

〈令和4年／2022〉

8 / 1

No. 1,443

〈毎月1日・15日発行〉  
青梅市役所秘書広報課  
〒198-8701  
青梅市東青梅1-11-1  
☎ 0428-22-1111  
FAX 0428-22-3508

発行・編集

# 広報 おうめ



Ome

## 青梅市の人口

7月1日現在（前月との比較）

世帯数	64,662世帯	(120世帯増)
人口	130,712人	(28人増)
(男)	65,654人	(5人増)
(女)	65,058人	(23人増)



御岳溪谷

今号の主な記事 ◆市職員募集…2面 ◆スタートアップ創業者支援事業補助金…3面 ◆各種がん検診…5面 ◆青梅市納涼花火大会テレビ中継…7面

市主催事業等は、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって変更・中止になる場合があります。詳細は市ホームページをご覧ください。

# 令和5年4月採用 職員採用試験

問い合わせ 職員課人事研修係

## 一般採用枠

職種	受験資格	募集人数															
一般事務	平成6年4月2日～13年4月1日生まれの方	20人程度															
一般事務 (身体・精神・知的障害者)	平成6年4月2日～13年4月1日生まれで次の要件をすべて満たす方 ①身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳または療育手帳のうちいずれかの手帳の交付を受けている方 ②活字印刷文による筆記試験および口述試験の受験が可能なる方																
一般技術 (土木・建築・機械・電気)	昭和57年4月2日～平成13年4月1日生まれで次のいずれかの要件を満たす方 ①大学、高等専門学校、短期大学または高等学校において各技術関連科目(土木・建築・機械・電気)を履修し卒業した方 ②下表に記載の知識・技能および実務経験を有する方	各若干人															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>職種</th> <th>知識・技能</th> <th>実務経験</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>土木</td> <td>土木</td> <td>土木工事の設計・管理業務等</td> </tr> <tr> <td>建築</td> <td>建築</td> <td>建築工事の設計・管理業務等</td> </tr> <tr> <td>機械</td> <td>建築または機械</td> <td>建築工事に伴う給排水衛生設備および空調設備の設計・管理業務等</td> </tr> <tr> <td>電気</td> <td>電気</td> <td>電気設備の保守管理や電気工事の設計・管理業務等</td> </tr> </tbody> </table>		職種	知識・技能	実務経験	土木	土木	土木工事の設計・管理業務等	建築	建築	建築工事の設計・管理業務等	機械	建築または機械	建築工事に伴う給排水衛生設備および空調設備の設計・管理業務等	電気	電気	電気設備の保守管理や電気工事の設計・管理業務等
職種	知識・技能		実務経験														
土木	土木		土木工事の設計・管理業務等														
建築	建築		建築工事の設計・管理業務等														
機械	建築または機械	建築工事に伴う給排水衛生設備および空調設備の設計・管理業務等															
電気	電気	電気設備の保守管理や電気工事の設計・管理業務等															
保健師	昭和57年4月2日以降生まれで保健師の免許を有する方																

## 就職水河期世代採用枠

職種	受験資格	募集人数
一般事務	昭和49年4月2日～55年4月1日生まれの方	若干人

申し込み期間 8月19日(金)まで  
 申し込み方法 「マイナビ2023」の青梅市のページ(2次元コード参照)からエントリーしてください。



※卒業年次により、マイナビへエントリーができない場合は、市ホームページ(記事ID…30468)を確認してください。

試験方法 基礎能力試験、事務能力試験、性格適性検査、小論文試験、口述試験など

採用予定日 令和5年4月1日以降

その他 詳細は、市役所1階総合案内、中央図書館で配布する試験要項(※)をご覧ください。

※市ホームページ(記事ID…17528)からもダウンロード可

## あなたはもう済んでる？ マイナンバーカード申請

問い合わせ 市民課マイナンバーカード担当



9月末までに申請するとマイナポイントがもらえます！

マイナンバーカードの申請が済んでいない方へ、9月上旬までに2次元コード付きの申請書が「地方公共団体情報システム機構(J-LIS)」から順次送付されます。

主な申請方法 ①スマートフォン②郵送③直接(月～金曜日に市役所で毎日申請サポート中)  
 詳細は市ホームページ(記事ID…59262)をご確認ください。

## 沢井市民センター出張受付(要予約)

市内に住民登録がある方を対象に、写真撮影と申請ができる出張受付サービスを行います。

日時 8月14日(日) 午前10時～午後3時(正午～1時除く)

会場 沢井市民センター

定員 先着120人程度(予約制)

持ち物 マイナンバーカード交付申請書

※申請書がない場合、予約の際に申し出たうえで当日本人確認書類(保険証等)をお持ちください。

注意事項 写真撮影を行いますので、必ず本人が来場してください▷15歳未満または成年被後見人の方は、法定代理人の同伴が必要です。

申し込み 電話で市民課マイナンバーカード担当へ

## みどりのカーテンコンテストに 参加しませんか？

募集期限 8月31日(水)  
 対象 今年の夏、市内でみどりのカーテンを設置する個人または団体

※みどりのカーテンマイスターを除く

部門 個人部門(住宅)▽団体部門(事業所、小・中学校、幼稚園、保育園、施設等)

条件 つる性の一年草で設置幅が1m以上のもの

応募方法 環境政策課(市)▽電子メール: [envi@city.oume.lg.jp](mailto:envi@city.oume.lg.jp)

役所5階)、各市民センター、中央図書館で配布する応募用紙(市ホームページ(記事ID:545)からダウンロード可)に必要事項を記入し、みどりのカーテンの設置状況が分かる写真を添付のうえ、次のいずれかの方法で環境政策課へ郵送:〒198-8701青梅市環境政策課管理係

※容量を5MB未満にし、件名を「みどりのカーテンコンテスト」としてください。

※郵送・メールが難しい場合は直接持参も可

応募上の注意 写真は正面全景および背面(建物側)から撮影したものを含め、上限3枚▽人物を写さないこと▽写真の裏面に応募者氏名を記入▽応募書類は返却しません。

審査方法 応募書類をもとに

▽昨年度団体部門最優秀賞作品(若草小)

## ウメ輪紋ウイルス感染状況調査を 実施します

今年度2回目の感染状況調査を実施します。

日程 8月16日(火)～30日(火)

※状況により延長する場合があります。

対象地区 令和2年度まで強化対策事業を実施してきた地区(梅郷・和田町・日向和田全域▽柚木町1

丁目と2、3丁目の一部▽二俣尾1、3丁目と4丁目の一部▽畑中1、2丁目の一部と3丁目

対象植物 農地・公園・街路樹・学校等のウメ

調査方法 黄色の腕章をつけた市職員が対象となるウメを調査し、ウイルス

症に感染したときに現れる症状の有無を確認します。症状がある場合は、葉を採取、検定し、感染の有無を確認します。

感染が確認された場合 所有者へ連絡し、対応を行います。感染が確認されなかった場合は、連絡しません。

アブラムシの防除 ウメ輪紋ウイルスは、アブラムシを媒介して対象植

物に感染します。ウメ、モモ(スモモを含む)、セイヨウスモモ、ネクタリン、アンズ、オウトウ(サクランボ)などサクラ属の植物(サクランボを除く)を所有する方は、アブラムシの防除にご協力をお願いします。

問い合わせ 農林水産課 政係

今年度は、次の地区で一筆地調査(一筆ごとの境界)

調査です。

## 地籍調査にご協力を

地籍調査は、国土調査法に基づき、一筆(登記地番)ごとの土地について、所有者、地番、地目を調べ、境界の位置と面積を測量する調査です。

今年度は、次の地区で一筆地調査(一筆ごとの境界)

確認)を実施します。土地

## 屋外業務時の職員のマスク着脱

厚生労働省等の「マスクの着用に関する基本的な考え方」に基づき、職員の屋外業務に際し、熱中症等防止の観点から、身体的距離が2m以上確保できる場合、マスクを外すことがあ

ります。また、職員はマスクが必要となる際に備えて、常にマスクを携帯して業務にあたります。

問い合わせ 職員課安全衛生係

傍聴にお出かけください

	青梅市環境審議会	青梅市男女平等推進計画懇談会
日時	8月16日(火) 午後2時から	8月30日(火) 午前10時から
会場	市役所3階教育委員会会議室	市役所202会議室
内容	(仮称)今井土地区画整理事業に関する環境影響評価書案について	令和3年度実施事業の進捗よく報告評価 ほか
定員	3人(抽選)	3人(抽選)
傍聴受付	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で	当日の午前9時40分～55分に会場入り口で
問い合わせ	環境政策課管理係	市民活動推進課市民活動推進係

### 創業者向け空き店舗活用事業補助金

市では、空き店舗を活用して創業する方を対象として、施設の改装費用の一部を補助します。

補助金の活用を希望する方は、補助金交付申請の手続きをお願いします。

対象 個人で事業を始め、または法人を設立しようとする方で、産業競争力強化法に基づく特定創業支援等事業による支援を受け、証明書を交付された方

提出方法 31日(消印)までに次のいずれかの方法で商工観光課(市役所3階)へ



### 新たに事業を始めた方へ

#### 青梅市スタートアップ創業者支援事業補助金

新型コロナウイルス感染症が地域経済に大きな影響を与えているなか、市内で新たに事業を開始した方を対象に補助金の交付を行います。

対象 令和2年4月1日以降に市内において個人で事業を始めた方、または法人を設立した方で、産業競争力強化法に基づく特定創業支援等事業による支援を受け、証明書を交付された方

提出方法 令和5年1月20日(消印)までに次のいずれかの方法で商工観光課(市役所3階)へ

交付額 1事業者当たり20万円(1事業者当たり1回限り)

※申請書類等の詳細は、商工労政係

### 忠霊塔を公開します

先の大戦の終戦から77年目を迎えるにあたり、永山公園内にある忠霊塔を一般公開します。

公開日時 8月15日(月) 午前10時～午後2時

### 原爆死没者・戦没者に1分間の黙とうを

原爆死没者の霊を慰め、世界恒久平和の実現を祈念し、広島市では8月6日、長崎市では8月9日に式典が行われ、広島市では原爆が投下された午前8時15分に、長崎市では午前11時2分に、平和の鐘を合図に1分間の黙とうをささげます。

問い合わせ 市民安全課

### 総合病院における選定療養費を改定します

総合病院では、令和4年度診療報酬改定に基づき、10月1日より選定療養費を以下のように改定します。

▽初診時加算(紹介状持参のない初診の方)：5千円から7千円に改定

問い合わせ 総合病院医課 課までお問い合わせください。

### 粗大ごみの不法投棄への自衛策にご協力を

不法投棄は、犯罪であり、法律によって処罰されます。

市では、不法投棄への対策として、環境美化委員や青梅警察署の協力により随時パトロールを行うほか、不法投棄の防止を呼び掛ける看板等を設置しています。

問い合わせ 清掃リサイクル課 収集指導係

### 家電4品目の収集は販売店等へ

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・衣類乾燥機の家電4品目は、家電リサイクル法対象製品のため、市では収集できません。

問い合わせ 清掃リサイクル課 収集指導係

### Jアラート(全国瞬時警報システム)による防災行政無線試験放送の実施

弾道ミサイルや緊急地震速報等の緊急情報を携帯電話等に配信される緊急速報メールや市の防災行政無線により瞬時に伝達するシステムです。

Jアラートの緊急情報が、市の防災行政無線で通常に放送できることを確認するため、試験放送を実施します。

問い合わせ 防災課防災係

### 粗大ごみの出し方

☆粗大ごみとは 目安として1辺の長さが50cm以上(ガラス・陶磁器は30cm以上)の一般家庭(事業所からのものは除く)から排出される大型ごみです。

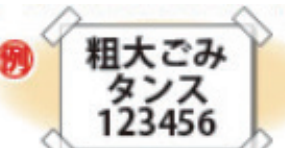
☆収集まで6日程度かかりますので、早めにご連絡ください。

受付日時 月々金曜日 午前9時～午後5時

直接持ち込み (予約不要) 青梅市リサイクルセンター(新町6-9-1)へ持ち込みできます。

※祝日、年末年始を除く ※搬入状況によりお待ちいただく場合があります。

粗大ごみ専用受付電話 ☎23・5805へお申し込みください。



8月1日から日向和田などの一部で下水道が使えるようになりました

下水道の供用開始により、くみ取り式トイレの水洗化や、台所や浴室などの排水を下水道へ流すことができます。

▽収集当日は、収集車両に積めるように道路際まで品物を出してください。

▽65歳以上の方のみ・障がい者のみ等で居住し、身近に手伝う親族等がない世帯で、自分で粗大ごみを屋外へ運び出すことが困難な場合は、屋内から運び出して収集する制度がありますので、申し込み時に相談ください。

その他 生活保護・児童扶養手当・特別児童扶養手当受給世帯は、処理手数料が免除になります。

問い合わせ 清掃リサイクル課 収集指導係

木町3丁目、二俣尾4丁目、御岳2丁目、小曾木5丁目、黒沢2丁目、師岡町2丁目、今井2丁目

問い合わせ 下水管理課 務係

【普通話】 青梅市政府网页还提供以上语言：英语，普通话，广东话，韩语，西班牙语和德语。

【粤语】 青梅市政府网页还提供以上语言：英语，普通话，粤语，韩语，西班牙语和德语。

【한국어】 저희 오우메시 홈페이지는 영어, 중국어, 광둥어, 한국어, 스페인어, 독일어로도 볼 수 있습니다.

【Deutsch】 Die Website der Stadtregierung Ome ist auch erhältlich in: Englisch, Mandarin, Kantonesisch, Koreanisch, Spanisch und Deutsch.

### 東京都シルバーパス更新手続き

70歳以上で新規発行を希望する方

更新手続きは郵送で  
現在シルバーパスをお持ちの方

今年度の東京都シルバーパスの更新手続きは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、昨年度と同様に郵送により行います。  
新しいシルバーパスの有効期限は、発行日より令和5年9月30日となります。



最新寄りのバス営業所で手続きをお願いします。詳しくは、お問い合わせください。  
▽8月中旬に(一社)東京バス協会から「シルバーパス更新手続きのご案内」が届きます。(赤い封筒または青い封筒)  
▽更新を希望する方は、「案内」を必ず確認のうえ、手続きをお願いします。

お問い合わせ (一社) 東京バス協会・シルバーパス  
専用電話 ☎03・5308・6950(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)、市高齢者支援課地域支援係

### 後期高齢者医療保険料 8月以降の特別徴収額が変更になる場合があります

後期高齢者医療保険料の特別徴収(年金天引き)は、仮徴収(4・6・8月)と本徴収(10・12・翌年2月)として納めていたのですが、所得の変動などにより仮徴収額と本徴収額に大きな差が生じる場合があります。そのため、翌年度以降の特別徴収額が年間を通してできるだけ均等になるように、8月の徴収額を調整することがあります。

※毎年の保険料額に大きな変動がない場合に限りです。

※保険料の年額に変更はありません。

※すべての方が対象となるわけではありません。



#### ☆仮徴収と本徴収

仮徴収			本徴収		
4月	6月	8月	10月	12月	翌年2月
前年の所得が確定していないため、原則として前年度2月の徴収額と同額を納付			確定した年間保険料額から、仮徴収額を差し引いた残額を3回に分けて納付		

#### ☆徴収額の調整の参考例(年間保険料58,800円の場合)

	仮徴収			本徴収			年間保険料
	4月	6月	8月	10月	12月	翌年2月	
変更前	12,100	12,100	12,100	7,500	7,500	7,500	58,800
変更後	12,100	12,100	5,200	9,800	9,800	9,800	58,800

	仮徴収			本徴収			年間保険料
	4月	6月	8月	10月	12月	翌年2月	
変更前	7,900	7,900	7,900	11,700	11,700	11,700	58,800
変更後	7,900	7,900	13,600	9,800	9,800	9,800	58,800

### 秋からEトレにチャレンジ!

～みんなで楽しく身体を動かして健康づくり～

日時 ①9月7日(水)、②22日(木)、③10月5日(水) ④20日(木)  
午前9時40分～11時40分  
※連続講座ではありません。

会場 ①、②河辺市民センター③、④大門市民センター

対象 参加日当日64歳以下の市民

内容 有酸素運動、筋トレ、ストレッチ、健康情報など

定員 各回先着30人(予約制)

講師 健康運動指導士、保健師 ほか

服装・持ち物 運動のできる服装、運動靴(室内用)、飲み物、ヨガマット又はバスタオル、筆記用具

その他 高血圧症や心臓病、骨関節疾患(腰痛・膝痛含む)の方は必ず医師の許可を得てください。

申し込み 電話☎23-2191で健康センターへ

### 普通救命講習会 救命処置と自動体外式除細動器(AED) 操作法

救命処置やAED操作法を学びませんか。

日時 9月8日(木) 午後1時30分～4時30分

会場 健康センター3階

対象 市内在住者  
指導 (公財) 東京防災救

※スカート不可  
その他 講習修了者に救命技能認定証(後日交付)を交付します。

定員 先着10人(予約制)

費用 1千500円(テキスト代)

※当日集金  
服装・持ち物 動きやすい服装、筆記用具

申し込み 電話☎23-2191で健康センターへ

### 青梅市医師会健康コラム91 自覚症状は大事か、大事でないか

片平医院院長 片平潤一

頭が痛いとかだるいとかの身体の症状や、気分が沈むとか眠れないなどの精神の症状は、身体におきている変動を知らせる危険信号です。  
「バイキン相手に闘っているぞ」、「抗生物質などの援軍が必要かも知れないぞ」という信号です。ですから普段の身体の調子と違う何らかの症状がでてきたら「何でもありません」と先延ばしせず、「もう少し様子を見よう」と先延ばしせず、「何とか最悪の事態を回避したい」という意識を持って、早急に対応することが大切です。

大きな変化がもう起きているのに自覚症状が無い場合もよくあります。  
高血圧はたとえ上の血圧が200でも自覚症状が無いのが普通です。ですから自分の感覚を大事にする人は、さすがに200では驚きますが、160くらいでは「大丈夫、何ともないから」と放置します。糖尿病もかなり進行するまで無症状です。  
自覚症状は無視するのでも絶対視するのも危険だということですね。  
問い合わせ 健康センター ☎23・2191

### 心身障害者福祉手当・難病福祉手当・心身障害者(児)医療費助成対象者等一覧

区分	心身障害者福祉手当	難病福祉手当	心身障害者(児)医療費助成
対象者	身体障害者手帳1～4級 愛の手帳1～4度 脳性まひ・進行性筋萎縮症	難病医療費助成の対象疾病に罹患し、原則として「特定医療費受給者証」または「マル都医療券」をお持ちの方	身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級を含む) 愛の手帳1・2度 精神障害者保健福祉手帳1級
所得制限限度額	※65歳以上で初めて上記に該当した方と所得制限限度額を超える所得のある方等は対象になりません。		
所得の見直し月	令和4年8月以降は、3年中の所得により判定します。		
現在受給中の方(手続き不要)	令和4年4月～7月分は、8月19日に振り込みます。		

障がい等のある方へ  
手当医療費助成(マル障)の所得の見直し時期です  
過去に所得制限を超えていたため、心身障害者福祉手当・難病福祉手当・心身障害者(児)医療費助成(マル障)を受けられない方で、所得が下がったなど、新たに受給資格に該当すると思われる方は、申請手続きをしてください。(対象者等は左表参照)  
なお、現在受給中の方は、申請先・問い合わせ (市役所1階)


は、手続きは不要です。申請に必要な要件や所得制限の詳細は、市のホームページ(記事ID:335)をご覧ください。  
申請先・問い合わせ 障がい者福祉課庶務係 (市役所1階)

※扶養親族の年齢等により左表の限度額に加算できる金額が該当する場合は所得から控除できる金額があります。

扶養親族等の数	所得制限限度額
0人	3,604,000円
1人	3,984,000円
2人	4,364,000円
3人目以降	1人につき380,000円を加算

# 各種がん検診を実施します

問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

	胃がん検診	肺がん検診	子宮頸がん検診(後期)	乳がん検診
日程	10月11日(火)、12日(水)、24日(月)、25日(火)、31日(月)、11月2日(水)、5日(土)、7日(月)、8日(火)、9日(水)		10月1日(土)～令和5年3月31日(金)	
時間	午前のみ ※午前のみ同時受診可		午前・午後	
会場	健康センター ※検査には検診車を使用		林レディースクリニック、新町クリニック健康管理センター、青梅市立総合病院、下奥多摩医院 健康センター(検診車)、新町クリニック健康管理センター、あきる台病院健診センター、日の出ヶ丘病院健診センター	
対象	令和5年4月1日までに35歳以上となる市民 ※勤務先等で受診できる方、人間ドック等を受診(受診予定)の方は受診をご遠慮ください。 ※受診できない方については下表をご確認ください。	令和5年4月1日までに40歳以上となる市民	市内在住の女性で、令和5年4月1日までに20歳以上となり、3年度に市の子宮頸がん検診を受診していない方 ※子宮疾患の治療中・経過観察中の方、子宮を摘出した方は対象外 ※4年度の子宮頸がん検診無料クーポン券対象者は受診不可	市内在住の女性で、令和5年4月1日までに40歳以上となり、3年度に市の乳がん検診を受診していない方 ※乳がんを治療中・経過観察中の方、妊娠中の方、妊娠の可能性がある方、授乳中の方、豊胸手術をした方、ペースメーカーを使用している方は対象外 ※4年度の乳がん検診無料クーポン券対象者は受診不可
検査内容	バリウムによる胃部X線検査	胸部X線検査 ※50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)600以上または6か月以内に血たんのある方は、希望によりかくたん検査を実施します。	問診、視診、内診、細胞診	マンモグラフィ検査、問診 ※あきる台病院健診センターでは視触診も実施 ※マンモグラフィ検査は40歳以上の方は2方向、50歳以上の方は1方向から撮影
費用	500円(税込み) ※当日受付で支払い ※生活保護受給者等は免除制度がありますので、受診日に受給証明書をお持ちください。			1,000円(税込み)
申し込み	次のいずれかの方法で健康センターへ ※電話での申し込みは不可			
郵送	①「胃がん検診希望」、「肺がん検診希望」、「胃がん・肺がん同時検診希望」のいずれかを記入してください。 ②希望日がある場合は、第3希望まで記入してください。希望日がない場合は、「どの日でも受診可」と記入してください。 ③記入漏れがあると、受診票の作成、送付ができないため、必ず記入してください。 ④家族や友人等と同じ受診日を希望する場合は、ハガキの余白にその旨を記入してください。 ※②④については申し込み状況により必ず希望に添えるものではありません。特に前半は希望が集中します。		①「子宮頸がん検診希望」、「乳がん検診希望」、「乳がん・子宮頸がん検診希望」のいずれかを記入してください。 ②記入漏れがあると、受診券の作成、送付ができないため、必ず記入してください。 ※前期子宮頸がん検診を申し込み、前期の日程で受診できなかった方は、再度の申し込みは不要です。お手持ちの受診票で後期の子宮頸がん検診をご利用ください。	
電子申請(2次元コード)	胃がん・肺がん検診  <a href="https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1656659900227">https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1656659900227</a>		子宮頸がん検診  <a href="https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1655276261453">https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1655276261453</a>	乳がん検診  <a href="https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1656922160989">https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1656922160989</a>
直接	健康センターで配布する検診申込書に記入し提出			
申し込み期間	郵送…8月16日まで(必着)、電子申請…16日午後11時59分まで 直接…16日まで ※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時		郵送…8月31日まで(必着)、電子申請…31日午後11時59分まで 直接…31日まで ※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時	
受診方法	9月末までに検診日時を指定した受診票を送付します。受信日の変更は原則できません。		9月中旬までに受診票を送付します。受診票が届いてから検診実施機関等へ10月1日以降の日程で予約し、受診してください。	

## 胃がん・肺がん検診を受診できない方

胃がん・肺がん検診共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>▷現在、がんの治療中または経過観察中の方や、以前、要精密検査になった方(かかりつけの医療機関へご相談ください)</li> <li>▷妊娠中・妊娠している可能性のある方</li> <li>▷自力で立位を保持することや、撮影台の手すりを自分でつかむことが困難な方</li> </ul>
胃がん検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>▷バリウム製剤に対し、過敏症(じんましん、手足が冷たくなるなど)の既往がある方</li> <li>▷腎臓病(人工透析)などで水分制限を受けている方</li> <li>▷技師の指示にしたがって動くことが困難な方</li> <li>▷胃の手術を受けた方、過去1年以内に開腹・内視鏡手術や整形外科の手術を受けた方、過去2か月以内に大腸ポリープを切除した方</li> <li>▷腸閉塞などの既往がある方</li> <li>▷過去1年以内に心筋梗塞や脳梗塞などの疾患を発症した方</li> <li>▷検診の当日までに3日間、排便のない方</li> </ul>

※当日の体調や問診等により受診できない場合があります。

## ～ハガキの書き方～

▽胃がん・肺がん検診    ▽子宮頸がん・乳がん検診

○ががん検診希望  
 第1希望 ○月○日  
 第2希望 ○月○日  
 第3希望 ○月○日  
 住所  
 氏名(ふりがな)  
 性別  
 生年月日(和暦)  
 電話番号

○ががん検診希望  
 住所  
 氏名(ふりがな)  
 生年月日(和暦)  
 電話番号

## 子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券送付

8月上旬に対象者へ送付します。受診方法等はクーポン券と併せて送付する案内をご覧ください。

**対象** 市内在住で次の生年月日に該当する女性  
 ▷乳がん検診…昭和56年4月2日～57年4月1日  
 ▷子宮頸がん検診…平成13年4月2日～14年4月1日

問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

### ヘルス・スキャン講座 体を分析して生活習慣を見直す3回コース

あなたは自分の体の現状を知っていますか？  
体組成測定で筋肉量の測定を行い、生活習慣の振り返りをします。自分の体や生活習慣の現状を知ること、今後の健康づくりの目安が分かります。

この講座で簡単な目標を立てて、生活習慣の見直しにチャレンジしましょう。

日時・内容等 下記表参照

会場 健康センター  
対象 原則①②③のすべてに参加できる69歳以下(9月13日時点の市民)

定員 先着12人程度(予約制)

費用無料

その他 高血圧症や心臓病、骨関節疾患(腰痛・膝痛含む)の方は必ず医師の許可を受けてください。

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ

日程	時間	内容	服装・持ち物
① 9月13日(火) 9月15日(木)	午前9時20分、10時50分から2時間程度 午前9時20分、10時50分、午後1時20分、2時50分の中で2時間程度	体組成測定、結果説明、食生活の個別相談	筆記用具
② 9月28日(水)	午前9時30分～正午	有酸素運動、筋力トレーニング・ストレッチの実践、自分の目標づくり	運動できる服装、運動靴(外履き)、筆記用具、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル
③ 10月12日(水)	午前9時30分～正午	歯周病予防セミナー、栄養の演習	筆記用具

### 骨粗しょう症予防セミナー

骨粗しょう症が原因の骨折は、治りにくく、骨折を繰り返してしまいます。今回は、医師による骨粗しょう症の病態や検査、治療についてのセミナーを実施します。

日時 8月27日(土) 午後2時～3時30分

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ

### あなたの筋肉量を測定します

#### 秋の体組成測定会

自分の筋肉量を知っていますか。筋肉が落ちてきていると感じている方や、ふだん運動している方も、この機会に自分の筋肉量を知って健康的な身体をつくりましょう。

日時 9月13日(火)、14日(水)、15日(木)

時間 ①午前9時10分から②10時40分から③午後1時10分から④午後2時

会場 健康センター3階  
対象 16～64歳の市民(9月13日時点)  
内容 体組成測定、結果説明、健康づくりのポイント  
講師 保健師、管理栄養士  
定員 各回先着5人(予約)

服装・持ち物 脱ぎやすい靴(裸足で測定します)、筆記用具  
その他 ペースメーカーを使用している方、妊娠している方は測定できません。  
申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ



### 親子の絆づくりプログラム 〜きょうだいが生まれました〜 ベビープログラム2

日時 8月30日～9月27日の火曜日(全5回)

時間 午前10時～正午

会場 子育て支援センターはぐはぐ和室

対象 就学前のお子さんとおおむね2～5か月児(2人目以降)の母親

申し込み 8月26日までに応募フォーム(下記2次元コード参照)または電話☎78・0762(午前10時～午後4時)で(特非)青梅こども未来へ

講師 B P 2 ファシリテーター 栗原久美子氏、吉田由美子氏

定員 先着10組(予約制)

費用 1組1千100円(テキスト代)

内容 下表参照

日程	テーマ
8月30日	新しい出会い
9月6日	子どもとの関わり方
13日	子どもの心の発達と「しつけ」
20日	私のストレス
27日	親として、よりよく生きる



### 離乳食教室

#### ◆ゴックンクラス

日時 8月18日(木) 午前10時～11時10分

対象 4～5か月児の保護者

内容 離乳食の始め方、この時期の離乳食の作り方(試食なし)、お口の手入れについて

講師 管理栄養士、歯科衛生士

#### ◆モグモグカミカミクラス

日時 8月30日(火) 午前10時～10時50分

対象 6～9か月児の保護者

内容 離乳食の進め方と7か月以降の離乳食の作り方(試食なし)

講師 管理栄養士

#### ◆いずれも

会場 健康センター3階

定員 先着10組(予約制)

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ

### 家庭教育講演会 子どもの未来につながるお金の教育

成年年齢の引き下げ、社会保険制度の変化、電子マネーやネット決済など見えないお金の多様化、価値観・ライフスタイルの多様化等により、自分でお金を管理し生活設計をしていくことが必要となつていきます。

日時 9月3日(土) 午後2時～4時

会場 市役所2階204～206会議室

対象 子育て中の保護者、子育て支援活動に関わる方

講師プロフィール 生活経済ジャーナリスト、「子供のお金教育を考える会」代表。新聞社で生活経済記事を担当しながら、日本FP協会認定ファイナンシャルプランナーの資格を取得。出産を機に退社後は、家庭経済の記事を新聞や雑誌に執筆。講演活動も精力的に行う。



### 妊婦歯科健診 赤ちゃんのためにお口の中の健康チェック

妊娠中は、体の変化や生活環境の変化などにより、歯周病やむし歯にかかりやすくなります。赤ちゃんに影響を及ぼすこともありますので、妊娠中に1度、お口のチェックをしておきましょう。

日時 8月18日(木) 午後1時30分～3時30分

会場 健康センター2階

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ

### 子育てひろば

時間 30分

会場 畑中保育園こよかルーム

対象 未就学児の親子

日時 8月8日(月) 午前11時～11時30分

会場 下長瀬自治会館2階 大広間

対象 未就学児の親子、祖母、妊娠中の方

日時 8月17日(水) 午前10時30分～11時15分

会場 ネットたまぐーセン

対象 未就学児の親子

日時 8月16日(月)～18日(木) 午前10時～11時

会場 健康センター2階

定員 先着10組(予約制)

費用無料

その他 駐車場あり

お問い合わせ 長瀬保育園 ☎22・8102、市子ども家庭支援課 ☎23・2191

申し込み 8月16日までに電話☎78・3974または直接子育てひろばにここへ

お問い合わせ 子育てひろばにここへ、市子ども家庭支援課 ☎23・2191

### 学校閉庁日の実施にご協力を

市内小・中学校では、省エネルギー対策と教職員の健康増進を図るため、学校閉庁日を実施します。期間中は、学校内に教職員が不在となります。転出入の手続きや相談等は、期間外にお願いします。

緊急時は、指導室または教育総務課へご連絡ください。また部活動は原則実施しません。お問い合わせ 指導室教職員係 ☎23・23195

### 児童扶養手当の現況届は8月中に提出してください

児童扶養手当を受けている方は、8月中に現況届の提出が必要です。提出しないと、11月分以降の手当が受けられなくなります。該当する方には、8月上旬に案内通知を送付しますので、必ず提出してください。現在、所得制限を超えて支給停止となっている方も前年の所得状況によっては支給となる可能性がありますので、必ず提出してください。※受付期間までに案内通知が届かない場合は、ご連絡ください。

#### 専用窓口を設置します

受付日時 19日(金)まで 午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く

※4日、18日は午後8時まで

受付場所 子育て推進課(市役所1階)

持ち物 児童扶養手当証書(現在支給を受けている方)、養育費等に関する申告書、一部支給停止適用除外事由届出書および添付資料(該当する方のみ)

※その他の必要書類(該当する方のみ)は、案内通知をご覧ください。

#### 子育て世帯生活支援特別給付金の申請

低所得者の子育て世帯の方の生活支援を目的としています。支給対象者、申請方法等の詳細は市ホームページ(ひとり親世帯 記事ID...58332、ひとり親世帯以外 記事ID...58330)をご覧ください。

問い合わせ 子育て推進課助成係

## ラウンドフィットネス

御岳交流センターでは、新たに「ラウンドフィットネスプログラム」を導入します。

ラウンドフィットネスとは、有酸素運動(ステップ)と筋力運動(油圧抵抗式マシン)を30秒ずつ交互に行う簡単エクササイズです。

脂肪燃焼、基礎代謝向上、引き締め、腰痛改善、冷え性改善などに効果があり、DVDを見ながら誰でも簡単に楽しめます。また、低負荷運動が可能のため、高齢者筋力向上トレーニング等の実施場所としても利用可

能で、指導も行います。全体の所要時間は30分を目安として、体力や体調、運動目的などや時間を有効に使いたい方に最適なトレーニング環境です。

この機会に体を動かしてみませんか。  
利用日時 火～金曜日  
①午前10時～11時②11時～正午③午後1時～2時④2時～3時⑤4時～5時

対象 15歳以上(保護者同伴に限り中学生も可)  
利用料金 1回1時間300円(8月31日まで無料)



体験開催中) 持ち物 動きやすい服装・靴、タオル、飲み物  
定員 各回先着10人(予約制)  
申し込み 直接または電話☎79・0720で御岳交流センターへ  
※施設の使用状況により利用できない場合があります。

## 第63回市民体育大会参加者募集

### ソフトテニス(一般の部)

日時 9月4日(日) 午前9時10分競技開始(8時45分受付開始)  
※予備日18日(日)

会場 市民球技場、青梅スタジアム

対象 市内在住・在勤、在学、市ソフトテニス連盟加盟クラブ員

※新型コロナウイルス感染症対策のため、要連絡先登録(大会2週間以内に体に異変が起きた場合は要連絡)

種目 一般男子の部、一般女子の部、シニア男子50の部、シニア女子50の部

費用無料

詳細 市ソフトテニス連盟  
高野☎080・2012・4173

申し込み 8月15日までに直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ

テニス(ダブルスの部)

日時 9月11日(日) 午前9時競技開始(8時30分受付開始)

※予備日25日(日)

会場 市民球技場、青梅スタジアム

対象 市内在住・在勤・在学者、市テニス協会員

種目 男子ダブルス1・2部▽女子ダブルス1・2部▽壮年ダブルス(性別不問2人とも50歳以上)

※2部は初級者層メイン、過去2年間のダブルス1部で3位以上の方、2部優勝の方は出場不可

費用 1ペア500円(ボール代)

※当日集金  
詳細 市テニス協会 若林☎090・2173・9267

その他 大会上位入賞者は市代表として対外試合派遣の選考対象になります。

申し込み 8月15日までに直接住友金属鉱山アリーナ青梅、各市民センター、または市テニス協会ホームページ<http://one-tc.com/>

卓球

日時 9月23日(祝) 午前9時30分競技開始(9時)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅

対象 市内在住・在勤・在学者、市卓球連盟登録者

種目 一般男子の部(年齢制限なし)▽女子ペアマッチの部(ダブルス1試合、シングル2試合)▽男子ベテランの部(50歳以上)▽男女初心者&70歳以上の部▽男子ダブルスの部▽中学1年生の部(男女別)▽中学2・3年生の部(男女別)

※中学生以下は、男子ダブルスの部に出場不可  
※中学生は上の学年、一般の部に出場可  
※小学生以下は、中学生の部に出場可

前9時30分競技開始(9時受付開始)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第1スポーツホール

対象 市内在住・在勤・在学者、市卓球連盟登録者

費用無料  
詳細 市卓球連盟 佐藤☎21・0684

申し込み 8月8日～17日に直接住友金属鉱山アリーナ青梅または市スポーツ推進課へ

カヌー(スラローム)

日時 9月4日(日) 午後1時開会式、1時30分競技開始(午前9時30分～正午受付)

会場 東原公園水泳場

対象 市内在住・在勤・在学者

種目 小学生以上で泳げる方  
子の部、小学生男子の部、女子の部、中学生男子の部、女子の部、一般男子の部、女子の部

費用無料  
その他 当日は濡れてもよい服(乾きやすい化学繊維が望ましい)を用意してください。

講習会 当日、市民大会とは別にカヌー初心者や市民体育大会参加者を対象としたカヌー教室を行います▽開催時間：午前10時～正午(9時30分受付開始)

申し込み 9月1日までに直接スポーツ推進課 住友金属鉱山アリーナ青梅、各市民センター、または☎32・0977、電子メール [tsuoshin@city.yamanashi.lg.jp](mailto:tsuoshin@city.yamanashi.lg.jp) で市カヌー協会 藤野へ

## アドベンチャースポーツ教室

夏休みの思い出に、屋外の広場で思いっきり運動しましょう!

日時 8月23日(火)、24日(水) 午前9時30分～11時  
会場 友田レクリエーション広場

対象 小学生

内容 色々な道具を使った運動やレクリエーションゲーム

講師 住友金属鉱山アリーナ青梅スタッフ

定員 先着20人(予約制)  
費用 500円  
※当日集金

持ち物 運動のできる服装、帽子、タオル、飲み物

み物  
申し込み 2日の午前9時から住友金属鉱山アリーナ青梅ホームページ <https://www.one-sports.net/>

問い合わせ 住友金属鉱山アリーナ青梅☎24・7721、市スポーツ推進課



## 第74回青梅市納涼花火大会テレビ中継

多摩ケーブルネットワークで生中継されます。

放送日 8月6日(土)

※荒天の場合は7日(日)に延期

放送時間 午後7時25分～8時30分頃まで

打上発数 約1,700発(予定)

詳細 ホームページ <https://www.omekanko.gr.jp/> 参照

問い合わせ 花火大会事務局(市観光協会) ☎24-2481、市商工観光課



## 青梅児童合唱団 いこいのおんがくかい

青梅児童合唱団のミニコンサートを開催します。名曲を聴きながらお昼のひと時を過ごしませんか。

日時 8月8日(月) 午後0時30分～55分

会場 市役所2階姉妹都市コーナー

入場無料

直接会場へ

問い合わせ 社会教育課

曲目 輝く夏の日に、夏の思い出、サモア島のうた、多摩の夏、世界がひとつになるまで ほか



# 8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	3日(水)、10日(水)、15日(月)、17日(水)、22日(月)、24日(水)、31日(水) 9月5日(月)、7日(水)、12日(月)、14日(水)、21日(水)、26日(月)、28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。 ▷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	12日(金) 26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	▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
登記相談	19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・遺言等暮らしの手続き相談	23日(火)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話予約制	行政書士 ※相続・遺言等暮らしの手続きなど	
行政相談	9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	16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 消費者相談専用電話☎22-6000
福祉専門相談	9日(火) 24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	17日(水)	午後7時～9時 (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15日(月)までに商工観光課商工労政係へ(先着3人)
住宅相談	18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 ※住宅の売買・賃貸に関する相談、土地・家屋の調査に関する相談	市役所議会議棟3階大会議室 ▷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・栄養相談	24日(水)	午後2時～3時45分	保健師、管理栄養士等 ※健康や栄養に関する相談(血圧・体脂肪・体重測定など)	中央図書館多目的室 ▷健康相談は直接会場へ ▷栄養相談は定員4人で要予約。予約は健康センター☎23-2191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。

## 休日歯科診療

問い合わせ 健康センター☎23-2191

診療日	医療機関名	住所	電話番号	備考
7日(日)	やまだ歯科医院	千ヶ瀬町3-403-3ハシモビル2階	22-0139	
11日(祝)	池田歯科医院	東青梅 2-20-26	24-2322	※診療時間は午前9時～午後5時です。(受付終了時間は午後4時45分)
14日(日)	はたの歯科医院	東青梅 3-9-14	22-0118	※受診の際は実施歯科医院に、必ず事前に電話で連絡してください。
21日(日)	本間歯科医院	河辺町 9-9-2	22-3243	※保険証、お薬手帳を持参してください。
28日(日)	山崎歯科医院	西分町 2-85	24-2516	

表1 イベント開催予定日

会場	日時	イベント内容
二俣尾4丁目自治会館	8月17日(水) 午前10時～正午頃	認知症サポーター養成講座
河辺6丁目自治会館	8月18日(木) 午前10時30分～正午頃	介護予防(フレイル予防)教室

表2 日程・会場

会場	開催曜日	時間
小曾木3丁目自治会館	第1・3火曜日	午前10時～午後3時
二俣尾4丁目自治会館	毎週水曜日	
河辺6丁目自治会館	毎週木曜日	

※祝日を除く

**地域サロンにてイベントを開催します**

地域サロンは高齢者の方が気軽に立ち寄って、地域の交流を深める場や、仲間づくりの場として利用できる場所です。8月に予定しているイベント(要申し込み)については表1を参照ください。

日程・会場 表2参照  
時間 午前10時～午後3時  
対象 市内在住の60歳以上の方  
費用無料  
申し込み 地域包括支援センターうめぞの☎24-28882  
問い合わせ 高齢者支援課地域支援係

☆写真作品展「フォト・ましまいず」による風景写真作品展を開催します。

☆開館に関する最新情報は、ホームページ <http://www.nishiei.or.jp> をご覧ください。

## 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 8月22日(月) 午前9時～正午

電話 ☎22-3191



## 8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 その他 駐車場あり

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	3日(水) 17日(水)	午前10時～正午
長洲市民センター体育館	4～25日の木曜日	午後3時～5時
梅郷市民センター体育館	18日(木)	午後3時～5時
沢井市民センター和室	1日(月)	午前10時～正午
東青梅市民センター体育館	6～27日の土曜日	午前10時～正午
新町市民センター体育館	26日(金)	午後3時～5時
河辺市民センター体育館	5～26日の金曜日	午後3時～5時
今井市民センター会議室	11日(祝) 25日(木)	午前10時～正午
今井市民センター体育館	9日(火) 23日(火)	午後3時～5時

※片付け・清掃の時間を含みます。

※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。

## 8月の収益事業

### ボートレース多摩川

☆9日(火)～14日(日)…BTS大郷開設記念第24回大郷葉月杯

☆17(水)～21日(日)…第2回DMMどちゃんこTV杯

☆26日(金)～31日(水)…第17回マンスリーBOATRACE杯

### 京王閣競輪

☆17日(水)～19日(金)…トヨタビールカップ&スポニチ杯(FII)

## フレッシュユランド西多摩

温泉掘削工事が完了しました。令和5年度から約2年をかけて外構を含む施設の大規模改修を計画していましたが、その一環として温泉掘削工事を行い、地下水を分析したところ、温度・成分ともに温泉の基準を満たすことが確認されました。今後は、令和6年度中でのリニューアルオープンを目指し、各種事業を進めます。

☆フラダンス教室：毎週水曜日 午後1時～2時  
☆ヨガ教室：毎週木曜日 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)

期間 8月2日(火)～14日(日)  
教室案内  
お問い合わせ フレッシュユランド西多摩☎042-570-2626





友達登録は  
こちらから



PC・スマホ フィーチャーフォン

回…日時、場…会場、対…対象、内…内容、定…定員、費…費用、申…申し込み、問…問い合わせ ※対象・費用・申し込みの記載のないものは、どなたでも・無料・直接会場へ

## なんでも情報局 アンテナ

### ☆催し (子ども向け)

#### ○プール開放

回8月5日(金) 午前10時~11時  
場三田保育園  
対未就園児親子  
内水遊びをして楽しく過ごしましょう。  
定先着3組

場三田保育園 井出 ☎78-8022

#### ○親子でフラダンス♪

回8月25日(木) 午後4時20分~  
4時50分  
場新町市民センター  
対2歳~小学3年生の親子  
内親子で一緒に初めてのフラダンス  
費1,000円  
定先着8人  
場子どもフラダンス 瀬戸 ☎090-  
6491-5262、2次元コード



### ☆催し

#### ○認知症家族の会

回8月12日(金) 正午~午後3時  
場福祉センター  
対認知症の方を介護する家族  
内情報交換  
定先着45人  
費400円  
場認知症家族の会青梅ネット 河村 ☎  
22-2745

#### ○絵本好きさん集まれ!絵本のむしの会

回8月14日(日) 午後1時30分~  
3時  
場中央図書館  
内赤ちゃん、幼児、小学生以上向けの  
本の紹介  
定先着30人  
場図書館ボランティア絵本研究会 若  
穂井 ☎090-6503-4782

#### ○平和と納涼のつどい

回8月14日(日) 午後2時~5時  
場福祉センター  
内戦後77年今思うこと、参加者から  
の発言、紙芝居、朗読、歌声 ほか  
費300円(資料代)  
場同実行委員会 浜崎 ☎31-02  
98

#### ○25日は講談の日

回8月25日(木) 午後3時~3時  
30分  
場ネットたまぐーセンター  
内宮本武蔵三「火の巻」、鎖鎌くさりがまの達人、  
穴戸梅軒ししどほいけん現る  
場菊地玉雲講談の会 菊地 ☎21-2  
850

#### ○講演会「都立高校の入試が変わる」

回8月27日(土) 午後2時~4時  
場福祉センター  
内講師…西田昭司氏。11月に初めて  
実施予定のスピーキングテスト導入  
について  
定先着60人  
費300円(資料代)  
※高校生以下無料  
場青梅子ども子育て懇談会 杉山 ☎0

90-1546-8587

### ☆会員募集

#### ○観世流謡と仕舞

回木曜日(月3回) 午後1時~5時  
場河辺市民センター  
内初心者歓迎  
費月額6,000円  
場青梅謡曲会 小川 ☎31-1653  
ハ

#### ○オーケストラ

回土曜日(月2回) 午後5時~9時  
30分  
場ネットたまぐーセンター  
内プロの指導あり。見学可  
費年額3,000円



場シンフォニエッタ青梅 小林 ☎09  
0-7178-4115、2次元コード

#### ○七宝焼

回第2土曜日、第4日曜日 午後1時  
~4時  
場河辺市民センター  
内アクセサリ、小物作り。見学歓迎  
費年額3,000円  
場サークル虹 松本 ☎090-914  
0-3600ハ

### ☆その他

#### ○山の日記念ウォーク

回8月11日(祝) 午前8時45分~  
午後1時  
場住江町運動広場集合  
内青梅丘陵と昭和レトロの青梅宿を歩  
く

費500円(保険・資料代)  
場(特非)東京都ウォーキング協会 ☎  
03-3295-6262

#### ○令和4年秋季大学通信教育合同入学 説明会

回8月20日(土) 午前11時~午後  
4時  
場新宿エルタワー30階 サンスカイ  
ルーム(都新宿区西新宿1-6-1)  
内各大学、大学院、短期大学別の相談  
コーナー

場(公財)私立大学通信教育協会 ☎0  
3-3818-3870ハ

#### ○自然いっぱい成木で遊ぼう!

回8月25日(木) 午前10時~11  
時30分  
場成木市民センター  
対3歳児以下と保護者(兄弟同伴の参  
加可)  
内水遊び道具の制作と遊び、持ち物…  
上履き

定先着10組  
場20日までに ☎78-0762、✉sk  
inship@kodomirai-ome.comで(特  
非)青梅子ども未来ハ

#### ○介護職員初任者研修(通学)受講 生募集

回9月1日~10月22日の月、木、土  
曜日(計20日間) 午前9時~午後  
5時  
※10月9日~16日のうち4日間の  
実習あり  
場ケア・センターやわらぎ研修センター  
(立川市錦町2-6-23小川ビル2

階)  
費10,000円(テキスト代含む)  
定先着18人

場8月25日正午までに、本人確認書類  
のコピーを持参し、(特非)ケア・セ  
ンターやわらぎハ

場同法人 ☎042-523-3552

#### ○草木染め体験~森の彩りの身にまとう~

回9月14日(水) 午前10時~午後  
4時  
場二俣尾・武蔵野市民の森「自然体験館」  
内森の散策やシルクスカーフの草木染  
め、昼食持参  
費4,000円~7,000円(保険代、  
スカーフ代含む)

定10人(抽選)  
場8月25日までに、参加者の氏名、住  
所、電話番号をエンジョイ・フォレ  
スト女性林研事務局 ☎042-597  
-1520ハ

場同事務局 ☎042-597-288  
1(土・日曜日、祝日を除く午前9  
時~午後5時)

#### ○中学校卒業程度認定試験

回10月20日(木)  
場東京都教職員研修センター(文京区  
本郷1-3-3)  
内中学校卒業程度の学力があるかどう  
かを認定するために国が行う試験  
場願書受付期間…9月2日まで

場都教育庁地域教育支援部義務教育課  
小中学校担当 ☎03-5320-  
6752

#### ○都民対象講演会

回10月26日(水) 午後2時30分  
~4時30分  
場なかのZERO小ホール(都中野区  
中野2-9-7)

対都内在住者  
内長野五輪銅メダリスト岡崎朋美氏に  
よる講演。参加者に粗品プレゼント  
定500人(抽選)



場2次元コードから  
場(公財)東京税務協会  
☎03-3228-7998

#### ○青梅プロムナード実行委員

内年2回のコンサート開催への企画・立  
案・実行。2ヶ月に一度の会合あり  
定若干人  
場青梅プロムナードコンサート 遠藤  
☎24-7088、✉en7088art@tbz  
.t-com.ne.jpハ

#### ○ハローワーク青梅~急がば学べ・職 業訓練のご案内~

内スキルアップで就職力アップを目指  
しませんか?事務・IT、介護など多  
彩なコース設定  
場ハローワーク青梅 ☎28-880  
8

#### ○八王子都税事務所から

☆個人事業税第1期分の納期限は8月  
31日  
内納付する際は非対面式のキャッシュ  
レス納税(スマートフォン決済アプ  
リ・クレジットカード等による納付)  
の活用をお願いします。所得税・個  
人事業税の申告期限が延長された影  
響等により納税通知書が9月以降に

届いた場合は、記載された納期限ま  
でに納付してください。

※省エネ設備の取得に係る減免の申請  
も受け付けています。

※新型コロナウイルス感染症の影響に  
より納税が困難な方には、申請によ  
り最長1年間納税が猶予される制度  
があります。

☆災害等により甚大な被害を受けた方  
に対して都税を減免する制度

内災害等により甚大な被害を受けた方  
に対して、一度課税された税金のう  
ち、納期限前のものを被災の程度等  
によって減免(軽減または免除)する  
制度があります。(納税を猶予する制  
度もあります)対象は、不動産取得  
税、個人事業税などです。原則として、  
納期限(不動産取得税を除く。)まで  
に納税者本人からの申請が必要です。  
被災の事実を証明する書類を添えて  
都税事務所へ申請してください。

☆ゼロエミ住宅の新築に対する不動産  
取得税を減免します。

内太陽光発電システムの設置、一定の要  
件を満たす新築の東京ゼロエミ住宅  
内減免を受けるには申請が必要です。

☆いずれも…詳細は都主税局 ☎https://  
www.tax.metro.tokyo.lg.jp/、同事  
務所 ☎042-644-1111

### ボランティアセンターから

☎23-7163 ☎23-7165  
郵送…〒198-0042 東青梅1-177-  
3

#### ○おもちゃの病院おうめ

回8月6日~27日の土曜日 午後1  
時~4時  
場福祉センター  
内おもちゃの無料修理  
※お預かりして修理・直らない場合あり

#### ○ほほえみ体操

回8月8日(月) 午前10時~11時  
場福祉センター  
内市内特養施設の高齢者とオンライン  
で体操

定先着30人  
場ボランティア・市民活動センターハ

#### ○パソボラカフェ

回8月13日(土) 午後1時~3時  
30分  
場福祉センター  
内中高年で初心者  
内パソコン・タブレット何でも相談、イ  
ンターネットの使い方等  
※教わりたい方は申し込み時にその内  
容をお伝えください。

定先着6人  
場ボランティア・市民活動センターハ

#### ○青梅ボランティア活動助成金

内助成金…1団体5万円以内(4団体)  
研修会の開催、器具・機材の購入、福  
祉教育・啓発活動の実施。  
※10月上旬に助成予定  
場8月22日(必着)までに申請書(ホー  
ムページよりダウンロード可)に必  
要事項を記入し、ボランティア・市  
民活動センターハ



## 新型コロナウイルスワクチン接種

問い合わせ 新型コロナウイルスワクチン接種担当  
☎0120-840-085 (青梅市コールセンター)

### 4回目接種

対象者の方には、接種ができるようになる日の1~2週間前に接種券を送付します。詳細は市ホームページ(2次元コード参照)をご覧ください。

### 接種の効果・副反応

**効果** 海外の研究では、3回目接種から4か月以上経過した60歳以上の方にファイザー社ワクチンを4回目接種した場合、オミクロン株流行期において、接種後6週間経過しても、重症化予防効果が低下せず維持されたと報告されています。

**副反応** 海外の研究では、4回目接種後~21日目に、重大な副反応は認められなかったと報告されています。接種後に体の異常が見られる方は、かかりつけ医または都副反応相談センター☎03-6258-5802へご相談ください。

### 8月の集団接種会場(予約制)

帰宅時のタクシー料金を一部助成しています!



区分・使用ワクチン	日時	会場
3・4回目接種 (12歳以上の方)・ファイザー	水~日曜日 午前10時~午後6時 ※12日、19日の金曜日は午後6時30分~9時30分も実施	福祉センター
3・4回目接種 (18歳以上の方)・モデルナ	土・日曜日 午前10時~午後6時	住友金属鉱山アリーナ青梅
小児接種 (8~11歳)・ファイザー小児用	5日(金) 午後6時30分~9時30分	福祉センター

※予約方法は、接種券に同封の案内をご覧ください。

## 外国人のための日本語クラス Japanese class for foreigners

**いつ?** 9月7日~11月16日の水曜日 午前10時(10:00)から2時間

**どこで?** 東青梅センタービル3階(JR東青梅駅南口)

**いくら?** クラスは無料、テキストは有料

**子どもを連れて行けますか?** 相談してください。

**申し込みは?** 8月3日、24日、31日(8/3・24・31)の午前9時(9:00)~午後4時30分(16:30)に直接「国際理解講座事務局」(東青梅センタービル3階)へ  
※市ホームページも見てください。外国語でお知らせしています。

**問い合わせ** 国際理解講座事務局☎25-1015(水曜日の午前9時~午後4時30分)、社会教育課(市役所3階)

※日本語を勉強したいという外国人がいたら、この講座のことをお知らせください。

## 「生涯学習だより」団体・サークルの情報をお寄せください

市教育委員会では、「生涯学習だより」を年4回(4・7・10・1月)発行し、社会教育課(市役所3階)、中央図書館、各市民センター等で配布しています。

10月発行の「生涯学習だより」に掲載を希望する方は、情報をお寄せください。

**掲載条件** 団体やサークルが主催・共催し、市民が参加できる教室、講演会、イベントなどで、①10月~令和5年1月中旬に実施予定の事業、会員募集②5月~8月に終了した事業の報告等(7月号に掲載した催しの報告等歓迎)

※写真の掲載可

※紙面の都合等により掲載できないこともあります。

※市教育委員会ホームページにも掲載します。

**掲載内容** ①催し物のタイトル、内容、開催日時、会場、対象者、問い合わせ先(氏名、電話番号)等②実施した事業の様子、感想、PR等

**申し込み** 原稿用紙を市ホームページ(記事ID...3185)からダウンロードし、8月17日までに次のいずれかの方法で提出  
▷直接持参...社会教育課  
▷ファックス...☎22-9835

▷電子メール...✉div7050@city.ome.lg.jp

**問い合わせ** 社会教育課

### 生涯学習だより



新型コロナウイルスの影響による予定の変更等について

## 成木市民センター☎74-5204

**停電による各種証明書の発行停止** 電気設備工事のため、8月15日(月)終日停電します。停電に伴い、住民票等の各種証明書の発行ができません。ご迷惑をおかけしますがご理解をお願いします。詳細は、成木市民センターへお問い合わせください。

## 中央図書館☎22-6543

☆いずれも...費用無料、直接会場へ

**梅郷図書館おはなし会** 日時=8月6日(土) 午前11時~11時40分▷会場=梅郷市民センター多目的室▷対象=2歳児以上と保護者▷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25人▷協力=図書館ボランティア「おはなしの会ころりん」

**ひとりじめおはなし会** 日時=8月7日(日)、21日(日) ①午前11時~11時15分②11時20分~11時35分③11時40分~11時55分▷会場=おはなしの部屋▷対象=3か月~

未就学児と保護者▷内容=絵本の読み聞かせ、手遊び▷定員=先着1組

**おはなし会「絵本の森」** 日時=8月13日(土) 午前11時~11時40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、紙芝居等▷定員=先着15人▷協力=図書館ボランティア「おはなしの会ころりん」

**おはなしにちようピーナッツ** 日時=8月14日(日) 午前11時~11時40分▷会場=おはなしの部屋▷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15人▷協力=図書館ボランティア

**今井図書館おはなし会** 日時=8月20日(土) 午前11時~11時40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25人▷協力=図書館ボランティア

**中央図書館映画会「ピーターラビット」** 日時=8月28日(日) 午後2時~3時40分※1時45分開場▷会場=多目的室▷作品詳細=2018年制作/アメリカ/日本語吹替版/約95分/ウィル・グラック監督/ローズ・バーン出演▷定員=先着60人

### 8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** 4日、18日、25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

### 8月の日曜納付窓口

**日時** 28日(日) 午前9時~午後4時

**問い合わせ** 収納課収納管理係

### 8月の納期限(8月31日)

▷市・都民税...2期 ▷国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料...2期

次号の発行は8月15日です

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。

