

5/1 号
2024年 NO. 1485

広報 おうめ

生涯学習フェスティバル ～釜の淵新緑祭 2024～



5月11日(土)～12日(日)

午前10時～午後4時

◇S & Dたまぐーセンター

◇釜の淵公園

◇旧宮崎家住宅



詳細は2面へ

今号の主な記事

- ◆市営住宅・都営住宅入居者募集…3面
- ◆学卒求人申込説明会…4面
- ◆「国蝶オオムラサキ見学会」参加者募集…5面
- ◆青梅市の「新婚ご夫婦応援制度」がパワーアップしました!…6面
- ◆高齢者向け スマートフォン使い方相談会…7面
- ◆青梅市ファミリー・サポート・センター…9面
- ◆なんでも情報局アンテナ…11面
- ◆第65回市民スポーツ大会競技日程…12面

生涯学習フェスティバル～釜の淵新緑祭 2024～

問 釜の淵新緑祭実行委員会（社会教育課内）
当日はS&Dたまぐーセンター☎20-7150

日ごろ市内外で活動している団体によるさまざまなイベントが開催されます。
歌や踊り、楽器演奏、おはなし会など盛りだくさんの内容です。手作りおもちゃ遊びや書道などの体験教室も充実しています。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。
※駐車場に限りがありますので公共交通機関をご利用ください。
※S&Dたまぐーセンターと釜の淵公園、市役所間で巡回バスが走ります。午前9時30分にS&Dたまぐーセンターを出発し、午後4時25分にS&Dたまぐーセンターに戻るまでの間、30分間隔で巡回します。（午後0時台のバスはありません。）
※天候等により、開催内容が変更となる可能性があります。詳細は市ホームページでお知らせします。





<1日目>5月11日（土）

会場	時間	イベント	出演団体等	雨天時	
釜の淵公園広場	10:00～16:00	竹細工の展示	青梅竹細工同好会	中止	
	11:00～12:00	草笛の演奏	青梅草笛クラブ	※1	
	12:00～13:00	ハワイアンフラ	フラ ハラウ オ レイラニ 多摩	中止	
	13:00～14:00	フラダンス	マイレラウリイ フラストジヲ	※1	
	14:30～15:15	都立青梅総合高校和太鼓部「回春」	都立青梅総合高校和太鼓部	中止	
旧宮崎家住宅	12:00～13:00	旧宮崎家で聞く 日本と青梅のむかし話	中央図書館（図書館おはなしボランティア）	※2	
S&Dたまぐーセンター	多目的ホール	10:00～11:00	“パシフィック・ショーケース”によるジャズ演奏	米国空軍太平洋音楽隊	
		11:00～11:50	市民合唱団コンサート	青梅市民合唱団	
		11:50～12:20	タップダンス	ブループラム	
		12:20～13:10	腹話術だヨ！全員集合 in 新緑祭	中村一座	
		13:10～13:50	キッズバレエとこども日舞・新舞踊	青梅ジュニアダンスクラブ・愛夢美会	
		13:50～14:30	二胡演奏会	アンサンブル二胡里	
		14:30～15:10	新緑ほのぼのコンサート	青梅マンドリンクラブ	
	研修室A	15:10～16:00	リコーダーの音色をあなたに♪	ぷらむりコーダーアンサンブル	
		10:00～16:00	ばあばまの手作りおもちゃ	ばあばま	
ミーティングルーム	13:00～15:00	自分の名前をデザインする～小さな作品をつくる～	青梅市書道連盟		

※1…S&Dたまぐーセンター研修室Bで実施 ※2…S&Dたまぐーセンター和室で実施

<2日目>5月12日（日）

会場	時間	イベント	出演団体等	雨天時		
釜の淵公園広場	10:00～16:00	竹細工の展示	青梅竹細工同好会	中止		
	10:00～10:30	和太鼓演奏	鼓夢青梅			
	10:30～11:00	和太鼓パフォーマンス	蝶華～Joker～			
	11:00～11:40	プアエナOmeフラダンススショー2024	プアエナOme			
	11:40～12:10	フラダンス	フラハウス			
	釜の淵公園広場	12:10～12:50	越中おわら節	青梅おわらの会	※3	
		12:50～13:30	フラダンス	フラパマカニ		
		13:30～14:00	和太鼓演奏	青梅太鼓		
	旧宮崎家住宅	14:00～15:00	Anela Lei Hula Dance Show	Hula Halau O Anela Lei	中止	
11:00～12:00		大人も子供も楽しめる「紙芝居」	紙芝居サークル「繭」	※4		
旧宮崎家住宅	15:00～16:00	お芝居「座敷童子」	演者集団 剣舞	※5		
	S&Dたまぐーセンター	多目的ホール	10:00～（前半）	新緑コンサート	青梅市青少年吹奏楽団	
（後半）～11:30			青梅児童合唱団さわやかコンサート	青梅児童合唱団		
11:30～12:20			お箏の演奏	熙楽&青峰学園		
12:20～13:00			新緑バレエコンサート	Baño Ballet		
13:00～14:00			小さなオーケストラ 新緑コンサート	シンフォニエッタ青梅		
14:00～14:40			ブルーグラスミュージック	オウメブルーグラスバンド		
14:40～15:00			新緑コンサート	アンサンブル ブルーマン		
15:00～16:00			ユニティーライブ1 t h	ユニティー		
文化活動室A		11:00～12:00	新緑ギターコンサート	ギターフレンズ		
		12:00～13:00	ギターミニコンサート	青梅ギターアンサンブル		
		13:00～14:00	アンサンブル・クルール ミニコンサート	アンサンブル・クルール		
研修室A		10:30～12:30	アメリカの小中高生と英語で遊ぶ！レク&ボード・カードゲーム（小学2年生までは保護者同伴）	Yokotaフレンズ		
		14:00～16:00	盆踊りを習う会	青梅市民舞踊連盟		
研修室B		11:00～12:00	二胡コンサート	二胡の会		
		13:00～14:00	新緑ギターコンサート	青梅ギターサークル		
和室	11:00～14:00	薄茶一服（先着60人）	茶友会			
釜の淵公園 鮎美橋付近	10:30～	【体験教室】がんばれ！あゆっ子2024 稚鮎の放流と生態系調査	要事前申し込み ※事前に環境政策課へ	小雨決行		

※3…13:00～14:00にS&Dたまぐーセンター研修室Aで実施 ※4…14:00～15:00にS&Dたまぐーセンター研修室Bで実施
※5…S&Dたまぐーセンター会議室A Bで実施



友達登録は
こちらから



PC・スマホ フィーチャーフォン



暮らし・住まい・環境

広報おうめ 6 . 5 . 1 (3)

市営住宅・都営住宅入居者募集

募集予定住宅 下表1参照

住宅使用料(月額) 入居する住宅、世帯の所得により決定

申込者の資格 配布する申込書・しおりを参照してください。

申込書・しおりの配布、申込受付期間 下表2参照

★住宅下見(市営住宅のみ)

日時 5月24日(金)～31日(金)

(土・日曜日除く)

①午前9時～11時

②午後1時30分～4時

※各住戸午前、午後各1世帯

申し込み

前日(土・日を除く)までに住宅課公営住宅係へ

※事前予約のない下見不可

※都営住宅は入居資格審査後に別途、東京都住宅供給公社より案内があります。

表2 申込書・しおりの配布、申込受付期間

日程	時間	受付場所
5月24日(金)	午前8時30分～ 午後5時	住宅課(市役所5階)、総合案内(配布のみ)
5月25日(土)、26日(日)※		休日夜間出入り口(市役所1階)
5月27日(月)～31日(金)		住宅課(市役所5階)、総合案内(配布のみ)

※申込書・しおりの配布のみで、受付は行いません。

表1 募集予定住宅

住宅	タイプ	階数	単身
長淵第4	2DK	1	可
藤橋第2		3	
富岡第2		4	
畑中第1	3DK	3	不可
和田第1	2DK	2	
駒木		2	
日向和田※1		2	
河辺町七丁目※2			

※1 日向和田は高齢者世帯専用

※2 都営住宅(募集時は階数未定、エレベーター有)

都市計画審議会の市民委員募集



応募資格	次の要件をすべて満たす方 ・市内に住民登録をしている ・応募の時点において満18歳以上 ・都市計画(まちづくり)に関心を持ち、積極的に関与する意思がある ・地方公務員法第16条各号に該当しない ・市の他の付属機関等の委員でない(任期が重複していない) ・市職員でない
募集人数	1人(女性)
任期	委嘱の日～9月30日
会議	2～3回程度
選考方法	資格審査・作文審査(審査の結果、候補者が募集人数を超えた場合は抽選) ※結果については、後日、郵送で通知します。
申し込み	5月22日(消印)までに、都市計画課(市役所5階)で配布する応募申込書(市ホームページでダウンロード可)と「青梅市の都市計画(まちづくり)について」の作文(300字以上400字以内)を郵送または直接都市計画課計画係へ 詳細は市ホームページ(2次元コード参照)をご覧ください。

ブロック塀等撤去費補助制度

問 防災課危機管理係



市では、ブロック塀等の全部または一部を撤去する場合の費用の一部を補助しています。

補助対象 (要件一部抜粋)

避難路等に面している▷ブロック塀等の頂部までの高さが避難路等の地盤面から1m以上▷ブロック塀等の構造部の高さが60cm以上▷地震発生時等に倒壊し、通行を妨げ、または人に危害を及ぼすおそれがある▷交付決定後に着手する工事である▷**3月31日までに完了する工事である。**

補助額 次のいずれかのうち最も少ない額(1,000円未満の端数切り捨て)

- ・工事に要した費用の10分の9の額
- ・撤去するブロック塀等の長さ1m当たり8,000円を乗じて得た額
- ・18万円

申請期限 2月28日(消印)

詳細は、総合案内(市役所1階)、防災課(市役所5階)、各市民センター、中央図書館で配布する案内または市ホームページ(申請書のダウンロード可)をご覧ください。



引き続き実施します

ウメ輪紋ウイルス感染状況調査

問 農林水産課農政係



日程 5月20日(月)～6月17日(月)

※天候や進行状況により調査期間が変わる場合があります。

対象地区

梅郷・和田町・日向和田全域、柚木町1丁目全域と2・3丁目の一部、二俣尾1～3丁目全域と4丁目の一部、畑中1・2丁目の一部と3丁目全域)

対象 農地、公園、街路樹、学校等のウメ

調査方法

黄色の腕章をつけた市職員が対象のウメを調査し、ウイルス症に感染したときに現れる症状の有無を確認します。感染の症状が見受けられる場合は、葉を採取・検定し、感染の有無を確認します。

感染が確認された場合は所有者へ連絡し、伐採・伐根の手続きを行います。感染が確認されなかった場合は、連絡しません。

PPV防除マニュアル

市では、PPV防除のためのマニュアルを作成しました。農林水産課(市役所3階)で配布、または市ホームページ(2次元コード参照)でも公開しています。

ご存じですか? 検察審査会

検察審査員に選ばれたらご協力を



問 立川検察審査会事務局 ☎042-845-0292、市選挙管理委員会事務局

検察審査会は、選挙権を有する国民の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員が、検察官が被疑者(犯罪を犯した疑いがある者)を裁判にかけなかったことが正しかったかどうかを判断する機関です。

検察官は、検察審査会の判断を参考として、不起訴処分の再検討を行うことがあります。

検察審査会制度は、検察官の仕事に民意を反映させるために設けられた制度です。

検察審査会議は、非公開で行われ、検察審査員は、自分の良心に従い公平誠実に「不起訴処分が正しかったかどうか」を判断します。

検察審査員に選ばれた方は、この制度の趣旨をご理解の上、ご協力をお願いします。

詳しくは、裁判所ウェブサイト(2次元コード参照)をご覧ください。

都市計画変更図書の縦覧



問 都市計画課計画係

現在の用途地域等の大部分は、平成16年の都内一斉見直しにより定められたものです。

既に改定から約19年が経過しており、境界の根拠としている道路などの地形地物の変化に伴い、現況との不整合などがみられるため、一括して用途地域等の変更を行いました。

この都市計画変更に伴う関係図書の縦覧を行っています。

縦覧の対象となる都市計画

- ①青梅都市計画用途地域の変更
- ②青梅都市計画高度地区の変更
- ③青梅都市計画防火地域及び準防火地域の変更
- ④青梅都市計画特別用途地区の変更

縦覧場所 都市計画課(市役所5階)

農家開設型農園利用者募集

問 西村農園、市農林水産課農政係

市民農園とは異なり、農園主が運営・管理をする「農家開設型農園」です。

募集農園 「西村農園」(黒沢3-1398)

募集区画数 12区画(予定)

農園主 西村光宏氏

利用期間 5月～3月31日

費用 1区画につき月額1,000円

付帯施設 なし

その他 栽培は、野菜・草花に限ります▷耕作権・借地権などの権利はないものとします▷応募者多数の場合は、抽選となります。

利用資格

園芸に熱意のある営利を目的としない方

申し込み

電話 ☎090-7418-7644 で西村農園へ



5月は消費者月間

デジタル時代に求められる消費者力とは

問 市民安全課市民相談係

安全・安心かつ豊かな消費生活を送るために求められる「消費者力」について考える機会となるよう、市では各種啓発活動を行います。

★消費者パネル展

日程 5月7日(火)～24日(金) 会場 市役所1階ロビー

★消費者相談室(市役所3階)

専用電話 ☎22-6000 ※月～金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前10時～正午、午後1時～4時(第2・4火曜日は午後6時まで)

★各種団体への講師派遣(出前講座)

悪質商法、特殊詐欺等の被害防止、対処方法を分かりやすく話します。

★DVDの貸し出し

衣食住、悪質商法、環境問題、健康など、啓発用DVDを貸し出しています。

★消費者向けの講演会・消費生活講座

消費者のニーズに合った講演や講座を行っています。

★事例紹介、トラブル対策本の配布

広報おうめ毎月15日号に相談事例を掲載しています。また、国民生活センター発行「くらしの豆知識」を市民安全課窓口や講座等で配布しています。

5月12日は民生委員・児童委員の日



ご存じですか？ 民生委員・児童委員

問 地域福祉課庶務係



◎民生委員・児童委員ってどんな人？

地域の皆さんの悩みごとや生活で困ったことなどを、市内の各担当区域で134人の民生委員・児童委員が、皆さんの身近な生活の相談相手として活動しています。

各委員の自宅玄関には、「東京都民生委員・児童委員」の門標が掲げてあります。

◎児童・子育ての相談もできます

民生委員は、児童委員も兼ね、学校や児童相談所等と協力し、子どもの虐待や青少年の非行問題などにも取り組んでいます。

さらに、児童福祉に関することを専門に担当する主任児童委員が、担当地域の児童委員と協力し活動しています。

◎民生委員の主な仕事

- ・福祉事務所、児童相談所など行政機関への連絡、協力活動
- ・生活保護、児童・母子・高齢者・心身障害者(児)などに関する相談・助言・指導
- ・地域福祉の向上のために行う自主活動など



新規学卒者の採用を検討する事業主へ

学卒求人申込説明会

問 ハローワーク青梅事業所部門学卒担当 ☎24-8641、市商工業振興課商業労政係

ハローワーク青梅では、令和7年3月新規学卒者を対象とした求人の申し込み手続き等の説明会を開催します。

日時 5月22日(水)
午後1時30分～午後3時30分(1時受付)

会場 プリモホールゆとりぎ小ホール(羽村市緑ヶ丘1-11-5)

市内・奥多摩町で就職希望の学生へ

合同企業説明会参加者募集

問 青梅商工会議所 ☎23-0111
市商工業振興課商業労政係

日時 6月4日(火)
午後1時～4時

会場 S&Dたまぐーセンター

対象 令和7年3月に大学(院)、専門学校、短大を卒業見込みの学生

参加企業

青梅市、青梅商工会議所、青梅市・奥多摩町の企業等 計17社

申し込み

5月31日までに電話またはホームページ(2次元コード)で青梅商工会議所へ



スズメバチ等の巣除去費補助金



問 環境政策課環境対策係

対象 4月1日以降に専門業者に依頼して市内にあるスズメバチ、アシナガバチ、ミツバチの巣を除去し、次のいずれかに該当する場合

- ・土地や建物の所有者、管理者、占有者がその土地や建物の内外にある巣を除去した場合
- ・巣がある土地や建物に隣接する建物の居住者が所有者等から委任を受けて、その巣を除去した場合
- ・土地や建物の周辺地域の者が、所有者または管理者の特定が困難または直ちに対応が取れないため、所有者等から委任を受けず、その巣を除去した場合

補助金額 作業金額の2分の1
(上限1万円、100円未満切り捨て)

※作業金額…巣の除去作業に伴う土地や建物の滅失、き損、事故等にかかる費用を控除した額

その他 巣の除去作業を実施する前にご相談ください。

還付金詐欺の電話が増えています

問 青梅警察署防犯係 ☎22-0110

青梅警察署管内の特殊詐欺被害発生状況
(4月5日現在)

現在、青梅警察署管内では還付金詐欺やサポート詐欺の被害が増えています。今年に入り、管内で特殊詐欺の被害を6件認知しており、被害総額は約2,800万円となっています。

東京都によると、特殊詐欺の被害に遭われる方の9割以上が「まさか自分が騙されるとは思わなかった」と答えています。

必ず確認の電話をお願いします

最近、「青梅市役所」や「青梅警察」を騙った還付金詐欺の電話が増えています。市役所の職員が夜間や休日に、皆さんに電話を掛けることはありません。知らない電話には出ないでください。万が一、電話に出てしまい「青梅市役所です。」や「青梅警察です。」と言われたときには、代表電話に折返しの電話を掛けて確認をお願いします。

「折り返します。」の一言を忘れないでください。

5月は自転車月間

問 青梅警察署 ☎22-0110
市交通政策課管理係



5月1日～31日「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」が行われます。この機会に自転車のルールとマナーをご家族で再確認しましょう。

自転車死亡事故の約65%が頭部に致命傷を受けています。万が一の事故に備え、大人も子どももヘルメットを着用しましょう。



お済みですか？
ちょこっと共済

問 交通政策課管理係



共済期間は申し込みの翌日から3月31日までです。インターネットでも加入できます。(2次元コード参照)

アリーナに新設！

フードドライブ窓口
を設置します



問 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

6月1日(土)より、住友金属鉱山アリーナ青梅でフードドライブの受付を開始します。詳しくは市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

受付時間 午前9時～午後9時
※施設休館日を除く



「国蝶オオムラサキ見学会」 参加者募集

問 東京たま広域資源循環組合 ☎ 0 4 2 - 5 9 7 - 6 1 5 2



日時 6月29日（土） ①午前8時15分～11時30分②9時50分～午後1時5分③1時5分～4時20分

※時間の希望は受け付けません。

対象 多摩地域に在住・在勤・在学の方

内容 埋立てが終了した谷戸沢処分場で保全している「国蝶オオムラサキ」の観察や、再生した里山的自然環境を体感できる「自然観察ガイドツアー」



集合・解散場所 JR河辺駅

定員 各回60人（抽選）

申し込み 6月10日（必着）までにホームページ（2次元コード）または、ハガキに「国蝶オオムラサキ見学会参加希望」と記入のうえ、参加する方全員の氏名、年齢、郵便番号、住所、電話番号、通勤・通学先の市町村（多摩地域在住でない場合）を記入し〒190-0181 西多摩郡日の出町大字大久野7642番地東京たま広域資源循環組合「オオムラサキ見学会」係へ

森林環境教育指導者養成講座

子どもたちに安全で楽しい森林環境教育を指導するための、知識と技能を習得する講座です。森林環境教育の基本は「人と森の繋がりを考える」ことから始まります。

受講終了後は、森林環境教育の現場で直接子どもたちの指導に当たることも可能です。

日時 6月15日（土）、7月20日（土）、12月14日（土）
午前9時～午後3時

※8月～11月に子ども向け森林環境教育実習あり

対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上の森林環境教育に関心があり、本講座終了後子どもたちを対象に行われる森林環境教育の現場で活動したい方

費用 500円

定員 先着10人（予約制）

申し込み 6月3日までに電話または直接農林水産課林務水産係へ



熱中症予防のため施設利用を中止した方へ

施設使用料を還付します



都に熱中症警戒アラートが発表されたことにより、アラート対象日の施設の利用を中止する場合、使用料を還付します。

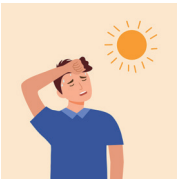
対象施設

市民センター体育館、天ヶ瀬体育館、永山体育館、弓道場、屋外体育施設

還付を受けるには

熱中症警戒アラートの発表から施設使用開始時間までの間に、予約施設へ電話で使用中止の申し出をしてください（還付手続きは後日窓口で）。

問 市民センター体育館…各市民センター、天ヶ瀬体育館…青梅市民センター、その他体育施設…住友金属鉾山アリーナ 青梅



空き地の管理をお願いします

問 環境政策課環境対策係

空き地が適正に管理されていないと、雑草が繁茂し、害虫の発生やごみの不法投棄などにより周辺環境の悪化につながるおそれがあります。

このような状況を未然に防ぐためにも、土地所有者等による適正な管理が必要となります。これから暑くなるにしたがい、雑草が繁茂しますので、草刈りなどを定期的に行い、適正に管理するようお願いいたします。

なお、除草剤を使用する際は、あらかじめ周辺の方へ日時や使用目的等の周知を図り、風の弱い日や人通りが少ない時間帯に行うなど周辺環境への配慮をお願いいたします。

刈払機（動力草刈機）の貸し出し

雑草を刈り取るための刈払機（動力草刈機）を貸し出しています。希望する方は、事前にご連絡ください。

側溝に汚れた水を流さないで

問 環境政策課環境対策係

河川の白濁や油の流出などの河川事故が毎年発生しています。

市内の道路端の側溝は道路の雨水を河川へ流すために設置されています。ペンキ、洗剤、油や、タバコなどのごみを流すと、河川に流れ出て汚染を引き起こします。

河川の汚染は、住んでいる生き物にも影響を与えるだけでなく、景観を悪化させることにもなります。

ごみは分別し、市の指定収集袋に入れて排出するほか、ペンキなどは布で拭くなど廃棄物として適正な処理を行い、側溝には何も流さないようお願いします。



クールビズを実施しています



問 環境政策課ゼロカーボンシティ推進係



ゼロカーボンシティ実現への取り組みの一環として、冷房温度が28℃の設定でも快適に過ごせるライフスタイル「クールビズ」を実施しています。

期間中、庁舎の室温は28℃を基本とし、職員はノーネクタイ、ノー上着などで勤務します。

また、昼休みの執務室内の消灯など、節電対策を通年で実施しています。

引き続き節電へのご理解、ご協力をお願いいたします。

傍聴にお出かけください

	スポーツ振興審議会	地域共生社会推進会議	市立学校施設のあり方審議会
日時	5月14日（火） 午後3時30分から	5月15日（水） 午後2時から	5月17日（金） 午後2時から
会場	市役所2階 災害対策本部室	市役所3階 議会棟大会議室	市役所3階 教育委員会会議室
内容	市スポーツ振興基金条例に基づく援助等について ほか	青梅市地域福祉総合計画の推進について ほか	学校施設のあり方について
定員	先着4人	10人（抽選）	先着10人 ※受付開始までに定員を超えた場合は抽選
傍聴受付	当日の午後3時～20分に会場入り口で	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で ※審議会の会議録は教育総務課（市役所3階）または各市民センターで閲覧可
問い合わせ	スポーツ推進課 スポーツ推進係	地域福祉課 福祉政策担当	教育総務課

青梅市の「新婚ご夫婦応援制度」がパワーアップしました！

問 シティプロモーション課シティプロモーション係

これから結婚予定の方がいましたら、お声がけをお願いします！

新婚ご夫婦応援制度第1弾！

結婚新生活スタートアップ応援事業費補助金



昨年度に引き続き、令和6年度も新たにご夫婦となられた方々の新生活を応援するため、結婚後のお二人の住まいにかかる費用を最大60万円補助します。

補助対象となる費用

- ・住宅取得費用
- ・住宅賃貸費用（敷金・礼金・共益費・仲介手数料含む）
- ・引越費用（業者へ支払った費用に限る）
- ・リフォーム費用（業者へ支払った費用に限る）

条件

- 次のすべての条件を満たす方
- ・婚姻届出日が令和6年1月1日～7年3月31日
 - ・婚姻日時点で、夫婦ともに39歳以下
 - ・夫婦それぞれの所得の合計が500万円未満
 - ・申請日時点で、市内に夫婦が同居し、住民登録があること
 - ・申請日から5年以上青梅市に定住する意思があること
- ※他にも条件あり。詳細は市ホームページ参照

補助額

- ①令和5年4月1日以後に夫婦双方が市外から転入…30万円
 - ②令和5年4月1日以後に夫婦どちらかが市外から転入…20万円
 - ③上記①・②以外の夫婦…10万円
- ※婚姻日時点で夫婦ともに29歳以下の場合、補助上限額が2倍（最大60万円）
- ※令和5年4月以後に青梅市を転出し、再度転入された方は③



新婚ご夫婦応援制度第2弾！

NEW! 結婚おうめ生活お祝い金



これまで所得等の要件に合わず、補助金が受け取れなかった方もお祝い金が受け取れるチャンスです！

結婚してご夫婦で市内に暮らし始めたら、「結婚おうめアンバサダー」にエントリーし、市内の暮らしの魅力をPRしませんか？「結婚おうめアンバサダー」には、ご夫婦で生活を始めてから3年後に2万2,000円のお祝い金をお渡しします！

上記の「結婚新生活スタートアップ応援事業費補助金」のほか、重複して申請できない制度がありますので、ご注意ください。

結婚おうめアンバサダーとして行うこと

- 自身の運用するSNSなどで、「#結婚おうめ生活」のハッシュタグを付け市内の暮らしの魅力を発信します。
- ※季節を感じる写真、お気に入りのお店、美味しい料理など、どんなことでも構いません。おふたりの生活の中で見つけた青梅の魅力を市内外へ発信してください。
- ※結婚おうめアンバサダーのエントリー方法や条件等の詳細は、市ホームページをご覧ください。

お祝い金が加算される場合があります

- 次のいずれかの条件を満たす方は、お祝い金2万2,000円に加算した金額をお渡しします。
- ・市内に住宅を取得し、ご夫婦で同居している方…10万円
 - ・市が指定する移住・定住施策と連携し、地域活性化のなり手担い手として活動した方…5万円
 - ・婚姻日時点で、夫婦ともに39歳以下である場合…5万円▷夫婦いずれかの場合は3万円の加算

最大2万2,000円のお祝い金がもらえます！

My Home, My Ome

国民年金の加入手続き



問 青梅年金事務所☎30-3410、市保険年金課国民年金係

国民年金は、国内に住所がある20歳以上60歳未満のすべての人が加入しなければならない制度です。

被保険者の種類・該当者等 下表参照

☆第1号被保険者の加入

市保険年金課（市役所1階）または年金事務所で加入できます。

持ち物 本人確認書類、年金手帳または基礎年金番号通知書、その他の必要書類（年金機構ホームページ参照）

保険料 1か月1万6,980円（令和6年度・定額保険料）

種類	該当者	手続き先	保険料の納め方
第1号	自営業、学生、フリーター、無職の方など	市役所・年金事務所	納付書、口座振替、クレジットカード、電子納付等
第2号	厚生年金に加入している会社員、公務員など	勤務先	給料から引かれます。
第3号	第2号被保険者に扶養されている配偶者	配偶者の勤務先	配偶者が加入する年金制度が負担します。

課税・非課税証明書のコンビニ交付

問 課税課市民税係

利用者用電子証明書（4桁の暗証番号）が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの方は、全国のコンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機を利用して課税・非課税証明書を取得できます。

・令和5年度課税・非課税証明書…6月2日の午後11時まで発行

・6年度課税・非課税証明書…6月4日の午前6時30分から発行

※6月3日は年度更新作業のため課税・非課税証明書の発行は停止となります。

※課税課（市役所1階）では、住民税が特別徴収（会社からの給与のみで、給与から住民税を納付）の方（被扶養者を除く）に限り、5月1日から6年度課税・非課税証明書を発行できます（対象でない方は6月3日から）

※3月16日以降に確定申告書、市民税・都民税申告書を提出した方は、申告内容が反映されない場合があります。



アドバイザーに1対1で相談できます

高齢者向け スマートフォン使い方相談会

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日程 5月22日（水）

会場 福祉センター第5集会室

対象 スマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の都民
※個人情報の取扱いを要する事項、通信キャリア等との契約内容、おす
すめの機種や通信プランの相談等については対応できない場合あり
※お持ちのスマートフォンについて相談したい場合は、持参してくださ
い。（デモ機の用意あり）

申し込み

21日までに電話で高齢者支援課いきいき高齢者係へ



時間・定員（先着）

	時間	定員
1	10:00～10:30	各回4人
2	10:30～11:00	
3	11:00～11:30	
4	11:30～12:00	
5	12:00～12:30	各回3人
6	12:30～13:00	
7	13:00～13:30	
8	13:30～14:00	

おいでください 地域サロン

問 高齢者支援課いきいき高齢者係



高齢者の方が気軽に立ち寄って、地域の交流を深める場や、仲間づくりの場として利用で
きる場所です。5月20日（月）から今寺第四第五自治会館に新たに開設します。

イベントも随時予定しています（下記参照）。

※最新のサロン開設予定日やイベントの情報は市ホームページをご覧ください。

日程・会場 下表参照

時間 午前10時～午後3時

対象 市内在住のおおむね60歳以上の方



イベント（5月）

★富岡1丁目自治会館

日時 13日（月）

午前10時30分～11時30分

内容 紙芝居－愛染かつら（歌入り）－
（市シルバーマイスター 山崎壽
美枝氏）

★今寺第四第五自治会館

日時 20日（月）

午前10時30分～11時30分

内容 落語（市シルバーマイスター 藤
井 隆氏）

会場	開催曜日
下長淵第二第四自治会館	第1・3火曜日
二俣尾4丁目自治会館	毎週水曜日
河辺6丁目自治会館	毎週木曜日
富岡1丁目自治会館	第2・4月曜日
今寺第四第五自治会館	第1・3月曜日

※祝日を除く

がん患者のウィッグ等補整具の 購入費等を助成



外見の変化を伴うがん治療を受けている方の療養
生活の質の向上を図るため、ウィッグ等の購入費用
の一部を助成します。

助成対象 次のすべてに該当する方

申請日時点で市内に住民票がある方▷現にがん
治療を受けている方または過去にがん治療を受けて
いた方▷がん治療による脱毛、乳房切除等に伴い
補整具等を購入・賃借した方▷他の法令等に基づ
く同種の助成を受けていない方

助成対象経費

医療用ウィッグ（装着用ネット含む。）、毛付き帽
子、人工乳房、補整下着、弾性着衣の購入・レンタル
に要した経費

助成金額・回数 1回当たり上限2万円・2回まで
申請方法

申請書（市ホームページからダウンロード可）、
領収書、受診を証する書類を直接または郵送で健康
センターへ

寄りませんか「うめカフェ」



認知症疾患のあるご本人や家族、認知
症に関心のある方が集い、日頃の悩みや、
認知症の関連情報を共有する場です。参
加者同士でのお話しや簡単な体操やレク
リエーションを実施します。

日時 5月14日（火）

午後1時30分～3時

会場 市役所2階喫茶コーナー「カフェ
だんだん」

対象 認知症疾患のある方、そのご家族、
認知症に関心のある方

費用 250円（飲み物代）

申し込み

13日までに電話または直接高齢者支
援課包括支援係へ

健康・栄養相談

健康づくりをオーダーメイド

日時 5月23日（木）

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 健診結果や健康づくりで気になるこ
とを気軽に相談してみませんか。気
持ちが楽になるように一緒に考えて
いきます。

①保健師による健康相談や各種測定
（血圧・体脂肪・体重等）

②管理栄養士による栄養相談

定員 ②のみ先着4人（予約制）

持ち物 ①②健診結果（お持ちの方）

②食事記録（2日間以上）

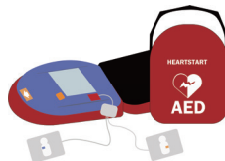
申し込み ①直接会場へ

②電話☎23-2191で健康
センターへ



迅速な救命措置が大切な命を救います

普通救命講習会



日時 5月24日（金）

午後1時30分～4時30分

会場 健康センター3階

対象 市内在住者

内容 成人の心肺蘇生法、自動体外式除細
動器（AED）操作法、気道異物除
去法を実習

定員 先着15人（予約制）

費用 1,500円（テキスト代）

※受講後に支払い

服装 動きやすい服装

※スカート不可

持ち物 筆記用具

その他 講習修了者に救命技能認定証を後
日交付。認定年月日3年以内の救命
技能認定証を持参で200円割引。

申し込み

電話☎23-2191または専用フォー
ム（2次元コード）で健康センターへ

骨密度検診を実施します

問 健康センター☎23-2191



日程 6月24日(月)、7月28日(日)、31日(水)、8月3日(土)、5日(月)
会場 健康センター

対象 7年4月1日時点で18歳以上の女性市民で以下に該当しない方
・骨粗しょう症と診断を受け現在治療中および経過観察中
・妊娠中もしくは妊娠の可能性がある
・自力で階段の上り下りが困難

内容 ①DXA法(エックス線)による骨量測定②予防に関する説明等
費用 200円(当日支払い)

※生活保護受給者は免除制度があるので、受診日に受給証明書をお持ちください。

申し込み 5月15日(必着)までに次のいずれかの方法で

- ・直接…健康センターへ
 - ・電子申請…2次元コードから
 - ・郵送…記入例(右図)のとおりにて198-0042東青梅1-174-1健康センター骨密度検診担当へ
- ※時間指定不可 ※受診票は6月中旬に送付予定

骨密度検診希望	
希望なし	
第1希望	○月○日
第2希望	○月○日
住所	
氏名(ふりがな)	
生年月日(和暦)	
電話番号	

健康コラム112

中心静脈栄養を含む点滴処置

～療養時の選択の一つに～
武蔵野台病院院長 鈴木史朗

人間の体は「恒常性の維持」、わかり易くは、まず水分・代謝・栄養等のバランスが保たれることが、健全でいられるための前提であり、調子の悪化した患者において、それらのバランスを整えようとすることは、ドクターとしての基本行為と言えます。高齢の方は、容易にそれらのバランスが崩れやすくなります。そのような患者に対し、医療機関において点滴処置が実施されることは珍しくありません。

また、「中心静脈栄養点滴」という医療処置もあります。通常の点滴行為の延長処置のようなもので、どこかの病院のどのドクターでも可能という処置ではありませんが、熟練したドクターからすれば大抵の場合、リスクも高くなく難しいものでもありません。この処置は、経験的に患者自身の調節力・治癒力を引き出す、各バランスを整え回復させるために、一時的にでも導入した方が有利な場合があります。

「痛い、苦しい、難しい、危険」という医療行為は適切とは言い難いですが、本処置はそのどれにも該当しません。そのような低負担な処置により、状態が改善に向かい、安定する方もいます。選択肢の一つとして、覚えておくと良いと思います。

問 健康センター☎23-2191

特別児童扶養手当等の手当額改定

問 障がい者福祉課庶務係

令和6年4月から、6年度の特別児童扶養手当、特別障害者手当等の手当額が改定されました。

手当の種類		改定前	改定後
特別児童扶養手当	1級	5万3,700円	5万5,350円
	2級	3万5,760円	3万6,860円
特別障害者手当		2万7,980円	2万8,840円
障害児福祉手当		1万5,220円	1万5,690円
福祉手当(経過措置分)		1万5,220円	1万5,690円

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 5月15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

※4月17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※留守番電話不可



「青梅子ども110番の家」の登録

問 教育総務課庶務係

「青梅子ども110番の家」は、子どもたちが身の危険を感じたときなどに駆け込めるよう、住宅や商店等を緊急避難場所として登録する事業で、新規登録を随時受け付けています。

登録者には、目印として黄色い表示旗(右図)をお渡しします。色あせや破損などによる表示旗の交換も随時受け付けています。



防犯ブザーを支給しています

問 教育総務課庶務係

市立の小学校に通学する1年生に、学校を通して防犯ブザーを支給しています。

市内在住で市立小学校以外に通学している方、初めて転入した小・中学生の方は教育総務課へお問い合わせください。



教育委員会教育施策を策定しました

問 教育総務課庶務係

教育委員会では、「青梅市教育委員会の教育目標」を定め、教育目標を達成するため「青梅市教育委員会の基本方針」を定めています。

この基本方針にもとづき、「令和6年度青梅市教育委員会の教育施策」を策定しましたので、お知らせします。

この教育施策は、青梅市総合長期計画の考え方を踏まえ、教育分野における主な教育施策を取りまとめたものです。

令和6年度の主な教育施策

- ・食物アレルギー対策の充実
- ・エクストリーム・スポーツ実施環境の整備

令和6年度教育委員会の教育施策は、教育総務課窓口(市役所3階)および教育委員会ホームページでご覧いただけます。



幼児食教室

日時 5月14日(火) 午前10時～11時30分

会場 東青梅市民センター2階料理教室

対象 2～5歳児の保護者

内容 この時期のおやつの意味についてのお話と、簡単な実習(野菜を使ったおやつ「かぼちゃプリン」)を行います。

服装・持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、手ふき、飲み物



離乳食教室初期(ゴックンクラス)

日時 5月28日(火) 午前10時～11時10分

会場 健康センター3階

対象 4～5か月児と保護者

内容 離乳食の始め方とこの時期の離乳食の作り方、お口の手入れについて



いずれも

定員 先着10組(予約制)

申し込み 電話☎23-2191でこども家庭センターへ

広がっています 地域子育ての輪！

青梅市ファミリー・サポート・センター

東青梅1-2-5東青梅センタービル3階
☎&📠23-3888、23-9338



ファミリー・サポート・センターとは「子育ての援助を行う人（提供会員）」と「子育ての援助を受ける人（利用会員）」が会員になり、地域の中で助け合いながら子育てをする有償のボランティア活動です。保育園などの送迎や開始前・終了後の子どもの預かり、冠婚葬祭や行事参加、買い物などの外出時の子どもの預かり、習い事への送迎などの一時的な支援を行います。

◆利用会員募集◆

利用時間 午前7時～午後9時
対象 市内在住の3か月～小学生の保護者
利用料金 1時間700～900円
※登録料・年会費無料
※登録には要本人確認書類

◆利用希望者入会説明会◆

日時 5月18日（土）午前10時30分～11時30分
会場 青梅市ファミリー・サポート・センター
申し込み 電話で

同時開催！ファミサポ交流会 （地区交流会が改名しました）

内容 エプロンシアター（おおきなかぶ）、オリジナル手提げづくり（好きな模様をプリント）
※託児あり

◆提供会員養成講座◆

日程・時間・内容 下表参照
会場 福祉センター2階 第1・2集会室
対象 市内在住の18歳以上
費用 2,619円（テキスト代）
申し込み 28日までに住所、氏名、電話番号、生年月日を電話またはファックスで

日程（6月）	時間	内容
6日（木）	午前9時30分～午後3時	保育サービスを提供するために保育の心
7日（金）	午前10時～午後3時	小児看護の基礎知識 身体の発育と病気②
10日（月）		子どもの世話 身体の発育と病気①
13日（木）		子どもの遊び 子どもの応急救護
21日（金）		心の発達とその問題
24日（月）		安全・事故 円滑な活動を進めるために

※全課程修了者に修了証を交付します。
※1時間程度の昼休みあり
※今回修了できなかった場合は、次回以降の講座で補うことが可能

団体・サークルの情報をお寄せください

「生涯学習だより」原稿募集



学習活動を支援するために「生涯学習だより」を年4回（4・7・10・1月）発行し、社会教育課（市役所3階）、市役所総合案内、中央図書館、各市民センター等で配布しています（市ホームページから閲覧可）。

7月発行の「生涯学習だより」に、団体やサークルの情報を掲載できますので、希望する方は社会教育課へ情報をお寄せください。

掲載条件・掲載内容等の詳細は、市ホームページでご確認ください。

提出期限 5月16日（木）

申し込み

原稿を市ホームページからダウンロードし、ファックス☎22-9835、メール✉div7510@city.ome.lg.jpまたは直接社会教育課へ

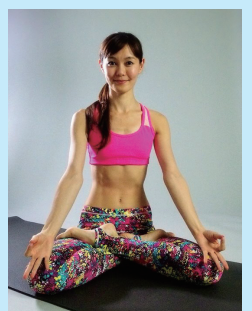


ヨガ&ピラティス講習会

問 市スポーツ協会☎22-0827
市スポーツ推進課

日時 5月31日（金）午後7時～8時30分
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅第1スポーツホール
内容 ヨガのエクササイズを用いて身体の柔軟性を高めると共に筋力の向上を図ります。また、ピラティスでは体の深層部にある体幹に意識を向け、呼吸と共にトレーニングを行います。
※5月と9月はヨガ、7月と11月はピラティスを予定

講師 三和由香利氏
定員 先着100人（予約制）
費用 1,000円（小学生は500円）
※前日までに支払い
持ち物 ヨガマットかバスタオル、フェイスタオル、飲み物
※マットの貸し出しはありません。
申し込み 電話で（一社）市スポーツ協会事務局へ



講師プロフィール
2007年から5年連続ヨガの世界大会に日本代表として出場、2011年日本人初のワールドチャンピオンとなる。ヨガコーディネーター、ピラティス講師。

国際交流の普及・推進を援助します

問 秘書広報課交流担当

市民または市内の団体で市民の国際意識の高揚、国際交流の普及、推進を目的として行う活動を援助します。詳細は市ホームページ（2次元コード）をご覧ください。

申請期限 6月30日（日）



第65回市民スポーツ大会

トレイルラン10km競技



日時 6月16日（日）午前10時から（9時受付、9時45分開会式）
会場 風の子・太陽の子広場
対象 16歳以上の市内在住・在勤・在学・出身者
内容 永山丘陵ハイキングコースを走り、栗平林道終点（給水）を折り返してゴールまで走る。
費用 300円
持ち物 健康保険証
申し込み

市トライアスロン協会ホームページ（2次元コード）または電話☎090-1539-7502で市トライアスロン協会へ

ジュニアスポーツ教室

バスケットボール教室

問 市スポーツ協会☎22-0827
市スポーツ推進課

日時 6月1日、8日、15日、22日の土曜日 午後6時30分～8時30分
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅第1スポーツホール
対象 市内在住・在学の小学生
定員 60人（抽選）
服装・持ち物 トレーニングウェア、室内用運動靴、タオル、飲み物
申し込み

5月15日（必着）までに往復ハガキに〈往信裏〉住所、氏名、学年、電話番号〈往信表〉住所、氏名を記入し、〒198-0036河辺町4-16-1市スポーツ協会へ

5月の相談日

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	1日(水)、8日(水)、 13日(月)、15日(水)、 22日(水)、27日(月)、 29日(水)	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。 ・5月10日、5月13日の予約は2日から受け付け。 ・予約は直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ
	6月3日(月)、5日(水)			
交通事故相談	10日(金) 24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	17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	28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	14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	21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」	17日(金)	午前9時30分～午後4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または市民安全課ジェンダー平等担当へ
	6月7日(金)			
消費者相談	月～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	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
福祉専門相談	14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☎23-7868へ
	22日(水)	午後5時～8時 ※電話予約制		
労働相談	15日(水)	午後7時～9時 (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201～202会議室 ・予約は13日(月)までに商工業振興課へ(先着3人)
住宅相談	16日(木)	午後1時30分～4時30分 ※電話、窓口予約	住宅の設計、耐震化、リフォームに関する相談	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

5月の子育て支援事業

問 子育て応援課子育て推進係



対象 保護者同伴の乳幼児、小学生

内容 指導員・講師が見守り、遊び方など

会場 (市民センター)	日程	時間
長淵(体育館)	2～23日の木曜日	午後3時～5時
梅郷(体育館)	16日(木)	
東青梅(体育館)	4～25日の土曜日	午前10時～正午
新町(体育館)	24日(金)	午後3時～5時
河辺(体育館)	3～31日の金曜日	
今井(体育館)	14日(火)、28日(火)	
大門(会議室)	7日(火)、21日(火)	午前10時～正午
今井(会議室)	9日(木)、23日(木)	
沢井(和室)	6日(祝)	

子育てひろば とことこ

ベビーマッサージ

問 長淵保育園☎22-8102
市子育て応援課子育て推進係

日時 5月15日(水) 午前11時～11時30分

会場 下長淵自治会館2階大広間

対象 未就学児の親子、祖父母、妊娠中の方

※3～10か月で予防接種が前日～翌日にあるお子さんは不可
持ち物 バスタオル、飲み物

子育てひろば すこやかルーム

園児と一緒に こどもの日をお祝いしましょう！！

日時 5月9日(木) 午前9時45分～10時30分

※雨天の場合は順延(順延の日程は同保育園まで)

対象 未就学児の親子、興味のある方どなたでも

会場 畑中保育園園庭 持ち物 帽子、飲み物

申し込み 電話☎21-5358で畑中保育園すこやかルームへ



市立青梅総合医療センター 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 5月20日(月) 午前9時～正午

電話 ☎22-3191

5月の休日歯科診療

問 健康センター☎23-2191



診療日	医療機関名	住所	電話番号
3日(祝)	山下歯科医院	河辺町10-12-37 2階	22-0203
4日(祝)	モモセオーラルケアクリニック	藤橋2-560-44	78-0418
5日(祝)	梅郷歯科クリニック	梅郷4-702-3	77-0648
6日(祝)	菊池歯科医院	河辺町7-1-14	31-1319
12日(日)	河辺南口デンタルクリニック	河辺町5-7-4 2階	20-8333
19日(日)	やまだ歯科医院	千ヶ瀬町3-403-3 2階	22-0139
26日(日)	池田歯科医院	東青梅2-20-26	24-2322

※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。

※保険証、お薬手帳を持参してください。

5月の収益事業

ボートレース多摩川



☆第31回多摩川さつき杯

2日(木)まで

☆にっぽん未来プロジェクト in

多摩川

5日(祝)～9日(木)

☆第62回スポーツニッポン賞

12日(日)～16日(木)

☆SG第51回ボートレースオールスター

21日(火)～26日(日)



京王閣競輪

☆サテライト市原カップ&

東京中日スポーツ杯(FI)

1日(水)まで

☆スマリレ富士通CTCサンスポ杯(FII)

6日(祝)～8日(水)



簡単エクササイズ

ラウンドフィットネス

日時 月～金曜日

①午前10時～11時②11時～正午

③午後1時～2時④2時～3時

⑤3時～4時⑥4時～5時

会場 御岳交流センター交流室

対象 15歳以上(保護者同伴で中学生も可)

定員 各回先着10人(予約制)

費用 1回100円

※初回無料体験あり

持ち物 運動しやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル

申し込み

電話☎79-0720

または直接同センターへ



掲載記事について、内容の確認などは、直接各団体へお願いします。

なんでも情報局
申し込みはこちらから



なんでも情報局アンテナ

広報おうめ 6 . 5 . 1 (1 1)

回…日時、場…会場、対…対象、内…内容、定…定員、費…費用、申…申し込み、問…問い合わせ ※対象・費用・申し込みの記載のないものはどなたでも・無料・直接会場へ

なんでも情報局
アンテナ

☆催し（子ども向け）

○プレールーム「ゆるふわからだケア」
回5月13日（月） 午前10時30分～
11時30分

場あけぼの幼稚園
対0～2歳児の親子
内子育てママのゆるふわ体操、自由遊び、
親子で手遊び、絵本。
問ベビーのためのあけぼのプレールーム
☎76-1577

○子ども絵画体験教室
回5月14日、28日の火曜日 午後4時～5時
場今井市民センター
対年長～小学生
内色鉛筆を使って花を描きます。混色で花
びらの色や緑色を作り重ね塗りの練習。
定先着3人
費500円

問かすみ草アート子ども絵画教室 佐
藤☎080-6112-0885、✉
kasumin.0885@docomo.ne.jp

○キッズフラダンス体験会
回5月16日、23日の木曜日 ①午後4時
20分～4時50分②5時～5時40分
場新町市民センター
対①3歳～小学2年生程度②小学3年生以上
内子ども向けフラダンスサークルの無料
体験会
問ブアエナOme 秋元☎090-
6491-5262、または2

次元コード

○ワクワク!ドキドキ!昆虫探検隊
回5月26日（日） 午前9時30分～正午
※雨天時は6月2日（日）に順延
場市民球技場管理棟前集合
対小学生（保護者同伴）
内植物も鳥も観察してみよう。
講師…海老名 翔氏。
定先着10人
費100円

問5月8日までに、2次元コード
問青梅・多摩川水辺のフォーラム
丸山☎090-1403-5190

☆催し

○認知症予防教室「ひだまりサロン」
回5月8日～29日の水曜日 午前10時
～正午
場福祉センター

対認知症予防に関心のある方
内軽い運動と楽しいプログラムとおしゃべり
費1回700円（茶菓子、資料代）
問いきいきひだまりサロンの会 大西
☎090-8519-4370、✉
iki2hidamari@gmail.com

○認知症家族の会
回5月10日（金） 正午～午後3時
場福祉センター
対認知症の方を介護する家族
内情報交換
定先着45人
費400円
問同会青梅ネット 河村☎22-2745

○山里の四季に魅せられて
回5月11日（土）～12日（日） 午前
10時～午後4時30分
場澤乃井ガーデンギャラリー
内春の山野草の展示会、苗の販売あり
問みたけ山草会 佐々木☎080-2
026-6373

○かすみボンマルシェ2024
回5月12日（日） 午前10時～午後
2時30分
場今寺4丁目運動広場
内地域のおいしいものやイベント大集合
問かすみボンマルシェ実行委員会 牧
☎090-2935-8937、✉
kasumiyumekaigi@gmail.com

○金藤みなみの美術展
回5月12日（日） 午前11時30分～午後6時、
5月13日（月） 午前9時30分～午後3時
場中央図書館
内0歳歓迎、工作体験
定同時間帯3人、30分程度で入れ替え
問金藤☎080-1022-1361、✉
kintominami@gmail.com

○家族会による精神保健福祉相談会
回5月16日（木） 午後1時～4時
場福祉センター
内精神障がいやこころの問題に関する相談
定先着3人
問青梅精神保健福祉家族会ほっとスマイル
遠藤☎080-5192-2270

○春の山野草展示会
回5月18日（土）～19日（日） 午前9
時～午後4時30分
場青梅信用金庫ギャラリー
内春の山野草の展示会
問多摩山野草クラブ 會川☎090-
2335-0125

○健康チェック
回5月21日（火） 午後2時～3時30分

場今井市民センター
内体組成、骨密度、握力、
血圧測定
問三多摩健康友の会青
梅、奥多摩支部 島田
☎23-2723

○ナースと話そう
回5月23日（木） 午
前9時45分～11時
場かすみ台第一保育園
内健康に関する相談に看
護師がお答えします。
定先着5人

問かすみ台第一保育園 白井☎31-
5760

○西多摩がんサロン「ハローライフカフェ」
回5月25日（土） 午後2時～4時30分
場福祉センター

対がん患者、その家族
内がん相談支援センター看護師の講座あり
定先着20人
問NPO法人ハローライフ 細野☎090-
8846-2817、✉halolife@halo-life.org

☆会員募集

○ヨガ
回月曜日（月3回） 午前10時～11時30分
場今井市民センター
費1回800円
問Yogaで心を癒す 西沢☎070-
4017-9674

○グラウンドゴルフ
回火・木曜日 午前8時30分～10時45分
場新田山公園グラウンド
内心と体の健康に。
問SGクラブ 藤川☎080-1052
-1765、✉kfujikawa_ohme@t-net.
ne.jp

○水泳
回火曜日 午前9時～11時
場S&Dスイミングプラザ羽村
対18歳以上
内レベルにあった指導を行います。
費入会金1,000円、月額3,500円
問ワイワイすまいるクラブ 中村☎24
-8765（午後5時以降）

○水泳
回火曜日 午前10時～正午
場S&Dスイミングプラザ羽村
対女性
内水泳を通じて、体力向上と仲間づくり
を目指すグループです。
定先着5人
費入会金1,000円、月額2,500円
問マーメイドmama 谷☎32-
7830

○水泳
回火曜日 午前11時～午後1時
場S&Dスイミングプラザ羽村
対18歳以上
内初心者歓迎、無料体験あり
費入会金1,000円、月額3,500円
問ワイワイシールT 田中☎31-
5563

○水泳
回火曜日 午後7時～9時
場S&Dスイミングプラザ羽村
対18歳以上
内初心者歓迎、無料体験あり
費入会金1,000円、月額3,500円
問ワイワイナイタークラブ 山崎☎
080-5532-0416

○ステンドグラス
回第1・3水曜日 午前10時～正午
場S&Dたまごセンター
内ステンドグラスランプ、パネル等の製作
費月額3,500円
問すてんどぐらすきらら 奥富☎090
-3912-3450

○水墨画、水彩画、書道
回第1・3金曜日 午後1時30分～
4時30分

場河辺市民センター
内初心者歓迎
費入会金2,000円、月額3,000円
問泉心墨彩画会 小宮☎070-69
95-5198

○読書会
回偶数月第3土曜日 午後2時～4時
場中央図書館
対中学生以上
内課題テキストを読んできて語り合う。
定先着10人
問ペンギンの会 ちよはら☎21-
6554、✉chi19518@yahoo.co.jp

○軽ハイキングと話し合い交流会
回第2・4日曜日 午前9時30分～午後4時
場住友金属鉱山アリーナ青梅
内多摩地域の軽ハイキングと交流会
費年額1,000円
※交通費、食費などは自費
問軽ハイキングと話し合い交流会 矢田
部☎080-1012-5559

○ボクシングミット打ち教室
回日曜日 午後3時～5時
場市内公共施設
内本格的に打つ人も、ダイエット目的の人も。
費1回500円
問青梅ボクシングミットクラブ 大室
☎090-6305-5576、✉
muro91318@gmail.com

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

○一緒に日本語を勉強しませんか
回5月8日～29日の水曜日 午後7
時30分～9時
場福祉センター
対日本語が初心者から上級者の外国人。
問ボランティア・市民活動センターへ

○パソコン・スマホカフェ
回5月11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・スマホ何でも相談
※申込時に相談内容をお伝えください。
定先着6人

問ボランティア・市民活動センターへ
○子ども向けプログラミング
回5月12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・未経験者歓迎
定先着34人
問CoderDojo青梅ホーム
ページ（2次元コードから）

○訂正
広報おうめ4月15日号7面、催し
の「○彩炎 絵画作品展」の時間に誤
りがありました。正しくは午前10時
～午後5時（5月3日は2時から、8
日は3時まで）です。

KUMON
くもん書写教室の
先生になりませんか
教室開設説明会（渋谷・町田会場10:00～12:00、東京・立川会場10:30～12:30）
※25歳～60歳（女性）の方にお願ひしています。
■渋谷 5/10（金）・23（木）渋谷ヒカリエ 11階 ヒカリエカンファレンスルームB
■東京 5/14（火）・29（水）丸の内センタービル 18階 会議室
■町田 5/22（水）町田市文化交流センター 5階 会議室カトリア
■立川 5/28（火）TTM立川ホール 立川南口MHビル 5階 会議室（立川市錦町2-1-33）
※当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。※会場詳細はウェブサイトをご覧ください。
右記日程で
オンライン説明会を
開催します
●5/15（水）10:00～15:00～
●5/21（火）10:00～14:00～
●5/23（木）16:00～ ●5/27（月）10:00～
●5/31（金）16:00～ （各30分）
WEBサイトまたは
フリーダイヤルでの
事前予約が必要です
ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆
5月無料体験学習（5/11～5/31）生徒募集中! 公文書写 先生 検索
株式会社 公文エルアイエル ☎0120-410-297
〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-6-1 丸の内センタービル18F

第65回市民スポーツ大会競技日程

問 スポーツ推進課



参加者募集は、広報おうめおよび市ホームページに随時掲載します。
※市ホームページに広報おうめより早く大会概要が掲載される場合あり
詳細 障がい者と家族のスポーツ大会…市社会福祉協議会

種目	日程
サッカー	9月7日(土)まで、1月12日(日)～3月23日(日)
テニス	5月26日(日)、9月8日(日)、10月6日(日)
トレイルランニング	6月16日(日)
ソフトボール	6月30日(日)、7月7・14・28日の日曜日、8月18日(日)
ソフトテニス	7月14・21日の日曜日、9月1日(日)
少年軟式野球	8月17日(土)～9月1日(日)
バレーボール	8月18日(日)、9月8日(日)、11月10日(日)
弓道	9月7日(土)
カヌー	9月8日(日)
剣道	9月15日(日)
障がい者と家族のスポーツ大会	9月22日(祝)
卓球	9月23日(祝)

☎22-1233 ▶その他の種目…市スポーツ協会 ☎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）、市ホームページ参照

種目	日程
ゲートボール	9月28日(土)
バドミントン	9月29日(日)
軟式野球	10月6・20日の日曜日
バスケットボール	10月6～27日、11月10・17日の日曜日
空手道	10月20日(日)
少林寺拳法	10月20日(日)
陸上競技	10月27日(日)
インディアカ	10月27日(日)
柔道	11月3日(祝)
ビーチボール	11月3日(祝)・4日(祝)
ゴルフ	12月6日(金)
太極拳	12月8日(日)
サイクリング	1月12日(日)
アーチェリー	1月26日(日)
スケート	2月の予定

青梅市納涼花火大会 事務職員募集

問 (一社)市観光協会 ☎24-2481、市シティプロモーション課

応募資格

次のすべてに該当する方

- ・パソコンによる事務処理・経理事務ができる方（ワード、エクセル、電子メールなど）
- ・青梅市の観光に関心のある方

主な業務内容

パソコンによる経理や納涼花火大会開催に伴う事務や電話対応、郵便物発送等の業務

募集定員 1人

勤務期間 5月下旬～8月30日

勤務日時 祝日を除く月～金曜日の週5日、1日7時間45分

※花火大会当日など休日出勤あり（期間中2～4日程度）

勤務場所

市観光協会（東青梅1-2-5東青梅センタービル3階）

時給 1,280円

※通勤手当あり（月額上限2,600円）

選考方法

書類審査、面接（5月20日実施）

申し込み

5月10日（消印）までに履歴書を郵送または直接（一社）市観光協会へ



長淵市民センター ☎22-3249

みんなのおはなし会

回 5月11日(土) 午前10時30分～11時15分 園児～小学生（保護者同伴） 園絵本の読み聞かせ 園先着30人

東青梅市民センター ☎24-8110

東青梅老壮大学5月公開講座

電子ピアノで奏でるヒットチャート

回 5月23日(木) 午前10時から 園東青梅市民センター体育館 園市内在住ピアニスト宮杜美智代さんによる電子ピアノのコンサート（解説付き）

中央図書館 ☎22-6543



中央図書館・おはなし会「絵本の森」

回 5月11日(土) 午前11時～11時40分 園おはなしの部屋 園3か月～4歳児と保護者 園絵本の読み

聞かせ、紙芝居等 園先着30人
中央図書館・おはなしにちようピーナッツ

回 5月12日(日) 午前11時～11時40分 園おはなしの部屋 園4歳児以上 園昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 園先着30人
今井図書館・おはなし会&こうさく会
回 5月18日(土) 午前10時15分～11時40分 園今井市民センター和室 園4歳児以上 園昔話などのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ 園先着25人

第13回この指とまれ！朗読会

～みんなで朗読を楽しみましょう～

回 5月18日(土) 午後1時30分～4時30分 園多目的室 園市民参加型朗読会 園先着60人

青梅図書館・おはなし会&ミニ工作会

回 5月19日(日) 午前10時15分～11時40分 園青梅図書館 おはなしの部屋 園昔話などのおはな

しの語り、絵本の読み聞かせ 園先着20人

図書館ボランティア養成講座・初級おはなし学習会（全6回）

「おはなし」とは昔話などを覚えて何も見ず語ることです。実演を交えて学習し、12月19日に発表会を行います。回 5月23日、6月27日、7月25日、9月26日、10月24日、11月28日の木曜日 午後2時～4時 園おはなしの部屋（発表会のみ多目的室） 園学習会終了後に図書館ボランティア活動（おはなしの語り）に参加可能な方 園講師…図書館ボランティア 青梅おはなしの会 園先着10人 園5月3日の午前9時から電話で

中央図書館・映画会

「ココ アヴァン シャネル」

回 5月26日(日) 午後2時～4時（1時45分開場） 園多目的室 園モード界の女王、ココ・シャ

ネルが、貧しい幼少期を経て社交界の華となる物語。2009年製作 / フランス映画 / 日本語字幕 / 上映時間110分 園先着60人



5月の木曜夜間窓口

開設日時 2日、9日、16日、23日、30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、障がい者福祉課、子育て応援課、こども育成課、収納課、課税課

5月の納期限（5月31日）

▷固定資産税・都市計画税…1期
▷軽自動車税（種別割）

青梅市の人口<4月1日現在>

世帯数 65,352世帯(+103)
人口 129,178人(-100)
男 64,909人(-50)
女 64,269人(-50)
※()は前月比