



わさびー

2022.5月号 No.821 (令和4年5月5日発行)

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



町の世帯と人口

	4月1日現在 (前月比)
世帯数	2,590 (6減)
人口	4,827 (35減)
男	2,417 (17減)
女	2,410 (18減)

人口動態 (3月中)

転入	23	転出	46
出生	1	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

シニア筋トレルーム「にっ古里（こり）」オープン



高齢者がマシンを利用して筋力トレーニングを行う施設『シニア筋トレルーム「にっ古里」』が4月12日に古里駅前にオープンしました。

ここで行う筋力トレーニングは、抗重力筋（重力に対して姿勢を保つために働く筋肉）を鍛えるトレーニングで、日常動作に必要な「立つ」「座る」「歩く」などの筋力が維持・強化されます。

継続してトレーニングを行うことで、転倒防止や移動能力の向上が期待され、将来的なフレイル予防、介護予防につながります。「1回でしまい」の体操教室ではなく、「継続」して利用していただくことが最大の目標です。

施設をご利用いただき、日常生活をずっとずっとにっこり笑顔で過ごしませんか。

「1人では続けられないけれど、みんなで一緒にやると続けられる。先生や教室のみんなと会うのが楽しみ。」なんて言っていただけで最高ですね！ここから喜んで、そして元気になってお帰りいただく、そんな身近に感じる筋トレルームを作りたいと思います。

施設スタッフがマシンの使用方法や簡単な体操の指導を行っています。是非ご利用ください。

詳しくは、広報おくたま4月号、または町ホームページをご覧ください。

〔利用可能日〕 月、火、水、金曜日（祝日を除く）

〔予約受付日時〕 月、火、水、金曜日 午前10時から午後4時30分

〔予約受付番号〕 ☎ 85-2580

※お問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777



新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ



【12歳以上追加（3回目）接種】

土・日の集団接種は、4月23日で終了しました。今後接種を希望される方は、個別の医療機関での接種となりますので、下記スケジュールをご確認いただき、インターネットから予約をお願いします。

12歳以上の方へ接種券を発送しましたが、接種券が届いていない方は、ワクチン接種コールセンターへご連絡をお願いします。

区 分	接種日時	接種会場	ワクチンの種類
12歳以上の方	5月27日（金）16:00～	双葉会診療所	ファイザー社製
	6月3日（金）16:00～	古里診療所	
	6月24日（金）16:00～	古里診療所	

※問い合わせは、奥多摩町新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

町では、接種に関することなどの電話相談窓口としてコールセンターを設置していますので、ご利用ください。 ☎0120-331-503〔受付〕午前8時30分～午後5時15分（平日のみ）

【都内の大規模接種】

新型コロナウイルスワクチン接種は、各会場の条件に該当すれば、奥多摩町の接種会場以外でも接種が可能です。都内の大規模接種会場で接種希望の方は、東京都のホームページをご覧ください。

【12歳以上初回（2回）接種】

ワクチンの2回接種を受けていない12歳以上の方で、接種を希望される方は、町内の医療機関での個別接種となりますので、接種を希望される月の前月15日（6月に接種希望の際は5月16日）までに、福祉保健課までご連絡ください。

なお、現時点、ファイザー社製ワクチンの2回接種の対象年齢である12歳に到達される方へは、誕生月に通知にてお知らせします。

【小児初回（2回）接種】

5歳から11歳の方を対象とした小児用ワクチン接種は、今後も3～4か月毎に実施する予定です。接種スケジュールが決まりましたら、町ホームページなどでお知らせします。

【新型コロナウイルスワクチン接種証明書の発行】

新型コロナウイルスワクチン接種を受けた方であって、海外渡航などの事情により予防接種済証とは別に接種証明が必要な方に新型コロナウイルスワクチン接種証明書を発行しています。

申請方法	窓口または郵送申請	アプリ申請
必要なもの	- 申請書 - 旅券（パスポート）またはその写し - 接種履歴が確認できる書類 予防接種済証（臨時）、接種記録書 またはその写し - 本人確認書類またはその写し （住民票上の住所の記載されたもの）	事前にアプリをダウンロード App StoreまたはGoogle Playで「接種証明書アプリ」と検索して、インストールできます。 - マイナンバーカード - マイナンバーカードの券面入力補助用暗証番号 （カード受取の際に設定した4桁の数字） - パスポート（海外用を発行する方）

*ワクチン接種後も、マスクの着用、手洗い・手指消毒、ゼロ密など感染予防に引き続きご協力をお願いします。

※申請窓口、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

体育協会功労者表彰 奥多摩町スポーツ賞表彰 受賞

4月8日に文化会館にて体育協会功労者・奥多摩町スポーツ賞表彰式を行いました。受賞された方はつぎのとおりです。

(敬称略)

・体育協会功労者
公益財団法人東京都体育協会(個人) 奥多摩町体育協会ゲートボール部

原島 徹

公益財団法人東京都体育協会(団体) 奥多摩町体育協会ゲートボール部



小丹波チーム

東京都市町村体育協会連合会(個人) 奥多摩町体育協会ソフトボール部

大澤 新次

西多摩地域体育協会連絡協議会(個人) 奥多摩町体育協会グラウンドゴルフ部

榎戸 功

・奥多摩町スポーツ賞表彰
優秀賞 第44回NHK杯全日本カヌースラローム競技大会兼令和3年度日本カヌースラローム選手権大会

第5位 榎戸 功
優秀賞 2021年度文部科学大臣杯争奪第42回全国高等学校ゴルフ選手権春季大会出場 杉山 奈央

受賞されたみなさんおめでとうございました。

全国高等学校ゴルフ選手権春季大会出場

杉山 奈央 さん
長畑在住の高校3年生

3月21日～25日に兵庫県三木市で実施された「2021年度文部科学大臣杯争奪第42回全国高等学校ゴルフ選手権春季大会個人」の部に出場されました。おめでとうございました。

杉山さんは、東京アスリート強化選手に指定されています。



スポーツ推進委員の委嘱

任期満了に伴い、つぎの方々が委嘱されました。任期は令和4年4月1日から令和6年3月31日です。

(敬称略)

会長 森川 右起(再)
副会長 山本 操(再)

大澤 新次(再)
榎戸 雄一(再)
池田 慎(再)
大野まどか(再)
小峰 将史(再)
原島 里香(再)
田中 正人(再)

株式会社伊藤園さん 自動販売機の売り上げの一部を寄付

令和2年5月、株式会社伊藤園さんからの提案により、令和元年台風第19号により被災した奥多摩わさびの復旧・復興および振興のため、わさびのイラストが描かれた自動販売機を町内7か所に設置し、販売金額のうち一定割合の金額をご寄付いただいています。

令和3年4月から令和4年3月までの寄付額は、48万8953円となりました。ありがとうございます。

令和3年度 ふるさと納税 寄付金

令和3年4月から令和4年3月までの間、町にいただいたふるさと納税の寄付額は、総額で193万5千円でした。ご寄付いただいたみなさん、ありがとうございました。

【寄付金の内訳】

・森林管理・環境景観保全のため 14件 26万円
・森林セラピー事業等の整備および活動事業 9件 21万円

・財政運営資金の一端として 48件 146万5千円
ご寄付いただいた方のお住まいは、都内23区が35名、都内市町村が15名、他府県が21名でした。

ご寄付ありがとうございます

葬祭費の一部を福祉のために

3万円 小澤 貴宏様
(柵沢)

町営若者住宅の入居者募集

この住宅は「将来ご自分の住宅を取得し、町に永住していただくための第一歩になれば」と一般的な住宅よりも低額な家賃設定とした賃貸住宅です。

【申込資格】

- ①奥多摩町内に住所または一定の勤務場所がある方、もしくは住宅使用により奥多摩町に住所を確実に登録できる方。
- ②世帯主の年齢が40歳以下の夫婦または50歳以下の方で子ども（中学生以下）がいる世帯。
- ③入居期間は原則として、世帯主の年齢が30歳以下の場合は12年以内、40歳以下の場合は10年以内、50歳以下の場合は7年以内となります。

【申込受付期間】5月16日（月）から6月10日（金）まで

【物件】

- ①町営若者住宅（小丹波第1）奥多摩町小丹波627番地（JR青梅線古里駅徒歩3分）
建 物：木造2階建、2LDK（延床面積：74.4㎡） 募集戸数：1戸
住宅使用料：30,000円/月
共 益 費：500円/月 駐車場使用料：3,000円/月（1世帯1台まで使用可）
- ②町営若者住宅（小丹波第3）奥多摩町小丹波102番地（JR青梅線古里駅徒歩5分）
建 物：木造2階建 2LDK（延床面積58.22㎡） 募集戸数：1戸
住宅使用料：30,000円/月
共 益 費：500円/月 駐車場使用料：3,000円/月（1世帯1台まで使用可）

【入居予定日】令和4年7月上旬以降

【申込書配布場所】若者定住推進課（役場1階）・古里出張所（子ども家庭支援センター）

【注意点】

- *いずれの住宅等についても申込者が定員を超えた場合は、奥多摩町選考基準により決定します。
- *募集要項および申込用紙については、町ホームページでも掲載しています。
- *申し込み資格については、様々な条件がありますのでよくお確かめください。

※問い合わせは、若者定住推進課 ☎83-2310

「おくたまゆとりガイド」 を発行します

町内で活躍中の団体・グループを紹介する生涯学習ガイドブック「おくたまゆとりガイド（令和4年度版）」を発行します。

5月中旬以降に町内図書館などに設置し、町ホームページへ掲載します。

また、「生涯学習一芸人材バンク」に登録した講師、指導者、協力員も掲載しています。利用を希望される方はお問い合わせください。

※問い合わせは、教育課

☎83-2246

奥多摩町職員（保健師）募集

【職種・採用予定人数】保健師・若干名

【応募資格】昭和42年4月2日以降に生まれた方で、保健師の資格のある方（取得予定の方）

【応募方法】町ホームページ掲載または町役場、保健福祉センター、子ども家庭支援センター、文化会館に置いてある「職員採用試験申込書」に必要事項を記入し、保健師資格証の写し、または卒業（見込）証明書を添付のうえ、本人または代理人が、直接、役場総務課へ提出するか、簡易書留で郵送してください。

【申込受付期限】6月10日（金）午後5時15分

【試験内容など】試験日は6月19日（日）面接

【会場】奥多摩町役場

【採用予定日】令和4年7月1日以降（応相談）

【問い合わせ】総務課（試験について） ☎83-2345
福祉保健課（業務について） ☎83-2777

中学生・高校生 海外派遣事業 派遣者募集

派遣先の青少年との交流や生活体験などを通じて相互理解を深め、国際的視野を持った中学生・高校生を育成することを目的に実施します。

〔派遣先〕 オーストラリア

〔派遣期間〕 7月下旬～8月上旬(1週間程度) 予定

〔募集人員〕 中学生・高校生15名程度

〔応募資格〕 町内在住の中学2年生、中学3年生。または、町内在住の高校生。

条件として、新型コロナウイルスワクチンを3回接種済みであり、渡航時に抗原検査などを受けること。また、研修会にすべて参加すること。

〔選考方法〕 作文・面接試験

〔費用〕 5万円(渡航手数料などは、別に個人負担あり)

〔応募方法〕 参加申込書に必要事項を記入し、教育課またはきこりんへ提出してください。

〔申込期限〕 5月16日(月)午後5時まで

詳しくは町ホームページをご覧ください。

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、実施内容・期間の変更や派遣を中止する場合があります。

※問い合わせは、教育課

☎ 83-2246

神津島洋上セミナーについて

〔実施期間〕 8月16日(火)

～19日(金)

3泊4日(船中1泊)

〔実施場所〕 神津島

〔募集人員〕 40名程度

*募集人員を超えた場合には、この事業に参加したこ

とのない小学6年生・中学1・2年生を優先します。

〔応募資格〕

①奥多摩町在住の小学5・6年生を参加団員とし、中

学1・2年生をサブリーダーとして募集します。

②団体行動ができること。

③事前説明会および町が実施する子ども交流事業に参加できる生徒。

④事業終了後も参加者としての体験を活かし、学校や地域において活発な活動ができること。

⑤保護者の同意が得られること。

⑥町に支払うべき同一世帯内の税金、各種使用料などの滞納がないこと。

⑦原則、新型コロナウイルスワクチン接種を2回受けていること(接種記録証(シール)が貼られているもの)コピーの提出

詳しくは町ホームページをご覧ください。

※問い合わせは、教育課

☎ 83-2246



児童育成手当(障害手当)の申請

受給資格はあっても所得制限を超えていたため手当を受けることができなかった方で、所得状況の変化や、新たに受給資格に該当されると思われる方は、5月中に申請してください。申請が遅れた場合、認定されても、申請された翌月分からの支給となり、遅れた月分の手当は受けられませんのでご注意ください。申請に必要な要件、提出書類などはお問い合わせください。

なお、現在受給されている方には、6月に「現況届」をお送りしますのでご提出ください。

〔児童育成手当対象者〕

支給額・該当児童1人につき月額13,500円

〔児童育成(障害)手当対象者〕

支給額・該当児童1人につき月額15,500円

※申し込み、問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎ 85-2611

子ども・子育て支援推進事業の申請はお済ですか？

子ども・子育て支援推進事業は、申請し認定されないと助成を受けることができません。

保育園保育料助成事業、学校給食費助成事業、高校生等通学支援事業など15事業の助成を希望される場合は、令和4年度分の申請が必要です。

提出がお済でない方は申請をお願いします。

※問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎ 85-2611

登計原・学校開放施設・スポーツ施設等の 夏休み期間使用申し込み受付

夏季期間の登計原総合運

一般登録団体・特定登録

◎登計原総合運動公園

動公園・学校開放施設・ス

ポコミ施設の使用申込受付

7月21日から8月31日まで

をつぎのとおり行いますの

◎スポーツ・コミュニティ

施設（川井・奥多摩）7

で、使用を予定している団

月21日から8月31日まで

〔提出期限〕5月9日（月）

体の代表者、宿泊施設の代

〔提出場所〕教育課に持

参またはメール（tunka@

申請書に必要事項を記入の

より開放日は異なります

まで

うえ、教育委員会事務局（役

場3階）に提出もしくは、

ホームページに掲載の指定

書式に記入のうえ、教育委

員会事務局までメールにて

提出してください。なお、

使用希望日が重複した場合

などは、抽選にて決定しま

すので、必ず抽選会に出席

してください。

なお、この提出期限日以

降の使用申込の受付につ

いては、通常どおり（登計

原総合運動公園とスポーツ

施設は、2か月前の同日か

ら、学校開放施設は、1か

月前の同日から）となりま

すので、ご注意ください。

◎学校開放施設 *学校に

より開放日は異なります

◎奥多摩中学校

7月21日から8月28日

ただし学校の部活動を優先

・氷川小学校

7月23日から8月31日

*校庭事前申込不可能日

7月24・31・8月6・13・

21・27日

・古里小学校

7月31日から8月31日

*校庭事前申込不可能日

8月7・14・20・28日

*ただし、ワクチン接種が

予定されている日は古里小

校庭・氷川小校庭が使用で

きなくなりしますので、ご承

知おきください。

◎提出場所 教育課に持

参またはメール（tunka@

town.okutama.tokyo.jp）

にて提出

〔抽選会日時〕

6月16日（木）午後7時

*重複した場合のみ抽選会

にて決定

〔抽選会場〕文化会館多

目的ホール

※申し込み、問い合わせは、

教育課 ☎83-2246

または町ホームページ

QRコード

第2回奥多摩

スポーツフェス

ティバル開催時

期のお知らせ

当初6月に予定しており

ました「奥多摩スポーツ

フェスティバル」は新型コ

ロナウイルス感染状況を鑑

み、10月16日（日）に開催

予定となりました。

※問い合わせは、教育課

☎83-2246

詳しくは、「TAMA-

GO青梅・奥多摩」特設サ

イト（https://tama-go.jp/nishitama）をご覧ください。

※問い合わせは、（公財）

東京観光財団

☎03（5579）2682

京王お客さまセンター

☎042（357）6161

QRコード



本実証実験では、観光客

を実施します。

MAIGO青梅・奥多摩」

サービスの実証実験「TA

なを行なう、観光客向け

る情報提供から予約、決

により交通機関などに関

(Mobility as a Service)

多摩町において、MAAS

光財団は、青梅市および

東京都と（公財）東京観

証実験を実施

町で観光型MA

ASの第2回実

青梅市・奥多摩

町で観光型MA

ASの第2回実

証実験を実施

町で観光型MA

ASの第2回実

青梅市・奥多摩

町で観光型MA

ASの第2回実

証実験を実施

町で観光型MA

ASの第2回実

青梅市・奥多摩

町で観光型MA

ASの第2回実

証実験を実施

民生委員・児童委員はみなさんの相談役 5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員の日は、昭和52年（1977年）に当時の全国民生委員児童委員協議会（現在は全国民生委員児童委員連合会）が定めたもので、大正6年（1917年）5月12日に民生委員・児童委員制度の前身の岡山県済世顧問制度設置規定が公布されたことに由来するものです。

民生委員は、民生委員法により住民の中から選ばれ、厚生労働大臣が委嘱（民生委員として活動すること（依頼）します。また、児童委員は、児童福祉法によって民生委員が兼ねており、児童福祉問題を専門に担当する主任児童委員もいます。

民生委員・児童委員は、常に住民の立場にたって、安心で暮らしやすい地域社会をつくるために活動しています。それぞれの民生委

員・児童委員が担当する地

域のなかで、生活上の心配ごとの相談や、福祉サービスを利用するためのお手伝いなど、さまざまな活動に取り組んでいます。近年では、児童虐待の防止や不登校・ひきこもりといった課題にも積極的に対応しています。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

6月1日は「人権擁護委員」の日

人権擁護委員は、女性・子ども・高齢者などをめぐる人権の問題やインターネット上の人権侵害、新型コロナウイルス感染症に関連した差別などで困っていることの相談に応じています。

相談は無料で、難しい手続きはありません。相談内容についての秘密は守られ

ます。

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。参加希望者の意向に合わせて日程調整を行い、随時開催させていただきます。

再受講の希望も受け付けます。

お気軽に電話でお問い合わせください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

ますので、お気軽にご相談ください。

定例相談日は、毎月第2木曜日午後1時から4時、会場は福祉会館2階会議室です。

◎町の人権擁護委員

原島 貞夫（丹三郎）

小峰 京子（南水川）

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

介護予防サービスのご紹介

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もちて暮らせるよう、介護予防サービスを上手に利用し健康づくりと介護予防に取り組みながら、健康長寿を実現しませんか？

〈町で実施している介護予防サービス〉

サービス名	主な内容
筋力向上トレーニング	筋トレマシンによるトレーニングや柔軟体操
運動機能向上トレーニング	接骨院の先生による簡単なトレーニング方法の指導
介護予防デイサービス	デイサービスセンター等でのストレッチ・筋力アップ体操など
食事療養サービス	奥多摩病院にて管理栄養士の指導のもと治療食を提供
配食サービス	週3回ご自宅に夕食を配食し安否確認も実施
介護予防普及啓発訪問サービス	生活館等での介護予防の取組方法の紹介・体操教室・講話など

「筋力向上トレーニング」では、現在、6月からの利用希望者を募集しています。

※その他のサービスを含め、ご利用に関する問い合わせは、

奥多摩町地域包括支援センター ☎ 83-8555

国民健康保険税の税率などを変更しました

・国民健康保険の運営状況

国民健康保険は平成30年度から都道府県化により、市町村では東京都から示される国保事業費納付金を支払うことで医療費の全額が補助され、急激な医療費の増加などに左右されない安定した財政運営が可能となっています。

しかし、町ではこの納付金などを支払うために必要な保険税が確保できないことから、不足する保険税分を一般会計からの繰入金（法定外繰入）により賄う厳しい状況が続いています。

・国保税率の改正

町では東京都から示された「標準保険料率」を参考に「国保財政健全化計画」を策定し、計画的な税率改定により、法定外繰入を段階的に削減していくこととしています。

令和3年度については、新型コロナウイルス感染症の影響により税率の改定を見送り、令和4年度の税率改定では、下表のとおり改正しました。

項目		令和4年度 標準保険料率	令和4年度①	令和3年度②	比較①－②
医療分	所得割	6.54%	5.60%	5.20%	0.40%
	均等割	38,520円	28,100円	26,500円	1,600円
	限度額	—	650,000円	630,000円	20,000円
後期高齢者 支援分	所得割	2.41%	1.90%	1.70%	0.20%
	均等割	13,781円	10,500円	9,500円	1,000円
	限度額	—	200,000円	190,000円	10,000円
介護納付金分	所得割	2.36%	1.85%	1.75%	0.10%
	均等割	17,179円	12,000円	11,500円	500円
	限度額	—	170,000円	170,000円	0円

・国保税の軽減

国保世帯の合計所得が一定金額以下の世帯は、保険税均等割額が軽減されます。申請の必要はありませんが、軽減を受けるためには、世帯主を含む被保険者全員の方の所得の申告が必要です。

・未就学児の保険税均等割額の軽減（令和4年度から）

子育て世帯の経済的な負担を軽減するため、未就学児に係る保険税均等割の5割を減額します。

・納税通知書の送付

令和4年度の国民健康保険税の納税通知書は、7月上旬に送付します。

・医療費の節約にご協力ください

日頃の生活習慣を振り返り、特定健診を受診するなど、健康保持・増進に努めることが大切です。後発医薬品（ジェネリック医薬品）などの利用も薬代の節約につながります。

みなさんのご協力をお願いします。

※問い合わせは、

- ・住民課 総合収納係（国民健康保険税について） ☎83-2190
- ・住民課 総合窓口係（国民健康保険の制度について） ☎83-2182
- ・福祉保健課 健康係（特定健診について） ☎83-2777

年金のお知らせ

◇国民年金保険料免除等の申請について

国民年金保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、役場住民課の窓口で手続きをしてください。

令和4年度分（令和4年7月から令和5年6月分まで）の免除等は7月1日から受け付けします。

また、申請ができる過去期間については、申請書を提出した日から2年1か月前の月分までさかのぼって申請することができます。

◇学生納付特例申請書の送付

令和3年度において学生納付特例制度により保険料納付を猶予されている方で、引き続き令和4年度も在学予定の方に「国民年金保険料学生納付特例申請書」を日本年金機構からお送りしています。

申請書はハガキ形式になっており、必要事項を記入してポストに投函することで、令和4年度の学生納付特例を申請することができます。この場合、在学証明書または学生証の写しを添付する必要はありません。ただし、在学している学校などに変更がある方は、このハガキで申請することはできませんので、青梅年金事務所または役場住民課に在学証明書などを添付して申請してください。

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2182

固定資産税納税通知書・課税明細書を共有者の方にも送付しています

共有名義で所有されている固定資産について、代表者以外の方にも「固定資産納税通知書（共有者用）および課税明細書」を送付しています。これは、固定資産を2人以上の共有名義で所有されている場合、共有者全員が連帯納税義務者となることから、代表者以外の方にも固定資産の評価額や税額などをお知らせし、ご確認していただくためです。

固定資産税の納付書はこれまでどおり、共有の代表者へ送付しています。納税者みなさんのご理解とご協力をお願いします。

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2190

住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況

令和3年4月1日から令和4年3月31日までの閲覧状況を公表します。

閲覧日	閲覧申出者	委託者	閲覧目的	閲覧対象
5月14日	自衛隊東京地方協力本部福生募集案内所	防衛省 自衛隊	自衛官などの募集に伴う広報	平成15年4月2日～平成16年4月1日生の男女、平成18年4月2日～平成19年4月1日生の男子(47件)
12月8日	自衛隊東京地方協力本部福生募集案内所	防衛省 自衛隊	自衛官などの募集に伴う広報	平成12年4月2日～平成13年4月1日生の男女(24件)
1月17日	一般社団法人新情報センター	国土交通省 総合政策局	「令和3年度大都市交通センサス大都市圏住民調査」に係る調査対象者抽出	令和3年12月1日現在5歳以上の者(1件)

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2182

各種相談

【健康相談】

保健福祉センターでは、保健師による「健康相談」を随時受付けています。お気軽に電話でお申し込みください。

※問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

【人権の上・行政相談】

〔日時〕 5月12日（木）
6月9日（木）

両日とも午後1時～4時
〔会場〕 福祉会館会議室

*申込みは不要です。

【相続・成年後見相談】

〔司法書士による法律相談〕

〔日時〕 5月28日（土）

午後1時～4時

〔会場〕 福祉会館会議室

*申込みは不要です。

※問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

弁護士による
ふくし法律相談

遺産相続、遺言書作成、成年後見・任意後見制度利用、権利侵害などの法律問題でお困りの高齢者や障がい者、そのご家族を対象として、弁護士が無料で相談に応じます。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

〔日時〕 6月8日（水）

①午後1時30分～②午後2時30分～③午後3時30分～
*各回50分間

〔会場〕 福祉会館会議室

予約の受付は5月25日（水）午前8時30分からとなります。（定員3組になり次第締め切り）

*申し込み、問い合わせは、

地域包括支援センター
☎83-8555

高次脳機能
障害相談窓口

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。

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がより相談をしやすくするため

に相談日を設けています。相談は、電話・面接・家庭訪問にてお受けします。

ご希望の方は、前日までに申し込みください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

消費者相談窓口

専門の相談員による消費者相談窓口を開催します。

様々な手口がある悪質商法！ちょっとした心配なこと・気になったことを相談してみませんか？

予約は必要ありませんので、直接、会場へお越しください。

〔日時〕 5月18日（水）

午後2時～4時

〔会場〕 福祉会館

〔相談専門員〕 元東京都消費生活総合センター相談員

〔費用〕 無料

※問い合わせは、観光産業課
☎83-2295

【心理・発達相談】

〔日時〕 5月27日（金）

6月8日（水）

両日とも午前10時30分～

午後3時30分

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出来ます。電話相談も行っております。誰に話したらいいのか、どこに相談したらいいのか、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。

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〕 6月13日（月）午前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

※問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎85-2611



*なお、子ども家庭支援センターでは、常時、相談員による相談も行っています。一人で不安や悩みを抱え込まず、お気軽にお話に来てください。

※申し込み、問い合わせは、子ども家庭支援センター
☎85-2611

5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・日	
16・月	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→10分・前日×
17・火	
18・水	■ウエルカムランチ(11:30～氷川保育園:見学・給食試食)→13分・先着順 消費者相談(14:00～福祉会館)→10分
19・木	元気アップおきたま事業(10:00～梅沢生活館:健康運動指導士による体操)→11分
20・金	元気アップおきたま事業(13:30～峰谷生活館:健康講話)→11分
21・土	
22・日	
23・月	
24・火	■元気アップおきたま事業(10:00～丹三郎生活館:調理実習)→11分・5/17×
25・水	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→10分・前日×
26・木	ヘルシー体操(10:00～文化会館)
27・金	■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士)→10分・前日×
	■森林セラピー健康づくり事業:いら畑ワラビ収穫体験→4月号20分
28・土	相続・成年後見相談(13:00～福祉会館)→10分
29・日	■障害者自立生活サポート事業(9:30～保健福祉センター)→13分・5/23×
30・月	ヘルシー体操(14:00～福祉会館)
31・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→10分・前日×

《今月の納期 5/31(火)》 固定資産税第1期分・軽自動車税

母子健診日程表	5月11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 乳幼児歯科相談 …平成29・30・令和2・3年4月生まれ
	6月8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 乳幼児歯科相談 …平成29・30・令和2・3年5月生まれ
	6月10日(金) 保健福祉センター 13:00～13:20 受付 3か月児、4か月児健診 …令和4年1月・2月生まれ 14:30～15:00 受付 離乳食講習会 *1週間前までに申込みください。

元気アップおきたま事業

「元気アップおきたま事業」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。みなさんの「元気アップ」のための情報が得られるよい機会ですので、お誘い合わせのうえ、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。

*調理実習は事前申込制ですので、ご注意ください。持ち物は、エプロン、三角巾、手拭き用タオル、マスクです。

※問い合わせは、福祉保健課

☎ 83-2777

6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・水	
2・木	元気アップおくたま事業 (10:00～中山生活館：健康講話) → 1 1 ◇
3・金	
4・土	
5・日	
6・月	ヘルシー体操 (14:00～福社会館)
7・火	■ウエルカムランチ (11:30～古里保育園：見学・給食試食) → 1 3 ◇・先着順
8・水	■ふくし法律相談 (13:30～福社会館) 各回50分 3 枠 → 10 ◇・前日× ■心理・発達相談 (10:30～きこりん・徳井臨床心理士) → 1 0 ◇・前日× 1・2・4・5 歳児歯科健診・乳幼児歯科相談 (13:00～保健福祉センター) → 1 1 ◇ ■森林セラピー健康づくり事業：倉沢のヒノキと日原鍾乳洞 → 2 0 ◇・5/2 0 × (先着順)
9・木	人権身の上・行政相談 (13:00～福社会館) → 1 0 ◇
10・金	3～4 か月児健診・離乳食講習会 (13:00～・14:30～保健福祉センター) → 1 1 ◇
11・土	
12・日	
13・月	絵本といっしょ (11:00～きこりん) → 10 ◇
14・火	■高次脳機能障害相談 (9:00～保健福祉センター) → 1 0 ◇・前日×
15・水	元気アップおくたま事業 (10:00～日原生活館：健康講話) → 1 1 ◇ ■ウエルカムランチ (11:30～氷川保育園：見学・給食試食) → 1 3 ◇・先着順 元気アップおくたま事業 (13:30～大沢生活館：栄養講話) → 1 1 ◇
<6月末までの主なイベント> 16日 (木) 元気アップおくたま事業 (13:30～境生活館：ゲーム&座ってできる簡単体操) → 1 1 ◇ ■21日 (火) 森林セラピー健康づくり事業：海沢林道&滝巡り → 20 ◇・5/2 0 × (先着順) ■24日 (金) 心理・発達相談 (10:30～きこりん：鎌田臨床心理士) → 10 ◇・前日×	

＊子ども家庭支援センターきこりん
から参加者募集のお知らせ＊

①「ママ♡Eガ」

日頃、子育てや家事、
仕事で忙しいママ達。
月に一度、ヨガをととし
て自分のからだ向き合
いませんか。

〔日時〕 6月から10月の
第1金曜日と11月の第2
金曜日 (全6回)
午前10時から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〕 町内在住の小学
生以下のお子さんがいる
お母さん
〔募集人数〕 8名程度
〔参加費〕 全6回分
1200円

〔持ち物ほか〕 飲み物・
タオル・ヨガマット・託
児 (若干名)

＊マットの貸し出し・託
児 (若干名)

児希望の方は、申込時に
申し出てください。

②「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〕 6月・7月・9月・
10月の第3木曜日 (全4回)
午前10時30分から11時30分

〔会場〕 子ども家庭支援セ
ンター きこりん
〔講師〕 小峰 博美 先生

〔対象〕 町内在住で入会時
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6組程度

〔参加費〕 全4回分として
800円
〔申込期間〕 ①②ともに
5月10日 (火) ～16日 (月)

＊定員になり次第締め切り
※申し込み、問い合わせは、
子ども家庭支援センター

☎ 85-2611

スナッフえんどうとじゃがいものコンソメ炒め

【材料】（2人分） ・じゃがいも 120g（約1個） ・ウィンナー 60g（3本） ・スナッフえんどう 60g ・にんにく 1片 ・オリーブオイル 適量 ＜調味料＞ ・コンソメ（顆粒） 3g（小さじ1） ・こしょう 少々 ☆1人分の栄養価 エネルギー 177kcal タンパク質 6.1g 脂質 102g 炭水化物 14.3g 食塩相当量 1.2g	【作り方】 ①じゃがいもは一口大に切り、耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジで加熱する。（600W 約3分） ②にんにくは薄切りにし、スナッフえんどうは筋を取る。ウィンナーは3等分くらいに切る。 ③フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて中火にかける。 ④にんにくの香りがしてきたら、スナッフえんどうとウィンナーを加えて炒める。 ⑤ウィンナーに焦げ目がついて火が通ったら、①のじゃがいもを加えてさっと炒め、＜調味料＞を加えて炒める。
--	---

「食育ひろば」その168♪

★お知らせ★

じゃがいもにはビタミンCが含まれ、コラーゲンの生成を促します。また、抗酸化作用によって動脈硬化を予防する働きもあります。スナッフえんどうもじゃがいもも春が旬の食材です。新じゃがを使用する場合は、皮付きのまま炒めても美味しいので、ぜひお試しください。

ウエルカムランチ ～保育園児と一緒に給食を食べませんか？～

日 時	会 場	対 象	人 数	参 加 費
5月18日（水）午前11時20分集合	氷川保育園	原則50歳以上	各園2～3名 （先着順）	1人300円
6月15日（水）午前11時20分集合				
5月13日（金）午前11時20分集合	古里保育園			
6月 7日（火）午前11時20分集合				

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

「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おります。

〔日 時〕 5月29日（日）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いらっしゃることができる方

*参加申し込み後に、お身体の状況を教えていただいたり、この講習会について事前に説明をさせていただきます。

*付き添いの方や介助の方のご参加についてはご相談ください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

“レッツ・トライ”「可燃ごみ10%減量化大作戦」の結果！！

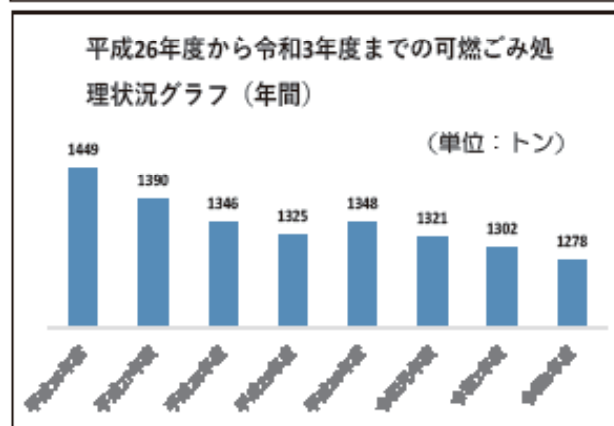
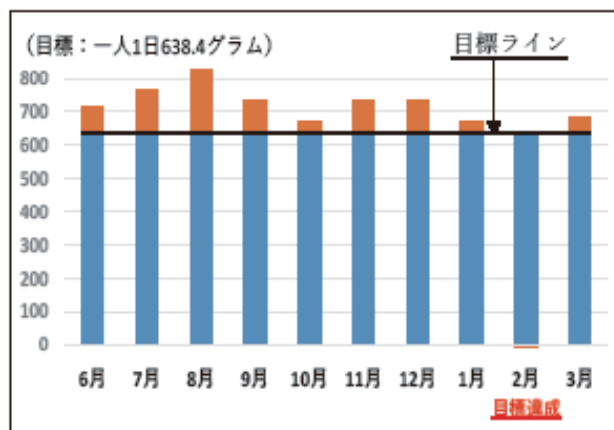
【目標：一人1日あたりの可燃ごみ量638.4gへの達成】

3月の「可燃ごみ10%減量化大作戦」の結果は下表のとおりです。2月分の目標達成から+44グラムと上がってしまいましたが、住民みなさんには、引き続き生ごみの水切り、資源になる紙くずは可燃ではなく資源として出すなどを徹底していただき、可燃ごみの減量化にご協力ください。

月	1人1日あたりの可燃 ごみ量（結果）（グラム）	目標との差 （グラム）
7月分	763.8	+125.4
8月分	831.3	+192.9
9月分	733.0	+94.6
10月分	673.8	+35.4
11月分	733.8	+95.4
12月分	736.2	+97.8
1月分	671.7	+33.3
2月分	603.9	-34.5
3月分	682.4	+44.0

—可燃ごみの処理状況グラフ—

右のグラフは、令和3年度分を含む過去8年間分の可燃ごみ年間処理状況をグラフにしたものです。平成26年度と令和3年度では171トン程度の減少となっています。このような状況ではありますが、住民みなさんには、さらなるごみ減量にご協力をいただく目的で“レッツ・トライ”「可燃ごみ10%減量化大作戦」としてごみの減量化をお願いしているところです。毎年度グラフが右肩下がりになりますよう、引き続きご協力をお願いいたします。



—“ごみを減らす10アクション”（3R：スリーアールへの取組）—

3R（スリーアール）とは、「Reduce：リデュース（ごみの発生、資源の消費をもとから減らすこと）」、「Reuse：リユース（くり返し使うこと）」、「Recycle：リサイクル（資源として再び利用すること）」の英語の頭文字Rを三つ合わせて3R（スリーアール）と呼びます。3Rは、循環型社会を実現するための、重要なキーワードです。ごみを減らす10アクションも、すべて3Rの内容にそったものです。

3Rのうち最も重要なRは、**リデュース**（ごみの発生、資源の消費をもとから減らすこと）です。

取組例は、多くの方が実践している「レジ袋有料化に伴い本格的に始まったマイバックの使用」です。

レジ袋1枚の重量は6.25グラム～10グラム、原油換算では1枚14.4グラムが必要、有料化前の国内のレジ袋使用枚数は年間約313億枚（国民一人当たり年間平均260枚）とのデータがあります。「ちりも積もれば山となる」のことわざもありますとおり、日々ちょっとした行動が、ごみの減量や限りある資源の消費減少につながります。住民みなさんのご協力をお願いします。

※お問い合わせは、環境整備課（クリーンセンター） ☎83-2110

〈家庭のゼロエミッション行動推進事業〉 「東京ゼロエミポイント」の申請受付期間を1年間延長します

東京都では、家庭の省エ

ネ行動を促すため、省エネ性能の高いエアコン、冷蔵庫、給湯器への買換えに対し、商品券などに交換可能な「東京ゼロエミポイント」を付与する事業を実施しています。

このたび、テレワークの浸透などにより在宅時間が増加し、家庭における省エネルギー対策が一層重要となっている状況を踏まえ、申請受付期間を1年間延長します。ぜひこの機会に省エネ家電などへの買換えをご検討ください。

①延長後申請受付期限
令和5年3月31日(金)
(当日消印有効) *ただし、予算がなくなり次第終了

②ポイント付与対象機器
下表のとおり(延長後も変更ありません)

*既存機器の撤去を含めた買換えを行う場合が対象で

対 象 機 器			付与ポイント (1ポイント=1円)
エアコン	統一省エネラベル 4つ星以上	冷房 能力	2.2kw 以下
			2.4kw ~ 2.8kw
			3.6kw 以上
冷蔵庫	省エネ基準達成率 100%以上	定格 内容積	250ℓ以下
			251ℓ~500ℓ
			501ℓ以上
給湯器	高効率給湯器		10,000

*1000ポイント分はし

ED照明の割引券に、残り

は商品券に交換できます。

③申請について

■インターネット申請

インターネットで全ての

申請手続ができます。この

場合、スマートフォンなど

で撮影した書類の画像デー

タをアップロードすること

で、郵送が不要になります。

便利です。ぜひご利用く

ださい。

■郵送申請

記入漏れがある場合は

事務局より電話連絡します

ので、申請書のコピーをお

控えください。

*申請先など詳細は、ホー

ムページ([http://www.](http://www.zero-emissions.jp)

[zero-emissions.jp](http://www.zero-emissions.jp))をい

覧ください。



ゼロエミポイント

就学援助費ほか

受験生チャレンジ支援貸付事業

東京都では一定所得以下の世帯の子供を対象に「受験生チャレンジ支援貸付事業」を実施しています。

高等学校や大学など各種学校への受験料や、学習塾の授業料を無利子にて貸付をし、対象となる世帯の子供の教育機会の確保をする事業です。

入学した場合には返済が免除されます。(償還免除)

申し込みには、対象要件などがありますので、事業の詳細な内容についてはお問い合わせください。

※申し込み、問い合わせは、社会福祉協議会

☎ 83-3855

※問い合わせは、コールセンター

☎ 0570(005)083

☎ 03(6634)1337

*受付時間は午前9時から

午後5時まで(ただし年末

年始は除く)

東京都環境局地域エネ

ギー課(事業について)

☎ 03(5388)3533

町立小中学校就学援助費の申請について

経済的に困りの保護者に対して、小中学校で必要な学用品費など学校でかかる費用の一部を援助しています。

詳しくは学校から配布されますお知らせをご覧ください。

※問い合わせは、教育課 ☎ 83-2246

奥多摩病院 診療のご案内 ☎0428-83-2145

《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

①内科診療

- ・予約制で実施
- ・予約は慢性疾患などで定期的に受診している方は、受診の際に次回受診日を予約
- ・初診、急患などの予約は受けていません。初診、急患などで受診する場合は、午前8時～11時30分の間に受付手続き
- ・予約の変更は、平日の午後1時から4時30分の間に電話または窓口で受付

②整形外科診療

- ・予約制ではありません。急患対応などを除き、受付順に診察
- *なお、急患などで受付時間外に受診を希望する場合は、必ず事前に電話連絡

◇午後診療

- ・予約制で実施
- ・毎週月・火・水曜日 午後2時30分～3時30分（内科診療のみ）
- ・予約は、平日の午後1時から4時30分の間に電話または窓口で受付
- *なお、予約は希望する日の前日までに（予約変更の場合も同様）

◇小児予防接種

- ・予約制で実施
- ・毎週月・火・水曜日 午後3時30分～4時30分
- ・予約は、平日の午後1時から4時30分の間に電話または窓口で受付
- *なお、予約は希望する日の1週間前までに（予約変更の場合も同様）

《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（うち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30分～3時30分（内科）
- 木曜日（4週に1回） 午後2時～3時（整形外科）

《特定健診・後期高齢者健診・若年層健診》

- 予約受付時間など ・電話・受付窓口の場合 … 平日の午後1時～4時30分（変更時も同様）
・受診の際予約する場合 … 受診の際、医師にお申し付けください
- 特定健診・後期高齢者健診・若年層健診の実施期間
 - ・6月1日（水）～10月31日（月）
 - *社会保険など加入者の場合 ⇒ 6月1日（水）～ 各保険者の指定期間

《各種検診》

【結核検診・前立腺がん検診・骨密度測定・大腸がん検診・肝炎ウイルス検査】

○結核検診・前立腺がん検診・骨密度測定・大腸がん検診などを特定健診と同時に受診する場合は、特定健診の予約をする際にお申し出ください。

○各種検診のみを受診する場合は、つぎのとおりです。

・結核検診は要予約（実施期間：11月1日（火）～翌年3月31日（金））

予約受付は、平日の午後1時から4時30分まで（予約変更の場合も同様）

・前立腺がん検診・骨密度測定・大腸がん検診・肝炎ウイルス検査は、事前の予約は必要ありませんが、受診当日の午前10時30分までに受付



奥多摩病院の先生のご紹介



小林 史典 先生

2年前より奥多摩病院にて勤務しております小林史典（こばやし ふみのり）です。赴任後なかなかご挨拶する機会がなかったため、今回この場を借りてご挨拶させていただきます。

出身は埼玉県志木市で、そこで大学時代まで生活しておりました。東京都地域枠奨学金を利用して杏林大学に入学し、その関係で学生時代に数度東京都の僻地医療の見学をさせていただきました。その際に、住民の方と近い距離感で、身近な健康問題の解決から重大な病気の診断・紹介、果ては在宅医療まで幅広く行っているのを目の当たりにし、僻地でもこのような医療を行うことができるんだと衝撃を受け、自分ももし可能であればいずれは従事できればいいなと思ってお

りました。研修医生活も半ばまで過ごしたときに、奥多摩病院で後期研修医を募集しているとの通知を見て、初めてこの地を訪れました。それまで奥多摩町に縁もゆかりもなかった自分を受け入れていただき、また井上大輔院長の地域医療に対する底知れぬ熱意に触れ、自分も微力ながら奥多摩の医療を支えることができればと思い、志願してそこから2年が経過いたしました。

大変なこともいろいろとあり、日々勉強させていただいておりますが、非常にやりがいもあると感じております。まだまだ未熟者ではありますが、精いっぱい頑張る所存です。これからもよろしくお願いいたします。



櫛淵 澪 先生

初めてご挨拶申し上げます、奥多摩病院にこの度赴任させていただきました櫛淵 澪（くしぶち みお）と申します。医師になって初めて勤務した病院が青梅市立総合病院で、その際に奥多摩で勉強させていただいたのを機に、奥多摩に魅了されてこの度奥多摩で働かせていただく御縁をいただきました。

奥多摩の方々はとても朗らかで優しい方が多く、はやくも皆様に助けていただく日々を送っています。また、4月は桜が満開で、今までの人生で見た中で一番きれいな桜でした。

まだまだ駆け出しの身ですが、皆様の健康に少しでも役立てるよう日々がんばりたい所存でございます。皆様の健康の心配事、生活でのお困りについて、なんでも教えていただければ幸いです。どうぞよろしくお願い申し上げます。

青梅警察署

からお知らせ

令和4年4月10日現在、青梅警察署管内の特殊詐欺被害

特殊詐欺の被害が5件発生しており、被害額は1120万円です。

特殊詐欺の未然防止件数は4件、被害防止金額は42万円です。

【オレオレ詐欺被害連続発生】

3月中、青梅市内においてオレオレ詐欺の被害が4件発生しました。

3月中だけで被害総額は1000万円にのぼっています。

犯人は息子や孫のふりをして「書類（小切手）をなくした。会社をクビになつてしまふかもしれない。お金を用意してほしい」と申し向けた後、「代わりの者を取りに行かせる」と、被害者の方のご自宅やその近くまで犯人が直接お金を受

け取りにきています。

まずは、固定電話に出ないことを心がけてください。

特殊詐欺犯人のほとんどがまず固定電話に架電をします。

『留守番電話に設定をする』『迷惑電話防止機能付電話機に買い換える』などの対策を取り、突然の電話に対応することのないようにしましょう。

つぎに、「電話でお金の話をしない」こと「お金を絶対に他人に手渡さない」ことを改めて親族間でしっかりと話し合ひましょう。

犯人は電話でみなさんの預金状況を聞き、いくら騙し取れるかを確認した上で「体調が悪い」「会社にいるからいけない」などと言って上司や同僚が取りに行くように話を向けます。

一度犯人を息子や孫だと信じてしまうと途中で詐欺であることに気づく方はほとんどいません。

関係機関お知らせ

常日頃から親族間で定期的に連絡を取り合い、少しでもおかしいと思った電話はすぐに切り、警察へ通報してください。

また、必要な連絡は携帯で取り合い、「携帯をなくした」と言われても必ず登録している携帯電話にかけなおすことを徹底しましょう。

※問い合わせは、青梅警察署防犯係

☎ 22・0110
内線 2162

西多摩保健所

からお知らせ

HIV検査をうけてみませんか？

西多摩保健所では東京都の「HIV検査・相談月間」の時期に合わせて、HIV検査を実施します。その他にも、保健所では常時エイズや性感染症に関する相談に応じています。心配があったら相談と検査を！

〔検査日時〕

6月7日（火）

午後2時～4時

〔検査結果〕

6月14日（火）

午後2時～4時

結果返却は本人来所が必要のため、両日とも来所可能な方のみ検査できます。証明書の発行はしません。

〔場所〕

西多摩保健所2階

〔検査内容〕

HIV抗体検査、梅毒抗体検査

希望者には性感染症検査（クラミジア感染症・淋菌感染症）も実施

HIVで正確な結果を得るためには、感染機会があつてから原則60日以上経過してから受けるようにしてください。

〔申込み〕

要予約10名まで。

匿名・無料。

新型コロナウイルスの流行状況により、中止となることありますので、ご了承

ください。

※申し込み、問い合わせは、西多摩保健所保健対策課感染症対策担当

☎ 22・6141

【東京しごとセンター多摩】

☆第1回合同就職面接会

（国分寺市会場）

〔日時〕 5月12日（木）

第1部 午前10時～午後0時30分

第2部 午後2時～4時30分

分

（募集は4月22日から）

〔定員〕 各部50名程度

東京しごとセンター多摩

では、就業相談から就職活動や就業後に役立つ知識などを習得するための各種セミナーを実施しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

※問い合わせは、観光産業課

☎ 83・2295



【都税について】

☆5月は自動車税種別割の納期です

自動車税種別割は、毎年4月1日現在、自動車検査証(車検証)に記載されている所有者(割賦販売の場合は使用者)の方に課税されます。

令和4年度の自動車税(種別割)納税通知書は、5月2日(月)に発送します。5月31日(火)までにお納めください。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により納税が困難な方は、申請により納税が猶予される制度があります。

☆身体障害者手帳などをお持ちの方へ

自動車税種別割の減免申請はお済みですか?

身体障害者手帳などをお持ちの方で、一定の要件を満たす場合、自動車税種別割の減免を受けられる制度があります。

納期限の5月31日(火)で(新たに自動車を取得した場合)は登録(取得)日から1か月以内)に申請が必ず必要です。都税事務所、都税支所、支庁、都税総合事務センター、自動車税事務所、のいずれかへ申請してください。

※詳細は、ホームページまたは自動車税コールセンター(☎03(3525)4066・平日午前9時から午後5時)までお問い合わせください。

※詳細は、ホームページまたは自動車税コールセンター(☎03(3525)4066・平日午前9時から午後5時)までお問い合わせください。

調理スタッフ募集!

勤務地: 奥多摩病院

調理補助(盛り付け・配膳など)

時間: 15:00~19:00

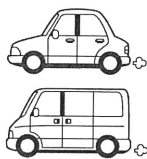
時給: 985~1,000円

お気軽にご連絡ください。

【連絡先】東京ケーティング株式会社

TEL: 090-4615-3915

担当: 武藤(受付時間 9:00~18:00)



令和4年度 自衛官募集案内

募集種目		受付期間	試験期日	資格
航空学生	男女	7月1日~9月8日	1次9月19日 2次10月15日~20日 3次【海】11月18日~12月14日 3次【空】11月12日~12月15日	高卒(見込み含む)で 【海】23歳未満の者 【空】21歳未満の者
一般曹候補生	男女	7月1日~9月5日	1次9月15日~18日 2次10月8日~23日	18歳以上 33歳未満の者
自衛官候補生	男女	年間を通じて受付	受付時に通知(*1)	
防衛医科大学校医学科	男女	7月1日~10月12日	1次10月22日 2次12月14日~16日	高卒(見込み含む) 21歳未満の者
防衛医科大学校看護学科	男女	7月1日~10月5日	1次10月15日 2次11月26日~27日	
防衛大学校	男女	〔推薦〕 9月5日~9月9日	9月24日~25日	高卒(見込み含む) 21歳未満の者
		〔総合選抜〕 9月5日~9月9日	1次9月24日 2次10月29日~30日	
		〔一般〕 7月1日~10月26日	1次11月5日~6日 2次12月6日~10日	
陸上自衛隊高等工科学校	男子	〔推薦〕 10月1日~12月2日	5年1月5日~7日 (いずれか1日を指定)	男子で中卒(見込み含む)17歳未満の者
		〔一般〕10月1日 ~5年1月6日	1次5年1月14日~15日 2次5年1月26日~29日 (いずれか1日を指定)	

*1 令和5年3月高等学校卒業予定者または中等教育学校卒業予定者のための採用試験は、令和4年9月16日以降に行います。

募集人員については、自衛官募集ホームページ (<http://www.mod.go.jp/gsdf/jieikanbosyu/>) でご確認ください。

※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 ☎042-551-4725
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)
ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/tokyo/fussa>

観光施設・行事などのお知らせ

【奥多摩都民の森

体験教室】

詳細



- ①集まれ山ガール・第2回
御岳山へ1泊2日 6月11
日(土)～12日(日)
- ②日帰り御前山歩き・第3
回御前山へ日帰り 6月15
日(水)
- ③奥多摩山しごと体験・第
3回森林観察・市場見学へ1
泊2日 6月18日(土)～
19日(日)
- ④奥多摩アウトドア体験・
第2回サイクリングへ1泊
2日 7月2日(土)～3
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

【山のふるさと村

体験教室】

詳細



- ①清流生まれのヤマメ燻製
作りへ1泊2日 高校生以
上対象 6月10日(金)～
11日(土)
- ②虫入りコーパル磨き・6
月18日(土)
- ③治助イモの収穫とそば打
ちクラフト体験へ1泊2日
小学生以上対象 7月9日
(土)～10日(日)
- ※問い合わせは、山のふる
さと村管理事務所
86-2556

【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
ピースタンドードプラン

(Forest for Rest)

- ①ストレスマネージメント
のための森林セラピー&ヨ
ガ「ビジネスパーソン・男
性歓迎」6月18日(土)
- ②森林セラピー×テラリウ
ムづくり「梅雨を楽しむ苔
ウォッチング」6月26日
(日)

【登山・観光ツアー】

- ①トレッキングへ鳩ノ巣溪
谷「季節の花めぐり・ニッ
コウキスゲ」6月11日(土)
- ②登山へ大塚山・御岳山「季
節の花めぐり・コアジサイ」
6月19日(日)

★「町民割引価格」あり！
*各ツアーとも参加費用が
発生します。

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

FAX 83-8855
83-8856



森林セラピー健康づくり事業 ～町民対象～

ツアー名	日程
①倉沢のヒノキと日原鍾乳洞	6月8日(水)
②海沢林道&滝巡り(健脚コース・ゆっくりコース) (希望のコースをお選びください)	6月21日(火)

*両ツアーとも山道を歩くため、トレッキングシューズの着用がお勧めです
〔参加費〕500円 〔定員〕21名 ※いずれも先着順
〔受付期間〕5月11日(水)午前8時30分～20日(金)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