

高齢者温泉保養施設利用助成事業

市では、高齢者の心身のリフレッシュのため、温泉施設利用額の一部を助成しています。ぜひご利用ください。

- 対象 市内在住で在宅の65歳以上の方。
※援護が必要と認められる場合は、要援護者1人につき援護者1人の助成可。
- 助成内容 宿泊 1泊3,000円を限度（年度内4泊以内）
日帰り 1日1回300円を限度（年度内12日以内）
- 申請方法 ① 窓口申請 利用者全員の身分証明書（保険証等）をお持ちの上、各市民センターまたは市役所1階の高齢者支援課へ（受付時間は、午前8時30分～午後5時）
② 電子申請 お手持ちのスマホ・パソコンから申請できます。（二次元コード参照）

青梅市高齢者温泉保養施設利用助成 検索



二次元コード

- その他 宿泊利用の場合は、施設に予約した上で申請してください。
- 問合せ 高齢者支援課いきいき高齢者係 電話 22-1111 内線 2157



今月のミニギャラリー

市民センター正面玄関には、センター利用団体などの作品を展示できるミニギャラリーが設置されています。

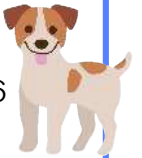
4月は、『おひさま広場』に遊びに来てくれた子どもたちの作品を展示しています。ぜひご覧ください！



令和5年度 狂犬病予防集合注射



- ◇ 日時 4月17日（月）午後0時45分～1時25分
 - ◇ 会場 東青梅市民センター東側駐車場
 - ◇ 接種方法・費用
 - ❖登録済みで令和5年度の狂犬病予防注射が未接種の犬の飼い主の方（届いた水色のハガキを持参）
費用 1頭 3,750円
 - ❖未登録で令和5年度の狂犬病予防注射が未接種の犬の飼い主の方（直接会場へ）
費用 1頭 6,750円
 - ◇ 問合せ 環境政策課管理係 電話 22-1111 内線 2536
- ※詳細は広報おうめ3月15日号（4ページ）をご覧ください。



4月のわいわいサタデー



日にち	会場・時間	対象	内容・持ち物等	申込み
4/1（土）	東青梅市民センター 体育館 10:00～12:00	児童・保護者同伴の乳幼児 ■定員30名（先着順） ※体調不良の方は利用をお控えください。	自由遊びおよび交流の場の提供 ※体育館履きをご持参ください。 ※会場にて検温を実施します。 ※マスクの着用は個人の判断でお願いします。	申込不要 直接会場へ
4/8（土）				
4/15（土）				
4/22（土）				

4月の休館日は17日（月）です。

裏面もご覧ください。

「はぴねす健康体操」

～みんなで楽しく運動しようよ、おうめ！～

- 日 時：4月7日（金）
午後 1 時 30 分～2 時 30 分
会 場：東青梅市民センター 体育館
内 容：有酸素運動、筋力トレーニング、
ストレッチなど
定 員：先着 30 人（予約不要・直接会場へ）
服装・持ち物：運動のできる服装、室内用運動靴、
バスタオルまたはヨガマット、
飲み物
その他：持病のある方は事前に主治医の許可を得
てください。
問合せ：健康センター 電話 23-2191
※ 他の市民センターでも開催予定です。
詳細は広報おうめ3月15日号をご覧ください。

東青梅老壮大学

「令和4年度修了式」を開催しました

3月16日(木)に、福祉センターにおいて「令和4年度東青梅老壮大学修了式」が行われました。
池田学長から卒業生に対し卒業証書が授与されたほか、年間10単位以上取得された方には精勤賞が授与されました。
当日の様子は、青梅市ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。



卒業証書授与の様子

市民センターでも

住民票の写しなどを取得できます

住民票の写し・印鑑証明書・戸籍・課税証明等の証明書は、市民センターでも取ることができます。ぜひご利用ください。

◎市民センター受付時間
月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時
(ただし、センター休館日、祝日、年末年始を除く)

※ 窓口に来られる方の本人確認書類(免許証など)をお持ちください。

※ 印鑑証明書を申請する場合は、「おうめ市民カード」または「印鑑登録証」が必要です。



詳しくは、市民課または市民センターにお問い合わせください。

市民課 22-1111 内線2103
東青梅市民センター 24-8110

おひさま広場 問合せ 電話 78-4725

- 利用時間と人数
①9:00～12:00 ②13:00～16:00 各25人まで
(12:00～13:00は消毒、館内整備等のため閉館)
 - 小学生も毎日利用できます。
- ※詳細は、おひさま広場へ直接お問い合わせください。



●● 第八支会インディアカ大会結果 ●●

2月26日(日)に東青梅市民センター体育館において第38回第八支会インディアカ大会が開催され、8チーム44人の選手が熱い戦いを繰り広げました。

男子の部 優勝 東青梅2丁目第1自治会
女子の部 交流試合のため順位なし



※当日の様子は、後日、第八支会チャンネルで配信します。お楽しみに！