



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、12月1日号…11月5日(月)、12月15日号…11月20日(火)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

●パソボラ・カフェ 11月10日(土) 午後1時～3時30分
分▽福祉センター▽中高年
初心者、障害のある方▽パソ
コン・タブレット何でも相談
インターネット体験等▽パソ
コンボランティア青梅▽費用
無料▽直接会場へ

●おもちゃの病院おうめ 11月10日～24日の土曜日
午後1時～4時▽福祉セン
ター▽おもちゃの無料修理※
即日修理できない場合・直ら
ない場合あり▽費用無料(部
品代等実費)▽直接会場へ

●吉野梅郷・御岳溪谷ウォ
ーク 11月11日(日)：午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●紙芝居 11月18日(日)
午前10時～11時▽今井市民
センター▽モチモチの木、
ゆきおんな▽入場無料▽直
接会場へ▽青梅紙芝居劇団
小割☎31・5516

●地域交流「人形劇」劇団
すぎのこ 11月24日(土)
午前10時～11時▽あゆみ保
育園▽未就学児の親子▽費
用無料▽駐車場あり▽同園
濱中☎30・5553へ申し
込み

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●傾聴講演会 11月22日
(木) 午後1時30分～3時
30分▽福祉センター▽傾聴
に興味のある方▽傾聴姿勢
を学ぶ、傾聴活動について
▽後庵正治氏▽先着50人▽
費用無料▽直接会場へ

●せせらぎサロン(ピア
カウンセリング) 11月25
日(日) 午後1時30分～5
時▽福祉センター▽日常の
ストレスや生きづらさを語
り合い、聴き合う▽先着10
人▽費用無料▽直接会場へ
▽こころと体のケア・せせ
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●市民講座「横田基地オ
ズプレイ配備と9条改憲」
11月18日(日) 午後2時
30分～4時30分▽福祉セ
ンター▽元レンジャー隊
員 井筒高雄氏▽先着60人
▽300円(資料代)※高校生
以下無料▽直接会場へ▽
青梅九条の会 中村☎31・
1302

●シニアフェスタ青梅定
期演奏会 11月24日(土)
午後1時30分開演▽羽村市
ゆとろぎ▽指揮 青木隆多
氏▽入場無料▽直接会場へ
▽シンフォニエッタ青梅
松川☎23・6732

●中学生英会話 月曜日
午後8時～9時30分▽新
町市民センター▽10人▽
月額1千500円※体験1回
500円▽SEC 金子☎090・
6482・8511

●林道健康体操 水曜
日 午前10時～正午▽河
辺市民センター▽60歳以
上▽谷 鉄太郎氏▽10人
▽月額1千円▽林道健康
体操青梅教室 多田☎090・
3595・6839

●観世流謡曲と仕舞 第1
：3木曜日 午後1時～5
時▽河辺市民センター▽初
心者▽能楽師 津村聡子氏
(月1回)▽月額6千円▽
初心者歓迎▽青謡会 小川
☎31・1653

●ミニ青梅マラソン大会
12月1日(土) 午前9時
～▽半年額700円▽初心者歓迎
▽河辺やさしい囲碁クラブ
山崎☎24・5386

●閉基 金曜日 午後1
時～5時▽東青梅市民
センター▽月額500円▽囲
碁コスミ会 青山☎090・
9963・5659

●横田基地アメリカ人との
親善・文化交流 月1回▽
青梅市民センター(会議)、
新町市民センター(英会話)
ほか▽年額3千円▽青梅・
横田交流クラブ 高橋☎
080・6553・3393(午
後6時以降)

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815

●HIV検査を受けてみま
せんか? 東京都エイズ予
防月間に合わせて、予約不
要、匿名、無料でHIV検
査を実施します▽検査日：
12月4日(火) 午後1時
30分～4時、結果通知：12
月11日(火) 午後1時30
分～3時▽西多摩保健所▽
両日とも来所可能な方▽H
IV抗体検査、希望者には
性感染症検査も実施▽正確
な検査結果を得るために、
感染機会から原則60日以上
経過後に検査を受診してく
ださい▽直接会場へ▽西多
摩保健所感染症対策担当☎
22・6141

●東京都子育て支援員研修
(第3期) 受講者募集 子
育て支援分野の事業に従事
するうえで、必要な知識
や技能等を有する子育て
支援員を養成する研修を
行います。詳細は都福祉
保健局 http://www.fukush
ihoken.metro.tokyo.jp/k
odomom/katei/kosodat
shinikensyu01.html また
は、地域子育て支援コース
放課後児童コース：(株)東
京リーガルマインド☎03・
5913・6225▽同局
少子社会対策部計画課☎
03・5320・4121

●平成31年度(公財)東
京市町村自治調査会広域
的市民ネットワーク活動
等事業の助成団体募集
市町村のワケを越えて行わ
れる多摩地域の市民交流や
まちづくりの推進につな
がる事業の経費の一部を助成
します▽申請期間：11月5
日～12月3日▽説明会：11
月9日(金) 午後6時か
ら※要申し込み▽助成条
件、助成率等の詳細は同
調査会事業部企画課☎042・
382・7781へ

●裁判所の調停委員による
無料調停相談会 11月10日
(土) 午前10時～午後3時
30分▽立川市女性総合セン
ター5階▽土地建物 金銭
債務、近隣問題、交通事故
等のもめごとや家庭内や親
族間のもめごとについて、
裁判所の調停委員が、秘密
厳守・費用無料で相談に応
じます▽直接会場へ▽東

●多摩川の伐採木の無料配
布 12月1日(土) 午前
10時～午後3時※無くなり
しだい終了▽青梅リバーサ
イドゴルフ場付近(羽村
市)▽京浜河川事務所多
摩川上流出張所☎042・552・
0667、http://www.
ktrn.tokyo.keihin/

●HIV検査を受けてみま
せんか? 東京都エイズ予
防月間に合わせて、予約不
要、匿名、無料でHIV検
査を実施します▽検査日：
12月4日(火) 午後1時
30分～4時、結果通知：12
月11日(火) 午後1時30
分～3時▽西多摩保健所▽
両日とも来所可能な方▽H
IV抗体検査、希望者には
性感染症検査も実施▽正確
な検査結果を得るために、
感染機会から原則60日以上
経過後に検査を受診してく
ださい▽直接会場へ▽西多
摩保健所感染症対策担当☎
22・6141

●東京都子育て支援員研修
(第3期) 受講者募集 子
育て支援分野の事業に従事
するうえで、必要な知識
や技能等を有する子育て
支援員を養成する研修を
行います。詳細は都福祉
保健局 http://www.fukush
ihoken.metro.tokyo.jp/k
odomom/katei/kosodat
shinikensyu01.html また
は、地域子育て支援コース
放課後児童コース：(株)東
京リーガルマインド☎03・
5913・6225▽同局
少子社会対策部計画課☎
03・5320・4121

●多摩川の伐採木の無料配
布 12月1日(土) 午前
10時～午後3時※無くなり
しだい終了▽青梅リバーサ
イドゴルフ場付近(羽村
市)▽京浜河川事務所多
摩川上流出張所☎042・552・
0667、http://www.
ktrn.tokyo.keihin/

☆催し(子ども向け)

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●青梅フォトクラブ写真展
11月11日(日)～14日(水)
午前9時～午後6時※14日
は午後5時まで▽中央図書
館多目的室▽入場無料▽直
接会場へ▽同クラブ 石井
☎090・8800・4159

●野鳥彫刻展 11月11日
(日)～14日(水) 午前9
時～午後6時※11日は午後
5時～11時※14日は午後
5時～11時▽中央図書館多
目的室▽入場無料▽直接
会場へ▽青梅バードカー
ビングクラブ 山崎☎090・
1612・0294

●脳活性化教室と紙芝
居「ひだまりサロン」 11
月12日(月) 午前10時
～正午▽福祉センター▽
先着20人▽300円▽直接会
場へ▽いきいきひだまり
サロンの会 大西☎090・
8519・4370

●認知症予防「げんき教室」
11月12日(月) 午後2時
～3時30分▽福祉センタ
ー▽先着30人▽300円▽軽運動
のできる服、飲み物持参▽

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815

☆催し

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●青梅フォトクラブ写真展
11月11日(日)～14日(水)
午前9時～午後6時※14日
は午後5時まで▽中央図書
館多目的室▽入場無料▽直
接会場へ▽同クラブ 石井
☎090・8800・4159

●野鳥彫刻展 11月11日
(日)～14日(水) 午前9
時～午後6時※11日は午後
5時～11時※14日は午後
5時～11時▽中央図書館多
目的室▽入場無料▽直接
会場へ▽青梅バードカー
ビングクラブ 山崎☎090・
1612・0294

●脳活性化教室と紙芝
居「ひだまりサロン」 11
月12日(月) 午前10時
～正午▽福祉センター▽
先着20人▽300円▽直接会
場へ▽いきいきひだまり
サロンの会 大西☎090・
8519・4370

●認知症予防「げんき教室」
11月12日(月) 午後2時
～3時30分▽福祉センタ
ー▽先着30人▽300円▽軽運動
のできる服、飲み物持参▽

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815

☆催し(子ども向け)

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●青梅フォトクラブ写真展
11月11日(日)～14日(水)
午前9時～午後6時※14日
は午後5時まで▽中央図書
館多目的室▽入場無料▽直
接会場へ▽同クラブ 石井
☎090・8800・4159

●野鳥彫刻展 11月11日
(日)～14日(水) 午前9
時～午後6時※11日は午後
5時～11時※14日は午後
5時～11時▽中央図書館多
目的室▽入場無料▽直接
会場へ▽青梅バードカー
ビングクラブ 山崎☎090・
1612・0294

●脳活性化教室と紙芝
居「ひだまりサロン」 11
月12日(月) 午前10時
～正午▽福祉センター▽
先着20人▽300円▽直接会
場へ▽いきいきひだまり
サロンの会 大西☎090・
8519・4370

●認知症予防「げんき教室」
11月12日(月) 午後2時
～3時30分▽福祉センタ
ー▽先着30人▽300円▽軽運動
のできる服、飲み物持参▽

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815

☆催し

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●青梅フォトクラブ写真展
11月11日(日)～14日(水)
午前9時～午後6時※14日
は午後5時まで▽中央図書
館多目的室▽入場無料▽直
接会場へ▽同クラブ 石井
☎090・8800・4159

●野鳥彫刻展 11月11日
(日)～14日(水) 午前9
時～午後6時※11日は午後
5時～11時※14日は午後
5時～11時▽中央図書館多
目的室▽入場無料▽直接
会場へ▽青梅バードカー
ビングクラブ 山崎☎090・
1612・0294

●脳活性化教室と紙芝
居「ひだまりサロン」 11
月12日(月) 午前10時
～正午▽福祉センター▽
先着20人▽300円▽直接会
場へ▽いきいきひだまり
サロンの会 大西☎090・
8519・4370

●認知症予防「げんき教室」
11月12日(月) 午後2時
～3時30分▽福祉センタ
ー▽先着30人▽300円▽軽運動
のできる服、飲み物持参▽

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815

☆催し(子ども向け)

●保育所体験 11月8日
(木)、12月14日(金) 午
前9時30分～11時50分▽か
すみ保育園▽3歳児までの
親子▽給食の試食あり▽先
着2組▽費用無料▽駐車場
利用可▽同園 岡田☎22・
2235へ申し込み

●健康麻雀 ☆入門教室
：11月7日～12月26日の水
曜日 午後1時～4時▽初
心者☆体験会：11月1日～
12月27日の木曜日 午前9
時～正午※11月8日、12月
13日を除く▽少しできる方
☆いずれも：今井市民セン
ター▽先着8人▽1回100円
▽直接会場へ▽ナチュラル
三浦☎090・2218・6055

●認知症家族の会 11月9
日、12月14日、1月11日の
金曜日 正午～午後3時▽
福祉センター▽認知症の人
らぎ 横内☎080・505
59620へ申し込み

●秋の展示会(寄せ植えの
紅葉) 11月10日(土)、11
日(日) 午前9時～午後
5時※11日は4時まで▽青
梅信用金庫本店ギャラリー
▽入場無料▽直接会場へ▽
かすみ山草会 佐々木☎
31・2939

●青梅フォトクラブ写真展
11月11日(日)～14日(水)
午前9時～午後6時※14日
は午後5時まで▽中央図書
館多目的室▽入場無料▽直
接会場へ▽同クラブ 石井
☎090・8800・4159

●野鳥彫刻展 11月11日
(日)～14日(水) 午前9
時～午後6時※11日は午後
5時～11時※14日は午後
5時～11時▽中央図書館多
目的室▽入場無料▽直接
会場へ▽青梅バードカー
ビングクラブ 山崎☎090・
1612・0294

●脳活性化教室と紙芝
居「ひだまりサロン」 11
月12日(月) 午前10時
～正午▽福祉センター▽
先着20人▽300円▽直接会
場へ▽いきいきひだまり
サロンの会 大西☎090・
8519・4370

●認知症予防「げんき教室」
11月12日(月) 午後2時
～3時30分▽福祉センタ
ー▽先着30人▽300円▽軽運動
のできる服、飲み物持参▽

●公開講演会「口腔からめ
ざすスーパージンチエイジ
ング」▽11月17日
長生き生活▽11月17日
(土) 午後6時30分～8時
▽羽村市ゆとろぎ▽東京西
徳洲会病院歯科口腔外科部
長 佐野次夫氏▽入場無
料▽直接会場へ▽(社)
西多摩歯科医師会☎23・
6222

●市民バドミントン団体戦
12月23日(祝) 午前9時
から▽総合体育館▽市内在
住・在勤・在学者、協会登
録者▽男子・女子1～3部
▽各種目3ダブルスによる
団体リーグ戦▽協会登録
者、高校生以下1チーム
3千500円、その他1チーム
5千円▽市バドミントン協
会主催▽12月1日までに体
協事務局へ申し込み▽市バ
ドミントン協会 坂田☎
23・7815