青梅市小・中学生の主張大会と伝統文化等の表彰を実施します

市と市教育委員会では、第15回青梅市小・中学生の主張大会を開催します。

市内の小学5・6年生6人と中学生10人が、将来の夢や生き方、身近な生活や社会に対する考え方、郷土への思いなどについて発表します。

また、主張大会に続き、伝統文化奨励表彰を行います。

ぜひお越しください。

日時　12月7日（土）午後1時30分～4時30分（予定）

会場　ネッツたまぐーセンター（文化交流センター）

入場無料

その他　全日本小中学生ダンスコンクール東日本大会で金賞・銀賞を受賞した三小ダンスクラブがダンスを披露します▽駐車場（有料・4時間100円）あり▽手話通訳あり

直接会場へ

問い合わせ　指導室指導係

妊婦健康診査を受けましょう

妊婦健康診査（妊婦健診）は、妊婦にとって大切な健診です。

市では、妊婦健診費用の一部を助成しています。安心して出産できるよう、助成制度を利用し、定期的に妊婦健診を受けましょう。

妊娠が確認されたら妊娠届（健康センターで配布）を提出してください。母子健康手帳の交付とともに、妊婦健診受診票（14回分）、超音波検査票、子宮頸がん検診受診票、新生児聴覚検査受診票（各1回分）をお渡しします。

また、その際に保健師や助産師などの専門の母子保健コーディネーターが体調や心配事などをお聞きし、妊婦一人ひとりの状況に合わせた情報提供やアドバイスを行っています。

里帰り先等で受診する方

助産所や都外の医療機関での妊婦健診では、妊婦健診受診票を利用できませんが、受診後に手続きすることで受診費用の一部が助成されます。

対象者　都外の医療機関（海外を除く）または助産所で受診票を使用せず、妊婦健診を受診し、受診費・検査費を自己負担した方

※受診日に青梅市に住所を有すること

助成対象　未使用の妊婦健診受診票について14回（助産所で受診した場合は、第1回目を除く13回）が対象です。超音波検査、子宮頸がん検診、新生児聴覚検査（平成31年4月1日以降に出生した新生児に実施したものに限る）も、受診票があれば、各1回分が助成の対象になります。

※助産所での超音波検査と子宮頸がん検診は対象外

助成金額　次の金額を上限とする受診・検査の実費

▽妊婦健診…1回目・1万850円、2～14回目・各回5千70円

▽超音波検査…5千300円

▽子宮頸がん検診…3千400円

▽新生児聴覚検査…3千円

申請方法　母子健康手帳、妊婦健診等が確認できる受診先の領収書（確認・コピーして返却します）、未使用の妊婦健診・超音波検査・子宮頸がん検診・新生児聴覚検査受診票、振り込み口座の銀行名・番号等の分かるもの、印鑑（朱肉を使うもの）をお持ちのうえ、健康センターへ

申請期限　出産日（流産・死産の場合は、妊婦健診を最後に受診した日）から1年以内

問い合わせ

▽健康センター☎23・2191

▽出産子育てに関する相談…子育て世代包括支援センター☎21・0770

おうめ子ども俳句コンテスト入選作品を展示します

第16回おうめ子ども俳句コンテストの入選作品と表彰式の様子を展示します。ぜひご覧ください。

※入選作品は、市教育委員会ホームページにも掲載します。

日程　12月1日（日）まで

会場　ネッツたまぐーセンター（文化交流センター）1階展示交流スペース

問い合わせ　社会教育課

妊婦歯科健診 赤ちゃんのためにお口の中の健康チェック

日時　12月5日（木）午後1時30分～3時30分

会場　健康センター2階

対象　安定期の妊婦

内容　歯科健診、歯磨き指導

定員　先着15人（予約制）

費用　無料

持ち物　母子手帳、歯ブラシ

申し込み　電話☎23・2191で健康センターへ

キッズクラス（幼児食教室）

日時　12月5日（木）午前10時～正午

会場　今井市民センター料理教室

対象　2～5歳児の保護者

※親子での参加を希望する方は、申し込み時にお伝えください。

内容　調理実習（手作りナン、キーマ風カレー、コールスローサラダ）

※食品衛生上、調理したものの持ち帰り不可

講師　管理栄養士

定員　先着20人（予約制）

費用　1人400円

持ち物　エプロン、三角巾、タオル、布巾、甘くない飲み物（麦茶等）

※各自ご用意ください。

その他　託児あり

申し込み　電話☎23・2191で健康センターへ

ゴックンクラス（離乳食教室・初期）

日時　12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

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）

費用　1組100円

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

長淵市民センター☎22－3249

調布ことぶき大学　日時＝１１月２７日（水）　午後１時３０分から▷対象＝市内在住の６０歳以上▷内容＝手品鑑賞会▷出演＝マジックグループ青梅▷入場無料▷直接会場へ

大門市民センター☎31－2251

自然素材のクリスマスリース作り　日時＝１２月６日（金）　午前１０時～正午▷講師＝造園施工管理士榎戸かおり氏▷定員＝先着２０人（予約制）▷費用＝1，５００円（材料代）▷持ち物＝園芸用はさみ、手袋、持ち帰り用の袋、飾り（お持ちの方）▷申し込み＝１１月１６日の午前９時から電話で

新町市民センター☎31－7337

そば打ち体験「年越しそばをつくろう！」　日時＝１２月１４日（土）　午前１０時～午後２時▷内容＝そばを打ち「かつおだし」と「とろろだし」の２種類のつゆで食べ比べる▷講師＝橋本　章氏▷定員＝先着２０人（予約制）▷費用＝1，２００円（材料代）▷持ち物＝エプロン、布巾、持ち帰り用の容器▷申し込み＝１２月９日までに直接または電話で

今井市民センター☎31－8600

クリスマスキャンドルリース作り～なんと、お正月飾りに早変わり～　日時＝１２月１４日（土）　午前１０時～正午▷対象＝市内在住・在勤・在学の小学生以上※小学生は保護者同伴▷講師＝㈲榎戸園　榎戸かおり氏▷定員＝先着２０人（予約制）▷費用＝1，５００円（材料代）▷持ち物＝園芸用はさみ、手袋、持ち帰り用の袋▷申し込み＝１１月１５日の午前９時から電話で

中央図書館☎22－6543

いずれも…費用無料▷直接会場へ

青梅図書館　おはなし会　日時＝１１月１７日（日）午前１０時１５分～１１時４０分※１０時１５分から工作会あり▷対象＝４歳児以上※未就学児は保護者同伴▷定員＝先着３０人▷協力＝青梅おはなしの会

中央図書館３階展示「読んで始めるエコライフ」　身近なエコライフの参考になる資料を中心に展示します▷日程＝１１月２０日（水）～令和２年１月１９日（日）※休館日あり▷その他＝展示資料の閲覧・貸し出し可

中央図書館　おはなし会　日時＝１１月２３日（祝）午前１１時～１１時４０分▷対象＝４歳児以上▷定員＝先着３０人▷協力＝おはなしボランティア

中央図書館　ちっちゃいこのおはなし会　日時＝１１月２４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

中央図書館　絵本のべんきょう会　日時＝１１月２９日（金）　午前１０時～正午▷対象＝子どもたちの前で読み聞かせやおはなし会の活動をしている（予定がある）方▷内容＝新刊絵本の紹介▷講師＝伊藤美枝子氏▷定員＝先着３０人

中央図書館　みんなで楽しもう！バリアフリー上映会　視覚や聴覚に障がいのある方も一緒に楽しんでいただけるよう、音声解説や日本語字幕が付いた映画を上映します▷日時＝１１月３０日（土）　午後２時～４時※１時４５分開場▷対象＝視覚や聴覚に障害のある方、一般▷上映作品＝「西の魔女が死んだ」２００８年制作／サチ・パーカー、高橋真悠、りょう、大森南朋　ほか出演／１１５分※音声解説（副音声）と日本語字幕付き▷定員＝先着４０人▷協力＝住友商事㈱▷その他＝問い合わせはファックス㈹２３－８２２４も可

中央図書館　朗読で楽しむ古典の世界「遠野物語と賢治」　山人山神を敬い、妖怪や精霊たちと共存する柳田國男の遠野物語と賢治の童話。摩訶（まか）不思議な異界をリーダーズあおうめの朗読でお楽しみください▷日時＝１２月１日（日）　午後１時３０分～３時▷出演＝リーダーズあおうめ▷定員＝先着６０人

中央図書館　おはなし会「絵本の森」　日時＝１２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▷協力＝おはなしボランティア「おはなしの会ころりん」

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12月1日です

R70 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

リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。