



青梅市民憲章

- 1 木や花をたいせつにし
美しいまちをつくろう
- 2 ともに学びあい
心やからだをきたえよう
- 3 明るい家庭をつくり
若い力を育てよう
- 4 よく働き
豊かなくらしをとみにしよう
- 5 協力し助けあい
住みよいまちにしよう

第54回青梅マラソン大会参加者募集

～申し込みに関する大会要項の配布を開始します～



開催日 令和2年2月16日(日)

★10キロの部…午前9時30分スタート

★30キロの部…午前11時30分スタート

★郵便振替用紙による申し込み

郵便振替による申し込みは、大会当日に64歳以上の方および高校生限定となりますので、ご注意ください。

▷大会要項配布期間…8月21日(水)～9月2日(月)

▷申し込み期間…8月30日(金)～9月6日(金)

★インターネット・ロッピーによる申し込み

▷大会要項配布期間…8月21日(水)～9月22日(日)

▷申し込み期間…9月20日(金)～26日(木)

※20日～22日の3日間は、正午から先着順に受け付けを開始し、各日の定員になりしだい締め切ります。3日間で定員に達しなかった場合のみ、23日の午前10時から最長26日まで継続して受け付けます。

※ロッピーとは、ローソン・ミニストップの店頭端末です。

★大会要項配布場所

▷住友金属鉾山アリーナ青梅(総合体育館)、青梅市役所(1階総合案内、3階スポーツ推進課)、奥多摩町役場、奥多摩文化会館

※インターネット・ロッピーによる申し込みに関する大会要項は、市内の各市民センター、都内のスポーツ用品店等でも配布します。また、大会公式ホームページ、市ホームページの大会ページからもダウンロードできます。

※大会要項は、配布期間内であってもなくなりしだい配布を終了します。大会要項の増刷は行いません。

★大会概要

参加資格

▷国内・外国招待選手 ▷陸連登録競技者、陸連未登録競技者

▷制限時間内に走れる走力のある方

▷30キロの部については、大会当日満18歳以上であること

▷いずれも健康であり、本大会要項を遵守できる方

※大会当日の出場は、エントリーをした本人に限る。代理出走は認めない。

※参加種目は1種目に限る。エントリー後の参加種目の変更は認めない。

種目

★10キロの部 ▷男子…高校生、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上▷女子…高校生、40歳未満、40歳代、50歳代、60歳以上

★30キロの部 ▷男子…40歳未満(18歳以上)、40歳代、50歳代、60歳以上▷女子…40歳未満(18歳以上)、40歳代、50歳代、60歳以上

制限時間

★10キロの部 1時間20分

★30キロの部 4時間

参加費

★10キロの部 一般5,000円、高校生3,000円

★30キロの部 8,000円

※郵便振替用紙による申し込みは、別途事務手数料500円がかかります。

※大会要項に掲載の申し込み規約に同意のうえ、お申し込みください。

問い合わせ

▷青梅マラソン大会事務局 ☎24-6311 (土・日曜日、祝日、第1水曜日を除く午前9時30分～午後5時)

▷青梅マラソンエントリー事務局(スポーツエントリー内) ☎0120-711-951 (土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時30分)

9 月 定 例 議 会

令和元年青梅市議会定例会9月定例議会が、9月4日（水）の午前10時から予定されています。

初日に予定されている内容は、議案審議、一般質問などです。原則としてどなたでも傍聴できますので、お出かけください。

詳細な日程については、市議会ホームページまたは7月25日発行の「おうめ市議会だより」をご覧ください。

市議会では、ホームページで定例議会の内容や市議会議員の紹介などの情報をお伝えしています。また、本会議録および委員会記録については、会議録検索システムによりご覧になることができます。

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おり、パソコンのほか、スマートフォンやタブレット端末でもご覧いただけます。

ぜひご覧ください。

お問い合わせ 議会事務局



青梅市長選挙を 11月17日に実施します

11月29日に任期が満了となる青梅市長の選挙は、次の日程で行われます。

告示日 11月10日（日）

選挙期日 11月17日（日）

問い合わせ 選挙管理委員会

青梅市長選挙 立候補予定者説明会

市選挙管理委員会では、11月17日（日）に執行する青梅市長選挙の立候補予定者への説明会を開催します。

立候補を予定している方および関係者は、必ずご出席ください。

なお、出席人数は、会場の都合により、立候補予定者1人当たり2人（立候補予定者を含む）

日時 9月12日（木）
午前9時30分から

会場 市役所2階204～206会議室

問い合わせ 選挙管理委員会

臨時職員（保健師）募集

募集職種 保健師

業務内容 健康診査、医療機関の受診勧奨

採用日 10月1日

勤務日時・場所 月々金曜

募集人数 若干人

日 午前8時30分～午後5時15分・生活福祉課（市役所1階）

※祝日、年末年始を除く

選考方法 書類審査、面接申し込み 8月26日までに電話または直接生活福祉課保護第二係へ

※土・日曜日、祝日を除く
午前8時30分～午後5時15分

巧妙な手口にご注意を 犯人の電話に出ないで被害ゼロ

詐欺等被害発生状況：6件・約23万円（7月15日現在）

○警察官を騙る
詐欺の手口にご注意を
青梅警察署の警察官を騙り、キャッシュカード等を騙し取ろうとする詐欺が多数発生しています。警察官がキャッシュカード等の貴重品を預かることは絶対にありません。また、市職員

○ハガキによる詐欺にもご注意ください
詐欺に関するハガキや封書を送り付ける手口の詐欺についても未だ多数発生しています。身に覚えのないハガキや封書に書かれている電話番号には絶対に電

話をせず、警察や家族に相談してください。

○万が一電話に出してしまったら
慌てない、お金やカードは絶対渡さない！
☆すぐに信用しない、相手の所属・氏名・連絡先を聞いて実際に確認！
☆一人で判断をせず、警察・家族に相談を！

問い合わせ 青梅警察署防犯係 ☎22・0110、市民安全課市民安全係

青梅・奥多摩交通安全のつどい

9月21日～30日に実施される秋の全国交通安全運動に先駆けて、「青梅・奥多摩交通安全のつどい」を実施します。

日程 9月8日（日）

○パレード
午後零時30分ごろ、警視庁青梅警察署出発、河辺北大通り～1時ごろ・霞共益会館到着予定
※雨天中止

○交通安全のつどい
午後1時30分から
会場 霞共益会館
対象 中学生以上
※小学生以下の入場不可

内容 第一部：開会式、第二部：風見しんごさんによる交通安全講話、落語家の林家久蔵さんによる交通安全落語、おやしバンド「レイキーズ」によるバンド演奏
※ゲストが変更になる場合があります。

入場無料
直接会場へ
問い合わせ 青梅警察署 ☎22・0110、交通安全協会 ☎23・5287、市民安全課市民安全係



風見しんご氏

1962年、広島県生まれ。歌手、俳優、タレントとして、テレビ、映画、舞台などで活躍。94年に結婚。2007年、当時10歳だった長女えみるさんを交通事故で亡くし、成人式を迎えるはずだったえみるさんへの思いを手記にした「さくらのとんねる〜二十歳のえみる」(青志社)を出版。

かけがえない命の大切さを訴えながら、講演などを通じて交通安全啓発活動に取り組んでいる。

日程	会場
8月26日（月）	霞共益会館
27日（火）	梅郷市民センター
28日（水）	沢井市民センター
29日（木）	ネッツたまぐーセンター
30日（金）	成木市民センター
31日（土）	河辺町4丁目自治会館
9月 2日（月）	今井市民センター
3日（火）	東青梅市民センター
4日（水）	小曾木市民センター
5日（木）	新町市民センター
6日（金）	長淵市民センター
7日（土）	河辺北会館

※各会場とも午後7時開会



令和元年秋の交通安全講習会

交通事故の防止を図るため、市民を対象に、講習会を開催します。

映画のほか、事故の実例などから交通安全についてお話しします。

高齢者が関与する交通事故が増えています。悲惨な交通事故を防止するため、多くの方のご参加をお願いします。

お問い合わせ 青梅警察署 ☎22・0110、市民安全課市民安全係

傍聴にお出かけください

	青梅市健康増進計画推進会議	青梅市食育推進会議
日時	8月27日（火） 午後1時30分～3時	8月29日（木） 午後1時30分～3時
会場	市役所3階 教育委員会会議室	市役所2階206会議室
内容	第4次青梅市健康増進計画（案）について ほか	第3次食育推進計画（案）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00分～15分に会場入り口で	当日の午後1時00分～15分に会場入り口で
問い合わせ	健康課健康推進係 ☎23-2191	健康課健康推進係 ☎23-2191

③作業は明るく整理整頓された場所で行いましょう。

④作業は適切な服装で行い、防護めがね、防じんマスク、耳栓などの安全防護具を利用しましょう。

⑤家族などへ声をかけてから作業を開始しましょう。

⑥キックバック現象に注意しましょう。

※キックバック現象：電動工具の刃などの作動部分が材料に負けて、作動部分が動かなくなってしまう、その代わりに、電動工具本体や材料が暴れてしまうことです。つまり、材料が切れずに、刃が付いた電動工具が飛んできたり、材料が跳ね飛ばされたりすることです。

また、刃に無理な力がかかり、刃が折れて飛ぶこともありま

す。特に、この際、作業者が意図しない方向へ電動のこぎり本体が突然飛ばされるので、大きな事故の原因となります。

参考 東京都消費生活総合センター発表資料

消費者相談室 ☎22・6000（相談専用）

相談日時 月々金曜日（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

問い合わせ 市民安全課市民相談係



打ち水日和～令和の青梅で江戸の知恵～を実践しまた



気温約35度、地面の温度は約50度。蒸し暑さが残る7月30日(火)の午後4時から、市役所西側出入り口前で、市内エコクラブ所属の子どもたち8人を含む総勢16人による一斉打ち水を実施しました。
参加者たちは、バケツとひしゃくを手に取り、夏の暑さに負けじと水をまいていました。周囲の

気温はみるみる下がり、10分後、地面の温度は約40度まで下がりました。
参加者からは「こんなに涼しくなるんだ」と声が上がっていました。
皆さんも家庭や職場で、江戸の知恵「打ち水」をぜひ実践してみてください。
問い合わせ 環境政策課管理係

電子タバコ等による発火事故防止のため、ごみの適正な排出にご協力ください

ごみ収集車やリサイクルセンターで、作業中の発火事故が多発しています。原因とされるのは、電子タバコ、モバイルバッテリー、スプレー缶、カセットコンロ用ガスボンベ、ライター等の混入です。
電子タバコ等の排出方法は下表のとおりです。適正な排出にご協力をお願いします。
問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係

区分	排出方法
電子タバコ ※加熱式タバコを含む	これまでは「燃やさないごみ(オレンジ色の袋)」での排出をお願いしていましたが、 9月1日からは「有害ごみ」として排出 してください。 ごみ収集カレンダーの「有害ごみ」の日に、透明または半透明の袋に入れて排出してください。
モバイルバッテリー ※携帯電話やタブレットなどを充電する持ち運び可能な充電器	小形充電式電池回収協力店へ持参してください。 ※小形充電式電池回収協力店は(一社)JBRCホームページ https://www.jbrc.com/ で検索することができます。
スプレー缶、カセットコンロ用ガスボンベ、ライター	有害ごみの日に排出してください。 ※透明または半透明の袋に入れて排出してください。中身が残っている場合は「残有り」等の貼り紙をしてください。 ※スプレー缶、カセットコンロ用ガスボンベは穴をあけず、できるだけ使い切ってください。

携帯基地局からの電波によるテレビの受信障害と対策

9月19日から、各携帯電 話事業者が、地上デジタル テレビ放送移行で空いた電 波帯(700MHz帯)を使用す る予定です。
700MHz帯は地上デジタル テレビ放送で使用する電波 帯に近接しているため、一 部のテレビに「映像が乱れ る」「映らない」といった 障害(受信障害)が発生す る可能性があります。
受信障害を解消するた め、700MHz利用推進協会(株) 策コーポルセンター0120・700・012へご連絡くだ さい。
※ケーブルテレビや光ケー ブルでの地上デジタルテ レビ放送の視聴に影響は ありません。
受信障害が発生した場合は 700MHzテレビ受信障害対 策コーポルセンター0120・700・012へご連絡くだ さい。
▽不審に思う場合は、「テ レビ受信障害対策員証」 の提示を求めるとも に、同コールセンターへ ご連絡ください。
問い合わせ 市民安全課市 民相談係

せん定枝チップの無料配布を再開しました

広報おうめ5月1日号4面「せん定枝チップの無料配布を一時休止しています」について、ご不便をおかけしましたが、機械の修理が完了したため、せん定枝チップの無料配布を再開しました。
また、休止期間中は、せん定枝の持込み量削減にご協力ありがとうございました。
畑の補助肥料やマルチング(根覆い)材などにぜひご利用ください。
チップの配布受付 月～金曜日(祝日を除く)、日曜日の午前9時～午後4時
問い合わせ リサイクルセンター ☎31-0540



びん、かん、陶磁器、ガラス、ペットボトルの出し方

びん、かん、陶磁器、ガラス、ペットボトルを出すときは、対象となるもの・対象とならないもの(下表参照)を確認してください。
地域の資源回収に出すことができるものは、地域の資源回収に出すようご協力をお願いします。
排出時の注意事項
▷バケツ、かご、箱などの容器に入れて出してください。
※品目ごとに別の容器に入れてください。
▷割れたガラスは、透明または半透明の袋に入れてから容器に入れてください。
▷びん、かん、ペットボトルは、中を軽くすすいでください。

▷びん、かん、ペットボトルの中には、たばこの吸い殻などの異物を絶対に入れないでください。
▷ペットボトルは、キャップとラベルを外し、なるべくつぶしてください。
陶磁器の排出量の抑制にご協力を
一度に大量に排出する家庭があるため、収集時間に大幅な遅れが発生しています。複数回に分けて排出するなど、円滑なごみ収集にご協力ください。やむを得ず、40ℓ(市指定収集袋の大型に相当)以上排出する場合は事前にご連絡ください。
問い合わせ 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

種類	対象となるもの	対象とならないもの
びん	飲料・食品・化粧品・飲み薬のびん	▷汚れの取れないびん…燃やさないごみへ ▷ガラス製のコップ、グラス等…ガラスへ
かん	飲料用のスチール缶・アルミ缶・アルミボトル、食品・缶詰の缶、食用油の缶	▷スプレー缶、カセットコンロ用ガスボンベ…有害ごみへ ▷飲料・食品用以外の缶、塗料の缶…燃やさないごみへ ▷一斗缶…粗大ごみへ
陶磁器	茶碗、植木鉢、土鍋、土瓶、急須 ※一辺の長さが30cmを超えるものは粗大ごみへ	▷七輪…燃やさないごみへ ▷レンガ、瓦、タイル…販売店または専門業者へ処分を依頼してください
ガラス	ガラス製のコップ・グラス・皿・花瓶・灰皿・風鈴、板ガラス ※一辺の長さが30cmを超えるものは粗大ごみへ	▷網入りガラス・合わせガラス等の特殊なガラス…専門業者へ処分を依頼してください ▷プラスチックや木、金属などが付随しているガラス…燃やさないごみへ
ペットボトル	マークがある容器(ジュースやコーヒーなど飲料用の容器、日本酒や料理酒など酒類の容器、しょうゆ・食酢・ノンオイルドレッシングの容器など)	▷マークがない容器(食用油、ソースなど油脂を含むもの、香辛料の強いものなどの容器、洗剤やシャンプーなどの非食品容器)…中をすすいで容器包装プラスチックごみへ

8月～10月は 農地管理・流動化推進月間

農地を売買・貸借する際には許可が必要です。
農地を農地のままで売買・貸借するときも、農地法の許可が必要です。
市街化調整区域では、農地法の許可とは別に、農業経営基盤強化促進法による農地の貸し借りをを行うことも可能です。
この場合は、期限がくれば必ず農地が返還されるうえ、市や農業委員会が主体的に関わるため、安心して許可(届け出)が必要です。
農地の転用には許可(届け出)が必要です。
農地の改良にも許可(届け出)が必要です。
農地調査を行います。
また、一時的に駐車場、資材置場等として利用するときも、一時転用の許可届出が必要です。
無許可の場合や許可内容と異なる場合は、転用行為の中止命令や原状回復等の厳しい措置を受けることがあります。
農地改良は農業経営に役立たせ、農地としてよりよい利用をするためのものです。農作物に適した耕作土で、周辺に悪影響がないよう責任ある対応が必要です。
農地改良は農業経営に役立たせ、農地としてよりよい利用をするためのものです。農作物に適した耕作土で、周辺に悪影響がないよう責任ある対応が必要です。
農地改良は農業経営に役立たせ、農地としてよりよい利用をするためのものです。農作物に適した耕作土で、周辺に悪影響がないよう責任ある対応が必要です。
問い合わせ 農業委員会



日頃から災害への備えを万全に

自助・共助が大切です

自然災害そのものを防ぐことはできませんが、万一の災害時に自分や家族、そして自分たちのまちをどう守るのかを考えておくことが大切です。「自分の身は自分で守る」(自助)、「近所同士で助け合う」(共助)が、とても重要になります。各家庭で最低3日分の食料や水等を備蓄するとともに、各地区の防災訓練に参加し、家族や近所同士での安否確認や救出・救助、初期消火活動等、日頃から助け合える環境を作っておきましょう。

問い合わせ 防災課 (市役所5階)

大震災に備える

①避難場所等を確認する

各家庭に配布の「市民防災ハンドブック」などで自分の避難場所等を調べ、実際に歩いて確かめておきましょう。

家族で集合する場所や、非常時の連絡、安否確認方法について、話し合っておきましょう。



②地域の防災訓練に参加する

大地震が発生し、同時に多くの場所で災害が発生すると、市をはじめ消防や警察は、即時に対応することがほとんどできません。目の前の災害に対し、地域の人々が協力して対応しなければなりません。

そのため、日頃からの地域の結びつきや、いざというときの初期消火・救助等の応急対応の習得がとても重要です。各地区の防災訓練に参加し、近所同士で助け合えるよう、地域の防災力を高めましょう。

③家庭内備蓄をする

水、電気、ガス等のライフラインが止まり、食料等の物資の入手が困難になることを前提に、水、食料等を備蓄してください。

避難行動時に必要となる「非常持ち出し品」は、食料1食分、飲料水、必要な薬、現金等を袋に詰めて、すぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。

被災後の生活を支える「備蓄品」は、水(1日1人3ℓ)、食料、薬、粉ミルク等、家族や自分の状況に合わせた備蓄品を考え、最低3日分を準備しておきましょう。

水道や下水道が壊れるとすぐに問題となるのがトイレです。非常時に備え、簡易トイレ(便袋)も備蓄しましょう。

被災して備蓄品を失った方には、避難所で備蓄物資等を供給します。

④家具類等の転倒落下防止対策をする

地震発生時のケガの3～5割が、家具類等の転倒・落下・移動によるものとされています。家具等の下敷きになった場合、家屋の外へ避難できず、火災等から逃げ遅れるなど、命の危険性が高まります。

家具類の固定は、比較的安価で、すぐに実施できる有効な安全確保策です。寝室や居間など、過ごす時間の長い部屋から対策を始めてください。家具転倒防止器具は、防災用品専門業者やホームセンターなどで購入できます。

市では「家具転倒防止器具支給取付事業」を実施しています。詳細は、広報おうめ6月15日号4面または市ホームページをご覧ください。

⑤住宅の耐震性を確保する

平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、昭和56年5月以前の旧耐震基準で建築された建築物に大きな被害が見られ、建物倒壊により多くの死傷者が発生しました。

震度6強の地震で、旧耐震基準の木造住宅が全壊する割合は約5割とされ、耐震性の向上した新耐震基準ではこれが約1割になるとされています。

住宅の倒壊で命を失うことがないように、自宅の耐震性を調べ、必要な補強等を行い、耐震性を確保することが大切です。

台風シーズンに備える

これから台風シーズンを迎えます。気象情報や市からの情報に十分注意し、早めの避難行動をとるよう心がけましょう。

①住宅が「土砂災害警戒(特別警戒)区域」や浸水予想区域内にあるかどうか確認しましょう。

☆市民防災ハンドブックや市ホームページで確認できます。

☆気象庁から発令される気象警報等や市から発令される避難情報の種類を事前に調べましょう。

②自主避難に備えて、持ち運びやすい食料や防寒着を用意しましょう。

☆自主避難する場合は、食料、飲料水、防寒着など、必要なものを携行してください。

☆災害発生時は、随時、市ホームページ、市メール配信サービス、防災行政無線で、情報提供を行います。防災行政無線が聞き取れなかったときは、電話応答☎0800-800-0062(通話無料)をご利用ください。

青梅市総合防災訓練を実施します

阪神淡路大震災、新潟県中越地震、東日本大震災等の教訓を踏まえ、市、防災関係機関、市民等が一体となり、機関相互の協力体制の強化や市民の防災意識を高めるため、総合防災訓練を実施します。

日時 8月25日(日) 午前8時～10時

※雨天決行

会場 今井小校庭 ほか

※臨時駐車場(今井ふれあい公園)には限りがありますので、公共交通機関でお越しください。

内容 応急救護訓練、起震車体験、備蓄用非常食品の試食 ほか

その他 「防災ノート」を持参した小学生の親子には、参加スタンプの押印と景品を用意しています。ぜひ参加してください。



各地区の防災訓練

地区	日程	時間	会場
大門	8月25日(日)	午前8時から	今寺四丁目運動広場
		午前8時30分から	大門第二運動広場
梅郷	8月25日(日)	午前8時30分から	本部訓練・梅郷市民センター
		午前10時から	各地区訓練・6会場
成木	8月25日(日)	午前9時から	成木2丁目運動広場
東青梅	8月25日(日)	午前8時から	東青梅市民センター
小曾木	9月1日(日)	午前8時40分から	七小、六中、小曾木市民センター
河辺	9月1日(日)	午前8時40分から	若草小
新町	9月8日(日)	午前8時から	都立誠明学園グラウンド
長淵	9月～12月に連合自治会単位で実施		

※沢井地区は5月26日(日)に六小校庭・体育館で実施済み

※青梅地区は6月30日(日)に青梅市民センター等で実施済み

総合防災訓練に合わせて8月25日に緊急速報メールを配信します

「緊急速報メール」は、災害情報や避難情報を、市内の携帯電話基地エリアに滞在している方(来訪者を含む)の携帯電話、スマートフォン(NTTドコモ、KDDI(au)、ソフトバンク)に一斉に配信するシステムです。訓練として配信するもので、実災害ではありませんのでご注意ください。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

帰宅困難者心得10か条

災害により交通機能が停止すると、大きな混乱が生じます。

あわてず行動できるように、平常時も含めて次のことを心がけてください。

①あわてず騒がず、状況確認

②携帯ラジオをポケットに

③作っておこう帰宅地図

④ロッカー開いたらスニーカー(防災グッズ)

⑤机の中にチョコやキャラメル(簡易食料)

⑥事前に家族で話し合い(連絡手段、集合場所)

⑦安否確認、災害用伝言ダイヤル等や遠くの親戚

⑧歩いて帰る訓練を

⑨季節に応じた冷暖準備(携帯カイロやタオルなど)

⑩声をかけ合い、助け合おう



ご利用ください 青梅市メール配信サービス

市では、電子メールを利用して、防災情報、防犯情報、行政情報を配信しています。ぜひご利用ください。

登録方法 登録用メールアドレス ☒ ome@mpx.wagmap.jp に空メールを送信または右の二次元コードから(登録案内メールが届きます)

※迷惑メール防止設定をしている場合は、「@psmail.jp」を受信できるようにしておいてください。

問い合わせ 情報システム課



介護予防リーダー養成講座

高齢者が住み慣れた地域で、自立した生活を送るためには、介護予防のための健康づくりが必要です。

市では、自分たちで介護予防の活動を行う「介護予防リーダー」を養成しています。この講座は、地域の健康づくりのために、皆さんが集まれる場作りなどを積極的に行うボランティアを養成する講座です。

日時 10月3日～12月5日の木曜日 午後2時～4時 (全10回)

会場 市役所2階会議室 ※10月17日は福祉センター

対象 市民 (介護予防に関心があり、講座終了後、地域で介護予防活動を自発的に行うことができ、原則として全回参加できる方)

※医師から運動制限を受けている方は、ご遠慮ください。

※介護施設等の職員のスキルアップを目的とした参加は不可

※営利目的の教室等での参加は不可

内容 自宅や地域で実施できる体操等に関する知識と実践

定員 20人程度 (抽選) 費用無料

申し込み 9月6日までに直接高齢者支援課包括支援係 (市役所1階)へ
※土・日曜日を除く

ちいき・いきいき・げんきパネル展 ～介護予防リーダーの活動を見てみよう～

介護予防リーダーは、地域の皆さんが気軽に集まれる場作りなど、先頭に立って地域を元気にしています。現在、市内22か所の通いの場で、体操、脳トレやゲームなど楽しく活動しています。

今回、介護予防リーダーの活動についてのパネル展を開催します。通いの場に参加してみたい方、皆が集まれる場所を地域に作ってみたい方など、この機会にぜひご覧ください。

期間 8月19日(月)～30日(金)

※土・日曜日を除く

会場 市役所1階ロビー

問い合わせ 高齢者支援課包括支援係

Jアラート (全国瞬時警報システム)による 防災行政無線試験放送の実施

市では、Jアラート(地震等の災害時や武力攻撃の際に国から送られてくる緊急情報を人工衛星などを活用して瞬時に伝達するシステム)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。皆さんのご理解をお願いします。

時間 午前11時
内容 市の防災行政無線から、次の内容を一斉に放送します。
☆(チャイム)↓「これは、Jアラートのテストです」(3回繰り返し)↓「こちらは、ほうさい青梅です」↓(チャイム)
※試験放送は全国で実施します。

自治会活動紹介コーナー
9月30日までは最寄りのバス営業所での更新手続きはできません。

また、春の大祭にひき出す山車は、昭和の早期峠道の拡幅に伴って切り出された木材を基に、村民の寄付と、親子二代にわたる宮大工の手で造られましたので、親子連れの囃子連など、親子連れの皆さんにひかれながら、町内外を巡ります。

更新方法 現在シルバーパスをお持ちの方には、東京バス協会から8月下旬に「シルバーパス更新手続きのご案内」が送付されます。該当する対象者区分の費用および必要書類をご用意のうえ、「更新窓口案内図」に記載の窓口で手続きをしてください。

※指定の日程が都合の悪い方は、表1「更新窓口日程・会場」のいずれかから手続きをお願いします。

表1 更新窓口日程・会場

日程(9月)	会場
2日(月)	成木市民センター
3日(火)、4日(水)	青梅市役所
5日(木)、6日(金)	大門市民センター
9日(月)、10日(火)	長淵市民センター
11日(水)、12日(木)	梅郷市民センター
13日(金)	今井市民センター
18日(水)	新町市民センター
19日(木)	沢井市民センター
20日(金)	小曾木市民センター
24日(火)	東青梅市民センター
25日(水)、26日(木)	ネットたまごセンター(文化交流センター)
27日(金)	河辺市民センター

※受付時間 午前10時～午後3時30分

国民年金保険料納付案内の 民間委託をしています

日本年金機構では、国民年金保険料が未納となっている方に対して、電話・文書・戸別訪問による保険料の納付の案内業務を民間委託して行っています。

※訪問員が訪問する際は、日本年金機構が発行した顔写真入りの身分証明書を持参します。

※民間委託についての詳細は、日本年金機構ホームページ <http://www.nippon-kinen.go.jp> で確認できます。

春・秋の例大祭
七五三祈願祭・新穀感謝祭、歳旦祭(元旦祭)、祈念祭・末社祭の諸神事で、式典の準備、みこしの巡行

春・秋の例大祭
七五三祈願祭・新穀感謝祭、歳旦祭(元旦祭)、祈念祭・末社祭の諸神事で、式典の準備、みこしの巡行

春・秋の例大祭
七五三祈願祭・新穀感謝祭、歳旦祭(元旦祭)、祈念祭・末社祭の諸神事で、式典の準備、みこしの巡行

表2 対象者・費用・必要書類

対象者	費用	必要書類
① 令和元年度の住民税が課税で、③以外の方	20,510円	共通書類のみ
② 令和元年度の住民税が非課税の方	1,000円	共通書類のほか、令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階欄に「1」～「5」の記載があるもの、令和元年度住民税非課税証明書(注)、生活保護受給証明書(生活扶助)のいずれか1つ
③ 令和元年度の住民税が課税で、平成30年の合計所得金額が125万円以下の方		共通書類のほか、令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階区分欄に「6」または「7」の記載があり、かつ合計所得金額欄の記載が125万円以下のもの、令和元年度住民税課税証明書(注)のいずれか1つ
④ 平成30年度の経過措置のうち、17年度の住民税が非課税であったため1,000円でパスの発行を受けた方		共通書類のみ

注 令和元年度住民税非課税証明書・課税証明書は、市民税課(市役所1階)または各市民センターで発行しています。また、マイナンバーカードをお持ちの方はコンビニでも発行できます。
※不動産売却に係る特別控除の適用がある場合、合計所得金額から特別控除額を引いた額で所得を判断します。該当する方は、上記の必要書類と異なる場合がありますので、お問い合わせください。

自治会活動紹介コーナー 9月30日までは最寄りの バス営業所での更新 手続きはできません。

また、春の大祭にひき出す山車は、昭和の早期峠道の拡幅に伴って切り出された木材を基に、村民の寄付と、親子二代にわたる宮大工の手で造られましたので、親子連れの囃子連など、親子連れの皆さんにひかれながら、町内外を巡ります。



更新方法 現在シルバーパスをお持ちの方には、東京バス協会から8月下旬に「シルバーパス更新手続きのご案内」が送付されます。該当する対象者区分の費用および必要書類をご用意のうえ、「更新窓口案内図」に記載の窓口で手続きをしてください。

※指定の日程が都合の悪い方は、表1「更新窓口日程・会場」のいずれかから手続きをお願いします。

表2 対象者・費用・必要書類

対象者	費用	必要書類
① 令和元年度の住民税が課税で、③以外の方	20,510円	共通書類のみ
② 令和元年度の住民税が非課税の方	1,000円	共通書類のほか、令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階欄に「1」～「5」の記載があるもの、令和元年度住民税非課税証明書(注)、生活保護受給証明書(生活扶助)のいずれか1つ
③ 令和元年度の住民税が課税で、平成30年の合計所得金額が125万円以下の方		共通書類のほか、令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階区分欄に「6」または「7」の記載があり、かつ合計所得金額欄の記載が125万円以下のもの、令和元年度住民税課税証明書(注)のいずれか1つ
④ 平成30年度の経過措置のうち、17年度の住民税が非課税であったため1,000円でパスの発行を受けた方		共通書類のみ

注 令和元年度住民税非課税証明書・課税証明書は、市民税課(市役所1階)または各市民センターで発行しています。また、マイナンバーカードをお持ちの方はコンビニでも発行できます。
※不動産売却に係る特別控除の適用がある場合、合計所得金額から特別控除額を引いた額で所得を判断します。該当する方は、上記の必要書類と異なる場合がありますので、お問い合わせください。

作業療法学生による認知症予防講座



日程・内容 下表参照
 ※1回のみ参加、複数回の参加可
 ※各回申し込みが必要
時間 午後1時30分～3時
会場 市役所2階会議室
対象 認知症予防に関心がある方
 ※年齢不問

講師 多摩リハビリテーション学院
 専門学校作業療法学科教員、学生
定員 各回先着25人(予約制)
費用無料
服装・持ち物 動きやすい服装、筆記用具、飲み物
申し込み 電話で社会教育課へ

回	日程(全3回)	内容
①	9月7日(土)	進んでやりたい!教えない!体と脳の運動講座
②	9月14日(土)	日常生活は予防の宝箱!
③	9月21日(土)	みんなで気持こう!身の回りの危険

対象者

年齢区分	生年月日
65歳	昭和29年4月2日～30年4月1日
70歳	昭和24年4月2日～25年4月1日
75歳	昭和19年4月2日～20年4月1日
80歳	昭和14年4月2日～15年4月1日
85歳	昭和9年4月2日～10年4月1日
90歳	昭和4年4月2日～5年4月1日
95歳	大正13年4月2日～14年4月1日
100歳	大正8年4月2日～9年4月1日
101歳以上	大正8年4月1日以前

※令和元年度の予診票(水色の線で印刷)を送付しました。
 ※対象とならない方 過去に23価の肺炎球菌ワクチンを接種済み(全額自己負担で接種した場合も含む)の場合は、本制度を使って接種することはできません。
自己負担額 各医療機関が定める接種料金から4千円の公費助成分を差し引いた額
 ※詳細は各医療機関へお問い合わせください。
 ※生活保護受給者、中国残留邦人等に対する支援給付の対象者は免除あり(受給証明書を持参)
問い合わせ 健康センター 23・2191

忘れていませんか 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種
 65歳以上の高齢者は、年齢を重ねるほどに肺炎の死亡率が高くなります。成人の肺炎のうち3分の1程度は肺炎球菌が原因と言われています。
 国は、対象者への補助を今年度から引き続き5年間延長し、肺炎球菌ワクチン予診票の有効期限を令和2年3月31日

を接種することを推奨しています。対象者は左表のとおりです。生涯に一度の機会となりますので、対象者で接種を希望する方は、この機会に接種してください。

成人歯科検診・後期高齢者歯科健康診査

実施期間 9月2日(月)～11月30日(土)
実施医療機関 下表参照
対象 市内在住で次に該当する方☆成人歯科検診…令和2年4月1日時点において20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方☆後期高齢者歯科健康診査…①後期高齢者医療制度に加入している方②受診日当日に75歳以上で生活保護を受給している方等
費用 500円
 ※受診日に実施医療機関で支払い、生活保護を受給している方等は免除あり
持ち物 ☆成人歯科検診…健康保険証☆後期高齢者歯科健康診査…①後期高齢者医療制度被保険者証②受給証明書
その他 各医療機関へ診療日を確認、電話予約し、受診してください。受診当日は、問診と口腔内検査を行い、結果をお知らせします。
問い合わせ 健康センター ☎23-2191

所在地	番地	医療機関名	電話番号
勝沼	3-71	片桐歯科医院	23-8456
西分町	2-85	山崎歯科医院	24-2516
本町	130-19	あゆみ歯科	24-7178
滝ノ上町	1235	武藤歯科医院	22-2825
千ヶ瀬町	3-403-3	やまだ歯科医院	22-0139
長淵	1-9	中丸歯科クリニック	21-5500
	1-57-1	三田歯科医院	21-3941
	4-376-1	下奥多摩歯科医院	23-8818
梅郷	4-702-3	梅郷歯科クリニック	77-0648
柚木町	1-265-1	ひろせ歯科クリニック	77-0666
成木	8-410	北小曾木歯科診療所	74-4744
小曾木	4-2244	小曾木歯科	74-6480
藤橋	2-560-44	百瀬歯科医院	31-5006
	3-9-7	荻野歯科三ツ原診療所	31-6480
新町	3-31-3	武藤歯科クリニック	31-8848
	3-67-5	鏡歯科医院	32-1789
	3-70-9	小沢歯科医院	32-0082
	5-32-7	浜口ファミリー歯科医院	32-7177
師岡町	4-5-33	嶋崎歯科医院	24-7177
東青梅	1-2-5	東青梅歯科医院	21-6480
	1-4-3	志村歯科医院	22-3711
	1-9-8	山中歯科医院	22-2875
	2-14-12	足立歯科	24-1818
	2-20-26	池田歯科医院	24-2322
	3-9-14	はたの歯科医院	22-0118
	5-9-24	長谷川歯科医院	24-8014
5-16-24	高橋スマイル歯科	24-8455	
5-20-10	三井歯科医院	24-7471	
野上町	2-21-3	佐藤歯科医院	22-3954
	4-1-4	関口歯科医院	24-7304
河辺町	4-21-2	上田歯科医院	24-4182
	5-5-12	高野歯科クリニック	21-4970
	5-7-4	河辺南口デンタルクリニック	20-8333
	7-1-14	菊池歯科医院	31-1319
	7-4-55	橋本歯科医院	32-7370
	9-9-2	本間歯科医院	22-3243
	10-5-15	北島歯科医院	24-1081
	10-8-8	近藤歯科医院	78-3219
10-12-37	山下歯科医院	22-0203	

食育一口メモ 生活リズムを見直そう
 夏休みがもうすぐ終わります。夜更かし、朝寝坊、朝食を抜くなど、生活のリズムが崩れていませんか?生活のリズムが乱れると体温のリズムも乱れ、体は時差ぼけのような状態です。午前中にならぬうちに、疲れやすくなります。

文部科学省が平成26年に実施した「睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査」によると、学校がある日とない日で起床時刻が2時間以上ずれることがよくある子どもほど「午前の授業中に眠くてしかたがないことがよくある」と回答する割合が高くなっています。太陽の光を浴び、朝食をとることで体内時計がリセットされ、生活のリズムを整えることができます。学校が始まるこの時期に家族で生活習慣を見直してみよう。
問い合わせ 健康センター ☎23・2191

ゴックンクラス(離乳食教室・初期)
日時 9月10日(火) 午
 前10時～11時30分
会場 健康センター2階
対象 4～5か月児と保護者
費用 1組100円
内容 離乳食の始め方、この時期の離乳食の作り方の説明、試食
定員 先着20組(予約制)
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

持ち物 バスタオル、ミルク(お湯も含む)、おむつなど、外出時に必要なもの
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

モグモグカミカミクラス(離乳食教室・中後期)
日時 9月4日(水) 午
 前10時～11時30分
会場 健康センター2階
対象 6～9か月児と保護者
費用 1組200円
内容 離乳食の進め方、7か月以降の離乳食の作り方の説明、試食
定員 先着20組(予約制)
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

持ち物 バスタオル、ミルク(お湯も含む)、おむつなど、外出時に必要なもの
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

市立総合病院 おうめ健康塾 生活習慣病予防の食事について
 糖尿病、高血圧症、脂質異常症、心臓病、がん等の生活習慣病は、私たちの医療費の約3割、死亡者数の約6割を占め、その予防は私たちの健康を守るために大変重要となっています。
 生活習慣病の予防に最も大切なのは食習慣です。つい食べ過ぎたり、かたよった食事内容になっていませんか。健康のために何をどれだけ食べればよいのか、生活習慣病を改善するにはどのような食事がよいのか、お話しします。

日時 9月25日(水) 午後2時～3時
会場 総合病院講堂(南棟3階)
講師 栄養科管理栄養士
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 総合病院 管理課庶務係 ☎22・3191

子どもの感染症を予防しましょう

乳幼児の保護者を中心に知っておきたい感染症の主な流行期、症状、潜伏期間、感染経路は、下表のとおりです。

こまめな手洗いとせきエチケットを心がけ、感染症を予防しましょう。

問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

	病名	症状	潜伏期間	感染経路
通年の感染症	伝染性紅斑(リンゴ病)	微熱やかぜのような症状、両頬に紅い発疹、手足に網目状の発疹	4~20日	飛まつ接触
	A群溶血性レンサ球菌咽頭炎(溶連菌感染症)	発熱、いちご状の舌、咽頭発赤	2~5日	飛まつ接触
	突発性発疹	高熱、おなかや背中を中心に大小不規則な赤い発疹	10日程度	不明
	マイコプラズマ肺炎	乾いたせき、発熱、全身けん怠感、頭痛	2~3週間	飛まつ接触
夏の感染症	手足口病	口の粘膜・手のひら・足の甲や裏などに2~3mmの水ほう性の発疹	3~5日	飛まつ経口接触
	ヘルパンギーナ	高熱、口腔内の水ほう・発赤	2~4日	飛まつ経口接触
	咽頭結膜熱(プール熱)	発熱、咽頭炎、結膜炎	5~7日	飛まつ接触
秋・冬の感染症	季節性インフルエンザ	38℃以上の発熱、頭痛、せき、鼻水	1~3日	飛まつ接触
	RSウイルス感染症	軽いかぜのような症状から重い肺炎までさまざま	4~6日	飛まつ接触
	感染性胃腸炎(ノロウイルス、ロタウイルス等)	吐き気、おう吐、下痢、腹痛	1~3日	経口接触

幼児教育・保育無償化説明会を開催します

10月開始予定の幼児教育・保育の無償化について、幼稚園や保育施設などを利用している、または利用を考えている保護者の皆さんを対象として、概要を知っていただくため、説明会を開催します。

日程・時間 下表参照

会場 市役所2階204~206会議室

対象 未就学児の保護者

定員 各回先着100人程度(予約制)

その他 2歳以上の未就学児の託児あり・各回先着30人(予約制)

※各日程の1週間前までに電話で子育て推進課へ

申し込み 電話で子育て推進課保育・幼稚園係、施設給付係へ

回	日程	時間
①	9月1日(日)	午前10時から 午後1時30分から
②		
③	9月8日(日)	午前10時から 午後1時30分から
④		

プレママ体験コース&プレママ・プレパピラス

安心して出産・子育ての準備ができるよう、ぜひご参加ください。

日程・時間等 下表参照 会場 健康センター

服装・持ち物 袖まくりができる服装(ベビーバスにお湯を張って、赤ちゃん人形をお風呂に入れます)、「はじめまして赤ちゃん」

申し込み 電話 ☎ 23-2191 で健康センターへ

プレママ体験コース

日程	時間	内容	対象・定員
9月19日(木)	午後1時15分~3時50分(零時50分受付開始)	抱っこ、オムツ交換、赤ちゃんの入浴	出産予定日が10月中旬~令和2年2月上旬の妊婦・先着15人(予約制)

※遅刻・欠席の場合は、前日まで(当日は午前8時45分~10時)に電話で健康センターへ

プレママ・プレパピラス

日程	時間	内容	対象・定員
9月28日(土)	午前9時45分~正午(9時30分受付開始)	赤ちゃんの生活イメージをイメージしてみる 赤ちゃんと一緒に入浴する 赤ちゃんと遊ぶ(おもちゃの交換など) 赤ちゃんと遊ぶ(おもちゃの交換など) 赤ちゃんと遊ぶ(おもちゃの交換など)	出産予定日が10月下旬~令和2年2月中旬の妊婦とその夫・先着16組(予約制)

※遅刻・欠席の場合は、前日まで(当日は午前8時45分~9時)に電話で健康センターへ

小規模特別認定校 成木小児童・七中生徒を募集します

小規模特別認定校制度とは、当該校の特色ある環境の中で子どもを学ばせたい、学びたいという保護者やお子さんに、一定の条件のもと、指定校を変更し、特別に他の通学区域から入学・転学を認めるものです。この制度による令和2年度成木小・七中への就学を希望する児童・生徒を募集します。

就学条件 保護者は次の条件をすべて満たしていること

▽市内に住所を有し、指定小学校に就学している児童または就学を予定している児童の保護者。

また、指定中学校に就学を予定している児童の保護者

▽児童が小規模特別認定校に就学した場合は、当該校を卒業するまで、みずからの責任と負担で通学させること

▽成木小または七中の教育活動、PTA活動などについて理解し、協力すること

▽教育委員会ならびに学校の指示に従うこと

成木小

恵まれた自然環境の中で、地域の協力を得ながら、少人数を生かした特色ある活動と豊富な体験活動や交流活動を通して、人とのかわりや自然とのふれあいを大切に指導しています。特に、学級の人数も少ないことから、子どもたち一人一人を大切にしたい学習指導を行っています。

また、成木保育園、七中をはじめ地域との連携・交流にも力を注いでおり、「いのちを大切に育てる」を教育目標としています。

募集学年 令和2年度に小学1~3年生になる児童

募集予定人員 1年生19人、2年生13人、3年生10人

※学級定員は各学年20人

学校見学会・説明会

▽第1回：9月6日(金) 午後1時から(零時30分受付開始)

▽第2回：9月14日(土) 午前11時から(10時30分受付開始)

面談 11月18日(月) 予定

活動と豊富な体験活動や交流活動を通して、人とのかわりや自然とのふれあいを大切に指導しています。特に、学級の人数も少ないことから、子どもたち一人一人を大切にしたい学習指導を行っています。

また、生徒会活動や部活動(令和元年度は、ソフトテニス、バドミントン、自転車、吹奏楽、グリーンキーパー)なども盛んに行っています。

さらに、成木小をはじめ地域との連携・交流にも力を注いでおり、2年生の職場体験、小・中学校一貫教育の推進・充実、地域行事へのボランティア参加、高齢者福祉施設交流などを積極的に取り組んでいます。

募集学年 令和2年度に小学1年生になる生徒

募集予定人員 1年生12人

※学級定員は第1学年20人

学校見学会・説明会 9月26日(木) 午後1時30分から(1時10分受付開始)

面談 11月20日(水) 予定

いづれも

▽定員を超えた場合は公開抽選

▽申し込みをした保護者および児童は、必ず面談を受けていただきます。

申し込み 10月1日~31日に、市内の小学校・各市民センター、学務課(市役所3階)で配布する「入学・転入学申込書」または「入学申込書」に必要事項を記入し、〒198-1870 青梅市教育委員会学務課学務係へ郵送または直接持参 ※郵送は10月30日必着

子育てひろば・ウメスタ

ウメスタ祭り

日時 8月24日(土)
午前9時~午後3時
会場 河辺市民センター「ウメスタ」
対象 未就学児の親子、祖父母、小学生
内容 ヨーヨーつり▽お

菓子つり▽午前11時から：はいはいレース▽午後1時~3時：手作りおもちゃ▽2時~3時：子どもの洋服、絵本、おもちゃの交換会 ほか

入場無料
その他 駐車場あり
※臨時駐車場(河辺町6丁目運動広場)も利用可
直接会場へ
問い合わせ ウメスタ ☎ 78-3601、市子ども家庭支援課支援係

子育てひろば・とらこ

簡単エアロビクス

日時 8月19日(月)
午前11時~11時30分
※子育てひろばは10時~午後3時
会場 下長瀬自治会館2

階大広間
対象 未就学児の親子
※妊娠中の方、祖父母の参加可
講師 フィットネスコーチ

美帆氏
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 長瀬保育園 富樫 ☎ 22-8102、市子ども家庭支援課支援係

七中

成木の森林に囲まれ、夏には校庭にホタルが飛び交うほど自然に恵まれた環境の中で、地域の協力を得ながら、少人数を生かした特色ある教育活動を行っています。

学習面においては、日常の授業はもちろん、放課後の補習授業や、教科別の面談などを行う「学習相談週間」、定期テスト前の「放課後学習会」、「夏休み補習教室」等を取り入れ、一人一人を大切にしたい教育活動を行っています。

また、生徒会活動や部活動(令和元年度は、ソフトテニス、バドミントン、自転車、吹奏楽、グリーンキーパー)なども盛んに行っています。

さらに、成木小をはじめ地域との連携・交流にも力を注いでおり、2年生の職場体験、小・中学校一貫教育の推進・充実、地域行事へのボランティア参加、高齢者福祉施設交流などを積極的に取り組んでいます。

募集学年 令和2年度に小学1年生になる生徒

募集予定人員 1年生12人

※学級定員は第1学年20人

学校見学会・説明会 9月26日(木) 午後1時30分から(1時10分受付開始)

面談 11月20日(水) 予定

いづれも

▽定員を超えた場合は公開抽選

▽申し込みをした保護者および児童は、必ず面談を受けていただきます。

申し込み 10月1日~31日に、市内の小学校・各市民センター、学務課(市役所3階)で配布する「入学・転入学申込書」または「入学申込書」に必要事項を記入し、〒198-1870 青梅市教育委員会学務課学務係へ郵送または直接持参 ※郵送は10月30日必着

集まれおうめっ子！ パラスポーツにトライ！ の巻

日時 10月6日(日) 午前9時30分～午後3時30分(9時受付開始)
会場 成木市民センター
対象 市内在住・在学の小学4年生～中学3年生
内容 パラスポーツ(シッティングバレー、ボッチャ)を体験
講師 柳澤裕之氏
定員 先着36人(予約制)
費用 300円
服装・持ち物 動きやすく汚れてもよい服装・靴(室内用)、おわん、お箸、おむすび、飲み物、タオル、筆記用具
その他 保護者の参加・見学不可▷昼食時に豚汁を提供します。
主催 市青少年委員協議会 ※子どもゆめ基金助成活動
申し込み 電話で市青少年委員協議会事務局(社会教育課内)へ

青梅児童合唱団・青梅市民合唱団

いこいのおんがくかい

世界の名曲や誰もが耳にしたことのある日本の曲を、さわやかな合唱でお届けします。合唱を聴きながらお昼のひと時を過ごしませんか。

日程

▷青梅児童合唱団…8月22日(木)

▷青梅市民合唱団…8月26日(月)

いずれも

時間 午後零時15分～45分

会場 市役所2階姉妹都市コーナー

入場無料

直接会場へ

問い合わせ 社会教育課



第60回市民体育大会参加者募集

問い合わせ スポーツ推進課

カヌー(カヌースラローム)

日時 9月8日(日) 午後1時開会式、1時30分競技開始(9時30分～正午受付)

会場 東原公園水泳場

対象 小学生以上で多少泳げる方(初心者歓迎)

種目 カヌースラローム小学生・中学生・一般(いずれも男子・女子)

費用無料 **持ち物** 濡れてもよい服装(化学繊維のもの)

申し込み 9月1日までにいずれかの方法で

▷直接…直接スポーツ推進課(市役所3階)、住友金属鉾山アリーナ青梅(総合体育館)、各市民センターへ

▷電話・電子メール…電話☎32-0977または電子メール✉f-tsuyoshi@nifty.comで市カヌー協会 藤野へ

テニス(ミックスダブルス)

日時 10月6日(日) 午前9時競技開始(8時30分受付開始)

※予備日…10月20日(日) **会場** 市民球場

対象 市内在住・在勤・在学者、市テニス協会員 **種目** ミックスダブルス

費用 1ペア500円(ボール代) ※当日集金

その他 上位入賞者は市代表として対外試合の派遣対象選手になれます。

詳細 市テニス協会 若林☎090-2173-9267

申し込み 8月31日までに直接住友金属鉾山アリーナ青梅または各市民センターへ

バスケットボール

日程 10月6日～20日の日曜日、11月3日の祝日

会場 住友金属鉾山アリーナ青梅、今井市民センター **対象** 高校生以上

種目 一般男子・女子、シニア男子・女子

※シニア男子は35歳以上、シニア女子33歳以上で一般男子・女子と重複参加可

競技方法 リーグ戦 ※参加チーム数により変更あり

費用 3,000円(シニアは1試合1,500円) ※当日集金

詳細 市バスケットボール連盟 桜木☎090-4618-1623

申し込み 9月1日までにチーム名、代表者氏名・電話番号・電子メールアドレス、参加種別、その他連絡事項を電子メール✉slamdunk_yukari.love-beer@docomo.ne.jpで同連盟 桜木へ

三小児童の起業したAOSAN, COが利益の一部を市へ寄付しました



三小では、総合的な学習の時間を活用し、5年生が青梅の魅力を学び、模擬株式会社を運営する起業家教育に取り組んでいます。

昨年度は、「青梅を世界にPRする」を合い言葉に、市内諸団体の協力を得て、社員たちが考案したオリジナルデザインのフェイスタオルを商品化し、スーパーマーケットや青梅マラソン会場で販売しました。

7月18日に、現在6年生となった、平成30年度同社社長・副社長等が社員を代表して浜中市長を訪問し、利益の一部を市へ寄付しました。浜中市長は、児童たちが熱心に取り組んだこと、寄付による社会貢献を褒め、お礼を述べました。

また、寄付金22,490円は、児童たちの希望どおり、教育の予算として活用することを約束しました。

問い合わせ 指導室指導係

小・中学校に応答専用留守番電話を設置します

学校における働き方改革の一環として、小・中学校に応答専用留守番電話を設置します。教職員の勤務時間外は原則として留守番電話での応答となります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

開始日 各校の2学期開始日から

区分	開始時間
月～金曜日	小学校…午後6時30分から 中学校…午後7時15分または7時30分から
土・日曜日、祝日、年末年始等	終日
長期休業期間中の月～金曜日	午後4時45分または5時から

※学校行事等により時間が変更となる場合あり

その他 事故・事件など緊急の場合は、市役所へご連絡ください。

問い合わせ 指導室教職員係

青梅市の文化遺産32

タカの渡りの観察会

市文化財保護指導員 荒井悦子

今年で21年目を迎えるタカ渡り観察会。日本野鳥の会奥多摩支部は、梅の公園で9月下旬から10月上旬にかけて観察を続けています。タカの渡りとは、日本で繁殖を終えたタカ類が、越冬のために南の沖縄や東南アジアを目指して集団で渡る様子のことです。昨年は、サンバが1千313羽、ハチクマ66羽、ノスリ88羽をカウントしました。

サシバというタカが多く、観察者もサシバの渡りを見るために遠方からやってきます。最も多くカウントできるのは、9月下旬の晴れた日です。昨年は9月28日が最も多く観察できました。当日の観察会担当者の報告によると「午前7時46分に軍畑方向く高水山を行く12羽を発見。8時43分に同じルートで31羽が渡っている。辛垣山の北側に出現し、雷電山く

軍畑く高水山そして御岳山という、梅の公園から離れて渡るコースが断続的に続く。9時29分、9時42分にかけて大きな群れが来た。辛垣山く三方山にかけて数回タカ柱を作りながら梅の公園の西側を通過して御岳山方向へ渡って行った。最大48羽で、13分間に126羽が渡った。サシバの群れに驚いたのか、クマタカが雷電山方向に出現した。しばらく観察していると、次のサシバの群れが三方山方向から10時2分に出現して、66羽が10分ほどかけて南西へ渡っ

た。これは梅の公園の王道コースで参加者から歓声が上がった。その後は、観察終了の午後2時前後まで断続的に渡り、20羽前後のタカ柱を数回作って渡って行った。」ということでした。タカ柱とは、上昇気流に乗って複数のタカが渦のように旋回しながら上昇している状態で柱のように見えます。多くの渡りが観察できる日は、ほんの数日ですが、全国でサシバファンが空を見上げます。

問い合わせ 郷土博物館 ☎23-6859



「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、9/15号…8月20日(火)、10/1号…9月5日(木)です。 - 秘書広報課 -

なんでも情報局 アンテナ

★催し(子ども向け)

●ねむのき幼稚園から ☆見学会: 9月10日(火) 午前10時30分~11時30分

★催し

●放射能から子どもを守る お医者さんのお話 8月24日(土) 午後2時~4時

★催し

●わらべうた遊び 第1: 3水曜日 午後3時~5時

★催し

●子どもの未来を考える セミナー 8月22日(木) 午後2時~4時

★催し

●大極柔力球体験講習会 9月1日(日) 午前10時

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●うたごえ喫茶「ねがい」 8月25日(日) 午後1時~4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土) 午後1時~2時

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●無料不動産相談 9月14日(土) 午前10時~午後4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土)

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●無料不動産相談 9月14日(土) 午前10時~午後4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土)

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●無料不動産相談 9月14日(土) 午前10時~午後4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土)

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●無料不動産相談 9月14日(土) 午前10時~午後4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土)

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●無料不動産相談 9月14日(土) 午前10時~午後4時

★催し

●閉基 日曜日 午後1時~5時

★催し

●鈴虫の飼育教室と無料配布 8月17日(土)

★催し

●西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」 9月14日(土)

★催し

●法人60周年記念三笠宮彬子女王殿下による特別講演 11月10日(日)

★催し

●初任者弓道教室 9月5日(土) 午前9時

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

★催し

●子どもパークレンジャー 2019自然保護官になりきって森と川を調査しよう

プレミアム付商品券が利用できる店舗
プレミアム付商品券を利用できる店舗の一覧表については、9月末に購入引換券と一緒に送付するほか、青梅商工会議所ホームページ、市ホームページでもお知らせします。

官公署だより
2019耐震キャンペーン(令和元年9月1日~2年1月17日) ☆耐震ポスターラム「あなたを、家族を、まちを守るためにできること」

市民提案協働事業 公開プレゼンテーションを開催します
令和元年度市民提案協働事業(追加募集)に応募のあった事業のうち、書類審査を通過した事業についての公開プレゼンテーションを開催します。

青梅サマーフェスティバル開催
今年もやります!キッズ&ユースのためのダンス&音楽イベント。午後2時30分からは注目のダンスコンテストも!

質屋 質店
質屋 質店 質屋 質店
質屋 質店 質屋 質店

御岳山へ行く！ 婚活パワースポットめぐり

これまで、御岳山でイベントを行うと誰かが必ず結ばれました。「これは良縁のご縁があるに違いない！」と御岳山好き・パワースポット好きな男女の縁結び・婚活を目的とした「婚活パワースポットめぐり」を開催します。御岳渓谷で魚釣り体験もできます。



日時 10月13日(日) 正午～14日(祝) 正午ごろ(1泊2日)
対象 22歳～55歳の男女 定員 男女各先着25人(予約制)
費用 男性16,000円、女性15,000円(1泊3食付き・税込み)
※魚釣り、婚活セミナー、婚活パーティー、縁結びご祈禱・お守り付き
※ケーブルカー代(往復)、行きバス代含む
※1人部屋希望者は別途3,000円
その他 詳細は、同協会ホームページをご覧ください。
申し込み 10月4日までに件名を「御岳山婚活申し込み」とし、住所、氏名、電話番号、年齢、性別、1人部屋希望者はその旨を電子メール☐ome-2481@omekanko.gr.jpで(一社)青梅市観光協会へ
問い合わせ 同協会☎24-2481

登録番号 東京都知事登録旅行業地域-7623号

JR青梅線軍畑駅～御嶽駅間開業90周年記念 ハイキングイベント参加者募集

青梅市観光協会では、JR青梅線軍畑駅～御嶽駅間の開業90周年イベントに協力して、地元在住のガイドによるこだわり解説付きのハイキングイベントを開催します。

①地元解説員と歩く御岳渓谷こだわり遊歩散策と美術館巡り

行程 午前10時・御岳交流センター(御嶽駅から徒歩3分)集合～御岳渓谷散策(左岸)～御岳美術館見学～御岳渓谷散策(右岸)～河鹿園(古美術鑑賞)～玉川屋での昼食(そば)～午後2時・現地解散
費用 2,800円(入館料、昼食代) ※キャンセル料あり
その他 参加者には木製名札をプレゼントします。

②来て!見て!分かる 青梅宿と義賊七兵衛を訪ねるツアー

行程 午後1時・青梅観光案内所(JR青梅駅前)集合～七兵衛地蔵尊～竹の小径・七兵衛通り経由～七兵衛公園(七兵衛自宅跡)～旧青梅街道(青梅宿町並み、路地、看板建築)～宗建寺(七兵衛のお墓)～はこ哉(コーヒー)～午後3時・現地解散
費用 600円(コーヒー付き)
※キャンセル料あり



いずれも

日程 9月1日(日)
定員 先着20人(予約制)
協力 JR東日本青梅駅
申し込み 8月28日までに電話☎24-2481またはファックス☎84-2510で(一社)青梅観光協会へ

中央図書館ハンディキャップサービスを ご利用ください!

問い合わせ 中央図書館☎22・6543



● 点字図書

青梅市の図書館カードをお持ちの方なら、どなたでも利用できます。また、中央図書館で所蔵していない点字図書も、全国の点字図書館などから取り寄せることができます。

● 新着点字図書

▼「さよなら、田中さん 鈴木るりか/著(全3巻)
▼「駒子さんは出世なしてしたくなかった」碧野 圭/著(全4巻)
▼「京都西陣なごみ植物店」仲町六絵(全3巻)
▼「江上栄子さんの家庭の健康料理教えます」江上栄子/著(上下巻)
▼「東京2020パラリンピックを楽しもう!」桜雲会/編(全1巻)

● デイジー図書

活字を音声にした録音図書で、視覚に障害があり、青梅市の図書館カードをお持ちの方は、どなたでも利用できます。また、中央図書館で所蔵していないデイジー図書も、全国の点字図書館などから取り寄せることができます。

● マルチメディア デイジー図書

今までの録音図書とは違い、音声に加え文字や画像が含まれています。お話を読み上げるだけでなくパソコンの画面に文字や挿絵が表示されるので、どこを読んでいるのか分かり、ディスプレイの方の読書支援に活用できます。中央図書館では、現在115点所蔵しています。



△点字書架

● 対面朗読サービス

市内在住の視覚に障害のある方が、図書館にある本や新聞、お手持ちの資料などを、音訳協力者の朗読により対面で聞くサービス(対面朗読)です。



△対面朗読室



日時 開館日の午前10時～午後5時
※原則として、1日当たり2時間までです。
※2時間以上を希望する場合はご相談ください。
会場 中央図書館2階対面朗読室
費用 無料
利用方法(予約制)
▽利用希望日の1か月前から電話または直接窓口で1組3回分の予約可。
※朗読を希望する本のタイトルなどを伺います。
※本の内容や準備状況などによりご希望に添えない場合があります。
その他 JR河辺駅周辺から図書館までの送迎をご希望する場合は予約時にご相談ください。

● 大活字本

通常の活字では読みにくい方のために、文字の



△大活字本書架

大きさや行間を広げて作られている本です。視覚に障害のある方が読みやすい方にもとても喜ばれている資料です。児童書にも「大きな

文字の青い鳥文庫」があります。

● 新刊案内(デイジー版)

ハンディキャップ登録をしている方へ、毎月、新刊図書の紹介や図書館からのお知らせなどを送付しています。送付を希望する方はお気軽に図書館ハンディキャップサービス担当へご相談ください。

成木市民センター☎74-5204

●空調設備工事を実施しています 9月下旬まで、空調設備の工事に伴い、工事業者の往来や騒音の発生が予想されます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

中央図書館☎22-6543

●中央図書館 おはなし会 日時=8月24日(土) 午前11時～11時40分▷対象=4歳児以上▷定員=先着30人▷費用無料▷協力=おはなしボランティア▷直接会場へ

●中央図書館 ちっちゃいこのおはなし会 日時=8月25日(日) 午前11時～11時40分▷対象=3か月(首がすわってから)～4歳児と保護者▷定員=先着20組▷費用無料▷直接会場へ

●中央図書館 おはなし会「絵本の森」 日時=9月6日(金) 午前10時30分～11時10分▷対象=3か月(首がすわってから)～4歳児と保護者▷定員=先着15組▷費用無料▷協力=おはなしボランティア「おはなしの会ころりん」▷直接会場へ

8月の日曜納付窓口

日時 25日(日) 午前9時～午後4時
問い合わせ 収納課収納管理係

8月の納期限(9月2日)

- ▷市民税・都民税…2期
- ▷国民健康保険税…2期
- ▷後期高齢者医療保険料…2期
- ▷介護保険料…2期



古紙・リサイクル紙配合率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。