

谷戸に映える 花しょうぶ

吹上花しょうぶまつり開催



期間 5月31日(土)～6月15日(日)

時間 午前9時～午後5時(入園は午後4時45分まで)

会場 吹上しょうぶ公園(吹上425番地)

問 シティプロモーション課観光係

入園料 200円

※小学生以下無料

※障害者手帳をお持ちの方と付添いの方1人無料(障害者手帳提示)

※まつり期間中は入園料がかかります。

今号の主な記事

◆吹上しょうぶ公園フォトウォーク…2面

◆中小企業者が活用できる補助金…5面

◆英語で楽しむパスタ料理…8面

◆マイナ保険証を活用しよう…3面

◆健康診査・検診を実施します…6面

◆なんでも情報局アンテナ…9面

◆消防団が表彰されました…4面

◆障がい者サポートセンター交流祭…7面

◆動物ふれあいフェスタ…10面



吹上花しょうぶまつり



5月31日～6月15日

問 シティプロモーション課観光係

★キッチンカー等出店

まつり期間中は毎日出店します。

★音楽やダンスステージ

日程 6月7日(土)、14日(土)

★武州青梅三田弾正手作り甲冑隊 甲冑展示会

日時 6月1日(日) 午前10時～午後2時



★ポット苗配布

日程 6月7日(土)、8日(日)
※当日なくなり次第終了

★地元名産品販売

日程 6月15日(日)

★吹上花しょうぶまつり フォトコンテスト2025



吹上しょうぶ公園内で撮影された写真を募集します。
優秀賞(2作品)には、賞品を贈呈します。

★フォトコンテスト2024 入賞者のパネル展示

管理棟前テント内でご覧ください。



★ガイドボランティア 午後3時まで

ガイドボランティアが園内を案内します。お気軽にお声掛けください。
※ガイド不在の場合あり

このポロシャツが目印!



チャレンジしてみよう!



★花しょうぶスタンプラリー 期間中

★花しょうぶクイズラリー 5月31日(土)～6月6日(金)

★花しょうぶおみくじ 期間中



★謎解きチャレンジ 花しょうぶの秘宝を追え! 6月7日(土)～15日(日)

デジタル一眼カメラ初心者対象 /

フォトウォーク参加者募集

吹上しょうぶ公園内を散策しながら、花しょうぶを中心とした写真撮影を楽しんでみませんか? 西多摩で活動するフォトグラファーの方から、デジタル一眼カメラの使い方や撮影方法のアドバイスを聞くことができます!

日時 6月8日(日) ①10時から②11時から③13時から④14時から(各回30～40分程度)

場所 吹上しょうぶ公園内(吹上425番地)

対象 デジタル一眼カメラを持っているが使いこなせていない、オート以外の設定を試してみたい方

定員 各回先着5人

服装・持ち物 動きやすい服装、デジタル一眼カメラ

講師 西多摩で活動するフォトグラファー

申込方法 19日から電話でシティプロモーション課観光係まで

その他 参加前に、ご自身のカメラの絞り・シャッタースピード・ISOの変更方法のみ覚えているとスムーズです。

※参加費無料(別途入園料200円)



開花状況がインターネットでご覧になれます

市ホームページ(右記2次元コード)をご覧ください。また吹上しょうぶ公園近くの霞丘陵自然公園や塩船観音寺でもあじさいなどの花が楽しめます。



吹上しょうぶ公園交通案内 所在地 吹上425番地

☆徒歩で
JR東青梅駅北口から約15分

☆バスで
JR河辺駅北口から約10分。都営バス梅77甲「青梅駅行」、「青梅車庫行」、「裏宿町行」、「塩船循環」のいずれかに乗車し、「吹上しょうぶ公園入口」バス停で下車。

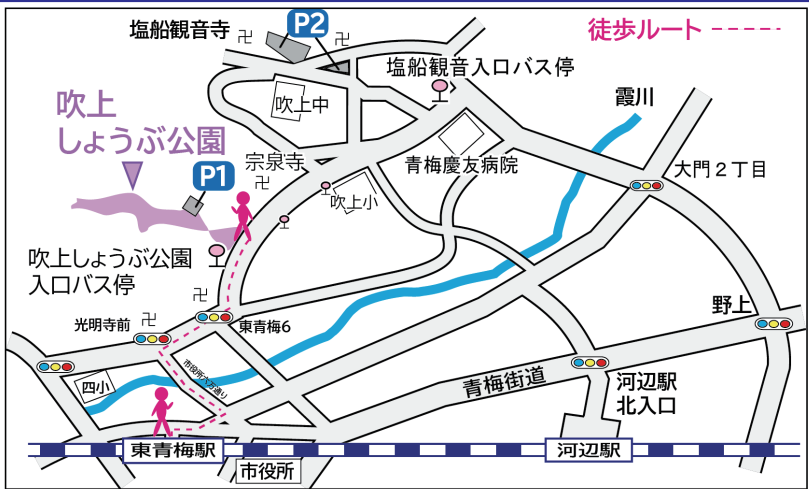
☆車で

P1 園内駐車場(無料)

※満車になりしだい、園外駐車場をご案内します。係員の指示に従ってください。

P2 塩船観音寺駐車場(無料)

徒歩約25分。都営バスを利用する場合は「塩船観音入口」バス停(駐車場から徒歩約5分)乗車後、「吹上しょうぶ公園入口」バス停で下車。



★開催日時

5月31日～6月15日
午前9時～午後5時
吹上しょうぶ公園
(吹上425番地)

★お願い

公園周辺道路はすべて
駐車禁止です。また、土
日は駐車場が大変混雑し
ますので、公共交通機関
等をご利用ください。



マイナ保険証を活用しよう！！

マイナ保険証がなくても
これまでどおり
受診できます

医療機関・薬局を受診の際は マイナンバーカード

をご利用ください



問合せ先

- ・マイナ保険証に関すること…青梅市保険年金課 ☎050-1721-0946(自動音声)
- ・マイナンバーカードの申請に関すること…青梅市市民課 ☎0428-22-1111(内線2102・2109)
- ※マイナンバーカードは申請から受領までお時間を要する場合がありますので、お早めに申請ください。
- ・マイナンバー制度、マイナポータル等に関すること…マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

現在、健康保険証の新規発行はなくなり、マイナンバーカードを健康保険証として利用するマイナ保険証を基本とする仕組みとなっています。

★マイナ保険証のメリット

◎より良い医療が受けられる！…本人同意のうえ、過去の受診やお薬情報、健康診断の結果が医師と共有できるため、健康データに基づいたより良い医療が受けられます。

◎限度額認定証の申請が不要に！…限度額認定証がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

★マイナ保険証の利用登録と登録確認方法（マイナポータル）

- ①スマートフォンやパソコンからマイナポータルアプリをインストールしてログイン
 - ②「健康保険証」を押し、「マイナンバーカードを健康保険証として登録する」にチェックを入れ、登録を押して完了
 - ③利用登録状況が「登録済」であれば、登録されています。
- ※医療機関等のカードリーダーまたはセブン銀行ATMの紐づけ登録の案内は、右記2次元コード参照



資格確認書等の更新（申請不要）

青梅市国民健康保険

青梅市国民健康保険に加入中で、現在保険証または資格確認書をお持ちの方の有効期限は、最長で令和7年9月30日です。期限が切れる前に、資格確認書または資格情報のお知らせを郵送します（9月上旬予定）。

なお、7月31日に期限を迎える高齢受給者証等をお持ちの方には、有効期限が9月30日の高齢受給者証等を7月中旬に郵送します。10月1日以降は、高齢受給者証が廃止となり、マイナ保険証または資格確認書（負担割合記載）で自己負担割合での受診ができます。

▷マイナ保険証利用登録がない方 → 「資格確認書」を送付

医療機関に提示することで自己負担割合で受診が可能です。

▷マイナ保険証利用登録がある方 → 「資格情報のお知らせ」を送付

登録されている資格情報を確認できます。マイナ保険証が利用できない医療機関では、マイナ保険証と一緒に提示することで自己負担割合で受診が可能です。

※お知らせのみでの受診不可

後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度に加入中の方、または新しく加入する方には、令和8年7月まではマイナ保険証利用登録の有無にかかわらず、現在の証（保険証または資格確認書）の有効期限が切れる前に新しい資格確認書を郵送します（7月上旬予定）。資格情報のお知らせは交付しません。

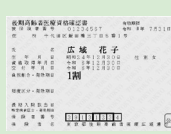
問 国民健康保険…保険年金課資格賦課係
後期高齢者医療制度…保険年金課後期高齢者医療係



資格確認書



資格情報のお知らせ



資格確認書（後期）

市営住宅・都営住宅入居者募集



入居資格、住宅使用料等の詳細は、しおり（募集案内）・市ホームページ（2次元コード）を参照してください。

申込書・しおりの配布、申込受付期間 5月16日（金）～30日（金）

場所 ▷月～金曜日 住宅課（市役所5階）、総合案内（市役所1階）

▷土・日曜日 休日夜間出入口（市役所1階）

※総合案内と休日夜間出入口は配布のみ

★住宅下見（市営住宅のみ）

日時 5月16日（金）～30日（金）

（土・日曜日除く）

①午前9時～11時②午後1時30分～4時

※各住戸午前、午後各1世帯

申し込み 前日（土・日を除く）までに住宅課
公営住宅係へ

※事前予約のない下見不可

※都営住宅は入居資格審査後に別途、東京都住宅供給公社より案内があります。

募集予定住宅

住宅	タイプ	階数	単身
河辺町七丁目※1			
河辺第1		3	
大門第5	2DK	3	可
藤橋第2		2	
富岡第2		4	
畑中第1※2	1DK	1	
畑中第1		3	
裏宿	3DK	4	不可
日向和田		2	
駒木	2DK	1	
友田		2	

※1 都営住宅(単身専用、階数未定、エレベーター有)
※2 高齢者単身専用

行財政改革推進委員会公募委員募集



応募資格	次の要件をすべて満たす方 ▷市内に住民登録をしている。 ▷応募時に満20歳以上 ▷地方公務員法第16条各号に該当しない。 ▷青梅市職員でない。 ▷青梅市の他の付属機関等の委員でない。 ▷祝日を除く月～金曜日の午前9時～午後5時に開催する会議に出席可能 ▷青梅市行財政改革推進委員の委嘱を受けたことがない。		
募集人数	2人（原則男女各1人）	会議の開催	年4回程度
委嘱期間	7月～令和9年6月	選考方法	資格審査、作文審査
謝礼	1回あたり1万1,500円		
申し込み	6月5日（消印）までに申込書（市ホームページからダウンロード可）、テーマ作文「青梅市の今後の行財政改革について」（300～400字）を次のいずれかの方法でDX推進課へ ▷郵送 ▷メール…☒div0190@city.ome.lg.jp ▷直接（市役所6階） ▷専用フォーム（右記2次元コード）		



戸籍に氏名の振り仮名が記載されます

問 市民課戸籍係



5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍に氏名の振り仮名が記載されることになりました。本籍地の市区町村から、戸籍に記載される予定の振り仮名が通知されます。通知時期は市区町村により異なり、おおむね8月末までには発送される予定です。

通知の振り仮名が正しいときは、届出の必要はありません。

届出の方法等、戸籍の振り仮名制度についての詳細は、法務省ホームページ（2次元コード）をご確認ください。



空き家の調査を実施します

問 住宅課住宅政策係

今後の住宅施策、空き家の利活用・適正管理や防火・防災、生活環境の保全等、対策の基礎的資料とするため、空き家調査を行います。

市内全域で委託会社の調査員が目視による調査を行いますので、ご協力をお願いします。

調査期間 6～9月（予定）

傍聴にお出かけください

	青梅市立学校施設の あり方審議会	地域共生社会 推進審議会
日時	5月27日（火） 午後2時から	5月30日（金） 午後2時30分から
会場	市役所2階 災害対策本部室	市役所3階 議会棟大会議室
内容	学校施設のあり方について	青梅市地域福祉総合計画の推進についてほか
定員	10人（抽選）	10人（抽選）
傍聴受付	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で	当日の午後2時～15分に会場入り口で
問い合わせ	教育総務課	地域福祉課 福祉政策担当

スズメバチ等の巣除去費補助金

対象 4月1日以降に専門業者に依頼して市内にあるスズメバチ、アシナガバチ、ミツバチの巣を除去し、次のいずれかに該当する場合
▷土地や建物の所有者、管理者、占有者がその土地や建物の内外にある巣を除去した。
▷巣がある土地や建物に隣接する建物の居住者が所有者等から委任を受けて、その巣を除去した。
▷土地や建物の周辺地域の者が、所有者または管理者の特定が困難または直ちに対応が取れないため、所有者等から委任を受けず、その巣を除去した。
補助金額 作業金額の2分の1（上限1万円、100円未満切り捨て）
※作業金額…巣の除去作業に伴う土地や建物の滅失、き損、事故等にかかる費用を控除した額
その他 巣の除去作業を実施する前にご相談ください。



ハチの駆除

ハチはこれから暑くなるにしたがい、活動が盛んになります。人通りの多い通路等危険な場所に営巣された場合には、巣が大きくなる前に早めの除去をお勧めします。巣を早期に発見できるよう、庭木、軒下やエアコンの室外機など巣ができそうな場所は、日ごろから気にかけるようお願いします。ハチの駆除は土地の所有者等が実施することになります。自身での対応が難しい場合は、（公社）東京都ペストコントロール協会 ☎03-3254-0014へご相談ください。

問 環境政策課環境対策係

青梅市消防団が表彰されました！

問 防災課消防係

市消防団が東京消防庁より以下の功績を表彰されました。
▷1月11日に御岳山で発生した山岳救助事象において、市消防団第5分団第4部が出動し、後着の消防隊と連携し、要救助者を救急隊へ引き継ぎました。この活動が評価され、2月20日に「防災部長賞」を受賞しました。
▷2月18日に長淵7丁目で発生した建物火災において、団本部および3個分団30人が出場し、火元建物西側隣棟への延焼阻止に従事しました。この活動により、3月19日に「防災部長賞」を受賞しました。
▷2月9日に長淵9丁目で発生した林野火災において、団本部および3個分団56人が出場し、延焼していた山の斜面の下草の消火活動に従事しました。水利の少ない場所での、市消防団のこの活躍が認められ、3月19日に「消防総監賞」を受賞しました。



これらの表彰は、市消防団の日々の訓練、努力の賜物です。引き続き、安全で安心な市民生活の維持に努めていきます。



全国瞬時警報システム（Jアラート）による防災行政無線試験放送

問 防災課防災係



市では、地震などの災害時や武力攻撃の際に、国から送られてくる全国瞬時警報システム（Jアラート）の緊急情報が、市の防災行政無線で正常に放送できることを確認するため、試験放送を行います。市内の防災行政無線から、次の内容が一斉に放送されます。また、市公式LINEや行政メールも配信されます。
日時 5月28日（水）午前11時
放送内容 チャイム～「これは、Jアラートのテストです。」（3回）～「こちらは、ぼうさい青梅です。」～チャイム※試験は全国で実施します。

光化学スモッグ注意報等の緊急時情報

問 環境政策課環境対策係



日ざしが強く風のない日は、光化学スモッグが発生しやすくなります。光化学スモッグが発生すると、目がチカチカする、のどが痛むなどの症状が出る場合があります。
市では、光化学スモッグ、二酸化硫黄、微小粒子状物質（PM2.5）について注意報などが発令された場合、市役所、市民センター等にて発令状況をお知らせします。また、都のホームページ（2次元コード）では発令状況等を確認でき、メールで受信することもできます。

消費者相談室から363

便利な旅行予約サイトでトラブルに！？ トラブル防止のためのチェックポイント



問 市民安全課市民相談係

ホテルや飛行機の予約に便利な旅行予約サイトですが、よく確認しないとと思わぬトラブルにもなりかねません。サイト利用時の注意点をしっかり押さえて楽しい旅行を計画しましょう。
◆旅行予約サイト利用時のチェックポイント
▷海外事業者がサイトを運営している場合、日本語表示でも、必ずしも日本語で対応されるとは限りません。トラブルになった際、日本の法律等を用いた交渉が難しい場合があります。
▷「キャンセル料100%」のプランは、予約が確定すると修正や変更ができず、キャンセルしても料金全額が請求されます。予約時は、内容や条件をしっかりと確認しましょう。
▷申し込み後に送付される予約確認メールは、キャンセル条件などの契約内容が明記された大事な情報です。記載内容をよく確認したうえで、旅行が終わるまで大切に保管しましょう。事業者に問い合わせをした場合は、メールの送信日時が分かる形で内容を保管しておきましょう。
（国民生活センター発表情報から作成）
消費者相談室 ☎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時まで受付

訓練の成果をご覧ください



青梅市消防団ポンプ操法訓練審査会

問 防災課消防係



皆さんの安心と安全を守るため、消防団はいつ発生するか分からない「いざ」という時に備えて、日頃からさまざまな訓練をしています。その訓練の中で大きな割合を占める操法訓練は、「消火」に必要な消防車や水を送るポンプの操作方法を習得するものです。
この審査会は日頃の訓練成果を披露する場で、ふだんはなかなか見ることができない、消防団員が放水するまでの流れを見ることができるチャンスです。ぜひ、この機会に消防団員の雄姿を見に会場までお越しください。
日時 6月8日（日）午前8時～正午頃（審査開始は8時45分頃から）
会場 青梅市交通公園※駐車場がないため、車でのご来場はご遠慮ください。
出場隊 消防ポンプ車の部…8隊、小型動力ポンプの部…8隊

青梅市公共下水道事業計画変更図書の縦覧



青梅市公共下水道事業計画を変更しましたので関係図書の縦覧を行います。主な内容は、計画期間の延長と今井土地区画整理事業区域の市街化区域編入に伴い汚水事業計画区域を2,429haとしたものです。
縦覧場所・問い合わせ 下水道課計画係（市役所6階）

ウメ輪紋ウイルス感染状況調査を 引き続き実施します

問 農林水産課農政係

日程 6月2日（月）～7月10日（木）
※天候や進行状況により調査期間が変わる場合あり
対象地区 梅郷・和田町・日向和田全域、柚木町1丁目全域と2・3丁目の一部、二俣尾1～3丁目全域と4丁目の一部、畑中1・2丁目の一部と3丁目全域
調査 農地、公園、街路樹、オープンガーデン、学校等のウメ
調査方法 黄色の腕章をつけた市職員が対象となるウメを調査し、ウイルス症に感染したときに現れる症状の有無を確認します。感染の症状が見受けられる場合は、葉を採取・検定し、感染の有無を確認します。感染が確認された場合は所有者へ連絡し、伐採・伐根の手続きを行います。感染が確認されなかった場合は、連絡しません。

おうめものづくり等支援事業

中小企業者が活用できる補助金があります！



募集期間 6月1日から

対象 次のいずれかに該当する事業者

- ・中小企業者…市内に住所（個人）、本店または所在地（法人）があり、かつ市内で事業活動を行っている中小企業※信用保証協会の信用保証ができる業種
- ・中小企業グループ…市内の中小企業者が中心となった中小企業の集合体

申請方法 12月19日（消印）までに申請書に必要書類を添付し、メール✉div2050@city.ome.lg.jp、郵送〒198－8701または直接商工業振興課工業振興係（市役所3階）へ※「新製品・新技術開発支援」は、7月11日（消印）まで

その他 「新製品・新技術開発支援」に申請した事業者の方は、8月開催予定のおうめものづくり支援事業専門家会議で事業内容のプレゼンテーションを行ったうえで、交付の可否を決定します▷4月1日以降に開始し翌3月31日までに完了する事業が対象▷詳細は市ホームページ（2次元コード）

おうめものづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請不可）

事業区分	事業メニュー		助成内容
新事業着手支援	新事業チャレンジ事業		補助率 2／3以内 限度額 10万円
新製品・新技術開発支援	性能測定・実証支援事業		補助率 1／2以内 限度額 5万円
	新製品・新技術開発事業		補助率 2／3以内 限度額 200万円
	新製品・新技術開発事業 ※特産品の開発、多摩産材を使用した製品の開発、脱炭素社会に寄与する製品の開発を行う事業	※同一事業者の連続した年度での申請不可	補助率 2／3以内 限度額 250万円
産業財産・認証出願支援	産業財産・認証出願事業		補助率 2／3以内 限度額 50万円
販売促進支援	展示会等出展事業		補助率 1／2以内 限度額 50万円

おうめひとづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請不可）

事業区分	事業メニュー	助成内容
人材確保・育成支援	人材確保事業	補助率 1／2以内 限度額 50万円
	人材育成支援事業	補助率 1／2以内 限度額 10万円
	DX人材育成支援事業	補助率 2／3以内 限度額 50万円
企業間交流支援	企業間交流・連携支援事業	補助率 2／3以内 限度額 10～25万円
販売促進支援	展示会等出展事業	補助率 1／2以内 限度額 30万円 ※おうめものづくり支援事業の販売促進支援との重複申請不可
	販促チラシ作成支援事業	補助率 1／2以内 限度額 10万円
	販促ホームページ作成・改修支援事業	補助率 1／2以内 限度額 20万円

自治会活動紹介コーナー118

第11支会の令和6年度の事業を振り返って

青梅市自治会連合会第11支会長 中里 晃

第11支会では、地域住民相互のふれあいを大切にして親睦を深めつつ、安全で安心な地域づくりを目指して、さまざまな取り組みを行っています。

ふれあいや親睦を目的として、「夏祭り」をはじめ、「スポーツイベント」、「ふるさと祭り」、「市民ウォーキング」を実施しています。6年度は、「ふるさと祭り」を衆議院議員選挙に伴い、やむなく中止とし、また、「市民ウォーキング」も降雪により中止せざるを得ず、少し残念でした。

しかし、5年度から始めた「夏祭り」と「スポーツイベント」は、6年度も多く住民の方が参加し実施することができ、地域の恒例行事として根付きつつあると感じています。

一方、安全で安心な地域づくりの取り組みとしては、「社会を明るくする運動講演会」や「防災講演会」、「防災訓練」を実施するとともに、自治会の役員により、年間を通じて地域の安全パトロールを行うなど、地域が一丸となって、安全・安心な地域づくりに取り組めたものと考えています。



問 市民活動推進課地域支援係

はかりの定期検査にご協力ください

問 東京都計量検定所検査課 ☎03－5617－6638
市市民安全課市民相談係

商店での取り引きや学校、病院等で証明に使用する「はかり」は、計量法で2年に1度、検査を受けることが義務付けられています。

対象の店舗等には「ハガキ」でお知らせし、東京都の検査代行機関である「（一社）東京都計量協会」の職員が訪問して検査をします。

ハガキが届いていない方、新たにはかりを使用するようになった方、はかりを使用しなくなった方はお問い合わせください。

検査期間 5月19日（月）～6月18日（水）

※土・日曜日、祝日を除く

証明書コンビニ交付の停止

問 市民課マイナンバーカード担当

システムの更新に伴い、証明書コンビニ交付を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

日時 5月21日（水）、26日（月） 終日

薬膳アカデミアおうめ菜園

農家開設型農園利用者追加募集

問 農林水産課農政係

市民農園とは異なり、農園主が運営・管理をする「農家開設型農園」です。1区画あたりの面積が、約100㎡あり「もっと広い畑をやりたい！」方におすすめです。

※利用契約は、農園主と利用者間で結ぶ

募集農園 薬膳アカデミアおうめ菜園

募集区画数 1区画 農園主 和田好司氏

利用開始日 6月から 付帯施設 なし

費用 1区画につき年間1万2,000円

利用資格 市内在住・在勤で、園芸に熱意があり営利を目的としない方

注意事項

栽培は、野菜および草花に限ります▷経験値を選考時に考慮する場合があります。

※詳細は同菜園ホームページ（2次元コード）をご覧ください。



事業所から排出されるごみ

問 清掃リサイクル課清掃係



事業系ごみは家庭系一般廃棄物指定収集袋では出せません。

・燃やす・燃やさない・容器包装プラスチックごみ…1回の搬出量が事業系一般廃棄物指定収集袋の大袋3袋（小袋6袋）以内の場合、事業系一般廃棄物指定収集袋を用いて排出が可能です。これより多くなる場合は、市の許可を持つ一般廃棄物収集運搬業者に処理を依頼してください。業者の一覧は、市ホームページ（2次元コード）からご確認ください。

・粗大ごみ、産業廃棄物…廃棄物処理業者に処理を依頼してください。

・資源ごみ…資源物処理業者に依頼するなど、リサイクルにご協力ください。

あき地の管理をお願いします

問 環境政策課環境対策係

あき地が適正に管理されていないと、雑草が繁茂し、害虫の発生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。これから暑くなるにしたがい、雑草が繁茂しますので、草刈りなどを定期的に行い、適正に管理するようお願いします。

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時間帯に行うなど、周辺環境への配慮をお願いします。

また、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。希望する方は、事前にご連絡ください。

しごたま就職面接会 i n 青梅

問 東京しごとセンター多摩☎042-521-6761

採用に意欲のある企業が15社集結します。書類選考なしで複数の企業と面接ができます（企業から説明を聞くだけでも可）。参加企業のPRタイム、就職相談コーナーがあります。

日時 6月24日（火） 午後0時45分～4時（0時15分～3時受付）

会場 S&Dたまぐーセンター

定員 75人程度（予約制）

その他 服装・入退場自由

申し込み 電話☎042-521-6761または申し込みフォーム（2次元コード）で東京しごとセンター多摩へ

★しごたま面接対策セミナー i n 青梅

しごたま就職面接会 i n 青梅に向けた対策セミナーを開催します。面接に役立つ「コツ」を分かりやすくお伝えします。

日時 6月23日（月） 午後1時～3時（0時30分開場）

会場 S&Dたまぐーセンター

定員 先着30人（予約制）

申し込み 電話☎042-521-6761または申し込みフォーム（2次元コード）で東京しごとセンター多摩へ

免除制度を利用している方も産前産後期間の国民年金保険料免除制度は届け出が必要です

問 ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004（050から始まる電話の場合は☎03-6630-2525）
青梅年金事務所☎30-3410、市保険年金課国民年金係

国民年金第1号被保険者が平成31年2月1日以降に出産した際、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除される制度です。産前産後期間の保険料を前納している場合、全額還付（返金）されます。
保険料免除制度を利用している方も、将来受け取れる年金額が多くなるので、早めの届け出をお願いします。

健康診査、検診を実施します

問 健康センター☎23-2191

6月2日から次の健康診査、検診を実施します。10月以降は大変混み合いますので、早めに予約・受診してください。
服薬・治療等をしている方は、実施医療機関に確認のうえ、受診してください。

特定健康診査、後期高齢者医療健康診査

慢性腎臓病（CKD）、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診査です。
実施期間 6月2日（月）～11月29日（土）
対象 ・特定健康診査…40～74歳の青梅市国民健康保険加入者
・後期高齢者医療健康診査…後期高齢者医療制度加入者
健診内容 問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、検尿等
持ち物 受診券（5月下旬に緑色のA4判封筒で送付）、被保険者証（マイナ保険証・資格確認書等）
受診方法 右表の医療機関で予約方法を確認のうえ、受診してください。
その他 40～74歳の青梅市国民健康保険以外の健康保険組合等加入者は、加入している健康保険組合等が健康診査を実施します。受診方法は、加入している健康保険組合等へお問い合わせください。

大腸がん・肝炎ウイルス検診

◆大腸がん検診

実施期間 6月2日（月）～12月6日（土）

対象 令和8年4月1日までに40歳以上となる市民

検診内容 便潜血検査（2日法）

費用 200円（検診当日、実施医療機関で支払い）※生活保護受給者は、免除制度があります。

◆肝炎ウイルス検診

実施期間 6月2日（月）～11月29日（土）

対象 令和8年4月1日までに40歳以上となり、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない市民

検診内容 血液検査（B型およびC型肝炎ウイルスの感染の有無を検査）

◆いずれも

受診方法 右表の医療機関で予約方法を確認のうえ、受診してください。

受診結果 受診した医療機関でお知らせします。

生活保護受給者等の健康診査

実施期間 6月2日（月）～11月29日（土）

対象 生活保護法に規定する被保護世帯に属する者等で令和8年4月1日までに40歳以上となる市民

医療機関 右表のとおり

健診内容 問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、検尿等

持ち物 生活福祉課（市役所1階）が発行する受診票

実施医療機関			
所在地	医療機関名	電話	予約
西分町	田中医院※	22-2762	不要
住江町	笹本医院	24-3955	要
仲町	青梅医院	22-2043	要
	大河原森本医院	22-2047	要
大柳町	青梅三慶病院	24-7501	要
長淵	下奥多摩医院	22-2580	不要
	井上医院	24-2552	不要
	多摩リハビリテーション病院	24-3798	要
友田町	友田クリニック	25-1173	要
千ヶ瀬町	進藤医院	78-3111	要
野上町	荒巻医院	24-8561	要
今寺	東原診療所	33-9250	要
梅郷	梅郷診療所	76-0112	要
二俣尾	二俣尾診療所	78-8981	要
沢井	沢井診療所	78-8432	要
小曾木	小曾木診療所	74-5340	要
成木	青梅成木台病院	74-4111	要
東青梅	東青梅診療所※	25-8651	要
	小林医院	24-2819	要
	林レディースクリニック	20-1887	不要
根ヶ布	土田医院	84-0801	要
師岡町	中島内科循環器科クリニック	20-2611	不要
新町	千葉医院	32-5888	不要
	あさひ整形外科クリニック	32-4567	要
	新町クリニック※	31-5312	要
	野本医院	31-7155	不要
	ゆだクリニック	30-0880	要
河辺町	丹生クリニック	20-0078	要
	坂元医院	21-0019	要
	吉野医院	31-2350	不要
	なごみクリニック	31-8038	要
	こみ内科クリニック	21-1114	要
	河辺駅前クリニック	21-5588	要
	片平医院※	21-1741	要
藤橋	百瀬医院	31-3328	要
今井	武蔵野台病院	31-6632	要
	青梅今井病院	31-8821	要
	大堀医院	31-9098	要

※印の医療機関には眼底検査機器がありますが、検査は判定基準に該当し、かつ医師の判断により行います。

注意事項 服薬・治療等をしている方は、受診する医療機関にご確認のうえ、受診してください。

初めての方優先～65歳からはじめる生活習慣づくり～

健康寿命のび～る教室 参加者募集

自宅で手軽にできる運動や食事のアドバイス、お口の健康に関する教室です。教室で出会った仲間と一緒に楽しく身体を動かし、健康寿命をのばしましょう。

日時 6月11日、18日、25日、7月2日、16日、30日の水曜日（全6回）
午後2時～3時30分

会場 成木市民センター第1研修室

対象 全日程参加できる市内在住の65歳以上で次のすべてを満たす方…▷要介護・要支援認定を受けていない▷医師から運動制限を受けていない。

定員 先着20人程度（予約制）

内容 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、栄養や口腔ケアに関する講話等

服装・持ち物 動きやすい服装、筆記用具、飲み物

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



第15回障がい者サポートセンター交流祭
問 障がい者サポートセンター☎30-0152

障がい者サポートセンター利用者、地域の方、関係者に対し、日頃の取り組みに対する感謝の気持ちを伝えるため、交流祭を開催します。

日時 6月7日（土） 午前9時～午後1時
※小雨決行、荒天中止（中止時延期なし）

会場 障がい者サポートセンター

内容 各種模擬店、舞台発表など

その他 駐車場は、大門市民センター（体育館西側）とJA西東京（本店北側）をご利用ください。

乳がん自己検診法を学ぶ
「女性のセルフケア教室」



日時 6月3日（火）
午前9時40分～11時40分

会場 健康センター

対象 64歳以下の市民（女性）

内容 乳ケア（乳がん自己検診法）・自宅でできる運動方法を学ぶ。

講師 ヨガインストラクター 川口貴枝氏、保健師

定員 先着20人程度（予約制）

服装 運動できる服装

持ち物 飲み物、ヨガマットまたはバスタオル、室外用運動靴

申し込み 申し込みフォーム（2次元コード）または電話☎23-2191で健康センターへ

休日トレーニング

コンディショニングで
身体を整えよう



日時 6月14日（土）
午前9時40分～11時40分
※開始時間10分前にお越しください。

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅

対象 当日64歳以下の市民

内容 コンディショニング、ストレッチなど

講師 健康運動指導士 佐藤イク子氏

定員 先着40人（予約制）

服装 運動できる服装

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、室内用運動靴、健康手帳（お持ちの方）

申し込み 申し込みフォーム（2次元コード）から



1dayトレーニング

美しい姿勢でウォーキング



日時 6月18日（水）
午前9時40分～11時40分
※開始時間10分前にお越しください。

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 ウォーキング、ストレッチなど

講師 健康運動指導士 田中一葉氏

定員 先着20人程度（予約制）

服装 運動できる服装

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、室外用運動靴、健康手帳（お持ちの方）

申し込み 申し込みフォーム（2次元コード）から



健康・栄養相談

健康づくりをオーダーメイド

健診結果や健康づくりで気になることを気軽に相談してみませんか。気持ちが楽になるように、ご自身に合った健康づくりを一緒に考えていきます。

日時 6月6日（金）
午後2時～3時45分

会場 中央図書館多目的室

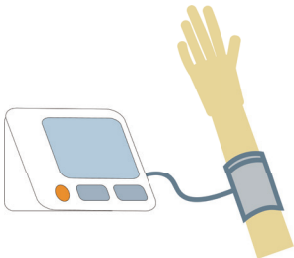
対象 市民

内容 ①保健師による健康相談や血圧・体脂肪・体重測定等
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）

※②のみ要申込…電話☎23-2191で健康センターへ

持ち物 ①②健診結果（お持ちの方）②数日の食事記録



高齢者向けスマートフォン教室

日時 6月7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 当日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）

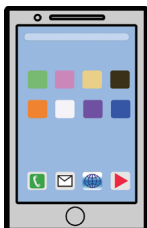
内容 音声入力やカメラ、地図アプリ、LINEの使い方

講師 パソコンボランティア青梅

定員 12人（抽選）

持ち物 ご自身のスマートフォン

申し込み 26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。

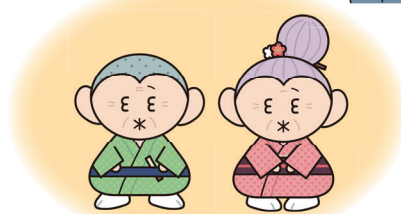


高齢者実態調査を実施しています

問 高齢者支援課包括支援係
市社会福祉協議会☎22-1233

見守りや支援を必要としている方を早期に発見し、適切な支援につなげるため、市内在住の70歳以上でひとり暮らしの方、高齢者のみの世帯の方等を対象に、市、市社会福祉協議会および市民生児童委員合同協議会による高齢者実態調査を実施しています。

地域の民生児童委員がご自宅を訪問する場合がありますので、ご協力をお願いします。



市高齢者施策PRキャラクター
うめ爺、たね婆

子育てひろば

問 子育て応援課子育て推進係

	すこやかルーム ～園児と一緒に～歩き遠足に行きましょう！	とことこ 「お花を生けよう」
日時	5月23日（金） 午前10時～正午ごろ	5月29日（木） 午前11時～11時30分 ※子育てひろばは10時～午後3時開館
会場	畑中2丁目原っぱ のんびり歩いて20分くらいの距離です。	下長淵自治会館2階大広間
対象	未就学児の親子 ※ベビーカーでの参加も可	未就学児の親子、祖父母、妊娠中の方
内容	未就学児親子のみなさん、園児たちと一緒に出かけ てみませんか？一緒に歩いたり、遊んだり、 お弁当を食べたりして楽しく過ごしましょう。	季節のお花を自由に生けます。初めてでも 大丈夫です。素敵な作品ができます。 指導 安達流 久保ミエ子氏
定員	先着5組	
費用	大人350円、こども300円（試食代）	
服装・持ち物	空のお弁当箱（園で用意したお弁当…わかめおに ぎり、鶏のからあげ、人参いりたまご焼きなどを 詰めます。）、帽子、リュックサック、レジャーシ ート、水筒、おしぼり、タオル、ティッシュペーパー、 着替え、エプロンなど	
申し込み	5月20日までに、直接または電話で 子育てひろばすこやかルームへ	
問い合わせ	畑中保育園すこやかルーム☎21-5358	長淵保育園☎22-8102

外遊び型子育てひろば・はらっば

問 （特非）かぷかぷ山のようなちえん
☎050-3390-0613
市子育て応援課子育て推進係

親子で季節を感じながら、お外遊びしませ
んか。地域の子育ての仲間作りに、のんびり
遊びに来てね♪

詳細は市ホームページ（2次元コード）を
ご確認ください。

日時 6月3日（火） 午前10時30分～正午
※雨天決行、荒天中止

会場 わかぐさ公園芝生の広場

対象 妊娠中の方、0歳～未就学児の親子

親子の絆づくりプログラム

ベビープログラム3～幼児とともに！～

1歳～就学前の幼児を育てているお母さんのためのプログラムです。幼児期のこどもとの関わり
方について、話してみませんか。

日時 6月13日～7月11日の金曜日（全5回） 午前10時～正午

会場 青梅幼稚園子育て支援室※駐車場には限りがあります。公共交通機関等をご利用ください。

対象 1歳～就学前の幼児を育てているお母さん
※託児もありますが、人数に制限があります。（先着）

内容・テーマ 新しい出会い▷こどもとの関わり方▷こどもの心の発達と
「しつけ」▷私のストレス▷親として、より良く生きる。

定員 16人（抽選）

費用 無料（テキスト代1,100円）

申し込み 30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

教科書展示会

問 指導室指導係

文部科学省の検定を受けた複数の教科書を
展示します。閲覧・意見はどなたでも可能で
す。

日時 6月4日（水）～23日（月）
午前9時～午後5時

※土・日曜日を除く

会場 市役所5階502会議室
※中央図書館でも同期間に展示します。

青梅市の文化財探訪－はじめに－

市文化財保護指導員 神森 正

青梅市は、多摩川が山地から平野部に出ようとする所に開けた谷口集落として、
古くから人々が生活を営み文化が育まれてきました。2つの国宝や重要文化財が
14件、東京都指定の文化財が46件、青梅市指定の文化財が136件、国の登録
有形文化財等も含め合計221件もの文化財を有しています。多摩地域で1・2位
を争う文化財の数です。これだけの数の文化財を1つの市で有している所はなか
なありません。

「青梅の文化遺産」も前回で100号となりました。今まで文化遺産というタイ
トルで、特に分野を設けずに「青梅市文化財保護指導員会」のメンバーが自分の得
意とする分野を中心に交代で広報おうめにて紹介してきましたが、以降は新しい切
り口で市民の皆さんに指定文化財をご紹介できるものと思っていますので、どうぞ
ご期待ください。

青梅市内の指定文化財一覧

国		都		市	
種別	数	種別	数	種別	数
国宝	2	有形文化財	27	有形文化財	81
重要文化財	11	有形民俗文化財	1	有形民俗文化財	8
天然記念物	1	無形民俗文化財	4	無形民俗文化財	7
合計	14	天然記念物	4	天然記念物	13
登録有形 文化財(建造物)	21	史跡	7	史跡	24
重要美術品	4	旧跡	2	旧跡	3
		名勝	1	合計	136
		合計	46		

令和7年1月1日現在

問 郷土博物館☎23-6859

3市合同ウォークラリー～season1～

問 健康センター☎23-2191

青梅市、西東京市、富士市（静岡県）の3市が、健康ポイン
トアプリ「うめPON（うめぼん）」内で歩数を競い合う市町
村対抗のウォークラリーイベントの第1回です。今回は青梅市
がリーダー役を務めます。「北海道コース」を踏破してください。

期間終了後、18万歩を達成した参加者の中から抽選で、青
梅市の特産品またはデジタルギフトをプレゼントします。

期間 6月1日（日）～30日（月） **おうめヘルス&ウォークアプリ**
エントリーコード…6561:6028:2698

※うめPONアプリダウンロード後に

エントリーコードを入力してください。

うめPONに登録していない方はこちらから→

青梅市生涯学習推進市民会議企画講座

英語で楽しむパスタ料理

問 社会教育課生涯学習推進係

日時 6月8日（日） 午前10時～午後1時

会場 東青梅市民センター2階料理教室

内容 英語で料理に挑戦しませんか。シーフードパスタを作ります。

講師 ラシー・アンダーソン氏 定員 先着20人（予約制）

費用 1,000円

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り用容器、飲み物

申し込み 5月29日までに2次元
コードから

※アレルギーの有無をお知らせください。



回…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）

〇はじめてのバレエ・ダンスとこども日舞

回①5月24日、31日の土曜日 午後1時30分から②30日（金） 5時から③30日（金） 6時から

場S & Dたまぐーセンター

対①幼児～小学生②3歳～小学2年生③小学3年生～6年生

定各回先着10人

申青梅ジュニアダンスクラブ 斉藤 76-0966、hiro-chocobeem@tbz.t-com.ne.jp

〇二俣尾保育園のクラス活動に参加しませんか

回5月28日（水） 午前10時～11時30分

場二俣尾保育園

対未就園児の親子

定先着10人

費給食試食希望者は320円

申同保育園 鈴木 78-9466、futamatao-hoikuen@nifty.com

〇「美味しい」をテーマにした絵本を作しましょう

回6月4日、18日の水曜日 午後4時～5時30分（2回コース）

場今井市民センター

対小学生

定先着3人

費1回1,000円（材料代）

申かすみ草アート 佐藤 080-6112-0885、kasumin.0885@docomo.ne.jp

☆催し

〇楊名時太極拳体験教室

回5月16日、23日、30日の金曜日、26日（月） 午前10時～11時30分

場東青梅市民センター

対20代以上

申文月教室花ごよみ教室 加納 070-5368-6614（電話番号通知のこと）

〇講演会「子どもが安心できる居場所とは？」

回5月18日（日） 午前10時～11時30分

場S & Dたまぐーセンター

定先着50人

費300円（参加費）

問青梅子ども子育て懇談会 杉山 090-1546-8587

〇特別公演・川野車人形

回5月24日（土） 午後1時～2時20分

場東青梅4丁目自治会館

定先着40人

問明治大学校友会青梅地域支部 村野 090-3246-5437、moose@moose-murano.jp

〇西洋古楽器うためぐり(コンサート)

回5月25日（日）～28日（水） 午後

3時30分～4時30分、29日（木）～31日（土） 6時～7時

場THE ATELIER(本町130-1 204号)

定各回先着10人

費3,000円

申2次元コード

問musicotta 金井 090-1842-0631

〇菊地玉雲の講談 大菩薩峠「裏宿七兵衛の巻」

回5月27日（火） 午後3時30分～4時

場S & Dたまぐーセンター

費500円

問菊地玉雲講談の会 菊地 21-2850

〇三遊亭花金 桂蝶の治による落語会

回5月29日（木） ①午後1時45分～2時45分②3時15分～4時15分

場S & Dたまぐーセンター

定各回先着30人

費各回1,000円

申小金井落語会 小松 050-3033-0666

〇それぞれの写真展

回5月30日（金）～6月4日（水） 午前10時～午後6時（最終日は午後5時まで）

場西友河辺店ポツパルトホール

問写真クラブ：写流会 沖山 22-1920

〇大人のDISCO in青梅2025

回5月31日（土） 午後4時～8時30分

場S & Dたまぐーセンター

定先着250人

費999円（18歳以下無料）

申青梅フェスティバルの会 吉野 090-8640-7710、omefes.meeting@gmail.com

〇モーニングヨガ（初心者歓迎！）

回5月22日、29日の木曜日、31日（土） 午前10時～11時

場御岳交流センター

対18歳以上

定先着20人

費1回1,000円

申SATSANG yoga group 本間 080-5417-5028

〇梅雨の薬膳料理

回6月3日（火） 午前10時～午後1時

場河辺市民センター

対18歳以上

定先着8人

費3,000円

申5月24日までに枸杞の実くらぶ 榊原 080-2182-8363

〇女声コーラスもえぎ 初夏のミニコンサート

回6月4日（水） 午前10時30分～11時30分（10時開場）

場S & Dたまぐーセンター

問女声コーラスもえぎ 安藤 74-5189

〇包括的性教育について一緒に学びませんか？

回6月7日（土） 午前9時30分～11時30分

場三田保育園

対未就園児の保護者

申同園 島崎 78-8022

〇パーキンソン病における嚥下障害と予防について（講演会）

回6月7日（土） 午後1時30分～4時

場福祉センター

対パーキンソン病患者、家族、関係者

費800円（参加費）

申青梅パーキンソン病交流会 野崎 090-5756-5729、nozaki@air.ocn.ne.jp

〇青梅で暮らそう!アナミラ婚活パーティ

回6月8日（日） 午前11時30分から

場S & Dたまぐーセンター

対20代～45歳くらいまで

定男女各先着25人

費男性5,000円、女性2,000円

申青梅婚活応援隊「Anamira」 岡村 090-8460-9688、anamira@outlook.jp

☆会員募集

〇ヨガ

回月曜日（第3を除く） 午前10時～11時30分

場今井市民センター

費1回800円

申Yogaで心を癒す 生田 070-4196-7973

〇合唱

回第2・4火曜日 午後7時30分～9時30分

場S & Dたまぐーセンター

対16歳以上

定先着20人

費月額4,000円

申青梅オペラ合唱団ぷるーにゃ 谷畑 050-3200-0894、npotamajakushi@gmail.com

〇新体操

回・場河辺市民センター…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▷長洲市民センター…①水曜日 午後4時から②金曜日 5時から

対3歳以上

費月額4,000円

申青梅市新体操クラブ 横山 24-6914、pure.ome.rg1982@gmail.com

〇水泳

回火曜日 午前9時～11時

場S & Dスイミングプラザ羽村

対18歳以上

費月額3,500円、入会金1,000円

申ワイワイすまいるクラブ 栗村 080-1046-7303

〇自立生活体操クラブ・千ヶ瀬

回木曜日 午前10時45分～11時45分

場千ヶ瀬連合自治会館

対65歳以上

費月額1,500円

申同クラブ 井上 23-5257

〇体操（介護予防）

回金曜日 ①午前9時30分から②10

時45分から

場新町市民センター

対65歳以上

定5人

費月額1,650円

申自立生活体操新町 本橋 090-2565-8797

☆スポーツ協会22-0827

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）

〇第12回青梅オープンバドミントン大会

回6月15日（日） 午前9時から

場住友金属鉱山アリーナ青梅

対高校生以上で、主審・線審ができる方

定先着150組

費ダブルス1組4,000円、トリプルス1組4,500円

申詳細は市バドミントン協会ホームページ参照

問同協会 坂田 23-7815、sakata7815@yahoo.co.jp

☆その他

〇パソコン教室受講生募集

回月・水曜日 午前10時～正午

場市シルバー人材センター

費4回5,000円

申（公社）市シルバー人材センター 24-8171、ome@sjc.ne.jp

ボランティア・市民活動センター

23-7163 FAX23-7165

郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3

〇おもちゃの病院おうめ／おもちゃの無料修理

回5月17日～6月28日の土曜日 午後1時～4時

場福祉センター

問青梅ボランティア・市民活動センター

〇視覚障がい者のためのスマホ、パソコン教室

回6月14日（土）、26日（木） 午後1時30分～3時30分

場福祉センター

対視覚に障がいのある方

定先着2人

申青梅ボランティア・市民活動センター

〇勝沼城跡みどりの会（都保全地域活動ボランティア）会員募集

回第1・3日曜日 午前9時30分～午後3時（東青梅駅北口マルフジ前集合）

場勝沼城跡歴史環境保全地域

対高校生以上の都民

定先着10人

費年会費1,000円（保険代1日100円、継続の場合はボラ保険350円に加入）

申青梅ボランティア・市民活動センター勝沼城跡みどりの会 田中 03-3329-2888、rikuo.juri@gmail.com

吹上しょうぶまつりにて開催



「動物ふれあいフェスタ」開催！
～吹上しょうぶ公園に移動動物園がやってくるよ～

問 公園緑地課わくわく公園係

モルモット、ひよこ、ウサギ、ヒツジ、ポニーなど20種類120匹のかわいい動物たちが、吹上しょうぶ公園駐車場にやってきます。

お子さんから動物好きの大人まで、触れ合う機会の少ない「かわいい動物たち」に会いに来てみませんか。参加したご家族には、ブルーベリー等の苗木のプレゼント企画もあります。

日時 5月31日（土） 午前10時～午後3時20分（正午～午後1時は動物たちの休憩時間です）※雨天中止

会場 吹上しょうぶ公園第2駐車場（都営バス「吹上しょうぶ公園入口」バス停側）

※お車で越しの際は、駐車場（吹上天平運動広場、吹上運動広場ほか）をご利用ください。

※駐車台数には限りがあります。

動物ふれあい・ポニー乗馬体験時間				定員	備考
1回目	10:00～10:15	6回目	13:00～13:15	・事前申し込み…各回40人 ・当日申し込み…各回10人	・入場は受付順 ・動物ふれあいコーナーに入場の方は先着5人までポニーの乗馬ができます。（対象：小学2年生まで）
2回目	10:25～10:40	7回目	13:25～13:40		
3回目	10:50～11:05	8回目	13:50～14:05		
4回目	11:15～11:30	9回目	14:15～14:30		
5回目	11:40～11:55	10回目	14:40～14:55		
		11回目	15:05～15:20		

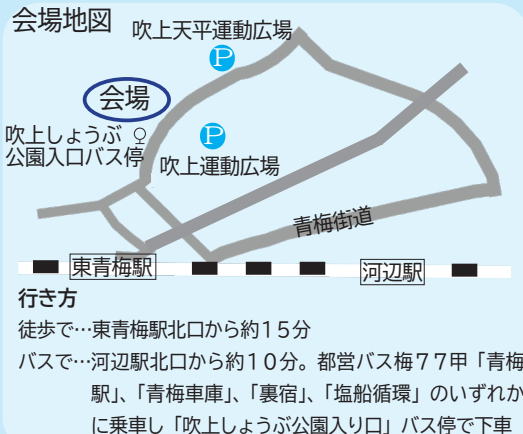


動物ふれあい・ポニー乗馬コーナーへの入場

事前に参加申し込みが必要です。定員に達し次第、受け付けを終了します。未就園児は保護者同伴。

申し込み方法

- ・事前申し込み…16日の正午から専用フォーム（右記2次元コード）で※当日は受付で受付完了メールまたは受付完了画面を提示してください。
- ・当日の会場での申し込み…午前9時30分から動物ふれあいフェスタ会場の受付ブースですべての回の参加申込（若干数）を受け付けます。



東京サマーランド

「青梅市民感謝デー」開催

問 (株)東京サマーランド ☎042-558-6511
市シティプロモーション課観光係



東京サマーランドを特別優待料金で利用できる市民感謝デーが開催されます。

日程 5月31日（土）～6月16日（月）※土・日・月曜日のみ営業の9日間

会場 東京サマーランド 対象 市内在住・在学の方

申し込み 2次元コードから来園日指定チケットを購入。チケットは、来園予定日の1週間前から購入可

料金

区分		1 Dayパス				
		大人 (高校生～64歳)	中学生	小学生	幼児 (3歳～未就学児)	シニア (65歳～)
平日	一般	2,600円	2,100円	1,500円	1,000円	1,000円
	特別	1,000円	500円	無料	無料	無料
土日	一般	3,600円	3,200円	2,600円	1,900円	1,900円
	特別	1,500円	500円	無料	無料	無料

中央図書館 ☎22-6543



中央図書館・絵本のべんきょう会

回 5月23日（金） 午前10時～正午
ボランティア室 図書館学校など、こどもたちの前で読み聞かせやおはなし会の活動をしている方、する予定がある方 1学期に読みたい絵本の紹介と本の読み方、持ち方などについて。講師…絵本研究会 回先着20人
梅郷図書館・おはなし会「うめこの時間」
回 5月24日（土） 午前11時～11時20分
梅郷市民センター多目的室 回0歳児以上 絵本の読み聞かせと手遊び。 回先着25人
梅郷図書館 ☎74-9025

中央図書館・おはなし会

回 5月24日（土） 午前11時～11時40分
おはなしの部屋 回4歳児以上 図昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 回先着30人
中央図書館・ちっちゃいこのおはなし会
回 5月25日（日） 午前11時～11時40分
おはなしの部屋 回3か月（首がすわってから）～4歳児と保護者 回絵本の読み聞かせや手遊び、わらべうた。 回先着15組
中央図書館・一時保育「ち～のクラブ」
回 6月2日、9日、23日、30日の月曜日 ①午前10時～11時②11時～正午③正午～午後1時④1時～2時※お迎え時間…終了5分前、最終枠は15分前
おはなしの部屋

回 6か月～未就学児 回小さいお子さん連れのご家族がゆっくり図書館を利用するためのサービスです。保育士が常駐しお子さんを預かります。持ち物…市の図書館利用者カード、お子さんに必要なもの。事前申し込みが必要です（利用の1か月前から受け付け）。空きがあれば当日の申し込みも可 回各回4人 回電話または直接
中央図書館・図書館連続講座（前期）
「図書館を知ろう」
第3回データベースの使い方～日経テレコン編～
回 6月11日（水） 午後1時～2時
回多目的室 回中学生以上 回日本経済新聞の記事をはじめ、さまざまなビジネス情報を調べることができる、



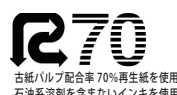
オンラインデータベース「日経テレコン」の使い方をご紹介します。講師…日経メディアマーケティング(株)大西由布氏（オンライン登壇） 回先着20人（予約制） 回21日の午前9時から電話または直接中央図書館へ
中央図書館・令和7年度第2回好きたちの読書会～同じ本を読んでみんなで語り合しましょう～
回 6月21日（土） 午後2時～3時30分（1時45分開場） 回ボランティア室 回中学生以上 回あらかじめ決められた課題本を読み、読んだ感想をみんなで話し合っ楽しむ会です。未読了の方や当日の飛び入り参加も大歓迎！課題本：「晴れたらいいね」藤岡陽子／著 回先着20人



より充実した広報紙を作成するために、アンケート調査を実施しています。
広報おうめについてご意見・ご感想をお寄せください。



発行・編集 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
https://www.city.ome.tokyo.jp/



リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。