

# あきる野市公式インスタグラム「るのびと」運用中!



市では、あきる野市の魅力をアピールし、「るのびと」(「あきる野で暮らす人々」「あきる野が好きな人々」)を増やしていくことを目的に、あきる野市公式インスタグラム「るのびと」を開発しました。市の魅力を写真や動画などで紹介していますので、フォローしてください。

※インスタグラムとは、無料で写真や短時間動画を共有できるSNSのひとつです。

○皆さんからの投稿も募集しています 市公式インスタグラムをフォローし、市の魅力ある写真や動画をハッシュタグ「#るのびと」をつけて、投稿いただければ、市職員が選考の上、市公式インスタグラム、市ホームページ、広報紙などで紹介します。皆さんが見つけたあきる野市の魅力を市と共有し発信してみませんか。

※投稿、利用に当たっての注意事項など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

○問合せ 市長公室



cjfukuokaさんに「#るのびと」をつけて投稿いただいた写真



shima.takeuchi\_sugaoさんに「#るのびと」をつけて投稿いただいた写真

- 期日：6月28日(木)
- 対象：おおむね4か月から6か月までの子どもの保護者
- 定員：12人(申込み順)
- その他：保育室あり(対象乳児のみ、要申請)
- ▽ もぐもぐ・かみかみ(2・3回食)コース 2回食・3回食の進め方、取り分け食からの離乳食づくりの実演と試食
- 期日：7月4日(水)
- 対象：おおむね6か月から9か月までの子どもの保護者
- 定員：12人(申込み順)
- その他：保育室あり(対象乳児のみ、要申請)

## 「るのびと」離乳食教室

▽ 6月28日(木) 離乳食の開始時期と1回食の進め方、身近な食材から簡単に作れる離乳食づくりの実演と試食

## 6月の市民相談(予約制・無料)

### 予約制の相談

- 市役所
  - 相続・遺言など暮らしの手続相談…8日(金)
  - 税務相談…11日(月)
  - 法律相談…12日(火)・26日(火)
  - 交通事故相談…13日(水)
  - 登記相談…15日(金)
  - 人権身の上相談…22日(金)
- 五日市出張所
  - 法律相談…7日(木)
  - 行政相談…27日(水)
- あきる野ルピア
  - 特設人権身の上相談…1日(金)
- 時間 午後1時30分～4時30分
- 予約 法律相談は、相談日の7日前の午前8時30分から電話で受け付けます。法律相談以外の相談は、随時受け付けます。



### その他の相談(随時)

相談先が不明な場合や日常の悩みごとなどに市職員が担当窓口のご案内や専門の相談員を紹介する等解決に向けたお手伝いをします。  
○予約・問合せ 市民課市民相談窓口係(直通558-1216)

## ▽ ばくばく(幼児食)コース

幼児食への移行の講話と情報交換(レシピーの配布や試食があります)  
● 期日：6月26日(火)  
● 対象：おおむね1歳から1歳6か月までの子どもの保護者

● 定員：16人(申込み順)  
▽ 時間 午前10時15分～11時15分(10時から受付)

▽ 場所 あきる野保健相談所  
▽ 申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558-5091)

## 観光情報 東京のふるさと あきる野

### 新緑の秋川渓谷

木々が芽吹き緑に活気を感じる心地よい季節。例年より少し美しさに深みを増した新緑があふれる秋川渓谷を散策してみましょう。

#### 石舟橋

秋川渓谷瀬音の湯へと続く「石舟橋」は、秋川の渓谷美を楽しめます。

○アクセス 武蔵五日市駅1番乗り場から上養沢、檜原方面行きバスに乗り「十里木」バス下車約5分



石舟橋

#### 戸倉城山・金比羅山

戸倉城山は、初心者向けなので安心して登れます。見晴らし抜群の山頂からはスカイツリーが望めます。金比羅山は、新緑が増し、春の暖かさを感じながらあきる野市東方を眺望できます。中腹に公園もある人気のハイキングコースです。

○アクセス  
・戸倉城山…西戸倉バス停から山頂まで徒歩約50分  
・金比羅山…武蔵五日市駅から山頂まで徒歩約60分  
○問合せ 観光まちづくり推進課観光まちづくり推進係(☎595-1135)



戸倉城山からの眺望

## 秋川渓谷 瀬音の湯 休館日のお知らせ

施設の点検などのため、休館します。  
○期日 6月13日(水)  
○問合せ 観光まちづくり推進課観光まちづくり推進係(☎595-1135)

## 秋川渓谷でバーベキュー!

流れが穏やかな秋川で水遊びを楽しみながらバーベキューを楽しめます。器具はレンタルなので、お手軽にバーベキューができます。



秋川橋河川公園バーベキューランド

- ・秋川橋河川公園 バーベキューランド(留原813) …☎596-5122
  - ・リバーサイドパークの谷(引田776) …☎550-3789
  - ・秋川ふれあいランド(小川1343-101) …☎550-4989
- ※楽しく川を利用していただくためにゴミは持ち帰るなどマナーを守りましょう。

## あきる野市民招待デーin東京サマーランド

東京サマーランドで市民招待を今年も開催!夏を先取りしてみたいか?がでしょうか。  
○期日 6月2日(土)・3日(日)  
※詳しくは東京サマーランドホームページ(https://www.summerland.co.jp)をご覧ください。  
○問合せ 東京サマーランド予約センター(☎558-6511)

## 6月の乳幼児歯科健診

▽ 期日・受付時間  
● 12日(火)・14日(木)・28日(木)：午前9時～10時  
● 25日(月)：午後1時30分～2時

▽ 対象 4歳未満の子ども  
▽ 定員 45人(申込み順)  
▽ 申込み・問合せ 健康課母子保健係(直通558-5091)

▽ 内容 血圧・体脂肪率測定、保健師・栄養士による健康や栄養に関する各種相談  
▽ 受付 当日、会場へ  
▽ 問合せ 健康課健康づくり係(直通558-1183)

## 5月の健康相談

の健康診断  
▽ 期日・場所  
● 31日(木)：五日市ファイナンプラザ  
▽ 時間 午後1時30分～3時30分

納税等には便利な口座振替をご利用ください

(以下は広告枠です)

**相続税セミナー 6月6日(水)14:00~**  
参加費無料・電話またはメールにてお問い合わせ下さい。  
小冊子「マンガでわかる! はじめての相続」進呈

税理士 行政書士 **岡野哲史事務所**  
☎042-550-0222  
aco@tkcnf.or.jp  
あきる野市秋川1-1-13 ABCビル5F  
岡野事務所 あきる野市 検索

私たちは「信頼」「喜び」「感謝の心」を大切に「幸せづくりのパートナー」です。

**プロの修理で安心・確実**  
キズ・ヘコミ・車検  
なにかとおトクな専門店

★安心価格  
★保証書発行  
★塗装ブース完備  
★カーライフをサポートします

お気軽に → ☎お問い合わせ下さい

自費修理の場合は通常工賃価格から30%~40%シズ

鉞金塗装専門工場 (有)河村自動車工業  
車検  
☎0120-587-985 TEL.042-558-7985  
あきる野市小川東1-2-18 FAX 042-550-2063 認証工場 認証番号1-11521

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人で悩まずに無料相談をご利用ください

**B型肝炎訴訟** (給付金請求)について  
無料電話相談  
無料来所相談

完全予約制 ☎0120-013-621 平日9:00~18:00 随時受付中

弁護士法人 プレシヤス総合法律会計事務所  
東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A ☎TEL 03-5363-6333 □E-mail:info@precious-law.jp  
[営業時間] 平日 9:00~18:00 □FAX 03-5363-6334 □http://precious-law.jp/