

11/15号 広報 おうめ

2025年 NO. 1522

青梅市初の使えるキャッシュレスが4つになった!

キャッシュレスで
最大30%
戻ってくる
キャンペーン!



11.15 土 ~ 12.26 金

キャンペーン期間中に、市内対象店舗にて対象キャッシュレス決済で支払いをすると、決済金額の最大30%のポイントが還元されます。

1 決済サービスあたり
付与上限

1 回あたり 3,000円相当
期間中上限 3,000円相当

※キャンペーンの還元額が予算の上限に達した場合は終了となる場合があります。



(コード支払い)



(コード/QR/セルフ払い)

対象店舗 対象キャッシュレスを導入している市内の中小企業のうち、キャンペーンのポスターが掲示されている
または、市ホームページ対象店舗一覧に掲載されている店舗

※ドラッグストア、コンビニエンスストア、その他全国チェーン店、フランチャイズ店は対象外です。

※公序良俗および事業趣旨の観点から、市が適さないと判断する業種は含めません。

※対象店舗とされていても、「休業している店舗」、「対象キャッシュレスが使用出来ない店舗」等の場合があります。

ご利用の際は、各店舗にお問い合わせください。

※たばこ等の一部対象外取引がありますので、詳細は市ホームページ（2次元コード）をご確認ください。

問 市キャッシュレス決済ポイント還元事業事務局（コールセンター）☎0120-553-094
市商工業振興課商業労政係

◆関連記事2面もご覧ください。



キャンペーン
ポスター▷



今号の主な記事

- ◆飼っていた動物の火葬受付…2面
- ◆J A西東京農業祭・農産物共進会の開催…3面
- ◆人事行政の運営等の状況…4面
- ◆腰痛・膝痛予防講座…5面
- ◆森林散策カウンセラーと歩く青梅の森…6面
- ◆なんでも情報局アンテナ…7面
- ◆うめPONチェックインイベント…8面

青梅市初の使えるキャッシュレスが4 つになった!最大 30%戻ってくるキャンペーン!～市役所に個別相談できる常設ブース設置!～

市役所内に利用者・事業者（店舗）を対象とした専用ブースを設置し、スマートフォンの操作案内、アプリ利用方法、キャッシュレス決済導入方法等、本キャンペーン・キャッシュレス決済のあらゆる疑問を解消します。

※キャッシュレス決済の新規導入を行った事業者（店舗）であっても、キャンペーンに参加できない場合があります。

日時 11月17日（月）～12月26日（金） 午前9時～午後5時（月～金曜日のみ※祝日を除く）

会場 正面玄関入って右側※12月9日（火）は、会場が市役所1階高齢者支援課付近になります。※詳細は市ホームページ（2次元コード）をご確認ください。

問い合わせ 青梅市キャッシュレス決済ポイント還元事業事務局（コールセンター） ☎0120-553-094

11月15日（土）～12月31日（水） 午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日含む）

飼っていた動物の火葬を受け付けています

問 清掃リサイクル課清掃係

飼っていた動物が亡くなった場合、火葬を受け付けています。（火葬後の遺骨はお返しできません。）犬が亡くなった場合は、火葬の申し込みの有無に関わらず、環境政策課に届け出が必要です。

ご自身で火葬場へ搬送する場合

①市民であることが分かるもの（運転免許証など）を持参して、清掃リサイクル課窓口（市役所5階）で申請し、手数料2,000円をお支払いください。

②領収書を持参し、亡くなった動物を火葬場（長淵5-743）へ搬送してください。

※火葬場の受付は友引の日と1月1日～3日を除いた午前9時～午後4時

※大型動物を火葬する際は、事前に火葬場 ☎22-3918へご連絡ください。

市が自宅にお迎えにあがる場合

①リサイクルセンターへ日時調整の連絡をしてください。

②引き受け時に手数料4,000円をお支払いください。

※引き受けは、祝日、年末年始を除く月～金曜日

市の情報の受け取り方法

問 秘書広報課広報係

広報おうめ3面の上段に記載している2次元コードを読み取ると、市のイベントのお知らせや災害情報などを受け取ることができます。

▷LINE…LINEアプリで「友達追加」をすると防災や子育てなど希望する分野の情報を受け取ることができます。

▷X…フォローするとイベントなどの情報を受け取ることができます。

▷行政メール…登録したスマートフォンやパソコン、携帯電話に市からの情報をメールでお知らせします。LINEと同じように希望の分野を選択できます。

▷動画チャンネル…市からのお知らせなどを動画にして紹介しています。

お詫びと訂正

問 市民課住民記録係

広報おうめ11月1日号4面「住民票の写し等の変更」の記事に誤りがありました。4行目に「転居前住所欄が新設」「青梅市に転居する前の自治体の住所が記載」とありますが、正しくは「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」です。お詫びして訂正します。

熊出没情報を受け取れます

問 市民安全課市民安全係

市や警察では熊の目撃や出没に関する情報を、以下の方法で発信しています。

▷LINE「防災・安全」、行政メール「防災情報」登録している方に送信します。

▷青梅市獣害報告アプリ ツキノワグマの目撃情報等を共有できるアプリです。

▷警視庁防犯アプリ「デジポリス」 都内の犯罪発生情報や防犯情報（熊等の出没情報を含む）をお届けします。

よつばの手紙第33号を発行

問 市民安全課ジェンダー平等担当

ジェンダー平等社会の実現に向け、市民等との協働によりジェンダー平等情報紙「よつばの手紙」を発行しています。

バックナンバーは市ホームページから見るができます。

犯罪被害者月間

問 市民安全課市民相談係

毎年11月25日～12月1日は「犯罪被害者週間」です。令和7年度からは、「犯罪被害者週間」を拡充し、11月1日～12月1日を「犯罪被害者月間」として、集中的に全国で広報啓発活動を行います。

★犯罪被害者支援啓発パネル展

日程 11月17日（月）～21日（金）

会場 市役所1階ロビー

★犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口

☎03-3222-9050

☎042-506-1042（多摩地域）

※（公社）被害者支援都民センターが対応します。

受付時間

月・木・金曜日…午前9時30分～午後5時30分

火・水曜日…午前9時30分～午後7時

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

サンタクロースボランティア事業 訪問希望・ボランティア募集

問 青梅ボランティア・市民活動センター ☎23-7163

市市民活動推進課市民活動推進係

訪問ボランティアのサンタクロースが、訪問希望者のご自宅へプレゼントを届けます。

※プレゼントは訪問希望者が用意してください。

募集対象

○訪問希望…市内在住で満1歳～小学6年生のこどもがいる家庭

○訪問ボランティア…性別、年齢を問いません。

訪問日時 12月24日（水） 午後5時～7時

募集期間 11月17日（月）～28日（金）

定員 各先着5人 **費用** 無料

申し込み

電話で青梅ボランティア・市民活動センターへ

傍聴にお出かけください

	国民健康保険運営協議会	農業振興対策審議会
日時	11月20日（木） 午後1時30分から	11月28日（金） 午前10時から
会場	市役所議会棟 3階大会議室	市役所2階 206会議室
内容	令和8年度青梅市国民健康保険税について ほか	第四次青梅市農業振興計画の策定について
定員	6人（抽選）	先着5人
傍聴受付	当日の午後1時～15分に会場入り口で	当日の午前9時30分～45分に会場入り口で
問い合わせ	保険年金課給付係	農林水産課農政係



自治会活動紹介コーナー124

ファミリーゴルフ大会を2年ぶりに開催

自治会連合会第5支会長 平岡 孝

第5支会は、二俣尾、沢井、御岳、御岳山の各地区で構成され、JR青梅線の車窓から見える豊かな自然に囲まれた地域です。今年は熊の目撃情報も数多く、対策は地域の課題の一つでもあります。

さて、今年は関西地方にて大阪・関西万博が開催され、連日多くの来場者が訪れ、盛況のもと閉幕しました。コロナ禍の頃を思えば、大勢の人が集まるイベントは、やはり活気があって明るい話題を提供してくれるものだと思えました。

そんな中、三田地区体育振興会の一大行事であるファミリーゴルフ大会が、晴天のもとで開催されました。実は、昨年は当日朝の雨で急ぎょ中止が決まってしまう、大変残念な思いをし、それから2年ぶりの開催となったため、どのくらい人が集まるか不安でした。しかし、大会当日はこどもから高齢者まで、大勢の地域住民が参加し、一打一打に一喜一憂しながら、時には歓声が響く活気あるイベントとなりました。

少子高齢化、空き家問題などの課題が顕著な地域ではありますが、団体やクラブ活動などの地域コミュニティから、人が集まり皆で盛り上げ、明るい話題性のある支会を目指していきます。



問 市民活動推進課地域支援係

12月4日～10日は第77回人権週間

人権について考えてみませんか？

問 市民安全課市民相談係

法務省と全国人権擁護委員連合会は、毎年12月10日を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、世界人権宣言の趣旨とその重要性を訴えるとともに、人権尊重思想の普及に努めています。



★身の上特設相談

人権問題等でお困りのことなど、人権擁護委員が相談に応じます。

日時 12月2日(火) 午後2時～4時 会場 市役所相談室

申し込み 18日から電話で市民安全課市民相談係へ

★人権パネル展

人権の花運動の紹介、人権作文の展示等

日程 12月4日(木)～11日(木) 会場 市役所1階ロビー

★夜間人権ホットライン

人権侵害、日常生活上の法律問題など、弁護士が電話で相談に応じます。※1人あたり10分程度

日時 12月8日(月) 午後5時～8時

JA西東京農業祭農産物共進会

問 JA西東京指導経済部 ☎31-1116、市農林水産課農政係

地元農家の方が消費者の皆さんへ、感謝を込めて年に一度の農業祭を開催します。

日時 11月23日(祝) 午前8時45分から

会場 JA西東京かすみ直売センター(新町2-28-19)

☆催物

▶地元農家による各種即売(野菜・鶏卵・牛乳・花苗・製茶・きのこほか)

▶ポップコーン・緑化木等無料配布

▶地元業者による出店・キッチンカー

☆共進会

地元農家が丹精込めて育てた野菜等を共進会に出品し、審査したものを購入できます。

▶一般観覧・出品物の販売予約…午前8時45分から

▶出品物の引き渡し…正午～午後2時

サイバーセキュリティ対策セミナー

問 青梅商工会議所 ☎23-0111



LINEをビジネスに活用してみませんか。集客につながる販促のノウハウや、サイバー犯罪からの身の守り方を学べます。

日時 12月11日(木) 午後2時～4時

会場 青梅商工会議所3階会議室 対象 中小規模事業者

内容 【第1部】日本で一番使われているLINEで宣伝・販売をしよう。講師…杉山貴思氏

【第2部】SNSを活用して集客をされる皆様、セキュリティアップして安全・安心に集客しませんか？

講師…警視庁サイバーセキュリティ対策本部担当官

定員 先着30人(予約制)

申し込み 青梅商工会議所特設ホームページ(2次元コード)から

消費者相談室から369

カーリースに関する消費者トラブルにご注意！

問 市民安全課市民相談係



カーリースとは、リース会社が所有する車を一定の期間借りて利用できるサービスです。購入した場合に必要な初期費用のほか、車の維持にかかる税金や点検整備費用等が月々のリース代金に含まれているため、毎月定額料金で車を利用できることが特徴です。

以前は、法人を対象にしたものがほとんどでしたが、ここ数年ライフスタイルの多様化や新車の供給体制の変化等により一般消費者を対象にした契約が増加傾向にあり、それに伴い相談件数もここ数年増加傾向にあります。

◆相談事例から見る問題点

- ・消費者にとって、カーリースの仕組みや購入した場合との違い等を認識しにくい。
- ・特に中途解約する場合や契約満了時の条件等についてトラブルになりやすい。

◆契約する際の主な確認ポイント

契約期間／中途解約の可否(中途解約料)／契約満了時の条件／支払い総額／利用制限の有無／残価清算の有無

◆ひとことアドバイス

- ・カーリースの仕組みを理解して、自身の利用方法に合っているかをよく検討しましょう。
- ・契約書の内容をしっかりと確認して不明な点があれば必ず契約前に事業者を確認しましょう。

(国民生活センター発表情報から作成)

消費者相談室 ☎22-6000(相談専用)

相談日時 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(毎月第2・4火曜日は午後6時まで受付)

女性のための再就職支援講座

問 市民安全課ジェンダー平等担当



日時 12月10日(水) 午前10時～正午 会場 市役所2階204・205会議室

対象 再就職を考えている女性 講師 マザーズハローワーク立川、ハローワーク青梅

持ち物 筆記用具 定員 先着20人(予約制)

申し込み 17日から申し込みフォーム(2次元コード)または電話で市民安全課ジェンダー平等担当へ

介護保険のサービスをご利用の方

介護保険高額介護(予防)サービス費の利用者段階区分の一部見直し

問 介護保険課介護保険管理係



介護保険の各種サービスを利用し、負担割合証に基づいてお支払いされたサービス費用が、1か月の間に一定の基準額(利用負担上限額)を超えた場合に、超えた部分の金額が申請により支給されます。

令和7年11月支給分(7年8月サービス利用分)から利用負担段階区分の一部に見直しが行われたため、利用者負担上限額が変更となっている場合があります。

段階区分や対象となる方については、市ホームページ(2次元コード)をご確認ください。

11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」

未来の生活設計について考えてみませんか？

問 青梅年金事務所 ☎30-3410
ねんきんネット専用電話 ☎0570-058-555

11月30日は年金の日です。この機会に「ねんきんネット」などで、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。



運動レクリエーションと ゴムバンドトレーニング教室

問 住友金属鉦山アリーナ青梅
☎24-7721



日時 11月26日(水) 午後2時～3時
会場 住友金属鉦山アリーナ青梅第2スポーツホール
対象 65歳以上で医師から運動を禁止されていない方
内容 運動用のゴムバンドを使い自宅で出来るトレーニングやストレッチの紹介と運動レクリエーションを行います。ふだん運動を行っていない方も、安心してご参加ください。
定員 先着30人(予約制)
費用 900円(当日現地にて徴収)
服装 運動ができる服装(ジーパン・スカート不可)
持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴
申し込み 16日午前9時から住友金属鉦山アリーナ青梅ホームページ(上記2次元コード)へ

市民の方のひきこもり相談会



ひきこもりの状態にあるご家族、あるいはご自身について相談に来てみませんか?新しい情報や、具体的なアプローチの方法が見つかるかもしれません。
日時 12月3日(水)、10日(水)
①午前9時から②10時30分から
③午後1時10分から④2時40分から
※1家族あたり80分以内
会場 市役所相談室
対象 ひきこもりの家族および当事者
内容 ひきこもり支援の専門家である青少年自立援助センターの相談員が相談を受け、お悩みについて相談者の方と一緒に支援方法を検討します。
定員 各日先着4組(予約制)
申し込み 電話☎23-5888(直通)で地域福祉課地域支援係へ

過敏の顕著なASD者の生活の工夫

問 市障がい者サポートセンター
市障がい者福祉課相談支援係

日時 12月13日(土) 午後2時～3時30分
会場 市役所2階201・202会議室
対象 市内の発達障がい当事者とそのご家族のみ
定員 先着30人(予約制)
申し込み 12月5日までに電話☎30-0152またはファックス☎30-0153で市障がい者サポートセンターへ
講師 片岡 聡氏
1966年、新潟県生まれ。(特非)リトルプロフェッサーズ代表。大学や企業で医薬品安全等の研究と実務に従事していたがASDの二次障害で雇用労働が不可能な状態になる。以後、予防医学の専門家や仲間のASD者に学び、食生活の徹底的な改善等で感覚過敏や身体症状の改善を実践している。



認知症サポーターステップアップ講座

認知症についてもっと学ぼう

日時 12月9日(火)
午後2時～午後3時30分
会場 S&Dたまぐーセンター
対象 認知症サポーター養成講座を受講した方
内容 認知症の方への適切な接し方と実践的な内容を学ぶ講座です。認知症の方やそのご家族を支えていくボランティア活動に興味がある方、お気軽にご参加ください。
講師 看護小規模多機能型居宅介護 藤の華
認知症看護認定看護師 中原一之進氏
定員 先着50人(予約制)
持ち物 筆記用具、飲み物
申し込み 12月5日までに電話☎78-3442で市地域包括支援センターすみえへ

健診結果の活かし方講座



日時 12月16日(火)
午後1時30分～3時
会場 健康センター
対象 市特定健康診査・後期高齢者医療健康診査を受診した方
内容 健診結果を活用し、メタボリックシンドロームを改善し生活習慣病を予防するための食事などについて管理栄養士がお話しします。
定員 先着15人(予約制)
持ち物 健康診査結果票、筆記用具
申し込み 申し込みフォーム(2次元コード)または電話☎23-2191で健康センターへ

市民活動団体協働事業

高齢者向けスマートフォン教室



日時 12月6日(土)
午後1時～3時30分
会場 福祉センター第4集会室
対象 当日60歳以上の市民で、スマートフォンを持っている方(機種はアンドロイドに限る)
内容 音声入力やカメラ、地図アプリ等
講師 パソコンボランティア青梅
定員 12人(抽選)
持ち物 ご自身のスマートフォン
申し込み 25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いきいき高齢者係へ



令和8年3月31日で終了

带状疱疹の予防接種はお済みですか?

問 健康センター☎23-2191



令和7年度に対象となる方への助成事業は、3月31日で終了します。接種を希望する方は、早めの接種をご検討ください。
接種期限 3月31日まで
※不活化ワクチン(2回接種)をご希望の方は、2か月以上の接種間隔が必要となるため、12月頃までに1回目の接種をご検討ください。
対象者 接種券(はがき)が送付されている方および50～64歳の方(要申請)等
※詳細は市ホームページ(2次元コード)をご確認ください。

カラダと向き合う

腰痛・膝痛予防教室



日時 12月11日(木) 午前9時40分～11時40分
会場 市役所2階204・205会議室
対象 64歳以下の市民
講師 高木病院リハビリテーション科理学療法士 大石健太氏
定員 先着25人程度(予約制)
申し込み 2次元コードまたは電話☎23-2191で健康センターへ

普通救命講習会



日時 12月9日(火) 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
定員 先着15人(予約制)
費用 1,700円(テキスト代)
※後日支払い
申し込み 2次元コードまたは電話☎23-2191で健康センターへ



離乳食教室



中後期(モグモグカミカミクラス)

日時 12月10日(水) 午前10時～11時30分
会場 健康センター3階
対象 6～9か月児の保護者
内容 離乳食の進め方と7か月以降の離乳食の作り方
定員 先着10組(予約制)
※ベビーカーでの参加可
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へ



【中止】市子育てひろば事業の実施団体募集

問 子育て応援課子育て推進係

広報おうめ11月1日号7面でお知らせした、S&Dたまぐーセンター内で実施する市子育てひろば事業の実施団体募集については、都合により募集を中止します。

令和8年度保育所等新規入所・転園申請受付

問 こども育成課保育・幼稚園係、施設給付係

令和8年度4月の保育所等新規入所・転園申請の受付開始は、11月17日（月）を予定しています。例年より受付期間が早まっていますのでご注意ください。

詳細は、市ホームページ（2次元コード）に掲載している「令和8年度 保育所等利用のご案内」からご確認ください。

受付日程 11月17日（月）～12月10日（水）

受付場所 こども育成課保育・幼稚園係、施設給付係（市役所1階）

第21回青梅市小・中学生の主張大会

問 指導室指導主事

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。

日時 12月6日（土） 午後1時30分～4時（1時開場）

会場 S&Dたまぐーセンター

LEDランプづくり

自分だけの特別なランプをつくろう！

問 環境政策課ゼロカーボンシティ推進係

日時 12月20日（土） 午後2時～4時（1時45分受付開始）

会場 市役所2階204～206会議室

対象 市内在住の小学校高学年程度（工作が難しい場合、要保護者同伴）

内容 地球温暖化やエネルギーを創る・蓄える・効率よく使う、について学んだあと、自分だけのランプを作ります。ソーラーパネルと蓄電池がついているため、乾電池がなくても光る環境に優しい設計になっています。身近なアイテムを通じて、地球環境を守るために私たちができることを一緒に考えてみませんか？

講師 パナソニック㈱エレクトリックワークス社

定員 先着15組（予約制） 費用 1,500円

持ち物 筆記用具、ウェットティッシュ、ランプ持ち帰り用の袋、乾電池（単4×2本）※当日乾電池で試したい場合

申し込み 12月19日までに専用フォーム（2次元コード）から

子育てひろば					問 子育て応援課子育て推進係
	ほのぼの 「大型絵本を見よう」	すこやかルーム 「きらめく点のまんだらアート」	とことこ 「洋服、絵本等の交換会」	にこにこ 「サンタとトナカイと きらきら音楽のクリスマス会♪」	
日時	11月28日（金） 午前11時～11時15分 ※子育てひろばは9時～正午	12月4日（木） 午前10時30分～11時30分	12月4日（木） 午前11時から ※子育てひろばは10時～午後3時	12月14日（日） 午前10時30分～11時30分 （10時15分開場）	
会場	下長洲自治会館2階大広間	畑中保育園すこやかルーム	下長洲自治会館2階大広間	S&Dたまぐーセンター1階多目的室	
対象	未就学児の親子、祖父母、妊娠中の方	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（小学生の兄弟可） ※付き添いの大人は2人まで	
内容	いつもの絵本を大型絵本で楽しみましょう。 	カラフルなペンを使って思いのままに点や線を描いていくと、それぞれの世界が出来上がっていきます。 講師 カラーセラピスト 中村ミナエ氏 	サイズアウトしたこども服や使わなくなったこども用品を持ち寄り、必要な方へバトンタッチしていきます。交換するものがない方もお気軽にご参加ください。	サンタ&トナカイと、バンドのすてきな演奏でクリスマスを盛り上げよう！ 	
定員・費用		700円		先着30組（予約制）	
申し込み				直接または電話で 子育てひろばにこにこへ	
問い合わせ	長洲保育園☎22-8102	畑中保育園すこやかルーム ☎21-5358	長洲保育園☎22-8102	子育てひろばにこにこ ☎78-3974	

年末こそ！心も体も軽やかに

森林散策カウンセラーと歩く「青梅の森」

森林散策カウンセラーの竹内先生と、ゆったりした森歩きや寝転がり体験を通して、五感をフルに使った森歩きを楽しみましょう。

日程・行程 12月13日（土） 午前9時30分風の子・太陽の子 広場体験小屋集合～正午同場所解散※雨天中止

対象 小学校高学年以上※小学生は保護者同伴

講師 樹づ木合同会社森林散策カウンセラー 竹内啓恵氏

定員 先着20人（予約制）※最少催行人数5人

服装・持ち物 山歩きができる動きやすい服装・靴、帽子、手袋、雨具、水筒、敷き物等

申し込み 17日から専用フォーム（2次元コード）または電話で公園緑地課みどり推進係へ

店舗移転に伴う民間温水プール施設開放の利用不可日

問 スポーツ推進課スポーツ推進係

セントラルフィットネスクラブ西東京の店舗移転に伴い、次の日程は利用ができません。

利用不可日 1月25日、2月1日の日曜日

★2月8日以降は新店舗をご利用ください。

店舗名 セントラルフィットネスクラブ24 青梅店

住所 東青梅3-24-9

※詳細は市ホームページ（2次元コード）をご確認ください。

令和7年度青梅市親子ふれあい事業

ボッチャ大会 出場チーム募集

問 子育て応援課児童・青少年係

日時 2月1日（日） 午前9時30分～午後3時頃（8時50分受付開始）

会場 住友金属鉾山アリーナ青梅

対象 市内在住、在勤、在学の方

内容 3人対3人の試合で、1チームに6人まで登録できます。

定員 先着64チーム（予約制・キャンセル待ち可）

持ち物 室内用運動靴

申し込み 25日～12月8日に専用フォーム（右記2次元コード）から

その他 代表者会議を1月9日（金）の夜に行います。

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

▷横長のもの

▷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）

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



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)

○さつまいものケーキ作りと絵画教室

回11月19日 (水) 午後4時～5時30分
場今井市民センター
対年中～小学生
定先着3人
費1,000円 (材料費)
申かすみ草アート 佐藤
☎080-6112-0885
✉kasumin.0885@docomo.ne.jp

☆催し

○木下大サーカス

回11月15日 (土) ～2月23日 (祝)
※休演日あり
場立川立飛特設会場
費前売り券おとな4,000円、こども2,000円、大学・専門学生2,500円
※当日券はプラス500円
問同立川公演事務局
☎042-506-1224
✉webmaster@kinoshita-circus.co.jp

○来年の干支「午」を彫る篆刻体験

回11月20日～12月25日 木・土曜日 午前10時30分～正午、午後1時30分～3時
対小学4年生以上
場S&Dたまぐーセンター
定各回先着10人
費1回3,000円
申青梅寿石会 阿部☎22-4461

○第31回裏宿町文化祭

回11月22日 (土) 午前11時～午後4時、23日 (祝) 午前9時～午後3時
場裏宿公会堂
問同実行委員会 東山☎22-6897

○「豪雨災害支援」協力バザー

回11月23日 (祝) 午前10時～11時30分
場千ヶ瀬自治会館
申新日本婦人の会 桜井☎23-9130

○2025オータムコンサート

回11月23日 (祝) 午後2時開演 (1時開場)
場プリモホールゆとろぎ
問羽村フィルハーモニー管弦楽団 神田
☎090-3165-8831

○第38回青梅プロムナードコンサート
佐野隆哉ピアノの世界 (I)

回11月24日 (振休) 午後2時開演 (1時15分開場)
場S&Dたまぐーセンター
費2,500円、学生1,000円
申同事務局 遠藤☎24-7088
✉en7088art@tbz.t-com.ne.jp

○菊地玉雲の講談「雪おんな」

回11月25日 (火) 午後3時30分～4時
場S&Dたまぐーセンター
費500円
問菊地玉雲講談の会 菊地☎21-2850

○青梅法人会創立75周年記念事業
「鈴木大地氏講演会」

回11月25日 (火) 午後5時～7時
場S&Dたまぐーセンター

定先着270人

申 (公社) 青梅法人会 藤野
☎24-8863



○成木の「支え合い」を考える会

回11月27日 (木) 午前10時～正午
場成木市民センター
費1000円 (飲み物・資料代)

定先着10人

申市2層協議体成木ひだまりの木 清水
☎090-5433-5477

○子どもたちに地域の歴史と文化を伝える会

回11月29日 (土) 午後2時～3時30分
場東青梅市民センター
問市自治会連合会第八支会事務局
☎24-8110

○第13回「腹話術だヨ!全員集合」

回11月29日 (土) 午前10時～11時
場新町5・6丁目自治会館
問中村一座 中村☎74-6195

○杉浦佳子氏講演「見えない障害を考える」

回11月29日 (土) 午後1時20分～3時 (1時開場)
場プリモホールゆとろぎ
対18歳以上

定先着200人

申東京海道病院 宮岡☎32-0111
✉kaido.soudanshitsu@iwaokai.or.jp

○市民健康講座

「家族が認知症と診断されたら…」
回11月29日 (土) 午後2時～4時 (1時30分開場)
場イオンモール日の出2階イオンホール



場2次元コード、電話☎23-2171 (土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後4時)、またはメール✉ishi-kai@nishitama-med.or.jp で (一社) 西多摩医師会へ

○楊名時太極拳講習会 (講師: 楊玲奈師範)

回11月30日 (日) 午後2時～4時 (1時30分受付開始)
場大門市民センター

○青梅白鶴の会 高橋☎090-2446-2900 (電話番号を通知してください)

○わくわくマジック教室・身近な物で簡単手品

回12月1日、8日の月曜日 午後7時～8時30分
場福祉センター
対中学生以上

定先着10人

費1,000円 (材料費)
申マジックグループ青梅 築地
☎090-8510-5697
✉atsukiji@t-net.ne.jp

○第17回く45周年>かたつむり絵画展

回12月1日 (月) ～5日 (金) 午前10時～午後6時 (初日は午後1時から、最終日は4時まで)

場中央図書館

問かたつむり 田中☎31-1336
✉c4_junt@t-net.ne.jp

○青峰フェスタ

回12月6日 (土) 午前10時～午後2時30分
場都立青峰学園
問学園 水津☎32-3811



○青梅市新体操クラブ演技発表会

回12月7日 (日) 詳細はホームページ参照
場住友金属鉦山アリーナ青梅
問同クラブ 横山☎24-6914



☆会員募集

○生バンド・カラオケどちらでも2曲まで歌えます

回第4日曜日 午後1時から (月1回)
場上長瀬自治会館
対歌の好きな18歳以上の方

定12人

費月額4,000円 (楽譜・機材費等)
申東京ナツメロ会 宇津木☎22-2279

○自立生活体操クラブ・千ヶ瀬

回木曜日 午前9時30分～10時30分
場千ヶ瀬自治会館
対65歳以上

費月額1,500円

申同クラブ 井上

☎090-4627-2767

○詩吟 (見学可、初心者・経験者歓迎)

回金曜日 午後1時～3時 (月2回)
場S&Dたまぐーセンター
費月額300円

申詩吟サークル 大澤

☎090-6473-1846

✉reform.yk.2004@gmail.com

○将棋対局 (総当たりリーグ戦など)

回土曜日 午後1時～4時30分 (月4回)
場河辺市民センター
対初心者から自信のある方まで

費月額200円

問河辺将棋教室 小山☎090-2434-1780、✉koyama-k@plum.plala.or.jp

☆その他

○第251回東京都都市計画審議会の傍聴者募集

回12月23日 (火) 午後1時30分から
場都庁内会議室
定15人 (抽選日12月8日)



場2次元コード、または12月1日 (消印) までに往復はがきに住所、氏名、電話番号、傍聴希望を記載し〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都都市整備局都市づくり政策部都市計画課計画監理担当へ

問同課☎03-5388-3225

○住宅向け太陽光パネル・蓄電池等の共同購入事業

回1月31日 (土) まで
問みんなのうちに太陽光事務局☎0120-723-100 (午前10時～午後6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
○おもちゃの病院おうめ／おもちゃの無料修理

回11月15日～12月20日の土曜日 午後1時～4時

場福祉センター

問ボランティア・市民活動センター

○視覚障がい者のためのスマホ、パソコン教室

回12月13日 (土) 午前9時30分～11時30分、25日 (木) 午後1時30分～3時30分

場福祉センター

対視覚に障がいのある方

定先着2人

申ボランティア・市民活動センター

○なんでも情報局アンテナ掲載条件変更のお知らせ

申し込み数の増加により、令和8年1月15日号の広報から掲載条件が変わります。

①同一団体の催し掲載の間隔の変更

1か月以上 (年間12回まで) → 2か月以上 (年間6回まで)

②会員募集の掲載時期の変更

掲載号は市が決定します。
3月～8月に申し込み…10～3月号に1回掲載、9月～2月に申し込み…4～9月号に1回掲載。
※詳しくは市ホームページを参照ください。



広告



おかげさまで毎年100名以上の成人式当日ご予約を頂いております!

レンタル袴・振袖展示会

11月22日(土)～12月6日(土)

まずはお電話を♪

J-シュール

河辺駅北口徒歩5分
TEL0428-23-4466

青梅成人式会場迄徒歩圏内! 駐車場あり 東京都青梅市師岡町4-13-1

成人式当日お仕度ご予約
2026、2027、2028、2029年迄受付中!

ホームページはこちら
j-sure.com

あなたの住まいを 東京の森を守る ポイントに。

多摩産材を
利用した住宅

最大90万ポイント
プレゼント!

1ポイント
1円相当!

東京の木 多摩産材 木材利用ポイント事業

公益財団法人 東京都農林水産振興財団
Tokyo Development Foundation for Agriculture, Forestry and Fisheries

うめPONユーザー向けウォーキングイベント



青梅の伝説と妖怪ウォーク！



市内に伝わる伝説や妖怪に関連するスポットを巡り、「うめPONグッズ」をゲットしよう！

すべてチェックインした方全員に、選べる「うめPONグッズ」をプレゼント！

★チェックポイントを巡る月間イベント

市内の20か所に配置した市内に伝わる伝説や妖怪に関連するスポットを巡り、「うめPONグッズ」をゲットしよう。

日程 12月1日(月)～12月31日(水)

★ユーザー集合型のリアルウォーキングイベント(うめPONユーザーの集い)

月間イベントのスタート地点から10か所のチェックポイントを実際に巡ります。当日は運動指導士の指導のもとウォーキングの正しい方法も学びます。

日時 12月7日(日) 午前9時～正午

集合・解散場所 TCNスポーツパーク永山グラウンド

定員 先着50人 参加条件 うめPONをダウンロードしている方

申し込み 2次元コードまたは電話☎23-2191で健康センターへ



青梅市吉川英治記念館×住友金属鉾山アリーナ青梅 連携事業

記念館でリラックスヨガ 2025 秋

閉館時間後に青梅市吉川英治記念館で初心者向けのヨガ教室を行います。

日時 11月28日(金) 午後5時～6時(4時45分受付開始)

会場 吉川英治記念館展示館ロビー

対象 市内在住・在勤の方

講師 ヨガインストラクター 坂田 恵氏

定員 先着10人(予約制)

費用 800円(別途要入館料)

服装 動きやすい服装

持ち物 タオル、飲み物(ふた付き)、ヨガマット(お持ちの方)

申し込み 電話☎74-9477で同記念館へ(午前10時～午後5時)※休館日を除く



青梅市の文化財探訪6

「重要文化財 絹本着色如意輪観世音像」

市文化財保護指導員 沖 祐昭

絹本着色如意輪観世音像は金剛寺所蔵の国指定重要文化財で、鎌倉時代の仏教画の逸品です。

明治30(1897)年に古社寺保存法が制定され、日本で初めて文化財の指定が行われました。これは岡倉天心やフェノロサらの尽力によるものです。

これらの指定文化財は「旧国宝」と呼ばれ、戦後の文化財保護法が指定する国宝・重要文化財に引き継がれることになります。青梅市にある旧国宝は、武蔵御嶽神社の5点(国宝2、重文3)と、この絹本着色如意輪観世音像を合わせた6点で、まさに青梅の至宝ともいえる文化財です。

画は描表装造りで大きさは縦150cm、横54.5cmで中央に金箔金泥の如意輪観音坐像が、背景には金色の雲と山や童子などが描かれています。また、保存されている旧軸木にある墨書から乾元元(1302)年に現在の横浜市金沢にある称名寺に属する僧侶祐範が所有したことが分かり、その後金剛寺に寄進されたものと伝わっています。なお、大永2(1522)年から平成8(1996)年までに計5回の修繕が行われたことが分かっています。

現在、絵画の劣化を防ぐため非公開となっています。

問 郷土博物館☎23-6859



「市制施行五十周年記念 特別展 青梅の名宝」より

クイズ！

ここはどこでしょう？



答えは広報おうめ12月1日号で！

沢井市民センター☎78-8304

沢井市民センター体育館

エントランス改修工事が終わりました！

長期間にわたり改修工事が行われていましたが、無事に完成しました。今まで、階段しかありませんでしたが、写真のようにスロープも作られました。体育館の利用も10月から再開しています。



女性ヨガ教室(初心者向け) ヨガでコリ固まった体をスッキリほぐそう！

回12月6日(土) 午前10時～正午 会場 沢井市民センター多目的室 市内在住の18歳以上の女性 服装・持ち物…運動できる服装、汗拭き用タオル・バスタオル各1枚、飲み物 定員 先着15人(予約制) 回17日～28日に電話で

中央図書館☎22-6543



中央図書館・一時保育「ち～のんクラブ」

回12月1日(月)、8日(月)、22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 会場 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 回数 各回4人 電話または直接 梅郷図書館・おはなし会「うめこの時間」 回11月22日(土) 午前11時～11時20分 会場 梅郷市民センター多目的室 定員 先着25人 中央図書館・おはなし会 回11月22日(土) 午前11時

～11時40分 会場 おはなしの部屋 4歳児以上 定員 先着30人

中央図書館・ちっちゃいこのおはなし会

回11月23日(祝) 午前11時～11時40分 会場 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 定員 先着15組 中央図書館・映画会「おとなの事情」 回11月23日(祝) 午後2時～3時50分(1時45分開場) 会場 多目的室 内容 命の危機を乗り越え、深い絆で結びついた3組の夫婦とひとりの独身男性。年に1回の集まりで「スマホの秘密をさらしあう」ことに！7人の嘘と告白の行方は？ 2020年製作/日本映画/上映時間101分 定員 先着60人 中央図書館・絵本のべんきょう会 回11月28日(金) 午前10時～正午 会場 多目的室 対象 学校など、こど

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。絵本に興味がある方 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(音声解説、日本語字幕付き)「九十歳。何がめでたい」 回11月30日(日) 午後2時～4時(1時30分開場) 会場 多目的室 定員 先着60人

中央図書館・第5回本好きたちの読書会

回12月20日(土) 午後2時～3時30分(1時45分開場) 会場 多目的室 対象 中学生以上 持ち物…課題本:「賢者の贈り物」オー・ヘンリー/著 定員 先着20人

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



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 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。