

11/1号 広報 おうめ

2025年 NO. 1521



OmeBluePR 大使

お笑いコンビ「ナユタ」の ホリコシさん就任！



M-1グランプリなどでも活躍されている

お笑いコンビ「ナユタ」のホリコシさんが、

OmeBluePR 大使に就任しました。

青梅市の思い出や今後の目標をお聞きしました。

問 シティプロモーション課観光係

[詳細は2面へ](#)

今号の主な記事

- ◆大勢待市長×ホリコシさん 対談…2面
- ◆福祉センター閉館日が変更…3面
- ◆標準化に伴う通知等の変更…4面
- ◆就職面接会…5面
- ◆介護の日イベント…6面
- ◆学童保育入所申請受付…8面
- ◆吉川英治記念館秋のイベント…9面
- ◆相談日 ほか…10面
- ◆なんでも情報局アンテナ…11面
- ◆青梅宿アートフェスティバル…12面

ホリコシさんが就任したOmeBluePR大使とは？

「OmeBlue（青梅ブルー）」は、青梅に住み、働き、活動するすべての方々が、それぞれの立場の自由な発想で参加可能な、地域プロモーションの取り組みです。

その中でもPR大使は、OmeBlueの魅力発信、市の観光情報の提供、市の観光イベントへの協力、市の魅力紹介および宣伝、市の特産品等のPR、PR隊にかかる活動の周知、市の観光宣伝等に対する助言、PR隊の活動支援、その他市長が必要と認める活動などのPR活動を行います。

プロフィール

2003年生まれの青梅市出身。
吉本興業所属のお笑いコンビ
「ナユタ」として活躍中。



【経歴】
大学生M-1グランプリ2023 優勝
全日本アマチュア芸人No.1決定戦2023 準優勝
M-1グランプリ2023、2024 準々決勝進出



大勢待市長×ホリコシさん 対談

PR大使としての目標



市長 OmeBluePR大使第1号ということで、ぜひともよろしくお願いします。

ホリコシ よろしくお願いします。

市長 早速ですが、幼少期はどのように過ごしていましたか？

ホリコシ 小学2、3年生くらいから中学まで、サッカーをずっと続けていました。

市長 中学のサッカー部時代からお笑いの片鱗（面白さ）は出ていたのですか？

ホリコシ いえいえ、そんなことないです。人を笑わせるというより、純粋にお笑いが好きで過ごしていました。

市長 意外ですね！いつ頃から芸人を目指そうと思い始めたのですか？

ホリコシ 高校生の時、漫才頂上決戦「M-1グランプリ」を見始めてからですね。「あの舞台でネタを披露したい」「漫才をしたい」というところが大きなきっかけです。

市長 そこから、お笑いの世界に一步踏み出されたということですね。

ホリコシ そうですね。大学ではお笑いサークルに所属していました。その中で少しずつお笑いを頑張っていこうという気持ちが芽生えてきました。

市長 今はこうやってご活躍をされて、目指される立場になって素晴らしいですね。

ホリコシ ありがとうございます。そう言っただけで嬉しいです。今後も活躍して、青梅市のみなさんにもっと「お笑い」を好きになってもらえると嬉しいです。

市長 OmeBluePR大使第1号として、初のお笑いライブという企画も面白いかもしれないですね。

ホリコシ いいですね、自分の生まれ育ってきたところで、そんな企画が出来たら本当に嬉しいです。

市長 青梅市をこれからもっと有名にして、みなさんに注目される町にしていきたいですね。

ホリコシ イベントなども定期的にあるので、ぜひ青梅市をPRしていきたいです。

市長 OmeBluePR大使として伝えていきたいことはありますか？

ホリコシ 青梅大祭、青梅マラソンなど、伝えたいことはたくさんありますね。ちなみに青梅マラソンはジュニアロードレースに出場したこともあります。

市長 そうなんですね。今後もぜひ、出場してもらえたら嬉しいです。

ホリコシ ありがとうございます。



市長 ホリコシさんから広報おうめをご覧になっているみなさんにも一言お願いします。

ホリコシ まずは青梅市のみなさんに、お笑い芸人「ナユタ」のことを知っていただきたいです。青梅は素敵な町なので、ぜひ多くの方に足を運んでもらえるよう頑張ります！

市長 ありがとうございます。

ホリコシ 今後PR大使は増えていくのでしょうか。

市長 2号、3号と増えていく予定ですので、就任された方々ともOmeBluePRの輪を広げていただけたら嬉しいです。

ホリコシ 逆に市長に質問ですが、僕自身に求めているものはありますか？

市長 今後どんどんアイデアを提案するので、PRと一緒にしていきたいと思います。

ホリコシ ありがとうございます。何でも頑張りますので、よろしくお願いします。

市長 こちらこそよろしくお願いします。



OmeBluePR隊募集！

青梅市の豊かな自然、歴史、伝統および文化の普及ならびに市への来訪者のさらなる増加を目的に、観光プロモーション「OmeBlue」を推進するため、OmeBluePR隊を募集します。

申し込みは、専用フォーム（2次元コード）または直接シティプロモーション課観光係（市役所3階）へ



OmeBlueの魅力発信



市の観光情報の発信



市の観光イベントへの協力



市の特産品等のPR





令和6年度の公文書公開状況をお知らせします

情報公開・個人情報保護制度の運用状況

開かれた市政を目指して、情報公開・個人情報保護制度により、市政運営の公開性の向上を図り、市民の皆さんとの信頼を深めるよう努めています。

情報公開制度

市民の皆さんが「見たい」「知りたい」市の情報（公文書）を情報公開請求という手続きで公開を求めることができる制度です。情報は公開されることが原則ですが、公開できないものもあります。

個人情報保護制度

個人情報の保護に関する法律に基づき、市が保有する個人に関する情

問 文書法制課情報公開文書係

報の適正・安全な管理に努めるとともに、目的以外の利用や外部への提供を制限するなど、個人情報の保護を図る制度です。また、自己に関する情報の開示を求めたり、誤っている情報の訂正を求めたりすることができ

ますが、開示等ができないものもあります。
情報公開請求や保有個人情報開示請求等によって非公開の決定を受けた場合など、その決定に不服があるときは、実施機関に対して審査請求をすることができます。実施機関は、これを情報公開・個人情報保護審査会に諮問します。

公文書の公開請求および処理状況

(単位：件)

区分	公開請求書件数	公開請求公文書件名数	決定内訳						公開の方法（公開および部分公開）			取下げ
			公開	部分公開	非公開	不存在	その他	計	閲覧	視聴	交付	
合計	102	137	63	24	6	6	1	100	8	0	79	10

保有個人情報開示等の状況

(単位：件)

区分	請求件数	決定内容				開示の方法			訂正等の内訳		取下げ
		全部開示	部分開示	不開示	計	閲覧	視聴	交付	訂正	利用停止	
開示請求	29	12	15	2	29	7	—	20			1
訂正等	—	—	—	—	—				—	—	—

※議会への保有個人情報開示等請求はありませんでした。

保有個人情報取扱事務の届け出状況

(単位：件)

区分	届出件数	本人以外収集	目的外利用等
合計	918 (180)	374	224

※届出件数の（ ）内は個人番号を収集する事務件数

※本人以外収集、目的外利用等とは、個人情報を本人から直接収集しない場合や他の事務で収集した個人情報を利用したり、反対に他の事務に利用させること

不服申し立ての状況

(単位：件)

区分	情報公開請求	保有個人情報開示請求
合計	0	0

小学生ごみ減量化・資源リサイクル推進作品
コンクール入賞者発表

問 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

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40点、キャッチフレーズ部門166点の応募がありました。入賞者は次のとおりです。(敬称略)入賞した作品は、市ホームページや市役所1階に掲示します。

◎ポスター部門

小学4年生の部

(金賞) 竹浪陽咲 今井小

(銀賞) 酒井架乃 霞台小

(銅賞) 高野 紬 吹上小

小学5年生の部

(金賞) 鯨井莉愛 新町小

(銀賞) 栗田帆乃花 三小

(銅賞) 山崎菜陽 新町小

小学6年生の部

(金賞) 神田涼乃 一小

(銀賞) 森田ふた葉 霞台小

(銅賞) 関塚 凛 新町小

◎キャッチフレーズ部門

(最優秀賞) 宮崎りつ 若草小

(優秀賞) 野寄千尋 若草小

(優秀賞) 原 愛莉 若草小



小学4年生の部金賞



小学5年生の部金賞



小学6年生の部金賞

キャッチフレーズ部門最優秀賞

買い方・食べ方・捨て方で
青梅の未来がつくられる



11月12～25日は
「女性に対する暴力をなくす運動」期間

問 市民安全課ジェンダー平等担当

毎年11月12日から「女性に対する暴力撤廃国際日」にあたる25日まで、国、地方公共団体、その他関係団体が協力して「女性に対する暴力をなくす運動」を実施しています。

暴力は、その対象の性別や、加害者と被害者の間柄を問わず、許されるものではありません。

配偶者・パートナーによる暴力で困ったときの相談は、
右記の2次元コードからアクセスし、ご確認ください。



全国瞬時警報システム（Jアラート）による
防災行政無線試験放送

問 防災課防災係



市では、地震などの災害時や武力攻撃の際に、国から送られてくる全国瞬時警報システム（Jアラート）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。

市内の防災行政無線から、次の内容が一斉に放送されます。また、市公式LINEや行政メールも配信されます。

日時 11月12日（水） 午前11時

放送内容 チャイム～「これは、Jアラートのテストです。」（3回）
～「こちらは、ぼうさい青梅です。」～チャイム

※試験は全国で実施します。

労働保険未手続事業一掃強化期間

問 青梅労働基準監督署労災課 ☎28-0392

ハローワーク青梅雇用保険課適用係 ☎24-8623

厚生労働省では、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」と定め、労働保険制度の周知および加入促進に努めています。

労働保険（労災保険・雇用保険）は原則、一人でも従業員を雇っている事業主について加入が義務付けられています。まだ、加入していない事業主の方は、所在地管轄の労働基準監督署、ハローワークで手続きを行ってください。

福祉センター閉館日が5月31日に変更

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

福祉センターは、令和8年3月31日に閉館予定でしたが、閉館日を5月31日まで2か月間延長することになりました。

また、4月以降の使用申請は、使用日の4か月前から受け付けます。

傍聴にお出かけください

	こども・子育て会議	市立学校施設のあり方審議会	地域共生社会推進審議会	空家等対策審議会
日時	11月10日(月) 午後2時から	11月17日(月) 午後2時から	11月18日(火) 午後2時から	11月20日(木) 午前10時から
会場	市役所2階 災害対策本部室	市役所3階 教育委員会会議室	市役所3階 議会棟大会議室	市役所2階 災害対策本部室
内容	青梅市こども計画について ほか	学校施設のあり方について	青梅市地域福祉総合計画の推進について ほか	市内の空家の現状について ほか
定員	5人（抽選）	10人（抽選）	10人（抽選）	5人（抽選）
傍聴受付	当日の午後1時30分～45分に会場入り口で ※託児を希望の場合は4日までに申し込み	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	当日の午前9時30分～50分に会場入り口で
問い合わせ	子育て応援課 子育て推進係	教育総務課	地域福祉課 福祉政策担当	住宅課 住宅政策係

青梅警察署からのお知らせ

息子や孫などの親族を装った詐欺に注意！

問 青梅警察署防犯係 ☎ 2 2 - 0 1 1 0

青梅警察署管内特殊詐欺被害発生状況

…令和7年（9月末現在） 1 5 件 約4, 0 5 0万円

詐欺の犯人は、こどもや孫のふりをして皆さんにさまざまな指示を出し現金を騙し取ります。

まず犯人は、会社の金を横領した、会社の大事な書類をなくした、喉にガンが出来たなどと他の人へ相談しづらいような内容でお金が必要になった旨を伝え、「警察に知られたら困る」「時間が無いから銀行ですぐに下ろせるように、警察には●●代と言ってほしい」など、金融機関職員や警察にお金を下ろす理由を尋ねられた際の口実をレクチャーします。

旅行費用、お墓の購入費用、リフォーム代、修繕費用、財産整理としての自宅保管用、こども（孫）の結婚費用、車の購入費用などが多くみられます。家族のためを思い、犯人の言うまを嘘をつくと、大切な財産が犯人の手に渡ってしまいます。

また、自宅で現金を保管するタンス預金も、一度騙されるとすぐに犯人の手にお金が渡ってしまいます。空き巣や強盗被害に繋がる危険性も非常に高いです。自分自身はもちろん、ご家族やご友人も被害に遭わないよう防犯意識を高め合いましょう。

コミュニケーションの勉強会も同時開催！

聞いてみよう！女性が活躍できる
職場づくりのひけつ



問 青梅商工会議所 ☎ 2 3 - 0 1 1 1、市市民安全課ジェンダー平等担当

日時
・パネルディスカッション…12月2日（火） 午前10時30分～11時30分
・勉強会…1 2 月 2 日（火） 午後0時3 0 分～2 時 3 0 分

会場 市役所2階2 0 4～2 0 6会議室

内容
・パネルディスカッション…企業で活躍するパネリストのお二人から、今求められている「誰もが活躍できる職場づくり」のヒントを伺います。

・勉強会…コミュニケーションの勉強会を同時開催します。チームのモチベーションを上げるコミュニケーション術について学びます。

パネリスト ㈱酒井組代表取締役 須田晶子氏
学校法人和風会多摩リハビリテーション学院専門学校事務・情報システム課長 師岡静枝氏

定員 各回先着3 0 人（予約制）
※パネルディスカッションのみの参加可。勉強会のみの参加は不可

申し込み 2次元コードから

キャッシュレスキャンペーン

キャッシュレス使い方説明会



1 1 月 1 5 日から始まる「青梅市初の使えるキャッシュレスが4 つになった！最大3 0 %戻ってくるキャンペーン！」に向けて、キャッシュレス決済（au P A Y、d払い、PayPay、楽天ペイ）の使い方説明会を実施します。個別ブースのためお好きな時間にお越しください。

※入退室自由、予約不要

日程・時間・会場

日程（1 1 月）	時間	会場
1 7 日（月）	午前9時～午後5時	市役所2階 災害対策本部室
1 8 日（火）		梅郷市民センター
2 6 日（水）		市役所2階 災害対策本部室

持ち物 スマートフォン

問い合わせ 電話 ☎ 0 1 2 0 - 5 5 3 - 0 9 4

マイナンバーカード

休日申請・受け取り窓口
を開設します



問 市民課マイナンバーカード担当

日時 1 1 月 2 4 日（振休） 午前9 時～午後4 時3 0 分

※午前1 1 時3 0 分～午後1 時を除く

会場 市民課（市役所1 階）

〇申請窓口（予約不要）
持ち物 マイナンバーカード交付申請書（お持ちでない方は本人確認書類）

〇受け取り窓口（事前予約制）
持ち物 市から送付された交付通知書に記載のもの

※電子証明書の更新、暗証番号の再設定等の手続きも予約不要で実施します。

※詳細は市ホームページ（上記2次元コード）参照

予約方法 2 1 日までに電話または
右記2次元コードから

落語・漫才で学ぶ

「詐欺被害をなくそう！」
～自分と家族を守るために～



詐欺の手口は巧妙化され、ニュースでみる事件の内容・金額に驚かされることも少なくありません。

騙されず、巻き込まれず、自分も周囲も安心して過ごせるよう、一緒に学び考えませんか？

日時 1 2 月 3 日（水） 午後1 時3 0 分～3 時

会場 福祉センター2階第1～3集会室

定員 先着4 0 人

申し込み 2次元コードまたは電話で各地域包括支援センターへ

▷地域包括支援センターすみえ ☎ 7 8 - 3 4 4 2
▷地域包括支援センターうめぞの ☎ 2 4 - 2 8 8 2
▷地域包括支援センターすえひろ ☎ 3 3 - 4 4 7 7

1 1 月 1 0 日から新様式

住民票の写し等の変更



問 市民課住民記録係

市の業務システムの標準化・共通化に伴い、住民票の写し等と印鑑登録証明書が一部変更となります。

〇「転入前住所」欄が新設…青梅市に転入する前の自治体の住所が記載されます。

〇「従前」欄の廃止…市内で転居した場合、これまで「従前」欄に転居前の住所が記載されていましたが、「従前」欄が廃止されたことにより、今後は記載されません。

コンビニ交付により住民票の写しを取得される場合も、転居前の市内住所は記載されません。転居前の市内住所の記載が必要な場合は、窓口申し出いただくか、請求書等にその旨をご記入ください。

〇様式の変更…印鑑登録証明書の様式がA 4 横からA 4 縦に変更となります。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

1 1 月 1 0 日から新様式

通知や証明書・送付する封筒の様式変更

問 通知や証明書について…各担当課（市民課、保険年金課、課税課、収納課、介護保険課、学務課、選挙管理委員会事務局）文字について…市民課住民記録係



市の業務システムの標準化・共通化に伴い、通知および証明書等の一部と市から送付する封筒が変更となります。

全国の自治体で使用する文字も統一化するため、市が発行する住民票や各種証明書などに記載される氏名、住所の文字の形が一部変更される可能性があります。

詳しくはデジタル庁公式ホームページをご覧ください。

※なお、このシステム変更に伴い、証明書のコンビニ交付が一定期間停止となります。詳しくは広報おうめ1 0 月 1 5 日号3 面をご覧ください。

出展者募集！

「おうめ環境フェスタ2 0 2 5」
体験型ワークショップ



「おうめ環境市民会議」との協働事業「おうめ環境フェスタ」の一環として、市内で環境に関する活動をする団体、事業者、店舗等が出展可能な体験型ワークショップを実施します。

日時 2 月 8 日（日） 午後2 時～4 時

会場 市役所2 0 4～2 0 6会議室（2階テラスも使用可能）

対象 市内で環境保全に関わる活動をしている団体、個人、事業者、店舗等

申し込み 1 1 月 3 0 日（必着）までに申し込み用紙（環境政策課窓口または市ホームページからダウンロード）に必要事項を記入し、次の方法で環境政策課（市役所5階）へ

▷直接
▷郵送
▷専用フォーム（2次元コード）
▷メール ☐ div1310@city.ome.lg.jp
▷FAX ☎ 2 2 - 3 5 0 8



秋の火災予防運動

問 青梅消防署予防課☎22-0119

11月9日（日）～15日（土）の一週間、秋の火災予防運動を実施します。

この運動は、火災の発生しやすい時期を迎えるにあたって、都民の皆さんに防火防災意識や防災行動力を高めてもらうことを目的として行います。

★「備えよう 一家に1本 マイ消火器」自宅で火災が発生した際、初期の対応として消火器はとても有効となります。持っていない方は消火器の購入を考えてみてはいかがでしょうか？

★「目で確認 声出し確認 火の用心」令和7年度東京消防庁火災予防標語作者 岩崎公瑠美さん（清瀬市在学）

セミナーと交流会

分譲マンションの近年の課題と対策

問 住宅課住宅政策係



日時 11月22日（土） 午後2時～4時45分（1時45分受付開始）

会場 市役所2階204・205会議室

対象 マンション管理組合役員、区分所有者

内容 セミナー・第1部

▷とどまるマンションの紹介▷区分所有者法改正について▷管理組合理事長のやるべきこと▷マンション管理認定制度について

セミナー・第2部

▷交流会▷マンション管理の意見・情報交換

講師 マンション管理士 福島浩二氏、村松正重氏、刈谷克彦氏

定員 先着20人（予約制）

申し込み 20日までに上記専用フォーム（2次元コード）から

おうめ猫の会協働事業

飼い主のいない猫のための「里親会」を開催します

問 環境政策課管理係

市では、ボランティア団体と協働で、飼い主のいない猫を保護し、譲渡や不妊去勢手術後に元の場所に戻す活動を行っています。

日時 11月8日（土） 午後1時～3時

会場 市役所本庁舎正面玄関前

対象 猫の里親になりたい方、興味のある方

内容 ▷里親会当日に、猫の引き渡しはありません▷後日、団体からのお届けとなります▷営利目的の方には譲渡できません▷里親になるまでの詳細は、当日会場でご確認ください。

持ち物 住所・氏名が確認できる本人確認書類

損害調査結果の提供および利用

協定を締結しました

問 防災課防災係

9月26日（金）に市は三井住友海上火災保険㈱と「損害調査結果の提供および利用に関する協定」を締結しました。

地震や風水害などの災害発生時に備え、避難体制の整備等の対策を行っています。この協定により、円滑な被災者の生活再建支援を図ることができるものです。



㊦市長
㊦三井住友海上火災保険㈱ 東京西支店長 喜多山真吾氏

ハローワーク青梅

福祉のしごと相談・就職面接会 i n 青梅

問 ハローワーク青梅職業相談コーナー☎24-9163



日時 11月17日（月） 午後1時30分～4時（1時～3時受付）
・参加企業PRタイム…1時30分～1時50分
・企業との面接…1時50分～4時

会場 福祉センター2階

対象 青梅市・福生市・羽村市および西多摩郡での就職を希望している方

内容 就職を希望する方を対象に就職面接会を開催します。福祉分野への就職を考えている多くの方のご参加をお待ちしています。

持ち物 履歴書等の応募書類・筆記用具

※参加企業10社(予定)参加企業の情報は、ハローワーク青梅ホームページでご確認ください。

※面接する企業分の応募書類をご用意ください。

しごたま就職面接会 i n 昭島

問 東京しごとセンター多摩☎042-521-6761



日時 12月4日（木） 正午～午後4時
（午前11時30分～午後3時受付）
・面接対策セミナー正午～午後0時50分
・就職面接会午後0時50～4時

会場 都立多摩職業能力開発センター（昭島市東町3丁目6-33）

対象 多摩地域での就職を希望している方

内容 全年齢層の求職者を対象に、面接対策セミナー付きの就職面接会を実施します。

※参加企業25社（予定）



社会保険料控除証明書

問 ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004（050で始まる電話からは☎03-6630-2525）
市保険年金課国民年金係



令和7年に国民年金保険料を納めた方には日本年金機構から「社会保険料控除証明書」が送付されます。国民年金保険料は、所得税・住民税の申告の際、全額が社会保険料控除の対象となりますのでご利用ください。

送付時期 1月1日～9月30日納付の方は11月上旬まで、10月1日～12月31日納付の方は2月上旬

詳しくは日本年金機構ホームページ（2次元コード）をご覧ください。

おうめ健康経営フォーラムを開催します

問 アクサ生命保険㈱青梅営業所☎24-3475
市商工業振興課工業振興係



「おうめ健康経営フォーラム」を開催します。従業員の健康が会社の未来！健康経営について知ってみませんか？

日時 11月17日（月） 午後1時30分～3時

会場 青梅商工会議所3階会議室

定員 先着50人

申し込み 専用フォーム（2次元コード）から



生活習慣病予防講座

賢く実践！自分を守る健康習慣

問 健康センター☎23-2191



日時 11月22日（土） 午後1時30分～4時

会場 市役所2階201・202会議室

対象 市民 定員 先着30人 持ち物 筆記用具

内容 血圧やコレステロール等は異常値を放置したままだと、心疾患や脳梗塞等の重大な病気を招きます。生活習慣病の疾患や予防するための食生活についてお話しします。

参加者にはうめPON100ポイントプレゼント！

講師 管理栄養士 高水秀美氏、市保健師

申し込み 電話または専用フォーム（2次元コード）から

生命や安全に直ちに關わる時など緊急時は、警察☎110へ

虐待・配偶者暴力防止推進月間

虐待は当事者（している側・される側）に自覺がないことが少なくありません。生活上の悩みや介護・育児疲れ等が原因となり、意図せず虐待の状態に陥ることもあります。深刻な状況になる前に、サインに気づいて支援を行うことが必要です。何かおかしいな？と感じたらご連絡ください。

☆こども、障がい者、高齢者の虐待防止の啓発

11月6日（木）～28日（金）に市役所1階ロビーで、こども、障がい者、高齢者の虐待防止啓発コーナーを設置します。

みんなで防ごう高齢者虐待 問 高齢者支援課、介護保険課

高齢者に対して、身体や心を傷つけること、生活するうえで必要な協力を行わず放置することなどにより、本人の尊厳を奪い権利を侵害することは、高齢者への虐待にあたります。

○高齢者側からのサイン

原因が分からないあざや傷、ちょっとしたことにおびえ・怖がる、服の汚れ、お風呂に入っている様子がない など

○介護している側からのサイン

おびえるほど乱暴な口調、介護等でひどく疲れているように見える など

☆もしかして虐待かな？と思ったら、お住まいの地域の
地域包括支援センターへご連絡ください。

すみえ☎78-3442▷うめぞの☎24-2882

▷すえひろ☎33-4477

☆介護施設の職員による虐待かな？と思ったら、市介護保険課にご連絡ください。



秋のこどもまんなか月間

児童虐待に関する相談件数は年々増加しています。
こどもの命が奪われる重篤な事件も後を絶ちません。

☆虐待かな？と思ったら下記へご連絡ください。

市こども家庭センター☎24-2126▷立川児童相談所
☎042-523-1321▷児童相談所虐待対応ダイヤル☎189



STOP！障がい者虐待

障がいのある人に対する「虐待」は、家庭や施設、職場など、身近な場所でも起こり得ます。

障害者虐待防止法では、虐待を早く発見し、支援につなげるのが義務付けられています。

☆虐待かな？と思ったら下記へご連絡ください。

市障がい者福祉課▷市障がい者サポートセンター☎30-0152

STOP！DV

DVは、何らかの力を持つ者が家族を「支配」している状態のことで、ケンカとは違います。

身体的暴力…たたく、蹴る、髪をひっぱるなど▷精神的暴力…怒鳴る、人前でバカにする、無視するなど▷金銭的暴力…生活費を渡さない、借金の強要など▷社会的暴力…実家や友人とつきあうのを制限するなど▷性的暴力…性行為を強要する、避妊に協力しないなど

Let's KAIG ome！

未来の笑顔のために、「介護」を身近に感じよう！

問 介護保険課介護保険管理係

「11月11日」が「介護の日」にちなんで、介護の日イベントを開催します！会場内では、誰でも参加できる介護体験会を行います。

日時 11月2日（日） 午前10時～午後4時※産業観光まつりと同日開催

会場 市役所1階ロビー

●今どきの福祉用具ここまで来た！～Let's try～

車いすや介護ベッドなど、目にはしたことがあっても実際に触れる機会がなかった…そんな方にピッタリ！福祉用具に直接触れて体験できる良い機会に。



●高齢者の目線で入れよう！アルティメット玉入れ

高齢者体験グッズを身につけて、玉入れゲームに挑戦！ふだんの動作とどのように変化するのかを楽しみながら体感できます。

●介護のおしごとナビ～介護職のホント、教えます！～

介護の仕事って実際どんな感じ？気になる給与や必要な資格など、介護職のリアルな姿を詳しくお伝えします。

高齢者スマートフォン体験会

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日時 11月26日、12月3日、10日、17日の水曜日（全4回）
①午前10時～午後1時②午後2時～5時

会場 福祉センター

対象 スマートフォンを利用していない、または使い慣れていない60歳以上の都民

定員 各回10人（抽選）

申し込み

11月19日までに電話☎03-6374-7746でスマートフォン普及啓発事業事務局へ（月～金曜日の午前9時～午後5時）

※本教室は都デジタルサービス局と共同で実施します。

★スマートフォンをお持ちでない方へ試用の申し込みを受け付けます

試用期間は最長3か月です。申し込みの際は、本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカードのいずれか1つ）をご提示ください。

※希望者多数の場合は抽選

健康コラム130

東京都・羽村市・日の出町合同総合防災訓練参加の報告

東青梅診療所 武信康弘

8月31日、「東京都・羽村市・日の出町合同総合防災訓練」の医療救護活動に参加しました。この訓練は多摩地域での大規模災害を想定し、行政、消防、自衛隊、日本赤十字社、羽村市・青梅市医師会、公立福生病院、市立青梅総合医療センターなど多くの組織が連携し実施されました。

市医師会からは神應医師と筆者武信、看護師・事務スタッフが参加しました。神應医師と私は、JMAT（日本医師会災害医療チーム）の訓練などにも事前参加し、当日の実践に向けて準備を重ねてきました。担当した軽症エリアは、多くの被災者が最初に訪れる窓口となる部署であり、時には重症者が紛れ込むこともあります。そのため正確なトリアージ判断が求められ、緊張感のある現場でした。第1回は、錯綜する情報の中でトリアージ結果や搬送先を正確に共有する難しさを痛感しましたが、第2回では初回の課題を共有・修正し、連携もより深まり、効率的な対応が可能となりました。実践を通じて多くの学びを得た貴重な機会でした。



問 健康センター☎23-2191

寄りませんか「うめカフェ」

認知症疾患のあるご本人やその家族、認知症に関心のある方が集い、日頃の悩みや思い、認知症関連の情報を共有する場です。

日時 11月11日（火） 午後1時30分～3時

会場 市役所2階喫茶スペース 持ち物 飲み物

申し込み

10日までに電話または直接高齢者支援課包括支援係へ

自立センター福祉公開講座「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 11月19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

定員 先着12人（10月15日に参加した方は参加不可）

申し込み 電話で市自立センターへ※留守番電話への申し込み不可



イベントも随時開催しています

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



時間 午前10時～午後3時※祝日を除く
対象 市内在住のおおむね60歳以上の方

会場	開催曜日
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
下長洲第2第4自治会館	第1・3火曜日
富岡1丁目自治会館	毎週月曜日
今寺第4第5自治会館	第2～4火曜日
新町7・8・9丁目自治会館	第1・3・4木曜日
河辺町4丁目自治会館	第1・3金曜日
今井柳田自治会館※	第2・4水曜日

※12日から新たに開設します。

11月のイベント

日時・会場・内容

- ・7日（金） 午前10時15分～11時
河辺町4丁目自治会館・紙芝居
- ・12日（水） 午前10時30分～11時15分
今井柳田自治会館・腹話術

青梅市エンディングノート

問 高齢者支援課包括支援係



エンディングノートは、自分の「もしも」のときのために、さまざまな思いや希望を家族や周りの人たちに伝えるためのノートです。

エンディングノートを記しておくことで、将来に備えることができ、今を安心して過ごすことにつながります。

青梅市版エンディングノートを高齢者支援課（市役所1階）で配布しています。

※市ホームページ
（2次元コード）
からダウンロード可



市立青梅総合医療センター

おうめ健康塾
くすりとのお上手なつきあい方

問 病院事務局総務課総務係☎22-3191

くすりととは、私たちが本来もっている治癒力が落ちたとき、病気やけがの治療を助けてくれるものです。正しく使えば自分の健康を守ってくれますが、使い方を間違えると、本来得られる効果が得られなかったり、健康を害したりする可能性があります。くすりを使っているのに、もったいないですよね？

くすりを正しく使用し、より効果的に、より安全な治療を目指し、くすりと付き合っていきましょう。どうぞお気軽にお越しください。

日時 11月19日（水） 午後2時～3時

会場 市立青梅総合医療センター講堂（渡り廊下棟1階）

講師 薬剤部 小山憲一氏

その他 講堂は病院内のためマスク着用をお願いします。

まだ間に合う！11月中に1回目の接種を！

男性のHPVワクチン
任意接種費用全額助成



問 こども家庭センター管理係☎23-2191

平成21年4月2日～22年4月1日生まれの方への助成期間は3月31日までです。

HPVワクチンは、十分な効果を得るには、3回の接種が必要で、接種完了までに標準的には6か月かかりますが、最短4か月で3回の接種も可能です。3月末までに接種を完了するには11月中の1回目の接種が必要です。2回目の接種時期が年末年始（医療機関の休診時期）と重ならないようにするため、11月中旬までに1回目を接種しましょう。

対象 接種日時点で市内在住の小学6年生～高校1年生相当の男性

※すでに3回受けている方は対象外

ワクチン 4価ワクチン（ガーダシル）

持ち物 母子健康手帳、本人確認書類

申し込み 直接協力医療機関へ予約してください。

人生の最終章、あなたはどう飾りますか？

人生会議 講演会

誰もが迎える人生の最終章、あなたはどう生き、どう逝きたいですか？

人生会議とは、もしものときのためにあなたの望むことや医療やケアの希望などについて自ら考え、信頼する人たちと話し合うことです。

日時 12月4日（木）
午後1時30分～3時30分



会場 福祉センター2階第1～3集会室

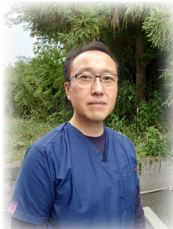
内容 医師によるお話、もしバナゲーム

講師 進藤医院院長 進藤幸雄氏

定員 先着30人（予約制）

申し込み

11月26日までに申し込みフォーム（2次元コード）または電話で高齢者支援課包括支援係へ



65歳からはじめる習慣づくり

健康寿命のび～る教室

自宅で手軽にできる運動や食事のアドバイス、お口の健康に関する教室です。

日時 12月4日、11日、18日、25日、
1月8日、22日の木曜日（6回）
午後2時～午後3時30分

会場 東青梅市民センター第1会議室

対象 全日程参加できる市内在住の65歳以上で次のすべてを満たす方▷要介護・要支援認定を受けていない▷医師から運動制限を受けていない

定員 先着20人（予約制）※初めての方優先
服装・持ち物

動きやすい服装、飲み物、筆記用具

申し込み

電話または直接高齢者支援課包括支援係へ

市子育てひろば事業の実施団体募集

乳幼児およびその保護者が気軽に集い、語り、交流を図ることや育児相談を行う「青梅市子育てひろば」をS&Dたまぐーセンター内で実施するため、実施団体を募集します。

委託期間 令和8年4月1日～13年3月31日

事業者要件 社会福祉法人、特定非営利活動法人または民間事業者

申請期間 11月25日（火）～28日（金）

申請書等 市ホームページ（2次元コード）からダウンロードまたは子育て応援課子育て推進係（市役所1階）で配布

選考方法 申請内容を審査（必要に応じて面接審査を実施）後、決定

申請方法 申請書に必要事項を記入のうえ、直接子育て応援課子育て推進係へ
※結果は郵送で通知



秋のこどもまんなか月間

問 子育て応援課児童・青少年係

ニート、ひきこもり、不登校、少年非行、いじめなど、こども・若者をとりまく問題は、複雑化しています。解決には、行政と青少年育成支援に関わる団体等の連携協力に併せ、地域住民の取り組みや参加など、地域全体で支えていく社会を築くことが重要です。

こども家庭庁では、11月を「秋のこどもまんなか月間」と定め、「子供・若者育成支援推進強調月間」も取り組みの一つとしています。こどもや若者が社会の一員として健全に育つよう、よりよい育成環境づくりにご協力ください。

ビーバークラス（5歳児むし歯予防教室）



日時 11月29日（土） 午前10時～正午

会場 河辺市民センター 対象 5・6歳児（就学時前）と保護者

内容 親子でおやつ作り、1人磨きの練習等 定員 先着8組（予約制）

持ち物 エプロン、バンダナ（三角巾）、手拭き、布巾、タオル、歯ブラシ、甘くない飲み物

申し込み 2次元コードまたは電話☎23-2191でこども家庭センター母子保健係へ

離乳食教室（ゴックンクラス）



日時 12月8日（月） 午前10時～11時30分

会場 健康センター 対象 4～5か月児の保護者

内容 離乳食の始め方とこの時期の離乳食の作り方

定員 先着10組（予約制）

申し込み 2次元コードまたは電話☎23-2191でこども家庭センター母子保健係へ



子育てひろば					
問 子育て応援課子育て推進係					
	外遊び型 「はらっぱ」	とことこ 「英語でラ・ラ・ラ」	ほのぼの 「ランチパーティー」	にこにこ 「親子でリトミック♪」	すこやかルーム 「親子陶芸教室」
日時	①11月4日（火） ②11月11日（火） 午前10時30分～正午 ※雨天決行、荒天中止	11月12日（水） 午前11時～11時30分 子育てひろばは10時～午後3時	11月14日（金） 午前11時～11時50分 子育てひろばは9時～正午	11月15日（土） 午前10時～10時45分	11月21日（金） 午前10時～11時30分
会場	①わかぐさ公園芝生の広場 ②花木園	下長渕自治会館2階大広間	長渕保育園 子育てひろばほのぼの	S&Dたまぐーセンター4階 会議室B	畑中保育園すこやかルーム
対象	妊娠中の方、 0歳～未就学児の親子	未就学児の親子、祖父母、 妊娠中の方	未就学児の親子、祖父母、 妊娠中の方	未就学児と保護者	未就学児の親子
内容	親子で季節を感じながら、お外遊びしませんか。地域の子育ての仲間づくりに、のんびり遊びに来てね♪ 	英語講師のクリス先生と一緒に歌やダンス、絵本等で英語に触れて遊びます。 講師 ブジェークリス氏 	ひろばに遊びに来た方にランチを提供します。 お気軽に遊びに来て下さい。 	みんなでリトミックを楽しもう。 講師 小峰博美氏 	お子さんのかわいい手形・足形のプレートを作しましょう！よい記念になりますよ。 講師 陶芸家 樋口幸子氏 
定員・費用				先着10組（予約制）	プレート1枚500円
服装・持ち物			人数分のご飯茶碗、汁椀、取り皿、箸やフォーク等	動きやすい服装 汗拭きタオル、飲み物	汚れてもよい服装
申し込み				直接または電話で 子育てひろばにこにこへ	直接または電話で 子育てひろばすこやかルームへ
問い合わせ	（特非）かぶかぶ山のようにえん ☎050-3390-0613	長渕保育園 ☎22-8102	長渕保育園 ☎22-8102	子育てひろばにこにこ ☎78-3974	畑中保育園すこやかルーム ☎21-5358

令和8年度学童保育所入所申請受付



令和8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8年度青梅市学童保育のしおり」を確認のうえ、申請してください。

入所対象児童
8年4月1日以降、市内に居住する小学1～6年生（転入予定を含む）で保護者が入所要件に該当する児童

しおり、申請書等の配布場所
子育て応援課（市役所1階）、各市民センター、市内の各保育園・幼稚園（令和8年度新1年生へ配布）等
※市ホームページ（2次元コード）からダウンロード可
※配布場所のしおりの枚数には限りがあります。

申請方法 11月17日～12月12日（必着）に必要書類を直接持参または郵送で子育て応援課児童・青少年係へ

育成料 月額5,000円（別途おやつ代あり）

注意事項 入所選考の結果、保留（待機）となる場合があります。

その他（民間学童保育所への入所）
運営はすべて民間事業者が行っているため、入所の詳細等は直接お問い合わせください。

令和8年成人の日

二十歳を祝う会&運営協力者募集

問 社会教育課生涯学習推進係



●青梅市二十歳を祝う会のご案内
市では「二十歳」を対象とした成人を祝う式典を実施します。
11月中旬、二十歳（平成17年4月2日～18年4月1日生まれ）の方へ案内状を郵送します。案内状は当日に受付へ提出してください。
また、現在市内に住んでいなくても、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、2次元コードから申し込んでください。

日時 1月12日（祝） 午前10時30分開式（10時開場）
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅
内容 恩師からのビデオレター、夢のタイムカプセル返還 ほか
※今年度新成人（18歳）になられた方は、「令和10年成人の日青梅市二十歳を祝う会」が対象となります。

●二十歳を祝う会運営協力者募集
日時 1月12日（祝） 午前9時～午後0時15分
対象 16歳以上の方
内容 受付、タイムカプセル収納作品返還作業 ほか
定員 先着20人
申し込み 11月15日までに2次元コードから



養育家庭（ほっとファミリー）
体験発表会

親の虐待や病気など、さまざまな事情で自分の家族と暮らすことのできないこどもたちを家庭に迎えて育てるのが「里親」です。その中でも、養子縁組を目的とせずこどもを育てている家庭を「養育家庭」といいます。
養育家庭のことを多くの方に知ってもらうため、養育家庭の方による体験発表会を行います。

日時 11月26日（水） 午後2時～4時
会場 市役所2階204～206会議室
定員 先着50人（予約制）
その他 託児を希望の方は12日までに電話でこども家庭センターへ
申し込み
11月19日までに電話 ☎24-2126
または直接こども家庭センターへ

市青少年委員協議会主催・子どもゆめ基金助成活動

集まれおうめっこ！2025～木こりの巻～

問 市青少年委員協議会事務局（社会教育課内）

日時 11月30日（日）
午前8時30分～午後2時50分
会場 成木の山林
対象 市内在住・在学の小学4年生～中学3年生
※保護者は参加不可
内容 火起こし、間伐、丸太切り、木工細工等の体験を通じて、自然の山に触れてみよう！
お昼はメスティンで作ったキャンプ飯を食べよう！
講師 （特非）青梅林業研究グループ
定員 先着40人（予約制）
費用 500円
申し込み 2次元コードから 

あつまれ！親子スキンシップ教室
～今井市民センターであそぼう～

日時 12月7日（日）
午前10時～11時30分
※9時45分受付
会場 今井市民センター体育館
対象 0～3歳児の親子
※兄弟・姉妹の参加可
定員 先着30組（予約制）
費用 1家族100円
服装 動きやすい服装
持ち物 室内用運動靴（スリッパ不可）、飲み物、タオル
申し込み 2次元コードまたは電話で子育て応援課子育て推進係へ 



青梅市吉川英治記念館開館5周年記念 秋のイベント

★SNSフォトコンテスト2025秋

応募期間 11月1日(土)～30日(日)

内容 来館した方が撮影した季節を感じられる記念館(※展示室内撮影禁止)の写真作品を募集します。X(旧Twitter)・Instagramに「#吉川フォトコン2025秋」を付け応募してください。
入賞作品は、記念館ホームページやSNSで発表・掲載します。

★青梅夜具地展

日時 11月7日(金)～24日(振休) 午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)ただし、夜間開館中は午後8時まで
会場 同館主屋

★秋のライトアップ&夜間開館

記念館主屋と庭園のライトアップおよび夜間開館を行います。
ライトアップ 11月8日(土)～24日(振休)
夜間開館 11月8日(土)～9日(日)、14日(金)～16日(日)、21日(金)～24日(振休)
※開館時間を午後8時(最終入館午後7時30分)まで延長
観覧料 大人500円、小・中学生200円(土・日曜日、祝日は、市内の小・中学生無料)



★講師 菊地玉雲の講談の世界～小泉八雲の不朽の名作を語る～

「雪おんな 青梅は雪おんな縁の地」を講談により披露します。
日時 11月16日(日) 午後2時～2時30分(1時30分開場)

会場 同館主屋 定員 先着30人(予約制)
対象 市内在住・在勤の方 申し込み 電話で同館へ

★秋のジャズコンサート2025

日時 11月22日(土) 昼の部…午後1時30分開演(1時開場)
夜の部…午後4時30分開演(4時開場)

会場 同館主屋 定員 各回30人(予約制)
費用 3,000円(ワンドリンク付き)※別途入館料あり
申し込み 電話で同館へ



梶多美江氏(ヴォーカル)



鈴木直人氏(ギター)



遠藤 定氏(ベース)

問 青梅市吉川英治記念館 ☎74-9477
(月曜日を除く午前10時～午後5時)

五感で感じる秋の御岳渓谷

御岳渓谷自然観察会



問 (一社)市観光協会 ☎24-2481

地元在住の自然観察員のガイドを聞きながら、秋の御岳渓谷を五感で感じます。

日程 11月14日(金)
行程 午前9時45分JR沢井駅集合～寒山寺～御岳渓谷遊歩道散策～玉堂美術館～元祖手打蕎麦玉川屋(昼食)～午後2時頃JR御嶽駅解散

※電車の場合は、JR沢井駅午前9時40分着でお越しください。

定員 20人(最少催行人員10人)
費用 5,000円(保険、昼食、入館料等含む)
※当日集金

申し込み 専用フォーム(2次元コード)または電話で(一社)市観光協会へ



新町ウォーク(歴史講座)

～新町村の旧所・史跡をめぐる歴史散歩～

問 新町市民センター ☎31-7337

新町地区内の旧所・史跡を散策し、新町歴史探訪をします。

日時 11月22日(土) 午後1時30分～4時30分
行程 新町市民センター集合～桜株公園～東禅寺～新町御嶽神社～旧吉野家住宅～鈴法寺公園～蔵屋敷公園～新町市民センター解散

講師 元青梅市文化財保護指導員 角田清美氏
対象 3時間ほどウォーキングできる方
定員 先着20人(予約制)

服装・持ち物 歩きやすい服装、履きなれた靴、筆記用具、飲み物

申し込み 10日までに電話または直接新町市民センターへ

ウォーキングを始めてみませんか?

第21回ウォーキングフェスタ

～青梅市を知るナゾトキウォーク～



日時 11月23日(祝) 午前9時(8時30分受付開始)※小雨決行
行程 市役所～吹上・塩船・大門地区～市役所(約10km)※変更の場合あり
※参加者全員にうめPON100ポイントプレゼント!

対象 市内在住・在勤・在学者
※小学生以下は要保護者同伴
定員 先着150人(予約制)

費用 200円※当日徴収
服装 履きなれた歩きやすい靴

申し込み 16日までに専用フォーム(2次元コード)、電話、メール ☎div7540@city.ome.lg.jp でスポーツ推進課へ※メールの場合、件名を「第21回ウォーキングフェスタ」とし、代表者の住所、氏名、電話番号、参加者全員の住所、氏名を記載してください。

ジュニアスポーツ教室(フットサル)

問 市スポーツ協会 ☎22-0827



日程 12月6日～20日の土曜日(全3回) 午後6時30分～9時(6時受付)
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅第1スポーツホール
申し込み 市スポーツ協会ホームページ(2次元コード)から

11月15日～26日(12日間)

東京2025デフリンピック開催

問 スポーツ推進課スポーツ推進係



いよいよ11月に日本初開催となるデフ(きこえない・きこえにくい)アスリートのための国際大会「東京2025デフリンピック」が開催されます。市内在住の北島湊さん(マウンテンバイク)、小嶋太郎さん(オリエンテーリング)が日本代表として出場します。

また、11月13日(木)の10時頃、市役所正面ロータリーに全国を回っているキャラバンカーが到着します。みんなで一緒に応援しましょう!



ⓐ 小嶋太郎選手
ⓑ 北島 湊選手

江戸東京伝統芸能祭

第56回都民寄席

問 都民寄席実行委員会 ☎03-3833-8622
(午前10時～午後6時)、市社会教育課



日時 1月17日(土) 午後1時30分～3時15分(1時開場)
会場 S&Dたまぐーセンター多目的ホール
出演 春風亭昇太師匠、柳家崑三郎師匠 ほか
解説…長井好弘氏
定員 250人(抽選)
申し込み 11月30日までに2次元コードから



春風亭昇太師匠



柳家崑三郎師匠

第66回市民スポーツ大会 ゴルフ競技参加者募集

問 市スポーツ協会 ☎22-0827、青梅ゴルフ倶楽部 ☎22-0261

日程 12月5日(金) 会場 青梅ゴルフ倶楽部
対象 小学生以上の市内在住・在勤・在学者
内容 18ホールストロークプレー(新ペリア方式) 定員 先着200人
費用 参加費2,000円(当日徴収)、プレー費1万3,000円(食事別)
申し込み 3～20日(必着)に住友金属鉾山アリーナ青梅にある大会申込書に記入のうえ、切手を貼って投函してください。

11月

各種相談日

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	5日(水)、10日(月)、 12日(水)、17日(月)、 19日(水)、26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、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 付け付けます。 ▷11月10日(月)の予約 は10月31日(金)から 受け付け。 ▷12月1日(月)の予約は 21日(金)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
	12月1日(月)、3日(水)			
交通事故相談	14日(金) 28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	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
登 記 相 談	21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	25日(火)		相続・遺言等暮らし の手続きなど	
行 政 相 談	11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	18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」	7日(金) 21日(金)	午前9時30分～ 午後3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またはジェ ンダー平等担当へ
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	11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 ☎22-1233へ
	26日(水)	午後5時～8時 ※電話予約制		
労 働 相 談	19日(水)	午後6時30分 ～8時50分 (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階会議室 ▷予約は17日(月)ま でに商工業振興課商工 労政係へ(先着3人)
住 宅 相 談	20日(木)	午後1時30分～4時 30分(1人45分) ※電話・専用フォーム (右記2次元コード、 窓口予約)	住宅の売買・賃貸に 関する相談、土地・ 家屋の調査に関する 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

どこに相談したらよいか分からないお困りごとはありませんか？

地域福祉コーディネーターによる「ふらっと相談室しゃべルーム」

問 地域福祉課福祉政策担当



日程	時間	会場	担当
4日(火)	午前9時～午後5時	長淵市民センター1階第3会議室	(一社)うえるびー☎78-3010
5日(水)		梅郷市民センター2階第2会議室	
6日(木)	午前9時～午後5時	小曾木市民センター2階料理教室	社会福祉協議会☎22-1233
7日(金)		河辺市民センター2階第2会議室	
10日(月)	午後2時～3時30分	東青梅市民センター2階第2会議室	(一社)うえるびー☎78-3010
12日(水)		カインズ青梅インター店 くみまちコミュニティスペース	
13日(木)	午前10時～11時30分	沢井市民センター1階第2会議室	社会福祉協議会☎22-1233
14日(金)		S&Dたまぐーセンター 4階ミーティングルームA、B	
25日(火)	午後2時～4時	成木市民センター1階第2研修室	
26日(水)		大門市民センター2階料理教室	
28日(金)	午前10時～11時30分	裏宿公会堂1階和室	
		新町市民センター1階第3会議室	
		今井市民センター1階和室	

※うえるびー担当地区…長淵、梅郷、東青梅、河辺地区
※社会福祉協議会担当地区…青梅、大門、沢井、小曾木、成木、新町、今井地区

健康・栄養相談

健康づくりをオーダーメイド

日時 11月19日(水) 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 ①保健師による健康相談や血圧・体脂肪測定等
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)

※②のみ要申込…電話☎23-2191で健康セン
ターへ

持ち物 ①②健診結果(お持ちの方)②食事記録

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15日(土) 午前10時30分～11時30分

会場 市ファミリー・サポート・センター
(東青梅センタービル3階)

対象 3か月～小学生の保護者

持ち物 本人確認書類

その他 月～金曜日も随時入会受付中

申し込み 14日までに電話☎23-3888、
23-9338で同センターへ

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 11月17日(月) 午前9時～正午

電話 ☎22-3191

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
	2日(日)	山中歯科医院	東青梅1-9-8
3日(祝)	三田歯科医院	長淵1-57-1	22-2875
9日(日)	上田歯科医院	河辺町4-21-2	21-3941
16日(日)	梅郷歯科 クリニック	梅郷4-702-3	24-4182
23日(祝)	プラム歯科	藤橋3-1-12	77-0648
24日(振休)	橋本歯科医院	河辺町7-4-55	33-4182
30日(日)	荻野歯科三ツ原診 療所	藤橋3-9-7	32-7370
			31-6480

※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。

収益事業

ボートレース多摩川

☆3日(祝)まで

第16回ボートレースレディースVSルーキーズバトル

☆9日(日)～14日(金)

第9回住信SBIネット銀行賞

☆19日(水)～24日(振休)

第11回ホットマンカップ(GⅢ)

☆29日(土)～12月3日(水) BOATBoyCUP

京王閣競輪

☆4日(火)～6日(木)

パチ7カップ&東京スポーツ杯(FⅡ)

☆13日(木)～15日(土)

CTC杯&デイリースポーツ杯(FⅡ)

☆29日(土)～12月1日(月)

FC東京&HPCJC&スポニチ(FⅠ)

センターひろば(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(体育館のみ小学生も可)
内容 指導員・講師が見守り、遊び方などを教えます。

会場（市民センター）		日程	時間
体育館	長淵	6日～27日の木曜日	午後3時～5時
	梅郷	20日（木）	
	東青梅	1日～22日の土曜日	午前10時～正午
	新町	28日（金）	
	河辺	7日～28日の金曜日	午後3時～5時
	今井	11日（火）、25日（火）	
会議室	大門	4日（火）、18日（火）	午前10時～正午
	今井	13日（木）、27日（木）	
和室	沢井	3日（祝）	

季節の写真応募コーナー

秋の写真



中古智一さん
撮影場所
御岳溪谷
次回は「冬
の写真」を広
報おうめ2月
1日号に掲載
予定です。



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 (こども向け)

〇見て！食べて！乳幼児のおやつ

回11月6日(木) 午前9時45分～11時

場かすみ台第一保育園

対未就園児の親子

申同保育園 堀内☎31-5760

〇ジュニア初心者卓球教室

回11月8日～29日の土曜日 午後5時30分～7時30分

場東青梅市民センター

対年長～小学生

定先着5人

申プラムジュニア卓球クラブ 久保

☎22-5583

〇秋の収穫祭リトミック♪

回11月13日(木)

午前10時～10時40分

場S&Dたまぐーセンター

対生後2か月～2歳程度のお子さん

費1,500円(教材費、材料費)

申リトミックLiko 北野

☎080-4604-3571

〇親子ふれあい広場つくし組「焼き芋」

回11月13日(木) 午前10時～正午

場花木園

対未就園児の親子

定先着12組

費1組500円(バス代)

申青梅幼稚園 横山☎31-0373

〇少年野球体験会(水筒持参)

回11月16日(日) 午前9時30分から

場2小

対年長以上

場青梅フォルテ 中村☎080-2007

-6650、☎k.m.08.01@docomo.ne.jp

☆催し

〇皆さんで楽しく歌いましょう

回11月3日(祝) 午前10時30分～11時30分

場S&Dたまぐーセンター

定先着50人(予約不要)

費500円

場歌声くらぶ わかつき

☎090-5826-5778

〇初心者向けフラダンス&ストレッチ

回11月4日、11日、18日の火曜日 ①午前9

時30分～10時②11時10分～11時55分

対①65歳以上②30～60代程度の女性

場住友金属鋁山アリーナ青梅

費1回1,000円

申プアエナOme 秋元

☎090-6491-5262

〇第69回水彩画展

回11月5日(水)～9日(日) 午前10時～午後5時(初日は1時から)

場S&Dたまぐーセンター

場青梅水彩同好会 宮崎

☎080-1088-5610

〇認知症、介護予防「ひだまりサロン」

回11月5日、19日、26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

費1回600円(茶菓子、資料代)

場いきいきひだまりサロンの会 大西

☎090-8519-4370

☎iki2hidamari@gmail.com

〇レインボーマルシェ

回11月8日(土) 午前10時30分～午後3時

場わかぐさ公園

場(特非)青梅の虹anyレインボールム 松原☎090-9134-3482

〇ハーモニカ初心者講習会(要複音ハーモニカG調)

回説明会…11月11日(火)▷講習会…25日、12月2日、9日、16日の火曜日 午前10時～11時30分

場S&Dたまぐーセンター ほか

対18歳以上

費600円(テキスト代)

申ハーモニカの会青梅 山口☎090-9857-3348(午後6時～8時)

〇家計レッスン“食費予算を立ててみませんか”

回11月13日、12月11日の木曜日 午後1時30分～2時30分

場S&Dたまぐーセンター

費500円

申多摩友の会青梅方面 吉岡

☎31-7728

〇認知症家族の会・青梅ネット

回11月14日(金) 正午～午後3時30分 場福祉センター

対認知症の方を介護する家族

費400円(資料代)

定先着45人

広告

場認知症家族の会青梅ネット 河村

☎22-2745

〇うたごえ喫茶「ねがい」

回11月14日(金) 午後1時～4時

場S&Dたまぐーセンター

定先着50人(完全予約制)

費700円

申青梅音楽を愛する9条の会 たいら

☎090-1123-1934

〇フラワーアレンジメントソレイユ作品展(ワークショップあり)

回11月15日(土) 午前10時～午後3時 場東青梅市民センター

場同サークル 野口☎090-2176-9830、☎kyougomama0711@gmail.com

〇尿もれ対策および健康チェック

回11月17日(月) 午後1時30分～午後3時30分

場福祉センター

対健康に興味のある人

定先着30人

場健康友の会青梅奥多摩支部 山田

☎22-9170

〇家族会による精神保健福祉相談会

回11月20日(木) 午後1時～4時

場福祉センター

定先着3人

申青梅精神保健福祉家族会ほっとスマイル 遠藤☎080-5192-2270

〇秋の家畜ふれあいデー開催

回11月22日(土) 午前9時30分～午後3時

場(公財)都農林水産振興財団青梅庁舎

場同財団青梅庁舎 太田☎31-2171

☎h-ohta@tdfaff.com

〇新田山まつり

回11月23日(祝) 午前10時～午後3時 場新田山公園グラウンド

場新町7・8・9丁目自治会 宮下

☎32-7560

☆会員募集

〇水泳

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

費月額3,500円、入会金1,000円

場ワイワイシールTクラブ 土屋

☎090-7908-9936

〇和太鼓灯音

回木曜日 午後7時30分～9時30分

場S&Dたまぐーセンター

対7～50歳くらい

費月額3,000円(高校生以下2,500円)

定10人

申和太鼓灯音 宇津木

☎090-2626-4553

☎utsukiyuji@gmail.com

〇健康ヨガ(体験500円)

回①月曜日(第3休み)②水曜日 いずれも午前10時～11時③金曜日 午後1時30分～2時30分

場①梅郷市民センター②③S&Dたまぐーセンター

費①月額2,500円②③月額3,200円 いずれも入会金2,000円

申健康ヨガ道場/元気プロG 斉藤☎76-0966、☎hiro-chocobeem@tbz.t-com.ne.jp

☆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(水・日曜日、祝日定休)

〇弓道(初心者クラス)

回月曜日 午後7時30分～9時、金曜日 午前9時30分～11時

場TCNスポーツパーク永山弓道場

対15歳以上

定10人

費年会費4,200円(3月末まで)

申市弓道連盟☎23-7848

☆その他

〇令和7年度 省エネ点検・改修キャンペーン

都では住宅の省エネ、再エネ化および耐震化を進めるために無償で訪問・点検を行う事業等を実施しています。

申詳細は2次元コード参照

場都省エネ点検・改修キャンペーンコールセンター☎050-3535-0299(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

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

〇一緒に日本語を勉強しませんか

回11月5日～26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～上級者の外国人

申ボランティア・市民活動センターへ

〇パソコン・スマホカフェ(なんでも相談)

回11月8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

定先着6人

申ボランティア・市民活動センターへ

〇こども向けプログラミング

回11月9日(日) 午前9時50分～午後0時10分

場S&Dたまぐーセンター

対小・中学生

定先着34人

申CoderDojo青梅ホームページ(2次元コード)から

満2歳児・2歳児の預かり保育
れもんぐみ開設
～多様な他者との関わりの機会の創出事業～

保護者の方の就労の有無に関わらず
お子様をお預かりします

見学・相談
大歓迎!

月、火、水、木、金(祝日、長期休暇を除く)
9:00～11:30(昼食なし) 1,100円
9:00～14:00(昼食あり) 2,200円

ご家庭の状況により保育料が
減免される場合があります

保育の様子動画はコチラ

富士学院幼稚園
羽村市神明台1-23-3
☎042-555-1241

庭木1本から承ります!

宮9:00～17:00

庭木1本より明瞭料金
お土日はOKです
お茶は遠慮します

生垣の剪定
通常2,200円を
10名様
1,100円

ガーデンエクステル
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
☎0120-61-4128
羽村店 羽村市神明台3



青梅宿アートフェスティバル～昭和レトロの青梅宿～

問 青梅宿アートフェスティバル実行委員会 enjoy@omegocoti.com または LINE (2次元コード)



商店会が主催する街なかイベント「青梅宿アートフェスティバル」は、地元・青梅にゆかりのある芸術家や音楽家をはじめ、さまざまな催しが一気に集結！今年は青梅発祥「雪女」が昭和の街を彩ります！

日時 11月15日(土)～16日(日) 午前10時～午後4時

場所 青梅駅周辺～青梅宿の商店街エリア

※市役所から無料シャトルバス運行(午前10時～正午・午後1時～4時)15分ごと。運行ルート…市役所ロータリー～勝沼3丁目～西分1丁目～住吉神社前～青梅駅前
※期間中、市役所本庁舎駐車場無料。駐車場は混雑しますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

- 青梅宿全域…石猫アート、街なかショートライブ、人力車、チンドン屋、虚無僧行列(15日のみ)等
- 本町エリア…国際交流ハイカラ広場、こどものあそび広場、クラシックカー展示(永山公園)、まちなかArts等
- 住江町エリア…着物リメイクドレスショー(15日のみ)、映画看板パネル展示、マオ猫看板等
- 西分町エリア…着物の着付け、骨董市、クラフトマーケット等
- 勝沼エリア…あおしん所蔵展&酢平ワールド、おうめ若者100人ステージ、三丁目の夕日ステージ、B級グルメコーナー等



イベント詳細はこちら

第58回青梅産業観光まつり

ぺっとフェスタ&スタンプラリー

問 青梅産業観光まつり実行委員会事務局(青梅商工会議所内)
☎23-0111

日時 11月29日(土) 午前10時～午後3時

会場 カインズ青梅インター店 1階駐車場正面玄関横

内容 ペット用品、フード販売や飲食店、トリミングサロン等のPR

※生体販売はなし

※内容は変更となる場合あり

※「特典付スタンプラリー」は30日まで開催中です。



<ちらし

商工会議所>

ホームページ



梅の公園 ガイドボランティア募集

問 シティプロモーション課観光係



来園者に梅樹などの植物の解説を行うガイドボランティアを募集します。経験や知識のない方でも、事前に講習(2月に全3回実施予定)を行います。

応募資格 満18歳以上で植物に関心があり、期間中に活動できる方

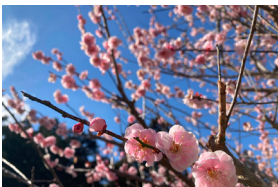
実施場所 梅の公園(梅郷4-527)

内容 梅の公園内の梅とその他の植物、公園施設と周辺案内、公園内見守りなど

その他 令和8年以降の梅まつりから参加となります。

申し込み

12月1日までに2次元コードから



第58回青梅マラソン大会 ボランティア大募集!



日時 2月15日(日)

午前6時30分～午後4時ごろ

場所 各配置場所 対象 高校生以上

業務内容 ランナーへの給水、器具の運搬、受付業務など

※業務内容は大会事務局が決定します。

その他 ボランティアコート(貸与)、帽子、記念品、お弁当を大会当日お渡しします。

※55回大会以降のボランティアコート(オレンジ色)をお持ちの方は当日持参してください。

申し込み

11月16日までに専用フォーム(2次元コード)または電話☎24-6311で青梅マラソン大会事務局(土・日曜日、祝日、第1水曜日を除く午前9時～午後5時)へ

(公財) 青梅佐藤財団共催事業

椿三重奏団 ニューイヤーコンサート

問 (公財) 青梅佐藤財団090-5195-3030
市社会教育課生涯学習推進係

日時 1月10日(土)

午後2時開演(1時15分開場)

会場 プリモホールゆとろぎ大ホール

出演 高橋多佳子氏(ピアノ)、磯絵里子氏(ヴァイオリン)、新倉 瞳氏(チェロ)

曲目 E. エルガー/愛のあいさつ、F. クライスラー/愛の喜び、F. リスト/愛の夢、F. シューベルト/アヴェマリア ほか

定員 854人

申し込み

4日の午前9時からプリモホールゆとろぎ窓口または申し込みフォーム(2次元コード)で※1人2枚まで▷未就学児は参加不可



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6日(土) 午前10時～正午
2階会議室市内在住の小学生以上
クリスマス会などで使えるマジックに挑戦しよう。講師…日本奇術協会師範 浅井精治氏
先着20人(予約制) 電話または申し込みフォーム(2次元コード)から



大門市民センター☎31-2251

ふるさと祭り2025

回11月16日(日) 午前9時～午後1時30分
模擬店、お囃子、茶道ほか※15～16日は大門市民センター文化展を開催

自然素材のクリスマスリース作り教室

回12月2日(火)、4日(木) 午前10時～正午
市内在住・在勤の18歳以上
両日ともクリスマスリースの

作り方の講義と実習。持ち物…園芸用はさみ、手袋、持ち帰り用の袋

先着15人(予約制)

1,500円(材料代)

4日から電話で



小曾木市民センター☎74-5332

手打ちそば教室～年越しそばを作ろう～

回12月12日(金) 午後6時30分～8時30分

18歳以上の初心者

そば打ちの習得。講師…荒田 薫氏。持ち物…エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器(20～30cmくらい)、マスク着用

先着10人(予約制) 1,000円

6日の午前9時から電話で

中央図書館☎22-6543



中央図書館・一時保育「ち～のんクラブ」

回11月3日(祝)、10日(月)、24日(月) ①午前10時～11時

②11時～正午③正午～午後1時④1時～2時※お迎え時間…終了5分前、最終枠は15分前

おはなしの部屋 6か月～未就学児
持ち物…市の図書館カード、お子さんに必要なもの。事前申し込みが必要です(利用の1か月前から受け付け)。

空きがあれば当日の申し込みも可

各回4人 電話または直接

中央図書館・おはなし会「絵本の森」

回11月8日(土) 午前11時～11時40分

おはなしの部屋 3か月(首がすわってから)～4歳児と保護者

先着30人

中央図書館・おはなしにちようピーナッツ

回11月9日(日) 午前11時～11時40分

おはなしの部屋 4歳児以上

先着30人

今井図書館・おはなし会&こうさく会

回11月15日(土) 午前10時15分～11時40分

今井市民セン

ター和室 4歳児以上

青梅図書館・おはなし会&ミニ工作会

回11月16日(日) 午前10時15分～11時40分

おはなしの部屋 先着20人

中央図書館・図書館連続講座「図書館を知ろう」第7回点字体験会

回11月29日(土) 午前10時～11時30分

多目的室 中学生以上

先着10人(予約制) 5日の午前9時から電話または直接中央図書館へ

11月の木曜夜間窓口

開設日時 6日、13日、20日、27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

11月の納期限(12月1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

青梅市の人口<10月1日現在>

世帯数 66,568世帯(+32)

人口 128,678人(-35)

男 64,793人(-39)

女 63,885人(+4)

※()は前月比



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

☎0428-22-3508

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



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。