

おくたま



わさびー

2021.10月号 No.814 (令和3年10月5日発行)

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



町の世帯と人口		
9月1日現在 (前月比)		
世帯数	2,619	(3増)
人口	4,923	(4減)
男	2,458	(8減)
女	2,465	(4増)

人口動態 (8月中)		
転入	19	転出 10
出生	0	死亡 13
その他	0	その他 0

発行 奥多摩町 〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川 215-6 代表電話 ☎0428-83-2111

おめでとぅございます 最高齢者のお祝い・新百歳のお祝い

敬老の日に伴い、9月16日に師岡町長が、町内在宅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

浅見 鶴次郎さん (男・白丸)

大正12年3月21日生(98歳)

浅見 タケさん (女・海沢)

大正9年3月17日生

(101歳)

◎町内施設入所者最高齢者

小川 正志さん

(男・グリーンウッド奥多摩)

大正6年5月31日生

(104歳)

清水 ミヤノさん

(女・グリーンウッド奥多摩)

大正7年2月15日生

(103歳)

◎新百歳のお祝い (大正10年

4月1日から大正11年3月31

日までの間に生まれた方)

岡部 恒夫さん (男・南氷川)

峯岸 花枝さん (女・川井)

村木 コウさん

(女・グリーンウッド奥多摩)



▶浅見 タケさん



▶浅見 鶴次郎さん



▶清水 ミヤノさん



▶小川 正志さん

*新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、施設への訪問は中止させていただきました。

新型コロナウイルスワクチン接種について

奥多摩町の新型コロナウイルスワクチン集団接種は、10月9日（土）をもちまして終了します。

これに伴い、「奥多摩町ワクチン接種コールセンター」は、10月15日（金）をもって閉鎖しますので、未接種の方で接種を希望される方は、福祉保健課健康係までご相談ください。

新型コロナウイルスワクチン接種証明書の発行について

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の発行を付けています。

【申請方法】福祉保健課（保健福祉センター）窓口もしくは郵送により申請書提出

【申請に必要なもの】

（1）申請書

（2）旅券（パスポート）またはその写し

*有効期限が切れている場合、接種証明書は発行できませんのでご注意ください。

また、渡航前に旅券の更新予定があれば、更新した旅券をご提出ください。（更新前の旅券で発行した場合、旅券の更新後に再度証明書の発行を申請する必要があります）

（3）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

*接種券シール右側部分

（4）本人確認書類またはその写し（住民票上の住所が記載されたもの）

【場合によって必要な書類】

旧姓・別姓・別名の確認書類・委任状（本人以外が代理で申請する場合のみ）

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777



ゼロ密を目指そう!

～一つの密でも避けましょう～

密接
しない

密集
しない

密閉
しない

出典：首相官邸HP

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

教育委員に原島幹典氏再任

令和3年第3回定例町議会において同意を得て、この10月1日付で原島幹典氏(氷川1422番地)が教育委員に再任されました。なお、任期は令和7年9月30日までの4年間となります。

ご寄付ありがとうございました

藤野カツ様(青梅市) 500万円をご寄付
伊藤明広様(国立市) 250万円、土地・建物(梅沢)をご寄付

梅沢にお住まいでした故濱野フ子様のご遺族の二方から、故人が所有していた財産を若者定住推進事業に役立ててほしいと、ご寄付をいただきました。

(写真上・師岡町長と藤野カツ様(中央)、息子さんの藤野高広様(右)、写真下・師岡町長と伊藤明広様)



奥多摩町定住促進サポート事業支援金

奥多摩町への移住・定住の促進および中小企業などにおける人手不足の解消に貢献するため、都内(条件不利地域以外)から奥多摩町に移住し、就業または起業した方に対し、奥多摩町定住促進サポート事業支援金(最大100万円)を交付します。この事業を希望する事業者は下記へ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

奥多摩文化芸術展

〔期間〕10月9日(土)～24日(日)

〔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、絵画、華道、書道、手工芸、押し花、絵手紙など

※問い合わせは、教育課 ☎ 83-2246

東京2020 オリンピック・パラリンピック大会 マスコット像設置

大会期間中、奥多摩湖に設置していた「東京2020大会マスコット像(ミライトワ(左)とソメイティ)」は、大会後のレガシー(社会遺産)を未来へ引き継ぐため、文化会館エントランスホールに再設置しました。



果樹の取り残しに注意

収穫の出来ない果樹(柿や栗など)は、放置しておくとう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、収穫した際は倉庫などの屋内に保管し、野外に放置しないようにしましょう。

※問い合わせは、観光産業課

☎ 83-2295

“レッツ・トライ”「可燃ごみ10%減量化大作戦」の結果

8月の一人1日あたりの可燃ごみ量の結果をつぎのとおり報告します。

【目標：一人1日あたりの可燃ごみ量638.4gの達成】

6月の「可燃ごみ10%減量化大作戦」の開始から、増加傾向が続いている状況です。水分量の多い生ごみが最も多くなる時季ではありますが、住民みなさんには、引き続き生ごみの水切りの徹底にご協力をお願いします。

月	一人1日あたりの可燃ごみ量(結果)	目標との差
6月分	713.1グラム	+74.7グラム
7月分	763.8グラム	+125.4グラム
8月分	831.3グラム	+192.9グラム

コンポスト・生ごみ処理機の購入補助制度について

生ごみは、可燃ごみの中で一番重たいごみです。生ごみを可燃ごみとして出さないことが、可燃ごみ減量には最も効果的です。

町では、ごみの減量および家庭でのごみ処理経費の削減のため、生ごみ処理容器（コンポスト）と生ごみ処理機の購入補助事業を実施しています。

- 「コンポスト」とは、畑や庭を利用し生ごみをたい肥化する容器です。
- 「生ごみ処理機」とは、たい肥化を行うことには変わりありませんが、台所やベランダなどで使用し、電気式のものや電気を使用しないものなど、処理方法の違いで数種類の製品があります。

	種類	補助額
1	生ごみ処理容器（コンポスト）	補助対象額の5分の4（上限11,000円）
2	生ごみ処理機（機械式のもので電力を使用するもの）、または1以外のもの	補助対象額の2分の1（上限25,000円）

ごみを減らす10アクション

今月は、6アクション目の紹介として「詰め替え用の商品を選ぼう」です。

シャンプー、台所用洗剤、洗濯用液体洗剤、お風呂・トイレ用の洗剤など、ここ数年で色々な商品の詰め替え用が販売されるようになりました。詰め替え用の商品を選ぶことで、ごみの減量や購入が低価格でできること、また、環境への配慮にもつながります。積極的に詰め替え用の商品を選ぶよう心がけましょう。

※問い合わせは、環境整備課（クリーンセンター） ☎83-2110

みんなの情報局

あなたもアマチュア無線をやってみませんか！

アマチュア無線の免許を取得して、国内や海外の方と交信してみませんか？
第四級アマチュア無線技士の養成課程講習会を開催します。国家試験を受けずに無線知識がない初心者でも、この講習会を受講して修了試験に合格すれば取得できます。

〔日時〕 11月6日（土）・7日（日）の2日間

〔会場〕 文化会館

〔費用〕 2万3150円

〔18歳以下の方9850円〕

〔募集期限〕 11月1日（月）

* 定員になり次第締め切り

※ 問い合わせは、文化団体

連盟 奥多摩アマチュア無線

線クラブ（堀口）

☎090(4121)7834

ハムショップ フレンズ

（羽村市）

☎042(555)7058

環境整備課からお知らせ

■今年の狂犬病予防注射は

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)が義務付けられています。

狂犬病予防注射は、毎年4月から6月に受けることとされていますが、今年度

においては、新型コロナウイルス感染症の影響により期間内に受けさせることができなかつた場合でも、12月31日までの間に済ませれば、この期間内に狂犬病予防注射を受けさせたものとみなすことが厚生労働省から通知されています。

新型コロナウイルスは依然として脅威ではあります。狂犬病も発症後の死亡率が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場合は、動物病院で受け、町への届け出をお願

いします。

■野焼き(野外焼却)は

原則禁止です!

ごみ(廃棄物)の野外焼却行為は法律で「原則禁止」になっています。状況によつては罰則の対象になります。

野焼きについての注意点はつぎのとおりです。

- ・ドラム缶焼却、ブロック積み焼却、穴を掘つての焼却は、野焼きと同じです。
- ・小型焼却炉でごみを燃やすことも禁止されています。

つぎに挙げた焼却行為は禁止の例外となっておりませんが、例外となる焼却行為であっても、周辺環境に最大限の配慮をし、近隣の方へ迷惑にならないよう、十分に注意してください。

・伝統的行事および風俗習慣上の行事のための焼却行為(どんど焼き、火祭りなど)

- ・学校教育および社会教育活動上必要な焼却行為(キャンプファイヤーなど)
- ・災害時の応急対策のために行うものなど

野焼きによつて「煙や悪臭で困っている」、「干していた洗濯物に煙の臭いがついてしまった」、「火災が心配」などの苦情が町に寄せられています。

ごみは燃やさずに、分別ルールに従つて、町の収集に出すようみなさんのご協力をお願いします。

■油・断・快適!下水道

下水道に油を流さないで!

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。また、鍋や食器に付いた油污は、洗う前にふき取りましょう。この行動が川や海の良好な水環境につながります。(奥多摩町・東京都下水道局)

※問い合わせは、環境整備課 ☎ 83-2367

少年野球教室参加者募集!

(令和3年度ジュニア育成地域推進事業)

小学生を対象に少年野球教室を開催しています。ちでない方は貸出用あり)・タオル・お弁当・飲み物

〔日時〕毎週土・日曜日、午前9時〜午後4時まで(数時間の参加も可能です) *雨天中止 *新型コロナウイルスの影響により中止となる場合があります。

〔会場〕古里小学校校庭他〔対象者〕小学1年生〜6年生(男・女)〔服装〕運動のできる格好(ジャージなど)で運動靴着用

〔持ち物〕グローブ(お持ち) 教育課 ☎ 83-2246

加藤旗争奪駅伝競走大会中止のお知らせ

12月12日(日)に開催を予定しておりましたが、「第61回加藤旗争奪駅伝競走大会」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、並びに出場者および住民みなさんの安全と健康を最優先に考え、中止とさせていただきます。

毎年楽しみにされていたみなさんには、大変申し訳ございませんが、ご理解ください。 ※問い合わせは、教育課 ☎ 83-2246

※問い合わせは、環境整備課 ☎ 83-2367

年金のお知らせ

◇納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は、所得税法および地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されま

す。控除の対象となるのは、令和3年1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけでなく、ご家族（配偶者やお子さんなど）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、本年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるた

年金のお知らせ

めには、年末調整や確定申告を行うときに、保険料を支払ったことを証明する領収証書などの添付が必要となります。

このため、令和3年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。

また、令和3年10月1日から12月31日までの間に、今年はじめて国民年金保険料を納められた方には、翌年の2月上旬に送られる予定です。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないよう納めましょう。



◇令和4年分公的年金等受給者の扶養親族等申告書の提出について

日本年金機構から源泉徴収の対象となる方へ、令和4年分の「扶養親族等申告書」が送付されています。

これは、令和4年2月以降にお支払いする年金から源泉徴収される所得税について、配偶者控除など各種控除を受けの際に必要な申告書になりますので、10月29日までに提出ください。

○扶養親族等申告書

問い合わせダイヤル

☎0570(081)240

※問い合わせは、青梅年金事務所 ☎30-3410

《役場職員の異動》

10月1日付・係長職以上

○課長職

若者定住推進課長

須崎 洋司

教育課長 新島 和貴

奥多摩病院事務長 岡野 敏行

○課長補佐職

住民課課長補佐兼課税係長 岡部 優一

福祉保健課課長補佐兼健康係長 金丸 哲史

環境整備課課長補佐兼環境係長 原島 保

教育課課長補佐兼学務係長 清水 俊雄

○係長職

企画財政課契約管財係長 丹生 充

総務課文書法制係長 木村 智史

福祉保健課福祉係長 加藤 紀子

議会事務局議会係長 小峰 典子

奥多摩病院医務係長 徳王 真理

公益財団法人東京都区市町村振興協会

防災行政無線メッセージサービス

防災行政無線の放送を聞くことができなかった場合は、つぎの電話番号におかけいただき、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

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は区市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円
9月22日(水)2種類同時発売!
 発売期間 9/22(水)~10/22(金)

公益財団法人東京都区市町村振興協会

高齢者インフルエンザ予防接種

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種費用助成のお知らせ

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（金）から1月31日（月）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〕接種は一人につき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〕2,500円
※ 問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83・2777



東京都の高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種補助事業が10月1日から実施されています。

この事業の対象となる下記の表（表1）の定期接種にあてはまる方に、通知と予防票をお送りします。

また、任意接種にあてはまる方は、奥多摩町の助成のみ対象となります。接種歴を確認後、予防票をお渡しします。保健福祉センターへご連絡ください。

〔接種予約〕接種を希望される方は、直接医療機関へお申し込みください。

〔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

〔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。予防票の破棄をお願いします。
* 予防票が送付された方で、5年以内に接種をしていない方は受けることができませんので、お手数ですが

※ 問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83・2777

（表1）

種類	対象者	助成額(都)	助成額(町)
定期接種(B類)	① 令和3年度中に以下の年齢に達する方 65歳：S31年4月2日～S32年4月1日 日生 70歳：S26年4月2日～S27年4月1日 日生 75歳：S21年4月2日～S22年4月1日 日生 80歳：S16年4月2日～S17年4月1日 日生 85歳：S11年4月2日～S12年4月1日 日生 90歳：S6年4月2日～S7年4月1日 日生 95歳：T15年4月2日～S2年4月1日 日生 100歳：T10年4月2日～T11年4月1日 日生 ② 年度内に60歳以上65歳未満になる方で心臓、腎臓もしくは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 * これまでに1回以上接種したことがある方は定期接種の対象となりません。	2,500円	3,000円
任意接種	定期接種の対象者を除く65歳以上の方で過去の接種から5年以上経過している方	—	3,000円

各種相談

各種相談
子育て関係

【健康相談】

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

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

【心理・発達相談】

〔日時〕 10月22日（金）
11月10日（水）
両日とも午前10時30分～午後3時30分

18歳未満のお子さんに關することなら、どんなことでも臨床心理士の資格を持つカウンセラーがお話を聞きます。お子さんご自身からの相談も出来ます。子ども家庭支援センターで直接お話しを聞く以外に、電話相談も行っております。誰に話したらいいのかわからない相談したらいいのかわからないことや悩みを抱えている

方、まずは一度、お電話ください。

※なお、子ども家庭支援センターでは、常時、相談員

による相談も行っています。一人で不安や悩みを抱え込まず、お気軽にお話しに来てください。

※申し込み問い合わせは、子ども家庭支援センター

☎85-2611

【人権の上・行政相談】

〔日時〕 10月14日（木）
11月11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】

〔日時〕 11月27日（土）
午後1時～4時
（司法書士による法律相談）

直接会場へ
※相談を希望される方は、直接会場へ
※いずれも会場は、福祉会館会議室

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

高次脳機能障害相談窓口

高次脳機能障害は、事故や病気をきっかけに起こる脳の障害です。

新しいことが覚えにくい。感情のコントロールが難しい。同じミスを繰り返す。家事や仕事を上手に進めることができないといった症状が現れます。

これらは、病状が落ち着き家庭に戻ってから表面化します。「もしかしたら高次脳機能障害では？」と不安に感じる本人や家族がより相談をしやす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。ご希望の方は、前日までに申し込みください。 ※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

ご存知ですか「行政相談週間」

10月18日（月）から24日

【相談先】

（日）は「行政相談週間」です。この週間は、行政相談（委員）制度を周知し、広く国民のみなさんにこの制度を利用していただくために設けているものです。

総務省東京行政評価事務所では、行政に関する苦情・要望などを受付けています。どうぞお気軽にご利用ください。

☎03(3363)1100 FAX 03(5331)1761 東京総合行政相談所（西武池袋本店7階） ☎03(3987)0229

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、請求書の提出が必要な事業がありますので、ご確認ください。

*請求書の提出は10月12日（火）まで

児童手当・児童育成手当

10月は、各手当の6月分から9月分の支払い月です。

10月15日（金）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、子ども家庭支援センター ☎85-2611

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・金	
16・土	
17・日	
18・月	
19・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8時・前日
20・水	■ウエルカムランチ(11:20～氷川保育園)→11時・先着順
21・木	ヘルシー体操(10:00～福祉会館)
22・金	■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士)→8時・前日 ■森林セラピー健康づくり事業：山里歩き～中山・原～→9月号18時
23・土	
24・日	■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)→11時・10/15
25・月	ヘルシー体操(14:00～文化会館)
26・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8時・前日
27・水	1歳6か月児健診・3歳児健診(13:00～・13:10～保健福祉センター)→9時
28・木	
29・金	
30・土	
31・日	

切り取り線(切り取り後、冷蔵庫などに貼って活用ください)

母子健診日程表	<p>10月27日(水) 保健福祉センター</p> <p>13:00～13:10 受付 1歳6か月児健診 …令和2年2・3月生まれ</p> <p>13:10～13:20 受付 3歳児健診 …平成30年8・9月生まれ</p>
	<p>11月10日(水) 保健福祉センター</p> <p>13:00～13:20 受付 1・2・4・5歳児歯科健診 …平成28・29・令和元・2年10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</p>

《今月の納期11/1(月)》

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

「元気アップおきたま事業」

「元気アップおきたま事業」では、各地区の健康課題に合わせた講話や体操、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。みなさんの「元気アップ」のための情報が得られるよい機会ですので、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

【日時・会場・内容】カレンダー参照

- *プログラムは各月で異なります。
- *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。

※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。紛失された方は、保健福祉センターまでご連絡ください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

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・月	ヘルシー体操(14:00～文化会館)
2・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8📍・前日📍
3・水	■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)→11📍・10/22📍 奥多摩町功労者表彰式(10:00～福祉会館)関係者のみ
4・木	
5・金	
6・土	
7・日	
8・月	■ウエルカムランチ(11:20～古里保育園)→11📍・先着順 絵本といっしょ(11:00～きこりん)→10📍 ヘルシー体操(14:00～文化会館)
9・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8📍・前日📍 ■森林セラピー健康づくり事業: 紅葉見頃のむかし道全線9kmウォーク→16📍・10/25📍(先着順)
10・水	■心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士)→8📍・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)→9📍
11・木	人権身の上・行政相談(13:00～福祉会館)→8📍
12・金	
13・土	
14・日	
15・月	

<11月末までの主なイベント>

- 17日(水) ウエルカムランチ(11:20～氷川保育園)→11📍・先着順
- 17日(水) 森林セラピー健康づくり事業:
紅葉見頃の鳩ノ巣溪谷と白丸湖畔→16📍・10/25📍(先着順)
- 17日(水) 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;奥多摩病院理学療法士による体操)→9📍
- 23日(火) 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)→11📍・11/12📍
- 24日(水) 元気アップおくたま事業(10:00～白丸生活館;栄養講話)→9📍
- 26日(金) 心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士)→8📍・前日📍
- 27日(土) 相続・成年後見相談(13:00～福祉会館)→8📍

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。

参加希望者が数名集まった時に日程調整を行い、随時開催します。

再受講の希望も受付けます。

お気軽に電話でお問い合わせください。

※問い合わせは、福祉保健課

☎83-2777

絵本といっしょ

〔日時〕11月8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

まいたけごはん

「食育ひろば」その161♪

【材料】(2人分)

・米	1合
・まいたけ	50g (約1/2袋)
・油揚げ	10g (約1/2枚)
★	
・醤油	12g (小さじ2)
・酒	10g (小さじ2)
・みりん	6cc (小さじ1)
・塩	1.5g (小さじ1/2)

【作り方】

- ①まいたけを軽く洗い、細かく割く。
- ②油揚げを油抜きし、細切りにする。
- ③米をとぎ、炊飯器の内釜に入れる。
- ④★の調味料を加える。
- ⑤炊飯器の目盛りまで水(分量外)を加え、サッと混ぜる。
- ⑥まいたけと油揚げを加えて炊く。

☆1人分の栄養

エネルギー 293kcal たんぱく質 5.9g
脂質 2.3g 炭水化物 58.9g 食塩相当量 1.6g

★お知らせ★

まいたけなどのきのこ類にはβ-グルカンと呼ばれる多糖類が多く含まれ、免疫力アップや抗腫瘍作用が期待されています。含有量はきのこの種類によって異なります。ぜひ、具材を変えてアレンジして作ってみてください。

ウエルカムランチ ～保育園児と一緒に給食を食べませんか？～

日	時	会場	対象	人数	参加費
10月20日(水)	午前11時20分集合	氷川保育園	原則50歳以上	2~3名 (先着順)	1人300円
11月8日(月)	午前11時20分集合	古里保育園			
11月17日(水)	午前11時20分集合	氷川保育園			

※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。参加者一人ひとりが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。

みなさんのお申し込みをお待ちしております。

〔日 時〕 10月24日(日) 午前9時30分～午後1時30分

11月3日(水) 午前9時30分～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出来る方

*初めてお申し込みをされる方は、担当保健師にお身体の状況をおきかせください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

胃・肺・大腸がん検診の申込受付

【胃・肺・大腸がん検診日程表】

検診日	会場	定員
11月27日(土)	文化会館	各80名
11月28日(日)	福社会館	

〔受付期間〕10月12日(火)から

〔対象者〕令和3年4月1日現在満30歳以上で町内に住所を有する方

*受診を希望される方は早めにお申し込みください。

*胃・肺がん検診のみのお申し込みも出来ます。

ただし、大腸がん検診だけの受診はできませんので、町内および町外の医療機関で受診してください。

また、どちらも検診内容は同じですので、重複して受診しないようにご注意ください。

○受診できない方

- ・胃や十二指腸の手術を受けた方・現在、胃や十二指腸の病気で治療中または経過観察中の方
- ・妊娠している方または妊娠の疑いのある方・自力での安定した立位の保持および歩行のできない方
- ・麻痺などで、手足にしっかり力が入らない方・めまいなどがあり転倒のおそれのある方
- ・バリウムを誤嚥したことがある方

★乳がん検診については9月14日(火)から申込受付を開始しております。

詳しくは、広報おくたま9月号をご覧ください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

胃・肺・大腸がん
検診申込受付ほか

地

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 |



☎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。

0428-83-8555 (直通)

【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。

西多摩くらしの相談センターからお知らせ

◆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。家計の管理が苦手。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～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

*新型コロナウイルスの影響で相談会が中止になる場合もあります。中止となった場合でも、電話でのご相談は随時受付けています。

◆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（スライム作り、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

（中学校卒業から18歳の場合はご相談ください）

*新型コロナウイルスの影響で中止になる場合もあります。

※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/>



10月・11月は里親月間です

都内には、親の病気や虐待など様々な事情により、親元で暮らせない子どもが約4,000人います。そして、その約9割の子どもたちは、乳児院や児童養護施設などで暮らしています。そのような子どもを自らの家庭に迎え入れ、育てるのが「里親」です。

東京都では、「里親」の中でも、養子縁組を目的とせず子どもを育てている家庭を、養育家庭（ほっとファミリー）と呼び、一人でも多くの子どもがほっとファミリーのもとで育つよう制度周知に努めています。興味、関心のある方は下記までお問い合わせください。

〔問い合わせ先〕

東京都福祉保健局 少子社会対策部 育成支援課

☎03-5320-4117 / ☎03-5320-4135

○ホームページ

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/satooya/seido/hotfamily/satooya/index.html>



東京都里親制度普及啓発キャラクター「さとべん・ファミリー」

▼奥多摩消防署 からお知らせ▲

☆令和3年度救急業務 協力者へ感謝状を贈呈

多年にわたり救急行政に深い関心と理解を示され、救急業務への協力や救命講習の積極的な受講などをされた方々へ感謝状を贈呈しました。

受賞された方々はつぎのとおりです。(順不同)

○救急部長感謝状

- ・東京都水道局小河内貯水池管理事務所 様
- ・奥多摩病院 看護師長

向田 敦子 様

○奥多摩消防署長感謝状

- ・有限会社 和井田商会 様
- ・梅沢自治会 様

・小河内自治会原組 様

☆電気火災にご注意を!

電気は、私たちの日常生活において必要不可欠なエネルギーです。

その一方、電気や電気製品にかかわる火災は、東京消防庁管内で毎年1千件以上

発生しており、全火災件数に対する割合は近年大きく増加しています。

★電気火災を防ぐポイント

- ・たこ足配線をしない!
- ・コンセントにほこりをためない!
- ・電気プラグはしっかりと差し込む!
- ・傷んだ電気コードは使用しない!
- ・電気機器の使用方法を理解し、間違った使い方をしない!

※問い合わせは、奥多摩消防署予防係

☎83・2299

▼青梅警察署 からお知らせ▲

☆令和3年中青梅警察署 管内の特殊詐欺被害 (9月6日現在)

特殊詐欺の被害が12件発生しており、被害額は約1390万円です。

特殊詐欺の未然防止件数は7件、被害防止金額は

関係機関お知らせ

927万円です。

☆「STOP!ATM」での 携帯電話にご協力をお願いします

還付金詐欺の手口は、自治体の職員などを装って電話をかけ、医療費の過払いがある、受け取れる給付金があると申し向け、被害者をATMに誘導し、携帯電話越しにATMの操作を指示しながら、犯人の指定する口座にお金を振り込ませるといったものです。

還付金詐欺の手口の根幹をなす、ATMでの携帯電話を使った指示をできなくするため、ATMでの携帯電話の通話はしない、させない、「STOP!ATM」での携帯電話「運動の取り組みを都内全域に広げ還付金詐欺の撲滅を目指します。

ATMを利用される方にはご不便をおかけすることになります。大切な財産を卑劣な犯人から守るための取り組みですので、ご

理解とご協力をお願いします。

☆ATMを利用される方の中に、携帯電話で誰かと話しているような方はいませんか?

ATMには各金融機関につながる備え付けの電話、もしくはインターフォンなどがあります。操作方法がわからない場合はそちらをお使いください。

携帯電話で通話をしながら操作している方を見かけた場合はお声かけ、もしくは近くの職員へお伝えください。また、ATMにおいて携帯電話をご使用の方には警察官、金融機関職員などからお声かけをさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

※問い合わせは、青梅警察署防犯係 ☎22・0110

内線2612

【東京しごとセンター多摩】

就職面接会など様々な就業支援セミナーを実施しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

*QRコード参照

※問い合わせは、観光産業課 ☎83・2295



東京都最低賃金改正のお知らせ

東京都最低賃金は、令和3年10月1日から、**時間額1,041円**に改正されました。

東京都内で働く全ての労働者に適用されます。

※問い合わせは、東京労働局労働基準部賃金課 ☎03(3512)1614

【都税について】

☆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、「大気汚染」「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。

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
東京都主税局課税部課税指導課

☎03(5388)2958

☆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28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11月1日(月)までに提出してください。

なお、ご提出のない場合は減免が受けられなくなり、※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)

☆不動産取得税における認定長期優良住宅の特例について

令和4年3月31日までに一定の要件を満たす認定長期優良住宅を新築した場合、または新築未使用の認定長期優良住宅を購入した場合の不動産取得税については、住宅の価格(評価額)から1300万円(価格が

1300万円未満である場合はその額)が控除されます。

認定長期優良住宅の特例適用を受けるには申告が必要ですが、詳細は、ホームページまたは八王子都税事務所(☎042(644)1111)へお問い合わせください。

☆宿泊税の課税を再開しました

東京都では、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催などに伴い、令和3年9月30日まで宿泊税の課税を停止していましたが、10月1日より宿泊税の課税を再開しました。

※問い合わせは、千代田都税事務所事業税課個人事業税班(宿泊税担当)

☎03(3252)7141
東京都主税局課税部課税指導課個人事業税班(宿泊税担当)
☎03(5388)2956

関係機関お知らせ

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(第1月曜日・毎週水・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。

ご寄付ありがとうございます

ございました

5万円 杉山 喜作 様
葬祭費の一部を福祉のために

(長畑)

新型コロナウイルス感染症の状況により、イベント・催しなどが中止または延期となる場合があります。

詳しくは、各担当へ問い合わせるか、町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

【森林セラピーツアー】

詳細



毎月第1日曜日&第3木曜日
 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ダードプラン (FOREST for Rest)

①四季の森とツボに触れ合う『ツボ押し&セルフ灸』
 『秋の「金」編』呼吸から気血の巡りを改善し自律神経の働きを整えよう』10月10日(日)

【登山・観光ツアー】

①登山＜東京の山里巡り＞大丹波〔都道202号不通区間を歩いて繋ぐ、岩茸石山登山〕10月27日(水)
 ②登山＜鷹ノ巣山〔紅葉の浅間尾根と富士山の絶景〕10月30日(土)
 ★「町民割引価格」あり！詳細はお問い合わせください。
 ＊各ツアーとも参加費用が

発生しますので、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
FAX83-8856

【山のふるさと村 体験教室】

詳細



①山ふる干し柿作り体験(予約不要・現地受付)11月20日(土)・21日(日)

②ゆずの収穫(ゆずジャム・こんにゃく作り)とそば打ち体験(1泊2日・ケビン泊)11月26日(金)～27日(土)

③陶器ランプ作り・12月4日(土)

④ペンチチェスト作り・12月19日(日)

(申込)官製はがき、FAX、Eメールで

FAX86-2553

E-mail: yamahuru@town.okutama.tokyo.jp
 ※問い合わせは、山のふるさと村管理事務所

☎86-2556

【奥多摩都民の森 体験教室】

詳細



①山里倶楽部・第3回山里歩き(峰・奥周辺)へ1泊2日(11月10日(水)～11日(木))

②奥多摩アウトドア体験・第6回サイクリング(1泊2日)11月13日(土)～14日(日)

③奥多摩山歩き・第5回大菩薩嶺(1泊2日)11月20日(土)～21日(日)

④奥多摩山しごと体験・第6回枝打ち(1泊2日)11月27日(土)～28日(日)

⑤日帰り御前山歩き・第9回御前山(日帰り)12月8日(水)

(申込)官製はがき、FAX、Eメールで

FAX86-2553

Eメールで FAX83-3633
 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

森林セラピー健康づくり事業 ～町民対象～

ツア一名	日時
① 紅葉見頃のむかし道全線9kmウォーク	11月9日(火)
② 紅葉見頃の鳩ノ巣溪谷と白丸湖畔	11月17日(水)

＊①のツアーは健脚向けコースです。

＊①・②のツアーともにトレッキングシューズの着用がおすすめです。

〔参加費〕500円 〔定員〕21名 ※いずれも先着順

〔受付期間〕10月19日(火)午前8時30分～25日(月)午後5時15分

＊申し込みが7名未満の際は、ツアーが中止となる場合があります。

＊申し込みは、原則、ひと月に1ツアーのみとさせていただきます。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

※ツアー内容の問い合わせは、一般財団法人おくたま地域振興財団

☎83-8855

