



2023.8No.836(令和5年8月5日発行)

●奥多摩町ホームページ <https://www.town.okutama.tokyo.jp/>



町の世界帯と人口		
7月1日現在(前月比)		
世帯数	2,534	(2減)
人口	4,677	(3減)
男	2,317	(1減)
女	2,360	(2減)

人口動態(6月中)		
転入	12	転出 5
出生	3	死亡 13
その他	0	その他 0

発行 奥多摩町 〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川215-6 代表電話 ☎0428-83-2111

第31回

奥多摩町消防団ポンプ操法審査会

7月2日に奥多摩町登計原総合運動公園において、ポンプ操法審査会が行われました。

この審査会は、日頃の訓練成果を披露し、消防団員の士気、規律、行動の確実性、機械器具操作の習熟度を競うものです。

ポンプ自動車6隊、小型動力ポンプ6隊が出場し、結果は下記のとおりになりました。

みなさんのご声援ありがとうございました。

なお、優勝隊の第3分団は、9月17日(日)に青梅市(明星大学青梅キャンパス)で開催される西多摩地区消防大会に町代表として出場します。

【小型動力ポンプの部】(選手氏名敬称略)

優勝 第3分団第1部第1班(写真右)

指揮者 副部長 飯島 健太

1番員 団員 愛甲 量士

2番員 班長 小林 隆行

3番員 副部長 古川 智也

準優勝 第5分団第1部第1班

第3位 第2分団第1部第1班



【ポンプ自動車の部】(選手氏名敬称略)

優勝 第3分団(写真左)

指揮者 副部長 小峰 淳一

1番員 団員 遠藤 廉

2番員 班長 渡邊 大樹

3番員 団員 小峰 優一郎

4番員 班長 濱崎 将太

準優勝 第1分団

第3位 第2分団

町議会議員選挙 立候補予定者説明会について



広報おくとま4月号で
お知らせしたとおり、11
月30日任期満了による奥
多摩町議会議員選挙の日
程はつぎのとおりです。

◎選挙告示日

11月7日(火)

◎投・開票日

11月12日(日)

これに伴い、つぎのと
おり説明会を開催します
ので、立候補予定者の方
はご出席ください。

◎立候補予定者説明会

〔日時〕9月22日(金)
午後3時

〔会場〕福祉会館1階
集会室

*出席は、立候補予定者
1名につき、本人または
代理人を含めて計3名ま
で。

※問い合わせは、選挙管
理委員会事務局(総務課
内) ☎83・2345

東京都市町村体育協会連合会表彰受賞

体育功労者

小峰 僚氏(氷川)



7月8日に、東京都市
町村体育協会連合会から
奥多摩町体育協会トレッ
キング部の小峰僚氏が、
体育協会の発展ならびに
スポーツの普及に貢献し
た功績が認められ、体育
功労者として表彰されま
した。
おめでとございました。

チャレンジおくとま

「夏休み体験教室」の開催

放課後子ども教室運営委
員会では、夏休みの体験教
室を実施します。

〔募集条件〕小・中学生お
よび保護者の方

〔参加費〕3000円(食事、
入館料など)

今回は「JAXA筑波宇
宙センター」を見学し、「つ
くばエキスポセンター」に
てプラネタリウム鑑賞を行
い、夏休みの楽しい一日を
過ごします。

〔場所〕JAXA筑波宇宙
センター、つくばエキスポ
センター

〔申込方法〕教育課社会教
育係まで電話で申し込みく
ださい。

〔日程〕8月25日(金)

〔集合・出発時間〕

〔申込期限〕8月10日(木)
まで

〔募集人数〕先着20名

・奥多摩駅前
午前7時 集合・出発

※問い合わせは、教育課
☎83・2246

チャレンジおくとま

「電子工作教室」の開催

奥多摩アマチュア無線ク
ラブでは、放課後子ども教
室の一環として「AM/F

〔会場〕文化会館 美術工
芸室

M DSPラジオ」を作り

〔受講費〕2000円

ます。ハンダ付けが初めて
の方でも安心して作れます
ので、お気軽に参加してく
ださい。

〔対象〕小学3年生以上、
中学生・高校生とその家族

〔募集期限〕8月10日(木)

〔募集人数〕先着12名

〔日時〕8月19日(土)

※問い合わせは、教育課
☎83・2246

午前10時～正午頃まで

(開場9時30分)

宝くじ公式サイト

宝くじがネットで
購入できる!

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先
宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192(ナビダイヤル 有料)
TEL 011-330-0777(有料)

マイナンバーカード交付の

休日・夜間窓口を予約制にて開設します

マイナンバーカードの交付・申請を受付します。

マイナンバーカードの交付通知書（ハガキ）が届いていて、まだカードを受け取られていない方は、ぜひこの機会をご利用ください。また、マイナンバーカードの申請のお手伝いも行います。

いずれも予約制のため、ご予約のうえ、ご本人がお越しください。

●休日窓口

- 〔日程〕 9月10日（日）
- 〔受付時間〕 午前9時～11時30分、午後1時30分～4時
- 〔予約締切〕 9月6日（水）
- 〔会場〕 役場住民課
- 夜間窓口
- 〔日程〕 9月13日（水）
- 〔受付時間〕 午後5時30分～8時
- 〔予約締切〕 9月8日（金）
- 〔会場〕 役場住民課

◆持ち物

〔交付を受ける方〕

交付通知書（ハガキ）・通知カード・本人確認書類（15歳未満の方、または成年被後見人に行方不明の法定代理人も同様に必要）・住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）



〔申請をされる方〕

QRコード付き個人番号カード交付申請書
*引越など申請書の内容が変更になった方や申請書をなくした方は、住民課で申請書を再発行しますので、本人確認書類をお持ちください。

※予約、問い合わせは、住民課 ☎ 83・2182

新築・増改築家屋の家屋調査を行います

町では、令和5年1月2日以降に新築または増改築された家屋について、家屋調査を行います。

この調査は、令和6年度の固定資産税のもととなる評価額を算出するためのもので、家屋が完成しましたら、住民課までご連絡ください。

また、所有する家屋の全部または一部を取り壊した

方は、家屋滅失届を住民課まで提出してください。

なお、登記している家屋については、東京法務局西多摩支局で滅失の登記が必要となります。

※問い合わせは、住民課

☎ 83・2190



自衛官募集相談員 澤本幹男氏に委嘱

自衛隊法第97条の募集事務を遂行するため、奥多摩町の自衛官募集相談員に澤本幹男氏（川井・写真前列中央）を自衛隊東京地方協力本部長、奥多摩町長との連名で委嘱しました。

相談員は非常勤として、自衛官募集相談に関する情報の提供ならびに相談業務に際すること、その他自衛隊に関する一般事項の相談を行い、任期は7月3日から2年間となります。



自衛官募集案内

〔募集種目〕

航空学生・一般曹候補生・自衛官候補生・防衛医科大学校医学科・防衛医科大学校看護学科・防衛大学校・陸上自衛隊高等工科学校

*受付期間・試験期日など詳しい内容は、広報おくたま7月号をご覧ください。

※申し込み、問い合わせは、自衛隊東京地方協力本部福生募集案内所（東京都福生市本町142マサビルB館2F（JR福生駅西口徒歩2分））

☎ 042-551-4725

〔ホームページ〕

<http://www.mod.go.jp/pco/tokyo/fussa>

第46回奥多摩納涼花火大会開催に伴う交通規制のお知らせ

奥多摩の夏の風物詩である納涼花火大会の開催のため、会場周辺で交通規制（車両通行止め、歩行者・自転車のみ通行可）が行われます。

規制区域内にお住いのみなさまには、緊急時以外の車両の通行をお控えくださるようご協力をお願いいたします（真に必要な場合は、警察官の指示に従って通行してください）。

親戚・知人などの車でのご来訪は、午後6時までをお願いいたします。

路上駐車は緊急車両の妨げや交通事故の原因となりますので、絶対におやめください。

周辺に駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。



交通規制（車両通行止め）について

〔日 時〕 8月12日（土） 荒天順延13日（日） 午後6時30分～9時

〔規制区間〕 ・国道411号線（青梅街道）海沢大橋～愛宕大橋

・都道184号線 奥多摩駅～東長畑橋

*奥多摩駅～奥多摩駅入口交差点の区間は午後6時～9時までの規制となります。

※問い合わせは、奥多摩納涼花火大会実行委員会事務局（観光産業課内） ☎83-2295

第39回「ふるさと奥多摩」写真コンクール作品展覧会

「ふるさと奥多摩」写真コンクールの応募作品を、文化会館1階ホールにて展示します。

多数の方のご来場をお待ちしています。

〔展示期間・時間〕 8月19日（土）～31日（木） 午前9時～午後5時

ツキノワグマに遭わないために

夏になると、ツキノワグマは繁殖期に入り、オスは、メスを求めて行動範囲を広げるため町内においても目撃および痕跡の情報が多く寄せられる時期です。

自身の安全を守るために、つぎのことに注意をお願いします。

- ・生ごみなどを家の外に放置しない
- ・ドッグフードなどの動物の飼料は屋内に保管する
- ・山すそや畑周辺などの茂みの草を刈るなど、見通しの良い環境づくりを心がける
- ・畑には電気柵等を設置し、野菜のクズなどを残さない
- ・山に入る際にはラジオや鈴など、音の出るものを持ち十分注意する

ツキノワグマを目撃された方は、観光産業課までお知らせください。

バーベキューごみは 持ち帰りましょう

夏になると町には、バーベキューなどを楽しむ方々が多く訪れます。

多くの方はマナーを守り、ゴミを持ち帰っていただいておりますが、残念ながらゴミの置き去りが増えております。

また、クーラーボックスやテントなどのキャンプ用品一式が放置されるような悪質な不法投棄が目立ちます。

奥多摩町の豊かな自然を守るためにみなさんもゴミの持ち帰りにご協力ください。

「アルツハイマーデー奥多摩」 映画上映会&オレンジカフェを実施します

地域包括支援センターでは、9月のアルツハイマー月間にあわせ、アルツハイマーデー奥多摩・映画上映会&オレンジカフェを開催します。

詳細は8月25日(金)に配布される自治会回覧をご覧ください。

〔日時〕9月30日(土)
午後1時30分〜3時30分
受付は午後1時から

「認知症サポーター養成講座」

認知症サポーターとは、認知症の正しい知識を持ち、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者です。何か特別なことや、難しいことをする人ではありません。

一人でも多くの人が、認知症の人やその家族の応援者になることが、認知症になっても住み慣れた地域で、安心して暮らしてい

〔場所〕文化会館視聴覚室

〔内容〕認知症ドキュメンタリー映画「ほけますから、よろしくお願いします。」

上映後、オレンジカフェを開催します。お茶を飲みながら認知症についてみんなで考えましょう。

〔定員〕100名(先着申込順)

〔申込期間〕9月1日(金)から14日(木)まで

〔日時〕8月19日(土) 午前9時30分から11時

〔会場〕文化会館視聴覚室

〔参加費〕無料

テキストは地域包括支援センターで準備します。

〔定員〕30名(事前予約制)

※問い合わせは、地域包括支援センター

☎ 83-8555

「筋力向上トレーニング講習会」

福祉会館の機能訓練室のマシンを使うための講習会です。参加希望の方に合わせて日程調整を行い、随時開催しています。再受講の希望も受付けています。参加希望の方は、お電話で申し込みください。 ※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

〔参加費〕無料
*古里小学校校庭を駐車場として利用いただけます。 ※申し込み、問い合わせは、地域包括支援センター
☎ 83-8555

地

地域包括支援センター

～高齢者の総合相談窓口～

高齢者や家族のみなさんが、住み慣れた町で安心して暮らしていけるよう、支援をしています。相談は無料、プライバシーは厳守されますのでお気軽にご相談ください。

こんなときにはご相談ください

- 介護保険のサービスを利用したい
- 最近もの忘れが心配になってきた
- 家族の介護で悩んでいる
- 家での生活を続けられるか不安だ…
- 近所に心配な高齢者がいる
- お金の管理や契約に自信がない…
- 最近足腰が弱ってきた
- 地域でお茶飲み会や体操教室をやりたい



認知症の
相談窓口

☎こちら地域包括支援センターでおこなっております。認知症は早めに相談することが重要です！心配なことがあればお気軽にご相談ください。



↑ホームページ

0428-83-8555

【受付】月曜日～金曜日

【場所】保健福祉センター内(奥多摩病院隣り)

午前8時30分～午後5時15分

※ご都合に合わせて、電話、来所、訪問による相談をお受けします。

秋の交通安全運動

～9月21日（木）から30日（土）までの10日間 全国一斉に行われます～

【運動の重点】

- こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止および飲酒運転などの根絶
- 自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底



この運動に先立ち、「交通安全講習会」をつぎの日程で開催します。みなさんの参加をお願いします。

開催日	開始時間	会場
8月16日（水）	午後7時から	旧小河内小学校
8月17日（木）		福社会館
8月18日（金）		文化会館

秋口になると日没時間の急激な早まりとともに、例年夕暮れ時や夜間には、重大事故につながるおそれのある交通事故が多発し、歩行中・自転車乗車中の死亡事故が増加すること、また、自動車乗車中の後部座席およびチャイルドシートの着用率がいまだに低調であること、さらに重大事故の原因となる飲酒運転による悲惨な交通事故が依然として後を絶たないことなどから運動の重点とします。

この機会に、みなさんご自身やご家族、また、ご近所の方をお誘いあわせのうえ、ぜひお近くの会場で受講していただき、道路交通法や交通安全に関する知識を深めるとともに、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけ、交通事故ゼロの町を目指しましょう。

※問い合わせは、総務課 ☎83-2349

65歳以上の方必見！

～介護予防サービス筋力向上トレーニング（福社会館）のご案内～

加齢に伴い、筋力や心身の活力が低下した状態を「フレイル（虚弱）」といいます。

健康と病気の間のような段階で、高齢者の多くが「フレイル」の段階を経て、要介護状態になると考えられています。住み慣れた地域でいつまでも健康で楽しく生きがいを持って暮らせるよう、介護予防サービスを利用し健康づくりとフレイル予防に取り組みながら、健康長寿を実現しませんか？

<筋力向上トレーニング事業内容>

〔会場〕 福社会館 機能訓練室（希望者には送迎あり）

〔日時〕 10月～令和6年3月までの毎週火曜日と金曜日（午後1時30分から3時30分）

〔利用料〕 月額1,000円（送迎利用の場合は、月額1,500円）

〔定員〕 6名

〔内容〕 指導員の指導のもと、体操やマシントレーニングを2時間程度行います。毎回同じメンバーで行うため、アットホームな雰囲気です。日常生活で体力が落ちてきたと感じている方、運動不足を解消したい方など、同じような不安を抱えた仲間と一緒に楽しくトレーニングに励むことができます。

※問い合わせ・申し込みは、地域包括支援センター ☎83-8555



新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ



【令和5年秋開始接種の対象者および使用するワクチン】

令和5年秋開始接種の対象者は、初回（1・2回目）接種を完了した5歳以上の全ての方となります。

〔接種するワクチン〕

厚生労働省で検討中ですが、オミクロン株対応のXBB.1系統の成分を有する1価ワクチンを用いる予定です。

〔接種期間〕

9月から12月（集団接種は、10月から11月の土曜日、日曜日）を予定しています。

*詳細が分かり次第、広報おくだまなどでお知らせします。

心身障害者福祉手当などの支払

○20歳以上65歳未満で、心身につぎのいずれかの程度の障害を有する手帳の交付を受けた方が対象です。

(1) 身体障害者手帳で1級から4級の交付を受けている方

(2) 愛の手帳で1度から4度の交付を受けている方

(3) 脳性マヒまたは進行性筋萎縮性を有する方

・都制度 月額 1万5,500円（身体障害者手帳1・2級および愛の手帳1～3度の方など）

・町制度 月額 1万600円（身体障害者手帳3級および愛の手帳4度の方）

・町制度 月額 6,400円（身体障害者手帳4級の方）

*ただし、所得制限があります。

○精神障害者保健福祉手帳1級または2級の交付を受けている方

・町制度 月額 5,000円

*令和5年4月～7月分を8月15日（火）に指定口座へ振り込みます。

「にっ古里」土曜開所について ～対象を40歳以上に拡大します～

おおむね65歳以上の方を対象としている高齢者筋力向上トレーニング施設「にっ古里」において、この9月の第1週および第3週の土曜日の2日間に限り、40歳以上の方を対象として開所します。

施設利用経験の有無は問いません。予約制で、各日先着10名です。

当日は地域包括支援センター職員による、認知症という病気の理解を深める交流の場「オレンジカフェ」と、町の管理栄養士による「食生活」や「栄養」に関する相談会を同時に開催します。

〔内容〕 筋トレマシンによるトレーニング（スタッフが利用指導をさせて頂く形式です。）

〔会場〕 にっ古里（古里歯科診療所横）

〔日時〕 9月2日（土）・9月16日（土） いずれも午前10時から正午

〔利用料〕 1回100円

〔持ち物〕 手袋（手の保護、滑り防止のため）、飲み物、動きやすい服装、室内用運動靴

※予約は、にっ古里 ☎85-2580

※このページの内容の問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

大地震が発生したら

～いざというとき冷静に行動できるよう、日頃から準備をしておきましょう～

今年、1923年(大正12年)9月1日に発生した関東大震災から、100年の節目に当たります。

この時の地震は、マグニチュード7.9と推定され、地震に伴い発生した火災などにより、約10万5千人の方が命を落としました。

ここ最近、全国で地震が相次いでおり、今年の5月には、石川県で震度6強、鹿児島県および千葉県で震度5、東京都でも島しょ部で震度5弱を観測しており、1か月で震度4以上の地震が17回発生しています。

東京都による「首都直下地震等による東京の被害想定」では、マグニチュード7.3規模の首都直下地震(多摩地域を震源とするものも含む)が30年以内に70%の確率で発生するとされており、奥多摩町でもいつ大地震が発生してもおかしくありません。

大地震が発生したときの行動や避難について、また、家具の固定などの安全対策、備蓄や非常持ち出し品などについて、ご家庭内や地域で日頃から話しあい、備えておきましょう。



◎防災行政無線(Jアラート)による緊急地震速報について

奥多摩町で震度5弱以上の地震発生が予測された場合、防災行政無線(Jアラート)により、緊急地震速報が自動音声で「(チャイム)大地震です。大地震です。」と流れます。緊急地震速報が流れてから、地震の強い揺れが来るまでの時間は、数秒から数十秒しかありません。その短い間に、身を守るための行動を取る必要があります。

◎大地震が発生したときは、すぐに身を守る行動を

【家の中では】

頭を保護しながら、大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる。揺れがおさまるまでは、あわてて外へ飛び出さない。避難路確保のため玄関などの扉を開ける。もし可能ならば火の始末、火元から離れている場合は無理して火元に近づかない。

【屋外にいるときは】

ブロック塀や自動販売機など倒れてきそうなものから離れる。看板、割れた窓ガラスの破片が落下することがあるので建物の周囲から急いで離れる。

【山やがけ付近にいるときは】

落石やがけ崩れが発生しそうな場所から急いで離れる。

【自動車運転中のときは】

あわててスピードを落とさず、ハザードランプを点灯させながら徐行し、周囲の状況を確認して道路左側に停車させる。エンジンを止め揺れがおさまるまで車内で待ち、揺れがおさまったら、ドアをロックせずキーをつけたまま車外に出て、安全な場所へ避難する。

【電車・バスに乗車中のときは】

つり革、手すりなどにしっかりつかまり、車外に投げ出されないように気を付けるとともに、車掌または誘導員の指示に従う。

*これらは、状況によっては、すべてが100%正解であるとは限りません。

もし、ご自身が普段いる場所で大地震が発生したらと想像し、いざというとき冷静に行動できるよう、日頃から考え、備えておくことが大切です。

9月3日(日) 総合防災訓練の日 ～今回は大地震を想定した震災訓練を実施します～

昨年度から、総合防災訓練は震災訓練と風水害訓練を交互に隔年で実施することとしています。

今年の総合防災訓練では、大地震を想定した**震災訓練を行います。**

9月3日(日)の訓練当日、午前7時15分に多摩西部直下地震(東京都の被害想定による)が発生し、奥多摩町でも震度6弱を観測したという想定で行います。

当日は、防災行政無線により、**7時15分に「緊急地震速報」の訓練放送**を行います。これに合わせ、各ご家庭で、緊急地震速報の際にどう行動するか、訓練をしてください。

また、**7時20分に「発災合図」の放送**を行いますので、**住民のみなさんは、7時30分から避難訓練を開始し、各自治会の訓練計画にしたがって訓練に参加してください。**

*訓練時間の異なる自治会もありますので、ご注意ください。

※問い合わせは、総務課 ☎83-2349

内閣府「地震防災対策の現状調査 住民向けアンケート」 回答のお願い

地震防災対策では、減災目標の達成を目指し、地域の特性に応じて、全国で対策が進められています。このたび内閣府では、今後の防災対策に向けて、みなさんの声を反映させるため避難意識などに関する調査を実施しています。ひとりでも多くの方にご回答いただきたく、ぜひご意見をお聞かせください。

ご協力のほどよろしくお願いいたします。

〔回答フォームURL〕 <https://en.surece.co.jp/kaiko2023/>

〔実施期間〕 8月31日(木) 終了予定

*回答の際は、以下の点にご注意ください。

- ・回答は1人1回限りとなります。
- ・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
- ・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。

また、記述式の設問は可能な限り具体的にご回答してください。

- ・お答えいただいた内容は、個人が特定できないようとりまとめた後、今後の防災対策の検討に活用されます。



空家等活用促進事業交付金について

町内において空家になる予定の土地建物を所有の方や、空家や空地などの管理などが負担になっている方のご相談を受け付けております。

また、空家の活用に対し「奥多摩町空家等促進事業交付金」の制度があります。

〔奥多摩町空家等促進事業交付金〕

- ・町に寄付した場合 最大200万円
- ・空家バンクなどに登録した場合 10万円から75万円
- ・空家の解体を行った場合 最大50万円

*空家などを寄付していただく、空家バンクに登録される場合などは、一定の条件がありますが、お気軽にご相談ください。

※問い合わせは、若者定住推進課 ☎83-2310

各種相談

【人権の上・行政相談】

行政相談

〔日時〕 8月10日（木）
9月14日（木）
両日とも午後1時～4時

〔会場〕福祉会館2階会議室
*相談を希望される方は、直接会場へ

【弁護士による法律相談】

法律相談

〔日時〕 8月10日（木）

午後1時～4時

*相談を希望される方は、予約申し込みください。
*定員6名です。

〔会場〕福祉会館2階会議室

【相続・成年後見相談】

司法書士による法律相談

〔日時〕 9月23日（祝）

午後1時～4時

〔会場〕福祉会館2階会議室
*相談を希望される方は、直接会場へ



【身体障害者の方の無料巡回相談】

10月26日（木）に、東京都青梅合同庁舎内、西多摩福祉事務所において巡回相談がおこなわれます。

巡回相談では、身体障害者手帳の申請および補装具の交付などに必要な診断が無料で受けられますが、今年度は、肢体不自由のみの実施となりますので、ご注意ください。

ご希望の方は、8月23日（水）までにお申し込みください。

【高次脳機能障害の相談】

高次脳機能障害は、事故や病気をきっかけに起こる脳の障害です。

新しいことが覚えにくい。感情のコントロールが難しい。同じミスを繰り返す、家事や仕事を上手に進めることができないといった症状が現れます。

各種相談ほか

これらは、病状が落ち着き家庭に戻ってから表面化します。「もしかしたら高次脳機能障害では？」と不安に感じる本人や家族の方からの相談日を設けています。相談は、電話、面接、家庭訪問にて対応します。相談を希望される方は、前日までに連絡をお願いします。

【離乳食相談会】

保健福祉センターでは、離乳初期から完了期までの相談会を行っております。

相談を希望される方は8月10日（木）までにお申し込みください。

〔日時〕 8月18日（金）

午後2時から3時

【保健師・管理栄養士による相談】

健康のこと・育児のこと・栄養のことなどでお悩みはありませんか？

お話を聞かせていただき、問題解決に向けて一緒に

考えていきたいと思えます。

家庭訪問をさせていただいたり、町施設で相談に対応することもできます。随時受付けていますので、お気軽にお電話ください。

※ここまでの申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

【心理・発達相談】

〔日時〕 8月17日（木）
8月25日（金）
9月7日（木）

午前10時30分～午後3時30分（予約制）

18歳未満のお子さんに関することなら、どんなことでも臨床心理士の資格を持つカウンセラーがお話を聞きます。

お子さんご自身からの相談もできます。

電話相談も行っています。心配ごとや悩みを抱えている方、まずは一度お電話ください。

*常時相談員による相談も行っていきます。

※申し込み、問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎85-2611

「元気アップおくとま事業」

「元気アップおくとま事業」では、各地区の健康課題に合わせた講話や調理実習などのプログラムにより、みなさんの健康意識を高めるサポートをします。

「元気アップ」のための、情報が得られるよい機会ですので、ぜひご参加ください。

〔日時・会場・内容〕カレンダー参照

*プログラムは各月で異なります。

*調理実習は申し込み制です。持ち物は、エプロン、三角巾、タオル

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

8月15日～31日カレンダー

町内開催の行事・各種相談を掲載。「■」は事前申込が必要、「→📄」は詳細の記事あり。

日・曜日	町民みなさん向けの内容 【☆】 観光施設イベントは町外からも来場可能
15・火	
16・水	
17・木	■心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士) → 10📄・当日✕
18・金	3～4か月児健診(13:00～保健福祉センター) → 11📄 ■離乳食講習会(14:00～保健福祉センター) → 10📄・8/10✕
19・土	
20・日	
21・月	■ぴよぴよ★ひろば「ベビーマッサージ」(10:30～きこりん) → 15📄・8/17✕ ヘルシー体操(14:00～福祉会館)
22・火	高齢者スマホ防犯教室(14:00～文化会館) → 19📄
23・水	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 10📄・前日✕ マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館) → 16📄 3歳児健診・1歳6か月児健診(13:00～・13:10～保健福祉センター) → 11📄
24・木	
25・金	■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士) → 10📄・当日✕
26・土	
27・日	
28・月	
29・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 10📄・前日✕
30・水	
31・木	ヘルシー体操(10:00～文化会館)

《今月の納期8/31(木)》

町・都民税 第2期分、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 各第2期分

母子健診日程表	8月18日(金) 保健福祉センター 13:00～13:10 受付 3～4か月児健診 …令和5年3・4月生まれ
	8月23日(水) 保健福祉センター 13:00～13:10 受付 3歳児健診 …令和2年6・7月生まれ 13:10～13:20 受付 1歳6か月児健診 …令和3年12月・令和4年1月生まれ
	9月13日(水) 保健福祉センター 13:00～13:20 受付 1・2・4・5歳児歯科健診 …平成30・令和元・3・4年8月生まれ 乳幼児歯科相談 (お約束表もしくは電話予約した方) …8か月児～小学校入学前の乳幼児

予防接種のお知らせ

予診票をお持ちでない方は、実費が発生する場合があります。紛失された方は、保健福祉センターまでご連絡ください。また、公費負担期限間際の予約の場合、ワクチンの取り寄せが間に合わず自己負担になる場合もありますので、早めに接種を受けましょう。

【麻しん・風しん予防接種について】

小学校入学(令和6年4月に1年生になる)

お子さんの保護者のみなさんへ

はしか(麻しん)は感染力が大変強い感染症で、予防するにはワクチン接種が最も有効です。上記予防接種対象者の方は公費負担での接種期間は令和6年3月31日までとなります。

【二種混合予防接種について】

小学校6年生のお子さんの保護者のみなさんへ

二種混合(ジフテリア・破傷風)の予防接種はお済でしょうか。上記予防接種対象者の方は公費負担での接種期間は令和6年3月31日までとなります。

9月1日～15日カレンダー

町内開催の行事・各種相談を掲載。「■」は
事前申込が必要、「→」は詳細の記事あり。

日・曜日	町民みなさん向けの内容 【☆】 観光施設などイベントは町外からも来場可能
1・金	■ママ♥ヨガ(10:00～文化会館)→15分・託児利用者8/29×
2・土	
3・日	総合防災訓練
4・月	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→16分 ヘルシー体操(14:00～福祉会館)
5・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→10分・前日×
	■母子保健事業・子ども家庭支援センター共同企画「子どもの応急対応～こんなときはどうする?～」(10:00～文化会館)→15分・8/30×
	■ウエルカムランチ(11:30～古里保育園:見学・給食試食座)→18分・先着順 元気アップおくたま事業(13:30～丹三郎生活館:ゲーム&座ってできる簡単体操)→10分
6・水	■森林セラピー事業:山里歩き「海沢」と滝巡り→22分・8/24分先着順
7・木	■元気アップおくたま事業(10:00～中山生活館:缶詰を使ったアレンジ料理の調理実習と栄養講話)→10分・8/31分×
	■心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士)→10分・当日×
	■キッズリトミック(15:00～文化会館)→15分・8/31分×
8・金	
9・土	
10・日	
11・月	絵本といっしょ(11:00～きこりん)→15分
12・火	
13・水	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→10分・前日×
	1・2・4・5歳児歯科健診(13:00～保健福祉センター)→11分
	■乳幼児歯科相談(お約束表記載の時間に受付～保健福祉センター)→11分
14・木	ヘルシー体操(10:00～文化会館) スマホ相談会(10:00～福祉会館) 人権身の上・行政相談(13:00～福祉会館)→10分
15・金	

＜9月末までの主なイベント＞

- 18日(祝) ■在宅障害者自立生活サポート事業(9:30～保健福祉センター)→18分・9/11分×
- 19日(火) ヘルシー体操(10:00～川井生活館)
- 20日(水) マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館)→16分
■ウエルカムランチ(11:30～氷川保育園:見学・給食試食)→18分・先着順
- 21日(木) ■食育講習会(10:00～文化会館)→9/14分×
- 心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士)→10分・当日×
- 22日(金) ■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士)→10分・当日×
- ぴよぴよ広場・ベビーマッサージ(10:30～きこりん)→15分・9/15分×
- 森林セラピー事業:登計トレイル森林ヨガと森のシエスタ→22分・8/24分先着順
- 25日(月) ヘルシー体操(14:00～文化会館)
- 27日(水) 元気アップおくたま事業(10:00～日原生活館:歯と睡眠講話&IN BODY測定)
元気アップおくたま事業(13:30～大沢生活改善センター:糖尿病講話&IN BODY測定)
- 29日(金) マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→16分

リチウムイオン電池の分別の変更にご協力ください！

昨今、不燃ごみの処理工程の中で、リチウムイオン電池が原因の発火事故などが全国的に増えており、西秋川衛生組合においても例外ではありません。このよう状況をふまえ、今まで不燃ごみとして収集していたリチウムイオン電池内蔵の各種製品を、今後、「使用済小型電子機器」または「有害ごみ」の日に出していただき、発火事故などを未然に防ぐ対応をします。

リチウムイオン電池は、モバイルバッテリーなど、小型で大量の電力を必要とする製品に使用されています。そのため他の電池に比べて高容量、高出力、軽量という特徴があります。



(処理中に発火したリチウムイオン電池の例：西秋川衛生組合内で発生)

(リチウムイオン電池が使われている製品の例)

携帯電話、携帯充電器、タブレット端末、電子たばこ、ノートパソコン、携帯ゲーム機、スピーカー、ハンディクリーナー、電動工具、ウェアラブル端末、ヘッドライト、子供のおもちゃなど

リチウムイオン電池が使われている製品、または、リチウムイオン電池内蔵かわからないが、電池だけを取り外すことが出来ない製品は、「**使用済小型電子機器**」または「**有害ごみ**」の日に出してください。

廃棄する場合は、リチウムイオン電池内蔵の製品を透明または半透明の袋に入れて出してください。
*リチウムイオン電池内蔵製品と他の製品を一緒に袋に入れないよう、ご協力ください。

“レッツ・トライ”「可燃ごみ10%減量化大作戦」の結果！！

広報おくたま5月号で、6月1日から30日までの1ヶ月間、住民みなさんへ期間限定で可燃ごみの減量にむけた取り組みをお願いしました。その結果が出ましたので、つぎのとおりお知らせします。

目 標	結 果	増 減
665.8g	720.2g	+54.4g

目標は達成できませんでしたが、令和4年度の一人1日当たりのごみ量739.8gを下回ることが出来ました。引き続き可燃ごみ減量化への情報を発信していきますので、みなさんのご協力をお願いします。

※このページの内容の問い合わせは、環境整備課 ☎ 83-2367

奥多摩町出産・子育て応援給付金事業について

町では、国の「伴走型相談支援及び出産・子育て応援交付金」を活用して、妊娠の届出や出生の届出を行った妊婦さん・子育て世帯の方に対し、出産育児関連用品の購入費助成や子育て支援サービスの利用負担軽減を図ることを目的とした出産・子育て応援ギフトを支給します。

【出産応援給付金：妊婦さん一人につき出産応援ギフト5万円分の支給】

〔対象者〕令和5年4月1日以降に妊娠届出をした妊婦の方

【子育て応援給付金：児童一人につき子育て応援ギフト5万円の支給】

〔対象者〕令和5年4月1日以降に出生した児童を養育されている方

なお、令和5年4月以降に出生された児童については、東京都の「赤ちゃんファースト」事業の5万円相当を加えた10万円相当のギフトを交付します。



〔申請の流れ〕

対象者の方には、8月上旬に申請書をお送りします。

上記の対象者の方でお手元に申請書が届いていない場合は、福祉保健課までご連絡ください。

詳しくは町ホームページをご覧ください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

【児童扶養手当・ひとり親家庭医療費助成制度】 ～現況届提出のお願い～

〔受付期間〕 8月1日（火）～25日（金）

〔提出場所〕 子ども家庭支援センター

〔対象者〕 児童扶養手当を受給中の方、ひとり親家庭の医療証をお持ちの方、また所得制限を超えているためこれらの手当や助成を受けられていない方に、現況届の通知をお送りしました。現況届は、今後対象となるかの可否を審査する際に必要な手続きです。

現在該当していない方も必ず提出してください。

提出がないと、継続して手当や助成が受けられなくなりますのでご注意ください。

※問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎85-2611

児童扶養手当の現況届の提出時期にひとり親家庭等の 相談窓口を臨時開設します～事前申込不要～

東京都の専門相談員が相談をお受けします。

仕事（就職・転職、資格、スキルアップなど）、子育て、住まい、お金（教育費、養育費）、なんでもお気軽にご相談ください。

〔日時〕 8月21日（月）午前10時～正午・午後1時～4時

〔会場〕 子ども家庭支援センター 多目的室

※西多摩福祉事務所では青梅合同庁舎内に『ひとり親家庭のお父さんお母さんを対象にした相談窓口』を常時設置しています。母子父子福祉資金貸付、ひとり親対象の訓練給付金、高卒認定試験合格支援、母子父子自立支援プログラム策定の受付窓口となっていますので、お気軽にご相談ください。

※問い合わせは、西多摩福祉事務所就業支援専門員・母子父子自立支援担当 ☎22-1168

子ども家庭支援センター きこりん からのお知らせ

《ママ♥ヨガ》

〔日時〕 9月1日(金) 午前10時～11時30分

〔会場〕 文化会館 多目的ホール

〔講師〕 高橋 志保 先生(ヨガインストラクター)

〔対象〕

町内在住で小学生以下のお子さんがいるお母さん

〔持ち物他〕

飲み物・タオル・ヨガマット(お持ちの方)

*参加費無料、申し込み不要

*託児を希望される方は、

8月29日(火)まで

ご連絡ください。



ぴよぴよ☆ひろば 「ベビーマッサージ」

〔日時〕 8月21日(月)

午前10時30分～正午

〔会場〕 子ども家庭支援センター(きこりん)

〔講師〕 園田 美保 先生

〔対象〕 町内在住の3か月～2歳未満の乳幼児と保護者(5組程度)

〔持ち物他〕 汚れてもいい服装・バスタオル・ビニールシート(おしっこ対策)・タオル・オムツ・飲み物など

〔参加費〕 無料

〔申込期間〕 8月17日(木)まで

《キッズ・リトミック》

音楽を聞き、全身を使って、自由に表現!

親子で楽しみながらスキンシップ!

〔日時〕 9月7日(木)・10月3日(火)

午後3時～3時45分

〔会場〕 文化会館 多目的ホール

〔講師〕 小峰 博美 先生

〔対象〕 町内在住で生後6か月以上の未就学児と保護者

〔募集人数〕 大人1名と子ども1名のペア8組程度

〔参加費〕 無料

〔申込期間〕 8月31日(木)まで

【絵本といっしょ】

～お子さんと一緒に絵本や紙芝居を

楽しみませんか～

〔日時〕 8月14日(月)

9月11日(月)

午前11時～11時40分

〔会場〕 子ども家庭支援センター

(きこりん)

〔内容〕 相談員の読み聞かせ・指遊び

「母子保健事業」と「子ども家庭支援センター」共同企画

「子どもの応急対応～こんなときどうする？」

奥多摩消防署救急係のみなさんから、子どもの誤飲除去法、心肺蘇生法、AEDの使い方などを教えていただき、体験する会を開催します。また、日常生活の中で乳幼児期のお子さんに起こりやすい事故予防についてもお話があります。救急車の中の見学も予定しています。

〔日時〕 9月5日(火) 午前10時00分～正午(受付は9時40分から)

〔会場〕 文化会館 多目的ホール

〔内容〕 「子どもの誤飲除去法を知ろう!心肺蘇生法・AEDを体験しよう!」

〔講師〕 奥多摩消防署防災救急係 山田 建(たける)さん

〔対象〕 子育て中の保護者の方やその家族、子育てをお手伝いする方、ファミリー・サポート・センター会員、病後児会員さんなど

〔申込期間〕 8月30日(水)まで

*託児もあります。ご希望の方は、申し込みの際にお伝えください。

※このページの内容の問い合わせ、申し込みは、子ども家庭支援センター ☎ 85-2611

マイナポイント申込支援臨時窓口開設



マイナポイントは、マイナンバーカードの普及促進などを目的として、キャッシュレス決済サービス（クレジットカード、電子マネー、QRコードなど）で利用可能なポイントが付与される国の事業です。

町では、マイナポイントの申し込みに必要なパソコンやスマートフォンをお持ちでない方、操作に不安がある方など、ご自身でお申し込みをすることが難しい町民の方を対象に、申し込みのお手伝いをする臨時窓口を設置しています。

【会場・開催日】

会場	開催日
役場（地下1階会議室）	8月7日（月）・9月4日（月）・9月29日（金）
文化会館（1階会議室）	8月23日（水）・9月20日（水）

*マイナポイント申込期限は、「**9月末まで**」となります。

*ポイントを実際に受け取れるよう余裕をもってお早めにお申し込みください。

なお、9月末前に申し込みを締め切る決済サービスもありますので、ご注意ください。

【受付時間】 午前9時15分～正午・午後1時～4時

*申込手続きには20分程度かかります。

*予約制ではありませんので、混雑状況でお待ちいただくことがあります。

【必要なもの】

- ①マイナンバーカード（カードおよび電子証明書の有効期限が過ぎていないこと）
- ②マイナンバーカード取得時に設定した4桁の暗証番号
- ③マイナポイントの申し込みをする、キャッシュレス決済サービスの決済サービスIDおよびセキュリティコード（確認できない方は、キャッシュレス決済サービスのカード、専用のアプリが入ったスマートフォンをお持ちください）
- ④通帳など口座の情報がわかるもの（公金受取口座の登録をされる方）

【支援の内容】

マイナポイント支援窓口の端末またはご自身のスマートフォンなどを利用して、以下①から③の手続きのお手伝いをします（基本的に端末などの操作はご自身で行っていただき、必要に応じて入力操作のサポートをします）。

- ①マイナポイントの申し込み
- ②マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込
- ③公金受取口座の登録

*マイナポイント第2弾の対象とならない方でも、②③の手続きをご希望の場合は、この窓口で手続きできますので、ご利用ください。

*支援窓口は、町が委託した事業者（株エイチ・アイ・エス）が運営しています。

【その他・注意事項】

- ・申込期限が近くなってからお申し込みをされた場合、必要なものなどに不備があったり、ポイントを受け取るために必要な条件を満たせず、ポイントを受け取れないといったことが生じる恐れがあります

《次ページへ続く》

ので、余裕をもってお早めにお申し込みください。

- ・この臨時窓口終了後は、「健康保険証としての利用申込」や「公金受取口座の登録」は町の窓口では行いませんので、原則各自で行っていただくこととなります。
 - ・この臨時窓口では、マイナンバーカードの申請・電子証明書の更新などは受付できませんのでご注意ください。
 - ・マイナポイント第2弾は、令和5年2月末までにマイナンバーカードの交付申請をされた方が対象です。
 - ・マイナンバーカードの有効期間は、発行日から10回目の誕生日(未成年者は5回目)まで、電子証明書の有効期間は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。
 - ・マイナンバーカード申請・受領、電子証明書の発行は事前予約制となりますので、詳しくは、役場住民課(☎83-2182)までお問い合わせください。
 - ・対象となるキャッシュレス決済サービスについては、マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)などでご確認ください。
 - ・キャッシュレス決済サービスにより、事業者が指定する事前登録手続きが必要なものがあります。マイナンバー総合フリーダイヤルやキャッシュレス決済サービス事業者にご確認ください。(例：Suica、イオンカード、セゾンカードなど)
 - ・マイナポイント事業を騙った詐欺にご注意ください。
- *マイナンバーカードやマイナポイントについて詳しくは、総務省ホームページをご覧くださいか、マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)へお問い合わせください。
総務省ホームページ https://www.soumu.go.jp/kojinbango_card/index.html
- ※問い合わせは、総務課 ☎83-2259



胃・肺・大腸がん検診の申し込み受けについて

胃・肺・大腸がん検診日程表

検診日	会場	定員
10月7日(土)	文化会館	各80名
10月8日(日)	福祉会館	

〔受付期間〕 8月10日(木)～23日(水)

〔対象者〕 満30歳以上で町内に住所を有する方

- * 受診を希望される方は早めにお申し込みください。
- * 胃・肺がん検診のみのお申し込みも出来ます。

ただし、大腸がん検診だけの受診はできません。大腸がん検診だけの受診を希望される場合は、健康診査と併せて町内および町外の契約医療機関で受診してください。また、どちらも検診内容は同じですので、重複して受診しないようにご注意ください。

○受診できない方

- ・胃や十二指腸の手術を受けた方
- ・現在、胃や十二指腸の病気で治療中または経過観察中の方
- ・妊娠している方または妊娠の疑いのある方
- ・自力での安定した立位の保持および歩行のできない方
- ・麻痺などで、手足にしっかり力が入らない方
- ・めまいなどがあり転倒のおそれのある方
- ・バリウムを誤嚥したことのある方

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777



具沢山！オクラのそうめんチャンプル

<p>【材料】（4人分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・そうめん（乾） 200g（4束） ・オクラ 60g（大6本） ・ごま油 適量 ・玉ねぎ 200g（約1個） ・にんじん 120g（約1本） ・焼き豚 200g ・卵 4個 ・こいくち醤油 36g（大さじ2） <p>1人分の栄養価</p> <p>☆エネルギー 401kcal 炭水化物 46.6g たんぱく質 22.3g 脂質 12.9g 食塩相当量 3.0g</p>	<p>【作り方】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① オクラは輪切り、玉ねぎは薄切り、にんじんと焼き豚は千切りにする。 ② 鍋にたっぷりの水を入れて沸騰させ、そうめんを茹でる。その後ザルにあげて水でしめておく。 ③ オクラは耐熱ボウルに入れてふんわりとラップをし、600wの電子レンジで20秒加熱し、冷ましておく。 ④ フライパンにごま油をひき、玉ねぎ、にんじん、焼き豚を中火で炒める。 ⑤ 火が通ったところで、①のそうめん、溶き卵を加えて炒め、全体に醤油を回しかける。オクラを散らして完成。
--	---

「食育ひろば」その183♪

★お知らせ★

夏に食べたくなるそうめんのアレンジレシピです。焼き豚と卵を使用することで、炭水化物の他にたんぱく質も補給できます。また、豚肉は熱中症予防におすすめのビタミンB1が豊富な食材でもあります。暑い時期こそ、意識してとってみてはいかがでしょうか。

ウエルカムランチ

～保育園児の日頃の様子を見学・保育園の給食を体験してみませんか？～

日	時	会場	対象	人数	参加費
9月5日（火）	午前11時20分集合	古里保育園	原則50歳以上	2～3名 （先着順）	1人300円
9月20日（水）	午後1時頃終了	氷川保育園			

「簡単！やさしいお食事づくり講習会」 （障害者自立生活サポート事業）

障害がある方も気楽に参加できるやさしい講習会です。

参加者一人ひとりがご自身のできることを分担し、助け合いながら、身体に優しい食事を作り楽しく食べる講習会です。みなさんのお申し込みをお待ちしています。

〔日 時〕 8月11日（祝） 午前9時30分から午後1時30分

9月18日（祝） 午前9時30分から午後1時30分

〔会 場〕 保健福祉センター 栄養指導室

〔対象者〕 身体障害者手帳・精神保健福祉手帳・愛の手帳などをお持ちの方、もしくは同等の障害があると判断される方で、保健福祉センターに来ることができる方

*初参加の方は、事前に打ち合わせと事業説明をします。

〔持ち物〕 エプロン 三角巾 手拭きタオル マスク 参加費200円



地域包括ケアシステム連携事業

住民向け講演会

「治さなくてよい認知症
〜認知症は治らない
でも私たちにできることがある〜」

西多摩地域8市町村（青
梅市、福生市、羽村市、あ
きる野市、瑞穂町、日の出
町、檜原村、奥多摩町）は、
在宅医療介護に関する普及
啓発のため、認知症に関す
る講演会を開催します。ぜ
ひご参加ください。

〔日時〕 10月7日（土）
午後2時開演（1時30分開
場）

〔講師〕 東京さつきホスピ
タル
精神科医師 上田 諭 氏

〔会場〕 秋川キララホール
〔費用〕 無料
〔定員〕 300名（予約制）
〔申込期間〕 8月25日（金）
まで

※申し込み、問い合わせは、
福祉保健課
☎ 83-2777

西多摩医師会からのお知らせ

糖尿病患者さんと糖尿病予備群の方のための

「糖尿病一日教室」を開催します

〔日時〕 9月9日（土）
午後2時〜4時

〔会場〕 公立福生病院 1
階多目的ホール

〔定員〕 30名（要申し込み）
〔内容〕 ①糖尿病について
（糖尿病専門医）

②食事療法について（管理
栄養士）
③運動療法（トレーナー）
の講演

〔費用〕 無料

※申し込み、問い合わせは、
（一社）西多摩医師会
☎ 23-2171

東京都シルバーパス

更新手続きのお知らせ

今年度の更新手続は、
昨年度と同様に、郵送方
式により行います。

現在シルバーパスをお
持ちの方には、8月中旬
に、（一社）東京バス協
会から「シルバーパス更
新手続のご案内」が届き
ます（赤い封筒または青
い封筒）。

更新を希望される方は
「ご案内」を必ずお読み
いただき、お手続きして
ください。

※問い合わせは、（一社）
東京バス協会・シルバ
ーパス専用電話
☎ 03(5308)6950
*土・日・祝日を除く、
午前9時から午後5時まで

**高齢者スマホ防犯教室
が開かれます**

近年増加しているスマホの詐欺について、被害に
遭わないための対策に関する教室が開かれます。

被害状況や具体的な被害を紹介し、実際のスマ
ホの詐欺画面などを体験していただきます。

参加費・申込は不要です。

どうぞお気軽にお越しください。

〔日時〕 8月22日（火） 午後2時から3時30分

〔会場〕 文化会館 1階多目的ホール

〔実施主体〕 警視庁

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

～6月のふるさと納税額のお知らせ～

つぎのとおり、ご寄付をいただきました。ありがとうございました。

目 的	件 数	金 額
森林管理・環境景観保全のためとして	14件	160,000円
森林セラピー事業等の整備・活動事業のためとして	7件	100,000円
財政運営資金の一端（一般寄付）として	9件	110,000円
合 計	30件	370,000円

シルバーパス手続き
ご寄付ほか

奥多摩消防署から 『第72回はたらく消防の写生会』選出作品展示のお知らせ

8月7日(月)から22日(火)まで、役場、福祉会館、子ども家庭支援センター、奥多摩消防署において、「第72回はたらく消防の写生会」の選出作品を展示します。

展示する作品は、4月に行われた写生会において、

氷川小学校の2年生と3年生、古里小学校の1年生と2年生が描いた消防車両の作品の中から選出されたものです。

どれも一生懸命描いた素晴らしい作品です。

みなさん、ぜひご覧ください。

『青少年応援プロジェクト @奥多摩』講演会

青少年対策地区委員会連絡協議会では、主に高校生以下の子ども達を対象として、7月16日に文化会館で講演会を開催しました。

この講演会は青少年の健全育成を目的とするもので、東京都生活文化スポーツ局と連携し、NHKEテレビ「えいごであそぼ」に出演経験のあるチャド・マレーン氏をお迎えし、「多文化の理解」をテーマに講演いただきました。

オーストラリアからお笑い芸人を目指して日本にやってきたチャド・マレーン氏自身の経験をもとに、「日本の漫才、映画を翻訳して気づいた事」「日本に住む外国人とのコミュニケーション」などのお話をいただきました。子どもから大人までとても楽しめる時間となりました。

【ハローワーク青梅】
～急がば学べ・職業訓練のご案内～

スキルアップで就職力アップを目指しませんか？


- ・事務・IT・介護・技術など多彩なコース設定
- ・授業料は無料（テキスト代等のみ自己負担）
- ・就職までしっかりサポート！

※問い合わせは、ハローワーク青梅 訓練担当
☎28-8808

【東京しごとセンター多摩】

イベントのほか、様々な就業支援セミナーなどを実施しています。

詳細はQRコードを参照してください。



みんなの情報局

第24回 奥多摩町民チャリティー ゴルフ大会

〔日程〕10月4日(水)

〔会場〕飯能くすの樹カントリー倶楽部

〔参加資格〕趣旨に賛同された方(町在住または在勤者)

〔募集人数〕150名(申し込み多数の場合は、受付順で締め切り)

〔参加費〕3000円

〔賞品、チャリティー金〕1500円含むなど

〔プレー費〕セルフプレーのみ1万円(昼食代、グリーンフィー、乗用カート、諸経費用利用税など)

〔申込期限〕8月23日(水)

〔申込方法〕福祉会館、文化会館にある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて町社会福祉協議会(福祉会館内)に申し込み下さい。

※募集締め切り後にキャンセルした場合は、参加費をチャリティー募金とさせていただきます。(ただし、代理参加可)

また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今後の感染状況によっては、開催中止となる場合がありますので、ご承知おきください。

なお、中止の場合は参加費を返金させていただきます。

〔主催〕町民チャリティーゴルフ大会実行委員会

※問い合わせは、
実行委員長・清水武司
☎83-3855
(福祉会館内)



▼青梅警察署

▲からお知らせ▲

【迷惑電話防止機能付電話機への買い換えをご検討ください】

ご自宅やご実家の固定電話には、留守番電話機能や自動通話録音機がついていますか？

今年青梅市内で発生している特殊詐欺（息子や孫のふりをするオレオレ詐欺や、役所や税務署の職員のお金を振り込ませる還付金詐欺、警察官やデパート店員のふりをする預貯金詐欺、キャッシュカード詐欺など）のほとんどは固定電話にかかってきた電話から被害が発生しています。

固定電話にかかってくる詐欺の電話にさえ応答しなければ詐欺の被害に遭うリスクはほとんどなくなると思います。

携帯電話やスマートフォンをお持ちの方は、固定電話

が必要かどうか検討いただき、どうしても固定電話が必要な場合は、迷惑電話防止などの機能付きの電話機への買い換えなどの対策をお願いします。

まずは詐欺犯人からの電話に出ないことが一番の対策です。

※問い合わせは、青梅警察署防犯係 ☎22・0110 内線2162

【都税について】

★8月は個人事業税第1期の納期です

8月31日(木)までに、お納めください。納付される際は、キャッシュレス納税(口座振替、スマートフォン決済アプリによる納付、クレジットカード納付など)をぜひご利用ください。また、省エネ設備の取得に係る減免の申請も受け付けています。

※問い合わせは、八王子都税事務所

☎042(644)1111

年金のお知らせ

◇国民年金保険料はスマートフォンアプリによる電子決済ができます

国民年金保険料は、現金口座振替、クレジットカードなどによる納付に加え、スマートフォンアプリを利用した電子(キャッシュレス)決済での納付が利用できるようになりました。

電子決済は、対応する決済アプリをスマートフォンなどの端末にインストールしたうえで、端末のカメラ機能を使用し、納付書に印字されたバーコードを読み取ること、その場で納付することができサービスです。対象決済アプリなどの詳しい情報は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

*日本年金機構ホームページ (<https://www.nenkin.go.jp/>)

※問い合わせは、青梅年金事務所 ☎30・3410

8月の休日・全夜間 担当医療機関 (救急患者に限ります)

奥多摩病院

《診療時間》

●平日外来(月～金) 午前9時～・【受付時間】午前8時～11時30分

○午後診療(月曜日・火曜日・水曜日) 午後2時30分～3時30分

*内科診療のみ・前日までに要予約

○小児予防接種(同上) 午後3時30分～4時30分

*予約希望日の1週間前までに要予約

【予約受付】平日の午後1時～4時30分・電話または窓口

《峰谷診療所》

○毎週火曜日 午後2時～3時(整形外科)

○毎月3回金曜日(内1回は訪問診療) 午後2時30分～3時30分(内科)

《日原診療所》

○毎月3回木曜日 午後2時～3時(内科)

○木曜日(4週に1回) 午後1時30分～2時30分(整形外科)

◆受付時間外の診療も事前に電話連絡をお願いします。

☎0428-83-2145

奥多摩病院ホムペーヅ <http://www.town.okutama.tokyo.jp/gyose/kakuka/ka/biyouin.html>

■禁煙外来(予約制): 禁煙をご希望の方は、ご利用ください。

腰痛、肩こり、のぼせ、耳鳴り、食欲不振、頻尿、不眠、片頭痛、膝痛、更年期障害など体調不良な方、ご相談下さい。

☆各種保険取扱 ☆往診可
☆医療保険(1割負担) 1,500円
☎090-7723-4095

ヨシダ鍼灸院 古里駅そば
毎週火、木

空家・空地の管理
不動産各種ご相談



木もれび不動産

☎0428-85-8834

✉info@wave-real.co.jp

観光施設・行事などのお知らせ

【森林セラピーツアー】

詳細



毎月第1日曜日&第3木曜日はフォレストフォーレスト 奥多摩森林セラピースタンダードプラン (FOREST for Rest)

【登山・観光ツアー】
① 観光手ぶらで溪流釣り体験 (スタッフ付きだから未経験の方でも安心! お子様も大歓迎!)
8月27日 (日)
② 登山御岳山ロックガーデン (日本のレンゲシヨウマの群生地を訪ねる)
9月2日 (土)

★ 「町民割引価格」あり!
* 各ツアーとも参加費用が発生しますので、詳細はお問い合わせください。
※ 問い合わせは、一般財団法人おくたま地域振興財団

☎ 83-8855

FAX 83-8856

ホームページ (http://okutama-therapy.com/)

okutama-therapy.com/



【山のふるさと村 体験教室】

詳細



① ゆずの収穫 (ゆずジャム・こんにゃく作り) とそば打ち体験 (1泊2日) ケビン泊
11月24日 (金) ~ 25日 (土)
〔申込〕 官製はがき、FAX、Eメールで
FAX 86-2553

E-mail: yamahuru@town.okutama.tokyo.jp
※ 問い合わせは、山のふるさと村管理事務所

☎ 86-2556

【奥多摩都民の森 体験教室】

詳細



① 集まれ山ガール・第4回 三頭山 (1泊2日)
9月16日 (土) ~ 17日 (日)
② 奥多摩アウトドア体験・第3回 サイクリング (1泊2日)
9月30日 (土) ~ 10月1日 (日)

③ 奥多摩山しごと体験・第6回 枝打ち (1泊2日)
10月7日 (土) ~ 8日 (日)
〔申込〕 官製はがき、FAX、Eメールで
FAX 83-3633

E-mail: oku-mori@axel.ocn.ne.jp
※ 問い合わせは、奥多摩都民の森管理事務所

☎ 83-3631

森林セラピー健康づくり事業 ~町民対象~

ツアー名	日程
① 山里歩き「海沢」と滝巡り	9月6日 (水)
② 登計トレイル森林ヨガと森のシエスタ	9月22日 (金)
③ 浮橋&湖畔の小道と陶芸体験	10月13日 (金)
④ 奥多摩湖いこいの路とそば打ち体験	10月25日 (水)



〔参加費〕 500円 〔定員〕 各21名 *先着順

〔受付期間〕 ①と② 8月16日 (水) 午前8時30分~24日 (木) 午後5時15分

③と④ 9月13日 (水) 午前8時30分~21日 (木) 午後5時15分

*申し込みが7名未満の際は、ツアーが中止となる場合があります。

*申し込みは、原則、ひと月に1ツアーのみとさせていただきます。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

※ツアー内容の問い合わせは、一般財団法人おくたま地域振興財団 ☎ 83-8855