

一の谷児童館の屋上にある天体ドームで星空を楽しまししょう



直径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。初心者の方も大歓迎です。

▽日時 11月9日、12月14日、令和2年1月11日の土曜日 午後6時30分～8時30分(全3回)

▽場所 一の谷児童館

▽講師 橋本啓一さん

▽対象 中学生以上

▽定員 15人

▽持ち物 筆記用具、スリッパ

▽費用 無料

▽申込み方法 11月8日(金)まで

に電話か直接窓口で申し込んでください。▽申込み・問合せ 一の谷児童館 ☎558・0266 午前9時30分～午後5時30分(日曜日、祝日を除く)

生涯学習

コーディネーター企画講座

生涯学習コーディネーターの会との協働で開催する講座です。

▽現代建築の展示場『表参道』

講座内容をインプットした街歩きで楽しさ倍増。建築界のノーベル賞「プリツカー賞」の受賞者や彼らと並ぶ建築家の建物とエピソードを地図や写真で確認しながら、建築見学の楽しさを習得します。

●日時：12月3日(火) 午後2時～4時

●場所：あきる野ルピア3階産業情報研修室

●講師：徳村頼子さん(建築設備士)

●定員：20人(抽選)

●持ち物：筆記用具、マーカー

●かき鉛筆(3色以上)

▽朗読のすすめ 心も体も健やかになる朗読の魅力と、上手に読める基礎を学びます。

●日時：12月16日(月) 午後2時～4時

●場所：中央公民館第7研修室

●講師：長谷川直子さん(フリーアナウンサー)

●定員：40人(抽選)

●持ち物：筆記用具

▽対象 市内在住・在勤・在学の方

▽費用 無料

▽申込み方法 11月20日(水)必着までに、往復はがきに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、送付してください(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

(2人申込みの場合、2人分の名前を明記してください)▽申込み・問合せ 生涯学習推進課生涯学習係 ☎1977-0814 二宮350、直通558・2438

アーティスト・イン・レジデンス事業招へい者

版画作品展

アーティスト・イン・レジデンス事業で招へいしている3人の若手版画家の作品を展示します。

▽日時 11月17日(日)～24日(日) 午前10時～午後5時(19日(火)は休館)

▽場所 戸倉しろやまテラス

▽出張アーティスト 大杉祥子さん、鈴木理恵さん、EMILIA BLASKOVAさん

▽費用 無料

▽問合せ 生涯学習推進課生涯学習係(直通558・2438)

めぐせ健康あきる野21 第93回ふれあいウォーク

～神社仏閣を巡る 東秋留の晩秋を感じませんか～



前回の様子

▽集合 あきる野ルピア前秋留野広場

▽コース 秋留野広場→西光寺→小川久保桜公園→熊野神社→八雲神社→二宮神社解散(約6.6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)、歩いて健康づくり記録表、歩きやすい服装・靴

▽費用 無料

▽その他 荒天時の実施の有無は、午前8時以降にお問い合わせください。

▽申込み方法 初めてのの方は、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)

健康教室「美食健」

～血糖値、上手にコントロール～

血糖値をコントロールするための食品選びや上手な食事のとり方、嗜好品の適量などのお話です。

▽日時 12月2日(月) 午前10時～15分～午後1時(10時から受付)

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽内容 講話：糖尿病予防とバランスのよい食事のポイント

●調理実習：鶏もも肉ソテーの白みそソース、かぶのスープ、もち麦ごはんなど(1食分)

●講師 健康課栄養士

▽対象 市内在住の方

▽定員 25人(抽選)

※初めての方を優先します。

▽持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、手拭用タオル

▽費用 300円

▽申込み方法 11月20日(水)までに電話で申し込んでください。

※抽選結果は、11月25日(月)以降はがきでお知らせします。

▽申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

11月3日(日)五日市郷土館・二宮考古館は臨時開館します

▽問合せ 五日市郷土館 ☎596・4069、二宮考古館 ☎559・8400

第17回あきる野市の若き音楽家フェスタ

「今、世界に雄飛を」との熱い想いを込めて、市内出身の方をはじめ、市内在住・在勤・在学の方で世界のひのき舞台を目指す若き音楽家を応援するための合同発表会です。

▽日時 令和2年11月11日(土) 午後2時(1時30分開場)

▽場所 秋川キララホール

▽出演 井関麻衣子さん(ソプラノ)、荒木俊雅さん(テノール)、鈴木ひとみさん(ピアノ)、後藤彩さん(マリンバ)、新明知美さん(ピアノ)、岩崎拓哉さん(指揮)

▽費用(全席自由) 千円

▽問合せ NPO法人市民プロジェクト ☎550・3721、秋川キララホール ☎559・7500

※未就学児の入場は、できません。

秋川キララホール エントランスコンサート

▽日時 11月19日(火) 午後0時10分～0時40分

▽場所 秋川キララホール エントランスロビー

▽出演 梅木幸枝さん(サクソ)、岸徹至さん(ベース)

▽曲目 A列車で行こう、Let's go (funkアレンジ) など

▽その他 自由入場(無料)

※状況で入場制限する場合があります。

▽問合せ 秋川キララホール ☎559・7500

あきる野ルピア ぬいぐるみ情報

申込み・問合せ ☎550・4700

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

※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)。

▽幼児向け英語教室ハッピーニングリッシュ

●日時：11月2日・9日・16日・30日の土曜日 午後2時～3時

●定員：各10人

●費用：各1500円

▽サラ先生の英会話

●日時：11月5日・12日・19日・26日の火曜日

●午前クラス：午前10時～11時

●午後クラス：午後6時～7時

●定員：各10人

●費用：各1500円

▽いきいき健康ヨガ

●日時：11月6日・13日・27日の水曜日 午前10時～11時

●定員：各10人

●費用：各千円

●持ち物：ヨガマットかバスタオル

●主催：墨芸会

▽女性のための足もみ健康体操 ●日時：11月10日(日) 午前10時15分～11時45分 ●定員：15人 ●費用：千円(足もみ棒付き) ●持ち物など：タオル、ウェットティッシュ、スリッパ、膝まで出せる服を着用

▽体験してみよう！子ども向けロボット教室(全2回) ●日時：11月7日(木)・21日(木) 午後4時～5時 ●定員：10人 ●費用：5千円 ●対象：5歳以上(保護者同伴)

▽ロシア語講座 ●日時：11月14日(木) 午前10時30分～正午 ●定員：10人 ●費用：1800円(ラベンダークリーム込み)

▽ママのリフレッシュ体操 ●日時：11月14日(木)・28日(木) 午前10時10分～10時55分 ●定員：各15人 ●費用：各500円 ●持ち物など：飲み物、タオル、動きやすい服装

●その他：お子さん連れ歓迎

▽季節のお花でアレンジメント ●日時：11月13日(水)・27日(水) 午後2時～4時 ●定員：各15人 ●持ち物：花バサミ、袋

●費用：各2700円

▽薬に頼りすぎない健康管理 「初めてのメディカルアロマ」 ●日時：11月14日(木) 午前10時30分～正午 ●定員：10人 ●費用：1800円(ラベンダークリーム込み)

●持ち物：筆記用具

▽ママのリフレッシュ体操 ●日時：11月14日(木)・28日(木) 午前10時10分～10時55分 ●定員：各15人 ●費用：各500円 ●持ち物など：飲み物、タオル、動きやすい服装

●その他：お子さん連れ歓迎