

広報 おうめ



青梅市の人口

9月1日現在（前月との比較）		
世帯数	63,410世帯	（65世帯増）
人口	133,306人	（42人減）
（男）	66,974人	（46人減）
（女）	66,332人	（4人増）

第30回スポーツ・レクリエーションフェスティバル

日程 10月14日（祝） 会場・種目等 下表参照 服装・持ち物 スポーツウェア、タオル、飲み物、体育館履き（体育館での種目に参加する方）ほか
その他 ★…事前申し込みが必要な種目（定員に満たない場合は当日参加可）▷駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関でお越しください▷都合により、内容・種目・時間・会場等を変更する場合があります▷参加者に先着順でプレゼントあり！ 問い合わせ スポーツ推進課



東京2020大会気運醸成競技体験イベント

種目 バーチャルフェンシング、BMX、デュエルサッカー、フリースタイルフットボール

スポーツ・レクリエーションフェスティバルに合わせて、オリンピック・パラリンピック種目や珍しい競技の体験イベントを開催します。

時間 午前10時～午後4時

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅（総合体育館）正面広場

費用無料 服装 動きやすい服装 直接会場へ

問い合わせ オリリンピック・パラリンピック担当



青梅ラグビー体験会

日本ラグビーフットボール協会公認A級コーチを招いた体験会です。

時間 午前11時20分～午後1時30分

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第1スポーツホール

対象 小学生以上

☆いずれも…費用無料▷服装・持ち物 動きやすい服装・靴（室内用）、飲み物、タオル

ボッチャ体験会

相手のボールを弾いて戦略的に位置取りをしていく競技です。東京2020大会の正式種目となっています。

時間 午後2時～4時

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第2スポーツホール



住友金属鉱山アリーナ青梅（総合体育館）

第1スポーツホール	和太鼓（青梅総合高校）…午前10時～10時30分
	新体操演技…午前10時40分～11時
第2スポーツホール	バドミントン、バスケットボール、卓球、インディアカ…午後2時～4時▷インディアカは中学生以上
	青梅市スポーツ振興基金条例に基づく表彰式…午前9時～9時40分
第2トレーニングルーム	健康太極拳…午前10時～正午
	★スポーツリズムトレーニング…午後零時30分～1時30分▷幼児は保護者同伴▷定員40人▷スポーツ推進課へ申し込み
第1会議室	体力測定・体力相談…午前10時30分～午後2時30分
	★健康体操（チューブクラス）…午前10時～11時▷16歳以上▷先着20人▷住友金属鉱山アリーナ青梅へ申し込み
第3会議室	★健康体操（ボールクラス）…午後2時～3時▷16歳以上▷先着20人▷住友金属鉱山アリーナ青梅へ申し込み
	ダーツ体験会…午前10時～午後4時
トレーニングルーム	トレーニング体験…午前9時～午後9時30分▷高校生相当以上
東側広場	アーチェリー初心者向け体験会…午前10時～午後3時▷中学生以上▷雨天中止
南側駐車場	体験！エクストリームスポーツ…午前10時～午後4時▷ヘルメット等のプロテクター、スケートボード、自転車等

永山公園

陸上競技場トラック内	3人制ゲートボール大会…午前10時～午後3時30分※9時30分から開会式
風の子・太陽の子広場	トレイルラン…正午～午後3時
体育館（1階）	柔道教室…午前10時～正午▷小・中学生▷先着10人▷体操着（ジャージ可）または柔道着（お持ちの方）
体育館（2階）	少林寺拳法教室…午前10時～正午▷先着30人
	初心者空手道教室…午後1時～3時▷動きやすい服装、防具（貸し出し可）、飲み物
弓道場	弓道体験教室…①午前10時～11時②11時～正午③午後1時～2時④2時～3時▷中学生以上

市民球技場 ほか

テニス場（10面）	楽しむソフトテニス教室…午前10時～午後3時▷テニスシューズ、ラケット（貸し出し可） 初心者テニス教室…午前10時～午後3時▷テニスシューズ、ジュニア用ラケット（貸し出し可）
野球場	野球教室（ティーボール、ホームラン競争）…午前9時～午後4時30分▷ホットドック、ポップコーン等の模擬店あり
少年野球場	★ジョイフルスローピッチソフトボール…午前10時～午後3時※9時集合▷市内在住・在勤・在学の中学生以上・11人編成チームまたは個人※女性歓迎▷グローブ▷4日までにスポーツ推進課へ申し込み
サッカー場	★ファミリーゴルフ…午前10時～正午※9時30分集合▷市内在住・在勤・在学の小学生以上・グループまたは個人※小学4年生以下は保護者同伴、初心者歓迎▷先着90人▷クラブ貸し出し可
わかぐさ公園野球場	★野球教室（初心者のためのキャッチボール・ティーボール）…①午前10時～正午②午後1時～3時▷園児、小学生※園児は保護者同伴▷各回先着80人▷詳細は青梅リトルリーグ事務局 藤田 ☎080-5381-5589へ

市民センター体育館

今井	★はじめよう！「フットサル教室」…①午前10時～11時30分・小学1～3年生②午後2時～3時30分・小学4～6年生▷各回先着25人▷（一社）青梅市サッカー協会ホームページ http://www.ome-fa.com/ の申し込みページから
河辺	バレーボール…午前9時～正午▷タオル、飲み物 ビーチボール講習会…午後1時～5時▷小学生以上※小学生は保護者同伴▷タオル、飲み物
東青梅	ミニテニス初心者講習会…午前10時～午後3時※正午～午後1時は除く
大門	剣道ふれあい講習会…午前10時～正午※9時30分受付開始▷竹刀・木刀貸し出し可

その他の会場

成木周辺	★青梅市サイクリング…午前8時30分～11時30分※7時45分～8時15分に六中集合▷先着50人▷1,000円（参加費）▷点検整備された自転車、ヘルメット、飲み物▷10日までに直接、輪千自転車店（友田町2-677）へ申し込み
釜の淵公園下多摩川	★地域交流カヌー教室…午前10時～正午▷小学4年生以上※小学生は保護者同伴▷濡れてもよい服・靴（ウォーターシューズ等）、着替え▷先着20人▷7日までにスポーツ推進課へ申し込み

体育施設の無料開放

①総合体育館…第1スポーツホール（半面ずつ）、第2スポーツホール（全面）、第1～3会議室（各会議室はスポーツ・レクリエーション活動に限る）②永山公園…庭球場、野球場、陸上競技場③わかぐさ公園野球場④ちがむら球技場…庭球場、野球場⑤友田レクリエーション広場…ソフトボール場、庭球場⑥青梅スタジアム…野球場、庭球場⑦東原公園球技場☆いずれも…市内在住・在勤・在学者または市内団体▷1団体（個人）1コマ2時間▷受け付けは先着順▷直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ申し込み

「東京2020オリンピック・パラリンピックグッズ」を10月1日から販売します

販売場所 住友金属鉱山アリーナ青梅

問い合わせ 住友金属鉱山アリーナ青梅 ☎24-7721

青梅市廃棄物減量等推進審議会 委員募集

市では、廃棄物の処理および再利用について、市民の皆さんの意見を反映させるため、廃棄物減量等推進審議会の市民委員を募集します。

※性別ごとの応募人数がこれに満たない場合は、性別の人数を問わないこととします。

▽直接持参：午前8時30分～午後5時
※土・日曜日、祝日を除く
▽郵送：〒198-8701 青梅市清掃リサイクル課
▽ファックス：☎22・3508
▽電子メール：✉div315@city.ome.tokyo.jp

① 応募資格 次のすべての要件を満たす方
② 応募の時点において満20歳以上の方
③ 青梅市の廃棄物の処理および再利用に関心があり、審議会への出席が可能な方
④ 地方公務員法第16条各号に該当しない方
⑤ 青梅市職員でない方
⑥ 青梅市の他の付属機関等の委員でない方

任期 12月1日から2年間
審議内容 一般廃棄物（ごみ）の減量、再資源化などに関すること
会議 通常年2回程度、平日昼間の開催を予定
報酬 会議1回につき1万円
1千500円

▽電子メールは、件名を「廃棄物減量等推進審議会委員応募」とし、申込書と応募動機を記入した書類を添付
選考方法等 資格審査、動機審査
※審査の結果、候補者が募集人員を超えた場合は抽選
※審査結果は後日郵送
問い合わせ 清掃リサイクル課ごみ減量推進係

募集人員 2人（男女各1人）

応募方法 10月22日（消印）までに、清掃リサイクル課（市役所5階）で配布する申込書（市ホームページからダウンロード可）に住所、氏名、生年月日、性別、電話番号を記入し、応募動機を記入した書類（400字程度）を添え、次のいずれかの方法で清掃リサイクル課へ

▽郵送：〒198-8701 青梅市住宅課
▽ファックス：☎22・3508
▽電子メール：✉div257@city.ome.tokyo.jp
※直接または電話による意見の受け付けはできません。

青梅市住宅マスタープラン（素案） 意見募集

計画の素案について、皆さんの意見を募集します。
閲覧期限 10月15日（火）
閲覧場所 住宅課（市役所5階）、行政情報コーナー（市役所2階）、各市民センター、子育て支援センター、障がい者サポートセンター、中央図書館
※休館日を除く
※市ホームページでも閲覧できます。

▽市内在住・在勤・在学者
▽市内に事務所または事業所を有する方
▽当該案件に直接的な利害関係有する方
提出方法 15日（消印）までに閲覧場所配布する意見用紙（市ホームページからダウンロード可）に必要事項、意見を記入し、次のいずれかの方法で住宅課へ

▽直接持参：午前8時30分～午後5時
※土・日曜日、祝日を除く

対象 次のいずれかに該当する方

▽直接持参：午前8時30分～午後5時
※土・日曜日、祝日を除く

問い合わせ 住宅課住宅政策係

市有地の売却（一般競争入札）

日時・会場 10月25日（金） 午前9時45分から・市役所5階502会議室

保証金 入札前に見積額の100分の3以上の金額を納入

参加申込受付期間 10月18日（金） 午後5時15分まで

※郵送の場合は18日必着

売却物件概要 下表参照

応募要領の配付、申し込み 総務契約課管財係（市役所5階）

売却物件概要

所在地	地目	公簿面積	最低売却価格
1 新町8丁目14番18外1筆	宅地	490.07㎡	5,800万円
2 大門2丁目272番1外5筆	宅地	1,563.48㎡	1億2,400万円

※詳細は応募要領（市ホームページからダウンロード可）参照

ご協力ください 窓口対応に関する市民アンケート

10月7日（月）～13日（日）に市役所や各市民センターなどへお越しの皆さんを対象に、窓口での職員の対応などについて、アンケート調査を行います。

このアンケートは、市民の皆さんが、窓口業務などについてどのように感じているのかを伺うことにより、今後の窓口サービスの向上を図るために行うものです。

期間中は、職員がアンケート用紙を配布するほか、市ホームページからも回答することができます。

なお、アンケートの結果は、広報おうめ、市ホームページに掲載予定です。

問い合わせ 市民課

油・断・快適！下水道 下水道に油を流さないで

キッチンから流れ出た油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。鍋や食器に付いた油汚れは、洗う前に拭きとりましょう。この行動が川や海の良好な水環境にもつながります。

問い合わせ 都下水道局 ☎042-527-4828、市下水道管理課業務係

下水道使用料の消費税率改定

10月1日からの消費税率の引き上げに伴い、下水道使用料の消費税率も、12月分より、8%から10%へ改定されます。

皆さんのご理解をお願いします。

問い合わせ 下水管理課業務係

一般家庭の下水道使用料の目安

使用水量 (2か月)	使用料（消費税を含む）	
	現行	改定後
40㎡	4,175円	4,252円
50㎡	5,730円	5,836円
60㎡	7,285円	7,420円



図1 青梅駅周辺景観形成地区の範囲

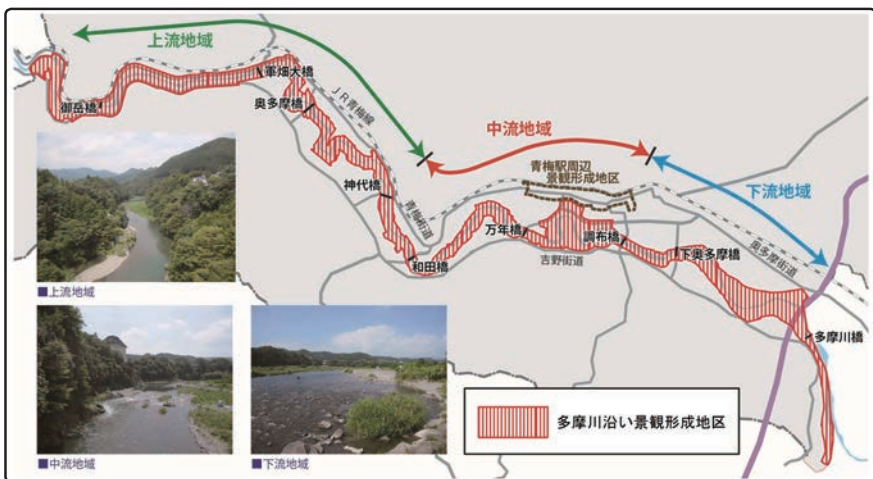


図2 多摩川沿い景観形成地区の範囲

良好な景観形成を図るため 建築行為等を行う場合は 事前に市へ届け出を

市では、「美しい風景都市・青梅」を目指し、優れた景観を持つまちづくりを進めるため、「青梅市の美しい風景を育む条例」に基づき、建築行為等について届け出を義務付けています。なお、重点的に景観形成を図る地区として指定している「青梅駅周辺景観形成地区」(図1)および「多摩川沿い景観形成地区」(図2)と、その他の「一般地区」では、届け出の対象が異なります。

景観形成地区では、建築物の建築、工作物・広告物の設置等について、届け出が必要ですが、各区域の詳細については、お問い合わせください。

問い合わせ 都市計画課 景観形成係

生産緑地地区の都市計画変更図書の縦覧

生産緑地地区を、10月1日付けで約130・64haから約129・27haに変更しました。この都市計画変更に伴う関係図書の縦覧を行います。今回の変更内容は、農業生産緑地の所有者は、生産緑地を農地等として適正に管理することが義務付けられています。

縦覧場所・問い合わせ 都市計画課（市役所5階）

市営住宅「あき室」入居者募集

市営住宅「あき室」への入居者募集は、現在入居が可能なあき室について、入居資格者を決定するものです。入居資格者と入居あつせん順位の決定は、公開抽選を行い、資格審査のうえ決定します。

募集の詳細は、「申込みのしおり」でご確認ください。
募集予定住宅 長淵第4、富岡第1・2、日向和田、駒木、和田第1、畑中第1、裏宿
※2DKまたは3DK
住宅使用料 月額7,900円～57,400円
※入居する住宅、世帯の所得により決定
申込書・しおりの配布 下表参照
申し込み 10月10日～18日に直接または郵送〒198-8701青梅市住宅課公営住宅係へ
問い合わせ 住宅課公営住宅係(市役所5階)
申込書・しおりの配布

日時(10月)	場所
10日(木)、11日(金) 午前8時30分～午後5時15分	住宅課
12日(土)、13日(日)、14日(祝) 午前8時30分～午後5時 ※申込書・しおりの配布のみ(申込受付は行いません)	休日夜間 出入口 (市役所1階)
15日(火)～18日(金) 午前8時30分～午後5時15分	住宅課

市臨時職員募集(市長選挙事務従事者)

勤務日時 11月16日(土) 日すべてに従事できる
午後1時～3時、17日(日) 午前6時30分～午後8時30分
内容 投票所での受付事務等
対象 18歳以上の市内在住の大学生、短大生、専門学校生、高校生で、勤務
募集人数 40人程度
申し込み 10月25日までに
市選挙管理委員会事務

政治家の寄附は禁止 贈らない! 求めない! 受け取らない!

秋は運動会や祭りなど行事が多くなる季節ですが、政治家や候補者が選挙区内の人に現金や物を贈ること、有権者が政治家や候補者に

令和元年度青梅市戦没者追悼式

幾多の戦禍により犠牲となつた戦没者を追悼し、恒久平和の誓いを新たにします。ご遺族をはじめ市民

青梅市住宅なんでも相談会

空き家の相続に関する相談にも司法書士や行政書士が対応します
日時 10月26日(土) 午後1時30分～4時30分
会場 市役所2階204・205会議室
内容 住宅の新築、増改築リフォーム、賃貸、売買、協議会
分譲マンションの管理組合の運営、空き家の管理・相続、土地の境界や家屋の調査に関する事など
費用無料
持ち物 相談に関する資料(住宅の図面、マンションの管理規約など)
共催 青梅市住宅施策推進協議会

ご存じですか「行政相談週間」

10月7日(月)～13日(日)
「行政相談週間」は、行政相談制度を国民の皆さんに周知し、制度を利用していただくために設けられたものです。
行政全般について「説明に納得できない」「処理が間違っている」などの苦情や要望を受け付けます。
★行政苦情110番(総務省行政相談センター)きくみみ東京 ☎0570・090・110(IP電話などをご利用の場合は☎03・3363・1100)、☎03・5333・1176
★青梅市行政相談:総務大臣から委嘱された行政相談委員が、年金、医療
日時 10月8日(火) 午後1時30分～4時
※毎月第2火曜日に行政相談を行っています。
会場 市役所3階301相談室
行政相談委員 小山正俊氏、築地 明氏
費用無料 直接会場へ
問い合わせ 市市民安全課 市民相談係

婚姻届、出生届を提出する方へ お祝いの気持ちを込めて

市オリジナル婚姻届 2種類のデザインからお選びください。
配布場所 市民課(市役所1階)、梅郷・沢井・小曾木・成木出張所、宿日直窓口
申請場所 市民課
※夫婦1組につき1通、新生児1人につき1通
※「戸籍の届出の受理証明書」(有料)の代わりに
はなりません。
問い合わせ 市民課戸籍係



「カードを預かります」は詐欺! 犯人の電話に出ないで被害ゼロ!

詐欺等被害発生状況:令和元年・11件・1千3万円(6月1日現在)
大手家電量販店、銀行協会、警察官を騙る詐欺が多発!
大手家電量販店の店員等を騙り、「あなたのキャッシュカードが不正使用されている可能性があります。交換が必要だ」と言い、最終的に銀行協会職員や警察官を騙る者が自宅を訪れ、キャッシュカード等をだまし取るうとします。
警察官が交換を名目にキャッシュカード等の貴重品を預かることは絶対ありませんので、ご注意ください。
「メールけいしちよう」犯罪発生状況を知るために「デジタル」の登録をお願いします。
万が一、電話に出ってしまったら慌てない! お金やカードは絶対渡さない!
▽すぐに信用しない! 相手の所属、氏名、連絡先を聞いて実際に確認を!
▽一人で判断せず、警察や家族に相談を!
問い合わせ 青梅警察署 犯係 ☎22・0110、市市民安全課市民安全係

青梅・奥多摩防犯のつどい

全国地域安全運動(10月11日～20日)に合わせて、青梅・奥多摩防犯のつどいを開催します。最近の犯罪の傾向を知るきっかけや、防犯意識の向上のために、ぜひご参加ください。
日時 10月9日(水) 午後2時～4時(1時30分開場)
会場 霞共益会館3階大会場
※駐車場、臨時駐車場(かすみ台第1保育園斜め)



交通事故に遭わない! 起こさない!

★歩行者も、交差点では安全確認を! 車両には死角があります。右折・左折するドライバーは、歩行者や自転車の皆さんの存在に気付いていないかもしれせん。横断歩道を渡っている時も、車が近づいていないか、周りをよく確認しましょう。
★夕暮れ時は 早めのライト点灯を! 夕暮れ時は、歩行中の交通死亡事故が増加する傾向にあります。早めに前照灯を点灯し、自分の存在を知らせるとともに、いち早く自転車が歩行者を発見し、夕暮れ時の交通事故を防止しましょう。
問い合わせ 青梅警察署 ☎22・0110、市市民安全課市民安全係

赤い羽根共同募金にご協力を

今年も10月1日から第73回赤い羽根共同募金運動が始まります。皆さんの「たすけあい精神」に支えられる共同募金運動にご協力をお願いします。
問い合わせ 福祉総務課庶務係

10月16日は「世界食料デー」 家庭のフードロスを減らしましょう

世界では9人に1人が飢餓に苦しんでいる一方で、日本では年間約646万トンの食糧が廃棄されています。

10月16日の「世界食料デー」に合わせて、家庭でのフードロス（食品廃棄）を減らす取り組みを実践しましょう。



「使い切る」・「食べ切る」
冷蔵庫や戸棚等にある食材の在庫を確認してから買い物に行きましょう。

▽買い物では、手前に陳列されているものを選ぶ
正しく保存して消費期限内に食べ切るなら品質は変わりません。

問い合わせ 清掃リサイクル課 〆み減量推進係

フードドライブにご協力を！

フードドライブとは、家庭で余っている食べ物を持ち寄り、集められた食べ物をフードバンク等に寄付する活動です。ぜひご協力ください。

日時・受付場所
▽11月1日(金)、5日(火) 〆7日(木) 午前8時 〆午後5時・清掃リサイクル課(市役所5階)

▽11月2日(土)、3日(祝) 午前10時〆午後4時・第52回青梅産業観光まつり会場(永山公園グラウンド)

対象食品 缶詰(肉、魚、野菜、果物など)、インスタント食品、レトルト食品、嗜好品(インスタントコーヒーなど)、乾物(乾麺、海藻など)、乳幼児食品、調味料、お菓子 ※いずれも冷凍・冷蔵食品を除く

食品の条件 次のすべての条件を満たすもの
①未開封で包装や外装が破



家庭のゼロエミッション行動推進事業 省エネ家電等の買い替えでポイント付与

都では10月1日から、省エネ性能の高い家電等への買い替えに対し、「東京ゼロエミッション」を付与する事業を実施します。

対象 10月1日以降に対象製品に買い替え(既存機器の撤去を含む)し、都内の住宅に設置した都民

対象製品と付与ポイント 下表参照

申し込み 対象機器購入後、申請書(店頭で配布または東京ゼロエミッション事務局ホームページ <https://www.zero-emission.jp>)からダウンロード可)、領収書、家電リサイクル券等を同事務局へ提出してください。

〆賞味期限のない塩や砂糖などは、①③④の条件を満たしていること

注意事項 受け取りの際に、種類や条件等を確認します。▽食品の種類や状態によっては、お持ち帰りいただく場合があります。

問い合わせ 清掃リサイクル課 〆み減量推進係

対象機器		ポイント	
エアコン	統一省エネラベル4つ星以上	2.2kW以下 12,000 2.4kW~2.8kW 15,000 3.6kW以上 19,000	
	冷蔵庫	統一省エネラベル5つ星	250ℓ以下 11,000 251ℓ~500ℓ 13,000 501ℓ以上 21,000
		給湯器	高効率給湯器(エコジョーズ、エコキュート、エコフィール、ハイブリッド給湯器)

※対象機器は同事務局ホームページや店頭で購入前に要確認
※1,000ポイント分のLED照明の割引券と、残りは商品券に交換

秋の谷戸沢処分場自然観察会

埋め立てが終了した谷戸沢処分場で里山の自然環境を体感できる自然観察会を開催します。

ぜひお越しください。

日程 11月16日(土) 午前8時30分J.R立川駅付近集合〆谷戸沢処分場〆つるつる温泉(昼食・入浴)〆ひので肝要の里〆午後4時30分立川駅付近解散(予定)

対象 多摩地域在住者 定員 80人(抽選) 費用 1人1千円

※当日集金
申し込み 10月31日(必着)までに次のいずれかの方法で
▽郵送:ハガキに「自然観察会参加希望」、参加者全員の①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号⑥携帯電話番号(お持ちの方)を記入し、〒190-0181日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合「秋の谷戸沢処分場自然観察会」係へ
▽インターネット:同組合ホームページ <https://www.tama-junkankumiai.com/>の申し込みフォームで
その他 当日は取材による写真撮影やインタビューにご協力いただく場合があります。

問い合わせ 同組合 〆 042-597-6152

梅の里再生に向けた取り組み状況

※薬剤散布は、周辺の状況に十分注意して行います。
公共施設等での実施 梅の公園、中道梅園、神代橋通り街路樹では、10月23日(雨天等で延期の場合)は11月5日)に防除作業を実施します。当日は、梅の公園、中道梅園については、終日園内への立ち入りができませのでご注意ください。

強化対策地区内でのアブラムシ防除を実施します
市では、ウメ輪紋ウイルスのまん延防止と梅の里の再生に向けて、強化対策地区内のアブラムシ防除を行っています。

対象地区の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、梅の里の早期再生のため、ご理解とご協力をお願いいたします。

作業期間 10月23日(水) 〆11月1日(金) 予定
※詳細は、自治会回覧または各戸配布のお知らせをご覧ください。

対象地区 下表参照
対象植物 ウメ、モモ、スモモ、アンズ、ネクターリ、サクランボなど
使用薬剤 コルト

再植栽地区の見直し
農林水産省のウメ輪紋ウイルス対策の見直しの方針において、強化対策地区3での再植栽の可能性が示されました。

これを受けて市では、強化対策地区1・2に加え、強化対策地区3への再植栽について、国に対して要望

理め立てが終了した谷戸沢処分場で里山の自然環境を体感できる自然観察会を開催します。

ぜひお越しください。

日程 11月16日(土) 午前8時30分J.R立川駅付近集合〆谷戸沢処分場〆つるつる温泉(昼食・入浴)〆ひので肝要の里〆午後4時30分立川駅付近解散(予定)

対象 多摩地域在住者 定員 80人(抽選) 費用 1人1千円

※当日集金
申し込み 10月31日(必着)までに次のいずれかの方法で
▽郵送:ハガキに「自然観察会参加希望」、参加者全員の①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号⑥携帯電話番号(お持ちの方)を記入し、〒190-0181日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合「秋の谷戸沢処分場自然観察会」係へ
▽インターネット:同組合ホームページ <https://www.tama-junkankumiai.com/>の申し込みフォームで
その他 当日は取材による写真撮影やインタビューにご協力いただく場合があります。

問い合わせ 同組合 〆 042-597-6152

強化対策地区	対象地域
地区1	梅郷、和田町の全域
地区2	柚木町1丁目、二俣尾1・2丁目、畑中3丁目、日向和田2丁目(西側)と3丁目
地区3	柚木町2・3丁目(一部)、二俣尾3丁目と4丁目(一部)、畑中1・2丁目(一部)、日向和田1丁目と2丁目(一部)(東側)

強化対策事業は継続してまいります。

今後、年3回の感染状況調査、春季・秋季のアブラムシ防除等は、継続して実施します。

問い合わせ 梅の里再生担当

浄化槽の維持管理

10月1日は「浄化槽の日」です。浄化槽は、適正に維持管理を行わないと、排水を処理する機能を十分に発揮することができません。

浄化槽法では、浄化槽の使用が行うべき3つの義務を定めています。個人または法人で浄化槽を管理している方は、確実に実施してください。

①保守点検:都に登録した専門業者が定期的に実施する点検作業▽専門業者(都環境局ホームページ <http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/>)参照へ申し込み

②清掃:市町村の許可を受けた業者が実施する浄化槽の清掃作業▽青梅市の許可業者・青梅新興株 〆74-042-5281へ申し込み

③法定検査:都知事が指定した機関が実施する①と②の状況等を客観的に判断する検査▽都知事指定機関(公財)東京都環境公 社多摩分室 〆042-595-7982

また、下水道接続等により浄化槽の使用を廃止した場合は、30日以内に都へ届け出てください。

問い合わせ
▽保守点検について:都多摩環境事務所廃棄物対策課浄化槽担当 〆042-5281-2692
▽清掃について:市清掃リサイクル課清掃係 〆042-595-7982
▽法定検査について:(公財)東京都環境公 社多摩分室 〆042-595-7982

市民農園の空き区画利用者募集

現在、一部の農園で空き区画がありますので、利用者を募集します。

募集農園 大門吉川農園15区画程度▽新町吉野農園10区画程度▽今井藤原農園5区画程度▽黒沢2丁目農園5区画程度

利用資格 ①市内在住で、園芸に熱意のある、営利を目的としない方②市内にある、営利を目的としない団体で市長が認められたもの

利用期間 申込日〆令和3年12月末
費用 年間3千500円(利用期間)

現在、一部の農園で空き区画がありますので、利用者を募集します。

募集農園 大門吉川農園15区画程度▽新町吉野農園10区画程度▽今井藤原農園5区画程度▽黒沢2丁目農園5区画程度

利用資格 ①市内在住で、園芸に熱意のある、営利を目的としない方②市内にある、営利を目的としない団体で市長が認められたもの

利用期間 申込日〆令和3年12月末
費用 年間3千500円(利用期間)

援農ボランティア事業を行っています

農業従事者不足で困っている農業者の支援と、農業体験やボランティアを通じた生きがい創出のため、援農ボランティアを受け入れたい農家と援農ボランティアをつなげる「青梅市援農ボランティア事業」を行っています。援農ボランティアと受入農家を募集していますので、ぜひご連絡ください。

◆援農ボランティア 対象 農業に関心のある、18歳以上の方
注意事項 ボランティア保険

◆受入農家 農林水産課で配布する申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、次のいずれかの方法で農林水産課農政係へ

▽直接持参:月々金曜日の午前8時30分〆午後5時
※祝日、12月29日〆1月3日を除く
▽郵送:〒198-8701青梅市農林水産課農政係

境局ホームページ <http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/>参照へ申し込み

また、下水道接続等により浄化槽の使用を廃止した場合は、30日以内に都へ届け出てください。

問い合わせ
▽保守点検について:都多摩環境事務所廃棄物対策課浄化槽担当 〆042-5281-2692
▽清掃について:市清掃リサイクル課清掃係 〆042-595-7982
▽法定検査について:(公財)東京都環境公 社多摩分室 〆042-595-7982

現在、一部の農園で空き区画がありますので、利用者を募集します。

募集農園 大門吉川農園15区画程度▽新町吉野農園10区画程度▽今井藤原農園5区画程度▽黒沢2丁目農園5区画程度

利用資格 ①市内在住で、園芸に熱意のある、営利を目的としない方②市内にある、営利を目的としない団体で市長が認められたもの

利用期間 申込日〆令和3年12月末
費用 年間3千500円(利用期間)

農業従事者不足で困っている農業者の支援と、農業体験やボランティアを通じた生きがい創出のため、援農ボランティアを受け入れたい農家と援農ボランティアをつなげる「青梅市援農ボランティア事業」を行っています。援農ボランティアと受入農家を募集していますので、ぜひご連絡ください。

◆援農ボランティア 対象 農業に関心のある、18歳以上の方
注意事項 ボランティア保険

◆受入農家 農林水産課で配布する申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、次のいずれかの方法で農林水産課農政係へ

▽直接持参:月々金曜日の午前8時30分〆午後5時
※祝日、12月29日〆1月3日を除く
▽郵送:〒198-8701青梅市農林水産課農政係

農業従事者不足で困っている農業者の支援と、農業体験やボランティアを通じた生きがい創出のため、援農ボランティアを受け入れたい農家と援農ボランティアをつなげる「青梅市援農ボランティア事業」を行っています。援農ボランティアと受入農家を募集していますので、ぜひご連絡ください。

◆援農ボランティア 対象 農業に関心のある、18歳以上の方
注意事項 ボランティア保険

◆受入農家 農林水産課で配布する申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、次のいずれかの方法で農林水産課農政係へ

▽直接持参:月々金曜日の午前8時30分〆午後5時
※祝日、12月29日〆1月3日を除く
▽郵送:〒198-8701青梅市農林水産課農政係

男女平等参画啓発講座 働く女性のスキルアップパソコン講座

仕事で使えるエクセル関数や、ビジネスシーンで活用できるパソコンスキルを学びませんか。

日時 11月5日(火)、7日(木)、11日(月)、14日(木)の全4回
午後7時～9時

会場 市役所2階会議室
対象 市内在住・在勤の働いているまたはこれから働こうとしている女性で、エクセルの操作ができる方

講師 児玉宏行氏
定員 先着20人(予約制)
費用 550円(テキスト代)持ち物 筆記用具

その他 託児あり(2歳以上の未就学児予約制)申し込み 10月15日まで
に氏名、電話番号、託児の有無(有の場合はお子さんの氏名・生年月日・性別)を電子メール divo940@city.oume.lg.jp または電話で市民活動推進課へ

10月8日は「木の日」

地元産の木材を使って元気な森を取り戻そう
身近なところから木を使ってみませんか

青梅市は、面積の約63%を森林が占め、その70%以上は当たる人工林のほとんどはスギやヒノキの私有林となっており、林業のまちなりでもありません。しかし、林業の採算性悪化から、手入れが行き届いていない箇所が見られます。

☆多摩産材を使おう
暮らしの中で使われる木材は、私たちに健康面や情緒面でよい影響を与えてくれます。

地元産の木材を使えばその収益が森林に還り、森林を育てることにつながります。青梅市を含む多摩地域では、「東京の木多摩産材」として公共事業や公共施設

設、住宅への利用推進に取り組んでいます。
☆広く市民に開かれた森づくり
森林の整備に関する「森林ボランティア育成講座」を開催し、森林所有者や地域住民と連携した市民参加による森づくりや森林ボランティアによる森林の整備を推進しています。

☆森林や木材に触れ合おう
林業家の仕事見学や木のおもちゃづくりなど木材に対する親しみや木の文化への理解を深めるための「木育」事業を実施しています。また、若手の林業家によって、森林内でのさまざまな体験活動を通じた森林環境教育に対する取り組みも始められています。

問い合わせ 農林水産課 務水産係

新築・増築の調査にご協力を

新築・増築した場合
令和2年度固定資産税・都市計画税の税額を算定するため、調査員が家屋の内外部、設備等を調査します。

平成31年(令和元年)に新築・増築した、すべての家屋(住宅、店舗、工場、車庫、物置等)が対象となります。小規模な増築等で建築確認を申請していない場合はご連絡ください。

※建築確認を申請している場合、連絡の必要はありません。

家屋を取り壊した場合
家屋(住宅、店舗、工場、車庫、物置等)の全部または一部を取り壊した方は、所有者の住所・氏名・家屋

調査済証に記載された番号(不明な場合は、所在地番・種類・構造・床面積等)をご連絡ください。

固定資産税等の税額に影響する場合もありますので、ご協力をお願いします。

問い合わせ 資産税課 係



おうち生活サポーター養成研修

市介護予防・日常生活支援総合事業では、元気な高齢者等が高齢者を支える側となり、掃除や洗濯、買い物などの家事を行うサービスを実施しています。

高齢者の暮らしを支える新たな担い手として、また、元気な高齢者の新たな社会参加の一助として、高齢者への家事支援サービスの担い手(おうち生活サポーター)を養成するための研修を実施

日時 11月25日(月)、12月2日(月) 午前9時～午後4時

会場 福祉センター2階会議室

対象 研修修了後に青梅市社会福祉協議会または青梅市シルバー人材センターに登録し、市内で活動(報酬あり)できる40歳以上

定員 先着50人(予約制)
費用無料
持ち物 筆記用具
申し込み 11月15日まで
に電話または直接高齢者支援課包括支援係(市役所1階)へ

内容 介護保険制度の概要、介護従事者としての心得や倫理、家事支援技術、緊急時の対応などに関する講義

※研修修了者には、修了証を発行します。

講師 介護福祉士 ほか(予定)

認知症簡易チェックシステム

「これって認知症?」「わたしも認知症?」
「わたしも認知症?」は、パソコンや携帯電話を使って簡単に認知症チェックができるシステムです。

年々増加している認知症の早期発見や認知症の

「これって認知症?」「わたしも認知症?」は、パソコンや携帯電話を使って簡単に認知症チェックができるシステムです。

年々増加している認知症の早期発見や認知症の

「これって認知症?」「わたしも認知症?」は、パソコンや携帯電話を使って簡単に認知症チェックができるシステムです。

年々増加している認知症の早期発見や認知症の



http://fishbowl/index.net/ome/

心身に障害のある方の 手当について

支給対象に該当すると思われる方は、各担当課へお問い合わせください。

手当の種類	支給対象(担当 子育て推進課)
児童扶養手当	18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間の児童(20歳未満で中度以上の障害を有する児童を含む)で、次のいずれかの状態にある児童を扶養している方 ▷父・母が死亡した児童 ▷父・母が生死不明である児童 ▷父・母に一年以上遺棄されている児童 ▷父・母が一年以上拘禁されている児童 ▷父・母が重度の障害を有する児童 ▷婚姻によらないで生まれた児童 ▷父母が離婚した児童 ▷父・母が裁判所からDV保護命令を受けた児童 (手当)申請の月の翌月から所得額に応じて、全部支給…月額42,910円、一部支給…月額42,900円～10,120円▷第2子加算…全部支給月額10,140円、一部支給月額10,130～5,070円▷第3子以降加算…全部支給月額6,080円、一部支給月額6,070円～3,040円
児童育成手当	18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間の児童で、次のいずれかの状態にある児童を扶養している方 ▷父・母が死亡した児童 ▷父・母が生死不明である児童 ▷父・母に一年以上遺棄されている児童 ▷父・母が一年以上拘禁されている児童 ▷父・母が重度の障害を有する児童 ▷婚姻によらないで生まれた児童 ▷父母が離婚した児童 ▷父・母が裁判所からDV保護命令を受けた児童 (手当)申請の月の翌月から、児童1人月額13,500円
障害手当	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を扶養している方 ▷身体障害者手帳1・2級程度の障害を有する児童 ▷愛の手帳1～3程度程度の障害を有する児童 ▷脳性まひまたは進行性筋萎縮症の児童 (手当)申請の月の翌月から、児童1人月額15,500円

手当の種類	支給対象(担当 障がい者福祉課)
特別障害者手当(20歳以上の方)	重度の障害があるため、日常生活に常時特別な介護が必要な方(おおむね身体障害者手帳1級か2級、愛の手帳1度か2程度で、かつそれらが重複している方。あるいは、これらと同等の疾病、精神障害の方)身体障害者手帳または愛の手帳を取得していても、具体的な疾病、外傷により心身に障害がある方は認定される場合があります。ただし、加齢に伴う心身機能の低下は、基本的に非認定となります。 (手当)申請の月の翌月から、月額27,200円 ※病院・診療所に3か月を超えて入院している方は、受給できません。
障害児福祉手当(20歳未満の児童)	重度の障害があるため、日常生活に常時介護が必要な方(おおむね身体障害者手帳1級か2級の一部、愛の手帳1度か2程度の方。あるいは、これらと同等の疾病、精神障害の方) (手当)申請の月の翌月から、月額14,790円
重度心身障害者手当(申請時65歳未満の方)	▷重度の知的障害で、著しい精神症状を有する方 ▷重度の知的障害と重度の身体障害を重複している方 ▷重度の肢体不自由で四肢機能障害の方(座っていることが困難な方) (手当)申請の日の月から、月額60,000円 ※病院・診療所に3か月を超えて入院している方は、受給できません。
心身障害者福祉手当(申請時65歳未満の方)	▷身体障害者手帳1～4級の方 ▷愛の手帳1～4度の方 ▷脳性まひの方 ▷進行性筋萎縮症の方 (手当)申請の日の月から、1～2級・1～3度・脳性まひ・進行性筋萎縮症の方は月額15,500円(ただし対象者が20歳未満の場合は、月額8,000円)、3～4級・4度の方は月額8,000円
難病福祉手当	特定医療費受給者証または難病医療券をお持ちの方 (手当)申請の日の月から、月額6,000円
特別児童扶養手当	次の状態にある20歳未満の児童を扶養している方 ▷知的発達が遅滞しているか、精神の障害があり日常生活に著しい制限を受ける状態にある児童 ▷身体に重度・中度の障害や長期にわたる安静を必要とする病状があり、日常生活に著しい制限を受ける状態にある児童 (手当)申請の月の翌月から、1級(重度障害児)…月額52,200円、2級(中度障害児)…月額34,770円

注意
①障害福祉手当を受けている方は、難病福祉手当を受けられません。また、心身障害者福祉手当に該当する児童を扶養している方が、児童育成手当(障害手当)を受けている場合は、心身障害者福祉手当を受けられません。
②各手当には、所得制限が設けられています。また、公的年金など(福祉年金を除く)との併給制限があるものもあります。
③施設に入所している方には、手当は支給されません。
④申請時の年齢制限は、上表のとおりです。

地域包括支援センターからのお知らせ

問い合わせ 高齢者支援課包括支援係

地域包括支援センターへご相談ください

市では高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心した生活が続けられるように、介護・保健・福祉などのさまざまな相談に応じる地域の拠点として、3か所の「地域包括支援センター」を設置しています。

総合相談・支援

地域の高齢者や家族からの相談を受け付け、介護保険サービスをはじめ、さまざまな制度や地域資源を活用した総合的な支援を行います。

高齢者の困りごとに専門の職員がチームで取り組みます

社会福祉士

主任ケア
マネジャー

保健師等

権利擁護、虐待の 早期発見・防止

高齢者が安心した生活を送ることができるように「権利擁護（人権や財産を守る取り組みや消費者被害防止など）」および「虐待防止事業」の窓口として、成年後見制度の活用や虐待の早期発見・防止をすすめていきます。

地域のケアマネジャーへの支援・ 地域ケア会議の開催など

ケアマネジャーへの指導・助言やネットワークづくりなどを進めます。また、地域ケア会議を開催し、医師や理学療法士等多職種協働によるケアマネジメント支援を行い、地域のネットワーク構築を進め、地域課題の把握へとつなげます。

介護予防ケアマネジメント

要支援1・2の方や基本チェックリストからのサービス事業対象者に対し、介護予防ケアプランを作成します。基本チェックリストとは、日常生活に必要な生活機能や心身の状況についての質問（25項目）です。

生活圏域	名称	所在地	電話番号	担当地区
第1地区	青梅市地域包括支援センター	東青梅1-11-1 (市高齢者支援課内)	☎22-1111	勝沼、西分町、住江町、本町、仲町、上町、森下町、裏宿町、天ヶ瀬町、滝ノ上町、大柳町、日向和田、東青梅、根ヶ布、師岡町
第2地区	青梅市地域包括支援センターうめぞの	駒木町3-594-1 (メディケア梅の園内)	☎24-2882	駒木町、長淵、友田町、千ヶ瀬町、畑中、和田町、梅郷、柚木町、二俣尾、沢井、御岳本町、御岳、御岳山、河辺町
第3地区	青梅市地域包括支援センターすえひろ	末広町1-4-5 (青梅すえひろ苑内)	☎33-4477	吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺、富岡、小曾木、黒沢、成木、新町、末広町、藤橋、今井

「地域の支え合い活動」の推進

地域の支えあい活動を推進するために、各地域で勉強会を開催しています。

誰もが住み慣れた地域でいつまでも安心して、自分らしく暮らし続けるために、住みやすい地域づくり（いつでも通えるサロン・居場所、見守り活動やちょっとした生活支援などの支えあい活動）について継続的に考え、地域でできることを探していく「話し合いの場」（第2層協議体）を、勉強会を通して設置していきます。

すでに第2層協議体が発足し、話し合いを始めている地域もありますが、これからの超少子高齢社会を迎えるにあたり、皆さんも、「地域の支えあい活動」について一緒に考えていきませんか？

詳しくは、お住まいの地区を担当する地域包括支援センターへお問い合わせください。



東京都シルバーパス新規申し込み

満70歳以上の都民（寝たきりの方を除く）に対し、申し込みにより、都営交通、都内民営バス等で利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。

満70歳になる月の初日から申し込みを受け付けます。希望する方は、費用・手続きに必要な書類をご用意のうえ、最寄りのバス営業所で手続きをしてください。

有効期間 発行日～令和2年9月30日

※新規申し込みについて、個別の通知はありませんのでご注意ください。

必要書類

全員…本人確認書類（保険証または運転免許証）

②の方…令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階区分欄に「1」～「5」の記載があるもの、令和元年度住民税非課税証明書、生活保護受給者証明書（生活扶助）のいずれか1つ

③の方…令和元年度介護保険料納入通知書の所得段階区分欄に「6」または「7」の記載があり、かつ合計所得金額欄の記載が125万円以下のもの、令和元年度住民税課税証明書のいずれか1つ

※住民税課税・非課税証明書は、市民税課（市役所1階）、各市民センターで発行しています。また、マイナンバーカードをお持ちの方はコンビニでも発行できます。

※不動産売却に係る特別控除額を合計所得金額から控除します。該当する方は、上記の必要書類と異なる場合がありますので、お問い合わせください。

費用 下表参照

① 令和元年度の住民税が課税で、③以外の方	20,510円
② 令和元年度の住民税が非課税の方	1,000円
③ 令和元年度の住民税が課税で、平成30年の合計所得金額が125万円以下の方	

申し込み

▷都バス早稲田自動車営業所青梅支所（森下町554）☎23-0288

▷西東京バス青梅営業所（末広町1-3-3）☎32-0621

問い合わせ 東京バス協会・シルバーパス専用電話☎03-5308-6950（土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時）、市高齢者支援課地域支援係

高齢者教養講座文化祭

福祉センターで開催している高齢者教養講座の受講生が日頃の稽古の成果を発表します。ぜひご覧ください。

日程 10月26日（土）、27日（日）

会場 福祉センター

毛筆講座・ペン字講座作品展示

▷26日（土） 正午～午後4時

▷27日（日） 午前10時～午後3時30分

茶道講座

☆お点前披露…27日（日） 午前10時～正午、午後零時30分～3時

華道講座

☆作品展示…26日（土） 正午～午後4時、27日（日） 午前10時～午後3時30分

☆生け花体験…27日（日） 午後1時30分～3時

詩吟講座

☆吟詠披露…27日（日） 午前10時～正午、午後1時～2時

高齢者教養講座に入会しませんか

高齢者教養講座には、毛筆、ペン字、華道、茶道、詩吟の5講座があり、受講生の皆さんが楽しく学んでいます。市内在住の60歳以上の方ならどなたでも随時入会できます。気軽にお申し込みください。詳細は、お問い合わせください。

問い合わせ 福祉センター管理事務室☎22-1111内線11-505（火曜日は休館）、市高齢者支援課地域支援係



10月からの消費税率引き上げに伴う介護保険制度の変更点についてお知らせします

問い合わせ 介護保険課介護保険管理係、高齢者支援課包括支援係

介護保険サービスの利用者負担額の変更

消費税率引き上げや介護職員の処遇改善に伴う介護保険制度の介護報酬の引き上げにより、介護保険サービス等の利用者負担が変更になりましたのでお知らせします。

どうして利用者の負担が変わるのですか？

今後も安定した介護保険サービスが提供できるように介護報酬を引き上げたためです。また、同時にサービスの利用者負担限度額等も引き上げられます。

※介護報酬とは、介護保険サービスを行った事業者へ、その対価として支払われる費用のことです。利用者負担はこのうちの1割～3割です。

変更内容 下記のとおり

●主なサービス費用の例

区分		サービス名※	9月まで	10月から
要介護度	利用者負担			
要支援2	1割	通所型サービス（現行相当）	3,607円/月	3,624円/月
要介護2	1割	訪問介護（身体介護・30分以上1時間未満）	436円/回	437円/回
		通所介護（7時間～8時間）	813円/回	817円/回
		訪問入浴介護（1回）	1,382円/回	1,388円/回

※一部抜粋したものととなります。その他のサービスや詳細については、お問い合わせください。

●支給限度額（1か月あたり）

要介護度	9月まで	10月から
要支援1	50,030円	50,320円
要支援2	104,730円	105,310円
要介護1	166,920円	167,650円
要介護2	196,160円	197,050円
要介護3	269,310円	270,480円
要介護4	308,060円	309,380円
要介護5	360,650円	362,170円

●介護保険被保険者証の印字内容

赤枠の記載内容が変更となります。（要介護度をお持ちでない方は空欄です）

要介護度をお持ちで、10月以降に発行された被保険者証については変更が反映された単位が記載されています。

なお、10月以前に発行された被保険者証については9月までの単位が記載されていますが、10月からは変更になった単位が適用されます。

●1日あたりの居住費・食費の基準費用（第4段階（負担限度額認定非該当））

区分	9月まで	10月から	
食費	1,380円	1,392円	
居住費	ユニット型個室	1,970円	2,006円
	ユニット型個室的多床室	1,640円	1,668円
	従来型個室（老健・療養等）	1,640円	1,668円
	従来型個室（特養等）	1,150円	1,171円
	多床室（老健・療養等）	370円	377円
	多床室（特養等）	840円	855円

特別養護老人ホーム等の居住費、食費の基準費用が左表のとおり、変更となります。

なお、介護保険負担限度額認定証をお持ちの方については、従来の基準費用のまま据え置き金額となります。



介護保険料の減額

低所得者への対応として、第1～3段階の介護保険料について保険料率が軽減されることに伴い、保険料が下表のとおり減額されます。

なお、第4段階以上の方の負担に変更はありません。

※年間の保険料は、介護保険料の基準額60,000円に各段階の保険料率を乗じた額となります。

※表中の令和元年度の保険料率、保険料の数値は軽減後の数値です。

	第1段階		第2段階		第3段階	
	平成30年度	令和元年度	平成30年度	令和元年度	平成30年度	令和元年度
保険料率	0.40	0.34	0.66	0.58	0.70	0.675
年間保険料	24,000円	20,400円	39,600円	34,800円	42,000円	40,500円

介護保険料の決め方・納め方

決め方 保険料は前年度の所得等に応じて、市区町村ごとに決定します。詳細についてはお問い合わせください。

納め方 2つの方法があります。

▷特別徴収 偶数月（4月・6月・8月・10月・12月・2月）に、該当の保険料を年金から天引きします。

▷普通徴収 納付書または口座振替により納付してください。

※65歳になった方や転入により青梅市の被保険者になった方については、普通徴収となります。翌年度4月以降に年金からの天引きが始まる方には、来年度以降、特別徴収開始通知書を送付します。

令和元年度の介護保険料（10月に65歳になる方の例）

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
年齢	64歳						65歳					
区分	健康保険（介護保険分）						介護保険料					
	加入している健康保険の一部（介護保険分）として負担してください。納付方法等については、加入している健康保険ごとに異なります。						各市町村が定める介護保険料として納付してください。11月中旬に送付する保険料額決定通知書に同封の納付書で納めてください。					

※10月で自動的に切り替わります。なお、今年度分の介護保険料については納付書での納付となります。来年度以降、年金を受給している方は年金から天引き（特別徴収）となる予定です。

青梅市特定健診受診者へ 管理栄養士による 健診結果の活かし方講座

健診は受けて終わりではありません。その結果を活用した健康づくりや、食事・運動などの生活習慣について管理栄養士がお話します。

日時 10月25日(金) 午後1時30分～3時
会場 健康センター
対象 青梅市国民健康保険加入者で市特定健康診査を受けた方
講師 市管理栄養士
定員 先着30人(予約制) 費用無料
持ち物 青梅市特定健康診査結果票
申し込み 電話☎23-2191で健康センターへ

特定健康診査は、11月30日までです。終了間際は混み合い、受診できない場合がありますので、早めの受診をお願いします。
健診を受診し、健診結果票を受け取っていない方へ結果票は郵送されませ



特定健診の結果票は医療機関で！

受診した医療機関で医師から説明を受け、結果票を受け取ってください。

問い合わせ 健康センター
☎23・2191

子どもの成長には野菜たっぷり栄養バランスのよい食事が大切だけど、毎日忙しくてなかなか難しい。そんな皆さんに、野菜のスペシャリストから、簡単なおいしく野菜を食べられる方法をお伝えします。地場野菜を使ったスグベジレシピも紹介！手軽に野菜摂取量アップを目指しませんか？



3分でもっと手軽に野菜を食べよう！

子どもは成長には野菜たっぷり栄養バランスのよい食事が大切だけど、毎日忙しくてなかなか難しい。そんな皆さんに、野菜のスペシャリストから、簡単なおいしく野菜を食べられる方法をお伝えします。地場野菜を使ったスグベジレシピも紹介！手軽に野菜摂取量アップを目指しませんか？

学童保育の入所申請

～来年度の受付は12月のみ行います～
令和2年度の入所申請受付は、元年12月2日(月)～20日(金)です。
申請場所 子育て推進課(市役所1階)
※郵送・電話等では受付できません。
対象 令和2年度に入所を希望する方
※現在入所中の方も申請が必要です。
その他 詳細は広報おうめ11月1日号に掲載予定です。
問い合わせ 子育て推進課子育て推進係

児童手当・児童育成手当を支給します

10月は児童手当・児童育成手当の支払月です。
10月15日(火)に6～9月分の手当を指定の口座に振り込みます。
なお、現況届を提出していないと、資格要件を満たしていても手当の支給ができません。
まだ現況届を提出していない方は、至急提出してください。
問い合わせ 子育て推進課助成係

食育一口メモ 郷土料理について考えよう

第2次青梅市食育推進計画では、郷土料理などを通じた食育があげられています。
代表的な郷土料理は、思い浮かばないかもしれませんが、地域で採れるのらぼう菜を使った料理など食べたことがある方も多くいると思います。
昔はお米があまりとれず、麦を栽培していたことから小麦粉を使った手

母子家庭等自立支援給付金事業

受申請申し込み前の事前相談が必要です。
母子家庭および父子家庭自立支援教育訓練給付金
母子家庭の母等が適職につながる能力開発のために受講する講座の受講料の一部を支給します。

来春小学校入学予定のお子さんがあるご家庭へ 新入学にかかる経費を援助します

市では、経済的な理由により教育費の支出にお困りの家庭に対し、就学に必要な経費の一部を援助しています。
10月上旬に送付する「入

市役所に手話通訳者を配置しています

手話通訳を必要とする方の各種申請や手続きなどの補助を行う手話通訳者を配置しています。
日時 火曜日の午前9時～正午
水曜日の午後1時～3時
利用方法 各種申請や手続きなどを行う窓口で申し

自立センター福祉公開講座 ビーズアクセサリー

日時 10月16日(水) 午後1時30分～3時30分
会場 自立センター
講師 明田川冬子氏
費用無料
申し込み 平日の午前8時～午後5時15分に電

「腹腔鏡手術」ってどんな手術？

腹腔鏡手術とは、お腹に小さな穴を数か所開け、炭酸ガスでお腹を膨らませ、カメラで見ながら行う手術です。お腹を大きく切らずに行うため、傷が小さく、痛みも少なく、手術後の回復が早いという大きな利点があります。傷は1年もすればほぼ目立たなくなりま

青梅市医師会健康コラム57

急性胆嚢炎、急性虫垂炎、胃十二指腸潰瘍穿孔など」と幅広く、特に癌領域では腹腔鏡手術の特性を活かすことで、「がんの根治」と「臓器・機能の温存」が可能となるため、最近急速に普及してきています。

母子家庭等自立支援給付金事業

対象者 市内に住所を有する母子家庭の母等で、児童扶養手当を受けているか、同等の所得水準の方
対象講座 看護師(准看護師)、介護福祉士、保育士 ほか
支給額 修業中：月額10万円(市民税非課税世帯)、月額7万5000円(市民税課税世帯)▽修業後：一時金を支給
ひとり親家庭 認定試験合格支援
ひとり親家庭の親および児童が高卒認定試験の合格を目指す場合に、民間事業者等が実施する対

児童手当・児童育成手当を支給します

10月は児童手当・児童育成手当の支払月です。
10月15日(火)に6～9月分の手当を指定の口座に振り込みます。
なお、現況届を提出していないと、資格要件を満たしていても手当の支給ができません。
まだ現況届を提出していない方は、至急提出してください。
問い合わせ 子育て推進課助成係



青梅市ファミリー・サポート・センター 提供会員・利用会員を募集しています

「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。

保育園等の送迎や開始前・終了後の子どもの預かり、冠婚葬祭や行事参加、買い物等の外出時の子どもの預かりなど、一時的な支援を行います。

提供会員の募集
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。

提供会員の募集
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。

提供会員の募集
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。

「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。

番号、生年月日を青梅市ファミリー・サポート・センターへ
（東青梅1-2-5 東青梅センタービル3階） ☎23・3888、23・9338、子ども家庭支援課支援係
お問い合わせ 青梅市ファミリー・サポート・センター ☎23・3888、23・9338、子ども家庭支援課支援係

利用会員の募集
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
日時 10月19日（土）
午前10時30分～11時30分
会場 福祉センター2階集会室
※利用登録の際に印鑑が必要。
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。

提供会員養成講座

日時（11月）	内容
6日（水） 午前10時～午後4時	身体の発育と病気▷保育サービスを提供するために
7日（木） 午前10時～午後3時	安全・事故▷子どもの世話 保育の心▷子どもの応急救護 小児看護の基礎知識
14日（木） 午前10時～午後3時	小児看護の基礎知識
15日（金） 午前10時～午後3時	心の発達とその問題
18日（月） 午前10時～午後2時30分	子どもの遊び▷円滑な活動を進めるために▷修了証交付（全課程修了者）
19日（火） 午前10時～午後2時30分	子どもの遊び▷円滑な活動を進めるために▷修了証交付（全課程修了者）

児童虐待防止講演会 みんなの力で防ごう虐待 ～体罰によらない子育て～

みなさんは、子育てに悩んだり、イライラしてつい叱りすぎてしまったことはありませんか？
子育てに役立つ知識やヒントについてお話しします。

日時 11月8日（金）
午後2時～4時
会場 福祉センター2階集会室
講師 東京都児童相談センター児童心理専門課 長 西澤康子氏

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、さまざまな事情で家族と暮らすことのできない子どもたちがいます。こうした子どもたちを家庭に迎えて育てるのが「里親」で、その中でも、養子縁組を目的とせずに子どもを育てる家庭を「養育家庭」といいます。

養育家庭のことを知っていただくために、養育家庭の方による体験発表会を行います。ぜひお越しください。

日時 10月29日（火） 午後2時～4時
会場 市役所2階会議室
入場無料
その他 託児あり（若干人・10月21日までに電話で子ども家庭支援課へ）
共催 青梅市子ども家庭支援センター、立川児童相談所
直接会場へ
お問い合わせ 子ども家庭支援課支援係

幼児・児童用自転車ヘルメット 購入費用の一部助成

市では、幼児・児童用自転車ヘルメットを事業協力店で購入する際、費用の一部を助成しています。ぜひご利用ください。

対象 市内在住の13歳未満の幼児・児童の保護者

助成内容 幼児・児童用自転車ヘルメット（SGマーク付き）購入1個につき上限2千円
※当該年度幼児・児童1人につき1個
※事業協力店で取り扱っているのみに限ります。

購入方法 事業協力店（下表）で、ヘルメット購入時に市が発行する助成券を提出し、助成額を差し引いた金額を支払ってください。

助成券 申請受理・内容審査後、助成決定通知書と助成券を送付します。

申請に必要なもの 朱肉を使用する印鑑
受付時間 午前8時30分～午後5時
※土・日曜日、祝日、年末年始を除く
受付場所・問い合わせ 市民安全課市民安全係（市役所3階）
※申請受理後、1～2週間程度かかります。

店名	所在地・電話
長谷川オートサイクル	勝沼3-92-5 ☎22-4498
自転車人の店クロチェリスタ	本町130-1 ☎78-4766
青柳商店	本町152 ☎22-2610
和田自転車店	日向和田3-522 ☎22-4397
吉川サイクル商会	駒木町1-737 ☎22-4667
輪千自転車店	友田町2-677 ☎22-0644
田中輪業	千ヶ瀬町2-258 ☎24-0540
サイクルスポーツのざき	大門1-761-13 ☎24-2245
岡ちゃんサイクル	河辺町7-10-10 ☎32-1808
自転車コーキ屋	河辺町10-11-4 ☎78-3658

子育てひろば・すこやか 秋の自然を見つけませんか

周りのものに、見たり触れたり、落ち葉や木の実に、草花昆虫などをみつけたりしてみませんか。

日時 10月17日（木）
午前9時45分～畑中保育園出発11時
※雨天の場合は、屋内で楽器あそび

会場 畑中保育園付近

対象 未就学児の親子
費用無料
持ち物 帽子、飲み物
直接集合場所へ
お問い合わせ 畑中保育園 ☎21・5358、子ども家庭支援課支援係



子育てひろば・とことん 看護師による健康講座

子どもの健康や感染症についてお話しします。お気軽にご参加ください。

日時 10月17日（木） 午前11時40分～正午
講師 長洲保育園看護師 塚中の方、祖父父母
費用無料 直接会場へ
お問い合わせ 長洲保育園 ☎22・8102、子ども家庭支援課支援係

ビーバークラス （5歳児むし歯予防教室）

日時 10月26日（土）
午前10時～正午
会場 新町市民センター
対象 就学前の5～6歳児と保護者

内容 おやつ作り（ハロウィン風スウィートポ）
費用 1組200円

持ち物 親子各自のエプロン・三角巾・手拭き・布巾、子どものタオル・歯ブラシ・甘い飲み物
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

妊婦歯科健診 赤ちゃんのために口の中の健康チェック

むし歯や歯周病が、赤ちゃんに影響を及ぼすことがあります。妊娠中に1度、お口のチェックをしておきましょう。

日時 10月17日（木）

内容 歯科健診、歯磨き指導

会場 健康センター2階
対象 安定期の妊婦
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

キッズクラス（幼児食教室）

日時 10月16日（水）
午前10時～正午
会場 東青梅市民センター1階料理教室
対象 2～5歳児の保護者

内容 調理実習：豆ごはん、カラフル豆腐ハンバーグ、かぼちゃサラダほか
指導 管理栄養士
定員 先着20組（予約制）
費用 1人400円

持ち物 親子各自のエプロン・三角巾・手拭き・布巾・甘い飲み物等
※食品衛生上、調理したものの持ち帰り不可
その他 託児あり
申し込み 電話 ☎23・2191で健康センターへ

ジュニアスポーツ教室「バレーボール教室」

日時 11月9日(土)、16日(土)、23日(祝)、30日(土)の全4回 午後6時30分〜8時30分(6時受付開始)
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)第1スポーツホール
対象 市内の小学生
指導 市バレーボール連盟
定員 100人(抽選)
費用無料
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
申し込み 10月15日(必着)までに往復ハガキに(往信裏)住所、氏名、性別、学年、電話番号(返信先)住所、氏名を記入し、表裏を折り、同協会へ送付してください。
お問い合わせ 同協会 ☎22・0827

第60回市民体育大会

お問い合わせ スポーツ推進課

少林寺拳法演武大会
日時 10月20日(日) 午前9時30分受付開始、10時開会式
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅(総合体育館)第2スポーツホール
対象 市内在住・在勤・在学者、市少林寺拳法連盟会員、関連団体の方
種目 ①単演の部(少年白・黄・緑茶、一般級拳士・有段) ②組演の部(少年白・黄・緑茶、一般級拳士・有段、親子、夫婦、男女混合、高校・大学) ③団体の部(少年、一般)
費用無料
申し込み 15日までに電話 ☎090・3900・9914 または電子メール djsph0822000@yahoo.co.jp、市少林寺拳法連盟 森田へ
柔道
日時 11月17日(日) 午前9時受付開始、9時30分競技開始
会場 住友金属鉱山アリーナ青梅第2スポーツホール
対象 市内在住・在勤・在学者、市少林寺拳法連盟会員
種目 ①中学生以下の部②女子59歳以下の部③女子60歳以上の部④男子59歳以下の部⑤男子60歳代の部⑥男子70歳以上の部
競技方法 3ゲームトータルピン、アメリカカンファレンス、年齢別表彰
申し込み 10月15日までに電話 ☎090・9399・8536 で市柔道連盟 四谷へ
※市内柔道教室在籍者は、各教室で申し込み
ボウリング
日時 11月17日(日) 午前8時45分受付開始、10時競技開始
会場 西東京レーン
対象 市内在住・在勤・在学者、市ボウリング連盟会員
種目 ①中学生以下の部②女子59歳以下の部③女子60歳以上の部④男子59歳以下の部⑤男子60歳代の部⑥男子70歳以上の部
競技方法 3ゲームトータルピン、アメリカカンファレンス、年齢別表彰
申し込み 10月15日までに電話 ☎090・9399・8536 で市柔道連盟 四谷へ
※市内柔道教室在籍者は、各教室で申し込み
サッカー(一般の部)
日程 12月15日(日)〜令和2年3月15日(日)
会場 東原公園球技場、市民球技場
対象 市内在住・在勤・在学者が所属し、男女問わず16歳以上の者で構成されているチーム
費用 市サッカー協会登録団体無料、未登録チームは5千円(登録費)
詳細 同協会ホームページ参照
申し込み 11月1日までに申込書を同協会へ
お問い合わせ 市サッカー協会 社会人部 村木 ☎080・4384・2023

親子魚釣り体験教室2019 「お父さん頑張ってください！」

日時 10月20日(日) 午前9時〜午後2時30分
内容 親子で工夫、協力して魚釣り、釣った魚を食べる方法を考える、小さい魚の飼いやわたり取り可・無料
共催 おうめ水辺の楽校運営協議会、(特非)奥多摩川友愛会
※「みどり東京温暖化防止プロジェクト」助成事業
申し込み 17日までに住所、氏名、保護者氏名、電話番号、学校・学年、延期時の参加の可否を電子メール ☎div1310@city.ome.tokyo.jp で環境政策課 管理係へ
その他 釣りさお、えさ、仕掛けは用意します
費用 1組1千円(保険代、仕掛け代、入場料等)
持ち物 着替え、弁当、雨具等
※秋の渓谷は気温が下がります。着脱のできる服装でお越しください。
お問い合わせ 同協会 ☎22・0827



青梅市生涯学習推進市民会議企画講座 ストーリーテラーと影絵劇

〜生きた影絵の物語〜

子どもから大人まで楽しめる物語が、神秘的な影絵劇となってやってきます。
生の語りによる舞台をお楽しみください。
日時 11月2日(土) 午前10時30分〜正午(10時15分開場)
会場 長洲市民センター体育館
対象 小学生以下と保護者
内容 演目「モチモチの木」、「手ぶくろをかいに」▽影絵の世界を楽しく学べる「影絵劇」
出演 ワークショップ 劇団スタジオライフ
定員 100人(抽選)
費用無料
持ち物 体育館履き、座布団などの敷物
共催 (公財)青梅佐藤財団
申し込み 10月16日(必着)までに保護者の住所・氏名・電話番号、子どもの氏名・学校・学年(年齢)を記入し、次のいずれかの方法で社会教育課へ
▽ハガキ:〒198-870
お問い合わせ 社会教育課
申し込み 10月16日(必着)までに保護者の住所・氏名・電話番号、子どもの氏名・学校・学年(年齢)を記入し、次のいずれかの方法で社会教育課へ
▽ハガキ:〒198-870
お問い合わせ 社会教育課



第29回西多摩地域広域行政圏体育大会

今年で29回目を迎える西多摩地域広域行政圏体育大会は、西多摩地域にお住まいの皆さんが参加します。
青梅市をはじめとする、8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開する本大会にぜひご注目ください。
また、体験型イベント「スポーツフェスタ」も開催します。日頃触れる機会の少ないスポーツ体験を通じて、新しい「出会い」や「発見」をしませんか。
スポーツ体験後は各市町村の特産品などが当たるスタンプラリー抽選会やじゃんけん大会も実施します。
総合開会式 10月24日(木)
総合閉会式 10月27日(日)
競技種目等 右表のとおり
※日程が異なる種目があります。
主催 西多摩地域広域行政圏協議会、西多摩地域体育協会連絡協議会
主管 西多摩地域広域行政圏体育大会委員会、西多摩地域広域行政圏体育大会実行委員会
後援 東京都
お問い合わせ スポーツ推進課

Table with 3 columns: 競技種目, 日程(10月)・競技開始時間, 会場. Lists various sports events like バレーボール, 剣道, バドミントン, テニス, etc.

青梅市まるごとアート支援事業追加募集

市では、自主的な文化芸術活動を行う団体の事業を支援しています。補助対象事業 次のすべてに該当する事業 ①文化芸術活動を通じた集客・交流の促進、人材育成、子どもたちが参加する文化芸術活動等、地域活性化やアートによるまちづくり等に寄与すること ②原則として、事業が青梅市の区域内で開催され、広く市民に公開されること ③非営利であること ④政治または宗教活動とかわりがないこと ⑤12月1日から令和2年3月31日までに実施される事業であること ⑥今年度すでに申請した事業でないこと 補助額 補助対象事業経費の2分の1以内かつ

郷土博物館企画展 青梅の織物糸が紡ぐ今と昔

青梅は、青梅縞や青梅夜具地など、江戸時代から続く織物の産地として全国的に知られています。本展覧会では、青梅の織物に関する文献や道具などを展示しますので、ぜひご覧ください。 会期 10月5日(土)～令和2年1月13日(祝) ※月曜日は休館(10月14日、11月15日) 会場 郷土博物館 23・6859



都立学校活用促進モデル事業 スポーツ体験教室

都では、都立学校を活用し、どなたでも参加できるスポーツ体験教室を開催しています。珍しいスポーツにチャレンジしてみませんか。 バレーボール体験教室 日時 10月6日(日)、26日(土)、12月1日(日) 午後1時30分～3時30分(1時受付開始) ※各回同じ内容です。 ☆ライオンクラブ教室 ※ライオンクラブは、丸棒を投げ、一定の間隔で一直線におかれたクッパ(まき)を倒して点数を競う競技です。 日時 10月20日(日) 午後1時30分～3時30分 問い合わせ オリンピック・パラリンピック担当

市立美術館共催展

「アートビューイング西多摩2019-ARTの産地消-」アートボランティア募集

会期 11月16日(土)～令和2年1月13日(祝) 対象 高校生以上 内容 展示作業、ワークショップ、鑑賞教室、ギャラリートークのサポートなど▷詳細は10月20日(日)の午前10時から市立美術館で開催する「ボランティア説明会」で説明します。 申し込み 10月14日(祝)の午後4時(必着)までに住所、氏名、電話番号、メールアドレスを電話24-1195、ファックス23-8229、電子メールdiv7060@city.ome.tokyo.jpで市立美術館へ https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/uketsuke/form.do?id=1567505079302 ※右の2次元コードから電子申請可

青梅市総合文化祭

青梅市文化団体連盟加盟団体が日頃の活動の成果を発表します。ぜひお出かけください。 会場 ネットたまごセンター(文化交流センター) 和室、研修室、会議室、多目的ホール ほか 其他 俳句展、菊花展(後期日程)は同時開催▷短歌展、陶芸展は同時開催▷時間に変更になることがありますので、各団体へお問い合わせください。 主催 市教育委員会、青梅市文化団体連盟 問い合わせ 市社会教育課

Table with 5 columns: 催し物, 日時, 会場, 主催, 詳細・問い合わせ. Lists various cultural events like tea ceremony, art exhibitions, and sports events.

※最終日は午後4時まで

Table with 5 columns: 催し物, 日時, 会場, 主催, 詳細・問い合わせ. Lists musical and performance events like singing, hula, and dance.

10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)、23日(水)、28日(月)30日(水) 11月6日(水)、11日(月)、13日(水)、18日(月)、20日(水)、25日(月)、27日(水)	午後2時～5時 (1人25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。 ●直通電話☎22-2816または市民安全課市民相談係へ ●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	●参考資料があればお持ちください。
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・遺言等暮らしの手続き相談	21日(月)		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、時間を短縮する場合あり)	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 ※祝日を除く	午前10時～正午 午後1時～4時 ※第2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 ●消費者相談室専用電話☎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)	午前10時～正午 (1人40分) ※電話予約制	社会保険労務士 ※解雇、賃金不払い、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。
こどもの健康相談	保健師による乳幼児健康相談	29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	8日(火) 29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 ▶乳幼児発達健康診査…定員6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。
	乳幼児発達健康診査	8日(火)	医師、保健師 ※運動発達に心配のある乳幼児	
	子ども発達相談	1日(火) 18日(金) 11日(金)	午前9時～11時30分 午後1時10分～3時50分	心理相談員、保健師 ※ことばや人との関わり、行動に心配のある乳幼児
健康診査	3～4か月児健康診査	2日(水) 16日(水)	午後1時～1時50分	※9月中旬に満3か月に達した子ども
	1歳6か月児健康診査	4日(金) 18日(金)	午後1時10分～1時50分	※9月中旬に満1歳6か月に達した子ども
	3歳児健康診査	1日(火) 15日(火)		※9月中旬に満3歳に達した子ども
	幼児歯科相談(2歳児)	10日(木) 24日(木)	午後1時5分～2時	※9月中旬に満2歳・2歳6か月に達した子ども
	むし歯予防教室	9日(水)	午前10時～11時45分	※8か月～12か月の子どもと保護者
B C G 予防接種	3日(木) 29日(火)	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	健康相談	11日(金)	午前9時30分～11時15分	保健師 健康センター☎23-2191 ●直接会場へ
	健康相談	25日(金)	午後1時30分～3時15分	保健師 ※健康に関すること 身体計測、体脂肪測定等実施 中央図書館多目的室 ※問い合わせは健康センター☎23-2191へ ●直接会場へ
	栄養相談			管理栄養士 ※栄養に関すること
	健康相談 介護予防相談	24日(木)	午後1時30分～3時	保健師 ※健康に関すること ※介護予防に関すること

10月の交通公園日曜映画教室

自転車等に乘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～小学6年生のお子さんは、必ずヘルメットも着用してください。

6日 おじゃる丸の交通安全、まんが偉人物語(ヘレンケラー、シートン)


13日 カルガモ親子の交通安全、まんが偉人物語(リンカーン、坂本龍馬)

20日 クーニヤンの交通安全、まんが偉人物語(ガリレオ、コペルニクス)

27日 グーバ王子の交通安全、まんが偉人物語(コロンブス、一休)


時間 午後2時から 会場 交通公園(大門3-14-3)
問い合わせ 市民安全課市民安全係

10月の収益事業


ボートレース多摩川開催日 

☆1日(火)～5日(土)…第13回多摩川蛭子カップ「ウェイキーパーク多摩川開設2周年記念」

☆11日(金)～16日(水)…第3回じぶん銀行賞

☆25日(金)～30日(水)…第14回マンスリーBOAT RACE杯 

電話投票会員随時募集中 午前9時～午後6時に電話☎0120-858-006でレポート加入受付センターへ

京王閣競輪開催日 

☆1日(火)まで…FⅡサンケイスポーツ杯(ナイター・ガールズ)

☆19日(土)～22日(祝)…GⅢ京王閣記念ゴールドカップレース

10月のリサイクルショップ

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

総合病院 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 10月28日(月) 午前9時～正午
電話 ☎22-3191

10月の献血

日程(10月)	時間	会場
12日(土)	午前10時～11時45分 午後1時～3時30分	都立青梅看護専門学校
23日(水)	午前10時～正午 午後1時15分～4時	カインズホーム 青梅インター店
24日(木)	午前9時30分～11時30分	青梅税務署

直接会場へ
詳細 東京都赤十字血液センター☎042-529-0405

10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、管理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

会場等	日程	時間	
大門市民センター会議室	2日(水) 16日(水)	午前10時～正午	
長淵市民センター体育館	7日(月) 14日(祝) 28日(月)	午後3時～5時	
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～19日の土曜日	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(金) 11日(金) 25日(金)	午後3時～5時	
今井市民センター体育館	8日(火) 22日(祝)	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	
子育て支援センター	赤ちゃんサロン(0～1歳) 親子サロン(1～3歳)	29日(火) 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。
※年間予定は、市ホームページをご覧ください。

内容	対象	日時	特別	日程	定期
ガーゼによるエイジング	16歳以上	9月30日(日) 午前10時～午後	フェイシャルエステ	10月5日(土)、6日(日)	10月7日(月)～8日(火)
秋の紅葉写真展	申し込み	10月22日(祝)～11	費用	10月7日(月)～8日(火)	10月7日(月)～8日(火)
サードビーム利用不可	1人1回限り	10月22日(祝)～11	1千円(カウンスリ)	10月7日(月)～8日(火)	10月7日(月)～8日(火)
※詳細はホームページ参照	市内在住者	10月22日(祝)～11	1回800円(教室と入浴3時間のセット料金、回数券や	10月7日(月)～8日(火)	10月7日(月)～8日(火)

フレッシュランド西多摩 ☎042-570-2626

教室案内
☆フラダンス教室：毎週水曜日 午後1時～2時
☆ヨーガ教室：毎週木曜日 午後1時30分～2時30分



広報おうめ「なんでも情報局アンテナ」の締め切りは、11月1日号…10月4日(金)、11月15日号…10月18日(金)です。 - 秘書広報課 -

なんでも情報局 アンテナ

★催し(子ども向け)

●キッズバレエ&ダンス教室 10月4日(金)、11日(金) ①午後4時〜4時50分・幼児(3歳以上) ②午後5時〜6時・小学生

賞あり▽先着25人程度▽費用無料▽直接会場へ▽同園 岡田 22・2235

★催し

●紙芝居 10月20日(日) 午前10時〜11時▽長淵市民センター▽こんぎつね、いなむらの火▽入場無料▽直接会場へ▽青梅紙芝居劇団 小割 31・5516

●「ママと一緒 絵本を楽しむ」 10月31日(木) 午前11時〜12時30分▽古民家むく▽未就学児と保護者▽費用無料▽直接会場へ▽絵本グループえほんむすび 茂木 090・3916・6655

●「ふれあい大掃除サービス」 利用者・協力員募集 大掃除を通して利用者や協力員のふれあいを目的とします

●「ミニテニス」 月曜日※第3月曜日を除く 午前9時〜正午▽東青梅市民センター▽60歳以上▽年額6千円▽ミニテニスあいあいクラブ 野崎 23・3303

●「市民公開講演会「口腔ケアの力」」 10月5日(土) 午後2時30分〜4時 ※2時間場▽福生市民会館

●「令和元年度駐車監視員資格者講習」 申し込み期間：11月5日〜29日、講習日：令和2年1月20日(月)

●「令和2年度入学試験募集」 令和2年度入学試験募集要項を配布しています

●「都立看護専門学校学生募集」 令和2年度入学試験募集要項を配布しています

官公署だより

●「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

●「CAPS事業」 ☆手作りサロン：10月18日(金) 午後1時30分〜4時

●「パソコンとタブレットの体験教室」 10月23日(水) 午後1時〜3時

●「ふれあい大掃除サービス」 利用者・協力員募集

●「中学生英会話」 月曜日 午後7時30分〜9時30分

●「福生学園・福生あらたま寮 開設記念学園祭」 10月12日(土) 午前10時〜午後2時30分

●「福生学園」 玉置 042・530・6962

●「第22回東京都都市計画審議会」 傍聴者募集 11月20日(水) 午後1時30分

●「都西多摩保健所が移転しました」 都西多摩保健所は、9月30日に〒198-0042東青梅1-167-15

ボランティア

●「CAPS事業」 ☆手作りサロン：10月18日(金) 午後1時30分〜4時

●「パソコンとタブレットの体験教室」 10月23日(水) 午後1時〜3時

●「ふれあい大掃除サービス」 利用者・協力員募集

●「中学生英会話」 月曜日 午後7時30分〜9時30分

●「福生学園・福生あらたま寮 開設記念学園祭」 10月12日(土) 午前10時〜午後2時30分

●「福生学園」 玉置 042・530・6962

●「第22回東京都都市計画審議会」 傍聴者募集 11月20日(水) 午後1時30分

●「都西多摩保健所が移転しました」 都西多摩保健所は、9月30日に〒198-0042東青梅1-167-15

●「おもちゃの病院おうめ」 10月5日〜26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

●「ストレス対処ポプリ作り」 10月19日(土) 午後1時30分〜3時30分▽福祉センター▽ゆずを使ったフルーツポマンダー作り▽高野千恵子氏▽先着10人▽600円▽このと体のケア・せせらぎ 横内 080・5055・9620へ申し込み

●「男の料理教室」 10月29日(火)、30日(水)、11月1日(金)、6日(水)、7日(木) 午前10時〜午後1時

●「英会話」 水曜日(月3回) 午前10時〜正午▽東青梅市民センター▽甲斐サラ氏▽月額3千500円▽初心者歓迎▽サンフラワーの会 下田 23・0241

●「足裏を鍛えて良いことたくさん」 10月12日(土) 午後1時30分〜2時30分▽都立青梅看護専門学校▽健康・美容についての公開講座

●「ORIC祭」糸・織・布めぐり in 青梅 10月12日(土)、13日(日) 午前10時〜午後5時▽青梅織物工業協同組合▽織物の街青梅のテキスタイルを色とモノと音で伝える昔と今▽入場無料▽直接会場へ▽ORIC 1C123 永井 090・1773・1972

●「けいめいフェスティバル」 10月20日(日) 午前10時〜午後3時※雨天決行▽東京恵明学園▽ゲーム、模擬店等※変更あり▽入場無料▽直接会場へ▽同学園 23・0241

●「令和元年度駐車監視員資格者講習」 申し込み期間：11月5日〜29日、講習日：令和2年1月20日(月)

●「令和2年度入学試験募集」 令和2年度入学試験募集要項を配布しています

わがまち青梅講座 御岳溪谷付近の文化財を巡る

市文化財保護指導員の案内のもと、郷土・青梅に関する知識を深めてみませんか。

行程 11月3日(祝) 午前10時JR御嶽駅前集合～元禄14年の道標～慈恩寺～青渭神社～雲慶院～沢井八雲神社～福島家住宅～沢井市民センター(昼食)～北原白秋碑～楓橋～寒山寺～青年の像～「お山の杉の子」歌碑～御岳万年橋～午後2時ごろ御岳小橋付近解散

※雨天中止 ※健脚向き(坂道あり)

定員 20人(抽選)

費用無料

申し込み 10月18日(必着)までに往復ハガキに(往信裏)住所、氏名、年齢、電話番号(返信表)住所、氏名を記入し、〒198-0053青梅市駒木町1-684郷土博物館「わがまち青梅講座」係へ

※同伴者は1枚につき1人まで可(同伴者名も必ず記入してください)

※市ホームページから電子申請も可

問い合わせ 郷土博物館 ☎23-6859

無形民俗文化財を見に行きませんか

市内には、都や市指定の無形民俗文化財が数多く伝承されています。歴史と伝統を守り、現在まで伝承されている無形民俗文化財をご覧ください。



問い合わせ 郷土博物館

☎23-6859

文化財の名称	日時	会場
武蔵御嶽神社太々神楽(都指定)	☆神楽と雅楽の一般公開…10月14日(祝) 午前11時から ☆夜神楽…10月27日(日)、11月24日(日) 午後8時から	武蔵御嶽神社神楽殿(御岳山)
野上春日神社獅子舞(市指定)	10月13日(日) 正午ごろから	野上春日神社(野上町1丁目)
成木熊野神社獅子舞(市指定)	10月13日(日) 午後1時ごろから ※午前中は地区内を巡回	成木熊野神社(成木3丁目)
梅郷獅子舞(市指定)	10月19日(土) 午後3時30分ごろから ※雨天時は20日(日)に順延	下山八幡神社(梅郷6丁目)

※いずれも、時間が前後したり、天候等により中止・延期となる場合もありますので、ご注意ください。

秋の芸術講座

陶芸を始めよう!
初めての手びねり



玉つくり、紐づくり、たたらなどの技法を使って小鉢や皿などを作り、施釉や窯づめなど作品完成までの工程を経験できます。

木彫を楽しむ
干支を彫ろう!



掌に乗るほどの大きさの、来年の干支「子」を彫ります。初心者も経験者もレベルにあった作品制作に向けて、丁寧に指導します。

講座種類	陶芸を始めよう!	木彫を楽しむ
日程	10月20日、27日、11月24日、12月8日の日曜日(全4回)	10月26日～11月30日の土曜日(全6回) ※11月23日は祝日
時間	午後1時～4時	
会場(明星大学青梅校内)	陶芸工房	木材造形工房
対象	全回参加可能な中学生以上 ※初めての方優先	高校生以上
講師	明星大学非常勤講師 長島小春氏	彫刻家 榎戸項右衛門氏
講座責任者	明星大学デザイン学部教授 塩野麻理氏	
定員	先着8人※市内在住・在学・在勤者優先	
費用	2,000円	
服装・持ち物	汚れてもよい動きやすい服・靴、筆記用具	

その他 青梅市生涯学習推進市民会議企画講座

申し込み 10月15日までに電話で社会教育課へ(土・日曜日、祝日を除く)

西ノ猫町散策ガイドツアー参加者募集

観光ガイドと一緒に猫町青梅を散策して回るツアーです。常保寺と住吉神社では猫町特別御朱印(紙朱印)がもらえます。

日時

- ①11月16日(土) 午前10時～正午
- ②11月17日(日) 午前10時～正午
- ③11月17日(日) 午後2時～4時
- ④11月16日(土) 午後3時から 1泊2日(夕・朝食付)

行程 青梅観光案内所集合～にゃにゃ曲がり～常保寺～住吉神社～昭和幻燈館～津雲邸
※津雲邸は①～③の日程のみ ※④の宿泊先は青龍kibako(男女別の相部屋)

費用 ①～③2,300円、④9,500円

定員 各ツアー先着12人(予約制)

申し込み 11月14日までに右の二次元コードから申し込み

問い合わせ 青梅市観光協会 ☎24-2481、電子メール

☒ome-2481@omekanko.gr.jp



▲ピーティックス申し込み用二次元コード



▲電子メール申し込み用二次元コード

長淵市民センター ☎22-3249

●みんなのお話し会～着る・食べる・住む～「絵本の世界の衣・食・住」 日時=10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

大門市民センター ☎31-2251

●そば打ち教室～カモ汁で手打ちそばを味わおう～ 日時=10月24日(木) 午前10時～午後2時▷講師=橋本章氏▷定員=先着20人(予約制)▷費用=1,500円(材料代)▷持ち物=エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器▷申し込み=2日から電話で(午前9時～午後5時)

成木市民センター ☎74-5204

●ハーバリウム教室 ～秋を彩るインテリアフラワー～ 日時=10月28日(月) 午後1時30分～3時30分▷対象=成人▷講師=高澤典子氏▷定員=

先着20人(予約制)▷費用=1,000円(材料代)▷持ち物=持ち帰り用の袋、せん定用はさみ(お持ちの方)▷申し込み=2日の午前8時30分から電話で



河辺市民センター ☎22-4885

●河辺市民センター文化祭 日時=10月19日(土)、20日(日) 午前10時～午後4時▷内容=市民センターで活動している団体、河辺地域住民の作品展示や舞台発表、模擬店、フリーマーケット等▷入場無料▷直接会場へ

今井市民センター ☎31-8600

●今井図書館おはなし会&こうさく会 日時=10月12日(土) こうさく会…午前10時15分～10時45分、おはなし会…11時～11時40分▷対象=4歳児以上※未就学児は保護者同伴▷定員=先着30人▷費用無料▷協力=おはなしボランティア▷直接会場へ▷問い合わせ=中央図書館 ☎22-6543

中央図書館 ☎22-6543

●映画会「ゴーストバスターズ」 日時=10月27日(日) 午後2時～3時50分(1時45分開場)▷会場=多目的室▷上映予定作品=「ゴーストバスターズ」1984年制作/アメリカ映画/ビル・マーレイ主演/日本語吹き替え/約107分▷定員=先着60人▷入場無料▷直接会場へ

10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 3日、10日、17日、24日、31日
対象課・問い合わせ 市民課、保険年金課、介護保険課、高齢者支援課、障がい福祉課、子育て推進課、収納課、市民税課、資産税課

10月の日曜納付窓口

日時 27日(日) 午前9時～午後4時
問い合わせ 収納課収納管理係

10月の納期限(10月31日)

▷市・都民税…3期▷国民健康保険税…4期▷後期高齢者医療保険料…4期▷介護保険料…4期