

〈令和4年／2022〉

9 / 15

No. 1, 446

〈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



青梅市高齢者憲章

- 1 高齢者が敬愛され 尊厳をもって生きられるまちにしよう
- 2 高齢者が長年培ってきた知識と経験を 生かし自ら参加できるまちにしよう
- 3 高齢者が自ら健康づくりに取り組み 健やかに過ごせるまちにしよう
- 4 高齢者が自立し いきいきと暮らせるまちにしよう
- 5 高齢者が生きがいを持ち 自分らしく活躍できるまちにしよう

「特別展」

ふる里の心を描き続けて55年

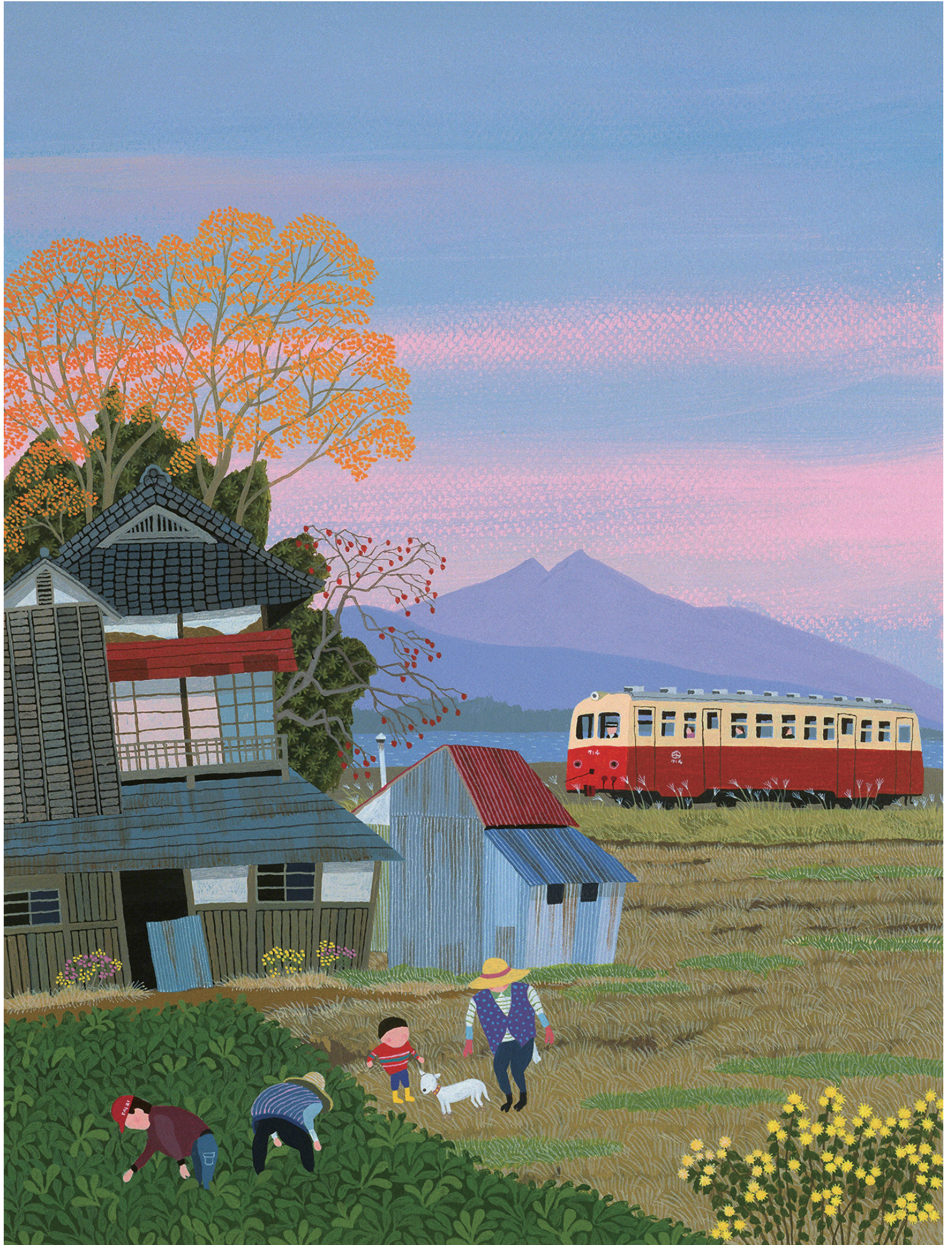
原田泰治の世界

会期

9.17 (土)



11.6 (日)



開館時間 午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）

休館日 月曜日

※9月19日、10月10日は開館、9月20日、10月11日は休館

会場 市立美術館

観覧料 大人800円、小・中学生400円

※障害者手帳をお持ちの方と付添いの方1人、市内在住の65歳以上の方、市内在住の小・中学生（土日曜日、祝日のみ）は無料、団体割引あり

その他 青梅市吉川英治記念館との共通観覧券は、本展覧会では利用不可

問い合わせ 青梅市立美術館 ☎ 24-1195

☆学芸員によるギャラリーガイド

日時 10月1日（土）、10月23日（日）午後2時から（1時30分受付開始）

定員 各日先着10人（予約不要）

費用無料

※要観覧券

△ [秋一色] 茨城県ボード／アクリル 2007年



◁ 特別展の詳細はこちらから

今号の主な記事

- ◆納期内納税にご協力ください…4面
- ◆第55回青梅産業観光まつり…6面
- ◆スポーツDAY青梅2022…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。

合同就職面接会 in 福生

ハローワーク青梅では、青梅市との共催により、就職面接会を開催します。

日時・内容 9月29日(木) ①午後1時30分～1時50分・参加企業PR ②1時50分～4時面接

※1時～3時受付
会場 福生市民会館3階(福生市福生2455)

対象 青梅市、福生市、羽村市および近隣での就職を希望する方

持ち物 複数枚の履歴書、筆記用具、ハローワークの紹介状

その他 参加企業の情報、ハローワーク青梅ホームページ(左記2次元コード参照)をご覧ください。

※紹介状がなくても面接、相談は可能です。
直接会場へ問い合わせ ハローワーク青梅職業相談コーナー ☎24・9163、市商工観光課労政係



創業スクール受講生募集

創業・起業を目指す方を対象にした講座を開催します。

受講後も「おうめ創業支援センター」のサポートが受けられます。

コース・日時
 ①基礎コース：10月29日(土)、30日(日)、11月5日(土)、6日(日)(7講座選択制)、午前10時～正午、午後1時～3時
 ②実践コース：11月12日～12月10日の土曜日(5回) 午前10時～午後4時45分(昼休憩あり)

※実践コースは具体的に事業が決まっている方、起業希望日に近い方が対象

費用 ①1講座あたり500円②5千円

主催 青梅商工会議所
共催 西多摩地区5商工会
後援 青梅市、青梅信用金庫

内容の詳細はおうめ創業支援センターホームページ <https://www.oume-degin.com/> をご覧ください。

申し込み 問い合わせおうめ創業支援センター ☎84・2670(月・火曜日を除く)

無料相談会

不動産無料相談会
日時 10月3日(月) 午前10時～午後4時
会場 市役所2階201・202会議室
内容 不動産に関する法律、税務、取引等の相談
持ち物 相談内容の資料があれば持参してください。

夜間無料法律相談会
日時 10月6日(木) 午後5時～8時10分
会場 市役所2階206会議室
定員 先着5人(予約制) ※1人30分
共催 日本司法支援センター東京地方事務所多摩支部(法テラス多摩)、東京三弁護士会多摩支部

行政書士会無料相談会
日時 10月4日(火) 午前10時～午後4時
会場 市役所2階204・205会議室
内容 相続、遺言、契約、各種許可など暮らしの手続きや書類作成などの相談
相談員 東京都行政書士会

市民安全課 市民相談係
問い合わせ 市民安全課 市民相談係

多摩西部支部会員 持ち物 相談内容の資料があれば持参してください。

主催 東京都行政書士会多摩西部支部
直接会場へ問い合わせ 市民安全課 市民相談係



今年もやります！プレミアム付き商品券 キャッシュレス決済ポイント還元事業

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている市内の店舗を応援するとともに、日常生活における新しい生活様式の普及と市内の消費喚起を促すために、本年度もプレミアム付き商品券・キャッシュレス決済ポイント還元事業(PayPay)を実施します。

詳細は10月1日広報おうめをご覧ください。
問い合わせ 商工観光課 工務政係



自治会活動紹介コーナー86 コロナに翻弄されている自治会活動

青梅市自治会連合会第3支会長 和山満雄

第3支会では第2ブロックの8自治会(吹上、野上第1～3、大門1・2・5、塩船)と、第3ブロックの6自治会(谷野、木野下、今寺西、今寺榎、今寺第4、今寺第5)の2つのブロックの計14自治会(本年4月現在の会員は2千10世帯)で構成されていますが、管内自治会加入世帯数は、この5年で563世帯減少(率にして▲21・9%)しています。この状況が続くと、今以上に自治会組織の維持・活動に大きな影響が出るかと危惧されます。加えて、今年が3年目となる新型コロナウイルス感染症の影響で、各自治会の活動も制限され自治会の役割・意義が問われていると思います。

そんな中、令和3年11月28日(日)に第3支会の行事としては2年振り、第27回ファミリーゴルフ大会を開催しました。

今後も、防災訓練・霞川清掃・ビーチボール大会・市民運動会・ふるさと祭り・ファミリーゴルフ大会を予定していますが、現在の状況では、各種行事の実施のめどが立たず、それらの行事を通じて自治会相互の絆を深め、地域の安心・安全を守るという自治会活動の目的が果たせません。このように自治会を取り巻く厳しい環境の中、自治会の本来の目的を達成し、地域コミュニティをどのように活性化させるか、自治会が抱える問題は山積していますが、このような時こそ自治会員相互の絆・連携・協力を強くし、さらに自治会員でない方にも参加していただけるような開かれた自治会活動が必要と痛感しています。

▽青梅市自治会連合会 <https://www.oume-renou.jp/>
問い合わせ 市民活動推進課



リサイクルショップをご利用ください

リサイクルショップでは、リサイクルセンターに運び込まれた、まだ使えそうな物を修理し、低価格で販売しています。

主に自転車、タンス、テーブル、椅子、衣装ケースなどを展示していますが、その時によって変わりますので、ぜひ足を運んでみてください。

また、大きな家具等、購入した商品の配送サービス(有料)もあります。

営業日時 月～金・日曜日 午前9時～午後4時

※祝日を除く
運営 (公社) 青梅市シルバー人材センター
 ※リサイクルショップは、リサイクルセンター施設内にありますが、出入口、駐車場が違いますので、ご注意ください。
問い合わせ リサイクルショップ ☎32・5374

傍聴にお出かけください

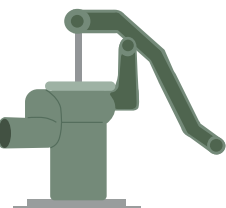
	青梅市総合長期計画審議会	青梅市総合教育会議
日時	9月30日(金) 午後1時から	10月5日(水) 午前9時30分から
会場	市役所議会議棟3階 大会議室	
内容	第7次青梅市総合長期計画 ほか	次期教育大綱について ほか
定員	5人(抽選)	
傍聴受付	当日の午後0時45分に会場入り口で	当日の午前9時～15分に会場入り口で
問い合わせ	企画政策課	

井戸・簡易水道利用者へ

井戸または簡易水道を使用し下水道に排水している場合、世帯人数により汚水量を認定し、下水道使用料金を算定します。

世帯人数に変更があった場合や使用を中止した場合には、届出が必要となります。

問い合わせ 下水管理課業務係



ハチの駆除について

秋になりましたが、ハチの活動はまだ続いています。むやみにハチや巣に近づかなければ、攻撃してきませんが、日常生活に支障のある場所に巣がある場合には、駆除をお勧めします。巣の駆除は土地の所有者等が実施することとなります。

市では、専門業者に依頼してスズメバチ等の巣を除去した方に、補助金の交付(上限1万円)を行っています。詳細は、市ホームページ(記事ID…21692)をご覧ください。ご自身の対応が難しい場合は、薬品・駆除業者を紹介する(公社)東京都ペストコントロール協会 ☎03-3254-0014へお問い合わせください。

問い合わせ 環境政策課環境対策係

新聞を取っていない世帯の方へ広報おうめ等を無料で配布しています。皆さんの周りの希望する方にもお声がけください。希望する方は、住所、氏名、電話番号を電話☎22-1111、郵送、ファクシミリ☎21-2879、電子メール✉div0110@city.ome.lg.jp または直接秘書広報課（市役所4階）へ

秋の全国交通安全運動 世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

市民一人ひとりが交通安全意識を高め、車両運転者だけではなく、歩行者、自転車利用者も交通ルールを守り、正しい交通マナーを身につけることが大切です。

交通事故防止にご協力をお願いします。

運動期間 9月21日(水)～30日(金)

- ▼電動キックボード等の交通ルール遵守の徹底
- ▼子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- ▼夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止および飲酒運転の根絶
- ▼自転車の交通ルール遵守の徹底
- ▼二輪車の交通事故防止



お問い合わせ 青梅警察署 ☎22・0110、青梅交通安全協会 ☎23・5287、市民安全課 市民安全係

空き地の管理をお願いします

空き地が適正に管理されていないと、草木が枯れるとともに落ち葉がたまり、火災・放火やごみの不法投棄などにより周辺環境の悪化につながるおそれがあります。このような状況を未然に防ぐためにも、土地所有者等による適正な管理が必要となります。草刈りや落

ち葉の処分など、適正に管理するようお願いいたします。

なお、除草剤を使用する際はあらかじめ周辺の方へ日時や使用目的等の周知を図り、風の弱い日や人通りが少ない朝夕に行うなど周辺環境への配慮をお願いします。

刈払機（動力草刈機）の貸し出し
市では、雑草を刈り取るための刈払機（動力草刈機）を貸し出しています。

借り受けを希望の方は、事前にご連絡ください。※事前にご連絡がない場合は、貸し出しできない場合があります。

問い合わせ 環境政策課 環境対策係

生産緑地地区都市計画変更（案）の縦覧

農業の主たる従事者の死亡などによる生産緑地地区からの削除および3月までに本申請をした農地等の追加のため都市計画変更（案）の縦覧を行います。

縦覧期間 9月16日(金)～10月4日(火) 午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く
縦覧場所 都市計画課（市役所5階）
意見書の提出 都市計画変更（案）に意見のある市民および利害関係者は、縦覧期間内に市長に意見書を提出することがあります。

提出先 都市計画課

◆生産緑地地区：市街化区域内において農地等を計画的かつ永続性のある緑地として保全するための都市計画の制度です。生産緑地の所有者は、生産緑地を農地等として適正に管理することが義務づけられています。

問い合わせ 都市計画課 計画係

意見をお寄せください

青梅市空家等対策の推進に関する条例	
閲覧期間	9月16日(金)～30日(金)
対象	市内在住・在勤、市内に事務所または事業所を有する方、当該案件に直接的な利害関係を有する方
閲覧場所	住宅課（市役所5階）、行政情報コーナー（市役所2階）、各市民センター、中央図書館、障がい者サポートセンター、子育て支援センター ※市ホームページ（記事ID…60474）でも閲覧可 ※各施設の休館日を除く
提出方法	30日（消印）までに閲覧場所に備え付けの用紙（市ホームページからダウンロード可）に意見・必要事項を記入のうえ、下記のいずれかの方法で住宅課へ提出してください。 ▷直接持参…午前8時30分～午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く ▷郵送…〒198-8701 青梅市住宅課 ▷ファックス…☎22・3508 ▷電子メール…✉div2570@city.ome.lg.jp ※件名は「条例への意見」としてください。
意見への対応	個人情報を除き、市の考え方を付して、市ホームページ等で公表します。意見に対する個別の回答はできません。
問い合わせ	住宅課住宅政策係

消費者相談室から331 インターネットを利用した サイドビジネスのトラブルに注意！

☆相談事例

インターネットで「儲かる副業」を検索し、ランキングサイト上位の事業者に登録したところ、「アプリをインストールして設定すると1〜2週間儲かる。費用は〇万円」というメールが届いた。なぜ儲かるのかよく理解できなかったが、クレジットカードで決済しアプリを設定した。

最初は登録料やマニュアルと称して数万円の契約を勧められます。次にノウハウを教える教材や、コンサルティング契約として数十万円の契約を勧誘されます。お金が無いと言っていると借金を勧められますが、支払った金

額以上に稼げる保証はありません。

ランキングサイトは、必ずしも信用できるものばかりではありません。すぐに登録せず、身近な人に相談するなど、慎重に検討しましょう。

◎東京都生活文化局発表資料を参考に作成
消費者相談室 ☎22・6000（相談専用）

相談日時 月～金曜日 午前10時～正午、午後1時～4時
※毎月第2・4火曜日は午後6時まで受付

※祝日、年末年始を除く
問い合わせ 市民安全課 市民相談係

市営住宅入居者募集

市営住宅「あき室」への入居者募集を、10月中旬～下旬に予定しています。募集内容の詳細は、広報おうめ10月1日号でお知らせします。

問い合わせ 住宅課公営住宅係

義援金・救援金の受付

市では現在、下記の災害義援金および救援活動支援の救援金の受付をしています。お預かりした義援金等は、全額日本赤十字社へ送金します。なお、日本赤十字社へ直接支援される方は日本赤十字社のホームページ <https://www.jrc.or.jp/contribute/help/#kokunai> をご覧ください。

問い合わせ 福祉総務課庶務係

	令和4年7月大雨災害義援金	令和4年8月3日からの大雨災害義援金	ウクライナ人道危機救援金
受付期間	10月15日まで	令和5年3月15日まで	
募金箱設置場所	市役所1階、各市民センター、中央図書館		

特殊詐欺アポ電の情報提供にご協力を

令和4年
特殊詐欺の被害発生状況
8件・約1千86万5千円
(8月3日現在)

警視庁に寄せられる情報提供から東京都では平均して1日に150〜200件の特殊詐欺のアポ電が確認されています。この数字はあくまでも警察に情報が寄せられた件数です。で、実際にはもっと多くのご家庭に電話がかかっています。青梅警察署管内でも多いときは1日12件の情報が寄せられたことがあります。

皆さんのアポ電情報が寄せられた日には「メールけいしちよう」で住民の皆さんへ注意喚起し、特に注意が必要な場合は防災無線でお知らせをする日もあります。

また、詐欺犯が実際にお金やキャッシュカードを取りに来る詐欺だけでなく、電話で指示をしてATMでお金を振り込ませる還付金詐欺もあります。還付金詐欺は住所に関係なく、お金をだまし取ることで出来るので、1つの地域に集中して電話がかかってくるわけではない可能性があります。皆さんにお願いしたいのは、「メールけいしちよう」や警視庁防犯アプリ「デジポリス」でアポ電情報を取りに来ます。たく

を確認し、防犯対策をしていただくこと、アポ電がかかってきた場合には警察への情報提供をお願いします。被害を一件でも減らすために、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います。気軽にご利用ください。

※数に限りがあります。
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：市民安全課市民安全係
▽その他：青梅警察署防犯係 ☎22・0110 内線2612

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、マイナポイントの各種申請休日臨時窓口
9月25日(日) 午前9時～午後3時
会場 市役所1階

	マイナンバーカード 申請・受け取り	マイナンバーカード 保険証利用 登録サポート	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
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、番号等が分かるものを持参のうえ、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 マイナポイントに関すること…DX推進担当		

**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、終了した方等が対象です。

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 9月30日(消印)

※詳細は市ホームページ(記事ID…35644)



**申請はお済みですか？
住民税非課税世帯等に対する
臨時特別給付金(家計急変世帯分)**

対象 次のすべてに該当する方
 ▽申請日時点で市内に住民登録がある方
 ▽令和4年度分の住民税均等割が課税である世帯

**申請はお済みですか？
新型コロナウイルス感染症の影響を受け令和4年度1月以降の任意の1か月の収入を12倍した額が、住民税非課税世帯と同等の収入となる見込みの世帯**

対象 次のすべてに該当する方
 ▽新型コロナウイルス感染症の影響を受け令和4年度1月以降の任意の1か月の収入を12倍した額が、住民税非課税世帯と同等の収入となる見込みの世帯

支給額 1世帯10万円

申請期限 9月30日(消印)

※詳細は、市ホームページ(記事ID…53885)をご覧ください。

問い合わせ 新型コロナウイルス感染症対策給付金担当

扶養親族等申告書は期限までに提出ください

この申告書を提出することにより、令和5年中の年金額にかかる所得税の源泉徴収額が決まります。提出しないと各種控除が受けられず、源泉徴収額が多くなる場合がありますので、ご注意ください。

問い合わせ
 ▽扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル ☎0570-081-240 (050から始まる電話からは ☎03-6837-9932)

▽青梅年金事務所 ☎30-3410

▽いずれも 午前8時30分～午後5時15分(週初は午後7時まで、第2土曜日は午前9時30分～午後4時)

※祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日を除く

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25日(火)
 午後2時30分～4時30分

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

対象 市内在住・在勤・在学者

※団体申し込み不可

定員 先着10人(予約制)

申し込み 10月20日まで
 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

納期内納税・納付にご協力ください

納付方法
 スマートフォン用アプリを使った「スマホ決済サービス」、納付書払い、口座振替等が利用できます。市税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料は、それぞれ納期限が決まられています。決められた納期限までに納付してください。

滞納してしまった場合は
 決められた納期限までに市税等を納付しないことを滞納と言います。滞納している方には、督促や催告書などで納付をお願いしています。それでお願ひしていただき、滞納期限までに納付できない場合は、事前に電話で連絡のうえ、納税(入)通知書、納付が難しい事情を説明してください。

滞納すると、本来の市税等のほかに、延滞金も合わせて納付することになります。

延滞金は、滞納額を基礎に、納期限の翌日から計算し、納付日までの日数に応じて計算します。ただし、延滞金額に100円未満の端数があるときは切り捨てます。また、その金額が1千円未満であるときは全額を切り捨てます。

問い合わせ 収納課

食育一口メモ
9月は食生活改善普及運動月間

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を地産地消と言います。地域でとれた旬の野菜は、新鮮で栄養価も高いまま食べることができ、また輸送コストも少なく、地球環境を守ることにもつながってきます。

健康日本21(第二次)で一日の野菜の摂取量の目安は、350gとされていますが、令和元年度の東京都民の一日あたりの野菜の平均摂取量は、299gです(小鉢一皿の野菜は約70gです)。

地域の野菜を使った一皿で野菜不足を補いましょう。

問い合わせ 健康センター ☎23-2191

**脂質異常症予防セミナー
 ～コレステロールの数値を改善しましょう～**

コレステロール値が気になる方は、この機会と一緒に学んで、自分や家族の生活習慣を整えましょう。

日時 10月27日(木) 午前10時～正午

会場 市役所2階204会議室

対象 市内在住者


内容・講師 脂質異常症について・市保健師、食生活予防について・管理栄養士 高森恵美子氏

定員 先着40人程度(予約制)

費用無料

持ち物 筆記用具

申し込み 電話 ☎23-2191で健康センターまたは右記2次元コードから



**青梅市特定健診受診者へ
 管理栄養士による
 健診結果の活かし方講座**

健診結果を活用した健康づくりや、食事・運動などの生活習慣について管理栄養士がお話しします。

日時 10月12日(水) 午前10時～11時30分

会場 健康センター


対象 青梅市特定健康診査・後期高齢者医療健康診査を受けた方

定員 先着15人(予約制)

費用無料

持ち物 健康診査結果票、筆記用具

申し込み 電話 ☎23-2191で健康センターへ



暮らしにお役立てください～高齢者の皆さんへの各種事業等～

☆参加・利用しませんか

介護予防教室・講演会	介護予防や健康づくり等の教室や講演会を随時開催します。 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
認知症サポーター養成研修の講師派遣	認知症サポーターを養成するための講師派遣を行います。 対象 おおむね10人以上の団体・グループ等 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
高齢者クラブ	地域の高齢者が自主的に組織した団体で、健康で豊かな生活のため、さまざまな活動をしています。 対象 60歳以上の方 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係
シルバーパス	シルバーパス常設発行窓口で、都内の民営・都営バス等が利用できる東京都シルバーパス(有料)が発行されます。 対象 70歳以上の都民 問い合わせ 東京バス協会 ☎03-5308-6950
シルバー人材センター	シルバー人材センターへ会員登録し、能力・経験に応じた軽作業等の仕事をします。仕事の依頼もできます。 対象 おおむね60歳以上の健康な方 問い合わせ シルバー人材センター ☎24-8171
シルバーマイスター制度	優れた技能・知識・経験をお持ちの高齢者を派遣します。 対象 団体など 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係
梅っこ体操CD・DVD貸し出し	市介護予防オリジナル体操のCD・DVDを高齢者支援課および中央図書館で貸し出します。 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
介護DVD貸し出し	介護のためのDVDを無料で貸し出します。 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係
教養講座	詩吟、毛筆、ペン習字、茶道、華道、合唱等の講座を定期的に開催しています。 対象 60歳以上の方 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係

☆社会福祉協議会のサービス 問い合わせ 社会福祉協議会 ☎22-1233

いきいきサービス	市民の助け合いによる登録者の協力を得て、在宅での日常生活に必要な家事などのお手伝いをします。 利用料金 1時間900円(税込み) ※交通費を負担していただくことがあります。 対象 おおむね65歳以上または障がいのある方で、在宅での日常生活に困っている方
車いすの貸し出し	通院、旅行等で車いすが一時的に必要な場合、無料で貸し出します。 対象 歩行困難な方
ハンディキャブの貸し出し	車いすごと乗車可能な自動車の車両貸し出しを行っています。申し込みは、利用の3か月前から先着順で受け付けます。 貸し出し車両 ▷マツダA2ワゴン・定員3人・軽自動車(スロープ式) ▷日産セレナ・定員6人・普通車(ワンボックス・自動リフト) ※利用制限、利用上の注意等がありますので、お問い合わせください。 対象 車いすを利用している方の家族、一般乗用車に乗車困難な方の家族等
緊急通報サービス	急病や緊急事態のときに、ペンダント型救急ボタンを押すと警備会社に通報され、所定の連絡等を行います。毎月の利用料は自己負担です。 対象 おおむね65歳以上または障がいのある方

☆清掃リサイクル課のサービス 問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係

指定収集袋の減免	ごみ袋引換券を交付します。 ※過去に一度も交付がない場合は要申請。 対象 世帯全員が65歳以上で、市民税非課税世帯
おむつごみの無料収集	汚物は取り除き、「燃やすごみ」の収集日に透明または半透明の袋に入れて排出してください。

☆高齢者支援課のサービス 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係・包括支援係

温泉保養施設の利用助成	市指定の温泉保養施設の利用料金の一部を助成します。 ▷宿泊…1泊につき3,000円(年間4泊以内) ▷日帰り…1日1回につき300円(年間12日以内) 対象 65歳以上で在宅の方とその援護者 実施施設 市指定の宿泊施設または日帰り施設
訪問理美容サービス	自宅で理美容サービスを受ける際の出張料を助成します。 対象 65歳以上の介護保険要介護3・4・5の方 実施施設 契約理容店・美容店
日常生活用具(腰掛便座等)の給付	所得別の自己負担あり、要事前申請。購入後の助成はできません。 対象 介護保険で非該当と判定されたが、日常生活用具の給付が必要と認められる65歳以上の方
住宅改造費(浴槽等の設備改修費)の助成	所得別の自己負担あり、要事前申請。工事着工後の助成はできません。 対象 要介護認定の申請をしたおおむね65歳以上で、住宅の改造が必要と認められる方
紙おむつの給付	紙おむつ、尿取りパット、おむつカバーを現物支給します。 ※月額8,000円を限度・給付額の1割の自己負担あり。 対象 おおむね65歳以上の市民税非課税世帯の在宅の方で、寝たきり等で紙おむつを必要とする方
配食サービス	1食400円の自己負担で、週3回までボランティアや業者により昼食を配達します。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方または高齢者世帯の方で、身体的・精神的機能の低下により炊事が困難の方
寝具乾燥サービス	月1回4枚まで寝具の乾燥を行います(1割の自己負担あり)。 対象 65歳以上の寝たきり高齢者がいる世帯または65歳以上の一人暮らしの方もしくは高齢者世帯の方
救急通報システム	急病や緊急事態のときに、ペンダント型の無線発報器により救急車の出動などの救護が受けられます(自己負担あり)。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしまたは高齢者世帯の方等で、発作を起こしやすい病気等があり、設置が必要と認められる方
住宅火災通報システム	専用通報機を貸与します。火災発生時に消防車両等の出動が受けられます(自己負担あり)。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方等で、設置が必要と認められる方
福祉電話の設置	安否の確認(週2回まで)を行う電話機の設置費用を助成します。 対象 65歳以上の一人暮らしまたは高齢者世帯の方で、市民税非課税世帯であり、現在電話がなく近隣に親族が居住していない方
徘徊高齢者家族支援サービス	位置探索を行う機器の端末を貸与します。 利用料金 かかった費用の1割(その他自己負担あり) 対象 おおむね65歳以上で認知症により徘徊行動が見られる在宅の方を介護している親族
介護サービス相談員の派遣	介護保険施設や居宅等を訪問し、相談等の活動を行う相談員を派遣します。 対象 介護保険制度の介護サービス利用者とその家族等

☆相談機関 問い合わせ 各地域包括支援センター

地域包括支援センター	業務内容 介護予防ケアマネジメント▷総合相談・支援▷権利擁護、虐待早期発見・防止▷地域のケアマネジャーの支援▷各種サービスの申請代行 対象者 高齢者とその家族等 対象地域・施設 ▷青梅・東青梅地区…地域包括支援センター(☎22-1111内線2127) ▷長淵・梅郷・沢井・河辺地区…地域包括支援センターうめぞの(☎24-2882) ▷大門・小曾木・成木・新町・今井地区…地域包括支援センターすえひろ(☎33-4477)
------------	--

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)

現在受けられる接種区分と対象

区分	対象
4回目	3回目接種から5か月経過した①～③の方 ①60歳以上の方 ②基礎疾患があるまたは重症化リスクが高いと医師に認められた(妊婦含む)18～59歳の方 ③医療従事者等・高齢者施設等従事者
1～3回目	12歳以上
小児接種	5～11歳

詳細は市ホームページ(上記2次元コード参照)をご覧ください。なお、ワクチンの在庫状況により使用するワクチンが変更となる場合があります。

オミクロン株対応型ワクチン接種

今後、オミクロン株に対応したワクチン接種の実施が予定されています。国や都の動向を注視して検討を進めていきます。



9月の休日歯科診療

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
18日(日)	北小曾木歯科診療所	成木8-412	74-4744
19日(祝)	嶋崎歯科医院	師岡町4-5-33	24-7177
23日(祝)	長谷川歯科医院	東青梅5-9-24	24-8014
25日(日)	上田歯科医院	河辺町4-21-2	24-4182

※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。

「はびねす健康体操」～みんなで楽しく運動しようよ、おうめ！～

運動が苦手な方や運動がなかなか継続できない方、家でも簡単にできる運動と一緒に始めてみませんか。初めての方、1人参加の方、大歓迎です。ストレス発散や体力アップをめざして、健康寿命を伸ばすきっかけにしましょう。

日時・会場 右表参照

※12月以降の予定は後日お知らせします。

対象 市民
内容 有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、健康情報の提供など
講師 運動指導員
定員 各回先着30人程度
費用無料

服装・持ち物 運動のできる服装、室内用運動靴、飲み物、バスタオルまたはヨガマット
直接会場へ

注意事項 託児はありません。高血圧症や心臓病、骨関節疾患（腰痛・膝痛含む）等の持病のある方は、事前に医師の許可を得てください。

問い合わせ 健康センター ☎23-2191

会場	日時①午前10時～11時	②午後1時30分～2時30分
	10月	11月
天ヶ瀬体育館	②31日(月)	①9日(水)
長淵市民センター	②28日(金)	①17日(木)
大門市民センター	②11日(火)	②7日(月)
梅郷市民センター	②3日(月)	②14日(月)
沢井市民センター	①6日(木)	②16日(水)
小曾木市民センター	①13日(木)	①24日(木)
成木市民センター	②4日(火)	②4日(金)
東青梅市民センター	②7日(金)	②18日(金)
新町市民センター	①20日(木)	②28日(月)
河辺市民センター	①27日(木)	②29日(火)
今井市民センター	②14日(金)	②8日(火)

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。支給額 受講料の6割相当額

母子家庭および父子家庭 自立支援教育訓練給付金 母子家庭および父子家庭 高等職業訓練促進給付金

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

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

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

ひとり親家庭サポート講座

子育て支援センターはびねす

仕事のこと・子育てのこと・未来の計画等について、一緒に考えて力強くサポートしてくれる講座を開催します。「将来のこと」「子どもの教育費」など、未来について考えてみませんか。父子家庭のお父さんも参加できます。

日時 10月14日(金) 午前10時～正午
会場 市役所2階204・205会議室

※ZOOMでの参加可
対象 ひとり親家庭の親・離婚を考えている親
講師 (一社)日本シングルマザー支援協会 代表理事 江成道子氏
定員 市役所20人、ZOOM20人
費用無料 直接会場へ



るか、同等の所得水準の方

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
ひとり親家庭の親および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支給します。

ひとり親家庭の親および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支給します。

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支給します。

日時 9月22日(木) 午前10時30分～10時50分
会場 子育て支援センターはびねす
対象 ねんねくハイハイまでの乳児と保護者
内容 乳児の発達に合わせたリトミックを通じて、親子のコミュニケーションをはかりましょう。リトミックの後、月齢の近い子どもと遊んだり、保護者同士で悩みなどをお話しします。

日時 9月29日(木) 午前11時～11時50分
会場 下長淵自治会館2階 大広間
対象 未就学児の親子・祖父母、妊娠中の方

日時 9月29日(木) 午前11時～11時50分
講師 安達流 久保ミエ子氏
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、市子ども家庭支援係

10月1日からのマル乳・マル子医療証を送付します

乳幼児医療証、義務教育就学児医療証を10月1日から更新します。新しい医療証(うぐいす色)を9月下旬に送付します。また、医療証をお持ちでない方は、申請が必要です。申請方法は、お問い合わせください。なお、義務教育就学児医療証は通院1回あたり一部負担金(200円)がかかります。10月1日以降は0円となります。また、医療証をお持ちでない方は、申請が必要です。申請方法は、お問い合わせください。健康保険証、住所等が変わった場合は、変更の届け出が必要です。有効期間の過ぎた医療証は、子育て推進課へ返却してください。問い合わせ 子育て推進課 助成係

子育てひろば すじやか 「米粉ねんどで遊ぼう」

さらさらの米粉が粘土になるまでの感触やにぎったり、つぶしたり、ちぎったり、形が変わる感触を親子で楽しみましょう。
日時 10月3日(月) 午前10時～11時
会場 畑中保育園すじやかルーム
対象 未就学児の親子
費用無料
その他 駐車場あり
申し込み 9月30日まで
に電話 ☎21-5358



で畑中保育園子育てひろばへ



第55回青梅産業観光まつり

★期間限定の特典付きスタンプラリー「まごころと青梅を楽しもう」
市内参加店で商品やサービスを購入すると期間限定の特典が受けられ、スタンプを集めると抽選で豪華景品がもらえるチャンスがあります!
日時 10月1日(土)～11月30日(水)
★まごころと青梅市
青梅市内の各所エリアに、テーマごとに集まったお店が出店します。
日時 10月1日(土)～11月30日(水)
会場 青梅
内容 各種スイーツのテイクアウト等
※②では昼食のテイクアウト可



2次元コード

詳細は青梅商工会議所ホームページ <https://www.omecci.jp/sankan> (左図2次元コード)参照。
※11月もまるごと青梅市の企画を予定しています。順次ホームページでご案内します。
問い合わせ 青梅産業観光まつり実行委員会 (青梅商工会議所内) ☎23-0111

シンポジウム

東京2020大会レガシーから共生のまちづくりを考える～次世代につなぐ東京2020大会のバトン～



登壇者

- 東京2020大会ゴールボール女子銅メダリスト 若杉 遥氏
- 東京2020大会聖火リレーランナー 若林良弘氏
- 元市オリンピック・パラリンピック担当職員 森 清剛氏
- ファシリテーター(元東京2020組織委員会) 萩元直樹氏

時間 午後1時～3時
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第2トレーニングルーム

定員 先着50人 費用無料
申し込み 住所、氏名、電話番号を電子メール div2090@city.ome.lg.jp でスポーツ推進課へ
※メールの件名は「シンポジウム申込」としてください。
※特別な配慮が必要な場合は事前に要相談
※申し込み後、数日以内に受付完了メールを送信します。届かない場合はお問い合わせください。

10月10日(祝)



スポーツの日に合わせて新しいイベントが始まります。

・事前申し込み先やスポーツDAYの詳細はこちら



<https://www.city.ome.tokyo.jp/soshiki/38/60135.html>

要事前申し込みイベント

- 武道の神髄・心身統一を目指す！弓道体験
- 初心者も安心！ジョイフルスローピッチで楽しむソフトボール
- 青梅市新体操クラブ特別体験会
- みんなで楽しいファミリーゴルフ体験
- 青梅FC選手と一緒に「フットボール体験教室」
- 男の子も女の子も！初心者のための野球教室

文化レガシー企画

まげたり、たたいたり、銅線であそぼう！～アクセサリや小物をつくってみよう～

時間 ①午前11時から②午後1時から
③2時30分から

※1時間程度

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第3会議室

対象 小学4年生～18歳

講師 持田史人氏 定員 各回先着8人

費用無料

服装・持ち物 汚れてもよい服装、作業用手袋(軍手)、筆記用具

申し込み 電話で市社会教育課へ



スポーツの日限定

一部体育施設の無料開放

対象施設等の詳細は市スポーツ施設ホームページをご覧ください。

申し込み 9月20日午前8時30分から直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ
問い合わせ 住友金属鉱山アリーナ青梅 ☎24-7721

イベントボランティア募集

受付や会場案内等の運営のボランティアスタッフを募集しています。希望の方は、市スポーツ推進課へご連絡ください。

青梅×オリンピック・レガシー事業

見る

カヌー競技大会観戦～第45回NHK杯～

日時 10月23日(日) 午前10時～正午
会場 カヌースラロームセンター(現地集合・解散)
対象 市内在住・在勤・在学者(高校生以下は保護者同伴)
定員 50人(抽選) 費用無料
申し込み 9月28日の午後5時までに電子メール div2090@city.ome.lg.jp で、住所、参加者全員の氏名、年齢、当日連絡可能な電話番号、メールアドレス、保護者氏名(高校生以下のみ)をスポーツ推進課へ
※メールの件名は「カヌー競技観戦申込」としてください。



△カヌースラロームセンター

☆いずれも

申し込み後、数日以内に受付完了メールを送信します。届かない場合はお問い合わせください。

～カヌーを見て、聞いて、体験しよう！～

聞く

カヌーオリンピック特別講演会

夢を叶えるために～いまの自分にできること～

日時 11月13日(日) 午前10時～正午
会場 ネットたまぐーセンター多目的ホール
対象 市内在住・在勤・在学者(小学生以下は保護者同伴)
講師 安藤太郎氏(シドニーオリンピック日本代表)、竹下百合子氏(北京オリンピック4位入賞)
定員 先着150人(予約制) 費用無料
申し込み 電子メール div2090@city.ome.lg.jp で、住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレスをスポーツ推進課へ
※メールの件名は「カヌー講演会申し込み」としてください。



第63回市民体育大会
健康太極拳の部

日時 10月16日(日)
午後1時30分競技開始(0時30分受付開始)
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅
対象 市内在住の方
費用無料
詳細・申し込み 10月15日までに電話 ☎31-5773 で青梅市健康太極拳協会 須田へ

オクトーバー・ラン&ウォーク2022
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

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。

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。

開催期間 10月1日(土)～10月31日(月)

申込期限 10月31日(月)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、イベント覧から申し込み

▷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

問い合わせ スポーツ推進課



TATTA

Android版 iPhone版

スポーツタウンWALKER

Android版 iPhone版

(公財) 青梅佐藤財団共催事業・国際理解講座公開講座

柳田理科雄先生講演会「科学って楽しい! ~マンガやアニメの世界を科学する! ~」

マンガやアニメの中で起きるあんなことやこんなことは実現可能なの? 柳田先生と一緒に考えましょう!

日時 10月29日(土) 午後2時開演(1時30分開場)
 会場 ネットたまぐーセンター多目的ホール
 対象 市内在住・在学・在勤の小学生以上(小学1~3年生は保護者同伴)
 定員 200人(抽選) 費用無料
 申し込み 下表の通り(結果は10月17日頃発送予定)
 問い合わせ 社会教育課



講師プロフィール
 作家。空想科学研究所主任研究員。明治大学理工学部兼任講師。1995年に執筆した「空想科学読本」が大ベストセラーとなる。現在は執筆を続ける一方で各地の講演、メディアへの出演など、精力的な活動を行っている。

申し込み方法	期限
国際理解講座受付(国際理解講座受講生のみ) 学校で配布する学校専用申込書に、必要事項・国際理解講座受講者欄に○を記入し、通常講座の受付に提出。	9月24日
市内小・中学校に設置する申込BOX 市内小・中学校で配布する学校専用申込書に、必要事項を記入し申し込み。	9月28日
電子申請(上記2次元コード参照) 参加者全員の氏名、住所、電話番号、(小・中学生、高校生は学校と学年、在勤者は会社名)を記載し申し込み。	

御岳渓谷自然観察会

~五感で感じる初秋の御岳渓谷~



地元在住の自然観察員若林要三さんのガイドを聞きながら、夏から秋へと移りゆく御岳渓谷を楽しみます。昼食は、大正4年創業の老舗蕎麦屋で打ち立ての蕎麦をいただきます。

日程 9月21日(水)、27日(火)
 行程 午前10時JR青梅線沢井駅集合~寒山寺見学~御岳渓谷遊歩道散策~玉堂美術館見学~元祖手打ち蕎麦玉川屋(昼食)~午後2時JR青梅線御嶽駅解散

※JR青梅線沢井駅午前9時54分着でお越しください。
 定員 先着15人(予約制・最少催行人員10人)
 費用 3,000円(保険、昼食、入館料等含む) ※当日集金
 詳細・申し込み 電話 ☎24-2481 または電子メール ☒ome-2481@omekanko.gr.jp で(一社)青梅市観光協会へ
 ※メールの場合は件名に「御岳渓谷自然観察」と記入のうえ、参加希望日、氏名、住所、電話番号(携帯電話)、年齢(保険加入のため)を記載してください。
 (東京都知事登録旅行業 地域-7623号)

宿坊に泊まってムササビ探検隊!



日中はムササビの棲む御岳山内を探検し、ムササビの暮らしに迫ります。夜は、ムササビの観察にチャレンジ! 出会うことができるかな? 御師が営む宿坊に1泊します。

行程 10月22日(土) 午後1時・御岳ビジターセンター集合~23日(日)・各宿坊解散 ※荒天中止
 定員 先着30人(予約制)
 費用 中学生以上15,000円、小学生以下12,000円、3~5歳児6,500円
 申し込み 「10月ムササビ探検隊」、参加者全員の氏名、年齢、性別、生年月日、電話番号を記載しハガキまたは電子メール ☒ome-trip@ces-net.jp で都御岳ビジターセンターへ
 ※旅行条件は同センターホームページ(2次元コード)参照
 問い合わせ 同センター ☎78-9363 (月曜日を除く午前9時~午後4時)
 (東京都知事登録旅行業 地域-8057号)

青梅市の文化遺産69
 青梅の猛禽類

市文化財保護指導員 荒井悦子

猛禽類は、狩りをするため進化させた目と、鋭い爪とくちばし、強く丈夫な脚を持っていきます。タカ目、ハヤブサ目、フクロウ目に分けられ、日本で確認されている猛禽類は現在46種類になります。タカやハヤブサの仲間は昼間に行動し、フクロウの仲間は主に夜に行動します。市内で確認した猛禽類は、クマタカ、オオタカ、ハイタカ、ツミ、ノスリ、ミサゴ、トビ、サシバ、ハチクマ、ハヤブサ、チョウゲンボウ、チゴハヤブサ、フクロウ、アオバズク、コノハズク、オオコノハズク、

猛禽類は、狩りをするため進化させた目と、鋭い爪とくちばし、強く丈夫な脚を持っていきます。タカ目、ハヤブサ目、フクロウ目に分けられ、日本で確認されている猛禽類は現在46種類になります。タカやハヤブサの仲間は昼間に行動し、フクロウの仲間は主に夜に行動します。市内で確認した猛禽類は、クマタカ、オオタカ、ハイタカ、ツミ、ノスリ、ミサゴ、トビ、サシバ、ハチクマ、ハヤブサ、チョウゲンボウ、チゴハヤブサ、フクロウ、アオバズク、コノハズク、オオコノハズク、

市内で確認した17種類のほとんどが1年中見られますが、サシバとハチクマとアオバズクは、春と秋に東南アジアと日本を行き来し日本で繁殖します。チゴハヤブサは少数が通過し関東以北で繁殖し、ハイタカは山地で繁殖します。

サシバとハチクマは、9月中旬~10月上旬頃群れで渡ります。日本野鳥の会奥多摩支部は平成10(1998)年から梅郷の「梅の公園」で観察しています。令和3(2021)年は1千455羽のサシバと24羽のハチクマを確認しました。サシバは9月28日326羽、29日518羽と9月下旬に多くが渡りました。タカ柱という渦をつくりながら上昇気流に乗り高度を上げて南へ滑翔していきま

今年9月17日~10月2日にカウントを行いました。よい天気北寄りの風が入る日に高空を渡りますので双眼鏡などが必要です。

問い合わせ 郷土博物館 ☎23-6859



△サシバ

旧吉野家住宅の一般公開

旧吉野家住宅は屋根葺き替え工事が終了し、9月6日より一般公開しています。きれいになった茅葺き屋根をご覧ください。



文化財等の公開時間変更

10月から、旧吉野家住宅(新町1-21-9)、旧稲葉家住宅(森下町499)、青梅新町の大井戸(新町2-27)の公開時間を変更します(下表参照)。

文化財等名	9月30日まで	10月1日~令和5年3月31日
旧吉野家住宅・旧稲葉家住宅	午前10時~午後5時	午前10時~午後4時
青梅新町の大井戸	午前9時~午後5時	午前9時~午後4時

※休館日は月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始

いずれも 問い合わせ 郷土博物館 ☎23-6859



友達登録はこちらから



行政メール

PC・スマホ フィーチャーフォン



動画チャンネル



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

○宝物を守るための展示環境整備にご支援を

回10月21日(金)まで
因国宝・重要文化財を未来へ受け継ぐためのクラウドファンディング
回武蔵御嶽神社 天野 ☎78-8500、✉mmitake-j@outlook.jp、2次元コードから



○家計レッスン～暮らしが変わる家計簿～

回9月22日(木) 午後1時30分～2時30分
場ネットたまぐーセンター
因持ち物…筆記用具、電卓
定先着5人
費500円(資料代)
回多摩友の会青梅方面 ☎76-1228(午後6時～8時)

○うたごえ喫茶ねがい

回9月23日(祝) 午後1時～4時
場ネットたまぐーセンター
因皆さんと楽しく歌いましょう。
定先着60人(予約制)
費700円
回青梅音楽を愛する9条の会 たいら ☎090-1123-1934

○かすみ山草会 秋の展示会

回9月24日(土) 午前9時～午後5時、25日(日) 午前9時～午後3時
場青梅信用金庫本店ギャラリー
回かすみ山草会 佐々木 ☎31-2939

○秋の養生薬膳料理

回9月30日(金) 午前10時～午後1時
場河辺市民センター
回18歳以上
因身近な食材で薬膳料理を作ってみませんか。持ち物…エプロン、三角巾、布巾、手拭き、筆記用具
定先着9人
費2,000円
回22日までに枸杞の美くらぶ 豊田 ☎090-6016-1997

○青梅マンドリン「ほのぼのコンサート」

回10月1日(土) 午後2時～4時
場ネットたまぐーセンター
定先着150人
回青梅マンドリンクラブ 菅原 ☎21

-4601
○水道サポーター青梅市交流会
回10月1日(土) 午後2時～3時30分
回都営水道を使用している18歳以上の方(市内在住・在勤・在学の方優先)
因Teamsによるオンライン開催。水道局と青梅市の取り組み等の紹介、意見交換。水道局オリジナルグッズ進呈。



定20人(抽選)
回9月25日までに2次元コードから
場同局サービス推進課 ☎03-5320-6346

○第2回竹笑い展

回10月2日(日)～3日(月) 午前10時～午後4時
場中央図書館
因青梅伝統工芸蕎麦策、六目籠、花かご、弁当箱、小物入等展示
場青梅竹細工同好会 加藤 ☎31-7701

○青梅オリック祭 糸・織・布・めぐり vol. 4

回10月8日(土)～9日(日) 午前10時～午後5時
場青梅織物工業協同組合内さくらファクトリー・ギャラリー 繭蔵、シネマネコ
因青梅の織物文化を伝える展示・体験・販売、映画「からむしのこえ」上映
場青梅オリック祭実行委員会 佐々木 ☎21-7677

○好きを見つけるワークショップ

回10月18日(火) 午前10時45分～11時45分
場ネットたまぐーセンター
回子育てをしている方
因コラージュを通して自分の好き・ワクワクを見つけませんか?
定先着5人
費1,000円
回mama's daisy 土方 ☎080-9563-3623、✉mamasdaisy.ome@gmail.com、2次元コードから



☆会員募集

○硬式テニス

回月～金曜日(月6回) 午後3時30分～5時、5時30分～7時
場永山公園テニスコート
回小学生
因保護者の方と連携し、大会参加を目指して、練習に取り組みます。参加日自由。

定各回4人
費1回200～400円(別途照明料)

場P I C テニスクラブ 杉山 ☎24-4378(午後7時以降)、✉pictenis@yahoo.co.jp

○新体操

回①火曜日 午後4時20分から②木曜日 5時から③土曜日 1時30分から④水

曜日 3時30分から⑤金曜日 5時から

場①～③河辺市民センター④⑤長淵市民センター

回3歳以上
費月額4,000円

場青梅市新体操クラブ 横山 ☎24-6914

○児童の書道教室

回土・日曜日(月4回) 午前9時～11時30分

場新町市民センター
回小学生

因仮名書道や万年筆まで学べる本格派。無料体験あり。

費月額1,500円～3,000円

場しまま書道作文クラブ 松橋 ☎32-7345、✉kkumi@mbi.nifty.com

ボランティア・市民活動センターから
☎23-7163 ㉠23-7165

郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3

○視覚障害者のためのスマホ、パソコン教室

回10月8日(土)、26日(水) 午後1時～3時30分

場福祉センター
回視覚に障がいのある方
回J R 東青梅駅に迎え可。画面が見え

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

○自然と子どもを見守るボランティア養成講座

回10月27日(木)・臨床心理士研修、11月28日(月)・保育士研修 午前10時～正午

場ネットたまぐーセンター、市内自然公園

回中学生以上の方

因乳幼児期の親子の育ちと関わり・自然の中での遊びを見守る学びと実習。

定先着12人
場(特非)かぶかぶ山のようにえん 小川 ☎050-3390-0613、info@capucapu-nature-school.comへ

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は区市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円
9月21日(水)2種類同時発売!
発売期間 9/21(水)～10/21(金)
公益財団法人東京都区市町村振興協会

掲載記事について
※内容の確認などは、直接各団体へお願いします。

住友金属鉱山アリーナ青梅令和4年度第3期 パートナースクール参加者募集

スポーツ教室

会場 住友金属鉱山アリーナ(総合体育館)

申し込み 9月16日(金)の午前9時(混雑状況により受付開始を早める場合あり)から所定の申込用紙に記入し、費用を添えて直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ

※電話での申し込み不可
※駐車場あり・有料
※電話での申し込み不可
※駐車場あり・有料

ウイングローバルテニスアカデミー青梅

会場 永山公園総合運動場(永山庭球場)

教室名等 下表参照

定員 各コース先着8人

詳細・問い合わせ 住友金属鉱山アリーナ青梅
URL: https://www.wingsports.net/

申し込み 9月16日(金)の午前8時30分から電話 ☎24-7721で住友金属鉱山アリーナ青梅へ

日程 10月1日、12月29日の各曜日

その他 代理人による申し込みは2人まで可

表 ウイングローバルテニスアカデミー青梅

曜日	教室名	時間	対象	費用(月額)
月	初級コース	9:30~11:00	16歳以上	7,200円
	中級コース	11:15~12:45		
	ジュニアコース	16:10~17:10	小学1~3年生	6,380円
		17:10~18:10		
土	ユースコース	18:10~19:30	小学4年~中学生	7,150円
	初級コース	19:30~21:00	16歳以上	7,200円
	ジュニアコース	9:00~10:00	小学1~3年生	6,380円
	中級コース	10:15~11:45	16歳以上	7,200円
	初級コース	12:45~14:15		
	ユースコース	14:20~15:40	小学4年~中学生	7,150円
ジュニアコース	15:45~16:45	小学1~3年生	6,380円	

広報おうめを10月1日号からリニューアルします

広報おうめをより読みやすくするため、以下のとおり変更します。

リニューアルのポイント

- ▷文字が大きくなります。
- ▷原則、紙面全体が横書きになります。
- ▷広報紙の開き方が右開き(現行と逆方向)になります。

問い合わせ 秘書広報課広報係

かまた鍼灸マッサージ 指圧治療院 小作駅より徒歩2分

健康をとりもどす 日曜・祝日歓迎

☎042-578-9221
☎090-7197-4411

完全予約制 羽村市小作台5-8-5 スペースエイツビル201
9:00~20:00 60分 5,000円 定休日:不定休 国家資格取得者



第84回奥多摩溪谷駅伝競走大会 参加チーム募集

日程 12月4日(日)
申込み方法
▽中学生、小学生の部…市ホームページ(記事ID: 60773)参照
▽その他の部…市ホームページ(記事ID: 1517)から、エクセルファイルの部門別エントリーシート一般、大学、高校女子、支会・自治会の部毎に入力し電子メール(akidenome@ome-aqa.jp)へ
※受信後必ず返信メールが届きます。
※大会要項に同意し、参加申し込みをする場合は、部門別エントリーシートの「同意欄」に必ずチェックしてください。チェックしていない場合は、参加できません。
※入金確認後に正式エントリーとなります。申し込み後、必ず参加費を振り込んでください。
※振込手数料は参加者負担
※参加上限を超えた申し込みがあり参加できない場合を除き、受付後は参加費の返還はしません。
※窓口での現金および現金書留等は受け付けません。
申込み期限 10月28日(金)
その他 市ホームページの大会要項および「第84回奥多摩溪谷駅伝競走大会感染対策ガイドライン」を、全員がよく読み申し込んでください。
問い合わせ 駅伝大会事務局(市役所3階スポーツ推進課内)

部門	一般、大学、高校	女子	支会・自治会	中学生	小学生
スタート場所	青梅市役所前	JR御嶽駅前		青梅市役所前	
スタート時間	午前10時	午前11時30分	午前11時32分	午前10時20分	午前10時22分
参加費(1チーム)	一般の部…15,000円 大学の部…13,000円 高校の部…10,000円	8,000円		4,000円	

※参加資格等の詳細は市ホームページで確認してください。



ジュニアロードレース参加者募集

第55回記念青梅マラソン大会の当日、小・中学生を対象としたジュニアロードレースが行われます。
日程 令和5年2月19日(日)
参加資格
★小学生の部…青梅市・奥多摩町在住の小学4年生以上
★中学生の部…西多摩地域在住の中学生
コース・スタート時刻
★小学生の部…バーミヤン青梅河辺店前(6年生・午前10時、5年生・10時15分、4年生・10時30分スタート)→棚澤バッテリー商会前(折り返し)→住友金属鉱山アリーナ青梅前(1.5km)
★中学生の部…バーミヤン青梅河辺店前・正午スタート→JR東青梅駅前(折り返し)→住友金属鉱山アリーナ青梅前(3km)
参加費 1,500円
申し込み 10月6日までに青梅マラソン大会ホームページ(下記2次元コード参照)からジュニアロードレース申し込みページへアクセスしてください。
※抽選結果は、10月15日に申し込み時に登録したメールアドレスへ通知
※当選者は、10月31日までに入金
※クレジット決済の場合は、当選確定後に即時決済
問い合わせ 青梅マラソン大会事務局 ☎24-6311



梅郷市民センター ☎76-0404
やさしいヨガ教室 日時=10月2日(日) 午後2時~3時30分▷対象=18歳以上の市内在住者▷内容=初心者向けのヨガ体験▷講師=原嶋裕美氏▷定員=先着10人(予約制)▷費用無料▷持ち物=ヨガマットまたはバスタオル▷申し込み=9月25日までに電話で

沢井市民センター ☎78-8304
幸垣城址ハイキング~歴史探訪と自然観察~ 日時=10月13日(木) 午前9時15分~午後2時30分ごろ※雨天中止(12日の正午までに連絡予定)▷行程=JR二俣尾駅集合~海禅寺~栴形城跡~物見山~名郷峠~幸垣城址~JR二俣尾駅解散▷対象=市内在住の成人で登山経験者(4時間程度歩ける方)▷講師=多摩川源流の森インストラクター 堀越弘司氏、市文化財保護指導員 神森 正氏▷定員=先着15人(予約制)▷費用無料(交通費は自己負担)▷服装・持ち物=登山に適した服装・靴(運動靴不可)、弁当、飲み物、雨具、手袋、敷物、筆記用具、行動食(あめ、菓子など)▷申し込み=9月16日~30日に直接または電話で(午前9時~午後5時)

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=9月18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=9月24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=9月25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
中央図書館3階特設展示 あなたはどっち派? 犬or猫。ごはんorパン。サッカーor野球。山or海。美術or音楽。さまざまな分野から本を集めました。普段読まないような分野でも、面白い本との出会いがあるかもしれません。皆さんはどちらの本を手に取りますか?▷会期=9月22日(木)~11月14日(月)

※第3月・火曜日は休館▷会場=3階特設展示コーナー▷図書館開館期間中は展示資料の閲覧・貸出ができます。
絵本のべんきょう会 日時=9月30日(金) 午前10時~正午▷会場=多目的室▷対象=学校などで子どもたちの前で読み聞かせやおはなしの会の活動をしている方、する予定のある方▷講師=伊藤美枝子氏▷定員=先着30人
梅郷図書館おはなし会「うめこの時間」 日時=9月25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

9月の日曜納付窓口
日時 25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・後期高齢者医療保険料・介護保険料…3期

次号の発行は10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。

