

令和元年
10月15日号
広報
No.630

あきる野

今号の主な記事

- ・市職員採用試験…2面
- ・秋の火災予防運動…3面
- ・高齢者のインフルエンザ予防接種費用の一部を助成します…4面
- ・アライグマ・ハクビシンを見つけたら連絡してください…6面

観光

おもてなし

ボランティアガイド

市では、JR武蔵五日市駅にある「秋川渓谷観光情報コーナー」で、秋川渓谷の見どころや観光ルートの案内、無料ガイドなどを行っています。ガイドならではのおすすめコース（予約制・不定期）ツアーを実施しており、ひと味違う秋川渓谷の魅力を再発見することができます。



戸倉しろやまテラスの紅葉



あきる野市長選挙結果

(令和元年10月6日執行)

—当日有権者数 6万6762人—

- 投票者数 2万7895人
 - 有効投票数 2万7484票
 - 投票率 41.78%
 - 候補者別得票数 (得票順)
- 当 村木ひでゆき 1万3786票
沢井としかず 1万3698票



私たちがご案内します

※ボランティアガイドの募集などは、2面をご覧ください。

世帯と人口

—令和元年10月1日現在—

世帯 35,760世帯 (前月比 11世帯増) 人口 80,686人 (前月比 16人減) 男 40,210人 女 40,476人

広報あきる野は、毎月1日と15日に新聞折込と個別配布でお届けしています。市内に住所があり、折込対象の新聞を購読していない方は、市に個別配布をお申込みいただければ、無料でお届けします。また、市のホームページでもご覧になれます。詳しくは市長公室にお問い合わせください。

再生紙を使用しています

1面のつづき

- ▽日時
 - 10月26日(土) 午前10時〜午後4時
 - 10月27日(日) 午前10時〜午後3時30分
- ▽場所 五日市会館

観光ボランティアガイドに参加しませんか

市では、「秋川渓谷」のブランド化に向けた観光プロモーションに取り組みんでいます。取組の一つとして、観光プロモーションイベントを都内外の方に対し、継続して開催していきます。

都心から比較的アクセスのよい「秋川渓谷」を訪れる観光客が着実に増加しています。

観光ボランティアガイド

の活動発表
第25回あきる野市民まつり「市民文化祭」(五日市会場)に参加します

観光ボランティアガイドの頃の活動内容を紹介します。観光ボランティアガイドを知るよい機会ですので、お越しくさ



森っこサンちゃん

観光ボランティアガイドには、秋川渓谷のブランド化に向けた取組の中で、「おもてなし」を担っていただいています。そのような観光ボランティアの活動に興味のある方や秋川渓谷が好きな方、人とのふれあいが好

※活動日は、変更になる場合があります。
▽その他 新任ガイドの研修を行っています。ボランティア活動は無償です。
※交通費などの支給は、ありません。

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

市職員採用試験



令和2年度採用の職員採用試験を行います。

▽職種・募集人数

- 保育士：5人程度
- 一般事務1(有資格者) 学芸員(埋蔵文化財)：若干名
- 一般事務2(身体に障がいのある方) 大学卒程度：若干名
- 一般事務3(身体に障がいのある方) 短大卒程度：若干名

▽試験日 12月1日(日)(第1次試験)

▽採用予定日 令和2年4月1日

▽応募方法

- 郵送受付：11月8日(金)(消印有効)までに簡易書留で送付してください。
- 窓口受付：11月11日(月)(午前8時30分〜午後5時15分)までに受験者本人が職員課にお持ちください。
- ※正午から午後1時まで、土曜・日曜日、祝日を除く

▽提出書類

- 受験申込書、84円切手を貼った第1次試験の合否通知用封筒、写真、資格を証明するものの写し(有資格者のみ)、障害者手帳の写しなど。
- ▽その他 採用案内、受験申込書は、職員課、五日市出張所で配布しています。
- ※市ホームページからダウンロードできます。
- ※詳しくは、採用案内をご覧ください。

人権擁護委員に

本堂節子さん

本堂節子さんが10月1日付で、引き続き法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき、人権相談や人権の考えを広める活動をしている民間ボランティアです。

市では、6人の人権擁護委員を人権の上相談員に委嘱し、人権思想の啓発活動、家庭の悩み、いじめや差別など日常生活における人権の上相談を行っています。

▽問合せ 市民課市民相談窓口係

国際姉妹都市交流
中学生海外派遣団が
マールボロウ市(米国)を訪問します!



中学生海外派遣団(市立中学校在籍生徒8人)が10月30日(水)から11月7日(木)まで、国際姉妹都市のマールボロウ市(米国マサチューセッツ州)を訪問します。

滞在中、団員はホストファミリーの家にホームステイしながら、ウィットコム・スクールの生徒と交流を図り、日本文化の紹介など、両市の文化理解と友好関係の発展に寄与する活動に携わります。

▽派遣団(敬称略)

●団長：木下美彦(増戸中学校長)

●団員：田邊みお(秋多中)、阿部美咲(東中)、田中凜(東中)、橘萌実(西中)、佐藤愛理(御堂中)、庄司帆夏(増戸中)、萩原樹(五日市中)、前川陽菜(五日市中)

●随行者：中野紅葉(生涯学習推進課)

●同行者：岡野花音(あきる野市国際化推進青年の会)、峯岸美幸(あきる野国際友好クラブ)

●通訳者：小林奈央「(公社)青年海外協力協会」

▽問合せ 生涯学習推進課生涯学習係

市議会本会議の様を
インターネット
(録画)で配信中!



現在、9月定例会議の本会議の様を配信中です。市ホームページの「市議会」から「本会議録画中継」を検索してご覧ください。スマートフォンやタブレット端末でもご覧いただけます。

▽問合せ 議会事務局

第32回西多摩地区消防大会結果



第4分団第2部(小型動力ポンプの部)の様子

9月22日に明星大学青梅キャンパスで開催され、あきる野市消防団からは第4分団第2部(小型動力ポンプの部)、第2分団第2部(自動車ポンプの部)が出場し、第4分団第2部が第3位に入賞しました。

▽消防団員募集 市内在住か勤務をしている満18歳以上から満35歳までの心身ともに健康な男性の方が対象です。

▽問合せ 地域防災課防災係

平成30年度 資源とごみ量

	可燃ごみ	不燃ごみ	粗大ごみ	資源	有害ごみ	合計
平成29年度	17,792	352	806	4,041	33	23,024
平成30年度	17,953	368	828	3,924	35	23,108

ごみの減量と資源化を推進するには、市民と行政が一体となって取り組んでいく必要があります。ごみが増えないように「ごみになるものは買わない、もらわない」「ごみとして出すときは分別の徹底」をしていただき、更なるごみの減量・資源化にご協力をお願いします。



- 表のとおり平成30年度のごみ量の合計は、2万3108トン(集団回収を除く)でした。前年度と比べ84トン(約0.36%)増加しています。全体的に資源ごみ量が減り、可燃ごみ、不燃ごみなどその他のごみが増えています。
- 生ごみは水切りをしましょう。
- 食材は必要な量だけ購入し、料理は食べられる量だけ作り、食品を無駄にしないようにしましょう。
- 落ち葉や草などは木の根元などにまとめて置き、堆肥にしましょう。
- 大きさが名刺サイズ以上で汚れていない紙類は資源にしましょう。
- 缶・びん・ペットボトル・白色トレイなどで、汚れているものは資源にならないので、きれいに洗いましょ。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係

青少年善行表彰式および「家庭の日」絵画・作文・ポスター入賞者表彰式



▽内容

●青少年善行表彰式：市内在住の25歳未満の青少年や団体の善行をたたえ、表彰します。

●「家庭の日」絵画・作文・ポスター入賞者表彰式：「豊かな心の育成・明るい家庭づくり」をテーマに応募された絵画・作文・ポスター作品の入賞者を表彰します。

▽その他 絵画・ポスターを展示します(第1次審査通過者の作品)。

●期間：10月29日(火)～11月10日(日)(休館日を除く)

●場所：五日市地域交流センター12階展示室

▽問合せ 生涯学習推進課生涯学習係

10月16日は

「世界食料デー」「食品ロス」を減らす工夫をしましょう

日本では、年間約643万トンの食べ物を捨てています。身近な工夫で家庭での食品ロス(食品の廃棄)を減らしましょう。

- 「消費期限」は「安心して食べられる期限」のため、それを過ぎたものは避けましょう。なお、「賞味期限」は「おいしく食べられる期限」です。「消費期限」「賞味期限」の違いを理解しておきましょう。
- 買い物前に食材を確認し、必要な食材を必要な量だけ購入しましょう。
- 料理は食べられる量だけ作り、残った物は、別の料理に活用しましょう。
- 使い切れない食材は、小分けにして冷凍庫で保存し、早め

- に使い切りましょう。
- 外食の際、食べきれない量の注文はしないようにしましょう。

▽家庭で余っている食品をお持ちください



●EM菌生ごみ処理容器やダンボール方式コンポストを活用し、家庭で出た生ごみの堆肥化に取り組んでみましょう。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係

- ▽ご家庭で余っている食品をご提供いただき、それらをフードバンクなどを通じ福祉施設などに寄付する活動「フードドライブ」を実施します。
- ▽受付日時 10月28日(月)～11月1日(金) 午前8時30分～午後5時15分
- ▽受付場所 生活環境課 環境政策課(五日市出張所)
- ▽対象食品 缶詰(魚、野菜など)、フリーズドライ食品、インスタント食品、レトルト食品、各種調味料(醤油、塩など)、飲料(ジュース、コーヒー、紅茶など)、お米、パスタ

秋の火災予防運動

11月9日(土)～15日(金)

～火災から尊い命を守ろう～

11月9日から15日まで、秋の火災予防運動実施期間です

気温が下がり空気が乾燥し始めると火災が発生しやすくなります。この機会に身の回りを点検し、火災を起こさないようにしましょう。



台所で火を使っているとき別の用事ができたら、ちょっと離れる時でも火を消す



石油ストーブの上で洗濯物を乾かさない



テレビや冷蔵庫などの裏にあるコンセントに埃(ほこり)がたまっていないかチェック



○問合せ 秋川消防署防火査察係 ☎595-0119



寝たばこはせず、たばこは必ず水をかけて消す



家の周りを掃除して枯葉やゴミなど放火されやすいものをなくす

消防団の警戒活動

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 地域防災課防災係

防災・防犯情報や市からのお知らせをメールで受信できる「あきる野市メール配信サービス」登録受付中

市では、火事情報、不審者情報など、随時メール配信を行っています。まだ登録されていない方は、登録してください。※登録された全ての方に「広報あきる野」の情報を配信します。

▽登録の流れ ①「t-akiruno@sg-n.jp」



▽問合せ 市長公室

- ②空メールを送信後「仮登録メール」が届きます。記載されている「登録用URL」にアクセスします。
- ③利用規約をご確認の上「メール配信に同意する」を選択します。
- ④内容に従って配信を希望する項目を選択し、登録します。
- ⑤「本登録完了のお知らせ」メールが届きましたら、登録完了です。

表

1	秋川駅(油平49)
2	武蔵引田駅(引田)
3	楓ヶ原公園(引田510付近)
4	西秋留小学校正門西(上代継292)
5	いきいきセンター(雨間1946-2)
6	鳥居場会館(雨間999-2)
7	小川会館(小川638-1)
8	秋川農協東秋留支店前(二宮2305)
9	東秋留駅(野辺463)
10	中央公民館(二宮683)
11	草花台会館(草花1327)
12	折立団地入口(草花1851付近)
13	秋川農協多西支店前(草花3076)
14	御堂会館(草花3482-16)
15	菅生下会館(菅生1064)
16	尾崎会館(菅生267)
17	瀬戸岡神明保育園(瀬戸岡446)
18	武蔵五日市駅(館谷台16)
19	武蔵増戸駅(伊奈873-2)
20	山田会館(山田883)
21	五日市ファインプラザ(伊奈920-1)
22	増戸会館(伊奈1157-5)
23	五日市図書館(五日市368)
24	五日市郷土館(五日市920-1)
25	小和田会館(小和田180-2)
26	留原会館(留原155)
27	下館谷自治会館(館谷75)
28	戸倉会館(戸倉133)
29	小宮会館(乙津1997)
30	福寿公園(草花3688)

高齢者のインフルエンザ 予防接種費用の一部を 助成します

▽対象 市内に住民登録があり、次に該当する方

- 接種日に65歳以上の方
- 接種日に60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害により身体障害者手帳1級相当の方

▽対象 市内に住民登録があり、次に該当する方

- 接種日に65歳以上の方
- 接種日に60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害により身体障害者手帳1級相当の方

▽期間 10月15日(火)から令和2年1月31日(金)まで

▽期間外は、全額自己負担での接種となります。

▽助成回数 1人1回

▽自己負担額 2,500円

▽必要書類 生活保護受給者及び中国残留邦人等支援給付受給の方は、「受給者証明書」、生活保護受給者及び中国残留邦人等支援給付受給者の方は、「受給者証明書」、身体障害者手帳をお持ちの方は「身体障害者手帳」、身体障害者手帳1級相当の方は「診断書」

▽接種方法 接種を受けようとする実施医療機関(表)に問

▽問合せ 健康課予防推進係 (直通558・1191)

表 高齢者インフルエンザ予防接種実施医療機関

医療機関名/住所	電話番号	予約
阿伎留医療センター/引田78-1	558-0321	不要
あきる台病院/秋川6-5-1	559-5761	不要
あきる野総合クリニック/草花1439-9	518-2088	不要
あきるの内科クリニック/二宮1011	558-5850	要
あきるの杜きずなクリニック/五日市149-1	596-6736	要
あべクリニック/瀬戸岡474-6	558-7730	要
伊藤整形外科/秋川3-5-7	558-6211	要
いなメディカルクリニック/伊奈477-1	596-0881	要
奥野医院/下代継95-11	559-2568	不要
奥村整形外科/下代継19-1	518-2730	不要
草花クリニック/草花2724	558-7127	不要
小机クリニック/小中野160	596-3908	不要
近藤医院/油平35	558-0506	要
櫻井病院/原小宮1-14-11	558-7007	要
さくらクリニック/野辺1003	559-0118	不要
佐藤内科循環器科クリニック/秋川2-5-1	550-7831	要
朱膳寺内科クリニック/秋留1-1-10	559-9201	要
鈴木内科/館谷156-2	596-2307	要
瀬戸岡医院/二宮1240	558-3930	不要
なかのやウキクリニック/秋川1-7-17	550-1156	要
葉山医院/引田552	558-0543	不要
樋口クリニック/秋川3-7-5	559-8122	不要
星野小児科内科クリニック/小川東1-19-20	559-7332	要
ゆき皮膚科クリニック/油平57-4	532-7020	不要
米山医院/二宮1133	558-9131	不要

*接種の時間や予約の方法などは、各実施医療機関にお問い合わせください。
*市外実施医療機関につきましては、健康課予防推進係にお問い合わせください。

高齢者肺炎球菌 ワクチン定期接種 今年度対象の方へ

全ウイルスによる免疫の機能障害により、身体障害者手帳の程度が1級の方。

▽接種回数 1人1回

▽接種費用 各指定医療機関の定める接種費用から市助成額(4千円)を除いた差額が自己負担額です。

▽必要書類 生活保護受給者及び中国残留邦人等支援給付受給者の方は、「受給者証明書」、生活保護受給者及び中国残留邦人等支援給付受給者の方は、「受給者証明書」、身体障害者手帳をお持ちの方は「身体障害者手帳」、身体障害者手帳1級相当の方は「診断書」

▽接種方法 接種を受けようとする実施医療機関(表)に問

▽問合せ 健康課予防推進係 (直通558・1191)



高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種今年度対象の方への費用助成は、令和2年3月31日で終了します。希望される方は、早めに接種を受けてください。助成終了後に接種される方は、全額自己負担となります。過去に自己負担となり、肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある方も、接種される場合は年齢に関わらず全額自己負担となります。

▽対象 市内在住で、過去に自己負担を問わず、肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがなく、今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上の方。また、今年度中に60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓や呼吸器の機能障害、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害により身体障害者手帳1級相当の方

▽接種方法 接種を受けようとする実施医療機関(表)に問

▽問合せ 健康課予防推進係 (直通558・1191)

骨髄移植ドナー支援事業 助成金交付制度

骨髄などの移植の推進、ドナー登録者の増加を図るため、(財)日本骨髄バンクが行う骨髄バンク事業で、骨髄等の提供を行った方等に助成金を交付します。

▽対象 ①骨髄などの提供を完了し、完了した日に市内に在住している方
②①が勤務する事業所と双清主宰)

●定員:10人(申込み順)
●費用:500円(材料費別)

▽開戸センター
(☎550・2755)
(☎550・2755)

▽健康麻雀大会
●日時:11月10日(日) 午前10時～午後4時
●場所:五日市センター
●定員:40人(申込み順)
●費用:2千円(昼食付)

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、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。

※受付時間:平日午前9時～午後5時

●講師:萩野センター職員
●定員:5人(申込み順)
●持ち物:裁縫道具
●費用:800円(材料費込)

▽開戸センター
(☎550・2755)

萩野センター
(☎550・2722)

▽クリスマスリース
●日時:11月7日(木) 午後1時～3時

●講師:秋葉基子さん
●定員:10人(申込み順)
●持ち物:絵手紙の道具(貸し出しあり)

▽絵手紙教室
●日時:毎月第1水曜日 午後1時30分～3時

五日市センター
(☎533・0330)

▽もみじブローチかストラップ
●日時:10月23日(水) 午後1時～3時

●講師:中川幸子さん(紙しご)

五日市センター
(☎550・2755)

●講師:上原朝子さん(クラフトバンドエロジ協会認定講師)
●定員:10人(申込み順)
●費用:千円(材料費別)

▽原料から作る和紙 はがき



健康麻雀大会
●日時:11月10日(日) 午前10時～午後4時
●場所:五日市センター
●定員:40人(申込み順)
●費用:2千円(昼食付)

「楽しいストレッチの会」
●国、地方公共団体など、骨髄等の提供に伴う休暇制度がある事業所を除く

▽助成額
●対象①:1日2万円
●対象②:1日1万円

※いずれも骨髄などの提供のために要した通院・入院・面接等の日数(上限7日)

▽申込み方法 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。申請書類は、健康課で配布しています。

※市ホームページからダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)



楽しいストレッチの会主催
「介護予防体操の講座」
参加者募集

●国、地方公共団体など、骨髄等の提供に伴う休暇制度がある事業所を除く

▽助成額
●対象①:1日2万円
●対象②:1日1万円

※いずれも骨髄などの提供のために要した通院・入院・面接等の日数(上限7日)

▽申込み方法 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。申請書類は、健康課で配布しています。

※市ホームページからダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)

楽しいストレッチの会
●国、地方公共団体など、骨髄等の提供に伴う休暇制度がある事業所を除く

▽助成額
●対象①:1日2万円
●対象②:1日1万円

※いずれも骨髄などの提供のために要した通院・入院・面接等の日数(上限7日)

▽申込み方法 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。申請書類は、健康課で配布しています。

※市ホームページからダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)

第36回駅前放置自転車
クリーンキャンペーン

●国、地方公共団体など、骨髄等の提供に伴う休暇制度がある事業所を除く

▽助成額
●対象①:1日2万円
●対象②:1日1万円

※いずれも骨髄などの提供のために要した通院・入院・面接等の日数(上限7日)

▽申込み方法 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。申請書類は、健康課で配布しています。

※市ホームページからダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)



「楽しいストレッチの会」
●国、地方公共団体など、骨髄等の提供に伴う休暇制度がある事業所を除く

▽助成額
●対象①:1日2万円
●対象②:1日1万円

※いずれも骨髄などの提供のために要した通院・入院・面接等の日数(上限7日)

▽申込み方法 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。申請書類は、健康課で配布しています。

※市ホームページからダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)

下水道への 接続工事はお早めに



下水道が使用できる区域の方は、一日も早く下水道への接続工事をお願いいたします。公共下水道の工事が完了し、下水道が使用できるようになると、対象区域の方は、私費で下水道への接続工事をするようになります。浄化槽を使用の方は、できるだけ早く浄化槽を廃止し、くみ取り便所を使用の方は3年以内に水洗便所に改造し、下水道へ接続してください。期限を過ぎると、くみ取り便所のくみ取りが有料に、浄化槽の清掃補助が打ち切りになり、排水設備工事の助成制度も受けられなくなりまますのでご注意ください。また、私有地内に設置する排水設備は、公の施設の公共下水道に直結するため、適切な工事を行うことが必要です。このため、一定の技術水準がある、市指定の下水道工事店でない工事が必要で、きまませんので注意してください。整備した下水道は、皆さん

が利用することで、その効力が発揮できるため、接続がまだ済んでない建物の所有者の方は、一日も早く下水道への接続工事をお願いいたします。

市からの調査依頼を 装った事業者にご注意を!

「宅地内の排水設備(下水道管)の調査にきました」「清掃しますか」など、市と関連のあるような、まぎらわしい言葉を使い、営業活動を行っている事業者がいます。市とは、一切関係ありませんので注意してください。宅地内の下水管は個人の所有物です。維持管理は個人で行うことになっていきます。依頼する意思がなければ、はっきりと断ることが大切です。

▽問合せ 管理課下水道係

東京文化財ウィーク2019



森田家住宅主屋

- ▽五都市憲法草案特別公開
 - 日時：10月26日(土)～11月4日(月)(金曜日休館) 午前10時～午後5時
 - 場所：中央図書館
- ▽森田家住宅特別公開(小川633)
 - 日時：10月26日(土)～11月4日(月) 午前9時～午後6時
 - 内容：主屋、見世蔵、前の蔵、味噌蔵、西蔵、旧米蔵、御経堂、門、板塀
- ▽通年公開
 - 広徳寺境域、タラヨウ、カヤ
 - 深沢家屋敷跡
 - 南沢の鳥ノ巣石灰岩産地
 - 光厳寺木造釈迦如来坐像、光厳寺のヤマザクラ

▽問合せ 生涯学習推進課文化財係

図書館からの お知らせ

10月の休館日

- ▽中央図書館 毎週金曜日と15日(火)
- ▽東部図書館エル、五都市図書館、中央図書館増戸分室 毎週月曜日と22日(火)

中央図書館 (☎558・1108)

- ▽原画展 市内にアトリエのある絵本作家ヤスタグミコさんの「パンダくんほしぞらでおよいだよ!」の原画を展示します。
- 期間：10月16日(水)～11月4日(月)(休館日を除く)
- 場所：エントランスホール
- ▽絵本作家ヤスタグミコさんによるおはなし会 「パンダくんほしぞらでおよいだよ!」の大型ポードを使った「体験する読み聞かせ」を行います。
- 日時：10月27日(日) 午後3時～3時30分
- 対象：幼児から
- おはなし会
- 日時：10月27日(日) 午前11時～11時30分

東部図書館エル (☎550・5556)

- ▽おはなし会「絵本でスポーツ大会」
- 日時：10月16日(水) 午後3時30分～4時
- 対象：幼児～小学生
- ▽ひよこのおはなし会
- 日時：10月24日(木) 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
- ▽ボランティアおはなし会(絵本とおはなしの会)
- 日時：10月27日(日) 午前11時～11時30分

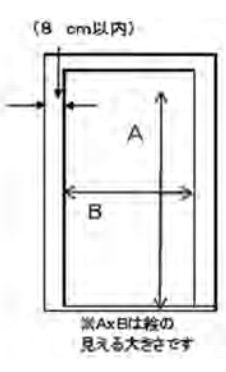
五都市図書館 (☎555・0266)

- ▽わらわのじかん
- 日時：10月17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
- ▽中央図書館で開催中の原画展の絵本作家ヤスタグミコさんによるおはなし会 「パンダくんほしぞらでおよいだよ!」の大型ポードを使った、「体験する読み聞かせ」を行います。
- 日時：10月27日(日) 午前11時～11時30分
- 対象：幼児から

中央公民館からの お知らせ

申込み・問合せ
☎559・1221

- 定員：40人(申込み順)
- 費用：無料
- 企画・運営：図書館はともだちの会
- 申込み方法：10月16日(水)から電話か直接窓口で申し込んでください。
- ▽第7回あきる野市絵画展作品募集 文化的で魅力あふれるまちづくりと地域の芸術・文化の振興をめざした絵画作品を募集します。
- 受付日時：令和2年2月21日(金)～23日(日) 午前10時～午後3時
- 受付場所：中央公民館
- 募集内容：秋川流域の風景、風俗、行事、史跡、静物、人物などをテーマに制作した洋画(油彩・水彩・アクリル・パステル画)作品
- 応募資格：どなたでも応募できます。
- 応募作品：1人2点以内(オリジナルの公募展未発表作品)



- 応募規定
 - 大きさ：30号まで
 - 応募作品に、作品保護のため額装してください(額装の幅は、枠とマットを合わせて8センチ以内)。
- 審査員：吉岡正人さん(埼玉大学名誉教授、二紀会理事)、岡部昌幸さん(帝京大学教授、群馬県立近代美術館館長)
- 賞：最優秀賞、優秀賞、秀作ほか(賞は1人1賞)に賞状・記念品を差し上げます。
- 審査結果：応募者全員に通知します。
- 展示：入賞・入選作品は、令和2年3月19日(木)から3月23日(月)まであきる野ルピア4階展示室に展示します。
- その他
 - 会期中の作品については、十分に管理しますが、不慮の損害は責任を負いかねます。
 - 入賞・入選作品は市の発行物などで使用する場合があります。
 - 「特別展示」として入賞作品を中央公民館市民ギャラリーに展示します。
 - 主催：第7回あきる野市絵画展実行委員会、あきる野市教育委員会

「油・断・快適!下水道 下水道に油を 流さないで」 キャンペーン

家庭から出た油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前に拭き取りましょう。この行動が川や海の良好な水環境につながります。

▽問合せ 東京都下水道局 管理課下水道係



森林レンジャーがゆく (94)

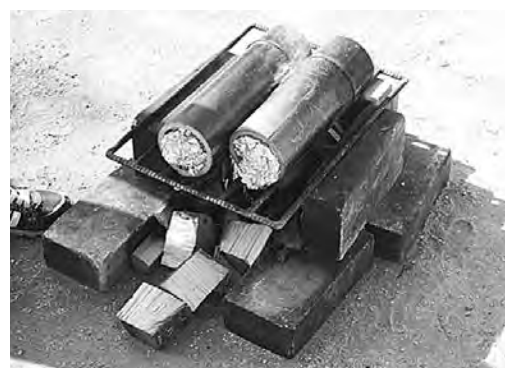
菅生大沢地区の森の再生を進める中で

菅生大沢地区の市有地では、協議会方式で森の再生が進められています。今回は、協議会参加メンバーの西多摩マウンテンバイク友の会が行っている大沢地区の整備についてお話しします。この会が行う整備は、親子での参加を可能とし、ノコギリやカマ、スコップなどの手道具を使い、森の中の低木類の伐採や気持ちいい落葉広葉樹の散策路作りなどを行っています。この会で手に負えない作業は、菅生でチェーンソーを使い、コナラ老齢林の再生に挑んでいる木こりグループが時折お手伝いしています。前回は、散策路の危険な場所に木道を作るため、間伐したヒノキから板を作り、木道の材料を提供していました。普段は、別の活動をしているグループですが、このように補完し連携して活動できる体制は、とても素晴らしいと思います。

この整備では、林床を明るくしながら、散策路を伸ばしていく方法をとっています。整備を始めた場所は、休憩できる平坦な場所がありましたが、整備が進むと斜面しかない現場となり、その近くに平坦な休憩場



所が必要となりました。「参加者がまとまって休める場所としてウッドデッキがあるといい」と話がまとまり、以前木道用に作った板の余りでウッドデッキを作りました。足りない材料の調達にはチェーンソーが必要となるため、木こりグループの出番となります。間伐したヒノキの切り株を土台にし、丸太で枠組みを作り、その上に板を張っていくという計画です。水平な面のない山の斜面で、太さもまちまちの丸太を使うため、皆で知恵を絞りながら、水平を探すことになります。今回(9月)は、4人で半日使い、切り株とその上に乗せる枠組みの丸太の準備まで終わらせました。次回から慎重に水平面を作っていくことになります。完成後は整備の合間に木陰のウッドデッキで、ゆっくりとお弁当を食べられるようになると思います。(杉野)



森っこサンちゃんクラブ 「竹林整備く竹を使ってパンを焼いてみよう」

竹林整備で出る不要な竹と小さなレンガのかまどを使ってパンを焼く体験です。パン生地づくりから、かまとづくり、火の準備、パン焼き、竹林整備まで体験します。

▽日時 10月27日(日) 午前10時～午後3時

▽場所 小宮ふるさと自然体験学校

▽対象 市内在住の小学校1年生から3年生まで

▽定員 10人(申込み順)

▽費用 無料

▽チラシ兼申込書配置場所 小宮ふるさと自然体験学校、環小

▽申込み方法 10月16日(水)から24日(木)までに電話で申し込み、その後、申込書に必要事項を記入の上、送付するか直接小宮ふるさと自然体験学校にお持ちください。

▽申込み・問合せ 小宮ふるさと自然体験学校 ☎199010174 乙津1984、☎596・0414(午前9時～午後5時、月曜日を除く)

※市ホームページからダウンロードできます。

▽主催 小宮ふるさと自然体験学校

境政策課(五日市出張所)、生活環境課、中央図書館、東部図書館、五日市図書館、市ホームページからダウンロードできます。



アライグマ



ハクビシン

アライグマ・ハクビシンを 見つけたら連絡してください

近年、外来種のアライグマ、ハクビシンが市内全域で確認されています。これらの動物は、在来の動物の捕食などといった「生物多様性への影響」や「農作物の被害」を引き起こします。市では「獣害対策のため、計画的な捕獲(箱わなの貸し出し)を実施しています。目撃情報や被害がありましたら、連絡してください。

※野生のアライグマ、ハクビシンはとも凶暴です。絶対に餌付けをしないでください。関係(☎595・1110)

▽問合せ 環境政策課 環境政策係 (☎595・1110)

くらしの知恵袋 ~消費生活相談情報~

自然災害に関連した住宅修理の勧誘に注意!

台風や大雪などの自然災害の後には、住宅の屋根や雨どいなどの修理工事に関する相談が多く寄せられる傾向があります。

○住宅の修理工事は慎重に検討しましょう 住宅の工事では、「強引な勧誘を受け困っている」「契約後に事前の話よりも高額な請求を受けた」「手抜き工事をされた」などの相談が多くみられます。工事をする際は、複数の業者から見積もりを取り、家族にも相談するようにしましょう。電話や訪問を受けて契約をした場合は、契約書の受領日を含めて8日間はクーリング・オフができます。

○「保険金を使えば無料で工事ができる」という勧誘に注意! 火災保険などの保険金を利用すれば無料で工事ができるというさそい文句で、保険金の申請と工事をセットで契約させ、高額な手数料を請求する手口が多くみられます。中には、自然災害と無関係な損傷にも、保険金で工事ができると勧誘するケースもありますが、保険事故を装って保

険金を請求すると、保険会社などから契約を解除されるだけでなく、法に触れる恐れもあります。このような勧誘には応じないようにしましょう。

○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相談してください。

○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

※多重債務相談も受付けています。

(以下は広告枠です)

プロの修理で安心 確実
キズ・へコミ車検
なにかとおトクな専門店

実費修理の場合は
通常工賃価格から30%レス

★代車あります
★丁寧な仕上げを心がけます
★塗装ブース完備
★カーライフをサポートします

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

襖、障子、壁紙貼替
カーテン、ジュータン
掛軸、額装、施工

星川表具店

瀬戸岡店 ☎(042) - 532-2360
雨間店 ☎(042) - 558-6652
青梅店 ☎(0428) - 76-2781

お葬式はドリーミー

コープみらい
コプセ葬提携社
東京都人材支援事業団指定

ドリーミーホール秋川
あきる野市上代64-1 株式会社ドリーミー 検索
☎0120-29-7511 年中無休 24時間受付

ネットワーキング

官公庁などからのお知らせ

凡例：内内容／日日時(時間は24時間表示)／場所／講師
／対象／定員／持ち物
／費用／締切り／その他
問申込み・問合せ

よかもん市にお出かけください

内秋の「手づくりよかもん市」を開催します。今回も東日本大震災復興支援の東北の特産品販売を行います。／日10月26日(土)・27日(日)10時～16時／場所秋留野広場／問手づくりよかもん市運営委員会(☎559・7389)

違法な不用品回収業者に注意ください

チラシなどで「ご家庭の不用品を無料で回収します」と表示し、不用品回収後に、リサイクル料金や運搬料金を高額請求され、トラブルになる事例があります。不用品をごみとして処分する際のトラブルを防ぐために、市のルールに従って適正に処理してください。粗大ごみは地区ごとに収集業者が決まっています。直接お申し込みください。また、粗大ごみを西秋川衛生組合に直接持って行き処理することもできます。

※エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機などは市で収集を行っています。詳しくは、資源とごみの出し方カレンダーをご覧ください。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係

西多摩療育支援センター講座

「自閉症スペクトラムの基本的理解と支援について」

内「あそびを育てよう(行動・感覚・運動を育てる)」／日10月30日(水)9時30分～11時30分／場所あきる野ルピア3階ルピアホール／講師石原幾子さん(西多摩療育支援センター作業療法士)／対自閉症・広汎性発達障害の家族、支援に関わる方／定130人(申込み順)／費1200円(講座料と資料代)／他○乳幼児の同席不可。○ファックス、郵送、メールのいずれかの方法で申込み(直接コーディネーターへの申込み可)。○詳しくは、西多摩療育支援センターのホームページ参照／問西多摩療育支援センターコーディネーター西村・古川(〒197-10832上代84-6、☎559・2241、☎532・5072、✉n-cw@kakufuh.com)

市民公開講座「糖尿病のことを知りましょう 患者さんと糖尿病専門医からのメッセージ」

内患者さんの体験談や足立淳一郎さん(糖尿病専門医、青梅市立総合病院)による講演／日11月16日(土)14時～16時／場所青梅市立総合病院南棟3階講堂／費無料／問(一社)西多摩医師会(☎0428・23・2171)

都立秋留台公園ローズフェスタ

内110種類450株が咲く秋のバラ園。しっとり落ち着いた雰囲気を楽しめます。ジャズコンサート、バラ園ミニガイド、バラの園芸教室(事前に申込みが必要)、ワークショップ(当日の申込み順)、フォトスポット、キッチンカーがあります。今回はローズフェスタ「Writer」キャンペーンも行います。／日10月26日(土)・27日(日)(小雨実施)／場所都立秋留台公園バラ園前／問都立秋留台公園サービセンター(☎559・6910)

日の申込み順)、フォトスポット、キッチンカーがあります。今回はローズフェスタ「Writer」キャンペーンも行います。／日10月26日(土)・27日(日)(小雨実施)／場所都立秋留台公園バラ園前／問都立秋留台公園サービセンター(☎559・6910)

「ねんきん定期便」は大切なお知らせです

内日本年金機構では、これまでの年金加入期間や保険料納付実績などの年金記録を確認していただくため、毎年誕生月に「ねんきん定期便」を送付しています。年金加入記録に、もれや誤りがありましたら、お問い合わせください。／対国民年金、厚生年金保険加入の方／問ねんきん定期便専用ダイヤル(☎0570・058・555)、青梅年金事務所(☎0428・30・3410)

東京都行政書士会による無料相談会

内相続、遺言、契約、各種許可など暮らしの手続や書類作成などの相談を行います。／日10月28日(月)10時～16時(予約不要)／場所市役所1階コミュニティホール／他○相談員：東京都行政書士会多摩西部支部会員／問東京都行政書士会多摩西部支部 佐藤(☎042・530・6621)

中小企業退職金共済(中退共)制度

内中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。詳しくは、中退共のホームページをご覧ください。／問中小企業退職金共済事業本部(☎03・6907・1234)

都立八王子盲学校 令和2年度幼稚部・高等部入学募集

内○募集内容 幼稚部：3歳～5歳児、高等部：普通科、理療科(はりきゆうマツサージ師養成課程)／対都内在住で視覚障害のある方／他○11月上旬願書配布(理療科のみ6月から配布)／入学相談：令和2年1月28日(火)～30日(木) ※幼稚部：0歳児からの育児相談があります。 ※詳しくは、要問合せ／問都立八王子盲学校入学相談担当者(☎042・623・3278)

保育士就職支援研修・就職相談会

内求められる保育士像の講義や先輩保育士の体験談などのお話、就職相談会(予定)です(就職相談会からの参加可)／日10月22日(火)10時～16時／場所武蔵野スイングホール(武蔵野市境2-14-1)／対保育士資格をお持ちの方、資格取得見込の方／費無料(入退場自由)／他詳しくは、<https://www.tcsww.tyac.or.jp/jinzai/hoiku/sodankai.html>参照／問東京都保育人材・保育所支援センター(☎03・5211・2912)

2020年度(公財)東京市町村自治調査会広域的市民ネットワーク活動等事業の助成団体募集

内市町村のワークを越えて行われる多摩地域の市民交流やまちづくりの推進につながる事業の経費の一部を助成します。／他○申請期間：11月5日(火)～12月3日(火) ※詳しくは、要問合せ／問(公財)東京市町村自治調査会事業部企画課(☎042・382・7781)

Biستا創業支援セミナー

「飲食店経営者必見!新しい食の安全の管理手法HACCP!」



HACCPとは、食品の製造・加工・販売を行っている事業者が取り組むべき食の安全の管理手法です。HACCP義務化法案が昨年6月に可決され、施行まであと1年となりました。どのように準備するべきかを解説します。／日11月18日(月)午後2時～3時

市民のひろば

掲載に関する問合せ 市長公室 直通558・1269

市民公開講座

日時(時間は24時間表示)／場所／活動内容／講師／入会金／会費／費用／他その他／問問合せ

会員募集

「顔ヨガ」でリフトアップ 毎月第2日曜日 13時～14時 場所あきる野ルピア3階会議室 活表情筋を鍛えて若々しさと自信を取り戻しましょう／会費2千円／問木下(☎090・2752・3193)

講演会など

日10月18日(金)・25日(金)11時～12時30分／場所五日市ファインブ

体幹を整えリラックスできる体を作ってみませんか

日10月27日(日)13時30分～16時30分／場所秋川体育館／費千円／活先生によるシヨクタイム有り。抽選会、ミキシングなど楽しいパーティです。／問ダンススポーツ フレンズ 宮本(☎090・5530・3633)

不動産売買・賃貸・建設・リフォーム・設計監理 地元で愛されて32年 ISO9001認証取得 東京都知事免許(8)第57610号 東京都知事許可(特29)第106846号 不動産・建築・増改築・リフォーム・耐震改修・設計監理・賃貸管理 一級建築士事務所登録 株式会社 アイ・シー・エス あきる野市野辺465-1 まりすまい保険届出事業者 042-559-3021(代) お気軽にお問合せ下さい。 http://www.akiruno-ics.co.jp

お家や事業所 スッキリ! 整理整頓、ご不要品買取処分! お気軽にお電話1本! 丸信リサイクルショップ 国立市西 1-18-22 ☎042-575-0020 古物商許可証 30887954859

振袖&フォト 着物専門店 熟練のきものスタッフや プロの美容スタッフによる 洗練された技術でトータルサポート ベベノジマ BEBE NOJIMA あきる野市引田432 ☎0120-65-0082

(以下は広告枠です)

「子育て」子育て情報 (あきる野市) 2階

▽子育て講座「ベビーマッサージ」 子どもの体に触れ、親子でスキンシップを楽しみます。

●日時：10月31日(木) 午前10時30分～11時30分

●場所：子ども家庭支援センター 研修室

●講師：園田美保さん(ベビーマッサージインストラクター)

●対象：生後3か月から7か月までの子どもとその保護者

●定員：18組(申込み順)

●持ち物：飲み物、バスタオル、レジャーシート

●費用：300円(オイル代)

●申込み方法：10月16日(水)から電話で申し込んでください。

▽子育て講座「初めての赤ちゃん



10月の健康相談

▽期日・場所 ●28日(月)：市役所正面入口

▽時間 午後1時30分～3時30分

▽内容 血圧・体脂肪率・足指力測定、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)

●「初めての赤ちゃん」 初めての赤ちゃんの育児やお母さんの食事の大切さを学んだり、絵本の読み聞かせやお友だちづくりをします。

●日時：11月13日(水)・22日(金) 12月4日(水) 午前10時30分～11時45分(全3回)

●場所：子ども家庭支援センター 研修室

●講師：保健師、管理栄養士、図書館司書

●対象：第1子(生後3か月～6か月)とその母親

●定員：15組(申込み順)

●持ち物：バスタオル

●費用：無料

●申込み方法：電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 子ども家庭支援センター子育て支援事業係 (☎550・3361)



11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30分

▽場所 あきる野保健相談所の健康診断

▽内容 歯科医師による口の健康診断

▽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・509)

ハッピーベビークラブ 平日コース(3日制)

▽マタニティライフクラス(1日目) 妊娠中の心と体の変化とお産の話、妊婦体操、「ママやパパになる自分イメージしてみよう!」

●期日：11月14日(木)

▽食べて・歯っぴいクラス(2日目) 歯科健診(妊婦の方のみ)、歯科医師から「妊娠中のお口のケアについて」の講話、歯科衛生士による相談、栄養士から妊娠中の食生活のお話があります(試食付)。

●期日：11月21日(木)

▽子育て準備クラス(3日目) 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

●期日：12月5日(木)

▽時間 午後1時30分～4時

▽場所 あきる野保健相談所

▽対象 妊娠週数がおおよそ20週から35週(出産予定日が令和2年1月から3月)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558・509)

11月の離乳食教室

▽ごっくん(1回食) コース 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です。

●期日：11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)

▽申込み・問合せ 健康課母子保健係 (直通558・509)

11月の総合コース

▽総合コース 1～3回食の進め方や食材の選び方、調理法の講話と1回食の試食です。

●期日：12月11日(水)

●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：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・509)

観光情報 東京のふるさと あきる野

秋の秋川渓谷の魅力を多くの方に発信することを目的に、観光PRイベントを多数実施します!

カワライフ2019-森のめぐみ-

オリジナルエコバッグの配布、観光案内、森っこサンちゃんグリーティング、秋川渓谷関連賞品が当たる抽選会などを行います。

○日時 11月1日(金) 午後2時～4時

○場所 JR八王子駅コンコース

JAFデー in 東京サマーランド

観光パンフレットの配布、JAF会員向け抽選会、森っこサンちゃんグリーティング(予定)などを行います。

○期日 11月17日(日)

○場所 東京サマーランド

○料金 JAF会員のみ入園無料(会員証1枚につき本人含む5人まで)



はいじま駅祭り2019

観光パンフレットの配布、観光案内、市の特産品の販売、秋川渓谷 瀬音の湯応援ブース(温泉総選挙2019)など

○日時 11月23日(土) 午前10時～午後3時

○場所 拝島駅コンコース



温泉総選挙2019 記名投票が開始!

現在開催中の温泉総選挙2019うる肌部門で、「秋川渓谷 瀬音の湯」が全国第2位と奮闘しています! このたびインターネット投票に加え、投票用紙での記名投票が始まりました! インターネット環境がなくても、直接投票を行えますので、応援をよろしく願います!

○投票方法 専用の投票用紙に氏名(フルネーム)を記入の上、投票箱に投入してください。

○投票場所 「秋川渓谷 瀬音の湯」温泉受付など

大多摩観光連盟 観光関係業務従事者表彰!

7月31日に開催された(一社)大多摩観光連盟観光総会で、永年観光事業に尽力された(一社)あきる野市観光協会の理事5人が表彰されました。

○被表彰者 高水謙二さん、近藤寛さん、平野寿一さん、井草利一さん、松村兼房さん

○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)

納税などには便利な口座振替をご利用ください

11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…1日(金)
 - 税務相談…11日(月)
 - 法律相談…12日(火)・26日(水)
 - 交通事故相談…13日(水)
 - 登記相談…15日(金)
 - 行政相談…27日(水)
- 五日市出張所
 - 法律相談…7日(木)
 - 人権身の上相談…22日(金)
- 時間 午後1時30分～4時30分
- 予約 市民相談は、全て予約制で随時、電話で受け付けています。ただし、同一種類の相談を相談終了時まで複数回予約することはできません。



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)

(以下は広告枠です)

確かな技術と設計力・注文建築一筋創業110年

Design & Build

(株)来住野工務店

建設業許可・一級建築士事務所登録

秋川渓谷プレミアム付商品券で
お得にリフォーム

※15%～25%お得に工事代金のお支払へご利用いただけます。
増築・改築、水廻りの改修、内装改修(床張替え、クロス貼替え等)
外装改修(外壁の塗替え、屋根の葺き替え等)お気軽にご相談を

一級建築士4名・二級建築士3名・熟練大工6名におまかせください

本社 東京都あきる野市五日市1029 TEL 042-595-1225
モデルハウス 東京都あきる野市油井208-2(陸橋通り) TEL 0120-915-216

地元の **リフォーム専門店** におまかせ!

お気軽に **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UB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 掃取替 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 換気扇替え
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
あきる野市三内647-4 Email/reform-1@tbp.t-com.ne.jp

**ヘルニア、坐骨神経痛、ひざ痛を
だまされ過ぎているあなたへ**

もしかしたらあなたは間違えた痛み改善方法を続けているかも?

⑤つのチェックポイント

- ① 問診の時にあなたの話をじっくり聞いてくれましたか?
- ② あなたの体の状態をわかりやすく説明してもらいましたか?
- ③ 施術後に体の変化が実感できていますか?
- ④ 病院でもうった痛み止めやシップを毎日使っていますか?
- ⑤ 辛くない治療法はないかとお話を聞いてもらいましたか?

【広報あきる野を見た!とお伝えください】 初めの方限定キャンペーン
本日から7日間 本日より7日間 1日1名様
通常1回7,000円が 限定
☎042-550-8377 ご予約優先制 初回 **1,980円** (税込)
あきる野市秋川1-1-13 ABCビル202