

第86回奥多摩溪谷駅伝競走大会開催に伴う交通規制

開催日 12月1日(日)

問 駅伝大会事務局（スポーツ推進課内）▷大会当日は市役所大会本部



交通規制 10:10～13:30
交通規制 9:50～14:30
役所周辺 9:30～14:30
う回路

バス会社	経路	停留所	移動先
西東京バス	青梅駅⇨河辺駅南口	青梅駅	①
	御岳駅⇨ケーブル下	御岳駅	②
	奥多摩駅⇨奥多摩湖方面	奥多摩駅	③
	青梅駅⇨つつる温泉	青梅駅	全区間運休

バス会社	系統（主な経由地）	停留所	経路変更後
都バス	梅77丁（東青梅駅経由）	青梅駅	全区間運休
	梅77丙（駒木町）		
	梅77（上町）		

- ドローン等の飛行は航空法で禁止されています。
- 交通規制・う回路については現場警察官・役員・係員の指示に従ってください。
- ロードバイク、マウンテンバイク等の自転車（軽車両）も規制の対象となります。

バス会社	系統（主な経由地）	停留所	移動先	経路変更後
都バス	梅01（玉堂美術館循環）		④	文化交流センター下⇨吉野（その先運休）
	梅70（東大和市駅経由）		⑤	東青梅駅北口⇨花小金井駅
	梅74甲（成木循環）		⑤	東青梅駅北口⇨成木循環
	梅76甲（上成木）		⑤	東青梅駅北口⇨上成木
	梅76丙（万年橋経由）		④	文化交流センター下⇨吉野
	梅77乙（駒木町循環）		④	文化交流センター下⇨駒木町循環
	梅77甲（青梅駅経由）	裏宿町	⑥	東青梅⇨河辺駅北口

※交通規制中は上記のとおり、運休、またはそれぞれ番号の箇所臨時停留所を設けますので御注意ください。
※交通規制時間外は、通常どおり運行します。

●各地点先頭通過予定時刻【この時間の車両運行については、特に御協力くださるようお願いいたします】

一般、大学、高校の部	女子、支会・自治会の部
スタート 10:00 青梅市役所前 7,400m ゴール 12:20	スタート 御岳駅前 3,700m
10:25 二俣尾中継農協前 8,400m 11:55 11:55	11:35 二俣尾中継農協前 3,600m
10:50 吉里中継朝日運輸前 6,600m 11:30 11:30	11:45 宮ノ平中継宮ノ平駅前 3,800m
11:10 奥多摩中継奥多摩駅前 6,600m 11:10 11:10	12:05 青梅市役所前 3,800m

※上記種目のほか 10:20～11:05 の間に、青梅市役所前から青梅信用金庫本店前を周回する「中学生、小学生の部」を実施しています。

子育て中の方からシニア世代まで必見！

「スポーツ栄養学」 ～タンパク質の上手な摂り方と安全に 効果的な運動の基礎を学びます～

日時 12月5日(木) 午前10時～正午
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第1会議室
対象 16歳以上
講師 管理栄養士 高水秀美氏
費用 800円※当日徴収
持ち物 筆記用具、飲み物
申し込み
16日の午前9時から住友金属鉱山アリーナ
青梅ホームページ（2次元コード）から



広報おうめ新年号写真募集

問 秘書広報課広報係

応募条件

市内で撮影したもの▷未発表のもの▷1人3点まで▷作品の提出はデータのみ（紙での提出不可）▷縦・横どちらでも可

応募方法

11月30日までに専用フォーム（2次元コード）から



お詫びと訂正

問 スポーツ推進課

広報おうめ11月1日号9面「第65回市民スポーツ大会参加者募集」の「市ゴルフ協会」の電話番号に誤りがありました。正しくは☎24-1511です。
お詫びして訂正します。

成木市民センター☎74-5204

楽しい絵手紙教室

～大切な方に心のこもったXmasカード・年賀状を贈ってみませんか～
回12月5日(木) 午前10時～正午、10日(火) 午後1時～3時
回18歳以上回「Xmasカード」「年賀状」を制作します。持ち物…筆洗い用の小瓶、すずり（お持ちの方）回先着20人（予約制）回各回500円（材料代）回電話で

長淵市民センター☎22-3249

やさしく楽しいマジック体験2

回12月7日(土) 午前10時～正午回市内在住の小学生以上回目の前で見えるマジックの感動やわくわく感を体験して、クリスマス会などで使えるマジックに挑戦しよう。持ち物…筆記用具、飲み物。講師…日

本奇術協会師範 浅井精治氏回先着20人（予約制）回電話で
調布ことぶき大学公開講座
～青梅奇術連盟クリスマス・マジックショー鑑賞会～

回12月18日(水) 午後1時30分～3時（1時開場）回60歳以上の市民回お気軽にマジックの不思議な世界をお楽しみください。持ち物…飲み物回先着40人

中央図書館☎22-6543



中央図書館3階特設展示

「冬のたのしみ」

寒い冬を心豊かに過ごすための本を集めました。
回11月20日(水)～1月19日(日)※第3月・火曜日、12月30日～1月3日は休館回中央図書館3階特設展示コーナー※図書館開館期間中は展示資料の閲覧・貸出可

中央図書館・絵本のべんきょう会

回11月22日(金) 午前10時～正午回ボランティア室回学校など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方、する予定がある方回新刊絵本の紹介（令和6年3月～8月に出版された絵本）と読み聞かせ回先着20人

梅郷図書館・おはなし会「うめこの時間」

回11月23日(祝) 午前11時～11時20分回梅郷市民センター多目的室回絵本の読み聞かせと手遊び回先着25人

中央図書館・おはなし会

回11月23日(祝) 午前11時～11時40分回おはなしの部屋回4歳児以上回先着30人

中央図書館・ちっちゃいこのおはなし会

回11月24日(日) 午前11時～11時40分回おはなしの部屋回3か月（首がすわってから）～4歳児

と保護者回先着15組

中央図書館・みんなで楽しもう！ バリアフリー上映会

回12月1日(日) 午後1時30分～4時（1時開場）回多目的室回音声解説や日本語字幕が付いた映画を上映します。上映作品「じんじん」2013年制作 / 出演…大地康雄、佐藤B作、中井貴恵 ほか / 上映時間約129分回先着60人

中央図書館・第4回本好きたちの読書会

回12月1日(日) 午後2時～3時30分（1時45分開場）回ボランティア室回中学生以上回あらかじめ課題本を読み、読んだ感想をみんなで話し合っ楽しんで会です！課題本：「車輪の下」ヘルマン・ヘッセ / 著回先着20人

11月の納期限（12月2日）

▷国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料…5期



より充実した広報紙を作成するために、アンケート調査を実施しています。
広報おうめについてご意見・ご感想をお寄せください。



発行・編集 青梅市役所秘書広報課

〒198-8701 青梅市東青梅1-11-1

☎0428-22-1111

FAX 0428-22-3508

HP <https://www.city.ome.tokyo.jp/>



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用
石油系溶剤を含まないインキを使用

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。