



2023.1 No.829 (令和 5年 1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		
12月1日現在 (前月比)		
世帯数	2,567	(9減)
人口	4,768	(17減)
男	2,374	(9減)
女	2,394	(8減)

人口動態 (11月中)		
転入	9	転出 11
出生	0	死亡 15
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

小河内の「鹿島踊」が ユネスコ無形文化遺産に登録されました



(左から野崎教育長、吉野相談役 師岡町長、島崎会長、井上副町長)

11月30日にモロッコで開かれたユネスコ(国連教育科学文化機関)において、日本が提案する民俗芸能風流踊(ふりゅうおどり)が無形文化遺産に正式登録されました。

風流踊は歴史や風土が育む民俗芸能で華やかな衣装や歌や笛、太鼓に合わせて人々の望みや祈りが込められ、華やかに舞われるものです。24都府県41の登録団体で構成され、2009年に単独登録を受ける神奈川県三浦市の「チャッキラコ」に加える形での登録となりました。

12月15日に鹿島踊保存会の吉野榮喜相談役(前会長)と島崎富夫会長が町長を表敬訪問され、喜びの受賞報告に合せ、今後、ますますの振興に関する決意を表明をされました。



師岡 伸公 町長



高橋 邦男 議長

年頭の挨拶

町民の皆様、明けましておめでとうございます。皆様には、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より町政にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

昨年も、新型コロナウイルスのワクチン接種の推進

町民の皆様、明けましておめでとうございます。皆様には、新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より町議会に對しましては、多大なるご理解と協力を賜り、感謝申し上げます。

に努める1年となりましたが、引き続き町職員もワクチン接種の事務に従事する中、医師会の方々、町民の皆様のご協力のもと、迅速な接種を行うことができました。

関係者の皆様には心より感謝いたします。

現在も依然としてコロナ禍ではありますが、昨年は、4年ぶりの「ふれあいまつり」の開催に、町内外から大勢の皆様に来場していただき、盛大な開催となりました。

また、カターールで開催されたサッカーワールドカップ

長引く新型コロナウイルス感染拡大のため、住民皆様には感染防止対策などご理解と協力をいただき感謝申し上げます。

さて、今年「卯年」で、この卯年は芽を出した植物が成長していく、茎や葉が大きくなる時期で、目に見えて大きく成長する「飛躍」と「向上」の年と言われて

います。今年こそは、新型コロナウイルス感染症が収束することを期待したいものです。

町においては、久しぶり

プでは、日本選手の姿に勇気と感動をいただきました。

今年は、私が町民皆様の温かいご支援を賜り町長に就任し、町政運営に取り組んで3年目となります。

まずは第一に、町民の皆様が安心して安全に暮らせる町づくりを、引き続き進めてまいります。

現在、コロナの影響を多大に受けている観光事業のほか、少子高齢化による人口減少、デジタル化の推進など、町が抱える課題は多々あります。

そんな中、安心安全の町

の大型事業である新庁舎の建設計画が進行しています。昨年9月関係団体や公募による住民代表者で組織された庁舎建設委員会が町長より諮問を受け、委員会内において協議を重ね、その結果が町長に答申されました。その答申をうけ、さらに、住民皆様の声をお伺いしながら、町が主体となり建設計画を前進させていくこととなります。

ところで、全国的な課題である少子高齢化の波は奥多摩町にも押し寄せていま

す。町は、その対策として、若者定住化対策、子育て支援事業など手厚い支援事業を実施しています。そして、その効果も徐々に表れていますが、一自治体の努力だけでは解決できるものではありません。やはり、国・都の全面的な支援が必要であると思います。

町には多くの課題がありますが、「町民皆様のために、町の発展のために、何をすべきか、何が良いのか」を町と議会がしっかりと議論し、時には、町民皆様のお

づくりとして、防災の拠点となる役場本庁舎の老朽化等が進行していることから、昨年は、有識者や関係団体の代表者、そして一般公募で選ばれた3名の住民の方など16名の委員からなる庁舎建設委員会を立ち上げ、庁舎建設に向けて、建設候補地の選定や、庁舎建設基本計画策定への提言等について活発な議論をしていただき、昨年12月には最終となる答申をいただきました。

これから建設に至るまでには、関係機関との協議や財源対策並びにアクセスな

どの課題がありますが、住民皆様へ状況をお伝えし、ご理解をいただきながら、庁舎建設とへ向かってまいります。

また、観光立町を推進するため、森林セラピー事業とあわせ町全体の観光業の活性化と振興を図ってまいります。

どうか本年も、引き続き住民皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、皆様のますますのご多幸とご健勝を祈念し、年頭のご挨拶とさせていただきます。

力をお借りしなければなりません。町の課題解決のために、議員一丸となり、議会活動に誠心誠意務めてまいります。

どうか本年も町議会の活動に對しまして変わらずご支援と協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたり本年が町民皆様にとって健康で幸せな年になりますよう、そして、奥多摩町が更に元気な活力のある町になりますようご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

奥多摩町文化財保護審議会会長 石田 充法氏

令和4年度地域文化功労表彰 受賞

この表彰は、芸術文化の振興や文化財の保護に尽力するなど、地域文化の振興に功績のあった個人および団体に対して、その功績を称え文部科学大臣が表彰するものです。

石田氏は、公立中学校教諭、教頭、校長に歴任される傍ら、昭和54年より奥多摩町文化財保護審

議委員、平成27年からは同会会長として、40年以上にわたる町の文化財保護に対する功績が称えられ、この度、文部科学大臣より表彰されました。

石田氏は令和3年度東京功労者表彰（文化功労）受賞に続く2年連続の受賞となり、11月15日の秋晴れの中、京都府府

民ホールにおいて行われた、地域文化功労表彰授賞式にご夫妻で招かれました。



町立学校開放施設・総合運動公園・スポーツ・コミュニティ施設の 使用団体登録の受付

令和5年度町立小・中学校の校庭、体育館および奥多摩総合運動公園、スポーツ・コミュニティ施設を使用する場合の団体登録（新規・更新）を受付けます。

団体の代表者は、必ずこの期間に登録を行ってください。

*令和4年度登録団体に

ついては、更新手続き申請書をお願いします。

（申込期限）2月22日（水）
*申請書は、奥多摩町ホームページ <http://www.town.okutama.tokyo.jp/> に掲載していますのでご利用ください。

※申し込み、問い合わせは、教育課（役場3階）

☎ 83-2246

地域文化功労表彰受賞
ちよこつと共済ほか



「ちよこつと共済」

（東京都市町村民交通災害共済）

— 2月1日から申し込みを開始します —

令和5年度「ちよこつと共済」（東京都市町村民交通災害共済）の加入申し込み方法は、つぎの3通りです。

◎自治会を通しての申し込み

◎役場住民課窓口、古里出張所窓口または臨時受付窓口にて直接個人で申し込み

◎ネット申し込み

加入を希望される方は、いずれかの方法で申し込んでください。

なお、加入申込書は、2月初旬に自治会を通して各世帯に配布します。

また、臨時受付窓口の開設日や会費など、詳細については「広報おくたま2月号」でお知らせします。

*「ちよこつと共済」とは、会員（加入者）が交通事故（人身）にあったとき、その傷害の程度により見舞金を受けられる共済制度で、東京都内の全市町村が共同で運営しています。

*加入は強制ではありません。

※問い合わせは、住民課 ☎ 83-2182

～ひな人形展～

教育委員会では、文化団体連盟と共催し、町民皆さまからお借りした「ひな人形」を展示します。

〔期間〕 2月11日（祝）～3月5日（日）

午前10時～午後5時

〔会場〕 文化会館1階 多目的ホール

また、2月9日（木）午前9時から展示の準備を行います。

ご協力いただける方は、当日文化会館までお越しください。

※問い合わせは、教育課

☎ 83-2246



奥多摩町庁舎建設委員会 ～最終答申が提出されました～

【はじめに】

この庁舎建設委員会は、建設から57年が経過し、耐震基準と老朽化などに課題を抱える役場庁舎の建設整備に向けた取り組みを進めるために設置された町長の諮問機関で、住民委員3名を含む総勢16名の委員で構成されています。

町では、これまでに広報おくたまや町ホームページ等を通じて、会議録の公表などを含め、委員会の状況をお知らせしてきましたが、この度、全5回にわたる委員会での協議が終了し、12月22日に委員会から最終となる答申が提出されましたので、これまでの活動状況を含め、皆さんにお知らせします。

【第1回から第3回までの委員会状況及び中間答申について】

第1回委員会は、9月30日に開催され、16名の委員に委嘱状が交付されるとともに、師岡町長から松本祐一委員長（多摩大学経営情報学部教授）に諮問書が手渡され、委員会における協議が始まりました。以降、10月21日（第2回）、11月9日（第3回）に委員会が開催され、毎回、活発な議論が交わられました。（10月にはパブリックコメントも実施しました。）

11月28日には、「庁舎建設候補地及び庁舎建設基本構想に関する諮問事項」についての中間答申書が松本委員長および木村光恵副委員長（町社会福祉協議会会長）から師岡町長に提出され、庁舎建設候補地には、大氷川地内の「JR青梅線奥多摩駅東側」の土地が選定されました。ただし、「アクセスに関して、踏切や坂道等、現状の課題があるため、これらの改善に努めること」が付記されました。

また、基本構想における基本理念では、「誰もが親しみやすく訪れやすい庁舎であるとともに、地域住民の安全、安心を確保するため、災害時には、危機管理対応を果たす『防災拠点』としての機能、そして、地域コミュニティの活性化につながるような一人ひとりがイメージする『奥多摩らしさ』を併せ持つ庁舎を目指すこと」とされました。

【第4回、第5回の委員会状況及び最終答申について】

第4回委員会は、中間答申と同日の11月28日に開催され、ここからは庁舎建設基本計画の策定に向けた提言についての協議が始まり、新庁舎の基本機能を始め活発な議論が交わされました。また、最終回となる12月12日の第5回委員会では、最終答申に盛り込むべき提言内容の骨子が決まりました。

その後、12月22日には、「庁舎建設基本計画に関する諮問事項」についての最終答申書が松本委員長および木村副委員長から師岡町長に提出されました。

最終答申の内容は、基本構想の考え方をより具体化するもので、「コスト面のみならず建設候補地の敷地特性を活かした庁舎の検討、多摩産材等の木材の積極的な活用の検討、庁舎完成後も町民等が関わりを持てる屋外スペースの確保と有効活用の検討、新庁舎へのアクセスに関して安全確保のために必要な道路（通路）整備の検討」などの提言が盛り込まれました。

今後は、パブリックコメントや住民説明会などを経て、3月末までに庁舎建設基本計画を策定し、次年度以降は基本設計、実施設計作業を進める予定です。

なお、庁舎建設委員会の会議録をはじめとする各種資料は、町ホームページで随時公表しているほか、役場2階企画財政課、子ども家庭支援センターおよび保健福祉センターの窓口でも閲覧することができます。（詳細につきましては、町ホームページをご覧ください。）

※問い合わせは、企画財政課 ☎83-2360



（左から松本委員長、町長、木村副委員長）

令和5年度会計年度任用職員を募集します

町では、令和5年度の会計年度任用職員をつぎのとおり募集します。詳細は町ホームページ、町役場、古里出張所に置いてある募集要項をご確認いただくか、お問い合わせください。

(1) 募集内容

職種	職名	主な業務内容ほか	給料・報酬	募集人員
【パートタイム会計年度任用職員】				
事務補助員	子ども家庭支援センター相談員	18歳未満の子供と家庭に関する相談業務 児童虐待等のケースワークなど 児童福祉司等資格所有・経験者優遇	時給 1,508円～	若干名

(2) 勤務条件

- ①任用期間 令和5年4月1日～令和6年3月31日までの1年以内
- ②勤務日時 週3以上・1日7時間45分以内 *時間外勤務の場合あり *年次休暇制度等あり
- ③勤務場所 奥多摩町子ども家庭支援センター
- ④通勤費用 町規定により支給
- ⑤社会保険 加入要件を満たした場合に加入



(3) 採用選考の申し込み

- ①受験資格 令和5年4月1日から勤務可能な方。
ただし、地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方を除く
- ②選考方法 書類選考・面接選考
- ③応募方法 町ホームページか町役場、古里出張所に置いてある採用申込書を本人または代理人が直接総務課（役場2階）に持参、または郵送（簡易書留）で申し込みください。

*募集期限は1月31日（火）午後5時15分まで

(4) その他

- ①申込受付後は、申込書、写真、採用試験途中に提出された申込書類など、一切の書類は返却しません。
- ②提出書類に不正があった場合は、直ちに受験資格を取り消します。
また、採用後において発覚した場合は、免職となることがあります。
- ③申込書類に記載された情報は、この採用試験のために用い、それ以外の目的には一切使用しません。

※問い合わせは、総務課 ☎ 83-2345（〒198-0212 奥多摩町氷川215-6）

病院事務補助員募集（会計年度任用職員）

【勤務内容】 奥多摩病院での窓口業務ほか 【採用予定日】 令和5年2月（要相談）

【勤務条件】

- 任 期／令和5年3月31日まで（勤務成績良好時は再度任用）
- 勤 務 日／シフト制勤務（週3～4日）
- 勤務時間／午前8時30分から午後0時30分（時間外勤務の場合あり）
- 報酬手当／時給1,130円 ○期末手当／支給要件を満たした場合に支給
- 通勤費用／町規定により支給

【申込方法】 町ホームページに掲載の指定の採用申込書に必要事項を記載のうえ、直接病院に持参または郵送（簡易書留）で申し込みください。

【申込期日】 1月31日（火）必着 【選考方法】 書類選考・面接

※問い合わせは、奥多摩病院 ☎ 83-2145

マイナポイント申込支援臨時受付窓口開設

マイナポイントは、マイナンバーカードの普及促進、消費活性化を目的として、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ます。



マイナポイント申込
支援臨時受付窓口

【会場・開催日】

会場	開催日
役場 (地下1階会議室)	1月10日(火)・1月16日(月)・1月23日(月) 1月28日(土)・1月30日(月)・2月3日(金) 2月4日(土)・2月6日(月)・2月10日(金)
文化会館 (1階会議室)	1月11日(水)・1月18日(水)・1月25日(水) 2月1日(水)・2月8日(水)・2月12日(日) 2月15日(水)・2月17日(金)・2月19日(日) 2月22日(水)・2月25日(土)・2月27日(月)

- 【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

*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。

《次ページへ続く》

【その他・注意事項】

- ・この臨時窓口では、**マイナンバーカードの申請は受付できません**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**となります。**(ポイント申し込みの対象となるカードの申請期限が延長されました)**
- ・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)などをご確認ください。
- ・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は、総務省ホームページをご覧ください
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



民生委員・児童委員の委嘱ほか

みなさんの身近な相談役
民生委員・児童委員の委嘱

民生委員・児童委員は生活に困っている方や、児童・障害者・高齢者などみなさんの身近な相談相手です。
また、主任児童委員は児童福祉に担当します。専門的に担当します。
12月1日付で、23名(新任7名、再任16名)の方が厚生労働大臣より民生委員・児童委員に委嘱されました。

また、つぎの7名の方が退任されました。
【退任者】(敬称略)

- 加藤 美枝子 (大丹波)
- 若松 千恵子 (棚沢)
- 小峰 眞知子 (大氷川)
- 青柳 とも子 (南氷川)
- 増田 勝彦 (栃久保)
- 原島 美代子 (境)
- 小峰 治 (小河内)

【民生委員・児童委員】

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

地区	氏名(敬称略)	地区	氏名(敬称略)
川井	藤野 由美子	南氷川	石塚 初子
大丹波	須崎 麻由美	栃久保	岡部 治夫
梅沢・丹三郎	澤本 清美	大沢	大野 邦雄
小丹波	瀧島 君子	日原	原島 二三和
小丹波	増田 登美子	海沢	桶川 和子
棚沢	福島 明美	境	原島 寿々江
棚沢	青木 修	中山	小林 勝江
白丸	森谷 美智秀	小河内	坂村 清美
大氷川	小峰 とし子	小河内	古屋 文恵
大氷川	小峰 敬子	主任児童委員	原島 里香
長畑	原島 京子	主任児童委員	河村 貴子
常磐	塩野 公子		

「果樹の取り残しに注意」

収穫の出来ない果樹(柿、栗、柚子など)は、放置しておくとな獣害の原因になりますので、取り残しの無いようにしましょう。また、収穫した際は倉庫等の屋内に保管するなど、野外に放置しないようにしましょう。

住民課・税務署から
のお知らせ

償却資産申告書・給与支払報告書

提出は1月31日（火）まで！

【償却資産申告書】

個人・法人を問わず、事業用の償却資産を所有している方は、今年の1月1日現在の資産状況を1月31日（火）までに住民課へ申告してください。

償却資産とは、土地および家屋以外の事業の用に供

することができ資産で、その減価償却額（費）が、所得の計算上、損金または必要経費に算入されるものです。

①提出書類

- ・申告書
- ・種類別資産明細書
- ②課税標準額

今年の1月1日現在の償却資産の価格で課税台帳に登録された価格です。

③免税点

課税標準額の合計が150万円未満の場合は課

税されません。

④税額

課税標準額に100分の1・4（税率）を乗じて算出されます。

【給与支払報告書】

各事業主の方は、令和4年中に支払った給料・賞与・手当などを取りまとめた給与支払報告書を1月31日（火）までに住民課へ提出してください。

※問い合わせは、住民課

☎83・2190

《広告（有料）募集》

広報おくたまへの広告を募集しています。

※問い合わせは、総務課

☎83 - 2345

青梅税務署

職員による

出張申告相談

出張申告相談をつぎのとおり開催します（土地、建物および株式などの譲渡所得の相談を除きます）。

〔日程〕2月14日（火）
〔相談受付〕

午前9時30分～11時30分
午後0時30分～2時30分
〔会場〕役場会議室

〔申込について〕電話による事前申込が必要です。

申込みは、2月1日（水）午前9時から開始します。

* 申告にお越しになる際は、マスクの着用および申告会場入口での検温、手の消毒の実施にご協力ください。

また、申告書などの提出のみの場合は、郵送または住民課窓口、古里出張所へ直接ご提出ください。

※申し込みは、住民課
☎83・2190

令和5年度住民税（町・都民税）の申告および令和4年分所得税の確定申告

■町職員による

申告の相談・受付

新型コロナウイルス感染症対策として、申告会場内が密になることを避け、待ち時間を少なくするため、申告の相談受付は、昨年と同様に電話による予約制とさせていただきます。

2月1日（水）午前9時から電話予約を開始します。

希望する日と時間帯を予約してください。

* 1人あたり30分、2人分相談する場合は、1時間を予約してください。

1日30人分まで受付けます。

予約状況により希望する日時が予約できない場合がありますが、感染症対策のため、ご理解とご協力をお願いします。

《次ページへ続く》

〔予約先〕

住民課 ☎83・2190

〔申告期間〕2月16日（木）

～3月15日（水）（土曜日、日曜日および祝日を除く）

* 2月19日（日）・26日（日）は、休日の申告受付を行います。

〔相談受付〕

・午前9時～11時30分

・午後1時～3時30分

〔会場〕役場会議室

* 申告にお越しになる際は、マスクの着用および申告会場入口での検温、手の消毒の実施にご協力ください。少しでも体調が悪い場合は、後日改めて予約してください。

また、申告書などの提出のみの場合は、郵送または住民課窓口、古里出張所へ直接ご提出ください。

*ただし、つぎの場合は、相談・受付ができません。

《次ページへ続く》

***相談・受付ができない場合**

○土地や建物、株式などの譲渡所得や山林所得がある方

○事業所得(営業等・農業)

または不動産所得がある方で、青色申告決算書または収支内訳書の記入が済んでいない方

○医療費控除を受けるための医療費明細書の記入が済んでいない方

○住宅借入金等特別控除を初めて申告する方

○過年分の確定申告

■申告の際に持参するもの

○申告書(住民税申告の方)

○マイナンバーカードまたは通知カード+本人確認書類(運転免許証など)

*代理の方が申告する場合は、委任状および委任された方の本人確認書類

○給与所得の源泉徴収票や支払者の証明書、公的年金等源泉徴収票など、収入の

明らかになる資料

○控除を受けるための証明書

・国民年金等控除証明書
・生命保険料や地震保険料の控除証明書

・障害者控除を受ける方は、障害者手帳や愛の手帳など
・医療費控除を受ける方は、「医療費の明細書」(医療を受けた人ごとに病院、薬局の領収書を集計したもの)
・寄付金控除の証明書など

○その他

・前年に所得税確定申告書などを提出されている方は、その控

・利用者識別番号を取得済みの方は、その通知

【青梅税務署からお知らせ】

◆令和4年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告書の提出・納税は、2月16日(木)から3月15日(水)までです。

還付申告は、2月15日(水)以前でも提出できます

す。

令和4年分の贈与税の申告書の提出・納税は、2月1日(水)から3月15日(水)までです。

令和4年分の個人事業者の消費税および地方消費税の確定申告書の提出・納税は、1月4日(水)から3月31日(金)までです。

◆さあ、自宅でe-Tax! 申告は確定申告書等作成コーナーから

「自宅からe-Tax」5つのメリット
①税務署への書類が持参不要

②印刷・郵送代が不要

③添付書類が不要(一部の書類は除きます)

④24時間いつでも利用可能(確定申告期間のみ)

⑤還付申告の場合は3週間程度で還付(書面提出は1か月半程度で還付)



◆国税の納付はスマホでスマートに

国税のスマホアプリ納付が利用できます。
①6つのPay払い

「PayPay」、「d払い」、「auPAY」、「LINE Pay」、「mpay」、「Amazonpay」がご利用できます。

②ご利用について
「国税のスマートフォン決済専用サイト」にアクセスし、Pay払いを選択し、画面の表示に従えば簡単に手続きができます。



◆申告書作成会場の開設

所得税などの申告書作成会場をつぎのとおり開設します。
〔開設期間〕2月1日(水)～3月15日(水)(土曜日、日曜日および祝日を除く)

*2月19日(日)・2月26日(日)は、立川税務署において相談・受付を行います。

います。

〔会場〕青梅税務署
〔受付時間〕午前8時30分～午後4時
〔入場整理券の配付〕混雑回避のために「入場整理券」を配付します。入場整理券は、当日、会場で配付するほか、LINEによる事前発行で入手することが可能です。

*入場整理券の配付状況に応じて、受付を早く締め切る場合があります。
〔オンラインによる入場整理券事前発行〕スマートフォンをお持ちの方はLINEアプリで国税庁の公式アカウントを友だち追加してください。

つぎのQRコードから追加することで、入場整理券の事前発行を申し込めます。



住民課・税務署かあのお知らせ

《次ページへ続く》

◆スマホ申告講習会のご案内

今年こそ確定申告は

スマホでe・Tax

スマートフォンを使った確定申告の講習会をつぎのとおり開催します。

また、マイナンバーカードの未取得の方にはe・Taxに必要なID・パスワードの申請を受け付けます。予約は不要です。

〔日時〕 1月14日(土)

第1回・午前10時30分～11時30分

第2回・午後1時30分～2時30分

第3回・午後3時～4時

〔場所〕 イオンモール日の出(2階イオンホール)

〔持ち物〕 マイナンバーカード(未取得の方も受講できます)

◆消費税インボイス制度について

事業者・不動産所得者のみなさまへ

令和5年10月1日から

インボイスを交付するためには、原則として、3月31日までに登録申請手続きを行う必要があります。

登録手続きは、e・Taxをご利用ください。

スマートフォンからでもe・Taxで申請ができます。

e・Taxのご利用には事前にマイナンバーカードの取得が必要です。



※問い合わせは、青梅税務署 ☎22・3185

年金のお知らせ

◇付加保険料制度について

付加保険料制度は、国民年金の一般保険料に加えて付加保険料(月々400円)を納めることにより、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされる制度です。

付加保険料を納めるためには、申し込みが必要であり、申し込みをした月分から付加保険料を納めること

になります。

お手続きをご希望の方は、青梅年金事務所または役場住民課へお申し出ください。

◇年金相談・お手続きの際は、予約相談をご利用ください

日本年金機構では、年金の相談や請求手続きについて「事前予約」を行っています。お待たせ時間の少ない「予約相談」をぜひご利用ください。

◎予約専用受付電話 ☎0570(05)4890

〔受付時間〕 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日、年末年始を除く)

◆予約相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。

◆問い合わせ、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。

※問い合わせは、青梅年金事務所 ☎30・3410

住民課 ☎83・2182

後期高齢者医療制度医療費等 通知書を送付します

ご自身の健康と医療に対する認識を深めていただくとともに、診療日数などの受診内容を確認していただくため、「医療費等通知書」を1月下旬にお送りします。通知書には、診療年月、医療機関の名称、医療費(10割・自己負担相当額)などを記載しています。

発送の対象は、令和4年12月1日現在、東京都後期高齢者医療の被保険者の資格があり、令和3年9月から令和4年8月までの12か月間に、保険診療で医療機関などへの受診履歴がある方です。

確定申告の際に医療費等通知書を添付することで、令和4年1月から8月までの診療などについては、「医療費控除の明細書」への記載を省略することができます。9月から12月までの診療等などについては、お持

ちの領収書に基づき別途、「医療費控除の明細書」を作成していただく必要があります。

※問い合わせは、東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター

☎0570(086)519

住民課 ☎83・2182

蜜蜂を飼育している方へ

蜜蜂の飼育をする場合は、養蜂振興法の定めるところにより、飼育の届出をする必要があります。毎年1月末まで、若しくは、飼育開始日が決まった時点で飼育届の提出をお願いします。申請書の様式および提出先は東京都のホームページをご覧ください。

※問い合わせは、東京都農業振興事務所振興課畜産担当

☎042-548-4868

介護保険関係の所得控除等に必要になった書類の交付について

① 障害者控除対象者認定証

確定申告などで所得を申告する際に、申告する本人もしくは扶養親族が障害者である場合、一定金額を所得から控除できる制度があります。

基本的には障害者手帳をお持ちの方が対象ですが、介護保険の要介護認定を受けている方でも対象となる場合があります。控除を受けるためには、町が発行する「障害者控除対象者認定証」が必要です。

◇対象となる方
65歳以上の要介護1以上の認定を受けている方で、介護保険の主治医意見書や認定調査票から、身体もしくは精神に一定の障害があると確認できる方。

② おむつ代医療費控除確認

傷病により寝たきりで医師の治療を受けており、おむつの使用が必要であると診断された場合、おむつ代が医療費控除の対象となります。控除を受けるためには、おむつ代の領収書と、1年目は医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。2年目以降は町で発行する「おむつ代医療費控除確認証」で医師の証明書の代用ができます。

◇対象となる方

要介護または要支援の認定を受けており、概ね6か月以上寝たきりの方もしくは同様と認められる方で、介護保険の主治医意見書からおむつの使用が常時必要であることを確認できる方。

①・②ともに、対象者本人もしくはその家族の方（扶養している方）からの申請により、確定申告健康課 ☎ 83-2777 事前担当まで電話連絡をお願いします。

告時の所得控除に必要な書類を交付しますので、

移住・定住応援補助金をご活用ください

町では、次代を担う若者世代の移住・定住を応援するため、町内に住宅などを購入された方を対象に、補助金の交付（事業費の1/2・最大200万円）また、資金借入に対する利子補給（借入利率の1/2・年額最大30万円・36か月）を行っています。

さらに、町内事業者利用および地場木材活用で、それぞれ10万円分の奥多摩町商業協同組合商品券を上乗せし最大220万円分交付。町内金融機関（西東京農業協同組合古里支店・青梅信用金庫奥多摩支店）利用の場合、最大33万円利子を補給します。

【年齢要件】

- ① 45歳以下の夫婦
- ② 35歳以下の者
- ③ 子ども（高校生以下（満18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある者））がいる世帯

*年齢要件以外にも、対象要件などがあります。

※問い合わせは、若者定住推進課 ☎ 83-2310

～11月のふるさと納税額のお知らせ～

次のとおり、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	32件	1,615,000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	80,000円
財政運営資金の一端（一般寄付）として	30件	370,000円
合計	69件	2,065,000円

※令和4年11月からインターネットを通じてふるさと納税ができるようになりました。

各種相談

【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の方からの相談日を設けています。来所される場合は、事前に連絡をお願いします。



【人権の上・行政相談】

〔日時〕 1月12日(木)
2月9日(木)

両日とも午後1時～4時
*相談を希望される方は、直接会場へ

【相続・成年後見相談】

〔司法書士による法律相談〕

〔日時〕 1月28日(土)

午後1時～4時
*相談を希望される方は、直接会場へ
右記相談については、いずれも会場は、福祉会館2階会議室

【弁護士による法律相談】

〔日時〕 1月28日(土)

午後1時～4時
〔会場〕文化会館1階会議室

②〔日時〕 2月9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、予約申し込みください。

〔定員になり次第締め切り〕

【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。随時受け付けています。

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。

※ここまでの相談の申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

【心理・発達相談】

〔日時〕 1月27日(金)

2月8日(水)
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。

子ども家庭支援センターで直接お話を聞く以外に、電話相談も行っております。

誰に話したらいいのかわ、心配ごとや悩みを抱えている方、まずは一度、左記までお電話をください。

*常時相談員による相談も行っています。気軽にお話しに来てください。

※申し込み、問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎85-2611

【税理士によるインボイス制度相談】

インボイス制度導入等の事業環境変化の影響を受ける中小・小規模事業者を支援するために、消費税制度に関する税務相談窓口を設置します。

〔日時〕 1月17日(火)

19日(木)

午後1時～5時(予約制)

〔会場〕 町役場2階委員会室B

〔対象〕 中小・小規模事業者

※申込・問い合わせは、青梅商工会議所

☎23-0113

【消費者相談】

1人で悩まず、まずは相談してみませんか？

〔日時〕 1月18日(水)

午後2時～4時

〔会場〕 福祉会館2階

〔相談員〕 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

防災行政無線メッセージサービス

つぎの電話番号におかけいただくと、防災行政無線を聞き直すことができます。

※防災行政無線メッセージサービス ☎83-2233

1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	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場) → 6📄 ヘルシー体操(14:00～文化会館)
17・火	
18・水	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館) → 6📄 ■筋力向上トレーニング講習会(9:30～福社会館) → 18📄・先着順 ■ウエルカムランチ(11:30～氷川保育園:見学・給食試食) → 19📄・先着順
19・木	
20・金	
21・土	
22・日	奥多摩吹奏楽団第1回記念演奏会(14:00～瑞穂町スカイホール)
23・月	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場) → 6📄
24・火	
25・水	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館) → 6📄 ■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 12📄・前日 あそびの広場(14:00～文化会館) → 18📄
26・木	ヘルシー体操(10:00～文化会館)
27・金	■食育講習会(10:00～保健福祉センター) → 19📄・1/20 ■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士) → 12📄・前日
28・土	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場) → 6📄 ■弁護士による法律相談(13:00～文化会館) → 12📄 相続・成年後見相談(13:00～福社会館) → 12📄
29・日	
30・月	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場) → 6📄 ヘルシー体操(14:00～文化会館)
31・火	

《今月の納期1 / 3 1(火)》 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 各第7期分
町・都民税第4期分

申込不要

参加費
無料

シニアのための

スマホ相談会

第7回



アドバイザーとの1対1の個別相談で、日頃のスマホに関するお悩みを気軽に相談できます！

日にち

令和5年 2月 2日(木)

時間

① 10:00～12:00

② 13:30～15:30

場所

福社会館 1階 集会室

Ⓜ 駐車場がございませんので、公共交通機関によりお越しください。

相談会の様子



スマホをさわるのが怖い思いでしたが、わかりやすく教えていただいたので、今度は楽しくスマホが使えるようで気が楽になりました。
(感想抜粋)

【お問い合わせ】 奥多摩町地域包括支援センター ☎ 83-8555

※感染予防のため、当日の検温とマスクの着用をお願いします。※体調がすぐれない方(発熱や風邪症状のある方)は来場をお控えください。

【お問い合わせ】 スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎ 03-5348-2735 (年末年始を除く平日9時～17時) FAX 03-5348-2731
 【主催】 東京都デジタルサービス局 戦略部 【協力】 OKUTAMA お太助隊 / 奥多摩町地域包括支援センター

2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	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館)→6 ■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→12・前日
2・木	シニアのための「スマホ相談会」(①10:00～②13:30～福社会館)→13 元気アップおくたま事業(13:30～境集会所:健康講話)→19
3・金	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→6
4・土	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→6
5・日	
6・月	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→6 ヘルシー体操(14:00～福社会館)
7・火	
8・水	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館)→6 ■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→12・前日 ■心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士)→12・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)→14
9・木	人権身の上・行政相談(13:00～福社会館)→12 ■弁護士による法律相談(13:00～福社会館)→12
10・金	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～役場)→6 ■ウエルカムランチ(11:30～古里保育園:見学・給食試食)→19・先着順
11・土	
12・日	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館)→6
13・月	絵本といっしょ(11:00～きこりん)→18
14・火	
15・水	マイナポイント申込支援臨時窓口(9:15～文化会館)→6 ■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→12・前日

<2月末までの主なイベント>

16日(木) ヘルシー体操(10:00～福社会館)

17日(金) 元気アップおくたま事業(13:30～峰谷生活館:ゲーム&座ってできる簡単体操)→19

20日(月) 元気アップおくたま事業(13:30～丹三郎生活館:出張ヘルシー体操)→19

24日(金) 心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士)→12・前日

27日(月) ヘルシー体操(14:00～福社会館)

母子健診日程表	2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 (*歯科相談のみ要予約) …平成30・令和元・3・4年1月生まれ
	2月17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4年9・10月生まれ
	2月22日(水) 保健福祉センター 13:00～13:10 受付 1歳6か月児健診 …令和3年6・7月生まれ 13:10～13:20 受付 3歳児健診 …令和元年12・令和2年1月生まれ

【離乳食講習会】

保健福祉センターでは、離乳準備期から完了期の講習会を行います。ご希望の方は2月10日(金)までにお申し込みください。

【日時】2月17日(金)午後2時～3時

※申し込み、問い合わせは、
福祉保健課 ☎83-2777

<子供の予防接種について>

予診票をお持ちでない方は、保健福祉センターまでご連絡ください。

病院の予診票を使用した場合、実費が発生することがあります。

※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。参加者一人一人がご自身のできることを頑張り、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。みなさまの申し込みをお待ちしております。

〔日 時〕 1月14日（土） 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

*初めて申し込みをされる方は、担当保健師にお身体の状況をお聞かせください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

産後ケア事業のお知らせ～出産後のママをサポート～

出産直後は、心身ともに不安定になりやすい時期です。町では、母子ともに安心して生活ができるよう、産後の母親が休息を取り、助産師などによる専門的なケアを受けられる産後ケア事業を始めました。

【サービスの内容】

産後の母親と赤ちゃんの健康状態の確認、乳房ケア、授乳方法の指導・育児相談、休息の提供

【産後ケア事業の対象となる方】

産後に心身の不調や育児不安などがある、出産後1年を経過していない、町に住民票のある方

【産後ケア事業の種類、利用日数、利用料ほか】

種 類	利用日数	利用施設	利用料	多胎児の場合 (1日1人につき)
宿泊型	7日まで	森田助産院 (福生市)	1泊6,000円 (2泊目以降は1泊ごとに3,000円加算)	1,600円加算
デイサービス型			2,500円(1日につき)	1,500円加算
訪問型		調整中	1,500円 (1日90分以内につき)	800円加算

*利用日初日の11日前までに、利用取りやめの連絡がなかった場合、別途キャンセル料がかかります。

※申し込み、問い合わせは、子育て世代包括支援センター（保健福祉センター内）☎ 83-2777

<二種混合ワクチンの接種>

～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。令和4年度に対象の方が公費負担で接種することができる期間は、3月31日までとなります。接種対象期間の期日が迫っていますので、接種がお済でない場合には早急に接種してください。

この期間中に接種をお受けにならない場合は、接種時に費用（約5千円）が発生しますのでご注意ください。12月31日現在において接種がお済でない方には、再度通知を予定しておりますので、詳細および注意事項などは、個別通知をご覧ください。

〔実施医療機関〕 双葉会診療所（☎ 83-3454）・奥多摩病院（☎ 83-2145）

古里診療所（☎ 85-8757）

*接種日時は医療機関によって異なりますので、必ず事前に電話などで予約してください。

※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

町では、オミクロン株（BA4/5）対応ワクチン接種を1月以降は、町内の医療機関で個別に実施します。接種を希望される方は、下記の日程をご確認いただき、町のインターネット予約サイトまたは福祉保健課 ☎83-2777 までご連絡いただき予約をお願いします。なお、新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターは12月末で終了しましたのでご承知ください。



【オミクロン株対応ワクチンの接種について】

- ・1・2回目接種を終了された方のうち、前回の接種から3か月以上経過した12歳以上の方がオミクロン株対応ワクチン接種の対象となります。
- ・接種に使用するワクチンは、前回接種したワクチンにかかわらず、ファイザー社製（12歳以上が対象）またはモデルナ社製（12歳以上が対象に変更となりました）のワクチン（mRNAワクチン）を用いることが適当であるとされています。

【個別接種会場・日時】

町内医療機関での個別接種スケジュールは下記のとおりとなります。

区分	接種日	時間	接種会場	ワクチンの種類	
オミクロン株 (BA4/5) 対応ワクチン接種 (12歳以上の方)	1月13日 (金) 2月10日 (金)	16:00~	双葉会診療所	ファイザー社製	
	1月11日 (水) 1月25日 (水) 2月22日 (水)		奥多摩病院		
	1月24日 (火) 2月14日 (火)		古里診療所		
	1月27日 (金)		双葉会診療所	モデルナ社製	
	従来型ワクチン接種 *初回接種の方のみ		1月17日 (火) 2月7日 (火) 2月28日 (火)	古里診療所	ファイザー社製

【乳幼児・小児に対する新型コロナウイルスワクチン接種】

乳幼児（6か月～4歳）接種、小児（5～11歳）接種は、東京都のワクチンバスの派遣を受け実施します。詳細については、個別にお知らせしています。

【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。

【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	<ul style="list-style-type: none"> ・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） 	<p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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、感染予防にご協力をお願いします。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

奥多摩町障害者自立支援協議会講演会

町では、障害者への理解を深めるため、海老原けえ子氏をお招きし映画上映会と講演会を行います。

〔日時〕 1月21日(土) 開演 午前10時(開場 午前9時30分～)

〔会場〕 文化会館 視聴覚室

〔演題〕 映画「風は生きよという」を上映後、海老原氏にご講演いただきます。

*詳細につきましては、町ホームページやチラシをご覧ください。

事前申し込みは不要ですので、当日直接会場へお越しください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777



“ごみを減らす10アクション” (食品ロス削減の取組)

“ごみを減らす10アクション”として、12月号まで、“3Rスリーアールへの取組”「リデュース(ごみの発生を減らす)・リユース(くり返し使う)・リサイクル(資源として再び使用する)」として、取組事例などの紹介をしてきました。

1月号からは、“食品ロス削減への取組”をメインテーマとして、毎月食品ロスに関する各種の情報提供、削減に向けての取組事例などについて紹介をしていきます。

1回目は、10月29日、30日に行われた「奥多摩ふれあいまつり」の「ごみ減量PRブース」内で実施した食品ロスに関するアンケート調査の結果について、一部を紹介します。

【回答者】 男性63名 女性127名 計190名

【食品ロスに関心がありますか?】「関心がある」「やや関心がある」とした回答者182名(全体の96%)

【食品ロスに関して意識して行っていることはありますか?】複数回答で403件の回答がありました。内容は、(食事を残さない116件 28.8%) (必要なもの以外は買わない109件 27%) (必要な分だけ買う83件 20.6%) (食材・食品を無駄なく使う93件 23.1%) (特に意識していることは無い2件 0.5%)

このアンケート結果から、住民皆さんの「食品ロス問題」に対する意識の高さをうかがうことが出来ました。今後、広報でお知らせする内容を参考にしながら、引き続き食品ロスへの関心や行動をとっていただき、ごみの減量につながるようご協力をお願いいたします。

※問い合わせは、環境整備課(クリーンセンター) ☎ 83-2110

パソコンを無料回収します!

◇インターネットで簡単申込・1/31までキャンペーン中◇

昨今の世界情勢の影響により、パソコン等に含まれるレアメタルの需給がひっ迫しています。

東京都では、パソコンを回収し、資源を循環させるプロジェクトを実施しています。

町でも「小型家電リサイクル法」の認定業者である「リネットジャパンリサイクル(株)」と協定を締結し、家庭で不用になったパソコンの無料回収、リサイクルを進めています。ぜひこの機会にご協力ください。

【回収手順】

▼申込み・キャンペーン詳細▼

①申し込み ②不用なパソコンを段ボールに詰める

③宅配業者(佐川急便)が希望日時に回収

※問い合わせは、リネットジャパンリサイクル(株) ☎ 0570-085-800



令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金のご案内（再案内）

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯の生活を支援するため、給付金を支給しています。申請期限が近づいていますので、該当になる方でまだお手続きをされていない方は、担当までお問い合わせください。

■ひとり親世帯の方

【支給対象者】

次の①～③のいずれかに該当する方

- ①令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けている方（申請不要で6月中に支給済です）。
- ②公的年金等を受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方（ただし、児童扶養手当の支給要件を満たす方）。
- ③令和4年4月分の児童扶養手当は受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響により家計が急変し、収入が児童扶養手当受給者と同じ水準になっている方。

■ひとり親世帯以外の方

次の①②のいずれかに該当する方

- ①令和4年3月31日時点で18歳未満の児童（一定の障害がある場合は20歳未満の児童）を養育している、令和4年度住民税非課税世帯の方。
 - ②令和4年1月1日以降に新型コロナウイルス感染症の影響により家計が急変し、令和4年度分の住民税均等割が非課税相当の収入となった世帯の方。
- * 令和4年4月分の児童手当もしくは特別児童扶養手当の支給を受けている方で令和4年度住民税非課税世帯の方には、申請不要で6月中に支給済です。
- * 令和4年4月1日から令和5年2月28日に生まれた新生児も対象です。

【給付額】 児童一人あたり 一律5万円

【申請手続きなど】 申請手続きが必要です。該当すると思われる方は、お早目にお問い合わせください。

【申請期限】 2月28日（火）

※問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎85-2611

あそびの広場 「昔遊びを楽しもう！」

〔日時〕 1月25日（水）午後2時～3時30分
 〔会場〕 文化会館 ホール
 〔講師〕 原島 和喜さん ほか
 〔内容〕 ペーゴマ、お手玉、けん玉、羽根つきなど

絵本といっしょ

〔日時〕 2月13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
 ※問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎85-2611

筋力向上 トレーニング講習会

〔日時・会場〕 カレンダー参照（2時間程度）
 〔参加資格〕 町内在住・在勤の40歳以上の方
 〔持ち物〕 動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物

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。

再受講の希望も受け付けます。

別日程での開催希望のある方は、お気軽にお電話でお問い合わせください。

※申し込み、問い合わせは、

福祉保健課 ☎83-2777

お手軽一品。カリフラワーのツナマヨ和え

【材料】(4人分) ・カリフラワー 300g (1/2房) ・ツナ缶 70g (1缶) ★ <table style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td rowspan="3" style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">{</td> <td>・マヨネーズ</td> <td>48g (大さじ4)</td> </tr> <tr> <td>・塩</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>・こしょう</td> <td>少々</td> </tr> </table> ・パセリ 少々	{	・マヨネーズ	48g (大さじ4)	・塩	少々	・こしょう	少々	【作り方】 ① ツナ缶は油をきっておく。 カリフラワーは小房にわけろ。 ② 鍋に湯を沸かし、カリフラワーを茹でる。 茹でた後、ザルにあげて冷ます。 ③ ボウルにカリフラワーとツナと★(調味料)を加え、あえたらパセリをちらす。 1人分の栄養価 ☆ エネルギー 152kcal たんぱく質 5.5g 脂質 12.9g 糖質 2.3g 食塩相当量 0.7g
{		・マヨネーズ	48g (大さじ4)					
		・塩	少々					
	・こしょう	少々						

「食育ひろば」その176♪

★お知らせ★

カリフラワーはビタミンCが豊富な野菜です。ビタミンCは皮膚や腱、軟骨などを構成するタンパク質やコラーゲンを合成するために必要なビタミンで、皮膚や骨の健康を保つ働きがあります。冬が旬の野菜でもあり、サラダのほか、シチューやグラタンなどの料理にも活用できます。

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
1月13日(金)	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
1月18日(水)	午前11時20分集合	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、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。
- *体操は、事前申込不要です。
持ち物は、タオル、水分補給用飲み物、マスクです。

食育講習会

「おいしく減塩～塩分2gの食事」

食育講習会は、町民の方々の健康の維持・増進を目的とした調理実習です。

月ごとに生活習慣病予防や健康増進をテーマに、健康で美味しいメニューを作って試食していただきます。

皆さんお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。

【日時】 1月27日(金)
午前10時～午後1時

【会場】 保健福祉センター

【持ち物】 エプロン・三角巾・タオル・マスク

【参加費】 300円

【定員】 先着16名

【申込締切】 1月20日(金)

※このページについての申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

大雪災害に備えましょう

本格的に雪のシーズンとなりました。気象庁は、この冬、関東甲信地方は平年よりも気温が低くなると予報しており、それに伴い、降雪量が平年以上となることも考えられます。奥多摩町では平成26年2月の大雪災害が記憶に新しいところですが、大雪が降った時に慌てることがないように、日頃から、大雪への備えをしておきましょう。

【大雪への事前の備え】

◎気象情報について知る

降雪時に慌てないためには、気象庁が発表する警報や注意報、予報、降積雪の状況などに注意することが重要です。気象庁が発表する気象情報について事前に知っておくとともに、**日頃から、気象庁ホームページ、テレビ、ラジオなどから気象情報を積極的に収集するようにしましょう。**



なお、気象庁のホームページでは、「今後の雪」の予報（**降雪短時間予報**）を見ることができます。ここでは、積雪の状況や6時間後までの降雪量の予報が確認できます。

◎不要不急の外出を控えるための備え

降雪予報が出たら、外出しないで済むように早めに食料の備蓄をし、停電に備えて電気がなくても暖をとれる準備をしておきましょう。

広報おくたま令和4年12月号の12ページ「ご家庭での防災備蓄は十分ですか?~1週間分の備蓄があると安心です~」の記事も参考にしてください。

◎自動車を利用する場合の備え

積雪時の冬用タイヤやタイヤチェーンの未装着での走行は、スリップなどによる立ち往生の原因となり、渋滞や事故の原因にもなります。冬の道路では、**冬用タイヤの装着を忘れずに行いましょう。**

また、降雪時にやむを得ず自動車を利用する場合に備え、**タイヤチェーン、スコップ、手袋、ブースターケーブル、携帯電話、懐中電灯など、雪道走行に必要な物品を確認しておきましょう。**

【降雪時の行動のポイント】

◎徒歩で移動する場合

降雪時や降雪後は、道路が大変滑りやすくなるので、外出する場合は滑りにくい長靴などを履き、小さな歩幅で歩く、靴の裏全体を路面につけて歩くなど、足元に十分注意しましょう。

特に坂道は、上るときよりも下るときの方が滑って転びやすく危険です。下るときは特に注意しましょう。

転んだときの怪我の予防のために、帽子をかぶる、手袋をするなど、身に着けるものを工夫することも安全対策の一つです。

◎自動車を利用する場合

自動車の利用は控え、やむを得ず運転の必要がある場合には、**事前に満タンに給油しておき、タイヤチェーンやスコップなどの雪道走行に必要な物品を備え、走行時は普段の倍以上の車間距離をとり、急ブレーキや急ハンドルは厳禁です。**

◎鉄道を利用する場合

降雪時は、運転休止やダイヤの乱れにより、通勤や通学などに影響が出る場合があります。鉄道の運行情報などを、こまめにチェックしましょう。

《次ページへ続く》

◎除雪・雪下ろしの注意点

除雪や雪下ろしは、命綱やヘルメット、滑りにくい靴を着用して必ず二人以上で行いましょう。

晴れの日も屋根の雪が緩むので、落雪に注意しましょう。

また、地域の皆さんで利用する生活道の除雪は、できる限り地域で協力して行うよう、お願いします。

積雪時には、町の住民サービスや公共施設、ライフラインに支障が出る場合があります。その際には、防災行政無線などを通じて住民皆さんにお知らせします。

※問い合わせは、総務課 ☎83-2349

～人工透析医療を受けられている方へ～

大雪の際は、積雪による鉄道や道路の不通のため、通院が困難になる恐れがあります。

積雪時の通院について、必ず事前にかかりつけ透析医療機関と相談しておいてください。

また、可能であれば、大雪の予報が出たときに、前もって医療機関に近い宿泊場所（親族宅・ホテルなど）を確保できるよう、事前に準備をしてください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777



「ひとりじゃない 必ずだ
れかみているよ」

「声かけで つながる心
広がる輪」

「応募していただいた皆
さん、ありがとうございます
ました。」

「また、応募いただいた
標語は、リーフレットな
どに活用させていただきます。
ます。」

「評価の高かった標語2点
を発表いたします。
多摩町のちを支える自殺
対策推進協議会委員（10
名）による選考の結果、

「応募期間」
9月5日～9月30日
「応募件数」15点

「募集期間」

心と命の標語
選考結果発表

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。

犬や猫の飼い方について

●飼っている犬や猫について

◎適切な飼育をしましょう

飼い犬や猫は適切な飼育により、10年以上を共に過ごすことができます。

○首輪に名札を付けるなどして、身元が分かるようにしましょう。

○繁殖を望まない場合は、不妊去勢手術をしましょう。

○健康でいられるように、健康診断や感染症予防ワクチン接種をしましょう。

○飼育できない事情ができた場合は、引き取ってくれる人を探しましょう。

これらのことを守り、愛情をもって飼育しましょう。

◎愛玩動物(ペット)の遺棄・虐待は犯罪です

○殺傷した場合：5年以下の懲役または500万円以下の罰金

○遺棄・虐待した場合：1年以下の懲役または100万円以下の罰金

◎感染症を予防しましょう

新型コロナウイルスは人から犬や猫にも感染することが確認されているため、飼い主からペットに感染をさせないように、

飼い主の口頃からの感染予防対策が大切です。

また、新型コロナウイルスがペットから人へ感染したことは確認されていませんが、他の動物由来の感染症予防も兼ねて、

動物と接触した後は、手洗いや手指消毒を心掛けます。

犬の健康のために、日常的な散歩は大切です。

◎犬を散歩するときのマナーを守りましょう

○リードで抑制して、他人の迷惑となる場所での

排泄させないようにしましょう。

○飼い犬の糞は必ず持ち帰り、尿は水で流しましょう。

これらのことを守り、飼い主や近隣の人にとっても、気持ちのいいものようにしましょう。

◎猫を室内で飼育しましょう

猫にとって家の外は、病気や交通事故などの危険が沢山あります。

また、糞尿などで近隣とのトラブルの要因にもなります。

室内で飼育することによって、そうした危険から猫を守り、近隣とのトラブルを避けることができます。

●飼い主のいない猫について

◎餌を与える前に考えましょう

飼い主のいない猫がお腹を空かせているのを見かけて、餌を与えたくなくすることはありませんか？

動物の命は大切にしなければなりません。適切に餌を与えてあげることなどができなければ、

周囲の人とのトラブルになったり、衛生環境の悪化を招いたり、望まれない繁殖を繰り返し、結果的に可哀な猫を増やしてしまうこととなります。

○餌を与える場所は、周囲の人や場所の管理者から理解を得るようにしましょう。

○餌を与える時間を決めておき、食べきれぬ量を与えましょう。

○餌を置きっぱなしにしたり、ばらまいて置かないようにしましょう。

○餌の周囲に猫のトイレ

を置き、近隣や場所の管理者からの理解を得るようしましょう。

○餌を与える場所は、清掃しきれいにしましょう。

○不妊去勢手術をしましょう。

◎飼い主のいない猫の不妊去勢手術について

猫は1年間で2〜3回出産し、1回の出産で約3〜8匹の子猫を産み、

生後約半年から子猫を生むことが出来るため、1年後には50匹以上に増えている可能性があります。

町では公益財団法人どうぶつ基金が費用負担している「さくらねこ無料不妊手術事業」を活用し、

町内のボランティア団体「奥多摩ねこねっと」と協働して、飼い主のいない猫に不妊去勢手術を実施しています。

《次ページへ続く》



お困りの方は環境整備課へご連絡ください。
 なお、「さくらねこ無料不妊手術事業」は次の方法により、一般枠で個人の方も申し込みができません。

① 公益財団法人どうぶつ基金ホームページ (<https://www.doubutukikin.or.jp/activity/campaign/campaign-latest/>)を参照しTNRどうぶつ基金マイページに登録する。
 *登録完了後、マイページを利用するためのパスワードが発行されます。

② TNRどうぶつ基金マイページにメールアドレスとパスワードを入力する。チケット申請画面に進み、必要事項を入力する。

※問い合わせは、環境整備課 ☎ 83・2367

～奥多摩町住宅・建築物土砂災害対策改修補助金について～

【目的】

町では土砂災害特別警戒区域内に建てられている住宅や建築物（以下「住宅等」といいます。）の土砂災害対策のための改修に要する費用の一部を補助することにより、町民の生命の安全を確保し、災害に強いまちづくりを推進します。

【補助の内容】

町では土砂災害特別警戒区域の指定に伴い、区域内にある住宅または居室を有する建築物の土砂災害対策に対する改修について補助金を交付します。

【補助対象】

- (1) 町内の土地について法第9条第1項の規定による土砂災害特別警戒区域の指定がなされる際に当該土砂災害特別警戒区域内に現に存する民間の建築物であって、建築基準法施行令（昭和25年政令第338号）第80条の3の規定に適合せず、または適合しない部分を有するものであること。
- (2) 過去に補助金の交付を受けて土砂災害対策改修を行ったものでないこと。
- (3) 改修工事を実施する前年度に事前に相談を行って下さい。
 なお、申請の受付は年度内に工事を完了できるものに限りです。



【補助限度額】

補助金の交付額は、補助対象経費の合計額に0.85を乗じて得た額（1,000円未満の端数があるときは、その額を切り捨てた額）とする。）若しくは200万円のどちらか低い額とします。

- *土砂災害特別警戒区域内に建てられている住宅等は、必ずしも改修を行わなければならないということではありません。
- *指定された土砂災害特別警戒区域は、東京都のホームページで確認できるほか、今回の指定に係る公示図書の縦覧を次の場所で行っています。
 - ・ホームページ：<http://www2.sabomap.jp/tokyo/index.php>
 - ・縦覧場所：東京都西多摩建設事務所、奥多摩町役場総務課

※詳細、問い合わせは、環境整備課 ☎ (83) 2367

町営住宅および公営住宅の入居者募集

町では、つぎのとおり入居者を募集しています。

①公営日向住宅

【所在地】 奥多摩町氷川84番地2

【募集戸数】 2戸（1-104号・6-101号）

【構造】 簡易耐火構造2階建集合住宅タイプ

【間取り】 3K（和室6畳×3室・台所・浴室・トイレ付）

【使用料】 世帯の所得などにより決定します 【共益費】 500円/月



②町営栃久保第2住宅（ファミリータイプ）

【所在地】 奥多摩町氷川1868番地

【募集戸数】 1戸（303号）

【構造】 木造平屋建（床面積50.4㎡）戸建タイプ

【間取り】 3DK

（DK約7.58畳・和室4.5畳・洋室6畳・トイレ・バス・洗面・屋根裏収納庫付）

【使用料】 48,000円/月

*子ども（中学生以下）1人につき1か月7,000円を減額します。

対象となる子どもの人数は3人を上限とします。

【入居要件】 詳細は町ホームページまたは募集要項をご覧ください。

【申込書配布場所】 環境整備課（地下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。

*住宅の申し込み資格は、各種条件がありますので、よくお確かめください。

*申し込み多数の場合は、奥多摩町選考基準により決定します。

※申し込み、問い合わせは、環境整備課 ☎83-2367

〈図書館より〉 雑誌をお分けします

古里・氷川図書館では、1月21（土）から29日（日）までの間、前年度・前々年度版の雑誌と前年度の付録をお分けします。（ひとり1回5冊まで）ご希望の方は、この期間内に各図書館へお越しください。開館時間は、午前10時から午後5時となります。

【古里図書館】

（20年版）すてきにハンドメイド・園芸ガイド・おしゃべりクッキング・NHK ガッテン・かぞくじかん・プレジデント family・ゆうゆう・明日の友・素敵なあの人

（21年版）自家用車・PHP スペシャル・WILL・オレンジページ・文芸春秋・ニュートン・Hanako・サライ・山と溪谷・With・毎日が発見・popteen・sweet・大人のおしゃれ手帖・特選街・ESSE・mamagirl・MADURO・リンネル・+ act・関東東北じゃらん・Casa BRUTUS・CUT・dancyu・TURNS

【氷川図書館】

（19年版）いぬのきもち / （20年版）きょうの健康・きょうの料理・趣味の園芸・栄養と料理・暮らしの手帖・やさいの時間・うかたま

（21年版）クロワッサン・マリソル・&プレミアム・レタスクラブ・婦人公論・Seventeen・non・no・岳人・男の隠れ家・ハルメク・ナンバー・pen・新潮・ノジュール・FUDGE・おとな MUSE・Mart・GOLF TODAY・芸術新潮・CHANTO・ディズニー FAN・日経トレンディ・MADURO・MOE・eclat・LDK・ku:nel・ランドネ・GetNavi・kodomoe

※問い合わせは、古里図書館 ☎85-1618

▼青梅警察署 からお知らせ▲

令和4年11月30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8件発生しており、被害額は1866万5千円です。

特殊詐欺の未然防止件数は8件、被害防止金額は86万5000円です。

【迷惑電話防止機能付電話機への買い替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ますか。

今年青梅市内で発生しているオレオレ詐欺7件はすべて固定電話にかかってきた電話が発端となっています。

迷惑電話防止機能付電話機では、会話内容が録音される、登録している番号としていない番号で着信時ランプの色が変わるなど様々な機能があります。家電量販店で販売していますので是非ご家族で購入をご検討ください。

※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】

☆点字で課税の内容をお知らせします

東京都主税局では、納税通知書の内容を点字でお知らせしています。対象となる税金は、個人事業税、自動車税種別割です。お知らせする内容は、税金の種類、納税義務者氏名、納税通知書番号、納期限、税額、問合せ先です。ご希望の方は、2月28日(火)までにご連絡ください。令和5年度分から点字のお知らせを同封します。

※問い合わせは、主税局総務部総務課相談広報班
☎ 03(5388)2925

「下水道モニター募集」

〔資格〕 令和5年4月1日現在、都内在住の満18歳以上の方(公務員、過去にモニターを経験した方、鳥しよ在住を除く)で、ホームページ閲覧とEメール送受信ができる方。

〔募集人数〕 1000人程度(応募者多数の場合は選考により決定)

〔内容〕 アンケート(4回)の回答など

〔任期〕 令和5年4月1日から1年間

〔謝礼〕 回答数に応じ図書カードを贈呈(任期末にまとめて送付)

〔申込期間〕 1月4日(水)から2月28日(火)まで

*詳細は東京都下水道局ホームページをご覧ください。申し込みください。

※問い合わせは、下水道局総務部広報サービス課
☎ 03(5320)6693

1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 (代表)

奥多摩病院ホームページ <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。

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

【東京しごとセンター多摩】

東京しごとセンター多摩では、イベントのほか、就職支援セミナーやプログラム、キャリアアカウンセリングなどを実施しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。



観光施設・行事などのお知らせ

【山のふるさと村】

体験教室

詳細



- ①山のふるさと村冬まつり・1月29日(日)・2月5日(日)
- ②煙たなびく炭焼き体験・3月4日(土)・18日(土)
*両日参加できる方
- ③棚・本棚作り この隙間に入る棚を作る!・3月11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
- ☆キャンプ場「ケビン棟」宿泊半額割引実施中(キャンプ場サービスセンター)
86-2324へ)
- ※問い合わせは、山のふるさと村管理事務所
86-2556

【奥多摩民の森】

体験教室

詳細



- ①奥多摩山歩き・第11回六ツ石山(1泊2日) 2月11日(祝)~12日(日)
- ②日帰り御前山歩き・第11回御前山(日帰り) 2月19日(日)
- ③山里倶楽部・第5回温泉とハイキング(1泊2日) 2月25日(土)~26日(日)
- ④奥多摩山歩き・第12回鷹ノ巣山(1泊2日) 3月4日(土)~5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 奥多摩森林セラピスタウン(フォレスト for Rest)
- ①四季の森とツボに触れあう「ツボ押し&セルフ灸」
- 「冬の「水」編 温活で免疫力アップ!体の底から元気になる2023!」
1月22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
83-8855
- FAX 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「都立羽村草花丘陵自然公園」ハイキング	2月17日(金)

〔参加費〕 500円

〔定員〕 21名 *先着順

〔受付期間〕 1月18日(水) 午前8時30分~26日(木) 午後5時15分

*トレッキングシューズ推奨

*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、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

