

迎春

広報

おうめ

新年号

2024年

No. 1477



広報おうめ11月15日号等で募集した写真の中から選定して掲載しています。ご応募ありがとうございました。

あけましておめでとうございます
 市民として皆様と初めての新年を迎えます
 本年は私の市政の本格的なスタートの年で
 昨年同様、皆様のお力添えをいただき感謝申し上げます
 市民の皆様として心豊か的一年となりますようお祈り申し上げます



青森市長 大勢待利明

明けましておめでとうございます。
 今年の子支は「甲辰（きのえたつ）」です。
 「甲辰」は「春の日差しが あまかく成長を助くる年」
 市民の皆様的一年も 大きな成長の年と
 なりますことを、心よりお祈り申し上げます。



青森市議会 議長 島崎 実

今号の主な記事

- ◆大勢待市長所信表明…2～4面
- ◆価格高騰支援給付金…5面
- ◆空き家等の適正な管理をお願いします…6面
- ◆20歳になったら国民年金…7面
- ◆芸術文化奨励賞表彰式…8面
- ◆高校・大学等の育英資金融資制度…10面
- ◆第85回奥多摩溪谷駅伝競走大会結果…11面
- ◆青梅まるごとドイツウィーク…12面

大勢待
利明
市長

所信表明演説

基本市政方針

- ・市民の誰もが、青梅の地で夢を持ち、活躍できる、活動できるまちづくり
- ・青梅市の行政運営をアップデート
- ・健全で安定的な財政運営

令和5年市議会定例会12月定例議会の初日に大勢待市長が、9代目市長として、これからの市政運営についての所信を表明しました。

私は、先日行われた、市長選挙の結果、多くの市民のご支援をいただき、市制施行以来70有余年の歴史と伝統ある青梅市の第9代の市長に就任いたしました。

青梅市は、東京という日本の中心でありながら、恵まれた自然環境の中で、市内の各地域に、先人から脈々と積み重ねられてきた貴重な歴史や文化があります。

経済では、生産性の高いものづくりや小売、飲食、サービス業、医療・福祉関連などがあり、そして、何より約13万人の“人財”を有しています。私は、この“人財”の「財」を、貴重な財産、宝として捉えています。

本市がさらに発展していくためには、この貴重な財産、宝である“人財”とともに、今一度、本市の可能性を捉え直し、その潜在能力を開花させていくことが重要であると考えております。本市に“人財”が集い、交流し、新しい何かが常に創造され、「住んでいて本当に良かった」と、市民に心から思っただけのような様々な政策に取り組んでまいります。そして、「東京・西多摩の雄」として、国内外の誰もが、憧れるようなまちづくりを目指し、挑戦してまいります。

青梅市長 大勢待 利明



友達登録は
こちらから



PC・スマホ フィーチャーフォン



特集

広報おうめ 6 . 1 . 1 (3)



基本市政方針

Basic City Policy

市民の誰もが、青梅の地で夢を持ち、 活躍できる、活動できるまちづくり

経済活動・仕事の間や子育ての間であったり、文化・芸術・スポーツで自己表現をする間であったり、また、快適な日常を過ごす間であったり、本市の成長と市民の生活の質の向上が、有機的に結びつき、好循環を生み出します。

青梅市の行政運営をアップデート

- ①人事制度を工夫し、専門職員を育成していきます。
- ②審議会・委員会等において、多くの専門家を登用します。
- ③「第7次青梅市総合長期計画」を実現するための「短期的な実施計画」を策定します。
- ④職員自らが先進自治体を訪れ、様々な事例を研究できる体制を構築します。
- ⑤DXを推進します。

健全で安定的な財政運営

- ①一つひとつの事務事業について、費用対効果等の検証をします。
- ②DXによる業務効率化や事業の見直しにも取り組み、歳出を抑制します。
- ③モーターボート競走事業において、売上向上策に積極的に取り組み、収益を確保します。

主な重点施策は4面をご覧ください。



青梅市 所信表明 主な重点施策



青梅市

子育て

空き家

脱炭素

文化

教育

産業・観...



子育て支援

949

子 第一子からの給食費の無償化をはじめ、更なる子育てしやすいまちの実現に向け、青梅市ならではの支援を充実します。



空き家対策

198

空 空き家をリノベーションして居住するような事例が多々あり、貴重な地域資源になる可能性があります。空き家バンク等の仕組みを積極的に活用し、情報発信することで定住人口を確保します。



脱炭素・カーボンニュートラル

2050

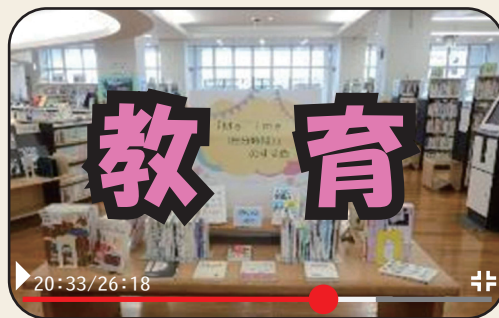
力 市民・事業者・市が一体となった取り組みを推進し、「2050年のゼロカーボンシティ」の実現を進めます。ごみ減量化に向けた取り組みの推進およびリサイクルセンターの機能強化を進めます。



文化・芸術・スポーツ

5678

文 新市民ホールの建設の他、サッカー場、野球場などのスポーツ施設、各市民センター、学校、公園など、計画的に施設再編を実施します。こどもから高齢者まで、多くの世代の市民が集まれる居心地の良い場所を創出し、魅力あるまちづくりを進めます。



教育

919

教 青梅の特色ある体験の機会に、一人ひとりのこどもが参加しやすい仕組みを作り、自分らしく、好きなことをトコトン学ぶことができる環境を整えます。また、誰一人として取り残されず、自らの道を切り拓いていけるよう、生きるための基礎力をつける、青梅ならではの教育を実現します。



産業・観光

7826

観 基盤産業が引き続き、市内で事業を継続できるよう支援を行います。商店街を支援するとともに、地域特性を活かした魅力的な個店の販売チャネルを拡大するなど、商業の活性化にもチカラを入れます。日本版持続可能な観光ガイドラインによるロゴマークを取得した利点を活かし、インバウンド需要の確実な取り込みを図ります。スタートアップ企業の支援を検討します。



医療・介護予防・福祉

515

医 地域の医療機関や行政などと連携して、市民が安心して受診できる地域医療の充実に努めます。介護予防に取り組むとともに、地域での支え合い活動を推進します。公共施設をオシャレで居心地の良い場所にリニューアルし、子どもから高齢者まで、仲間が集まって楽しめる場所を充実し、健康づくりにつながる環境を創ります。健康診断の受診率アップなどに努め、さらなる市民の健康づくりに取り組みます。複雑化・複合化した福祉ニーズに対し、民生・児童委員など関係機関との連携をさらに推進し、様々な分野を横断した相談支援を行います。支援の申請を待つのみではなく、様々なチャネルで困難に直面している市民に、行政から寄り添って支援する体制を整備します。



都市基盤・生活インフラの整備

1260

都 自宅や指定場所から目的地まで、乗り合いにより低料金となるデマンドタクシーの導入を検討します。持続可能な地域公共交通を実現するため、地域の交通事業者と連携しながら、新たな公共交通の導入を進め、市民の移動手段の確保に取り組みます。圏央道青梅インターチェンジ北側の物流拠点整備、青梅駅前地区市街地再開発事業に対する協力・支援を着実に進めます。都市基盤として重要なライフラインの1つである下水道施設の計画的・効率的な維持管理を推進します。



防災対策・安全対策

4148

防 防災・災害対策の根幹となる「青梅市地域防災計画」を見直します。地区防災計画の策定には、各地区の自主防災組織で活動する防災・減災に長けた防災士などの“人財”を活用します。各地区の消防団とともに、それぞれの地域の実情に即した防災体制の更なる強化に努めます。防犯カメラの設置・更新をはじめ、特殊詐欺対策等、先端技術の導入を進めます。自治会活動や市民活動、各スポーツや文化芸術活動を充実させ、市民がお互いに顔の見える関係を作りやすくすることで、安全・安心な、信頼性のある地域社会を創ります。

所信表明全編はこちら→



【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.

7万円を追加給付します

価格高騰支援給付金

エネルギー・食料品価格等の物価高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯（住民税非課税世帯）に対し1世帯あたり7万円を追加給付します。

対象 住民税非課税世帯…基準日（令和5年12月1日）において青梅市に住民票がある方で、世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税である世帯

※住民税が課税されている者の扶養親族のみで構成される世帯を除く

支給額 1世帯当たり70,000円

支給時期 令和6年1月下旬頃から順次

申請方法 令和5年12月末から対象世帯へ順次送付する「電力・ガス・食料品等価格高騰支援給付金のお知らせ」に同封した指定用紙に記載のうえ、返送してください。

※令和5年度の価格高騰支援給付金（3万円）を受け取った世帯は原則として、前回の給付金と同じ口座に振り込むので申請は不要。ただし、別の口座への振り込みや辞退される場合は、同封した指定用紙に記載の上、返送してください。

問 給付金関係…新型コロナウイルス感染症対策給付金担当
申告関係…課税課市民税係



申請期限 令和6年1月31日（当日消印有効）

その他

▷配偶者等からの暴力を理由に住民票を移せない方や、児童福祉法等の措置により施設へ入所している方で住民税が非課税の方は対象となる場合がありますのでご相談ください。

▷電話による、ご自身や世帯全員が非課税かどうかの問い合わせは回答できません。お手数ですが本人確認書類をご持参の上、課税課（市役所1階）までお越しください。

▷未申告の方や、令和5年1月2日以降に転入された方、遺族年金・障害年金などの非課税年金を受給されている方は申請書が届かないことがあります。給付金の受け取りには申請が必要ですので、新型コロナウイルス感染症対策給付金担当へ問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。



お手軽に住民票の写し等が取得できます

スマホ用電子証明書が コンビニ交付で利用可能に



問 市民課マイナンバーカード担当
マイナンバーカードの電子証明書を搭載したスマートフォンが証明書コンビニ交付サービスで利用可能になりました。

マイナンバーカードを持参することなく、スマートフォン1つあれば、コンビニエンスストアで住民票の写し等が取得できます。スマホ用電子証明書の対応機種・コンビニエンスストア事業者等の詳細は、市ホームページをご覧ください。

※利用にはマイナンバーカードの取得、署名用電子証明書の発行が必要

青梅線車内絵画展を開催します



問 交通政策課交通政策担当

市では、奥多摩町、JR東日本八王子支社とともに「東京アドベンチャーライン(青梅線 青梅～奥多摩間)」のマイレール意識の醸成に取り組んでいます。今回、青梅線沿線の小学校に通う児童が描いた沿線風景などの絵画を、「東京アドベンチャーライン」を走る電車のうち1編成に展示し、運行します。

運行期間 1月12日(金)～2月9日(金)
※運用の都合上、運転しない日があります。
詳細は青梅駅・奥多摩駅のポスター、アドベンチャーラインSNSをご覧ください。

協力小学校

一小、五小、六小、
奥多摩町立氷川小学校、奥多摩町立古里小学校



令和6年青梅市消防団出初式

問 防災課消防係

日時 1月7日(日) 午前10時から

会場 永山公園グラウンド

※荒天時は別会場で実施のため観覧不可

内容 団員の表彰、団員・車両の分列行進、消防少年団の鼓笛隊演奏、青梅消防署はしご車演技、市青少年吹奏楽団記念演奏、消防団員による八色の一斉放水、消防団PRコーナー（消防車両展示、親子でなりきり＆「だんだん」くんと記念撮影）ほか

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。



マイナンバーカード 受け取り休日窓口（予約制）



問 市民課マイナンバーカード担当

日時 1月14日(日) 午前9時～午後3時（正午～午後1時を除く）

※月～金曜日と時間が異なります。

会場 市民課（市役所1階）

持ち物 市から送付された交付通知書に記載のあるもの

※電子証明書の更新、暗証番号の再設定等の手続きも実施します。

申し込み 4日～12日に電話または2次元コードから

マイナンバーカードの提示で 印鑑登録証明書が取得可能に



問 市民課住民記録係

市民課（出張所、市民センター含む）の窓口で印鑑登録証明書の交付申請の際、本人がマイナンバーカードを提示した場合、印鑑登録証の提示が不要になります。

傍聴にお出かけください

	おうめ観光戦略策定懇談会	国民健康保険運営協議会	スポーツ振興審議会	都市計画審議会	介護保険運営委員会
日時	1月15日(月) 午後2時～4時	1月16日(火) 午後1時30分から	1月16日(火) 午後2時から	1月29日(月) 午前10時から	2月1日(木) 午後1時30分から
会場	市役所3階 教育委員会会議室	市役所3階 議会棟大会議室	市役所3階 教育委員会会議室	市役所3階 議会棟大会議室	市役所3階 議会棟大会議室
内容	おうめ観光戦略素案について ほか	令和6年度青梅市国民健康保険税について ほか	青梅市スポーツ振興基金条例に基づく援助等について ほか	区域区分等の一斉見直しに伴う青梅都市計画用途地域等の変更について ほか	介護保険事業の実施状況について ほか
定員	4人(抽選)	6人(抽選)	先着4人	10人(抽選)	10人(抽選)
傍聴受付	当日の午後1時30分～50分に会場入り口で	当日の午後1時～15分に会場入り口で	当日の午後1時30分～50分に会場入り口で	当日の午前9時15分～30分に会場入り口で	当日の午後1時～20分に会場入り口で ※資料を希望される方は、19日までに電話で
問い合わせ	シティプロモーション課観光係	保険年金課給付係	スポーツ推進課スポーツ推進係	都市計画課計画係	介護保険課介護保険管理係

意見をお寄せください



計画名称	第3期青梅市国民健康保険データヘルス計画および第4期青梅市特定健康診査等実施計画（案）
閲覧期間	1月5日（金）～18日（木）
対象	市内在住・在勤・在学の方、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	保険年金課（市役所1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、健康センター ※各施設の休館日は除く ※市ホームページでも閲覧可
提出方法	1月18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、次のいずれかの方法で提出してください。 ▷直接持参 ▷郵送…〒198-8701 保険年金課 ▷ファックス…☎22-3508 ▷電子メール…✉div1015@city.ome.lg.jp ※件名は「青梅市国民健康保険データヘルス計画および青梅市特定健康診査等実施計画への意見」としてください。
意見への対応	受け付けた意見は、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	保険年金課給付係

空家等の適正な管理をお願いします



問 住宅課住宅政策係

令和5年12月13日から「特定空家」の前段階に相当する、「管理不全空家」が新設されました。

「管理不全空家」と認められる所有者に対しては、市から管理指針に即した指導を行います。指導してもなお、状態が改善しない場合には勧告となり、当該空き家の敷地に係る固定資産税等の住宅用地特例が解除され、税金の軽減が受けられなくなります。

空き家等を所有または管理する方は、適正な管理を心掛けましょう。

詳細は市ホームページを参照ください。

特定空家

放置により次のような状態が認められる空き家

- ▷倒壊等著しく保安上危険となる恐れ
- ▷著しく衛生上有害となる恐れ
- ▷著しく景観を損なっている
- ▷その他周辺の生活環境の保全を図るのに不適切

管理不全空家

管理が行き届かず、放置すれば特定空家になる恐れのある空き家

協定締結

問 防災課防災係

市では、地震や風水害などの災害発生時に備え、避難体制の整備等の対策を行うため協定を締結しました。

災害時における
供給支援に関する協定

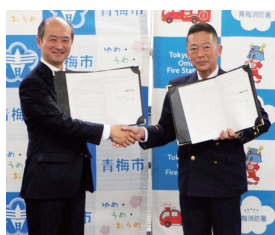
12月6日に佐川急便株式会社と協定を締結しました。この協定により、被災者への物資供給による生活の安定を図ります。



△左から市長、佐川急便株式会社 西関東支店 鈴木将義支店長

災害時における
罹災証明書発行に
関する協定

12月8日に青梅消防署と協定を締結しました。この協定により、円滑な被災者の生活再建支援を図ります。



△左から市長、青梅消防署 茂木 猛署長

令和6・7年度
学校給食用物資納入業者の
登録申請を受け付けます



問 学校給食センター藤橋調理場
☎31-7832

対象 令和6・7年度における学校給食用物資の納入を希望する業者等
申請書の配布場所

1月4日（木）から学校給食センター藤橋調理場（藤橋3-4）
※市ホームページからダウンロード可
申し込み

申請書に必要事項を記載し、必要書類を添えて1月22日から郵送または直接学校給食センター藤橋調理場へ
※土・日曜日、祝日を除く午前8時～午後4時30分

消費生活パネル展

問 市民安全課市民相談係

市民の生活に役立つ正しい情報、悪質商法による被害防止、エシカル消費や消費者相談室等の啓発に関するパネル展示やリーフレット等の配布を行います。
期間 1月5日（金）～26日（金）
会場 市役所1階ロビー

青梅市消費者相談室

消費生活相談員による相談を実施しています。トラブルにあったら、ひとりで悩まず、できるだけ早くご相談ください。

☎22-6000（相談専用）

相談日時 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）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

外出時の食品ロスを減らしましょう



問 清掃リサイクル課ごみ減量推進係
まだ食べられるのに破棄されてしまう食材（食品ロス）は年間523万トンにもものぼり、国民1人あたりに換算すると、約114g（約お茶碗1杯分）の食べ物が毎日捨てられていることとなります。食品ロスを減らすために、一人ひとりができることから始めましょう！

食品ロス削減のコツ～外食編～

- ▷食べきれない分だけ注文…小盛りのメニューを活用するなど、頼みすぎに注意しましょう。量や食材を確認しましょう。
- ▷お店の人に量や食材を確認して、自分が食べきれないかどうか判断…どうしても残ってしまった料理は、持ち帰りできるか聞いてみましょう。

※農林水産省の資料をもとに作成



青梅子ども110番の家
登録者アンケートに
ご協力ください



問 教育総務課庶務係

青梅子ども110番の家登録者の皆さんへ12月に市教育委員会より子ども110番の家についてアンケートを送付します。今後の事業の参考としますので、ご回答をよろしくお願いいたします。

青梅子ども110番の家とは

子どもたちが身の危険を感じた時等に駆け込めるよう、住宅や商店等を緊急避難場所として登録する事業です。



生産緑地地区都市計画変更図書の縦覧

問 都市計画課計画係

生産緑地地区を、1月1日付けで約123.21haから約117.04haに変更しました。この都市計画変更に伴う関係図書の縦覧を行います。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。相続などに伴い、生産緑地の買取り申出等をする場合は、ご相談ください。

固定資産評価審査委員会委員に安藤さんが再任

問 文書法制課法制担当

令和5年12月24日付けで市固定資産評価審査委員会委員に安藤秀明さんが再任されました。任期は3年です。固定資産評価審査委員会は、土地や家屋などの固定資産課税台帳に登録された価格に対する不服について、審査決定を行う機関です。



20歳になったら国民年金

問 青梅年金事務所 ☎30-3410、市保険年金課国民年金係

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

マイナポータルとねんきんネットを連携すると、国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例の申請ができます。



日本年金機構ホームページ▶



<ねんきんネット

後期高齢者医療制度の被保険者の方へ

医療費等通知書をお送りします

問 都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター
☎0570-086-519、市保険年金課
後期高齢者医療係

「医療費等通知書」を1月下旬にお送りします。通知書には、診療年月、医療機関等の名称、医療費（10割分の金額と自己負担相当額）等を記載しています。

対象 令和5年12月1日現在、東京都後期高齢者医療の被保険者資格があり、令和4年9月～5年8月に、保険診療で医療機関等への受診履歴がある方

健康・福祉

気管支ぜん息等の疾病にかかっている方へ

大気汚染医療費助成制度

問 ▶制度について…都保健医療局環境保健衛生課
☎03-5320-4491

▶申請について…市健康センター ☎23-2191

要件を満たす方に、認定疾病に係る医療費を助成しています。有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには、期間満了の1か月前を目安に区市町村の窓口で更新手続きをしてください。

なお、もも色の医療券の方は、有効期間満了までに更新手続きを行わない場合、資格喪失となり再度認定を受けられなくなります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



自立センター福祉公開講座

ビーズアクセサリ

問 市自立センター ☎32-1631、市障がい者福祉課庶務係
簡単なビーズアクセサリを楽しく作ります。

日時 1月17日（水） 午後1時30分～3時30分

会場 市自立センター

対象 市民

講師 旧ジャパンビーズクラフト協会認定講師 明田川冬子氏

※令和5年12月20日に参加した方は参加不可

申し込み 4日から電話で自立センターへ

※留守番電話不可



おいでください地域サロン

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

地域サロンは高齢者の方々が気軽に立ち寄り、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。

日程・会場 下表参照

時間 午前10時～午後3時

対象 市内在住のおおむね60歳以上の方

会場	開催曜日 (祝日を除く)	イベント開催日・内容(1月)
下長洲第二第四 自治会館	第1・3 火曜日	
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	25日(木) 午前11時～正午 「青梅市健康講座(体操)」 メディカルフィットネスセンター プラム
富岡1丁目 自治会館	第2・4 月曜日	22日(月) 午前10時30分～11時30分 「介護予防(フレイル予防)教室」 「のぼそう!!健康寿命(口腔ケア)」 市包括支援センターすえひろ



寄りませんか「うめカフェ」

認知症疾患のあるご本人やその家族、認知症に関心のある方が集い、日頃の悩みや思い、認知症関連の情報を共有する場です。シルバーマイスターによる腹話術もあります。

日時 1月9日（火）

午後1時30分～3時

会場 市役所2階喫茶コーナー
「カフェだんだん」

費用 250円(飲み物代)

申し込み

電話または直接高齢者支援課包括支援係へ



スマートフォン貸出事業あり

高齢者スマートフォン体験会

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日時 1月26日（金）

①午前10時～午後1時②2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・使い慣れていない60歳以上の方

内容 スマートフォンの基本操作等(タップ、スワイプ、ピンチ等)

※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)の申し込みを受け付けます。受付時に本人確認書類が必要になります。(抽選)

定員 各回10人(抽選)

申し込み

19日までに電話 ☎050-5536-6049
でスマートフォン普及啓発事業事務局へ



健康・栄養相談

あなたの健康づくりを オーダーメイドで応援します

日時 1月18日（木）
午後2時～3時45分

会場 中央図書館多目的室

対象 市民

内容 健診結果で気になる数値を食生活から見直してみませんか？

①保健師による健康相談や血圧・体脂肪・体重測定

②管理栄養士による栄養相談

定員 ②のみ先着4人(予約制)

持ち物 ①②健診結果(お持ちの方)

②食事記録(2日間以上)

申し込み ①直接会場へ

②電話 ☎23-2191で健康センターへ

身体を整えて筋肉をつけましょう

エンジョイトレーニング

日時 ①2月6日（火）②28日（水）
午前9時40分～11時40分
(開始時間10分前集合)

※連続講座ではありません。

会場 S&Dたまぐーセンター

対象 当日64歳以下の市民

内容 有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ等

講師 ①森田ひろみ氏②田中一葉氏

定員 先着30人(予約制)

服装・持ち物

運動できる服装、室外用運動靴、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル、健康手帳(お持ちの方)、着替え(必要な方)

申し込み 2次元コードまたは電話 ☎23-2191で健康センターへ



市民の方のひきこもり相談会

ひきこもりの状態にあるご家族、あるいはご自身について相談に来てみませんか？新しい情報や、具体的なアプローチの方法が見つかるかもしれません。

日時 1月17日（水）、18日（木）

①午前9時から②10時30分から③午後1時10分から④2時40分から

会場 市役所1階相談室

対象 ひきこもりの家族および当事者

内容 ひきこもり支援の専門家である青少年自立援助センターの相談員が相談を受け、お悩みについて相談者の方と一緒に支援方法を検討します。

定員 各日先着4組(予約制)

申し込み 電話 ☎23-5888で地域福祉課地域支援係へ



健康コラム108

冬のヒートショックに注意 予防策を身につけよう

こみ内科クリニック 古味良亮

ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧が大きく上下し、心臓や脳血管に影響を及ぼし、心筋梗塞や脳卒中などの疾患を引き起こす健康被害のことです。暖かい部屋と寒い浴室との温度差で引き起こされることが多く、2014年には日本国内で、入浴中に亡くなった人が約1万9000人と推定されています。特にヒートショックが多く発生する時期は11月～2月とされています。

ヒートショックを予防するための重要なポイントは、血圧の急激な変動を防ぐことです。具体的な対策として、以下の点に注意が必要です。①浴室、部屋、脱衣所の温度差を少なくする②加熱したお風呂に入りすぎない③浴槽から急に立ち上がらない。これらの対策を実行することで、リスクを軽減できます。また65歳以上の方がヒートショックになりやすいとされています。高齢者の安全を確保するために、ご家族が入浴中にお風呂の外から声をかけ、時折様子を確かめることや「ヒートショック予報」をお風呂に入る前にチェックするなどの対策が高齢者のヒートショック予防として挙げられます。

ヒートショックは命にかかわる危険な事象ですが、適切な対策を講じることで予防でき、生命を守る可能性が高まります。今回の知識をもとに、ご家族と協力して対策を練り、健康な冬を過ごしましょう。

問 健康センター ☎23-2191

みんなで楽しく運動しようよ、おうめ!

はぴねす健康体操 問 健康センター ☎23-2191



日時・会場・定員 下表のとおり

2月	時間	会場(体育館)	定員
2日(金)	午後1時30分～ 2時30分	小曾木市民センター	10人
5日(月)		S&Dたまぐーセンター	20人
6日(火)		今井市民センター	20人
9日(金)		●東青梅市民センター	12人
13日(火)		成木市民センター	12人
26日(月)	午前10時～11時	長淵市民センター	15人
14日(水)		梅郷市民センター	15人
15日(木)		●新町市民センター	15人
20日(火)		沢井市民センター	15人
28日(水)		●河辺市民センター	15人
29日(木)		●大門市民センター	15人

●…いずれか1会場のみ申し込み可

対象 市民

内容 有酸素運動、筋力トレーニング等

服装 運動のできる服

持ち物 室外用運動靴(沢井市民センターは室内用)、バスタオルまたはヨガマット、飲み物

申し込み 1月5日の午前9時から電話 ☎24-7721 で住友金属鉱山アリーナ青梅へ

開始10分前にお越しください!
※要予約

子育て・教育

芸術文化奨励賞表彰式

問 社会教育課生涯学習推進係

6団体と6人に市長と教育長から表彰状と記念品が贈られました。受賞者は、次のとおりです。(敬称略)

団体 音楽…三小金管バンド部、二中吹奏楽部、三中吹奏楽部、六中吹奏楽部、吹上中吹奏楽部、泉中吹奏楽部

個人 書道…岩田睦子、榎戸京子、金子真由香、蒲澤孝美、関口美夢

絵本…岩浪千智



(公財) 青梅佐藤財団共催事業

キッズ☆体験教室

食育体験～親子で楽しく和菓子作り～

問 社会教育課生涯学習推進係

日時 2月4日(日) 午後1時～3時

会場 S&Dたまぐーセンター実習室

対象 市内在住・在学の小学生の親子

内容 洋菓子よりも低カロリーでヘルシーな和菓子を作ってみませんか?日本の伝統文化である和菓子作りを親子で体験してみよう!

講師 小山洋一氏

定員 先着10組(予約制)

費用 1組300円(材料代)

持ち物 エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具

申し込み 右記2次元コードから



申請期限は1月31日

受験生チャレンジ支援貸付事業



問 地域福祉課庶務係

一定の所得以下の世帯の方を対象に、令和5年度の中学3年生・高校3年生またはそれらに準ずる方(中学校・高校既卒者、高等学校卒業程度認定試験合格者等)の学習塾、各種受験対策講座、通信講座の受講費用(家庭教師を除く)や、高校・大学等の受験料の貸し付けを無利子で行います。

お子さんが高校・大学等に入学した場合は、手続きをすることで返済が免除されます。

詳しくは市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

受験生チャレンジ支援貸付事業
キャラクター「チャレニャン」



新入学児童の保護者の方へ

就学支援シートをご存じですか
— 楽しい学校生活を送るために —

問 学務課教育支援係

市では、4月に小学校に入学予定の児童のうち、特に教育的支援が必要な児童が、小学校での生活を楽しく円滑にスタートできるように、家庭や幼稚園・保育所等での生活の様子や、今まで配慮してきたことなどを就学予定の小学校に引き継ぐための「就学支援シート」を作成しています。

現在、お子さんが幼稚園・保育所等に通園している方には、通園先の幼稚園・保育所等を通じて、就学支援シートの活用について紹介したリーフレットを配布しています。お手元に届いていない場合は、通園先の幼稚園・保育所等にお問い合わせください。

また、現在、お子さんが幼稚園・保育所等に通園していない方で、「就学支援シート」の作成を希望する方は、学務課教育支援係(市役所3階)へお問い合わせになるか、市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

青梅市ファミリー・サポート・センター
地区交流会

問 市ファミリー・サポート・センター
☎23-3888、23-9338、
市子育て応援課子育て推進係

市内で子育てをしている方、子育てのお手伝いをしたい方、「ファミサポ」ってなあに?と思っている方、実際にサポートしている会員から話を聞くチャンスです。

日時 2月1日(木)

午前10時30分～11時30分

会場 福祉センター2階和室

対象 市内で子育てをしている方、子育てのお手伝いをしている方、これからお手伝いをしたい方

内容 手遊び歌、わらべ歌、ハンドメイドまつぱっくり

※利用会員の登録受付も行います。(要本人確認書類)

親子の絆づくりプログラム
～きょうだいが生まれた!～
ベビープログラム2

子育ての困りごと、上の子との関わり方などを話し合いながら、子育てに必要な知識が学べる時間を過ごしませんか?

日時 2月6日～3月5日の火曜日

午前10時～正午

会場 子育て支援センターはぐはぐ

対象 就学前の上のお子さんとし後2～8か月の第2子以降の赤ちゃんがいる母親で、上のお子さんを預けてることが可能な方(一時預かり等を紹介し)

持ち物 バスタオル、着替え、オムツ、飲み物

定員 10組(抽選)

費用 1,100円(テキスト代)

申し込み

26日までに電話で子育て応援課子育て推進係または専用フォーム(2次元コード)から



1月の相談日

専門の相談員が対応します。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。

相談名	日程	時間	内容・対象	会場・備考
法律相談	10日(水)、15日(月)、17日(水)、22日(月)、24日(水)、29日(月)、31日(水)	午後2時～5時 (1人25分) ※電話予約制	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分前から受け付けます。 ▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
	2月7日(水)			
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	交通事故の損害賠償・過失割合など	
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	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	相続・遺言等暮らしの手続きなど ※税金の相談を除く	
行政相談	9日(火)	午後1時30分～4時 (1人30分) ※電話予約制	国等への苦情や要望など	▷予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
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
女性のためのカウンセリング「はればれ」	5日(金) 19日(金) 2月2日(金)	午前9時30分～午後4時 (1人50分) ※電話予約制	女性が抱えるさまざまな悩みに対しカウンセリングを実施	
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	訪問販売や買い物のトラブルなど	消費者相談専用電話☎22-6000
福祉専門相談	9日(火)	午前9時30分～11時30分 ※電話予約制	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☎23-7868へ
	24日(水)	午後5時～8時 ※電話予約制		
労働相談	17日(水)	午前10時～正午 (1人40分) ※電話予約制	解雇、賃金不払い、時間外労働等労働問題全般(パートタイム勤めの方も可)	市役所5階会議室 ▷予約は15日(月)までに商工業振興課へ(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	住宅の売買・賃貸、空家の相続に関する相談	市役所1階会議室 ▷予約は相談日の3日前までに住宅課住宅政策係へ

市立青梅総合医療センター 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 1月15日(月) 午前9時～正午

電話 ☎22-3191

1月の休日歯科診療

問 健康センター☎23-2191



診療日	医療機関名	住所	電話番号
1日(祝)	梅郷歯科クリニック	梅郷4-702-3	77-0648
2日(火)	片桐歯科医院	勝沼3-71	23-8456
3日(水)	東青梅歯科医院	東青梅1-2-5 東青梅センタービル2階	21-6480
7日(日)	かがみ歯科医院	新町3-67-5	32-1789
8日(祝)	北小曾木歯科診療所	成木8-410	74-4744
14日(日)	嶋崎歯科医院	師岡町4-5-33	24-7177
21日(日)	長谷川歯科医院	東青梅5-9-24	24-8014
28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。

1月の収益事業

ボートレース多摩川



☆3日(水)～7日(日)…第45回新春特別かどまつ賞

☆10日(水)～14日(日)…第56回報知新聞社賞静波まつり杯

☆21日(日)～26日(金)…ヴィーナズシリーズ第18戦是政プリンセスカップ

☆30日(火)～2月3日(土)…第30回神奈川新聞社賞

京王閣競輪



☆1日(祝)～3日(水)…L新橋カップ&日刊スポーツ杯(FI)

税理士による相続税の無料相談会

東京税理士会青梅支部の税理士が個別に相談に応じます。

日時 1月18日(木)
午後1時30分～4時30分

※相談時間は1人30分

会場 市役所会議室

対象 市内在住者

定員 先着12人(予約制)

申し込み 電話で市民安全課市民相談係へ

子育てひろば・とことこ「ハンドマッサージ」

問 長淵保育園☎22-8102、市子育て応援課子育て推進係

こどもを遊ばせながら受けられます。オイルの香りに癒されてください。

日時 1月11日(木)
午前10時45分～11時30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

離乳食教室初期(ゴックンクラス)

日時 1月16日(火) 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

内容 離乳食の始め方・作り方、お口の手入れ

定員 先着10組(予約制)

申し込み 電話☎23-2191でこども家庭センターへ

子育てひろば・すこやかルーム「骨盤エクササイズでリフレッシュ！」

問 畑中保育園すこやかルーム☎21-5358

骨盤の歪みを改善し、新陳代謝の促進など産後ママにもおすすめのエクササイズです。

日時 1月18日(木) 午前10時30～11時30分

会場 畑中保育園すこやかルーム

対象 未就学児親子、シニアの方、興味のある方
講師 中村実苗氏

持ち物 飲み物、汗拭きタオル(ヨガマットをお持ちの方はご持参ください)

1月の子育て支援事業

問 子育て応援課子育て推進係



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。

会場(市民センター)	日程	時間
長淵(体育館)	4日～25日の木曜日	午後3時～5時
梅郷(体育館)	中止※	
東青梅(体育館)	6～27日の土曜日	午前10時～正午
新町(体育館)	26日(金)	
河辺(体育館)	5～26日の金曜日	午後3時～5時
今井(体育館)	9日、23日の火曜日	
大門(会議室)	中止※	午前10時～正午
今井(会議室)	11日、25日の木曜日	
沢井(和室)	8日(祝)	

※市民センターのLED化工事のため中止

子育てひろば「おひさま広場」1月イベント

問 おひさま広場☎78-4725

対象 乳幼児親子

イベント	きらきら折り紙	音で遊ぼう!	みんなでにこっと体操	乳幼児の救急救命のお話
日時	1月12日(金) 10時30分～11時	1月17日(水) 10時30分～11時15分	1月22日(月) 10時～10時45分	1月31日(水) 11時～11時45分
定員	なし		先着12組	先着25組
申し込み	直接会場へ		電話か直接子育てひろばおひさま広場へ	

高校・大学等に進学・在学予定のお子さん、保護者の方へ

高校・大学等の育英資金融資制度



市では、市内特定金融機関を通じての育英資金（奨学金、入学一時金）の申し込みを受け付けます。

受付期間 1月4日（木）～31日（水）

支給時期 3月下旬ごろ

対象

①奨学金…高校・大学等に進学予定、または令和6年4月現在、高校・大学等に在学予定のお子さんの保護者

②入学一時金…6年度に高校・大学等へ入学するお子さんの保護者

融資対象

①奨学金…高校・大学等の授業料など修学に必要な資金▷海外留学（高校・大学等の授業料など）に必要な資金（市以外の奨学金との併給可）

②入学一時金…高校・大学入学金等の入学前に必要な資金

融資限度額

①奨学金

▷高校・専修学校（高等課程） 国・公立…月額20,000円以内、

私立…月額30,000円以内

▷大学・専修学校（専門課程） 国・公立…月額40,000円以内、

私立…月額50,000円以内

▷留学生 一時金1,000,000円以内

②入学一時金

▷高校・専修学校（高等課程） 200,000～600,000円

▷大学・専修学校（専門課程） 200,000～800,000円

融資回数 1年分を1回で融資 **対象期間** 正規の修学年限

返済期間

①奨学金…卒業後10年以内②入学一時金…融資後3年以内

利子 無利子 ※利子は市が負担

資格・要件 在学中の学業成績が優秀▷市内に1年以上居住▷前年の所得（給与所得控除後）金額が7,500,000円以下▷連帯保証人がいる▷市税の滞納がない

申し込み 学務課（市役所3階）で配布する申込書に必要事項を記入し、直接学務課学務係へ

※毎年申し込みが必要です。（奨学金のみ）

※融資申し込みの方で、金融機関融資を受けられなかった場合、市費貸し付けの申し込みができます。（奨学金のみ）

※その他の奨学金制度もあります。詳細は市ホームページ（右記2次元コード）をご覧ください。



第7回青梅市図書館を使った調べる学習コンクール審査結果

問 社会教育課図書館担当

市内在住在学の小・中学生を対象に、市の図書館や学校図書館を使って、身近な疑問や不思議に思っていることなどについて調べ、分かったこと等をまとめた作品を募集し、応募総数933作品の中から以下の作品が入賞しました。（敬称略）



○小学生の部

市長賞 「気象予報士への道 3歩目～循環するナゾと大気・海洋～」 須崎栄文（若草小6年）

教育長賞 「もしかして、ねてる?!」尾崎美海（四小5年）

図書館長賞 「ハシビロコウは魅力のかたまりでできている」白石真絆（四小3年）

優秀賞 「船の歴史」菊地那々帆（二小6年）

優良賞 ▷「給食タイムトラベル～給食の歴史をたどろう～」宮崎りつ（若草小3年）

▷「あるの?ないの?色のしくみ」北野 奏（若草小3年）

▷「卵アレルギーについて～自分のアレルギーと向き合おう～」小澤和真（二小3年）

▷「海水のひみつ 海の水はなぜしょっぱいのか?」五十嵐晴崇（一小1年）

○中学生の部

図書館長賞 「知能の高い動物について」板垣杏奈（六中1年）

優秀賞 「私たちの地球」青木麻桜（六中3年）

小・中学生の主張大会を行いました

問 指導室指導係

応募人数2,409人の中から選ばれた小学生6人、中学生10人が身近な生活や社会に対する考え方、郷土への思いなどを発表しました。（敬称略）

青梅市長賞

学校名	学年	氏名	題名
河辺小	6年	橋元 花	心の支えになる人に
吹上中	3年	上遠野舞花	私の夢
霞台中	2年	比留間菜々子	相手の成功を喜ぶ

青梅市教育委員会賞

学校名	学年	氏名	題名
新町小	5年	岡 瑛斗	ドナー登録について
若草小	6年	須崎栄文	気象予報士への道
三中	3年	佐京エレナ	簡単ないじめ方
泉中	1年	中本恵那	ゴミのない綺麗な町へ

審査委員特別賞

学校名	学年	氏名	題名
吹上小	6年	高野心泰	将来の夢
四小	5年	浅野友香	将来の夢
五小	6年	坂上望珠	祖母と私
西中	2年	伊藤光之輔	青梅を活気溢れる町にするために
西中	3年	吉岡夏海	青梅の将来像
霞台中	1年	トランノック	私の夢 - この国に生きる
泉中	1年	森田穂香	将来の夢～私が今思っていること～
三中	3年	中山美咲	悪気がなくても
三中	3年	大崎莉央	命



△受賞者に贈った青梅産材を使用した木製盾



△小学生の部



△中学生の部

スポーツ・観光・文化

照明器具LED化に伴う市民センターの臨時休館

問 市民活動推進課地域支援係

期間中は図書館も含め市民センター施設への立入はできません。各種証明書の交付や施設予約の手続き等の窓口業務もすべて休業となります。また、休館期間前後に、体育館や会議室等の施設予約・利用ができない期間があります。

詳細は施設予約システムまたは当該市民センターへ問い合わせてください。

施設名	電話番号	休館期間
梅郷市民センター・梅郷出張所（梅郷図書館）	76-0404	1月23日～24日 ※梅郷図書館は25日も休館
成木市民センター・成木出張所（成木図書館）	74-5204	1月29日～2月1日
沢井市民センター・沢井出張所（沢井図書館）	78-8304	1月31日～2月1日 ※沢井図書館は2月2日～3日も休館

※新町市民センター（新町図書館）は1月22日～23日に一部館内で工事を実施（臨時休館はしません）

簡単エクササイズ ラウンドフィットネス

日時 月～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⑤3時～4時⑥4時～5時

会場 御岳交流センター交流室

対象 15歳以上（保護者同伴で中学生も可） **定員** 各回先着10人（予約制）

費用 1回100円 ※初回無料体験あり

持ち物 運動しやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル

申し込み 電話☎79-0720または直接同センターへ

青梅市吉川英治記念館で二十歳をお祝いします!

問 青梅市吉川英治記念館☎74-9477

対象の方は入館料無料とし、非売品の限定ポストカードを贈呈します。また敷地内に撮影スポットを特別に設営します。

期間 1月4日（木）～14日（日） ※9日（火）は休館

会場 青梅市吉川英治記念館

対象 平成15年4月2日～16年4月1日に生まれた方（本人確認書類提示）と付き添い1人



師走の青梅・奥多摩路。今年もランナーたちが絆を結びました

第85回奥多摩溪谷駅伝競走大会結果

問 駅伝大会事務局 (市役所3階スポーツ推進課内)



12月3日(日)に第85回奥多摩溪谷駅伝競走大会が開催され、今年も師走の青梅・奥多摩路を選手たちが駆け抜け、仲間へ「絆」を繋ぐ、熱い戦いを繰り広げました。

沿道の方々の応援、ならびに通行者の皆さんには交通規制等にご協力いただき、ありがとうございました。

詳細は市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

一般の部

優勝 コモディイダ <2時間13分06秒>

大学の部

優勝 東京大学A <2時間14分42秒>

高校の部

優勝 東京実業高校 <2時間24分44秒>

女子の部

優勝 GR1a b全国 <38分03秒>

支会・自治会の部

優勝 ダイヤモンド2 <41分04秒>

中学生の部(男子)

優勝 青梅二中A <24分47秒>

中学生の部(女子)

優勝 二中バレー部A <29分47秒>

小学生の部(男子)

優勝 吉野FC 青梅5小 <27分54秒>

小学生の部(女子)

優勝 青梅ジュニアクラブA <30分46秒>



<大会当日の様子をYouTube市公式動画チャンネルでご覧ください！>

「絹本着色根岸典則像 小林天淵筆・根岸典則讃」を市指定有形文化財に指定しました

問 郷土博物館 ☎23-6859

市教育委員会では「絹本着色根岸典則像 小林天淵筆・根岸典則讃」(市所蔵)を、昨年12月1日付けで市指定有形文化財に指定しました。

江戸時代に青梅やその周辺地域の文化活動の中心的存在として活躍した根岸典則の姿を、青梅を代表する画家の小林天淵が描いた人物画です。絵画資料という面だけでなく、地域の文化活動を考察するうえでも重要な資料です。

郷土博物館では今回の指定を記念し、1月4日(木)~31日(水)に郷土博物館の常設展示室内で新指定の特別展示を行います。

開館時間 午前9時~午後5時

休館日 1月9日(火)、15日(月)、22日(月)、29日(月)



第36回多摩郷土誌フェア

問 郷土博物館 ☎23-6859

多摩地区22市町の郷土の歴史や文化財に関する書籍を展示販売する郷土誌フェアが開催されます。新刊書籍も多数販売されます。

日時 1月20日(土)~21日(日) 午前10時~午後5時

※21日は午後3時まで

会場 立川市女性総合センター・アイム1階ギャラリー(立川市曙町2-36-2)

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

関連講演会

立川市史編さん関連講演会「中世立川の石造物」

日時 1月21日(日) 午後1時~4時

会場 立川市女性総合センター・アイム1階ホール

内容・講師

- ①「立川市域の中世石造物-調査成果の概要-」・大正大学文学部歴史学科准教授 伊藤宏之氏
- ②「普濟寺六面石幢の造立背景-埼玉県の石幢との比較から-」・埼玉県埋蔵文化財調査事業団調査部 村山 卓氏

定員 150人

継続して利用する場合も改めて登録が必要です

令和6年度学校体育施設利用団体登録

問 スポーツ推進課



市では、小・中学校の体育館、校庭、格技室(一中)をスポーツで利用する団体に開放します。利用の際は、事前登録が必要です。

利用資格 10人以上で構成し、市内在住・在勤・在学の方がその半数以上を占める団体。使用責任者は成人。登録は1団体1校のみ。

申請書配布・受付期間

1月4日(木)~25日(木)

申請書配布・受付場所

スポーツ推進課(市役所3階)、住友金属鉦山アリーナ青梅、各市民センター

※申請書は市ホームページ(2次元コード)からもダウンロード可

登録有効期間 4月1日~令和7年3月31日

その他 年度途中の追加登録不可▷一度でも利用する場合(大会やイベント等)も要登録▷体育館、格技室は1時間あたり300円の施設利用料がかかります。

観光に関するアンケートにご協力ください

問 シティプロモーション課



<アンケートはこちらから

今後の青梅市の観光振興に対する意見を伺うため、市民を対象にアンケートを行います。上記2次元コードからアクセスし回答をお願いします。回答時間は3~5分程度です。ご協力をお願いします。



広告

青梅で買取&質なら

NIJIYA

にじや質店®

鑑定歴25年 ☎0120-985-191 P6台

介護が必要な方・高齢者生活全般のお困り事を解決します!!

☎042-519-7817

住宅改修 介護用品 補聴器

パナソニック エイジフリーショップ 立川

KUMON

くもん書写教室の先生になりませんか

教室開設説明会(東京・立川会場10:30~12:30、渋谷・町田会場10:00~12:00)

※25歳~60歳(女性)の方にお願ひしています。

- 東京 1/12(金)・24(水) 丸の内センタービル18階 会議室
- 渋谷 1/16(火)・26(金) 渋谷ヒカリエ11階ヒカリエカンファレンスルームA
- 立川 1/16(火)・26(金) TTM立川ホール 立川南口MHビル5階 会議室
- 町田 1/31(水) 町田市文化交流センター5階 会議室カトレア

※当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。オンラインも対応しています。

右記日程でオンライン説明会を開催します

- 1/11(木)10:00~ ●1/16(火)11:00~ ●1/19(金)14:00~
- 1/22(月)15:00~ ●1/25(木)14:00~ ●1/29(月)11:00~
- 1/31(水)16:00~ (各30分)

(WEBサイトまたはフリーダイヤルでの事前予約が必要です)

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

株式会社 公文エルアイエル

☎0120-410-297

〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-6-1 丸の内センタービル18F



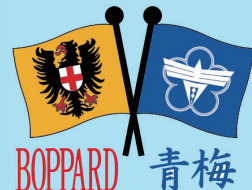
青梅まるごとドイツウィーク

1月15日(月)～31日(水)

問 秘書広報課交流担当

青梅市とドイツ・ポッパルト市は昭和40年に姉妹都市となりました。ドイツ・ポッパルト市との姉妹都市交流の歴史から、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会で、ドイツを応援する「ホストタウン」に立候補し、登録されました。

市民の皆さんがより一層ドイツへの親しみを感じられるよう、協力店を募集し、市内全域で「ドイツウィーク」を開催します。実施期間がそれぞれ異なります。詳細はホームページでご確認ください。



学校給食でドイツ料理を提供



今回は何が出るのかお楽しみ♪ △前回の給食の様子

市内協力店もドイツウィークに参加します！

★取り組み一例

- ・ドイツで人気のボードゲームを店頭で飾ります。
- ・ドイツ料理・お菓子を提供します。
- ・特製ワイングラスやビールジョッキをプレゼントします。



△協力店の詳細

中央図書館でドイツ人作家コーナーの設置や資料の展示



青梅だるま市

問 シティプロモーション課

日時 1月12日(金) 午後1時30分～8時

※荒天中止

会場 住江町交差点～青梅市文化交流センター交差点

※住吉神社前では「納めだるま」を受け付けます。

※午後1時～9時は旧青梅街道で交通規制あり(下図参照)

※公共交通機関をご利用ください。バスの路線は一部変更になります。



第64回市民体育大会

サイクリング参加者募集

問 市サイクリング協会(輪千自転車店内) ☎22-0664

市役所前を出発、JR青梅線管内の駅にて入場券を購入し、市役所前まで戻ってきます。目的の駅は当日発表します。

日時 1月14日(日) 午前9時10分競技開始(9時受付開始)

対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上

申し込み 10日までに電子メール ☒ fwii5277@nifty.com で同協会へ

アーチェリー参加者募集

問 市アーチェリー協会 ☎080-3343-6213

日時 1月28日(日) 午後2時30分競技開始(1時45分受付開始)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第一スポーツホール

対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上(その他参加資格があります。詳細は同協会へお問い合わせください)

申し込み 14日までに電話で同協会へ

長淵市民センター ☎22-3249

みんなのおはなし会

回 1月13日(土) 午前10時30分～11時15分 園幼児～小学生(未就学児は保護者同伴) 園絵本の読み聞かせ 園先着30人

今井市民センター ☎31-8600

市民ウォーキング 霞川遊歩道を中心に名所旧跡と関東富士見百景を歩く

回 1月28日(日) 午前9時～11時30分(8時15分～8時45分 今井市民センター集合・受付) 場 今井市民センター～今井城址～薬王寺～霞川遊歩道～藤橋城址～今井市民センター 園体力増進、健康保持を目的に霞川遊歩道を中心に歩き、地域の歴史に触れる(約5.5km)

※参加者にスポーツドリンクとバランス栄養食を無料で配布

中央図書館 ☎22-6543



ひとりじめおはなし会

回 1月7日(日)、21日(日) ① 午前11時～11時15分 ② 11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 園絵本の読み聞かせ、手遊び 園先着1組 園直接または電話で

おはなし会「絵本の森」

回 1月13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 園絵本の読み聞かせ、紙芝居 園先着30人

おはなしにちようピーナッツ

回 1月14日(日) 午前11時～11時40分 園おはなしの部屋 園4歳児以上 園昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 園先着30人 今井図書館おはなし会&こうさく会 回 1月20日(土) 午前10時15分～11時40分 園今井市民センター和室 園4歳児以上 園昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 園先着25人

中央図書館映画会「幸せのレシピ」

回 1月28日(日) 午後2時～3時45分(1時45分開場) 園多目的室 園高級レストランの料理長を務めるケイトに引き取られた姪のゾーイ。慣れない2人の生活に副料理長として加入したニックが現れる。2007年製作/アメリカ映画/上

映時間 104分/日本語字幕 園先着60人

1月の木曜夜間窓口

開設日時 4日、11日、18日、25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、障がい福祉課、子育て応援課、こども育成課、収納課、課税課

1月の日曜納付窓口

日時 28日(日) 午前9時～午後4時
問 収納課 収納管理係

1月の納期限(1月31日)

▷市・都民税…4期
▷国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料…7期

青梅市の人口<12月1日現在>
世帯数 65,142世帯(-31)
人口 129,487人(-72)
男 65,031人(-47)
女 64,456人(-25)
※()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、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のお出かけはご遠慮ください。



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。