

長淵市民センターだより

令和6年7月1日発行 青梅市長淵市民センター ☎0428-22-3249
 長淵図書館 ☎0428-78-3374
 6/1管内人口 世帯数 9,880世帯 人口 19,462人 (男9,875人 女9,587人)
 市民活動推進課 長淵市民センター E-mail: cen100302@city.ome.lg.jp

東京都知事選挙について

投票日：7月7日(日)
 投票時間：午前7時～午後8時

【第二支会管内の投票区】

| 投票区 | 投票所 | 区域 |
|-----|----------|-------------|
| 第7 | 千ヶ瀬町自治会館 | 千ヶ瀬町1～6丁目全域 |
| 第9 | 友田町自治会館 | 友田町1～5丁目全域 |
| 第10 | 長淵市民センター | 長淵1～9丁目全域 |
| 第11 | 駒木町会館 | 駒木町1～3丁目全域 |

◆期日前投票について◆

【青梅市役所 期日前投票所】

期間 6月21日(金)～7月6日(土)
 場所 青梅市役所2階201・202会議室
 時間 午前8時30分～午後8時

【河辺駅前 期日前投票所】

期間 7月2日(火)～7月6日(土)
 場所 中央図書館2階多目的室
 時間 午前9時～午後8時



投票箱

体力づくり推進事業予定

今年の事業の予定は、以下の通りです。

第53回市民運動会 10月13日(日)
 歩こう会 11月23日(土・祝)
 ビーチボール大会 11月17日(日)
 ファミリーゴルフ大会 令和7年3月9日(日)



第76回青梅市納涼花火大会

日程：8月3日(土)
 荒天の場合4日(日)に延期
 会場：TCNスポーツパーク永山
 (永山公園グラウンド)
 内容：広報おうめ6月15日号、市ホームページ等をご覧ください。
 問い合わせ先：観光協会(24-2481)
 市シティプロモーション課



各地域の納涼盆踊り大会日程

駒木町 7/27(土)
 上長淵 7/20(土)
 下長淵 7/20(土)
 友田町 7/27(土)



ご活用ください「涼み処」

熱中症予防の対策として、センター1階のホールを「涼み処」として開放しています。
 水分補給はOKですが、ご飯やお菓子を食することはNGです。
 ルールを守って、気持ちよく利用し、今年の猛暑を乗り切りましょう。



☀ 熱中症にご注意を ☹

◎ 熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています ◎

東京都23区における熱中症死亡者の約8割は65歳以上の高齢者です。また、室内での死亡者のうち約9割がエアコンを使用していませんでした。
 高齢者は温度に対する感覚が弱くなって「暑い」と感じにくくなったり、体内の水分量が減少していたり、のどの渴きを感じにくくなったりすることで、熱中症にかかりやすくなっています。
 まずは、室内等のエアコン等により涼しい環境にて過ごしましょう。過度の節電や「この程度の暑さなら大丈夫」とガマンしてはいけません。
 その上で、こまめな休憩や水分補給・塩分補給をしましょう。



7月の各市民センター休館日は16日(火)です。裏面もあります。



長淵市民センターだより

みんなのおはなし会

今年度のテーマは「昔ばなし」

日時：7月13日(土)
 午前10時30分～11時15分
 会場：長淵市民センター2階会議室
 対象：幼児(保護者同伴)から小学生
 定員：先着30人
 講師：「ねえ、本よんで!!」の会
 その他：費用無料 直接会場へお越しください

今月のえほんは

- ☆したきりすずめ
- ☆三まいのおふだ
- ☆天の川にかかるはし 他

※8月はお休みです



子育て支援事業「わんぱくスマイル」

ぜひ、あそびにきてください

日時：7月4日、11日、18日、25日(木)
 午後3時～5時(片付け・清掃の時間を含む)
 会場：長淵市民センター体育館
 内容：自由遊びと交流の場、指導員による遊び
 対象：小学生および保護者同伴の乳幼児
 持ち物：運動のできる服装で、体育館履きをお持ちください。
 その他：会場へ直接お越しください
 問い合わせ先：子育て応援課子育て推進係
 (電話:22-1111 内線 2142)



❖❖❖❖ 長淵図書館からのお知らせ ❖❖❖❖

新着図書

青梅市図書館HPアドレス

<https://www.library.ome.tokyo.jp/>

下のQRコードからもアクセスできます



一般書

- * 子どもが発達障がいだとわかったときパパがやること全部 橋 謙太/著
- * 崖っぷちだったアメリカ任天堂を復活させた男 レジー・フィサメイ/著
- * 高血圧、糖尿病の特効食! 楽やせる! 梅干し活用大全
- * 妻より長生きしてしましまして。 ペコリーの/著
- * 名探偵コナンキャラクタービジュアルブック 青山 剛昌/著
- * 都会を離れて古民家暮らしはじめました 牛尾 篤/著

小説

- * 鬼の哭く里 中山 七里/著
- * 馬駆ける 藤原 緋沙子/著
- * うつ蟬 風の市兵衛 33 辻堂 魁/著
- * 番神の梅 藤原 緋沙子/著



©DESIGNALIKE

児童書 その他

- * となりのじいちゃんかんさつにつき ななもり さちこ/作
- * ウォーリーをさがせ! まちがいもさがせ! マーティン・ハンドフォード/作・著
- * きょうりゅうレントゲンびょういん キョン・ヘウオン/文・絵
- * 釣って食べて調べる深海魚 平坂 寛/作
- * 大谷翔平 スーパースター物語 シェレル・キム/作

7月の青梅市の図書館は、16日(火)、17日(水)が休館日です。

長淵図書館直通電話 0428(78)3374

7月の各市民センター休館日は16日(火)です。裏面もあります。