



町の世帯と人口

	5月1日現在 (前月比)
世帯数	2,474 (1減)
人口	4,455 (7減)
男	2,200 (7減)
女	2,255 (0減)

人口動態 (4月中)

転入	17	転出	7
出生	0	死亡	17
その他	0	その他	0

2025.6 No.858 (令和 7年 6月 5日 発行)

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



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

雲取山・奥多摩小屋跡地に

「五十人平野営場」が完成

平成31年3月に施設の老朽化により閉鎖した雲取山「旧奥多摩小屋」跡地周辺に、登山者の安全確保と自然環境の保全の観点から、東京都環境局により、テントサイト、管理棟、トイレなどの整備が行われました。

4月29日からの利用開始に伴い、福祉会館で来賓ならびに関係者みなさんにご出席をいただきオープン式典が行われました。式典では、令和4年10月にユネスコ無形文化遺産に風流踊(ふりゅうおどり)として令和4年10月に登録された「小河内の鹿島踊」が披露されました。



来賓・関係者による
テープカット



小河内の鹿島踊



▶奥多摩小屋跡地には管理棟・休憩舎(左)、トイレ(右)が完成しました。

トイレの排せつ物は、そば殻にかくはんした微生物の力により処理するバイオトイレで、管理棟などで利用する電源は太陽光発電により賄います。



町の功労者表彰被表彰者の推薦をお願いします

隔年で実施している功労者表彰式を11月3日の文化の日に行います。

その被表彰者の推薦の受け付けをつぎのとおり行いますので、該当される方がいましたら推薦をお願いします。

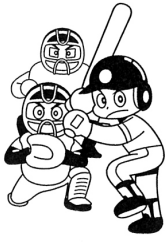
〔表彰の種類および対象〕

○善行表彰

町民の模範となるような

東京都スポーツ協会表彰受賞

5月10日に、東京都スポーツ協会から奥多摩町スポーツ協会野球部の新島和貴氏が、スポーツの指導と振興に貢献した功績が認められ、生涯スポーツ功労者として表彰されました。



善行をした個人または団体。

○文化表彰

芸術・科学など当町の文化の向上に寄与し、その業績が顕著な個人または団体。

○産業表彰

産業、経済、土木など当町の産業振興に寄与し、その業績が顕著な個人または

団体。

○スポーツ表彰

スポーツの振興に尽くし、町民の健康増進に寄与し、その業績が顕著な個人または団体。

〔推薦期限〕 6月23日（月）

*推薦調書は総務課にあります。

*問い合わせは、総務課

☎83-2345

「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ーンをを使うための講習会です。参加希望者の方と日程調整を行い、随時開催しています。再受講も受付けています。お気軽に電話で申し込みください。

※問い合わせは、

福祉保健課 ☎83-2777

6月23日から29日は「男女共同参画週間」です

男性と女性が、職場

で、学校で、地域で、

家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる

「誰でも、どこでも、自分らしく」

この機会に「男女共同参画」について考えてみ

ますか？

※問い合わせは、企画

財政課

☎83-2360

の取組が必要です。

内閣府では、令和7年

度のキャッチフレーズ

を募集し、次のとおり



6月23日（月）～29日（日）
令和7年度
男女共同参画週間



東京都議会議員選挙

投票日は6月22日(日)
午前7時から午後6時まで

令和7年7月22日任期満了による東京都議会議員選挙は、6月13日告示、6月22日投開票と決まりました。

この選挙は、ひとりひとりが東京の未来を決める大切な選挙です。棄権せず、必ず投票をしましょう。

なお、町ホームページで町開票分の開票速報をお知らせします。

【投票のできる方】

選挙人名簿登録基準日および登録日は6月12日です。

◎平成19年6月23日までに生まれた方で、住民基本台帳に登録され3か月を経過している方。

◎令和7年3月12日までに奥多摩町に転入の届出をし、住民基本台帳に引き続き登録されている方。

【町内で転居した方の投票】

5月28日までに転居手続きをされた方は、その転居先の投票所で投票を行うこととなりますが、5月29日以降に転居手続きをされた方については、転居前の投票所で投票することになります。

【期日前投票】

投票日に仕事や学業などのほか、旅行や用事などで投票所へ行くことができない方は、期日前投票ができます。

《期日前投票の

できる期間・会場》

〔期間〕 6月14日(土) から6月21日(土)までの毎日、午前8時30分から午後8時まで

〔会場〕

役場地下1階 会議室

【不在者投票】

出産や病気などで入院されている方や老人ホームなどの施設に入っている方で、その施設が不在者投票のできる施設として指定を受けている場合、その施設で不在者投票をすることができます。

*投票開始日は6月14日(土)となりますので、ご注意ください。

【郵便等投票】

身体障害者手帳などをお持ちで、法に定められた方は、郵便投票をすることができます。

この制度を利用する際は、事前に申請・届出が必要となり、利用までに時間がかかる場合があります。詳しくは町選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

【代理投票】

手や目が不自由なため文字を書くことが困難な方は、各投票所で係員に申し出てください。法で定めら

れた手続きにより、代理投票を行います。

【入場整理券】

入場整理券は、6月14日頃郵送します。入場整理券は一人一枚です。投票の際には各自忘れずにお持ちください。

万一、入場整理券を紛失された場合でも投票はできますので、棄権せずに投票所へお越しください。

【選挙公報】

選挙公報は6月16日頃新聞折込でお届けします。折り込む新聞は、読売、朝日、毎日、東京、日本経済、および産経新聞です。

また、選挙公報は、役場、子ども家庭支援センター、保健福祉センター、文化会館、福祉会館、日原森林館、および各自治会長宅などに備え置きます。

新聞を購読されていない方、備え置きする施設などで公報を見ることができない方は、郵送によりお届けしますので、選挙管理委員

会事務局までご連絡ください。

※問い合わせは、選挙管理委員会事務局(総務課内)

☎ 83-2345



母子健診日程表

6月25日(水) 保健福祉センター
〔受付〕 13:20 ~ 13:30
1歳6か月児健診(通知が届いた方)

7月9日(水) 保健福祉センター
〔受付〕 13:20 ~ 13:30
1・2・4・5歳児歯科健診
令和2・3・5・6年6月生まれ

乳幼児歯科相談(要予約)

令和6年度下半期 財政事情の公表

町では、町民みなさんに、町の財政事情の状況を年2回、お知らせしています。

今回お知らせするのは、令和6年度下半期（10月から3月分）です。

つぎの各表は、各会計の財政運営の状況、町の財産と借入金の状況です。

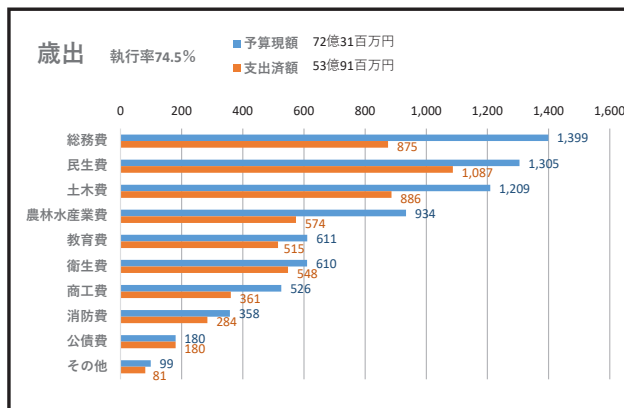
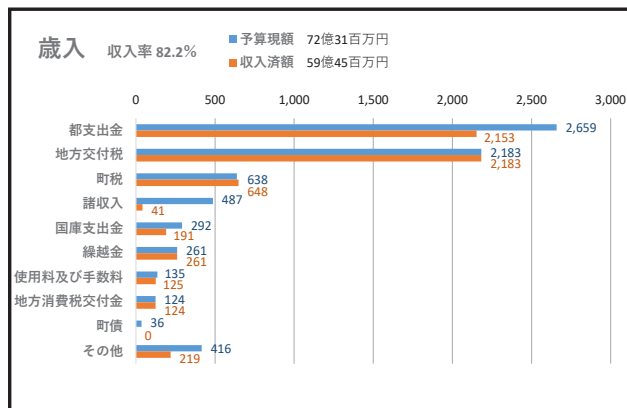
予算の執行状況については、ほぼ順調であると言えます。

《各会計の予算執行状況》

区 分		補正の 回 数	予 算 現 額	歳 入		歳 出	
				収入済額	収入率	支出済額	執行率
一 般 会 計		6	千円 7,231,313	千円 5,944,892	% 82.2	千円 5,390,510	% 74.5
都民の森管理運営 事業特別会計		2	93,804	91,730	97.8	71,906	76.7
山のふるさと村管理 運営事業特別会計		3	179,421	176,115	98.2	157,427	87.7
国民健康保険 特別会計		3	737,023	632,131	85.8	610,774	82.9
後期高齢者医療 特別会計		2	242,835	234,954	96.8	229,404	94.5
介護保険特別会計		2	901,401	784,931	87.1	773,322	85.8
下水道事業 会 計	収益的収入	3	631,579	438,955	69.5	—	—
	収益的支出		601,044	—	—	207,384	34.5
	資本的収入	1	242,207	265,059	109.4	—	—
	基本的支出		418,905	—	—	299,799	71.6
病院事業 会 計	収益的収入	1	559,000	496,154	88.8	—	—
	収益的支出		559,000	—	—	528,027	94.5
	資本的収入	1	48,252	48,023	99.5	—	—
	基本的支出		80,251	—	—	72,332	90.1

《次ページ左上へ続く》

《一般会計 歳入・歳出執行状況》



《町の借入金・一般会計》

(単位: 千円)

区 分	借入金現在高	前年度比較
総 務 債	141,677	27,201
民 生 債	5,058	△ 2,035
土 木 債	4,490	△ 1,597
教 育 債	32,196	△ 3,856
住民税等減税補てん債	1,019	△ 1,382
臨時財政対策債	1,249,049	△ 158,709
減収補てん債	3,211	△ 291
合 計	1,436,700	△ 140,669

《町の財産》

(単位: ㎡)

区 分	土 地	建 物
庁 舎	950	2,704
警察消防施設	897	1,169
小・中 学 校	44,629	13,069
公 営 住 宅	12,492	8,251
公 園	1,049	34
その他の施設	204,334	31,984
計	264,351	57,211
普通財産	10,634,381	15,475
合 計	10,898,732	72,686

◎住民一人あたり借入額 321,986円

*令和7年3月31日現在の人口4,462人で
除した額

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5日(土)に文化会館で講演会を開催します。

今年は元宝塚歌劇団月組長の俳優、越乃リュウ氏をお迎えし、「多文化への理解」に関するご講演と、きれいな姿勢の歩き方等ご指導いただきます。高校生以上の方も参加可能です。

多くの方の参加をお待ちしております。

※問い合わせは、教育課 ☎ 83-2246



▲越乃リュウ氏

国民年金保険料に免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などの承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

詳しくは、ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004

または、青梅年金事務所 ☎30-3410 へお問い合わせください。

年金の相談や受給手続きは事前予約をご利用ください

年金見込み額等のご相談や、年金の請求・受給者死亡等の手続きは、事前の予約をご利用いただくことで、お客様のご都合にあわせてスムーズに対応できます。ぜひご利用ください。

予約受付専用 ☎0570-05-4890

青梅年金事務所 ☎30-3410

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

（土日祝日および年末年始を除く）



日本年金機構
2次元コード

◆ご予約の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご用意ください。

マイナンバーカードに関する手続きは予約制です

マイナンバーカードに関する手続き（申請、受取、電子証明書更新など）は住民課で予約制にて行っています。

〔受付時間〕平日の午前9時から11時、午後1時30分から4時

*土曜日、日曜日、祝日は窓口を開設していません。

（夜間または休日窓口開設時を除く）

*予約をされずに来庁された場合、お手続きができなかったり、お待ちいただく場合がありますので、ご注意ください。

※予約・問い合わせは、住民課 ☎83-2182



ツキノワグマに遭わないために

町内において、ツキノワグマの目撃及び痕跡の情報が多く寄せられています。

クマを誘引しないよう、生ごみを家の外に放置しない、畑には電気柵等を設置し、野菜のクズなどを残さないようにしましょう。また、山に入る際にはラジオや鈴など、音の出るものを持つようにするなど、十分注意しましょう。万が一クマに遭遇した場合は、走らず、背を向けず、静かにクマから離れることが大事です。

詳しくは、下記の二次元コードから昨年10月に全戸配布し、町ホームページに掲載しています「ツキノワグマ対策マニュアル」をご確認ください。



※問い合わせは、観光産業課 ☎83-2295

令和 7 年度 国民健康保険税について

■令和 7 年度の保険税率および限度額はつぎのとおりです。(下表)

令和 7 年度は、令和 6 年度と比較し、所得割額、均等割額、医療基礎分と後期高齢者支援金分の賦課限度額がそれぞれ増額となりました。

詳しくは広報おくたま 5 月号をご覧ください。

■納税通知書は世帯主の方に 7 月初旬頃お送りします

4 月 1 日を基準に、国民健康保険被保険者の方がいる世帯に、『令和 7 年度国民健康保険税納税通知書』をお送りします。

納付書または口座振替による納付は年 8 回です。

なお、年金からの差し引きによる納付(年金特別徴収)は年 6 回の偶数月です。

■保険税の計算方法

① 所得割額

世帯の被保険者の方の令和 7 年度の総所得金額(令

和 6 年中総所得金額)から 43 万円を控除した(引いた)額×各区分の税率(下表)

② 均等割額

医療分・後期高齢者支援金分は、被保険者全員の方に、介護納付金分は、40 歳から 64 歳までの介護保険 2 号の方に課せられます。

また、世帯の総所得金額に応じて均等割が軽減されます。

■国民健康保険の加入・資格喪失について

国民健康保険に加入される方は、退職の証明書などを役場住民課窓口または古里出張所窓口まで持参のうえ、加入の手続きをしてくださいます。加入の手続きが遅れた場合は、遡って資格を取得します。

国民健康保険税は、届出された日からではなく、資格を取得した月の分から納めます。

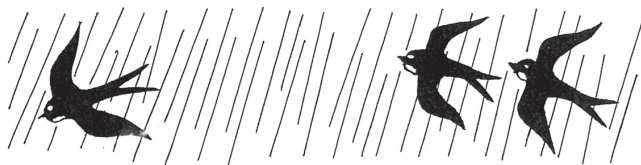
また、会社に就職した、

家族の扶養に入ったなどで、国民健康保険をやめられた方につきましても、新しい健康保険証を持参のうえ、国民健康保険の資格喪失の届出をしてください。

資格喪失の届出がないと、社会保険料と二重で保険税を納付することになります。

※問い合わせは、住民課

☎ 83 - 2190



区 分	医療基礎分			後期高齢者支援金分			介護納付金分		
	所得割	均等割	限度額	所得割	均等割	限度額	所得割	均等割	限度額
令和 7 年度	6.20%	33,100 円	66 万円	2.10%	12,600 円	26 万円	2.05%	12,600 円	17 万円
令和 6 年度	5.90%	29,500 円	65 万円	2.00%	11,000 円	24 万円	1.95%	12,600 円	17 万円
比 較	+ 0.30%	+ 3,600 円	+ 1 万円	+ 0.10%	+ 1,600 円	+ 2 万円	+ 0.10%	± 0 円	± 0 円

令和 7 年度 自衛官募集案内

一般幹部候補生、一般曹候補生、自衛官候補生などの募集をしています。

※ 令和 7 年度採用案内詳細は、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。



自衛官募集
2 次元コード

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



福生募集案内所
2 次元コード

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)がいる世帯であること。
- 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。

〔募集物件情報〕

海沢第1 (集合住宅タイプ)	
所在地: 海沢805番地 JR青梅線 奥多摩駅から徒歩約25分	
使用料: 20,000円/月	
駐車場: 3,000円/月(2台まで使用可)	
募集戸数: 2戸	
木造2階建メゾネットタイプ(床面積: 66.5㎡)	

栃久保除ヶ野(戸建て住宅タイプ)	
所在地: 氷川459番地 JR青梅線 奥多摩駅から徒歩約10分	
使用料: 33,000円/月	
駐車場: 3,000円/月(原則1世帯1台、状況により最大2台まで使用可)	
募集戸数: 1戸	
木造2階建(床面積: 76.5㎡)	

南氷川第1 (集合住宅タイプ)	
所在地: 氷川1449番地1 JR青梅線 奥多摩駅から徒歩約5分	
使用料: 30,000円/月	
駐車場: なし	
募集戸数: 1戸	
木造2階建(床面積: 54.54㎡)	

〔申込受付期間〕 6月5日(木)～30日(月)まで

〔入居予定日〕 8月上旬以降

〔注意点〕 * 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。

奥多摩町民限定 分譲地販売

奥多摩町では過疎化による少子高齢化が進行し、地域活力が低下することから、若者の定住対策を重点施策として、分譲地や町有地を販売しています。

今回は、分譲地の販売についてご紹介します。

〔募集物件情報(7区画中6区画)〕

住所：奥多摩町川井630番地1(川井字松葉)

土地面積：約300.0㎡(約91坪)

販売価格：約4,573,000円・15,246円/㎡

*正確な面積は測量完了後に決定。



〔申込資格〕

*年齢45歳以下の夫婦もしくは子ども(高校生以下)がいる世帯

*その他、自らが居住する住宅を建築するために宅地を必要とすることなどの条件があります。

〔申込期間〕6月5日(木)～27日(金)まで

〔現地見学会・抽選会および区画決め〕

①現地見学会は6月21日(土)午前10時～正午まで

*現地に直接お越しください。

*予約不要 雨天決行、荒天中止

②抽選会および区画決めは7月12日(土)午前10時開始

抽選会場：奥多摩文化会館 1階会議室

〔注意点〕

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。

〔申込書配布場所〕・子育て定住推進課 若者定住推進係(役場1階)

・古里出張所(子ども家庭支援センター)

*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、子育て定住推進課 ☎ 83-2310

不動産活用講座&ちょこっと相談会

土地、建物所有者の方を対象とした「不動産活用講座と相談会」を開催します。
相談会は予約制となりますので、ご注意ください。

「相続税と贈与税のきほん」ほか

〔日時〕7月6日(日)午後1時～4時まで (*開場・受付：午後0時30分～)

〔会場〕奥多摩文化会館 1階：多目的ホール 〔参加費〕無料

〔講師〕村田累実税理士事務所 村田累実税理士

※予約・問合せは、奥多摩・木もれび不動産 ☎ 85-8834 FAX 85-8835

E-mail: info@wave-real.co.jp

*7月5日(土)までに電話、FAX・Eメールで申し込みください。

児童手当・児童育成手当の現況届と支払いについて

〔現況届〕

- ・児童手当を受給されている方の現況届については、原則不要となりました。
ただし、別居監護の場合など一部の方は、引き続き現況届が必要となります。
該当になる方には、提出書類をお送りしましたので、ご提出ください。
- ・児童育成手当を受給されている方は、引き続き現況届の提出が必要となります。
提出書類をお送りいたしましたので、ご提出ください。
- ※児童手当、児童育成手当の現況届の提出は6月30日(月)までに、子ども家庭支援センターへご提出ください。

〔6月期支払い〕

6月は、児童手当の令和7年4月分から5月分、児童育成手当の令和7年2月分から5月分の支払い月です。6月16日(月)に指定の口座へ振り込みますので、ご確認ください。
※問い合わせは、子育て定住推進課(きこりん) ☎85-2611

森林セラピー健康づくり事業 ～町民対象～

ツアー名	日程	参加費	定員	申込フォーム
① 清流の川音と夏鳥の囀り ^{さえず} を聞きながら後山林道を歩く	7月22日(火) 9:20～15:30	500円	21名 (先着順)	
② 山のふるさと村 de 蕎麦打ち体験&至高の一品「弘美堂」の和菓子を堪能	8月29日(金) 10:10～15:10			

〔申込期間・時間〕

- ① 6月10日(火) 午前8時30分～6月16日(月) 午後5時15分
- ② 7月10日(木) 午前8時30分～7月16日(水) 午後5時15分

〔申し込み方法〕

電話または申込フォームからお申し込みください。

※職員不在時は対応ができない場合があるため、申込フォームの利用をお勧めします。

〔その他〕

※①のツアーは、山道を歩きますので、トレッキングシューズでお越しください。

※実施日の14日前に申し込みが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、問い合わせは、一般財団法人おくたま地域振興財団 ☎83-8855



奥多摩温泉もえぎの湯
町民無料開放

住民のみなさんを対象に、「もえぎの湯」を無料で開放します。

〔期間〕6月11日(水)から13日(金)までの3日間。
〔営業時間〕午前10時から午後8時

町内に住所があることがわかる身分証を提示していただくと無料となりますのでぜひご利用ください。

ただし、入湯税および館内の飲食料は自己負担となります。

また、館内への飲食物の持ち込みはご遠慮ください。

※問い合わせは、もえぎの湯 ☎82-7770

【ぴよぴよ☆ひろば】

「WARA (わら) リズム」

WARAリズムは、あかちゃんの運動機能が遊びながら発達する0歳の為の運動教育です。わらべ歌を歌いながらあかちゃんとのふれあいを通して、楽しみながらあかちゃんの運動機能を高めていきます。

〔日時〕 6月30日 (月)

午前10時30分～11時30分

〔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〕 町内在住の生後2か月～8か月の乳幼児と保護者 (各回6組程度)

〔参加費〕 無料

〔持ち物他〕 バスタオル

〔申込期限〕 各開催日の4日前まで

〔会場〕 きこりん



第1回ファミサポ・病後児会員研修

～ビギナー向けアロマ講座～

夏に爽やかレモン・ベルガモット＆ラベンダーのハーバルボディスプレー作りとアロマハンドトリートメント

〔日時〕 7月15日 (火)

午前10時～11時30分

〔会場〕 文化会館 多目的ホール

〔講師〕 金丸育子さん (アロマハンドセラピスト・奥多摩町森林セラピーアシスター)

〔対象〕 ファミサポ・病後児会員、地域の皆さん

〔募集人数〕 12名 (先着順)

〔持ち物〕 ハンドタオル

〔申込期限〕 定員になり次第終了

《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24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・梶川 由佳 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

〔申込期限〕 6月11日 (水)

《ママ♡ヨガ》

町内在住の女性を対象にしたヨガ教室です。

10月まで、月1回開催します。

ヨガを通して自分の体と向き合いませんか。

〔日時〕 7月4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〕 町内在住の女性

〔参加費〕 無料

〔持ち物他〕

飲み物・タオル・ヨガマット (お持ちの方)

* ヨガマットは10枚まで当日貸し出し可能

* 託児を希望される方のみ、土曜日、日曜日を除く開催日の3日前までにご連絡ください。



【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〕 7月14日 (月)

午前11時～11時40分

〔会場〕 きこりん

〔内容〕 相談員の読み聞かせ・指遊び

古里小学校プール開放と水泳教室（小学生対象）のお知らせ

〔期間・時間〕 6月16日（月）から9月7日（日）まで

◎昼間（午前9時～午後5時） 6月と7月の土日祝、8月の全日、9月6日（土）、7日（日）

◎夜間（午後6時～9時） 6月16日（月）から9月7日（日）まで

〔入場料〕

◎町内在住 中学生以下 無 料 ・ 大 人 200円

◎町外在住 中学生以下 200円 ・ 大 人 400円

*ロッカー使用10円、解錠時に返却。

～小学生を対象に水泳教室を実施します～

上記期間中に小学生を対象に週2回水泳教室を実施します。

開催日はプールの水深を70センチに行います。

6月・7月・9月の毎週火曜日と金曜日 午後6時から8時

8月の毎週火曜日と木曜日 午前10時から正午 午後2時から4時

6月・7月・9月は週1回、8月は週2回（同日不可）の受講ができます。

*各コース先着15名の予約制になります。

*前日の午後8時までに古里小学校プールへ電話（☎85-2091（開放時間中のみ））

または古里小学校プールにおいて申し込みください。（*6月16日から予約可）

詳しくは、町のホームページをご覧ください。

※問い合わせは、教育課 ☎83-2246



町民プール・
水泳教室ほか

洋上セミナーボランティア募集

〔実施期間〕 8月17日（日）

～20日（水）（船中1泊）

〔実施場所〕 神津島村

〔応募資格〕

①高校生以上で、社会教育事業に協力できること。

②心身ともに健康で、協調性に富み、子どもが好きで、

基本的な生活指導ができること。

③原則として事前説明会および事前研修に参加できること。

④事業終了後も社会教育事業や地域の行事などに、積極的に協力ができること。

⑤未成年者は、保護者の同意が得られること。

〔募集人員〕 男女3名程度

〔応募方法〕 申込書に必要事項を記入のうえ6月23日

（月）までにホームページから、または

教育課へ提出

してください。

※申し込み、問い合わせは、教育課 ☎83-2246



町民プールのアルバイト募集

〔職種〕 ①プールの監視スタッフ ②受付スタッフ

〔業務内容〕 プールを使用する方が安全に利用できるように監視したり、受付や水質検査、清掃などを行います。

〔応募資格〕 16歳以上（①は18歳以上）

〔応募期間〕 6月1日（日）～9月1日（月）

〔時給〕 ①・②1163円

から（経験者優遇）

*交通費別途支給

〔勤務地〕 古里小学校プール

〔勤務期間〕 6月16日（月）から

※申し込み、問い合わせは、株サンプレーニティ多摩支社 ☎042（519）8315

6 月 15 日～30 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	ヘルシー体操（14:00～福祉会館）
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）→17☆・前日〆先着順 ■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→15☆・前日〆
19・木	■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→15☆・前日〆 元気アップおきたま事業（13:30～福祉会館：理学療法士によるかんたんな体力測定）→17☆
20・金	
21・土	
22・日	■在宅障害者自立生活サポート事業・運動（13:30～福祉会館）→16☆・定員になり次第〆
23・月	元気アップおきたま事業（13:30～長畑生活館：保健師による健康講話& IN BODY 測定）→17☆
24・火	■キッズリトミック（15:00～文化会館）→13☆・6/11 〆 境自治会主催カレー会食会・元気アップおきたま事業（10:00～境生活館・カレー会食会と筋力アップ・認知症予防のお話）→17☆ ■障害者就労相談（13:30～保健福祉センター）→15☆・定員になり次第〆
25・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→15☆・前日〆 1歳6か月児健診（13:20～保健福祉センター）→3☆
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）→15☆・前日〆
28・土	■在宅障害者自立生活サポート事業・栄養（9:30～保健福祉センター）→16☆・定員になり次第〆
29・日	
30・月	■ぴよぴよ広場「WARA リズム」（10:30～・きこりん）→13☆・6/26 〆

《今月の納期 6/30（月）》 町・都民税第1期分



みんなの情報局

●第3回奥多摩絵本の会

〔日時〕 6月11日（水）

午後2時から2時30分

〔会場〕 氷川小学校 図書館

●第4回奥多摩絵本の会

〔日時〕 6月18日（水）

午後3時から3時30分

〔会場〕 文化会館 会議室

児童向けに絵本の読み聞かせを行います（大人の方もご参加ください）。

〔費用〕 無料

※問い合わせは、大島真理子
☎ 090（1736）3986
E-mail:mariko546@icloud.com

7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・火	
2・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→15分・前日〆
3・木	ヘルシー体操（10:00～福祉会館） ■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→15分・前日〆
4・金	ママ・ヨガ（10:00～文化会館）→15分・託児希望の場合のみ3日前申込〆 ■ウエルカムランチ（11:30～古里保育園：見学・給食試食）→17分・前日〆先着順
5・土	
6・日	
7・月	ヘルシー体操（14:00～文化会館）
8・火	■心理・発達相談（10:30～きこりん・鎌田臨床心理士）→15分・前日〆
9・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→15分・前日〆 1,2,4,5歳児歯科健診・乳幼児歯科相談（13:20～保健福祉センター）→3分
10・木	元気アップおくたま事業（13:30～棚沢コミュニティセンター：保健師による頻尿改善 講話&IN BODY測定）→17分
11・金	
12・土	
13・日	
14・月	絵本といっしょ（11:00～・きこりん）→13分
15・火	■ファミサポ病後児会員研修・ビギナー向けアロマ講座（10:00～文化会館）先着順
＜7月末までの主なイベント＞	
16日（水）	■ウエルカムランチ（11:30～氷川保育園：見学・給食試食）→17分・前日〆 先着順
17日（木）	■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→15分・前日〆
19日（土）	■在宅障害者自立生活サポート事業・栄養（9:30～保健福祉センター）→16分・定員 になり次第〆
22日（火）	■森林セラピー事業：清流の川音と夏鳥の囀りを聞きながら後山林道を歩く →10分・6/16〆先着順
24日（木）	ヘルシー体操（10:00～福祉会館）
25日（金）	■心理・発達相談（10:30～きこりん・鎌田臨床心理士）→15分・前日〆 ■キッズリトミック（15:00～文化会館）＊途中申込可
28日（月）	ヘルシー体操（14:00～文化会館）
31日（月）	元気アップおくたま事業（13:30～小丹波コミュニティセンター：保健師による 糖尿病予防講話&IN BODY測定→17分

各種相談

【シニアのための
スマホ相談会】

スマートフォンを使い方や操作方法に関する疑問や不安の解消のため、マンツーマンの相談会を開催します。

参加対象はスマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の都民の方。

【相談例】 スマートフォ

ンとフィーチャーフォ

ン(ガラケー)の違い、

二次元コードの読み方

法、ミニコンの接続方法、

ビデオ通話のカメラや

マイクの使い方など

【日時】 ①6月5日(木)
②7月10日(木) いずれも午前10時～午後2時
【会場】 ①福祉会館2階
会議室A ②文化会館
1階 会議室
【参加費】 無料
*希望される方は、直

接会場へ

【実施主体】 東京都ス

マートフォン普及啓発

事業事務局

*講師 東京都の委託

によるスマートフォン

専門アドバイザー

※問い合わせは、福祉

保健課 ☎ 83-2777

【人権の上・
行政相談】

【日時】 6月12日(木)

7月10日(木)

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

【心理・発達相談】

【日時】 6月10日(火)・19

日(木)・27日(金)

7月3日(木)・8日(火)

17日(木)・25日(金)

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

することなどなことで

も、臨床心理士の資格を持

つかウンセラーがお話を聞きます。電話相談も行っています。

お子さんご自身からの相談もできます。

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、まずはお電話を

ください。

*常時、相談員による相談

も行っています。

※申し込み、問い合わせは

子育て定住推進課(きこり

ん) ☎ 85-2611

【相続・成年後見
相談】

【日時】 7月26日(土)

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

【障害者就労相談】

障害手帳をお持ちの方の就労相談に、専門

の相談員が対応します。

ご希望の方は事前にお

申し込みください。定

員になり次第締め切ら

せていただきます。

【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？

問題解決に向けて一緒に

考えていきます。

相談は、家庭訪問や、町

施設でも対応します。

お気軽にお電話ください。

【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。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

より相談をしやすいするた

めに相談日を設けていま

す。相談は電話・面接・家

庭訪問にて対応します。相

談を希望される方は、事前

にご連絡ください。

※申し込み、問い合わせ

は福祉保健課 ☎ 83-

2777



ジュニア育成地域推進事業参加者募集

バドミントン教室

〔日時〕 6月21日・28日・
7月5日・12日・19日
れも(土) 午後7時から8
時30分まで

〔会場〕 奥多摩中学校体育
館

〔対象者〕 小学生・中学生・
高校生(小学3年生以下の
児童については、保護者同
伴)

〔内容〕 基本練習から試合
まで

〔参加費〕 無料

〔持ち物〕 体育館シューズ、
運動のできる服装、水筒、
ラケット(お持ちの場合)
など。

〔申込〕 申込書に必要事項
を記入のうえ、提出してく
ださい。(随時受け付けます)

〔主催〕 奥多摩町スポーツ
協会・東京都・(公財)東
京都スポーツ協会

〔主管〕 奥多摩バドミント
ンクラブ

卓球教室

〔日時〕 6月29日(日)
午前9時から午後3時まで

(※途中からの参加も可)

〔会場〕 奥多摩中学校体育
館

〔対象者〕 小学生・中学生・
高校生(小学3年生以下の
児童については、保護者同
伴)

〔参加費〕 無料

〔持ち物〕 タオル、水筒、
ラケット(お持ちの場合)
など。

〔申込〕 教育課または子ど
も家庭支援センターにある
申込書に必要事項を記入の
うえ、提出してください。

(随時受け付けます)

〔主催〕 奥多摩町スポーツ
協会・東京都・(公財)東
京都スポーツ協会

〔主管〕 奥多摩町スポーツ
協会卓球部

※申し込み、問い合わせは、
教育課 ☎83-2246

【簡単！やさしいお食事づくり講習会】

〔日 時〕 6月28日(土) 7月19日(土) 午前9時30分～午後2時30分

〔会 場〕 保健福祉センター 栄養指導室

〔持ち物〕 参加費200円、エプロン、三角巾、手拭き用タオル

【楽々筋力トレーニング】

〔日 時〕 6月22日(日) 27日(日) 午後1時30分～3時

〔会 場〕 福祉会館2階 機能訓練室

〔持ち物〕 上履き、タオル、水分補給用の飲み物



障害がある方も気楽に参加できるやさしい講習会です。

～みなさんの申し込みをお待ちしています～

〔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られる方
*事前に打ち合わせと事業説明があります。

*付き添いの方や介助の方の参加については、ご相談ください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

作り置き野菜・ピクルス

材料(4人分)

- ・セロリ 75 g (1/2本)
- ・きゅうり 100 g (1本)
- ・パプリカ 75 g (1/2個)
- ・にんじん 120 g (1/2本強)

【A】

- ・水 200ml
- ・酢 500 g
- ・砂糖 60 g
- ・塩 8 g (小さじ 1 と 1/3)
- ・コンソメ 6 g (小さじ 2)
- ・ローリエ 2枚
- ・鷹の爪 2本

【作り方】

1. 全ての野菜を長さ 5 cm、幅 1 cm 程度に切る。
2. 鍋に調味料【A】とローリエを鍋に入れ、中火で火にかける。煮立ったら火を止め、鷹の爪を入れて粗熱をとる。
3. 1. の野菜を 2. の液で漬け込み、冷蔵庫で一晩おく。

1人分の栄養価

エネルギー	115Kcal
たんぱく質	0.9 g
脂質	0.2 g
炭水化物	23.9 g
食塩相当量	2.9 g

「食育ひろば」その205♪

★食育コラム ～野菜の摂取目安は 350g/日！～ ★

野菜にはカリウムや食物繊維、ビタミン類などが豊富です。これらの栄養素は体の調子を整える、がん予防や腸内環境を改善するなど効果があるといわれています。1日の野菜の摂取目安は 350g、小鉢料理に置き換えると 5 皿分です。

また、野菜は水分量の多い食材です。熱中症対策として、日頃から野菜を食べることを心がけ、暑い日も元気に過ごしましょう。

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
6月18日(水)	午前 11時20分集合 午後 1時頃終了	氷川保育園	原則 50歳以上	2～3名 (先着順)	1人400円
7月 4日(金)		古里保育園			
7月16日(水)		氷川保育園			

*園児が健やかに過ごすため、参加時に保育園職員から指示があった際はご協力ください。

「元気アップおくたま事業」

「元気アップおくたま事業」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。

「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。

*面談および調理実習は、申し込み制です。

調理実習の持ち物は、エプロン、マスク、手拭き用タオル、三角巾



※このページの内容の申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

リチウムイオン電池は発火の危険があります

～パソコンや小型家電は正しいリサイクルをお願いします～

多くの充電式の小型家電(モバイルバッテリー・ハンディ扇風機・電動歯ブラシ・加熱式たばこなど)には、リチウムイオン電池が使用されています。

リチウムイオン電池は、過度な力が加わると激しく発熱や発火を引き起こし、大変危険です。西秋川衛生組合でも発火事故が急増しており、写真のような火災が発生しています。



＜火災を防ぐポイント＞

- ①充電式の家電製品を処分する際は、製品の取扱説明書を確認する。
 - ②リチウムイオン電池が使われている製品は、電池を外して分別する。
(例) デジタルカメラを廃棄する場合
 - ・デジタルカメラ本体は、「使用済小型電子機器」として排出。
 - ・リチウムイオン電池は、「**有害ごみ**」として排出。
 - ③リチウムイオン電池内蔵か不明だが、電池だけを取り外すことができない製品やリチウムイオン電池内蔵製品を廃棄する場合は、単体で透明の袋に入れ「**有害ごみ**」の日に出してください。
- *パソコンや小型家電は資源として利用価値のある金属を含んでいます。
- *小型家電リサイクル法などに基づく適正なリサイクルをお願いします。

狂犬病予防注射はお済みですか？

犬の飼い主は、狂犬病予防法により、飼い犬の登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(年1回・4月から6月)が義務付けられています。

狂犬病は発症後の死亡率が100%と、とても恐ろしい感染症です。狂犬病予防注射がお済みでない方は、お近くの動物病院でお受けいただき、町への届け出をお願いします。

蚊対策について

蚊が本格的に発生する前に、蚊の発生を抑制するとともに、蚊に刺されないように、つぎの蚊対策のポイントをお知らせします。

【蚊対策のポイント】

- * 不要な水たまりをなくしましょう。
- * やぶや草むらは定期的に手入れをして風通しを良くしましょう。

除雪機購入費補助制度を ご利用ください

町では、積雪時における道路交通および安全で安心な住民生活の確保を目的とし、地域ぐるみの除雪活動を推進するため、除雪機の購入費補助制度がありますので、ぜひご利用ください。

除雪機は毎年生産台数が限られており、6月頃には予約が終了する場合がありますので、お早めに申請をお願いします。

〔補助対象者〕 自治会または町内に居住する複数世帯で構成する団体
〔対象機械〕 販売店から購入する新品の除雪機
〔補助金額〕 購入費の2分の1以内(補助限度額15万円)

その他、詳細はお問い合わせください。

※このページの問い合わせは、環境整備課課

☎ 83・2367

ハチ対策について

毎年ハチに対する相談が寄せられています。

ハチは梅雨のシーズンから秋にかけて、活動が活発になります。

巣を早期に見つけるよう、庭木のせん定を行い、軒下やエアコンの室外機など巣ができそうな場所は日ごろから気にかけるようお願いします。

なお、町ではご自身で駆除する方に「ハチ用防護服と駆除スプレー」の無料貸出を行っています。

また、ハチが建物内に巣を作ってしまった場合などご自身での対応が難しい場合は、薬品・駆除業者を紹介する(公社)東京都ペストコントロール協会(☎03(3254)0014)へお問い合わせください。



学校公開 & あいサポート研修会のお知らせ

〔日時〕 6月20日(金) 午前9時45分～午後0時20分

21日(土) 午前9時45分～午後3時40分

〔会場〕 東京都立八王子盲学校(東京都八王子市台町3-19-22)

〔内容〕 授業公開、入就学相談、寄宿舎見学、体験コーナー、講演、座談会など

※問い合わせは、東京都八王子盲学校 ☎042-623-3278

ホームページ <http://hachioji-sb.metro.ed.jp>

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 など |



認知症の
相談窓口

☎こちらでも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

午前8時30分～午後5時15分

【場所】保健福祉センター内(奥多摩病院隣り)

※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。

健康健診ほか

7月 は 『社会を明るくする運動』 強調月間です

『社会を明るくする運動』

は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と、あやまちを犯した人の立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。

○第75回『社会を明るくする運動』

犯罪や非行を防止し

立ち直りを支える

地域のチカラ

◎この運動が目指すこと

- ① 犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと
- ② 犯罪や非行をした人が再び犯罪や非行をしないように、その立ち直りを支えること

◎この運動において力を入れて取り組むこと

- ① 犯罪や非行をした人の立ち直りを支え、再犯を防止保護の活動について、広く周知し、理解を深めてもらうための取組
- ② 犯罪や非行の防止や、犯罪や非行をした人の立ち直りには様々な協力の方法があることを示し、多くの人に支え手として加わってもらうための取組
- ③ 保護司、更生保護女性会会員、BBS会員、協力雇用主などの更生保護ボランティアのなり手を増やすための取組
- ④ 民間協力者と地方公共団体と国との連携を強化しつつ、犯罪や非行をした人が、仕事、住居、教育、保健医療・福祉サービスなどに関する必要な支援を受けやすくするためのネットワークをつくる取組

- ⑤ 犯罪や非行が起こらないよう、若い人たちの健やかな成長を期する取組

《保護司》

保護司は、犯罪や非行に陥った方の改善および更生を助けるとともに、犯罪の予防、青少年の非行防止などの地域社会の浄化活動に従事されています。

町内の保護司はつぎの方々です。

杉村 誠 二(常磐)
佐久間 砂由利(丹三郎)
木宮 憲 子(大丹波)
瀧島 肇(小丹波)
小峰 一郎(大氷川)
大澤 健 男(白丸)

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777



東京都水道局からのお知らせ

小河内貯水池（奥多摩湖）では、台風や豪雨などの影響で大量の水を放流することがあります。川を利用している方などに、ダムからの放流を確実にお知らせするため、職員によるパトロールや、警報装置からのサイレンを鳴らし警告を行います。川の水が増えますので、川には近づかないでください。

サイレンは、「50秒間鳴り、10秒休止」のパターンを5回繰り返します。

※問い合わせは、小河内貯水池管理事務所 ☎ 86-2211

令和7年度「就職差別解消促進月間」事業

なくそう就職差別、問われる企業と

社会の人権感覚

就職は、生活の安定や労働を通じた社会参加など、人間が幸せに生きていくうえで基本となるものです。このため、採用選考は応募者の適性と能力に基づき公正に行われなければなりません。

しかしながら、面接時に本籍地や思想・信条等を聞くなど、就職差別につながるおそれがあります。東京では6月を「就職差別解消促進月間」とし、就職差別をなくし就職の機会均等を確保するため、広く企業や都民に対し、集中的に各種啓発活動を展開しています。

※問い合わせは、東京都産業労働局 雇用就業部 ☎ 03(5320)4649

社会を明るくする

運動ほか

令和7年度介護保険料の通知を7月初旬にお送りします

65歳以上の全ての方（第1号被保険者）に納めていただく介護保険料の決定額の通知を、7月初旬にお送りします。

【介護保険料とは】

介護保険は介護の負担を社会全体で支える制度です。65歳以上の全ての方に、その所得や世帯の状況に応じ、町の介護サービスの利用（提供）に必要な費用の約23%を、保険料としてご負担いただくことになります。

保険料段階1～3段階である市町村民税非課税世帯に属する方の年間保険料は、消費税による公費が投入され、低所得者の保険料軽減強化策として、減額されます。（下の表を参照してください。）

世帯と被保険者の住民税の課税状況、所得段階別の要件			所得段階別の保険料額（年額）		
			令和7年度		
世帯	本人	被保険者本人の所得等	所得段階	保険料率	保険料額
非課税	非課税	老齢福祉年金受給者、または生活保護受給者 前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80.9万円以下の方	1	0.3	24,500円 (38,300円)
		前年の合計所得金額＋課税年金収入額が120万円以下の方	2	0.5	40,700円 (53,000円)
		前年の合計所得金額＋課税年金収入額が120万円を超える方	3	0.7	57,000円 (57,400円)
課税	非課税	前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80.9万円以下の方	4	0.9	73,300円
		第4段階以外の方 【基準額 6,780円（月額）】 （前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80.9万円を超える方）	5	1	81,400円
	課税	前年の合計所得金額が125万円未満の方	6	1.2	97,700円
		前年の合計所得金額が125万円以上190万円未満の方	7	1.35	109,900円
		前年の合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	8	1.6	130,300円
		前年の合計所得金額が290万円以上400万円未満の方	9	1.7	138,400円
		前年の合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	10	1.9	154,700円
		前年の合計所得金額が500万円以上590万円未満の方	11	2.1	171,000円
		前年の合計所得金額が590万円以上680万円未満の方	12	2.3	187,300円
		前年の合計所得金額が680万円以上の方	13	2.6	211,700円

※保険料所得段階の第1～3段階のカッコ内は令和7年度に適用される公費による軽減前の保険料額

【納入方法】

①特別徴収（年金からの差し引きにより納入）

老齢・退職年金、遺族年金、障害年金を年額18万円以上受給されている方は、お受け取りになる年金から、先に厚生労働省年金局などの年金保険者が保険料を差し引いて、町に納めます。4・6・8月の年金から仮徴収額として保険料を納めていただきますが、その仮徴収の額と10・12・翌年2月の年金からの本徴収の額を合わせて、令和7年度の「介護保険料額決定通知書」に記載します。 《次ページへ続く》

②普通徴収(口座振替または役場や金融機関での窓口納付)

特別徴収に該当しない方は、町へ直接納めていただきます。口座振替の手続きが済んでいる方には「介護保険料額決定通知書」をお送りします。

口座振替の手続きをされていない方には「納付書」を併せて郵送しますので、役場会計室または指定金融機関、代理金融機関の窓口で、直接納めてください。

*この「介護保険料額決定通知書」および「納付書」は年1回の発行となります。再発行することができませんので大切に保管してください。特にシルバーパスの新規発行および更新の際に、「所得確認書類」として使用できます。

*65歳以上の方またはその属する世帯の生計維持者が次のような事情がある場合には、保険料を減免または徴収を猶予することができます。

①震災などの災害により住宅、家財などに著しい損害を受けたとき

②死亡または心身に重大な障害を受け、もしくは長期入院により収入が著しく減少したとき

③事業の廃止や失業などにより収入が著しく減少したとき

④干ばつなどによる農作物の不作、不漁などの理由により収入が著しく減少したとき

【介護保険料を納めないでいると・・・】

◆1年以上滞納すると⇒利用者負担をいったん全額負担(申請後、保険給付分を払い戻し)

◆1年6か月以上滞納すると⇒保険給付分の一部または全部が差し止め

◆2年以上滞納すると⇒利用者負担が1割から3割に変更・高額介護サービス費などが受給不可

【相談窓口はこちら】

※保険料の賦課については、福祉保健課 ☎ 83-2777

※保険料の納付相談については、住民課 ☎ 83-2190

歯科健康診査(歯周疾患検診)のお知らせ

町では、歯の喪失原因となる歯周病などの歯周疾患を早期に発見しその進行を防ぎ、歯の健康を保つために、町内の歯科医師による健康診査をつぎのとおり実施しています。

〔対象者〕町内に住所を有する方で、令和7年4月1日現在、20歳以上の方

〔内容〕問診・口腔内検査・予防指導 〔費用〕無料

〔実施期間〕令和8年3月31日(火)まで 〔回数〕1回

〔実施医療機関〕古里歯科診療所 ☎ 85-2366

〔診療日〕

曜日	午前	午後
月	9:00～正午	3:00～5:30
水	9:00～正午	3:00～5:30
金	9:00～正午	3:00～5:30
日	9:00～正午	×

*火曜日、木曜日、土曜日は休診日となりますのでご注意ください。

〔申込方法〕実施医療機関に直接、電話でお申し込みください。(※診療時間内のみの対応)

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

「青梅警察署管内の特殊詐欺被害」

今年に入り、青梅駅警察署管内で特殊詐欺の被害を11件認知しており、被害総額は約1800万円です。（令和7年4月30日現在）

「自宅からも自転車被盗まれています」

青梅警察署管内では、自転車の盗難被害が急増しています。

「詐欺電話7割が国際電話、+1や+44番号には要注意」

「+」から始まる電話番号は、国際電話の可能性があり、特殊詐欺の電話かもしれません。

被害を防ぐため、まずは国際電話に出ないことが重要です。

国際電話不取扱センターに申し込めば、海外からの着信を止めることが出来ます。

国際電話を利用するため休止が出来ない人も、登録している番号以外に出ないといった対策のほか、ディスプレイ上で番号を確認し

てから応答しましょう。

駅やスーパーの駐輪場だけでなく、自宅に止めている自転車も盗難の被害に遭っています。

*通勤・通学の際に駅の駐輪場に自転車を止めたらかギをかけましょう。

*買い物や用事で、商業施設や娯楽施設に自転車を止めたら、短時間でもカギをかけましょう。

*買い物や用事で、商業施設や娯楽施設に自転車を止めたら、短時間でもカギをかけましょう。

*自宅に帰宅したら、マンション駐輪場や自宅の敷地内でも必ずカギをかけましょう。

*また、自転車を購入したら、必ず防犯登録をしましょう。

青梅警察署 防犯係

☎22-0110

（内線2162）



都税について

① 都税がスマホ決済アプリで納付できます

都税の納付にスマホ決済アプリを是非ご利用ください。アプリ内で納付書に記載の地方税統一、2次元コード（QRコード）を読み取るだけで、いつでも、どこでも、簡単に納付できます。詳細は、東京都主税局ホームページをご確認ください。

https://www.tax1.metro.tokyo.lg.jp/cashless-nouzei/

*2次元コードは（株）デensonウェブの登録商標です。

※問い合わせは、八王子都税事務所

☎042(644)1111

② インターネット公売（動産、自動車、不動産等）のお知らせ

東京都主税局では、インターネット公売（動産、自動車、不動産等）を実施します。

〔公売申込期間〕5月30日（金）午後1時から6月17日（火）午後11時まで

〔せり売り期間（動産・自動車）〕6月24日（火）午後1時から6月26日（木）午後11時まで

〔入札期間（不動産等）〕6月24日（火）午後1時から7月1日（火）午後1時まで

詳細は、ホームページまたは下記問合せ先へ主税局徴収部機動整理課公売班

☎03(5388)3027

③ 期間入札による公売（不動産等）のお知らせ

青梅警察署からの
お知らせほか

東京都主税局では、6月13日（金）に公売公告を行い、7月11日（金）から7月18日（金）までの間、都税の滞納により差し押さえた不動産等を期間入札の方法により売却（公売）します。なお、入札書は、郵送により受け付けます。詳細は、東京都主税局ホームページまたは、主税局徴収部実施分 徴収部機動整理課公売班

☎03(5388)3027
都税事務所実施分 徴収部
徴収指導課徴収指導班

☎03(5388)3024
区市町村実施分 徴収部個人
都民税対策課

☎03(5388)3039



東京法務局一斉

「相続・遺言」説明会&相談会

〔日時〕 6月20日(金)

午後1時～2時

(説明会)

午後2時10分～4時

40分(相談会・各相談時間20分)

〔会場〕

*説明会 東京法務局

西多摩支局2階会議室

*相談会 東京法務局

西多摩支局相談室

(東京都福生市南田園3

丁目61番地3)

〔対象〕 相続登記・自筆

証書遺言書保管に関心

のある方

〔講師〕 東京法務局職員

及び司法書士(東京司法

書士会所属)

〔定員〕 説明会 約20名

相談会 約10組

〔費用〕 無料*要予約

※問い合わせ

☎ 042 (551) 0360

(ガイダンス後3番)

または窓口(東京法務局西多摩支局)で事前に予約してください。

担当(登記部門) 橋本・小野

6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・水曜日・木曜日・金曜日) 午後2時30分～3時30分

*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》

○火曜日 午後2時～

○金曜日 午後2時～

《日原診療所》

○木曜日 午後2時～

◆受付時間外の診療も事前に電話連絡をお願いします。

☎ 83-2145

奥多摩病院ホーム・ページ

<https://www.town.okutama.tokyo.jp/1/okutamabyoin/index.html>

■禁煙外来(予約制): 禁煙をご希望の方は、ご利用ください。

■認知症外来(予約制): 認知症をご心配の方は、ご利用ください。



奥多摩病院

からお知らせ

奥多摩病院では、整形外科を含む全ての診療を総合診療科にて行っています。

総合診療科とは、「身近にあって、何でも相談にのってくれる総合的な医療」のことで「軽いめまいがするけど、貧血か、更年期なのか」「突然熱が出たけど、何の原因かわからない」「転んで足腰が痛い」などの日常的にある、あらゆる健康問題に対応します。

整形外科の診療内容でも対応しておりますので安心して総合診療科にて受診してください。

*マイナ保険証をお持ちください。マイナ保険証で受診する場合は「限度額認定証」の持参は不要です。

糖尿病教室

糖尿病のすべてが学べます

〔会場〕 西多摩医師会館〔日時〕 7月から3月までの全9回

(第4木曜日) 午後1時30分～3時*12月は第3木曜日

〔定員〕 40名(要申込)

〔参加費〕 無料

〔内容〕 医師・歯科医師・薬剤師・看護師・管理栄養士・運動指導士等による講義

〔対象〕 糖尿病患者及び糖尿病予備群(家族の方

も可)

〔申込〕 (一社) 西多摩

医師会 ☎ 23・2171

(受付時間) 平日午前10時～午後4時



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

ピースタンドードブラン

(FOREST for Rest)

① 駅から裏道ハイイク日帰

り温泉まで「隠れ家珈琲店

でこだわりのビーフシチュ

ーと本格珈琲ランチ」

6月21日(土)

② OKUTAMA Forest

Theray (Shinrin yoku)

[Small Group Tour in

English]

* 外国人向け森林浴ツアー

7月16日(水)

③ 奥多摩森林セラピー・季

節のロードめぐり「奥多摩

湖いこいの路「湖水に煌め

く森とそば打ち体験」

7月21日(月)

【登山・観光ツアー】

① 登山「大塚山・御岳山

〔タンナサワフタギ咲く尾
根と宿坊〕カフェタイム

6月14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。

※ 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://](http://okutama-therapy.com/)

okutama-therapy.com/)

【奥多摩都民の森

体験教室】

詳細



① 日帰り御前山歩き・第3

回御前山「日帰り」

7月21日(月)

② 親子チャレンジ・第2回

親子でドローン体験「日帰

り」

8月2日(土)

対象者：小学生と保護者

③ 親子チャレンジ・第3回

親子で溪流釣り体験「1泊

2日」

8月30日(土)～31日(日)

対象者：小学生と保護者

〔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】

詳細



① 奥多摩育ちの草木染

〔日時〕6月28日(土)

(小学生高学年以上対象

※ 小学生は保護者同伴)

② サンドブラスト作り

* 予約受付

※ 小学生は保護者同伴)

③ 折りたたみテーブル作り

* 予約受付

※ 小学生は保護者同伴)

〔申込〕官製はがき、FAX、

Eメールで

FAX 86-2553

E-mail: yamahurur@town.

okutama.tokyo.jp

※ 問い合わせは、山のふる

さと村管理事務所

☎ 86-2556



ご寄付ありがとうございます

ございました

葬祭費の一部を福祉のため

に

10万円 原島 建 様

(日 原)



～4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
奥多摩の豊かな自然を活かした観光などの施設や自然環境の維持整備などのため	1件	50,000円
奥多摩のこどもたちへの教育や伝統文化の奨励などのため	1件	19,000円
少子高齢化が進む奥多摩の福祉のため	0件	0円
財政運営資金の一端（一般寄付）として	2件	28,000円
合 計	4件	97,000円