

広報 おうめ



青梅市の人口

4月1日現在 (前月との比較)		
世帯数	62,910 世帯	(72 世帯増)
人口	134,708 人	(278 人減)
(男)	67,706 人	(158 人減)
(女)	67,002 人	(120 人減)

＊ みんなでつくるみんなのおまつり・生涯学習フェスティバル ＊ 釜の淵新緑祭 2018

5月12日(土)・13日(日) 午前10時～午後4時 釜の淵公園 ほか

5月12日(土)、13日(日)の2日間、釜の淵公園を中心とした周辺各施設で、日頃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。

新緑を吹き抜ける風にのせて、歌や踊り、楽器演奏、おはなし会、野点、体験コーナーなど盛りだくさんの内容です。市内の企業による飲食物の販売も行います。お友達やご家族など、皆さんお誘い合わせしてお出かけください。



JR青梅駅から
▷徒歩約15分
▷バス約10分

会場案内図



イベントスケジュール

※天候等により変更となる場合があります。詳細は当日会場でご確認ください。

1日目/5月12日(土)

釜の淵公園広場

- 10:00～ 【体験イベント】みどりの木工クラブ 小学生以下▷明星大学教授 塩野麻理氏▷費用無料▷なくなりしだい終了▷直接会場へ
- 11:00～12:00 草笛演奏と吹き方教室 青梅草笛クラブ
- 12:00～13:00 フラダンス フラ ハラウ オ レイラニ 多摩
- 13:00～14:00 青梅越中おわら節 青梅越中おわら節の会
- 14:00～15:00 フラ&タヒチアンショー アネラ・レイ

郷土博物館

- 10:00～15:00 竹細作品展示 竹細工同好会
- 12:00～13:00 津軽民謡三味線演奏と唄 津軽民謡サークル
- 14:00～15:00 ギター弾き語り・重奏 ギターフレンズ

釜の淵市民館(音楽室)

- 11:00～12:00 アンサンブル銀の音ミニコンサート アンサンブル「銀の音」
- 13:00～14:00 腹話術だよ!全員集合 in 新緑祭 中村一座
- 14:00～15:00 オカリナ オカリナアンサンブル青梅
- 15:00～16:00 リコーダーのコンサート♪ ぷらむりコーダーアンサンブル

釜の淵市民館(研修室)

- 11:00～12:00 尺八演奏 尺八現代吹奏会(尺現会)
- 13:00～14:00 マンドリンアンサンブル 青梅マンドリンクラブ
- 14:00～15:00 60年代～の和声ポップスバンド演奏と歌 OJ-Suns
- 15:00～16:00 青総合合唱部&D・J・D仲よしコンサート 青梅総合高校合唱部 &D・J・D

2日目/5月13日(日)

釜の淵公園広場

- 10:00～15:00 【体験イベント】みんな集まれ!わくわく体験教室 手作りおもちゃや工作など▷青梅だがしや楽校▷直接会場へ
- 10:00～15:00 野点 茶友会
- 10:30～11:00 小曾木万作踊り 小曾木万作踊り保存会
- 11:00～11:45 和太鼓演奏 鼓夢ome
- 12:00～12:30 フラダンス マイレラウリイ フラストジオ
- 12:30～13:00 プアエナHULAショー☆(フラダンス) フラハラウ オ プアエナ
- 13:00～14:00 和太鼓演奏 青梅太鼓
- 14:00～14:30 和太鼓演奏 和太鼓JZ
- 14:30～15:00 新緑のフラダンスショー Kapua nani loa Naomi
- 15:00～16:00 農林太鼓演奏 青梅総合高校和太鼓部

郷土博物館

- 10:00～15:00 竹細作品展示 竹細工同好会
- 13:00～14:00 ギターミニコンサート 青梅ギターアンサンブル
- 14:00～15:00 青梅ギターサークル・ミニコンサート 青梅ギターサークル

旧宮崎家住宅

- 12:00～13:00 おはなし会 図書館おはなしボランティア

釜の淵市民館(音楽室)

- 10:00～11:00 青梅児童合唱団コンサート～新緑の風にのせて～ 青梅児童合唱団
- 11:00～12:00 二胡ミニコンサート 二胡の会
- 12:00～13:00 釜の淵コンサート 青梅市民合唱団
- 13:00～14:00 二胡の調べ アンサンブル二胡里
- 14:00～15:00 オーケストラコンサート シンフォニエッタ青梅

釜の淵市民館(研修室)

- 10:00～11:00 吹奏楽コンサート 青梅市青少年吹奏楽団
- 11:00～12:00 キッズダンス&チアダンスのミニ発表会 NFPFD
- 14:00～15:00 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
- 15:00～16:00 新緑コンサート コール・ストロベリー

新緑祭の問い合わせ

釜の淵新緑祭実行委員会事務局(社会教育課内) ☎22-1111

当日は郷土博物館☎23-6859・釜の淵市民館☎22-3532へ

企画・運営 釜の淵新緑祭実行委員会

主催 青梅市生涯学習推進本部、青梅市生涯学習推進市民会議、市教育委員会

駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください!

【中国語】 青梅市政府网页还提供以上语言: 英语, 普通话, 广东话, 韩语, 西班牙语和德语.
【広東語】 青梅市政府網頁還提供以上語言: 英語, 普通話, 粵語, 韓語, 西班牙語和德語.
【韓国語】 저희 오우메시 홈페이지는 영어, 중국어, 광둥어, 한국어, 스페인어, 독일어로도 볼 수 있습니다.
【ドイツ語】 Die Website der Stadtregierung Ome ist auch erhältlich in: English, Mandarin, Kantonesisch, Koreanisch, Spanisch und Deutsch.

婚姻届、出生届を提出する方へ 大切な日の記念に 結婚証、誕生証をお渡しします

市へ婚姻届、出生届を提出し、希望する方に、市公式キャラクターゆめうめちゃん入り結婚証、誕生証を無料でお渡しします。
対象 5月1日以降に青梅市へ婚姻届、出生届を提出した方
申請期間 届出日から1か月以内
申請場所・問い合わせ 市民課戸籍係
※夫婦につき1通、生まれたお子さん1人につき1通



△結婚証・誕生証の見本

会社などを退職したときには 国民年金の手続きをお忘れなく

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、厚生年金保険等に加入している場合を除き、ご自身で国民年金に加入しなければなりません。
会社などを退職し、厚生年金保険等を脱退した方は、必要書類をお持ちのうえ、市保険年金課国民年金係(市役所1階)または年金事務所へ加入の届出を行ってください。
なお、厚生年金保険等に加入している方の被扶養配

街路灯の故障に気付いたときは ご連絡をお願いします

市道沿いにあるLED街路灯の不点灯・修理等については、管理課施設管理係へご連絡ください。
お問い合わせ 管理課施設管理係

青梅都市計画道路3・5・29号 和田線の変更素案説明会

都では、青梅都市計画道路3・5・29号和田線の都市計画変更素案について説明会を開催します。
日時 5月19日(土) 午後2時から
会場 梅郷市民センター第1・2会議室
直接会場へ
お問い合わせ 都市整備局
03・5388・3293

平成30年5月招集議会

平成30年青梅市議会定例会5月招集議会が、5月11日(金)の午前10時から予定されています。
市議会では、ホームページで定例議会の内容や市議会議員の紹介など、市議会

身体障害者・精神障害者などの方で 新たに軽自動車税の減免を受ける方へ 申請は5月31日まで

4月1日現在、軽自動車(二輪車を含む)を所有している方に、軽自動車税の納税通知書を送付しました。納期限は5月31日です。
次に該当する軽自動車などは、軽自動車税が減免されますので、納税する前に申請してください。申請期限は5月31日です。
対象となる障害の程度
①身体障害者手帳※

5月は水防月間

5月は水防の意義や重要性について理解を深め、市民の協力のもとに水害を未然に防ぎ被害を少なくするための水防月間です。
集中豪雨により、局地的に河川の水位が上昇し、市内でも冠水等する場合があります。大雨の際には、周囲に十分気を付け、水害に備えましょう。
また、「青梅市民防災ハンドブック」(平成27年3月に全戸配布・市ホームページ掲載)や「HAZARD MAP め組」(※)も活用ください。
※災害時に自治体が発令する避難情報をもとに、地図情報上に登録されている、土砂災害警戒区域とGPS機能による現在地を照らし合わせ、プッシュ通知で住民に危険をお知らせする防災地図情報アプリ(下のQRコードからダウンロードできます)



☆ HAZARD MAP め組



☆河川監視カメラ
▽携帯電話用

※QRコードは顔認識ウェブの登録商標です

全国瞬時警報システム (Jアラート)による防災行政無線 試験放送を実施します

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。
放送内容
チャイム↓「こ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。」
チャイム↑

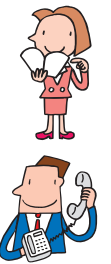
日本赤十字社会員募集運動にご協力を

5月は「赤十字社会員募集運動」が全国的に実施されています。昨年は、皆さんの温かいご支援により、市内で285万円のご協力をいただきました。
この資金は、国際救援活動に活用されています。
お問い合わせ 福祉総務課 係

傍聴にお出かけください

	青梅市 介護保険運営委員会	青梅市 スポーツ振興審議会
日時	5月14日(月) 午後2時から	5月17日(木) 午後3時から
会場	市役所2階 201・202会議室	総合体育館第1会議室
内容	介護保険事業の実施状況について ほか ※会議資料を希望する方は5月10日の午後5時までに電話で高齢介護課へ(土・日曜日、祝日を除く当日会場でお渡し)	青梅市スポーツ振興基金条例に基づく援助について ほか
定員	20人(抽選)	8人(先着)
傍聴受付	当日の午後1時30分~50分に会場入り口で	当日の午後2時30分~3時に会場入り口で
問い合わせ	高齢介護課介護保険管理係	スポーツ推進課スポーツ推進係

青梅市消費者相談室 消費生活相談員募集



募集人数 若干人
応募資格 パソコン(ワード・エクセル)の操作ができる方で、次の①②のいずれかに該当する方

①消費生活相談員資格(国家資格)を有する方
②平成23年4月1日から28年3月31日の期間に実務経験が通算1年以上ある方または指定講習課程を修了している方で、次のいずれかの資格を有する方

▽消費生活専門相談員(独)国民生活センター認定資格
▽消費生活アドバイザー(一財)日本産業協会認定資格

▽消費生活コンサルタント(一財)日本消費者協会認定資格

任用期間 6月1日〜平成31年3月31日
更新あり
勤務日時 月々金曜日で週4日 午前10時〜正午、午後1時〜4時30分
※原則として年末年始祝日を除く
※第2・4火曜日は午後6時30分までの勤務あり

※実働5時間30分
勤務場所 青梅市消費者相談室(市役所3階)
業務内容 消費生活に関する相談、あつせん処理およびこれらに付随する業務、出前講座講師

報酬 月額1万2千500円
※社会保険・雇用保険・厚生年金あり
選考方法 書類選考、面接
選考日 5月22日(火)
※時間・会場は後日通知
申込方法 5月15日の午後5時(必着)までに、市販の履歴書(直近3か月以内に撮影した写真を添付)に必要事項を記入し、資格を証明する書類の写しを添えて、簡易書留で郵送または直接、市民安全課(市役所3階)へ
※土・日曜日、祝日を除く
※応募書類は返却しません。
問い合わせ 市民安全課 市民相談係

自転車安全利用TOKYOキャンペーン 5月1日(火)~31日(木) 「やさしさが 走るこの街 この道路」 自転車も ルールとマナーで 事故防止

東京都、区市町村および関係機関・団体と連携して「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」を実施します。

自転車を利用するときは、「自転車安全利用五則」を守り、安全運転を心がけましょう。

★自転車安全利用五則

- ①自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ②車道は左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る



- ▷飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
- ▷夜間はライトを点灯
- ▷交差点での信号遵守と一時停止・安全確認

⑤子どもはヘルメットを着用

★自転車を安心して利用するために

- ▷駐輪場を利用しましょう。
- ▷こまめに点検整備をしましょう。
- ▷万が一に備えて保険に加入しましょう。

問い合わせ 青梅警察署 ☎22-0110、市市民安全課 市民安全係

5月は消費者月間 統一テーマ「ともに築こう 豊かな消費世界」 誰一人取り残さない

平成29年度の消費者相談件数は891件
不当・架空請求

《事例》

▽大手サイト事業者をかた「有料動画サイトの利用料が未納です。本日に連絡がなければ法廷措置をとります。連絡先は…」というメールが届いた。慌てて連絡したら高額な利用料を請求され、コンビニでギフトカードを購入し、番号を伝えるように言われた。

▽「少額消費料金未納に関する訴訟最終告知のお知らせ」

する訴訟最終告知のお知らせ、「総合消費料金未納に関する訴訟最終告知のお知らせ」等と題して「訴訟を起こしたので取り下げの相談に応じる」と書かれたハガキが送られてきた。連絡したところ、弁護士を紹介すると言われ、弁護士費用を支払ってしまつた。

《アドバイス》
いずれも不特定多数の人にメールやハガキを送り、不安になって連絡してきた人に金銭を支払わせることが目的なので、絶対に連絡

してはいけません。「法的措置をとる」と書かれていても、慌ててお金を支払わないでください。一度支払ってしまったお金を取り戻すことは困難です。また、ギフトカードについては、直接ギフトカードを相手に渡さなくても、番号を伝えると、額面の金額を勝手に使われてしまいます。

《事例》
不当・架空請求について相談するため、インターネットで「消費者」「相談」を検索し、上位に表示されたところに連絡したら解決費用を請求され、契約してしまつた。

《アドバイス》
ATMでは保険料等の還付金は受け取れません。また、知らない人にお金や

は、広告が上位に表示されることがあるため、公的機関に似た名称が表示されることもあり得ます。自治体が設置する消費者相談室(消費生活センター)は、無料で相談に応じています。

《事例》
「保険料の還付がある。期限は過ぎていますが、今日中に手続きすれば間に合う」と電話があり、キャッシュカードを持って無人のATMに行くよう指示されたが、詐欺ではないか。

《アドバイス》
ATMでは保険料等の還付金は受け取れません。また、知らない人にお金や

キャッシュカードを渡してはいけません。「期限は今日まで」と言つて慌てさせ、冷静な判断をさせない手口です。焦らずに市役所や家族に確認してください。

高齢者の消費者被害防止
特殊詐欺被害防止には、留守番電話にしておく、迷惑電話防止機能付きの電話へ買い換えるなども効果があります。

市では、65歳以上の高齢者のいる世帯に「自動通話録音機」を無償で貸し出しています。詳細は、市民安全課(市役所3階)へお問い合わせください。

悪質商法や振り込み詐欺から高齢者を守るには、周囲の積極的な見守りが必要で、「おかしい」と思つたら声を掛けるなども被害防止につながります。

★消費者啓発パネル展
日程 5月7日(月)〜18日(金)
会場 市役所1階ロビー
★出前講座・講演会等
▽消費生活相談員が悪質商法や特殊詐欺等の事例と対処方法を分かりやすくお話しする出前講座、食品ロス等を周知するための料理教室、消費生活講座や講演会などを行っています。

▽広報おうめの毎月15日号の「消費者相談室から」に相談事例等を掲載するほか、相談事例集「くらしの相談ABC」の発行・配布(年1回)、消費者啓発用DVDの貸し出しを行っています。

★青梅市消費者相談室
専用電話 ☎22-6000
相談日時 月々金曜日 午前10時〜午後4時
※5月9日、30日の水曜日、11日(金)、15日(火)、25日(金)、祝日を除く
※第2・4火曜日は午後6時まで
問い合わせ 市民安全課 市民相談係

ウメ輪紋ウイルス緊急防除にご協力を 強化対策地区内の 感染状況調査の実施

市では、ウメ輪紋ウイルス緊急防除の強化対策地区における今年度第1回目の感染状況調査を次のとおり実施します。

日程 5月8日(火)〜6月1日(金)

市では、ウメ輪紋ウイルス緊急防除の強化対策地区における今年度第1回目の感染状況調査を次のとおり実施します。

日程 5月8日(火)〜6月1日(金)

※調査の状況により期間を延長する場合があります。

調査方法 黄色の腕章をつけた農林水産省の植物防疫官と市職員が、対象となる植物を調査し、ウメ輪紋ウイルスに感染したときに現れる症状がないか確認します。症状がある場合は、葉を採取します。採取した葉を検定し、感染の有無を

確認します。
感染が確認された場合 検定の結果、感染が確認された場合は、ウイルス拡大防止のため、早急に伐採を行う必要があります。そのため、直ちに市職員が、感染が確認された所有者宅に伺い、伐採の手続き等について説明します。なお、感染が確認されなかつた場合は、連絡しません。

アブラムシ駆除のお願い
ウメ輪紋ウイルスはアブラムシを媒介して、ウメなどの植物に感染が拡大していきます。
ウメ輪紋ウイルスの拡大を防止するために、庭木や盆栽などでウメ等の対象植物を所有する方は、アブラムシ駆除の実施をお願いします。

梅の実生苗は処分を
梅の実生苗(種子から発芽して成長したもの)は、小さいうちに処分をお願いします。
お問い合わせ 梅の里再生担当

対象地区 梅郷、和田町、日向和田の全域▽柚木町1丁目と2・3丁目の一部▽二俣尾1〜3丁目と4丁目の一部▽畑中1・2丁目の一部と3丁目

対象植物 ウメ、モモ(ハナモモを含む)、スモモ、セイヨウスモモ、ネクタリン、アンズ、オウトウ(サクランボ)などサクラ属の植物(ソメイヨシノなどのサクラ節を除く)

調査方法 黄色の腕章をつけた農林水産省の植物防疫官と市職員が、対象となる植物を調査し、ウメ輪紋ウイルスに感染したときに現れる症状がないか確認します。症状がある場合は、葉を採取します。採取した葉を検定し、感染の有無を

強化対策地区外の調査
強化対策地区外の調査は、5月〜8月に黄色の腕章をつけた植物防疫官と都職員または都から委託を受けた業者が実施し

梅の実生苗は処分を
梅の実生苗(種子から発芽して成長したもの)は、小さいうちに処分をお願いします。
お問い合わせ 梅の里再生担当

「市民のくらし展」参加団体募集
市では、毎年秋に開催される青梅産業観光まつりで、消費生活展として「市民のくらし展」を開催しています。
「市民のくらし展」では、消費者団体等によって構成される実行委員会がテーマを決め、さまざま

まな消費者問題を取り上げて啓発等を行います。今年度の参加団体を募集します。詳細は、市民安全課(市役所3階)へお問い合わせください。
申し込み 5月15日まで
に電話で市民安全課 市民相談係へ

第1支会管内の皆さんへ 5月2・3日の青梅大祭時の ごみ収集にご協力を



青梅大祭が行われる5月2日(水)は燃やさないごみ、有害ごみ、新聞・チラシ、祭に伴い、旧青梅街道等のカン、ガラスおよびペットボトル、3日(祝)は、燃やさないごみの収集日です。第1支会管内(勝沼、西分町、住江町、本町、仲町、上町、森下町、裏宿町、日向和、田、滝ノ上町、天ヶ瀬町、大柳町)では、青梅大祭に伴い、旧青梅街道等の混雑や、車両通行止めが予定されているため、次のとおり、ごみ収集にご協力をお願いいたします。

▽新聞・チラシ、カンではできるだけ地域の資源回収に排出してください。

▽当日の再収集はできません。収集漏れの場合は、4日に市役所へご連絡ください。

問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係

ガラスとカンの排出

排出の際には、ご理解とご協力をお願いします。

☆ガラスについて
4月からガラスのみの収集を開始しました。排出の際には、次の点にご注意ください。

◎大きな30cmまで
最も長い一辺が30cmを超えると粗大ごみとなりますのでご注意ください。

☆カンについて
4月末〜5月初めにかけてカンが2週連続となる地区があります。排出の際は、お間違いないようご注意ください。

例 4月末〜5月初めにかけてカンが2週連続となる地区：吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺、藤橋、今井

問い合わせ 清掃リサイクル課清掃係



フレッシュランド西多摩

所在地 羽村市羽4225 042・570・2626
ホームページ http://www.nishieto.or.jp

ゴールデンウィーク中の営業
☆しょうぶ湯(露天風呂)
☆盆景展・こう石画展

こう石画作品を展示します。
期間 5月8日(火)〜20日(日)
教室案内
①フラダンス教室：水曜日 午後1時〜2時
②ヨーガ教室：木曜日 午後1時30分〜2時30分
参加費(1回) ①②とも、市内在住の方：800円
※参加費は教室と入浴3時間のセット料金です。
※回数券、サービス券等は利用できません。

☆ガラスで出せない品目
皿、板ガラスなど
◎ガラス製のコップやお網入りガラス等の特殊なもの
☆カンの回収日は、4月から第1・3・5週に固定されました。そのため、月末から回収日です。

☆ガラス製のコップやお網入りガラス等の特殊なもの
☆カンの回収日は、4月から第1・3・5週に固定されました。そのため、月末から回収日です。

☆ガラス製のコップやお網入りガラス等の特殊なもの
☆カンの回収日は、4月から第1・3・5週に固定されました。そのため、月末から回収日です。

おうめものづくり支援事業

市では、製造業等を営む中小企業の方を支援する「おうめものづくり支援事業」を実施します。

平成30年4月1日以降の事業が対象となります。補助内容の詳細は、市ホームページをご覧ください。

対象
▽中小企業：中小企業基本法に定める製造業(従業員30人以下または資本金3億円以下)の方
▽中小企業グループ：市内の中小企業者(製造業)が中心となったグループ

▽業界団体等：市内に主たる事務所を有し、おおむね市内の中小企業者(製造業)で構成されている団体
▽施設所有者：市内の工業地域等に新たに進出しようとしている製造業の方に施設を賃貸する方
申請に必要な書類
▽申請書
※商工観光課(市役所3階)で配布(市ホームページ)からダウンロード可
▽市税納税証明書(直近1年分)
▽登記事項証明書(法人、住民票(個人)、開業届)
▽出書の写し(個人)
▽定款の写し(法人のみ)
▽構成員名簿
※中小企業グループ、業界団体等のみ
▽プレゼンテーション資料12部
※「新分野進出支援事業」に申請する事業者のみ
▽その他市長が必要と認める書類

審査会の開催について
「新分野進出支援事業」に申請した事業者の方には、6月21日(木)に開催する審査会で、事業内容のプレゼンテーションを行っていただきます。

その他 交付の可否は、おうめものづくり支援事業専門家会議を経て決定します。

申請方法・問い合わせ
申請書に必要な書類を添付し、直接商工観光課商工労政係へ

申請期間 5月14日〜31日

審査会の開催について
「新分野進出支援事業」に申請した事業者の方には、6月21日(木)に開催する審査会で、事業内容のプレゼンテーションを行っていただきます。

その他 交付の可否は、おうめものづくり支援事業専門家会議を経て決定します。

申請方法・問い合わせ
申請書に必要な書類を添付し、直接商工観光課商工労政係へ

燃やすごみの減量にご協力を

平成29年度の燃やすごみの家庭系ごみは、皆さんの協力により、28年度に比べて248.7t、率にして11%の減量となつています。

引き続き、燃やすごみの減量にご協力をお願いします。

問い合わせ 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

河川の汚染防止にご協力を

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。タバコなどのごみや、ペンキ、洗剤、油などを流すと、河川に流れ出て汚染を引き起こします。

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

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いたします。

問い合わせ 環境政策課



自立センター福祉公開講座 折り紙教室

四角い紙から広がっていく作品作りを楽しみましょう。

日時 5月16日(水) 午後1時30分〜3時30分
会場 自立センター
講師 加藤和子氏
費用無料

申し込み 電話☎32・1631で自立センターへ
※平日の午前8時30分〜午後5時15分
※留守番電話への申し込み不可
問い合わせ 同センター、市障がい者福祉課

カミカミクラス(離乳食教室・後期)

日時 5月30日(水) 午前10時〜11時30分
会場 今井市民センター和室
対象 8〜9か月児と保護者
内容 離乳食の進め方とこの時期の離乳食の作り方の説明および試食

定員 先着20組(予約制)
費用 1組200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

がん患者さんのための就労相談

「受診のための休暇が取れない」、「がんと診断されたため雇用条件で悩んでいる」など、職場でお困りのことをご相談ください。就労継続のために必要な情報も提供します。

日時 5月16日(水)、6月20日(水) 午後1時30分〜3時30分
会場 総合病院
対象 がん患者さんとご家族

相談員 社会保険労務士
定員 各日先着3人(1人40分・予約制)
費用無料
申し込み 相談日の2日前までに電話☎22・3191または直接総合病院がん相談支援センターへ
※土・日曜日、祝日を除く午前9時〜午後5時
※申し込み時に、相談内容を簡単に伺います。

市立総合病院 おうめ健康塾 CT(3D)、PET/CT、マンモグラフィ検査の画像について

現在の医療において、診療のために放射線画像は不可欠です。近年コンピュータ技術の発達に伴い医療画像も急速に進歩しています。当院で行っている代表的な検査のCT立体画像(3D)、PET/CT、乳房撮影(マンモグラフィ)の画像を紹介いたします。

日時 5月26日(土) 午後2時〜3時30分

会場 総合病院講堂(南棟3階)
講師 放射線科長 田代吉和氏
費用無料
その他 次回開催(6月)は、「認知症予防について」(予定)です。

直接会場へ
問い合わせ 総合病院管理課庶務係☎22・3191

第49回 おうめ健康まつり

～ 家族ぐるみの健康づくり ～

日程 5月20日(日)
※コーナーによって終了時刻が異なります。
会場 青梅市役所 入場・参加費無料
問い合わせ 健康センター☎23-2191

主催 青梅市三師会(一社) 青梅市医師会、青梅市歯科医師会、(一社) 青梅市薬剤師会、青梅市
協賛 青梅市接骨師会、薬物乱用防止推進青梅・奥多摩地区協議会、西多摩地区保護司会青梅分區、青梅市民生児童委員合同協議会

当日受付可能なもの

▶特別講演会

「脳卒中になったら～入院から在宅まで～」
時間 午後1時30分～3時
講師 市立総合病院副院長 大友建一郎氏、多摩リハビリテーション病院院長 田口弘之氏、進藤医院院長 進藤幸雄氏 ほか

★午前10時～午後零時30分

▶**歯科コーナー** お口の中の健康チェック、健口体操、ゲーム・クイズコーナー、歯科相談
※景品あり



▶**栄養コーナー** 栄養相談、食育推進への取り組みや栄養に関する展示
▶**転倒予防教室** 転倒予防のための簡単な筋力強化トレーニング! 関節等の痛み相談にも応じます。



▶**健康・薬の相談**
▶**ヘルスチェックコーナー** 自己血糖・体脂肪・血圧測定
▶**キャンペーングッズ配布** 薬物乱用防止、社会を明るくする運動、民生児童委員合同協議会活動PR
※グッズがなくなりしだい終了

★午前10時～午後2時

▶**血管年齢測定**
▶**各種相談** 障がい者自立支援・消費者相談
▶**自転車シミュレーターによる安全教室**
▶**パネル展示** 生活習慣病予防・がん検診PR
▶**福祉団体による作品展示・販売**
▶**その他** ステキな景品が当たる福引きコーナーあり

★午前10時～午後3時45分

▶**献血**
★午前11時～正午
▶**梅っこ体操講習会** 市オリジナルの介護予防体操



健康センターへ申し込みが必要なもの

▶肺年齢測定

自分の肺年齢を知って、これからの健康づくりに役立てましょう。

時間 午前10時～正午

対象 18歳以上

定員 先着50人(予約制)

注意事項 測定は大きく吸った息を一気に吐き出して行います▷体調のすぐれない方はご遠慮ください。

▶体組成測定

自分の筋肉量、体脂肪などを知り、これからの健康づくりに役立てましょう。

時間 午前10時～午後1時



定員 先着50人(予約制)
注意事項 次の方は検査を受けることができません▷ペースメーカーを装着している方(弱い電気を流すため)▷1人で立てない方(立位で計測するため)▷妊娠中の方

▶ピーパークラス(5歳児むし歯予防教室)

食べるためには、歯が大事!クイズや歯磨きをしながら楽しく学ぼう。

時間 午前10時15分～11時30分

対象 5～6歳児(未就学児)と保護者

内容 よく噛むことの大切さ、1人で上手に磨けるように歯磨きの練習、むし歯菌検査

指導 歯科衛生士、管理栄養士

定員 先着10組(予約制)

持ち物 歯ブラシ、タオル



スポーツ推進課へ申し込みが必要なもの

▶姿勢のプロが伝授!運動・スポーツを始めた方Myストレッチ教室

青梅市出身のヒューマンアピリティートレーナー島田巨久さんがこれから運動やスポーツを行おうと考えている方向けに、姿勢の観点からストレッチや簡単な筋トレを、マットを使って2人1組で行います。

時間 午前10時15分～午後零時15分

集合場所 市役所2階205・206会議室

対象 市内在住・在勤・在学者でこれから運動・スポーツを始めたい方

定員 先着40人(予約制)

服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル



△島田巨久氏

肥満予防講座 めざせ、健康Body!

～ 体重と内臓脂肪を減らそう ～

体重や内臓脂肪のことが気になりませんか。この講座では、健康づくりに役立つ正しい知識と、無理なく続けられる食生活について紹介します。ぜひご参加ください。

申し込み 電話☎23-2191で健康センターへ

①	日時	会場	対象	内容・講師	定員・費用・持ち物
①	6月6日(水) 午後1時30分～3時	市役所2階会議室	一般	医学講座 野本医院院長 野本正嗣氏	先着70人程度 費用無料 筆記用具
②	6月12日(火) 午後1時30分～3時			栄養講座 管理栄養士 高森恵美子氏	※1日のみの参加可
③	6月19日(火) 午前10時～午後1時	東青梅市民センター料理教室	64歳以下 ※①②の受講者を優先	調理実習 管理栄養士 高森恵美子氏	先着20人程度 300円(材料代) 筆記用具、エプロン、三角巾、茶わん、布巾、台布巾など

検脈のススメ

市立総合病院循環器内科部長 小野裕一

「動悸がする、脈が乱れる」などの症状を感じる方がいる一方で、不整脈があってもご自身では感じない方もいます。脈の乱れ方(不整脈)にも、あまり心配の要らないタイプから、時には危険なタイプまで、さまざまな種類があります。

今回は、脈の乱れを自分で確認する方法(検脈)をお伝えします。右手の人さし指、中指、薬指の3本の指先で、左手の手のひら側の手の親指側を軽く触ります。(下図参照) 右手の指先で左

心房細動週間ウェブサイトより



今回は、脈の乱れを自分で確認する方法(検脈)をお伝えします。右手の人さし指、中指、薬指の3本の指先で、左手の手のひら側の手の親指側を軽く触ります。(下図参照) 右手の指先で左

「動悸がする、脈が乱れる」などの症状を感じる方がいる一方で、不整脈があってもご自身では感じない方もいます。脈の乱れ方(不整脈)にも、あまり心配の要らないタイプから、時には危険なタイプまで、さまざまな種類があります。

今回は、脈の乱れを自分で確認する方法(検脈)をお伝えします。右手の人さし指、中指、薬指の3本の指先で、左手の手のひら側の手の親指側を軽く触ります。(下図参照) 右手の指先で左

日程	時間	内容	服装・持ち物
6月11日(月)	午後1時15分～3時50分	オリエンテーション▷自己紹介▷妊娠・出産・産後についてのお話▷おっぱいのケア等についてのお話	ストレッチができる服装※
6月18日(月)	午後1時15分～2時30分 午後2時40分～3時50分	母と子のデンタルヘルス 妊娠中と産後のヘルシーメニュー	
6月25日(月)	午後1時15分～2時15分 午後2時25分～3時50分	赤ちゃんとのかわり方、抱っこの仕方 妊娠中と産後の健康管理等	※
7月2日(月)	午後1時15分～1時35分 午後1時35分～1時55分 午後1時55分～3時50分	市の妊娠・子育てに関する制度の紹介 予防接種について おむつ交換等の実習	※
7月7日(土)	午前9時45分～正午	赤ちゃんのいる生活をイメージしてみよう▷赤ちゃんの入浴等の実習▷ビデオ「赤ちゃんからメッセージ」▷参加者による意見交換等	袖まくりができる服装(ベビーバスにお湯を張って赤ちゃん人形をお風呂に入れます)※

※「はじめまして赤ちゃん～ママ・パパに向けてのサポートブック～」をお持ちください。

ご参加ください プレママクラス(母親・両親学級)

安心して出産・子育ての準備ができるように、プレママクラス(母親・両親学級)を開催しています。クラスは、ご夫婦での参加も可能です。ご希望の内容のみので、

みましよう。一拍脈が抜けるようなリズムか、あるいは脈が一定せず脈が強くなったり弱くなったりするバラバラなリズムかであるかなどです。脈の乱れに初めて気づいた場合は、一度かかりつけ医にご相談ください。

血圧計で朝晩の血圧を記録し、健康に注意して

お問い合わせ 健康センター ☎23-2191

会場・申し込み 電話 ☎23-2191で健康センターへ

対象 妊娠20週前後以降の妊婦と夫

気軽にご参加ください。安定期に入っている妊婦と夫

骨密度検診を実施します

骨粗しょう症は、若い時からの生活習慣が大きく関わります。また、最近では更年期世代だけでなく、若い世代の骨量の減少が見られます。骨粗しょう症の予防のため、骨密度をチェックしてみませんか？

※骨粗しょう症についてのパネル展示および相談を実施します。
費用 200円
※当日集金
※生活保護世帯の方には免除制度がありますので、受給証明書をお持ちのうえ、受診日に受付へ提出してください。

日時 6月27日(水) 30日(土)、7月2日(月) 午前9時～午後3時30分
会場 健康センター ※検診車(バス) 対象 平成31年4月1日までに18歳以上になる女性市民

※骨粗しょう症と診断を受けて現在治療中の方および経過観察の方を除く
内容 DXA法(エックス線)による骨量測定(腕を測定)
注意事項 受診票は6月上旬に送付予定です
①申し込みはハガキ(申込書)1枚につき1人のみ
②前回要精密検査の判定を受けた方は、かかりつけ医と必ずご相談のうえ、お申し込みください
③妊娠中もしくは妊娠の可能性のある方は受診できません
測定は検診車(バス)で行いますので、自力

ハガキの記入方法

- ①希望日がある場合は、第1希望日、第2希望日がない場合は、「希望なし」と記入してください。時間の指定はできません。
- ②記入漏れがあると、受診票の作成、発送ができませんので、必ず記入してください。

骨密度検診希望

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



で階段の上り下りが困難な方はご遠慮ください。
申し込み
①郵送：5月15日(必着)までに、ハガキの記入方法のとおり記入し、〒198-0042 青梅市東青梅1-174-1 健康センター骨密度検診担当へ

②直接：5月15日までに健康センター窓口で、申込書に必要事項を記入し、健康センターへ提出
※土・日曜日、祝日を除く
午前9時～午後5時
問い合わせ 健康センター ☎23・2191

児童育成手当の申請

6月は所得の見直し月

新たに申請する方は5月31日までに提出を所定制限を越えていたため、児童育成手当を受けていなかった方で、前年所得が前々年より下がったなど、新たに受給資格に該当すると思われる方は、5月31日までに手続きをしてください。
手当は申請した日の翌月分から支給されます。手続きが遅れると、遅れた月分の手当は受けられませんのでご注意ください。
※申請に必要な要件や提出書類などは、お問い合わせください。

対象 18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童を養育している保護者でひとり
親の方、児童の父または母が重度の障害がある方、障害のある20歳未満の児童の保護者
現在受給している方
6月に現況届の提出が必要で、6月上旬に書類を送付します。
お問い合わせ 子育て推進課 助成係

児童育成手当の所得制限限度額(平成29年中)	扶養人数	所得額
0人	360万4千円	がご方人数増3人増3人扶1と円
1人	398万4千円	
2人	436万4千円	

※各種控除後の金額

おうち放課後子ども教室

「タヤケランド」スタッフ募集

市教育委員会では、放課後に、小学校施設を利用して子どもたちが安心・安全に活動できる場所を提供するため、おうち放課後子ども教室「タヤケランド」を実施しています。

子どもたちと一緒に遊びやスポーツ・文化活動を行う6月以降のスタッフを募集します。
職務内容 教育活動サポート(謝金1時間958円)
：子どもたちの安全を確保し、一緒に遊ぶ、プログラムのサポートを行う。
対象 年齢、性別、資格等は問いません。
実施校・日程
▽五小：月・水・金曜日のうち週1～2日程度
▽新町小、今井小、藤橋小

▽五小：5月18日(金) 日(水)
▽新町小、今井小：5月16日(水)
▽五小：5月18日(金) 日(水)
※いずれも時間は午後3時から
※希望以外の会場の見学も可
※集合場所等は別途通知
※藤橋小を希望する方もいずれかに参加してください。
面接日 5月21日(月)、22日(火)
※時間等は別途通知
申し込み 5月10日までに電話で社会教育課へ

子どもサロン・すきい手作りおもちゃ

浮いたり沈んだりする不思議なおもちゃ「浮沈子」を作ろう！
日時 5月12日(土) 午前10時～午後1時
※混雑時には入場を制限します。
会場 青梅市民センター キッズルーム
対象 小学生、未就学児の親子
費用無料
直接会場へ
お問い合わせ 子ども家庭支援課支援係



特別児童扶養手当等の手当額の改定

平成30年4月から、「児童扶養手当法による児童扶養手当の額等の改定の特例に関する法律」の規定により、30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	51,450円	51,700円
特別児童扶養手当 2級	34,270円	34,430円
特別障害者手当	26,810円	26,940円
障害児福祉手当	14,580円	14,650円
福祉手当(経過措置分)	14,580円	14,650円

特別支援教育学生支援員募集

市教育委員会では、平成30年度に市内小・中学校の通常の学級や特別支援学級で、児童・生徒の生活や学習を支援する学生支援員を募集します。
勤務期間 6月中旬～平成31年3月(25週)
勤務時間 週1日3時間
対象 学生
募集人数 5人
申込書・募集案内の配布 学務課教育支援係(市役所3階)で配布
申し込み 5月25日(必着)までに指定の申込書に記入し、郵送または直接学務課教育支援係へ提出
お問い合わせ 学務課教育支援係



健康寿命のびる教室

この教室では、運動機能の維持・向上のためのストレッチ等のほか、歯科衛生士から口腔機能向上、管理栄養士から高齢者の食事のポイントなどを学びます。身体や頭を動かして、元気に楽しく、いつまでも自立した生活を目指しましょう。
日時 6月5日～8月28日の火曜日(7月17日を除く12回) 午後2時～3時30分(1時30分受付開始)
会場 梅郷市民センター
対象 65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない市民
費用無料
服装・持ち物 運動のできる服装・室外用運動靴、飲み物
申し込み 電話または直接高齢介護課包括支援係(市役所1階)へ



6月から「サタデークラス」を開始します

市教育委員会では、6月から登録制の補習事業「サタデークラス」を開始します。
募集等の詳細は市教育委員会ホームページでお知らせします。
対象 市内在住の小学4年生～中学生
内容 算数、数学、国語等の学習支援
お問い合わせ 指導室指導係



キッズばくく 集まれ音楽会♪ みんなでいっしょに楽しもう♪

日時 5月19日(土) 午前11時～11時40分
会場 永山ふれあいセンター
出演 ルヴェール
費用無料
直接会場へ
お問い合わせ 子ども家庭支援課支援係

子どもIT未来塾

小型高性能コンピュータ「ラズベリーパイ」を使って小・中学生から学べる本格的プログラミング教室を開催します！

日時 6月23日(土)・24日(日)、7月28日(土)・29日(日)、8月25日(土)・26日(日)、9月22日(土)・23日(日)、10月27日(土)・28日(日) (10回) 午後1時～5時

会場 東青梅センタービル、羽村市生涯学習センターゆとりろぎ ほか

対象 小学5年生～中学生

で次の条件を満たす方
▽全回参加でき、電子工作やプログラミングに興味を持つこと
▽自宅学習用として、自宅にネット環境があること
▽スマホでのテザリング可能
▽自宅学習用として、HD

MI端子付きテレビがあること
※なるべく保護者同伴が望ましい。

内容 キーボードの操作の基礎から最新技術までを学ぶ、おもちゃの制御、家電製品の赤外線制御、音声認識・合成、WEBデータの活用など

講師 東海大学教授 清水尚彦氏、会津大学准教授 奥山祐市氏、ゲームプログラマー おにたま先生

定員 15人(抽選)

費用 7千円(支給教材のラズベリーパイ本体代等の一部)

※初回集金
共催 青梅市教育委員会、羽村市教育委員会、(公財)青梅佐藤財団

その他 詳細は、同財団のホームページ <http://www.sato-zaidan.jp>

申し込み 5月31日(消印)までに往復ハガキに(往信裏)住所、氏名、学校名・学年、電話番号、応募動機(100字以内)、保護者からのひと言を記入し、〒198-0082 青梅市仲町295りそな銀行青梅プラザ3階(公財)青梅佐藤財団「子どもIT未来塾」へ

問い合わせ 学務課学務係

釜の淵新緑祭カヌー体験教室

日程 5月13日(日)

時間・対象
▽午前の部：一人で参加できる方を対象にした教室です。
午前10時～正午・多少泳げる小学4年生以上
※小学生は保護者同伴

▽午後の部：子どもと保護者がカヌーを通して交流を図る教室です。
午後1時～3時・多少泳

※開始時間の10分前に釜の淵市民館前集合

指導 NPO法人青梅市方ナー協会

定員 各回先着20人(予約制)

費用無料

服装・持ち物 濡れてもよい服装(化繊等)・靴、着替え、タオル、飲み物

申し込み 電話でスポーツ推進課へ



www.sato-zaidan.jp

ジュニアスポーツ教室

バスケットボール教室

日時 6月9日～30日の土曜日(4回) 午後6時30分～8時30分(6時受付開始)

会場 総合体育館第1スポーツホール

対象 市内在住の小学生

指導 市バスケットボール連盟

定員 100人(抽選)

※初めて参加する方を優先

※結果は後日通知

費用無料

服装・持ち物 トレーニングウェア、室内用の運動靴、タオル、飲み物

問い合わせ 学務課学務係



ラズベリーパイ

「生涯学習だより」原稿募集

市教育委員会では、「生涯学習だより」を年4回(4月・7月・10月・1月)発行しています。

7月発行の「生涯学習だより」に掲載を希望する方は、情報をおよせください。

掲載条件 団体やサークルが主催または共催し、市民が参加できる教室、講演会、イベント等で①7月から10月中旬までに実施を予定している事業および会員募集②平成29年7月から30年5月までに終了した事業のPRとなる内容

掲載内容 ①催し物のタイトル、内容、開催日時、会場、対象者、問い合わせ先(氏名、電話番号)等②実施した事業のPRとなる内容

配布場所 総合案内(市役所1階)、社会教育課(市役所3階)、中央図書館、各市民センター等

※市教育委員会ホームページでもご覧いただけます。

申し込み 5月25日までにファックス22・9835または直接社会教育課へ

生涯学習だより

平成30年4月 第37号

生涯学習フェスティバル

釜の淵新緑祭2018

5月12日(土) 13日(日)

日	時	内容
5/12	10:00-12:00	カヌー体験教室
5/12	13:00-15:00	カヌー体験教室
5/12	16:00-18:00	カヌー体験教室
5/13	10:00-12:00	カヌー体験教室
5/13	13:00-15:00	カヌー体験教室
5/13	16:00-18:00	カヌー体験教室

第59回市民体育大会参加者募集

健康 太極拳

日時 5月27日(日) 午後1時受付開始 1時30分競技開始

会場 総合体育館第1スポーツホール

対象 市内在住・在勤・在学者

種目 楊名時八段錦・健康 太極拳

日時 6月17日(日)

費用無料

詳細 市健康太極拳協会 須田 31・5773

直接会場へ

対象 16歳以上の市内在住・在勤・在学者でメールで申し込みができる方

費用 300円(エントリー登録代)



お問い合わせ スポーツ推進課



青梅市ファミリー・サポート・センター

「広がっています」提供会員・利用会員を募集しています

「地域の子育てのわくわく」

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(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(利用会員)が会員に

お問い合わせ 青梅市ファミリー・サポート・センター



提供会員の募集

子ども好きな方集まれ!

空いた時間に、子育てのサポートをしてみませんか?養成講座を修了し、提供会員として登録すると、有償ボランティアとして活動できます。

●提供会員養成講座を開催します

日時・内容 下表のとおり

会場 市役所2階会議室

対象 市内在住の20歳以上で、心身ともに健康で提供会員として活動できる方

費用 2,500円(テキスト代)

申し込み 5月25日までに電話またはファックスで、住所、氏名、電話番号、生年月日を青梅市ファミリー・サポート・センターへ



☆提供会員養成講座☆

日	時(6月)	内容
4日(月)	午前10時～午後3時	保育サービスを提供するために▷身体の発育と病気
8日(金)		小児看護の基礎知識
11日(月)	午前10時～午後4時	心の発達とその問題
12日(火)		保育の心▷子どもの栄養と食生活
14日(木)	午前10時～午後3時	安全・事故▷子どもの遊び
19日(火)		子どもの世話▷円滑な活動を進めるために▷修了証交付

※1時間程度の昼休みがあります。
※今年度の養成講座は、今回と11月の2回となります。

利用会員の募集

子育てにご利用ください

利用時間 午前7時～午後9時

対象 市内在住で生後3か月～小学生の保護者

登録料・年会費無料(別途利用料金)

利用料金 1時間当たり700円～900円(曜日・時間帯により異なります)

●利用希望者説明会を実施します

日時 5月19日(土) 午前10時～11時30分

会場 福祉センター2階集会室

※登録の際に印鑑が必要です。

申し込み 電話で青梅市ファミリー・サポート・センターへ


※平日は随時入会受付を行っています。

5月の相談日・健康診査

相談名	日程	時間	相談員※内容・対象	会場・備考
法律相談	2日(水)、7日(月)、9日(水)、16日(水)、21日(月)、23日(水)、30日(水) 6月4日(月)、6日(水)、13日(水)、18日(月)、20日(水)、27日(水)	午後2時～5時 (1人20分) ※電話予約制	弁護士 ※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分から受け付けます。 ※5月11日(金)の交通事故相談は5月2日(水)から予約を受け付けます。直通電話☎22-2816または☎22-1111市民安全課市民相談係 ●参考資料があればお持ちください。
交通事故相談	11日(金) 25日(金)	午後1時30分～4時 (1人35分) ※電話予約制	弁護士 ※交通事故の損害賠償・過失割合等	
登記相談	18日(金)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話予約制	司法書士、土地家屋調査士 ※土地や家屋の登記、相続問題等	
相続・遺言など暮らしの手続き相談	22日(火)		行政書士 ※相続・遺言等暮らしの手続き等	
行政相談	8日(火)	午後1時30分～4時 (1人約60分)	行政相談委員 ※国等への苦情や要望等	市役所3階 相談室 ●参考資料があればお持ちください。
身の上相談	15日(火)		人権擁護委員 ※人権問題・家庭での悩みごと等	
消費者相談	月～金曜日 ※祝日、9日(水)、11日(金)、15日(火)、16日(水)、23日(水)、25日(金)、30日(水)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	消費生活相談員 ※訪問販売や買い物のトラブル等	市役所3階 消費者相談室 ●消費者相談専用電話☎22-6000 ●参考資料があればお持ちください。
福祉専門相談	8日(火) 23日(水)	午前9時30分～11時30分 午後5時～8時	弁護士 ※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☎22-1233社会福祉協議会へ
労働相談	16日(水)	午後7時～9時 (1人40分) ※電話予約制	社会保険労務士 ※解雇、賃金不払、時間外労働等労働問題全般の相談(パートタイムでお勤めの方も可)	市役所3階 相談室 ●予約は相談日の前々日までに☎22-1111商工観光課商工労政係へ(先着3人) ●参考資料があればお持ちください。
住宅相談	17日(木)	午後1時30分～4時30分 (1人30分) ※電話・窓口予約制	青梅市住宅施策推進協議会所属の住宅関連団体の相談員 ※住宅の設計、耐震化、リフォームに関する相談	市役所1階 相談室 ●予約は相談日の3日前までに☎22-1111住宅課住宅政策係へ ●参考資料があればお持ちください。
こどもの健康相談	妊娠、出産、子育てに関する相談	月～金曜日 ※祝日を除く ※臨床心理士によるカウンセリングは10日(木)、17日(木)、23日(水)、29日(火)	母子保健コーディネーター ※妊娠・出産・子育て(主に就学前の子ども)に関する相談 臨床心理士 ※妊娠中、子育て(主に就学前の子ども)中の母の悩みに関するカウンセリング	健康センター内 子育て世代包括支援センター☎21-0770 ●臨床心理士によるカウンセリングは予約制…定員4人
	保健師による乳幼児健康相談	10日(木) 22日(火)	保健師 ※育児相談	子育て支援センター「はぐはぐ」 ●直接会場へ
	医師による乳幼児健康相談	7日(月) 22日(火)	医師、保健師、管理栄養士 ※医師相談、計測、育児相談	健康センター☎23-2191 ●予約は前日までに(定員になりしだい締め切ります) ▶医師による乳幼児健康相談…定員各日30人(医師相談10人を含む) ▶乳幼児健康相談…定員30人 ▶母乳相談…定員5人 ▶乳幼児発達健康診査…定員各日5人 ▶子ども発達相談…定員各日5人 ※予約状況等により別日をご案内する場合がありますので、電話でご相談ください。
	乳幼児健康相談	23日(水)	保健師、管理栄養士、歯科衛生士 ※計測、育児相談	
	母乳相談	23日(水)	助産師 ※卒乳やおっぱいに関すること	
乳幼児発達健康診査	22日(火)	午後1時30分～4時	医師、保健師 ※運動発達に心配のある乳幼児	
こども発達相談	8日(火) 11日(金) 18日(金)	午前9時～11時30分	心理相談員、保健師 ※こどもや人との関わり、行動に心配のある乳幼児	
健康診査	3～4か月児健康診査	9日(水) 16日(水)	午後1時～1時50分	※4月中に満3か月に達した子ども
	1歳6か月児健康診査	11日(金) 18日(金)	午後1時10分～1時50分	※4月中に満1歳6か月に達した子ども
	3歳児健康診査	8日(火) 15日(火)		※4月中に満3歳に達した子ども
2歳・2歳6か月児歯科健康診査	10日(木) 24日(木)	午後1時30分～2時30分	※4月中に満2歳・2歳6か月に達した子ども	健康センター☎23-2191 ●予約制 ●2週間後に予防処置(フッ素)を行います。
虫歯予防教室	17日(木)	午前10時～11時45分	※8か月～12か月の子どもと保護者	健康センター☎23-2191 ●予約制
BCG予防接種	10日(木) 30日(水)	午前10時～11時	※5か月～1歳未満の子ども	健康センター☎23-2191 ●個別に通知
おとなの健康相談	ヘルシーダイエット相談	17日(木)		管理栄養士による栄養相談 ※みそ汁塩分濃度測定実施
	健康相談	11日(金)	午前9時30分～11時15分	保健師による健康相談や血圧測定など
		17日(木)		
		24日(木)	午後1時30分～3時	
31日(木)	午後1時30分～3時10分			


5月のリサイクルショップ

開所日時 月～金曜日、日曜日
午前9時～午後4時
※祝日を除く
詳細 リサイクルショップ
☎32-5374



ハイ、こちら総合病院です

病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28日(月)
午前9時～正午
電話番号 ☎22-3191
内線5240



5月の子育て支援事業



対象 児童、保護者同伴の乳幼児
内容 指導員・講師が見守り、遊び方などを教えます。赤ちゃんサロンでは、保健師が育児の相談に、親子サロンでは、栄養士が栄養の相談に応じます。
費用無料
直接会場へ
詳細 子ども家庭支援課支援係へ

会場等	日程	時間
長淵市民センター体育館	7日(月) 14日(月) 28日(月)	午後3時～5時
大門市民センター会議室	2日(水) 16日(水)	午前10時～正午
梅郷市民センター体育館	17日(木)	午後3時～5時
沢井市民センター和室	7日(月)	午前10時～正午
東青梅市民センター体育館	5日(祝) 12日(土) 19日(土) 26日(土)	午前10時～正午
新町市民センター体育館	25日(金)	午後3時～5時
河辺市民センター体育館	4日(祝) 11日(金) 18日(金) 25日(金)	午後3時～5時
今井市民センター会議室	10日(木) 24日(木)	午前10時～正午
今井市民センター体育館	8日(火) 22日(火)	午後3時～5時
青梅市民センターキッズルーム	毎週月曜日 ※休館日を除く 毎週火・金曜日 12日(土)	午前10時～午後1時 乳幼児向け 午後2時～5時 小学生向け 午前10時～午後1時
子育て支援センター赤ちゃんサロン(0～1歳)	22日(火)	午前10時～正午
子育て支援センター親子サロン(1～3歳)	21日(月)	午前10時～正午

※体育館では体育館履きをご用意ください。

子育てひろば「とことこ」 簡単ストレッチ

子育てで日常使う肩や腰、腕はパンパンですよ。皆でストレッチをして気持ちよく過ごしませんか?
日時 5月9日(水) 午前11時～11時45分
※子育てひろばは午前10時～午後3時
会場 下長淵自治会館2階大広間
対象 未就学児の親子、妊娠中の方、祖父母、関心のある方
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 長淵保育園 富樫☎22-8102、市子ども家庭支援課支援係

5月の交通公園日曜映画教室

※自転車等に乗るときは事故防止のため運動靴を履いてください。また、3歳から小学6年生までのお子さんは、必ずヘルメットも着用してください。

お問い合わせ 市民安全課市民安全係

会場 交通公園(大門3-14-3)

時間 午後2時から

27日 ☆いってきます、まんが日本昔ばなし(浦島太郎、絵姿女房)

20日 ☆ムカムカパラダイスお母さんと学ぶ交通安全、まんが日本昔ばなし(わらしべ長者、田植地蔵)

13日 ☆みんなであそぼう交通ルール、まんが日本昔ばなし(桃太郎、豆つぶころころ)

6日 ☆ヘルメットはかぶってね、まんが日本昔ばなし(さるかに合戦、たのきゅう)

5月の収益事業

★京王閣競輪開催日

69周年記念ゴールドカップレース

☆12日(土)～15日(火)：GⅢ開設

◎電話投票会員随時募集中◎

申し込み テレポット加入受付センター ☎0120-858-006

受付時間 午前9時～午後6時

☆28日(月)～6月1日(金)：第24回tvkカップ賞

☆16日(水)～21日(月)：第55回サンケイスポーツ賞

☆9日(水)～13日(日)：第49回東京中目黒スポーツ賞

☆5日(祝)まで：第25回多摩川さつき杯

★ポイントレース多摩川開催日

BOAT RACE 多摩川

ウェイキー & リップル

TOKYO OVAL KEIOKAKU

携帯電話やパソコンの電子メールを利用して、市から防犯情報、行政情報、防災情報等を提供しています。登録…右記アドレスを入力またはQRコードから空メールを送信後、登録サイトに接続

登録用メールアドレス ome@mpx.wagmap.jp QRコード (QRコードは特許権のない登録商標です)



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、6月1日号…5月2日(水)、6月15日号…5月18日(金)です。 - 秘書広報課 -

ボランティア・市民活動センターから

申し込み・問い合わせ

☎23・7163

☎23・7165

〒198-0042 青梅市東青梅1-17-3

●ハイク ☆5月6日(日)

午前9時JR青梅駅集合

梅岩寺・青梅丘陵ハイキ

ングコース・矢倉台・三方

山・辛垣城址・榎形山・海

禅寺・午後3時30分ごろJ

R二俣尾駅解散☆5月20

日(日)：午前8時50分J

R白丸駅集合☆アメリカ

キャンプ村・海沢探勝路・

大岳山・鋸山尾根・午後4

時30分ごろJR奥多摩駅解

なんでも情報局アンテナ

★催し(子ども向け)

●紙芝居 5月20日(日)

午前10時~11時今井市民

センター・くもの糸のぼ

ら▽入場無料▽直接会場へ

▽青梅紙芝居劇団 小割

☎31・5516

●0才からの音楽会 5月

22日(火) 午前10時30分

〜11時20分▽もみの木幼児

園▽未就園児の親子▽0歳

から親子で楽しめるクラシ

ックコンサート▽安田 恵

氏フルート演奏▽先着100人

※50席は予約席▽入場無料

▽直接会場へ▽同園 井本

☎070・5571・6102

★催し

●ワンコイン・ストレッチ体

操 5月2日〜6月27日の水

曜日※5月30日を除く 午

前10時〜正午▽今井市民セ

散(状況により下山ルート... 御岳方面に変更あり) ※ 健脚向け☆いずれも:300円

合・直らない場合あり▽費用無料(部品代等実費)▽ 直接会場へ

26日(土) 午後1時〜3時 26日(土) 午後1時〜3時

http://one-nizabe.org/へ申し込み

1時〜3時▽青梅市民セン

午前9時〜11時、10月13日

青梅市社会福祉事業団臨時職員募集

職種・人数・資格 調理

26日(土) 午後1時〜3時

▽福祉センター▽中高年

初心者、障害のある方▽文

字入力、電子メール、テレ

ビ電話の実演、インターネット

体験等▽パソコンポラン

ティア青梅▽先着5人▽費

用無料▽タブレット受講希



5月2日・3日は青梅大祭

日時 5月2日(水) 午後零時30分～9時…宵宮祭り▷
5月3日(祝) 午前9時～午後7時30分…本祭り
※雨天決行(荒天を除く)

本祭り会場 勝沼交差点～JR宮ノ平駅間の旧青梅街道ほか

交通規制日時・区間 5月2日 午後3時～10時・旧青梅街道住江町交差点～市民会館前交差点▷5月3日 午前9時～午後10時・旧青梅街道勝沼交差点～日向和田3丁目(和田橋入口)交差点および青梅駅周辺道路

※市民会館前交差点以西の区間は、午後7時30分に解除
その他 公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ 青梅大祭実行委員会(青梅市民センター内)
☎080-5067-3002



凡例	交通規制(通行止め)日時
■	2日の午後3時～10時、3日の午前9時～午後10時
■	3日の午前9時～午後7時30分
■	3日の午前9時～午後10時

※交通規制・う回路については現場警察官の指示に従ってください。
※交通規制時間中は自転車も通行できません。

凡例	内容
●	都営バス臨時乗車場所…青梅市民会館前交差点下 西東京バス臨時乗車場所…住江町交差点下
●	タクシー臨時乗車場所(市民会館南交差点東側)
P	今年度から駐車場は有料となります▷天ヶ瀬運動広場(100台) ▷永山グラウンド(170台)▷四小(100台)

2019年版 青梅市カレンダー写真募集

市では、2019年版青梅市カレンダーに掲載する写真を募集します。青梅の魅力伝えるとっておきの写真をお寄せください。

▼青梅の魅力が伝わる写真
▼青梅の新しい魅力を発見する写真
採用作品数 12作品
応募作品 5年以内に行事や風景などのカラー写真(横型)
※極端な補正、合成等の加工した作品は不可
応募方法 1人5点までとし、6月29日(消印)までに次のいずれかの方法で提出

応募専用フォーム



市ホームページ
https://www.city.ome.tokyo.jp/shisei/shi-shokai/calendar/ome-calendar.html

▼採用作品は、撮影者に帰属します。
▼採用作品については、お問い合わせ 秘書広報課

▼1作品ごとに2L判でカラープリントし、裏面に「写真応募票」(写真タイトル、撮影場所、撮影年月日、撮影者氏名・住所・電話番号を記入した紙も可)を貼付し、〒198-8701青梅市企画部秘書広報課交流担当へ郵送または直接持参(市役所4階)写真のデジタルデータ(1MB以上)を応募専用フォームへ
※市ホームページをご覧ください。

▼応募作品は未発表のものに限ります。
▼応募作品は返却しません。
▼被写体の肖像権侵害等に関するトラブルに對し、市は一切の責任を負いません。あらかじめ承諾を得るなど、ご注意ください。
▼採用作品は、デジタルデータ(1MB以上、JPEG形式)をCD-Rに保存して提出
※CD-Rは返却不可
※フィルムで撮影した場合は、デジタルデータを作成して提出
※応募専用フォームから応募した場合を除く
▼採用作品と次点作品の著作権は、撮影者に帰属します。



平成30年 青梅市カレンダー

～みどり清流、歴史と文化、ふれあいと活力のまち 青梅～
ゆめ・つめ・おひめ

市民センター
市民センターの休館日は21(月)です。
☎22・3249

長淵市民センター
みんなのお話し会
絵本探検隊に指令あり
「新しい絵本を発見せよ！」
日時 5月12日(土) 午前10時30分～11時30分
対象 幼児・小学生(親子での参加歓迎)▽講師 高野悠子氏▽入場無料▽協力 ねえ、本よんで!!の会▽直接会場へ

今井市民センター
今井図書館おはなし会
日時 5月12日(土) 午前11時～11時40分
対象 幼児以上▽内容 昔話などお話の語りや絵本の読み

青梅市民センター
青梅老壮大学
開講式・講演会
日時 5月17日(木) 午後1時30分から
対象 青梅老壮大学生、一般▽内容 開講式、講演会「文化財と花の寺々塩船観音寺のほとけたち」▽講師 浜中茂氏▽費用無料▽直接会場へ

東青梅市民センター
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
日時 5月24日(木) 午前10時から
対象 東青梅老壮大学生、一般▽内容 市内在住のピアノリストの宮杜美智代氏をお招きして電子ピアノによるコンサート(解説付き)▽入場無料▽直接会場へ

新町市民センター
おもちゃカーバンダイ
おもちゃから学ぶエコ
日時 5月26日(土) 午前10時～正午
対象 市内在住の3歳～小学生※2

中央図書館
子どもの本のリサイクル
図書館で役割を終えた、伝記や物語、芸術、スポーツ、自然科学などの子どもの本を提供し、リサイクルを行います。
日時 5月12日(土) 午前10時～午後3時
※なくなり次第終了
会場 多目的室▽入場無料▽持ち物 持ち帰り用の袋▽その他 混雑時は入場を制限することがあります▽直接会場へ

子ども映画会
「ミッフィーとどうぶつえん」
乳幼児向けの映画会で、泣いてもおしゃべりしても大丈夫。大きなスクリーンを見て、楽しい時間を

映画会
「キャッチ・ミー・イフ・ユー・キャン」
1960年代のアメリカで大金を稼いだ天才詐欺師が偽造小切手で全米各地を豪遊する。FBIの敏腕捜査官が犯人逮捕に乗り出して二人の長い「追いかけて」が始まった!

5月1日～9月30日はクールビズ期間
市では、地球温暖化対策の一環として、冷房温度設定28℃でも快適に過ごせるライフスタイル「クールビズ」を9月30日まで実施します。
▼職員の服装はノーネクタイ、ノー上着を基本とします。
お問い合わせ 環境政策課

5月の木曜夜間窓口
毎週木曜日は、午後8時まで窓口業務の一部を延長して実施しています。
開設日 5月10日、17日、24日、31日の木曜日
対象課 市民課、保険年金課、高齢介護課、障がい者福祉課、子育て推進課、収納課、市民税課、資産税課
問い合わせ 各課

5月の納期
固定資産税都市計画税
軽自動車税