



8月1日現在（前月との比較）	
世帯数	64,115世帯（13世帯増）
人口	131,340人（99人減）
（男）	65,980人（49人減）
（女）	65,360人（50人減）

緊急事態宣言が延長されています

新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします

問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

新型コロナウイルス感染症が急拡大しています

今までと違うこと

- ・流行初期と違い、現在は感染力の強い変異ウイルスが主流となっています。さらに、各地で人流が増加し、また暑さのためマスクの着用が難しい時期が続いています。そのため、現在の感染症急拡大は、ウイルスの変異だけでなく不十分な感染対策によることも大きな要因となっています。
- ・最近の感染者は20～30代を中心に多数を占め、無症状者も少なくありません。
- ・重症化する患者は40～50代を中心に増加しています。

どのようにして感染するのか？

- ・医療従事者や高齢者でワクチン接種が進み、医療機関等の集団感染に代わって職場や学校などでの集団感染が増えています。
- ・感染は、近い距離での飛まつ感染や不十分な手指の消毒による接触感染が起きているようです。
- ・最近では、休憩時の飲食や喫煙、部活動、寮生活などで感染し、さらに家庭内に感染が広がる報告もあります。
- ・感染力と感染スピードが以前より高いため、わずかな時間の接触であっても感染する可能性があります。

変異株に対応するための感染症対策

変異株は、強い感染力を有しています。マスクの着用、手洗い、3密の回避など基本的な感染症対策の徹底をお願いします。引き続き、テレワークの実践をお願いします。

※ワクチン接種後も感染症対策にご協力をお願いします。

●マスクの正しい着用

なるべく不織布のマスクを鼻にすき間なくフィットさせ、しっかりと着用してください。



●こまめな手洗い、手指の消毒

共用物に触った後、食事の前後、公共交通の利用後などは、必ず手洗い、手指の消毒をお願いします。



●3密の回避

人との距離は十分に保ち、会話する時間は短くし、大声は避けてください。狭い所や換気が悪い所では、今まで以上に換気を行うなど一つの密でも避けて、「ゼロ密」を目指しましょう。



●職場や学校における感染症対策

体がだるい、熱がある、のどに違和感があるなど、いつもと体調が異なる時は、出勤や登校を控えてください。



（新型コロナウイルス感染症対策 内閣官房HP参照）

かかりつけ医や医療機関に受診の際は事前に必ずお電話を！

発熱などの症状がある方は

新型コロナウイルス感染症の感染の疑いがある、発熱などの症状がある方は、かかりつけ医などお近くの医療機関に電話でご相談ください。受診の必要があると医療機関が判断した場合は、医療機関の指示に従って受診してください。

かかりつけ医がないなどお近くの医療機関が見つからない方は

受診医療機関が見つからない場合は、「東京都発熱相談センター」にお電話してください。紹介可能なお近くの医療機関を案内します。

名称 東京都発熱相談センター

電話番号 ☎ 03-5320-4592

受付時間 土・日曜日、祝日を含む24時間対応

新型コロナウイルス感染症電話相談窓口

感染の予防に関することや、心配な症状が出た時の対応など、新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口です。

名称	受付時間	電話番号
東京都新型コロナセンター ※多言語による相談可（日本語、英語、中国語、韓国語） ※聴覚障害のある方などはファックスでの相談を受け付けています。	午前9時～午後10時 （土・日曜日、祝日を含む）	☎ 0570-550-571 ☎ 03-5388-1396
厚生労働省電話相談窓口 （コールセンター）	午前9時～午後9時 （土・日曜日、祝日を含む）	☎ 0120-565653

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

予約方法

LINEまたは予約サイト（下記二次元コードからアクセス可）からお申し込みください。

※インターネット環境のない方に対して、コールセンター ☎ 0120-840-085 で予約サイトを使用した予約受付のお手伝いを行っています。

※予約の際、市から送付した接種券に記載された10桁の番号が必要です。



キャンセルワクチンの接種協力者を募集しています

市では、キャンセルされたワクチンを無駄にしないため、キャンセルワクチンの接種にご協力いただける市民の方を募集しています。

申し込み 市ホームページから、キャンセルワクチン接種協力者申し込みフォーム（下記二次元コードからアクセス可）に必要な事項を入力してください。キャンセルが出た際、接種当日申込者の中から抽選で選ばれた方に市から電話連絡をします。※申し込み条件は、申し込みフォームに記載しています。必ずご確認のうえ、お申し込みください。



指定管理者を募集します

市では、次の施設について、施設の管理運営等を行う指定管理者を募集します。詳細は、市ホームページ（記事ID…687）をご覧ください。

施設名等 下表参照
募集要領の配布 9月30日まで（土・日曜日、祝日を除く）の午前8時30分～午後5時15分（正午～午後1時を除く）に直接総務契約課契約係（市役所5階）へ
※市ホームページ（記事ID…687）からダウンロード可
申し込み 9月24日～30日（土・日曜日を除く）の午前8時30分～午後5時15分（正午～午後1時を除く）に直接総務契約課契約係へ

施設名	指定期間	担当課（問い合わせ先）
青梅市御岳交流センター	令和4年4月～9年3月（5年）	商工観光課観光係（市役所3階）

証明書コンビニ交付の一時停止

機器のメンテナンスのため、次の日時は、証明書コンビニ交付を一時停止します。
日時 9月16日（木）終日
お問い合わせ 市民課住民記録係

マイナンバーカード受け取り手続きのための日曜臨時窓口を開設します

マイナポイントの申込期限は、12月末日までとなっています。市の臨時窓口の開設は、今回が最後となる予定です。ポイント取得の条件を満たしている方は、ぜひこの機会にマイナンバーカードをお受け取りください。
日時 9月12日（日） 午前9時～午後3時
※月～金曜日と時間が異なります。
会場 市民課（市役所1階）
対象 マイナンバーカードの申請を行い、市民課から交付案内通知が届いている方
持ち物 交付案内通知書（ハガキ）、通知カード（お持ちの方）、本人確認書類（封書に同封の案内をご確認ください）、個人番号カードおよび住民基本台帳カード（お持ちの方）
※マイナンバーカードの受け取り手続きおよびマイナポイント申請サポートのみを行い、電子証明書の更新等、上記手続以外は実施しません。
※詳細は市ホームページ（記事ID…37342）をご確認ください。
お問い合わせ 市民課住民記録係



市立総合病院を見学しませんか

院長が病院の概要について説明します。
日時 10月5日（火）午後2時30分～4時30分
対象 市内在住・在勤・在学の方
※団体申し込み不可
内容 病院の概要説明、ヘリポート・救命救急センター・屋上庭園等の見学
定員 先着10人（予約制）
申し込み 9月30日（木）までに電話☎22・3191で総合病院施設課施設管理係へ
※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時

東京都防災ボランティア制度に基づく令和3年度被災建築物応急危険度判定員募集・講習会

日程
▽第1回：10月21日（木）
▽第2回：11月25日（木）
時間 午後1時～4時30分
会場 国立オリンピック記念青少年総合センターカルチャー棟大ホール
対象 都内在住・在勤の、建築士法第2条に規定する1級・2級・木造建築士
講習内容 都の震災対策、応急危険度判定制度・判定の事例・判定技術
定員 各回先着375人（予約制）
申し込み 10月11日（いずれも必着）までに申込書に必要書類を添えて郵送☎103-0006中央区日本橋富沢町11-1富沢町ビル5階（一社）東京建築士会「防災ボランティア係」へ
お問い合わせ 東京都防災ボランティア事務局☎03-3527-3100、都市整備局建築企画課☎03-5388-3347、市施設課、市防災課

市営住宅「あき室」の入居者を募集します

市営住宅「あき室」の入居者募集を、10月15日（金）～22日（金）に予定しています。募集内容等の詳細は、広報おうめ9月15日号お

新型コロナウイルス感染症対策 デジタル化促進支援事業

新型コロナウイルス感染症対策として行うIT導入やキャッシュレス決済等デジタル化に要する経費について支援を行います。
対象者 市内で事業を営む中小企業者および個人事業主
支援内容
▽IT活用に必要な機器導入等や専門家支援にかかると費用（最大30万円）※初期導入の際は事前コンサル費用5万円含む
▽キャッシュレス決済の導入に必要な費用（最大15万円※二次元コード決裁のみを導入する場合最大10万円）
※申請書類等の詳細は、青梅商工会議所ホームページ（左記二次元コードからアクセス可）をご覧ください。
申請先 青梅商工会議所
問い合わせ 青梅商工会議所☎23・0111、市商工観光課商工労政係

家でリサイクル法に よるもの

▽テレビ（ブラウン管・液晶・プラズマ）
▽エアコン
▽冷蔵庫・冷凍庫
▽洗濯機・衣類乾燥機
▽自動車、オートバイとその部品等（本体、タイヤ、バッテリー、ホイール、マフラー、シートなど）
▽建築廃材（畳、1坪を超える物置、瓦、タイル、浴槽、風呂がま、便器）
▽危険物類（エンジンオイル、ペンキ、ガスボンベ、ガソリン、灯油など）
▽在宅患者の医療器具（注射器、注射針など）
お問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係

市で収集できないごみの処理

次のごみについては、市では収集・処理できません。処分する場合は、購入した販売店、メーカー、廃棄物処理業者等へお問い合わせください。
※処理費用は、販売店等へご確認ください。
※詳細は「青梅市ごみ収集カレンダー」20ページをご覧ください。
資源有効利用促進法によるもの
▽パソコン
※「リネットジャパンリサイクル（株）」で1回につき1箱分無料で収集を行っています。
※市内では「青梅新興（株）」が窓口となります。
資源有効利用促進法によるもの
▽ソーラーシステムなど
▽農業用具（農機具、農薬用ビニールシート、フレームなど）
▽土砂類（土、石、砂、石灰ブロック、レンガ、コンクリート、水槽に敷き詰めてある石など）
▽その他（ピアノ、モーター、1辺50cm以上の金庫、白など）
▽薬品類（農薬類、肥料、殺虫剤、融雪剤など）
お問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係

高齢者の悪質商法被害防止キャンペーン

9月は「高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間」
～高齢者の悪質商法被害 気づいてシグナル 防ごうトラブル～
高齢者の悪質商法被害が後を絶ちません。東京都は毎年9月を高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間と定め、今年も高齢者（本人への注意喚起と相談の呼びかけ、さらに周囲の人々へ見守りの大切さを知る取り組みを展開します。青梅市も東京都と連携し、期間中にはリーフレットの配付や特別電話相談などを実施します。お気軽にご相談ください。
事例
▽「このままだと大変なことになる」など不安をおる文句で契約を迫られた…その場で判断しない。少しでもおかしいと思ったら、相談する。
▽「身に覚えのない」請求がきた…相手の電話番号を
お問い合わせ 市民安全課市民相談係

高齢者被害特別相談

が記載されていても、絶対に連絡しない。絶対に支払わない。
高年齢者被害特別相談
電話☎22・6000または直接市消費者相談室（市役所3階）へご相談ください。
日時 9月13日（月）～15日（水） 午前10時～午後1時～4時
お問い合わせ 市民安全課市民相談係

9月1日は「防災の日」

問い合わせ 防災課（市役所5階）

なぜ9月1日が「防災の日」？



1923（大正12）年9月1日に南関東から東海地方にかけて広い範囲で甚大な被害をもたらした関東大震災が発生しました。マグニチュード7.9と推定され、近代化された首都圏を襲った唯一の巨大地震です。

さらに1959（昭和34）年9月26日に伊勢湾台風が発生し、台風被害としては明治以降最多・最大となる死者・行方不明者を出しました。この戦後最大の被害を被ったことがきっかけとなり、翌年の1960（昭和35）年、災害についての認識を深め、災害に対する備えを行う日として9月1日が「防災の日」と制定されました。伊勢湾台風での経験等は、これまでの防災対策を見直すきっかけとなるとともに、「災害対策基本法」（昭和36年法律第223号）の制定のきっかけともなりました。

また9月1日を含む1週間（8月30日～9月5日）は「防災週間」とされています。市では「防災週間」に伴い、8月30日～9月3日に市役所2階で青梅警察署、青梅消防署による展示を行っています。ぜひ、ご覧ください。皆さんもこの機会に災害に備え、ハザードマップや備蓄品の確認等、できることから防災対策を始めましょう。

「防災の日」と「二百十日」

「防災の日」が9月1日に制定された由来は、古くから伝わる「二百十日」も関係しているといわれています。「二百十日」とは、雑節の一つで、立春から数えて210日目の日を指します。現在の暦で9月1日前後にあたり、台風の襲来する厄日とされています。古来、この時期は、稲の開花時期と重なり、台風が襲来すると稲作に大きな被害が生じることから、警戒する目安とされた日と考えられています。



市の災害対策

市では、災害が発生した際、「青梅市災害対策本部」を設置します。夜間や休日でも職員を動員し応急対策活動の体制を整えます。防災拠点とする各市民センターには地区対策本部を設置し、自主防災組織等と連携して災害対策にあたります。

また災害への備えとして、備蓄物資や避難場所・避難所の整備、市民の皆さんへの防災対策支援等さまざまな対策を行っています。

市の防災対策支援

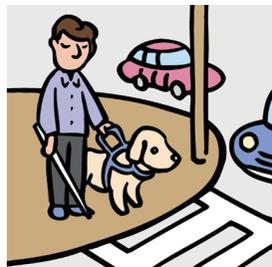
避難行動要支援者制度

災害対策基本法に基づき、災害時に避難する際、支援を必要とする方（避難行動要支援者）の名簿を作成しています。地域の方や各機関とともに、災害時の避難支援や平常時の見守り活動を行っています。対象となる方は下記のとおりです。

また8月10日付で対象となる方へ「避難行動要支援者届出書兼名簿情報提供同意確認書」をお送りしています。届いた方は必要事項を記入し、返信用封筒で返送をお願いします。



介護保険制度による要介護状態区分が要介護3～5の方



身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1・2級のいずれかの交付を受けている方



75歳以上の高齢者のみの世帯の方

※施設入所中の方は対象外

青梅市ブロック塀等撤去費補助制度

道路に面しているブロック塀や万年塀を撤去する際の費用の一部を補助しています。

ブロック塀や万年塀の倒壊は通行の障害となるだけでなく、生命に関わる事故につながるおそれもあります。倒壊事故を未然に防止するためにも、ブロック塀や万年塀を所有・管理している方は、適切な維持管理をお願いします。



ブロック塀

家具転倒防止器具等支給取付事業

近年発生した大きな地震での負傷原因の30～50%が家具類の転倒や落下によるものです。

市では地震による被害の防止・軽減のため、家具転倒防止器具等の無料支給・取付事業を行っています。

※青梅市ブロック塀等撤去費補助制度および家具転倒防止器具等支給取付事業の詳細は、防災課（市役所5階）、各市民センター等で配布しているパンフレットまたは市ホームページ（記事ID…2197、2048）をご覧ください。

台風にも備えましょう

これから台風シーズンを迎えます。気象情報や市からの情報に十分注意し、早めの避難行動をとるように心がけましょう。

また、新型コロナウイルス感染症拡大が続く中、避難者が多く集まる避難（場）所は、感染リスクが高まります。避難先で3密（密閉、密集、密接）を避けるためには、避難先を分散することが重要です。市の指定する避難（場）所以外の場所への「分散避難」も選択肢に入れ、自宅が安全な場合の「在宅避難」や安全な場所にお住いの親戚・知人宅へ避難することも検討してください。

風水害について

風水害の種類



土砂災害

山や谷、がけから土砂等が押し寄せること



内水氾濫（浸水）

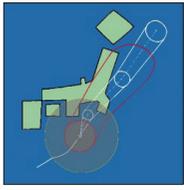
道路等の排水能力の限界を超え、水があふれること



河川の氾濫（洪水）

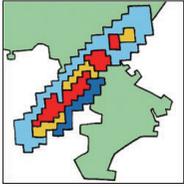
川から水があふれること

風水害はこんな時に起きます



台風が近づいているとき

台風が接近・上陸すると強風や大雨を伴います。また、経路は予報と変わることがあるので注意が必要です。



大雨が長引くとき

梅雨前線、秋雨前線、線状降水帯などが発生した時は注意が必要です。



短時間の急激な豪雨（ゲリラ豪雨）が発生するとき

1時間に50mm以上の非常に強い雨が降ります。短時間で道路冠水等が起こることがあります。

過去に市内で発生した被害

橋の流失（多摩川）



土石流（流木）



護岸・道路の洗堀



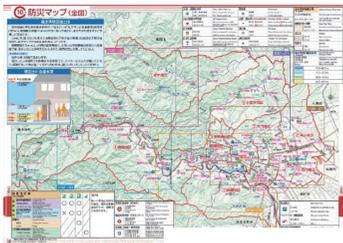
大雨による内水氾濫



もしもに備えましょう

自宅の危険度を確認しましょう

ハザードマップや青梅市防災ハンドブック（冊子・電子版）の防災マップで、自宅が危険な地域かどうかを確認しましょう。



△防災ハンドブック



△電子版青梅市防災マップ二次元コード

避難時の持ち出し品を確認しましょう

避難先で必要なものは、個人で異なるため、事前に自分に必要な持ち出し品を確認しましょう。

主な品目



ウエットティッシュ、消毒液、体温計、充電器（電池）、携帯電話、衛生用品、毛布、ラジオ、防寒着、タオル、スリッパ等

必要に応じて



オムツ、介護用品、アレルギー対応食品、生理用品、本（息抜きできる物）等

避難先を確認しましょう

分散避難を心がけるようお願いいたします。避難先の選択肢は以下のとおりです。

自宅が安全な場所なら「在宅避難」



安全な「親戚・知人宅への避難」



市や地域の「避難場所への避難」



安全な場所での「車中避難」



移動が危険な場合は自宅で「垂直避難」



浸水や土砂災害の危険がない場所で

避難先での感染症対策にご協力ください

避難先では、各自で新型コロナウイルス感染症等に感染しないよう注意してください。



咳エチケット



換気



手洗い

避難行動を事前に確認しましょう

いざというときに慌てることがないように、避難行動を整理しておきましょう。「東京マイ・タイムライン」では、風水害からの避難に必要な知識を習得しながら、避難に備えた行動をあらかじめ決めておくマイ・タイムラインシートを作成することができます。

「東京マイ・タイムライン」は市役所や各市民センターで配布しています。※東京都防災ホームページ（下記二次元コード参照）からダウンロード可



△東京マイ・タイムライン



△東京都防災ホームページ二次元コード

違法な不用品回収業者にご注意ください

一般家庭から出る不用品は、法律等に基づき、適正に処理されますが、違法な不用品回収業者を利用すると、不適正に処理された状態で海外へ輸出されたり、不法投棄されたりするおそれがあります。

チラシや軽トラック等で「ご家庭の不用品を無料回収します」と宣伝する業者にご注意ください。

適正な処理方法については、市ホームページ（記事ID…2252）をご確認ください。

問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係



9月5日（日）～11日（土）は「救急の日」・「救急医療週間」

#7119 救急相談センター

救急車を呼んだほうがいいのか、今すぐ病院に行ったほうがいいのかなど迷ったときは、#7119、救急相談センターに相談してください。

救急受診ガイド

ご自身の症状に応じた質問に答えることで、病気や怪我の緊急性の有無、受診の必要性、時期、診療科目のアドバイスをいただけます。



△救急受診ガイド

東京消防庁公式アプリ

消防や救急の知りたい情報をいつでも・どこでも・手軽に入手できるアプリです。イベント情報や消防クイズ、応急手当、心肺蘇生法の動画も見られます。

問い合わせ 青梅消防署救急係 ☎22-0119（内線380）、市防災課危機管理係



＜東京消防庁公式アプリ



10月1日から国民健康保険の保険証が更新されます

国民健康保険被保険者証（保険証）は、国民健康保険に加入している証明書であり、お医者さんにかかるなどにご提示しなければならぬ大切なものです。保険証が、更新の時期になりました。現在使用している保険証の有効期限は9月30日までです。新しい保険証を9月中旬から簡易書留郵便（※）で送付しますので、10月1日から使用してください。

★ご不在の場合は

保険証配達時にご不在の場合は、郵便局の配達員が「不在連絡票」を投函するので、必ず郵便局へ連絡を希望するか、または直接郵便局で受け取ってください。受け取り方の詳細は「不在連絡票」でご確認ください。

保険証を受け取ったら

記載内容の確認を
 新しい保険証が届きましたら必ず記載内容を確認してください。記載内容に誤りがあった場合には、お手数ですが保険年金課へご連絡ください。

国民年金保険料納付案内を民間委託しています

民間委託しています

日本年金機構では、国民年金保険料が未納となつていらっしゃる方に、電話、文書、戸別訪問による保険料の納付の案内業務を民間委託しています。受託事業者 アイヴィ

シット・東洋紙業共同企業体 0570-021-781 (IP電話からは03-3941-3162) 受付時間 年末年始を除く午前9時～午後9時
 ※訪問員が訪問する際は、日本年金機構が発送所 ☎30-3410

絡ください。
 保険証の有効期間は2年間で、新しい保険証の有効期間は原則として令和5年9月30日までです。後期高齢者医療制度への移行に伴い、75歳の誕生日前日がある効期限の保険証が発行されている場合があります。

滞納がある場合

滞納がある場合
 保険税に滞納がある世帯の保険証は、その滞納の状況により通常の保険証より有効期間が短くなります。また、一部の方は窓口での交付になりますので、対象の方には9月中旬に通知を送付します。

滞納がある場合

滞納がある場合
 滞納がある世帯の保険証は、その滞納の状況により通常の保険証より有効期間が短くなります。また、一部の方は窓口での交付になりますので、対象の方には9月中旬に通知を送付します。

新しい保険証の色

新しい保険証の色
 ▼一般被保険者証：ウグイス色
 ▼退職者被保険者証：藤色



問い合わせ
 保険年金課 格課係
 ※毎週木曜日は午後8時まで開庁していますので、ご利用ください。

母子家庭等自立支援給付金事業

受講申し込み前の事前相談が必要。
 母子家庭および父子家庭自立支援教育訓練給付金

母子家庭の母等が適職につながる能力開発のために受講する講座の受講料の一部を支給します。

対象者 市内に住所を有する母子家庭の母等で、児童扶養手当を受けているか、同等の所得水準の方

支給額 受講料の6割相当額

対象講座 医療事務、介護職員初任者研修（旧ホームヘルパー2級）ほか

問い合わせ 青梅年金事務所 ☎30-3410

共同住宅や駐車場を所有している方へ申告を忘れていませんか

課へ（郵送可）
 共同住宅や駐車場等の賃借物件を賃貸する方が所有し、事業に用いる設備・備品等（土地・家屋以外）は、償却資産として固定資産税の課税対象となり、申告が義務付けられています。

申告対象 下表参照
 ※建物本体や電気・衛生・空調設備等の付帯設備の中で、家屋と構造上一体となっているものについては、対象外

申告方法 令和3年度の申告期間は過ぎましたが、申告可能です。資産税課（市役所1階）で配布する「固定資産税（償却資産）申告の手引き」または市ホームページ（記事ID:1023）を参照し、償却資産申告書に必要事項を記入のうえ、資産税課へ提出してください。

資産の種類	主な資産
構築物	駐車場などに施工している各舗装、ブロック塀、フェンス、門、側溝、植栽、自転車置き場、ゴミ置き場 ほか
電気設備	外灯、太陽光発電システム、屋外給排水設備、無人駐車場管理装置（オートロック式・ゲート式） ほか
器具・備品	ルームエアコン、設置型宅配ボックス ほか

対象講座 看護師（准看護師）、介護福祉士、保育士 ほか

支給額 修業中：月額10万円（市民税非課税世帯）、月額7万5000円（市民税課税世帯）▽修業後：一時金を支給

対象者 市内に住所を有するひとり親家庭の親および児童が児童扶養手当を受けているか、同等の所得水準の方

対象講座 高卒認定試験の合格を目指す講座

支給額 受講修了時：受講料の4割相当額▽合格時：受講料の2割相当額

対象者 市内に住所を有する児童が高卒認定試験の合格を目指す場合に、民間事業者等が実施する対策講座の受講にかかる費用の一部を

問い合わせ 子ども家庭支援課ひとり親福祉担当

9月10日は下水道の日 「下水道 雨水も汚水も すーいすーい」

下水道の日とは、下水道の全国的な普及を図るため、昭和36（1961）年から「全国下水道促進デー」として始まり、平成13（2001）年に、旧下水道法が制定されたことなどから、より親しみやすい「下水道の日」に変更されました。

また、9月10日は、立春から数えて20日目にあたる「二百二十日」と呼ばれる時期で、大雨に備える特別な日の一つとされてきました。

雨水排水の対策も下水道の重要な役割であるというところで、この日が下水道の日と定められています。

市の下水道の状況は、汚水の整備状況は、市街化区域を中心に2,379haの範囲を下水道処理計画区域と定め、面積普及率は、91.4%となっています。また、供用開始区域における水処理率は、98.8%となりました。雨水の整備状況は、青梅市東部地区540haの管きよ整備を進めており、269haが完成し、進捗率は49.8%となっています。下水道が整備された地域の皆さんには、早期に下水道へ接続いただき、早急にお申し込みください。

市の下水道は、汚水と雨水を別々に排除、処理する分流式を採用していますが、何らかの原因で

汚水下水道管に雨水が流れ込み、近年の集中的な大雨では下水道が排除しきれずあふれてしまうおそれもあります。原因を調査していくとともに、管きよや公共まの破損箇所などの修繕を進めていきますが、下水道を使用している皆さんも、汚水ますに雨水が流れ込まないように協力を願います。

悪質な宅地内排水管清掃業者にご注意を

「宅地内の汚水ますを点検させてください」と言って排水管の清掃を勧める業者がいます。市では、このような業者の派遣や指導は行っていませんので、ご注意ください。問い合わせ 下水道管理課 業務係

動物愛護週間

動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めてもらうための週間です。

市では例年動物愛護週間に動物愛護に関する講演会を開催しています。今年も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

動物、身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみましょう。 ※ペットを飼っている方とこれからペットを飼おうとしている方に役立つ情報を「東京動物」から見る事ができます。市ホームページ（記事ID:38223）からリンクしていただけますので、ご覧ください。

☆動物愛護関連 図書コーナー 日程 9月13日（月）～27日（月） ※21日、22日を除く 会場 中央図書館

☆動物愛護活動 パネル展示 日程 9月17日（金）～27日（月） 会場 市役所1階ロビー

問い合わせ 市環境政策課管理係



9月20日～26日は動物愛護週間

動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めてもらうための週間です。

市では例年動物愛護週間に動物愛護に関する講演会を開催しています。今年も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

動物、身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみましょう。 ※ペットを飼っている方とこれからペットを飼おうとしている方に役立つ情報を「東京動物」から見る事ができます。市ホームページ（記事ID:38223）からリンクしていただけますので、ご覧ください。

問い合わせ 子ども家庭支援課ひとり親福祉担当

9月は東京都自殺対策強化月間
問い合わせ 健康センター ☎23・2191

特別相談
☆多重債務11番 ☎03・3235・1155

9月1日(水)～30日(木) 午前9時～午後5時

☆フリーダイヤル特別相談 ☎0120・58・9090

☆有終支援いのちの山彦 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族相談ダイヤル ☎03・3261・4350

☆自死遺族総合支援センター

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

食育一口メモ 地産地消について

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を地域で消費しようという取り組みのことです。地産地消には、地域の直売所で地場産の生産物を買ったり、東京産の食材を積極的に使用している「とうきょう特産食材使用店」などを利用する

いる野菜が地元で作られたことを子どもたちに話すことも関心を持ち食べてみるきっかけになる場合もあります。 ※とうきょう特産食材使用店は、東京都産業労働局ホームページ参照

☆LINE相談(相談) ☎23・2191

☆フリーダイヤルを除き

☆自死予防いのちの電話 ☎0120・783・556

☆学生向け「いのちの講演会(オンライン開催)」

☆10代の「死にたい」気持ちに

☆東京自殺相談ダイヤル ☎03・3842・5311

☆有終支援いのちの山彦 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3842・5311

☆自死遺族傾聴電話 ☎03・3500・9261

9月は世界アルツハイマー月間です

9月は「健康増進普及月間」です。1に運動、2に食事、しっかりと禁煙、最後にクスリ。 「健康寿命」を延伸するために、生活習慣病の特性を知り、運動を習慣的に、バランスのよい食事等について理解を深めることが大切です。 皆さんも、9月から新たに健康づくりを始めてみませんか。

9月は世界アルツハイマー月間です

市では世界アルツハイマー月間にあわせ、認知症に関するイベントを開催します。認知症に関する情報や正しい知識をもとに理解を深め、認知症と向き合う時間を共有しましょう。

①うめカフエ 認知症疾患のあるご本人やその家族、認知症に関心のある方が集い、日頃の悩みや思い、認知症関連の情報共有する場です。

②認知症サポーター 養成講座 日時 9月27日(月) 午前10時～11時

③講演会 「目の前の方を支えたい」から始めたこと 日時 9月27日(月) 午後2時～3時30分

④パネル展示、リーフレット配布など 日時 9月30日(木) 午前8時30分～午後5時15分

生活、仕事、お金のこと、ひとりで悩まず、相談してみませんか？

- 生活のこと
 - ▷どこに相談したらよいか分からない。頼れる人もいない。
 - ▷引きこもりやニートで悩んでいる。
- 仕事のこと
 - ▷仕事はしたいけど、何から始めればよいか分からない。
 - ▷失業してしまった。再就職先が見つからない…。家賃が払えない…。
- お金のこと
 - ▷家計のやりくりが…。
 - ▷公共料金の滞納や借金の返済が大変だ。

悩みが深刻化する前に…。まずは、お電話を！

問い合わせ 直通電話 ☎23-5888 で生活福祉課生活自立支援担当(市役所1階17番窓口) ※月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～正午、午後1時～5時 ※つながらない場合は、市役所代表電話へおかけください。 ※市役所での相談を希望する場合は、事前に電話で予約してください。

「こころの体温計」でストレスチェック

「こころの体温計」はパソコンや携帯電話を利用して、気軽にストレスや落ち込み度がチェックできるシステムです。



★パソコン… https://fishbowlindex.jp/ome/ ★携帯電話…右の二次元コードから ★費用無料(通信料は自己負担) ★その他のモード…身近な家族を思いやる「家族モード」▷子育て中のママさんに「赤ちゃんママモード」▷困った時の切り切り方で分かる「ストレス対処タイプ別テスト」▷アルコールとの付き合い方をチェック「アルコールチェックモード」

青梅市医師会健康コラム80

特に高齢者、若者のスポーツ外傷の場合、頭をぶつけたら、青梅市立総合病院 脳神経外科部長 高田義章 交通事故や転落事故で意識を失うほど頭を強く打った場合、本人の意思にかかわらず救急車で病院に搬送され、すぐにCTスキャンなどの検査が行われます。 一方、自宅での転倒、体育やスポーツ活動などで比較的に軽い頭部外傷を受けた場合、受診するかどうか悩まれるでしょう。残念ながら、どのような場合に受診すべきかという明確な基準はありません。 高齢者では、後になって出血することがあるという知識をお持ちのご家族が心配して脳外科を受診することが多く、若者のスポーツ外傷では、学校の先生やコーチから検査を受けるよう指示され

買物代行サービスを 実施する事業者を募集しています

市では、新型コロナウイルス感染症の影響により、外出に不安を感じている高齢者・障害者への買物代行サービスを実施する事業者を募集しています。

申し込み 高齢者支援課で配布する指定の申請書(市ホームページからダウンロード可)・記事ID:24721に必要事項を記入のうえ、必要書類を添えて次のいずれかの方法で高齢者支援課へ



青梅市シルバーマイスター募集

市では、優れた技能、知識、経験を有し、その技術等を次世代に継承していただける65歳以上の方を「青梅市シルバーマイスター」として登録しています。

芝居など、さまざまな技能を持つマイスターが活躍しています(詳細は市ホームページ記事ID:97参照)。マイスターの技を見たい、技術等を学びたいという団体の方は、高齢者支援課(市役所1階)へお問い合わせください。

子育てひろば ユニコー 米粉粘土で遊ぼう

日時 9月6日(月) 午前11時~11時30分 ※子育てひろばは午前10時~正午

定員 先着5組 費用無料 その他 駐車場あり 直接会場へ 問い合わせ 長瀬保育園 ☎22-8102、市子ども家庭支援課支援係

青梅市ファミリー・サポート・センター

会場 福祉センター集会所 対象 3か月~小学生の保護者

地区交流会

日時 9月17日(金) 午前10時30分~11時30分 会場 新町市民センター和室

赤ちゃんをはじめ育てているママへ ベビープログラム子育て応援講座

初めての赤ちゃんを育てているお母さんのための講座です。親子一緒に参加して、育児の楽しさや悩みごとを話しませんか。

グランパ・グランマのための離乳食講座

お孫さんの世話を頼まれて、「自分が子育てをしていた時と変わっていること」もあるのでは」と気になっている祖父母のための講座です。

子育てひろば ユニコー 親子でチョコ美

日時 9月16日(木) 午前10時30分~11時15分 会場 ネットたまぐーセンター3階研修室A

親子スキンシップ教室

楽しく遊んで、こころとからだを育てよう! 教室名・日程・会場・定員等 右表参照 時間 午前10時~11時30分(東青梅すみれのみ午後3時30分~5時)

Table with 5 columns: 対象(市内在住), 教室名, 日程(8回), 会場, 定員(抽選). Rows include 3~4歳児と保護者, 2~3歳児と保護者, 1歳児と保護者, 0歳児(令和2年4月2日~9月30日生まれ)と保護者, 0歳児(令和2年10月1日~3年4月1日生まれ)と保護者, 0歳児(令和3年4月2日~6月30日生まれ)と保護者.

※令和3年4月1日現在の年齢です。

9月の相談日・健康診査

相談名	日程	時間	相談員※内容・対象	会場・備考
法律相談	1日(水)、8日(水)、13日(月)、15日(水)、22日(水)、27日(月)、29日(水) 10月4日(月)、6日(水)、13日(水)、18日(月)、20(水)、25日(月)、27日(水)	午後2時～5時 (1人25分) ※電話予約制	弁護士 ※金銭貸借、離婚、借地・借家、相続等の日常の法律問題について(1案件につき1回)	市役所3階相談室 ▷予約は相談日の1週間前の午前8時30分から受け付けます。 ※9月27日(月)の法律相談の予約は9月21日(火)から、予約を受け付けます。 ▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
交通事故相談	10日(金) 24日(金)	午後1時30分～4時 (1人35分) ※電話予約制	弁護士 ※交通事故の損害賠償・過失割合など	
登記相談	17日(金)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話予約制	司法書士、土地家屋調査士 ※土地や家屋の登記、相続問題など	
相続・遺言の 手続 等	28日(火)		行政書士 ※相続・遺言等暮らしの手続きなど	
行政相談	14日(火)	午後1時30分～4時 (1人約30分) ※電話予約制	行政相談委員 ※国等への苦情や要望など	電話相談のみ ▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
身の上相談	21日(火)	午後2時～4時 (1人30分) ※電話予約制	人権擁護委員 ※人権問題・家庭での悩みごとなど	市役所3階相談室 ▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
消費者相談	月～金曜日 ※祝日を除く	午前10時～正午 午後1時～4時 ※第2・4火曜日は午後6時まで	消費生活相談員 ※訪問販売や買い物のトラブルなど	電話相談のみ ▷消費者相談室専用電話☎22-6000
福祉専門相談	14日(火) 22日(水)	午前9時30分～11時30分 ※電話予約制 午後5時～8時 ※電話予約制	弁護士 ※成年後見制度、遺言・相続等	福祉センター1階相談室 ▷予約は社会福祉協議会☎22-1233へ
労働相談	12日(日)	午前10時～正午 (1人40分) ※電話予約制	社会保険労務士 ※解雇、賃金不払い、時間外労働等労働問題全般の相談(パートタイムでお勤めの方も可)	市役所2階会議室 ▷予約は9月10日(金)までに商工観光課商工労政係へ(先着3人)
住宅相談	16日(木)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話・窓口予約制	青梅市住宅施策推進協議会所属の住宅関連団体の相談員 ※分譲マンションの修繕・維持・管理に関する相談	市役所5階会議室 ▷予約は相談日の3日前までに住宅課住宅政策係へ
おとなの健康相談	①7日(火) ②29日(水)	①午前9時30分～11時15分 ②午後1時30分～3時15分	保健師、管理栄養士等 ※健康や栄養に関する個別相談(血圧・体脂肪・体重測定など)	①健康センター②中央図書館多目的室 ※問い合わせは健康センター☎23-2191へ ▷直接会場へ

※犯罪で被害を受けた方やその家族で何かお困りのことがありましたら、市民安全課市民相談係へご相談ください。
※参考資料をお持ちの方は、相談時にご用意ください。

総合病院 院長テレホン

院長が病院運営などについて、ご意見やご要望などを電話でお受けします。
※医療相談はできません。
日時 9月27日(月) 午前9時～正午
電話 ☎22-3191

9月の献血

日程(9月)	時間	会場
10日(金)	午前10時～正午 午後1時15分～4時	青梅市役所正面玄関横

直接会場へ
詳細・問い合わせ 東京都赤十字血液センター ☎042-529-0405

9月の子育て支援事業

対象 保護者同伴の乳幼児、小学生
内容 指導員・講師が見守り、遊び方などを教えます。
定員 会場ごとに定員を設けています。
費用無料 直接会場へ
詳細・問い合わせ 子ども家庭支援課支援係

会場	日程	時間
大門市民センター会議室	1日(水) 15日(水)	午前10時～正午
長洲市民センター体育館	2～16日の木曜日、23日(祝)	午後3時～5時
梅郷市民センター体育館	16日(木)	午後3時～5時
沢井市民センター和室	6日(月)	午前10時～正午
東青梅市民センター体育館	4日～25日の土曜日	午前10時～正午
新町市民センター体育館	24日(金)	午後3時～5時
河辺市民センター体育館	3～24日の金曜日	午後3時～5時
今井市民センター会議室	9日(木) 23日(祝)	午前10時～正午
今井市民センター体育館	14日(火) 28日(火)	午後3時～5時

※体育館では、体育館履きをご用意ください。
※年間予定は、市ホームページをご覧ください。

(公財) 青梅佐藤財団共催事業

最新恐竜学「めざせ! きょうりゅうはかせ」 真鍋 真先生講演会

国立科学博物館の恐竜博士が恐竜の最新情報や博物館のことを教えてください。

日時 10月16日(土) 午後2時～3時30分 (1時30分開場)

会場 ネットたまぐーセンター

対象・申し込み 下表参照

※小学1～3年生は保護者同伴

※抽選結果は10月8日(日)に発送予定

定員 100人(抽選)

費用無料

問い合わせ 社会教育課 生涯学習推進係

対象	申し込み
市内小・中学校在学者と保護者等	学校専用申込書(各校で配布)に必要事項を記入し、9月15日(水)までに申し込みボックス(校内に設置)へ
国際理解講座受講生と保護者等	学校専用申込書(各校で配布)に必要事項・国際理解講座受講生欄に〇印を記入し、9月25日(土)までに通常講座の受付で提出
上記以外の市内在住・在学・在勤者	参加者全員の住所、氏名、電話番号(小学生～高校生は学校・学年、在勤者は勤務先)を入力し、9月15日(水)までに電子申請(右記二次元コード参照)

真鍋 真氏 講師プロフィール

恐竜学者(古生物学者)。国立科学博物館副館長、標本資料センターコレクションディレクター。博物館の展示監修のほか、多くの恐竜の本や図鑑の出版にかかわる。主な著作に「恐竜博士のめまぐるしくも愉快な日常」(ブクマン社)「恐竜の魅せ方」(CCCメディアハウス)「恐竜学」(学研プラス)など。



撮影: 与古田松市氏

9月の収益事業

フレッシユランド西多摩

写真作品展 「フォト・まいまいず」
※市内在住者は3時間250円
※回数券・再利用券の利用不可

期間 9月7日(火)～20日(祝)

催し 健康保険証等、年齢を確認できるものを提示

敬老の日イベント
期間 9月18日(土)～20日(祝)

内容 70歳以上の方の入浴

☆ヨリガ教室: 毎週木曜日 午後1時～2時

☆ボートレース多摩川
☆11日(土)～15日(水)
☆第57回日刊スポーツ賞
☆19日(日)～23日(祝)

☆27日(月)
☆10月2日(土)～3日(日)
☆14日(火)～16日(木)
☆FII富士通Fカップ&サンスポ杯

☆京王閣競輪

カップ

午後1時30分～2時30分
市内在住者1回800円
(教室と入浴3時間のセット料金、回数券やサービス券の利用不可)
※詳細はホームページ
https://www.nishiet.or.jp参照
問い合わせ フレッシユランド西多摩 ☎042-570-2626



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、10月1日号…9月3日(金)、10月15日号…9月17日(金)です。-秘書広報課-

なんでも情報局 アンテナ

☆催し(子ども向け)

●親子ふれあい広場「つくし組」9月16日(木) 午前10時〜11時30分

☆催し

●多摩川流域写真展 9月10日(金)〜15日(水) 午前10時〜午後6時

ボランティア・市民活動センターから

申し込み・問い合わせ

〒23-7163 市東青梅1-177-3 ●おもちゃの病院おうめ

☆会員募集

●水泳 火曜日 午前9時〜11時

官公署だより

●2021耐震キャンペーン(9月1日〜令和4年1月17日)

☆スポーツ協会だより

●健康ボウリング教室(入門編) 6月曜日コース

●西多摩保健所から ☆都民の皆さん「野菜×ニュー」

をたつぷり食べてもらいために始めました。健康的な食生活に欠かせない野菜の摂取量アップのために「野菜×ニュー」を、ぜひご利用ください

令和3年台風第9号等大雨災害義援金受付

被災された方々に心よりお見舞いを申し上げます。この災害で被災された方々を支援するため、市役所等で義援金の受付をしています。

青梅市芸術文化奨励賞候補者募集

市では、青梅市の芸術文化の振興と豊かな情操の育成のため、芸術文化活動に優秀な業績をあげた市民を表彰しています。

(公財) 青梅佐藤財団、羽村市共催事業
メランデ・ピアノ三重奏団コンサート
ウィーンフィルハーモニー管弦楽団の元コンサートマスターのダニエル・ゲーデ氏を中心としたトリオ演奏会です。

(公財) 青梅佐藤財団共催事業
柴田晶子口笛コンサート
「音楽としての口笛」を世に広めるべく、数少ないプロ奏者として活動している柴田晶子さんの演奏会です。

オクトーバー・ラン&ウォーク2021

普通の毎日を「スポーツ」の毎日にしよう！～スマホと歩いて景品ゲット！！～

問い合わせ スポーツ推進課

最近運動はしていますか。

10月はスポーツの秋！ということで、そんな運動不足解消のために、毎日の通勤や通学、買い物や散歩をスポーツにしましょう。

ランニングやウォーキングは、コロナ禍においても個々で取り組むことができ、楽しめるスポーツです。

市は今年度も、アールビーズスポーツ財団が主催する「オクトーバー・ラン&ウォーク2021」に参加します。「オクトーバー・ラン&ウォーク2021」は10月の1か月間のみ開催されるランニング・ウォーキングイベントです。

無料のスマホアプリを使用し、ウォーキング部門では通勤、散歩といった毎日のウォーキング情報を自動で記録し、ランニング部門ではGPS計測により走行距離、走行コース、時間を記録します。

記録された歩行・走行距離によりアプリ内のキャラクターが成長し、クーポン券が提供されます。

また、全国、地域、年代別でランキングが確認できるので、身近な人や遠くのライバルと競い合いながら楽しむこともできます。

昨年度、青梅市では多くの方の参加により、ウォーキング部門では全国の参加自治体の中で3番目に多い申し込み者数でした。今年度は1位を目指しましょう。

市ホームページ内の「オクトーバー・ラン&ウォーク2021」のページでは、市内のおすすめウォーキングコースを紹介しています。(記事ID…24089)

まずは1か月、ランニングやウォーキングを楽しみましょう。

開催期間 10月1日(金)～10月31日(日)

申込期限 10月31日(日)まで

申込方法

▷ランニング部門…アプリ「TATTA」をダウンロードし、イベントから申し込み

▷ウォーキング部門…アプリ「スポーツタウンウォーカー」をダウンロードし、申し込み

※スポーツタウンウォーカーをすでにご利用の方は、再度の申し込みは必要ありません。

※参加には、アプリを使用できる端末が必要となります。

※歩行・走行距離等に応じて市オリジナル景品を用意しています。市オリジナルの景品の内容等の詳細は、市ホームページ(記事ID…24089)参照

※詳細は、大会公式ホームページ <https://arbee.net/octoberrun/> 参照



青梅市吉川英治記念館

「市民所蔵の吉川英治作品展」の展示品を募集します

青梅市吉川英治記念館では、令和4年1月4日～3月27日の会期で、市制施行70周年記念・新春展示「市民所蔵の吉川英治作品展」の開催を予定しています。

この展示では、市民の皆さんが所蔵する吉川英治の作品等をお借りし、展示するとともに、これらの資料と英治とのかかわりや思い出について紹介します。

資料をお持ちの方はぜひ、吉川英治記念館までご連絡ください。

日程の調整後、実物を確認し、展示の可否や借用等の相談をします。

受付期間 9月30日(木)まで

受付方法 電話 ☎74-9477

または記念館ホームページ <https://ome-yoshikawaeiji.net/info/news/5581> (下記二次元コード参照)へ

※電話での受付時間は午前10時～午後5時

※休館日(毎週月曜日。9月20日(祝)は開館し、9月21日(火)は休館)は電話での受付ができません。

資料実例 吉川英治直筆の原稿、色紙、掛軸、扇面など

※展示スペースや応募状況の関係で、展示できない場合もあります。

問い合わせ 青梅市吉川英治記念館 ☎74-9477



市立美術館共催展

「アートビューイング西多摩2021—開花するアート」アートボランティア募集

会期 11月20日(土)～令和4年1月16日(日)

対象 高校生以上

内容 展示作業、ワークショップ、鑑賞教室、ギャラリートークのサポートなど▷作家と直に接する機会もあり▷詳細は10月17日(日)の午前10時から市立美術館で開催する「ボランティア説明会」で説明

申し込み 10月10日(日)の午後4時(必着)までに住所、氏名、電話番号、メールアドレスを電話 ☎24-1195、ファックス 23-8229、電子メール div7060@city.ome.lg.jp で市立美術館へ

9月の木曜夜間窓口

毎週木曜日は、午後8時まで窓口業務の一部を延長して実施しています。

開設日 2日、9日、16日、30日

対象課・問い合わせ 市民課、保険年金課、介護保険課、高齢者支援課、障がい者福祉課、子育て推進課、収納課、市民税課、資産税課

9月の日曜納付窓口

日時 26日(日) 午前9時～午後4時

問い合わせ 収納課収納管理係

9月の納期限(9月30日)

▷国民健康保険税…3期▷後期高齢者医療保険料…3期▷介護保険料…3期