トイレの後には、せっけんを使い手洗いしましょう。また、食品の調理は、中心温度85度で1分以上加熱し、調理器具などの消毒には次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)が効果的です。

○**問合せ** 健康課予防推進係(直通558-1191)

11月11日は 「介護の日」 いい日、いい日、毎日、 あったか 介護 ありがとう



「日」にちなみ、イベントを開催します。皆さんお誘い合わせの上、ご来場ください。

※主催：あきる野市、高齢者はつらつセンター・五日市はつらつセンター、あきる野市介護事業者連絡協議会

フリーイベント

▽日時 11月10日(火)〜13日(金)
午前9時〜午後4時(10日は午後1時から、13日は午後3時まで)

▽場所 市役所1階コミュニケーションホール

▽内容 市内の介護事業者による介護相談、通所介護事業所の利用者の作品の展示などを

メインイベント

▽日時 11月14日(土) 午前9時〜午後4時

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽内容 市内の介護事業者による介護相談、通所介護事業所の利用者の作品や福祉用具の展示などを行います。

講演会

認知症になっても安心して出かけられる街づくりを考えるNHK記者の取材から見えてきた実態と対応へのヒント

▽日時 11月14日(土) 午前10時30分〜正午

行います。

高齢者げんき応援事業

高齢者在宅サービスセンター

▽場所 秋川ふれあいセンター
▽内容 NHKスペシャルの記者が自身の取材経験を基に現状についてお話しします。

▽講師 津武圭介さん(NHK社会部記者)

▽定員 100人(申込み順)

▽申込み方法 11月2日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ あきる野市社会福祉協議会「社協ケアセンター」(☎559・6574)

では、市内在住の65歳以上の方を対象に次の事業を実施します。初めての方もぜひ参加してください。

※受付時間：平日午前9時〜午後5時

パンフラー講座

▽日時 11月〜4月の毎月第3木曜日(全6回) 午後1時30分〜3時

▽場所 開戸センター

▽内容 パンフラーで季節のお花を作り、素敵な小物にアレンジします。

▽講師 吉田房子さん

▽定員 10人(申込み順)

▽費用 1回500円(材料費別)

▽申込み・問合せ 開戸センター(☎550・2755)

中条かおる一座・夢舞台

▽日時 11月18日(水) 午後1時30分〜3時

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽内容 うまくかむことができないうまくかむことができないなど、状態に合わせた食

材や食事形態、食事の姿勢などについて学びます。

▽講師 管理栄養士・介護福祉士

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 30人(申込み順)

▽申込み方法 11月2日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み 在宅介護支援センター和敬園(☎558・7012)

▽問合せ 高齢者支援課高齢者支援係

では、市内在住の65歳以上の方を対象に次の事業を実施します。初めての方もぜひ参加してください。

※受付時間：平日午前9時〜午後5時

30分〜2時30分
▽場所 五日市センター
▽内容 歌謡曲、芸者踊り、股旅踊りなど、楽しい時間をお過ごしください。

▽講師 中条かおる一座

▽定員 20人(申込み順)

▽費用 500円

▽申込み・問合せ 五日市センター(☎533・0330)

革工芸講座

▽日時 11月27日(金) 午後1時〜4時

▽場所 萩野センター

▽内容 革の根付を2個作ります(干支の柄もあります)。

▽講師 岩城美子さん、小沼ふさ子さん

▽定員 10人(申込み順)

▽費用 500円(材料費別)

▽持ち物 エプロン

▽申込み・問合せ 萩野センター(☎550・2722)

認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識を習得し、自分のできる範囲で、認知症の方やその家族を支援する認知症サポーターを養成する講座です。皆さん、この機会に認知症について学んでみませんか。

▽日時 12月3日(木) 午後2時〜3時30分

▽場所 五日市地域交流センター12階第4・5・6会議室

▽内容 認知症とはどういうものか、認知症の症状、支援方法などを学びます。

▽定員 60人(申込み順)

▽申込み方法 11月2日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み 五日市はつらつセンター(☎569・8108)

▽問合せ 高齢者支援課高齢者支援係

男の台所



▽日時 11月28日(土) 午前10時30分〜午後1時30分

▽場所 萩野センター

▽内容 餃子を作ります。

▽講師 地域活動栄養士会・のらぼうず

▽定員 10人(申込み順)

▽持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

▽費用 800円(材料費込み)

▽申込み・問合せ 萩野センター(☎550・2722)

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 11月13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)

▽申込み方法 11月2日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

※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日号の広報に掲載)。

▽予約・問合せ 高齢者はつらつセンター(☎550・6101)



森林レンジャーがゆく (58)

秋はシカの恋の季節

春4月ごろ、ニホンジカのオスは角が抜け落ちます。そして5月から6月にかけて新しい角が生え始める時は、袋角と呼ばれ、先端が丸く皮膚を被っています。その袋を破って皆さんが知っているシカの角が現れます。8月になると、これからの戦いに備えて立ち木に角を擦りつけて、角の先端を研ぎます。この時、立ち木の樹皮が傷つけられて皮がむけたり、その下の木部にも彫刻刀で削ったような傷が付きまします。これがシカの「角研ぎ」といわれる行動で、シカが及ぼす林業被害の一つです。8月も中旬が過ぎると、それぞれのオスが自分のテリトリー(なわばり)を獲得するため、戦いの準備である角研ぎが目に見えて増えてきます。繁殖のシーズンが近づいていることの証です。

基本的にシカは群れで仲良く暮らしています。冬は越冬できる場所で、オスの群れもメスの群れも一緒に行動して、餌の乏しい冬を乗り切ります。春から夏にかけてオスとメスはそれぞれの群れに分かれて暮らします。この時のメスは、出産を控えていたり、子育て中となります。そして、秋になるとこのオスの群れがバラバラになり、オス同士が角を突き合わせてけんかをし、他のオスを追い払います。一般的に強いオスが大きなテリトリーを獲得し、メスの群れを自分のテリトリーに囲い込んで「一夫多妻」型の繁殖を行います。

10月になると、自分のテリトリーを獲得したオスは、ピー、ピー



と甲高い声でテリトリーの宣言をします。もちろん、この時、自分のテリトリーに他のオスが侵入してくれば、角を突き合わせて他のオスを追い払います。時には、自分が負けてその場所から追い出されるオスもいるそうです。この季節、夕暮れも早く午後6時を過ぎると真っ暗になります。シカは一般的に夜行性のため、この時間帯から山の中でピーという鳴き声が聞こえることがあります。この声が自分のテリトリーを獲得した喜びの雄叫びか、そのテリトリーを奪う戦いを挑む別のオスの雄叫びか、想像してみるのも面白いです。

繁殖期が終わる12月には、それぞれのオスやメスの群れが一つになります。先月まで争っていたオス同士も並んでアオキの葉を食べたりして、仲良く越冬地で暮らします。そこにはとても平和な姿が見られます。(杉野)

お口の健康は、口の中だけにとどまるものではありません。今日では、お口の健康状態が、全身の健康状態に影響を与えていることが明らかになっていいます。普段感じている体の不調は、お口の不調から来ているものかもしれません。体のしくみ



お口の健康教室
「体のしくみ」
参加者募集

- ▽日時 12月10日(木) 午後2時～3時30分(1時30分から受付)
- ▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室
- ▽内容 いびきをかく人とかかない人の違い、お口の健康と肩こり・頭痛との関係、飲み込みづらさについて など
- ▽講師 大塚秀男さん(秋川歯科医師会、大塚歯科医院院長)
- ▽対象 市内在住の65歳以上の方
- ▽定員 40人(申込み順)
- ▽費用 無料
- ▽申込み方法 11月2日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。
- ▽申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係(直通558・1953)

を知って、お口の健康づくりを始めませんか。

歩きやすい季節になりました。あきる野百景「まいまい坂」と国指定天然記念物「シダレアカシデ」を目指し、五日市と日の出町大久野を歩きます。



めざせ健康あきる野21
ふれあいウォーク
楽しく歩いて健康づくり

- ▽日時 11月21日(土)
- ▽集合場所・時間 五日市ひろば 午前9時30分
- ※武蔵五日市駅から徒歩5分、駅でスタッフが案内します。
- ▽解散場所・時間 武蔵五日市駅 午後0時30分(予定)
- ▽コース 五日市ひろば→まいまい坂(三内)→幸神社(日の出町大久野)→武蔵五日市駅(約5.5キロ)
- ▽持ち物など 飲み物、タオル、スタンプカード(お持ちの方)、歩きやすい服装・靴
- ▽費用 無料
- ▽その他 雨天時の実施の有無については、当日午前8時以降にお問い合わせください。
- ▽申込み方法 初参加の方は電話で申し込んでください。
- ▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

くらしの知恵袋 ～消費生活相談情報～

携帯電話料金の滞納に注意!



○「電話機代」の分割払い スマートフォンなど、携帯電話の電話機(端末)が高額になっているため、電話機代を一括で支払わず、通信料と合わせて分割で支払う契約をする購入者が増えています。こうした契約では、通信料金の契約だけでなく電話機の分割払い(クレジット)契約も同時に行っています。そのため、月々の携帯電話料金を滞納すると、通信料の滞納だけでなく、電話機の分割購入代金の支払いにも滞納が発生していることになります。

Q: 滞納するとどうなるの?

A: 3か月以上分割支払いが滞った場合、完済しても5年間は、滞納したという情報が信用情報機関のデータベースに登録されます。記録が消えるまでは信用審査が通りにくくなることもあり、学生のときに滞納した人が社会人になってクレジットカードを作ろうとして、審査が通らなかったなどの事例もあります。

○消費者へのアドバイス 料金滞納には思わぬリスクが発生する可能性がありますので注意しましょう。契約

時に頭金が0円であっても、携帯電話の端末価格は0円とは限りません。端末価格とそのうちの頭金、月々の支払額や支払回数をよく確認して購入しましょう。

○あきる野市消費生活相談窓口 契約に関するトラブルや悪質商法など、消費生活に関して困ったときは、一人で悩まずに気軽にご相談ください。電話でも相談にお答えします。

●開設日時…毎週月曜・木曜日 午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)

※予約の必要はありません。

●場所…市役所1階市民相談室

※月曜・木曜日以外でお急ぎのときは、東京都消費生活総合センターにご相談ください。

○東京都消費生活総合センター

●開設日時…毎週月曜日～土曜日 午前9時～午後5時

●消費生活相談…☎03-3235-1155

※多重債務相談も受け付けています。

めざせ健康あきる野21

健康情報「健やか」(89)



身近なことから糖尿病を予防しよう!

11月14日の「世界糖尿病デー」は、世界各地で糖尿病の予防、治療を喚起する啓発運動が行われます。糖尿病は、免疫機能の異常により発症するタイプと生活習慣により発症するタイプがあります。厚生労働省によると国内の患者とその予備軍は合わせて約2050万人(人口の6人に1人)いると推測されています。

「喉が渇く」「体がだるい」「トイレに行く回数が増える」などの自覚症状からは気づきにくく、悪化してしまうことがあります。悪化すると血糖が全身の血管や神経を傷つけて、さまざまな病気(腎症、網膜症、神経障害)を引き起こします。血液検査で、空腹時の血糖が126mg/dL以上、血糖の状態を表すHbA1cが6.5%以上の方は注意が必要です。早期発見のため、定期的に健康診査を受け、医師や保健師・栄養士に相談をしましょう。

糖尿病の予防は、バランスの良い食事や運動習慣が基本となります。身近なことから、取り入れてみましょう。

- 食事…1人分ずつ取り分けて食べる、小ぶりのご飯茶碗にする、ゆっくり食べる。
- 運動…テレビを見ているときなどを利用してストレッチ体操や片脚立ちをする、なるべく階段を使う、時間に余裕がある時は遠回りをして歩き、距離を延ばす。

○問合せ 健康課健康づくり係

天体望遠鏡講習会 参加者募集



一の谷児童館の屋上にある天体ドームで、30センチの反射天体望遠鏡の操作を覚えて季節の星座などを観測します。初めての方でも大歓迎です。

▽日時 11月21日(土) 午後6時30分～8時30分

※全3回の講習です。2回目以降は、12月と平成28年1月に予定しています。

▽場所 一の谷児童館
▽対象 中学生、高校生
▽定員 15人
▽申込み方法 11月14日(土)までに電話か直接申し込んでください。

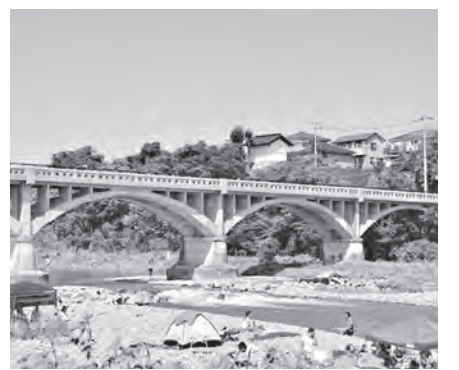
●受付時間：午前9時30分～午後5時30分

※日曜日、祝日は除く
※参加人数が5人以下の場合、中止になります。

▽申込み・問合せ 一の谷児童館 ☎558・0266

旧東秋留橋が土木学会選奨土木遺産に認定
新たな観光拠点の活用へ

6つのアーチが連なった姿は大変珍しく、建設当時には遠方から見学に来た人が訪れていました。その構造は戦後での施工例がほとんどなく、戦前を代表する貴重な橋梁であることが評価され、土木学会選奨土木遺産に認定されました。今後は、



観光拠点としての活用も視野に入れていきます。

生涯学習コーディネーター運営講座
ネーター運営講座
ますます人生を楽しもう
歌って踊って

▽日時 11月21日(土) 午前10時～午後0時10分

▽場所 中央公民館
▽内容 出演者の皆さんと一緒に歌ったり踊ったりする企画です。生涯学習コーディネーターの会との協働で実施します。

▽出演団体・内容
●第一部：あきる野able、少年・少女・成人のダンスと器楽・合奏など
*ヒップホップダンス(AGFファミリーズ)
*器楽・合奏(かりゆしあきる野：「世界に一つだけの花」「翼をください」「世界中の子どもたちが」「三線の花」「ハイサイおじさん」)
*「WAになつて踊ろう」(全員)

森林の土地を取得したときは届出が必要

平成24年4月から、森林の土地の所有者となった場合、届出が義務付けられています。

▽届出対象者 個人・法人を問わず、売買や相続などにより森林の土地を新たに取得した方は、面積に関わらず届出をしなければなりません。ただし、国土利用計画法に基づく土地売買契約の届出をしている方は対象外です。

▽届出期間 土地の所有者となった日から90日以内に、取得した土地のある市町村長に届出をしてください。

▽届出事項 届出書には、届出者と前所有者の住所・氏名、所有者となった年月日、所有

権移転の原因、土地の所在場所・面積、土地の用途などを記載します。

※添付書類：登記事項証明書か土地売買契約書など、権利を取得したことが分かる書類(写し可)と土地の位置を示す図面が必要です。

▽届出・問合せ 農林課林務係



森林を伐採するときは事前の届出が必要

立木を伐採するときは、事前に「伐採及び伐採後の造林の届出書」を提出することが法律で義務付けられています。

▽対象となる森林 保安林などを除く地域森林計画の対象森林

▽届出者 森林所有者、伐採する権原を持つ方、伐採と造林

伐採する権原を持つ方の連名
▽届出期間 伐採を始める日の90日前から30日前までです。ただし、次の場合には、伐採が終わった日から30日以内の届出となります。

●森林法で定める森林経営計画に基づく伐採の場合
●災害などにより緊急に伐採する場合

▽届出・問合せ 農林課林務係

▽届出様式と添付書類 所定の届出書の様式に伐採する場所が分かる地図などを一緒に提出してください。

▽罰則 無届で行った伐採は、森林法の規定に基づき最高100万円の罰金が科せられる場合があります。

▽その他 次の場合には、お問い合わせください。
●地域森林計画対象森林の箇所が不明な場合、保安林などの森林を伐採する場合：東京都森林事務所保全課 ☎042・8・22・1155
●1畝を超えて森林以外の用途に使用するために伐採をする場合：東京都多摩環境事務所自然環境課 ☎521・4809

市民ふれあい塾
生涯学習コーディネーターの会との協働で実施します。

※対象：市内在住・在勤・在学の方

▽申込み・問合せ：生涯学習スポーツ課生涯学習係 ☎19710814 二宮350、直通558・2438

「国立歴史民俗博物館と成田山を巡る」
日本の歴史と文化を訪ねて

▽日時 11月27日(金) 午前8時～午後6時30分(予定)

※雨天実施

▽集合時間 午前7時45分

▽集合・解散場所 市役所正面入口前

▽内容 原始・古代から現在に至る日本の歴史・民俗の世界をテーマとした展示(国立歴史民俗博物館、自由見学)や

11月の市民ギャラリー (中央公民館)

- 秋季さつき展
 - 展示内容…さつき盆栽展
 - 期日…11月14日(土)・15日(日)
 - 時間…午前9時～午後4時
 - 主催…阜遊会あきる野



祝 あきる野市制施行20周年 あきる野市吹奏楽団 第21回定期演奏会 (キラバンド)

▽日時 11月29日(日) 午後2時(1時30分開場)

▽場所 秋川キララホール

▽料金(全席自由) 無料

▽申込み方法 秋川キララホール窓口とあきる野ルピア3階受付で整理券を配布しています(1人4枚まで)。入場の際にお持ちください。

▽指揮 小玉公二(常任指揮者)

▽曲目 フィンランディア、リバーダンス、イン・ザ・ムード、鈴懸の径 ほか

▽主催 あきる野市吹奏楽団(キラバンド)

▽共催 秋川キララホール

▽問合せ あきる野市吹奏楽団 岩崎 ☎090・6128・5609



▽持ち物 ゴム手袋、はさみ、新聞紙、ビニール敷き物、ビニール袋(作品持ち帰り用)

▽申込み方法 11月20日(金)消印有効)までに、往復はがきに事業名「若玉づくり」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください(返信用表面にも必ず返信先を記入)。

※はがき1枚につき2人まで

▽費用 700円(材料費込み)

▽定員 15人(抽選)

▽申し込み方法 11月13日(消印有効)までに、往復はがきに事業名「国立歴史民俗博物館と成田山を巡る」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください。

▽申し込み方法 11月13日(消印有効)までに、往復はがきに事業名「国立歴史民俗博物館と成田山を巡る」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください。

▽申し込み方法 11月13日(消印有効)までに、往復はがきに事業名「国立歴史民俗博物館と成田山を巡る」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください。

現地ガイドの案内で寺院の歴史的建造物や文化財に触れます(成田山新勝寺)。

▽講師 河邊貞子さん(生涯学習人材バンク登録者、生涯学習コーディネーター)

▽定員 30人(抽選)

▽費用 3千円(昼食代、博物館入館料などを含む)

▽持ち物など 飲み物、筆記用具、雨具、歩きやすい服装・靴

▽申し込み方法 11月13日(消印有効)までに、往復はがきに事業名「国立歴史民俗博物館と成田山を巡る」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください。

番号を記入し、郵送してください(返信用表面にも必ず返信先を記入)。

※はがき1枚につき2人まで

「若玉づくり」
流行の若玉づくり
チャレンジしてみませんか

▽日時 12月5日(土) 午前9時30分～正午

▽場所 中央公民館

▽内容 若とケト土、赤玉土を使って、盆栽風若玉を作りま

▽講師 上杉秀子さん(生涯学習コーディネーター)

▽定員 15人(抽選)

▽費用 700円(材料費込み)

▽持ち物 ゴム手袋、はさみ、新聞紙、ビニール敷き物、ビニール袋(作品持ち帰り用)

▽申込み方法 11月20日(金)消印有効)までに、往復はがきに事業名「若玉づくり」、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送してください(返信用表面にも必ず返信先を記入)。

※はがき1枚につき2人まで

図書館からのお知らせ

11月の休館日

- 中央図書館 毎週金曜日と17日(火)
- 東部図書館エル、五日市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日と3日(火)

図書館利用者アンケートを実施します

- 日時 11月7日(土)～28日(土)
- ※窓口で配布する調査票に記入し、館内設置の回収箱か「返す本のポスト」に入れてください。

○場所 市内各図書館

中央図書館 (☎558-1108)

特別展「五日市憲法草案と深沢家の『図書館』」

- 日時 11月8日(日)まで 午前10時～午後5時 (3日(火)はギャラリートークを午前11時と午後2時に実施します)

○場所 会議室

おはなし会

- 日時 11月1日(日) 午前11時～11時30分

「つくってあそぼう！」紙コップで作る工作教室

- 日時 11月3日(火) 午前10時30分～11時、午前11時～11時30分

○定員 各15人(先着順)

○対象 幼児～小学生(幼児は保護者同伴)

ひよこのおはなし会

- 日時 11月9日(月) 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

豆本づくり

手のひらに収まる大きさの豆本(メモ帳)を作成します。

- 日時 11月11日(水) 午後2時～4時

○対象 中学生以上

○定員 10人(申込み順)

○費用 無料

○申込み 電話か直接申し込んでください。

ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)

- 日時 11月11日(水) 午後3時～3時30分

東部図書館エル (☎550-5959)

ボランティアおはなし会(おはなし

タ・ン・ト)

- 日時 11月11日(水) 午後3時30分～4時

わらべうたのじかん

- 日時 11月12日(木) 午前11時～11時30分

○対象 0歳から3歳までの子どもとその保護者

五日市図書館 (☎595-0236)

ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)

- 日時 11月11日(水) 午後1時30分～2時

本のリサイクル市(一般書・児童書・雑誌)

- 日時 11月14日(土)・15日(日) 午前10時～午後3時(本がなくなり次第終了)

○内容 図書館で使わなくなった本を再活用するため無料で配布します。

※15日に本の追加はありません。ご了承ください。

○持ち物 本を入れる袋

○その他 駐車場が狭いため車でのご来館はご遠慮ください。

中央図書館増戸分室 (☎596-0109)

本のテーマ展示

○テーマ ベストセラー今昔(一般向け)、しごとのほん(児童向け)

○期間 11月29日(日)まで

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ので、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/mblindex.html>

《スマートフォン版アドレス》

<https://www.library.akiruno.tokyo.jp/a/index.asp>

を入力するか右のコードを読み取ってアクセスしてください。



市民大学
男性の料理教室
うなぎゆづり、味噌玉、煮物の三品

▽日時 12月4日(金) 午前10時～午後1時

▽場所 中央公民館

▽内容 うなぎゆづり、味噌玉(手作り即席味噌汁)、地

▽講師 河野幸世さん(管理栄養士)

▽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 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具

▽費用 700円(材料代)

▽材料準備の都合上、申込み後のキャンセルは、費用を返金できません。

▽申込み方法 11月2日(月)から16日(月)までに、費用を添えて申し込んでください。
▽申込み・問合せ 中央公民館 (☎559-1221)

▽日時 11月9日(月)・25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パソコン操作などについて答えます。申込み時に、質問内容などをお伝えください。

▽持ち物 ノートパソコン

▽貸し出し用のパソコンはありませんので、必ず持参してください。

▽対象 市内在住の方

▽定員 各日6人(申込み順)

▽費用 無料

▽その他 両日の申込みはできません。
▽申込み・問合せ 中央公民館 (☎559-1221)

祝 あきる野市制施行20周年

「ラジオ体操講習会」と「ロコモ予防教室」を開催



正しいラジオ体操の直接指導と要介護のリスクを高める運動器障害(ロコモティブシンドローム)運動器症候群)の予防教室を開催します。

▽講師 桜田敬子さん(元NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)、藤元直美さん(元NHKテレビ・ラジオ体操アシ

スタント)

シスタント) 第1部「ラジオ体操講習会」(一財)簡易保険加入者協会の支援事業です。
●時間：午前9時30分～11時
●場所：市民運動広場
●雨天の場合は秋川体育館
●内容：ラジオ体操の実技指導
▽第2部「ロコモ予防教室」
●時間：午前11時20分～午後0時30分
●場所：秋川体育館
●内容：講話と軽い運動・ストレッチなど
▽対象 どなたでも参加できます。
※参加された方には記念グッズを差し上げます。
※小学生以下は、保護者の同伴が必要です。
▽持ち物など 上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装
※ラジオ体操は屋外のため帽子の着用をおすすめします。

ネットワーク 官公庁 などからのお知らせ

▽日時 12月13日(日) 午前9時～午後7時

▽場所 秋川体育館

▽対象 市内在住・在勤・在学の16歳以上の方

▽費用 無料

▽その他 ミニテニス競技規則による。

▽申込み方法 11月27日(金)までに電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ ミニテニス連盟 小松 (☎558-3273)

▽シルバー人材センターパソコン教室「年賀状作成」講習会

▽日時 11月18日(水)・19日(木) 午前9時～11時30分(全2回)

▽場所 あきる野市シルバー人材センター(平沢32-1)

▽内容 宛名面の作成、あいさつ面の作成

▽定員 8人(定員になり次第終了)

▽持ち物 パソコンを持参してください(教室のパソコンも使用できます)

▽費用 3500円(2回分)

▽その他 詳しい内容はお問い合わせください。ホームページ

▽費用 無料
▽その他 直接会場にお越しください。
※駐車場に限りがありますので、乗り合わせでのご来場にご協力ください。
▽協力 あきる野市ラジオ体操会
▽問合せ 生涯学習スポーツ課 スポーツ推進係(直通558-1262)

▽日時 11月10日(火) 午後2時～4時(1人40分)

▽場所 あきる野市社会福祉協議会秋川事務所内相談室(秋川ふれあいセンター1階)

▽対象 市内在住のおおむね65歳以上の方が障がいのある方とその家族

▽定員 3人

▽申込み方法 11月9日(月)までに電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 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)

秋川流域ふれあいクリスマス会2015開催

秋川流域に在宅の障がい児(者)を対象に、ふれあいクリスマス会を開催します。大道芸、マジック、サンタさんとの記念撮影、クリスマスケーキのプレゼントなど楽しい催しを用意しています。

▽日時 12月5日(土) 午後2時30分～5時

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽主催 秋川流域ふれあいクリスマス会2015実行委員会

▽申込み方法 11月20日(金)までに、直接申し込んでください。

▽申込み・問合せ あきる野市社会福祉協議会秋川事務所 (☎595-9033)

9面につづく

ラクシア 大感謝祭
期間 平成28年1月31日まで

- システムキッチンのコンロ入替え どのメーカーでもOK!
- 石油・ガス給湯器 大幅値引き実施中

期間中、2万円以上お買上げのお客様に お楽しみ抽選券プレゼント!!(2月中)

白灯油特価セール
詳しくは 11月9日(月)の 折り込みチラシを ご覧ください!!

エネショップ オマト

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

屋根・外壁 塗装リフォームはお任せ下さい!

外壁・屋根 塗装・塗り替えは、お気軽にご相談下さい!

プロタイムズあきる野店 ☎0120-435-465

株式会社ハウスサポート秋川あきる野市上代314-4 プロタイムズあきる野店 秋川

8面のつづき

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます

国民年金保険料は、納めた金額が確定申告や年末調整の社会保険料控除の対象となります。

今年1月1日から9月30日までに国民年金保険料を納めた方に、納めた保険料額を証明した「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が日本年金機構から11月上旬に送付されます。

確定申告など社会保険料控除の申告をする際は、この証明書の添付が必要です。また、ご家族の国民年金保険料を納めた場合、納めた方の社会保険料控除として申告することができます。

青梅税務署からのお知らせ 青色決算説明会

所得税の「青色申告決算書の書き方」や「消費税及び地方消費税の決算方法」などについて説明会を開催します。

日時 11月30日(月) 午後1時30分～4時

場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

内容 決算の仕方を中心とした「確定申告に当たっての留意事項及び青色申告決算書の作成要領」や「消費税等の概要」などの説明。国税電子申告・納税システム(e-Tax)の概要についての説明

※平成28年2月1日(月)から3月31日(木)までの間、税務署の一般車両の駐車場はご利用できません。

※説明会に車で来場される方は「もくせいで駐車場(中央図書館南側)」をご利用ください。

問合せ 青梅税務署個人課税第1部門指導担当(☎0428・22・3185)

平成27年度公開講演会 健康長寿のひけつは 口腔ケアにあり

日時 11月18日(水) 午後6時30分～8時

場所 羽村市生涯学習センター1ゆとりぎ小ホール(羽村市緑ヶ丘1-11-5)

内容 口のメカニズム、健康長寿のための口のケア、介護における口腔ケアのポイント

講師 菊谷武さん(日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニック院長)

費用 無料

問合せ (一社) 東京都西多摩歯科医師会事務局(☎0428・23・6222)

賢い患者になれる講座 医療費の見方がわかる! 医療費を安くする方法がわかる!

日時 11月20日(金) 午後2時～4時30分

場所 公立福生病院1階多目的ホール

内容 日ごろの医療に関する「不思議や疑問」を解消し医療とのよりよい付き合い方を考えましょう。

講師 木村憲洋さん(高崎健康福祉大学医療情報学科准教授・診断情報管理士)

定員 50人(申込み順)

費用 無料

申込み方法 11月13日(金)までに電話かファックスで申し込んでください。

申込み・問合せ 東京都西多摩保健所企画調整課保健医療係(☎0428・22・6141、☎0428・23・3987)

西多摩地域市町村共催 「汚れをやさしく取る!」洗濯&掃除

来年度変更になる洗濯絵表示の読み方を学び、昔ながらの素材

と知恵で「やさしく」汚れを取るポイントを学びます。

日時 11月17日(火) 午後1時30分～4時

場所 羽村市生涯学習センター1ゆとりぎ3階創作室1(羽村市緑ヶ丘1-11-5)

内容 家庭洗濯・クリーニングでの注意点、洗濯絵表示、体や環境にやさしい重曹・酢・せっけんを使用したキッチンやお風呂場の汚れ落としポイント・洗浄実験、染み抜きやお掃除体験など

講師 福岡ひとみさん(東京都消費者啓発員)

対象 西多摩地域在住・在勤・在学の方

定員 40人(申込み順)

持ち物 筆記用具、エプロン、タオル

費用 1000円(作った洗剤をお持ち帰りいただきます)

主催 西多摩地域消費者行政事務連絡会、東京都多摩消費生活センター

申込み方法 11月4日(水)から電話で申し込んでください。

申込み・問合せ 羽村市産業環境部産業課消費生活係(☎555・1111)

あきる野 ルピア情報 申込み・問合せ 5550・4700

詳しくは、ホームページ(htt://akiruno-rupia.jp/)をご覧ください。

※申込みは電話か窓口で申し込んでください(午前10時～午後6時受付)。

ベビーマッサージ&おひるねアート

手足のベビーマッサージをした後、来年の干支(申)のおひるねアートを行います。

日時 11月6日(金) 午前10時～正午

講師 てとととコアラ

対象 生後2か月から6組

市民のひろば 掲載内容の問い合わせは各団体へ 掲載希望の方は市長公室へ 直通 558-1269 森っこサンちゃん

会員募集 ダンススポーツフレンズ 日毎週土曜日 19時30分～21時 場所 秋川体育館 活毎週社交ダンスを練習しています。プロの指導で踊りが変わります。/入無し/会月3千円/問宮本☎90・5530・3633

裏千家茶道教室 知足会 日毎月第2・第4土曜日 13時30分～16時30分/場東部図書館エル/活初心者、経験者も可能です。募集人数は若干名/入無

詩吟講習会 吟は心を豊かにし、安らぎを与える 日11月7日(出) 17時30分、28日(出) 13時30分/場五日市フアインプラザ/講(公社)日本

新)テーブル セッティング講座 英国スタイルでおもてなし 食器やカトラリーなどの用途を学んで食卓を演出しましょう。初回はマナー編です。 日11月8日(日) 午前10時30分～11時30分

ソープカービング 定期講座 基本のカットから複雑なデザインまで、楽しく技術を身につけましょう。 日11月16日(月) 午前10時～正午

パンフレットを作る年賀状 (2回講座) イラストや写真を入れてオリジナル年賀状を作りましょう。

し/会月千円(菓子代は実費) /問宮☎550・5576

マーメイド 日毎週木曜日 10時～12時/場五日市フアインプラザ/活4泳法を楽しく練習。初心者大歓迎。無料体験できます。/入千円/会月2千円/問橋本☎596・5043

ハワイアンフレンズ 日毎月第2・第3・第4木曜日 10時～12時/場中央公民館/活週に一度、フラで楽しく汗を流しましょう。/入千円/会月3千円/問吉永☎558・9171

オカリナ同好会 日毎月第2・第4金曜日/場中央公民館/活オカリナを楽しむ。パートに分かれアンサンブルもします。/入無し/会月2千円/問宮入☎559・7182

講演会など 日11月17日(火) 13時30分/場あきる野ルピア3階産業情報研修室/講後庵正治さん/費無料/他後援:あきる野市社会福祉協議会/問ともし☎0873(20時以降)

日11月17日(火) 13時～19時/場あきる野ルピア3階ルピアホール/費無料/問秋川地区特定給食研究会 第二紫水園(石川) ☎596・5280

日11月17日(火) 13時30分/場あきる野ルピア3階産業情報研修室/講後庵正治さん/費無料/他後援:あきる野市社会福祉協議会/問ともし☎0873(20時以降)

日11月17日・24日の火曜日(全2回) 午前9時15分～11時30分

日11月17日(火) 午前10時30分～正午

日11月17日(火) 午前10時30分～正午

吟道学院講師/費無料/他吟詠の恵みを体験してみましよう。/問あきる野吟道会五日市教室 栗原☎596・0149

スマイル・ハーモニ 5周年コンサート 日11月8日(日) 14時～15時30分/場市役所1階コミュニティホール/費無料/他指揮:三浦純子さん、ピアノ:伴奏:伊藤亜沙さん。懐かしい歌で晩秋のひとときを。/問スマイル・ハーモニ 山口☎58・1429

みんなの栄養展 日11月13日(金) 13時～19時/場あきる野ルピア3階ルピアホール/費無料/問秋川地区特定給食研究会 第二紫水園(石川) ☎596・5280

「敬聴」話す人の気持ちに心を傾けて 日11月17日(火) 13時30分/場あきる野ルピア3階産業情報研修室/講後庵正治さん/費無料/他後援:あきる野市社会福祉協議会/問ともし☎0873(20時以降)

日11月17日(火) 13時30分/場あきる野ルピア3階産業情報研修室/講後庵正治さん/費無料/他後援:あきる野市社会福祉協議会/問ともし☎0873(20時以降)

日11月17日(火) 13時30分/場あきる野ルピア3階産業情報研修室/講後庵正治さん/費無料/他後援:あきる野市社会福祉協議会/問ともし☎0873(20時以降)

日11月17日(火) 午前10時30分～正午

日11月17日(火) 午前10時30分～正午

日11月17日(火) 午前10時30分～正午

(以下は広告枠です)

年齢・性別にかかわらず、月々3,000円から! American Home Direct ケガ・病気の入院、退院後の通院等に備えられます! 3,000円コース*2 4,000円コース*2 5,000円コース*2 0037-6001-66914

地元で働きたい人材を募集しています 給排水衛生空調換気設備工事 (株)アーイング ①施工管理業務 ②現場作業 40歳以下(経験不問) 若手採用による後進育成 ~未経験でもやる気さえあればOK!!~ 勤務地 あきる野市雨間650番地1 TEL.042-558-5555 採用係まで

あきる野市携帯
電話向けサイト
http://www.city.akiruno.
tokyo.jp/m/



読み取ってアクセスしてください

あきる野
安心メール登録
akiruno2-entry@tk.e-msg.jp



●防災・防犯情報
読み取ってそのままメール
を送信してください

るのキッズ
メール登録
akiruno3-entry@tk.e-msg.jp



●子育て情報
読み取ってそのままメール
を送信してください

サンちゃん
メール登録
akiruno4-entry@tk.e-msg.jp



●行政情報
読み取ってそのままメール
を送信してください

●1日目：マタニティライフク
ラス
●お産の話と妊婦体操、産科医
師からのお話「妊娠中の体の
変化と生活について」
●2日目：食べて・歯つぱいク
ラス
*歯科健診 (妊婦の方のみ) と

▽日時 11月12日・19日、12月
3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容
▽日時 11月12日・19日、12月
3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容



母親学級・
ハッピーベビークラブ
平日コース (3日制)

第16回小さな子どものためのおさんぽ会

開催地は、都内に残る貴重な里山、横沢入。稲刈りを終えた晩秋の田んぼの周りを、小さな子どものペースに合わせ、のんびり散策します。次の春に向け、静かに命をつなぐ生き物たちとの出会いを楽しみましょう。



- 期日 11月15日(日) 午前10時～11時30分
- ※雨天中止
- 集合場所 横沢入拠点施設 (横沢394。詳細は申込みの際にお問い合わせください)
- 対象 市内在住の親子 (未就学児向けの内容です)
- 定員 10組 (申込み順)
- 持ち物など 飲み物、おやつ、雨具、長袖、長ズボン、帽子、歩きやすい靴 (ハチ対策として、白っぽい色の服装をお勧めします)
- 費用 1人50円 (保険代含む)
- その他 終了後、昼食会をします。おさんぽ会の感想や子どもの様子など、参加者の皆さんでおしゃべりしませんか (参加できる方は弁当持参)。
- 申込み方法 11月2日(月)から11日(水)までの間に、電話で申し込んでください。
- 企画運営 あきる野市環境委員会森のようちえん部会
- 申込み・問合せ 環境政策課環境政策係 ☎595-1110

子育てひろばいつかいは、五日市保健センターでのがん検診実施のため、次のとおりお休みします。
▽日時 11月12日(木)・17日(火)
午前10時～午後1時
※午後1時から3時までは通常どおり活動します。
▽問合せ 子育て支援課子育て支援係 (直通) ☎588-5524

子育てひろばいつかいは、五日市保健センターでのがん検診実施のため、次のとおりお休みします。
▽日時 11月12日(木)・17日(火)
午前10時～午後1時
※午後1時から3時までは通常どおり活動します。
▽問合せ 子育て支援課子育て支援係 (直通) ☎588-5524

▽日時 11月12日・19日、12月3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容
▽日時 11月12日・19日、12月3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容

▽日時 11月12日・19日、12月3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容
▽日時 11月12日・19日、12月3日の木曜日 午後1時30分
▽場所 あきる野保健相談所
▽内容

●3日目：子育て準備クラス
●保育のポイント、体験(赤ちゃんのお風呂、おむつ交換、妊婦体験)、妊娠期からの絵本の活用
▽対象 出産予定日がおおむね平成28年1月から4月までの妊婦とその家族(妊娠週数が20週から35週までの妊婦とその家族)
▽定員 30人(申込み順)
▽申込み・問合せ 健康課母子保健係 (直通) ☎588-5009

あきる野保健相談所 11月の行事カレンダー ☎558-5091

種別	対象乳幼児	受付時間	乳児(6・9か月児)健康診査
5日(木)	小学校入学前の乳幼児 (五日市保健センター)	午前9時45分～10時30分	都内在住の方は、都内委託医療機関で、6～7か月児・9～10か月児健康診査を無料で受診できます。受診票は、「3～4か月児・産婦健診」時に配布しています。都外から転入した方で、あきる野市発行の受診票を持っていない方は、連絡の上、交付を受けてください。
16日(月)	育児相談	午前9時～10時30分	
19日(木)	小学校入学前の幼児 (1歳以上)	午前9時～10時30分	
30日(月)	むし歯予防教室	午前9時30分～9時45分	
6日(金)	3歳児健康診査	午後1時～1時45分	
10日(火)	健康診査		
13日(金)	1歳6か月児健康診査	午後1時～1時45分	
17日(火)	健康診査		
20日(金)	乳児産婦健康診査		
24日(火)	健康診査	平成27年7月21日～31日生まれ	

※3歳児・1歳6か月児・乳児産婦健康診査の対象の方に通知をします。1週間前までに通知が届かない方や、最近転入した方で未受診の方は連絡してください。※育児相談では、保護者の健康相談も実施しています。

教育・子ども相談

- 教育相談 (予約制)
- 相談日・時間 月曜～金曜日、午前9時～正午、午後1時～5時 (適応指導教室は3時まで、随時)
- 相談場所・問合せ
●秋川教育相談所 ☎558-6444
●五日市教育相談所 ☎596-6460
●適応指導教室 [せせらぎ教室 ☎550-6527]
- 子ども相談 (予約制)
- 相談日・時間 月曜～土曜日、午前9時～午後5時30分
- 相談場所 各児童館
子ども家庭支援センター総合相談 (随時)
- 相談日・時間 月曜～金曜日、午前8時30分～正午、午後1時～5時15分
- 相談場所・問合せ 子ども家庭支援センター ☎550-3313
- 子育て相談 (予約制)
- 相談日・時間 月曜～金曜日、午前10時～午後5時
- 相談場所 屋城保育園、神明保育園、すぎの子保育園

11月の休日医療診療と歯科診療 (急患の方) ※往診はしません

期日	休日診療		準夜診療		歯科診療
	受付時間	診療時間	受付時間	診療時間	受付・診療時間
	9:00～11:45 13:00～16:45	9:00～12:00 13:00～17:00	17:00～21:45	17:00～22:00	9:00～12:00 13:00～17:00
	医療機関・住所・電話番号		医療機関・住所・電話番号		医療機関・住所・電話番号
1日(日)	星野小児科内科クリニック 小川東1-19-20 ☎559-7332		奥村整形外科 下代継19-1 ☎518-2730		中井歯科クリニック 秋川2-10-2 シャルマン106号 ☎558-4589
3日(火)	瀬戸岡医院 二宮1240 ☎558-3930		草花クリニック 草花2724 ☎558-7127		きくち歯科クリニック 秋川4-12-4 私市ビル1F ☎532-7345
8日(日)	横田小児科医院 雨間233-19 ☎559-2655		渡辺レディースクリニック 油平11-1 ☎558-2288		寺本歯科医院 小川東2-7-11 ☎559-8441
15日(日)	清水耳鼻咽喉科クリニック 五日市1039-1 ☎596-6311		鈴木内科 館谷156-2 ☎596-2307		おおの歯科医院 秋川6-17-13 アベニュー小野2F ☎550-0484
22日(日)	あべクリニック 瀬戸岡459-11 ☎558-7730		葉山医院 引田552 ☎558-0543		山口歯科クリニック 福生市南田園 2-5-39田園ビル1F ☎553-8182
23日(月)	朱膳寺内科クリニック 秋留1-1-10 あきる野クリニックタウン1F ☎559-9201		佐藤内科循環器科クリニック 秋川2-5-1 ☎550-7831		梅田歯科医院 福生市福生1046 岸ビル102 ☎553-5161
29日(日)	伊藤整形外科 秋川3-5-7 ☎558-6211		樋口クリニック 秋川3-7-5 ☎559-8122		今里歯科医院 福生市本町78 ☎551-0440

※午前中の診療患者が多いなどの事情で、午後の診療時間が変更になる場合があります。また、受診の際は、診療科目を事前に確認してください。
救急相談センター #7119 (救急車を呼んだ方が良かった場合、携帯電話、PHS、プッシュ回線)
小児救急医療電話案内 #8000
夜間等診療機関案内 消防庁テレホンサービス521-2323 東京都ひまわり03-5272-0303 秋川消防署595-0119

(以下は広告枠です)

森麻季 Mari Maki
ソプラノ・リサイタル
好評発売中!
11/14(土)
開場 13:30 開演 14:00
全席指定 一般 3,500円(友の会 3,200円)
学生 1,500円 ※未成年者入場不可
曲目
マスカレード：アグニ・マリア 山田 耕作：からたちの花、赤とんぼ
(ハンデル生誕300年を記念して)
歌劇「リナルド」より「涙の流れるまにまに」他
※曲目変更あり、予約終了まで、※演奏場所は別途告知
ご予約・お問い合わせ 秋川キララホール ☎042-559-7500 受付時間 9:00～18:00 ※毎月第1日休
〒197-0804 東京都あきる野市秋川1-16-1 (休日の場合は翌日休場)
http://akigawa-kirarahall.jp アクセス：JR五日市線秋川駅下車徒歩5分 無料駐車場あり

地元の **リフォーム専門店** におまかせ!
これからも **住まいの困ったな!** ご相談下さい
増築工事 内外装工事 水廻りリフォーム(台所・浴室・洗面・トイレ・住宅機器)
屋根葺き替え 外装塗装 外壁サイディング張り 換気扇 雪止め取付
サッシ取替 玄関ドア取替 内窓取付 網戸張替 クロス張り替え 換気扇取替
フローリング張替 階段重張 外構工事 エクステリア取付
見積もり無料 ……お得な工事いろいろ……
(有)東京リフォームサービス ☎533-0633
〒197-0804 東京都あきる野市秋川1-16-1 FAX / 533-0677
あきる野市三内647-4 Email / reform-1@tbp.t-com.ne.jp

築地本願寺 **西多摩霊園**
西多摩霊園指定石材店
—先祖から子孫へ続く 家族の絆を形に—
富士石材株式会社
お問合せ ☎0120(148)221
お申込み
福生支店 : 福生市福生 767 吉池ビル2F
西多摩支店 : あきる野市菅生 680 番 西多摩霊園内
ホームページ : www.akirunofuji.co.jp

マイナンバーの通知カードは、簡易書留で送付します。電話などでお知らせするサービスはありません。