

広報 おくたま

令和2年1月5日発行
No.791



【町の世帯と人口】

12月1日現在（前月比）
 世帯数 2,653（7減）
 人口 5,057（17減）
 男 2,537（11減）
 女 2,520（6減）

《人口動態（11月中）》

転入	8	転出	11
出生	1	死亡	15
その他	0	その他	0

奥多摩町役場 〒198-0212 奥多摩町氷川 215-6 ☎0428-83-2111 FAX0428-83-2344 <http://www.town.okutama.tokyo.jp/>



▲▶南極で見る景色。昭和基地とオーロラ（町のイメージキャラクター「わさびー」を入れて撮影されています）



奥多摩町川井に在住の柏木隆宏さん（国立極地研究所南極観測センター）は、南極地域観測隊員として昭和基地での観測業務をされています。昨年の南極観測には、「わさびー」も一緒に連れて行っていただきました。

11月30日に、古里小学校で道徳授業地区公開講座（写真右下）が開催され、「南極の自然について～わさびーの大冒険～」と題して子供たちに貴重な体験談や南極の自然についてお話をさせていただきました。（南極の写真は柏木さん提供）



町長・議長
年頭の挨拶



河村文夫 町長

新年明けましておめでとうございます。

町民皆様には、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年、「平成」から「令和」へと新たな時代の幕が開けましたが、10月に関東地方を通過した

年頭の挨拶



原島幸次 議長

新年、明けましておめでとうございます。

町民の皆様には、令和最初の希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年の台風19号によ

台風19号では、町内に甚大な被害を受けたところであり、日原街道の崩落については、本復旧までに時間を要しますので、日原地区の住民皆様には、ご迷惑、ご不便をおかけいたしますが、町といたしましても東京都に対し早期復旧を働きかけてまいりますので、引き続きご理解とご協力をお願い申し上げます。

また、昨年は、町の第5期長期総合計画の5年目であり、町の喫緊の課題である若者定住化対策を重点的に推進してまいりましたが、小・中学校に入学された新一年生のうち、町内転居やU・Iターンにより町外から転入された児童、生徒が過半数を占めるなど、少しずつその成果が表れてまいりました。

今後引き続き、若者住宅の整備、空家を活用した各種事業を推進する計画でありますので、町民皆様には、それぞれの地域、そして学校や保育園で、温かく迎えただければ幸いです。

一方、いよいよ本年開催される東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会をインバウンド観光の契機として、観光立町をさらに推進するため「日本一観光用公衆トイレがきれいなまち」を目指し、観光用公衆トイレの改修やクリーンキーパーによる巡回清掃を行うとともに、自然の特徴を生かした釣場施設の整備や関係団体と連携しての各種イベントを実施してまいります。

り、被災された方々に心からお見舞いを申し上げますとともに、早期の復旧を祈念しております。私、原島は、昨年12月に町議会議長に就任いたしました。身に余る光栄に責任の重さを痛感しているところでござい

ます。今後は、議長として全力を傾け、円滑な議会運営に取り組んでまいります。景にして、政策の提案、議論をして、町政を発展させていくことこそ、二

元代表制の一翼を担う町議会の役割であります。さて、奥多摩町を取り巻く環境は、毎年変化しております。厳しい財政状況の中で、少子高齢化社会に対応した、医療、福祉、教育の充実。防

災、減災対策等重要な政策課題が山積みしております。私たちが議員は、町民の皆様から選ばれたということ肝に銘じ、町民の皆様が明るい未来を確信できる奥多摩町を目指して、行政と連携し、課題解決に取り組んでまいります。今後町議会活動に対し

カッ卜

理解ご協力をお願い申し上げます。

新しい年が、町民皆様にとりまして、実り多き一年となりますようご祈念申し上げます。新年の挨拶といたします。

議長 原島 幸次氏 就任 副議長 宮野 亨氏

12月2日に開会された
第2回町議会臨時会にお
いて、正副議長、常任委
員会委員長などに、つぎ
の方々が就任されまし
た。

議長 原島 幸次
副議長 宮野 亨
総務文教常任委員会
委員長 澤本 幹男
経済厚生常任委員会
委員長 小峰 陽一
議会運営委員会
委員長 高橋 邦男

監査委員 木村 圭氏 再任

町議会から選任される
監査委員に、木村圭氏
が、12月17日付で再任さ
れました。



【木村氏の略歴】

平成28年5月の町議会
議員補欠選挙で当選、現
在2期目。平成29年12月
12日から令和元年11月30

日まで監査委員を務めら
れました。

奥多摩町消防団出初式

〔日時〕 1月12日（日）午前10時
〔会場〕 氷川小学校校庭 *雨天時：同校体育館

町自治功労者 故小澤 春義氏 元町議会議長 旭日単光章 受章

町自治功労者・小澤春
義氏は、10月6日に逝去
されました。謹んでご冥
福をお祈りします。

小澤氏は、平成11年12
月から3期12年間に、町議
会議員として、その間、
平成19年12月から議長を
はじめとする要職を歴任
され、その功績に対し10
月6日付で旭日単光章を
受章されました。

なお、小澤氏は、町自
治会連合会会長（平成8



「成人の日」の式典

〔日時〕 1月13日（祝）
午前10時

〔会場〕 奥多摩文化会館

今回、新しく成人とな
られる方は、平成11年4
月2日から平成12年4月
1日までに生まれた方で
す。町では、対象の方に

12月中旬にハガキでご案
内しました。お気軽にお
越しください。

※問い合わせは、教育課
☎83・2246

防災行政無線 戸別受信機の更新

放送設備の更新に伴い
つぎの地区で、町が委託
する事業者がご家庭など
に伺い、更新作業を行っ
ています。

対象となる地区で、ま
だ事業者が訪問されてい
ない方や事業者による不
在票が入っていた方な
ど、戸別受信機の更新が
お済みでない方は、更新
の日程調整を行いますの
で総務課または更新事業
者連絡先へご連絡くださ
い。（詳細は広報8月号
をご覧ください）

【更新地区】

川井、大丹波、梅沢、
丹三郎、小丹波、棚沢、
白丸、海沢

【更新事業者連絡先】

JESCO（ジェスコ）
高野 ☎080
（7006）9024

※問い合わせは、総務課
☎83・2349

正副議長改選
叙勲受章など

令和元年度上半期 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、令和元年度上半期（4～9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	2	千円 6,934,567	千円 2,733,988	%	千円 2,214,318	%
都民の森管理運営 事業特別会計	1	79,723	45,545	57.1	31,893	40.0
山のふるさと村管理 運営事業特別会計	1	166,914	100,830	60.4	66,970	40.1
国民健康保険 特別会計	1	810,275	341,096	42.1	301,294	37.2
後期高齢者医療 特別会計	1	218,530	108,245	49.5	70,244	32.1
介護保険特別会計	1	939,085	401,805	42.8	376,986	40.1
下水道事業特別会計	1	597,700	335,858	56.2	244,215	40.9
病院 事業 会計	収益的収支	508,000	235,687	46.4	235,687	46.4
	資本的収入	7,000	6,102	87.2	-	-
	資本的支出	12,215	-	-	3,100	25.4

《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	22,078	0
民生債	17,008	0
衛生債	4,008	0
農林水産業債	2,957	0
商工債	4,119	0
土木債	40,359	△ 2,658
消防債	0	0
教育債	58,139	0
住民税等減税 補てん債	16,197	△ 2,301
臨時財政対策債	2,016,123	0
合 計	2,180,988	△ 4,959

《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	7,602
公 園	1,049	34
その他の施設	198,045	30,898
計	258,062	55,476
普通財産	10,615,609	14,603
合 計	10,873,671	70,079

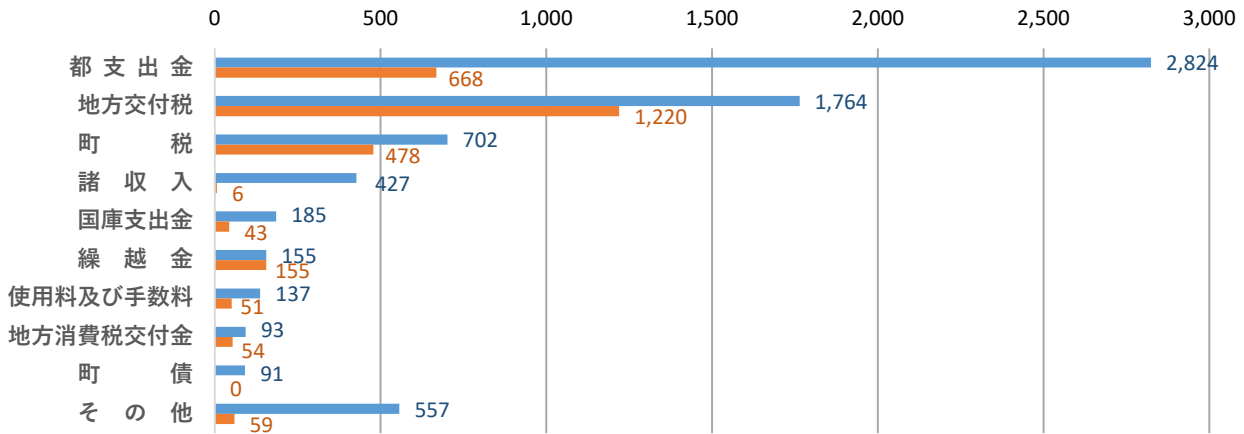
◎ 住民一人当たり借入額 428,653 円

* 令和元年9月30日現在の
人口5,088人で除した額

《一般会計 歳入・歳出執行状況》

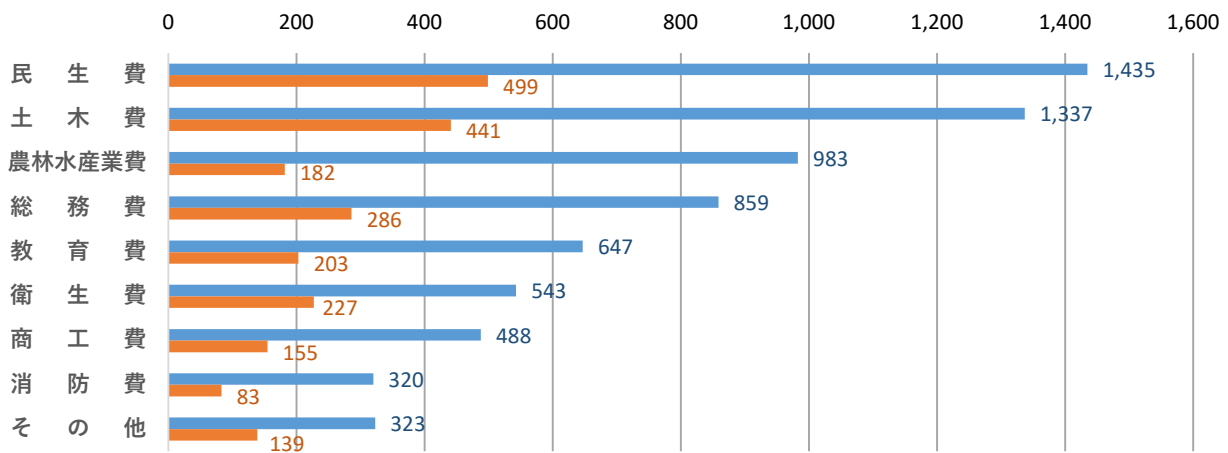
歳入 収入率 39.4%

■ 予算現額 69億35百万円
 ■ 収入済額 27億34百万円



歳出 執行率 31.9%

■ 予算現額 69億35百万円
 ■ 支出済額 22億15百万円



若者定住推進課からお知らせ

【若者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）および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。

〔年齢要件〕

- ① 45歳以下の夫婦
- ② 50歳以下の者で子ども（(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
- ③ 35歳以下の者

* 年齢要件以外にも対象要件などがあります。詳しくはお問い合わせください。

※問い合わせは、若者定住推進課 ☎ 83-2310

青梅税務署からお知らせ

確定申告はお早めに！確定申告の期間中、

税務署は大変混雑します！

◆令和元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17日(月)～3月16日(月)までです。

ただし、還付申告書は、2月14日(金)以前でも提出できます。

令和元年分の贈与税の申告書の提出・納税は、2月3日(月)～3月16日(月)までです。

令和元年分の個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告書の提出・納税は、1月6日(月)～3月31日(火)までです。

なお、青梅税務署では、所得税及び復興特別所得税・贈与税・個人事業者の消費税及び地方消費税の申告書作成会場を、つぎのとおり開設し

ます。
〔期間〕2月17日(月)～3月16日(月)まで。
ただし、土曜日、日曜日および2月24日(月)を除く平日です。
〔時間〕午前9時～午後5時まで(受付は午前8時30分～午後4時まで)
*2月3日(月)～3月16日(月)までの間は、青梅税務署の駐車場は使用できません。(身体障害者用車両は除きます。)
青梅税務署へお越しの際は、公共交通機関をご利用になるか、河辺駅北口のイオンスタイル河辺の駐車場をご利用ください。
駐車券を税務署窓口で提示していただければ、駐車料相当のサービス券をお渡しします。
会場が混雑している場

合には受付を早めに締め切ることがありますので、なるべくお早めにお越しください。また、混雑の状況によっては、長時間お待ちいただくこともありますので、ご了承ください。確定申告期の後半は、申告書作成会場、提出窓口が大変混雑することが予想されます。早期の提出をお薦めします。

国税の納付は、振替納税(贈与税を除きます)やe-Tax(国税電子申告・納税システム)をご利用ください。

納付書で納付される場合は、納付書に金額などをご記入のうえ、お近くの金融機関で必ず納期限(所得税及び復興特別所得税・贈与税は3月16日(月)、個人事業者の消費税及び地方消費税は3月31日(火))までに納付してください。

◆2月24日(月)・3月

1日(日)に限り、所得税及び復興特別所得税・贈与税・個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告書などの作成のアドバイス(電話による相談を除きます)・用紙の配布および申告書などの受付を立川税務署(立川市緑町4番地の2・立川地方合同庁舎)において合同で行います。(青梅税務署では執務を行っていません。)

〔時間〕午前9時～午後5時まで(受付は午前8時30分～午後4時まで)
なお、この2日間は大変混雑が予想されます。あらかじめご了承ください。また、当日は国税の領収および納税証明書の発行は行っておりません。

◆国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額などを入力

することにより、所得税及び復興特別所得税、贈与税、個人事業者の消費税及び地方消費税の申告書や青色申告決算書などが作成できます。

作成した申告書などは、プリントアウトして「書面」により提出することもできるほか、e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用して提出することもできます。また、「所得税及び復興特別所得税の確定申告の手引き」や申告書用紙などは、国税庁ホームページからダウンロードできますのでご利用ください。
平成30年分の確定申告書を「税理士による無料申告相談会場」、「市町村の相談会場」、「青色申告会の相談会場」、「農業協同組合、商工会、商工会議所などの申告相談会場」で提出された方には、令和元年分の確定申

告書などの用紙は送付されませんので、ご留意ください。

◆平成29年分の確定申告から、医療費の領収書の代わりに、「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。医療費の領収書の提出は不要となりますが、医療費の領収書はご自宅で5年間保存する必要があります。また、税務署から求められたときには、領収書を提示または提出しなければなりません。

することもできます。

◆社会保障・税番号制度の状況について、所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税並びに贈与税の申告書には、税務署に提出の都度、マイナンバー（個人番号）の記載と、本人確認書類の提示または写しの添付が必要になりました。なお、e-Taxで送信する場合は、本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。また、税務署窓口で確定申告書を提出される際には、本人確認（番号確認及び身元の確認）に時間を要しますので、あらかじめ本人確認書類（マイナンバーカード（個人番号カード）または通知カード、運転免許証など）の写しを事前に用意ください。

国税に関する社会保障・税番号制度についての詳しい情報は、国税庁ホームページ【www.nta.go.jp】内の「社会保障・税番号制度（マイナンバー）について」をご覧ください。

【東京しごとセンター多摩】

様々な就業支援セミナーなど実施しています。

詳細はQR

コードを参照

ください。



なお、「通知カード」「マイナンバーカード」に関することや、その他マイナンバー制度に関するお問い合わせは、マイナンバー総合フリーダイヤル（☎0120（95）0178（無料））へお問い合わせください。

※確定申告全般の問い合わせは、青梅税務署

☎22-3185

カット

「ちょこっと共済」（東京都市町村民交通災害共済）

— 2月3日から申し込みを開始します —

令和2年度「ちょこっと共済」（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2通りです。

◎自治会を通じた申し込み

◎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

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。

* 「ちょこっと共済」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。

* 「ちょこっと共済」の加入は強制ではありません。

※問い合わせは、住民課 ☎83-2182

（公式マスコットキャラクター）



ちょころ ちょこ助

償却資産申告書・給与支払報告書 提出は1月31日(金)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(金)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る資産で、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。

○具体的には

- ・構築物
- ・広告設備、看板、舗装路面、厨房設備など
- ・機械および装置
- ・印刷機、ボイラー、コンベア、集材機など
- ・車両および運搬具
- ・フォークリフト、特殊

自動車などで自動車税・軽自動車税を課税されていないもの

- ・工具・器具および備品
- ・家具(事務机・応接セットなど)・機械加工用具・作業工具・金庫・自動販売機など

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。

⑤少額減価償却資産の範

困

耐用年数が1年未満または取得価格が10万円未満のもので、一時に損金算入などしているものおよび取得価格が20万円未満のものを3年間で一括償却しているものは課税対象にはなりません。

◎給与支払報告書

各事業主の方は、令和元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(金)までに住民課へ提出してください。

また、従業員の個人住民税は、給与から差し引く特別徴収を行うこととされています。ただし、つぎの理由に該当し、特別徴収を行えない従業員分の給与支払報告書の適用欄には必ずつぎの符号を記載してください。

〔符号〕：理由
普A：総従業員数が2人

以下

普B：他の事業所で特別徴収

普C：給与が少なく税額が引けない

普D：給与の支払いが不定期

普E：事業専従者(個人事業主のみ対象)

普F：退職者または退職予定者(5月末日まで)

■青梅税務署職員による出張申告相談

〔日時〕2月13日(木)
相談の受付時間は午前10時～11時頃、午後1時～2時30分頃
(会場の混雑状況によっては、午前・午後とも早めに締め切ることがありますので、ご了承ください)

〔会場〕役場会議室

※問い合わせは、青梅税務署 ☎22-3185

申告についてのお知らせ
詳しくは2月号で

■町職員による

申告の相談・受付

〔期間〕2月17日(月)

～3月16日(月)

〔受付時間〕午前9時～11時、午後1時～4時

〔会場〕役場会議室
ただし、つぎのような場合は、相談・受付ができません。

○土地や建物、株式などの譲渡所得や山林所得がある方(申告書などを作成済みで提出のみの場合は受付けません)

○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

○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

※問い合わせは、住民課 ☎83-2190

カット

介護保険関係の所得控除など

必要な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

控除確認証

傷病により寝たきりであり、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、保健福祉センターで確定申告時の所得控除に必要な書類を交付しますので、事前

に福祉保健課まで電話連絡をお願いします。
※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

後期高齢者医療制度

医療費等通知

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に誤りがないかをご確認していただくため被保険者みなさんに「医療費等通知書」を1月下旬に送付します。

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。

お手元に届きましたら、受診内容などのご確認をお願いします。

※問い合わせは、東京都後期高齢者医療広域連合お客様お問い合わせセンター ☎0570(086)519
住民課 ☎83-2182

年金のお知らせ

◇ご存知ですか？国民年金保険料の免除制度

国民年金保険料は毎月納めていただきますが、収入の減少や失業などにより、保険料を納めることが難しくなることもあります。

また、保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢基礎年金」や、障害など不測の事態が生じたときの「障害基礎年金」・「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合があります。

経済的な理由により、

保険料を納めることができない場合は、本人の申請により保険料が「免除」または「納付猶予」される制度があります。

詳しくは、青梅年金事務所または役場住民課にお問い合わせください。

◇住民票上の住所以外にお住まいの方へ

年金受給者の方で、介護施設への入所などで住民票上の住所以外に居住する場合、日本年金機構に居所登録（住民票の住所以外に通知などの送付を希望する旨を届け出ること）をすることで、異なる住所で年金に関するお知らせを受け取ることができます。

詳しくは、青梅年金事務所にお問い合わせください。
※問い合わせは、青梅年金事務所
住民課 ☎30-3410
☎83-2182

65歳以上の方に助成金を支給します

【高齢者在宅生活支援助成金給付事業】

対象となる方へ

1月末までに申請書を

郵送します

町では、平成21年度か

ら、町独自の事業とし

て、所得の低い高齢者の

経済的な負担の軽減を図

り、在宅での生活の継続

を支援していくため、高

齢者在宅生活支援助成金

を毎年1回、年度末に支

給しています。

助成金の支給は、住民

税非課税世帯【表1】に

属する高齢者のうち、在

宅で生活されている方

へ、介護保険サービ

スの受給状況【表2】に

応じて行います。

◆つぎの①～④のすべて

に当てはまる方へ、1月

末までに申請書を郵送

します。

①平成31年1月1日現在

で65歳以上の方

高齢者在宅生活
支援助成金支給

助成金支給の対象者は・・・

- ア. 平成31年1月1日現在、町の介護保険第1号被保険者
 - イ. 平成31年度の介護保険料の所得段階が第1～3段階の者【表1】
 - ウ. 昨年1月から12月までの1年間を通じて介護保険の受給状況の区分【表2】の①②③のいずれかに該当する者
- 上のア、イ、ウのすべてがあてはまる方が助成金の支給の対象者です。

【表1】介護保険料の所得段階が第3段階以下の方

第1段階	住民税非課税世帯であって、老齢福祉年金を受給している方、または課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方
第2段階	住民税非課税世帯であって、課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の方
第3段階	住民税非課税世帯であって、課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円超の方

【表2】介護保険の受給状況の区分

①認定なし	要介護認定または要支援認定を受けていない方
②認定あり	要介護認定または要支援認定を受けており、住宅改修、福祉用具購入以外の介護保険サービスを利用していない方
③居宅あり	要介護認定または要支援認定を受けており、居宅介護（介護予防）サービスを利用している方

なお、つぎの方は助成の対象外となります。

- 平成31年度分の介護保険料の未納者（注）
- 昨年中の介護保険資格期間が12か月未満の方
（昨年中に65歳になった方・転入した方は対象外となります）
- 令和2年1月1日現在、生活保護を受けている方
（注）介護保険料の未納者については、今年度の未納額全額を年度末までに納付いただけない場合、対象外となります。

②令和2年1月1日まで1年間以上継続して奥多摩町に住所がある方
③昨年中、1年間を通して、在宅で生活されていた方

④平成31年度の介護保険料段階が第1～3段階の方（住民税非課税世帯に所属）
◆助成金の支給を希望する場合は、必ず申請してください。
2月末までに申請をいただいた方で、助成の対

象と決定した方には、3月末までに助成金の支給（口座振込）を予定しています。
※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

助成金の支給額（年額）

介護保険料の所得段階	介護保険料の年額	【表2】介護保険の受給状況の区分		
		①認定なし	②認定あり	③居宅あり
第1段階	28,400円	10,000円	7,500円	5,000円
第2段階	43,500円	10,000円	7,500円	5,000円
第3段階	54,900円	10,000円	7,500円	5,000円

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・水	元気アップおくとま事業（11:00～日原生活館；生活習慣病予防相談会&笑いヨガ） →この📄下 ■ウェルカムランチ（11:20～氷川保育園・古里保育園）→14📄・先着順 消費者相談窓口（13:00～文化会館）→13📄 あそびの広場「むかし遊び」（14:00～きこりん）→12月号17📄
16・木	ヘルシー体操（10:00～福社会館） ■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→13📄・前日✕
17・金	
18・土	■森林セラピー健康づくり事業：登計トレイル星空浴→12月号25📄 ■在宅障害者自立生活サポート事業（9:30～保健福祉センター）→15📄・1/10✕
19・日	
20・月	■森林セラピー健康づくり事業：日の出町「鹿野大仏」と野鳥の森自然公園→12月号25📄
21・火	元気アップおくとま事業（10:00～福社会館和室；奥多摩病院理学療法士による体操） →この📄下 ほっとサロン奥多摩（10:30～福社会館）→15📄
22・水	
23・木	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→13📄・前日✕ ヘルシー体操（10:00～文化会館）
24・金	
25・土	司法書士による法律相談（13:00～福社会館）→13📄
26・日	
27・月	■筋力向上トレーニング講習会（9:30～福社会館）→13📄・1/24✕
28・火	■食育講習会（10:00～保健福祉センター）→14📄・1/21✕ ■心理・発達相談（10:30～きこりん・八木橋臨床心理士）→13📄・前日✕
29・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→13📄・前日✕
30・木	ヘルシー体操（10:00～文化会館）
31・金	☆西多摩郡公立小学校連合同工展（イオンモール日の出イオンホール・2/2まで）→15📄

《今月の納期1/31（金）》町・都民税第4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7期分

母子健診日程表	2月12日（水） 保健福祉センター 13:15～13:35 受付 1・2・4・5歳児歯科健診 …平成26・27・29・30年1月生まれ 乳幼児歯科相談 …8か月児～小学校入学前の乳幼児
	2月14日（金） 保健福祉センター 13:30～13:45 受付 3～4か月児健診 …令和元年10・11月生まれ

「元気アップおくとま事業」

「元気アップおくとま事業」では、各地区の健康課題に合わせた講話や体操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（1時間半程度）

*プログラムは各月で異なります。

※問い合わせは、福祉保健課

☎83-2777

切り取り線（切り取り後、冷蔵庫などに貼ってご利用ください）

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・土	☆西多摩郡公立小学校連合同工展（イオンモール日の出イオンホール）→15◇
2・日	☆西多摩郡公立小学校連合同工展（イオンモール日の出イオンホール）→15◇
3・月	ヘルシー体操（14:00～文化会館）
4・火	
5・水	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→13◇・前日×
6・木	元気アップおきたま事業（10:00～中山生活館；運動ゲーム）→この◇表面下 元気アップおきたま事業（13:30～境生活館；指先トレーニング）→この◇表面下
7・金	
8・土	
9・日	
10・月	絵本といっしょ（11:00～きこりん）→13◇
11・火	
12・水	■心理・発達相談（10:30～きこりん・徳井臨床心理士）→13◇・前日× ■ウェルカムランチ（11:20～古里保育園）→14◇・先着順 1・2・4・5歳児歯科健診・歯科相談→この◇表面下
13・木	ヘルシー体操（10:00～福祉会館） 人権身の上・行政相談（13:00～福利会館）→13◇ 弁護士による法律相談（13:00～福利会館）→13◇・2/10×（先着順）
14・金	■高次脳機能障害相談（9:00～保健福祉センター）→13◇・前日× 3～4か月児健診→この◇表面下
15・土	☆ひな人形展（10:00～17:00文化会館・3/3まで）→17◇
<p><2月末までの主なイベント></p> <p>18日（火）ほっとサロン奥多摩（10:30～福祉会館）</p> <p>■19日（水）ウェルカムランチ（11:20～氷川保育園）→14◇・先着順</p> <p>■26日（水）森林セラピー健康づくり事業：ひよどり山「都立小宮公園」バードウォッチング →19◇・2/12×（先着順）</p>	

パブリックコメント募集

【第2期子ども・子育て支援事業計画（素案）】

令和2年度から5か年度を計画期間とする「第2期子ども・子育て支援事業計画（素案）」に対する意見を募集します。

町ホームページ、役場住民課窓口、保健福祉センター、子ども家庭支援センター、町立古里・氷川図書館に閲覧用の計画（素案）および用紙があります。

〔募集期間〕1月8日（水）～21日（火）*土、日曜日を除く

※受付け、問い合わせは、子ども家庭支援センター ☎85-2611

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。お気軽にお電話で申し込みください。

※問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

【心理・発達相談】

臨床心理士にお話を聞いてもらいませんか。子育ての心配事やお子さんの発達で気がかりなことなど、18歳未満のお子さんに関する相談をお受けします。（予約制）

〔日時〕1月28日（火）・2月12日（水）両日とも午前10時30分〜午後3時30分
※申し込み、問い合わせは、子ども家庭支援センター
☎85-2611

【人権の上・

行政相談】

〔日時〕1月9日（木）・2月13日（木）両日とも午後1時〜4時 *申込不要

【相続・成年後見相談】

〔司法書士による

法律相談〕

〔日時〕1月25日（土）午後1時〜4時 *申込不要

〔弁護士による

法律相談〕

〔日時〕2月13日（木）午後1時〜4時 *申込要：2月3日（月）午前8時30分〜10日（月）午後5時まで、定員6名

*いずれも相談会場は、福祉会館会議室
※申し込み、問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

カット

高次脳機能障害相談窓口のご案内
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・家庭訪問にてお受けします。相談を希望される方は、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

様々な手口で襲い掛かってくる悪質商法！ちょっとしたでも気になったことを専門の相談員に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〕1月15日（水）午後1時〜3時
〔会場〕文化会館会議室
〔相談員〕元東京都消費生活センター相談員
〔費用〕無料
※問い合わせは、観光産業課
☎83-2295

【絵本といっしょ】

〔日時〕2月10日（月）午前11時〜・40分間
〔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・手遊び

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、運動用上履き、タオル、飲み物（水分補給用）
※申し込み、問い合わせは、福祉保健課
☎83-2777

【予防接種のお知らせ】

予診票をお持ちでない方は、実費が発生する場合がありますので、紛失された場合は、保健福祉センター母子保健担当までご連絡ください。☎83-2777

ほうれん草の中華スープ炒め

<p>【材料】（2人分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草 220g（約1束） ・舞茸 40g（約1/2袋） ・ごま油 4g（小さじ1） ┌ 水 50cc ★└ 中華風だしの素 2g（約小さじ1/2） └ オイスターソース 8g（約小さじ1強） ・こしょう 少々 	<p>【作り方】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ほうれん草を茹で、3cm幅に切る。 ②舞茸は食べやすい大きさにほぐす。 ③フライパンにごま油を熱し、香りが出てきたら舞茸を入れ中火で炒める。 ④舞茸にほとんど火が通ったら、ほうれん草も入れ一緒に炒める。 ⑤最後に合わせた★の調味料を加え、煮立ったら火を止めこしょうで味をととのえる。 <p>☆1人分の栄養価 エネルギー 23kcal たんぱく質 0.9g 脂質 1.5g 炭水化物 2.3g 食塩相当量 0.4g</p>
---	--

★お知らせ★

ほうれん草は緑黄色野菜の中でも栄養価が高い野菜です。特に鉄、β-カロテン、ビタミンA・K・C、葉酸が豊富です。冬期のほうれん草は、夏期の約3倍のビタミンCがあるため、旬でおいしいこの時期におすすめの食材です。

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〕 1月15日（水）午前11時20分集合・氷川保育園・古里保育園

*2月の予定はカレンダー参照

〔対象・人数・参加費〕 原則50歳以上・各園2～3名（先着順）・1人300円

〔申込方法〕 電話で保健福祉センターまで申し込みください

【食育講習会】

〔日時・会場〕 1月28日（火）午前10時～午後2時・保健福祉センター

〔内容〕

「減塩食」

食塩の摂り過ぎは高血圧に繋がります。高血圧は脳血管疾患以外にも多くの病気と関連しています。塩分2g（1食）の食事を体験し、健康のために自身の食習慣を少しずつ変えるきっかけにしませんか？

〔持ち物〕 エプロン・三角巾・手拭き用タオル

〔定員・参加費〕 先着20名・300円

〔申込期間〕 1月21日（火）までに電話で保健福祉センターへ申し込みください

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

おくたま食育上手！ホームページ <http://www.town.okutama.tokyo.jp/syokuikujozu/index.html>

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
りのご自身のできること
を見つけ、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。みなさんの申し
込みをお待ちしておりま
す。

〔日時〕 1月18日（土）
午前9時30分～午後1時
〔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。
〔メニュー〕 茶碗蒸し・
魚の照り焼き・酢の物・
白菜の塩こんぶ漬け・五
穀ごはん・コーヒージェ
リー
※申し込み、問い合わせ
は、福祉保健課
☎83-2777

カット

誰もが集える地域の居場所「ほっとサロン奥多摩」

町と「見守り協定」を
締結しているコープみら
いでは「ほっとサロン奥
多摩」を開催します。

〔日時〕 1月21日（火）
午前10時30分～正午
〔会場〕 福祉会館会議室
「参加費無料」「申し込
み不要」「出入り自由」
です。おひとり様、お子
様連れ、どなたでも大歓
迎！

今回はバルーンアート
の先生が来ます。バルー
ンアートとは細長い風船
をひねって、花や犬など
を作ることです。一緒に
楽しいバルーンアートに
挑戦してみませんか？
※問い合わせは、コープ
みらい東京本部参加と
ネットワーク推進部

☎03（3382）

地域包括支援センター
☎83-8555

※この「サロン」は、コー
プの子育て・高齢者支援
事業の一つで、地域の居
場所づくりを目的として
おり、営利を目的として
いるものではありません。

「認知症サポーター 出張養成講座」に伺います

2025年には、高齢
者の5人に1人が認知症
の時代になります。みな
さん認知症のこと、しっ
かりと理解できています
か。
認知症サポーターとは
認知症の正しい知識を持
ち、認知症の人やその家
族を温かく見守る応援者
です。何か特別なこと
や、難しいことをする人
ではありません。
一人でも多くの方が、
認知症の人やその家族の
応援者になることが、認
知症になっても住み慣れ
た地域で、安心して暮ら
していけるまちづくりの
第一歩です。
○小人数（10人未満）か
らの開催ができます
○費用は無料、テキスト
は包括支援センターで準
備します
○時間は60分程度
※問い合わせは、地
域包括支援センター
☎83-8555

西多摩郡公立小学校 連合同工展

奥多摩町、日の出町、檜原村の6
校の小学校の児童による図画工作の
作品展です。ご来場をお待ちしてお
ります。

〔日程〕 1月31日（金）
～2月2日（日）
午前10時30分～午後7時
*入場は午後6時45分まで
〔会場〕 イオンモール日の出
イオンホール（2階）
※問い合わせは、教育課
☎83-2246

地域包括支援センター職員（保健師または看護師）募集

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で生活していくための総合的な相談窓口です。

〔職種・募集人員・対象者〕

保健師または看護師 1名

保健師または看護師の資格および普通自動車免許を有している方

〔採用予定日・勤務形態など〕

令和2年4月1日以降随時、奥多摩町社会福祉協議会の正職員として採用となり、町直営の地域包括支援センター（保健福祉センター内）にて勤務。給与および各種手当は、奥多摩町社会福祉協議会の規定によります。

〔採用選考・応募方法など〕

選考は随時行い、選考方法は書類審査後、面接試験および健康診断を予定。市販の履歴書に志望理由を記入のうえ、保健師または看護師の資格証明書類の写しを添付し、2月14日（金）までに、福祉保健課に提出してください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

西多摩くらしの相談センター

◆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。家計の管理が上手にできない。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～3時30分

【会 場】 福祉会館 会議室（2階）・・・毎月第1・3・5火曜日

文化会館 会議室（1階）・・・毎月第2・4火曜日

【対 象】 町内在住の方

カ
ツ
ト

◆学びの広場 ホットスペースちえの輪◆

宿題の解き方を教えあったり、時には仲間とのイベント（スライムづくり、ハロウィンパーティー、クリスマス会など）を楽しみながら、ここに集まったみんなの将来を切りひらいていきます。

随時、見学・体験参加も受け付けています。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4時～6時

【会 場】 福祉会館 会議室（2階）・・・毎月第1・3・5火曜日

子ども家庭支援センター（きこりん）・・・毎月第2・4火曜日

【対 象】 町内在住の原則小学生から中学生（中学卒業～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

☎0428-25-3501

ホームページ <http://kurashinosoudan.net/>



第15回奥多摩町綱引き大会参加チーム募集

誰でも気軽に参加できるスポーツで、地域や仲間のコミュニケーションづくりに最適です。たくさんの方のチームの参加をお待ちしております。

〔日 時〕 3月8日（日）午前10時30分～午後3時頃まで

〔会 場〕 川井スポーツコミュニティ施設体育館

〔対 象〕 町内在住者または町内にある企業や団体などに所属している18歳以上で構成されたチーム【1チーム5名～10名（選手5名監督・トレーナー・補欠3名）※監督・トレーナーは選手と兼任不可】※チームは男女混合不可、体重制限なし

〔参加費〕 1チーム4000円 当日徴収（保険代他）

〔申込方法〕 役場教育課（3階）または古里出張所（きこりん）にある申込用紙に必要事項を記入のうえ、2月28日までに、教育課まで申し込みください。

〔主催〕 奥多摩町体育協会綱引き競技部

※問い合わせは、教育課 ☎83-2246

【ひな人形展】

教育委員会では、文化団体連盟と共催で町民みなさんからお借りした「ひな人形」を展示します。

〔期間〕 2月15日（土）～3月3日（火）

毎日・午前10時～午後5時

〔会場〕 文化会館多目的ホール

※問い合わせは、教育課

☎83-2246

西多摩地域市町村共催消費生活講座

「エコクッキング～熱源と材料を無駄なく使う～」

〔日時〕 2月14日（金）午前11時～午後1時

〔会場〕 羽村市消費生活センター2階調理室

〔内容〕 余熱を活用した料理講座

〔講師〕 料理研究家 防災クッキングアドバイザー
鈴木 佳世子 氏

〔対象〕 西多摩地域在住・在勤・在学の方

〔定員〕 20名

〔持ち物〕 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

〔参加費〕 500円（材料費・保険代を含む）

〔主催〕 西多摩地域消費者行政事務連絡会
東京都多摩消費生活センター

〔申込方法〕 1月16日（木）から、下記問い合わせ先に電話で申し込みください

※問い合わせは、羽村市産業振興課消費生活係

☎042（555）1111内線640

【雑誌をお分けします】

古里・氷川図書館では、1月18日（土）から26日（日）までの間、古くなった雑誌をお分けします。（一人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。

【古里図書館】

○17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・かぞくのじかん・プレジデントfamily

○18年版：自家用車・PHPスペシャル・WILL・明日の友・オレンジページ・文芸春秋・ゆうゆう・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・MADURO・mamagirl

【氷川図書館】

○17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

○18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・岳人・Seventeen・non.no・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・GOLF TODAY・Mart・芸術新潮・CHANTO・ディズニーFAN・日経おとなのOFF

▼青梅警察署 からお知らせ▲

☆今年中の青梅警察署管内の振り込め詐欺発生状況など

○振り込め詐欺などの被害17件約2214万円

○金融機関職員による詐欺被害の未然防止
7件 約1003万円

◎詐欺の手口が多様化しています。

今年も被害にあわないようにしましょう。

みなさんの元にこんな連絡が来ていませんか？

・詐欺犯人を逮捕したらあなた名義のカードが出てきた

・手持ちのカードを調べたいからキャッシュカードを預かりたい

・還付金があるので今すぐATMに行って手続きをしてください

犯人は、「キャッシュカードが悪用されている」、「個人情報漏れて

いる」などと言い、不安を煽りあなたのカードを騙し取ろうとしてきます。警察官やその他の職員などがキャッシュカードを預かり、暗証番号を聞くことは絶対にありません。

☆不審な電話やメールなどが届いたら、すぐに家族や警察に連絡を！

○青梅警察署では、迷惑防止機能付電話機またはナンバーディスプレイ電話機の設置を推奨しています。

○青梅警察署では、金融機関やコンビニエンスストアに対し、高額な振込みまたは払い戻しの際に声かけを行い、防犯係へ通報を依頼しています。

☆犯人の電話に出ないで被害ゼロ！

※問い合わせは、青梅警察署防犯係

☎22・0110
内線2612

▼奥多摩消防署 からお知らせ▲

①防災とボランティア週間（1月15日～21日）

平成7年1月17日の阪神・淡路大震災では、震度7の地震により一瞬にして多くの命が奪われま

した。震災発生後、全国各地からボランティアが駆けつけ救助活動や復旧活動を迅速に行い、被災地の復興に多大な貢献をしました。

災害時におけるボランティア活動や住民の自主的な防災活動への認識を深めるとともに、災害への備えを充実強化させるために1月17日を「防災とボランティアの日」、15日から21日までを「防災とボランティア週間」と定めています。

新しい年を迎え、ご家族みなさんで防災について話し合い、震災時の避難行動や備蓄品について

確認してはいかがでしょうか？

②1月26日は文化財防火デー

昭和24年1月26日の早朝、奈良県法隆寺の金堂で壁画の模写をしていた作業員が保温用に使っていた電気座布団のスイッチを切り忘れたため火災となり、世界的な至宝と言われた壁十二面に描かれた仏画の大半が焼損し、社会的に大きな衝撃を与えました。

この火災を契機に「先人たちが残した文化財を火災から守ろう」という世論が高まり、昭和30年から1月26日を「文化財防火デー」と定め、今年で66回目を迎えます。

奥多摩町にも都および町指定の文化財が数多くあります。

ご協力をお願いします。 ※問い合わせは、奥多摩消防署 ☎83・2299

カット

【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、問い合わせ先です。ご希望の方は、2月28日（金）までにご連絡ください。令和2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

お問い合わせは、主税局

☎03（5388）2925

▼東京都環境局 からお知らせ▲

☆省エネ性能の高い機器への買い替えにポイントを付与しています

地球温暖化対策に不可欠な省エネを家庭でも進めるため、10月1日から、一定の基準を満たす対象機器への買い替えに対して、商品券などに交換可能な「東京ゼロエミポイント」を付与しています。

〔申請方法〕対象機器購入後、申請書（都のホームページで入手可）と領収書・リサイクル券などを事務局へ提出。令和2年度まで実施（上限に達し次第終了）
*購入日が10月1日以降で、既存機器の撤去を含めた買い替えを行う場合が対象です。
*購入前に対象機器に該当しているか必ずご確認ください。

※申請先など詳細は、ホームページ（<http://www.zero-emissions-points.jp>）をご覧ください。
※お問い合わせは、コールセンター ☎0570（005）083・業について）

※お問い合わせは、コールセンター ☎03（5388）3533（東京都環境局地域エネルギー課 ☎03（5388）3533（事業について）

下水道モニター募集

〔資格〕

令和2年4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方（公務員、過去にモニターを経験した方、島しょ在住を除く）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〕インターネットアンケート回答、施設見学会への参加など

〔任期〕令和2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6日（月）から2月28日（金）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。

〔ホームページアドレス〕<http://www.gesui.metro.tokyo.jp/>

※問い合わせは、下水道局総務部広報サービス課

☎03（5320）6693

森林セラピー

健康づくり事業

〜町民対象〜

①ひよどり山「都立小宮公園」バードウォッチング

〔日程・定員〕2月26日

（水）・21名*先着順

〔参加費〕500円

*受付期間・1月21日（火）午前8時30分〜2

月12日（水）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、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、一般財団法人おくとま地域振興財団

☎83・8855

ご寄付ありがとうございました

本年10月の台風19号災害に伴い、つぎの方々から、復興へのご支援としてご寄付をいただきました。

4千550円

BBQ & CampingKitchen

「BlueTarp」様（飯能市）

2万5019円

浜野 亜美 様（梅沢）

5万円 昭島市田中町住宅自治会 様

2万4612円

青梅市

梅郷3・4・5丁目連自治会・おかめ会 様

1万円 ダム・発電関係

市町村全国協議会 様

13万円 公益社団法人青

梅法人会 様

5万円

三多摩民踊連合会 様

※受付順

いただいた寄付金は、災害復旧経費の財源として活用させていただきます。誠にありがとうございました。

観光施設・行事などのお知らせ

【奥多摩都民の森 体験教室】

体験教室

詳細



- ①奥多摩山歩き・第11回御前山と棒ノ嶺へ1泊2日 2月8日(土)～9日(日)
- ②奥多摩〇ごとネイチャー体験アウトドアシリーズ・第10回森のスノーハイキングへ1泊2日 2月15日(土)～16日(日)
- ③集まれ山ガール・第6回御岳山へ1泊2日 2月22日(土)～23日(日)

(申込) 官製はがき、FAX、Eメールで
 ☎ 83-3631
 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】

体験教室

詳細



- ①山のふるさと村・冬まつり・1月26日(日)・2月2日(日)

※各イベント送迎バス「やませみ号」あり
 ○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)までご連絡ください。
 ※問い合わせは、山のふるさと村管理事務所
 ☎ 86-2556

カット

【森林セラピーツアー】

詳細



- ①冬の野鳥観察と巣箱づくり「温泉入浴つき」1月19日(日)
- ②奥多摩森林セラピー冬の森ウォッチング「そば打ち体験+リラックスマヨ

★「町民割引価格」あり！
 詳細は問い合わせください。

ガで身も心も温まる♪
 2月22日(土)

【登山ツアー】

- ①温泉ハイクン城山&瀬音の湯「絶景の戸倉城跡と懐かしの給食メニュー」2月15日(土)

*各ツアーとも参加費用が発生しますので、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

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(毎週水曜日・隔週木曜日) 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
 *前日までに要予約
- ◆【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)
- 毎月隔週金曜日 午後2時30分～3時30分(内科)

〈日原診療所〉

- 木曜日(月3回) 午後2時30分～3時30分(内科)
- 木曜日(月1回) 午後2時～3時(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)
 奥多摩病院ホムペ-ジ http://www.town.okutama.tokyo.jp/gyose/kakuka/ka/biyouin.html

■奥多摩病院では禁煙外来(予約制)を始めました。
 保険診療による禁煙治療を受けることができます。
 禁煙のご希望のある方は、この機会にご利用ください。