



☆市親善大使 篠原ともえさん監修☆
ゆめうめちゃんLINEスタンプ第2弾完成!

3月12日 販売開始
価格 120円 (50コイン) 40種類

詳細はこちら

問 秘書広報課交流担当



市親善大使 篠原ともえさんからのメッセージ

このたび、市公式キャラクター「ゆめうめちゃん」の第2弾となるLINEスタンプがお披露目となります。ゆめうめちゃんの愛らしさや青梅の四季の魅力をふんだんに盛り込みながら、みなさまのお声によって誕生した想いの詰まったゆめうめちゃんLINEスタンプです。

青梅はこれから梅が咲き、香りが華やく季節です。四季とともにさまざまな想いをこのスタンプにのせ、多くの方々に楽しんでいただけたら幸いです。

※メッセージ全文は市ホームページに掲載しています。

長淵市民センター ☎22-3249

みんなのおはなし会

回3月11日(土) 午前10時30分~11時15分
園幼児~小学生(保護者同伴) 園絵本の読み聞かせ
園先着7組(1組3人まで) 回2日(木) から電話で
調布ことぶき大学公開講演会「楽しく話そう明るい人生」

回3月22日(水) 午後1時30分~3時 園会議室
園60歳以上の市民 園ユーモアあふれる講演を通じて
笑いによる心身の健康増進を図る。持ち物...筆
記用具、飲み物。講師...若林博司氏 園先着40人

大門市民センター ☎31-2251

ふるさと地域散歩「ウメ・サクラ・ツツジ」

回・園3月25日(土) ※荒天の場合は26日に
延期 午後0時40分 J A西東京バス停集合(西
武バス乗車)~金子橋バス停~薬王寺~立正校正
会遊歩道~谷野愛宕神社~真浄寺~大門市民セン
ター解散 ※交通費は自己負担 園市内在住・在勤・在
学の方(小学生以下は保護者同伴) 園服装・持ち
物...歩きやすい服装、履きなれた靴、雨具、飲み物。
講師...元市文化財保護指導員 角田清美氏 園先着
20人(予約制) 園3日の午前9時から電話で

沢井市民センター ☎78-8304

令和5年度らくらく健康体操教室受講者募集

回原則第2・4火曜日 午前10時~正午(全19
回) 園体育館 園市内在住で軽運動ができる65歳以
上の方 園体育館で行う軽運動。服装・持ち物...運
動ができる服装、屋内用運動靴、タオル、飲み物。
講師...日本ノルディックウォーキング協会公認イン
ストラクター 石黒成彬氏 園50人程度(抽選) 園
3月15日(必着) までに往復ハガキに<往信裏>
住所、氏名、生年月日、電話番号<返信表>住所、
氏名を記入し、〒198-0172 沢井市民センター
「らくらく健康体操教室」へ ※1人1通 ※河辺市民
センター「のびのび健康教室」との重複受講不可

東青梅市民センター ☎24-8110

心を整えるマインドフルネス教室~「気持ちイイ」
を体験しよう!~

回3月26日(日) ①午後1時30分~2時30
分②3時30分~4時30分 ※受付は開始30分
前から 園和室 園市内在住・在勤の18歳以上の方
園ストレス軽減効果や集中力・記憶力等日々の生
活においてさまざまなプラス効果が期待できます
(①②ともに同内容服装)。持ち物...簡単なスト
レッチができる服装・靴下、飲み物、マフラータ
オル、バスタオルまたはヨガマット。講師...ウエ
ルネスコーディネーター 渡辺浩子氏 園各回先着
10人(予約制) 園6日から電話で

河辺市民センター ☎22-4885

令和5年度のびのび健康体操教室受講者募集

回原則第2・4火曜日 午後1時~3時(全19
回) 園体育館 園市内在住で軽運動ができる60歳
以上の方 園体育館で行う軽運動。服装・持ち物...
運動ができる服装、屋内用運動靴、タオル、飲み
物。講師...日本ノルディックウォーキング協会公
認インストラクター 石黒成彬氏 園50人(抽選)
園3月15日(必着) までに往復ハガキに<往信裏>
住所、氏名、生年月日、性別、電話番号<返信表>
住所、氏名を記入し、〒198-0036 河辺市
民センター「のびのび健康体操教室」へ ※1人1
通 ※沢井市民センター「らくらく健康教室」との
重複受講不可

今井市民センター ☎31-8600

オリジナル和紙を作ってみよう!~紙すき体験教
室~

回3月19日(日) 午後1時30分~4時頃 園
市内在住・在学・在勤の小学生以上(小学生は保
護者同伴) 園持ち物...エプロン、手拭きタオル。
講師...中川幸子氏 園先着8人(予約制) 園3日~
10日(午前9時~午後5時)に電話で

中央図書館 ☎22-6543

ひとりじめおはなし会

回3月5日(日)、19日(日) ①午前11時~
11時15分②11時20分~11時35分③
11時40分~11時55分 園おはなしの部屋 園
3か月~未就学児と保護者 園先着1組

絵本のべんきょう会(特別企画 講演会)

回3月10日(金) 午前10時~正午 園多目的
室 園市内で読書ボランティアとして活動中の横内
弥生氏による障がいとバリアフリーの講演会 園先
着30人

おはなし会「絵本の森」

回3月11日(土) 午前11時~11時40分
園おはなしの部屋 園3か月(首がすわってから)
~4歳児と保護者 園先着15人

おはなしにちようピーナッツ

回3月12日(日) 午前11時~11時40分
園おはなしの部屋 園4歳児以上 園先着15人

今井図書館おはなし会

回3月18日(土) 午前11時~11時40分 園
今井市民センター和室 園4歳児以上 園先着25人

子ども映画会「おさるのジョージ」

回3月26日(日) 午前10時~11時30分(9時
45分開場) 園多目的室 園2006年制作/アメリ
カ映画/日本語吹替/上映時間87分 園先着60人

映画会「種まく旅人 くにうみの郷」

回3月26日(日) 午後2時~4時(1時45分
開場) 園多目的室 園2015年制作/日本映画/
上映時間約111分/栗山千明出演 園先着60人

3月の木曜夜間窓口

開設日時 2日、9日、16日、23日、
30日 午後8時まで
対象課 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

3月の日曜納付窓口

日時 26日(日) 午前9時~午後4時
問 収納課収納管理係

青梅市の人口<2月1日現在>
世帯数 64,640世帯(±0)
人口 130,124人(-150)
男 65,350人(-70)
女 64,774人(-80)
※()は前月比

●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。最新情報は市ホームページ等をご覧ください。
●市役所・イベント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。



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用
石油系溶剤を含まないインキを使用



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。