

おくたま

8月号



わさびー

2026.8 No.872 (令和 8年 8月 5日 発行)



わさびー

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

町の世帯と人口

	7月1日現在 (前月比)
世帯数	2,430 (12減)
人口	4,298 (26減)
男	2,155 (11減)
女	2,143 (15減)

人口動態 (6月中)

転入	9	転出	18
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

観光大使の寺島 進さんが 釣りイベントで 地域住民と交流しました



▲大丹波国際虹鱒釣場での集合写真 【わさびー右隣りが寺島さん】



6月27日に地域の住民みなさんとの交流を目的に、観光大使 寺島進さんと町内管理釣り場で釣りイベントを開催しました。当日は、残念ながら台風の影響により一部内容を変更して実施しました。また、この日は大丹波川国際虹鱒釣場開設70周年を記念して地元住民のみなさんとイベントを開催しました。金管楽器の演奏では、寺島観光大使主演のテレビドラマ「駐在刑事」のテーマソング「アトムホーム」で観光大使をお迎えして会場は、たいへん盛り上がりました。

参加型展覧会の作品を募集します

奥多摩町まちづくり委員会では、参加型展覧会「#KEEP BLUE+GREEN National Park みんなでつくる、奥多摩のいきもの展」を開催します。

開催にあたり、町内保育園、小中学校へ作品制作を依頼しているほか、町民みなさんから作品の募集を行います。テーマは「奥多摩の自然及び生きもの」で、自然、動物、植物などジャンルは問いません。

作品募集について詳しくは、自治会を通じて回覧するチラシをご覧ください。

〔展覧会会期〕11月7日(土)～令和9年1月11日(月・祝)

〔会場〕せせらぎの里美術館

※問い合わせは、企画財政課 ☎83-2360



交通安全講習会に参加しましょう

秋の交通安全運動が9月21日(月・祝)から30日(水)までの10日間、全国一斉に行われます。

また、運動の重点は次のとおりです。

○歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進

○夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶

○自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールを理解・遵守の徹底

この運動に先立ち、「交通安全講習会」をつぎの日程で開催します。

〔日時〕8月22日(土) 午前10時から

〔会場〕文化会館2階 視聴覚室

秋口以降は、薄暮時間帯から夜間にかけて歩行者が当事者となる重大事故が多発傾向にあることから、安全な横断方法などの実践に加えて反射材用品や早めのライト点灯、さらに携帯電話などの使用による死亡・重傷事故が急増していることから「ながらスマホ」の根絶を重点とします。

この機会に、みなさんご自身やご家族の方、また、ご近所の方をお誘いあわせの上、ぜひ受講していただき、道路交通法や交通安全に関する知識を深めるとともに、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけ、交通事故ゼロの町を目指しましょう。



～6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	5件	242,000円
奥多摩のこどもたちへの教育や伝統文化の奨励などのため	1件	24,000円
少子高齢化が進む奥多摩の福祉のため	1件	17,000円
財政運営資金の一端（一般寄付）として	3件	109,000円
合 計	10件	392,000円

自治委員の委嘱

つぎの方々が、4月1

日付で自治委員(自治会

長)として委嘱されまし

た。任期2年(敬称略)

(自治会) (氏名)

川井 清水芳明(新)

大丹波 加藤竜也

梅沢 濱野武雄

丹三郎 原島久治(新)

小丹波 宮崎洋一

棚沢 清水勝彦(新)

白丸 市川政光(新)

大氷川 長田一雄(新)

常磐 河村光春

長畑 原島肇

南氷川 小峰将史

栃久保 増田勝彦

大沢 天野成浩(新)

日原 黒澤庄悟

海沢 村本文男

中境 坂本新一

中山 森田泰宏

小河内 青木慶一

自治会連合会長に
加藤竜也氏

5月28日に行われま

した自治会連合会総会

において、大丹波自治

会長の加藤竜也氏が連

合会長に、また、連合

副会長に小丹波自治会

長の宮崎洋一氏および

南氷川自治会長の小峰

将史氏が選任されまし

た。



《今月の納期》

8月31日(月)《

町都民税第2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2期分

9月6日(日) 総合防災訓練の日

～今回は台風の接近を想定した風水害訓練を実施します～

今年の総合防災訓練は、気象庁が新たな防災気象情報の運用を開始したことから、台風の接近を想定した風水害訓練を行います。当日は、防災行政無線により、**午前6時45分に訓練実施の事前放送**を行います。これに合わせ、各ご家庭で、避難が発令された際にどう行動するか、確認をしてください。

また、午前7時30分に「高齢者等避難」、午前7時45分に「避難指示」発令を防災行政無線で行います。住民みなさんは、各自治会の避難訓練に参加してください。

訓練終了後、午後1時15分から、文化会館において、地域の自助・共助能力向上を目的に活動している(一社)東京減災・防災ネットワークによる「体験型防災訓練・講座」を開催しますので、ぜひご参加ください。詳細については、後日、回覧などでお知らせします。

※問い合わせは、地域防災課 ☎ 83-2349

第27回奥多摩町民チャリティーゴルフ大会

〔日程〕10月8日(木) 〔会場〕飯能くすの樹カントリー倶楽部

〔参加資格〕趣旨に賛同された方(町在住または在勤者) 〔募集人数〕150名(先着)

〔参加費〕3,000円(賞品、チャリティー金1,500円含むなど)

〔プレー費〕セルフプレーのみ11,500円(グリーンフィ、乗用カート、諸経費利用税など)

〔申込期限〕8月28日(金)

〔申込方法〕福社会館、文化会館にある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて町社会福祉協議会(福社会館内)に提出してください。

*募集締め切り後にキャンセルした場合は、参加費をチャリティー募金とさせていただきます(ただし、代理参加可)

*中止の場合は参加費を返金させていただきます。

〔主催〕町民チャリティーゴルフ大会実行委員会

※問い合わせは、実行委員長・木村 圭 ☎ 83-3855(福社会館内)



令和8年度 自衛官等採用案内

自衛官候補生・一般曹候補生・予備自衛官補（一般・技能）などの募集をしています。

*採用案内詳細は、自衛官募集ホームページ
(<http://www.mod.go.jp/gsd/f/jieikanbosyu/>)
でご確認ください。



※申し込み・問い合わせは、

自衛隊東京地方協力本部福生募集案内所 ☎042-551-4725

東京都福生市本町142 マサビルB館2F

ホームページ

(<http://www.mod.go.jp/pco/tokyo/fussa>)



住民課からの
お知らせか

マイナンバーカードに関する手続きは予約制です

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

〔受付時間〕平日の午前9時から11時まで、午後1時30分から4時まで

*土曜日、日曜日、祝日は窓口を開設していません。

（夜間または休日窓口開設時を除く）

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

*仕事や学校などで平日日中の来庁が難しい場合は、ご相談ください。

※申し込み、問い合わせは、住民課 ☎83-2182



産前産後期間の国民年金保険料が免除となります

出産予定月または、出産月の前月から4か月分の国民年金保険料が免除されます。多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月分の保険料が免除されます。産前産後として認められた期間は、保険料が納付されたことになり将来の年金受給額は減りません。

対象者は平成31年2月1日以降に出産された国民年金第1号被保険者です。

※問い合わせは、ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

または、青梅年金事務所 ☎30-3410 年金機構2次元コード



児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成制度

【現況届提出のお願い】

〔受付期間〕8月3日（月）～21日（金） 〔提出場所〕子育て定住推進課（きこりん）

〔対象者〕

児童扶養手当を受給中の方・ひとり親家庭の医療証をお持ちの方、また所得制限を超えているためこれらの手当や助成を受けられていない方に現況届の案内通知をお送りしました。

現況届は、今後対象となるかの可否を審査する際に必要な手続きです。提出がないと、継続して手当や助成が受けられなくなりますのでご注意ください。現在該当していない方も必ず提出してください。

※問い合わせは、子ども家庭支援センター・きこりん ☎85-2611

町営若者住宅の入居者募集

町営若者住宅は、「将来ご自分の住宅を取得し、町に永住していただくための第一歩になれば」と低額な家賃設定とした賃貸住宅です。

募集物件の詳細は、2次元コードをご確認ください。



〔申込資格〕年齢条件については、以下のいずれかに該当する方

- ①年齢が40歳以下の夫婦。
- ②50歳以下の方で子ども(中学生以下)。

*入居期間は世帯主の年齢に応じ、原則として7～12年以内となります。

*住宅使用により、奥多摩町に確実に住所登録できる方などその他条件があります。

申込資格などの詳細(募集要項)は、2次元コードから町ホームページをご確認ください。

〔申込受付期間〕8月5日(水)から8月31日(月)まで

〔入居予定日〕10月上旬以降

〔注意点〕

*内覧をご希望される方は事前予約が必要になります。

*申込者が定員を超えた場合は、奥多摩町選考基準により決定します。



大丹波【南平】分譲地販売中

町では、若者の定住対策を重点施策として、分譲地や町有地を販売しています。

〔募集物件情報〕大丹波南平地内分譲地(12,169円/㎡・単価)

住 所	面 積	販売価格
大丹波142-2	340.42㎡ (約103.16坪)	4,142,000円

〔申込資格〕年齢条件については、以下のいずれかに該当する方

- ①年齢45歳以下の夫婦
- ②子ども(18歳以下)がいる世帯
- ③35歳以下の単身者

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

*申込資格など条件の詳細(募集要項)および本物件以外にも分譲地や町有地を販売していますので、詳しくは下記2次元コードから町ホームページをご確認ください。



※このページの申し込み、問い合わせは、子育て定住推進課若者定住推進係 ☎83-2310

きこりんからのお知らせ

【心理・発達相談】

〔日時〕

8月14日（金）、18日（火）

28日（金）

9月1日（火）、11日（金）、

15日（火）、25日（金）

午前10時30分～

午後3時30分

（予約制）

18歳未満のお子さんに關することなら、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。



【ママ♡ヨガ】

町内在住の女性を対象にしたヨガ教室です。ヨガを通して自分のからだに向き合いませんか？

〔日時〕 9月4日（金）

午前10時から11時30分

〔会場〕文化会館1階

多目的ホール

〔講師〕高橋 志保 先生

〔ヨガインストラクター〕

〔対象〕町内在住の女性

〔参加費〕無料

〔持ち物他〕飲み物・タオル・

ヨガマット（お持ちの方）

*ヨガマットは10枚まで当日貸し出し可能

〔申し込み〕託児を希望さ

れる方のみ、土日祝日を除いた各開催日の3日前までにご連絡ください。



【キッズ・リトミック】

♪音楽を聞き、全身で自由に表現するリトミック！親子で楽しくスキンシップ！

〔日時〕 9月10日（木）

午後3時～3時45分

〔会場〕文化会館1階

多目的ホール

〔講師〕小峰 博美 先生

梶川 由佳 先生

〔対象〕町内在住で入会時に生後6か月以上の未就学

児と保護者

〔募集人数〕大人1名と子

ども1名のペア8組程度

〔参加費〕無料

〔申し込み〕9月2日（水）

まで

【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〕①9月14日（月）

午前11時～11時40分

〔会場〕きこりん

〔内容〕相談員の読み聞かせ・指遊び・簡単工作作り

子どもの応急対応～こんなときはどうする？

奥多摩消防署救急係の方から、子どもの誤飲除去法、心肺蘇生法、AEDの使い方などを教えていただき、体験する会を開催します。また、日常生活の中で乳幼児期のお子さんに起こりやすい事故の予防についてのお話もお聞きします。救急車の見学も予定しています。

〔日時〕 9月17日（木） 午前10時～正午 （受付：午前9時40分から）

〔会場〕文化会館1階 多目的ホール

〔内容〕「子どもの誤飲除去法を知ろう！心肺蘇生法・AEDを体験しよう！」

〔講師〕奥多摩消防署救急係

〔対象〕子育て中の保護者の方やその家族、子育てをお手伝いする方、ファミリー・サポート・センター会員、病後児会員さんなど

〔申込期限〕 9月10日（木）

*民生児童委員子育て支援部によるお子さんの託児サービスもあります。ご利用の方は、お申し込みの際にお伝えください。

児童手当の支払いについて【8 月期支払い】

児童手当の 6 月分から 7 月分の支払い月です。8 月 17 日(月)に指定の口座へ振り込みますので、ご確認ください。

※問い合わせは、子ども家庭支援センター・きこりん ☎ 85-2611

森林セラピー健康づくり事業 ～町民対象～

ツアー名	日程	参加費	定員	申込フォーム
①山のふるさと村 de ごはん Cafe やませみランチと藍染体験	9月25日(金) 9:20～16:00	500円	21名 (先着順)	
②紅葉の三窪高原	10月14日(水) 9:00～16:40	500円	21名 (先着順)	
③日の出山&御岳山	10月20日(火) 9:20～16:00	500円	21名 (先着順)	

*申し込み先などが、一般財団法人おくたま地域振興財団に変更になります。

〔申込期間・時間〕①8月12日(水)午前8時30分～19日(水)午後5時15分

②・③9月14日(月)午前8時30分～21日(月・祝)午後5時15分

〔申し込み方法〕電話または上記申込フォームから申し込みください。

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

*申し込みは、ひと月に1ツアーのみとなっておりますのでご了承ください。

〔その他〕①整備された道ですが、歩きやすい服装と靴でお越しください。

②・③登山となりますので、歩きやすい服装と靴でお越しください。

*実施日の14日前に申込人数が7名未満の場合、そのコースは中止となります。

※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



～アルツハイマーデー奥多摩～ 映画会&オレンジカフェを実施します

地域包括支援センターでは、9月のアルツハイマー月間にあわせ、アルツハイマーデー奥多摩・映画会&オレンジカフェを開催します。

〔日時〕9月19日(土)午後1時30分～3時30分(受付は午後1時から)

〔会場〕福祉会館1階 集会室 〔内容〕映画会(ケアニン)

*映画会終了後、オレンジカフェを開催します。お茶を飲みながら認知症についてみんなで考えましょう。

〔定員〕100名(町内在住者対象・先着申し込み順) 〔参加費〕無料

〔申込方法〕電話にて申し込みください。

※申し込み、問い合わせは、地域包括支援センター ☎ 83-8555

携帯番号080-1390-5072

*駐車場は、氷川小学校校庭をご利用ください。



「食育ひろば」その219♪

ズッキーニのからあげ

材料(4人分)

- ・ズッキーニ 400g(2本)
- ・片栗粉 54g(大さじ6)

【A】

- ・酒 15g(大さじ1)
- ・しょうゆ 18g(大さじ1)
- ・鶏がらスープの素 5g(小さじ2)
- ・おろししょうが 5g(小さじ1)
- ・おろしにんにく 5g(小さじ1)

【作り方】

1. ズッキーニは半分に切ったあと、くし切りにする。
2. ポリ袋にズッキーニ、調味料【A】を入れてもみ込む。
3. 別のポリ袋に片栗粉を入れ、2のズッキーニを入れて片栗粉を全体にまぶす。
4. フライパンに油(分量外)を入れて中火で熱し、揚げ焼きにする。

【1個分の栄養価】

エネルギー 145kcal たんぱく質 3.5g

脂質 5.2g 炭水化物 23.8g 食塩相当量 1.2g

★食育コラム★

～地域の特産品や旬の食材を食べよう！～

四季のある日本では、季節によってたくさん出回る野菜や魚があります。その旬のときにとれる食材は、比較的安価で栄養価も高いものが多いです。夏に旬を迎える食材はナス、トマト、ズッキーニ、キュウリなどです。ぜひ食卓に並べてみてください。

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
9月11日(金)	午前11時20分集合 午後1時頃終了	古里保育園	原則50歳以上	2～3名 (先着順)	1人400円
9月16日(水)		氷川保育園			
10月6日(火)		古里保育園			

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

【楽々筋力トレーニング】

〔日 時〕 9月13日(日)

午後1時30分～3時

〔会場〕 福祉会館2階 機能訓練室

〔持ち物〕 上履き、タオル、

水分補給用の飲み物

【簡単！やさしいお食事づくり講習会】

〔日 時〕 9月5日(土)、26日(土)

午前9時30分～午後2時30分

〔会場〕 保健福祉センター 栄養指導室

〔持ち物〕 参加費200円、エプロン、

三角巾、手拭き用タオル

上記のトレーニング・講習会の対象者はつぎの方々です。

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、会場にいらっしゃることができる方。

* 参加申し込み後に、お身体の状況を教えていただき、この講習会について事前に説明をさせていただきます。

* 付き添いの方のご参加についてはご相談ください。

※このページの申し込み・予約、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

胃・肺・大腸がん検診の申し込みについて

胃・肺・大腸がん検診日程表

検 診 日	会 場	定 員
10月 3日(土)	福社会館	各 80 名
10月 4日(日)	文化会館	

〔受付期間〕 8月13日(木) から26日(水) まで

〔対 象 者〕 満40歳以上で町内に住所を有する方

〔申込方法〕 電話または申込フォームからお申し込みができます。



* 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できます。

* **大腸がん検診だけの受診はできません。** 大腸がん検診単体での受診を希望される場合は、健康診査と併せて町内および町外の契約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。

* 申込人数によって受付開始時間が異なります。また、時間指定はできません。

* 福社会館で受診される方の駐車場は、氷川小学校校庭になります。

○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のある方



○がん検診の見直しについて

国の「がん予防重点健康教育およびがん検診実施のための指針」が令和7年12月24日に一部改正され、肺がん検診として行っていた喀痰細胞診検査が令和8年度から廃止されました。町でもこの指針の改正に伴い、令和8年度は周知期間として従来どおり50歳以上の重喫煙者を対象に喀痰細胞診を行います。令和9年度から廃止する予定となっております。ご理解のほど、よろしくお願いします。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

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”

〔日時〕 9月12日(土) 午後2時～4時(開場: 午後1時30分～)

〔会場〕 公立福生病院1階 多目的ホール 〔定員〕 30名(要申込)

〔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

〔費用〕 無料

* 感染症などの影響により開催中止となる場合があります。予めご了承ください。

※申し込み、問い合わせは、(一社)西多摩医師会 ☎ 23-2171

元気アップおくたま事業

「元気アップおくたま事業」では、各地区に保健・運動・栄養・歯科の専門家が出向いて町民みなさんがいつまでも元気で生活を送れるようにサポートするためのプログラムを楽しく実施します。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、お住まいの地域で実施される日程にぜひご参加ください。申し込みは不要で参加費は無料です。

月 日	会 場	時 間
8月18日(火)	南氷川生活館	午後 1時30分 ~ 3時00分
26日(水)	福社会館2階 和室	午前10時00分 ~ 11時30分
9月 1日(火)	栃久保自治会館	午後 1時30分 ~ 3時00分
4日(金)	峰谷生活館	午後 1時30分 ~ 3時00分
8日(火)	日原生活館	午前10時00分 ~ 11時30分
9日(水)	大沢生活改善センター	午前11時00分 ~ 午後1時00分
14日(月)	長畑生活館	午後 1時30分 ~ 3時00分

シニアのためのスマートフォン教室

スマートフォンの活用法がやさしく学べる講座形式のスマホ教室と、使い方や操作方法に関する疑問や不安の解消のための相談会を開催します。

〔日程〕9月10日(木)

〔会場〕福社会館2階 会議室A

〔参加対象〕60歳以上の町内にお住まいの方

〔参加費〕無料

〔申込受付〕8月17日(月) から

【スマホ教室】スマホの基本操作と活用術その2

〔時間〕午前10時~11時

〔定員〕10名 *テキストを用いた講座形式の教室

【スマホ相談会】

〔時間〕①午前11時~正午 ②午後1時~2時 *予約制:1人30分



ヘルシー体操日程

月 日	会 場	時 間
8月20日(木)	福社会館	午前10時~11時30分
27日(木)	文化会館	午前10時~11時30分
9月 7日(月)	文化会館	午後 2時~ 3時30分
17日(木)	福社会館	午前10時~11時30分

※このページの申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

身体障害者の方の無料巡回相談

10月8日(木) 東京都青梅合同庁舎内、西多摩福祉事務所において巡回相談がおこなわれます。巡回相談では、身体障害者手帳の申請および補装具の交付などに必要な診断が無料で受けられますが、今年度は、肢体不自由のみの実施となりますので、ご注意ください。ご希望の方は、8月24日(月)までにお申し込みください

心身障害者福祉手当などの支払いについて

20歳以上65歳未満で、心身に次のいずれかの程度の障害を有する手帳の交付を受けた方が対象です。

- (1) 身体障害者手帳で1級から4級の交付を受けている方
- (2) 愛の手帳で1度から4度の交付を受けている方
- (3) 脳性マヒまたは進行性筋萎縮性を有する方

都制度：月額1万5,500円(身体障害者手帳1・2級および愛の手帳1～3度の方など)

町制度：月額1万600円(身体障害者手帳3級および愛の手帳4度の方)

町制度：月額6,400円(身体障害者手帳4級の方)

*ただし、所得制限があります。

・精神障害者保健福祉手帳1級または2級の交付を受けている方

町制度：月額5,000円

・令和8年4月～7月分を8月17日(月)に指定の口座へ振り込みます。



西多摩地域広域行政圏協議会主催 地域包括ケアシステム連携事業 住民向け講演会

西多摩地域8市町村(青梅市、福生市、羽村市、あきる野市、瑞穂町、日の出町、檜原村、奥多摩町)は、在宅医療介護に関する普及啓発のため、認知症に関する無料の講演会を開催します。ぜひこの機会にご参加ください。

〔日時〕10月17日(土) 午後1時30分開演(午後1時開場)

〔講師〕秋川病院 院長 植田 宏樹 氏、ディジュリドゥ奏者 NATA 氏

〔会場〕トラストルピア ルピアホール(あきる野市秋川1-8) 〔費用〕無料

〔内容〕講演

「太古の響きに身を委ね心豊かに過ごすために」～認知症の話とディジュリドゥのしらべ～

〔定員〕200名(事前申込制) 〔申込開始日〕8月17日(月)

〔申込方法〕9月30日(水)までに、申込フォームまたは、福祉保健課までお申し込みください。

*申込フォーム <https://logoform.jp/form/LaiY/1659653>

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。参加を希望される方と日程調整を行い、随時開催させていただきます。再受講の希望も受け付けます。お気軽にお電話でお問い合わせください。

※このページの申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

非課税世帯等エアコン購入費助成事業

熱中症などによる健康被害の予防を図ることを目的に、経済的な理由により自宅にエアコンを設置していない世帯などに対し、エアコンの購入および設置に要する費用を助成します。
〔対象者〕

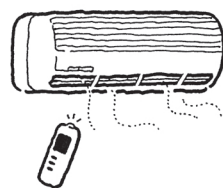
町に住民登録があり、実際に居住している世帯で、自宅にエアコンが1台もない、故障中により使用できるエアコンが1台もない、または、平成28年以前に製造されたエアコンのみを使用している世帯で次のいずれかに該当する世帯

- ①令和7年度住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯
- ②令和8年度住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯
- ③児童扶養手当受給世帯

＊事業用のエアコンは対象外です。

＊申請前に設置されたエアコンは対象外です。

＊同じ住宅に住んでいる複数世帯からの重複申請は対象外です。



〔対象経費〕

- ①エアコン本体購入費用 ②配送費 ③設置費(設置に係る工事費を含む) ④撤去費

〔助成金額〕

対象経費の総額の実支出額と10万円と比較して少ないほうの額(上限10万円)

東京都が実施している東京ゼロエミポイント事業との併用が可能です。

〔申請期限〕11月30日(月)まで

※問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

第41回「奥多摩ふれあいまつり」

10月24日(土)・25日(日)の2日間で「奥多摩ふれあいまつり」を開催します。
開催にあたり、出展者・出演者を募集します。

応募期間は8月5日(水)～9月4日(金)午後5時までとなります。

申請書などは、役場1階観光産業課、福祉会館、子ども家庭支援センターに設置しています。

詳しい条件などは町ホームページをご覧ください。

※問い合わせは、観光産業課 ☎83-2295

子ども国際交流音楽祭「合唱団参加者」募集

子ども国際交流音楽祭では、羽村市・昭島市・檜原村・奥多摩町の子どもたちによる合唱団を編成し、オーストリア・ウィーンの演奏家などと共演します。

本場の音楽に触れる絶好の機会ですので、多くの方のご応募をお待ちしています。

〔対象者〕町内在住の小学4・5・6年生、中学生および高校生

〔日時〕令和9年2月11日(木・祝)午後3時～

〔会場〕羽村市生涯学習センター「ゆとろぎ」大ホール

※日曜日(9回程度)に練習を行いますので参加していただきます。

〔申込方法〕申込書に必要事項を記入のうえ、9月25日(金)までに、役場3階教育課へ提出してください。

※申し込み、問い合わせは、教育課 ☎83-2246

第4回奥多摩スポーツフェスティバル開催

町では、町民みなさんが一堂に会して、スポーツなどを通じて住民同士の交流と健康増進を図ることを目的に、奥多摩スポーツフェスティバルを開催します。

スポーツ体験や健康コーナー、抽選会など、様々なプログラムをご用意しますので、みなさんお誘いあわせのうえお越しください。

〔日時〕 9月27日(日) 午前9時～正午 〔会場〕 古里小学校校庭・体育館および文化会館

* 詳細については後日、回覧などでお知らせします。

「青少年応援プロジェクト@奥多摩」講演会

青少年対策地区委員会連絡協議会では、主に高校生以下の子供を対象として、講演会を開催します。多くの方の参加をお待ちしています。

〔日時〕 9月27日(日) 午後1時30分～

〔会場〕 文化会館2階 視聴覚室

〔講師〕 松浦 晃久 氏(サウンドプロデューサー)

*「音楽はハート」をモットーに平井堅、絢香、徳永英明、

JUJU、中島美嘉、秦基博、miwa、リトルグリーモンスター、

小山豊(津軽三味線)等、多岐にわたり数多くのアーティストを手掛ける。

〔内容〕「音楽って面白い!～音と仲良くなる方法～」*高校生以上の方も参加可



令和8年度ジュニア育成地域推進事業☆卓球教室☆

ジュニア育成地域推進事業として、第2回卓球教室を開催します!興味のある方は、見学、体験にお越しください。

〔日時〕 10月4日(日) 午前9時～午後2時30分(途中からの参加も可能です)

〔会場〕 奥多摩中学校体育館

〔対象者〕 小学3年生～高校3年生 *小学3年生以下は保護者同伴をお願いします。

〔服装〕 運動のできるジャージなど、室内履きまたは運動靴

〔持ち物〕 ラケット(貸出あり)・タオル・飲み物 〔参加費〕 無料

〔申し込み〕 役場3階教育課または文化会館にある申込用紙に、必要事項を記入のうえ、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〕 奥多摩町スポーツ協会卓球部

▶ 剣道部 大澤 由香里 氏



7月11日に、東京都市町村スポーツ協会連合会から町スポーツ協会連合会剣道部の大澤由香里氏(海沢)が、スポーツ協会の発展ならびにスポーツの普及に貢献した功績が認められ、表彰されました。おめでとうございます。

東京都市町村総合スポーツ大会表彰受賞

青梅警察署からのお知らせ

～気を付けましょう！管内の特殊詐欺被害～

6月末現在、管内の特殊詐欺被害認知件数は13件で、被害総額は、約1億4,000万円です。

【サポート詐欺が増えています】

サポート詐欺とは、パソコンでインターネットを閲覧中に突然ウイルス感染したかのようなウソの画面を表示させたり警告音を発生させるなどして、ユーザーの不安を煽り、画面に記載されたサポート窓口で電話をかけさせ、サポートの名目で金銭をだまし取ったり、遠隔操作ソフトをインストールさせたりする手口です。

【手口】

電子マネーでの支払い要求

「サポート費用やセキュリティ料として〇万円必要です。コンビニや電子でマネーカードまたは、ギフトカードを買って、裏面の番号を教えてください。」と要求する。

【対応要領】

①ニセの警告画面が出たら電源を落とす。

→ブラウザを終了する。

→ブラウザを終了できない時は、強制終了するか、パソコンを再起動する。

②警告表示画面の指示に従わない。

→警告画面に表示させた電話番号に電話しない。

→警告画面に表示されたアプリやソフトウェアなどをインストールしない。

*インストールしてしまった場合は、ネットワークから切断してウイルスチェックを行い、インストールしたアプリなどをアンインストールしてください。

可能であれば、大手家電量販店などでウイルス感染の有無のチェックや駆除などの相談をしましょう。

※問い合わせは、青梅警察署 防犯係 ☎22-0110(内線2162)

青梅警察署からの
お知らせほか

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 |



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。

消防署からのお知らせ

119番通報は、つながるまで切らないでください

火災や事故などの発生時に、119番通報をしても、つながりにくい場合がありますが、つながるまで電話を切らないでください。

119番通報はつながった順番で対応しているため、つながる前に切ってしまうと順番が最後になる可能性があります。東京消防庁から電話を切断することはありませんので、つながるまで電話を切らないでください。

また、緊急性の高い通報に対応するため、不要不急の電話については話を最後まで聞かず、切断する場合があります。

「東京版救急受診ガイド」がリニューアル

急な病気やけがをした際に、「今すぐ病院に行くべきか」、「救急車を呼ぶべきか」迷ったときにインターネットで症状の緊急度を確認できる「東京版救急受診ガイド」を提供しています。スマートフォンなどからQRコードをスキャンし、症状をテキストや音声で入力することで、簡単に緊急度を判定できます。

いざという時、落ち着いて使えるように試してみてください。

ネットで判断

東京版救急受診ガイド

緊急度の判定から医療機関の案内までを、シームレスに利用できます。



まずは落ち着いて

「緊急度判定」と「医療機関案内」のうち「緊急度判定」を選択します。

※医療機関案内だけの利用も可能です。

症状の入力

年齢や性別を入力した後に、音声やテキストで症状を入力します。

緊急度判定の結果

症状から判定した緊急度を表示します。赤の場合、119番へ電話するボタンが表示されます。

医療機関の検索

緊急度判定をした場合、判定した症状に適した診療科目に自動でチェックが入ります。

医療機関の検索結果

現在地、受診日時及び診療科目等の条件に応じて、受診可能な医療機関を検索できます。



救急受診ガイドはこちら



判定結果によって緊急度が分かります。

赤 救急車要請 「今すぐ救急車」で病院に行った方がよい
橙 今すぐに受診 「1時間以内」に病院に行った方がよい
黄 これから受診 「6-8時間以内」に病院に行った方がよい
緑 明日には受診 「24時間以内」に病院に行った方がよい

- ▶ 音声又はテキストで症状を直接入力
- ▶ 入力された症状からAIを介して緊急度を判定
- ▶ 判定結果から、受診可能な医療機関を近い順に案内
- ▶ 現在地や任意の地点から、医療機関までのルートを表示

冊子版もご利用ください！

東京版 救急受診ガイド 冊子版

全ての消防署に置いてありますので、どうぞご利用ください。該当する症状がない場合、判断に迷う場合は、救急相談センター（#7119）への電話相談をご利用ください。



※問い合わせは、奥多摩消防署 ☎ 83-2299

東京都八王子都税事務所からのお知らせ

① 8月は個人事業税第1期分の納期です

8月31日（月）までにお納めください。納付される際は、キャッシュレス納税（口座振替、スマートフォン決済アプリによる納付、クレジットカード納付など）をぜひご活用ください。

また、省エネ設備の取得に係る減免の申請も受け付けています。

※問い合わせは、東京都八王子都税事務所 ☎042-644-1111

② 災害などにより甚大な被害を受けた方に対して都税を減免する制度があります

災害などにより甚大な被害を受けた方に対して、一度課税された税金のうち、納期限前のものを被災の程度などによって減免（軽減または免除）する制度があります（納税を猶予する制度もあります。）。対象は、固定資産税・都市計画税（23区内）、不動産取得税、個人事業税などです。

原則として、納期限（不動産取得税を除く。）までに、納税者ご本人からの申請が必要です。被災の事実を証明する書類を添えて、都税事務所へ申請してください。

※問い合わせは、東京都八王子都税事務所 ☎042-644-1111

③ インターネット公売（動産、自動車、不動産など）のお知らせ

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

【公売申込期間】

8月14日（金）午後1時～26日（水）午後11時

【せり売り期間（動産、自動車）】

9月1日（火）午後1時～3日（木）午後11時

【入札期間（不動産など）】

9月1日（火）午後1時～8日（火）午後1時

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へ

※問い合わせは、主税局徴収部機動整理課公売班 ☎03-5388-3027



新築・増改築家屋の家屋調査を行います

町では、令和8年1月2日以降に新築または増改築された家屋について、家屋調査を行います。この調査は、令和9年度の固定資産税のもととなる評価額を算出するための大切な調査ですので、家屋が完成しましたら、住民課までご連絡ください。

※問い合わせは、住民課 ☎83-2190

【家屋を取り壊した場合】

所有する家屋の全部または一部を取り壊した場合は、東京法務局西多摩支局で、滅失の登記の手続が必要となります。

なお、登記していない家屋を取り壊した場合は、家屋滅失届を住民課まで提出してください。

※問い合わせは、東京法務局西多摩支局 ☎042-551-0360（代表）



各種相談

【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。

【人権の上・
行政相談】

〔日時〕8月13日(木)

9月10日(木)

午後1時～4時

〔会場〕福祉会館2階会議室
*相談を希望される方は、直接会場へお越しください。

【弁護士による法律相談】

〔日時〕8月13日(木)

午後1時～4時

*相談を希望される方は福祉保健課まで
*定員6名になり次第締め切ります。

【相続・成年後見相談】

司法書士による法律相談
〔日時〕9月26日(土)

午後1時～4時

〔会場〕福祉会館2階会議室
*申込不要。相談を希望される方は、直接会場へお越しください。

※ここまでの申し込み、問い合わせは、福祉保健課
☎ 83-2777



8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。

■面会(予約制): 事前にご予約ください。

第42回「ふるさと奥多摩」写真コンクール

作品展覧会開催

「ふるさと奥多摩」写真コンクールの応募作品を、文化会館1階ホールにて展示します。

多くのみなさんのご来場をお待ちしています。

〔展示期間〕

8月29日(土)～9月16日(水)まで

〔時間〕

午前9時～午後5時まで

※問い合わせは、観光産業課 ☎ 83-2295

奥多摩町の皆さまへ

相続・遺言・家族信託

☎ 042-318-4524

多摩トラスト

司法書士・民事信託士

行政書士・マンション管理士

空家・空地の管理

不動産各種ご相談

奥多摩



木もれび不動産

☎ 0428-85-8834

✉ info@wave-real.co.jp

地元で見つける私のオシャレ



7/27～
夏物バーゲン開催中
森田屋洋品店 TEL: 83-2033

観光施設・行事などのお知らせ

【おくたま地域振興財団】

詳細



発生します。

※問い合わせは、一般財団法人おくたま地域振興財団

法人おくたま地域振興財団

☎ 83-8855

FAX 83-8856

ホームページ

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

【森林セラピーツアー】

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)

夕暮れ森林ヨガ

〔森の静けさに包まれるリ

ラックスヨガ〕

【登山ツアー】

御岳山ロックガーデン

〔レンゲシヨウマ群生地と

宿坊の古民家風カフェ〕

〔日程〕8月27日(木)

【観光・旬旅ツアー】

森林セラピー×季節の草木

染め

〔藍の生葉で染めるシルク

の夏色ブチストール〕

〔日程〕8月29日(土)

★「町民割引価格」あり！

*各ツアーとも参加費用が

【山のふるさと村】

詳細



○森でクッキング

「釣った魚を食べよう！」

〔日程〕10月26日(月)

〜27日(火)

*小学生以上対象(小学生

は保護者同伴)

〔申込〕官製はがき、FAX

XまたはEメールで10月5

日(月)必着

○山のふるさと村「四季の

写真コンクール」

四季の動植物・イベント

などの写真を募集します。

最優秀者には豪華景品を

贈呈します。

〔撮影場所〕山のふるさと

村園内

〔撮影期間〕4月1日(水)

〜令和9年3月10日(水)

*詳細は山のふるさと村ホ

ームページをご覧ください。

○特産品募集(農林産物など)

山のふるさと村では奥多

摩町の特産品(農林産物な

ど)の販売にあたり野菜な

どを提供していただける方

を募集します。

畑で育てた野菜などを山の

ふるさと村に提供(有償)

していただけますか。提

供(有償)していただける

方は、山のふるさと村まで

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

FAX 86-2553

E-mail: yamahuru@town.

okutama.tokyo.jp

【奥多摩都民の森体験教室】

詳細



①親子でチャレンジ・第2回

親子でドローン体験

〔日程〕9月23日(水・祝)

*小学生と保護者

②東京アイランドツアー

神津島・大島

〔3泊4日(船中1泊)〕

〔日程〕10月31日(土)

〜11月3日(火・祝)

〔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

奥多摩町公式

LINE(ライン)

を開設しました

町の情報をスマートフォンなどから多くのみなさんにお届けするため、町公式LINEアカウントを開設しました。

アカウントをご登録いただくと、イベント情報などの受け取りや、ごみの出し方の検索機能などをご利用いただけます。町の公式サイトへも手軽にアクセスできるようになりますので、ぜひご登録ください。

ご登録は、つぎの2次元コードを読み取り「友だち追加」を行ってください。

