

10月1日現在（前月との比較）		
世帯数	63,474世帯	（64世帯増）
人口	133,283人	（23人減）
（男）	66,950人	（24人減）
（女）	66,333人	（1人増）

青梅市長選挙

投票日 11月17日（日）

投票時間 午前7時～午後8時

問い合わせ 市選挙管理委員会 ☎22-1111



11月17日は青梅市長選挙の投票日です。これからの4年間、市政を担う人を選ぶ大切な選挙です。あなたの意思を表すために必ず投票しましょう。

投票できる方

平成13（2001）年11月18日以前に生まれ、今年8月9日以前から住民基本台帳に登録されている方（選挙人名簿に登録されている方）です。

なお、市長選挙は、市民だけが投票できる選挙です。投票日までの間に市外へ転出した場合は、投票することはできません。

転居のときは元の住所地の投票所で

今年の10月31日以降に青梅市内で住所を移した方は、元の住所地の投票所で投票していただくことになりますのでご注意ください。

入場整理券は忘れずに

投票所の入場整理券は、今回の選挙に投票できる方へ郵送でお届けします。投票日には、入場整理券に記入されている投票所へお持ちください。万一、入場整理券を紛失



青梅市選挙啓発キャラクター おうめいすいくん

したり、破いてしまった場合でも投票はできません。投票所でお申し出ください。

こんな投票は無効

☆候補者でない人の氏名を書いたもの
☆2人以上の候補者の氏名を書いたもの

☆候補者氏名のほか、他のことを書いたもの
☆自分で書かないもの（ゴム印等で押印したもの等）

☆正式の投票用紙を用いないもの

目が不自由な方は

投票所には、目が不自由な方が点字で投票できるように点字盤が備え付けてあります。投票所でお申し出ください。

字が書けない方は

字を書くことが困難な方は、決められた手続きに従って投票補助者が代筆しますので、投票所でお申し出ください。

選挙公報は新聞折り込みで

折り込む新聞 朝日・産経・東京・日本経済・毎日・読売（五十音順）
折り込み日 11月13日（水）
ごろの朝刊

折り込む新聞をとっていない世帯、広報おうめ等戸別配布の申し込みをしていない世帯の方は、2面掲載の選挙公報補完場所でお受け取りください。郵送希望者は、市選挙管理委員会へお申し出ください。市ホームページにも掲載します。

からだの不自由な方へ

郵便等投票制度

郵便等投票は、重度の障害等がある方が郵便等で投票できる制度です。郵便等投票ができる方は、表1のとおりです。※投票用紙に候補者名を自分で書ける方に限ります。

代理記載投票制度

郵便等投票ができる方のうち、表2に該当し、みずから投票の記載をすることができない方は、あらかじめ市選挙管理委員会へ届け出た者（選挙

権を有する者に限る）に投票に関する記載をしてもらうことができます。

郵便等で投票するには、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受けるなど、事務手続きに時間がかかります。この制度の対象と思われる方で、新たに郵便等での投票を希望する方は、至急、市選挙管理委員会へご連絡ください。

表1 郵便等投票ができる方

障害等の区分	障害等の部位・程度	
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級か2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級か3級
	免疫機能、肝臓	1級～3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹	特別項症～第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	特別項症～第3項症
介護保険の被保険者証	要介護状態区分	要介護5

表2 代理記載投票ができる方

障害等の区分	障害等の部位・程度	
身体障害者手帳	上肢、視覚	1級
戦傷病者手帳		特別項症～第2項症



選挙公報補完場所一覧

次の補完場所の玄関、門、入り口などに選挙公報を置きます。

Table with 2 columns: 投票区・補完場所 (Ward/Supplemental Location) and 投票区・補完場所 (Ward/Supplemental Location). Lists various locations like 森下児童遊園, 青梅駅, etc.

投票所一覧

入場整理券に記載されている、あなたが投票する投票所を確認のうえお出かけください。

Table with 2 columns: 投票区・投票所 (Ward/Polling Station) and 区域 ※ () 内は番地 (Area ※ () Inside is the address). Lists polling stations like 天ヶ瀬体育館, 第一小学校体育館, etc.

開票は午後9時から住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)で行います

投・開票速報は市ホームページ http://www.city.ome.tokyo.jp/ で!

投票速報 午前8時～午後8時の1時間ごと

開票速報 午後9時30分から30分ごとに確定まで

当日投票できない方は

期日前・不在者投票を

期日前・不在者投票ができる方

① 投票日に仕事がある方

② 投票日にレジャーや買い物などで自分の投票区の区域外へ出かける方

③ 病气やケガ、出産などのため、投票日に投票所へ行けない方

※ 指定された病院などに入院している場合は、病院長などに申し出て、病院内で投票する制度があります。

④ 天災や悪天候のため、投票日に投票所へ行くことが困難な方

これらの理由で期日前・不在者投票をする方は、入場整理券裏面の期日前投票

期日前・不在者投票を

は、割引処理をしますので、駐車券を投票所受付へお持ちください。

河辺駅前

期日前投票所

期間 11月12日(火) 16日(土)

時間 午前9時～午後8時

場所 中央図書館多目的室(河辺タウンビルB・2階)

駐車場 イオンスタイル河辺駐車場をご利用ください。午前9時～午後8時に利用する場合は、割引券(1時間無料)をお渡ししますので、投票所受付へお申し出ください。



選挙人名簿登録地以外に

滞っている方の不在者投票

仕事や旅行などで選挙人名簿登録地以外に滞っている方は、滞っている市区町村の選挙管理委員会に不在者投票ができます。

不在者投票の手続き

① 不在者投票の申し出および「不在者投票請求書兼宣誓書」の請求

電話または文書等で青梅市選挙管理委員会へ不在者投票の申し出をしていただき、「不在者投票請求書兼宣誓書」の請求をしてください。(氏名、送付先、連絡先等をお知らせください)滞在するご住所へ「不在者投票請求書兼宣誓書」

② 「不在者投票請求書兼宣誓書」の記載および返送

青梅市選挙管理委員会から「不在者投票請求書兼宣誓書」が送付されたら、必要事項を記入し、返送してください。返送していただく「不在者投票請求書兼宣誓書」は、青梅市選挙管理委員会へ送付された後、照合、確認等を行った後、滞在するご住所へ投票用紙等(投票用紙、投票用紙封入用封筒、不在者投票証明書など)を送付します。

③ 滞在する市区町村の選挙管理委員会での不在者投票

青梅市選挙管理委員会へ送付した投票用紙等を、投票日の前日までに滞在する市区町村の選挙管理委員会へ持参し、不在者投票を行ってください。記載済みの投票用紙等は、滞在する市区町村の選挙管理委員会から青梅市選挙管理委員会へ送付されます。

※ 不在者投票ができる期間は、告示日の翌日から選挙日(投票日)の前日までですが、滞在する市区町村の選挙管理委員会から投票用紙等が青梅市選挙管理委員会へ送付されるまで日数がかかるため、早目に投票を行ってください。

滞在するご住所へ「不在者投票請求書兼宣誓書」

固定資産評価審査委員会委員に 守谷憲太郎氏が再任

10月13日付で、固定資産評価審査委員会委員に、市議会の同意を得て、守谷憲太郎氏が再任されました。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

選挙管理委員会委員の就任

選挙管理委員会委員の任期満了に伴い、9月30日の市議会本会議での選挙の結果、次の方が選出され、選挙管理委員会委員および同補充員に当選しました。
委員・補充員ともに任期は4年です。
なお、10月3日に選挙管理委員会が開かれ、選挙の結果、選挙管理委員会委員

便利で安い！証明書コンビニ交付

マルチコピー機がある全国のコンビニ等で、各種証明書を取得できます。窓口よりも利用時間が長く、手数料も100円安くなります。
※マイナンバーカードと4桁の暗証番号（利用者証明用電子証明書が必要）
※住民登録地が青梅市外で本籍が青梅市にある方が戸籍証明書を取得する場合は、利用登録申請が必要

利用時間 午前6時30分～午後11時
※戸籍証明書等は月々金曜日（祝日を除く）の午前8時30分～午後5時

コンビニ等で取得できる証明書

Table with 3 columns: 取得できる証明書, 手数料, 取得できる範囲. Rows include 住民票の写し, 印鑑登録証明書, 課税・非課税証明書, 戸籍全部・個人事項証明書, 戸籍の附票の写し.

令和元年台風第19号 義援金を受け付けています

台風第19号の被災者を支援するため、市役所等で義援金の受付をしています。募金箱設置場所 市役所、日ま

令和元年度子ども・若者育成支援強調月間 輝く未来 育て支えて 見守って

健全育成と社会環境の浄化にご協力ください。少年非行、いじめ、児童虐待、児童ポルノ等の子どもが被害者となる事件など、子ども・若者の問題は、複雑化しています。

11月5日から 住民票・マイナンバーカードに 旧姓が併記できます

今日では、旧姓を使用して活動する女性が増加しています。さまざまな場面で旧姓を使用しやすくなるため、11月5日から旧姓記載の申請をすることで、住民票、マイナンバーカード(通

マイナンバーカード 申請用写真の無料撮影・日曜臨時窓口

☆申請用写真の無料撮影 実施期間 12月20日までの月々金曜日
☆日曜臨時窓口(11月24日) ☆申請用写真の無料撮影 時間：午前9時～11時

11月は「児童虐待防止推進月間」 189 ちいさな命に 待たなし

子どもは、私たちの夢であり、希望であり、次の社会を担う宝です。しかし、子どもに対する虐待や命が奪われる痛ましい事件が後を絶ちません。

11月12日～25日 女性に対する暴力をなくす運動

暴力は、その対象や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。若い世代の恋人同士の間でも、女性に対する暴力が問題となつていきます。

市役所自衛消防総合訓練

11月7日(木)に市役所本庁舎で自衛消防総合訓練を行います。訓練では、通常の開庁時間中に非常ベルの発報や避難訓練、放水訓練等を行います。

傍聴にお出かけください

Table with 2 columns: 青梅市情報公開・個人情報保護運営審議会, 青梅市国民健康保険運営協議会. Columns include 日時, 会場, 内容, 定員, 傍聴受付, 問い合わせ.



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

「ひとつずつ」 11月9日～15日 秋の火災予防運動



いいね！で確認 火の用心

秋の火災予防運動は、市民のみならず火災予防意識のさらなる向上を図ることに...

プレミアム付商品券の申請はお済みですか？

～申請期間は令和2年1月31日まで～

※申請書は7月末までに対象者と思われる方に送付しています。

プレミアム付商品券を購入するためには申請を行い、購入引換券の交付を受ける必要があります。

申請方法 令和2年1月31日（消印）までに、申請書に必要事項を記載のうえ、次のいずれかの方法で福祉総務課へ

▷直接持参...月～金曜日（祝日・振替休日・年末年始を除く）の午前8時30分～午後5時に市役所3階東側ミーティングルームへ

▷郵送...〒198-8701 青梅市福祉総務課へ

持ち物 本人確認書類（運転免許証、健康保険証等）※郵送の場合、写しを添付

商品券使用可能店舗 市内商店街の店舗のほか、スーパーやコンビニエンスストア、ドラッグストア等でも使用できます。

※使用可能店舗や商品券販売場所の一覧は、市役所、各市民センター、青梅商工会議所で配布しています。

Table with 4 columns: 販売場所, 住所, 営業時間, 定休日. Lists various locations like 市内郵便局, 山崎酒店, etc.

販売期間 令和2年2月29日（土）まで
使用期限 令和2年3月31日
※使用期限が過ぎた商品券は使用できません。

「サギ行為」にご注意ください！！

プレミアム付商品券を販売するために、市役所などからATM（現金自動受払機）の操作や手数料の振り込みをお願いすることは絶対にありません。

青梅の森で「森林療法」を体験して 心身をリフレッシュ！



青梅の森での散策や軽作業でストレスを減らすほか、リラクゼーション効果や森林がもたらすさまざまな効用について、ヒノキの輪切りなどを体験しながら学びます。

対象 小学生以上
※小学生は保護者同伴
講師 東京農業大学教授 上原 巖氏

消費生活講座 年末を迎える前に見直したい 我が家の片づけ術



年末を前に、片づけについての方、片づけ方法などを学習します。ぜひご参加ください。

多摩パブリック法律事務所 無料法律相談会

多摩パブリック法律事務所は、「市民の法的かけ込み寺」として、東京弁護士会による支援のもと設立された都市型公設事務所です。

西多摩地域市町村共催 消費生活講座 キャッシュレス時代を賢く生きる方法

最近、日常生活に浸透してきたキャッシュレス。クレジットカードのほか、交通系カードや流通系ICカード、タッチ型決済、QRコード決済などさまざま

11月1日～3月31日は ウォームビズ期間

冬の節電は、省エネ効果やCO2排出量の削減効果が夏よりも高いと言われて

高齢者消費者被害防止見守り啓発講座 出前寄席 三遊亭吉馬（落語）

高齢者を狙う悪質商法の被害が後を絶ちません。被害を未然に防ぐため、悪質商法の手法、気付きのポイントや被害にあわないための対応等についてお話し



いち・もく・さん（漫才）



三遊亭吉馬（落語）

分別は あなたの心と その手から

令和元年度小学生ごみ減量化・資源リサイクル推進キャッチフレーズコンクール最優秀賞
問い合わせ 清掃リサイクル課

小学生ごみ減量化・資源リサイクル推進ポスター&キャッチフレーズコンクール入賞者発表

今回のコンクールは、市内在住の小学4～6年生を対象に募集を行い、ポスター部門とキャッチフレーズ部門合わせて43点のご応募をいただきました。入賞者は次のとおりです。(敬称略)

市ホームページおよび市役所1階ロビー(11月5日～15日、土・日曜日を除く)において全入賞作品を掲示していますので、ぜひご覧ください。

◎ポスター部門

- 小学4年生の部
(金賞) 北向 文 吹上小学校
(銀賞) 中野天麗 第二小学校
(銅賞) 後藤心優菜 新町小学校
- 小学5年生の部
(金賞) 望月果歩 第六小学校
(銀賞) 榎戸心菜 第二小学校
(銅賞) 嶋崎優美 吹上小学校
- 小学6年生の部
(金賞) 野崎里久 河辺小学校
(銀賞) 大津花心 吹上小学校
(銅賞) 新井結衣 吹上小学校



小学6年生の部金賞



小学5年生の部金賞



小学4年生の部金賞

◎キャッチフレーズ部門

- (最優秀賞) 加藤彩花 新町小学校
「分別は あなたの心と その手から」
(優秀賞) 大前莉子 第三小学校
(優秀賞) 川鍋万澄 霞台小学校

フードドライブ実施中!!

ご家庭で余っている食べ物を持ち寄り、集められた食べ物を地域の福祉団体や施設、フードバンク等に寄付する活動「フードドライブ」を11月7日まで実施しています。詳細は広報おうめ10月1日号4面をご覧ください。

燃やすごみの減量にご協力ください

燃やすごみは、家庭から出るごみ量の70%以上を占めています。燃やすごみの減量がごみ量削減のポイントです。

◆紙ごみは資源に!

- ◎小さな紙も資源です...メモ用紙や名刺などの細かい雑がみやシュレッダーした紙も貴重な資源となります。資源ごみとして、毎月第2水曜日の雑誌・雑紙の回収日に、いらぬ封筒や紙袋に入れ、ひもで縛って出してください。
- ◎集団回収に出す...新聞、ダンボール、紙パック、雑誌・雑紙は積極的に地域の集団回収へ出してください。回収日はお住まいの地区の自治会等にご確認ください。

◆生ごみ

- ◎食材を買い過ぎない...消費期限と作る分量を考えて購入し、食べきれない分だけにする。
 - ◎生ごみをたい肥へ...庭や畑、ダンボールコンポストや生ごみ処理機器等を使って作る。
- 平成30年度の燃やすごみの家庭系ごみは、前年度に比べて、1.6%の減量となっています。引き続き、燃やすごみの減量にご協力をお願いします。



せん定枝の持ち込みとチップの無料配布

市内の一般家庭から出たせん定枝は、リサイクルセンターへ直接持ち込むと無料となります。(自宅回収は有料。0.5m当たり200円) これらのせん定枝は、機械で細かく碎き「せん定枝チップ」にし、畑の補助肥料やマルチング(根覆い)材などとして市民に無料で配布しています。ぜひご利用ください。

なお、いずれの場合にも住所確認のため運転免許証等を確認します。

◎持ち込みとチップの配布

月～金曜日(祝日、年末年始を除く)、日曜日の午前9時～午後4時

◎自宅回収

月～金曜日(祝日、年末年始を除く)の午前8時30分～午後5時に電話☎23-5805で申し込み

◎せん定枝を出す時の注意

- ◆直径10cm、長さ100cm以内になしてください。
- ◆毒性のある木(キョウチクトウ、ウルシなど)やトゲのある木(ゆずなど)は一般のせん定枝とは別にしてください。
- ◆木の根、シュロの幹、枯れてしまったもの、草、落ち葉、ツルは出せませんので、燃やすごみで出してください。



資源物の回収にご協力ください!

★使用済小型家電<表1>

- ▷市役所、リサイクルセンター、各市民センター、住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)に回収ボックスを設置しています。
- ▷電池類は外し、個人情報情報は消去してください。

★水曜日は資源物の行政回収の日

水曜日は市内全域(御岳山を除く)で資源の回収日です。
※なるべく地域等で実施する集団回収を優先的に利用しましょう。



第1水曜日...新聞・折込チラシ

- ▷新聞と折込チラシは一緒にひもで束ねて出してください。
- ▷雨の日でも出せます。ビニール袋には入れないでください。



第2水曜日...雑誌・雑紙<表2>

- ▷ひもで束ねるか紙袋に入れて出してください。
- ▷雨の日でも出せます。ビニール袋には入れないでください。



第3水曜日...ダンボール・飲料用紙パック

- ▷ダンボールはひもで束ねて出してください。
- ▷飲料用紙パックは水洗いして乾かし、切り開いてからひもで束ねて出してください。(中にアルミが貼ってあるものは燃やすごみへ)
- ▷雨の日でも出せます。ビニール袋には入れないでください。

第4水曜日...繊維類(繊維・かばん・靴・ベルト・ぬいぐるみ)<表3>

- ▷種類ごとに分け、透明または半透明の袋に入れて出してください。
- ▷汚れや傷みがひどいもの、濡れているものは回収できません。
- ▷繊維類は雨に濡れると資源化できないため、雨の日に出すのはなるべく控えてください。

<表1>

回収ボックスの投入口(30cm×15cm)に入る家電製品(例)
携帯電話、携帯音楽プレーヤー、電子端末、カメラ(使い捨ては除く)、携帯ゲーム機、電子辞書、カーナビ、補助記憶装置(USBメモリ等)、電卓、シェーバー、ドライヤー、家電付属品(アダプター、コード類)など

<表2>

種類	回収できるもの(例)	回収できないもの(例)
雑誌・雑紙	紙箱、菓子箱、ティッシュ箱(口のビニールは容器包装プラスチックごみへ)、包装紙、雑誌、書籍、カレンダー、パンフレット、チラシ、画用紙、半紙、紙袋、割り箸の袋、はがき、封筒、メモ用紙、ラップ・トイレペーパーの芯、名刺、シュレッダーくず など	圧着はがき、粘着物の付着した紙、臭いのついた紙、感熱紙、カーボン紙、ビニール等の樹脂コーティング紙、防水加工された紙、写真、インクジェット写真プリント用紙、使用済みのティッシュ、ペーパータオル、レシート、食品残さなどで汚れた紙、金・銀箔のついた紙など⇒燃やすごみへ

<表3>

種類	回収できるもの(例)	回収できないもの(例)
繊維	古着、革製の衣類、タオル、カーテン、シーツ、毛布	布団、じゅうたん⇒粗大ごみへ 下着、靴下、汚れているもの、ベットの使ったもの⇒燃やすごみへ
かばん	革・布・エナメル製品、ウエストバッグ、ハンドバッグ、ベルトポーチ、リュックサック	ハードケース、スーツケース、車輪の付いたバッグ、ゴルフバッグ⇒粗大ごみへ ランドセル、保冷バッグ⇒燃やすごみへ
靴	革・布・エナメル・ゴム製品、ショートブーツまでの長さの靴、靴ひもの取れた靴	長靴、スリッパ、スパイク、登山靴、ハーフブーツ以上の長さの靴、安全靴、片足のみの靴⇒燃やすごみへ
ベルト	革・布・エナメル製品	おもちゃのベルト⇒燃やすごみへ
ぬいぐるみ	50cm未満のもの	50cm以上のもの⇒粗大ごみへ

ボランティア袋の利用方法

◎ボランティア袋とは

道路や公園等、公共の場所の清掃をして出たごみを排出するための袋です。自治会等の催し物で出たごみ、家庭ごみ、マンション・市営住宅などの集合住宅の敷地内から出たごみを捨てるために用いることはできません。

◎ボランティア袋の入手方法

清掃リサイクル課(市役所5階)、リサイクルセンター、各市民センター、住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)の窓口で申請をしてください。



◎ボランティア袋の排出方法

袋の排出者名の欄に氏名または団体名を必ず記入したうえで、燃やすごみボランティア袋は各地区の燃やすごみの収集日に、燃やさないごみボランティア袋は、各地区の燃やさないごみまたは容器包装プラスチックごみの収集日に排出してください。自宅から排出できない場合は、市民センターの決められた場所へ出してください。

令和2年成人式・協力者募集

問い合わせ 社会教育課

案内状を送付します

12月10日付けで、新成人

の方へ案内状を送付します。大切に保管し、当日、受付に提出してください。

現在市内に住んでいない方も、市内の小・中学校を卒業した方、本籍がある方、肉親が住んでいる方は出席できますので、社会教育課へご連絡ください。

日時 2年1月13日(祝) 午前10時30分開式(10時開場)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)

対象 平成11年4月2日～12年4月1日出生の方



集します。一生に一度の成人式を自分の手で盛り上げてみませんか。

日程 11月12日

対象 新成人の方

申し込み 11月15日までに電話で社会教育課へ

運営 協力者募集 成人式のお手伝いをしていただける方を募集します。

日時 2年1月13日(祝) 午前9時～午後零時15分

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅

対象 高校生以上

内容 受付、タイムカプセル収納作品返還等の作業

募集人数 先着20人

申し込み 11月22日までに電話で社会教育課へ

ハローワーク青梅

福祉のしごと合同就職面接会 in 青梅

福祉分野での就職を希望している方を対象に、就職面接会を開催します。複数の企業の人事担当者と直接面接ができます。ぜひご参加ください。

日時 11月15日(金) 午後1時30分～4時

※受付は1時～3時

対象 福祉分野での就職を希望している方

会場 ネットたまぐーゼンター(文化交流センター)

※1時30分～1時50分・参加企業あいさつ 1時50分～4時・各企業との面接

参加企業 10社(予定)

※参加企業については、ハローワーク青梅ホームページに掲載予定

持ち物 履歴書(複数枚)、筆記用具

入場無料 直接会場へ

問い合わせ ハローワーク青梅職業相談コーナー ☎24・9163

おうめオープンファクトリー

市内の工場30社が1日限りの工場見学「おうめオープンファクトリー」を実施します。

青梅のものづくりの魅力を存分に知ることができるイベントです。工場内の見

学や加工の体験など、職人気分をお楽しみください。

日程 11月23日(祝) 会場 市内の工場30社

申し込み 青梅商工会議所 ☎011、市商工観光課 商工労政係

青梅市葬儀生前契約サポート事業

単身等で死後の葬儀や納骨などを任せる親族等がない市民を対象として、葬儀の生前契約をサポートします。

お問い合わせください。対象 次のすべての条件を満たす方

▽単身世帯あるいは高齢者のみの世帯に属すること

▽自身の葬儀を任せられる親族等がないこと

▽健康保険料等を控除した本人の月収入額が16万円以下であること

▽本人の預貯金の合計額が100万円以下であること

▽生命保険等に加入していること

▽本人の所有する不動産および有価証券がないこと

▽本人の葬儀生前契約に対する意思が明瞭であること

お問い合わせ 生活福祉課 生活自立支援担当

いる場合は、申請時における解約返戻金見込額を合算します。

令和元年(平成31年)に

「社会保険料控除証明書」を送付します

国民年金保険料は、所得税・住民税の申告の際、金額が社会保険料控除の対象となります。家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付した方が社会保険料控除として申告することができま

確定申告や年末調整等で社会保険料控除を受けるには、納付したことを証明する書類の添付が必要です。日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(ハガキ)が送付されますので、年末調整や確定申告にお使いください。

証明書の送付時期 ▼平成31年1月1日～令和元年9月30日に国民年金保険料を納付した方：11月上旬

※申告には、10月以降に納付した領収証書も

必要です。 ▼10月1日～12月31日に今年初めて国民年金保険料を納付した方

：令和2年2月上旬

2年前納をした場合 31年4月に「2年前納」により納めた国民年金保険料を所得から控除する場合は、全額を納めた年に控除するか、各年分の保険料に相当する額を各年に控除するかを選択します。

全額を納めた年に控除する場合(2年分をまとめて申告)：「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」下部

の3年分(3枚)の証明書は切り離さず、申告にお使いください。

各年に相当する額を各年に控除する場合(3年分を分けて申告)：「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」下部

お問い合わせ 生活福祉課 ☎3410

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」下部の3年分(3枚)の証明書のうち、元年分の1枚を切り離して申告にお使いください。

残り2枚は、令和2年、3年の各年に申告するため、大切に保管してください。

お問い合わせ ねんきん加入者ダイヤル ☎0570・003・004

(050から始まる電話からは ☎03・6630・2525)

※令和2年3月15日まで・月々金曜日 午前8時30分～午後7時

第2土曜日 午前9時～午後5時

※祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日を除く

▼青梅年金事務所 ☎3410

「青梅観光戦略創造プロジェクト」が、内閣府から地域再生法(平成17年法律第24号)第5条第16項の規定に基づき、地方創生応援税制(企業版ふるさと納税)の対象事業に認定されました。

本アクションプログラムは、地方創生推進交付金を活用し、官民共同で観光事業を展開することで、交流人口の増加による地域経済

の活性化を目指す取り組みです。

企業版ふるさと納税は、企業が寄附を通じて地方公共団体の行う地方創生の取り組みを応援すると税制上の優遇措置を受けられる仕組みです。

企業版ふるさと納税にご協力いただき、本アクションプログラムにお力添えください。

詳細は、市ホームページ(観光情報)をご覧ください。

お問い合わせ 商工観光課 光係

企業版ふるさと納税にご協力を

ご留意ください

企業の本社(地方税法上の「主たる事務所または事業所」)が市内に所在する場合は、本税制の対象となります。

1回10万円以上の寄附が対象です。

寄附を行うことの代償として経済的な利益を受けることは禁止されています。

決算書の書き方、消費税等の決算方法等、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」、「e-Tax」の概要 ほか

費用無料 直接会場へ

お問い合わせ 青梅税務署個人課税第1部門指導担当 橋本 ☎22・3185

内線412

定員 先着20人(予約制) 費用無料

申し込み 電話で市市民税課市市民税係へ

お問い合わせ 講習会について：青梅税務署個人課税第1部門 ☎22・3185

税第1部門 ☎22・3185 5内線412

「e-Tax」(国税電子

講師 青梅税務署職員

固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日)の土地利

況調査を行います。固定資産評価補助員証等

令和元年度決算説明会

日時・会場

▽不動産所得：11月29日(金) 午前9時30分～正午・青梅青色申告会3階会議室

▽事業所得：11月29日(金) 午後1時30分～4時・青梅青色申告会3階

会議室②12月5日(木) 午後1時30分～4時・青

梅商工会議所3階会議室

内容 確定申告の留意点、帳簿の締め切り方、家事費・家事関連費と必要経費の区分の仕方等、収支内訳書または青色申告

決定 先着20人(予約制) 費用無料

申し込み 電話で市市民税課市市民税係へ

お問い合わせ 講習会について：青梅税務署個人課税第1部門 ☎22・3185

税第1部門 ☎22・3185 5内線412

e-Tax講習会

日時 11月19日(火) 午後6時～7時30分

会場 市役所2階203会議室

対象 市内在住・在勤者

内容 国税庁ホームページ「e-Tax」(国税電子

講習 青梅税務署職員

固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日)の土地利況調査を行います。固定資産評価補助員証等

土地の現況調査に伺います

令和2年度の固定資産税

課税評価のため、土地の現況調査を行います。

を携帯した職員が私有地に立ち入る場合がありますので、調査にご協力をお願いします。

お問い合わせ 資産税課土地係

風しんの抗体検査・予防接種を受けましょう

風しんは感染力がとても強く、妊婦が感染すると、出生児が先天性風しん症候群になる可能性があります。社会全体で風しんの感染拡大を防ぐために、過去に予防接種の機会がなかった昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性を対象に、風しんの抗体検査と予防接種（検査の結果、抗体価が不十分な方のみ）を無料で受けることができるクーポン券を今年度から随時送付しています。

※47年4月2日～54年4月1日生まれの男性には、すでにクーポン券を送付しています。クーポン券が届いていない方にも、保険証等の本人確認書類をお持ちいただければ、健康センターでお渡ししています。

※クーポン券の使用期限は令和2年3月31日です。
※抗体検査は、特定健診や勤務先の健診と同時に実施できる場合があります。
※詳細は市ホームページをご覧ください。

申し込み クーポン券と保険証をお持ちのうえ、直接実施医療機関へ
問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

クーポン券を使用して、受診できる市内医療機関一覧

診療所名	所在地	電話番号
笹本医院	住江町5-8	24-3955
青梅医院	仲町2-4-1	22-2043
青梅整形外科内科	仲町2-9-1	24-3323
大河原森本医院	仲町2-5-1	22-2047
青梅三慶病院	大柳町1-4-1-2	24-7501
下奥多摩医院	長淵4-3-76-1	22-2580
井上医院	長淵7-3-79	24-2552
友田クリニック	友田町3-1-36-1	25-1173
進藤医院	千ヶ瀬町6-7-97-1	78-3111
荒巻医院	野上町4-3-6	24-8561
大門診療所	大門3-1-1-1	30-3636
東原診療所	今寺5-1-0-46	33-9250
梅郷診療所	梅郷3-7-55-1	76-0112
二俣尾診療所	二俣尾4-9-54-1	78-8981
沢井診療所	沢井2-8-50-3	78-8432
小曾木診療所	小曾木4-2-787-3	74-5340
東青梅診療所	東青梅1-7-5	25-8651
小林医院	東青梅2-1-0-2	24-2819
林レディースクリニック	東青梅3-8-8	20-1887
土田医院	根ヶ布2-1-370-37	84-0801
中島内科循環器科クリニック	師岡町3-1-9-1-3	20-2611
ゆだクリニック	新町2-1-8-7	30-0880
千葉医院	新町2-3-2-1	32-5888
みしま泌尿器科クリニック	新町3-3-1-宇源ビル2階	30-3567
新町クリニック	新町3-5-3-5	31-5312
野本医院	新町5-1-1-2	31-7155
ナルケンキッズクリニック	河辺町4-2-0-4	21-0252
河辺駅前クリニック	河辺町10-1-11-1-102	21-5588
坂元医院	河辺町5-2-1-3-ペリテビル1階	21-0019
吉野医院	河辺町8-7-7	31-2350
なごみクリニック	河辺町8-1-3-1-9	31-8038
片平医院	河辺町10-1-16-20	21-1741
百瀬医院	藤橋2-1-0-2	31-3328
藤橋内科クリニック	藤橋3-1-0-2-4 1階	32-2513
武蔵野台病院	今井1-2-5-86	31-6632
大堀医院	今井5-2-4-40-178	31-9098

地域包括ケアシステム講演会 in 西多摩

「西多摩で生きて逝く」地域で支える

日時 11月24日(日) 午
後1時～4時(零時30分
開場)
会場 羽村市生涯学習セン
ターゆとろぎ大ホール
内容 基調講演「住民が生
守る、地域で支える」

講師 山手台クリニック医
師 伴 正海氏、西多摩
医師会会長 玉木一弘
氏 ほか
定員 先着650人(予約制)
入場無料
申し込み 電話または直接
高年齢者支援課包括支援
係(市役所1階)へ

発達障害者支援事業講演会

NHK発達障害プロジェクトのおはなし

日時 12月7日(土) 午
後2時～3時30分(1時
30分開場)
会場 市役所2階204～206会
議室
対象 市内在住・在勤者
講師 NHK発達障害プ
ロジェクト あさイチ
チーフプロデューサー

齋藤真貴氏
定員 先着100人(予約制)
※定員を大幅に超える場合
は、入場を制限すること
があります。
入場無料
その他 託児あり(先着10
人・予約制・申し込み時
にお申し出ください)▽

手話通訳あり
申し込み 電話 ☎ 30・01
52またはファックス ☎
30・0153で青梅市
障がい者サポートセン
ターへ
※同センターホームページ
からも申し込み可
問い合わせ 同センター、
市障がい者福祉課相談
支援係

いきいき長寿パネル展

「フレイル予防ってなに？」

11月11日は「介護の日」。元気でいる秘訣「フレイル
運動、栄養改善、外出・予防」を始めてみませんか。
交流の3つをバランスよく
保つことが元氣な暮らしへ
の第一歩です。いつまでも
内容 フレイル予防に関する
パネル展示、チラシ配
布▽「梅っこ体操」上映
※梅っこ体操のCD・DVD
は、高齢者支援課、中
央図書館で貸し出し可
問い合わせ 高齢者支援課
包括支援係

11月5日～15日
日程 市役所1階ロビー
会場 フレイル予防に関する
パネル展示、チラシ配
布▽「梅っこ体操」上映
※梅っこ体操のCD・DVD
は、高齢者支援課、中
央図書館で貸し出し可
問い合わせ 高齢者支援課
包括支援係

「ぶじつと寄りませんか」「うめカフェ」

認知症に興味のある方、二脳トレ体操も行います。
当事者やその家族が集い、
お茶を飲みながら日頃の悩
みや思いを語る場です。ミ
会場 市役所2階喫茶コー
ナ

日時 11月20日(水) 午
後1時30分～3時30分
講師 加藤和子氏
費用無料
申し込み 午前8時30分
午後5時15分に電話 ☎
市障がい者福祉課

自立センター福祉公開講座「折り紙教室」

日時 11月20日(水) 午
後1時30分～3時30分
講師 加藤和子氏
費用無料
申し込み 午前8時30分
午後5時15分に電話 ☎
市障がい者福祉課

日時 11月20日(水) 午
後1時30分～3時30分
講師 加藤和子氏
費用無料
申し込み 午前8時30分
午後5時15分に電話 ☎
市障がい者福祉課

新築・増築の調査にご協力を

令和2年度固定資産税・
都市計画税の税額を算定す
るため、調査員が家屋の内
外部、設備等を調査します。
平成31年(令和元年)に新
築・増築した、すべての家
屋(住宅、店舗、工場、車
庫、物置等)が対象となり
ます。小規模な増築等で建
築確認を申請していない場
合はご連絡ください。
※建築確認を申請してい
るため、調査員が家屋の内
外部、設備等を調査します。
平成31年(令和元年)に新
築・増築した、すべての家
屋(住宅、店舗、工場、車
庫、物置等)が対象となり
ます。小規模な増築等で建
築確認を申請していない場
合はご連絡ください。
※建築確認を申請してい
るため、調査員が家屋の内
外部、設備等を調査します。

一部を取り壊した方は、
所有者の住所・氏名・家屋
調査済証に記載された番号
(不明な場合は、所在地番
種類・構造・床面積等)を
ご連絡ください。
固定資産税等の税額に影
響する場合もありますの
で、ご協力をお願いします。
問い合わせ 資産税課家屋
係

健康寿命のびる教室

日時 12月4日(令和2年
3月4日)の水曜日(1月
1日、2月12日を除く)
午後2時～3時30分(12
回)
会場 福祉センター
対象 65歳以上で原則とし
て全日程参加でき、次の
方を応募不可
要件をすべて満たす方
▽要介護認定を受けていな
い方
▽医師から運動制限を受け
ていない方
※今年度、他の会場で実施
した同教室に参加した
方は応募不可

定員 先着15人程度(予約
制)
費用無料
服装・持ち物 動きやすい
服装、室外用運動靴、飲
み物
申し込み 電話または直接
高年齢者支援課包括支援
係(市役所1階)へ

青梅市医師会健康コラム58 脳卒中の法律ができたんだって

「脳卒中・循環器病対
策基本法」ができた
た。脳卒中や心臓病の予
防や治療について、国や
自治体、医療機関と国民
が一緒になって対策して
いきたいと思います。法律
です。日本脳卒中協会や
日本心臓病財団が、10年
以上前から成立を目指
し、平成30年12月の国会
で、全会一致で成立しま
した。

脳卒中は、寝たきりの
原因に最もなりやすい病
気です。また、心臓病と
同じく症状が出てからな
るべく早く対処する必要
があります。
脳卒中には、脳梗塞、
脳出血、くも膜下出血な
どがありますが、どれも
迅速な治療が必要です。
特に不整脈(心房細動な
ど)がある方で、突然片
方の手足が動かなくなっ
た場合は、脳梗塞の中で
も太い脳血管が詰まった
可能性があり、様子を見
ていてはいけません。す
ぐに救急車で病院に運ば
れ、血栓を溶かす治療や
カテーテルで血栓を回収
する治療が必要です。こ

れらの治療は、症状が出
てから4時間半とか6時
間とか、治療までの時間
制限があります。
市立総合病院では、平
成30年4月から脳卒中セ
ンターを開設しました。
脳卒中センターは、この
ような脳卒中を迅速に治
療できるよう、まだまだ
成長する必要があります。
新しくできた法律は、
必ず脳卒中センターの背
中を押してくれませんが、
脳卒中に対する市民の皆
さんのご理解も、とても
大事です。

お問い合わせ 健康セン
ター ☎ 23・2191

個別相談や体組成測定
日頃の生活習慣を見直し
みませんか？

日時・内容 下表参照

会場 ①市役所2階会議室
②く⑤健康センター⑥東
青梅市民センター

対象 64歳以下の市民で①
②のいずれかと③④の3
日程に必ず参加できる方

※糖尿病等で治療の方は主
治医に相談してください。

費用無料
定員 先着20人(予約制)



申し込み 電話 ☎23・21
91で健康センターへ

日時	内容
① 11月7日(木) 午後1時30分~3時	糖尿病予防講座(医学)
② 11月13日(水) 午前10時~11時30分	糖尿病予防講座(栄養)
③ 11月26日(火)、27日(水) 午前9時~11時40分または午後1時~3時40分 の中で20分程度(申し込み時に確認)	個別相談、目標設定
④ 12月5日(木) 午前9時40分~11時50分	歯周病予防指導、体組成、血管年齢測定
⑤ 12月13日(木) 午前9時40分~正午	運動実践
⑥ 1月18日(金) 午前10時~午後1時	調理実習

生活習慣改善セミナー

各種がん検診を実施します

問い合わせ 健康センター ☎23-2191

	子宮頸がん検診(後期)	乳がん検診
日程	令和2年3月31日まで	
会場	林レディースクリニック、新町クリニック健康管理センター、青梅市立総合病院	健康センター(検診車)、新町クリニック健康管理センター、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
対象	市内在住の女性で、令和2年4月1日までに20歳以上となり、平成30年度に市の子宮頸がん検診を受診していない方 ※子宮の治療中・経過観察中の方、子宮を摘出した方は受診不可 ※令和元年度の子宮頸がん検診無料クーポン券対象者は受診不可	市内在住の女性で、令和2年4月1日までに40歳以上となり、平成30年度に市の乳がん検診を受診していない方 ※乳がんを治療中・経過観察中の方、妊娠中・妊娠の可能性のある方、授乳中の方、豊胸手術をした方、ペースメーカーを使用している方は受診不可 ※令和元年度乳がん検診無料クーポン券対象者は受診不可
検査内容	問診、視診、内診、細胞診	マンモグラフィ検査、問診、視触診 ※マンモグラフィ検査は40歳以上の方は2方向、50歳以上の方は1方向から撮影
費用	500円(税込み) ※生活保護受給者等は免除制度がありますので、受診日に受給証明書をお持ちください。	1,000円(税込み)
申し込み	次のいずれかの方法で健康センターへ ※電話での申し込みは不可	
A 郵送	①ハガキに〇〇がん検診希望、住所、氏名(ふりがな)、生年月日(和暦)、電話番号を記入してください。 ②記入漏れがあると、受診券の作成、送付ができませんので、ご注意ください。 〒198-0042 青梅市東青梅1-174-1 健康センター婦人がん検診担当へ ※ハガキは1人1通送付	
B 持参	健康センターにある検診申込書に記入して提出(土・日曜日、祝日を除く午前9時~午後5時)	
C 電子申請(2次元コード)	市ホームページの「電子申請」から「東京電子自治体共同運営サービス」へ進み手続きしてください。 ※スマートフォンから2次元コードを読み取るか、HP http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/ へ直接アクセス可	
	 子宮頸がん検診 https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/uketsuke/form.do?id=1569462882563	 乳がん検診 https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/uketsuke/form.do?id=1571096935999
申し込み期限	A・B…11月15日(必着)、C…11月15日の午後11時59分	
受診方法	受診票は12月上旬~中旬に送付します。受診票が届いてから検診機関へ予約し、受診してください。	

特定健診は11月30日(土)まで!

終了間際は混雑が予想されますので、早めに受診してください。なお、すでに健診を受診された方で、健診結果を受け取っていない方は、受診した医療機関で早めに受け取ってください。

問い合わせ 健康センター ☎23-2191



青梅 特定健診 検索

令和2年度入所申請書
兼児童台帳(全頁)
就労証明書等の父母の
入所要件を証明する
書類(全頁)
その他(必要な方のみ)

申請方法 次の書類をこ
用意のうえ、受付指定
日(表1参照)に、子
育て推進課へ申請し
てください。

※令和2年度入所申請書
兼児童台帳(全頁)
就労証明書等の父母の
入所要件を証明する
書類(全頁)
その他(必要な方のみ)



注意事項 開所時間や延
長保育等についてはし
おりをご確認ください
▽入所選考の結果、保
留(待機)となる場合
があります。

問い合わせ 子育て推進
課 子育て推進係

青梅市学童保育所

令和2年度入所申請を受け付けます

令和2年4月から学童
保育所へ入所を希望する
方(現在入所中の方や待
機中の方も含む)は、令
和2年度青梅市学童保育
の「しおり」をご確認のう
え、受付指定日に申請し
てください。

入所対象児童 2年4月
1日以降、市内に居住
する小学1~6年生
の児童(転入予定を含
む)で保護者が入所要
件に該当する児童
※入所要件は、しおりを
ご確認ください。

**しおり、申請書等の配
布場所** 子育て推進
課(市役所1階12番窓
口)、各市民センター、
市内の各保育園・幼稚
園、中央図書館、ネッ
ツたまぐーセンター
(文化交流センター)
※各施設の閉所時は配布
できません。

※市ホームページでダウ
ンロード可

※市内の各保育園・幼稚
園では、2年度新1年
生へ配布します。

学童保育所 表2参照
民間学童保育所への入所
市内には、国や市が定
める基準を満たした民
間学童保育所が2か所
あります。(表3参照)
運営はすべて民間事業
者が行っているため、
入所の詳細等について
は直接お問い合わせく
ださい。

育成品料 月額5千円
※別途おやつ代
※育成品料を滞納してい
る場合、利用者負担の公
平性の観点から、入所
選考において減点を
します。

※印刷(朱肉を使うもの)
をお持ちください。
※子育て推進課以外では
受け付けできません
(郵送不可)

※詳細は、しおりをご確
認ください。
※書類が不足している場
合、受け付けできませ
ん。

表1 学童保育所入所申請受付指定日一覧

受付日	受付時間	入所を希望する学童保育所
12月2日(月)	午前8時30分~午後5時15分	成木・新町・今井・藤橋
12月3日(火)	午前8時30分~午後5時15分	第三・大門・吹上
12月4日(水)	午前8時30分~午後5時15分	河辺・霞台・若草
12月5日(木)	午前8時30分~午後5時15分	第一・第五・第六・第七
	午後5時15分~8時(夜間窓口)	指定はありません
12月6日(金)	午前8時30分~午後5時15分	第二・千ヶ瀬・第四・友田
12月9日(月)	午前8時30分~午後5時15分	第一・第五・第六・第七
12月10日(火)	午前8時30分~午後5時15分	成木・新町・今井・藤橋
12月11日(水)	午前8時30分~午後5時15分	第三・大門・吹上
12月12日(木)	午前8時30分~午後5時15分	第二・千ヶ瀬・第四・友田
	午後5時15分~8時(夜間窓口)	指定はありません
12月13日(金)	午前8時30分~午後5時15分	河辺・霞台・若草
12月15日(日)	午前8時30分~午後5時15分	指定はありません
12月16日(月)	午前8時30分~午後5時15分	第二・千ヶ瀬・第四・友田
12月17日(火)	午前8時30分~午後5時15分	河辺・霞台・若草
12月18日(水)	午前8時30分~午後5時15分	第一・第五・第六・第七
12月19日(木)	午前8時30分~午後5時15分	成木・新町・今井・藤橋
	午後5時15分~8時(夜間窓口)	指定はありません
12月20日(金)	午前8時30分~午後5時15分	第三・大門・吹上

表2 学童保育所一覧

クラブ名	所在地	定数
第一こどもクラブ	本町223	111
第二こどもクラブ	長淵4-437	108
千ヶ瀬こどもクラブ	千ヶ瀬町2-262-13	60
第三こどもクラブ	大門2-317	114
大門こどもクラブ	大門1-364-1	120
第四こどもクラブ	東青梅6-1-1	114
第五こどもクラブ	梅郷3-765-1	100
第六こどもクラブ	二俣尾3-903-1	38
第七こどもクラブ	小曾木3-1880-1	37
成木こどもクラブ	成木3-423-1	29
河辺こどもクラブ	河辺5-24	100
新町こどもクラブ	新町5-7-16	160
	新町5-7-15	
霞台こどもクラブ	新町1-35-1	100
友田こどもクラブ	友田町5-332	50
今井こどもクラブ	今井2-947-1	108
若草こどもクラブ	新町1-15-1	100
藤橋こどもクラブ	藤橋3-13-1	72
吹上こどもクラブ	吹上176-1	37

表3 民間学童保育所一覧

名称	事業者	所在地	電話番号	定数
ほうかごNICOLAND	(株)モアスマイルプロジェクト	新町4-18-9	☎34-9603	40
オルオルネクストカベ	知創(株)	河辺町5-23-7	☎78-3568	36

※指定受付日に申請ができない場合、別の受付日に申請をしてください。
※申請は第1週に集中することが予想されます。
※表中の受付日時内であれば、申請日は入所選考に影響しません。

子育て支援センター「はぐはぐ」臨時休館

11月17日(日)は臨時休館となりますので、ご注意ください。
問い合わせ 子ども家庭支援課

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 11月16日(土) 午後10時30分～11時30分
会場 福祉センター集会室
対象 3か月～小学生の保護者で、子育てのお手伝いをしてほしい方
その他 登録時に印鑑が必要ですが、登録料・年会費無料(別途利用料あり)

子育てひろば・ユリユリ 簡単エアロビクス

日時 11月7日(木)、25日(月) 午前11時15分～11時45分
※子育てひろばは午前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
講師 フィットネスコーチ

デイナーター 池田美帆氏
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

子育てひろば・すこやか くお肌の乾燥、気になりませんか？ ママのための冬に向かっお肌のケアを

日時 11月22日(金) 午前10時30分～11時30分
会場 畑中保育園すこやか
対象 未就学児の親子
講師 フェイシャルエステ

ティンヤン 橋本留美氏
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 畑中保育園 21・5358、市子ども家庭支援課

親子ふれあい 綱引き大会出場チーム募集

一本の綱を握れば気持ちよはひとつ！
日程 令和2年2月2日(日)
会場 住友金属鉱山アリーナ 青梅(総合体育館)
チーム編成 1チーム8人
編成(メンバー登録は10人まで可)
クラス・出場資格 幼稚園・保育園児の部▽小学生低学年の部(3年生以下)▽小学生高学年の部(4年生以上)▽中学生男子の部

部▽中学生女子の部▽ふれあいの部：小学生以下を4人以上含む市内在住の男女▽一般男子の部(男女混成可)▽一般女子の部
※中学生以下は市内在住者
※一般は市内在住・在勤・在学者
※体重制限なし
申し込み 12月2日までに子ども家庭支援課(市役所3階)または各市民センターで配布する申込書を提出
※申込書は市ホームページからダウンロード可
監督会議・組み合わせ抽選会(予定) 2年1月9日(木) 午後7時30分
市役所2階会議室
公開練習日時 2年2月1日(土) 午後1時～4時・住友金属鉱山アリーナ 青梅
※大会当日は模擬店コーナーも計画しています。
問い合わせ 子ども家庭支援課、各市民センター

来年4月からの保育園等 新規利用・転園希望者受付

○令和2年4月 利用申し込み手続き
市では、令和2年4月から市内の保育園等の利用を希望する方の新規申し込みを受け付けます。
受付期間中に、必ず印鑑(朱肉を使うもの)をお持ちのうえ、お越しください。また、元年度中に申請し、現在利用待機となっている方も、新たに2年度の申し込みが必要となります。
受付日時 左表参照

受付日	時間
1月6日(月)	午前9時～午後5時
1月7日(火)	午前9時～午後5時
1月8日(水)	午前9時～午後5時
1月9日(木)	午前9時～午後8時
1月10日(金)	午前9時～午後5時
1月11日(土)	午前9時～午後3時 ※3時以降は受付不可

希望の保育園等の変更について(注意)
令和2年4月利用の申し込みを希望する方は、希望の保育園等を利用する市区町村に申し込みます(各市区町村により異なります)を確認のうえ、申請してください。

希望の保育園等を利用する場合、希望する市区町村に申し込みます(各市区町村により異なります)を確認のうえ、申請してください。

希望の保育園等を利用する場合、希望する市区町村に申し込みます(各市区町村により異なります)を確認のうえ、申請してください。

希望の保育園等を利用する場合、希望する市区町村に申し込みます(各市区町村により異なります)を確認のうえ、申請してください。

希望の保育園等を利用する場合、希望する市区町村に申し込みます(各市区町村により異なります)を確認のうえ、申請してください。

保育所一覧(50音順)(令和2年4月1日予定)

保育所名	住所	電話	定員	開所時間	0歳児受け入れ月齢
1 あゆみ※	新町9-2153-3	30-5553	40	6:30～19:30	43日を経過した翌月1日から
2 今井	今井2-1125-2	31-5856	140	7:30～19:00	56日を経過した翌月1日から
3 今寺	今寺1-531-2	31-1268	120	7:00～20:00	
4 青梅	滝ノ上町1274-1	22-2872	100	7:00～19:00	
5 青梅梨の木	河辺町6-12-3	24-7481	110	7:00～20:00	
6 青梅みどり第一	師岡町4-8-8	23-3600	110	7:00～20:00	
7 青梅みどり第二	師岡町1-113-20	24-7400	100	7:00～20:00	
8 青梅ゆりかご	師岡町3-10-5	23-5527	40	7:00～19:00	
9 青梅ゆりかご第二	東青梅5-22-2	24-4455	70	7:00～19:00	
10 おそぎ	小曾木4-2227-1	74-5315	110	7:15～19:15	
11 かすみ	東青梅6-1-12	22-2235	80	7:00～19:00	
12 かすみ台第一	大門2-253	31-5760	190	7:00～20:00	
13 かすみ台第二	野上町3-12-1	23-3045	210	7:00～20:00	
14 かすみ台第三	谷野191-1	31-1293	70	7:00～19:00	
15 河辺	河辺町4-20-12	22-1321	170	7:00～20:00	
16 上長瀬	長淵7-311	23-1569	110	7:00～20:00	
17 駒木野	駒木町2-46-1	22-4804	110	7:00～20:00	
18 新町	新町2-21-9	31-5302	160	7:00～20:00	
19 新町西	河辺町7-14-2	31-1429	165	7:00～20:00	
20 新町東	新町8-5-2	31-2363	170	7:00～20:00	
21 鈴の音	大門3-4-5	31-7841	80	7:30～19:00	6か月を経過した翌月1日から
22 ちがせ	千ヶ瀬町3-389-9	24-4152	150	7:00～20:00	56日を経過した翌月1日から
23 友田	友田町4-106	22-7935	110	7:00～19:00	
24 長瀬	長淵4-225	22-8102	95	7:30～19:00	
25 成木	成木4-683-5	74-7321	65	7:15～18:45	
26 にこ森※	新町4-14-16	34-9431	54	7:00～19:00	
27 梅郷	梅郷3-776-7	76-1088	70	7:15～19:15	
28 畑中	畑中2-593	22-8103	100	7:00～19:00	
29 日向和田	日向和田2-374-7	23-3420	80	7:00～19:30	
30 二俣尾	二俣尾4-1067	78-9466	45	7:15～18:45	
31 三田	沢井2-843	78-8022	40	7:15～18:45	
32 よしの	柚木町2-312-1	76-0809	65	7:30～19:00	6か月を経過した翌月1日から

※令和2年4月開設予定

認定こども園、家庭的保育事業、小規模保育事業(令和2年4月1日予定)

保育所名	住所	電話	定員	開所時間	0歳児受け入れ月齢
1 青梅エンゼル保育園	新町8-3-8	31-8125	38	7:00～20:00	56日を経過した翌月1日から
2 ねむのき幼稚園※	新町2-33-4	31-5400	38	7:30～18:30	令和2年度の受け入れ不可
3 川村家庭的保育者	東青梅5-25-36	27-3426	5	7:30～18:30	43日を経過した翌月1日から
4 木崎家庭的保育者	谷野27-5	33-6857	5	7:00～18:00	43日を経過した翌月1日から
5 島崎家庭的保育者	新町9-2016-40	78-0632	5	7:00～18:00	43日を経過した翌月1日から
6 井梅家庭的保育者	藤橋2-27-6	34-9768	5	7:00～18:00	43日を経過した翌月1日から
7 ちいさな鈴	末広町2-7-34	27-3328	12	7:30～19:00	6か月を経過した翌月1日から
8 NICOLAND ほいくえん	新町4-18-9	34-9181	18	7:00～19:00	3か月を経過した翌月1日から
9 あんじゅ保育園	藤橋2-494-1	27-5138	12	7:00～19:00	43日を経過した翌月1日から

※令和2年4月に保育部分を開設予定

振付家・ダンサーの鈴木ユキオさんと一緒に、オリジナルの舞台作品を作りませんか？

最終日にはネットたまぐーセンターで発表公演を行います。

日時 下表参照

会場 ネットたまぐーセンター(文化交流センター)



パフォーミングスキッツ・トークショー ダンスワークショップ&公演参加者募集

対象 小学2〜6年生で原則としてすべての日程に参加できる方

定員 15人(抽選)

費用無料

主催 (公財) 東京都歴史文化財団アーツカウンシル東京、(特非) 芸術家と子どもたち、市教育委員会

申し込み (特非) 芸術家と子どもたちホームページ(左記2次元コード参照)から



問い合わせ (特非) 芸術家と子どもたち ☎03・5906・5705、市社会教育課

講師プロフィール 鈴木ユキオ氏 [YUKIO SUZUKI Projects] 代表。世界40都市を超える地域で活動を展開し、しなやかで繊細に、かつ空間からはみ出すような強靱な身体・ダンスは、多くの観客を魅了している。

2008年に「トヨタコレオグラフィアワード」で「次代を担う振付家賞(グランプリ)」を受賞。2012年フランス・パリ市立劇場

日程 (令和2年)	時間	内容
1月11日(土)、12日(日)、18日(土)、19日(日)、25日(土)、2月1日(土)、8日(土)	午後2時〜5時	ワークショップ
2月9日(日)	午前10時〜午後3時30分	
2月10日(月)	午後4時30分〜7時	
2月11日(祝)	午前10時から 午後2時30分から	

青梅市産後ケア事業に宿泊型が追加されました

出産後、安心して育児に取り組めるように、心身のケアや育児の支援などを提供し、お母さんの育児に関する負担感の軽減を図れるようにサポートします。

対象 産後4か月までのお母さんで次のいずれかに該当する方

▷産後に心身の不調のある方

▷育児不安等があり、具体的な指導および助言の必要な方

▷家族等から十分な育児・家事等の支援が受けられない方

※母子保健コーディネーターが状況を伺ったうえで、利用の可否を判断します。

事業区分・支援内容・実施場所・費用 下表参照

支援内容 お母さんの休養、体力回復や心身のケア、赤ちゃんのケア(健康状態のチェック、体重・栄養のチェック)授乳指導、育児相談・指導、お母さんの食事指導

※各事業により支援内容は異なります。詳細についてはお問い合わせください。

利用できる回数 すべての事業を合わせて5回まで

※多胎の場合は7回まで

その他 詳細については、市ホームページをご覧ください。

申し込み 電話 ☎21-0770 で子育て世代包括支援センター(健康センター内)へ

事業区分	支援内容	実施場所	費用(1回)
宿泊型	助産所に泊まり、さまざまなサポートが受けられます。	宮岡助産所(昭島市)	6,000円
日帰り型(デイケア)	助産院でさまざまなサポートが受けられます。	村木助産院(青梅市) 森田助産院(福生市)	3,000円
訪問型	助産師が自宅に伺い、自宅でさまざまなサポートが受けられます。	宮岡助産所(昭島市)	1,000円

※市民税非課税世帯、生活保護世帯、中国残留邦人は利用料金が免除されます。

青梅市生涯学習推進市民会議企画講座 初めてのダンス パブリカを踊ろう!

日時 11月30日(土) ① 午前10時〜10時30分 ② 10時40分〜11時30分

会場 ネットたまぐーセンター(文化交流センター) 研修室A

対象 ①市内在住の2〜3歳と保護者②市内在住の4〜6歳

講師 NFPFDダンスイ

定員 ①先着15組(予約制) ②先着15人(予約制)

費用無料

持ち物 上履きなどの室内靴、タオル、飲み物

申し込み 住所、氏名、電話番号、子どもの年齢を電話で社会教育課へ

申し込み 電話 ☎23・2191 で健康センターへ

ご参加ください プレママ・プレパパクラス

日時 12月14日(土) 午前9時45分〜正午(9時30分受付開始)

会場 健康センター

対象 出産予定日が1月上旬〜5月上旬の妊婦とその夫

定員 先着16組(予約制) 費用無料

服装・持ち物 肘が出せる服装(ベビバスにお湯を張り、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」(冊子)

申し込み 電話 ☎23・2191 で健康センターへ

「生涯学習だより」 団体・サークルの情報を寄せてください

1月発行の「生涯学習だより」に掲載を希望する方は、情報をお寄せください。

掲載条件 団体やサークルが主催・共催し、市民が参加できる教室、講演会、イベント等で①令和2年1月〜4月中旬に実施予定の事業・会員募集②8月〜11月に終了した事業の報告等

※紙面の都合等により掲載できないこともあります。

掲載内容 ①催し物のタイトル、内容、開催日時、会場、対象者、問い合わせ先(氏名、電話番号)等②実施した事業のPR

配布場所 市役所1階総合案内、社会教育課(市役所3階)、中央図書館、各市民センター ほか

※市教育委員会ホームページでもご覧いただけます。

申し込み 11月21日までにファックス ☎22・9835 または直接社会教育課へ



ポツパルト市青少年友好親善使節団が来青しました



9月30日(月)〜10月10日(木)に、姉妹都市ドイツ・ポツパルト市から、アンドレアス・ニック氏を団長とする11人の青少年友好親善使節団員が青梅市を訪れました。

滞在期間中は、市内の家庭にホームステイしながら、茶道、浴衣の着付け、座禅、うどん打ち、書道など、日本の伝統文化を体験しました。



また、都立青梅総合高校和太鼓部の皆さんや青梅・ポツパルト友好協会の方など市民の皆さんと交流し、充実した11日間を過ごしました。

滞在中は、大勢の方にご協力をいただき、ありがとうございました。

来年、東京オリンピック・パラリンピックの開催時には、さらに多くのポツパルト市民が青梅を訪れる予定です。

ぜひ、姉妹都市ポツパルト市の方々と交流を深めてください。

問い合わせ 秘書広報課交流担当



第54回青梅マラソン大会 市役所ステージ出演者募集

ランナーだけでなく、誰もが熱くなれる瞬間を、

第54回青梅マラソン大会では、市民団体を対象にステージ披露の場を設けます。この機会に、日頃の練習の成果を毎年約2万人の参加者が集まる青梅マラソンという大舞台で発表してみませんか。皆さんの熱い気持ちとパフォーマンスで第54回青梅マラソン大会をさらに盛り上げましょう!

出演日 令和2年2月16日(日)

出演時間 午後1時〜2時30分の間で1団体15分(準備、撤収を含む)

募集数 6団体

※応募団体多数の場合は、抽選を行います。

※応募団体には1月中旬に詳細を通知します。

※人数、内容等によってはご希望に添えない場合があります。

申し込み用紙の配布 申し込み用紙の配布 申し込み用紙の配布 申し込み用紙の配布



3階、住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)、各市民センター、市ホームページ

申し込み 12月20日までに申し込み用紙をファックス ☎25・2222 または直接スポーツ推進課へ

※土・日曜日、祝日を除く

問い合わせ スポーツ推進課

青梅線 girls とりっぷスタンプラリー開催中

今年2月に発行された「ことりっぷ 立川・福生・青梅 昭島・羽村」をステキ女子の皆さんにもっと知ってもらうため、各市を代表することりっぷ掲載店舗でスタンプラリーを開催中!

スタンプ1個で「ことりっぷ」(冊子)が、スタンプ2個で「びゅう商品券1万円分」が抽選で当たります。

青梅線に乗って頑張った自分へのご褒美を探しにおでかけしてみませんか。

開催期間 12月1日(日)まで
スタンプ設置店舗 JR青梅線エリア(立川・昭島・福生・羽村・青梅の各市内3店舗)

※青梅市内では「ダイニング&ギャラリー 蕨蔵」、「つぶあんカフェ」、「nocoBAKERY & CAFÉ」の3か所に設置されています。

※訪れるだけでスタンプを押印できます。
スタンプ台紙設置場所 JRの各駅(一部)、スタンプ設置店舗

※詳細はJRの各駅、スタンプ設置店舗にある「青梅線 girls とりっぷ」のチラシをご覧ください。

問い合わせ 商工観光課観光係



ネットたまぐーセンター あそびば文化祭



展示や舞台発表のほか、子ども向け工作教室や飲食販売も実施します。お友達やご家族など、皆さんお誘い合わせてお出かけください。

日時 11月23日(祝) 午前11時~午後4時、24日(日) 午前9時30分~4時30分

内容 舞台発表、作品展示、飲食販売、ワークショップ等
※プログラムの詳細は、社会教育課(市役所3階)、各市民センターで配布しているチラシをご覧ください。

入場無料
その他 駐車台数には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

主催 あそびば文化祭実行委員会 直接会場へ
問い合わせ あそびば文化祭実行委員会事務局(青梅市民センター内)
☎20-7150

わくわく!どきどき!日本の伝統文化を体験
狂言であそぼうぜっ!

いよいよ来年に迫っているオリンピック・パラリンピックは、スポーツのみならず文化の祭典とも言われています。市では日本の伝統文化を、身近な環境で子どもも大人も一緒に体験できる機会を設けるプログラムを「文化キャラバン」と名付けました。今回は「狂言」の体験です。ぜひご参加ください。

日時・会場 下表参照
対象 どなたでも
※未就学児は保護者同伴
定員 各回先着80人(予約あり)

狂言の魅力を紹介し、「狂言教室」を開催し、狂言の魅力を紹介します。

	日時	会場
①	11月24日(日) 午前9時30分~11時30分	下長洲第二第四自治会館 (長洲3-203)
②	11月24日(日) 午後2時30分~4時30分	ネットたまぐーセンター
③	12月 8日(日) 午後2時~4時	大門市民センター会議室



1駅1事業「三俣尾駅」山内新四国八十八箇所霊場参り

「青梅の秋の風物詩である「紅葉」の中、江戸時代から続く、悠々の歴史を持つ「山内新四国八十八箇所霊場参り」をしてみませんか。四国まで足を運ぶのはなかなか大変ですが、同じご利益が得られるのが、「山内新四国八十八箇所霊場」です。ぜひご参加ください。

日程 11月17日(日)、24日(日)
行程 午前10時・JR三俣尾駅集合く海禅寺く

参加費 3千円、19歳以下1千500円
主催 88盛り上げ隊
共催 市、市観光協会
協力 JR東日本八王子支社
申し込み 小澤酒造、イマタマホームページまたは電話☎76・1536でさめきうどんへ

御岳溪谷紅葉のライトアップ

期間 11月9日(土)~24日(日) 午後5時~8時
点灯式 11月9日(土) 午後4時30分から
※台風19号の被害により、規模を縮小することがあります。

旧宮崎家住宅の公開時間を変更します

旧宮崎家住宅(釜の淵公園内)は、月曜日(月曜日が祝日・振替休日の場合は翌平日)と年末年始を除き、毎日午前10時から午後5時まで公開していますが、11月4日(振替)~令和2年3月31日(火)は、公開時間を午前10時~午後4時に変更します。

問い合わせ 郷土博物館☎23-6859

企画展「青梅の織物」糸が紡ぐ今と昔

現在開催中の郷土博物館企画展「青梅の織物」糸が紡ぐ今と昔の関連講座と展示図録の販売を行います。

●企画展関連講座「大正末期における府是製糸株式会社」の設立過程

日時 12月7日(土) 午後2時から
会場 ネットたまぐーセンター(文化交流センター)4階会議室C・D
講師 市文化財保護審議会委員 沖川伸夫氏
定員 先着70人(予約あり)
費用無料
申し込み 電話☎

●展示図録販売
名称 企画展「青梅の織物」糸が紡ぐ今と昔」展示図録
価格 500円(税込み)
規格 A4判33ページ
販売場所 郷土博物館・社会教育課(市役所3階)
問い合わせ 郷土博物館☎23-6859

市民提案協働事業 人と人がつながる青梅のまちとつながる旅

青梅の農業や漁業を体験し、青梅のよさを再発見するバスツアー!

移住、転勤、地元の方も、青梅とゆるりつながつてみませんか?

日程 11月24日(日)
行程 午前9時15分・市役所または9時30分・JR青梅駅前ロータリー集合く奥多摩フィッシングセンターで魚釣り・軽食く青梅インター付近の畑で芋ほりく休憩(カフェむく)くJR小作駅午後4時・市役所解散

※雨天時は変更の場合あり
定員 10組20人程度(抽選)
費用 ①中学生以上1千500円 ②4歳~小学生800円 ③3歳以下無料
※2匹以上釣った魚は自己負担となります。

服装・持ち物 汚れてもよい服装、軍手、タオル、ビニール袋(芋持ち帰り用)、飲み物
主催 転勤ノオト青梅
申し込み 13日までに代表者の電話番号、参加者全員の氏名、年齢、費用区分①②③の内訳、アレルギーの有無、青梅市内の居住年数、希望の集合場所(市役所またはJR青梅駅)を電子メールdivo110@city.ome.tokyo.jpで秘書広報課交流担当へ

※抽選結果については15日以降、メールで通知
問い合わせ 秘書広報課交流担当

青梅市生涯学習推進市民会議企画講座 英語で楽しむメキシコ料理教室

メキシコ料理のエンチラーダとサラダを作りましょう。

異国の料理に挑戦してみたい方、外国に興味がある方など一緒に異文化体験してみませんか?

日時 12月1日(日) 午前10時~午後1時
会場 東青梅市民センター料理教室
対象 市内在住・在勤者
講師 リンダ・エアーズ氏
定員 先着20人(予約制)
費用 1千円(材料代)
持ち物 エプロン、布巾、持ち帰り用の容器、筆記用具
共催 青梅国際友好協会

申し込み 住所、氏名、電話番号を電子メール☎027050@city.ome.tokyo.jpまたは電話で社会教育課へ
※メールで申し込みの場合、2~3開庁日以内に確認のメールを送付します。メールが届かない場合は、必ず電話でお問い合わせください。
問い合わせ 社会教育課

△エンチラーダ

11月の相談日・健康診査

相談名	日程	時間	相談員※内容・対象	会場・備考	
法律相談	6日(水)、11日(月)、13日(水)、18日(月)、20日(水)、25日(月)、27日(水) 12月2日(月)、4日(水)、9日(月)、11日(水)、18日(水)、23日(月)、25日(水)	午後2時～5時 (1人25分) ※電話予約制	弁護士 ※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。 11月11日(月)の法律相談の予約は、11月5日(火)から予約を受け付けます。 ●直通電話☎22-2816または☎22-1111市民相談係へ ●参考資料があればお持ちください。	
交通事故相談	8日(金) 22日(金)	午後1時30分～4時 (1人35分) ※電話予約制	弁護士 ※交通事故の損害賠償・過失割合等		
登記相談	15日(金)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話予約制	司法書士、土地家屋調査士 ※土地や家屋の登記、相続問題等		
相続・遺言等暮らしの手続き相談	26日(火)		行政書士 ※相続・遺言等暮らしの手続き等		
行政相談	12日(火)	午後1時30分～4時 (1人約60分、混雑状況により時間を短縮する場合あり)	行政相談委員 ※国等への苦情や要望等	市役所3階相談室 ●参考資料があればお持ちください。	
身の上相談	19日(火)		人権擁護委員 ※人権問題・家庭での悩みごと等		
消費者相談	月～金曜日 ※4日を除く	午前10時～正午 午後1時～4時 ※第2、第4火曜日は午後6時まで	消費生活相談員 ※訪問販売や買物のトラブル等	市役所3階消費者相談室 ●消費者相談専用電話☎22-6000 ●参考資料があればお持ちください。	
福祉専門相談	12日(火) 27日(水)	午前9時30分～11時30分 午後5時～8時	弁護士 ※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☎22-1233社会福祉協議会へ	
労働相談	20日(水)	午後7時～9時 (1人40分) ※電話予約制	社会保険労務士 ※解雇、賃金不払い、時間外労働等労働問題全般の相談(パートタイムでお勤めの方も可)	市役所3階相談室 ●予約は相談日の前々日までに商工観光課商工労務係へ(先着3人) ●参考資料があればお持ちください。	
住宅相談	21日(木)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話・窓口予約制	青梅市住宅施策推進協議会所属の住宅関連団体の相談員 ※住宅の売買・賃貸、土地・家屋の登記や境界等に関する相談	市役所1階相談室 ●予約は相談日の3日前までに☎22-1111住宅課住宅政策係へ ●参考資料があればお持ちください。	
こどもの健康相談	保健師による乳幼児健康相談	26日(火)	午前10時～11時	保健師 ※育児相談	子育て支援センター「はぐはぐ」 ●直接会場へ
	医師による乳幼児健康相談	12日(火) 26日(火)	午後1時30分～2時10分	医師、保健師、管理栄養士 ※医師相談、計測、育児相談	健康センター☎23-2191 ●予約は前日までに(定員になりしだい締め切ります) ▶医師による乳幼児健康相談…定員各日30人(医師相談10人を含む) ▶乳幼児健康相談…定員30人 ▶乳幼児発達健康診査…定員6人 ▶子ども発達相談…定員各日5人 ※予約状況等により別日をご案内する場合がありますので、電話でご相談ください。
	乳幼児健康相談	27日(水)	午前9時30分～10時45分	保健師、管理栄養士、歯科衛生士 ※計測、育児相談	
	乳幼児発達健康診査	12日(火)	午後1時30分～4時	医師、保健師 ※運動発達に心配のある乳幼児	
健康診査	こども発達相談	1日(金) 5日(火) 15日(金)	午前9時～11時30分	心理相談員、保健師 ※こどもや人との関わり、行動に心配のある乳幼児	
	3～4か月児健康診査	6日(水) 20日(水)	午後1時～1時50分	※10月中に満3か月に達した子ども	健康センター☎23-2191 ●個別に通知
健康診査	1歳6か月児健康診査	1日(金) 15日(金)	午後1時10分～1時50分	※10月中に満1歳6か月に達した子ども	
	3歳児健康診査	5日(火) 19日(火)		※10月中に満3歳に達した子ども	
	幼児歯科相談(2歳児)	14日(木) 28日(木)	午後1時5分～2時	※10月中に満2歳・2歳6か月に達した子ども	健康センター☎23-2191 ●予約制
むし歯予防教室	13日(水)	午前10時～11時45分	※8か月から12か月までの子どもと保護者	健康センター☎23-2191 ●予約制	
BCG予防接種	7日(木) 13日(水)	午前10時～11時	※5か月から1歳未満の子ども	健康センター☎23-2191 ●個別に通知	
おとなの健康相談	健康相談	1日(金)	午後1時30分～3時15分	保健師	中央図書館多目的室 ※問い合わせは健康センター☎23-2191へ
	健康相談	8日(金)	午前9時30分～11時15分	保健師	住友金属鉱山アリーナ青梅 ※問い合わせは健康センター☎23-2191へ
	健康相談	28日(木)	午前9時30分～11時15分	保健師 ※健康に関すること 身体計測、体脂肪測定等実施 管理栄養士 ※栄養に関すること みそ汁塩分濃度測定実施	※問い合わせは健康センター☎23-2191へ ●直接会場へ
健康相談	6日(水)	午後1時30分～3時	保健師 ※健康・介護予防に関すること	沢井保健福祉センター ※問い合わせは高齢者支援課地域支援係へ ●直接会場へ	

11月のリサイクルショップ
日時 月～金曜日、日曜日 午前9時～午後4時(4日を除く)
詳細 リサイクルショップ☎32-5374

総合病院 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 11月25日(月) 午前9時～正午
電話 ☎22-3191(代表)

11月の子育て支援事業
対象 児童、保護者同伴の乳幼児
内容 指導員・講師が見守り、遊び方などを教えます。赤ちゃんサロンでは、保健師が育児の相談に、親子サロンでは、管理栄養士が栄養の相談に応じます。
費用無料
直接会場へ
詳細 子ども家庭支援課支援係

会場等	日程	時間
大門市市民センター会議室	6日(水) 20日(水)	午前10時～正午
長洲市民センター体育館	4日(振休) 11日(月) 25日(月)	午後3時～5時
梅郷市民センター体育館	21日(木)	午後3時～5時
沢井市民センター和室	4日(振休)	午前10時～正午
東青梅市民センター体育館	2日～16日の土曜日、23日(祝)	午前10時～正午
新町市民センター体育館	22日(金)	午後3時～5時
河辺市民センター体育館	1日～29日の金曜日	午後3時～5時
今井市民センター体育館	12日(火) 26日(火)	午後3時～5時
今井市民センター会議室	14日(木) 28日(木)	午前10時～正午
子育て支援センター 赤ちゃんサロン(0～1歳)	26日(火)	午前10時～正午
子育て支援センター 親子サロン(1～3歳)	18日(月)	午前10時～正午

※体育館では体育館履きをご用意ください。
※年間予定は、市ホームページをご覧ください。

フレッシュランド西多摩 ☎042・570・2626
☆生ごみコンポスト展
☆生ごみはゴミ?宝?生ごみ堆肥で野菜も元気、花も元気!家庭から出る生ごみを堆肥にする方法を展示します。
日時 11月12日(火)～24日(日)
主催 生ごみ堆肥化めぐみネット・羽村

11月の交通公園 日曜映画教室

自転車等に乗るときは事故防止のため運動靴を履いてください。また、3歳～小学6年生のお子さんは、必ずヘルメットも着用してください。

3日 ☆しましまとらのしまじろうの交通安全、まんが偉人物語(マルコ・ポーロ ほか)
10日 ☆とまる君とわたる君の交通安全、まんが偉人物語(ベル ほか)
17日 ☆ニャンダーかめんの交通安全、まんが偉人物語(ダ・ビンチ ほか)
24日 ☆はじめにおぼえる交通安全、まんが偉人物語(レントゲン ほか)
会場 交通公園(大門3-14-3)
問い合わせ 市民安全課市民安全係

11月の収益事業

★ボートレース多摩川開催日
☆4日(振休)～8日(金)：第57回スポーツニッポン賞
☆22日(金)～27日(水)：第15回日本財団会長賞
◎電話投票会員随時募集中◎
申し込み テレボート加入受付センター ☎0120・858・006
受付時間 午前9時～午後6時
★京王閣競輪開催日
☆12日(火)～14日(木)：F1関東カップ「後閑信一杯」

☆和紙ちぎり絵体験教室
令和2年の干支「子(ねずみ)」をテーマにしたちぎり絵体験教室です。
日時 12月6日(金) 午前10時～正午
定員 各回先着30人(予約制)
費用 200円(材料代)
申し込み 11月12日～12月6日に直接フロントへ
申し込み 11月12日～12月6日に直接フロントへ
※フラダンス教室、ヨガ教室も好評開催中です。詳細はホームページをご覧ください。



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、12月1日号…11月5日(火)、12月15日号…11月20日(水)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)

●親子で楽しめる人形劇! 11月12日(火) 午前9時 50分〜11時〜かすみ保育園 花咲かじいさん ほか〜 入場無料▽直接会場へ▽同 園 岡田☎22・2235

★催し

●新町菊花展 11月2日(土)〜16日(土)▽新町御 嶽神社境内▽入場無料▽直 接会場へ▽新町菊花愛好会 秋澤☎31・2767

●青梅フォトクラブ作品 展示会

11月8日(金)〜13日(水) 午前10時〜午後6時※13日は午後5時 まで▽西友河辺店ポッパル トホール▽入場無料▽直接 会場へ▽青梅フォトクラブ 大西☎080・5383・9324

ボランティア・市民活動センターから

●おもちの病院おうめ 11月2日〜30日の土曜日、 23日(祝) 午後1時〜4 時▽福祉センター▽おも ちの無料修理※即日修理 できない場合・直らない場 合あり▽費用無料(部品代 等実費)▽直接会場へ

●パソボラ・カフェ 11月9 日(土) 午後1時〜3時30 分▽福祉センター▽中高年 初心者 障害のある方▽パソ コン・タブレット何でも相談 別途▽直接会場へ

●認知症家族の会 11月8 日、12月13日、令和2年1 月10日の金曜日 正午〜午 後3時▽福祉センター▽認 知症の方を介護する家族▽ 情報交換▽1回400円▽認知 症家族の会青梅ネット 長 谷川☎22・0737へ申し 込み

●健康麻雀体験会 11月7 日〜8日の木曜日 午後1 時〜4時30分▽今井市民セ ンター▽少しできる方▽先 着4人▽1回100円▽直接会 場へ▽ナチュラル 三浦☎ 090・2218・6055

●裏宿町文化祭 11月16日 (土) 午前11時〜午後5時 17日(日) 午前10時〜午 後4時▽裏宿公会堂▽講演 作品展示等▽16日の午前10 時から元青梅市文化財保護 審議会会長 齊藤慎一氏に よる講演「変革期の鎧・兜 〓裏宿の嶋村家の兜〓」あ り▽入場無料▽直接会場へ 〓同祭実行委員会 東山☎ 22・6897

●わかわかマジック教室〓 今年の忘年会はこれだ!〓 11月18日(月)、25日(月) 午後7時〜8時30分▽福祉 センター▽中学生以上▽先 着10人▽2千円(材料代)▽筆 記用具、はさみ持参▽ぱく わん! 茅野☎080・5196・5216へ申し込み

★会員募集

●シニアのための初級英会話

第1:2・4月曜日 午 後1時10分〜2時40分▽河 辺市民センター▽スイデー ブ・カトラゼグ氏▽月額 3千円※体験無料▽若い方 も歓迎▽英語クラブA B C Aクラス 森川☎27・ 4198

●水泳

火曜日 午前11時 午後1時▽羽村市スイミ ングセンター▽18歳以上▽ 宮崎京子氏▽入会金1千 円、月額3千円▽初心者歓 迎▽ワイワイシルT 加 藤☎33・6185

●ミニテニス

水曜日 午 前9時〜正午▽今井市民セ ンター▽50歳以上▽入会金 1千円、月額400円▽初心者 歓迎、ラケットの貸し出し あり、体育館シューズ持参 〓直接会場へ▽今井ミニ テニスクラブ 鈴木☎23・ 7739

●社交ダンス

水曜日 午 後1時〜3時▽新町市民セ ンター▽初心者▽風間ま すお氏▽定員10人▽月額 1千500円▽エンゼル 小出 ☎090・2641・4661

●フラワーアレンジメント

第2木曜日 午前10時〜正 午▽河辺市民センター▽西 尾妃要子氏▽月額3千500 円程度▽初心者・経験者 歓迎▽ブーケ 原☎24・ 4688

●水泳

金曜日 正午〜午 後2時▽羽村市スイミング センター▽18歳以上の初心 者、水泳が上手になりたい 方▽宮崎京子氏▽10人▽年 会費1千円、月額3千円▽ ワイワイフライデー 田中 ☎24・7693

●困基 金曜日 午後1 時、30日(土) 午前9時 15分〜午後3時▽都立羽村 特別支援学校▽作品展示、 製品販売等▽入場無料▽直 接会場へ▽同校 細田☎ 042・5540・829

★その他

●青峰フェスタ(文化祭)

11月16日(土) 午前9時 30分〜午後2時30分▽都立 青峰学園▽学習発表、作品 展示、パンや花の販売等▽ 入場無料▽直接会場へ▽同 学園☎32・3811

●大人のためのボードゲームカフェ「ワラエル」

11月16日(土) 午後1時30 分〜4時▽青梅こども未来 館▽わくわく遊び隊▽先着 12人▽1千円※別途飲み物 代200円▽青梅こども未来 館センター☎20・7150

●西多摩がん患者サロン

11月16日(土) 午後2時〜4 時 30分▽福祉センター▽がん 患者さんと家族▽作業療法 士 田中百合氏▽先着20人 〓費用無料▽ハローライフ 方▽宮崎京子氏▽10人▽年 会費1千円、月額3千円▽ ワイワイフライデー 田中 ☎24・7693

●羽ばたき祭

11月29日 (金) 午前10時〜午後3 時、30日(土) 午前9時 15分〜午後3時▽都立羽村 特別支援学校▽作品展示、 製品販売等▽入場無料▽直 接会場へ▽同校 細田☎ 042・5540・829

●市民公開講座「顔ヨガ」

11月30日(土) 午後2時〜 3時▽福祉センター▽市民 〓自分でできるアンチエイ ジング法▽先着10人▽入場 無料▽(社福) 二石会大洋 園☎31・3666へ申し込 み

●ミニ青梅マラソン大会

12月7日(土) 午前9 時〜永山公園グラウンド集 合※荒天、コース不良時 中止▽小学1〜4年生: 1千500m、小学5年生以上 :1千800m▽11月13日(必 着)までにネットたまぐー センター2階で配布の申込 用紙で直接または件名を 「ミニ青梅マラソン」とし て住所、氏名、性別、電話 番号、学校名、学年、保護 者併走の場合は保護者氏名 を ☎0940@city.ome. tokyo.jp で同センターへ

★体協だより

●インディアカ交流練習会&初心者教室

11月23 日(祝) 午後7時30分〜 9時30分▽河辺市民セン ター▽中学生以上▽費用無 料▽直接会場へ▽市イン ディアカ協会 山田☎090・ 6123・1153

●西多摩障害者雇用・就労 支援シンポジウム

11月27日(水) 午後1時 30分〜4時30分※1時受付 開始▽羽村市ゆとろぎ▽埼 玉県立大学教授 朝日雅也 氏▽入場無料▽直接会場へ 〓西多摩障害者就労支援機 関連絡会主催▽青梅市障害 者就労支援センター☎25・ 8510

●税を考える週間書道展

11月8日(金)〜10日(日) 午前10時〜午後5時・イオ ンモールの出、11月12日 〓15日(金) 午前8時30 分〜午後5時※15日は3時 まで▽青梅合同庁舎▽青梅 税務署☎22・3185

●裁判所の調停委員による 無料調停相談会

11月9 日(土) 午前10時〜午後 3時30分▽立川市女性総合 センター5階▽土地建物、 金銭債務、近隣問題、交通 事故等のもめごとや家庭内 や親族間のもめごとについ て、裁判所の調停委員が、 秘密厳守・費用無料で相談 に応じます▽直接会場へ 〓東京民事調停協会☎03・ 5819・0267(11月 8日までの午前10時〜午後 4時)

●西多摩地区保護司会地域 活動推進講演会「更生保護 の心」

11月22日(金) 午 後2時〜4時※1時30分受 付開始▽福生市民会館▽東 京更生保護施設連盟会長 山田憲児氏▽入場無料▽直 接会場へ▽西多摩地区保護 司会更生保護サポートセン ター☎042・511・6297

●西多摩障害者雇用・就労 支援シンポジウム

11月27日(水) 午後1時 30分〜4時30分※1時受付 開始▽羽村市ゆとろぎ▽埼 玉県立大学教授 朝日雅也 氏▽入場無料▽直接会場へ 〓西多摩障害者就労支援機 関連絡会主催▽青梅市障害 者就労支援センター☎25・ 8510

青梅市公式ツイッター (東京都青梅市@ome_city_tokyo) 市では、青梅市公式ツイッター(東京都青梅市@ome_city_tokyo)を運用しています。市政情報やイベント情報などを発信しますので、ぜひご覧ください。問い合わせ 秘書広報課

アートビューイング西多摩2019 ARTの地産地消

11月16日(土)～令和2年1月13日(祝) 青梅市立美術館

主催 青梅市立美術館、アートビューイング西多摩実行委員会、西多摩地域広域行政圏協議会

助成 (公財) 青梅佐藤財団 協力 都立青梅総合高等学校、青梅夜具地夕日色の会、青梅テキスタイル 問い合わせ 市立美術館 ☎ 24-1195

西多摩地域にはさまざまなアーティストが住み、創作しています。彼らの創作行為はひっそりと、しかしダイナミックな構想のもとに行われ、その作品たちは人々に向けて発表されます。私たちはこれを「身近なクリエイション」と捉え、新鮮な芸術作品としてより多くの人々に感受してもらいたいと考えます。

本展覧会では、西多摩地域を中心に優れた芸術家の作品たちを展示します。また、さまざまなワークショップやギャラリートークを行い、皆さんと一緒に芸術作品を楽しみたいと考えています。

★アートビューイング西多摩2019 ARTの地産地消

会期 11月16日(土)～令和2年1月13日(祝)

時間 午前9時～午後5時(入館は4時30分まで)

休館日 月曜日(1月13日は開館)、12月29日～1月3日

会場 市立美術館

観覧料 大人200円、小・中学生50円

※小・中学生は、会期中の土・日曜日、祝日は無料

※障害者手帳をお持ちの方と付き添いの方1人(障害者手帳を提示)、市内在住の65歳以上の方(免許証や健康保険証など住所と年齢を確認できるものを1人ずつ提示。シルバーパス、診察券は不可)は無料

★ワークショップ

日程・内容・講師

① 11月24日(日)「手織りでコースター」・青梅夜具地夕日色の会、青梅テキスタイル

② 12月7日(土)「青梅の綿でつくるクリスマスツリー」・青梅夜具地夕日色の会、青梅テキスタイル

③ 12月15日(日)「青梅夜具地で作るポストカード」・青梅夜具地夕日色の会

④ 2年1月11日(土)「オリジナルブックカバーをつくろう!」・酔平☆(画家)

時間 各日午前10時～正午

会場 市立美術館1階ロビー

対象 3歳以上

※小学生以下は保護者同伴

定員 各回先着15人

費用無料(高校生以上は要観覧券)

直接会場へ

★参加作家によるギャラリートーク

日程・内容

① 11月24日(日)「絵画編Ⅰ」

② 12月7日(土)「立体編」

③ 12月15日(日)「絵画編Ⅱ」

④ 2年1月11日(土)「アートの日産地消について(トークセッション)」

時間 各日午後2時～4時

司会 井上正行氏

費用無料(高校生以上は要観覧券)

直接会場へ

★美術館鑑賞教室

講師 鈴木 斉氏

※12月6日(金)に河辺小5年生を対象に実施

★アーティスト交流授業

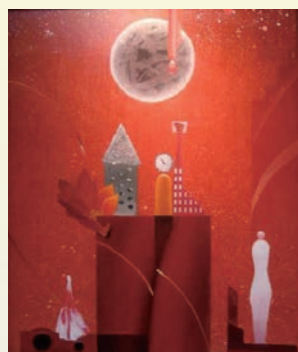
講師 渋谷和良氏、鷹取麻里子氏、原田 丕氏、松本 隆氏

※市内小学校4校で実施

※各校の児童の作品を会期中に市立美術館に展示



佐藤 勤《アンドロイドの夢》
テンペラ・油彩混合・ミクスト
メディア、2018年



大野美代子《星の来る夜》
油彩／
カンヴァス、2018年



田代敦丕《100年の皮(Y・B・K)アート》
2018年
リル／カンヴァス

長淵市民センター ☎ 22-3249

みんなのお話し会 長淵地区文化祭特別企画 日時=11月9日(土) 午後1時30分～2時30分
▷対象=幼児～小学生※親子での参加歓迎▷内容=オリジナル・ピアノ曲にのせた読み聞かせ ほか▷講師=高野悠子氏、浜中守俊氏▷入場無料▷協力=「ねえ、本よんで!!」の会▷直接会場へ

大門市民センター ☎ 31-2251

ふるさと祭り2019 日時=11月24日(日) 午前9時～午後1時30分▷内容=バザー、模擬店、お囃子、茶道 ほか▷入場無料▷主催=自治会連合会第三支会▷その他=23日(祝)、24日(日)は文化展の開催あり▷直接会場へ

小曾木市民センター ☎ 74-5332

手打ちそば教室 日時=12月6日(金) 午後1時30分～5時▷対象=成人(初心者)▷内容=年越しそばを作ろう(そば打ちの習得、試食)▷講師=並木 薫氏▷定員=先着15人(予約制)▷費用=1,000円(材料代)▷持ち物=エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器(20～30cm程度)、お持ちの方は麺棒、こね鉢(30～40cm程度のボールも可)▷申し込み=11月5日の午前9時から電話で

成木市民センター ☎ 74-5204

ゆずジャム作り教室 日時=11月21日(木) 午後1時30分～4時▷対象=成人▷講師=中村陽一氏▷定員=先着16人(予約制)▷費用=600円(材料代)▷持ち物=エプロン、三角巾▷申し込み=5日の午前8時30分から電話で

親子料理教室 炊飯器で簡単ケーキ&お菓子の家を作ろう 日時=12月8日(日) 午後1時30分

～4時▷対象=小学生と保護者▷講師=食育アドバイザー 清水敬子氏▷定員=先着8組(予約制)▷費用=1組500円(材料代)▷持ち物=エプロン、三角巾、布巾、手ふきタオル、はさみ、水筒▷申し込み=6日の午前8時30分から電話で

新町市民センター ☎ 31-7337

新町ウォーク「新町村の成立と人々の暮らし」講座 日時=11月16日(土)、17日(日) 午後1時30分～3時30分ごろ▷対象=2日とも参加できる方▷内容=16日・新町市民センター会議室で講話(新町村と周辺の自然環境、新町村成立の経過と発展)、17日・現地見学(新町市民センター～誠明学園北側～新田山公園～青梅畜産センター～富士塚～新町市民センター解散・約3km)※天候により入れ替える場合あり▷講師=市文化財保護指導員 角田清美氏▷定員=先着30人(予約制)▷費用無料▷持ち物=16日・筆記用具、17日・歩きやすい服装、履きなれた靴、飲み物、筆記用具▷申し込み=9日までに直接または電話で

青梅の伝統に触れてみよう!～青梅夜具地を使って壁掛け作り～ 日時=11月30日(土) 午前10時～正午▷対象=市内在住の3歳～小学6年生※2年生以下は保護者同伴▷講師=ぎやらりーカフェはこ哉 田邊博美氏▷定員=先着10人(予約制)▷費用=500円(材料代)▷持ち物=布切りはさみ、のり、筆記用具、飲み物▷共催=おうめこどもエコクラブ▷申し込み=14日までに直接または電話で



中央図書館 ☎ 22-6543

今井図書館おはなし会&こうさく会 日時=11月9日(土) こうさく会…午前10時15分～10時45分、おはなし会…11時～11時40分▷会場=今井市民センター和室▷対象=4歳児以上※未就学児は保護者同伴▷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▷問い合わせ=中央図書館 ☎ 22-6543

中央図書館映画会「エリン・プロコピッチ」 3人の子どもを持ったシングルマザーが大企業を相手に訴訟を起こし、全米史上最高額の和解金を勝ち取るまでの、実際の半生をもとにしたストーリー。日時=11月24日(日) 午後2時～4時10分(1時45分開場)▷会場=中央図書館▷上映予定作品=「エリン・プロコピッチ」2000年制作/アメリカ映画/ジュリア・ロバーツ主演/日本語字幕/約130分▷定員=先着60人▷入場無料▷直接会場へ

11月の木曜夜間窓口

毎週木曜日は、午後8時まで窓口業務の一部を延長して実施しています。

開設日 7日、14日、21日、28日

対象課・問い合わせ 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、子育て推進課、収納課、市民税課、資産税課

11月の日曜納付窓口

日時 24日(日) 午前9時～午後4時

問い合わせ 収納課収納管理係

11月の納期限(12月2日)

▷国民健康保険税…5期

▷後期高齢者医療保険料…5期

▷介護保険料…5期

次号の発行は11月15日です



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。