



市公式キャラクター
たっけー☆☆

平成 27 年
8 月 15 日
No. 933

人口と世帯数 (平成 27 年 8 月 1 日現在)	
男	29,449
女	29,172
計	58,621
世帯数	29,663

まちの写真ニュース
海外派遣で多くのことを学んだ中学生が元気に帰国しました！

今号の主な記事 2面 合同就職面接会 in 福生 3面 福生水辺の楽校参加者募集 4面 みんな集まれ！一日プレイパークを開催！
6面 福生地域体育館託児サービス 7面 公民館託児保育付き講座「これでバッチリ入園準備！」 8面 保健ガイド

福生のまちの魅力を発見！ 映像づくりに挑戦してみませんか？

福生市映像制作ワークショップ 参加者募集

メイン講師は福山 功起監督

福生のまちの魅力を発見し、映像づくりを学ぶ「福生市映像制作ワークショップ」を開講し、参加者を募集します。福生は、多摩川や玉川上水周辺の自然、国道16号線沿いの異文化空間、そして歴史のある寺社や蔵など、さまざまな魅力があるまちです。その魅力を発見し、映像化する方法を学びます。ワークショップでは、全国の映画祭で数々の賞を受賞している福山功起監督をメイン講師に迎え、制作において注意すべき権利関係から映像手法や技術まで学んでいきます。ワークショップ終了後には発表会を開催します。また作品は市ホームページでも公開します。



ワークショップ概要

【日程】11月5日(木)～平成28年1月10日(日)
【場所】市民会館
【対象】市内在住・在勤・在学及び周辺住民の方(高校生以上)
【定員】20人程度(申込み多数の場合は抽選)
【参加費】無料
※撮影時の保険は実費負担(必須)

【申込方法】往復はがきで9月30日(水)(当日消印有効)までにお申し込みください。
〈往信・表〉〒197-0011 福生市福生2455 福生市民会館「福生映像制作ワークショップ」係
〈往信・裏〉住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号
〈返信・表〉ご自分の郵便番号・住所・氏名
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711



ワークショップスケジュール

11月5日(木)午後7時～9時	〈オリエンテーション〉メイン講師による総合講習「映像制作について」
11月12日(木)午後7時～9時	〈座学〉市の歴史、魅力について / 撮影技術、カット割など基本技術について
11月15日(日)(予定・時間未定)	〈ロケ候補地めぐり〉市内のベストロケーションをめぐり、市の魅力を再発見
11月19日(木)午後7時～9時	〈脚本内容の詰め作業〉何をどのように表現し伝えたいのか、受講者の意見を取り入れて絵コンテ(字コンテ)仕上げ
12月3日(木)午後7時～9時	〈映像制作作品のプレゼン〉絵コンテ(字コンテ)を基に映像作品のプレゼンと撮影会の準備
12月6日(日)(予定・時間未定)	〈撮影〉チームごとにロケ地で撮影
12月17日(木)午後7時～9時	〈編集〉受講生全員で撮影した映像の編集作業
平成28年1月10日(日)午後7時～9時	〈最終発表会〉市民会館主催事業「ふっさ・ザ・シネマ Vol. 4」と併催して最終発表会を開催

※日程については変更になる場合がありますので、ご了承ください。



メイン講師 福山 功起監督紹介

【略歴】
映像の学校等には通わず、独学で映像制作の道に飛び込む。2008年から全国の映画祭にノミネート、グランプリなど受賞歴多数。2013年商業デビューを果たす。福生市には以前に10年程住んでいたことがある。



昨年度、西東京市多摩六都フェアの市民参加映画制作ワークショップでは、映画指導を行い、市民スタッフとともに「あの惑星の名は」を制作。

【主な受賞歴】
2015年7月18日に川口市で開催した「SKIPシティ国際Dシネマ映画祭2015」で、映画祭実行委員会が主体となって新たに制作した映画「鉄の子」がオープニング上映。

親の再婚でキョウダイになった小学生二人の離婚大作戦！揺れ動く子どもの心を繊細に描く2作目の長編監督作品。(出演：田畑智子、裴ジョンミョン、佐藤大志、舞優)

・映画監督以外にも企業のプロモーションビデオ、テレビCM制作、ドラマ制作、テレビ番組企画、映像演技講師など映像の世界で幅広く活動している。直近では、バーガーキングのプロモーション映像を制作。

平成27年第3回 福生市議
会定例会のお知らせ(予定)

ぜひ、傍聴にお越しください。

〈定例会日程〉 9月1日(火) 29日(火)
〈本会議〉 9月1日(火) 4日(金)・29日(火)
〈常任委員会〉 9月15日(火) 17日(木)

〈決算審査特別委員会〉 9月8日(火) 11日(金)

【開会時間】
▼本会議及び常任委員会・午前10時
▼決算審査特別委員会・午前9時30分

※なお、時間については変更となる場合があります。また、常任委員会は、開会後、現地視察を行う場合もありますので、議会事務局へお問い合わせください。

本会議のライブ映像及び録画映像をインターネットで配信しています。市ホームページ内、福生市議会「インターネット中継」からご

【場所】 市民会館大ホール (もくせいホール)

【内容】 交通安全教室・三

【日時】 9月6日(日)午後2時～4時

【問合せ】 福生消防署予防課 ☎552・0119

9月1日(火)は「防災の日」、8月30日(日)～9月5日(土)は、「防災週間」です

■平成26年度東京消防庁防災標語
「身を守り 地域と協力 たすけあい」
(作者：内堀凌太さん 大田区在学)

大正12年9月1日、関東地方は大震災に見舞われ、壊滅的な被害を受けたことにより、毎年この日は「防災の日」とされ、この日を中心とする防災週間には、全国的に防災に関する行事が開催されます(福生市総合防災訓練の日程は10月18日(日)です)。

～防災の日、防災週間にあたり～

- 東日本大震災を踏まえ、皆さん一人ひとりがもう一度身の回りで起こる災害について考えましょう。
- 地震時の死亡・負傷の原因となる家具類の転倒・落下・移動防止対策をするなど、日ごろから災害に対する備えに取り組みましょう。
- 「自らの生命は自らが守る」という「自助」の意識のもと、地震が発生した時に適切な行動が取れるように、防災訓練に積極的に参加し、防災行動力を高めましょう。
- まちぐるみで「自分たちのまちは自分たちで守る」という「共助」の意識を共有し、地域の人々が協力して助け合い、いざという時に備えましょう。

※福生消防署では、防災週間に合わせ、9月5日(土)に防災救急フェアを開催する予定です。詳しくは福生消防署へお問い合わせください。

【問合せ】 福生消防署予防課 ☎552・0119

秋の交通安全フェスティバルを開催します！

9月21日から30日まで実施される秋の交通安全運動に先がけ、秋の交通安全フェスティバルを開催します。

当日は、一日警察署長として、タレントの三井ゆりさんをお迎えし、交通安全教室のほか、福生交通安全協会による演奏も行われます。

また、白バイ展示や自転車シミュレーター体験コーナーもあります。ぜひお越しください。

【日時】 9月6日(日)午後2時～4時

【場所】 市民会館大ホール (もくせいホール)

【内容】 交通安全教室・三またはヤフオク！ホームページ

振り込め詐欺被害を事前に防ぐことを目的に、自動通話録音機を無償で貸し出しています。

詳細は、広報ふっさ7月15日号、または市ホームページをご覧ください。

【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691



差押財産のインターネット公売にご参加ください

市では、差し押さえた動産のインターネット公売を次のとおり行います。

詳しくは市ホームページまたはヤフオク！ホームページ

年金だより

▼付加保険料を納付すると、大変お得です！

国民年金保険料の納付期間(厚生年金加入期間を含む)と免除期間が合計25年(30月)以上ある方は、65歳から老齢基礎年金が支給されます。

年金額を増やしたい場合は、第一号被保険者・任意加入被保険者であれば、国民年金保険料とあわせて付加保険料(月額400円)を納付することで、老齢基礎年金に付加年金が加算されます。

付加年金の年金額は200円×付加保険料納付月数です。

【例】付加保険料を10年間(120月)納付した場合

- ・納付額 400円×120月 48,000円
- ・受給額 200円×120月 24,000円

この場合、毎年24,000円

9月の無料相談 【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎551・1529

※予約開始日が土・日・祝日の場合、翌日以降最初の平日から予約開始となります。

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	2日(木)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第一相談室	予約制、先着6人(1人30分) ※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
登記相談	3日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	8日(火)			
法律相談	4日(金)・9日(水)・16日(水)・30日(水)	午後1時30分～4時	市役所1階第一相談室	予約制、先着6人(1人30分) ※相談日6日前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
交通事故相談	17日(木)			予約制、先着3人(1人45分) ※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。相談日当日は東京都民の声課 ☎03・5320・7733 へ。
少年相談	18日(金)			予約制、警視庁八王子少年センター ☎042・679・1082 へ。相談日当日は秘書広報課広報広聴係へ。
介護保険相談	毎週月・火・木曜日	午前9時～午後4時	市役所1階介護福祉課	介護福祉課介護保険係 ☎551・1764
子ども相談	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15分	子ども家庭支援センター(子ども応援館1階)	子どもと家庭の相談・児童虐待に関すること。 ☎539・2555
教育相談	毎週月～土曜日	午前10時～午後5時	教育相談室(子ども応援館2階)	教育についての悩み全般に関すること。教育委員会教育相談室 ☎551・7700
消費者相談	毎週月・木曜日	午前10時～午後1時～4時	市役所第二棟2階第2相談室	シティセールス推進課 ☎551・1699
事業資金相談	10日(木)	午後1時30分～3時30分	商工会館1階相談室	商工会 ☎551・2927 ※対象は市内の小規模事業者

【その他の相談】 市政・市民相談、国民年金相談、ひとり親家庭相談、健康相談、育児相談 (☎551・1511 市役所代表)、心の相談、成年後見制度相談、苦情相談、権利擁護相談、心配ごと相談 (☎552・5027 福祉センター)

合同就職面接会 in 福生

東京しごとセンター多摩と福生市の共催により、面接会直前対策セミナーと就職面接会を同日開催します。面接対策を受けてから企業との面接に臨むことができます。また、書類選考なしで複数の企業と面接できます。

【日程】 9月1日(火)

①面接会直前対策セミナー

【対象】 全年齢層が対象です。

【場所】 市民会館・公民館3階

【時間】 午前10時～正午(開場は9時30分から)

【定員】 先着30人(要予約。受付中)

②合同就職面接会

【時間】 午後1時30分～4時30分(受付は1時～3時30分、予約不要)

※1時15分から事前説明を行うので、東京しごとセンター多摩の合同就職面接会を初めてご利用になる方はご参加ください。

【参加企業】 10社(予定)

※参加企業の情報は東京しごとセンター多摩ホームページで、当日の1週間前

福生市まちづくりに資する寄附金(ふるさと納税)

7月1日から31日までの間に東京福生ロータリークラブほか匿名2名の方から42万5,623円のご寄附をいただきました。寄附金は、寄附者のご希望等に応じ、有効に活用させていただきます。(平成27年度累計10件・153万5,623円)

【問合せ】 契約管財課 係 ☎551・1535

8月の納税のお知らせ

8月は市都民税(第2期)、国民健康保険税(第2期)、介護保険料(第2期)、後期高齢者医療保険料(第2期)の納期です。納期限は8月31日(月)です。お忘れのないようご納付ください。口座振替は8月31日(月)の予定です。残高不足にご注意ください。 ※納期を過ぎると延滞金が課されます。

市内フリーマーケット情報

衣類や家庭雑貨、食器、おもちゃなど品物はさまざまです。思いもよらない掘り出し物もあるかも? 【問合せ】左表の問合せ先へ ※雨天等により、中止となる場合があります。

フリーマーケット詳細

Table with 3 columns: 日程, 名称・場所, 問合せ. Lists two free market events with dates and contact info.

福生水辺の楽校

参加者募集

①多摩川で遊ぼう! 「いかだで冒険、多摩川で泳ぐ」 多摩川中央公園近くの多摩川で手作りのいかだに乗ったり、泳いだりします。 【日時】8月23日(日)午後1時~4時

②多摩川サポーターズ「いかだを作ろう」

当日午後に行われる「多摩川で遊ぼう!」で使ういかだを作ります。竹の切り出しから組み立てまでを行います。 【日時】8月23日(日)午前9時30分~正午

【持ち物】軍手、タオル、飲み物 ※①も参加の場合はお弁当 【服装】帽子、長袖シャツ、長ズボン、運動靴

新聞、雑誌・雑紙の出し方について

紙類は、次のように出していただくようご協力をお願いいたします。 【新聞(チラシを含む)、雑誌】それぞれひもで十字にしる。

心身障害者医療受給者証(マル障受給者証)が切り替わります

今回対象となる方には、9月1日までに新しい受給者証を送付します。8月31日まで有効の古い受給者証は、9月1日以降に障害福祉課の窓口に参加するか、破棄してください。

【対象】身体障害者手帳1級・2級(内部障害者は3級まで)及び愛の手帳1度・2度の方で、総所得金額から各種控除を差し引いた額が所得制限基準額(左表)以内の方

Table with 2 columns: 所得制限基準額, 扶養親族等の数. Shows income limits for different numbers of dependents.

ただし、65歳以上で新たに障害者(重度障害)になった方は対象になりません。 ※対象者が20歳未満の場合は、20歳以上の場合は本人所得 【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

Table: ごみ・資源収集情報. Shows collection dates and resource ratios for various months.

Table: 資源回収団体による資源回収量. Shows recycling volumes for different months.

Table: 9月の資源回収予定. Lists collection dates for various groups in September.

【対象】 次の①から③のいずれにも該当する方 ①福生市内に居住している18歳未満の方 ②身体障害者手帳(聴覚障害)交付の対象となる聴覚障害を有しない方 ③両耳の聴力レベルがおおむね30デシベル以上であり、補聴器の装用により、言語の習得等一定の効果が期待できると医師が判断する方

【場所】市役所 【対象】高次脳機能障害の当事者及び家族等 【相談員】作業療法士等 【申込み】8月18日(火)から障害福祉課 ☎ 551・1742

Table: 7月の横田基地飛行回数. Shows flight statistics for the Yokota Air Base in July.

脳卒中や交通事故のあと、新しいことが覚えられなくなった、感情や欲求のコントロールがしにくく、原因は、「高次脳機能障害」かもしれません。ご家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。 【日時】①9月8日(火)午後2時~4時 ②9月29日(火)午後2時~4時

こんな症状でお困りではありませんか?

赤十字社資にご協力ありがとうございました

5月1日から行われた赤十字社資増強運動は、次のような成果を収めることができました。日本赤十字社では、この社資を国際救援、災害援護、医療事業、愛の献血などの事業推進のために使っています。現在までに福生市地区に対しては、テント及び炊き出し釜を配備しています。 【問合せ】社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

Table: 平成27年度赤十字社資募集地区別内訳 (単位: 円). Shows fundraising amounts by district for the 2015 Red Cross campaign.

納税は 納期内で

元気な福生

福生市中等度難聴児補聴器購入費助成事業の実施について

身体障害者手帳の交付対象とならない中等度難聴児

防災情報の配信など、生活に役立つ「ふっさ情報メール」をご利用ください(登録方法はふっさわたしの便利帳、市ホームページ等をご覧ください)

マイナンバーの通知について

DV被害者等で住民登録地と居所が異なる方は、送付先を変更することができます。詳しくは、市ホームページまたはマイナンバーコールセンター ☎ 0570・20・0178 へ。

東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ



満70歳以上の都民の方で、有効期間が9月30日(水)までの「東京都シルバーパス」をお持ちの方は、次のとおり更新窓口を開設します。東京バス協会から送付される「シルバーパス更新手続きのご案内」を必ず読み、必要書類をご用意の上、手続きをしてください。

表①

場所	日程	時間
市役所 第二棟1階	9月2日(水)～4日(金)	午前10時～午後3時
	9月7日(月)～9日(水)	
	9月24日(木)～25日(金)	

表②

対象者	費用
平成27年度市民税が「非課税」の方	1,000円
平成27年度経過措置の対象の方	
平成27年度市民税が「課税」で、平成26年の合計所得金額が125万円を超えている方	20,510円

【持ち物】シルバーパス更新

新申込書(東京バス協会から自宅に郵送)、本人確認書類(保険証または運転免許証)、現在使っているシルバーパス、更新に必要な費用(表②のとおり)

【注意事項】
▼1,000円でパスの発行を受ける方は、非課税であることを確認できる書類(確認書類は東京バス協会から郵送される更新申込書と同封の案内に記載)の提示が必要です。

確認書類のうち、介護保険料納入(決定)通知書を紛失した場合、再発行は行っていませんのでご注意ください。

▼平成27年度経過措置として、平成27年度市民税が課税であっても平成26年の合計所得金額が125万円以下である方は、1,000円でパスの発行が受けられます。

なお、昨年の一斉更新時に、平成26年度経過措置として平成17年度の住民税が非課税だったことにより、1,000円でパスの発行を受けた方には、東京バス協会が対象者であることを確認したうえで、更新申込書を郵送するため、更新申込書があれば所得確認書類は必要ありません。

※新しいパスの有効期間は、発効日から平成28年9月30日までです。

【問合せ】東京バス協会
シルバーパス専用電話 ☎ 03・5308・6950
※月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後5時

ひとりでも悩まず、まず相談を「成年後見制度相談」

成年後見制度を利用したいが、どうしたらよいかわからないときなどに、司法書士が相談に応じます。

【日時】9月10日(木)午後2時～4時

【場所】福祉センター相談室

【対象】高齢者・障害者やその家族など

【定員】先着3人(予約制)

※初めての方のみで、相談内容は秘密厳守

【申込み】8月17日(月)から、日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分の間に福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027 へ。

健康づくり推進員と歩く市内健康ウォーキングを知り、体を健康に

健康づくり推進員の会で作成した「福生健康ウォーキングMAP」に沿って、市内を歩きます。今回は、「健脚コース(約12km)」の後編としてコースの約半分(約6km)を歩きます。

福生駅からスタートし、多摩川の土手沿いを川のせせらぎと鳥のさえずりに心癒されながら、楽しく歩きます。コース途中には文化財の説明もあります。

【日時】9月12日(土)午前9時～正午ごろ※雨天中止

【集合】福生駅西口交番前

【コース】福生駅～多摩川～多摩川堤防沿い～陸橋～拜島駅※コースは変更になる場合があります。

【定員】先着20人

【申込み】8月17日(月)から電話で保健センター ☎ 552・0061 へ。

福祉まつり2015開催！ほほえみフェスティバル

ボランティア・市民活動団体等と地域で盛り上げる、子どもから高齢の方までが楽しめるイベントです。ご家族そろってお越しください。

【日時】10月4日(日)午前9時30分～午後2時30分

※雨天決行

【場所】福祉センター

※車での来場はご遠慮ください。駐輪場は福祉センター横の富士見公園です。

【内容】体験コーナー(車いす・アイマスク・高齢者疑似・手話・点字・デিজィー等)・リハビリ相談・模擬店・市民によるアトラクション

※社協キャラクター「福丸」も登場します。また、昨年に引き続き被災地支援の一環として、ひまわりの種の受付を行います。

【主催】福祉まつり実行委員会

【問合せ】社会福祉協議会
地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

みんな集まれ！一日プレイパークを開催！

プレイパークとは、普通の公園ではできないさまざまな遊びを、子どもたちが自分の責任で自由に体験・創造でき

る場所です。想像力を発揮し、工作遊びや水遊びを思いっつくままに楽しんでみませんか。乳幼児・親子連れも大歓迎です。ぜひお越しください。

【日時】8月30日(日)午前10時～午後3時※雨天中止

【場所】中福生公園

※当日直接会場へ。駐車場がありませんので、徒歩・自転車等でお越しください

【問合せ】子ども育成係 ☎ 551・1733

児童館で遊ぼう！8月その2

- ※ひるばる事業※
乳幼児と保護者を対象とした、子育て支援事業です。
【熊川児童館】 ☎ 539・1515
▼こぐまひろば 9月1日(火)午前10時30分～正午
【対象】0,1歳児と保護者
▼遊具開放DAY 9月2日(水)午前10時～正午
【対象】幼児と保護者
【田園児童館】 ☎ 552・3133
▼よちよちすくすくひろば 25日(火)午前10時30分～正午
【対象】0,1歳児と保護者
▼親子であそぼう 9月1日(火)午前10時30分～11時30分
【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者
【武蔵野台児童館】 ☎ 553・8822
▼わんぱくひろば 27日(木)午前10時30分～正午
【対象】2歳以上の幼児と保護者
▼わくわくひろば 9月1日(火)午前10時30分～11時30分
【対象】2歳以上の幼児と保護者
※各館とも、事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行います。
- ※季節の行事事業※
【熊川児童館】 ☎ 539・1515
▼くまがわ幼児の夏祭り 28日(金)午前10時30分～11時45分
【対象】幼児と保護者
※お車での来館はご遠慮ください。
- ※全年齢対象事業※
【武蔵野台児童館】 ☎ 553・8822
▼じどうかんまつり 9月6日(日)午前11時～午後3時
【対象】地域の皆さん(幼児は保護者同伴)
※チケット(250円)は8月24日(月)～販売開始。詳しくはポスター、じどうかんだよりをご覧ください。
なるべく徒歩か自転車でご来館ください。
▼こわいおはなし会 25日(火)午後3時～3時45分
【対象】幼児以上(幼児は保護者同伴)
※当日直接お越しください。
★児童館ホームページもご覧ください。
(http://www.fussa-jidoukan.net)



敬老金・敬老記念品について

市では、高齢者の方にご長寿を祝い、敬老金・敬老記念品(商品券)を贈呈します。対象者・贈呈額・贈呈方法は以下の通りです。
【対象者・贈呈額】敬老金 別表1参照 敬老記念品 別表2参照
【贈呈方法】敬老金 9月1日(火)から、民生委員がご自宅へお届けします。敬老記念品 9月1日(火)から、シルバー人材センターの方がご自宅へお届けします。敬老金、敬老記念品をお渡しする際は受領印をいただきます。お渡しできなかった場合、10月1日(木)以降、市役所1階9番の介護福祉課高齢福祉係の窓口でお渡しします。また100歳以上の方は、市長がご自宅に訪問します。

▼敬老記念品の商品券の有効期限をご確認ください
平成19年11月1日以降に福生商品券協同組合で発行している「福生市共通商品券」の有効期限は、発行日より3年間です。敬老記念品として配付したお手元の商品券をご確認のうえ、期限内にご利用ください。
【問合せ】介護福祉課高齢福祉係 ☎ 551・1751

別表1 敬老金		
年齢	金額	平成27年度対象者の生年月日
77歳	5,000円	昭和12年9月2日～昭和13年9月1日
88歳	10,000円	大正15年9月2日～昭和2年9月1日
99歳	15,000円	大正4年9月2日～大正5年9月1日
100歳	20,000円	大正3年9月2日～大正4年9月1日

別表2 敬老記念品(商品券)		
年齢	金額	平成27年度対象者の生年月日
70歳	5,000円	昭和19年9月2日～昭和20年9月1日
75歳	7,000円	昭和14年9月2日～昭和15年9月1日
80歳	10,000円	昭和9年9月2日～昭和10年9月1日
85歳	12,000円	昭和4年9月2日～昭和5年9月1日
90歳	15,000円	大正13年9月2日～大正14年9月1日
95歳	17,000円	大正8年9月2日～大正9年9月1日
100歳以上	20,000円	大正4年9月1日以前に生まれた方

【第17回福生市民福祉チャリティゴルフ大会】【日程】10月16日(金)【場所】立川国際カントリー倶楽部【参加費】2,000円(プレー費別)【定員】先着200人【申込み】受付中。9月25日(金)(日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分)までに参加申込書を記入し、参加費を添えて、社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904 へ。

災害等の非常時は福生市防災ブログ (http://blogs.yahoo.co.jp/fussacityhal) からも情報を提供します。

●●市民パソコン体験講習会開催のご案内●●

パソコンに関心をお持ちの方、パソコンを始めたいと思っている方を募集しています。パソコンが初めての方でも親切丁寧に指導します。

※ Windows 8.1 使用
【日時】下表の通り※午前、午後とも同じ内容です。
【場所】さくら会館 1 階 シルバー人材センター内
【対象】おおむね 20 歳以上で、2 日間通して参加することができる方
【定員】下記の各コース 8 人 (合計 32 人) ※申込み

多数の場合は抽選。結果は後日通知します。

【申込方法】往復はがきで 8 月 28 日 (金) 必着で〒197-0024 福生市牛浜 163 (さくら会館内) 福生市シルバー人材センターへ。

▼往復はがきの書き方

【往信・裏】住所、氏名 (ふりがな)、年齢、電話番号、希望の講習番号 (第二希望まで)

【返信・裏】ご自分の郵便番号、住所、氏名

【問合せ】シルバー人材センター ☎ 553・3261

コース	講習番号	日時	内容
文書作成コース	1001	9月7日(月)・8日(火) 午前10時～正午	(1日目) キーボードやマウス操作、文字入力方法などの基本。
	1002	9月7日(月)・8日(火) 午後1時30分～3時30分	(2日目) 簡単な文章の作成と印刷。
インターネット・メールコース	1003	9月9日(水)・10日(木) 午前10時～正午	(1日目) インターネットを使ってみよう。
	1004	9月9日(水)・10日(木) 午後1時30分～3時30分	(2日目) 電子メールを使ってみよう。

市民のひろば

〈会員募集〉

▼SSS福生

ユニークで斬新な氣功の呼吸法で、なりたいたい自分・生きたい人生を作り上げていく教室です。心と身体をリフレッシュしていきます。

【日時】毎月1回水曜日の午前10時～午後5時 (要問合せ)

【場所】さくら会館・田園会館等

【参加費】月 2,000 円
【問合せ】鈴木 ☎ 558・7199

〈催し物〉

▼第32回福生カニロックフェスティバル

福生の夏の名物ロックフェス。総バンド数 40 以上、出店 20 店以上で実施します。

【日時】〈前夜祭〉8月28日(金)午後5時～8時
〈本祭〉8月29日(土)午前11時～午後9時・30日(日)午前10時30分～午後9時※雨天決行

【場所】福生かに坂公園※入場無料

【問合せ】カフェ回帰線 ☎ 090・5346・9763

施設課下水道グループからのお知らせ

▼雨水浸透ます設置工事費を助成します

市では、住宅の屋根に降った雨水を地中に浸透させるための施設「雨水浸透ます」設置工事に9割相当(上限40万円)の助成をします。助成については年間設置数に限度がありますので、早めに申請してください。

▼ご連絡ください。冠水箇所

市では冠水箇所の対策を常に検討しています。台風のシーズンになり、集中豪雨も油断できません。ご自宅付近等で雨が降るたび冠水する箇所の



【対象】市内全域で1,000㎡未満の敷地に建てられた、一戸建て住宅や集合住宅

【問合せ】施設課下水道グループ ☎ 551・1968

都営住宅地元割当シルバーピア(高齢者集合住宅)入居者募集

【募集住宅】都営熊川アパート(熊川1143番地1)

【募集戸数】単身者用1戸(間取り1DK42・8㎡)

【標準的な使用料】19,500円～38,400円

【募集案内や申込書の配布・受付期間】8月24日(月)～28日(金)午前8時30分～午後5時15分(水曜日の時間外開庁は実施していません。)

【配布・受付場所】市役所第一棟3階まちづくり計画課住宅グループ

【主な申込資格】①65歳以上(昭和25年8月29日以前生まれ)であること

②福生市に居住し、かつ、継続して東京都内に3年以上

情報を下水道グループまでご連絡ください。

【問合せ】施設課下水道グループ ☎ 551・1968

上(平成24年8月29日以前から)居住していること

③配偶者がいないこと、かつ、単身で居住していること

※原則として夫婦が別居する申込みや親族と同居している方は申込みできません。

④年間所得金額が2,568,000円以内であること

⑤現に住宅に困っていること

※所得税法上の扶養親族がいる場合は、1人につき38万円ずつ加算。

※原則として土地や建物の所有者(共有持分のある方を含む)は申込みできません。

【その他】

・詳しい申込資格や入居の条件等は、募集案内をご確認ください。

・申込み多数の場合は、後日、抽選となります。抽選に当選し、審査に合格した場合、平成28年2月以降に入居が可能となる予定です。

【問合せ】まちづくり計画課住宅グループ ☎ 551・1961

学校給食調理パートタイマー募集

【職種】学校給食の調理等

【募集人員】若干名
【応募資格】市内在住で健康で体力に自信のある方
※調理師免許の有無は問いません。
【勤務時間】給食稼働日
①午前8時～正午②午前8時～午後3時※①と②の時



間を交代勤務

【勤務場所】第一・第二学校給食センター

【勤務開始】9月から

【賃金】時給960円

【試験方法】面接(8月下旬予定)

【申込み】8月17日(月)～24日(月)の午前9時～午後4時(土・日曜日を除く)に本人が履歴書(自筆で記入し、最近撮影した写真を貼付したもの)を持参のうえ、学校給食課給食第一係(第三小学校裏 ☎ 551・1344)へお越しください。

郷土資料室からのお知らせ

▼わくわく土曜日「秋の自然観察会」

文化の森やその周辺で、野鳥や昆虫、植物の観察をします。雨天時は郷土資料室での観察会となります。

【日時】9月12日(土)午前9時30分から2時間程度

【集合・解散場所】中央図書館前

【対象】市内在住・在勤・在学の方

【定員】先着20人(未就学児童は保護者同伴)

【参加費】保険代100円

【講師】野村亮氏(文化財保護審議会委員、NPO法人自然環境アカデミー事務局長)

【申込み】8月18日(火)から電話申込みのうえ、保険代を9月10日(木)までに郷土資料室(☎ 530・1120)※月曜日(休館)にお持ちください。雨天の場合でも保険代はお返しできません。

「第2回福生まちなかアートフェスティバル」開催!



市民みんなで作る新たなイベント! 今回のテーマは「FUN FUSSA FUN! ~福生を五感で楽しもう!~」です。

【日時】9月20日(日)午前10時～午後5時(予定)

【場所】市民会館

【内容】〈①大ホール〉50人程の出演者によるピアノリレーコンサート、プロのアーティストの演奏コーナー

〈②小ホール〉U-25パフォーマンスコンテスト、プロミュージシャンのデモ演奏、ミニワークショップ

※①・②のイベントは、共通のチケット(500円・U-25パフォーマンスコンテスト投票券付)を当日お求めください。未就学児のひざ上鑑賞は無料。

ト(500円・U-25パフォーマンスコンテスト投票券付)を当日お求めください。未就学児のひざ上鑑賞は無料。

〈③その他イベント(無料)〉

▼「ふっさもののづくり市」

出店者が、オリジナルの手作り商品を展示販売します。

▼「たっけー☆☆」写生会(お子さん向け)

先着100人に参加賞があります。

▼飲食コーナー、福生PRコーナー、福生美術協会の展示、パフォーマンスの出演、フラワーアレンジメント(材料費別途)、楽器の体験もあります。

詳細は市民会館ホームページ、フェイスブックに掲載します。

【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

高校・大学等入学資金融資をあっ旋します

市では、平成28年4月に高校・大学等に入学を希望するお子さんがいる保護者の方の経済的負担を軽減するため、入学時に一括して納入する入学資金等について、特定金融機関に対して融資をあっ旋します。

【申込受付】9月1日(火)～平成28年2月29日(月)※土・日・祝日・年末年始を除く。合格発表の約1か月前までにお申し込みください。申込時に必要な書類は、申込書と同時に配付するお知らせをご覧ください。

【融資限度額】120万円

【返済期間】3か月の据え置き期間を含め4年以内※融資に伴う利子

及び保証料は市が負担します。

【資格・要件】①申込時に市内に引き続き1年以上住所を有すること②平成26年中の所得額が750万円以下であること③市税を滞納していないこと④金融機関の融資条件に合い、指定する保証会社の保証が受けられること⑤この入学資金以外に同種の融資を受けていないこと

【申込書の配布場所】市役所(第二棟2階教育総務課・1階情報スペース)、各図書館※市ホームページからもダウンロード可。

【問合せ】教育総務課教育総務係 ☎ 551・1930

費用の記載のない事業は無料です

子育て世代を健康的にサポート！「福生地域体育館託児サービス」
お子さん連れの方でも、安全・安心に体育館を利用していただくため、保育士がサポートします！
託児付きの教室ではフラダンスやエアロビクス、ヨガなど豊富なメニューを用意しています。

【日時】休館日、祝日を除く、毎週月・火・金曜日の午前9時～午後1時（受付は午前11時30分まで）
【定員】約5人
【料金（90分）】1歳～500円、2～6歳（未就学児）300円
【持ち物】飲み物・オムツ・お気に入りのおもちゃなど
【申込み】利用日前日の正午までに電話で福生地域体育館 ☎ 530・8811へ。

図書館催し物 ※直接どうぞ

▼中央図書館おはなし会
【日時】9月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)各日午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生
▼中央図書館おはなし会「おはなしポケット」
【日時】9月5日(土)午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生
▼中央図書館乳幼児向けおはなし会「おはなしであそぼ！」
【日時】9月1日(火)午前11時～
【場所】中央図書館
【対象】乳幼児（1、2か月～）

【出演】おはなしのもり
▼わかぎり図書館おはなし会
【日時】9月10日(木)午後3時30分～
【場所】わかぎり図書館2階
【対象】幼児～小学生
▼わかぎり図書館乳幼児向けおはなし会
【日時】9月16日(水)午前11時～11時30分
【場所】わかぎり図書館2階
【対象】乳幼児と保護者
▼わかたけ図書館おはなし会
【日時】9月9日(水)午後3時～
【場所】わかたけ図書館2階
【対象】幼児～小学生
▼わかたけ図書館乳幼児向けおはなし会
【日時】9月17日(木)午前11時～

【場所】わかたけ図書館2階
【対象】乳幼児と保護者
▼武蔵野台図書館乳幼児向けおはなし会
【日時】9月16日(水)午前11時～
【場所】武蔵野台児童館1階
【対象】乳幼児と保護者
※武蔵野台児童館との共催です。
▼武蔵野台図書館おたのしみ会
影絵を使った劇や歌遊びをします。
【日時】9月2日(水)午後3時30分～
【場所】武蔵野台児童館1階
【対象】幼児～
【出演】影絵サークルおかし座
【問合せ】中央図書館 ☎ 553・3111
わかぎり図書館 ☎ 552・7421
わかたけ図書館 ☎ 551・0083
武蔵野台図書館 ☎ 553・8881



【日時】9月6日(日)午前8時30分集合
【対象】小学3～4年生
【種目】自由形、平泳ぎ、バタフライ、背泳、リレー（男女・距離別）
【申込期限】8月28日(金)
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511 ※詳細はお問い合わせください。

市営プールでの飛び込み練習期間について
【日時・場所】8月17日(月)～9月4日(金)の間、平日午後4時～5時50分・50mプール専用コース
【対象】市民総合体育大会水泳大会に出場する方で、飛び込みの経験があり、指定の同意書（中央体育館及び市営プール受付にあります）に署名した方

東京の名所を巡るウォーキング大会です。多摩川の自然散策も楽しめます。
【日程】10月17日(土)
【場所】大田区・ガス橋緑地ほか
【コース】8・12・20・30・45km
【参加費】大人1,000円、小学生以下無料、当日申込みは各500円増
【申込期限】9月28日(月)
【問合せ】社団法人日本ウォーキング協会 ☎ 03・5256・7855 ※詳細はお問い合わせください。

TOKYOウォーク2015 第4回大会(多摩エリア)
【日時】休館日、祝日を除く、毎週月・火・金曜日の午前9時～午後1時（受付は午前11時30分まで）
【定員】約5人
【料金（90分）】1歳～500円、2～6歳（未就学児）300円
【持ち物】飲み物・オムツ・お気に入りのおもちゃなど
【申込み】利用日前日の正午までに電話で福生地域体育館 ☎ 530・8811へ。

中央体育館事業【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511 ★途中参加も体験参加も大歓迎！ お気軽にお問い合わせください！

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
① 火曜モーニングエアロ(8回)	18歳以上の方	火	午前10時～11時	10月6日～12月15日(10月13日、11月3日・24日は休み)	30人	初回800円と毎回使用券150円
② シニア健康体操(8回)	50歳以上の方		午後1時30分～2時30分		25人	
③ 火曜健康ストレッチ(8回)	18歳以上の方		午後2時40分～3時40分	10月6日～12月22日(10月13日、11月24日は休み)	40人	初回2,000円と毎回使用券150円
④ 火曜ヨガ(10回)			正午～午後1時		20人	
⑤ ナイトストレッチ(10回)	18歳以上の方	水	午後7時30分～8時30分	10月7日～12月16日	15人	初回1,000円と毎回使用券150円
⑥ 水曜モーニングエアロ(11回)			午前10時～11時			
⑦ リラックスストレッチ(11回)			午後2時～3時			
⑧ ジュニアダンス(11回)	小学1～6年生		午後5時～6時	10月7日～12月23日	40人	初回1,100円と毎回使用券70円
⑨ ナイトヨガ(12回)	18歳以上の方		午後8時～9時	10月7日～12月9日	20組	初回2,400円と毎回使用券150円
⑩ 親子体操(10回)	2歳児と親		午前10時30分～11時25分			初回1,000円と毎回使用券150円

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴(③・④・⑤・⑦・⑨以外)・タオル・水分補給できる物(ふた付)
【申込み】9月1日(火)(必着)までに、中央体育館窓口、電子申請、または往復はがきに教室名・氏名(ふりがな※⑩は親子)・生年月日(⑧のみ学年も)・住所・電話番号・返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館へ(申込み多数の場合は抽選)。

熊川分水に親しむ講座

市内を流れる熊川分水の成り立ちとその役割について学び合い、「熊川分水に親しむ会」の方々の協力のもと、保全と活用についてともに考えていきます。
【日時・内容等】下表のとおり
【場所】公民館白梅分館
【対象】市内在住・在勤の方
【定員】先着20人
【申込み】8月18日(火)から公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

日時	テーマ	講師・話題提供者
9月5日(土)午後2時～4時	熊川分水の成り立ち	高崎勇作氏(文化財保護審議会会長)
9月19日(土)午後2時～4時	これまでの保全活動について	黒沢吉信氏(熊川分水に親しむ会)
10月3日(土)午後1時30分～4時30分	熊川分水を歩く	石毛和夫氏(熊川分水に親しむ会)
10月17日(土)午後2時～4時	まとめ・ワークショップ	黒沢吉信氏

熊川地域体育館事業【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
べびとも体操	4か月以上の子と親	月	午前10時～10時45分	9月7日～11月30日(9月14日・21日、10月12日、11月9日・23日は休み)	8	10組	指導料700円と毎回使用券150円
よちよち親子体操	1、2歳児と親		午前11時～正午			15組	
すくすく親子体操	2、3歳児と親	水	午前10時～11時	9月2日～11月25日(9月23日は休み)	12	15組	指導料1,100円と毎回使用券150円
のびのび小学生体操	小学1～3年生		午後3時30分～4時30分			20人	
わくわく幼児体操	年少・年中児	土	午前9時45分～10時45分	9月5日～11月28日	13	15人	指導料1,200円と毎回使用券70円
ぐんぐん幼児体操	年中・年長児		午前11時～正午				

【参加方法】予約不要、当日直接受付へ(先着順、定員になり次第締切)。
※期間の初日のみ施設使用料(150円または70円)のみで参加できます。継続して参加を希望する方は、2回目参加時に指導料をお支払いください。

松林分館主催事業

文学講座「源氏物語からみる女たちII」

執筆されてから千年。源氏物語は、なお読者をひきつけてやまない魅力を持ち続けています。物語には、永遠に変わることのない人間の情のさまざまな有り様が、見事な表現と一体になって綴られています。日本語の美しさ、四季のあでやかさ、光源氏をとりまく女性たちに共感し、原文を丁寧に味わいながら、物語の魅力にせまります。



【日時】9月12日・26日、10月17日・31日、11月21日・28日、12月12日・26日の土曜日、午後2時～午後4時（全8回）
【場所】公民館松林分館
【対象】市内在住・在勤・在学の方
【定員】先着20人
【講師】藤井悦子氏（シニア大楽講師）
【申込み】8月18日（火）午前9時から公民館松林分館 ☎ 552・3624 へ。

公民館本館事業「寿生きがいひろば」が始まります！

「寿生きがいひろば」は、市内在住のおおむね60歳以上の方の学びの場です。合唱や制作活動を通じて仲間づくりと生きがいづくりをします。

【費用】2,000円（材料費）
※11月17日（火）の視察研修の際には保険料等を別途集めます。
【持ち物】はさみ等
【講師】西小野早苗氏（はがき絵アーティスト）
②合唱コース
童謡や唱歌を楽しく歌います。初めての方も大歓迎。
【日時】9月17日、10月1日、15日、11月5日・19日、12月3日・10日の木曜日午前10時～正午、12月16日（水）午前9時～午後4時
【場所】市民会館・公民館第4・5集会室
【定員】先着20人
【講師】小田切洋子氏（音楽家）
【協力】若葉コーラス
①②共通
【申込み】8月18日（火）午前9時から公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。

サロンコンサート(第2回)「みんなのうた」えん茶

土曜日の午後5時～6時、皆さんと一緒に秋の歌を歌いましょう。
【日時】9月12日（土）午後1時30分～3時30分 ※開場午後1時
【場所】市民会館・公民館第4・5集会室
【対象】市内在住・在勤の方優先
【定員】当日先着80人
【出演】郡悦子氏（歌声リーダー）、高橋一郎氏（ピアノ伴奏）
【共催】NPO法人TAMAHAPPITOPラネット
【問合せ】公民館事務所 ☎ 552・2118

茶室福庵でもてなし「風呂敷の魅力再発見！」

風呂敷は、美術品として楽しみ、贈答品を包んで外出時の手荷物を入れるなど、さまざまに使えます。展示では、講師が長年にわたって収集したコレクションの中から選んだ品々を展示します。
【場所】茶室福庵
▼風呂敷展示※説明有
【日時】9月12日（土）午後1時～5時・13日（日）午前10時～午後4時 ※直接会場へ。
▼包み方ワークショップ
【日時】9月13日（日）午後2時～3時30分
【対象】市内在住・在勤・在学の方



学の方
【定員】先着10人
【講師】豊田満夫氏（豊田コレクション意匠研究所代表・木綿古布収集家）
【申込み】8月18日（火）午前9時から公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。
公民館託児保育付き講座「これでパッチリ入園準備！」
いよいよわが子が入園！新生活に役立つ手作りグッズを作りませんか。また最終回には、保健師によるお母さんのための入園前の心構えや悩み解消の講義と相談があります。
【日時・内容】左表のとおり

Table with 2 columns: 日時 (Date/Time) and 内容 (Content). Rows include dates from 9月11日 to 10月16日 and activities like オリエンテーション, 手作り小物作り, and ココロの準備 (講義と相談).

【講師】新井奈々子氏
【申込み】8月18日（火）午前9時から公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。
託児保育について
講座参加者のお子さんをお預りします。仲間の中で遊びを通して自立心や社会性を育てる支援をします。
【対象】市内在住の1歳以上で就園前の幼児（0歳児は事前にご相談ください。）
【定員】先着15人
【費用】全5回200円（おやつ代）。初回に集めます。
【申込み】講座と一緒に申し込みください。
※託児希望の方は初回午前9時30分集合。
公民館PR講座「行って得る公民館講座」
皆さんは公民館のことをどのくらいご存じですか。この講座では、公民館での学びやサークル活動、人との交流、地域のつながりなどについて知り、公民館を通して人生を豊かにしていく市民の方々を招いて、人生プラスアルファのヒントを、公民館の活動の中から探していきます。この講座に参加して、公民館を楽しんでみませんか？
【日時】9月3日・10日・17日、10月1日・8日の木曜日午後7時30分～9時30分（全5回）
【場所】公民館松林分館
【対象】市内在住・在勤の方
【定員】先着20人
【講師】伊東静一氏（元福生市公民館長）

LGBT講座～あなたが変われば地域が変わる～

LGBTとは、レズビアン・ゲイ・バイセクシュアル・トランスジェンダーから頭文字をとった、性的少数者の総称です。左利きの人と同じ程度の割合とも言われています。多様な性を生きる人々について知り、ともに学んでみませんか。
【日時】下表のとおり
【場所】公民館白梅分館
【定員】先着20人
【講師】性の多様性を考える団体「虹色とんちー」の皆さん
【申込み】8月18日（火）から公民館白梅分館 ☎ 553・3454 へ。

Table with 2 columns: 日時 (Date/Time) and テーマ・備考 (Theme/Remarks). Rows include dates from 9月13日 to 2月14日 and topics like LGBT入門, LGBT運動, LGBTの子どもと若者, etc.

生市公民館長
【話題提供者】野澤久人氏、村野雅義氏、小野豊氏、秋山典子氏、野村亮氏ほか
【申込み】8月18日（火）午前9時から公民館松林分館 ☎ 552・3624 へ。
白梅歴史懇話会「戦中・戦後の熊川その2」
戦中・戦後の熊川の様子を、当時を知る古老の体験談や伝え聞いているお話から振り返ります。地域の移り変わりや人々の暮らしの変化について懇談的に話しあっていきます。
【日時】9月13日（日）午前10時30分～正午
【場所】公民館白梅分館
【定員】先着30人
【申込み】8月21日（金）から公民館白梅分館 ☎ 553・3454 へ。
※白梅歴史懇話会は来年度3月までの毎月第二日曜

四季歳時記「重陽の節句」
季節感の薄くなった日常に改めて伝統文化の光をあててみましょう。今回は重陽の節句を取り上げ、歳時記のお話と菊花にちなんだ舞踊をご覧いただきます。きっと私たちの暮らしにゆとりと潤いをもたらしてくれそうです。
【日時】9月27日（日）午後2時～3時30分
【場所】公民館白梅分館
【対象】市内在住・在勤の方
【定員】先着90人
【出演】花柳千衛里氏
【申込み】8月23日（日）から公民館白梅分館 ☎ 553・3454 へ。



保健ガイド

【問合せ・申込み】保健センター ☎ 552-0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談 専門職による相談、健康機器による測定	① 9月3日(木)・17日(木) 午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
	② 9月14日(月) 午前10時～正午	福生地域体育館	
②ヘルスチェック 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	9月18日(金) ① 午前9時30分(受付) ② 午前10時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人 ※前回受けた方は6か月経ってからお申し込みください
	① 9月4日(金) 午後1時30分～2時30分 ② 9月16日(水) 午前9時30分～10時30分	子ども応援館	4か月児からの乳幼児
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	9月9日(水) 午前10時～11時30分		離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着14組
⑤すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	9月2日(水)・16日(水) 午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル持参	保健センター	3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)
	⑥すくすくベビークラス(おすわりのころ)	9月10日(木) 午前10時～11時30分	6か月～1歳ごろの乳幼児と保護者・先着20組

【申込み】①・③は不要。②・④・⑥は8月17日(月)から、⑤は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

○妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターです。
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口へ出しましょう。

9月の休日診療

※保険証をご持参ください。

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
	午前9時～11時45分 午後1時～4時45分	午後5時～9時45分	午前9時～正午 午後1時～5時
6日(日)	福生市休日診療所 福生 2125-3 ☎ 552-0099	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘 5-1-2 ☎ 555-9999	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅 1-174-1 ☎ 0428-23-2191
13日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
20日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
21日(祝)	福生市休日診療所	丸野医院 瑞穂町長岡 1-14-9 ☎ 556-5280	東青梅休日歯科診療所
22日(祝)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	東青梅休日歯科診療所
23日(祝)	福生市休日診療所	菜の花クリニック 瑞穂町殿ヶ谷 454 ☎ 557-7995	東青梅休日歯科診療所
27日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所

9月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	15日(火)	平成27年5月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成27年3月生まれ ※受診日時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。 3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9・10か月期	平成26年12月生まれ ※受診日時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳	29日(火)	平成26年2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	29日(火)	平成26年2月生まれ	
3歳児	1日(火)	平成24年8月生まれ	

9月の予防接種(BCG)

期日	備考
10日(木)	標準的接種期間対象者：5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です。)
【受付時間】 午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します。)	
【場所】 保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください。	

健康コーナー

COPDを知っていますか?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、主に長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、せき、たん、息切れの症状が見られ、ゆっくりと呼吸障害が進行します。これまで「肺気腫」や「慢性気管支炎」と言われていた疾患も、COPDに含まれます。

COPDの患者数は全国で500万人以上とも推定されていますが、病院でCOPDと診断された患者数は約22万人にすぎません。多くの人々が、COPDであることに気づいていない、または正しく診断されていないこととなります。COPDは命を危険にさらす可能性のある深刻な病気で、全国の死亡者数は年間約1万5000人に上ります。

COPDの予防と治療の基本は禁煙です。失われた肺の機能は改善しませんが、喫煙を続けるとさらに肺機能が悪化してしまうからです。

たばこを長期間吸っている(または吸っていた)人で、長引くせき、たん、息切れといった症状が見られたら、まずはかかりつけ医を受診し、必要に応じて、呼吸器科の専門医を紹介してもらうことが重要です。

季節を問わずうがい・手洗いを忘れずに!

【問合せ】保健センター ☎ 552-0061

検診のお知らせ

①胃・肺がん検診(10月)

※原則としてセットでお申し込みください。

【日時】10月30日(金)午前9時～午後1時(時間の割り振りは抽選です。)

【場所】保健センター

【対象】市内在住の35歳以上の方(平成27年4月1日現在)

【定員】80人(抽選)

※市で実施している胃・肺がん検診を受診したことがない方が優先となります。

【検診方法】検診車による集団検診。バリウム投与・胃間接撮影。胸部X線直接撮影。喀痰検査(必要な方のみ)

◆次のような方は受診できません。

- ・1年以内に胃・肺を手術した方
- ・現在、胃・肺または十二指腸を治療中または経過観察中の方
- ・胃・肺の検査を受診後、1年を経過しない方

- ・妊娠中の方
- ・その他病気を治療中の方

◆次のような方は申込みをされる前に保健センターへご連絡願います。

・1年以内に手術(胃・肺以外の)をした方

※当日の問診結果によっては検診が受診できない場合があります。

②前立腺がん検診(追加募集)

【期間】10月31日(土)まで

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の50歳以上(平成27年4月1日現在)の男性

【定員】60人(抽選)

【検診方法】医療機関による個別検診、血液検査

※国民健康保険に加入している方は、市で実施している健康診査と前立腺がん検診を一緒に受診することができます。

＜①②共通＞

【申込み】往復はがきで9月8日(火)(当日消印有効)までにお

申し込みください。また、市ホームページから電子申請で申し込むこともできます(9月8日(火)午後11時59分まで)。

※検査の結果、精密検査や治療が必要な場合は自己負担となります。また、受診結果によっては保健センターから連絡が行く場合があります。

【往復はがきの書き方】

＜往信・表＞〒197-0011 福生市福生 2125 番地 3 福生市保健センター

＜往信・裏＞①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥〇〇検診希望

＜返信・表＞ご自分の住所・氏名

＜返信・裏＞無記入

※往復はがき1枚につき1人の申込みです。往復はがきの記載内容に不備があると受診できませんのでご了承ください。

【問合せ】保健センター ☎ 552-0061

薬剤師会だより

「くすりの飲み方あれこれ」

皆さんこんにちは。普段私が接する患者さんたちは、薬の効き目や副作用については関心が高く、よくご理解されていると感じています。そこで今回は今まで理解が不十分だったのではないかと強く感じている、薬の飲み方について少しだけお話ししてみたいと思います。

押さえておきたい飲み方は、食前、食後、食間の3種類の飲み方ですね。食前とは通常食事を始める30分ほど前をさします。食後とは食事を食べ終わってから30分以内のことをさします。また食間とは食事中ではなく、食事と食事の間の時

間のことをさし、通常食後2時間後のことをさします。

漢方薬について具体的にご説明します。漢方薬は通常、食前もしくは食間に飲むようにと説明されます。これにはきちんと医学的な根拠があります。漢方薬はさまざまな成分が含まれますが、大きく2種類に分けることができます。効果の強いアルカロイドといわれる成分と、効果のマイルドな有機酸といわれる成分の2つです。一般的に効果の強いアルカロイドは食後によく吸収され、効果のマイルドな有機酸は食前によく吸収されます。効果が強い成分が食後に良く吸収されるのであれば、食後に漢方薬を飲んだほうがいいのか? という疑問が生まれますよね。効果が

強ければその副作用も強く表れると言われていきます。副作用を軽減しつつ程よく効果を実感できる飲み方というのは有機酸がよく吸収される食前ということになるわけです。漢方薬は体質改善を目的とする処方が多く存在します。そのため長期の服用を前提としていることが多いのです。ですから副作用を少なく安全に飲んでいただきたいとの考えから食前という飲み方が古来より続いているそうです。

今回は漢方薬についての一般的なお話でしたが、飲み方ひとつで薬の効果は大きく変わることがあります。皆さんも薬剤師に薬の効能効果だけでなく「飲み方」も相談してみてくださいね。

【文責】大戸薬剤師

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込めます。また費用の記載のないものは無料です。