

昭島市公民館の
公式 X (旧 twitter) ↓



あきしま 公民館だより

—であい・ふれあい・学びあい—



No.236

編集・発行 昭島市公民館

昭島市つつじが丘3-7-7
042-544-1407 ・ 546-9656 (FAX) (火曜日休館)

2026. 10. 1号
(偶数月1日発行)

社会文化セミナー

認知症について知ってみよう

最近ちょっと様子が
おかしい!?

認知症はみんな同じではな
く、種類によって、様々な特
徴がある

「忘れ」については加齢
によるものと認知症によ
るものは違う



正しい認知症の基本的な知識や健康習慣について一緒に学びましょう。

回	日時	場 所	内 容	講 師
1	11月6日(金)	アキシマエンス校舎棟 会議室 201	認知症によくみられる症状や 始まりの気づき	渡辺 彩路さん 大西 保正さん (精神保健福祉士)
2	11月13日(金)	アキシマエンス体育館	予防体操(脳と身体を同時に使 う簡単な体操)	中村 真奈子さん (健康運動指導士)
3	11月20日(金)	アキシマエンス校舎棟 会議室 202~204	行政サービスについて(介護サ ービスや家族の支援等)	中部地域包括支援 センター

● 対 象 市内在住・在勤・在学の方

● 定 員 30名(多数抽選)

● 参加費 無料

● 申 込 10月1日(木)午前9時から14日(水)までに公民館へ
または右の二次元コード・市ホームページ専用フォームからお申込み下さい。

申込二次元コード



もくじ

P2~ 自主市民講座「暑くなりすぎて、生活できない・・・子どもたちの未来は？今の地球の現在地とアクション
の仕方までレクチャー！」／公民館運営審議会委員が決定／自主市民講座・講師派遣事業の企画運営団体
を募集／8月1日号(No.235)令和8年度昭島市民文化祭記載内容のお知らせ

P3~ ひととき／公民館運営審議会活動報告／公民館利用者連絡協議会けいじばん

P4~ 令和8年12月2日(水)から開館いたします／公民館利用申請受付開始日(抽選日)等のご案内／公民館
小ホールの特例的利用制度について／団体紹介コーナーの掲載団体を募集