

5/15号

2026年 NO. 1534

広報

おうめ

思い出に残る花を

# 吹上花しょうぶまつり

期間 5月29日(金)～6月14日(日)

時間 午前9時～午後5時  
(入園は午後4時45分まで)

会場 吹上しょうぶ公園(吹上425番地)

入園料 200円

※小学生以下無料

※障害者手帳をお持ちの方と付添いの方1人無料  
(障害者手帳提示)

※まつり期間中は入園料がかかります。

おうめ健康まつりは  
2面をご覧ください

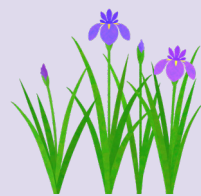
詳細は2面をご覧ください  
問 シティプロモーション課観光係

## 今号の主な記事

- ◆吹上花しょうぶまつり、第54回おうめ健康まつり…2面
- ◆中小企業者が活用できる補助金…3面
- ◆ハチの駆除…4面
- ◆個人住民税に係るお知らせ…5面
- ◆健康診査、検診の実施…6面
- ◆なんでも情報局アンテナ…7面
- ◆LNTワークショップ…8面

5月29日(金)～6月14日(日)

# 吹上花しょうぶまつり



問 シティプロモーション課観光係

## ★オープニングイベント

花しょうぶまつり副題表彰式 ほか  
日程 5月30日(土)

毎年大人気!

## ★ポット苗配布

日程 5月30日(土)、31日(日)  
※当日なくなり次第終了

## ★見て、触れ合って、移動水族館

間近でペンギンにも会える!  
日程 5月31日(日)

## ★シャボン玉フェスタ

色々な道具を使ってシャボン玉を作ろう  
日程 6月7日(日)

## ★花しょうぶフェスタ

音楽やダンスのステージショー  
日程 6月6日(土)、13日(土)

## ★レトロ遊びフェスタ

昔懐かしいおもちゃで遊ぼう  
日程 6月14日(日)

## ★謎解き脱出ゲーム「紫の回廊と秘密の手紙」

謎を解き明かした方にはプレゼントも!(数量限定)

## ★折り紙で花しょうぶ作り

折り紙で花しょうぶ園を作ろう

## ★飲食・物販店舗出展



まつり期間中  
毎日開催

## ★花しょうぶスタンプラリー

スタンプを集めた方に抽選で特製グッズプレゼント

## ★花しょうぶ総選挙

お気に入りの花しょうぶへ投票しよう

## ★吹上花しょうぶまつり フォトコンテスト2026



まつり期間中、吹上しょうぶ公園内で撮影された写真を募集します。  
優秀賞(2作品)には、賞品を贈呈します。

## ★フォトコンテスト2025 入賞者のパネル展示

管理棟前テント内でご覧ください。



午後3時まで

## ★ガイドボランティア

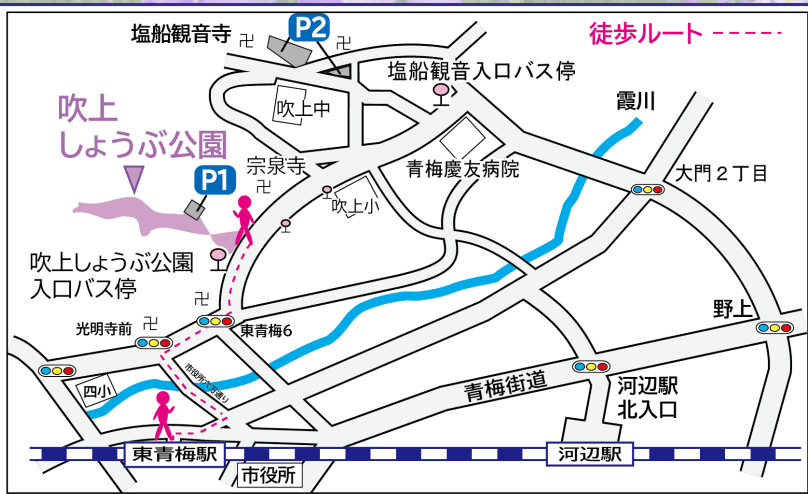
ガイドボランティアが園内を案内します。  
お気軽にお声掛けください。  
※ガイド不在の場合あり

このポロシャツが  
目印!



## 吹上しょうぶ公園交通案内 所在地 吹上425番地

- ☆徒歩で  
JR東青梅駅北口から約15分
- ☆バスで  
JR河辺駅北口から約10分。都営バス梅77甲「青梅駅行」、「青梅車庫行」、「裏宿町行」、「塩船循環」のいずれかに乗車し、「吹上しょうぶ公園入口」バス停で下車。
- ☆車で  
P1 園内駐車場(無料)  
※満車になりしだい、園外駐車場をご案内します。係員の指示に従ってください。
- P2 塩船観音寺駐車場(無料)  
徒歩約25分。都営バスを利用する場合は「塩船観音入口」バス停(駐車場から徒歩約5分)乗車後、「吹上しょうぶ公園入口」バス停で下車。



★開花状況がインターネットでご覧になれます。  
市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。



★お願い  
公園周辺道路はすべて駐車禁止です。また、土・日曜日は駐車場が大変混雑しますので、公共交通機関等をご利用ください。

## めざせ!健康日本ー 第54回おうめ健康まつり

問 健康センター ☎23-2191

5月31日(日) 午前10時～午後3時  
会場 市役所



★オープニングイベント 午前9時35分から  
日本航空高校石川 ウイングダンスカンパニー  
テレビへの出演、青梅マラソン開会式等でも披露された注目のダンスが健康まつりのオープニングを飾ります。



★各種相談  
医師による健康相談、歯科医師による歯科相談、薬剤師による薬の相談、栄養士による栄養相談等ができます。

★各種健康測定  
・体組成測定…体重▷体脂肪率▷脂肪量▷筋肉量▷基礎代謝量▷内臓脂肪レベル等を計測

・血管年齢測定  
・ベジチェック  
・最終糖化物質測定

★モバイルファーマシーの展示  
災害発生時等の医薬品供給車の車両の展示



★健康アプリうめPONコーナー  
健康アプリの登録、活用方法を教えます。  
会場内各所でうめPONポイントをもらえます♪  
新規ダウンロードの方には、うめPONオリジナルグッズをプレゼント♪



★梅っこ体操&紙風船エクササイズ体験会  
①午前10時15分～10時45分  
②午前11時～11時30分



★特別講演会  
テーマ メタボで学ぶ肝と腎の病気  
講師 青梅今井病院院長 野口 修氏  
公立阿伎留医療センター腎臓内科部長 梅津道夫氏



★キッチンカー・野菜の販売多数出店予定  
※各ブースの時間は広報おうめ5月1日号7面でご確認ください。



おうめものづくり等支援事業

## 中小企業者が活用できる補助金があります



**募集期間** 6月1日から

**対象** 次のいずれかに該当する事業者

- ・中小企業者…市内に住所（個人）、本店または所在地（法人）があり、かつ市内で事業活動を行っている中小企業※信用保証協会の信用保証ができる業種
- ・中小企業グループ…市内の中小企業者が中心となった中小企業の集合体

**申請方法** 12月18日（消印）までに申請書に必要書類を添付し、メール☒div2050@city.ome.lg.jp、郵送または直接商工業振興課工業振興係（市役所3階）へ※「新製品・新技術開発支援」は、7月10日（消印）まで※期限内でも予算がなくなった場合は募集終了

**その他** 「新製品・新技術開発支援」に申請した事業者の方は、8月開催予定のおうめものづくり支援事業専門家会議で事業内容のプレゼンテーションを行ったうえで、交付の可否を決定▷4月1日以降に開始し翌3月31日までに完了する事業が対象▷詳細は市ホームページ（2次元コード）

おうめものづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請不可）

事業区分	事業メニュー	助成内容
新事業着手支援	新事業チャレンジ事業	補助率 2/3以内 限度額 10万円
新製品・新技術開発支援	性能測定・実証支援事業	補助率 1/2以内 限度額 5万円
	新製品・新技術開発事業	補助率 2/3以内 限度額 200万円
	新製品・新技術開発事業 ※特産品の開発、多摩産材を使用した製品の開発、脱炭素社会に寄与する製品の開発を行う事業	※同一事業者の連続した年度での申請不可 補助率 2/3以内 限度額 250万円
産業財産・認証出願支援	産業財産・認証出願事業	補助率 2/3以内 限度額 50万円
販売促進支援	展示会等出展事業	補助率 1/2以内 限度額 50万円

おうめひとづくり支援事業（同一事業メニューの複数申請不可）

事業区分	事業メニュー	助成内容
人材確保・育成支援	人材確保事業	補助率 1/2以内 限度額 50万円
	人材育成支援事業	補助率 1/2以内 限度額 10万円
	DX人材育成支援事業	補助率 2/3以内 限度額 50万円
企業間交流支援	企業間交流・連携支援事業	補助率 2/3以内 限度額 10～25万円
販売促進支援	展示会等出展事業	補助率 1/2以内 限度額 30万円 ※おうめものづくり支援事業の販売促進支援との重複申請不可
	販促ツール作成支援事業	補助率 1/2以内 限度額 10万円
	販促ホームページ作成・改修支援事業	補助率 1/2以内 限度額 20万円

住宅に困窮している方向け

### 市営住宅・都営住宅の入居者を募集します

入居資格、住宅内設備等の詳細は、しおり（募集案内）・市ホームページ（2次元コード）に記載していますので、必ずご確認ください。

**申込書・しおりの配布、申込受付期間（電子申込可）** 5月18日（月）～29日（金）

**場所** ▷月～金曜日 住宅課（市役所5階）、総合案内（市役所1階）

▷土・日曜日 休日夜間出入口（市役所1階）

※総合案内と休日夜間出入口は配布のみ

★住宅下見（市営住宅のみ）

**日時** 5月29日（金）まで

（土・日曜日除く）

①午前9時～11時②午後1時30分～4時

※各住戸につき午前、午後各1世帯

**申し込み** 前日（土・日曜日除く）までに住宅課公営住宅係へ

※事前予約のない下見、当せん後の下見不可

※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。

募集予定住宅

住宅	タイプ	階数	单身
河辺町七丁目※1	2DK	4	单身専用
大門第5			可
大門第6			可
長洲第4			可
富岡第2			可
駒木			可
日向和田※2	3DK	2	不可
日向和田			不可
畑中第1			不可
裏宿（1号棟）			不可
裏宿（2号棟）	4	不可	

※1 都営住宅（单身専用、階数未定、エレベーター有）  
※2 高齢者世帯向け



### ウメ輪紋ウイルス感染状況調査を実施します

問 農林水産課農政係

**日程** 5月19日（火）～6月30日（火）

※天候や進行状況により調査期間が変わる場合あり

**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

**調査** 農地、公園、街路樹、オープンガーデン、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となるウメを調査し、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。

生成AIを活用したDXの推進に関する連携協定

### 協定を締結しました

問 DX推進課



**締結日** 4月17日（金）

**締結先** ㈱TSUNAGI

**内容** 生成AIに関する技術の活用を通じて、市における業務の効率化および支援を図るとともに、DX人材を育成します。



包括連携協定

### 協定を締結しました

問 企画政策課

**締結日** 4月20日（月）

**締結先** （一社）西多摩ドローン協会

**内容** それぞれの資源や人材を有効に活用した協働による活動を推進し、防災・災害対策や環境保全など、さまざまな分野での連携により、更なる災害対応力の強化や地域課題の解決を図ります。

青梅市と一般社団法人西多摩ドローン協会との包括連携協定 締結式



### 傍聴にお出かけください

	地域共生社会推進審議会	スポーツ振興審議会	公共交通協議会
<b>日時</b>	5月27日（水） 午後2時から	5月28日（木） 午後2時から	6月5日（金） 午後2時から
<b>会場</b>	市役所議会棟 3階大会議室	市役所2階 災害対策本部室	市役所2階 災害対策本部室
<b>内容</b>	青梅市地域福祉総合計画の推進についてほか	青梅市スポーツ振興基金条例にもとづく援助等についてほか	青梅市地域公共交通計画の推進についてほか
<b>定員</b>	10人（抽選）	先着4人	5人（抽選）
<b>傍聴受付</b>	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～50分に会場入り口で	当日の午後1時45分～2時に会場入り口で
<b>問い合わせ</b>	地域福祉課 福祉政策係	スポーツ推進課 スポーツ推進係	交通政策課 交通政策係

消費者相談室から375

電子レンジによる事故を防止！使い方を再チェックしませんか

問 市民安全課市民相談係

電子レンジは、冷凍食品の解凍や温め、時短調理の用途から本格的な調理まで、さまざまな場面で使用される便利な家電製品ですが、庫内の汚れや過熱のしすぎ、誤った使用などが原因で発煙・発火といった事故につながることがあります。

全国の消費生活相談窓口には、電子レンジ使用中の事故に関する相談が多数寄せられています。これらの中には、過熱のしすぎだけでなく、明らかに誤った使用による事故事例も多く見られます。

●使用する場合の注意点

- ・パッケージやレシピに記載された加熱時間の目安を参考に、食品の加熱のしすぎに注意しましょう。
- ・容器によっては電子レンジで使用できないものもあります。また、加熱モード（レンジ、オーブン、グリル）により、その種類も変わります。取扱説明書をよく確認しましょう。
- ・こまめに庫内の手入れを行い、庫内は清潔な状態を保ちましょう。
- ・調理以外の目的には使用しないようにしましょう。
- ・万一、庫内で発煙・発火したときは、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう。



(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



光化学スモッグ注意報等の緊急時情報

問 環境政策課環境対策係



日ざしが強く風のない日は、光化学スモッグが発生しやすくなります。光化学スモッグが発生すると、目がチカチカする、のどが痛むなどの症状が出る場合があります。

市では、光化学スモッグ、二酸化硫黄、微小粒子状物質(PM2.5)について注意報などが発令された場合、市役所、市民センター等にて発令状況をお知らせします。また、都のホームページ(2次元コード)では発令状況等を確認でき、メールで受信することもできます。

ハチの駆除

問 環境政策課環境対策係



夏に向けてハチの活動が盛んになります。人通りの多い場所への営巣は早めの除去をお勧めします。庭木・軒下・エアコンの室外機などを日ごろから確認してください。駆除は土地の所有者等が行うこととなりますが、自身での対応が難しい場合は、(公社)都ペストコントロール協会☎03-3254-0014へご相談ください。

市では、専門業者に依頼して巣(スズメバチ等が現に出入りしているものに限る)を除去した方に対して次の支援を行っています。

- 補助金…作業金額の2分の1・上限1万円(100円未満切り捨て)
  - 無料貸出…防護服・スプレー缶延長棒
- 詳細は、市ホームページ(2次元コード)をご覧ください。

おうめ猫の会・カインズ協働事業

飼い主のいない猫のための「里親会」

問 環境政策課管理係

市では、ボランティア団体と協働し、飼い主のいない猫の保護や譲渡活動を推進しています。

日時 5月24日(日) 午後1時～3時

会場 カインズ青梅インター店2階  
くみまちコミュニティスペース



持ち物 本人確認書類

※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。

※詳細は、当日会場でご確認ください。



事業所から排出されるごみの取り扱い

問 清掃リサイクル課清掃係



事業系ごみ(事務所や店舗等の事業所から排出されるごみ)は、住宅兼事業所の住宅部分のごみを除き、家庭系一般廃棄物指定収集袋では出せません。

・燃やす・燃やさない・容器包装プラスチックごみ

…1回の搬出量が事業系一般廃棄物指定収集袋の大袋3袋(小袋6袋)以内の場合、事業系一般廃棄物指定収集袋を用いて排出が可能です。これより多くなる場合は、市の許可を持つ一般廃棄物収集運搬業者に処理を依頼してください。業者の一覧は、市ホームページ(2次元コード)からご確認ください。

・粗大ごみ、産業廃棄物

…市では収集できません。廃棄物処理業者に処理を依頼してください。

・資源ごみ(新聞、雑誌、雑紙、ダンボール、びん、カン、ペットボトルなど)

…市では収集できません。資源物処理業者に依頼するなど、リサイクルにご協力ください。

受講生募集します

林業体験講座



市内森林の林業活動に必要な、森林施業の知識と技術を習得することができます。また、安全に森林整備に携わる技術を身につけることができます。

日時 6月～令和9年3月(原則第3土曜日、全10回) 午前9時～午後3時

対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上で森づくりや林業に関心のある方

内容 市内の山林で、林業の専門家から、下刈り、枝打ち、間伐などの森林作業に必要な講義・実技指導を受けて、森林整備の基礎的な知識や技術を習得します。

定員 先着10人(予約制) 参加費 5,500円

申し込み 電話または直接農林水産課林務水産係(市役所3階)へ

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



サイバー犯罪の被害は年々増加し、セキュリティ対策が手薄な中小企業が狙われるケースが増えています。サポート詐欺やフィッシング詐欺の最新手口、ランサムウェアの脅威と対策、安全なパスワードの作り方等を実演を交えて分かりやすくお伝えします。

日時 6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 小規模事業者

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20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

しごたま就職面接会 in 青梅

問 東京しごとセンター多摩☎042-521-6761



採用に意欲のある企業が15社集結します。書類選考なしで複数の企業と面接ができます(企業から説明を聞くだけでも可)。参加企業のPRタイム、就職相談コーナーがあります。

日時 6月19日(金) 午後0時50分～4時(午前11時30分～3時受付)

会場 S&Dたまぐーセンター 定員 75人程度(予約優先)

その他 服装・入退場自由

申し込み 電話☎042-521-6761または2次元コードで東京しごとセンター多摩へ

同日開催

★しごたま就職面接会対策セミナー

「しごたま就職面接会 in 青梅」に向けた対策セミナーを開催します。入室・着席・受け答え・退室まで、面接官の視点から評価につながる所作とマナーを解説。安心感と信頼感を伝える動きを覚えます。

時間 正午～午後0時50分(11時30分開場)

定員 先着30人(予約優先)

※申し込み方法は、左記の就職面接会と同様です。

自治会活動紹介コーナー130

市民ウォーキング

第11支会長 田中利充

第11支会では、毎年、夏祭り、スポーツイベント、ふるさと祭り、市民ウォーキングを実施しています。7年度は、残念ながら、ふるさと祭りは悪天候で開催できませんでしたが、前年度に悪天候のために実施できなかった市民ウォーキングを実施することができました。

この市民ウォーキングは、市との共催により、毎年1月に、市民の体力増進や健康維持、交流、親睦などを目的に実施してきましたが、もう少し暖かい時期に開催した方が良いとの意見もあり、7年度は、初めて3月に開催しました。

当日は快晴に恵まれましたが、あいにくと風が強く、肌寒い日となる中、約90の方が参加し、コース途中にある史跡等について、地区の歴史や地形等に詳しい方から説明も聞きながら約2時間30分かけて歩き、けがや事故もなく実施することができました。

参加者の皆さんには、地区の歴史に触れながら歩くことで新たな発見などもあり、それなりに楽しいウォーキングができたものと思います。

8年度も市民ウォーキングなどの各事業について、皆で知恵を出し合い工夫しながら取り組んでいきたいと考えています。



問 市民活動推進課地域支援係

青梅市民斎場エレベーター改修工事のお知らせ



問 青梅市民斎場 ☎22-5200、市市民課戸籍係

青梅市民斎場エレベーターの改修工事を行います。工事期間中は施設使用や貸出時間を制限して式場運営を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事箇所・工期 下表のとおり

工事箇所	予定工期
一般エレベーター	6月1日(月)～7月31日(金)
配膳用エレベーター	11月1日(日)～12月25日(金)

※詳細は市ホームページ(2次元コード)をご確認ください。

証明書コンビニ交付の停止



問 市民課

システム更新等に伴い、証明書コンビニ交付を次のとおり停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

日時 5月21日(木) 終日 住民票の写しのみ停止  
6月1日(月) 終日 すべての証明書を停止

※詳細は市ホームページ(2次元コード)をご確認ください。

免除制度を利用している方も  
産前産後期間の国民年金保険料免除制度は  
届け出が必要です

問 ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004  
青梅年金事務所 ☎30-3410  
市保険年金課国民年金係

国民年金第1号被保険者が平成31年2月1日以降に出産した際、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除される制度です。産前産後期間の保険料を前納している場合、全額還付(返金)されます。

保険料免除制度を利用している方も、将来受け取れる年金額が多くなるので、早めの届け出をお願いします。



個人住民税に係るお知らせ

問 課税課市民税係

○市民税・都民税・森林環境税納税通知書を送付します

令和8年度市民税・都民税・森林環境税納税通知書を6月中旬に送付します。なお、特別徴収の方(会社からの給与のみで、給与から住民税を差し引かれている方)は、給与所得等に係る市民税・都民税・森林環境税特別徴収税額の決定通知書を勤務先からお受け取りください。

○課税・非課税証明書のコンビニ交付について

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7年度課税・非課税証明書…5月31日の午後11時まで発行

・令和8年度課税・非課税証明書…6月2日の午前6時30分から発行

※6月1日は年度更新作業のため全ての証明書の発行は停止となります。

※3月17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。

認知症サポーター養成講座

日時 5月27日(水) 午後1時30分～2時30分

会場 河辺市民センター1階第1会議室 対象 市内在住・在勤の方

内容 認知症を学び地域の支え手となる「認知症サポーター養成講座」を開催します。講座では認知症の基礎知識を分かりやすく学び、認知症の方に対する理解を深めます。

講師 青梅成木台病院精神保健福祉士 細野 健氏

定員 先着20人程度(予約制) 持ち物 筆記用具

申し込み 電話 ☎24-2882で地域包括支援センターうめぞのへ

乳がん自己検診法を学ぶ「女性のセルフケア教室」

日時 6月3日(水) 午前9時40分～11時40分

会場 健康センター 対象 64歳以下の女性市民

内容 女性の健康や乳ケア(乳がん自己検診法)についての講座。自宅でできる運動方法を学ぶ。

講師 健康運動指導士 佐藤イク子氏、保健師

定員 先着20人程度(予約制) 服装 運動できる服装

持ち物 飲み物、ヨガマットまたはバスタオル、屋外用運動靴

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



第16回障がい者サポートセンター交流祭

問 障がい者サポートセンター ☎30-0152

障がい者サポートセンター利用者、地域の方、関係者に対し、日頃の取り組みに対する感謝の気持ちを伝えるため、交流祭を開催します。

日時 6月6日(土) 午前10時～午後2時

※小雨決行、荒天中止(中止時延期なし)

会場 障がい者サポートセンター(大門2-261-1)

内容 各種模擬店、舞台発表など

その他 駐車場は、大門市民センター(体育館西側)とJA西東京(本店北側)をご利用ください。

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 6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 音声入力や写真、LINEの使い方

※LINEをインストールしていない方は、事前にインストールと設定を完了してください。

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 5月25日までに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





## 健康診査、検診を実施します

問 健康センター☎23-2191

6月1日から次の健康診査、検診を実施します。10月以降は大変混み合いますので、早めに予約・受診してください。

服薬・治療等をしている方は、実施医療機関に確認のうえ、受診してください。

### 特定健康診査、後期高齢者医療健康診査

慢性腎臓病(CKD)、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診査です。

実施期間 6月1日(月)～11月30日(月)

対象

- ・特定健康診査…40～74歳の青梅市国民健康保険加入者
- ・後期高齢者医療健康診査…後期高齢者医療制度加入者

健診内容 問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、検尿等

持ち物 受診券(5月下旬に黄色のA4判封筒で送付)、マイナ保険証または資格確認書

受診方法 右表の医療機関で予約方法を確認のうえ、受診してください。

その他 40～74歳の青梅市国民健康保険以外の健康保険組合等加入者は、加入している健康保険組合等が健康診査を実施します。受診方法は、加入している健康保険組合等へお問い合わせください。

### 大腸がん・肝炎ウイルス検診

#### ◆大腸がん検診

実施期間 6月1日(月)～12月5日(土)

対象 令和9年4月1日までに40歳以上となる市民

検診内容 便潜血検査(2日法)

費用 200円(検診当日、実施医療機関で支払い)※生活保護受給者は、免除制度があります。

#### ◆肝炎ウイルス検診

実施期間 6月1日(月)～11月30日(月)

対象 令和9年4月1日までに40歳以上となり、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない市民

検診内容 血液検査(B型およびC型肝炎ウイルスの感染の有無を検査)

#### ◆いずれも

受診方法 右表の医療機関で予約方法を確認のうえ、受診してください。

受診結果 受診した医療機関でお知らせします。

### 生活保護受給者等の健康診査

実施期間 6月1日(月)～11月30日(月)

対象 生活保護法に規定する被保護世帯に属する者等で令和9年4月1日までに40歳以上となる市民

医療機関 右表のとおり

健診内容 問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、検尿等

持ち物 生活福祉課が発行する受診票



### 実施医療機関

所在地	医療機関名	電話	予約
東青梅	東青梅診療所※	84-0611	要
	小林医院	24-2819	要
	林レディースクリニック	20-1887	不要
西分町	田中医院※	22-2762	不要
住江町	笹本医院	24-3955	要
仲町	青梅医院	22-2043	要
	大河原森本医院	22-2047	要
大柳町	青梅三慶病院	24-7501	要
長淵	下奥多摩医院	22-2580	不要
	井上医院	24-2552	不要
	多摩リハビリテーション病院	24-3798	要
友田町	友田クリニック	25-1173	要
	丹生クリニック	20-0078	要
河辺町	坂元医院	21-0019	要
	吉野医院	31-2350	不要
	なごみクリニック	31-8038	要
	こみ内科クリニック	21-1114	要
	河辺駅前クリニック	21-5588	要
	片平医院※	21-1741	要
千ヶ瀬町	進藤医院	78-3111	要
根ヶ布	土田医院	84-0801	要
今寺	東原診療所	33-9250	要
新町	千葉医院	32-5888	不要
	あさひ整形外科クリニック	32-4567	要
	新町クリニック※	78-2935	要
	野本医院	31-7155	不要
	ゆだクリニック	30-0880	要
藤橋	百瀬医院	31-3328	要
今井	武蔵野台病院	31-6632	要
	青梅今井病院	31-8821	要
	大堀医院	31-9098	要
師岡町	中島内科循環器科クリニック	20-2611	不要
野上町	荒巻医院	24-8561	要
梅郷	梅郷診療所	76-0112	要
二俣尾	二俣尾診療所	78-8981	要
沢井	沢井診療所	78-8432	要
小曾木	小曾木診療所	74-5340	要
成木	青梅成木台病院	74-4111	要

- ・予約不要の医療機関でも、人数制限により受診できない場合があります。
- ・※印の医療機関には眼底検査機器がありますが、検査は判定基準に該当し、かつ医師の判断により行います。

### 子育てひろば～すこやかルーム～

#### ベビーヨガ、ベビーマッサージ

問 畑中保育園すこやかルーム☎21-5358  
市子育て応援課こども施策推進係

ゆったり、赤ちゃんの発達のお手伝いや便秘やねんねのお悩みを解消しませんか?

日時 5月25日(月)  
午前10時30分～11時30分

会場 畑中保育園すこやかルーム

対象 ヨガ…首すわり期から  
マッサージ…1か月健診後から

講師 ベビーヨガ・ベビーマッサージ講師  
さくら氏

服装 動きやすい服装

持ち物 飲み物

申し込み

5月22日までに直接または電話☎21-5358で畑中保育園すこやかルームへ



#### 親子食育講座



親子で協力して調理したり、クイズに挑戦しながら「食」をもっと身近に感じてもらう講座です。

日時 6月20日(土) 午前10時～午後1時

会場 S&Dたまごセンター実習室

対象 年長児～小学生と保護者

内容 こねてペタペタ…ナン作りに挑戦  
※簡単な実習と試食あり

定員 先着8組(予約制)

持ち物 エプロン、バンダナ、手拭き、マスク、飲み物※全て親子分

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(健康センター内)へ



#### 離乳食教室初期(ゴックンクラス)

日時 6月24日(水)  
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、お口の手入れについて

※デモンストレーションあり

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(健康センター内)へ

その他 ベビーカーでの参加可





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

##### 〇うたごえ喫茶「ねがい」

回5月23日(土)、6月20日(土)  
午後1時~4時

場S&Dたまぐーセンター

内みなさんと楽しく歌いましょう。

定先着150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

##### 〇青峰学園きずなまつり

回5月30日(土) 午後3時~5時

場都立青峰学園

内地域交流のお祭り。出店や舞台発表等盛りだくさん。遊びに来てね!

回きずな実行委員会 新井

☎080-5187-3198

✉seiho.kizuna@gmail.com

##### 〇ジョイントコンサート

回6月3日(水) 午前11時~午後0時30分(10時30分開場)

場S&Dたまぐーセンター

内女声コーラスもえぎ&福生男声コーラスプリランテのコンサート

定先着270人

申女声コーラスもえぎ 安藤

☎74-5189

#### ☆会員募集

##### 〇健康体操

回火曜日(月3~4回) 午前9時30分~10時30分

場長淵市民センター

対65歳以上

内介護予防のための総合体操。無理なく楽しく音楽に合わせて体操する。

定5人

費入会金500円、月額1,500円

申自立生活体操クラブ・長淵 渡邊

☎090-9363-0448

##### 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

内水中運動、四種泳法の習得。初心者歓迎、体験できます。

費入会金1,000円、月額3,500円

申ワイワイシールTクラブ 土屋

☎090-7908-9936

##### 〇健康体操

回水曜日(月3~4回) 午前10時~11時

場大門市民センター

対65歳以上

内介護予防のための総合体操。持ち物…飲み物

費入会金500円、月額1,500円

申自立生活体操クラブ・大門 上野

☎090-7235-4279

##### 〇健康ヨガ

回①水曜日 午前10時30分~11時30分

②金曜日 午後1時30分~2時30分

場S&Dたまぐーセンター

内持ち物…飲み物、ヨガマットなど

費入会金2,000円、月額3,200円(体験500円)

申健康ヨガ道場・元気プロG 斉藤

☎76-0966(留守番電話にメッセージ)、✉hiro-chocobeem@tbz.t-com.ne.jp

##### 〇着付け

回木曜日(月1回) 午前10時から

場S&Dたまぐーセンター

定10人

費1回1,100円

申飛翔会 三村☎080-4405-6280(不在時は留守番電話)、またはショートメッセージ

##### 〇手芸

回木曜日(月2回) 午前10時~正午

場S&Dたまぐーセンター

対初心者、初級者で18歳以上の女性

内ハワイアンキルトを作ります。

定5人

費月額2,000円

申ハワイアンキルト ハイビスカス

阿部☎090-7906-2363

##### 〇健康体操

回金曜日(月4回) ①午前9時30分~10時30分②10時30分~11時30分(各回とも15分前に集合)

場新町市民センター

対65歳以上

内介護予防を目的とした総合体操。専門の指導者の楽しいリードで、いすを使って行います。持ち物…飲み物

定各回3人

費入会金500円、月額1,500円

申自立生活体操クラブ・新町 本橋

☎090-2565-8797

##### 〇水泳

回金曜日 午前11時~午後1時

場S&Dスイミングプラザ羽村

内初心者歓迎。体験無料

費入会金1,000円、月額3,500円

申ワイワイフライデー 阿部

☎080-5546-7706

##### 〇スポーツチャンバラ

回金曜日 午後6時~7時30分

場河辺小

対5~18歳(19歳以上は応相談)

内安全な刀で護身道!体験・見学歓迎。持ち物…タオル、飲み物、運動できる服装

定10人

費年会費1,200円、月会費2,000円、年間保険代800円(高校生以上1,850円)

申・園青梅スポチャンクラブ 鶴岡

☎080-4181-4564

または2次元コードから

#### ☆その他

##### 〇都税事務所から

★5月は自動車税の納期です。

自動車税納税通知書は5月1日に発送済みです。6月1日までにお納めください。

★身体障害者手帳等をお持ちの方へ  
一定の要件を満たす場合、自動車税の減免を受けられる制度があります。

申自動車税コールセンター

☎03-3525-4066(月~金曜日の午前9時~午後5時)

★車検時の自動車税納税証明の提示が省略できます。

自動車税の納税確認が電子的に行えるため、車検時に必要な納税証明の提示を省略できます。また、納税証明紛失時の再交付申請も不要です。

※納付後、納税確認ができるまで最大で10日程度かかります。

申主税局徴収部徴収指導課

☎03-5388-2984

##### 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

##### 〇おもちゃの病院おうめ/おもちゃの無料修理

回5月16日~6月27日の土曜日

午後1時~4時

場福祉センター

内お預かりして修理※直らない場合あり  
費無料(部品代等は実費)

申ボランティア・市民活動センター

##### 〇視覚障がい者のためのスマホ、パソコン教室

回6月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

内東青梅駅に迎え可。画面が見えなくても便利にスマートフォン、パソコン活用。見学可。

定先着2人

申ボランティア・市民活動センター

#### 青梅市の文化財探訪12

### 重要文化財 東京都寺改戸遺跡土壌出土品

文化財保護指導員 御手洗 望

寺改戸遺跡土壌出土品は長淵4丁目、下奥多摩橋と青梅長淵郵便局との間あたりで、昭和49(1974)年に道路工事に際して発見されました。寺改戸遺跡では、これまでに30基余りの土壌が発掘されており、今から3500年ほど前の縄文時代後期に、近隣に存在していた集落の集団墓域と考えられています。

そのうちの9号土壌から出土したのが注口土器・小形深鉢形土器です。注口土器は現代の急須のように液体を注ぐための土器で、高さ12cm、最大幅11.1cm、口径5.6cm、底径6.8cm、蓋はなく、弦(把手)も粘土で作られています。磨かれて光沢がある器面に、沈線と細かい縄文が施された文様で装飾されています。実用的な道具としてはやや小ぶり、儀礼用の器として使われたと考えられています。小形深鉢形土器は底部から口縁部までが反り返ったコップ形で、高さ6.3cm、口径9.4cm、底径7cm、口縁部の内側には一条の沈線が施されています。これらの土器が副葬品としてセットで出土することは全国的にも珍しく、埋葬された人物の特殊性がうかがわれます。

寺改戸遺跡の墓地を築いた人々の集落の位置はまだ明らかになっていません。寺改戸遺跡のある多摩川右岸側には、段丘(平地と崖地が連続する階段状の地形)が広がり、現在でも湧き水が豊富な場所が多くみられ、こうした場所のどこかに集落が営まれていたと考えられています。

国指定重要文化財「東京都寺改戸遺跡土壌出土品」は、郷土博物館に所蔵されています。



「おうめ文化財さんぽ2024改訂版」より

問 郷土博物館☎23-6859

#### お詫びと訂正

問 郷土博物館☎23-6859

広報おうめ4月15日号8面に掲載しました、青梅市の文化財探訪11「重要文化財 旧宮崎家住宅」の記事に誤りがありました。

15行目の「村には共有の茅と戸があり」を「村には共有の茅戸があり」にお詫びして訂正します。

#### 広告

**庭木のお手入れ承ります**

見積・出張費 無料!

**剪定 伐採 草むしり**

植木屋革命

MEIKIYA KAKUMEI

www.919g.co.jp

0120-329-919

TEL:042-330-5919 【受付】9:00~18:00

〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンサティア 土・日・祝日も受付(年末年始を除く)



### 市民映画会「異動辞令は音楽隊！」

問 社会教育課生涯学習推進係

現場一筋の鬼刑事が配属されたのは…まさかの警察音楽隊！？  
コンプライアンス無視の昭和刑事が、楽器を通して人生を見つめなおす笑いあり涙ありの「人生大転換」ヒューマンドラマ！

日時 6月5日(金) ①午前10時②午後2時  
(上映時間119分)

※開場は各回とも上映30分前

会場 S&Dたまぐーセンター多目的ホール

監督・脚本 内田英治

出演 阿部 寛 ほか

定員 各回先着200人

※専用駐車場はありません。近隣の有料駐車場をご利用ください。駐車可能台数が少ないため、なるべく公共交通機関をご利用ください。



© 2022 「異動辞令は音楽隊！」製作委員会

### 自然を守る一歩を次世代へ伝えていくために

### LNTワークショップ参加者募集

問 TOKYOサステナブルツーリズム連絡協議会  
(構成団体:青梅市・あきる野市・奥多摩町・LNTJ)  
株グッドライフ多摩 高木 m.takagi@goodlife-tama.jp  
市シティブロモーション課観光係

あなたの経験や想いを、次世代の環境教育に活かしてみませんか？  
「LNT」は、自然環境にいかにか負荷を最小限にしてアウトドアを楽しむかをまとめた世界的な環境倫理プログラムです。

日時 6月13日(土) 午前9時～午後4時

会場 御岳交流センター、御岳渓谷

対象 地域のこどもたちに環境啓もう活動を行いたい青梅市・あきる野市・奥多摩町在住・在勤者

内容 地域の小・中学生にLNTの考え方を伝えていく活動の一環として、市民向けのワークショップを開催します。

定員 20人(抽選)

申し込み

5月31日までに2次元コードから



### 熱中症予防のため施設使用を中止する方へ

### 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使用を中止する場合、使用料を還付します。

#### 対象施設

市民センター体育館(東青梅・河辺を除く)、天ヶ瀬体育館、永山体育館、TCNスポーツパーク永山弓道場、屋外スポーツ施設

#### 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)。

#### 問い合わせ

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、その他スポーツ施設…住友金属鉱山アリーナ青梅

### 東京サマーランド

### 「青梅市民感謝デー」開催

問 株東京サマーランド ☎042-558-6511  
市シティブロモーション課観光係



東京サマーランドを特別優待料金で利用できる市民感謝デーが開催されます。

日程 6月13日(土)～15日(月) ※土・日・月曜日のみ営業の3日間

会場 東京サマーランド 対象 市内在住・在学の方

申し込み 2次元コードから来園日指定チケットを購入。チケットは、来園予定日の1週間前から購入可

#### 料金

区分	1Dayパス					
	大人 (高校生～64歳)	中学生	小学生	幼児 (3歳～未就学児)	シニア (65歳～)	
平日	一般	2,600円	2,100円	1,500円	1,000円	1,000円
	特別	1,000円	500円	無料	無料	無料
土日	一般	3,600円	3,200円	2,600円	1,900円	1,900円
	特別	1,500円	500円	無料	無料	無料

### 第58回青梅マラソン大会 チャリティ贈呈式

問 スポーツ推進課スポーツ推進係

第58回青梅マラソン大会で集まったチャリティ金の贈呈式が4月23日に市役所で行われました。

このチャリティ金は、参加費の一部を社会貢献活動に寄付するチャリティプレミアムエントリーで参加されたランナーや、記録集の受け取りを辞退し、その分を寄付したランナーから集められました。

#### 贈呈先

(福)市社会福祉協議会、(一社)市スポーツ協会、市子ども関連NPO団体連絡協議会、(福)奥多摩町社会福祉協議会、(公財)日本パラスポーツ協会、(公財)日本AED財団、(特非)日本ブラインドマラソン協会、(認定特非)シャイン・オン・キッズ



### 大門市民センター ☎31-2251

#### すてきなお庭造り教室

#### 一花の植え方と寄せ植えづくり

回6月5日(金) 午前10時～正午  
市内在住・在勤の18歳以上  
花の植え方や管理についてのお話と寄せ植えの実習。講師…造園施工管理技士 榎戸 芳氏。服装…作業のできる服装。持ち物…手袋、タオル、寄せ植え持ち帰り用袋  
先着15人  
1,500円(材料代) 5月19日から電話で

### 中央図書館 ☎22-6543



#### 中央図書館・絵本のべんきょう会

回5月22日(金) 午前10時～正午  
多目的室  
絵本が好きな方、図書館や学校で絵本を読む活動をしている方  
テーマ絵本「ともだち」、新刊絵本の紹介(令和7年11～12月に出版された絵本)と読み聞かせ。  
講師…絵本研究会  
先着30人  
中央図書館・おはなし会  
回5月23日(土) 午前11時～11時40分  
おはなしの部屋 4

歳児以上  
お話しのおはなしの語り、絵本の読み聞かせ  
先着30人  
中央図書館・ちっちゃいこのおはなし会  
回5月24日(日) 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  
絵本の読み聞かせや手遊び、わらべうた等  
先着15組  
中央図書館・令和8年度第2回本好きたちの読書会～同じ本を読んでみんなで語り合おう～  
回6月20日(土) 午後2時～3時30分(1時45分開場) 多目的室

中学生以上  
あらかじめ決められた課題本を読み、読んだ感想をみんなと話し合おう  
楽しむ会です。一冊の本を通して読書の楽しさを再発見してみませんか。未読の方や当日の飛び入り参加も大歓迎。課題本…「夏への扉」ロバート・A・ハインライン/著。講師…図書館ボランティア「ペンギンの会」  
先着20人

#### 5月の納期限(6月1日)

- ▷固定資産税・都市計画税…1期
- ▷軽自動車税(種別割)



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/

