

〈令和4年／2022〉

8 / 15

No. 1, 444

〈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



日ごろから災害への備えを万全に！

問い合わせ 防災課

9月1日は「防災の日」 これまでの防災対策を見直してみましよう

自助・共助が大切です

自然災害そのものを防ぐことはできませんが、万一の災害時に自分や家族、そして自分たちのまちをどう守るのかを考えておくことが大切です。

「自分の身は自分で守る」(自助)、「近所同士で助け合う」(共助)が、とても重要になります。

各家庭で最低3日分の食料や水などを備蓄するとともに、家族や隣近所同士での安否確認や、救出・救助、初期消火活動など、日頃から助け合える環境をつくっておきましょう。

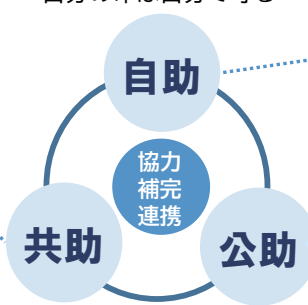
地域の役割

- 地域防災活動の推進
- 協力して消火・救出活動

事業所の役割

- 地域との助け合い
- 顧客・従業員等の安全確保

自分の命は自分で守る



地域の助け合い 行政が担う防災対策

住民の役割

- 地域の災害について知る
- 防災知識を身に着ける
- 落ち着いて自分の身を守る
- 家族を守る

行政の役割

- 防災マップ等の作成
- 被害想定・被害軽減策の検討
- 地域防災体制の仕組みづくり

今号の主な記事

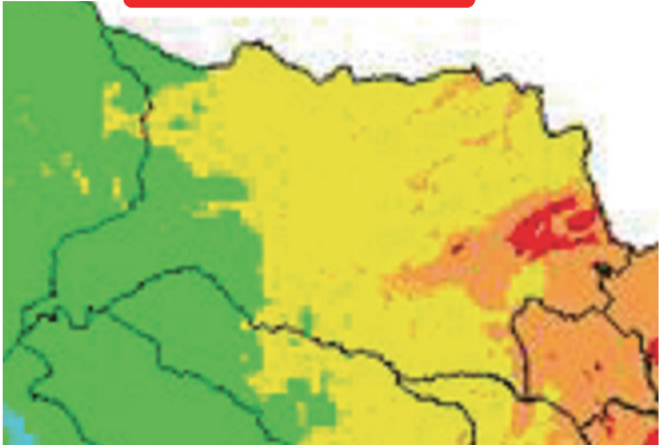
- ◆新型コロナウイルスワクチン…6面
- ◆市民体育大会参加者募集…8面
- ◆商品券取扱店舗の募集…9面

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。

近い将来、発生するとされている主な地震と震度

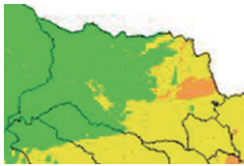
■7 ■6強 ■6弱 ■5強 ■5弱 ■4 ■3以下

立川断層帯地震



(出典) 東京都防災ホームページ

多摩東部直下地震



都心南部直下地震



南海トラフ巨大地震



大正関東地震



震度6強以上の地震が起こると…



立って移動できない、揺れて飛ばされることもある。固定していない家具が移動し、倒れる。



大きな地割れや地すべり、土砂崩れが発生することがある。



耐震性が高い



耐震性が低い

耐震性の低い木造建物が傾いたり、倒れやすくなる。

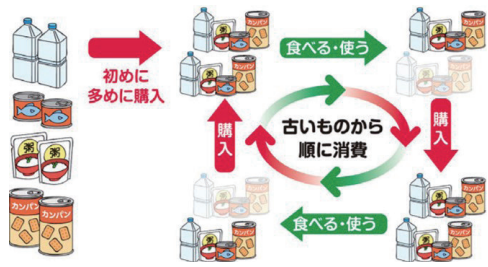
「もしも」に備えましょう

「モノ」の備え

耐震性の確保や、不足するもの等を想定し準備しましょう。

日常備蓄をする

ふだんから使っているものを少し多めに備え、使った分を補充するようにしましょう。(ローリングストック方式)



自宅の安全対策をする

家具の転倒や家電の飛び出し等を防ぐ対策をしましょう。

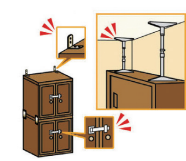
▷テレビの固定



▷照明の落下防止



▷家具の転倒防止



トイレを備える(目安: 1日7~8回)

下水道の破損や上水道の断水に備え、携帯トイレや給水シート等を備えましょう。

洋式便器が使える場合

- ①便器に大きめのポリ袋(45ℓくらい)を二重にかぶせる。
- ②給水シートや凝固剤(丸めた新聞紙や猫砂等で代用可)を袋に入れる。
- ③用を足したら一番上の袋を強く閉じて燃やすごみで捨てる。



便器が使えない場合

- 段ボール箱をガムテープ等で補強し用を足す穴を開けて仮の便器を作る。
- ※バケツ等で代用可
- ※その後は左記
- ①~③と同様



「家族」の備え

連絡方法や避難先(集合場所)について家族全員で共通認識を持っておきましょう。

家族防災会議

避難先(集合場所)や経路、連絡方法等を家族全員で確認しましょう。特に集合場所と時間を具体的に決めておくと、会える確率が高くなります。

(例) ○○学校の南門の前で

→施設が広い場合に行き違いとならない決め方にする。

(例) 午前9時と午後4時に10分間待つ

→待つ方が帰るタイミングに困らない決め方にする。

避難先や道順の確認

避難先(集合場所)は安全な場所にあるか、経路上に危険がないか等を確認しましょう。



災害用伝言ダイヤル「171」

安否情報(伝言)を音声で録音(登録)することで、全国からその音声を確認することができます。

録音したいとき

171+1

聞きたいとき

171+2

連絡を取りたい人の自宅や携帯電話の番号を入力

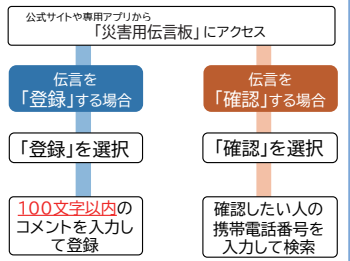


録音 伝言は30秒間! 再生

災害用伝言ダイヤルセンター

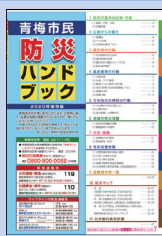
災害用伝言板(携帯電話・スマートフォン)

安否情報を文字で登録し、携帯電話やパソコンから確認することができます。



青梅市民防災ハンドブックを読む

令和2年3月に全戸配布した「青梅市民防災ハンドブック」(市ホームページから閲覧可・記事ID…1355)には、日頃からの備えや各種災害時の行動等について、詳しく掲載しています。お持ちでない方は、市民センターや防災課へお問い合わせください。



青梅市の災害への備えの対策

市では災害に備え次のような対策をしています。

- ①物資備蓄
- ②避難場所・避難所の整備
- ③給水体制
- ④医療救護体制
- ⑤訓練の実施
- ⑥土砂災害・水害対策
- ⑦災害時応援協定の拡充
- ⑧防災知識の普及啓発

◆令和4年度総合防災訓練

10月22日(土)に長淵地区で実施を予定しています。詳細は市ホームページや広報おうめ等でお知らせします。

◆各地区の防災訓練 ※沢井地区、青梅地区は実施済み。河辺地区は中止

地区	日程	時間	会場
大門	8月28日(日)	午前8時から	今寺4丁目運動広場
		午前8時30分から	大門第2運動広場
小曾木	8月28日(日)	午前8時45分から	小曾木市民センター、七小、六中
東青梅		午前9時から	東青梅市民センター
今井	8月28日(日)	午前7時30分から	今井市民センター、藤橋小、今井ふれあい公園

地区	日程	時間	会場
新町	9月4日(日)	午前9時から	各自治会館等
梅郷	10月22日(土)	午前8時30分から	梅郷市民センター ほか
成木	10月23日(日)	午前9時30分から	成木小
長淵	9~12月に連合自治会単位で実施		



マイナンバーカード、マイナポイントの各種申請休日臨時窓口

8月28日(日) 午前9時～午後3時

※月～金曜日と時間が異なりますので、ご注意ください。

9月末までにマイナンバーカードを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申請・受け取り手続きの休日臨時窓口	マイナンバーカード保険証利用登録サポートの休日臨時窓口	マイナポイント申請サポート・公金受取口座登録サポートの休日臨時窓口
会場	市民課（市役所1階）	マイナンバーカード交付特設会場内（市役所1階）	
持ち物	▷申請…マイナンバーカード交付申請書、（お持ちでない方は保険証等の本人確認書類） ▷受け取り…市民課から送付された交付通知書に記載のあるもの	マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書（4桁の暗証番号） ※公金受取口座登録の場合は、上記のほかに口座情報がわかるもの	
その他	電子証明書の更新や暗証番号の再設定等の手続きも実施します。	保険証利用登録のみの方も受け付けします。	ポイント申請サポートを利用される場合は、あらかじめ登録するキャッシュレス決済を決めたうえで、来庁してください。
詳細	市ホームページ（記事ID…57103）参照		
問い合わせ	マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書に関すること…市民課マイナンバーカード担当▷保険証利用登録に関すること…保険年金課資格賦課係▷マイナポイントに関すること…DX推進担当		

おうめ環境フェスタ2022基調講演 万葉びとの染織文化と現代の衣服事情

万葉集にみる染織文化研究の第一人者である文化学園大学名誉教授 堀尾真紀子氏を講師に招き、万葉集や染織の歴史を通じて、人と自然との関わり、現代の環境問題について考える講演会を実施します。

日時 9月11日(日) 午後3時から(2時30分受付開始)

会場 市役所2階204、206会議室

対象 市民

定員 先着30人(予約制)

費用 無料

共催 市教育委員会

後援 市教育委員会



申し込み 8月31日(水)までに住所、氏名、電話番号を電子メール✉div0110@city.ome.lg.jpまたは電話で環境政策課管理係へ

ゼロカーボンシティの実現に向けた包括連携協定を締結しました

市と青梅ガス(株)、(株)INPEXは、7月22日に「ゼロカーボンシティの実現に向けた包括連携協定」を締結しました。

本協定により、ゼロカーボンシティの実現に向けて3者で協議・連携等を行い、具体的な取組内容を決定していきます。

詳細は市ホームページ(記事ID:59735)をご覧ください。

問い合わせ 環境政策課 管理係



2050年青梅市ゼロカーボンシティの実現に向けた包括連携協定締結式
青梅市 青梅ガス株式会社、株式会社INPEX

JICA海外協力隊員 近藤栄子さん表敬訪問

JICA海外協力隊員として、7月27日からカメルーン・クリビ市に派遣される市内在住の小学校教員、近藤栄子さんが7月11日、浜中市長を表敬訪問しました。

派遣国で体育の指導を行う近藤さんは、「多くのことを学び、自身の指導力向上につなげ、日本の学校現場に還元したい」と話し、

浜中市長は「身体に気を付けて、日本の教育の良さを伝えてほしい」と激励しました。

問い合わせ 秘書広報課 秘書係



△近藤栄子さん、浜中市長

市民農園利用者募集 余暇に野菜づくりをしてみませんか

(社福) 青梅市社会福祉事業団 嘱託職員募集

職種・資格・人数 青梅市自立センター支援員・福祉、教育関係の資格を有する方(介護職員初任者研修修了者も可)・1人

職務内容 青梅市自立センター利用者(障がい者)への支援

勤務日時 月々金曜日 午前8時30分～午後5時15分

※完全週休2日制、年末年始、祝日を除く

選考方法 書類選考後、面接を実施

申し込み 9月2日(必着)までに履歴書に必要事項を記入し、郵送〒198-0023今井5-1-2434-2青梅市社会福祉事業団へ(持参も可)

問い合わせ 同事業団 ☎32-1631

募集農園 新田山農園(仮称)(新町7-36-1新田山公園東側)

区画数 100区画程度

利用期間 9月1日～令和6年12月31日

利用できる方 市内在住で、園芸に熱意のある営利を目的としない方

費用(1区画) 年額4千200円

※令和4年度は月割申し込み 8月26日(必着)までにハガキに住所、氏名、電話番号を記入し郵政係

注意事項 定員を超えた場合は抽選▽空き区画がなくなり次第終了▽他の市民農園を利用されている方は申し込み不可▽車で来園不可▽原則1世帯1区画(約20平方メートル)▽栽培は、野菜・草花に限り▽水道・農機具の用意はありません。

問い合わせ 農林水産課 農政係

申請はお済みですか? 新型コロナウイルス感染症 生活困窮者自立支援金

新型コロナウイルス感染症の影響により生活に困窮し、緊急小口資金や総合支援資金の特例貸付による支援を受け、終了した方等を対象として、新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を支給します。

支給額(月額) 単身世帯…6万円▽2人世帯…8万円▽3人世帯…10万円

支給期間 3か月間

支給方法 申請者の指定した申請者本人の口座へ直接振り込み

申請期限 8月31日(消印)

※対象や申請方法等の詳細は市ホームページ(記事ID:3564)を参照するか、生活福祉課生活自立支援窓口 ☎23-58888

問い合わせ 生活福祉課生活自立支援窓口 ☎23-58888



傍聴にお出かけください

	青梅市総合長期計画審議会	青梅市行財政改革推進委員会	青梅市情報公開・個人情報保護運営審議会
日時	8月25日(木) 午後2時から	8月29日(月) 午後1時30分から	8月29日(月) 午後2時から
会場	市役所2階 201・202会議室	市役所3階 教育委員会会議室	市役所議会棟3階 第3委員会室
内容	第7次青梅市総合長期計画 ほか	青梅市行財政改革推進プラン【令和5～9年度】(仮称)に向けた提言について	保有個人情報を取り扱う事務についての報告等
定員	5人(抽選)	先着5人	5人(抽選)
傍聴受付	当日の午後1時45分に会場入り口で	当日の午後1時15分～25分に会場入り口で	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で
問い合わせ	企画政策課	財政課	文書法制課情報公開文書係

9月定例議会

令和4年青梅市議会定例会9月定例会が、9月6日(火)の午前10時から予定されています。初日に予定されている内容は、議案審議、一般質問などです。

詳細な日程については、市議会ホームページ(下記2次元コード参照)または「おうめ市議会だより」をご覧ください。

市議会では、ホームページで定例会議の内容や市議会議員の紹介などを行います。

問い合わせ 議会事務局



【普通話】青梅市政府網頁還提供以上語言：英語，普通話，廣東話，韓語，西班牙語和德語。
【粵語】青梅市政府網頁還提供以上語言：英語，普通話，粵語，韓語，西班牙語和德語。
【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.

青梅・奥多摩交通安全のつどい

9月下旬に実施される秋の全国交通安全運動の一環として、「青梅・奥多摩交通安全のつどい」を実施します。

日時 9月3日(土)

午後1時30分から(1時受付開始)

会場 霞共益会館(野上町2-21-5)

内容 第一部：式典、第二部：交通安全大使「テツ&トモ」さんによるお笑いライブ、高田 香さんによる交通安全講話、中之島流大正琴「アンサンブル花音」による大正琴の

演奏

※駐車台数に限りあり
入場無料
直接会場へ

▽テツ&トモ



1998年コンビ結成。「なんでもう」が2003年新語流行語大賞、年間大賞を受賞。同年NHK「第54回NHK紅白歌合戦」に白組歌手として出場。

問い合わせ 青梅警察署 22-0110、青梅交通安全協会 23-5287、市市民安全課市民安全係

▽高田 香氏



平成28年2月に当時小学1年生だった長男を事故で亡くし、その後、長男謙真くんが残した朝顔を交通安全のシンボルとして、全国各地で交通安全を呼びかける活動を行っている。

青梅警察署をかたつた詐欺の電話に要注意!

令和4年 特殊詐欺の被害発生状況 8件・約1千866万円 (7月5日現在)

青梅警察の警察官を名乗り、「犯人を捕まえたらあなたの名前が載った名簿を持っていました」「あなた名義のカードを使ってお金を下ろそうとした犯人を捕まえています」などと言ってお金やキャッシュカードをだまし取ろうとする詐欺の電話が増えていきます。

警察や役所の職員を名乗る電話には、「所属・名前」を聞いて折り返す

詐欺の電話に要注意!

旨を伝えてすぐに電話を切ってください。実際に警察や役所からの電話かどうか判断の付かない場合にもまずはいったん電話を切って、警察へご相談ください。

詐欺犯人は1人ではなく、皆さんがお金やキャッシュカードを用意したと分かるとすぐに近くに待機させていた別の詐欺犯人を自宅に向かわせます。そのため、詐欺犯人は地区ごとにとまどめて詐欺の電話をかけてくる傾向があります。

青梅市・奥多摩町に連続して詐欺の電話がかかる

自治会活動紹介コーナー85 安全で住みよい街を目指して

青梅市自治会連合会第2支会長 宇津木 順一

第2支会は、長洲市民センターの区域の支会です。多摩川を挟んで右岸上流側から駒木町、上長洲、下長洲、友田町、そして左岸の千ヶ瀬町の5つの連合自治会で構成されています。青梅市が発足する前の旧調布村がほぼ第2支会の地域となっていますので、歴史伝統を一つにしており、住民同士の絆が強く、自治会活動も結束し、協力して活動しています。

第2支会の大きな活動として「調布大祭」と「第2支会市民運動会」があります。調布大祭は平成30年から会場が千ヶ瀬バイパスになり、まさに大祭となりましたが、平成31年4月の第27回大祭後中止となり、第30回の節目となる本年もやむなく中止しました。市民運動会は、51年の歴史をもつ5地区対抗、地域挙げての盛大な大会ですが、令和元年度から台風やコロナ禍で中止となつていきます。

広報おうめを配布する協力店舗を募集します

広報おうめは、市内の施設や協力店舗等で配布を行っています。新たに広報おうめの配布を行ってくださる施設や協力店舗を募集

消費者相談室から330 強引な不用品買い取り事業者に注意してください

注意してください

高年齢で独居の母の自宅に訪問購入事業者が来訪し、ネックレスと指輪を買い取られてしまった。母によると、昨日この業者から不要な食器を買い取るという電話があり、来訪を依頼したと言う。しかし、来訪した業者は、食器は来月のほうが高く買い取ることができるといつて見ることもせず、その代わり貴金属がないかと聞かれ、母はふだん使っていないアクセサリを見せて、ネックレスと指輪を1千円で売ることになってしまった。母は、もともと売れるつもりはなかったの後悔しており、返してもらいたくないと思う。

母の自宅にはたびたび不用品の訪問購入事業者から勧誘電話がかかってきた。特定商取引法で、訪問

購入事業者は契約書を交付するよう定められています。契約書には物品の種類や特徴、購入価格、事業者の名称、住所、電話番号、担当者名、契約日、クーリング・オフに関する事項等の記載が必要で、トラブルを避けるためにも契約書を受け取り、内容を確認しましょう。

一人で対応しない! 業者の強引な勧誘について押し切られ、予定外のもの売却してしまったという相談が寄せられています。被害者の多くは高齢者です。不用品の処理をしようとする訪問購入事業者の居宅への来訪を受ける場合は、できるだけ一人で対応せず、信頼できる人に同席してもらうようにしましょう

知らぬ間に被害にあっているかもしれません。高齢者の被害を防ぐには周囲の気づきが大切です。高齢者のなかには、被害にあつたという認識がない人や、被害を知られない傾向があります。見慣れない商品、契約書をのいつとも違う様子に気づいたら、消費者相談室に連絡してみましょう。

購入事業者は契約書を交付するよう定められています。契約書には物品の種類や特徴、購入価格、事業者の名称、住所、電話番号、担当者名、契約日、クーリング・オフに関する事項等の記載が必要で、トラブルを避けるためにも契約書を受け取り、内容を確認しましょう。



令和4年秋の交通安全講習会

交通事故の防止を図るため、市民を対象に講習会を開催します。映画上映のほか、事故の実例などから交通安全について分かりやすくお話しします。車を運転しない方も、最寄りの会場へお出かけください。

日程	会場
8月20日(土)	河辺北会館
22日(月)	霞共益会館
23日(火)	梅郷市民センター
24日(水)	沢井市民センター
25日(木)	ネッツたまぐーセンター
26日(金)	成木市民センター
27日(土)	河辺6丁目自治会館
29日(月)	今井市民センター
30日(火)	長洲市民センター
31日(水)	東青梅市民センター
9月 1日(木)	新町市民センター
2日(金)	小曾木市民センター

※各会場とも午後7時開会

※祝日、年末年始を除く
問い合わせ 市民安全課 市民相談係

びん、かん、陶磁器、ガラス、ペットボトルの出し方

びん、かん、陶磁器、ガラス、ペットボトルを出すときは、下記表を確認してください。地域の資源回収に出すことができるものは、地域の資源回収に出すようご協力をお願いします。

排出時の注意事項

- ▷バケツ、かご、箱などの容器に入れて出してください。(袋では出せません)
- ※品目ごとに別の容器に入れてください。
- ▷割れたガラスは、透明または半透明の袋に入れてから容器に入れてください。
- ▷びん、かん、ペットボトルは、中を軽くすすいでください。
- ▷びん、かん、ペットボトルの中には、たばこの吸い殻などの異物を絶対に入れないでください。
- ▷ペットボトルは、キャップとラベルを外し、なるべくつぶしてください。

問い合わせ 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

種類	対象となるもの	対象とならないもの
びん	飲料・食品・化粧品・飲み薬のびん	▷汚れの取れないびん…燃やさないごみへ ▷ガラス製のコップ、グラス等…ガラスへ
かん	飲料用のスチール缶・アルミ缶・アルミボトル、食品・缶詰の缶、食用油の缶	▷スプレー缶、カセットコンロ用ガスボンベ…有害ごみへ ▷飲料・食品用以外の缶、塗料の缶…燃やさないごみへ ▷一斗缶…粗大ごみへ
陶磁器	茶わん、植木鉢、土鍋、土瓶、急須 ※一辺の長さが30cmを超えるものは粗大ごみへ	▷七輪…燃やさないごみへ ▷レンガ、瓦、タイル…販売店または専門業者へ処分を依頼してください。
ガラス	ガラス製のコップ・グラス・皿・花瓶・灰皿・風鈴、板ガラス ※一辺の長さが30cmを超えるものは粗大ごみへ	▷網入りガラス、合わせガラス、金属などの異素材が付随しているガラス…燃やさないごみへ
ペットボトル	マークがある容器(ジュースやコーヒーなど飲料用の容器、日本酒や料理酒など酒類の容器、しょうゆ・食酢・ノンオイルドレッシングの容器など)	▷マークがない容器(食用油、ソースなど油脂を含むもの、香辛料が強い容器など、洗剤やシャンプーなどの非食品容器)…中をすすいで容器包装プラスチックごみへ

資源物は地域の集団回収へ

地域の自治会、PTA等の各団体が集団回収を行っています。

集団回収は、ごみの減量や資源の有効利用を推進し、コミュニティづくりや物を大切にすることを育てるにも役立っています。

また、「資源再利用推進報償金交付団体に登録後、集団回収を実施した各団体へ、回収量に応じた報償金(表参照)が市から交付され、各団体の活動費として役立てられています。

資源物は、地域の集団回収に出すようご協力をお願いします。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために集団回収が計画どおりに実施できない場合があります。集団回収の実施

を実施した各団体へ、回収量に応じた報償金(表参照)が市から交付され、各団体の活動費として役立てられています。

報償金単価

品目	単価(1kg当たり)
新聞	9円
雑誌・雑紙	13円
紙パック	13円
ダンボール	11円
繊維類	11円
くず鉄類	8円
アルミ	20円
1.8ℓびん	16円
ビールびん(大びん)	16円
その他のびん	15円

日や回収する資源物は、各団体で異なりますので、各団体へご確認ください。新たに集団回収を行うたい団体は、一定の条件を満たせば行うことができますので、お問い合わせください。問い合わせ 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

国民年金保険料納付案内を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っている方に対して、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 アイヴィジット・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、日本年金機構が発行した顔写真入りの身分証明書を提示します。

※訪問員が現金、通帳、キャッシュカード等を預かることはありません。また、ATM操作をお願いすることはありません。

※民間委託についての詳細は、日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp> をご覧ください。

問い合わせ 青梅年金事務所 ☎30-3410

消費生活講座

初めての終活講座 ～エンディングノートから始めよう～

終活をこれから始めようという人、どこから始めたらいいかわからず困っている人、始めたいけどなかなか手が付けられない人向けの、知っておくと安心できる終活の基本講座です。

日時 9月15日(木) 午後2時～3時30分

会場 市役所2階204会議室

対象 市内在住・在勤・在学の方

内容 エンディングノート

講師 終活カウンセラー 石崎公子氏

定員 先着40人(予約制)

費用無料

持ち物 筆記用具

共催 都消費生活総合センター

申し込み 電話で市民安全課市民相談係へ



国民年金保険料の口座振替等の下期前納手続きは8月末まで

令和4年度の国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の1か月当たりの保険料は1万6千500円ですが、まとめて前納すると、割引が適用され、お得です。

例えば、10月分、令和5年3月分の6か月分を毎月納付する場合、合計額が「9万9千540円」となりますが、現金やクレジットカード等でまとめて前納すると「9万8千730円」となり、「810円」の割引になります。

また、口座振替でまとめて前納する場合は「9万8千410円」となり、「1千130円」の割引になります。

申し込み期限は、下表のとおりです。

手続き場所 口座振替：金融機関または青梅年金事務所▽クレジットカード：青梅年金事務所

※手続きには納付書、預金通帳、預金通帳届出印等が必要になりますので、金融機関、青梅年金事務所

前納の種類	申し込み期限	
	6か月	下期 10月～令和5年3月
	上期 5年4月～9月	5年2月末
1年	5年4月～6年3月	
2年	5年4月～7年3月	

年金事務所にご確認ください。問い合わせ 青梅年金事務所 ☎30-3410、市保険年金課

高齢者スマートフォン体験会

高齢者の方を対象に、スマートフォン利用に関する講義や操作体験を行います。

日程 8月26日(金)

時間 ①午前10時～午後1時 ②午後2時～5時

会場 福祉センター第5集会室

対象 スマートフォンを利用していない、または通話等の基本機能のみ利用している60歳以上の都民

内容 スマートフォンの基本操作(タップ、スワイプ、ピンチ等)、スマートフォンでできるコミュニケーション(SNS、チャット、ビデオ通話等)

定員 各回10人(抽選)

※定員を超えた場合は抽選で参加者を決定し、参加不可の方のみ開催日5日前までに電話で連絡します。

費用無料

その他 都デジタルサービス局と共同で実施します。

申し込み 18日までに次のいずれかの方法でスマートフォン普及啓発事業事務局へ

▽電話 ☎03-5348-2735 (月～金曜日)

の午前9時～午後5時

▽ファックス ☎03-5348-2731

※ファックスの場合、必要事項(希望の日時、会場、氏名、年代、性別)

※試用する機種は指定不可

※希望者多数の場合は抽選

問い合わせ スマートフォン普及啓発事業事務局、市高齢者支援課

地域支援係

電話番号、お住まいの市区町村、スマートフォン所有の有無、スマートフォン試用希望の有無を記載して送信

スマートフォンの貸し出し

体験会参加者で、スマートフォンをお持ちでない方を対象に、スマートフォン試用(約1か月)の申込を受け付けます。

持ち物 本人確認書類

申し込み 体験会申し込み時に同時に申し込みください。

※希望者多数の場合は抽選

※試用する機種は指定不可

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 (市コールセンター)

4回目接種の対象者が拡大されました

対象者 18歳～59歳で下記のいずれかの方

- ▷医療従事者
- ▷高齢者施設等従事者

接種方法 市民の方で接種を希望する方は、市ホームページで申請をしてください。接種券は申請後、5営業日以内に発送します。

接種会場 勤務先の医療機関等における個別接種や市の集団接種会場で接種することができます。詳細は、接種券に同封しているお知らせを確認してください。

その他 市ホームページをご確認ください。



予約無しでの3回目接種を実施します

日時 8月21日(日) 午後2時～5時

会場 福祉センター 使用ワクチン ファイザー社製

対象 接種時点で12歳以上かつ2回目接種終了後5か月を経過した市民の方

持ち物 3回目の接種券等封入物一式、本人確認書類(運転免許証等)

健康寿命のびくする教室

楽しく身体を動かし、健康寿命をのばしましょう。

日時 9月7日～11月9日の水曜日(10回) 午後2時～3時30分
会場 大門市民センター第3会議室

対象 次の要件をすべて満たす方
▽65歳以上の方

自ら死を選ぶと大切な人、自分の命を守るために

ゲートキーパー養成講座

ふだんの生活でも、あなたの行動で救われる人がいます。

困っている相手を少しでも理解できるように、精神看護を専門とした現役看護師

日時 9月29日(木) 午後1時30分～3時30分

会場 市役所2階204会議室
講師 市立総合病院リエゾン

野村智美氏
ン精神看護専門看護師

定員 先着30人(予約制)
費用無料
持ち物 筆記用具
申し込み 2次元コード、電話 ☎23・2191で健康センターへ



健康運動指導士による運動機能向上トレーニングの知識習得と実践

健康運動指導士による運動機能向上トレーニングの知識習得と実践

日時 9月7日～11月9日の水曜日(10回) 午後2時～3時30分
会場 大門市民センター第3会議室

対象 次の要件をすべて満たす方
▽65歳以上の方

介護予防リーダー養成講座

高齢者が住み慣れた地域で、いつまでも元気にいきいきと暮らすためには、介護予防のための健康づくりが大切です。

この講座では、介護予防に関する知識や体操の方法を身につけ、地域の健康づくりのためにボランティアとして活動する方を養成します。

自分や家族のため、地域のために、活動してみませんか。

日時 10月6日～12月15日の木曜日 午後2時～4時(祝日を除く、全10回)

会場 福祉センター2階集会室

対象 市民(講座修了後、地域で介護予防活動ができる方で、原則として全回参加できる方)

※医師から運動制限を受けている方は、ご遠慮ください。
※介護施設等の職員のスキルアップを目的とした参加は不可

※営利を目的とした講座参加は不可

内容 自宅や地域で実施できる体操等に関する知識と実践

定員 20人程度(抽選)

費用無料

申し込み 9月9日までに直接高齢者支援課包括支援係(市役所1階)へ

※土・日曜日を除く

※申込時に簡単な面談を実施

ちいき・いきいき・げんきパネル展

元気にいきいきと、年を重ねても住み慣れた地域で生活できるように、「あったらいいね、こんな助け合い」を考える、支え合い活動や、地域を元気にするために活躍する介護予防リーダーの活動や通いの場の紹介をします。この機会にぜひご覧ください。

展示期間 8月23日(火)～9月2日(金)

会場 市役所1階ロビー

問い合わせ 高齢者支援課包括支援係



成人歯科検診・後期高齢者歯科健康診査

口の健康を損なうと、心疾患、認知症のリスクが高まる等全身の健康に影響を及ぼします。

実施医療機関 表1参照
対象・持ち物 表2参照
内容 問診、口腔内検査
費用 500円

実施期間 9月1日(木)

※受診日に実施医療機関
※生活保護を受給している方等は免除あり
その他 各医療機関へ電話予約し、受診してください。結果は受診し

所在地	番地	医療機関名	電話番号
勝沼	3-71	片桐歯科医院	23-8456
西分町	2-85	山崎歯科医院	24-2516
本町	130-19	あゆみ歯科	24-7178
滝ノ上町	1235	武藤歯科医院	22-2825
千ヶ瀬町	3-403-3	やまだ歯科医院	22-0139
長淵	1-9	中丸歯科クリニック	21-5500
	1-57-1	三田歯科医院	21-3941
	4-376-1	下奥多摩歯科医院	23-8818
梅郷	4-702-3	梅郷歯科クリニック	77-0648
柚木町	1-265-1	ひろせ歯科クリニック	77-0666
成木	8-410	北小曾木歯科診療所	74-4744
小曾木	4-2244	小曾木歯科	74-6480
藤橋	2-560-44	百瀬歯科医院	31-5006
	3-1-12	ブラム歯科	33-4182
	3-9-7	荻野歯科三ツ原診療所	31-6480
新町	3-31-3	武藤歯科クリニック	31-8848
	3-67-5	かがみ歯科医院	32-1789
	3-70-9	小沢歯科医院	32-0082
	5-32-7	浜口ファミリー歯科医院	32-7177
師岡町	4-5-33	嶋崎歯科医院	24-7177
東青梅	1-2-5	東青梅歯科医院	21-6480
	1-4-3	志村歯科医院	22-3711
	1-9-8	山中歯科医院	22-2875
	2-20-26	池田歯科医院	24-2322
	3-9-14	はたの歯科医院	22-0118
	5-9-24	長谷川歯科医院	24-8014
	5-16-24	高橋スマイル歯科	24-8455
	5-20-10	三井歯科医院	24-7471
	2-21-3	佐藤歯科医院	22-3954
	4-1-4	関口歯科医院	24-7304
河辺町	4-21-2	上田歯科医院	24-4182
	5-5-12	高野歯科クリニック	21-4970
	5-7-4	河辺南口デンタルクリニック	20-8333
	7-1-14	菊池歯科医院	31-1319
	7-4-55	橋本歯科医院	32-7370
	9-9-2	本間歯科医院	22-3243
	10-5-15	北島歯科医院	24-1081
	10-8-8	近藤歯科医院	78-3219
	10-12-37	山下歯科医院	22-0203

	成人歯科検診	後期高齢者歯科健康診査
対象	令和5年4月1日時点で20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の市内在住者	受診日当日に後期高齢者医療被保険者または75歳以上の生活保護受給者等の市内在住者
持ち物	加入している医療制度の被保険者証 生活保護受給者は、受給者証明書	後期高齢者医療制度被保険者証

※実施期間内であっても、新型コロナウイルス感染症の流行状況により、予告なく受診できない場合があります。最新情報は市ホームページをご確認ください。
※せきエチケットやこまめな手洗い、マスクの着用等、感染予防に気を配って受診してください。
※発熱やせきなど体調不良の方は、受診を控えてください。

8月の休日歯科診療

☆21日(日)

医療機関名	住所	電話番号
本間歯科医院	河辺町9-9-2	22-3243

☆28日(日)

医療機関名	住所	電話番号
山崎歯科医院	西分町2-85	24-2516

※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)

※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。

※保険証、お薬手帳を持参してください。

問い合わせ 健康センター ☎23-2191

認知症予防 脳イキイキ教室

日時 9月6日～10月18日
の火曜日(6回) 午後2時～3時45分

会場 ネットたまぐーセン
ター研修室B

対象 65歳以上で次の要件をすべて満たす方
▽市内在住の方

定員 先着20人程度(予約制)

▽原則として全日程参加できる方
▽要介護1～5の認定を受けていない方
▽医師から運動制限を受けていない方

費用無料
※定員を超えた場合、初めての方優先

服装・持ち物 動きやすい服装、屋外用運動靴、飲み物、筆記用具

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

青梅市生涯学習推進市民会議企画講座 作業療法学生による認知症予防講座

日時・会場・内容 下表のとおり

※1回のみ参加可

対象 認知症予防に関心がある方

講師 多摩リハビリテーション学院専門学校作業療法学科教員・学生

定員 各回先着25人(予約制)

費用無料

服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、筆記用具

申し込み 電話で社会教育課へ



日時(土曜日・午後1時30分～3時)	会場	内容
9月 3日	市役所2階会議室	日々の生活をより良く～遊びと認知症予防の効果～
10日		紙を使った認知症予防～色文字かるた・紙飛行機～
17日		「認知症予防すごろく」で楽しもう
10月1日	福祉センター	元気なタマリハ生とポッチャをやってみよう～Forever Young～
8日		チーム対抗! 3つのゲームで脳を鍛えよう!

霞台小児童の起業した霞カンパニーが利益の一部を市へ寄付しました



霞台小では、総合的な学習の時間を活用し、5年生が「青梅学」の学習として青梅の魅力を学び模擬株式会社を運営する起業家教育に取り組んでいます。

昨年度は、「青梅を世界にPR」を合い言葉に、地元諸団体の協力を得て、社員(児童)たちが考案したオリジナルデザインの「青梅の魅力タオル」を商品化し、学校、市役所および百貨店での販売を行い、約1,200枚を売り上げました。

7月14日に、令和3年度同社社長・副社長等が社員を代表して浜中市長を訪問し、利益の一部を市へ寄付しました。

浜中市長は、児童たちの熱心な説明に耳を傾け、寄付による社会貢献に対してお礼を述べました。

また、寄付金51,933円は、児童たちの希望どおり、子育て、教育の予算として活用することを約束しました。

問い合わせ 指導室指導係

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。

▷ひ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 で生活自立支援窓口(市役所1階17番窓口生活福祉課内)

※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。

小学生平和ポスター作品募集

世界連邦運動協会青梅支部では、次代を担う子どもたちが平和の尊厳や人類の一員としての意識を深めることを願い、平和がテーマのポスター作品を募集します。

※世界連邦とは：国家間の紛争や環境問題など、一国では解決できない問題を国家を越えた国際機構により、地球レベルの問題として対応、解決しようとするものです。

対象 市内在住の小学生
テーマ 世界はひとつ、みんなともだち、かけがえない地球、戦争をなくすために、私たちの地球を守ろう、One Worldなど、平和や世界連邦、これらの趣旨にかなうもの

規格 用紙：B3判(364mm×515mm)▽画材：自由(ポスターカラー、水彩、クレヨン、はり絵など)

提出方法 9月23日までに市民安全課(市役所3階)で配布する応募用紙に住所、氏名、性別、学校名・学年、電話番号を記入し、ポスター裏面に貼付(ポスター裏面に直接記入も可)のうえ、直接市民安全課へ

※応募作品は原則として返却しません。また、著作権は世界連邦運動協会青梅支部に帰属します。

※応募者全員に参加賞を贈呈します。

問い合わせ 市民安全課 市民安全係

子育てひろば すこやか 手作りおもちゃ「ポットン落とし」を作ろう

つまんで、落とす、音を楽しむ、0～1歳児向けの簡単なおもちゃです。

日時 9月5日(月) 9日(金) 午後3時～午後10時

会場 畑中保育園すこやかルーム

対象 未就学児の親子

費用 110円(1セット) その他 駐車場あり

申し込み 8月25日まで 電話 ☎21-5358 畑中保育園へ

子育てひろば 「手型・足型を取ろう」

手型・足型を取って思い出に残しませんか。

日時 8月25日(木) 午前11時～11時30分

※子育てひろばは10時～正午、午後1時～3時

会場 下長淵自治会館2階大広間

対象 未就学児の親子・子ども家庭支援課支援係

祖父母 定員 先着10組

費用無料 直接会場へ

その他 駐車場あり

問い合わせ 長淵保育園 ☎22-8102、市子ども家庭支援課

青梅子どもふれあいフェスタ2022 出店者募集

令和5年1月15日に団体連絡協議会のホームページ(2次元コード)で開催する「青梅子どもふれあいフェスタ2022」の出店者として日ボランティアを募集します。

内容は遊びのコナー、お店屋さん、子育て団体等の活動PRパネル展示などです。子どもグループでも参加できます。応募方法等詳細は、青梅市子ども関連NPO

団体連絡協議会のホームページ(2次元コード)をご覧ください。

応募期限 9月15日

その他 青梅市子どもふれあいフェスタ2022実行委員会主催、青梅市、青梅市教育委員会ほか後援

問い合わせ 市子ども家庭支援課 支援係

御岳山から星の世界へ！ 天空の集落とナイトツアー参加者募集

パワースポットとして知られる御岳山。休日は時間に追われる都会の生活から離れて、木々や清流が織りなす美しい風景や四季の彩りを求めて多くの方が訪れます。標高929m、遠くに輝く地上の星々を一望でき、夜空には数えきれない星を眺めることができます。

さえわたる夜空の下、星空案内人の解説で月や惑星を存分に観察した後、天空の集落でゆっくりとお過ごしください。

日程 9月2日(金)～3日(土)

行程 9月2日(金)：午後2時・御岳登山鉄道御岳山駅集合～午後3時20分～武蔵御嶽神社参拝と見学(ガイド付き)～7時30分～星空観察(ガイド付き)～宿坊泊

9月3日(土)：午前9時30分・御岳登山鉄道御岳山駅集合～9時46分・御岳登山鉄道バス乗車～10時15分・御岳溪谷散策～10時45分・小澤酒造清流ガーデン澤乃井園～11時30分・澤乃井ガーデン解散

対象 小学生以上

定員 先着20人(予約制)

※最少催行人数10人

費用 1万5千円(税込)

※1人部屋は3千円追加

※宿泊代(1泊2食)、復路ケーブルカー運賃、復路バス運賃、武蔵御嶽神社案内ガイド代、小澤酒造試飲代を含む

申し込み 電子メール ome-248@omekan0.gr.jp または電話 024-2481(一社) 青梅市観光協会へ

東京都知事登録旅行業 地域7623号

※申し込み受付後振り込み先を連絡します。

※メールの場合は、件名を「御岳山星空ツアー」とし、本文に住所、氏名、年齢、性別、電話番号(なるべく携帯電話)を記載してください。



青梅市の文化遺産68 御岳山のコケの森

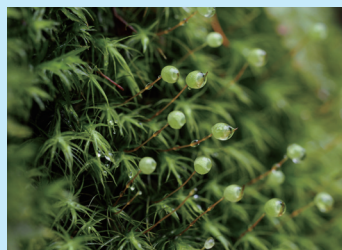
市文化財保護指導員 御手洗 望

令和4年は異例の早さで梅雨が明け、すぐに猛暑が続く、例年にも入り込んでくる遅い夏が始まりました。山や溪谷に涼を求めて御岳山を訪れる人は多いですが、近年、御岳山はコケの森として知られるようになり、コケを目当てに訪れる人が増えてきています。

コケ(蘚苔類)は、普段目にする植物(種子植物やシダ植物)よりもずっと体が小さく、空気中に適度な湿度があれば、木の幹でも岩壁でも、どんなところにもへばりついて生きていくことができます。

御岳山には、スギの巨木が立ち並ぶ参道、古い石垣や井戸、銅葺きや茅葺きの御社や宿坊のあり、御師集落、神域として守られた不伐の森、ロックガーデンがあります。こうしたさまざまな環境があることから、御岳山では、自然度の高い森林に生育するコケ、水辺に生育するコケ、都会や人に生育するコケなど14種類の蘚苔類が確認されています(御岳山苔の会調べ)。特にロックガーデンは、硬い岩盤を深く穿った溪谷で、常に湿度が高く、日陰の多い冷涼な環境で、蘚苔類の生育には最適の場所です。

東京都の蘚苔類の研究は未だ途上で、どれくらいの種類が生育するかも明らかではありません。青梅市の2倍近くの面積の八王子市では359種類の蘚苔類が確認されており、1つの山域で100種以上が確認されている御岳山は、やはりコケ



△タマゴケ
<提供：深澤いづき>

第63回市民体育大会参加者募集

弓道

※予備日16日(日)

会場 市民球技場

対象 市内在住・在勤・在学、市テニス協会会員

種目 ミックスダブルス

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31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://ome-tc.com/>

費用 1チーム2千円

※当日集金

詳細 市バレーボール連盟 池谷 090-8512-0853

申し込み 9月1日までに住友金属鉱山アリーナ青梅または各市民センターへ

テニス

日時 10月2日(日) 午前9時競技開始(8時30分受付開始)

種目・日程 レディース

第8回多摩の物語の語り会

美しい多摩川フォーラムによる「多摩の物語の語り会」を青梅市吉川英治記念館で開催します。

多摩地域に古くから伝わる不思議な話を、語り部自身が調査して素敵な物語に仕上げました。むかし話とは違った、ほっこりとした世界にご案内します。

日時 9月10日(土) 午後2時～午後3時30分(午後1時30分開場)

会場 青梅市吉川英治記念館

講師 多摩地域で活動する語り部たち

定員 先着20人(予約制)



青梅市民合唱団 いこいのおんがくかい

青梅市民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22日(月) 午後0時20分～50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 青梅市民の歌、アニーローリー、いい日旅立ち、たなばたさま、多摩の夏 ほか

アドベンチャーロゲイニング大会in沢井&御岳

ロゲイニングとは、地図に記載されたチェックポイント(CP)を探し出す、オリエンタリングと宝探しゲームを組み合わせたようなアウトドアスポーツです。

どのポイントをどういう順番で回るかは各チームで決め、制限時間内で行けるだけ高得点を取るのが目標です。走力だけではなく、チームワーク、読図力、そして作戦もロゲイニングの大事な要素となり、このスポーツの

特徴と面白さでもありまずい秋深まる沢井・御岳地区で、仲間と一緒に宝探ししてみませんか?

日程 10月23日(日)

会場 沢井、御岳周辺

種目 6時間コース：男子、女子、混合チーム

4時間コース：一般ファミリーチーム

費用 6時間大人6千円、4時間大人5千円、中学・高校生3千円、小学生以下無料

詳細 大会公式サイト <https://www.adventure-rogaining.com>





友達登録はこちら



行政メール



PC・スマホ フィーチャーフォン

日…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)

〇はじめての日本舞踊無料体験会

回 8月20日(土) 午後1時30分～2時30分

場 ネットたまぐーセンター

対 小学生

※親子参加可

因 日本の伝統文化を体験しよう! 持ち物…靴下、飲み物

定 先着20人

場 青梅ジュニアこども日舞 眞砂 090-9188-1465

〇野球無料体験会

回 8月27日(土)、28日(日) 午前の部…10時～正午、午後の部…午後1時～3時

※開始時間の30分前から受け付け

場 わかくさ公園

対 年長～小学生

因 野球をはじめてみませんか。

未経験者、女子も歓迎です。

場 青梅リトルリーグ 藤田 080-5381-5589、2次元コード

〇ねむのき幼稚園から

☆幼稚園見学会

回 9月8日(木) 午前10時30分から

場 ねむのき幼稚園

☆親子の触れ合い遊び

回 9月16日(金) 午前9時30分～10時30分

場 ねむのき幼稚園

対 歩ける1歳～2歳児の親子

定 先着10組

費 300円

回 月～金曜日の午前10時から同園 31-5400ハ

☆催し

〇フラダンスサークル体験会

回 ①8月19日(金)、26日(金) 午後7時～7時40分、②9月6日(火)、13日(火) 午前10時～10時40分

場 住友金属鉱山アリーナ青梅

対 20～60歳の女性

因 初心者向け

定 各曜日先着8人

費 1,000円

場 プアエナOme 瀬戸 090-6491-5262、2次元コード

〇うたごえ喫茶ねがい

回 8月28日(日) 午後1時～4時

場 沢井市民センター

因 みなさんと楽しく歌いましょう。

定 先着50人

費 700円

場 青梅・音楽を愛する9条の会 たいら 090-1123-1934

〇「みんなの音楽会」企画運営者募集

回 火曜日(不定期) 午前10時から

場 ネットたまぐーセンター

対 市内で音楽活動している指導者

因 10月23日に福生市民会館で開催予定の「みんなの音楽会」を企画・準備します。

場 子ども音楽連盟 笹本 024-3941、peco@fj8.so-net.ne.jp

☆会員募集

〇囲碁・将棋

回 火曜日 午後1時～5時

場 東青梅市民センター

対 初心者～中級クラスの方

因 指導…正木秀雄氏

費 月額300円

定 先着7人

場 囲碁将棋同好会 海老原 024-7188

〇かんたん英会話

回 水曜日 午後3時～5時

場 新町市民センター

因 初級者向けの簡単な日常会話を練習し、海外旅行についても学びます。

費 月額3,000円、体験1回500円

場 かんたん英会話クラブ 山岡 031-7350

〇スポーツウエルネス吹矢

回 木曜日 午前9時～正午

場 河辺・大門市民センター

因 腹式呼吸を使い5～10m先の的を当てます。見学・無料体験可

費 月額750円、年額3,000円(協会費)

場 日本スポーツウエルネス吹矢協会青梅プラスローレ支部 榎本 023-2204、2次元コード

〇将棋対局

回 土曜日(月4回) 午後1時～5時

場 河辺市民センター

因 総当たりリーグ戦実施。

費 月額200円

場 青梅将棋教室 坂本 027-2651

☆スポーツ協会 022-0827から

水曜を除く月～木曜日…午前10時～午後4時、金曜日…午後1時～4時、土曜日…午前10時～正午(水・日曜日、祝日定休)

〇初心者弓道教室

回 9月3日～10月15日の土曜日

午前9時30分～11時

場 永山弓道場

対 15歳以上

因 用具の用意あり。市弓道連盟主催

定 先着10人

費 15～18歳…2,000円、19歳以上…3,500円

場 8月27日までに市スポーツ協会事務局へ

☆その他

〇スコレ家庭教育講座

回 10月6日(木) 午前10時～11時30分

場 羽村市生涯学習センターゆとろぎ

対 乳幼児～思春期のお子さんの保護者

因 どんなピンチにも負けない心の強い子に育てる～自己肯定感を高める子育て～

定 先着30人

費 500円

場 (公社)スコレ家庭教育振興協会 青柳 090-5579-4967、2次元コード

ボランティア・市民活動センターから

023-7163 023-7165

郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3

〇視覚障害者のためのスマホ、パソコン教室

回 9月10日(土)、28日(水) 午後1時～3時30分

場 福祉センター

対 視覚に障がいのある方

因 J R東青梅駅に迎え可。画面が見なくても便利にスマートフォン、パソコン活用。見学可

定 先着5人

場 ボランティア・市民活動センターへ

生涯学習まちづくり出前講座

市民が主催者となり、市職員等を講師として派遣する講座です。
申し込みできる方 市内在住・在勤・在学の10人以上で構成する団体・グループ

※10人未満の場合は要相談

内容 社会教育課(市役所3階)、各市民センター等で配布または市ホームページ(記事ID…2988)に掲載する講座メニュー(57講座)から希望の講座を選んでください。

開催日時 講座によって異なる(詳細は講座メニューを要確認)

会場の手配 市内のみ(準備などは主催者側をお願いします)

講師料無料(材料代等の実費が必要となる場合あり)

注意事項

▷政治、宗教、営利を目的とした催しには、講師を派遣できません。
▷説明に関する質問や意見交換は行いますが、苦情や要望はご遠慮ください。

▷1回あたり2時間以内で計画してください。

▷業務等の都合により、希望に添えない場合があります。

申し込み 原則として講座を開催する30日前までに「青梅市生涯学習まちづくり出前講座申請書」へ必要事項を記入し、社会教育課へ

※電子申請での受け付け可

問い合わせ 社会教育課

令和3年度の人気講座	
講座名	担当
青梅市の防災対策～自助・共助・公助～	防災課
学ぼう・ごみ減量につながる分別方法	清掃リサイクル課
青梅歴史物語	文化課(郷土博物館)

青梅市生涯学習推進市民会議企画講座 筆を持ってみませんか

毛筆は難しいと思いませんか?字が下手だからと敬遠している人も多いのではないのでしょうか。文字はその人の個性なので、うまいへたは関係ありません。気軽に日常生活に取り入れ、メリハリのある生活を送りましょう!

日時 9月7日、14日、21日の水曜日 午後1時30分～3時

※1日でも参加可能ですが、最終日に作品を完成させます。

会場 ネットたまぐーセンター研修室B 対象 市内在住・在勤者

講師 市書道連盟会長 栗原秋月氏 定員 先着20人(予約制)

費用無料 持ち物 書道道具(お持ちの方)

申し込み 電話で住所、氏名、電話番号を社会教育課へ

商品券取扱店舗を募集します!

事業者支援と65歳以上の高齢者の生活支援を目的に、商品券を発行します。これに伴い、取り扱い事業者を募集します。

※商品券の販売・送付については後日広報おうめ、市ホームページでお知らせします。

取扱事業者募集期間 9月5日まで

※募集期間後も申し込み可能ですが、商品券販売時に配布する取扱店舗一覧に掲載できなくなります。

商品券利用期間 11月1日～令和5年1月15日

申し込み 青梅商工会議所 023-0111

商品券の内容

商品券名	1冊※	販売価格等	備考
プレミアム付き商品券	13枚	10,000円	3枚…全取扱店舗で利用可 10枚…大型店以外の取扱店舗で利用可
高齢者家計応援券	3枚	施設入所者を除く市内在住の65歳以上の高齢者に送付します。	3枚…全取扱店舗で利用可

※1枚あたり1,000円



Ome Blue (青梅ブルー) は、青梅に住み、働き、活動するすべての方が、それぞれの立場の自由な発想で参加可能な地域プロモーションの取り組みです。

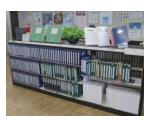


中央図書館ハンディキャップサービスを「利用ください」

お問い合わせ 中央図書館 22・6543

点字図書

青梅市の図書館カードをお持ちの方なら、どなたでも利用できます。また、中央図書館で所蔵していない点字図書も、全国の点字図書館などから取り寄せることができます。



△点字書架

新着点字図書

▼「おでん屋ふみ おいしい占いはじめました一渡辺淳子/著(全3巻)」「基本料理のアレンジレシピ」すこやか食生活協会/制作(上下巻)」「ギフト」原田マハ/著(全2巻)」「星になりたかった君と遊歩新夢/著(全4巻)」

デジタル図書

▼「徘徊タクシー」坂口恭平/著 ▼「ナルニア国物語カスピア王子のつづえ」C.S.ルイス/作 ▼マルチメディア デジタル図書

デジタル図書

活字を音声にした録音図書で、視覚等に障がいがあり、青梅市の図書館カードをお持ちの方は、どなたでも利用できます。また、中央図書館で所蔵していない

フォークギター講座

フォークギターの基本を学び、簡単な楽曲を演奏します。11月26日(土)、27日(日)開催のネットたまぐーセンターあそびば2022(文化祭)で発表を行います。

日時 9月4日・11日・18日・25日・10月2日の日曜日、10日(祝) 午前10時〜正午
会場 ネットたまぐーセンター 研修室B
※9月4日のみ会議室A

対面朗読サービス

市内在住の視覚に障がいのある方が、図書館にある本や新聞、お手持ちの資料などを、音訳協力者の朗読により対面で聞く対面朗読サービスです。



△対面朗読室

大活字本

通常の活字では読みにくい方のために、文字の大きさや行間を広げて作られている本です。



△大活字本書架

新刊案内(デジタル版)

ハンディキャップ登録をしている方へ、毎月、新刊図書の紹介や図書館からのお知らせなどを送付しています。



△ハンディキャップサービスコーナー

市民映画会 ナミヤ雑貨店の奇蹟

東野圭吾原作の実写化、廣木隆一監督の作品です。時代を超えた手紙が、つなぐあたたかい奇蹟の物語です。

日時 9月10日(土) ①午前10時から②午後2時30分から
※開場は上映30分前
会場 ネットたまぐーセンター多目的ホール
出演 山田涼介、西田敏行、尾野真千子、ほか
(上映時間129分)
定員 各回200人(抽選・全席指定)



©2013「ナミヤ雑貨店の奇蹟」製作委員会

入場無料
その他 駐車場(有料)に限りあり
申し込み 8月28日(必着)までに電子申請(下記2次元コード参照)または往復ハガキで(往信裏)参加者全員の住所、氏名、電話番号、年齢、希望時間(第二希望まで記入可)〈返信裏〉無記入(返信表)代表者の住所、氏名を記入し、〒198-8701 社会教育課市民映画会「ナミヤ雑貨店」に送りください。

(公財) 青梅佐藤財団共催事業

第16回増田明美親子ふれあいスポーツ教室

マラソン解説でおなじみの増田明美さんから、親子で走り方の基本や体力づくりの基礎を楽しく学び、健康づくりを実践しましょう。

日時 9月23日(祝) 午後1時〜3時(午後0時30分から受付)
場所 大門市民センター体育館
講師 スポーツジャーナリスト 増田明美氏
対象 4歳〜小学4年生と保護者
定員 先着100人(予約制)
費用無料



講師プロフィール

1964年、千葉県いすみ市生まれ。成田高校在学中、長距離種目で次々に日本記録を樹立。1984年のロス五輪に出場。92年に引退するまでの13年間に日本記録12回、世界最高記録2回更新という記録を残す。

服装・持ち物 運動に適した服装、運動靴
申し込み 8月16日の午前10時から上記の2次元コードからアクセスし、申し込みシートを入力後、送信してください。
※申し込みシートの画面を保存し、当日提示をお願いします。

その他 駐車場に限りあり
共催 (公財) 青梅佐藤財団、(一社) 市スポーツ協会、(特非) 多摩の青少年を育てる会
問い合わせ 社会教育課生涯学習推進係、(公財) 青梅佐藤財団 ☎090-5195-3030

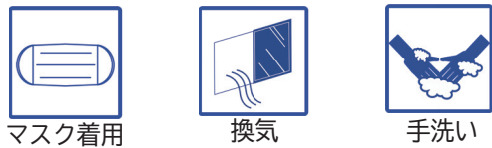
中央図書館 ☎22-6543

☆いづれも…費用無料・直接会場へ
青梅図書館 おはなし会 日時=8月21日(日) 午前11時〜11時40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20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=8月27日(土) 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
ちっちゃいこのおはなし会 日時=8月28日(日) 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=絵本の読み聞かせや手遊び、わらべうた等▷定員=先着10組
梅郷図書館おはなし会 「うめこの時間」 日時=8月28日(日) 午前11時〜11時20分▷梅郷市民センター多目的室▷対象=0歳児から▷内容=絵本の読み聞かせ、手遊び▷定員=先着25人▷問い合わせ=梅郷図書館 ☎74-9025



感染症拡大防止にご協力を



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)

▷市民税・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9月1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。

