



無料期間は3月31日まで

新型コロナウイルスワクチン情報



問 新型コロナウイルスワクチン接種担当

初回接種および令和5年秋開始接種（9月20日から開始した追加接種（1人1回）の無料での接種は、3月31日までです。※4月1日以降、市から送付された予診票は利用できません。

接種証明書

以下は3月31日に終了となります。
▷マイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアでの接種証明書（ワクチンパスポート）の発行
▷電子版の証明書の発行（接種証明書アプリ）

4月以降について

65歳以上の方等を対象に接種（定期）を秋冬に実施予定です。詳細は決定次第お知らせします。

家庭や社会全体の理解を進めるために

発達障害啓発週間

問 障がい者福祉課相談支援係

4月2日（火）～8日（月）は発達障害啓発週間です。自閉症をはじめとする発達障害について、家庭や社会全体の理解が進むよう、市では期間中以下のイベントを行います。

日時 4月2日（火）～4日（木）

午前10時～午後4時

会場 市障がい者サポートセンター1階

内容 関連図書や啓発物の展示・DVD上映、聴覚過敏の方向けのイヤーマフやデジタル耳栓の展示、パソコンを使った認知機能訓練及び視覚支援の体験「視覚認知のバランス」「ビジョントレーニング」「しっかり見よう」など

その他 中央図書館では関連図書の展示を3月20日（水）～4月14日（日）に行います。

食を学んで、みんなに伝えよう

ヘルス・フード教室



自分の食生活を振り返りながら、食に関する健康づくりを学びます。地域での活動の参考にしましょう。

日時 4月24日、5月8日、29日、6月12日、26日、7月3日、17日、24日の水曜日（8回コース）
午前9時30分～11時30分

会場 健康センター3階

対象 4月24日時点で64歳以下の市民
内容 食に関する一般情報、食事のバランス、献立の立て方、レシピ作成、運動実技など

※調理実習はありません。

定員 先着16人程度（予約制）

持ち物 健康手帳（お持ちの方）、健診結果など
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

高齢者向けスマートフォン教室

日時 4月6日（土）午後1時～3時30分 会場 福祉センター第4集会室
対象 60歳以上の市民で、スマートフォンを持っている方（機種はアンドロイドに限る）
内容 音声入力やカメラ、地図アプリ、LINEの使い方
講師 パソコンボランティア青梅
定員 10人（抽選） 持ち物 ご自身のスマートフォン
申し込み

27日までに、氏名、年齢、電話番号、スマートフォンがアンドロイドであるか、LINEを使用しているかを電子メール☒div1518@city.ome.lg.jpまたは電話で高齢者支援課いきいき高齢者係へ
※件名は「スマートフォン教室申し込み」としてください。

高齢者クラブで仲間を見つけませんか？

問 市高齢者クラブ連合会事務局（市高齢者支援課内）
市高齢者支援課いきいき高齢者係

市内各地域には、60歳以上の方が入会できる49の高齢者クラブ（老人会）があります。クラブでは、体力づくり、輪投げ、グラウンドゴルフ、ゲートボール、誕生会、舞踊、カラオケなどを通じて仲間づくりや健康増進を図っています。

身近な高齢者クラブに参加することで、趣味やスポーツを楽しみながら、新たなお友達作りをしてみませんか。一人でも、ご夫婦でも入会できます。申し込みは随時受け付けています。



（公財）都農林水産振興財団共催事業

農業食育体験教室 問 社会教育課

苗を植えて、お世話をして、収穫！ワクワクドキドキいっぱいの農業体験をしてみませんか？畑の教室へ飛び出そう！！

会場 （公財）都農林水産振興財団青梅庁舎（新町6-7-1）

対象 市内在住・在学の4歳～小学生と保護者（子どものみの参加不可）

定員 20組（抽選） ※保護者の付き添いは2人まで

費用 1家族2,000円 服装 けが防止のため参加者全員長袖、長ズボン

持ち物 帽子、長靴、タオル、雨具、飲み物、エコバッグ（レジ袋でも可）、筆記用具

申し込み 4月4日までに2次元コードから



令和6年度年間予定表

月	日	時間
4月	21日（日）	午前10時～正午
5月	26日（日）	
6月	23日（日）	
7月	21日（日）	午後3時30分～5時30分
	31日（水）	午前9時30分～11時30分
9月	8日（日）	午前10時～正午
10月	6日（日）	
	20日（日）	午前10時～午後3時
11月	10日（日）	午前9時30分～午後2時

子育てひろば すこやかルーム 「2歳児と散歩に出かけましょう」

園児と一緒に春の自然を見つけませんか？
日時 3月25日（月）午前9時45分～11時（9時45分に畑中保育園を出発）
会場 畑中2丁目原っぱ（雨天時はすこやかルームで園児と一緒に遊びます）
対象 未就学児の親子
※ベビーカーでの参加も可
内容 子どもの足で15分くらいです。昼食持参の方は、園に戻ってからすこやかルームの食事スペースを利用できます。
持ち物 飲み物、帽子（必要な方は、着替え、タオル、ティッシュ等）
申し込み 22日までに電話☎21-5358で同保育園すこやかルームへ

子育てひろば とことこ 「お別れ会＆お花を生けよう」

問 長淵保育園☎22-8102
市子育て応援課子育て推進係
4月から入園のお友達もいますね。みんなで楽しい思い出を作りましょう。
日時 3月28日（木）
午前10時30分から
※子育てひろばは10時～午後3時開館
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 4月10日（水）
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・作り方、お口の手入れ
定員 先着10組（予約制）

離乳食教室中後期（モグモグカミカミクラス）

日時 4月11日（木）
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
定員 先着10組（予約制）

いづれも

会場 健康センター3階

申し込み

電話☎23-2191でこども家庭センターへ

