



文化とスポーツ

●生涯学習サポーター養成講座

あきしまカルタ作りを通じて、市民と市民を学びでつなぐ生涯学習サポーターになるための講座です。 **日時**10月20日(金)・12月15日(金)・2月9日(金)の午後2時～4時30分、11月17日(金)・1月19日(金)の午後1時～4時(全5回) **場所**昭和会館ほか **対象**18歳以上で全日参加できる方 **講師**倉持伸江さん(東京学芸大学准教授)ほか **定員**20人(申込順) **参加費**無料 **申込**9月19日から社会教育係へ



公民館

544-1407

●時局講演会「深海を切り開く」

潜水調査船「しんかい6500」の前潜航長が、深海探査について講演します。 **日時**10月14日(土)の午後2時～4時 **場所**武蔵野会館 **講師**吉梅剛さん(国立研究開発法人海洋研究開発機構)



構海洋工学センター技術主任) **定員**60人(申込順) **参加費**無料 **申込**9月16日から公民館へ




総合スポーツセンター
総合スポーツセンター教室担当
544-4151
スポーツ振興課 544-4152

●脂肪燃焼エクササイズ

日時11月10日～12月15日の金曜日(全6回)の午前10時～11時30分 **場所**総合スポーツセンター **対象**18歳以上の女性の方 **定員**30人(初めての方優先/多数抽選) **保育**1～3歳のお子さん15人(初

三市創業支援事業協議会下・A.F.創業支援セミナーの参加者を募集

立川市・昭島市・福生市で構成する協議会では、創業を考えている方を対象に、事業経営に必要な知識を体系的に学べるセミナーを開催しています。 **本セミナーは、特定創業支援事業に該当します。全4回あり、すべて参加すると、創業に関する優遇策を受けられます。** **日時・内容** *9月30日(土)の午後1時～4時II経営

めての方優先/多数抽選) ※参加決定した方は10月27日の午前10時から行う保育説明会に参加を **参加費**3000円 **申込**往復はがきに脂肪燃焼エクササイズと、住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、保育を希望する方は「保育希望」とお子さんの氏名(ふりがな)・年齢(月齢)・性別を記入し、9月30日消印有効)までに〒196-0033 東町5-13-1 総合スポーツセンター教室担当へ ※1人1通のみ/返信面にも住所・氏名を記入 

*10月7日(土)の午後1時～4時II財務
※1回のみ参加もできます。
◇場所 福生市もくせい会館
◇定員 20人(申込順)
◇参加費 1回1000円
◇申し込み 申込書(市の主な施設にあり/市ホームページからダウンロードも可)を 市役所産業振興係へ
☆詳しくは、産業振興係へ。

移動図書館「もくせい号」巡回日程

10月～12月

図書の出借・返却のほか、貸出カードの発行もできます。

曜日	サービスステーション	時間	日程
第1・第3	火 偕生園	午後2:15～3:00	10/ 3・17 11/ 7・21 12/ 5・19
	水 朝日町いこい公園	午後3:30～4:15	
	昭島病院内	午後2:15～3:00	10/ 4・18 11/ 1・15 12/ 6・20
第2・第4	火 大神会館	午後2:15～3:00	10/24 11/14・28 12/12・26
	水 北文化公園	午後3:30～4:15	
	武蔵野二丁目北児童遊園	午後3:30～4:15	
第1・第3	金 東京西徳洲会病院内	午後2:15～3:00	10/ 6・20 11/17
	田中町住宅	午後3:30～4:15	12/ 1・15
	火 大神会館	午後2:15～3:00	10/24 11/14・28 12/12・26
第2・第4	水 拝島公園	午後2:15～3:00	10/11・25 11/ 8・22 12/13・27
	東ノ岡児童遊園	午後3:30～4:15	
	木 あおぞら公園	午後3:30～4:15	10/12・26 11/ 9 12/14・28
金	西武拝島ハイツ	午後2:15～3:00	10/13・27 11/10・24 12/ 8・22
	堀向会館	午後3:30～4:15	

※天候によっては中止することがあります。
※貸出期間は、4週間(雑誌は2週間)以内です。



取り組もう ごみ減量!

リフューズ(Refuse)とは

ごみを減らすための行動として、リデュース(Reduce/減らす)、リユース(Reuse/再使用する)、リサイクル(Recycle/再資源化する)の頭文字を取った「3R」が推進されています。 さらに、リデュースの一環として、リフューズ(Refuse/断る)が、近年重要視されています。これは、スーパーマーケットなどに買い物袋を持って行ったり、コンビニエンスストアでお弁当などを買ったときに箸やスプーンを断ったりするなど、ごみになる物を増やさない行動のことです。毎日の買い物の際に、一人ひとりが「リフューズ」を心がけて続ければ、確実にごみを減らしていくことができます。ぜひ、今日から実践してみてください。 ☆詳しくは、ごみ対策課(環境コミュニケーションセンター内) ☎546-5300へ。