



## 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。掲載の申込書(市役所広報係にあり/市ホームページからダウンロードも可)は、当面、郵送でも受け付けます。

◇宛先 〒196-8511 市役所広報係  
「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)(必着)

12月15日号=11月16日(月)(必着)

☆詳しくは、広報係へ。

## 会員募集

■健康体操はつらつクラブ(ストレッチ・リズム体操) 第2・第3・第4水曜日の午前10時からアキシマエンス体育館などで。おおむね60歳以上の方を対象。見学・体験あり。月2000円。浦邊☎544-8864

■もくせいあきしま(ゲートボール) 火・金曜日を除く毎日、午前8時30分から昭和公園で。見学・体験あり。年1500円。相馬☎090-4811-0161

## 催し

■設立20周年の集い「NPO法人ひだまり(介護予防)」 11月7日の午後1時30分～3時30分に公民館で。太鼓の演奏のほか、活動の紹介などを。定員100人(先着順)。入場無料。申込不要。深井☎519-3947

■囲碁教室「石友会」 11月15日～令和3年1月31日の日曜日(1月3日を除く/全11回)の午前9時～10時に勤労商工市民センターで。小学生以上の方を対象。定員10人(申込順)。参加費1500円。11月1日から要申込。中島☎544-0230



## 官公署 だより

■11月9日～15日は秋の火災予防運動週間「昭島消防署」 空気が乾燥する時季です。外出前に火の元を確認し

たり、家の周囲の可燃物を片づけたりして、火災を防ぎましょう。同署☎545-0119

■あきしま町あるき～高低差約25m! 昭島の崖線を探して歩こう～「昭島観光まちづくり協会」 11月19日の午前9時～正午。集合・解散はいずれも昭島観光案内所(昭島駅北口階段下)。市内を巡りながら昭島の地形を学ぶ(約5.5km)。定員10人(多数抽選)。参加費500円(保険代)。11月10日までに要申込。申し込み方法など詳しくは、問い合わせるか同協会ホームページへ。同協会☎519-2114

■ひきこもり相談会「東京都ひきこもりサポートネット」 12月9日・10日の午前10時～午後5時にアキシマエンス校舎棟で。都内在住で15歳以上の方と家族を対象。専門の相談員が応じる。定員各6人(申込順)。事前に要申込。詳しくは、同団体ホームページで確認を。同団体☎0120-529-528

■黄葉紅葉まつり、秋の夜散歩「国営昭和記念公園」 11月3日～29日に同園で。▽黄葉紅葉まつり=午前9時30分～午後4時30分。▽秋の夜散歩=午後4時30分～8時30分に日本庭園やイチョウ並木など一部を開園してライトアップ(午後9時閉園)。入園料など詳しくは、問い合わせるか同園ホームページへ。同園☎042-528-1751

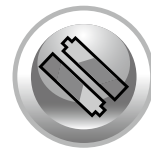
社会福祉協議会・  
ボランティアセンター  
(あいぽっく内) ☎544-0388

■教育支援資金貸付制度 日本学生支援機構の給付型奨学金、第一種奨学金などを利用したうえで教育資金が不足する世帯などを対象に、入学金や学費の一部を貸し付け(要件あり)。

入学金は50万円、学費(月額)は高校5万2500円、短期大学・専門学校など9万円、大学9万7500円を限度。事前に社会福祉協議会へ電話で予約のうえ相談を。

■認知症市民ひろば 11月7日の午前10時30分～11時30分に田中町住宅17号棟前(田中町3丁目)、11月21日の午後1時～2時にベルケア中神前(中神町1186)、11月28日の午後2時～3時に都営中神第3アパート1号棟前(中神町1237)、11月29日の午後1時～2時にあいぽっく中庭で。認知症予防体操、認知症になりにくい食生活についてのパネル展示、コンサートなどを。参加費無料。申込不要。詳しくは、社会福祉協議会へ。

■くじらほっとサービスの協力員を募集 支援が必要な高齢者・障害者の家事や日常生活の手助けをする協力員を募集。18歳以上の方(高校生を除く)を対象。報酬あり。詳しくは、社会福祉協議会へ。



## 生活用品 交換情報

受け付けは11月2日から(掲載希望は随時)市役所暮らしの安全係へ。なお、交渉などは当事者間で行ってください。

■ゆずります

◇電子ピアノ(縦27cm×横130cm×高さ80cm) ◇電気こたつ(縦80cm×横80cm×高さ35cm)

■ゆずってください

◇女兒用靴(15～20cm) ◇女兒用服(110cm) ◇女兒用自転車(20インチ)



## 市民活動支援事業補助金交付事業 発達支援に関する講演会の参加者を募集

「子どもの行動の謎を解く! パパ、ママ、先生、一緒に学ぼう」をテーマに開催します(申込不要)。

◇日時 11月22日(日)の午前10時～正午

◇場所 公民館

◇講師 藤原里美さん(チャイルド

フード・ラボ代表)

※講師はオンラインで講演します。

◇定員 50人(先着順)

◇参加費 500円

☆詳しくは、このはな(小澤)☎090-7704-7333へ。