

広報 おうめ



青梅市民憲章

- 1 木や花をたいせつにし
美しいまちをつくろう
- 2 とともに学びあい
心やからだをきたえよう
- 3 明るい家庭をつくり
若い力を育てよう
- 4 よく働き
豊かなくらしをともにしよう
- 5 協力し助けあい
住みよいまちにしよう

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

リバウンド防止のために、「3密の回避」、「人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗いなどの手指衛生」等の基本的な感染予防対策の徹底に、ご協力をお願いします。

ゼロ密を目指そう



せっけんやハンドソープを使った丁寧な手洗いをしましょう



手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約100万個
せっけんやハンドソープで10秒もみ洗いした後流水で15秒すすぐ	1回	約0.01% (数百個)
	2回	約0.0001% (数個)

丁寧に手洗いを行うことでウイルスを十分に除去できます。さらにアルコール消毒をする必要はありません。

【厚生労働省ホームページ参照】
問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

新型コロナウイルスワクチンの接種はお済みですか？

接種費無料

問い合わせ 新型コロナウイルスワクチン接種担当

市では、12歳以上の市民を対象として住友金属鉱山アリーナ青梅や福祉センターを会場に集団接種を進めています。

すでに多くの方の接種が済みであり、現在、予約状況に余裕があります。まだ接種がお済みでない方はこの機会に予約することをお勧めします。予約の方法は下記をご確認ください。 ※集団接種会場で取り扱っているワクチンは、ファイザー社製です。

1. 接種券を手元に用意する

12歳以上の市民の方には接種券を発送済みです。

なお、接種券がお手元に届いていない方は、月～金曜日（祝日を除く）の午前8時30分～午後5時に市健康センター ☎ 23-2191 にご連絡ください。現在11歳の小学6年生は誕生日が近づきましたら接種券が送付されます。

2. 次のいずれかの方法で予約する

コールセンター	LINE	予約サイト
☎ 0120-840-085へ ※月～土曜日の午前9時～午後5時		

新型コロナウイルスワクチン接種に関する相談窓口をご利用ください

市役所1階にて、新型コロナウイルスワクチン接種に関する相談や予約をとるお手伝いをしています。

お困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。



みどりのカーテンコンテスト

審査結果発表

今年の夏、強い日差しを和らげ、室温の上昇を抑えてくれる「みどりのカーテン」に取り組んだ市内の家庭や事業所等を対象に、みどりのカーテンコンテストを実施しました。

一般家庭を対象にした個人部門に15点、事業所や学校等を対象にした団体部門に17点の応募がありました。

▽最優秀賞(青梅市長賞)：原島初江

▽最優秀賞(青梅ガス株賞)：吉澤香代子

▽最優秀賞(西東京農業協同組合賞)：斎藤とく子

▽優秀賞：工藤宏和、橋本孝暢、橋本正男

▽佳作：青木正夫、佐藤二三男、中村俊弘、永吉憲一、堀口利寿、松浦英夫

▽個人部門最優秀賞(青梅ガス株賞)：田小

▽個人部門最優秀賞(西東京農業協同組合賞)：スター



個人部門最優秀賞 (青梅市長賞)



個人部門最優秀賞 (西東京農業協同組合賞)



個人部門最優秀賞 (青梅ガス株賞)



みどりのカーテンマイスター



団体部門最優秀賞

▽努力賞：社会福祉法人吹上苑特別養護老人ホームやすらぎの家

☆みどりのカーテンマイスター：斎藤昭夫

※みどりのカーテンコンテストで最優秀賞を3度受賞した方

※応募者への通知および受賞者の副賞は11月下旬に郵送します。

主催 青梅ガス(株)、西東京農業協同組合、青梅市

問い合わせ 環境政策課 管理係

青梅市ごみ収集カレンダーに

広告を掲載しませんか

毎年全戸配布している

ごみの収集日等を掲載した「青梅市ごみ収集カレンダー」(令和4年4月～翌年3月)に広告欄を設けます。広告掲載を希望する企業、事業所、自営業者の皆さんは、ぜひお申し込みください。

規格 カレンダー：A4 サイズ、広告：縦3cm ×横13cm (JPEG形式)

掲載料 1枠5万円

募集枠数 先着12枠

注意事項 掲載位置の指定は不可▽同一広告主の広告は1枠までとし、空きがある場合に限り2枠以上掲載可

申し込み 11月19日まで
に市ホームページ(記

式) 制作部数 7万1千部 (予定)

掲載料 1枠5万円

募集枠数 先着12枠

注意事項 掲載位置の指定は不可▽同一広告主の広告は1枠までとし、空きがある場合に限り2枠以上掲載可

申し込み 11月19日まで
に市ホームページ(記

式) 制作部数 7万1千部 (予定)

掲載料 1枠5万円

事ID：26199)から

広告掲載申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、広告

図案を添えて電子メール

宛先 div1315@city.y.ome.lg.jp または直接

清掃リサイクル課 (市役所5階)へ

※メールの件名は「青梅市ごみ収集カレンダー

広告掲載応募」として



クル課ごみ減量推進係

事業系ごみの排出にご協力を

事業系ごみ(事務所や店舗等の事業所から出されるごみ)は、住宅兼事業所の住宅部分のごみを除き、家庭系一般廃棄物指定収集袋では出せません。

☆燃やすごみ、燃やさないごみ、容器包装プラスチックごみ：1回の搬

事業系ごみ(事務所や店舗等の事業所から出されるごみ)は、住宅兼事業所の住宅部分のごみを除き、家庭系一般廃棄物指定収集袋では出せません。

☆燃やすごみ、燃やさないごみ、容器包装プラスチックごみ：1回の搬

出量が指定収集袋の大袋3袋以内(小袋6袋以内)の場合は、事業系一般廃棄物指定収集袋で排出できます。大袋4袋以上の場合は、青梅市の許可を持つ一般廃棄物収集運搬業者へ処理を依頼してください。

☆粗大ごみ、産業廃棄物：廃棄物処理業者に処理を依頼してください。

☆資源ごみ：資源ごみは、貴重な資源となりますので、資源物処理業者に依頼するなど、リサイクルにご協力ください。

問い合わせ 清掃リサイクル課 管理係

「市民と市長との懇談会」を開催します

市では、透明で公正な行政の確立に向け、公聴の充実を図っています。市民の声を施策に反映させるため、市民と市長との懇談会を下記のとおり開催します。また、Zoomを利用したオンラインでの開催も予定しています。

日時・会場・申し込み等 右記表参照

内容 「第7次青梅市総合長期計画」の策定について ほか

問い合わせ 企画政策課



電子申請フォーム

日時	11月8日(月) 午前10時～11時 30分	11月11日(木) 午後7時30分～9時	11月25日(木) 午後7時30分～9時
会場	わかぐさ公園(あおぞらミーティング)	市役所2階201～203会議室	オンラインでの開催
対象	市民(子育て世代)	市民	市民 (Zoomを利用できる方)
定員	20人(抽選)	20人(抽選)	15人(抽選)
申し込み期限	11月2日(火)	11月8日(月)	11月18日(木)
申し込み方法	参加日、氏名、電話番号、託児希望の有無を電話、電子メール <div0120@city.y.ome.lg.jp、電子申請(二次元コード参照)のいずれかの方法で企画政策課へ。 </div0120@city.y.ome.lg.jp、電子申請(二次元コード参照)のいずれかの方法で企画政策課へ。 ※電子メールの場合は件名を「懇談会申込」としてください。		
その他	雨天時はわかぐさ公園管理棟内で実施		※通信用料等は自己負担 ※開催の様子は動画で配信予定

傍聴にお出かけください

	青梅市総合長期計画審議会	青梅市スポーツ振興審議会	青梅市都市計画審議会	青梅市介護保険運営委員会	青梅市市民ホールに関する懇談会
日時	10月22日(金) 午後3時から	10月22日(金) 午後3時から	11月1日(月) 午前9時30分から	11月1日(月) 午後2時から	11月1日(月) 午後2時から
会場	市役所議会棟3階 大会議室	市役所2階 204・205会議室	市役所議会棟3階 大会議室	市役所議会棟3階 大会議室	ネットたまぐーセンター 多目的ホール
内容	第7次青梅市総合長期計画基本構想について ほか	青梅市スポーツ振興基金条例のもとづく援助等について ほか	青梅都市計画生産緑地地区の変更について ほか	介護保険事業の実施状況について ほか	市民ホールに関する事項について ほか
定員	10人(抽選)	先着4人	10人(抽選)	10人(抽選)	10人(抽選)
傍聴受付	当日の午後2時45分に会場入り口で	当日の午後2時30分～50分に会場入り口で	当日の午前8時45分～9時までに会場入り口で	当日の午後1時30分～50分に会場入り口で ※会議資料を希望する方は10月25日の午後5時までに電話で介護保険課へ(当日会場でお渡しします)	当日の午後1時20分～45分に会場入り口で ※懇談会の会議録は企画政策課(市役所4階)または各市民センターで閲覧できます。
問い合わせ	企画政策課	スポーツ推進課	都市計画課計画係	介護保険課介護保険管理係	企画政策課

(3) 3.10.15 広報おうめ

避難行動要支援者支援制度

市では災害対策基本法に基づき、災害時にみずから避難することが困難で、避難するために支援を必要とする方（避難行動要支援者）の名簿を作成し、避難支援に役立てています。8月10日付で、対象の方へ黄色い封筒で避難行動要支援者制度の同意確認書を送付していますので、届いた方は中の書類を確認し、返信用封筒にて必ず返送をお願いします。

この支援制度は、地域の助け合いによって成り立っています。日頃から地域の皆さんと気軽に会話ができる関係づくりを心がけましょう。

なお、災害時には「共助」



※同封した同意確認書に記入のうえ、返送してください。

対象となる皆さんもみずから身を守るという意識を持ち、できる範囲で防災対策に取り組みましょう。問い合わせ 防災課危機管理係

「STOP!ATM」での携帯電話の取り組みにご協力をお願いします

令和3年

特殊詐欺の被害発生状況

12件・約1千390万円
(9月6日現在)

還付金詐欺の手口は、自治体の職員等を装って電話をかけ、医療費の過払いがある、受け取れる給付金がある、と話し、被害者をATMに誘導し、携帯電話越しにATMの操作を指示しながら、犯人の指定する口座にお金を振り込ませるといふものです。還付金詐欺の手口の根幹をなす、ATMでの携帯電話を使った指示をできなくするため、ATMでの携帯

電話の通話はしない、させない、「STOP!ATM」での携帯電話・運動の取り組みを都内全域に広げ還付金詐欺の撲滅を目指します。

携帯電話で通話をしながら操作している方を見かけた場合は声かけ、もしくは近くの職員へ伝えていただきますようご協力をお願いします。

また、ATMにおいて携帯電話をご使用の方には警察官、金融機関職員等から声かけをさせていただきます。ご協力をお願いします。

☆自動通話録音機の貸与
市では、現在市内在住の

65歳以上の方を対象に、自動通話録音機の貸与(無料)を行っています。

特殊詐欺等に相当の効果があると言われております。気軽にご利用ください。電

話でご相談ください。

問い合わせ

▽自動通話録音機について
：市市民安全課市民安全係
▽特殊詐欺について：青梅警察署防犯係 ☎22・0110 内線2612



中小企業を支援 おうめものづくり等支援事業（2次募集）

市内の中小企業の方を支援する「おうめものづくり等支援事業」を実施しています。4月1日以降で令和4年3月31日までに完了するものを対象に今年度の2次募集を行います。

※詳細は、市ホームページ（記事ID…306）をご覧ください。

※「新製品・新技術開発事業」および「産業財産・認証出願事業」は2次募集の対象事業ではありません。

※今年度、すでに交付決定を受けた事業メニューへの申請はできません。

対象 次のいずれかに該当する事業者

▷中小企業…市内に住所（個人）、所在地（法人）があり、かつ、市内に営業の本拠を有する中小企業の方（表1参照）

▷中小企業グループ…市内の中小企業者が中心となったグループ

対象事業 表2・3参照

申請に必要な書類 表4参照

申請方法 11月15日（必着）までに申請書に必要な書類を添付し、郵送で商工観光課商工労政係へ ※持参も可

表1 中小企業の範囲（信用保証協会の保証ができる業種に限ります）

業種	資本金・出資の総額	常時使用する従業員数
製造業その他	3億円以下	300人以下
卸売業	1億円以下	100人以下
小売業	5千万円以下	50人以下
サービス業	5千万円以下	100人以下
ゴム製品製造業	3億円以下	900人以下
ソフトウェア業または情報処理サービス業	3億円以下	300人以下
旅館業	5千万円以下	200人以下

表2 おうめものづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請はできません）

事業区分	事業メニュー	具体的な内容	助成内容	対象
新事業着手支援	新事業チャレンジ事業	企業等が、新たに製品・技術開発を行うにあたり、想定される顧客ニーズの調査、原材料選定等の、本格的な企画や新製品・新技術開発に着手する前における、検討に係る経費の一部を助成する。	補助率 2/3以内 限度額 10万円	中小企業 中小企業グループ
販売促進支援	展示会等出展事業	「新製品・新技術開発事業」により支援を受けた製品を見本市等に出展したり、商談会に出席する費用の一部を助成する。ただし、「新製品・新技術開発事業」の支援を受けた翌年度から3年間に限る。	補助率 1/2以内 限度額 30万円	
感染症対策型販売促進支援	オンライン展示会等出展事業	「新製品・新技術開発事業」により支援を受けた製品をオンラインで開催される見本市に出展したり、オンラインで開催される商談会に出席する費用の一部を助成する。ただし、「新製品・新技術開発事業」の支援を受けた翌年度から3年間に限る。 ※インターネット通販サイト、ネットショッピングその他これらに類する常設型のウェブサイトのものは除く	補助率 1/2以内 限度額 30万円	

表3 おうめひとづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請はできません）

事業区分	事業メニュー	具体的な内容	助成内容	対象
人材確保・育成支援	人材確保事業	企業等が専門家による職員の採用に係るコンサルティングを受けたり、就職面接会等の採用活動を行う事業	補助率 1/2以内 限度額 50万円	中小企業
	従業員育成事業	企業等が、従業員の資質向上のために行う、講習会等の開催または参加する事業もしくは資格取得を行う事業	補助率 1/2以内 限度額 10万円	
企業間交流支援	企業間交流支援事業	企業同士の交流を目的として組織されている団体が主催する交流会や勉強会への参加または三者以上の企業間交流を深めることを目的に行われ、かつ意見交換の場や企業紹介の場が設けられている交流会や勉強会を開催もしくは参加する事業	補助率 2/3以内 限度額 20万円	中小企業 中小企業グループ
販売促進支援	展示会等出展事業	企業等が自社製品を国内外の見本市等に出展したり、商談会に出席する事業。ただし、その場で小売りすることを主な目的とするものは除く。	補助率 1/2以内 限度額 10万円	
感染症対策型販売促進支援	オンライン展示会等出展事業	企業等が自社製品をオンラインで開催される見本市に出展したり、商談会に出席する事業。※インターネット通販サイト、ネットショッピングその他これらに類する常設型のウェブサイトのものにおいて行われるものは除く。	補助率 1/2以内 限度額 10万円	

表4 申請に必要な書類

	対象事業者区分		
	法人	個人事業主	中小企業グループ
申請書	商工観光課で配布または市ホームページ（記事ID…306）からダウンロードした申請書に必要な事項を記入して提出		
市税納税証明書	法人名義で納めるべき市税を納めていることを証する証明書（全税目・直近1年分）	個人が納めるべき市税を納めていることを証する証明書（全税目・直近1年分）	グループの代表（申請者）が納めるべき市税を納めていることを証する証明書（全税目・直近1年分）
事業者（中小企業）であることを証するもの	▷定款の写し ▷登記事項証明書	▷住民票 ▷開業届出書の写し	▷規約等 ▷構成員名簿

新型コロナウイルス感染症の影響による 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の減免

対象の世帯 次のいずれかに該当すること

- ①新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯
②新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入の減少が見込まれ、次の(1)~(3)に該当する世帯
世帯の主たる生計維持者について、(1)事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入のいずれかが前年と比べて10分の3以上減少する見込みであること(2)前年の合計所得金額が1千万円以下であること(3)収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の合計所得金額が400万円以下であること

減免額 ①に該当：全額免除 ②に該当：表1の減免対象保険税(料)額に表2の減免割合をかけた金額

表1 減免対象保険税(料)額の計算式
減免対象保険税(料)額=A×B÷C
A:世帯の被保険者全員について算定した保険税(料)額
B:世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる収入にかかる前年の所得金額
C:主たる生計維持者および世帯の被保険者全員の前年の合計所得金額

表2 減免割合
前年の合計所得金額 減免割合
300万円以下 全額
400万円以下 10分の8
550万円以下 10分の6
750万円以下 10分の4
1千万円以下 10分の2

※主たる生計維持者の事業等の廃止や失業の場合、前年の合計所得金額にかかわらず、表1で算出された減免対象保険税(料)額に表2の減免割合をかけた金額を適用する。
申請方法 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送で保険年金課へ持参も可
※必要書類等は、市ホームページ(記事ID:1938722272)参照
またはお問い合わせください。

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方へ 新型コロナウイルス感染症に伴う 傷病手当金を支給します

対象 次の①~③のすべてに該当する方
①青梅市国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している方
②給与等の支払いを受けている方
③新型コロナウイルス感染症に感染した場合または発熱等の症状があり感染が疑われた場合に、療養のため労務に服することができない方

支給額 1日当たりの支給額(直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額)×3分の2×日数(支給対象となる日数)
適用期間 令和2年1月1日~3年12月31日
申請には、医師の意見書や事業主の証明が必要。状況により提出書類等が異なりますので、事前にお問い合わせください。

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方へ 傷病手当金を支給します

対象 次の①~③のすべてに該当する方
①青梅市国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している方
②給与等の支払いを受けている方
③新型コロナウイルス感染症に感染した場合または発熱等の症状があり感染が疑われた場合に、療養のため労務に服することができない方

支給額 1日当たりの支給額(直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額)×3分の2×日数(支給対象となる日数)
適用期間 令和2年1月1日~3年12月31日
申請には、医師の意見書や事業主の証明が必要。状況により提出書類等が異なりますので、事前にお問い合わせください。

原動機付自転車 ゆめうめちゃんナンバープレートの無料交付

対象 市内を定置場とする原動機付自転車の所有者
対象車種
▷第1種(白色・総排気量50cc以下)
▷第2種の乙(黄色・総排気量50cc超90cc以下)
▷第2種の甲(桃色・総排気量90cc超125cc以下)
※交付手数料無料
※新規登録のほか、従来のナンバープレートからの交換可
※新規登録、交換ともにナンバーの指定不可
登録に必要なもの 下表参照
交付申請先・問い合わせ 市民税課庶務係(市役所1階)



Table with 2 columns: 原動機付自転車の状況 (Original motorcycle status) and 登録に必要なもの (Items needed for registration). Rows include purchase from dealer, name change, and exchange of plates.

※本人および同居の方でない方が届出する場合、委任状が必要です。
※譲渡証明書は旧所有者印が押印してあるもの
※青梅市に住居登録がなく、市内に定置場がある方は、住民登録が確認できる書類と市内の定置場が確認できる書類(アパートの賃貸借契約書など)も必要です。
※ナンバープレートの交換により、自動車損害賠償責任保険の変更手続きが必要となる場合があります。保険会社等へご確認ください。

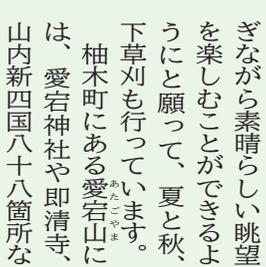
「年末調整等説明会」の中止

青梅税務署主催により、毎年11月に開催していた年末調整等説明会は、令和3年度以降は開催しないこととなりました。
年末調整に関する動画(10月中旬以降公開予定)、関係用紙は国税庁ホームページ https://www.nta.go.jp/users/gensen/nencho/index.htm (二次元コード参照)に掲載されていますので、ご覧ください。
なお、例年年末調整等説明会で配布している給与支払報告書・総括表は、11月1日~19日に市役所1階ロビーに設置するので、必要な方はお越しください。
問い合わせ 青梅税務署法人課税第1部門・管理運営部門 ☎22-3185、市市民税課市民税係

自治会活動紹介コーナー75 観光客への「おもてなし」

自治会連合会第4支会長 土方 功

梅郷地区内には観光資源も多く、観光客のためにも、自治会でもさまざまな面で関わっています。今回は自治会で行っている「おもてなし」活動の一部を紹介いたします。
畑中連合自治会では、例年、市から配布されるコミュニティ花壇への花苗がコロナ禍により無くなったため、連合自治会独自事業で、観光にみえるお客さんへの「おもてなし」として、奥多摩観光の入り口である吉野街道沿い3か所のコミュニティ花壇に、500ポットのマリゴールドを植えてお迎えしています。
赤ぼっこ山頂
△畑中コミュニティ花壇
△赤ぼっこ山頂



自治会活動紹介コーナー75 観光客への「おもてなし」
自治会連合会第4支会長 土方 功
梅郷地区内には観光資源も多く、観光客のためにも、自治会でもさまざまな面で関わっています。今回は自治会で行っている「おもてなし」活動の一部を紹介いたします。
畑中連合自治会では、例年、市から配布されるコミュニティ花壇への花苗がコロナ禍により無くなったため、連合自治会独自事業で、観光にみえるお客さんへの「おもてなし」として、奥多摩観光の入り口である吉野街道沿い3か所のコミュニティ花壇に、500ポットのマリゴールドを植えてお迎えしています。
赤ぼっこ山頂
△畑中コミュニティ花壇
△赤ぼっこ山頂



国民健康保険に加入している方へ 医療費の額をお知らせします

医療費に関する認識を深めていただくため、年2回、国民健康保険で給付した医療費額をお知らせします。

今回は、令和2年11月～3年6月受診分を11月下旬ごろにお知らせします。

※次回は7月～10月受診分を4年2月下旬ごろにお知らせします。

このお知らせが届いたことにより、行う手続きはありませんが、また、還付金などは発生しません。

お知らせは確定申告および住民税申告の医療費控除の明細書(内訳書)として添付できます。

※保管した領収書をもとに、明細書の作成等の対応をお願いします。

※11月・12月診療分のお知らせを個別に作成することはできません。手元に保管している領収書をお使いください。

お問い合わせ 医療費のお知らせ：市保険年金課給付係▽医療費控除：青梅税務署 ☎22・3185、市民税課市民税係

国民年金の付加年金を利用して 老齢基礎年金を増やしませんか？

国民年金には、将来受ける老齢基礎年金を増やしたい方のために、付加年金の制度があります。

申し込んだ月の分から、国民年金の定額保険料に加えて付加保険料(月額400円)を納めると、老齢基礎年金の年金額に上乗せして支給されます。

対象者 国民年金第1号被保険者または任意加入被保険者(65歳以上の方を除く)

※保険料の全額一部免除、納付猶予、学生納付特例を受けている方、国民年金基金加入者、老齢基礎年金受給者は対象となりません。

上乗せされる付加年金の計算式は付加保険料納付月数×200円

★例：付加保険料(400円)を10年(120月)納付した場合

▽納めた付加保険料総額：400円×10年(120月)＝4万8千円

▽毎年受け取れる付加年金額：200円×10年(120月)＝2万4千円

2万4千円の付加分が老齢基礎年金の年金額に上乗せされて支給されます。

国民年金を受け取り始めて2年を越え、納めた付加保険料総額を上回る計算になります。

申し込み 年金手帳、本人確認書類をお持ちの場合、保険年金課国民年金係へ

※郵送も可

届きましたか？

新しい国民健康保険証

国民健康保険被保険者証(保険証)は、10月1日から新しい保険証に変わりました。9月中旬～下旬に、各世帯主の方へ簡易書留で郵送しています。

配達時に不在の場合、郵便局の配達員が「不在連絡票」を置き、再配達または郵便局で受け取りましたら、郵便局で受け取りに来る際は、必ず次のものをお持ちください。

▽世帯主または同じ世帯の家族が取りに来る場合：窓口に来る方の本人確認書類、旧保険証、世帯主からの委任状

▽右記以外の方が取りに来る場合：窓口に来る方の本人確認書類、旧保険証、世帯主からの委任状

お問い合わせ 保険年金課 資格課係

ご利用ください 特定保健指導 Let's!健康プログラム

青梅市国民健康保険で実施している特定健康診査の受診結果で、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)およびその予備群となった方に、特定保健指導「Let's!健康プログラム」のご案内を順次送付しています。

このプログラムでは、管理栄養士などが、対象者一人ひとりに合った健康プランを提案し、生活習慣の改善に向けてサポートしますので、ご利用ください。

お問い合わせ 健康センター ☎23-2191

出張もの忘れ無料相談会

市では、認知症の予防や早期発見・対応をはじめ、認知症を理解していただく「もの忘れ相談会」を行っています。もの忘れが気になる方、家族や近所に気になる人がいるという方は、気軽にご相談ください。

日時 11月2日(火) 午前10時～午後1時

会場 中央図書館多目的室

直接会場へ ※事前予約可

お問い合わせ 高齢者支援課包括支援係

食育一口メモ 10月16日は、世界食料デー

世界食料デーは、世界中の人々が協力し合い、飢餓や栄養不足、極度の貧困を解決することを目的に国連が定めた世界共通の記念日です。

食べられるのに破棄されてしまう食材を「食品ロス」と言いますが、日本では年間約600万トンが廃棄されています。国民1人あたりお茶碗1杯分の食料を、毎日捨てていることになりま

す。(農林水産省ホームページより) 余った食べ物をゴミとして処分すると、環境にも負荷をかけます。

家庭では、食材を買いすぎないように心がけ、食品の期限表示を正しく理解し、調理の時は作りすぎない、残り物をアレンジしてみるなどできることから取り組んでみましょう。

食品の期限表示について 消費期限表示は、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。いずれも未開封で、表示の保存方法で保存した場合の期限となります。

消費期限は、「食べても安全な期限」、賞味期限は「おいしく食べることができ期限」の違いがあります。食品をむだなく利用するための目安にご利用ください。

お問い合わせ 健康センター ☎23・2191

ゴックンクラス(離乳食教室・初期)

日時 11月12日(金) 午前10時～11時10分

会場 健康センター3階

対象 4～5か月児の保護者

講師 管理栄養士、歯科衛生士

内容 離乳食の始め方とこ

定員 先着10組(予約制)

費用無料

持ち物 お子さん同伴の場合は、バスタオル、ミルク(お湯も含む)、おむつなど、外出時に必要なもの

申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

子育てひろばとこ 洋服・絵本等の交換会

交換するものがない方も参加できます。

日時 10月25日(月) 午前11時～11時50分

※子育てひろばは午前10時～正午

会場 下長瀬自治会館2階大広間

対象 未就学児の親子、妊娠中の方

定員 先着5組

費用無料

直接会場へ

その他 駐車場あり

問い合わせ 長瀬保育園 ☎22・8102、子ども家庭支援課支援係

小学生平和ポスター展

世界連邦運動協会青梅支部では、次代を担う子どもたちに平和の尊厳や人類の一員としての意識を深めてほしいと願い、市内の小中学生から、世界平和をテーマとしたポスター作品を募集しました。子どもたちの作品をご覧ください。

期間 10月25日(月)～11月5日(金) 午前8時30分～午後5時15分

※土・日曜日、祝日を除く

※木曜日は午後8時まで

会場 市役所1階ロビー

問い合わせ 市民安全課 市民安全係

介護について考えてみませんか？11月11日は介護の日

初めての介護～家族に支援が必要になったら～(講座)

日程 11月11日(木) 会場 市役所2階会議室

対象 高齢者を介護している方、家族やご自身の介護に備えたい方、介護に関心のある方

定員 各回先着10人程度(予約制) 費用無料

申し込み 電話または直接高齢者支援課包括支援係(市役所1階)へ

○大人用おむつとのお付き合い編

「大人用おむつっていつから使ったらいいの?」「色々な種類があるけど選び方が分からない」等、身体状況にあったおむつの選び方や適切なケア方法をお伝えします。

時間 ①午前10時から②午後1時から(各回45分程度)

○選んで安全! 転ばぬ先の杖編

一口に杖といってもさまざまな種類があり、目的や状況に合ったものを選ぶことが大切です。歩くことを長く楽しめるよう準備しましょう。

時間 ①午前11時15分から②午後2時15分から(各回45分程度)

作品展・市内介護施設の紹介

利用者の作品や市内施設の一部をご紹介します。

日時 11月11日(木)、12日(金) 午前10時30分～午後4時

※12日は午前8時30分から

会場 市役所2階会議室 直接会場へ 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、11月15日号…10月20日(水)、12月1日号…11月5日(金)です。-秘書広報課-

なんでも情報局 アンテナ

☆ 催し

●創立60周年記念文化祭 10月20日(水)〜22日(金) 午前8時30分〜午後5時※ 20日は午後1時から、22日は正午まで▽福祉センター▽高齢者クラブの会員が作成した作品を展示します▽入場無料▽直接会場へ▽青島市高齢者クラブ連合会事務局 ☎22-1111 (内線2158)

☆ 会員募集

●秋の展示会 10月24日(日) 午前10時〜午後3時 30分▽福祉センター▽なごま達の作品を展示します。詳細はホームページをご確認ください▽入場無料▽直接会場へ▽たまたまの郷山口 ☎20-0722

●現代英語 月曜日(第3月曜日を除く) 午後7時30分〜9時▽河辺市民センター▽英語の中・上級者※教室では原則として日本語禁止▽知識人向けの米国のニュース週刊誌「二言」を教材にします▽スーザン・ムドリ氏▽月額4千円▽辞書で調べるなど事前準備必須、教材の朗読の後英語で質問▽現代英語 加勢川 ☎090-3213-1532

●観世流 謡と仕舞 第1〜3木曜日 午後1時〜5時▽河辺市民センター▽初心者歓迎▽能楽師津村聡子氏▽月額6千円▽青島謡曲会 小川 ☎31-1653

●英会話 金曜日 午前10時〜正午▽長洲市民センター▽講師作成のプリントの勉強と会話の練習▽ロバート・ヤング氏▽10人▽月額4千円▽NECC 諏訪 ☎090-1764-5960

●九星気学・手相・タロット占い講座 ☆土曜日コース: 第1・3土曜日 午前10時30分〜正午☆水曜日コース: 第2・4水曜日 午後1時30分〜3時※コース選択可▽福祉センター▽仕事・愛情・人間関係・健康・運勢の見方など基礎から学ばます▽最上義仁氏▽15人▽月額3千円▽初心者歓迎▽大観塾 田代 ☎090-3100-1151

●毛筆・ペン字・筆ペンかきかた 第1〜3土曜日 午後1時30分〜4時▽青島市民センター▽小学生以上▽西野景瑤氏▽入会金1千円 大人1回1千100円 学生800円※教材代▽書道クラブ 石井 ☎24-7271

●第3回青島ジュニアオーブンテニス大会 ☆A・Bクラス: 11月6日(土) 午前9時開始※予備日11月13日(土) ☆C・Dクラス: 11月20日(土) 午前9時開始※予備日11月27日(土)▽市民球技場テニスコート▽都内在住・在学の小・中学生▽Aクラス(10歳以下) シングルス男女混合 8人、Cクラス(12歳以下) シングルス男女混合 16人、Dクラス(14歳以下) シングルス男女混合 16人、A・Bクラスはグリーンボール、C・Dクラスは標準球を使用※C・DクラスはA・Bクラスからの重複エントリー可※先着順▽1クラス2千円▽(一社)青島市スポーツ協会・東京都(公財)東京都体育協会主催▽青島市テニス協会主管▽10月23日までに必要事項(参加希望クラス・氏名・生年月日・性別・保護者氏名・住所・電話番号・所属団体)を記入の上、青島市テニス協会電子メール(junior@omecity.jp)に申し込み※メールの受け付け、申し込みは必ず保護者が行うこと

●奥多摩青島の秘境を歩く ⑩ハンギョウ尾根 10月30日(土) 午前8時25分〜午後4時※雨天の場合は10月31日(日)に延期▽JR奥多摩駅集合・解散▽健脚者向け▽奥多摩駅・東口原・ハンギョウ尾根・三ツドツク・横スス尾根▽先着10人▽1千円▽森林インストラクター青島会 小太刀 ☎2275718 申し込み(午後6時〜10時)

●観世流 謡と仕舞 第1〜3木曜日 午後1時〜5時▽河辺市民センター▽初心者歓迎▽能楽師津村聡子氏▽月額6千円▽青島謡曲会 小川 ☎31-1653

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 ☎23-7165 郵送: 〒198-0042 青島市東青島1-17-3 ●視覚障害者のためのスマホ、パソコン教室 11月13日(土)、23日(祝) 午後1時〜3時30分※J

R東青島駅に迎え可▽福祉センター▽視覚障害のある方▽画面が見えなくても便利にスマートフォン、パソコン利用▽見学可▽パソコンボランティア青島市先着5人▽費用無料▽パソコンボランティア青島 井上 ☎090-8776-0387 申し込み

●第3回青島ジュニアオーブンテニス大会 ☆A・Bクラス: 11月6日(土) 午前9時開始※予備日11月13日(土) ☆C・Dクラス: 11月20日(土) 午前9時開始※予備日11月27日(土)▽市民球技場テニスコート▽都内在住・在学の小・中学生▽Aクラス(10歳以下) シングルス男女混合 8人、Cクラス(12歳以下) シングルス男女混合 16人、Dクラス(14歳以下) シングルス男女混合 16人、A・Bクラスはグリーンボール、C・Dクラスは標準球を使用※C・DクラスはA・Bクラスからの重複エントリー可※先着順▽1クラス2千円▽(一社)青島市スポーツ協会・東京都(公財)東京都体育協会主催▽青島市テニス協会主管▽10月23日までに必要事項(参加希望クラス・氏名・生年月日・性別・保護者氏名・住所・電話番号・所属団体)を記入の上、青島市テニス協会電子メール(junior@omecity.jp)に申し込み※メールの受け付け、申し込みは必ず保護者が行うこと

●観世流 謡と仕舞 第1〜3木曜日 午後1時〜5時▽河辺市民センター▽初心者歓迎▽能楽師津村聡子氏▽月額6千円▽青島謡曲会 小川 ☎31-1653

東京青梅観光PR動画秋編 「青梅に秋を感じに行こう」が完成しました！ 今回の動画は友達との久しぶりの再会に秋を感じられる場所を巡り、紅葉の時期の青梅だからこそ楽しめる自然やグルメが「見られる、味わえる、体験できる」ものを盛り込んだ内容となっています。 おうち時間や通勤・通学、休憩時間に、ぜひお楽しみください。 ※この動画の制作あたっては、西武信用金庫からの「企業版ふるさと納税」を活用しています。 お問い合わせ 商工観光課観光係

第54回青梅産業観光まつり 特典付スタンプラリー 「まるごと青梅を楽しもう！」 青梅産業観光まつりの一環として、市内の150店舗を対象としたスタンプラリーを実施します。期間中に参加店を訪れると特典がもらえます。さらに、参加店にてスタンプを3つ集めると、食事券等の豪華景品が当たる抽選に応募できます。参加店の詳細、参加方法および注意事項は、青梅産業観光まつりホームページ https://www.omecity.jp/santa (左記二次元コード参照) や、各市民センターに置いてあるチラシをご覧ください。 実施期間 10月20日(水)〜11月30日(火) お問い合わせ 青梅産業観光まつり実行委員会(青梅商工会議所) ☎23-0111

江戸東京博物館特別展「縄文2021」に青梅市所有の注口土器などが出品されています

10月9日(土)～12月5日(日)に江戸東京博物館で開催中の特別展「縄文2021―東京に生きた縄文人―」に、郷土博物館で所蔵している「重要文化財 寺改戸遺跡土壇出土品」をはじめ、「東京都指定有形文化財 駒木野遺跡26b号住居跡出土土器」など、市内の遺跡から出土した土器、石器等20点が展示されています。



△重要文化財 寺改戸遺跡土壇出土品(左側が注口土器)

なお、江戸東京博物館での展示終了後、出品した品々を郷土博物館でも展示する予定です。問い合わせ 郷土博物館 ☎23・6859

東京文化財ウィーク2021

10月30日(土)～11月7日(日)に、都内全域で国・都指定の文化財が公開される「東京文化財ウィーク2021」(都教育庁ホームページ https://www.syougai.metro.tokyo.lg.jp/ssaiku/week.html 参照)が開催されます。

指定文化財の特別公開

11月30日(火) 10月30日(土) 会場 郷土博物館 内容 都指定有形文化財 青梅新町開村記録(写真参照) 問い合わせ 郷土博物館 ☎23・6859



なお、今年度も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ポスターとガイドブックの配布、文化財解説ボランティアによる解説を中止します。

青梅市市制施行70周年記念式典をライブ中継します

青梅市が市制施行70周年を迎えたことを記念し、10月23日(土)に記念式典を行います。当日に式典の様子をインターネット上でライブ中継します。式典には、多年にわたり市政の発展に寄与された方々やご協力いただいた方々をお招きしています。ぜひ、ご覧ください。

詳細は、市ホームページ(記事ID…34939)をご覧ください。

※通信料は自己負担

問い合わせ 秘書広報課秘書係



青梅探訪 うんちく講座&散歩

みんなの知らない永山

日時 11月13日(土) 午前9時30分～11時30分(永山丘陵の歴史文化に関する講座、午後1時～4時30分(永山丘陵を散歩) ※雨天の場合、散歩のみ 14日(日) 同時開催 会場・集合場所 ネット たまぐーセンター1階 多目的ホール 講師 大倉千彌也氏、村野公一氏 定員 先着20人(予約制) 費用 500円(資料代) 服装・持ち物 歩きやすい服装、履きなれた靴、筆記用具、飲み物 ※交通費、昼食代は別途ご用意ください。 申し込み 住所、氏名、電話番号を電話または電子メール ☎23・6859 @city.ome.lg.jp 社 会教育課へ ※メールの件名は「うんちく講座&散歩申し込み」としてください。

写真で振り返る青梅市(答え合わせ)

広報おうめ10月1日号に掲載した写真は、昭和43年ごろに二俣尾海禅寺前より南側に向けて撮影したものです。当たりましたか?

写真で振り返る青梅市(パート3)

次の写真はどこの写真でしょうか?答えは広報おうめ11月1日号で!



青梅市の文化遺産 58 墨江座

市文化財保護指導員 東山啓子

青梅には、明治・大正以来、初音座と墨江座の芝居小屋があり、その後、それぞれ青梅大映(大映系)、青梅キネマ(松竹・東宝系)に変わりました。また、戦後の一時期、青梅セントラル劇場(洋画専門)がで、映画館は3つになり、当時、青梅は西多摩地域で娯楽文化の中心でした。

今回は、墨江座を中心に青梅の映画館の歴史について紹介します。墨江座は、青梅町と周辺の有志によって作られた青梅墨江劇場組合によって、大正6(1917)年10月に新築移転した西多摩郡役所の建物を譲り受け開場しました。

大正5(1916)年9月封切「案内」には、墨江座について言及されており、大正13(1924)年版には記載されています。

「青梅キネマ」も昭和43年ごろに焼失してしまいました。青梅キネマは、住吉神社西側の横丁にあつたので、その横丁は今でも「キネマ通り」の愛称で呼ばれています。その後、昭和50年前後の青梅大映の廃業を最後に、青梅には映画館がなくなり、今年になって、西分町にある旧都立織維試験場を改修した「シネマネコ(ミニシアター)」が、6月に開館したことで、半世紀ぶりに青梅に映画館が復活しました。

この映画館が青梅のまちおこしのきっかけのひとつになればいいと思います。

問い合わせ 郷土博物館 ☎23・6859



△青梅キネマ

中央図書館 ☎22-6543

☆いずれも…費用無料、直接会場へ

今井図書館おはなし会 日時=10月16日(土) 午前11時～11時15分▷会場=今井市民センター和室▷対象=4歳児以上▷内容=昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ▷定員=先着12人▷協力=図書館ボランティア

青梅図書館おはなし会 日時=10月17日(日) 午前11時～11時15分▷会場=青梅図書館おはなしの部屋▷内容=昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ▷定員=先着10人▷協力=図書館ボランティア「青梅おはなしの会」

おはなし会 日時=10月23日(土) 午前11時～11時15分▷会場=おはなしの部屋▷対象=4歳児

次号の発行は11月1日です

以上▷内容=昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ▷定員=先着8人▷協力=図書館ボランティア

小学生以上向けおはなし会 日時=10月23日(土) 午後3時～3時15分▷会場=おはなしの部屋▷対象=小学生以上▷内容=昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ▷定員=先着8人▷協力=図書館ボランティア

ちっちゃいこのおはなし会 日時=10月24日(日) 午前11時～11時15分▷会場=おはなしの部屋▷対象=3か月(首がすわってから)～4歳児と保護者▷内容=絵本の読み聞かせや手遊び、わらべうた等▷定員=先着8人

市役所・市主催事業等へお出かけの際は、マスクの着用、体温の測定、手指の消毒、ボールペンのご持参にご協力ください。体調がすぐれない場合は、ご遠慮ください。

お詫びと訂正 広報おうめ9月15日号8面「特別展 創立100周年記念 青梅信用金庫所蔵美術展」で出品画家名を「鈴木竹伯」としましたが、正しくは「鈴木竹柏」です。お詫びして訂正します。 問い合わせ 市立美術館 ☎24・1195

10月の日曜納付窓口 日時 24日(日) 午前9時～午後4時 問い合わせ 収納課収納管理係 10月の納期限(11月1日) ▷市・都民税…3期 ▷国民健康保険税…4期 ▷後期高齢者医療保険料…4期 ▷介護保険料…4期

