

人口と世帯数 (平成 27 年 2 月 1 日現在)	
男	29,364
女	29,151
計	58,515
世帯数	29,350



今号の主な記事

2面平成27年第1回福生市議会定例会のお知らせ 3面ご存じですか 市民標準葬儀 4面くるみる ふっさ お土産情報
6面福生市青少年海外派遣生の募集を開始します! 7面公民館主催事業 平和パネル展「3.10東京大空襲」 8面保健ガイド



子育てをしている保護者の方からは、子どもが風邪やインフルエンザなど病気の際に利用できる医療機関による病児保育室開設の要望が非常に多く、実現に向けて取り組んできましたが、事業者の確保、開設場所、設備などの課題が多く、長年実現できませんでした。

この度、福生市医師会のご協力により、病児保育室の開設を予定しています。病後児保育室と合わせ、保育の充実を図り、保護者の皆さんの要望にお応えします。



西多摩地域で初めて!

4月1日

病児保育室

開設!

市民の皆さんの子育てと就労の両立を応援するため、下記の内容で運営を予定しています。

【開設日】 4月1日(水)

【利用できる日時】 月～金曜日午前8時～午後6時

※祝日、8月のお盆休み期間、年末年始を除く。連続利用は5日まで。

【場所】 病児保育室あんず (3月16日開院予定のしみず小児科・内科クリニックに併設 / 福生市牛浜8番地)
☎ 513・4158 ※電話の受付は3月31日(火)から行います。

【対象】 次のいずれにも該当する児童
①生後6か月から小学3年生まで
②保護者が就労、傷病、事故、出産、冠婚葬祭等の社会的にやむを得ない事情により家庭で保育が一時的に困難である。

③病気により安静の確保に配慮する必要がある。

④かかりつけ等の医師の診察を受けている。



【定員】 1日あたり4人

※病児保育室は保育室1室と隔離室2室の計3室ですので、感染症の子どもが3人となった場合は、3人までの受入れとなります。

【職員体制】 看護師と保育士がいます。また、医療機関併設ですので、医師による緊急対応が可能です。

【利用料】 1日あたり1,000円 (当日保育室にお支払ください。)

※昼食・おやつは持参してください。

【利用方法】

〈1. 登録について〉

各年度の初回利用時に利用登録をしていただきます。また、事前に登録しておくこともできます。

※申込書は、病児保育室にあります。また、市ホームページからダウンロードして、事前に作成しておくこともできます。

〈2. 保育室の利用について〉

①利用希望日前日の午後5時30分までに病児保育室に電話で事前予約をする。(予約受付時間は午前8時～午後5時30分です)

②利用当日、申込書を記入して、子どもを預ける。

【持ち物】 〈必ず必要なもの〉 保険証・医療証、母子手帳、薬、お薬手帳等、弁当・おやつ、着替え一式 2組、タオル1枚、バスタオル2枚、ビニール袋4枚程度、プラスチックのコップ

〈必要に応じて用意していただくもの〉 紙おむつ5枚程度、おしり拭き、ミルク (1回分ずつ小分けして飲む回数分)・哺乳瓶、ガーゼ3枚程度、よだれかけ、エプロンなど

【問合せ】 子ども育成課保育係 ☎ 551・1780

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

平成27年第1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】 3月3日(火)～27日(金) 3月3日(火)～6日(金)・27日(金)

【本会議】 3月3日(火)～6日(金)・27日(金)

【予算審査特別委員会】 3月10日(火)～13日(金)

【常任委員会】 3月17日(火)～19日(木)

【開会時間】 本会議及び常任委員会：午前10時～

予算審査特別委員会：午前9時30分～

なお、常任委員会は、開

会後、現地視察がある場合もありますので、委員会の進行状況等は、議会事務局まで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。市ホームページから、福生市議会「インターネット中継」にアクセスしてご覧ください。

【問合せ】 議会事務局庶務係 ☎ 551・1523

【告示日】 4月19日(日)

福生市議会議員選挙のお知らせ

1月1日から31日までの間に岩本秀守様、NPO法人ケアサービスいずみ様ほか4名の方(匿名)から9万5,000円のご寄附を

【投票日】 4月26日(日)

【期日前投票】 4月20日(月)～25日(土)

【期日前投票時間】 午前8時30分～午後8時

【期日前投票場所】 市役所第二棟1階(郵便局側入口付近)

【問合せ】 選挙管理委員会事務局 ☎ 551・1802

福生市まちづくりに資する寄附金(ふるさと納税)

市ホームページのトップページに掲載されるバナー

広告を募集しています。

【広告料】 20,000円

3月の無料相談		【問合せ】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529 ※土・日・祝日を除く		
相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権身の上相談・行政相談	4日(水)	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	5日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	10日(火)			
税務相談	26日(木)			
法律相談	6日(金)・11日(水)・18日(水)・25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	19日(木)			
少年相談	20日(金)			
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前9時～正午 午後1時～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
消費者相談	毎週月・木曜日	午前10時～正午 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産業活性化グループ ☎ 551・1699
心配ごと相談	毎月第二水曜日	午後1時～3時	福祉センター	社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027
事業資金相談	12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

【そのほかの相談】 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(☎ 552・5027 福祉センター)、教育相談(直通 ☎ 551・7700)

※予約開始日が土・日・祝日の場合、翌日以降最初の平日からとなります。

バナー広告掲載料の割引内容

掲載期間(連続)	月額掲載料
1か月～2か月	20,000円
3か月～5か月	19,000円
6か月～11か月	18,000円
12か月(年間)	16,000円

【広告の規格】 天地50ピクセル、左右180ピクセル、10キロバイト、GIF形式(GIFアニメ不可)、静止画

※掲載画像の点滅は不可

○詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

福生市メディアラボをご覧ください

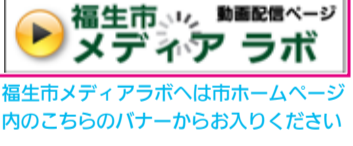
福生市メディアラボは、市の各種イベントや市の魅力を紹介する作品を市職員自ら撮影し、動画として配信しているウェブページです。

動画は市ホームページのトップページにあるバナーから見る事ができます。

今後注目

のトピックや楽しいイベントを紹介していきますのでぜひご覧ください。

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529



まちの話題 ～応募総数 46,046 作品～ 石井涼音さん親子が全国大会で準グランプリに輝きました

1月25日、大阪で開催された「第8回ウィズガス全国親子クッキングコンテスト—炎の調理で五感を研ぎ澄ます—全国大会」に出場した、福生六小5年生の石井涼音さんと保護者の真紀さんの料理が準グランプリに輝きました。石井さん親子は、東京大会で優勝し、続く関東中央地区大会では入賞を果たし、全国大会に出場しました。

また、1月19日にはクッキングコンテストのレシピの一品である、地元の造り酒屋の酒粕を使用した「ほんのり甘い酒粕入り豚汁」が市内全小学校の学校給食の献立として採用され、約2,800食が提供されました。



【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

ご利用ください ふっさ情報メール

○月○日から七夕まつりが始まります!

市内の○番地で火災が発生しました。

市では携帯電話やパソコンへのメール配信サービス「ふっさ情報メール」を行っています。登録された方の携帯電話・パソコンに、市からのお知らせや各種イベント情報など生活に役立つ情報を配信しています。ぜひご利用ください。

●配信されるメールの種類を選んで登録できます!

- ▼防犯・防災情報
- ▼観光・イベント情報
- ▼環境・気象情報
- ▼健康情報
- ▼子育て情報
- ▼その他の市政情報

※登録は無料ですが、メールの通信費用は利用者負担となります。迷惑メール防止設定をしている場合は、「fussamail@city.fussa.tokyo.jp」からのメールを受信できるように設定してください。

【ふっさ情報メール登録手順】

- ①下のQRコードを読み取り、登録ページにアクセスして、空メールを送信してください。または「fmail@req.jp」へ直接空メールを送信してください。
- ②返信されたメールに記載されたURLにアクセスし、配信を希望するメールの種類をチェックして「送信」をクリックします。
- ③「登録完了のご案内」メールが届きます。

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

登録用QRコード ↓

春の火災予防運動

3月1日(日)～3月7日(土)

▼平成26年度東京消防庁防火標語「うれしいね 防火で笑顔の人と町」(作者:世田谷区在住 入月 千代子さん)

火災予防運動は、防火防災に関する意識や防災行動力を高めることで、火災の発生を防ぎ、万一発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い命と貴重な財産を守ることを目的としています。

この時期はストーブなど暖房器具を使用する機会もまだ多く、空気も乾燥しているため、火災が発生しやすくなっています。次のことに注意して火災から命や財産を守ってください。

- まず、火災を起こさない
○住宅用火災警報器を備える
○燃えにくい防災品を使う
○火災が発生した場合に、すばやく消火する
○周囲に火災を知らせ119番通報する

自らの家を守り、地域で助け合いながら地域全体の安全を高めましょう。
【問合せ】 福生消防署予防課 ☎552・0119

「安全安心まちづくり市民ひろば」次の開催は

犯罪のない、安全で安心なまちづくりを推進するため、話し合いをしています。市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。

【日時】 2月26日(木)午後7時～9時

【場所】 白梅会館会議室

【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691

高額医療・高額介護合算療養費制度の申請はお済みですか?

後期高齢者医療制度と介護保険の両方を利用して世帯で、1年間の自己負担額の合計が世帯単位の自己負担限度額(左表参照)を超えたときは、申請により超えた額が医療保険と介護保険のそれぞれの制度から払い戻されます。

対象となる方には、東京都後期高齢者医療広域連合から勧奨通知が送付されていますので、まだ申請が済んでいない方は申請してください。

※郵送での申請は、同封の返信用封筒に切手を貼って申請書を入れてお送りください。

世帯単位の自己負担限度額 (年額:8月～翌7月)

Table with 3 columns: 負担割合, 負担区分, 限度額(年額). Rows include 3割負担, 1割負担, and sub-categories like 現役並み所得, 一般, 住民税, 区分II, 区分I, 非課税等.

【対象となる期間】平成25年8月1日から平成26年7月31日までの1年間

【支給申請等受付場所】平成26年7月31日にお住まいだった区市町村の後期高齢者医療担当窓口

【申請時に必要な物】申請書、印鑑、振込先の口座番号が分かるもの、介護保険の被保険者証

【問合せ】 保険年金課後期高齢医療係 ☎551・1767、介護福祉課介護保険係 ☎551・1764

国民健康保険だより

▼ジェネリック医薬品に関するお知らせを発送します

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、新薬(先発医薬品)の特許期間満了後に同等の品質で製造販売される低価格の薬です。

現在服用している新薬からジェネリック医薬品に切り替えた場合、薬代の自己負担額がどのくらい軽減できるか試算した通知を、設定条件に該当した方を対象に2月下旬に発送します。

通知を受け取られた方は、薬の切替への参考としてご利用ください。

【問合せ】 保険年金課保険年金係 ☎551・1640

年金だより

▼国民年金はこんな時に届出が必要です

20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入する必要があります。届出は加入時だけでなく、被保険者種別が変わる時にも必要です。20歳になった時、国民年金に加入する(厚生年金・共済年金の加入者は除く)会社を退職した時、第一号被保険者への変更手続きをする(被扶養配偶者も同様)配偶者の扶養から外れた時、第三号被保険者から第一号被保険者への変更手続きをする

金に加入する(厚生年金・共済年金の加入者は除く)会社を退職した時、第一号被保険者への変更手続きをする(被扶養配偶者も同様)配偶者の扶養から外れた時、第三号被保険者から第一号被保険者への変更手続きをする

※手続きをする場合は、市役所1階5番保険年金課保険年金係へお越しください。

福生アメリカンハウス情報

▼東日本大震災トモダチ作戦パネル展、決して忘れない3.11

東日本大震災から4年目を迎えることを受け、横田基地に作戦司令部が設置された、当時の在日米軍の救援活動「トモダチ作戦」のパネル展示を行います。

【日時】 3月1日(日)～29日(日)の土・日・祝日の午前11時から午後5時まで営業。※入場無料

【問合せ】 福生アメリカンハウス ☎513・0432 (営業時のみの対応となります)

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? 【申込み・問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

【問合せ】 詳細は、

収納課からのお知らせ

▼2月の納税のお知らせ

2月は固定資産税・都市計画税(第4期)、国民健康保険税(第8期)、介護保険料(第8期)、後期高齢者医療保険料(第8期)の納期です。納期限は3月2日(月)です。お忘れのないようご納付ください。口座振替は3月2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。

▼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、市税等の滞納処分として差し押さえた動産を現金化するため、インターネットによるオークション形式での公売を次のとおり行います。興味のある方は、ふるってご参加ください。

【入札期間】 3月6日(金)午後1時～3月8日(日)午後11時

【公売物件】 テレビ・指輪・古銭・根付ほか

※「ヤフオク!」のホームページに公売物件写真が掲載されています。詳しくはそちらをご覧ください。

【公売への参加は】 2月17日(火)午後1時から2月27日(金)午後11時までの間に「ヤフオク!」のホームページ (http://koubai.auctions.yahoo.co.jp/ky_fussa_city) への事前登録が必要です。

※市税等の納付状況によって公売が中止になる場合もあります。

▼インターネット公売物件の下見会を開催します

今回のインターネット公売に福生市が出品する物件の下見会を開催します。出品する物件の実物を直接ご覧いただけますので、入札をお考えの方は、ぜひお越しください。【日時】 2月23日(月)・24日(火)午前9時～午後5時(予定)

【場所】 市役所1階ロビー

【問合せ】 収納課 ☎551・1578



公売物件の一例(指輪×メキシコオパール付き)

Table with 4 columns: 名称, 日程, 場所, 連絡先. Rows include 熊川フリーマーケット, フレンドシップパークフリーマーケット, 自由広場フリーマーケット.

左表の連絡先へ。※雨天等によって中止となる場合があります。

ご存じですか 市民標準葬儀

市では下表の葬儀業者と協定を結んでいます。

【利用対象】①市内在住の方が亡くなったとき②市内在住の方が市内または近隣(立川市・昭島市・武蔵村山市・羽村市・あきる野市・瑞穂町)で葬儀を行うとき

【利用方法】 直接、取扱業者に申し込んでください。

【問合せ】 総合窓口課 ☎551・1595

【市民標準葬儀取扱業者一覧】

Table with 3 columns: 事業所名, 所在地, 電話番号. Lists various funeral home branches and their contact info.

「近所で手を取り合って助け合い」町会・自治会に加入しましょう

私たちのまちがドラマや映画の舞台に！



ドラマ「ディア・シスター」撮影風景

テレビや映画を見ていて、「この景色見たことある！」とハッとしました。これはありませんか？市には、ドラマや映画の舞台として使われる魅力的な施設や景色が数多くあります。放映情報は、ふっさ情報メールや福生ロケーションサービス（http://fussafilm.com）で随時紹介していますので、ぜひご覧ください。

【勤務日】原則月～金曜日の週5日（午前8時30分～午後5時）※土・日・祝日の勤務有り
【賃金時給】950円
【雇用期間】4月1日～平成28年3月31日
【応募資格】簡単なパソコン操作ができる方
【申込み】2月18日（水）27日（金）までに本人が履歴書を持参し、商工会 ☎ 551・2927へ。

【勤務日】原則月～金曜日の週5日（午前8時30分～午後5時）※土・日・祝日の勤務有り
【賃金時給】950円
【雇用期間】4月1日～平成28年3月31日
【応募資格】簡単なパソコン操作ができる方
【申込み】2月18日（水）27日（金）までに本人が履歴書を持参し、商工会 ☎ 551・2927へ。

【問合せ】シティセールス推進課まちの魅力創造グループ ☎ 551・1740

福生ロケーションサービス スタッフ募集

映画・TVドラマ等のロケ誘致に取り組むスタッフを募集します。福生の魅力を一緒にPRしましょう！

【業務内容】ロケ撮影の問合せ、撮影立会い、福生ダウン業務、ホームページ更新業務
【募集人員】若干名

くるみる ふっさガイドツアー

▼「福生の和 문화ルート ショートコース」松花堂ランチと田村酒造場見学

梅香る季節、「福生の和文化ルート」ショートコースを歩いてみませんか？松花堂ランチを味わった後は、福生十景の一つ福生神明社と長徳寺へ。その後、田村酒造場を見学します。

【日時】3月13日（金）午前11時50分～午後3時
【集合】午前11時45分・福生駅西口
【定員】先着20人
【参加費】1,800円（保険・食事代等）
【申込み】2月18日（水）3月12日（水）の間に直接または電話でくるみる ふっさ ☎ 530・2341へ。※月曜定休日（祝日を除く）

桜まつり民謡パレード

参加団体募集！

桜まつりを華やかに彩る民謡パレード。満開の桜の下で優雅な舞を披露しませ

たっけー☆☆出没記録

★1月17日に福生のお米でお餅つき！
学童クラブ主催の新春親子お楽しみ会で、福生に唯一残る田んぼで作った「あくねもち」という「もち米」を使って、餅つきをしてみました。お餅は、参加した皆さんと一緒に、おいしくいただきました。



【問合せ】シティセールス推進課まちの魅力創造グループ ☎ 551・1740

くるみる ふっさ お土産情報

【問合せ】くるみる ふっさ ☎ 530・2341

くるみる ふっさでは、福生のお土産としておすすめの「たっけー☆☆印」商品を販売しています。ぜひお買い求めください。※価格は税込です。



左：横田基地スイートショコラランチ
右：横田基地メモリアルピュアショコラサンドパイ（各12個入）630円
価格も手頃で人気商品。



たっけー☆☆マグカップ
ブルー・ピンク各1,500円



福生ハムビーフジャーキー 432円
牛肉の旨みを凝縮。おやつ、お酒のおつまみにも。

んか。

【日時】4月5日（日）午後2時～3時30分※雨天中止

【対象】市内の団体

【コース】JR五日市線鉄橋から陸橋までの堤防沿い

【曲目】福生音頭、桜音頭、交通安全音頭

参加団体への説明会

【日時・場所】3月6日（金）午後6時～福社センター2階研修室

【申込み】2月27日（金）までに申込書に必要事項を記入し、実行委員会事務局（市役所第二棟2階シティセールス推進課）☎ 551・1740へ持参してください。※申込書は同窓口で配布しています。

★春休み親子講座「子どもの生きる力を育てる『お金』とのつきあい方」～どうする？ おねだり おこづかい～

「子どもからのおねだりやおこづかい、どのように対応したらいいのだろう。」そんな経験はありませんか？ 子ども参加型のお買い物体験を通じ、生きる力を育む「お金」とのつきあい方、大切さを一緒に学びませんか。

なお、この講座は公民館との共催事業として実施します。

【日時・テーマ等】下表のとおり

【場所】①② 市民会館・公民館第5集会室 ③ さくら会館第3集会室

【対象】3日間すべての参加が可能で、市内在住・在勤の親子（幼児期～小学生）

【定員】先着親子10組

【参加費】1組500円（第3回参加の際にご用意ください。）

【講師】あんびるえつこ氏（「子供のお金教育を考える会」代表）

【申込み】2月18日（水）から電話でシティセールス推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699へ。

日時	テーマ	対象
① 3月19日（水） 午前10時～正午	【講座型】「子どもの生きる力を育てる『お金』とのつきあい方」～どうする？ おねだり おこづかい～	親のみ
② 3月26日（水） 午前10時～正午	【体験型】カレー作りゲームで学ぼう！ かしこいお金の使い方	親子 ※子どものみの参加可
③ 3月27日（木） 午前10時～正午	【体験型】お買いもの体験に挑戦しよう！	親子



消費生活

ご存じですか？ 福生市消費者相談室～消費者トラブル

お気軽にご相談ください～

訪問販売や電話勧誘などで、強引に商品を買わされてしまった、見覚えのない請求書が突然送られてきた、このような経験はありませんか？

消費者相談室では、商品の購入・サービスの利用に伴うトラブルや、多重債務、架空請求などでお困りの方の苦情・相談を受け付けています。専門の相談員が解決に向けたアドバイスや情報提供を行います。

★消費者見学会「食の安全×地産地消まるわかり！バスツアー」を開催！

東京生まれの豚肉「TOKYO-X」が誕生した畜産センターや加工工場を見学します。そして最後に「TOKYO-X」を使ったランチを実際に味わうことで地産地消を体験します。最近話題の食の安全についても学びます。

【日時】3月11日（水）午前8時30分～午後1時

【集合】午前8時15分・市役所

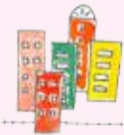
【見学場所】青梅畜産センター（青梅市）→大多摩ハム（福生市）

【対象】市内在住・在勤の方

【定員】先着30人

【参加費】1,000円（「TOKYO-X」のソーセージランチ代）

【申込み】2月18日（水）から電話でシティセールス推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699へ。



納税は 納期内で 元気な福生

ごみ・資源収集情報	
ごみが37t 増えちゃったよ!	資源の割合が 4%増えたよ!
26年12月1,174t	26年12月 362t (24%)
25年12月1,137t	25年12月 277t (20%)
※資源の割合 = 資源収集量 ÷ ごみと資源収集量	
資源回収団体による資源回収量	
26年12月	94t
25年12月	130t
3月の資源回収予定	
実施団体	実施日
本町第七町会	1日(日)
福栄福寿会	7日(土)
牛浜第二町会	8日(日)
玉川台町会	8日(日)
本町第二町会	8日(日)
南田園一丁目町会	8日(日)
鍋一はやし連	15日(日)
原ヶ谷戸町会青年部	15日(日)
福生市志茂第二町会	15日(日)
福生団地自治会	15日(日)
青少年育成熊牛地区委員会	22日(日)
永田子供会	22日(日)
青少年育成加美地区委員会	29日(日)
南田園三丁目町会	29日(日)
収集区域は実施団体区域内。天候などにより変更する場合があります。 【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731	

測定場所	熊川1571番地誘導灯付近		福生市役所屋上	
	飛行回数	前年同月比	飛行回数	前年同月比
飛行回数	1,270	-110	319	-97
昼間(午前7時~午後7時)	985	-98	218	-63
夕刻(午後7時~午後10時)	280	-11	101	-33
夜間(午後10時~午前7時)	5	-1	0	-1
最高音圧レベル(デシベル)	117	1	100	10
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	66	-1	51	-1

地域猫制度について
ボランティア団体が主体となり、モデル地区における飼い主のいない猫の捕獲、不妊去勢手術、餌やり、周辺の清掃等を実施し、猫の数を地域でコントロールしています。不妊去勢手術の一部は市から助成されています。登録を希望する団体は、環境課環境係へご相談ください。

▼地域猫制度登録団体「福生地域猫の会」から
不要になった猫の餌や猫のトイレ砂などがありまして、地域猫活動に活用させていただきますので環境

室内飼いのポイント
○上下運動のできる場所
○清潔なトイレと十分な餌
○不妊・去勢手術
○猫の遊具やおもちゃ
○飼い主の愛情とスキンシップ
愛護動物を虐待したり捨てる(遺棄する)ことは犯罪です。違反すると、懲役

課環境係へご連絡ください。皆さんのご協力をお願いします。
※手術費以外の活動費(餌の購入や里親探し)は寄附やバザー活動により運営しています。
▼飼い猫は室内で飼いましよう
現在の交通事情や住宅事情は猫にとってやさしい環境ではありません。猫を危険から守るのも飼い主の責任です。猫は室内で飼うようにしてください。万が一迷子になった場合を考え、首輪と連絡先を書いた迷子札などをつけましょう。また、飼い猫についても可能な範囲で不妊・去勢手術をお願いします。

汚れた資源の出し方
ごみと資源を分別していただく際、汚れの落ちないものは、資源として収集することができません。
◆ペットボトル、プラスチック、容器包装プラスチック、ダンボール、新聞、雑誌、雑紙、紙パック、古着、古繊維で汚れが落ちないものは、燃やせるごみで出してください。
◆ビン、缶、金属で汚れが落ちないものは、燃やせるごみで出してください。
【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

や罰金に処せられます。
▼飼い主のいない猫への無責任な餌やりはやめましよう
餌の置きっ放しや糞・尿の問題がトラブルとなっています。愛情と同じだけの責任をもって猫に接してください。餌をあげるのであれば、責任をもって次のことを守ってください。
○地域の人の理解を得るようにならしてください。
○不妊去勢手術をしましょう。
○餌場周辺を清潔に保ちましょう。
○餌のあげっぱなしは厳禁です。必ず回収し、掃除をしましょう。
○周辺で見かける糞は回収しましょう。

こんな症状でお困りではないですか?
脳卒中や交通事故のあと、集中するのが難しくなったり、新しいことを覚えたり、思い出したりするのが難しくなったり。話す・聞いて理解する・読み書きがうまくできなくなった。怒りっぽくなったなどの原因は、もしかしたら「高次脳機能障害」かもしれません。

「笑い」は最良のくすり
輝き市民サポートセンターに登録している市民活動団体の笑いヨガ「笑輝」が、まだ日本では馴染みの薄い「笑いヨガ」をどのようにして始めたのか、心や体に「笑い」がなぜ良いのかなどをお話します。
【日時】3月14日(土)午後2時~4時
【場所】輝き市民サポートセンター
※直接会場へ。どなたでも参加できます。
【問合せ】輝き市民サポートセンター ☎ 551・0166

市民活動プレゼンテーション
【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

第10回 まちづくり景観フォーラムを開催します

市では、まちづくり景観推進連絡会と協働し、これまで福生の景観を改善するために活動してきました。「福が生まれるまちふっさ」の今後のまちづくりについて一緒に考えてみませんか? 今年のテーマは「10年間の歩みと今後の活動」です。これまでの活動の振り返りや連絡会が関わってきた宿橋通りの整備についての報告等を予定しています。
「夢かなうまち福生」の写真展もあわせてご覧ください。

▼フォーラム
【日時】3月15日(日)午後1時~3時30分
【場所】市民会館・公民館3階第4・5集会室

▼写真展
【日時】3月11日(水)~14日(土)午前9時~午後9時
【場所】市民会館1階展示コーナー
【主催】まちづくり景観推進連絡会、福生市
【問合せ】まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

まずはご相談ください。
【日時】3月10日(火)午後2時~4時
【相談員】作業療法士等
【日時】3月24日(火)午後2時~4時
【相談員】社会福祉士等
【場所】市役所
【対象】高次脳機能障害の当事者及び家族等
【申込み】2月18日(水)から障害福祉課 ☎ 551・1742へ。

平成26年度の臨時福祉給付金について
臨時福祉給付金は、申請期間を平成26年12月27日まで延長し、同日をもって受付を終了しましたが、長期入院、長期不在等の理由により申請できなかった方については、ご相談ください。
なお、平成27年2月28日(土)を過ぎての申請は、理由の如何にかかわらず受付できませんのでご注意ください。
【日時】3月12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】2月17日(火)から(日曜日を除く)午前8時30分~午後5時15分の間(社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・2122へ)。
【日時】3月12日(木)午後2時~4時
【場所】福祉センター
【対象】ボランティア・市民活動に関心のある市内在住・在勤・在学の方
【定員】先着10人
【内容】ボランティア・市民活動について学び、市内の活動を知ろう! 等
【申込み】2月18日(水)から(日曜日を除く)午前8時30分~午後5時15分の間(社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・2122へ)。

ボランテア・市民活動入門講座
「ボランティア」って何? 「市民活動」って何? 心はあるけど、どう始めればいいだろうか? まず一歩踏み出してみませんか?
【日時】3月5日(木)午後1時30分
【場所】福祉センター
【対象】ボランティア・市民活動に関心のある市内在住・在勤・在学の方
【定員】先着10人
【内容】ボランティア・市民活動について学び、市内の活動を知ろう! 等
【申込み】2月18日(水)から(日曜日を除く)午前8時30分~午後5時15分の間(社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・2122へ)。

児童館で遊ぼう！(2月その2)

※ひろば事業※

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】

▼遊具開放DAY 23日(月)・25日(水)、3月4日(水)午前10時～正午

【対象】乳幼児と保護者

▼くまさんひろば 24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

▼もちこみカフェ 26日(木)午前9時～午後1時【対象】乳幼児と保護者

▼こぐまひろば 3月3日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者

【田園児童館 ☎ 552・3133】

▼よちよちすくすくひろば 24日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者

▼ぼんぼこタイム 25日(水)午前11時～11時20分【対象】乳幼児と保護者※工作や体操を中心に行います。

▼親子であそぼう 3月3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】

▼びよびよひろば 23日(月)午前10時30分～正午【対象】0歳児と保護者

▼とことこひろば 24日(火)午前10時30分～正午【対象】1歳児と保護者

▼わんぱくひろば 26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 3月3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っています。詳細はお問い合わせください。

※注目の事業※

【熊川児童館 ☎ 539・1515】

▼子育て応援事業きらきらママタイム「ママのためのヨガタイム」3月9日(月)午前10時～11時30分

【対象】乳幼児のお母さん

【定員】先着15人【持ち物】水筒、タオル、動きやすい服装

【申込み】24日(火)正午から熊川児童館窓口でお申し込みください。

第6回児童・生徒による音楽のまちづくりコンサート2015 「音楽による元気」をお届けしている子どもたちが一堂に会する「第6回児童・生徒による音楽のまちづくりコンサート」を開催します。

トに向けて、自分たちのステージをたくさんの方に見に来ていただけるよう、子どもたちも練習を重ねています。皆さんのご来場を心よりお待ちしております。【日時】3月14日(土)午後1時30分～4時30分

【出演団体】▼福生第三・六・七小学校 ▼福生第一・二・三中学校 ▼福生吹奏楽団(友情出演) 【問合せ】教育委員会指導室学務・指導係 ☎ 551・1948

【出演団体】▼福生第三・六・七小学校 ▼福生第一・二・三中学校 ▼福生吹奏楽団(友情出演) 【問合せ】教育委員会指導室学務・指導係 ☎ 551・1948



アテレコ風景※イメージ

アテレコ(声優)体験ワークショップ参加者募集

ご好評にお応えして再開！ アニメのアテレコ※を体験してみませんか？ 演技の面白さをプロの声優が、分かりやすく教えてくれます。多数の声優が所属する芸能事務所、JTB エンタテインメントが監修する本格的なワークショップです。※アテレコとはアニメのキャラクターに声を吹き込むことです。

【日時】①3月28日(土)午前10時～正午 ②3月29日(日)午前11時～午後4時※②のみ1時間の昼休憩あり

【場所】市民会館・公民館視聴覚室

【対象】①小学4～6年生 ②中学生・高校生

【費用】①2,000円 ②4,000円

【申込み】受付中。3月10日(火)までに、往復はがき往信面に、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、性別、電話番号を記入し、〒197-0011 福生市福生2-4-5 福生市民会館「ア

社会福祉協議会では、運転ボランティアの協力により、歩行が困難な方を対象に移送サービス事業を実施しています。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】社会福祉協議会地域推進課地域推進担当 ☎ 510・0904

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

【活動日】随時(月～土曜日) ※担当者との面談のうえ、ボランティア登録をしていただきます。登録後、福祉車両運転者講習を受けていただく必要があります。詳細はお問い合わせください。

平成27年度 福生市青少年海外派遣生の募集を開始します！

【概要】アメリカ合衆国ワシントン州シアトル市を中心に、ホームステイ、語学研修、校外学習、野外活動、都市の視察などを行います。

【派遣期間】7月23日(木)～8月5日(水)の12泊14日

【募集人員】12人

【参加負担金】12万円(パスポート取得印紙代、小遣い等を除く)

【応募資格】①平成27年3月1日現在、学校教育法に基づく中学校または中等教育学校の第1・2学年に在学していること

②平成27年4月1日現在、福生市に引き続き1年以上居住していること

③本事業による海外への派遣の経験がないこと

④心身ともに健康で、協調性に富み、規律ある団体行動ができること

⑤派遣生としての体験を生かし、帰国後も地域や学校において活発な活動ができること

⑥保護者の承認が得られること

⑦事前・事後を含め、すべての研修に参加できること

⑧将来にわたって、市が行う本事業に関する調査に協力できること

⑨保護者に市税等の滞納が無いこと



シアトルの現地学生との交流の様子

【応募方法】応募要領を確認のうえ、参加申込書を生涯学習推進課に提出してください(郵送不可)。応募要領や参加申込書は市内各中学校及び市役所第二棟2階生涯学習推進課にあります。

【応募期間】2月16日(月)～3月13日(金)

海外派遣事業報告展・説明会を開催

①〈報告展〉今年度の海外派遣生が模造紙に作成した報告等を展示します(昨年11月に開催した市民文化祭で展示したものです)。

【日時】2月20日(金)午前10時～22日(日)午後7時

②〈説明会〉昨年の海外派遣の映像を見ながら、現地での活動や事前研修の説明会を行います。中学生だけでなく、保護者の方もお気軽にご参加ください。

【日時】2月22日(日)午前10時30分～11時30分

〈①②共通〉【場所】プチギャラリー3階第二展示室(福生駅隣接3階)

【問合せ】生涯学習推進課地域教育支援係 ☎ 551・1958

Happy・セカンドライフセミナー今後の予定

Table with 4 columns: Date, Location, Theme, and Instructor. It lists various seminars and their details.

公民館主催事業

▼平和パネル展

「3.10 東京大空襲」

今から70年前の3月10日
を存じますか。

米軍のB29爆撃機により
東京が大空襲を受けた日
です。この空襲により、10万
人以上もの尊い人命が失
われました。

パネル展では、当時の様
子を撮影した貴重な写真や
資料を展示します。また、
空襲を体験された方による
解説も行います。

あらためて、戦争の悲惨
さ、そして平和の尊さを感じ
取っていただければと思
います。

【展示期間】 2月21日(土)～
3月10日(火)午前9時～午後
8時※月曜日休館

【解説日時】 2月22日(日)、
3月1日(日)午後2時～4時

【場所】 市民会館・展示ス
ペース

【資料提供・解説者】 西村
信友氏(元中学校教諭)
【問合せ】 公民館事務所
☎552・2118

白梅歴史懇話会

「旧奥多摩街道沿い商店街
のにぎわい」その2

今ではその面影もありませんが、昭和初期の旧奥多摩街道(現在の熊川通り)には多くの商店が軒を並べ、にぎわっていました。

当時の様子をたどりながら、地域の移り変わりや人々の暮らしについて懇談的に話し合っていきます。

費用の記載のない事業は無料です

今回は内出、南地域を中心
に話を進めていきます。
ぜひ、ご参加ください。

【日時】 3月8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】 2月18日(水)か
ら公民館白梅分館 ☎553・
3454へ。

図書館おはなし会

※直接どうぞ

▼中央図書館おはなし会

【日時】 3月4日(水)・11日(水)・
18日(水)・25日(水)各日とも午
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】 3月7日(土)午後3
時～

【場所】 中央図書館
【対象】 幼児～小学生
【出演】 ポケット☆ポケッ
ト

▼中央図書館乳幼児向けお
はなし会「おはなしであそ
ぼー!」

【日時】 3月3日(火)午前11
時～

【場所】 中央図書館
【対象】 乳幼児(1、2か月の
赤ちゃんもどうぞ)参加
ください!

【出演】 おはなしのもり
▼わかぎり図書館おはなし
会

【日時】 3月12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】 3月25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

▼武蔵野台図書館乳幼児向
けおはなし会

【日時】 3月18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。

【問合せ】 各図書館へ。
中央図書館 ☎553・3111
わかぎり図書館 ☎552・74
21
武蔵野台図書館 ☎553・88
81

「初心者テニス教室」
参加者募集

【日時】 3月14日・21日・28
日、4月4日の土曜日午前
9時～11時(全4回)

※予備日 4月11日・18日・
25日の土曜日

【場所】 武蔵野台テニスコ
ート

【対象】 おおむね16歳以上
で市内在住・在勤・在学の
初心者

【定員】 先着40人
【参加費】 1,500円(初
回に集金)

【内容】 基本動作、ゲーム
形式の練習

【指導】 主催協会の会員
【主催】 福生市テニス協会
【申込み】 受付中。3月6
日(金)までに、「初心者テニ
ス教室参加希望」と明記
し、住所、氏名、電話番号

を記載のうえメールで同協
会(fussa.tennis.1@gmail
.com)へ。または、福生
市テニス協会の会員へ直接
お申し込みください。

熊川地域体育館事業

▼体験レッスン

「キッズHIPHOP」

4月からコー
ス制で始まる本
格的なストリー
ト系HIPHOP
Pを特別に体験
できます!
ダンスがうまくなりたい
小学生、参加をお待ちして
います!



【日時】 3月4日・11日の
水曜日午後5時～6時

【対象】 小学生(新一年生可)
【定員】 各日先着25人
【参加費】 各回300円

【持ち物】 運動できる服装、
室内用運動靴、タオル、水
分補給できる物(蓋付)等

【参加方法】 当日、直接受
付にお越しください。

【問合せ】 熊川地域体育館
☎552・1980

福生地域体育館事業

▼ご利用ください!「福生
地域体育館トレーニング室」

トレーニング
グ室では、初
中級者を中心
に健康増進、
体力づくりが
安全にかつ効
果的にできるよう、常時ト
レーナーを配置していま
す。



また、利用登録された方

中央体育館事業【問合せ】 中央体育館 ☎552・5511

番号	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(12回)	18歳以上の方	火	午前10時～11時	4月7日～6月30日 (5月5日は休み)	30人	初回1,200円と毎回利用券150円
②	火曜ヨガ(13回)			正午～午後1時	4月7日～6月30日	40人	初回2,600円と毎回利用券150円
③	シニア健康体操(12回)	50歳以上の方		午後1時30分～2時30分	4月7日～6月30日 (5月5日は休み)	25人	初回1,200円と毎回利用券150円
④	火曜健康ストレッチ(12回)			午後2時40分～3時40分	4月7日～6月30日		初回1,300円と毎回利用券150円
⑤	ナイトストレッチ(13回)	18歳以上の方		午後7時30分～8時30分	4月7日～6月30日		初回1,100円と毎回利用券150円
⑥	水曜モーニングエアロ(11回)		水	午前10時～11時	4月1日～6月24日 (4月29日・5月6日は休み)	20人	初回1,100円と毎回利用券150円
⑦	リラククスストレッチ(11回)			午後2時～3時			初回1,100円と毎回利用券70円
⑧	ジュニアダンス(11回)	小学1～6年生		午後5時～6時		15人	初回2,600円と毎回利用券150円
⑨	ナイトヨガ(13回)	18歳以上の方		午後8時～9時	4月1日～6月24日	40人	

【持ち物】 運動できる服装で、室内用運動靴(①・③・⑥・⑧のみ)・タオル・水分補給できる物(蓋付)
【申込み】 3月6日(金)(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・生年月日(⑧のみ学年)・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 中央体育館スポーツ推進課へ(申込み多数の場合は抽選)。
※途中・体験参加も大歓迎、お気軽にお問い合わせください!

限定で、ストレッチや簡単なエクササイズ等のサービ
スプログラムもご用意して
います。ぜひ、この機会に、
講習会に参加して運動を始
めてみませんか。

【トレーニング室利用案内】
【利用時間】
【月～金曜日】 午前9時～
午後10時50分(最終入場時
間は午後10時30分)
【土・日・祝日】 午前8時～
午前11時～毎日

午後9時50分(最終入場時
間は午後9時30分)
【休館日】 毎月第四月曜日
※祝日の場合は翌日が休館
日曜日
【対象】 15歳(高校生)以上
【料金】 150円(90分)
日曜日

【利用方法】 トレーニング
室を初めて使用する方は、
利用者講習会(予約制)を
必ず受けていただきます。
【講習会日程】
【問合せ】 福生地域体育館
☎530・8811
○地域体育館共通ホーム
ページ (http://www.tama-
spo.com/fussa) をご覧ください。

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-42-551 1511(市役所代表)／毎月1日・15日発行



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	3月5日(木)・19日(木)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
	3月10日(火)午後1時30分～3時30分	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	3月23日(月) 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(平成27年1月・2月に受けなかった方)
③めざせ！体内革命プロジェクト 基礎代謝、体内年齢測定(生活習慣を見直す前後の体の変化を確認)、栄養の講義	3日間コース [1日目]3月12日(木) [2日目]3月16日(月) [3日目]7月ごろを予定 ※時間は申込時にお伝えします。		20歳以上で運動習慣のない方・先着5人
④育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	3月6日(金)午後1時30分～2時30分	子ども応援館	4か月児からの乳幼児
	3月18日(水)午前9時30分～10時30分	保健センター	
⑤離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	3月11日(水)午前10時～11時30分	保健センター	離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着14組
⑥すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	3月4日(水)・18日(水)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル持参		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)

【申込み】①・④は不要。⑤は2月17日(火)から、②・③は2月18日(水)から、⑥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課へ出しましょう。

3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
1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	せきぐち歯科 熊川449 ☎551-5456
8日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	今里歯科医院 本町78 ☎551-0440
15日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	新井歯科医院 福生875-9メゾン福生1F ☎530-1488
21日(木)	福生市休日診療所	新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2ロングヒルズ1階 ☎557-0018	梅田歯科医院 福生1046岸ビル102 ☎553-5161
22日(金)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	江藤歯科医院 熊川621 ☎552-9750
29日(日)	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 青梅市東青梅1-174-1 (青梅市健康センター内) ☎0428-23-2191

3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	17日(火)	平成26年11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26年9月生まれ ※受診日時時点で生後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6月生まれ ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	24日(火)	平成25年8月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	3日(火)	平成24年2月生まれ	

3月の予防接種(BCG)

期日	備考
10日(火)	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。	

検診のお知らせ

【問合せ】保健センター ☎552-0061

◆胃・肺がん検診(4月)

【日時】4月27日(月)午前9時～正午

【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)

◆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

◆次のような方は申込みの際にお申し出ください。
高血圧・糖尿病の治療中の方/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ください。
1年以内に手術(胃・肺に限らず)をした方
※当日の問診結果によっては受診できない場合があります。

【定員】85人(抽選)

【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)
※検査の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。

【申込み】2月27日(金)(当日消印有効)までに往復はがきで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。※2月27日(金)午後11時59分まで。

【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胃・肺がん検診希望
〈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。記載内容に不備があると受診できません。

医師会だより

「早期に癌を見つける方法の進歩」

日本は、世界一の長寿国ですが、死因のトップは、癌です。

癌を見つける方法について例をあげれば、大腸直腸癌は便の潜血反応で、早期に見つられ、死亡率が下がってきています。

また、胃癌は大部分がピロリ菌に由来することが分かってきて、ピロリ菌除菌により、胃癌が減少することも、明らかになってきています。一方で、膵癌はCA19-9、肝癌はAFPと、診断用のマーカーはあるのですが、これらの値が高値になった段階では、すでに癌が大きくなっていて、早期診断にはつながらないのです。

早期に癌を見つける方法は、世界中で、盛んに検討されています。

今、注目されているのは、血液中に極微量に存在する微小RNA(リボ核酸)です。これが極微量、血中に存在し、それが膵癌に由来するものであれば、早期に膵癌を見つけることが可能になります。

また、画像診断も確実に進歩しています。全身のCTスキャンにより、臓器の一部に存在する微小癌(直径0.5～1cm)も、いち早く見つけることが可能になってきています。

このように、癌を早期に見つける方法は、少しずつではありますが進歩していて、近い将来には、癌の死亡率も下がっていくことが期待できると思います。

【文責】塚田医師

健康コーナー

「花粉症の症状・自己対策について」

日本で最も多い花粉症の原因は約7割をしめるスギ花粉と言われています。日本気象協会によると、今年春のスギ花粉の飛散開始は、例年並みか早いと言われており、東京では3月がスギ花粉のピークと予測されています。

〈花粉症の症状〉

・くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、倦怠感、喉の痛みなどがあります。花粉症のくしゃみは発作のように連続して起こり、鼻水は水のようにサラサラしていることが特徴です。花粉が喉から気管に入ると、痰の出ない乾いた咳が続くこともあります。

〈花粉症予防〉

・飛散の多い午後1時～3時ごろの外出を控

え、外出時はマスク、めがね・ゴーグル、帽子を着用し、衣服はすべすべした素材を選びましょう。帰宅時は玄関先で服についた花粉を落としましょう。すぐに手や顔を洗い、うがいをすることが大切です。

・花粉の飛び始める時期や量、多い地域などの花粉情報をテレビや新聞等から集めましょう。
・バランスのよい食事と睡眠をしっかり取るよう心がけましょう。酒、たばこ、香辛料などは鼻の粘膜を刺激し、症状を悪化させるため控えましょう。

・医師の診察を受けましょう。症状が出る前に抗アレルギー薬を予防的に用いる方法があります。飛散開始2週間ほど前から用いておくことで、症状を軽くすることができます。
～季節を問わず、手洗い・うがいを忘れずに～

※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。

市役所は祝日の土曜日を除き、一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く)毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。