



市民のひろば

市民のグループ活動などを掲載しています(政治・宗教・営利活動などを除く)。なお、会員募集は入会金を掲載していません。

掲載希望は、市役所広報係へ。

【催し】の掲載申し込みの締め切り日

12月1日号=11月2日(月)

12月15日号=11月16日(月)

会員募集

●昭島気功サークル(健康気功体操)

水曜日の午前10時から昭和会館などで。見学・体験あり。月2500円。山中 ☎544-8001

●健康ダンスの会(社交ダンス)

土曜日(月3回)の午前9時から富士見会館などで。中高年で初めての方歓迎。月2100円。北久保 ☎542-0931

●健康ひろば(健康体操・ハイキング)

60歳以上の方を対象。▽健康体操=火曜日(月4回)の午前10時からあい

ぼっくなどで。月1500円。▽ハイキング=不定期(年6回)。年1000円。芦谷 ☎543-0288

●エンジョイエアロダンス

木曜日の午前10時から富士見会館などで。子育て中のお母さんを対象。J-POPの振り付け、エアロピクス、ヨガ、ストレッチなど。見学・体験あり。1回800円。岩本 ☎524-4154

●カナニフラサークル(フラダンス)

土曜日(月3回)に武蔵野会館などで。キッズクラス(4歳~中学生)=午後1時40分から、初・中級クラス(中学生以上)=午後2時50分から、入門・シニアクラス(中学生以上)=午後4時から。初心者歓迎。体験あり。月3000円(小学生以下は2500円)。野口 ☎090-6168-4148

●マリコのアクセサリサークル

奇数月の第2火曜日の午後2時から武蔵野会館で。女性の方を対象。1回2000円(材料費など)。佐藤 ☎090-4817-3354

●吹矢クラブあきしま

日曜日の午後3時から大神会館などで。中高年の方を対象。初心者歓迎。見学・体験あり。月1000円。工藤 ☎843-2214

催し

●体験会「ラインダンスを楽しむ会」

10月21日・22日の午前9時~正午に富士見会館で。定員各20人(先着順)。参加費無料。申込不要。阿部 ☎080-1343-4364

●WALKN Peace「Arise Gospel(ゴスペル)」

10月29日の午後7時~8時30分に昭和会館で。外国人ゴスペル歌手と一緒に歌う。参加者にプレゼントあり。定員30人(先着順)。参加費1500円。申込不要。林 ☎090-4939-3066

●こんにやく作りと試食「地域のお茶の間実行委員会」

11月2日の午前10時~午後1時にあいぼっくで。定員30人(申込順)。参加費500円。10月19日から要申込。同会 ☎519-2134(平日昼間)

●ママとキッズの仲よし3B体操体験講習会「3B体操昭島」

11月10日・24日の午前10時~11時に富士見会館で。1~3歳のしっかり歩けるお子さんとお母さんを対象。定員10組(申込順)。参加費無料。10月16日から要申込。堂谷 ☎090-5418-1898



官公署 だより

■コスモスまつり2015「国営昭和記念公園」

11月3日まで開催。消臭芳香スプレー作り(土・日曜日、祝日のみ/参加費300円)、コスモス摘み取り体験(11月3日のみ/雨天中止/参加費無料)など。10月25日は入園無料(駐車場は有料)。同園 ☎528-1751

■ウェルカムデー「産業サポートスクエア・TAMA」

10月23日の午前10時~午後5時にセミナー、試験機器の紹介など、10月24日の午前10時~午後3時に工作教室、園芸体験など。いずれも同施設(東町)で。参加費無料。申込不要。同施設 ☎500-2300

■無料相談会「東京都行政書士会多摩西部支部」

10月30日の午前10時~午後4時に昭島市役所市民ロビーで。相続・遺言・契約・各種許認可など、暮らしの手続きや書類作成についての相談を。申込不要。同支部(木住野) ☎090-2148-9653

■国道16号八王子バイパスを無料化「中日本高速道路八王子支社」

10月31日の午前0時から。料金所などの撤去工事に伴う走行車線の切り替えに注意を。詳しくは、お客さまセンター ☎0120-922-229へ。同支社 ☎042-691-7121

■文化祭~そうだ!行ってみよう!!愛全園・偕生園に~「社会福祉法人同胞互助会」

10月31日の午前10時30分~午後3時に同施設で。作品の展示・販売、フォーラム、模擬店など。同施設

☎541-3100

■感謝祭「社会福祉法人ゆりかご会」

10月31日、11月1日の午前10時~午後3時に特別養護老人ホームもくせいの苑(松原町)で。模擬店(31日のみ)、発表会(1日のみ)、作品展など。もくせいの苑 ☎545-5318

■昭和郷フェスティバル「東京都同胞援護会」

11月3日の午前10時~午後3時に昭和郷(東中神駅北側)で。バザー、模擬店など。フジホーム ☎541-5985

■学校祭「東京西の森歯科衛生士専門学校」

11月7日の午前10時~午後3時に同校(拝島町3970)で。「特別なtoothをあなたにあげる あったかいんだから」をテーマに、歯科保健指導、ゲーム、模擬店など。同校 ☎543-0118

■無料調停相談会「東京民事調停協会連合会」

11月7日の午前10時~午後3時30分に立川市女性総合センター(立川市)で。夫婦関係、相続、土地建物、金銭債務などで調停制度を利用する方法や手続きについての相談を。申込不要。同会 ☎080-8898-3323(平日昼間)

■健康体操講座「NPO法人大きなかぶ」

11月7日の午後1時30分~3時30分にあいぼっくで。40歳以上の女性の方を対象。健康づくりの知識と運動メニューを学ぶ。定員40人(申込順)。参加費無料。10月19日から要申込。同法人 ☎545-0890

■秋の谷戸沢処分場自然観察ガイドツアー「東京たま広域資源循環組合」

平成10年にごみの埋め立てが終了し、自然が順調に回復している谷戸沢処分場(日の出町)を見学。11月14日の

午前9時30分~午後3時30分(予定)。立川通り曙町2丁目交差点付近(立川市)に集合し、バスで移動。小学生以下は保護者の同伴が必要。昼食を持って参加を。定員50人(多数抽選)。参加費無料。同組合ホームページをご覧ください。同組合 ☎597-6152

■速度取締指針の閲覧「昭島警察署」

交通事故の抑止を目的とした警視庁速度管理指針の考え方に基づき、同署で速度違反の取り締まりやパトロールなどを重点的に実施する路線・地域などを掲載した速度取締指針を策定。同署でご覧いただけるほか、同署ホームページからダウンロードも可。同署 ☎546-0110

■東京都最低賃金の改正「東京労働局賃金課」

都内で働くすべての方の最低賃金が、10月1日から時間額907円に。同課 ☎03-3512-1614

社会福祉協議会・ボランティアセンター(あいぼっく内) ☎544-0388

■ファミリー・サポート・センター交流会

「山の音楽家と一緒に音楽を楽しみましょう」をテーマに、ママRing(音楽ユニット)と歌ったり、ハロウィンの仮装をしたりして楽しむ。10月30日の午前10時~11時30分にあいぼっくで。定員50人(申込順)。参加費100円。10月15日から社会福祉協議会へ要申込。

油・断・快適!下水道 ~下水道に油を流さないで~

台所から流れた油は、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。

☆詳しくは、昭島市下水道課、または、東京都下水道局 ☎527-4393へ。

使いきる
残った油は熱いうちにこし器に移し、炒めものなどで使いきる。

吸い取る
古い油は、新聞紙などで吸い取るか、油を固める製品を使い、燃えるゴミとして出す。

ふき取る
なべや皿についた油汚れはふき取ってから洗きましょう。

事業承継支援 Part 3

「事業承継で求められる引き継ぐべきDNAと壊す勇気」の参加者を募集



次の経営者を選ぶ社長、これから経営者になる方などを対象に行います。

会社の歴史や現社長の志を受け継ぎ、近代的な経営への変革を目指すため、後継者にとって必要な心構えなどについて解説します。

◇日時 11月17日(火)の午後4時~6時

◇場所 松原町コミュニティセンター

◇講師 東條裕一さん(事業承継センター取締役)

◇定員 30人(申込順)

◇参加費 無料

◇主催 多摩信用金庫

☆申し込みは、たましん法人総合サービスBOB事務局(土・日曜日、祝日を除く/午前9時~午後5時) ☎042-389-1132へ。

シルバー人材センターの会員として働きませんか

シルバー人材センターでは、健康で働く意欲のある60歳以上の市民の方の入会をお待ちしています。

主な仕事は、植木の手入れ、ふすま・障子の張り替え、大工、塗装、左官、タイル工事、除草、カー回収、パソコンの指導、自転車等駐車場や学校の管理、家事援助、育児支援などです。

詳しくは、シルバー人材センターホームページ <http://www.akishima-sc.or.jp/> にも掲載していますので、ご覧ください。

☆申し込みは、昭島市シルバー人材センター ☎544-7060へ。



「形山先生に学ぶ藍染め教室」の参加者を募集

市内で活躍する藍染め作家の指導で、昭島の地下水を利用し、ハンカチ、スカーフ、ストールを染め上げます。

◇日時 11月3日(祝)・10日(火)・17日(火)の午後1時~4時(全3回)

◇場所 アインディゴアート(宮沢町)

◇講師 形山榮依子さん(藍染め作家)ほか

◇定員 8人(多数抽選)

◇参加費 1万3800円(材料費など)

◇申し込み 住所・氏名・年齢・電話番号・ファックス番号を記入し、10月25日までにファックス519-2144へ

☆詳しくは、昭島観光まちづくり協会 ☎519-2114へ。