

おくたま

10月号



わさびー

町の世帯と人口

	9月1日現在 (前月比)
世帯数	2,475 (9増)
人口	4,422 (1増)
男	2,187 (1増)
女	2,235 (0)

人口動態 (8月中)

転入	27	転出	16
出生	1	死亡	11
その他	0	その他	0

2025.10 No.862 (令和7年10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

おめでとうございます

最高齢者のお祝い・新百歳のお祝い

敬老の日に伴い、師岡町長が、9月13日・16日に町内在宅者および施設入所者の最高齢の方と、新百歳の方を訪問し、長寿を祝福しました。



▶町内在宅最高齢者

小峰 榮さん (女・長畑)



▶町内在宅最高齢者

宇佐美 廣治さん (男・大氷川)



◎町内在宅最高齢者

宇佐美 廣治さん

(男・大氷川)

昭和3年6月21日生 (97歳)

小峰 榮さん

(女・長畑)

大正14年3月28日生

(100歳)

◎町内施設入所者最高齢者

金子 榮治さん

(男・グリーンウッド奥多摩)

大正13年2月27日生

(101歳)

丹下 トキさん

(女・グリーンウッド奥多摩)

大正7年9月20日生

(106歳)

◎新百歳のお祝い

(大正14年4月1日から大正15年3月31日までの間に生まれた方)

山田 キンさん

(女・グリーンウッド奥多摩)

原島 ナカさん

(女・小丹波)

原島 エイ子さん

(女・南氷川)

(※基準日は、9月1日です。)

みなさんいつまでも、お元

気で過ごしてください。

教育委員会教育長に 野崎 喜久美氏 再任 教育委員会委員に 原島 幹典 氏 再任

令和7年第3回定例町議会（9月）において議会の同意を得て、10月1日付で野崎 喜久美氏（川野）が教育委員会教育長（任期は3年間）に、原島 幹典氏（南氷川）が教育委員会委員（任期は4年間）に再任されました。

第87回奥多摩溪谷駅伝競走大会

〔日時〕 12月7日（日）

一般・大学・高校の部

は午前10時に青梅市役所前をスタートして、奥多摩駅前で折り返し、青梅市役所前へゴールします。

女子の部は午前11時20分に御嶽駅前をスタートして、青梅市役所前へゴールします。

当日は、青梅街道の交通規制が午前9時50分から午後1時30分までの間行われますので、ご注意ください。

詳細な交通規制のお知らせについては、各自治会に配布、または公共施

設に置いてあるチラシを

ご確認ください。

* 交通規制、迂回路については、現場警察官の指示に従ってください。

* ロードバイク、マウンテンバイクなどの自転車も規制の対象となります。

* ドローンのご利用はご遠慮ください。

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

※ 問い合わせは、駅伝大会事務局（青梅市役所3階スポーツ推進課内）
☎ 22-1111

内線 2393

後期ジュニアバドミントン教室参加者募集

奥多摩バドミントンクラブでは、令和7年度ジュニア育成地域推進事業の一環として、小学生から高校生を対象にバドミントン教室を開催します。みなさんの参加をお待ちしています。

〔日時〕 11月8日（土）、15日（土）、22日（土）、29日（土）、12月6日（土）

午後7時から8時30分まで（12月6日のみ午前10時から正午まで）

〔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、ラケット（お持ちの場合）、水筒など。

〔申込方法〕 参加申込書に必要事項を記入のうえ、教育課（役場3階）へ提出してください。

* 申し込みは随時受け付けます。

〔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

※ 申し込み、問い合わせは、教育課 ☎ 83-2246

奥多摩文化芸術展

○展示の部

〔日程〕 10月18日（土）

11月1日（土）

〔時間〕 午前10時～午後5時
※ 最終日は正午まで

〔会場〕 文化会館

〔展示作品〕 水墨画、陶芸、折り紙、書道、手工芸など

○催物の部

〔日時〕 11月2日（日）

午後0時30分～3時30分

〔会場〕 文化会館2階 視聴覚室

〔内容〕

舞踊、コーラス、フラダンスなど

※ 問い合わせは、教育課

☎ 83-2246



令和7年度まちづくり推進事業

KURUMi DAY ～お山のおやこフェスティバル～ 開催

町内の保護者による有志グループ KURUMi では、子育て世代のつながりづくりを目指して、親子フェスティバルを開催します。大人も子どもも楽しめる、しゃぼん玉や工作、ライブ、地元グルメの出店、物産品の販売や、子育てについて気軽に語り合える座談会を行います。

自然に囲まれた廃校で、親子一緒にのびのび遊んで、地域の仲間とつながるひとときを過ごしませんか。出展者などの詳細は、自治会を通じて回覧するチラシをご覧ください。

〔日時〕 11月2日(日) 午前11時～午後3時

〔会場〕 奥多摩フィールド(旧小河内小学校) 奥多摩町留浦1237 *駐車場あり

*当日参加も可能ですが、人数把握のため2次元コードから事前にお申し込みください。

※問い合わせは、代表・伊藤 ☎ 090-1213-5823

または、Eメール okutamakurumi@gmail.com



町制施行70周年記念 第2回オータムウォーク開催

紅葉シーズンに、JR東日本と連携し、「駅からハイキング&ウォーキングイベント」をつぎのとおり開催します。今回は、町制施行70周年記念事業として、記念品を配布します。

〔開催期間〕 11月1日(土) から9日(日) までの9日間

〔受付場所・時間〕 JR古里駅前 午前9時～正午

〔コース〕 JR古里駅～大多摩ウォーキングトレイル～JR奥多摩駅

(約8km 約3時間のコース)

*8日、9日にはゴール地点にキッチンカーを配置してゴールを盛り上げるとともに8日午後1時からアカペラユニット XUXU(シュシュ)などの観光大使就任式を行います。

*詳しい情報は町のホームページをご確認ください。

※問い合わせは、観光産業課 ☎ 83-2295

奥多摩町70th 記念イベント開催

沿線まるごと株式会社では、町制施行70周年記念事業として、これまで町を支えてくださったみなさまへの感謝を込め、地域のみなさんで楽しめる記念イベントを開催します。

〔日時〕 11月16日(日) 午前9時～午後4時

〔会場〕 奥多摩駅前広場、奥氷川神社

当日は、町の魅力がたっぷり詰まった企画をご用意!

- ・町内や周辺エリアからキッチンカーや屋台グルメが20店舗以上出店
- ・大人から子どもまで楽しめる奥多摩ならではのワークショップ
- ・70年の町の歴史を振り返る特別展示
- ・謎解きイベント

美味しくて、学べて、楽しめる特別な一日。ご家族・ご友人と一緒に、町の70周年をお祝いしましょう。出展者などの詳細は、自治会を通じて配布するチラシをご覧ください。

※問い合わせは、沿線まるごと株式会社 ☎ 85-8190

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町内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。
- ④35歳以下の方（※大丹波南平のみ単身者利用可）。

〔申込受付期間〕10月6日（月）～31日（金）まで

〔入居予定時期〕12月上旬以降

町営若者住宅の
入居者募集

小丹波第1（集合住宅タイプ）

所在地：小丹波627番地9

（JR 青梅線古里駅から徒歩約5分）

使用料：30,000円/月

駐車場：3,000円/月（1世帯につき1台）

募集戸数：1戸

木造2階建（床面積：74.4㎡）



小丹波第4（戸建て住宅タイプ）

所在地：小丹波468番地

（JR 青梅線古里駅から徒歩約5分）

使用料：33,000円/月

駐車場：3,000円/月（1世帯につき1台）

募集戸数：1戸

木造2階建（床面積：57.8㎡）



大丹波南平（集合住宅タイプ）

所在地：大丹波145番地1

（JR 青梅線川井駅から車で約5分）

使用料：20,000円/月

駐車場：3,000円/月（1世帯につき2台）

募集戸数：1戸

木造2階建（床面積：54.5㎡）



*すべてオール電化住宅となります。内覧を希望される方は、事前予約が必要になります。

〔注意点〕*申込者が定員を超えた場合は、町選考基準により決定します。

※申し込み、問い合わせは、子育て定住推進課 ☎83-2310

あなたの空家を活用しませんか？（空家や宅地などをお持ちの方へ）

平成 27 年 5 月 26 日「空家対策特別措置法」が完全施行され、町が空家の所有者を特定できるようになりました。確認作業の結果「特定空家等*」であると判明した場合は、これまで 6 分の 1 に軽減されていた固定資産税が**本来の税額に戻る**ことになります。

また、危険な「特定空家」と認定された場合は、所有者に対し必要な措置（除去、修繕）をとっていただくことになります。その際、期限内に完了の見込みがない場合は「**行政代執行**」により**強制的に除去（解体工事）**されます。さらに強制撤去にかかった費用は**空家所有者の負担**となります。

*「特定空家等」とは、倒壊など著しく保安上危険となるおそれのある状態、著しく衛生上有害となるおそれのある状態などにある空家をいいます。

○維持管理について

空家は適切な管理を怠り放置すると急速に劣化が進み、「特定空家」に認定されることがあります。そこで、定期的な清掃と設備などの管理を行うことで、建物の寿命を延ばし、資産価値を維持できます。

○空家バンクについて

空家や宅地を所有されている方々に賃貸・売買の物件情報を登録いただき、町に居住を希望される方に対して町のホームページで情報を紹介するシステムです。空家バンクをご利用いただくためには、物件提供者および利用希望者それぞれの方の登録が必要です。

○空家の除却（解体）について

空家は適切な管理が必要ですが、「仕事・家庭・自身」の都合上、空家管理に手が行き届かない場合があります。そこで、空家を除却（解体）することにより「空家管理・特定空家等」から免れ、負担が掛からなくなり、周辺地域の安全性も高めることができます。さらに、空家の除却（解体）をすると補助金が利用できますので、ぜひ、下記の補助金内容をご確認ください。

◆空家などの活用に補助金が利用できます。

奥多摩町空家等活用促進事業交付金について

○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

・空家等活用促進事業交付金、空家バンク利用する場合には一定の条件などが必要となりますのでお気軽にご相談ください。

・上記の詳細は、町のホームページでも掲載していますので、ご確認ください。

※問い合わせは、子育て定住推進課 ☎ 83-2310

国勢調査の回答にご協力ください

現在、国勢調査員が調査票の回収に各家庭を訪問しています。この調査は、日本に住んでいる全ての人を対象に、5 年ごとに実施する大規模な統計調査です。国の人口や世帯数、世帯の状況など、国の根幹となる情報を得るために行う大変重要な調査ですので、ご協力をお願いします。

なお、既にインターネット回答がお済みの方は、紙の調査票を記入、提出する必要はありません。

また、この調査で集められた回答内容は、統計以外の目的で使われることはありません。

統計調査員が各家庭を訪問する際は、必ず写真入りの「国勢調査員証」を身につけています。国勢調査員と偽って個人情報聞き出そうとする、いわゆる「かたり調査」には充分ご注意ください。

※問い合わせは、総務課 ☎ 83-2345

きこりん からのお知らせ

《絵本といっしょ》

(毎月平日の第2月曜日)

～お子さんと一緒に絵本や

紙芝居を楽しみませんか～

〔日時〕 11月10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

《パパ♥ヨガ》

男性のみなさんもヨガでリフレッシュしませんか？

〔日時〕 11月15日(土)

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・在勤の男性 〔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)

*託児およびヨガマットをご希望の場合は、申し込み時にお伝えください。

《子育て世帯臨時給付金支給のご案内》

食料価格などの物価高騰により家計の経済的負担が増加していることから、子育て世帯を支援するために給付金の支給を行います。

【支給対象児童】

平成19年4月1日から令和7年10月1日までの間に生まれた児童で、令和7年10月1日時点で町の住民基本台帳に登録のある児童

【給付額】 対象児童一人2万円

【申請手続き等】 対象となる児童がいるご家庭には申請書を郵送します。詳しくは通知をご覧ください。

※上記の申し込み、問い合わせは、子育て定住推進課(きこりん) ☎85-2611

町制施行70周年記念

第37回日本鍾乳洞サミット in 奥多摩が開催されます

このサミットは昭和63年に岩手県岩泉町で第1回が開催され、今年は町において第37回日本鍾乳洞サミットが、町制施行70周年を記念して開催されます。

10月8日(水)には、文化会館において国内9つの観光用鍾乳洞を有する自治体の市町村長ならびに鍾乳洞管理団体の代表者が一堂に会し、「日本鍾乳洞サミット」が開催されます。

サミットでは毎年テーマに沿った活発な意見交換が行われ、それぞれの観光鍾乳洞の発展に向けた「共同宣言」が発表されます。

※問い合わせは、観光産業課 ☎83-2295

町制施行70周年記念 日原鍾乳洞町内小中学生無料ツアー

町制施行70周年記念して、町内小・中学生を対象に日原鍾乳洞の見学ツアーを開催します。

普段の生活では味わえない非日常空間をぜひこの機会に体験してください。

〔日時〕 12月20日(土) 21日(日) 両日①午前9時30分～ ②午後12時30分～

〔対象〕 町内小・中学生

*小学4年生以下は保護者同伴、小学5・6年生、中学生は2名以上のグループ。

〔募集期限〕 11月27日(金)まで *左記の2次元コードから申し込みください。

※問い合わせは、観光産業課 ☎83-2295



法人住民税申告書・納付書の様式が変更となります

「地方公共団体情報システムの標準化に関する法律」が施行され、地方公共団体が使用する情報システムや帳票などについて、全国統一的な取り扱いとすることが定められました。このことに伴い、これまで複写式の法人町民税申告書(確定申告書・予定申告書)・納付書を送付していましたが、汎用紙の申告書(提出用のみ)および納付書に様式が変更となります。

* 申告書の控えがご入用の際は、提出用をコピーしてご利用ください。

* 納付書は3連のものとなります。3枚とも同じ内容を記入し、3枚まとめて金融機関にお持ちください。

* すでに町から送付されている複写式の法人申告書および納付書は使用できます。

* eTAXでの法人住民税の電子申告および電子納税には変更がありません。

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2190

日本年金機構から送付される「国民年金保険料控除証明書」について

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。社会保険料控除の適用を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、日本年金機構が交付する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(又は領収証書)が必要となります。

日本年金機構では、その年の国民年金保険料を納付された方に、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を10月下旬頃から順次送付します。

※問い合わせは、日本年金機構「ねんきん加入者ダイヤル」 ☎ 0570-003-004

奥多摩ふれあいまつりにてマイナンバーカード出張申請窓口を開設します

10月25日(土)、26日(日)に開催される奥多摩ふれあいまつりにて、マイナンバーカードの申請窓口を開設します。予約は不要で、費用はかかりません。まだ、カードをお持ちでない方はぜひこの機会をご利用ください。当日は会場にマイナちゃんも登場します!

【持ち物】

・本人確認書類

・2次元コード付き個人番号カード交付申請書(お持ちの方)

* 申請書をお持ちでない方も申請することができますの住民課にお問い合わせください。

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2182



暗証番号設定済のマイナンバーカードを郵送で受け取ることができます(申請時来庁方式)

以下の要件を満たす方が対象です。

* 本人確認書類2点(官公庁発行の顔写真付きを含む)を掲示できる方

* 完成したカードを本人限定郵便または簡易書留で受け取ることができる方

* 職員がカードに暗証番号を設定することを承諾していただける方

【持ち物】

・本人確認書類2点(官公庁発行の顔写真付き本人確認書類を含む)

例) 運転免許証と資格確認書(健康保険証)

・通知カード(お持ちの方)

・住民基本台帳カード(お持ちの方)

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2182 または町ホームページをご確認ください。



各種相談

【離乳食相談会】

〔日時〕 10月17日（金）

午後2時～3時

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。ご希望の方は10月10日（金）までにお申し込みください。

【人権身の上・行政相談】

〔日時〕 11月6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

9月および10月は「行政相談月間」です。この月間は、行政相談（委員）制度を周知し、広く国民の皆様がこの制度を利用していただくために設けたものです。町でも、総務大臣から委嘱された行政相談委員が定例相談を行っています。

道路、社会福祉、医療保険などの行政全般について、「説明に納得できない」「処理が間違っている」などの苦情や要望を受け付けますので、ご利用ください。

【弁護士による無料法律相談】

無料法律相談

日本司法支援センター法テラス多摩による無料法律相談を行います。

相続・遺言、離婚・親権、不動産・借地・借家、家庭内暴力、サラ金など法律問題でお困りの方のご相談に弁護士が直接応じます。

○相談を希望される方は福祉保健課へ予約申し込みをお願いいたします。定員になり次第締め切ります。

〔日時〕 11月13日（木）

午後1時～4時

〔会場〕福祉会館2階 会議室



【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のことはありませんか？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っています。

ご家庭に訪問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。まずは、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。

※ここまでの申し込み、問い合わせは、福祉保健課

☎ 83・2777

【猫を飼っているみなさんへ】

最近、猫のフンによる苦情が寄せられています。

猫が、周辺で尿やフンをしないように、トイレのしつけを行い、飼う上でのマナーを守り、他人に迷惑がからないようご協力をお願いいたします。

また、猫が他人の車の上へ乗り、キズを付けられる苦情が寄せられていますのでご注意ください。

※問い合わせは、環境整備課

☎ 83・2367

【心理・発達相談】

〔日時〕 10月16日（木）24

日（金）11月6日（木）11

日（火）20日（木）28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。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



「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、2 次元コードの読み方、法、メールの接続方法、ビデオ通話のカメラやマイクの使い方など

〔日時〕11 月 13 日（木）

午前 10 時～午後 2 時

〔会場〕文化会館 会議室

〔参加費〕無料

* 希望される方は、ご自身がお持ちのスマートフォンをお持ちになり当日会場に直接会場へお越しください。

〔実施主体〕東京都スマートフォン普及啓発事務局
〔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

「行政書士会による 無料相談」

10 月は「行政書士制度広報月間」です。活動の一環として、相続、遺言、契約、各種認可などの手続き・書類作成の相談を、東京都行政書士会多摩西部支部会員が無料で受け付けます。

〔日時〕10 月 29 日（水）

午前 10 時～午後 4 時

* 予約不要・相談を希望される方は、直接会場へ

* 相談内容の資料などがあれば持参してください。

〔会場〕福祉会館 2 階 会議室

※問い合わせは、東京都行政書士会 多摩西部支部・青山 ☎ 042-5421

8069

東京法務局 一斉「相続・遺言」説明会＆相談会

〔日時〕10 月 24 日（金） 午前 10 時 00 分～正午（説明会）

午後 1 時 30 分～4 時 30 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三丁目 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〕東京法務局職員および司法書士（東京司法書士会所属）、土地家屋調査士（東京土地家屋調査士会）

〔定員〕説明会：約 20 名、相談会：約 12 組 〔費用〕無料 * 予約制

※問い合わせは、東京法務局西多摩支局 ☎ 042-551-0360（ガイダンス後 3 番）

または東京法務局西多摩支局窓口で事前に予約してください。（担当：登記部門総括係）



子ども・子育て支援推進事業

11 月は子ども・子育て支援推進事業の前期分の支払い月です。

税金などの滞納をしていないことなど、交付要件を満たしていないと助成を受けることができません。納め忘れがないようご注意ください。また、高校生等通学定期代助成事業については請求書の提出が必要です。* 請求書の提出期限は 10 月 10 日（金）まで

※お問い合わせは、子育て定住推進課（きこりん） ☎ 85-2611

マイナンバーカードで医療証情報の確認ができます

マル乳・マル子・マル青医療証をお持ちの方で、健康保険証としてマイナンバーカードの利用登録済みの方が対象となります。マイナンバーカードを提示することで、医療費助成の資格確認が可能です。対応している医療機関では、紙の医療証を提示しなくても、マイナンバーカードの提示で受診ができます。（※医療機関によっては対応していない場合もありますので、ご注意ください。）

なお、今までの紙の医療証も引き続きご利用いただけます。

※お問い合わせは、子育て定住推進課（きこりん） ☎ 85-2611

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登山・温泉ハイク 日の

出山とつるつる温泉

(センブリ咲く 秋の自然

を楽しむ低山ハイク)

10月22日(水)

②観光・ゆつくりじっくり

コケ三昧

(生態学が専門のコケ学者

上野健先生と歩く山のふ

るさと村) 10月31日(金)

★「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

法人おくとま地域振興財団

☎ 83-8855

FAX 83-8856

ホームページ

(http://okutama-therapy.com/)

【奥多摩都民の森

体験教室】

詳細



①山里倶楽部第2回・秋の

ハイキング(1泊2日)

〔日時〕11月19日(水)～

20日(木)

対象者：中学生以上

②奥多摩山しごと体験第6

回・枝打ち(1泊2日)

〔日時〕11月22日(土)～

23日(日)

対象者：中学生以上

(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

【山のふるさと村】

詳細



①山ふる秋まつり

〔日時〕11月8日(土)～

9日(日)

芸術の秋・食欲の秋・スポ

ーツの秋、楽しみ満載企画!

※問い合わせは、山のふる

さと村管理事務所

☎ 86-2556

FAX 86-2553

「ご寄付ありがとうございました」

財政運営資金の一端として

5万円 石田 芳英 様

(南氷川)

葬祭費の一部を教育のために

5万円 浜中 勉 様

(南氷川)

5万円 石田 芳英 様

(南氷川)

5万円 石田 芳英 様

(南氷川)

【新庁舎建設工事の
入札結果について】

新庁舎建設工事の入札を
8月7日に実施しましたが
予定価格に達せず不落とな
りました。その後、最低入
札価格の業者と協議を進め
ましたが、契約には至りま
せんでした。今後、令和7
年度内の再入札に向けて検
討してまいります。

※問い合わせは、企画財政課

☎ 83-2360

あなたの住まいを
東京の森を守る
ポイントに。

多摩産材を
利用した住宅
最大90万ポイント
プレゼント!

東京の木 多摩産材 木材利用ポイント事業
公財団法人 東京都農林水産振興財団
Tokyo Development Foundation for Agriculture, Forestry and Fisheries

～8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	14件	394,000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	2件	69,000円
少子高齢化が進む奥多摩の福祉のため	—	—
財政運営資金の一端(一般寄付)として	6件	166,000円
合 計	22件	629,000円

10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・水	
16・木	元気アップおくたま事業（10:00～中山生活館：人生100歳時代のお口の健康講話）→13☆ ■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→8☆・前日×
17・金	3～4か月児健診（13:00～保健福祉センター）→11☆ ■離乳食相談会（14:00～保健福祉センター）→8☆ 10/10×
18・土	■簡単・やさしいお食事づくり講習会（9:30～保健福祉センター）→14☆
19・日	
20・月	
21・火	元気アップおくたま事業（10:00～川井生活館：保健師による健康講話）→13☆
22・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→8☆ 前日×
	1歳6か月児健診（13:10～保健福祉センター）→11☆
	元気アップおくたま事業（13:30～海沢自治会館：人生100歳時代のお口の健康講話）→13☆
	■筋力向上トレーニング講習会（13:30～福祉会館）→13☆・先着順×
23・木	ヘルシー体操（14:00～福祉会館）
24・金	■心理・発達相談（10:30～きこりん・鎌田臨床心理士）→8☆・前日×
25・土	第40回奥多摩ふれあいまつり（10:00～16:00 奥多摩総合運動公園）→22☆
26・日	第40回奥多摩ふれあいまつり（10:00～16:00 奥多摩総合運動公園）→22☆ 奥多摩中学校〇〇祭（10:00～ 奥多摩中学校）→22☆
27・月	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→8☆ 前日×
	ヘルシー体操（14:00～福祉会館）
28・火	
29・水	
30・木	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：コレステロールに関する健康講話）→13☆
31・金	元気アップおくたま事業（13:30～常磐生活改善センター：理学療法士によるミニ体力測定）→13☆

《今月の納期 10/31（金）》

町・都民税第3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4期分

母子健診日程表

○3～4か月児健診

〔日程〕 10月17日（金）

〔受付〕 午後1時～1時10分

〔会場〕 保健福祉センター

※個別通知が届いた方

○1歳6か月児健診

1歳6か月児健診

〔日程〕 10月22日（水）

〔受付〕 午後1時10分

〔会場〕 保健福祉センター

※個別通知が届いた方

○1・2・4・5歳児歯科健診

（令和2・3・5・6年10月生まれ）

〔日程〕 11月12日（水）

〔受付〕 午後1時15分

〔会場〕 保健福祉センター

○乳幼児歯科相談

お約束表もしくは電話でご予約された方

11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・土	オータムウォーク（受付場所 JR古里駅前）9日（日）まで→3
2・日	■楽々筋力トレーニング（13:30～福祉会館）→14・先着順
3・月	
4・火	元気アップおくたま事業（13:30～南氷川生活館：理学療法士によるミニ体力測定）→13
5・水	
6・木	ヘルシー体操（10:00～文化会館） ■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→8・前日 ■高次脳機能障害相談（13:00～保健福祉センター）→8・前日
7・金	元気アップおくたま事業（13:30～峰谷生活館：理学療法士によるミニ体力測定）→13
8・土	XUXU（シュシュ）等の町観光大使就任式（13:00～奥多摩駅前）→3
9・日	
10・月	絵本といっしょ（11:00～きこりん）→6 ヘルシー体操（14:00～福祉会館）
11・火	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→8・前日 ■心理・発達相談（10:30～きこりん・鎌田臨床心理士）→8・前日 元気アップおくたま事業（13:30～日原生活館：理学療法士によるミニ体力測定）→13
12・水	1・2・4・5歳児歯科健診・乳幼児歯科相談（13:10～保健福祉センター）11
13・木	
14・金	
15・土	■パパヨガ（10:00～文化会館）→6 11/10（月）託児希望は申し込み時

<11月末までの主なイベント>

- 17日（月） ヘルシー体操（14:00～文化会館）
- 19日（水） 大沢自治会主催カレー会食会・元気アップおくたま事業
（10:00～大沢生活改善センター：カレー会食会と筋力アップ・認知症予防のお話）→13
- 20日（木） ■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→8・前日
- 20日（木） 元気アップおくたま事業
（13:30～梅沢コミュニティセンター：理学療法士によるミニ体力測定）→13
- 25日（火） 元気アップおくたま事業
（13:30～栃久保自治会館：人生100歳時代のお口の健康講話）→13
- 27日（木） ヘルシー体操（10:00～福祉会館）
- 28日（金） ■心理・発達相談（10:30～きこりん・鎌田臨床心理士）→8・前日

みんなの情報局

奥多摩絵本の会

●第7回（日時）10月8日（水）
午後2時から2時30分

〔会場〕氷川小学校 図書室

〔内容〕絵本の読み聞かせ

〔詩、SDGs、物語、ビッグ絵本など〕

〔費用〕無料

〔対象〕児童・保護者向け

●第8回（日時）10月15日（水）
午後3時から3時30分

〔会場〕文化会館 美術工芸室

〔内容〕絵本の読み聞かせ

〔詩、SDGs、物語、ビッグ絵本など〕

〔費用〕無料

〔対象〕児童・保護者向け

●第9回（日時）11月12日（水）
午後1時45分から2時15分

〔会場〕氷川小学校 図書室

〔内容〕絵本の読み聞かせ

〔詩、SDGs、物語、ビッグ絵本など〕

〔費用〕無料

〔対象〕児童・保護者向け

※問い合わせは、大島真理子

☎090-1736-3986

E-mail:mariko546@icloud.com

レンジで作る里芋ジャーマンポテト

材料(1人分)

- ・里芋 100 g
- ・ベーコン 15 g (1枚)
- ・玉ねぎ 30 g (1/6個)
- ・オリーブオイル 適量
- ・パセリ 少々

【A】

- ・コンソメ(顆粒) 1.5 g (小さじ 1/2)
- ・塩・こしょう 少々

【作り方】※加熱時間は2人分の分量

1. 里芋は皮をむいてひと口大に切る。玉ねぎは薄切りに、ベーコンは1cm幅に切る。
2. 里芋は耐熱容器に入れてラップをし、600wの電子レンジで5分ほど加熱する。
3. フライパンを中火にかけてオリーブオイルを入れ、ベーコンと玉ねぎを加え、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
4. 里芋と調味料【A】を加えて炒め合わせたら器を器に盛り付け、最後にパセリを散らす。

○1人分の栄養価

エネルギー	152Kcal	たんぱく質	3.8 g
脂質	8.0 g	炭水化物	16.4 g
食塩相当量	1.3 g		

「食育ひろば」その209♪

★食育コラム～普段から意識して身体を動かすようにしましょう～★

糖尿病などの生活習慣病を予防するためには、食事と運動の両方を意識し、適正な体重や筋力を維持することが重要です。厚生労働省が公表している健康日本21(第三次)では、日常生活における歩数の目標値として、成人男性・女性は8,000歩/日、65歳以上の男性・女性は6,000歩/日が示されています。みなさんの1日の歩数はどのくらいですか?時々自分の歩数を確認してみましょう。

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
10月15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
11月11日(火)		古里保育園			
11月19日(水)		氷川保育園			

「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体操、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、みなさんお誘いあわせのうえ、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。

*調理実習は事前申し込み制です。

持ち物は、エプロン、三角巾、手拭き用タオル、飲み物

「筋力向上トレーニング講習会」

【日時】10月22日(水) 午後1時30分～4時

【会場】福祉会館2階 機能訓練室

【参加資格】町内在住・在勤の40歳以上の方

【持ち物】運動用上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装

この講習会を受講し、受講者を含むグループ登録をすることで、福祉会館の機能訓練室を利用することができます。

参加希望者が数名集まった時に日程調整を行い、随時開催しています。

再受講の希望も受付ます。



※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

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 錦秋のむかし道と奥多摩湖を散策～ 山鳩喫茶のクロワッサンサンド&ス イートポテトを堪能～	11月21日(金) 9:00～15:10	500円	21名 (先着順)	
② 山のふるさと村でバードウォッチン グ&餅つき体験&しめ縄作り体験	12月25日(木) 9:20～15:30			

【申込期間・時間】

- ① 10月 6日(月) 午前8時30分～10月14日(火) 午後5時15分
- ② 11月 6日(木) 午前8時30分～11月14日(金) 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ほとんど舗装された道ですが、歩きやすい靴でお越しください。

＊②ほとんど舗装された道ですが、歩きやすい靴でお越しください。

双眼鏡をお持ちの方はあと野鳥が観察し易いです。

＊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

【簡単！やさしいお食事づくり講習会】

〔日 時〕 10月18日(土) 午前9時30分～午後3時

〔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〕 11月2日(日) 午後1時30分～午後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

＊参加申し込み後に、お身体の状態などを教えていただいて対応します。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

～帯状疱疹ワクチン予防接種費用助成のお知らせ～

4月から予防接種法に基づく定期接種になりました。65歳以上の定期接種に該当する方には5月下旬にはがきを送付しました。接種を希望される方は、直接医療機関にご予約をしていただき、この機会に接種してください。また、今年度に限り東京都の帯状疱疹ワクチン任意接種補助事業の対象となる満50歳以上64歳以下の方も対象となります。

ご希望の方は予診票をお渡ししますので、保健福祉センターへご連絡ください。

〔対象者〕

○定期接種

①令和7年度中に以下の年齢に達する方

65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上

②年度内に60歳以上65歳未満になる方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

○任意接種

接種日時点で、町に住民登録がある満50歳以上64歳の方（今年度のみ）

※定期接種・任意接種ともに過去に区市町村で助成を受けたことがある方（シングリックス1回目だけの助成除く）は対象外となります。

〔助成額〕各医療機関の定める接種料金から、助成額を引いた金額を医療機関へお支払いください。

予防接種の種類	助成金額の上限	助成回数の限度
乾燥弱毒生水痘ワクチン	5,000円	1回
帯状疱疹ワクチン（シングリックス）	1回あたり10,000円	2回

*シングリックスについては2か月以上の間隔が必要となるため、早めの接種をご検討ください。

〔接種場所〕

奥多摩病院 ☎ 83-2145

双葉会診療所 ☎ 83-3454

古里診療所 ☎ 85-8757

※ 問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

奥多摩町社会福祉協議会 成年後見『こうけんセンターおくたま』

『こうけんセンターおくたま』では、病気や障がいにより判断能力に不安がある方々の相談を受付ます。その方々の権利が守られるよう、必要に応じて成年後見制度や地域福祉権利擁護事業といった制度についてもご案内します。権利擁護についてお困りごと、相談してみたいことなどあれば、お気軽にお問い合わせください。

詳しくは、社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

社会福祉協議会（福社会館内） ☎ 83-3855

月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分 *土日祝日および年末年始を除く。

ホームページ <http://okusyakyō.jp/publics/index/113/>



児童手当・児童育成手当の支払いについて

10月は、児童手当の8月分・9月分、児童育成手当の6月分から9月分の支払い月です。

10月15日（水）に指定の口座へ振り込みますので、ご確認ください。

※お問い合わせは、子育て定住推進課（きこりん） ☎ 85-2611

新型コロナウイルス感染症予防接種について

予防接種法に基づき、新型コロナウイルス感染症の発病予防や重症化を防ぐため、高齢者の方への予防接種をつぎのとおり実施します。対象者で接種を希望される方は、町内の医療機関、または西多摩地区の各市町村の医療機関で接種してください。ただし、町外の医療機関で接種を希望される方は、予防接種の実施の有無と、西多摩地区医師会指定（公費補助取扱い）の有無を、各医療機関で事前に確認してください。

〔対象者〕

- ①接種日に65歳以上の方
- ②接種日に60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方（身体障害者手帳などが必要です）。
ただし、つぎの方は接種できません。

- （1）接種当日37.5度以上の発熱のある方
- （2）重い急性疾患にかかっている方
- （3）新型コロナワクチンによりアレルギー反応をおこしたことがある方

〔接種期間〕10月1日（水）から令和8年3月31日（火）まで

＊接種を希望される際は、必ず事前に医療機関にご予約ください。

〔接種方法〕接種は1人につき1回です。健康保険証など、ご本人の年齢・住所が確認できるものを医療機関に提示して接種してください。

〔接種費用〕6,500円

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

寸劇で学ぶ講演会

奥多摩町 家族介護者教室事業

介護認定を受けている 家族の状態が変化したらどうする？

町の介護保険担当の職員と地域包括支援センター職員が寸劇でわかりやすくお伝えします！

日にち 11月8日(土)

時間 13:30～15:30 (受付 13:00～)

場所 奥多摩文化会館 (2階視聴覚室)

要予約 奥多摩町地域包括支援センター

参加費 無料 ☎83-8555

ご予約はお電話で!

※お車で越えの際は、古里小学校の校庭をご利用ください。

- ・ 申込締切: 令和7年11月4日
- ・ 定員: 50名(先着順)
- ・ 対象: 町内在住・在勤の方

寸劇のあらすじ

一人暮らしの兄は、介護認定を受けて介護サービスを利用しながら落ち着いた生活を送っていました。しかし5年後…冷蔵庫には賞味期限切れの食品がたくさん詰まっていたり、「財布を盗られた!」と町外に住む妹さんを疑ったりすることが多くなりました。困った妹さんは、お兄さんのケアマネである地域包括支援センターの担当職員に相談しました…。



主催: 奥多摩町地域包括支援センター ☎0428-83-8555 奥多摩町氷川 1111(保健福祉センター内)

高齢者インフルエンザ予防接種について

予防接種法に基づき、インフルエンザの発病予防や重症化を防ぐため、高齢者の方への予防接種をつぎのとおり実施します。対象者で接種を希望される方は、町内の医療機関、または西多摩地区の各市町村の医療機関で接種してください。ただし、町外の医療機関で接種を希望される方は、予防接種の実施の有無と、西多摩地区医師会指定（公費補助取扱い）の有無を、各医療機関で事前に確認してください。

〔対象者〕

①接種日に65歳以上の方

②接種日に60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方（身体障害者手帳などが必要です）。

ただし、つぎの方は接種できません。

（１）接種当日37.5度以上の発熱のある方

（２）重い急性疾患にかかっている方

（３）インフルエンザワクチンによりアレルギー反応をおこしたことがある方

〔接種期間〕 10月1日（水）から令和8年1月31日（土）まで

※接種を希望される際は、必ず事前に医療機関にご予約ください。

〔接種方法〕 接種は1人につき1回です。マイナンバーカードなど、ご本人の年齢・住所が確認できるものを医療機関に提示してください。

〔接種費用〕 2,500円

集団健康診査の実施（国民健康保険・後期高齢者医療保険）

町の国民健康保険に加入している40歳以上の方および後期高齢者医療保険被保険者の方への健康診査が10月31日で終了することに伴い、健康診査を受診されていない方を対象に、集団での健康診査を12月に実施します。

対象の方には、10月中に案内を送付しますので受診を希望される場合は、申込書に必要事項を記入のうえ、役場窓口（住民課総合窓口・子ども家庭支援センター・保健福祉センター）まで提出いただくか、郵送にて申し込みください。

ご自身の健康状態の把握や生活習慣病などの予防・改善のために、ぜひ健康診査を受診しましょう。

〔日程〕 12月20日（土）・文化会館

12月21日（日）・福祉会館

〔健診内容〕

問診・視診・聴打診・身体測定・血圧測定・尿検査（糖、蛋白）・循環器検査（HDL コレステロール、LDL コレステロール、中性脂肪）・肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTP）・血糖検査（空腹時血糖、ヘモグロビン A1c）・心電図検査・貧血検査・腎機能検査（血清クレアチニン、尿酸）

* 今回の集団健診では、大腸がん・肝炎ウイルス・結核検診・骨密度測定は行いません。

これらの各種検診は町内医療機関にて、3月31日（火）まで行っています。申し込みの際は、直接医療機関までお願いします。

西多摩くらしの相談センターからのお知らせ

◆奥多摩町くらしとしごとの相談会（無料）◆

経済的な問題で生活に困っている。働きたいのに長く失業している。働いた経験がない。家族の引きこもりやニートで悩んでいる。家計のやりくりが苦手。子どもの学習で悩んでいる。こんな悩みを抱える方のために相談会を行っています。専門スタッフが相談内容に応じて個別に支援します。

〔日時〕 毎週火曜日（年末年始・祝日を除く） 午後1時30分～2時30分

〔会場〕 福社会館2階 会議室 毎月第1・3・5火曜日

文化会館1階 会議室 毎月第2・4火曜日

〔対象〕 町内在住の方

◆学びの広場 ホットスペースちえの輪（無料）◆

宿題の解き方を教え合ったり、時には仲間とイベント（季節の行事など）を楽しみながら、ホットできる居場所と一緒に学ぶことができます。

随時、見学・体験参加を受付けています。お気軽にお越しください。

〔日時〕 毎週火曜日（年末年始・祝日を除く） 午後3時～5時

〔会場〕 氷川小学校1階 応接室、古里小学校プール棟2階 会議室

※両会場をオンラインで繋がります。

〔対象〕 町内在住の原則、小学生～中学生（＊中学校卒業～18歳の場合はご相談ください）

※申し込み・問い合わせは、西多摩くらしの相談センター ☎25-3501

ホームページ <http://kurashinosoudan.net/>





まだ食べられる**食品のロス**を減らして必要としている方へ
フードドライブにご協力ください！

回収場所：奥多摩ふれあいまつり OKUTAMA お太助隊ブース

【フードドライブ】10月25日(土) 10:00～15:00

当日お持ちいただくことが困難な方は、事前に取りに伺いますので地域包括支援センター(☎83-8555)までご連絡ください。

【カレーライス販売】10月26日(日) 11:30～13:00

10月26日(日)は、フードドライブで集まった食材等を利用したカレーライスを販売します。

家庭
↓
回収
↓
提供



**ご家庭に眠っている
食品をお持ちください！**

<当日の仕分けボランティア募集>
 ご協力いただける方は地域包括(☎83-8555)まで！

今回集まった食品は、その場で自由にお持ち帰りOKです！

「フードドライブ」とは、家庭で消費しきれず家で眠っている未開封で賞味期限前の食品を提供していただき、必要としている方へ届ける活動のことです。

主催：OKUTAMA お太助隊
 共催：奥多摩町社会福祉協議会 ☎83-3855 協力：奥多摩町地域包括支援センター ☎83-8555

【対象商品】

- ★未開封のもの(外装が破損していないもの)
- ★賞味期限が1か月以上残っているもの
- ★常温保存のもの(冷凍・冷蔵食品以外)

【対象外商品】

- ☆手づくりの品
- ☆ペットボトル飲料
- ☆アルコール類
- ☆健康食品

2026年度（公財）東京市町村自治調査会 広域的市民ネットワーク活動等事業の助成団体募集

「都内市町村を元気にしたい！」そんな市民活動を行っているみなさんのイベントや事業を応援します。市町村の枠を越えて行われる都内市町村の市民交流やまちづくりの推進につながる事業（文化・スポーツ・環境・福祉・生涯学習・子育て・防災活動などの発表の場）について、活動経費の一部を助成します。

〔申請期間〕10月15日（水）～11月21日（金）

助成率 助成対象経費の50%（100万円を超える金額は10%）で120万円以内

*助成条件等詳しくは下記へ問い合わせください。

○新規団体向け説明会

〔日時〕10月16日（木）午後6時～〔申込期限〕10月14日（火）まで

〔場所〕多摩交流センターB会議室（府中市寿町1-5-1 府中駅北第2庁舎6階）

※問い合わせは、（公財）東京市町村自治調査会 企画調査部企画課 ☎042-382-7781

東京都八王子都税事務所からのお知らせ

①自動車税種別割の減免更新申立書の提出をお忘れなく！

自動車税の減免を受けている自動車の利用状況を確認するため、9月30日（火）に「自動車税（種別割）減免の更新手続きについて」をお送りしています。自動車税の減免を継続するために必要な手続きですので、同封の「減免更新申立書」に必要事項を記入して10月31日（金）までにご提出ください。

なお、ご提出のない場合は令和8年度の減免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、東京都自動車税コールセンター ☎03-3525-4066（平日 午前9時～午後5時）

②10月は不正軽油防止強化月間です

10月は不正軽油防止強化月間です。

不正軽油とは、軽油引取税が課税されない灯油や重油などと軽油を不正に混ぜ、軽油と称して販売・使用されているもので、軽油引取税の納付を不正に免れる脱税行為であるとともに、「環境汚染」「エンジントラブル」「不正競争」の原因にもなる犯罪行為です。身の回りで「不正軽油の製造・販売・使用」などの不正軽油に関する情報がありましたら、不正軽油110番までご連絡ください。

※問い合わせは、不正軽油110番 ☎0120-231-793

または課税部調査査察課 ☎03-5388-2957

③郵送受付による公売（不動産等）のお知らせ

東京都主税局では、9月26日（金）に公売公告を行い、10月17日（金）から24日（金）までの間、都税の滞納により差し押さえた不動産などを期間入札の方法により売却（公売）します。

なお、入札書は、郵送により受付ます。

詳細は、東京都主税局ホームページまたは下記問い合わせ先まで

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

〓 青梅警察署からのお知らせ 〓

【管内の特殊詐欺被害】

令和7年7月末現在、管内で特殊詐欺の被害を15件認知しており、被害総額は約4050万円となっています。

【全国地域安全運動の実施について】

10月11日(土)から20日(月)までの10日間、「守ろうよ わたしの好きな街だから」

をスローガンとして、全国地域安全運動が実施されます。

【携帯電話への詐欺電話が急増中】

青梅市、奥多摩町に、若年層を狙った携帯電話への詐欺の電話が多数かかっています。

【実例・実在の電話番号が使われた事例】

被害者の携帯電話に愛知県警察本部の代表電話から電話があり、

それに出ると警察官を

名乗る女などから「あなた名義の口座が不正に開設されており、あなたも資金洗浄事件の容疑者になっている。」等と言われ、その後、SNSのビデオ通話などで、警察官をかたる男から顔写真付きの警察手帳を示された上、「口座の資金を全て確認する必要があります」「一度お金を全て振り込んでもらい、資金調査を行う必要がある」などと言われ、指示された口座にインターネットバンキングで現金250万円を振り込んだ。

その後、最初に着信表示されていた愛知県警察本部の代表電話番号に電話をして確認したところ、詐欺であることが判明した。

【ポイント】

○警察官が電話で捜査対象となっているなどと伝えることはありません。それは、詐欺です！

○警察官がSNSで連絡する事は、ありません。警察官が警察手帳や逮捕状の画像を送ることは決してありません。

【対策】

○一旦電話を切って、最寄りの警察署に電話する。

青梅警察署 防犯係

☎ 22 - 0110

(内線2162)

防災行政無線 メッセージサービス

防災行政無線の放送は、
聞き直すことができます。
つぎの電話番号におかけください。
※防災行政無線メッセージサービス
☎ 83 - 2233

騒音について

事業活動や生産活動に伴って発生し、広範囲に影響を及ぼす騒音については、法律や条例で規制する対象となります。

一方、生活騒音は人の活動に伴って発生するものですから、なくすことはできません。

また、生活騒音は、基準値より騒音レベルが低ければ解決するというものではありません。

みなさんが普段使っている身の回りのものも、もしかしたら騒音の発生源となり、近隣の方に迷惑をかけているかもしれません。

一人ひとりが普段から心がけて、必要以上の音を出さないように注意することが大切です。

○騒音トラブルをなくすポイント

- ・時間帯に配慮しましょう
 - ・音は小さくする工夫をしましょう
 - ・音が外にもれない様に工夫をしましょう
 - ・ご近所とおつきあいを大切にしましょう
- ※問い合わせは、環境整備課 ☎ 83 - 2367



奥多摩病院インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン接種について

	インフルエンザワクチン	新型コロナワクチン
接種期間	10月1日～令和8年1月31日	10月1日～令和8年3月31日
65歳以上	2,500円	6,500円
上記以外の方	3,200円	15,591円
予約について	必要ありません	接種希望の2日前まで

* どちらのワクチンも15歳以下の方（中学生以下）については予約となります。

* コロナワクチンについては、12歳以下の方の接種は行っていません。

* 問い合わせは、奥多摩病院 ☎ 83-2145

10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・水・木・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。



奥多摩病院からのお知らせ

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、

「突然熱が出たけど、何が原因かわからない」「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

「貧血か、更年期なのか」「突然熱が出たけど、何科にて受診してください。」「転んで足腰が痛い」など

*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。

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1日教室」を開催します。

〔日時〕11月8日（土）午後2時～4時

開場 午後1時30分

〔会場〕公立阿伎留医療センター地下1階講堂

〔定員〕30名（要申込）

〔費用〕無料

〔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

*問い合わせ・申し込みは、

（一社）西多摩医師会 ☎ 23-2171

町制施行70周年記念 第40回奥多摩ふれあいまつり

10月25日（土）、26日（日）に奥多摩総合運動公園において、「第40回奥多摩ふれあいまつり」を開催します。様々な模擬店・各PRコーナー・特産物店のほか、グルメコーナーとして、「奥多摩わさび丸ごと根っ辛うどん」、「富士宮やきそば」、「富士桜ポークのソーセージ、ステーキ」、「クレープ」などの出店をします。また、神津島村の名産品・特産物の販売を行うほか、日本航空株式会社による「折り紙ヒコーキコーナー」などの設置も行います。

ステージでは各種団体の披露のほか、町制施行70周年記念事業として、俳優の寺島進氏が観光大使として就任するとともに、細川たかし氏による「昭和歌謡ショー」を開催します。会場までは、奥多摩駅を発着する無料シャトルバス（注）をご利用ください。

＊（注）26日（日）午前10時以降は「〇〇祭の会場（奥多摩中学校）」を経由します。

＊詳しい内容は、後日チラシなどにてお知らせします。

〔日時〕10月25日（土）・26日（日）

午前10時～午後4時

〔会場〕奥多摩総合運動公園（登計原グラウンド）



寺島 進 氏
観光大使就任式
25日（土）
午後1時～



細川 たかし 氏
昭和歌謡ショー
26日（日）
午後2時30分～

奥多摩中学校〇〇祭開催について

町を盛り上げるために奥多摩中学校3年生主催で“五千人規模の祭”を創ろうとしています。その名も「〇〇祭」。来場されたみなさんが好きに名前をつけて、自由に呼び、楽しんでほしいという思いを込めました。「中学生にはできない」という声もありますが、3年生のやる気と好奇心を生かし、「できっこないをやらなくちゃ」をテーマに本気で挑んでいます。この祭は、西多摩のみなさんと一緒に町を盛り上げる企画です。

今年は奥多摩中学校創立10周年、町制施行70周年記念という節目の年。世代を越えて交流できる楽しい場を作りたいと考え、会場づくりやフードイベント、ステージショー、打ち上げ花火などに全力で取り組みます。応援してくださるみなさんにワクワクを届けること、そして私たちもワクワクしながら活動することが目標です。みなさんのご来場を心よりお待ちしております！

〔日時〕10月26日（日）午前10時から 〔会場〕奥多摩中学校



@OKUTAMAJHS.1026



フォローよろしくお願いします！by奥多摩中学校3年生

Instagramで祭の詳細を載せています！
フォローしていただいた方には、
当日すてきな特典があるかも！？

※このページの内容の申し込み、問い合わせは、観光産業課 ☎83-2295