



## 青梅からワールドカップへ

特集 国際審判員 荒木友輔さん

FIFAワールドカップ2026の審判員に、青梅市出身の荒木友輔さんが選出されました。

国際審判員として目指してきたワールドカップの舞台を前に、お話しを伺いました。詳細は2面～3面をご覧ください。

FIFAワールドカップ2026は6月11日～7月19日に開催されます。

(写真提供：荒木友輔さん)

### 今号の主な記事

- ◆土砂災害防止月間・浸水強化月間…4面
- ◆家具転倒防止器具等支給取付事業…5面
- ◆夏休みごみ処分場見学会…6面
- ◆乳がん・子宮頸がん検診…7面
- ◆おうめ生活サポーター養成研修…8面
- ◆子ども体験塾「クリエイターへの扉を開こう」…9面
- ◆相談日 ほか…10面
- ◆なんでも情報局アンテナ…11面
- ◆産業観光まつり出店者募集…12面

## 特集 FIFAワールドカップ2026審判員に選出 荒木友輔さん

6月11日～7月19日に開催されるFIFAワールドカップ2026の審判員に、青梅市出身の荒木友輔さんが選出されました。国際審判員としての道のりや、FIFAワールドカップ2026の審判員に選出されたときのこと、今後の目標についてのお話を伺いました。



写真提供：荒木友輔さん

### 「運命のじゃんけん」と顧問の先生との出会いが、審判員を目指すきっかけに

—サッカーや審判員と出会ったきっかけや興味を持ち始めたきっかけを教えてください。

Jリーグの開幕がサッカーに興味を持つきっかけになりました。審判員との最初の関わりは、中学校の顧問の先生、高校進学後の「運命のじゃんけん(※)」と1級審判員の資格を持つ顧問の先生との出会いでした。

※運命のじゃんけん

高校生の頃、サッカー部でサッカーの審判員を2人選出しないといけなくなり、そのじゃんけんで負けたことが審判員となる大きなきっかけになったとのこと。それを機に、高校1年生のときに4級審判員を取得。その後、都サッカー協会の事業で強化審判員コースの研修会に参加。高校3年生のときに3級審判員、大学4年生のときに2級審判員、レフェリーカレッジでの2年間の研修を経て25歳で1級審判員に。

—選手ではなく審判員の道を選んだ理由・転機を教えてください。

中学3年生のときは都の選抜に入っていて、高校進学後も選手としてやっていくつもりでしたが、その選抜の際にスライディングタックルを受け、半年間サッカーができなくなってしまいました。そのことをきっかけに選手としてではなく、審判員の道も考えるようになりました。

その後、2級審判員になった年に、全日本少年サッカー大会（現・JFA全日本U-12サッカー選手権大会）の決勝の主審を務めました。そのときに、「審判員としてトップを目指したい」という気持ちが芽生えました。

### 信頼されないと任せられない大事な試合を担当でき、忘れられない試合に

—ジャッジした中で印象深い試合はありますか？

Jリーグで選手が引退する試合を担当するのはとても緊張感があります。2020年に鹿島スタジアムで行われた内田篤人選手の引退試合で主審を務めました。前半に内田選手へイエローカードを出したのですが、2枚目が出るとその時点で退場となるため、より丁寧に対応しなければならないという気持ちで臨みました。

また、ワールドカップ5次予選のイラク対UAE戦が印象に残っています。勝った方がワールドカップのプレーオフに進めるという大事な試合でした。4次予選ですでに主審を務めたこともあり、自分に声がかかるとは思っていませんでしたが、英文のメールで5次予選の審判員を務める旨の連絡がありました。

ミスをしたら一発でキャリアを失うような大事な試合であるものの、本当に信頼されている人でないと任せられない試合です。そんな試合を担当することができ、忘れられない試合の1つになりました。

—VAR判定(※)のメリットとデメリットについて教えてください。

審判員にとってはメリットしかないです。見返せる状況と見返せないまま過ごす90分は全然違います。ただし、サッカーとしてはVAR判定により一度ストップしてしまうというのは本来のサッカーとは、かけ離れたものになってしまいます。判定に時間がかかるという意味ではデメリットになりうるのではないのでしょうか。

ただ全体を見ると誤審を防ぐ意味でも見返すことができるというのはポジティブな側面が多いです。

※VAR（ビデオ・アシスタント・レフェリー）判定

試合映像を確認しながら主審の判定をサポートする審判補助システム。VARはすべてのプレーに介入するわけではなく、ゴールや退場など重要な場面で、映像を使って判定を確認する。



### プロフィール

1993年～1999年 吉野FC（五小）

1999年～2002年 西中サッカー部

2002年～2005年 都立北多摩高校  
サッカー部

2011年 1級審判員を取得

2016年 J1の主審を担当

2017年 国際主審に登録

2018年 プロフェッショナルレフェリーとして活動開始

2023年 FIFA U-20ワールドカップ  
審判員に選出

2025年 Jリーグ最優秀主審賞受賞

2026年 FIFAワールドカップ2026  
審判員に選出



### ワールドカップの審判員に選出されるという目標が人生の中で一番困難な目標でした

—いつからワールドカップの審判員を意識し始めましたか？

1級審判員の上に国際審判員という資格があります。国際審判員とは、日本を代表して海外の国際試合を担当します。国際審判員にとっては、1番の大きな目標はワールドカップになり、誰しも目指すところではあります。国際審判員になってからワールドカップの審判員に選出されるまでが一番大変でした。国際審判員になるとアジアサッカー連盟で活動しますが、各国に7人（それ以下の場合もあり）いて、その中からワールドカップの8人に入らないといけないのが非常に難しく、人生の中で一番困難な目標でした。

3年前に今回のワールドカップの候補者が発表され、一番最初の候補者16人は3年間の研修を行い、最終的に8人が選ばれる仕組みです。この3年間は毎試合点数がつけられ、その結果、8人の中に選ばれました。

—ワールドカップの審判員として選ばれた瞬間、どのような気持ちでしたか？

嬉しさより安堵の方が大きかったです。というのは、アジアの中でワールドカップの審判員を輩出しているのは日本が一番多いんです。1998年から毎回日本人の審判員がワールドカップに参加していて、自分で途切れたらまずいというプレッシャーが常にありました。

### 青梅の自然豊かな環境で育つことで、夢を叶える力が養われる

—今も青梅市で生活されていますが、地元を拠点にしている理由・魅力を教えてください。

国際試合は選手からのプレッシャーも大きく、心のエネルギーも消耗するため、身体的にも精神的にも疲労感は大きくなります。青梅に戻って川に行ったり、山の中へ入ったり静かな環境に行くことがリフレッシュになります。オン・オフをしっかりとできる環境があるからこそ頑張れます。

—子どもたちに向けて、夢の持ち方・追いかけ方についてメッセージをお願いします。

青梅市は自然豊かで外で遊ぶところもたくさんあります。今は、ゲームなどいろいろな遊びの選択肢がありますが、外で友達とたくさん遊び、自然豊かな中で育っていくことが、大人になった時に夢を叶える力を養ってくれるのではないかと思います。

—一次の目標・夢を教えてください。

目標は明確で、次のワールドカップも審判員として行くということです。実際に、ワールドカップの審判員は2回行くことが多く、1回目は初めてなので探りながらやっていくことも多いと思います。2回目は決勝を担当させてもらえるくらいのパフォーマンスを出したいというのが今の目標です。

もちろん今回の大会も全力で頑張りますが、次の大会も見据えてやっていくという気持ちで臨みたいと思います。



Jリーグ最優秀主審賞受賞後の表敬訪問で



## 審判員になるには

出典：JFA（日本サッカー協会）ホームページ

### 4級

サッカーの競技について理解しながら、競技規則（ルール）と審判法を学ぶことで4級審判員の資格を取得することができます。  
審判員としてのスタートとなる4級審判員の資格は、都道府県サッカー協会が開催している講習会で資格認定を受けることができます。

### 3級

4級審判員として審判活動に携わり実績を積むことで認定審査を受けることができます。  
都道府県サッカー協会によって異なりますが、認定審査の項目は、競技規則テスト、体力テスト（インターバル走など）です。  
※都道府県サッカー協会によっては実技審査があります。

### 2級

2級審判員の資格認定を受けるには、3級審判員として都道府県サッカー協会で審判活動に携わり、都道府県サッカー協会からの推薦を受けて認定審査を受けることになります。  
※審査項目は地域により異なります。

### 1級

1級審判員になるためには、1級認定審査に合格する必要があります。所属する地域サッカー協会から推薦され、1年間の活動が評価されることになります。  
審査項目  
・競技規則テスト  
・試合評価（年間を通じて日本サッカー協会が指定する試合を担当し評価を受ける）  
・体力テスト

### 国際

国際審判員は、毎年、各国サッカー協会から推薦された候補者のうちFIFAによって承認された審判員が国際審判員として登録されます。  
日本サッカー協会は、国内の最も高いレベルのリーグ（Jリーグ、WEリーグ、Fリーグ）や競技会を担当する1級審判員、女子1級審判員そしてフットサル1級審判員の中から、レフェリング能力、年齢、語学力そして審判活動環境などを総合的に判断した上で、候補者を決定しています。

### 試合翌日のスケジュール

- 9:00 英会話
- 10:00 トレーニング
- 13:00 昼食
- 14:00 試合分析  
試合の振り返り。レポート提出
- 19:00 夕食
- 20:00 オンラインミーティング  
試合で起こった判定についてのディスカッションなど

## YouTubeで配信中！



荒木友輔さんのインタビュー動画を2次元コードからご覧いただけます。



風水害時は早めの避難を心がけましょう

# 土砂災害防止月間

問 防災課危機管理係



雨が多くなり、土砂災害の危険性が高まる時期を迎えます。青梅市は、山間部が多い地域のため土砂災害への警戒が必要です。気象庁より「新たな防災気象情報」の運用が開始しました。警戒レベルに応じた早めの避難行動をとることにより、災害から身の安全を守ることができます。特に土砂災害警戒区域に自宅がある方、避難に時間を要する方は、早めの行動を心がけましょう。ご自宅周辺の災害危険箇所を知りたい方は、2025年版の「青梅市民防災マップ」、または市ホームページ（上記2次元コード）から確認できます。避難行動は、「命を守るための行動」です。「自分の身は自分で守る」という意識を持ち、気象情報や避難情報などを確認して、みずからの判断で早めの避難を心がけましょう。※災害発生時は、市ホームページ、市LINE公式アカウント、市メール配信サービスおよび防災行政無線で随時情報提供します。

### ◇取るべき避難行動と新たな防災気象情報◇

警戒レベル	避難情報	防災気象情報		
		河川氾濫	大雨	土砂災害
5	「緊急安全確保」 命の危機 直ちに安全確保！	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報
＜警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難！＞				
4	「避難指示」 危険な場所から全員避難	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報
3	「高齢者等避難」 時間を要する人は早めに避難	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報
2	避難行動を確認（避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど）	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報
1	災害への心構えを高める	早期注意情報		

従前の「土砂災害警戒情報」は「レベル4土砂災害危険警報」に変更されました。



※詳しくは、市ホームページ(右記2次元コード)をご確認ください。

### ◇青梅市土砂災害対応訓練および水防訓練◇

市では、関係機関と連携し、土砂災害対応訓練・水防訓練を実施します。  
日時 6月28日(日) 午前10時～正午  
会場 六小 対象地区 沢井地区(第五支会)

### 浸水対策強化月間

問 都下水道局流域下水道本部計画課 ☎042-527-4828  
市下水道課総務経営係

道路にある雨水ますや側溝がふさがっていると、雨水が雨水管に流れ込まず、浸水の危険性が高まります。市が管理している雨水ますや側溝にごみを入れたり、上に物を置かないようにしましょう。

降雨情報は東京アメッシュホームページ(2次元コード)をご覧ください。



## 原油価格・物価高騰対応農家支援補助金

問 農林水産課農政係



原油価格・物価高騰による肥料費等の高騰で影響を受けた農家等に対し、高騰分の一部について補助金を交付します。

**対象者** 次の要件をすべてを満たす方

市内に営農地があり、市内在住の個人または市内に主たる事業所がある法人▷令和7年分の確定申告を行った者または直前の事業年度における決算を行った法人であり、農産物の販売金額が15万円以上である▷令和8年4月1日時点で農業を営んでおり、以後も営農の継続予定である。

**交付額**

令和7年分確定申告または法人にあっては直前の事業年度における決算において農業経営にかかる経費として申告したもののうち、①肥料費②飼料費③動力光熱費のそれぞれに、一定の補助率を乗じた合計金額(上限あり)。

**申請手続き**

7月31日までに申請書兼誓約書、令和7年分の確定申告書等の写しおよび振込先口座が確認できる書類を市農林水産課(市役所3階)に提出。  
※申請書等の詳細は市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

## 健康センター会議室の貸し出し

問 健康センター ☎23-2191

8月3日より、一部の団体に対して市健康センター3階会議室の貸し出しを始めます。使用できる団体には制限がありますのでご注意ください。

**使用可能団体** 次のいずれかの条件を満たす団体

市障害者団体の登録申請をし、承認を受けた団体▷市青少年健全育成団体の登録申請をし、承認を受けた団体▷その他市福祉センター条例に基づき使用料を免除されていたボランティア団体以外の団体

**使用可能日** 8月3日(月)以降の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

**予約方法** 健康センター1階窓口で申請書を提出。使用承認は申請順となります。

※申請日から6か月先の日まで予約ができます。

会議室名	定員(人)	長机(台)	椅子(脚)
会議室5	18	6	18
会議室6	12	4	12
会議室7	42	14	42

## 市長コラム Vol.7



Instagram  
「Ome Blue」  
に注目



シティプロモーション課が運営するInstagramが注目を集めています。フォロワーは1万2,000人を超えて4万回再生もあります。

チョット目線を変えた観光情報、キラリと光る隠れた映えスポット、オシャレに食を紹介するなど市内の情報が盛りだくさん。シンプルで分かりやすい。私、大勢待も時折登場しています。皆さんフォローとリポスト(拡散)をよろしくお祈いします。SNSを見て、街に出よう！青梅市を盛り上げましょう。

市長 大勢待利明

## 森林整備養成講座受講生募集

### チェーンソーの資格取得と安全な森づくりの基本を学ぼう

森の担い手を養成する講座です。

**日時** 7月19日(日)、20日(祝)、8月22日(土)、23日(日)、9月19日(土)、20日(日)、10月10日(土)、24日(土)全8回

**対象** 市内在住・在勤・在学の18歳以上で、森林整備や森林関連の仕事に就労を希望している方、関心のある方、チェーンソーの資格取得を目指す方

**内容** チェーンソーの資格取得にむけた学習(一部通信教育)および実技、森林整備の基本について学習▷現場での実技会場が成木山林の場合あり▷自家用車での移動が困難な方は申し込み時にお申し出ください。

**参加費** 3万5,000円 **定員** 8人

**申し込み** 電話または直接農林水産課(市役所3階)へ  
**事前説明会** 6月25日(木)午後7時から  
S&Dたまぐーセンター

## 6月定例議会

問 議会事務局



**日時** 6月11日(木)  
午前10時から

本会議の様子は、映像配信システムによりインターネットでライブ・録画中継をしています。

## 水道料金基本料金無償化

問 下水道課総務経営係

都では、物価高騰下の暑さ対策の一環として、水道料金の基本料金を無償とします。

申し込みは不要です。詳しくは、水道局ホームページをご覧ください。



【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

【粵語】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.

## 地震による被害の防止・軽減対策

## 家具転倒防止器具等の申請受付開始

問 防災課危機管理係

家具転倒防止器具等の無料支給・取り付けの申請受付を行います。

近年発生した大きな地震での負傷原因の30%~50%が家具類の転倒や落下によるものです。

対象世帯 市内に住所を有し、次のいずれかに該当する世帯

※同様の事業により、すでに支給を受けたことのある世帯は除く。

・次の対象地域に住所を有する。

駒木町2・3丁目	吹上	谷野	和田町	東青梅	河辺町
長淵1~5・8・9丁目	野上町	木野下	富岡	師岡町	藤橋
友田町	大門	今寺	小曾木1・2・4・5丁目	新町	今井
千ヶ瀬町1~3丁目	塩船	畑中3丁目	成木1・2丁目	末広町	

・満65歳以上の方のみ。

・身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている方がいる。

※要件に該当する方が医療機関に入院または施設等に入所している場合は、対象とならないことがあります。

支給器具等 右表の支給器具一覧から合計150ポイント以内で選んでください。

持ち物 身体障害者手帳等（お持ちの方のみ）

その他 ・先着順で受け付けを行い、予定数量になり次第終了します。

・支給を決定した世帯には、委託業者が取り付けに伺います。

申し込み 12月25日（郵送の場合は12月31日消印有効）までに申請書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入のうえ、直接または郵送〒198-8701で防災課（市役所5階）へ



器具名	ポイント
突っ張り棒（2本1組）〈茶、アイボリー〉 家具から天井までの高さ80~110cm	65
突っ張り棒（2本1組）〈茶、アイボリー〉 家具から天井までの高さ50~80cm	60
突っ張り棒（2本1組）〈茶、アイボリー〉 家具から天井までの高さ35~50cm	60
突っ張り棒（2本1組）〈茶、アイボリー〉 家具から天井までの高さ25~35cm	60
家具転倒防止器具T字型（2個1組）	30
突っ張り棒補強あて板（2枚1組）	30
冷蔵庫ストッパー（2本1組）	30
薄型テレビ用耐震シート（6枚入）	25
キャビネット・ロッカー連結用（4枚入）	25
家具転倒防止板（2本入）	20
家具転倒防止具L字（大2個、小2個入）	15
扉開放防止金具（2組入）	15
ベルト式耐震金具（2本1組）	15

## 備考

- ・器具によっては、取り付けの際に家具や壁面等に穴を開けることがあります。
- ・賃貸住宅等の方は、家主、住宅管理者の承諾を得て、申請してください。
- ・壁、天井、床、家具類に対する補強工事等はいりません。

## 健康づくり推進会議公募委員募集



応募資格	次の要件をすべて満たす方 青梅市に住民登録している▷応募時点において満18歳以上▷青梅市の他の付属機関等の委員でない▷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▷青梅市の健康増進または食育に関心があり、青梅市健康づくり推進会議への出席が可能				
募集人数	2人	任期	委嘱の日から2年間	選考方法	書類選考
会議	年2回程度（月~金曜日の午前9時~午後5時、1日2時間程度）				
申し込み	以下の方法で ▷右記2次元コードから ▷6月15日（消印）までに、市ホームページ（上記2次元コード）からダウンロードした応募用紙または任意の書式に応募動機を記入し、直接または郵送〒198-0042東青梅1-174-1で健康センターへ				



## 蚊の発生防止強化月間

問 環境政策課環境対策係

蚊は、デング熱やその他感染症を媒介します。蚊の発生を抑制するとともに、刺されないように対策を行いましょう。

- ・幼虫対策…植木鉢の受け皿、空き缶等の水たまりをなくす。
- ・成虫対策…草むら、やぶの手入れをする。長袖を着用する。

都では、感染症対策の普及啓発を実施しています。詳細は、都保健医療局ホームページ（2次元コード）をご確認ください。



## 青梅警察署からのお知らせ

## SNS型の投資詐欺・ロマンス詐欺に注意！

問 青梅警察署防犯係 ☎22-0110

## 青梅警察署管内特殊詐欺被害認知状況

…令和8年（4月末現在）9件 約1億1,500万円

最近、都内ではSNS型の投資詐欺やロマンス詐欺の被害が急増しています。LINEなどのSNSの連絡ツールを利用したメッセージのやりとりの中で、株や先物取引でのもうけ話や、恋愛感情を利用した支援などの名目で、仮想通貨を含めた金銭のやりとりを持ちかけ多額の金銭をだまし取る手口です。

被害者が相手を信じ切っている場合、なかなか被害に気付かないことが多いため、ご自身はもちろん、ご家族やご近所の方に心当たりがある場合は早めの相談が必要です。

また、「〇億円の支援ができます」「〇億円をもらえる権利が当たりました」などのうたい文句で、その手数料として現金の振り込みやコンビニのカードを購入させる手口も増えています。

突然現金がもらえるなどの話は全てウソです。ご家族と一緒に、一度確認をお願いします。

## 下水道使用区域が広がります

問 下水道課総務経営係

6月1日から、御岳山地区で下水道が使える区域が広がりましたので、早期に下水道へ接続するようご協力をお願いします。

下水道が供用（使用）開始されると、くみ取り式トイレの水洗化、台所、お風呂などの生活排水を下水道へ流すことができるようになります。

## 申請期限は12月まで

## 雨水浸透ます・貯留タンクの設置補助金

問 下水道課排水設備係

雨水浸透ます（雨水を地下浸透させるもの）や、貯留タンク（雨水を一時的に留めて再利用を図るもの）の設置をお願いしています。

対象区域等の条件や事前の手続きが必要のため、お問い合わせください。

※補助金には限りがあります。

## 暴走族の追放は、まず家庭から・そして地域から

## 6月は東京都暴走族追放強化期間

問 交通政策課管理係

暴走族による各種不法事案を未然に防止し、併せて二輪車等による交通事故防止および青少年の健全育成を図るため、暴走族を許さない環境づくりと暴走族に対する総合的な対策を地域ぐるみで推進します。

## 推進重点

- 暴走族追放に向けた気運の醸成と環境づくり
- 暴走族および車両の不法改造業者に対する指導・取締りの強化
- 暴走族への加入阻止と暴走族からの離脱・立ち直り支援対策
- 暴走行為追放の呼びかけを通じた交通安全意識の向上
- 青少年への声かけ・対話を通じた健全育成および非行防止活動



## 1日は人権擁護委員の日

問 市民安全課市民相談係



市では、法務大臣から委嘱された5人の人権擁護委員が活動しており、人権身の上相談を行っています。「人権擁護委員の日」の活動の一環として以下の活動を実施します。

## 特設身の上相談

日時 6月2日（火）午後2時~4時

会場 市役所3階相談室

内容 日常生活でお困りのことなどについて

申し込み 電話で市民安全課市民相談係へ

※定例相談は毎月第3火曜日

## 人権パネル展

日程 6月5日（金）まで

会場 市役所1階ロビー

内容 人権擁護の啓発

## 下水道使用区域が広がります

問 下水道課総務経営係

6月1日から、御岳山地区で下水道が使える区域が広がりましたので、早期に下水道へ接続するようご協力をお願いします。

下水道が供用（使用）開始されると、くみ取り式トイレの水洗化、台所、お風呂などの生活排水を下水道へ流すことができるようになります。

## 申請期限は12月まで

## 雨水浸透ます・貯留タンクの設置補助金

問 下水道課排水設備係

雨水浸透ます（雨水を地下浸透させるもの）や、貯留タンク（雨水を一時的に留めて再利用を図るもの）の設置をお願いしています。

対象区域等の条件や事前の手続きが必要のため、お問い合わせください。

※補助金には限りがあります。



ごみのゆくえを知ろう

夏休み処分場見学会

問 東京たま広域資源循環組合☎042-597-6152

皆さんの出したごみがどのように処理されているのか、確かめてみませんか？

日時 ①7月28日（火） 午前9時～午後5時55分  
 ②7月30日（木） 午前8時15分～午後6時15分  
 ③8月4日（火） 午前8時30分～午後6時10分

会場 ①立川市クリーンセンター、ニツ塚処分場、谷戸沢処分場  
 ②柳泉園クリーンポート、ニツ塚処分場、谷戸沢処分場  
 ③クリーンプラザふじみ、ニツ塚処分場、谷戸沢処分場

対象 多摩地域在住の小学4年生～中学生と保護者

※小学3年生以下の同伴不可

定員 各回36人（抽選）

費用 1人1,000円（昼食代）※当日徴収

申し込み

7月6日の午後5時（郵送の場合は必着）までに2次元コード、または、はがきに「夏休み処分場見学会参加希望」、参加希望日、参加者全員の氏名、年齢、郵便番号、住所、日中連絡の取れる電話番号を記入し、〒190-0181日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合「夏休み処分場見学会」係へ



下水道使用料の減免

対象 身体障害者手帳等の所持者がいる、同一世帯の構成員全員が市民税非課税で、等級が次のいずれかに該当する世帯  
 身体障害者手帳1・2級▷愛の手帳1・2度▷精神障害者保健福祉手帳1級

対象期間 令和7年1～12月分

減免内容 1か月につき汚水排出量8㎡に相当する額を還付します。

申し込み 6月30日までに各種手帳、領収書を持参のうえ、申請書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し直接下水道課総務経営係（市役所6階）へ

※他の制度によりすでに減免を受けている世帯は除く

※令和7年度に減免を受けた世帯は申請不要



新たに民生委員・児童委員が決まりました

問 地域福祉課庶務係

6月1日付けで次の地区の民生委員・児童委員が委嘱されました。

担当地区	氏名	電話
河辺町1丁目の一部	小澤	22-7953

基準値を下回っています

西多摩衛生組合 ダイオキシン類測定結果

問 西多摩衛生組合☎042-554-2409

★環境センター排ガス中測定結果

令和7年度に環境センターの各炉煙突排ガス採取口で測定した結果、測定値が0.0039～0.042ng-TEQ/㎡Nでした。公害防止協定規制値は、0.05であり、基準値を下回っています。

★環境センター周辺の大気環境中測定結果

令和7年6月23日の正午～24日の正午、12月4日の正午～5日の正午に羽村市、瑞穂町の各採取場所で測定した結果、0.0054～0.020pg-TEQ/㎡でした。環境基準値は0.6であり、基準値を下回っています。

おうめ環境ネットワーク（おうめ環境市民会議）共創

おうめ環境フェスタ2026

問 環境政策課管理係



6月は「環境月間」です。環境問題は、地球温暖化対策からごみ問題まで、私たちの生活と深く関わり合っています。まずは身近なことに目を向け、節電や節水、エコドライブ、ごみの減量など、できることから始めましょう。

市では、脱炭素社会の実現を目指し、環境保全に関する活動を行っている団体・個人の活動紹介等の取り組みを共創で実施しています。

★環境保全活動パネル等展示（市役所1階）

★環境関連図書コーナーの設置（中央図書館）

日程 6月30日（火）まで

★環境保全に取り組む活動を紹介する「おうめ環境マップ2026」の発行、講演会の実施を予定しています。詳細は、市ホームページ、広報おうめ等に掲載予定です。



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LINE公式アカウントや行政メールも配信されます。

詳細は市ホームページをご確認ください。

日時 6月3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。

中小企業退職金共済制度加入案内

問 補助金について…市商工業振興課商業労政係  
 新規加入検討している方…中小企業退職金共済事業本部  
 ☎03-6907-1234

市では、中小企業で働く従業員の福祉向上と雇用安定のため、退職金共済への加入を勧めています。

中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。従業員の退職時は、中退共本部から直接退職金が支払われます。

メリット

- ・掛金は全額非課税、手数料不要
  - ・パートタイマーの方や家族従業員も加入可能
  - ・事業主に対し掛金の一部を市が補助
- 詳細はホームページをご参照ください。



補助金について



新規加入について

フレッシュランド西多摩 よつ葉の湯からのお知らせ

●SDGsサイコロ作り

SDGs17の目標が書かれたサイコロを作成します。

日程 6月13日（土）、14日（日） 会場 温浴施設ホール

●教室案内

太極拳教室…火曜日 午後2時～2時50分▷フラダンス教室…水曜日 午後1時～1時50分▷ヨガ教室…木曜日 午後2時～2時50分（祝日は除く）▷ボクシングエクササイズ…6月12日（金）、26日（金） 午後2時～2時50分

会場 体育館ホール

費用 各回500円※支払いは当日、現金のみ。

定員 各回先着50人（予約制）※空きがある場合は、当日参加可

申し込み 電話☎042-570-2626または直接フレッシュランド西多摩よつ葉の湯へ



### 介護保険負担限度額認定証の更新申請のご案内

問 介護保険課介護保険管理係



特別養護老人ホーム等介護保険施設(ショートステイ含む)の居住費、食費が世帯課税状況や年金収入、資産、配偶者所得等の状況に応じて、申請により軽減される場合があります。

現在、介護保険負担限度額認定証の交付を受けている方へ、6月初旬に案内を送付しますので、6月30日(必着)までに郵送または直接介護保険課介護保険管理係(市役所1階)で更新申請を行ってください。

対象や申請に必要なものは案内または市ホームページ(2次元コード)をご確認ください。なお、案内が届かない場合は、お問い合わせください。

### ご利用ください「ねんきんネット」

問 青梅年金事務所 ☎30-3410、市保険年金課国民年金係

ねんきんネットは、パソコンやスマートフォンで、自身の年金情報を24時間手軽に確認できるサービスです。年金記録の確認、年金見込額の試算、通知書の閲覧等、年金情報の確認や年金に関する各種手続きができます。

利用するには、マイナンバーカードをお持ちの方はマイナポータルからアクセスできます。マイナンバーカードをお持ちでない方は日本年金機構ホームページ(2次元コード)で利用登録が必要です。



## 乳がん・子宮頸がん検診

問 健康センター ☎23-2191

検診名	乳がん	子宮頸がん
実施期間	2月27日(土)まで	
検診場所	東京都予防医学協会(健康センター内)、新町クリニック、市立青梅総合医療センター、あきる台病院健診センター、日の出ヶ丘病院健診センター	下奥多摩医院、新町クリニック、林レディースクリニック、市立青梅総合医療センター
対象者	市内在住の女性で、令和9年4月1日までに40歳以上となり、令和7年度に市の乳がん検診を受診していない方	市内在住の女性で、令和9年4月1日までに20歳以上となり、令和7年度に市の子宮頸がん検診を受診していない方
検査項目	問診、マンモグラフィ検査	問診、視診、内診、細胞診
費用	1,000円	500円
	※受診日に支払い。生活保護受給者は免除(受給証明書を提出)	
申し込み	郵送	6月15日(必着)までに希望する検診名、住所、氏名、生年月日、電話番号をはがきに記入し、〒198-0042東青梅1-174-1健康センター婦人がん検診担当へ
	直接	健康センターで配布する検診申込書に記入し提出
	電子申請	
申し込み期間	6月15日まで	
受診票の送付	7月上旬までに順次送付。受診票が届いてから検診機関に受診予約をし、受診してください。	
受診対象外	乳がんを治療中または経過観察中の方、妊娠中または妊娠の可能性がある方、授乳中または産後半年未満の方、豊胸手術をした方、水頭症シャント術を受けている方、ペースメーカーを使用している方	子宮疾患の治療中または経過観察中の方、子宮を全摘出した方

#### <はがきの書き方>

〇〇がん検診希望  
住所  
氏名(ふりがな)  
生年月日(和暦)  
電話番号

下記から該当するものを記入してください。  
〇乳がん検診  
〇子宮頸がん検診  
〇乳がん・子宮頸がん検診

対象者へ乳がん検診・子宮頸がん検診無料クーポン券を8月に送付します。受診方法等はクーポンに同封してある案内文をご覧ください。

★対象者  
市内在住の女性で以下の生年月日に該当する方  
・乳がん  
昭和60年4月2日～  
昭和61年4月1日生まれ  
・子宮頸がん  
平成17年4月2日～  
平成18年4月1日生まれ

#### 周知方法の変更

### 熱中症警戒アラート情報

問 健康センター ☎23-2191

これまで市では、環境省が発表する熱中症警戒アラート情報を防災行政無線や行政メールでお知らせしてきましたが、夏季には相当な頻度で発表されることから、市が仲介して発表することはやめ、環境省のLINE公式アカウントやメール配信サービスから熱中症警戒アラート情報を直接受け取る方法をご案内します。下記2次元コードから登録をお願いします。ただし、過去に例のない危険な暑さが予想される場合の「熱中症特別警戒アラート」が発表された際は、従来どおり防災行政無線と行政メールによりお知らせします。

熱中症対策には、日頃からの暑さ対策が重要です。日中の外出を控え、エアコン等を利用する、こまめに水分を摂取する等の予防に努めましょう。



<環境省LINE公式アカウント

メール配信サービス>



#### 涼み処・クーリングシェルターの開設

9月30日まで、市内公共施設や薬局などを夏の暑さをしのぐひとときの「涼み処」として開放します。市施設は開庁日の午前9時～午後5時、地域サロンは開設日の午前10時～午後3時です。

※地域サロンの詳細は、高齢者支援課にお問い合わせください。

※一部の施設は、クーリングシェルターに指定しています。



### 高齢者スマートフォン教室

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日時 7月1日、8日、15日、22日の水曜日(全4回)

①午前9時～正午②午後1時30分～4時30分

会場 福祉センター2階第4集會室

対象 スマートフォンを利用していない、または使い慣れていない60歳以上の都民

内容 2時間の講習と演習、1時間の質疑応答。全4回にわたり、基本から応用まで体験できます。スマートフォンの基本操作▷LINE操作▷インターネット検索や動画閲覧▷申請・決済

定員 各回10人(抽選)

申し込み

6月23日までに電話☎03-6316-3169でスマートフォン普及啓発事業事務局へ(月～金曜日の午前9時～午後5時)

※本教室は都デジタルサービス局と共同で実施します。

★スマートフォンをお持ちでない方へ試用の申し込みを受け付けます

試用期間は最長3か月です。申し込みの際は、本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードのいずれか1つ)をご提示ください。

※希望者多数の場合は抽選



#### 運動から始める健康づくり

### 【男性限定】夜間筋トレ教室

日時 6月18日(木) 午後6時30分～8時30分

会場 市役所2階204～206会議室

対象 運動制限のない64歳以下の男性市民

内容 保健師が伝える「熱中症」に関するミニ講座、自宅で実践できる筋トレ

定員 先着16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、フェイスタオル、屋外用運動靴、飲み物

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



#### 心とカラダの調和 リラックスヨガ

### 休日トレーニング

日時 6月20日(土) 午前9時45分～正午

会場 住友金属鉾山アリーナ青梅 対象 当日64歳以下の市民

内容 保健師が伝える「熱中症」に関するミニ講座、ヨガ、ストレッチなど

定員 先着50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、室内用運動靴、飲み物

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





**自立センター福祉公開講座「ビーズアクセサリー」**

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ーを楽しく作ります。

**日時** 6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  
**定員** 先着12人(5月20日に参加した方は参加不可)  
**申し込み** 電話で自立センターへ  
 ※留守番電話への申し込み不可



**市立青梅総合医療センター**

おうめ健康塾

**脳卒中後の言語障害～失語症をご存じですか？～**

問 病院事務局総務課総務係 ☎ 22-3191

脳卒中のあとに起こる言語障害「失語症」をご存じでしょうか。失語症では言葉が出にくい、相手の話が理解しづらいなど、日常生活の中でさまざまな困りごとが生じます。失語症の特徴を分かりやすく紹介し、ご家族や周囲の方が接するときに役立つ、ちょっとした工夫や声かけのポイントについてお伝えします。

**日時** 6月24日(水) 午後2時～3時  
**会場** 市立青梅総合医療センター講堂(渡り廊下棟1階)  
**講師** リハビリテーション科言語聴覚士 村井和歌子氏



**カラダと向き合う**

**首凝り・肩凝り解消教室**

**日時** 6月30日(火) 午前9時40分～11時40分  
**会場** 市役所2階204～206会議室  
**対象** 64歳以下の市民  
**内容** 首凝り・肩凝りを解消するための運動や動作を学ぶ(座学・運動実践)  
**講師** 医療法人社団仁成会高木病院リハビリテーション科理学療法士 大石健太氏  
**定員** 先着25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、屋外用運動靴、飲み物、筆記用具  
**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



**おうめ生活サポーターになりませんか**

**日時** 7月6日(月)、7日(火) 午前9時～午後4時(予定)  
 ※両日参加必須  
**会場** 住友金属鉱山アリーナ青梅第1会議室  
**対象** 研修修了後に市内で活動(1回1,000円程度の報酬あり)ができる40歳以上の健康な市民※修了済みの方も復習受講可  
**内容** 元気な高齢者等が高齢者を支える側になり、掃除、洗濯、料理、買い物などの家事支援を行うサービスの担い手(おうめ生活サポーター)を養成します。  
**定員** 先着45人程度(予約制)※初めての方優先  
**持ち物** 筆記用具  
**申し込み** 6月24日までに2次元コード、電話または直接高齢者支援課包括支援係へ



**外遊び型子育てひろば・はらっぱ**

問 (特非) かぶかぶ山のようちえん ☎ 28-1355  
 市子育て応援課こども施策推進係



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づくりに、のんびり遊びにきてね♪

**日時** 6月2日(火)、30日(火) 午前10時30分～正午  
 ※雨天順延  
**会場** 旧吉野家住宅(新町1-21-9)  
**対象** 妊娠中の方、0歳～未就学児の親子



**青梅市ファミリー・サポート・センター  
 利用希望者入会説明会**

**日時** 6月20日(土) 午前10時30分～11時30分  
**会場** 市ファミリー・サポート・センター(東青梅センタービル3階)  
**対象** 3か月～小学生の保護者  
**持ち物** 本人確認書類  
**その他** 月～金曜日は随時入会受付を行っています。  
**申し込み** 6月19日までに電話 ☎ 23-3888、23-9338 で同センターへ

**子育てひろば**

問 子育て応援課こども施策推進係



	にこにこ 親子でチョコ美	すこやかルーム 乳幼児期の簡単おやつ& 看護師さんに聞いてみよう	トイトイトイ 多世代交流おもちゃの広場	ほのぼの 洋服、絵本等の交換会
<b>日時</b>	6月8日(月) 午前10時～10時45分	6月9日(火) 午後2時30分～3時30分ごろ	6月11日(木) 午前10時～11時30分 ※子育てひろばは9時～正午開館	6月19日(金) 午前11時～11時30分 ※子育てひろばは9時～正午開館
<b>会場</b>	S&Dたまごセンター3階研修室A	すこやかルーム(畑中保育園)	トイトイトイ(河辺市民センター)	ほのぼの(長淵保育園)
<b>対象</b>	未就学児と保護者	未就学児の親子	どなたでも	未就学児の親子、祖父母、妊娠中の方
<b>内容</b>	親子で身体を動かして遊ぼう！ 講師 ストレッチコンサルタント 原 愉美子氏 	乳幼児期のおやつはどんなものをあげたらいいの？栄養士、看護師が分かりやすくお話しします。食事や発達、健康…気になっていることや心配なことにもお答えします。 講師 畑中保育園栄養士 田上朋美氏 看護師 岸野厚子氏 	赤ちゃんから、おじいちゃん、おばあちゃんも楽しめるおもちゃがたくさん来ます。一緒に遊んでみませんか？ 講師 おもちゃコンサルタント 	サイズアウトした洋服や、使わなくなったこども用品を持ち寄り、交換します。交換する物がない方もお気軽に遊びに来てください。 
<b>定員</b>	先着10組	先着10組		
<b>申し込み</b>	直接または電話でにこにこへ	6月8日までに直接または電話ですこやかルームへ		
<b>問い合わせ</b>	にこにこ ☎ 78-3974	すこやかルーム ☎ 21-5358	トイトイトイ ☎ 78-3601	長淵保育園 ☎ 22-8102

令和8年度多摩・島しょ広域連携活動助成事業

# 子ども体験塾「想像力爆発！～クリエイターへの扉を開こう～」

 問 社会教育課生涯学習推進係

★ゲーム実況動画作りに挑戦！「マイクラフトでゲーム実況体験」  
今や教材として国からの評価を得ている大人気ゲーム「マイクラフト」を題材に、ゲーム実況動画作りにチャレンジします！

日程・会場 8月4日(火)・S&Dたまごセンター  
5日(水)・瑞穂ビューパーク・スカイホール  
6日(木)・プリモホールゆとろぎ

時間 ①午前10時～正午②午後2時～4時  
定員 各回30人(抽選) 講師 FULMA(株)



★タツナミシュウイチ講演会「マイクラと広がる表現の世界」

マイクラ教育の第一人者のタツナミシュウイチ氏が、マイクラを通じた「モノづくり」と「表現」について語ります。コンテンツ企画の裏側から、クリエイターとしての生き方まで、リアルで熱いメッセージをお届けします！

日時 8月8日(土)  
午後2時～3時30分(予定)  
会場 プリモホールゆとろぎ

定員 835人(抽選)  
講師 マイクラフトプロフェッサー タツナミシュウイチ氏



★いずれも

対象 青梅市、羽村市、瑞穂町在住・在学の小学1年生～中学3年生(小学1・2年生は保護者同伴)

※保護者、未就学児など兄弟の見学可▷タツナミシュウイチ講演会「マイクラと広がる表現の世界」では、未就学児は保護者の膝の上での観覧

持ち物 筆記用具、飲み物

申し込み 6月30日までに次のいずれかの方法で

- ①電子申請(2次元コード)
  - ②直接…午後5時(羽村市のみ午後8時)までに各自治体の窓口へ
- ※抽選結果はメールで通知します。

※Mojang © 2009-2026. 「Minecraft」はMojang Synergies ABの商標です。  
※本イベントは、Minecraftの公式のイベントではありません。MojangまたはMicrosoftから承認を受けておらず、それとの関連性もありません。  
※NOT AN OFFICIAL MINECRAFT EVENT. NOT APPROVED BY OR ASSOCIATED WITH MOJANG OR MICROSOFT.

電子申請がおすすめです

## 児童育成手当現況届の提出は6月中に

 問 こども育成課手当・医療係

児童育成手当を受けている方は、6月中に現況届を提出しないと10月分以降の手当が受けられなくなります。該当する方には、6月上旬に案内通知を送付します。

また、現況届の提出については電子申請が可能です。市役所へ来庁しなくても、ご自宅にしながら現況届の提出ができますので、ぜひご利用ください。

現況届の提出方法等の詳細については、案内通知をご確認ください。



楽しいイベント盛りだくさん！

## 親子スキンシップ教室



対象	教室名	日程	会場
0歳児	今井りんご	7月3日～10月16日の金曜日・全10回	今井市民センター
1～3歳児	小曾木りす	7月7日～10月13日の火曜日・全8回	小曾木市民センター ほか

時間 午前10時～11時30分

内容 絵本の読み聞かせを大切にしながら、親子で触れ合い遊びや運動遊びを楽しみます。

定員 各15組(抽選) 費用 200円(教材代)

服装 動きやすい服装、親子分の室内用運動靴(小曾木りすのみ)

申し込み

教室名	電話	申し込みフォーム	2次元コード
今井りんご	6月19日までに 子育て応援課こども施策推進係へ	6月21日までに 右記2次元コードから	
小曾木りす	6月26日までに 子育て応援課こども施策推進係へ	6月28日までに 右記2次元コードから	

親子の絆づくりプログラム

## ベビープログラム1～赤ちゃんがきた！～

お母さん、一人で頑張りすぎないで！同じ思いのお母さんがいます。初めての赤ちゃんを育てているお母さんどうし、子育てについて話をしませんか？

日時 7月14日～8月4日の火曜日 午後1時30分～3時30分

会場 子育て支援センターはぐはぐ内和室(新町2-21-9)

対象 おおむね令和8年2月～5月生まれの赤ちゃんとお母さん

持ち物 バスタオル、着替え、おむつ、飲み物 定員 20組程度(抽選)

費用 無料(別途テキスト代1,100円)

申し込み 6月30日までに、電話で子育て応援課こども施策推進係  
または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3日(水)～22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。



第67回市民スポーツ大会

## ソフトテニス競技(中学生の部)

問 スポーツ推進課スポーツ推進係  
市ソフトテニス連盟 渡邊  
☎090-5564-4144

日程 男子の部…7月4日(土)  
※予備日 25日(土)

女子の部…7月11日(土)  
※予備日 8月2日(日)

時間 午前8時45分受付開始  
9時15分競技開始

会場 市民球技場テニスコート

対象 市内在住・在学の中学生

申し込み 市ソフトテニス連盟ホームページ  
(2次元コード)から



(公財) 青梅佐藤財団共催事業・国際理解講座公開講座

## 「琵琶語りの世界」

問 社会教育課生涯学習推進係



～耳で聞き、心で感じる日本の伝統芸能～

琵琶語りは感受性だけでなく、歴史や文化を学び取る貴重な機会です。情緒や心の豊かさを育む貴重なひとときを、ぜひ味わってみませんか？

日時 7月11日(土) ①午前10時～10時50分②11時～11時50分

会場 市役所2階204・205会議室

対象 市内在住・在学・在勤の①小学4・5年生②小学6年生、中学生、高校生  
※開催時間によって、対象の学年が異なりますのでご注意ください。

講師 日本琵琶奏者の第一人者 坂田美子先生

定員 各回先着10人(予約制)

申し込み 7月5日までに上記2次元コードから





# 6月

## 各種相談日

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	3日(水)、8日(月)、10日(水)、15日(月)、17日(水)、24日(水)、29日(月)	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
	7月1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)		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	2日(火) 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)	午前9時30分～午後3時(1人50分) ※電話予約制	女性が抱えるさまざまな悩みの相談など	市役所3階相談室 ▷予約は直通電話☎22-2816またはジェンダー平等担当へ
	7月3日(金)			
消費者相談	月～金曜日	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 ※電話相談のみ
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☎22-1233へ
	24日(水)	午後5時～8時 ※電話予約制		
労働相談	21日(日)	午前9時30分～11時50分 (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2階会議室 ▷予約は18日(木)までに商工業振興課商業労政係へ(先着3人)
住宅相談	18日(木)	午後1時30分～4時30分(1人45分) ※電話・専用フォーム(右記2次元コード)、窓口予約	空家に関する相談、空家の相続に関する相談	市役所5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(先着8組)

## 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 6月15日(月) 午前9時～正午

電話 ☎22-3191

## 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
7日(日)	中丸歯科クリニック	長淵1-9	21-5500
14日(日)	プラム歯科	藤橋3-1-12	33-4182
21日(日)	浜口ファミリー歯科医院	新町5-32-7	32-7177
28日(日)	武藤歯科医院	滝ノ上町1235	22-2825

※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。

※マイナ保険証、お薬手帳を持参してください。

## 収益事業

### ボートレース多摩川



☆4日(木)まで

オールレディースリップルカップ(GⅢ)

☆7日(日)～11日(木)

ボートレース多摩川バースデイカップ

☆17日(水)～22日(月)

第10回auじぶん銀行賞

☆28日(日)～7月2日(木)

第62回日刊スポーツ賞

### 京王閣競輪



☆10日(水)～12日(金)

JFN杯&サンケイスポーツ杯(FⅡ)

☆17日(水)～19日(金)

FC東京&京王電鉄&日刊コム杯(FⅠ)

☆23日(火)～25日(木)

スピチャン&日野TB&東スポ杯(FⅡ)

## センターひろば(子育て支援事業)

問 子育て応援課こども施策推進係



対象 保護者同伴の乳幼児

(体育館のみ小学生も可)

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	4日～25日の木曜日	午後3時～5時
	18日(木)	
梅郷	6日～27日の土曜日	午前10時～正午
	26日(金)	
東青梅	5日(金)、19日(金)	午後3時～5時
	9日(火)、23日(火)	
新町	2日(火)、16日(火)	午前10時～正午
	11日(木)、25日(木)	
和室	1日(月)	

※体育館の会場では、夏季期間は冷房のある会議室等を併用します。

## 健康・栄養相談

### 健康づくりをオーダーメイド

問 健康センター☎23-2191

日時 6月26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 保健師による健康相談

血圧・体脂肪測定等

管理栄養士による栄養相談

持ち物 健診結果(お持ちの方)、食事記録等

## どこに相談したらよいか分からないお困りごとはありませんか?

### 地域福祉コーディネーターによる「ふらっと相談室しゃべルーム」

問 地域福祉課福祉政策係



日程	時間	会場	担当
1日(月)	午前10時～正午	沢井市民センター1階第2会議室	社会福祉協議会☎22-1233
2日(火)		小曾木市民センター2階和室	
3日(水)	午前10時～午後4時	河辺市民センター1階第1会議室	(一社)うえるびー(ikippa)☎78-3010
4日(木)		東青梅市民センター2階第2会議室	
5日(金)	午前10時～正午	長淵市民センター1階第3会議室	社会福祉協議会☎22-1233
		成木市民センター1階第2研修室	
8日(月)	午前10時～正午	梅郷市民センター2階第2会議室	(一社)うえるびー(ikippa)☎78-3010
12日(金)		大門市民センター2階第1会議室	社会福祉協議会☎22-1233
17日(水)	新町市民センター1階第3会議室	(一社)うえるびー(ikippa)☎78-3010	
18日(木)	震台第一住宅4号棟1階コミュニティサロン		社会福祉協議会☎22-1233
19日(金)	午後2時～4時	根ヶ布2丁目自治会館	
22日(月)	午前10時～午後4時	カインズ青梅インター店くみまちコミュニティスペース	(一社)うえるびー(ikippa)☎78-3010
23日(火)	午後2時～4時	今井市民センター1階和室	
25日(木)		午前10時～正午	裏宿公会堂1階和室
		河辺町七丁目アパート第1集会所	(一社)うえるびー(ikippa)☎78-3010
		S&DたまごセンターミーティングルームA・B	社会福祉協議会☎22-1233

※うえるびー(ikippa)担当地区…長淵、梅郷、東青梅、河辺地区  
 ※社会福祉協議会担当地区…青梅、大門、沢井、小曾木、成木、新町、今井地区  
 ※相談は、終了時間30分前までにお越しください。

## もの忘れ相談会

もの忘れ相談会では地域包括支援センターすみえの認知症支援コーディネーターによる個別相談と師岡町にあるコジマ調剤薬局による脳年齢・血管年齢チェックも開催します。認知症やもの忘れについて心配な方、ご家族やご近所に気になる方がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。

日時 6月9日(火) 午後2時～3時30分 会場 東青梅市民センター第1会議室

申し込み 電話☎78-3442で市地域包括支援センターすみえへ

広報おうめに広告を掲載しませんか? 詳細は市ホームページをご覧ください。



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 (こども向け)

##### ○親子ふれあい広場つくし組 里山 であそぼう

回6月11日(木) 午前9時15分～  
午後0時15分

場里山ワンダーランド

対未就園児の親子

内バスで里山ワンダーランドへ。自然の  
中でワクワクをいっぱい見つけよう!

定先着12組

費500円(バス代)

申青梅幼稚園 川杉☎31-0373

##### ○テーマ型ベビーリトミックで遊ぼう♪

回6月11日(木) 午前10時～10  
時40分

場新町市民センター

対0歳～2歳程度のお子さんと保護者  
費2,000円(教材費 ほか)

定先着10組

申リトミックLike 北野  
☎080-4604-3571

#### ☆催し

##### ○第70回水彩画展

回6月3日(水)～7日(日) 午前10  
時～午後5時(初日は午後1時から)

場S&Dたまぐーセンター

問青梅水彩同好会 宮崎

☎080-1088-5610

✉har.miyazaki@docomo.ne.jp

##### ○健康体操教室

回6月10日(水)、17日(水) 午後  
1時～3時

場河辺市民センター

対60歳以上の軽い運動ができる方  
内運動のできる服装と室内用運動靴で。  
見学可。

定先着10人

問河辺健康体操クラブ 長野  
☎090-6532-5100(留守電可)

##### ○物価高の今だからこそ!家計レッスン

回6月11日(木)、7月2日(木) 午  
後1時30分～2時30分

場S&Dたまぐーセンター

内持ち物…筆記用具

定先着5人

費1回500円(資料代)

申多摩友の会青梅方面 小寺☎25-  
1485、✉ometamato@gmail.com

##### ○青梅オリック祭 vol.7

回6月13日(土)、14日(日) 午前  
10時～午後5時

場青梅織物工業協同組合 ほか

内青梅の織物文化を伝える糸・織・布に関  
わる作品展・体験・販売・映画上映

問同祭実行委員会 佐々木

☎090-4370-7393

##### ○青梅陶芸教室(見学可)

回6月17日(水) 午後1時30分～4時

場河辺市民センター

費2,000円(別途材料費、焼成代)

申同教室 福田☎090-4011-5065

##### ○「こころの悩み」無料相談会

回6月20日(土) 午前10時～午後  
2時30分

場S&Dたまぐーセンター

対うつや不安などでお悩みの方  
内うつや不安などのお悩みに公認心理師  
が対応、1人30分(要事前予約)

定先着4人

申こころの相談室ハロー 細野

☎090-8846-2817

##### ○こどもが動き出す「生きる力」を 育てるヒント

回6月21日(日) 午後3時30分～  
5時30分

場S&Dたまぐーセンター

対不登校のお子さんを持つ保護者。可能な  
らご本人もご参加ください。学校関係者。  
内不登校のお子さんを持つ保護者向け講  
演会、通信制高校サポート校合同説明会。

定先着50人

問(特非) こどもの自立実践Labo

戸高☎0120-500-138

##### ○第34回定期演奏会

回6月28日(日) 午後2時から(開場1時)

場プリモホールゆとろぎ

内指揮…大釜宏之。ブラムス交響曲第  
2番 ほか。全席自由・親子席あり。

問羽村フィルハーモニー管弦楽団

神田☎090-3165-8831

✉hpo@live.jp

##### ○青梅ぷらっと寄席

回6月30日(火) 1部午後1時30  
分～2時30分、2部3時～4時

場S&Dたまぐーセンター

内三遊亭花金・桂蝶の治による落語会  
1部と2部は演目が異なります。

定各回先着20人

費1回1,000円

申青梅ぷらっと寄席 小松

☎050-3033-0666

##### ○ウメロックフェスティバル出演者募集!

回9月27日(日)

場S&Dたまぐーセンター

内市内在住・在勤・在学・出身者(団体)

内音楽するいろいろな出演者を大募集!  
詳細は2次元コードから

定応募多数の場合、実行委員会による選考  
費500円～5,000円(エントリー料)

申6月28日までに2次元コードから

問UME LOCK FESTIVAL実行委員会  
英☎090-2157-1810

##### ☆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)

##### ○楊怜奈師範太極拳講習会

回6月21日(日) 午後1時～4時

場住友金属鉦山アリーナ青梅

内楊怜奈先生をお迎えしての太極拳講習会

問青梅市健康太極拳協会

須田☎31-5773

#### ☆その他

##### ○ハットニヤール博士の 研究所2026in東京

回8月5日(水) ①午  
前9時20分～正午②  
午後1時20分～4時

場日本科学未来館7階(江  
東区青海2-3-6)

対小学生と保護者、教員

内小学生向けワークショ  
ップ、保護者・教員向

けセミナー

回小学生300人(抽選)

教員先着60人

問詳細は2次元コードから

問都生活文化局都民生活部男女平等参画  
課☎03-5388-3189

ボランティア・市民活動センター  
☎23-7163 ㊟23-7165

郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3

##### ○パソコン・スマホカフェ(なんでも相談)

回6月13日(土) 午後1時～3時30分

場福祉センター

対中高年で初心者の方

内パソコン・スマホで分からないことを  
お答えします。

定先着6人

申ボランティア・市民活動センター

##### ○こども向けプログラミング

回6月14日(日) 午前9時50分～  
午後0時10分

場福祉センター

対小・中学生

内プログラミングを遊びながら学ぶ活動  
です。初心者・未経験者大歓迎です。

定先着34人

申CoderDojo青梅ホーム

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から

ページ(2次元コード)から



### 庭木1本から承ります!

庭木1本より明瞭料金  
お茶は遠慮します  
生垣の剪定 長さ1m 高さ2m 通常2,200円を 1,100円  
ガーデンエクサプレス  
0120-61-4128  
羽村店 羽村市神明台3

#### 吉川英治記念館特別展示

##### 着物リメイクドレス展

問 吉川英治記念館☎74-9477

日本伝統の着物を現代風にリメイク  
したドレスを展示します。

かつて青梅の産業であった青梅夜具  
地で制作したドレスと吉川英治作品か  
ら着想を得て作成した着物ドレスなど  
約20点をご堪能ください。

日時 6月5日(金)～14日(日)  
午前10時～午後5時

会場 吉川英治記念館主屋・展示館ロ  
ビー

観覧料 大人500円、小・中学生  
200円(土・日曜日のみ市  
内の小・中学生は無料)

#### 吉川英治記念館

##### 講談師 菊地玉雲の講談の世界

—吉川英治の不朽の名作を語る—

講談名 新・平家物語第九話「みちのくの巻」  
鞍馬の牛若、陸奥へ発つ

日時 6月21日(日)  
午後2時～2時30分  
(1時30分開場)

会場 吉川英治記念館主屋内

出演者 講談師 菊地玉雲氏  
観覧料 大人500円、小・中学生200円  
(市内の小・中学生は無料) ※イベ  
ントの参加には、観覧料が必要です。

申し込み 6月2日10時から電話☎74-  
9477で同記念館へ(午前10  
時～午後5時)



#### 筋膜リリース教室

##### 全身の筋肉を整えて 腰痛や肩凝りの改善に

問 住友金属鉦山アリーナ青梅☎24-7721

日時 6月24日(水) 午後1時30分～3時

会場 住友金属鉦山アリーナ青梅第1会議室

対象 16歳以上

内容 筋肉を包む膜を専用の道具を使って正しい状  
態に戻すことで、全身の凝りを改善し筋肉を  
整えます。腰痛や肩凝りの緩和やむくみにも  
効果が期待できます。

定員 先着20人(予約制)

費用 1,000円(レンタル料含む)

服装・持ち物 トレーニングウェア(スカートやベ  
ルト付は不可)、飲み物

申し込み 6月2日の午前9時から住友金属鉦山アリー  
ナ青梅ホームページ(2次元コード)へ



Ome Blue (青梅ブルー) は、青梅に住み、働き、活動するすべての方が、それぞれの立場の自由な発想で参加可能な地域プロモーション Ome Blue の取り組みです。



### 無形民俗文化財を見に行きませんか

問 郷土博物館 ☎23-6859

市内には、都・市指定の無形民俗文化財が数多く伝承されています。

歴史と伝統を守り現在まで伝承されている無形民俗文化財を、この機会にご覧ください。

#### ★武蔵御嶽神社太々神楽 (都指定)

▷神楽と雅楽の一般公開

日時 6月21日(日) 午前11時から

会場 武蔵御嶽神社神楽殿 (御岳山)

▷夜神楽

日時 6月28日(日) 午後8時から

会場 武蔵御嶽神社神楽殿 (御岳山)

詳細 武蔵御嶽神社 ☎78-8500



### 第59回青梅産業観光まつり

#### 市役所会場の出店者募集

問 青梅産業観光まつり実行委員会事務局 (青梅商工会議所内) ☎23-0111



昨年度に引き続き、青梅産業観光まつりを開催します。それに伴い、イベントの出店事業所を募集します。

まつり日時 11月1日(日) 午前10時~午後3時 出店内容 飲食、物販、展示、移動販売車

説明会日時 ※次のいずれかにご参加ください。

6月22日(月) 午後2時から▷6月23日(火) 午前10時から

説明会会場 青梅商工会議所3階会議室 募集店舗数 50店舗予定(抽選)

出店条件 上記説明会の参加(申し込み方法等説明のため)

※参加が難しい場合は、事務局へご相談ください。

#### スタンプラリーの参加店募集

問 青梅産業観光まつり実行委員会事務局 (青梅商工会議所内) ☎23-0111



#### ★第6回特典付きスタンプラリー「まるごと青梅を楽しもう！」

期間 10月1日(木)~11月30日(月)

概要 市内のお店を、さらに多くの方に知ってもらうためのスタンプラリーです。期間中に参加店で商品・サービスを購入した方にスタンプが付与され、3つ集めると抽選で豪華景品が当たります。スタンプとは別に、お店ごとの参加者向け特典をご用意ください。

※今回から、スマートフォンを利用したデジタルスタンプラリーのみの実施となります。

その他 スタンプラリー冊子(チラシ配布数昨年実績:約3万部)、特設ホームページ内に店舗紹介を掲載します▷新規来店・再来のきっかけや、お客さんとのコミュニケーションツールとしてご活用ください。

申込期限 6月30日 申し込み 2次元コードから

### ジュニアスポーツ教室

問 スポーツ推進課スポーツ推進係、(一社)市スポーツ協会 ☎22-0827



#### ★バレーボール

日程 7月4日~25日の土曜日(全4回)

時間 午後6時30分~8時30分(6時受付開始)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第1スポーツホール

対象 市内在住の小学3~6年生 定員 70人(抽選)



#### ★バドミントン

日程 7月4日~25日の土曜日(全4回)

時間 午前9時30分~11時30分(9時受付開始)

会場 今井市民センター体育館

対象 市内在住の小学生 定員 50人(抽選)



#### ★いずれも

持ち物 運動のできる服装、飲み物、タオル、室内用運動靴(できればひも靴) ※バドミントンはラケット(お持ちの方)

申し込み 6月15日までに(一社)市スポーツ協会ホームページ(2次元コード)から

### 長淵市民センター ☎22-3249

#### みんなのおはなし会

回6月13日(土) 午前10時30分~11時15分 園幼児~小学生(保護者同伴) 絵本の読み聞かせ 先着30人

### 梅郷市民センター ☎76-0404

#### 梅郷ホテルウォッチング

回6月26日(金) 午後7時30分~9時 ※小雨決行 梅郷市民センター集合~梅の公園 中学生以下は保護者同伴 ホテルについてのお話と観察。講師...青梅自然誌研究グループ会員 雨宮将人氏 先着30人(予約制) 回6月18日までに電話で

### 小曾木市民センター ☎74-5332

#### 「手打ちうどん」教室

回7月3日(金) 午後6時30分~8時30分 回18歳以上の初心者 回うどんづくりの習得。講師...荒田 そばつながる会代表 並木 薫氏。

持ち物...エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器、筆記用具 先着10人(予約制) 回500円 回6月4日の午前9時から電話で

### 中央図書館 ☎22-6543



#### 梅郷図書館・おはなし会「うめこの時間」

回6月6日(土) 午前10時45分~11時15分 梅郷市民センター多目的室 絵本の読み聞かせと手遊び 先着25人 回梅郷図書館 ☎74-9025

#### 中央図書館・3階特設展示

##### 「不思議図書館」

回6月7日(日)~8月16日(日) ※6月15日、16日、7月21日、22日は休館 3階特設展示コーナー 回「ぎもん」「ひみつ」「心」「日本、世界のなぞ」についての本を、思うがままに集めました。

#### 中央図書館・一時保育「ち~のんクラブ」

回6月8日(月)、22日(月)、29日(月) 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 回おはなしの部屋 回6か月~未就学児 回持ち物...市の図書館カード、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)。空きがあれば当日も可 回各回4人 回電話または直接

#### 中央図書館・おはなし会「絵本の森」

回6月13日(土) 午前11時~11時40分 回おはなしの部屋 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、紙芝居等 先着30人

#### 中央図書館・おはなしにちようピーナッツ

回6月14日(日) 午前11時~11時40分 回おはなしの部屋 回4歳児以上 回昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 先着30人

#### 中央図書館・はじめての上映会「ぷしゅほっぺダンシングPARTY」

回6月28日(日) 午前10時~10時50分(9時45分開場) 回多目的

室 回0~7歳児と保護者 回泣いてもおしゃべりしても大丈夫な乳幼児向けの映画会です。ぷしゅほっぺとにゅうが新しい友達とほっぺを探す冒険へ出かけます。テレビ東京系列「シナぷしゅ」の映画版。2025年制作/上映時間約46分 先着40人

#### 中央図書館・映画会「天使のいる図書館」

回6月28日(日) 午後2時~3時50分(1時45分開場) 回多目的室 回主人公さくらが、新人司書として慣れないレファレンスサービスに取り組む中で、図書館利用者の礼子と出会い成長していく物語。2017年制作/日本映画/上映時間約108分 先着60人

#### 6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

#### 6月の納期限(6月30日)

▷市民税・都民税・森林環境税・1期

青梅市の人口<5月1日現在>	
世帯数	67,079世帯(+385)
人口	128,430人(+248)
男	64,558人(+104)
女	63,872人(+144)
※()は前月比	



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  
☎0428-22-3508  
https://www.city.ome.tokyo.jp/



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。