

## 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
- その他 宿泊利用の場合は、施設に直接予約をしてから申請してください。
  - 問合せ 高齢者支援課いきいき高齢者係 電話 22-1111



二次元コード

## 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6年度 狂犬病予防集合注射



- ◇ 日時 4月15日（月）12時20分～13時00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6年度の狂犬病予防注射が未接種の犬の飼い主の方（届いたウグイス色のハガキを持参）  
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
- ※詳細は広報おうめ3月15日号（5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
4/6（土）	東青梅市民センター 体育館 10:00～12:00	小学生・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。	申込不要 直接会場へ
4/13（土）				
4/20（土）				
4/27（土）				

4月の休館日は15日（月）です。

裏面もご覧ください。

## 「はぴねす健康体

～みんなで楽しく運動しようよ、おうめ！～

- 日 時：4月12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、健康情報の提供など  
定 員：先着50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。

## 東青梅老壮大学

「令和5年度修了式」を開催しました

3月14日（木）に、福祉センターにおいて「令和5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4名に対し卒業証書が授与されたほか、年間8単位以上取得された方19名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。

※ 印鑑証明書の申請に  
「おうめ市民カード」  
「印鑑登録証」  
「マイナンバーカード」  
のいずれかが必要です。



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  
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  
9:00～17:00
- 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25日（日）に東青梅市民センター体育館において第39回第八支会インディアカ大会が開催され、13チーム77人の選手が熱い戦いを繰り広げました。

### 優勝チーム

男子の部Aブロック 東青梅2丁目第1自治会  
男子の部Bブロック グリーンサイド東青梅自治会  
女子の部Cブロック 根ヶ布自治会