

人口と世帯数 (平成26年1月1日現在)	
男	29,551
女	29,270
計	58,821
世帯数	29,066



今号の主な記事

2面医療費控除と介護保険サービスについて 3面ふっさ防災展のお知らせ 4面交通災害共済(ちょこっと共済)に加入しましょう!
5面女性医師による乳がん・子宮頸がん検診を実施します 7面松林分館「早春クラシックコンサート」 8面保健ガイド

確定申告・住民税(市・都民税)の申告はお早めに!

【問合せ】〈所得税及び復興特別所得税の確定申告〉青梅税務署 ☎0428・22・3185 〈住民税(市・都民税)の申告〉課税課市民税係 ☎551・1610

◎所得税及び復興特別所得税(国税)の確定申告の日程・場所等

相談・受付日 ※土・日・祝日は除く	受付時間	税務署員	税理士会	市職員	場所
① 3日(月)	午前9時～11時、午後1時～4時			○	市役所第一棟 2階第一・第二会議室
② 4日(火)～7日(金)	午前9時30分～11時、午後1時～3時	◎	◎		
③ 10日(月)～17日(月)	午前9時～11時、午後1時～4時			○	
④ 18日(火)～26日(水)	午前9時～10時30分、午後1時～3時※注		◎		
⑤ 27日(木)・28日(金)	午前9時～11時、午後1時～4時			○	
3月⑥ 3日(月)～17日(月)	午前9時～11時、午後1時～4時			○	

※注:午前の年金受給者及び給与所得者の相談は、午前11時ごろまで受付しています。

◎住民税(市・都民税)の申告の日程・場所等

【受付日時】2月3日(月)～3月17日(月)午前8時30分～午後5時15分(水曜日は午後8時まで)※日・祝日及び土曜日の正午～午後1時を除く

【受付場所】市役所1階4番課税課

【注意事項】

- ◆土・日・祝日は、確定申告の相談・受付は行っていません。
- ◆給与・年金所得で確定申告をする方は、①③⑤⑥の相談・受付日を、給与・年金所得以外の所得で確定申告をする方は、②④の相談・受付日をお勧めします。
- ◆事業・不動産所得等の方は、②④の相談・受付日に収支内訳書等を記入・作成のうえ、お越しください。
- ◆初年度の住宅借入金等特別控除に該当する方は、②④の相談・受付日、または青梅税務署へ必要書類を整え申告してください。
- ◆青梅税務署では、1月6日から作成済みの所得税の還付(医療費・住宅借入金等)の確定申告書を受け付けています。
- ◆医療費控除を申告される方は、必ず「医療費の明細書」(医療を受けた人ごとに病院・薬局の領収書を集計し、その合計金額をご記入ください。様式は自由です。)を作成し、領収書は封筒などに入れてお持ちください。
- ◆次のような場合は、市の会場では相談・受付ができません。
▽譲渡所得(土地・建物・株式等)や山林所得がある方(※提出のみに限り、市の会場でも可能)
▽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
▽繰越損失または変動所得・臨時所得の平均課税を申告される方
▽消費税、贈与税、相続税、法人税等の申告をされる方
- ◆収入がなかった方及び遺族年金受給者も住民税の申告が必要です。

◎青梅税務署の特別開庁

相談・受付日	時間	場所
2月23日(日)	【受付時間】午前8時30分～午後5時	青梅税務署(JR河辺駅下車徒歩6分)
3月2日(日)	【相談時間】午前9時～午後5時	

◎青梅税務署員による近隣市町村での申告受付

相談・受付日	受付時間	場所
3日(月)・4日(火)	午前9時30分～11時、午後1時～3時	瑞穂町民会館(ホール)
5日(水)～7日(金)		あきる野市中央公民館(3階集会室)
12日(水)		羽村市役所(東庁舎4階大会議室)
13日(木)・14日(金)		あきる野市五日市出張所(2階)
		羽村市役所(東庁舎4階大会議室)

⇐2面にも確定申告に関するお知らせを掲載しています

福生市のホームページアドレスは <http://www.city.fussa.tokyo.jp/> です

吉増剛造氏に市民栄誉章を贈呈

12月24日、福生市民栄誉章顕彰式が行われ、福生市出身の詩人吉増剛造氏に市民栄誉章を贈呈しました。

式典後、吉増氏は、「代々、祖母のあきも亡父一馬も親しみを覚えておりました福生から、福生の皆様から、忘れられない栄誉をいただいたのだと、深く感じ入り居ります。」と感慨深げに語られました。



【問合せ】総務課総務係 ☎551・1576

◎確定申告について

所得税及び復興特別所得税の確定申告は青梅税務署でも3月17日(月)まで行っています(土・日・祝日は除く)。確定申告書の作成やe-Taxによる電子申告は、e-Taxホームページ[<http://www.e-tax.nta.go.jp>]等をご覧ください。

○公的年金等の確定申告等について

平成23年分以後、その年中の公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、その他の所得金額の合計額が20万円以下である場合には、所得税及び復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。この場合でも、医療費控除などによる所得税及び復興特別所得税の還付を受けるための確定申告書を提出できます。詳しくは、青梅税務署へお問い合わせください。

なお、申告をされなかった場合に、扶養控除や社会保険料控除、生命保険料控除等が適用されず、住民税が高くなる場合がありますのでご注意ください。

○給与所得の方で年末調整をしていない方

勤務先の給与担当者に確認のうえ、確定申告または住民税を申告してください。

※2月3日(月)～3月31日(月)までは、青梅税務署の駐車場は使用できません。

◎住民税の申告について

〈住民税(市・都民税)の申告が必要な方〉

- ・平成26年1月1日現在、市内在住の方で、次の①～③いずれかに該当する方
- ①給与所得のみの方で、勤務先から福生市に給与支払報告書の提出がなかった方(勤務先の給与担当者に確認してください。)
- ②事業・不動産・配当・年金・雑等の所得(所得金額の多少にかかわらず)があった方で確定申告をする必要のない方
- ※20万円以下の給与所得以外の所得がある場合や、所得税で申告不要を選択した非上場株式に係る配当所得のある方も申告が必要です。
- ③収入がなかった方、どなたの扶養親族にもなっていない方、扶養親族になっても世帯を別にしている方は、住民税の申告が必要です(遺族年金・障害年金・老齢福祉年金の受給者を含む)。

〈住民税(市・都民税)の申告が必要ない方〉

- ・平成25年分の所得税確定申告を提出する方
- ・平成25年中の所得が給与だけの方で、勤務先から福生市へ給与支払報告書が提出されている方(勤務先の給与支払担当者にご確認ください。)

確定申告、住民税の申告にお持ちいただくもの(①～⑤は提出)

- ①税務署・市から送られた書類がある場合にはその書類、印鑑
- ②源泉徴収票や支払者の証明書など、平成25年中の収入が明らかになる資料
- ③年金を受給されている方は、厚生労働大臣(日本年金機構)等から送付されている平成25年分公的年金等の源泉徴収票(はがき)
- ④生命保険の払込証明書、個人年金控除証明書、平成18年12月31日までに締結した長期損害保険の控除証明書、地震保険料控除証明書、医療費などの領収書等
- ⑤国民年金保険料・国民年金基金は、社会保険事務所からの控除証明書(はがき)
- ⑥社会保険の領収書(平成25年中に健康保険料・厚生年金保険料等を支払ったもの)
- ⑦障害者控除を受ける場合は、身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳及び障害者控除対象者認定書
- ⑧配偶者特別控除を受ける方は、配偶者の所得が分かるもの

「高年齢者の障害者控除」
 身体障害者手帳等の交付を受けていない方であっても、65歳以上で寝たきりなど一定の要件に該当する方には、障害者控除対象者認定書を発行します。所得税や住民税の申告の際に添付することで、本人またはその扶養者が障害者控除または特別障害者控除を受けられます。
【申込み】 印鑑を持参して直接、市役所 1 階 9 番介護福祉課高年齢福祉係 ☎ 551-1751 へ。

住民税（市・都民税）の申告に係る変更について

【問合せ】課税課市民税係 ☎ 551・1610

●平成 26 年度（平成 25 年分）から次のとおり変更されます

(1) 「ふるさと寄附金」に係る特例控除額の改正

平成 25 年分から復興特別所得税が創設されたことに伴い、平成 25 年から 49 年までの間、「ふるさと寄附金（都道府県または市区町村に対する寄附金）」に係る個人住民税の寄附金控除について、特例控除分の算定に用いる限界税率に、復興特別所得税率（100 分の 2.1）を乗じて得た率で算出することとされました。

【寄附者に適用される所得税の限界税率】

課税総所得金額 - 人的控除差調整額	税率
～ 1,950,000 円	5%
1,950,001 円～ 3,300,000 円	10%
3,300,001 円～ 6,950,000 円	20%
6,950,001 円～ 9,000,000 円	23%
9,000,001 円～ 18,000,000 円	33%
18,000,001 円～	40%

①基本控除分（変更なし）

（寄附金額《総所得金額等の 30%を限度》 - 2,000 円）× 10%（市民税 6%、都民税 4%）

②特別控除分…ふるさと寄附金の場合に限り、基本控除分に加算（変更あり）

（寄附金額 - 2,000 円）× （90% - 寄附者に適用される所得税の限界税率）

↓変更

（寄附金額 - 2,000 円）× {（90% - 寄附者に適用される所得税の限界税率）× 1.021}

(2) 給与所得控除の改正（給与所得控除の上限設定）

平成 25 年分から、給与等の収入金額が 1,500 万円を超える場合の給与所得控除額は、245 万円の上限が設けられました。

【給与等の収入金額（税込）から給与所得金額を算出する表】

	給与収入金額 A	給与所得金額
①	～ 650,999 円	0 円
②	651,000 円～ 1,618,999 円	A - 650,000 円
③	1,619,000 円～ 1,619,999 円	969,000 円
④	1,620,000 円～ 1,621,999 円	970,000 円
⑤	1,622,000 円～ 1,623,999 円	972,000 円
⑥	1,624,000 円～ 1,627,999 円	974,000 円
⑦	1,628,000 円～ 1,799,999 円	A ÷ 4（千円未満端数切捨て）= B B × 2.4 円
⑧	1,800,000 円～ 3,599,999 円	A ÷ 4（千円未満端数切捨て）= B B × 2.8 - 180,000 円
⑨	3,600,000 円～ 6,599,999 円	A ÷ 4（千円未満端数切捨て）= B B × 3.2 - 540,000 円
⑩	6,600,000 円～ 9,999,999 円	A × 0.9 - 1,200,000 円
⑪	10,000,000 円～	A × 0.95 - 1,700,000 円

↓変更

⑪	10,000,000 円～ 15,000,000 円	A × 0.95 - 1,700,000 円
⑫	15,000,001 円～	A - 2,450,000 円

確定申告に関する青梅税務署からのお知らせ

◆復興特別所得税が創設されました

個人の方は、平成 25 年分から 49 年分まで、復興特別所得税（原則として各年分の所得税額の 2.1%）を所得税と併せて申告・納付することになります。

◆消費税及び地方消費税の確定申告の相談・確定申告書の提出の受付・納税は、3 月 31 日(月)までです。

◆平成 24 年分を電子申告（電子送信だけでなく、国税庁ホームページ等を利用してパソコンで確定申告書を作成し、書面提出した場合も含む。）により確定申告を行った方へは、平成 25 年分の確定申告書等が送付されませんので、引き続き電子申告のご利用をお願いします。

◆医療費の領収書等が後日必要となる方は、確定申告書を提出される際に、医療費の領収書等の返戻を希望する旨の書面及び切手と返信用封筒を同封してください。

◆土・日・祝日は閉庁日ですが、青梅税務署では、2 月 23 日(日)・3 月 2 日(日)に限り、確定申告の相談及び申告書の受付を行います。なお、当日は国税の領収及び納税証明書の発行は行っていませんので、振替納税や e-Tax（国税電子申告・納税システム）をご利用いただくか、金融機関で必ず納期限までに納付してください。

●にせ税理士及びにせ税理士法人にご注意ください

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。

【問合せ】青梅税務署総務課 ☎ 0428・22・3185 または東京税理士会青梅支部 ☎ 0428・23・2331

医療費控除と介護保険サービスについて

▼介護保険サービス利用料は確定申告で医療費控除の対象となる場合があります

〈表 1〉は居宅サービスを利用した場合、〈表 2〉は施設サービスを利用した場合です。

▼介護保険料は社会保険料控除の対象になります

特別徴収の方は、日本年金機構からの公的年金等の源泉徴収票を確認してください。普通徴収の方や介護保険料の額がご不明な場合は、介護福祉課介護保険係へ身分証明書等を持参のうえお問い合わせください（電話での問い合わせには個人情報保護の観点からお答えできません）。

▼寝たきりの者のおむつ代の医療費控除について

傷病によりおおむね 6 か月以上にわたり寝たきりであり、医師の治療を受けている者のおむつ代は、医療費控除の対象となります。その者の治療を行っている医師が発行した「おむつ使用証明書」と、支出したおむつ代の領収書を、確定申告書に添付するか提示してください。

2 年目以降の場合は、「おむつ使用証明書」に代えて、介護保険法の規定に基づく主治医意見書の内容を市が確認した書類、またはその主治医意見書の写しの添付、提示でも可能です。

【問合せ】〈医療費控除について〉青梅税務署 ☎ 0428・22・3185 〈介護保険について〉介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764

〈表 1〉 医療費控除の対象となる介護保険制度下での居宅サービス等について

	居宅サービス等の種類
医療費控除の対象となる居宅サービス	○訪問看護 ○介護予防訪問看護 ○訪問リハビリテーション ○介護予防訪問リハビリテーション ○居宅療養管理指導（医師等による管理・指導） ○介護予防居宅療養管理指導 ○通所リハビリテーション（医療機関でのデイサービス） ○介護予防通所リハビリテーション ○短期入所療養介護（ショートステイ） ○介護予防短期入所療養介護 ○定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ※一休型事業所で訪問看護を利用する場合に限ります。 ○複合型サービス ※前記の居宅サービスを含む組合せにより提供されるもの（生活援助中心型の訪問介護の部分を除く）に限ります。
上記の居宅サービスと併せて利用する場合のみ医療費控除の対象となるもの	○訪問介護（ホームヘルプサービス） ※生活援助（調理、洗濯、掃除等の家事の援助）中心型を除く ○夜間対応型訪問介護 ○介護予防訪問介護 ○訪問入浴介護 ○介護予防訪問入浴介護 ○通所介護（デイサービス） ○認知症対応型通所介護 ○小規模多機能型居宅介護 ○介護予防通所介護 ○介護予防認知症対応型通所介護 ○介護予防小規模多機能型居宅介護 ○短期入所生活介護（ショートステイ） ○介護予防短期入所生活介護 ○定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ※一休型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所に限ります。 ○複合型サービス ※前記の居宅サービスを含まない組合せにより提供されるもの（生活援助中心型の訪問介護の部分を除く）に限ります。

〈注〉①指定居宅サービス事業者等が発行する領収書に、医療費控除の対象となる医療費の金額が記載されます。②高額介護サービス費として払い戻しを受けた場合は、その高額介護サービス費を医療費の金額から差し引いて医療費控除の金額を計算することになります。

〈表 2〉 医療費控除の対象となる介護保険制度下での施設サービスについて

施設名	医療費控除の対象	医療費控除の対象外
指定介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） 指定地域密着型介護老人福祉施設	施設サービスの対価（介護費、食費及び居住費）として支払った額の 2 分の 1 に相当する金額	日常生活費 特別なサービス費用
介護老人保健施設 指定介護療養型医療施設（療養型病床群等）	施設サービスの対価（介護費、食費及び居住費）として支払った額	

〈注〉①指定介護老人福祉施設等が発行する領収書に、医療費控除の対象となる金額が記載されます。②高額介護サービス費として払い戻しを受けた場合は、その高額介護サービス費を医療費の金額から差し引いて医療費控除の金額の計算をすることになります。なお、指定介護老人福祉施設及び指定地域密着型介護老人福祉施設の施設サービス費に係る自己負担額のみに対する高額介護サービス費については、2 分の 1 に相当する金額を医療費の金額から差し引いて医療費控除の金額の計算をすることになります。

【福生市消防団員募集中!】詳しくは安全安心まちづくり課防災係 ☎ 551・1638 へ。

2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
人権の上相談・行政相談	5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	6日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	18日(火)			
税務相談	27日(木)			
法律相談	7日(金)・12日(水)・19日(水)・26日(水)			
交通事故相談	20日(木)	午前9時～午後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。相談日以外は東京都都民の声課 ☎ 03・5320・7733 へ。
少年相談	21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	13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。

1月の納税のお知らせ

1月は市・都民税(第4期)、国民健康保険税(第7期)、後期高齢者医療保険料(第7期)の納期です。納期限は1月31日(金)です。お忘れのないようご納付ください。口座振替は1月31日(金)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。

【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

【日時】2月1日(土)午後1時30分～4時40分
【場所】市役所1階第1相談室
【相談員】弁護士
【定員】先着5人
【申込み】1月27日(月)から秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529 へ。
※法テラス(日本司法支援センター)は、資力が乏しい方のための法律相談・裁判費用の立替などを行っている公的な法人です。秘密は厳守されます。

12月1日から31日までの間に河内泰彦様ほか匿名で4名の方から31万4,600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25年度累計34件・1,202万6,131円)

【問合せ】契約管財課管財係 ☎ 551・1535

望等に「無料法律相談会」(第7期)の納期です。納期限は1月31日(金)です。お忘れのないようご納付ください。口座振替は1月31日(金)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。

【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

福生市教育センター 特定任期付職員募集

教育センターの業務を円滑に、またその機能をさらに発揮して児童生徒及び教職員に対し適切な支援の充実を図るため、教職員研究・研修所、学校適応支援室及び教育相談室の長として専門的知識や経験を有する専門職を募集します。

【職種と募集人員】一般事務(特定任期付職員)1人

【採用予定日】平成26年4月1日(任期2年)

【受験資格】次の要件を満たす人

- ① 学校長として特別支援学級設置校を含め、2校以上の学校経営経験のある人
- ② 発達に関する検査や心理検査等を習熟し、助言できる人
- ③ 主な職務内容に対し、教育的・心理的等専門的知識や経験を有する人

※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する人は、受験できません。

【申込書と要項等の配布】
【日時】1月31日(金)までの午前8時30分～午後5時15分 ※土・日曜日を除く
【場所】市役所第一棟5階職員課
※要項、一部の必要書類、課題論文は市ホームページからダウンロードもできます。
【募集受付】
【日時】1月17日(金)～31日(金)の午前8時30分～午後5時15分 ※土・日曜日を除く
【場所】職員課
【申込書類】福生市特定任期付職員採用試験申込書(市指定様式)・履歴書(市指定様式)・職務経歴書(任意様式)・資格を有することを証明できるものの写し(有資格者のみ)・課題論文(市指定様式) ※申込書類は本人が直接持参してください。郵送、電話では受け付けません。また申込み書類はお返ししません。
【選考方法】〈第1次選考〉書類選考
〈第2次選考〉面接 ※詳細は、募集要項または市ホームページをご覧ください。
【問合せ】職員課 ☎ 551・1589

職員募集

名称	募集人員	雇用期間	勤務時間	勤務場所	報酬	受験資格	試験方法
一般事務嘱託員	10人程度	平成26年4月1日～平成27年3月31日(翌年度以降、期間の更新の制度あり)	週5日(月～金曜日) 午前9時～午後4時(原則) ※部署により異なる	市役所ほか	時間額 970円	パソコン操作(エクセル・ワード)ができる方	面接(2月中～下旬予定)
清掃用務嘱託員	1人		週5日(月～金曜日) 午前9時～午後4時	リサイクルセンター	月額 158,800円	普通自動車運転免許資格がある方	
学校事務嘱託員	若干名		週4日(月～水・金曜日) 原則午前8時15分～午後4時45分	市内小・中学校	時間額 1,290円	パソコン操作(エクセル・ワード)ができる方	
学校用務嘱託員			週5日(月～金曜日) 午前8時～午後3時 ※学校により異なる場合あり	市内小・中学校	月額 158,800円	普通自動車運転免許資格がある方	
ふっさっ子の広場嘱託員(指導員)	若干名		週5日(月～金曜日) 夏時間(4月～9月) 午後0時30分～6時30分 冬時間(10月～3月) 正午～午後6時	市内小学校	月額 170,000円	〈①②③いずれかに該当し、簡単なパソコン操作(エクセル・ワード)ができる方〉 ①教員免許、幼稚園教諭免許、保育士資格のいずれかを有する方、または社会教育主事課程、司書課程、学芸員課程のいずれかを修了した方 ②地域において子ども関係事業等に精通した方 ③児童の健全育成に関する知識、経験等を有する方	・作文(1月31日締切) ・面接(2月中～下旬予定)
公民館嘱託員	1人	週4日(火～日曜日) 午前8時30分～午後5時15分 ※毎週土曜日または日曜日を含む	公民館白梅分館	月額 170,000円	〈①②いずれかに該当する方〉 ①社会教育主事、学芸員、司書のいずれかの資格を有する方 ②公民館業務に関する知識、経験等を有する方	面接(2月中～下旬予定)	

【申込み】1月20日(月)～24日(金)の間に本人が履歴書(写真貼付)及び資格を有することを証明できるものの写し(該当職種のみ)を持参のうえ直接、市役所第一棟5階職員課 ☎ 551・1589 へ。 ※一般事務嘱託員の勤務条件・受験資格等の詳細は職員課へお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

【差押財産(不動産) 公売のお知らせ】市では、市税等の滞納処分として差し押さえた不動産を現金化するため、公売を実施する予定です。詳細は広報ふっさ2月1日号をご覧ください。【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

時(小雨決行) ●文化財防火デーとは 昭和24年の法隆寺金堂から出火した火災にちなみ、昭和30年に定められたもので、今年で60回目を迎えます。文化財防火デーを中心に、消防用設備や防災設備等の点検・整備、防火防止対策の充実、防災訓練を実施するなどして、重要な財産である文化財を火災から守りましょう。

ふっさ防災展のお知らせ

市では毎年、防災とボランティア週間に合わせて防災に関する展示会を開催しています。今年の展示内容は、平成25年度内の市のさまざまな防災施策のほか、東京消防庁災害時支援ボランティアに関することや、皆さんが日ごろどのような備えをしたらよいかを紹介します。ぜひお越しください。

【日時】1月29日(水)～31日(金) 午前10時～午後7時 ※最終日は午後5時まで

【場所】プチギャラリー(福生駅西口)2階第1展示室

【問合せ】安全安心まちづくり課防災係 ☎ 551・1638、福生消防署 ☎ 552・0119

納税は 納期内で 元気な福生

年金日より

▼国民年金保険料の「二年前納(口座振替)」が始まります!

国民年金保険料の納付には、まとめて前払いすると割引になる「前納制度」があります。

割引額は前納の期間が長いほど大きくなりますが、前納できる期間は、今までは1年間が最長でした。

平成26年4月から、2年度分の保険料を口座振替でまとめて納めることができます。

「二年前納」が始まります。「二年前納」を利用すると、現金で毎月納付する場合と比べて2年間で14,000円程度(注)の割引となります。

平成26年4月分からの前納を希望の場合は、平成26年2月末日までにお申し込みください。

(注) 割引額は平成25年度の保険料額による推計です。平成26年度の保険料額の確定は、平成26年2月に予定されています。

【問合せ】青梅年金事務所 ☎0428・30・3410、保険年金課保険年金係 ☎551・1670

福生ブランド「たっけー☆印」認定商品大募集!

市内にある魅力的な商品を福生ブランド「たっけー☆印」として認定します。

ジや広報ふっさ、たっけー☆印が出演するイベントやSNS等を活用し、積極的にPRしていきます。

【応募資格】市内の事業者 【応募締切】2月10日(月) 【応募方法】詳細は、市ホームページまたはシティセールス推進課へお問い合わせください。

【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

市民農園使用者募集

次の市民農園で春からの使用者を募集します。

Table with 3 columns: 農園名, 貸出区画数(一区画約10m), 貸出期間. Includes entries for 熊川東, 福生加美, 南田園第二, 福生武蔵野, 福生奈賀.

【協力会費】2,000円(水道料等) ※追加募集の2園は1,000円に減額

【申込み】往復はがきの往

信面の裏に①希望する農園名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤生年月日⑥規約及び、住民基本台帳を確認することに同意する、返信面の表に住所、氏名を明記し、裏面は白紙のまま、1月31日(金)(当日消印有効)までに〒197-8501福生市本町5シティセールス推進課へ。

▼申込みは1世帯1農園一区画のみ、ほかの市民農園を利用の方は申し込みできません。

多数の場合は公開抽選(2月7日(金)午前10時から商工会館202会議室)で決定し、2月中旬に結果をお知らせします。

▼農園は各農園の使用者で作る協力会(全員が加入)で管理、運営を行います。

【問合せ】市民農園使用者協力会事務局(シティセールス推進課) ☎551・1699

ロケ放映情報

映画「抱きしめたいー真実の物語」が上映されます

中央体育館で撮影が行われた映画「抱きしめたいー真実の物語」(出演・錦戸亮、北川景子ほか)が2月

1日から上映されます。中央体育館では錦戸亮さん扮する雅己がバスケットボールをするシーンの撮影が行われました。

お近くの劇場でぜひご覧ください。

【問合せ】福生ロケーションサービス事務局(シティセールス推進課) ☎551・1699

第12回ふっさ環境フェスティバル 実行委員・出展者募集

【開催概要】

【日時】6月1日(日)午前10時~午後3時

【場所】多摩川中央公園

【実行委員募集】

ふっさ環境フェスティバルは、企画・運営を実行委員会形式で行う、みんなで作るイベントです。

企画・運営部会の活動

- ・ステージイベント等の企画・調整・実施に関すること
・フェスティバルのPR(告知用ポスターやチラシの作成)に関すること
・ブース全体の設営・運営に関すること
・会場レイアウト(ブース・ステージの配置)に関すること

【応募資格】次のいずれかに該当していること

- ①市内在住・在勤・在学の方
②市内の事業者

【申込み】指定の応募用紙に必要事項を記入し、「ふっさ環境フェスティバル」実行委員会事務局(市役所1階11番環境課環境係)へ持参、または郵送(〒197-8501福生市本町5)でご応募ください。

※募集要領及び応募用紙は、市ホームページからダウンロードできます。また、環境課窓口にも用意しています。

【出展者募集】

実行委員会では、イベントを一緒に盛り上げていただけるブース出展者を募集しています。

体、企業(事業者)等は、指定の応募用紙及び「私たちの環境配慮」(指定様式)に必要事項を記入し、ふっさ環境フェスティバル実行委員会事務局へ持参、郵送、ファックス、またはメールでお申し込みください。

募集要領及び規則、応募用紙、「私たちの環境配慮」は市ホームページからダウンロードできます。

【宛先】(郵送) 〒197-8501 福生市本町5、(ファックス) ☎552・9433、(メール) f-kankyo@city.fussa.tokyo.jp

【応募締め切り】3月28日(金)必着

【応募資格】次の要件を満たしていること

- ①環境に配慮した活動を行っているか、環境にやさしい製品を企画、製造または販売を行っていること
②「私たちの環境配慮」(指定様式)に出展時における環境配慮への取り組みについて記載し、当日にその取り組みを行うこと

【展示ブースの内容】来場者が実際に参加したり、体験でき、楽しめる内容であること

【注意事項】

- ・出展区分(展示・フード)に応じて出展ルールがあります。応募する際によく募集要領等をお読みください。
・食品を入れる容器は実行委員会でご用意するもの以外を使用しないでください。

【出展料】テント使用料、物販料等があります。

※詳細は応募要領をお読みください。

【問合せ】ふっさ環境フェスティバル実行委員会事務局(環境課) ☎551・1718

たっけー☆☆のアプリが遂に登場!



親子で楽しめるたっけー☆☆のスマートフォン用ゲームアプリ「こっち向いて!たっけー☆☆」を無料で配信中!

「Google Playストア」で「こっち向いて!たっけー☆☆」と検索するか、右記のQRコードをご利用ください。



こっち向いて!たっけー☆☆QRコード

【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

福生水辺の楽校 多摩川で遊ぼう！「手作り凧あげ」

手作りの凧を大空に揚げ、楽しい思い出を作りませんか。

【日時】2月9日(日)午前9時30分～11時30分

【集合場所】川の志民館

【活動場所】多摩川中央公園

【対象】中学3年生まで(ただし、未就学児は保護者同伴)

【申込み】2月7日(金)までに環境課環境係 ☎ 551・1718へ。

環境マネジメントシステム「L A S E E」監査始まる！

毎年、L A S E E の取り組みに対しては、公募により委嘱された市民監査委員・市の課長職による環境マネージャーが監査チームを組み、市の各課・公共施設において、業務における環境配慮行動等の取り組みについて監査を行います。平成25年度は1月28日(火)から30日(木)の3日間にわたり監査を行います。

【問合せ】環境課環境係 ☎ 551・1718

住宅用省エネルギー・新エネルギー設備助成金交付制度平成25年度抽選の申込み期限まであとわずかです

福生市では、地球温暖化対策の一環として、市民の皆様が住宅用省エネルギー・新エネルギー設備を新たに設置した場合に、費用の一部を助成します。申

込者の中から抽選で、申請できる方を決定します。締切日まであとわずかですので、申込み忘れのないようお気をつけください。

【抽選受付締切】1月31日(金)

※制度の詳細や申込み方法は市ホームページまたは広報ふっさ12月1日号をご覧ください。

【問合せ】環境課環境係 ☎ 551・1718

施設課下水道グループからのお知らせ

側溝に排水しないでください

道路にある側溝は、道路に降った雨水を雨水管に集める役目があり、側溝を通じて雨水管に集まった雨水は直接多摩川に流入します。このため、道路側溝に家庭・事業場からの生活雑排水、油などを流すことは多摩川に排出していることとなり、多摩川の水環境、生態系に悪影響を及ぼす恐れがあります。もちろん、ゴミ、たばこの吸殻も同じです。

家庭・事業場からの排水は、公共汚水ますを通じて汚水管に排出、ゴミは分別、吸殻は灰皿へお願いします。

下水道に油を流さないで「油断・快適！下水道」

家庭からの汚水と一緒に、台所で不要になった油が流されることがあります。流された油はご家庭の排水

管や下水管の中でオイルボールとなって管を詰まらせてしまうことがあります。管が詰まると台所やトイレが使えなくなったり、悪臭の原因となりますので、絶対に流さないでください。

飲食店経営の皆さんへ

グリース阻集器は厨房の排水から油脂分を取り除く装置です

阻集器を設置して定期的な清掃を行うことによ

り、排水管や下水道管を詰まらせたり、悪臭を放つ原因になる油脂分を除去することができま

す。飲食店では、グリース阻集器の設置と定期的な清掃をお願いします。

【問合せ】施設課下水道グループ ☎ 551・1968

カウンセリング、HSP相談を

①「リハビリ相談会」

リハビリ全般について、理学療法士が個別に相談をお受けします。

【日時】2月1日(土)午後1時30分～3時30分

【場所】福祉センター2階理学療法室※申込み不要、直接会場へ。

【主催】(社)東京都理学療法士協会成人福祉部、社会福祉協議会

②「身近な法律相談」

高齢者・障害者の皆さんの遺産相続・財産管理・成年後見などについて、弁護士が相談に応じます。

【日時】2月18日(火)午後2時～4時

「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

小型家電を無料で収集します

平成26年4月1日から、ごみ収集体制の変更に伴い、1辺が50cm未満の使用済小型家電製品を、資源物として無料で戸別収集します。詳細は、3月中に配布予定の清掃だより、平成26年度版ごみ・リサイクルカレンダーをご覧ください。なお、市役所1階11番環境課窓口、リサイクルセンターに設置済の小型家電回収ボックスによる回収は引き続き行います。

【小型家電回収ボックスでの回収対象品目】①携帯電話・PHS(スマートフォン含む)②電子辞書③ポータブルカーナビ④デジタルカメラ⑤ポータブルビデオカメラ⑥携帯音楽プレーヤー⑦携帯CD・MDプレーヤー⑧ゲーム機⑨ACアダプター等のコード類

【回収ボックス使用時の注意事項】①ボックスの投入口(30×15cm)に入るものに限り、②携帯電話などの個人情報、必ず消去してください。③開庁時間内にお出してください。④回収対象品目以外は入れないでください。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

家族介護者のためのリフレッシュ旅行(介護者の集い)

【日時】2月22日(土)午前9時30分～午後3時

【場所】埼玉県方面(小江戸蔵里見学)

【対象】市内で寝たきりや認知症高齢者等を介護している家族

【定員】先着25人(申込みが10人以下の場合は中止)

【参加費】無料(食事代は自己負担)

【申込み】2月5日(木)(日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)までに社会福祉協議会 ☎ 552・2121へ。

～女性医師による乳がん・子宮頸がん検診を実施します～

【日時】3月2日(日)午前9時～正午、午後1時～4時※受付時間は抽選です(受診者へ個別に案内します)。

【場所】保健センター

【対象】市内在住で①乳がん検診…40歳以上の女性②子宮頸がん検診…20歳以上の女性(年齢は平成25年4月1日現在)※平成24、25年度中に、受診歴(個別医療機関受診含む)のある方は申込みできません。

【定員】①乳がん検診…72人②子宮頸がん検診…72人(定員を超えた場合は抽選)

◆次のような方は受診できない可能性がありますので、申込み前に保健センターへご連絡ください

- ・ペースメーカーやICDポート等の医療器具を装着している方
- ・豊胸手術を受けた方

- ・授乳中の方
- ・肋骨骨折や肋骨にヒビが入っている方
- ・妊娠している方、またはその可能性がある方
- ・受診日当日、月経中の方
- ◆次のような方はご注意ください
- ・子宮の手術を受けたことがある方は事前に主治医にご相談ください。全摘出の手術を受けられた方は受診できません。
- ※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。
- 【検診方法】検診車による集団検診①乳がん検診…視触診及びマンモグラフィ②子宮頸がん検診…細胞採取、細胞検査
- 【費用】①乳がん検診…1,600円(生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書当日受付に提出していただくと無料で受診できます。)②子宮頸がん検診…無料

※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です。また、結果によっては保健センターから連絡がいく場合があります。

【申込み方法】電子申請(1月31日(金)午後11時59分まで)、または往復はがき(1月31日(金)当日消印有効)〈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⑥〇〇がん検診希望 [返信・表] ご自分の住所・氏名 [返信・裏] 記入しないでください(記載内容に不備があると受診できません)。

※往復はがき1枚につき1人の申込みです(40歳以上で希望者は乳がん、子宮頸がん検診を1枚のがきで申込みできます)。

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

ごみ・資源収集情報

ごみが7t 増えちゃったよ!	(x)(x)	資源の割合が2% 減っちゃったよ!	(x)(x)
25年11月1,060t		25年11月300t (22%)	
24年11月1,053t		24年11月327t (24%)	

※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

25年11月	73t
24年11月	112t

2月の資源回収予定

実施団体	実施日
福栄福寿会	1日(土)
鍋一町会老人クラブ	2日(日)
本町第七町会	2日(日)
武蔵野台一丁目子供会	2日(日)
富士見台町会	9日(日)
本町第二町会	9日(日)
本八第二町会	9日(日)
武蔵野町会	9日(日)
福生市南田園二丁目町会	9日(日)
鍋ヶ谷第二町会	16日(日)
原ヶ谷戸町会	16日(日)
福生市志茂第二町会	16日(日)
福生団地自治会	16日(日)
本八第一大和会	16日(日)
レッドベアーズ	16日(日)
加美平老人クラブ	22日(土)
内出子供会	23日(日)
青少年育成加美地区委員会	23日(日)
永田子供会	23日(日)
南田園三丁目町会	23日(日)
福東幸せ会(都宮熊川第2アパート内)	23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

【犬の糞い主へお願い】公園内や道路に犬の糞が多く、利用者が大変迷惑をしています。糞を放置したり埋めたりせず、飼い主が責任を持って持ち帰りましょう。また、尿の処理は、ペットボトル等に水を入れて持ち歩き、排泄した場所を洗い流しましょう。散歩の際は必ずひき綱を付けてください。【問合せ】施設課公園グループ ☎ 551・1985

図書館からのお知らせ

▼読書でつこう！ 元気な脳！

講演会「読書と子どもの脳と心」

脳を活性化する方法の一つとして「読書」があります。読書を通じてさまざまな気持ちを味わうことが、脳の活性化につながるのです。「脳トレ」の監修でおなじみの川島隆太教授が、脳科学の観点から分かりやすくひも解きます。

【日時】2月22日(土)午後1時開場、1時30分開演

【場所】市民会館小ホール(つつじホール)

【定員】先着250人(中学生以上) ※要入場整理券

【講師】川島隆太氏(東北大学教授)

【申込み】1月21日(火)午前10時から中央図書館へ直接、または電話でお申し込みください(1人2枚まで入場整理券を配布します)。

【託児について】予約制で、1歳以上未就学児を10人までお預かりします。(無料) ※持ち物はおむつ、着替え、飲み物

【主催】ぶっくんどリーム・ネットワーク福生

【問合せ】中央図書館 ☎ 553・3111



川島隆太氏

▼中央図書館おはなし会

【日時】2月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)各日とも午後3時～

【場所】中央図書館

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

▼中央図書館おはなし会「おはなしのポケット」

【日時】2月1日(土)午後3時～

【場所】中央図書館

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

【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！」

【日時】2月4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ご参加ください) ※直

接どうぞ

【出演】おはなしのもり

▼わかぎり図書館おはなし会

【日時】2月13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 ※直接どうぞ

▼わかぎり図書館乳幼児向けおはなし会

【日時】2月26日(水)午前11時～11時30分

【場所】わかぎり図書館2階

【対象】10か月～2歳半前後の乳幼児 ※直接どうぞ

▼わかたけ図書館おはなし会

【日時】2月12日(水)・26日(水)午後3時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

▼わかたけ図書館幼児向けおはなし会

【日時】2月20日(木)午前11時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】2歳前後～ ※直接どうぞ

▼武蔵野台図書館乳幼児向けおはなし会

【日時】2月19日(水)午前11時～

【場所】武蔵野台児童館うぎ室

【対象】乳幼児と保護者 ※直接どうぞ。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・7421

わかたけ図書館 ☎ 551・0083

武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

【料金】全席指定5,250円 ※未就学児は不可
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

市民会館催し物

「小椋佳 歌談の会」

【日時】2月22日(土)午後5時開場、5時30分開演

【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)

【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711



小椋佳

児童館で遊ぼう！(1月その2)

〈田〉 田園児童館 ☎ 552・3133

〈武〉 武蔵野台児童館 ☎ 553・8822

〈熊〉 熊川児童館 ☎ 539・1515

ひろば事業

〈熊〉 こぐまひろば「こぐまちゃんのおしゃべりひろば。12、1月生まれのお誕生会」21日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者

【持ち物】着替え、水筒、タオル

〈武〉 親子の楽しいリトミック 21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 ※当日直接来てください。

〈田〉 親子であそぼう「おにのおめんをつくろう」21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 ※保健師が来館予定。汚れても良い服装で来てください。

〈武〉 ぴよぴよひろば 27日(月)午前10時30分～正午【対象】0歳児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。体操やふれあい遊びもあります。時間内で自由に遊びに来てください。

〈熊〉 くまさんひろば「豆まきをしよう」28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【持ち物】着替え、水筒、タオル

〈武〉 とことこひろば 28日(火)午前10時30分～正午【対象】1歳児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。体操や手遊びもあります。時間内で自由に遊びに来てください。

〈田〉 よちよちすくすくひろば「みんなでおいわいしよう」28日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者 ※12、1月生まれのお誕生会をします。

〈熊〉 こぐまひろば「新聞紙であそぼう」2月4日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル

〈武〉 わくわくひろば「わくわく冬あそび」2月4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

〈田〉 親子であそぼう「まわしてあそぼう」2月4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 ※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。

季節の行事事業

〈武〉 バスでおでかけ「六都科学館へ行こう」2月1日(土)午前9時30分～午後4時【対象】小学生以上30人【申込み】22日(水)午後4時～4時30分に直接武蔵野台児童館へ。【参加費】320円 ※詳しくは申込み後、しおりを渡します。申込み多数の場合は抽選です。

〈武〉 節分豆まき大会 2月3日(月)〈午前の部〉午前11時～11時30分〈午後の部〉午後3時30分～4時30分【対象】乳幼児以上(乳幼児は保護者同伴) ※午前の部は乳幼児と保護者のみが対象です。当日直接来てください。

〈田〉 豆まき 2月3日(月)午後3時30分～4時30分【対象】幼児以上(幼児は保護者同伴)

お越しください 道徳授業地区公開講座 子どもたちの心の教育や家庭・学校・地域における道徳教育のあり方・連携への理解を深めるために、授業公開と意見交換を行います。【場所・日時】第一小学校・2月8日(土)午前9時35分～、第三小学校・2月8日(土)午前9時25分

【問合せ】指導室学務・指導係 ☎ 551・1948 福生市伝統文化発表会 平成25年度文化庁事業「文化遺産地域活性化事業」による「第三回福生市伝統文化発表会」を開催します。昨年から続けた4講座の稽古の成果



昨年の様子

【日時】2月9日(日)午後0時30分開場、1時開演 【場所】市民会館小ホール(つつじホール) 【出演】伝統文化体験講習会受講生(3歳以上)ほか 【演目】日本舞踊・箏曲・茶道・華道 【主催・問合せ】福生市伝

第26回多摩郷土誌フェア 多摩地域26市町の歴史や文化財等の書籍を一同に集め、展示販売します。【日時】2月1日(土)午前10時～午後7時・2日(日)午前10時～午後6時 【場所】立川市女性総合センター1階健康サロン ※立川駅北口より步行者デッキで徒歩7分(例年と会場が異なりますのでご注意ください) 【参加市町】八王子市・立川市・武蔵野市・三鷹市・青梅市・府中市・昭島市・調布市・町田市・小金井市・小平市・日野市・東村山市・国分寺市・国立市・福生市・狛江市・東大和市・清瀬市・武蔵村山市・多摩市・羽村市・あきる野市・西東京市・瑞穂町・日の出町 【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120



入学通知書を送ります

今年4月に小・中学校へ入学するお子さんに、教育委員会から入学通知書をお送りします。

なお、1月27日(月)までに通知書が届かない方や、私立学校等に入学を予定する方はお問い合わせください。

【対象】〈小学校〉平成19年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方 〈中学校〉平成13年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方 ※入学通知書には入学する学校名が書いてありますが、次のような場合は指定校の変更もできますのでお申し出ください。

- ①病弱、身体の障害その他の理由により、地理的に適当でない医師が認めたとき
- ②保護者が共働きの場合で変更先学区に児童を監護する親族がいるとき
- ③すでに指定校変更した小学校を学区とする中学校へ進学するとき
- ④すでに兄弟が通う学校を希望するとき
- ⑤横田基地内に住所を有する方
- ⑥その他教育委員会が相当と認める理由がある方

【問合せ】指導室学務・指導係 ☎ 551・1948

【福生駅西口(プチギャラリー横)エレベーター休止のお知らせ】工事に伴い、次の日程でエレベーターが使用できなくなります。【日程】2月3日(月)・4日(火)午前9時30分～午後5時、5日(水)の午前9時30分～翌午前5時(時間が前後する場合あり) 【問合せ】生涯学習推進課生涯学習推進係 ☎ 551・1950

学校給食用物資供給業者の登録を受け付けます

平成 26・27 年度学校給食用物資の供給希望者はお申し込みください。

【申込み】2月3日(月)〜17日(月)の間(土・日・祝日を除く午前9時〜午後4時)に第一給食センター ☎ 551・1344 へ。



※義援金は仙台市を通じて「仙台フィルハーモニー管弦楽団」へ寄附します。

【日時】3月2日(日)午後1時開場、1時30分開演

【出演】橘今日子氏(メゾソプラノ ※写真右)、又吉秀樹氏(テノール ※写真中央)、肥沼諒子氏(ソプラノ)、小田切洋子氏(ピアノ ※写真左)

【申込み】往復はがきで往信面裏に氏名(一枚で2席まで。2席希望者は2人分の名前を記入)、住所・電話番号、返信面表に返信先の住所・宛名を記入し、2月7日(金)(必着)までに〒197-0024 福生市牛浜 163 公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。

東日本大震災復興支援チャリティー名曲コンサート 2014 in 福生

東日本大震災から3年が経過しようとしています。現地への支援、そして震災を記憶から風化させないために、今年も想いを込めたコンサートを実施します。

地域福祉講座 成年後見制度とその実態

認知症、知的障害、精神障害などで判断能力が不十分な方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

【出演】小泉美知子氏(ピアノ)、三好淑子氏(バイオリン)、小松美智子氏、花輪順子氏(ピアノ)

【申込み】1月17日(金)から公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。

【日時】2月22日(土)午後2時〜3時30分(開場1時30分)

【対象】市内在住・在勤・在学の方(未就学児可)

【定員】先着60人

【曲目】ブルッフ作曲「8つの小品 Op.83 から第1番、第8番」・シューマン作曲「アダージョとアレグロ Op.70」・ベートーベン作曲「バイオリンソナタ Op.24「春」から第一楽章」ほか

【講師】栗原崇氏(環境シンクタンクコンサルタント 会社部長代理、一級造園施工管理技師)

講師からヒントをもらい、住みたくなる「まち」について考えます。福生を愛する「福生人」を一人でも多く増やしていく、考えあひ学びあう講座です。

【日時】2月12日(水)午後7時〜9時

【講師】松田恵示氏(東京大学総合政策学部教授)

【日時】2月26日(水)午後7時〜9時

【講師】松田恵示氏(東京大学総合政策学部教授)

【場所】公民館松林分館

【対象】市内在住、在勤の成人の方

【申込み】1月19日(日)午前9時から公民館松林分館 ☎ 552・3624 へ。

中央体育館事業【問合せ】☎ 552・5511

Table with 9 columns: 事業名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 費用, 内容, 定員, 申込み. It lists three programs: ①ストレッチポール体験教室, ②火曜健康ストレッチ, and ③金曜健康ストレッチ.

【持ち物】運動できる服装・タオル・水分補給できる物 【申込み】教室名・氏名・生年月日・住所・電話番号を記入し、上記の方法で〒197-0005 福生市北田園 2-9-1 中央体育館内スポーツ推進課へ。

熊川地域体育館事業【問合せ】☎ 552・1980

Table with 7 columns: 事業名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 回数, 定員, 費用. It lists programs like ベビとも体操, よちよち親子体操, エアロビクス, コリオスパイラルボクシングエアロ, やさしいヨガ, and ズンバZUMBA.

※事前の申込みは不要です。時間前に受付にお越しください。先着順での参加になりますので、定員になり次第当日の参加ができません。

【福生市民総合体育大会・ミニテニス競技の日程変更について】ミニテニス競技を2月9日(日)に開催予定でしたが、大会会場が選挙会場となるため、2月2日(日)に変更します。【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

福生地域体育館事業

初・中級者を中心に健康増進、体力づくりができるよう常時トレーナーを配置して、安全かつ効果的に運営をすすめています。

【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

【休館日】毎月第四月曜日 ※祝日の場合は翌日が休館 【対象】15歳(高校生)以上 【料金】150円(90分)

【利用方法】直接お越しください。 ※初めて使用する方は、予約制の利用者講習会を受けていただきます。

【講習会日程】【月・水・金・日曜日】①午前11時〜②午後4時30分〜③7時〜(金曜日を除く) 【火・木・土曜日】①午前10時〜②午後2時〜③7時〜(火・土曜日を除く)

【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

費用の記載のない事業は無料です

発行：福生市／編集：企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-4042-5511（市役所代表）／毎月1日・15日発行

保健ガイド

【問合せ】保健センター
☎552-0061

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。

◆健康相談

①【日時】2月6日(木)・20日(木)午前9時30分～11時

【場所】市役所1階ロビー

【相談員】保健師・栄養士

②【日時】2月12日(水)午後1時30分～3時30分

【場所】福生地域体育館

【相談員】保健師・栄養士

◆ヘルスチェック

生活習慣病等のリスクを簡易測定します。

【日時】2月24日(月)午後1時30分～3時

【場所】保健センター

【対象】20歳以上の方

【定員】先着35人（平成25年12月・平成26年1月に受けなかった方）

【内容】血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成（体年齢、筋肉量、体脂肪）

足指力（下肢筋力低下による転倒リスク）

【申込み】1月20日(月)から保健センターへ。

◆めざせ！体内革命プロジェクト

運動習慣を身につけ、生活習慣を見直していくことで健康な体を作りましょう。

【1回目】2月21日(金)・基礎代謝・体内年齢を測定（現在の体の状態を測定）

【2回目】3月11日(火)・栄養の講義

【3回目】6月ごろ・基礎代謝・体内年齢を測定（努力した結果の変化を測定）

【場所】保健センター

【対象】20歳以上で運動習慣のない方

【定員】先着5人※予約時に時間をお知らせします。

◆育児相談

①【日時】2月7日(金)午後1時30分～2時30分

【場所】子ども応援館

②【日時】2月19日(水)午前9時30分～10時30分

【場所】保健センター

【対象】4か月児からの乳幼児

【内容】身体計測、育児相談

【相談員】保健師・助産師・栄養士

◆離乳食教室

【日時】2月12日(水)午前10時～11時30分

【場所】保健センター

【対象】離乳食開始時期の乳児とお母さんなど

【定員】先着14組

【内容】離乳食の作り方、進め方（試食あり）

【講師】保健師・栄養士

◆パパ・ママクラス

【日時】2月22日(土)、3月6日(木)・8日(土)・13日(木)・20日(木)午後1時30分～3時30分（全5回）

【場所】保健センター

【対象】これからパパ・ママになる方、おじいちゃんおばあちゃんもどうぞ！

【定員】先着20組

【申込み】1月20日(月)から保健センターへ。

◆乳幼児歯科健康診査

【日時】2月5日(水)・19日(水)午後1時～2時（受付）

【場所】保健センター

【対象】3歳11か月に至る月までの乳幼児

【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ2本・コップ・タオル

【申込み】前日までに保健センターへ。

2月の休日診療

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	福生市休日診療所 福生市福生 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	ふみ歯科診療所 福生 798-2 第7森田ビル1F ☎551-7288
2日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	山口歯科クリニック 南田園 2-5-39 田園ビル1F ☎553-8182
9日(日)	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
11日(祝)	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	吉成歯科医院 熊川 1396 塩野ビル2F ☎553-5538
16日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	エビナ歯科 福生 1059 ☎551-8241
23日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	

※医療機関が変更になる場合もあります。受診の際は保険証をご持参ください。

2月の乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	18日(火)	平成25年10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25年8月生まれ ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際、受診票を交付しますので、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25年5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	25日(火)	平成24年7月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	4日(火)	平成23年1月生まれ	
備考	◆母子健康手帳をお忘れなく。6・9か月児健診は受診票も必要です。		

2月の予防接種（BCG）

期日	種別	備考
6日(木)	BCG	標準的接種期間対象者：5～8か月未満（1歳未満まで接種可能） 【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。

○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。

健康づくり講演会

～歩き方を変えるだけで10歳若返る!～

運動のひとつとして定着してきたウォーキング。今回の講演会は、さらに効果的な歩き方である速歩きとゆっくり歩きを交互に繰り返すインターバル速歩のお話です。

【日時】2月15日(土)午後1時30分～3時30分※講演会終了後は健康づくり推進員による体験コーナーも開催予定

【場所】商工会館3階

【講師】能勢博教授（信州大学大学院医学系研究科教授）

【問合せ】保健センター☎552-0061



健康コーナー

ノロウイルスによる感染性胃腸炎に注意!

毎年11月から4月にかけて流行するノロウイルス感染症は、カキなどの2枚貝による食中毒が有名ですが、集団感染の大半は、誰かがノロウイルスに感染し、そして人から人へ感染して広がっていくものです。この、人から人への感染力はきわめて強力で、少量でも感染するので注意が必要です。

＜症状＞吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱など

＜予防方法＞①もっとも基本的な方法は手洗いです。とても小さいウイルスなので、手のしわに入り込んでしまいます。家族全員が流水・石けんで丁寧に手洗いをしましょう。

②貝類の内臓を含んだ生食はノロウイルス感染の原因となることを覚えておきましょう。調理・配膳は、十分に流水・石けんで手を洗ってから行いましょう。

おう吐や下痢便で汚れた衣服や物品、おう吐物を洗い流した場所の消毒は次亜塩素酸系消毒剤（家庭用漂白剤の場合は約200倍程度に薄めて）を使用しましょう（次亜塩素酸系消毒剤を使った手指等の体の消毒は絶対にやめましょう）。おう吐物、下痢便の処理の際、飛沫を吸い込み感染する恐れがあります。始末する人以外はなるべく離れましょう。またできるだけ早く始末をし、マスク・手袋をしっかりと着用し、ふき取ったものはビニール等に入れ、消毒・密閉して廃棄してください。作業後は手洗い・うがいを忘れずに。

みんなで気をつけ、流行を最小限に食い止めましょう!

【問合せ】保健センター☎552-0061

医師会だより

くまモンと糖尿病

熊本宣言 2013

あなたとあなたの大切な人のために
Keep your A1c below 7%

平成25年5月16日～18日の3日間、「糖尿病学の進化と絆」をメインテーマとして、第56回日本糖尿病学会年次学術集会が熊本で開催されました。糖尿病は、放置すると眼・腎臓・神経など合併症を引き起こします。また、脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化症も進行させます。

糖尿病網膜症による失明者は年間3,000人以上、糖尿病腎症による新規透析導入者は年間16,000人以上、糖尿病足病変による下肢切断者が年間3,000人以上といわれています。

この状況を踏まえ、熊本宣言が発表されました。糖尿病合併症予防のための目標が、具体的なHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）の目標値として7%未満が示されました。そのポスターはくまモンのマーク入りです。

◎7%未満…糖尿病合併症予防の目標
ただし同時に次の数値も示されました。

◎6%未満…血糖正常化の目標数値
◎8%未満…高齢者など治療強化が困難な場合

これらは糖尿病患者さんの目標の数値です。できれば糖尿病にならないこと、糖尿病を早期に発見することが肝要です。何よりも健診を欠かさないことです。健診の数値では、HbA1c 5.6%以上は高値です。住民健診、会社の職員検診をもう一度見直し、HbA1cが5.6%以上ある、特に前年に比べ上昇している、中年になって体重が増えた、親・兄弟ほか血縁者に糖尿病の方がいる場合は要注意です。紙の報告だけを見て軽く考えている方の中に、すでに動脈硬化が進行している方が多くいます。糖尿病患者さんの約半数が未治療または治療中断者ともいわれています。心配であるならご近所のかかりつけの先生にご相談ください。

西多摩医師会では青梅の医師会館で毎月糖尿病教室を開催しています。ここでは食事療法や糖尿病に関する情報が得られます。詳しくは西多摩医師会（☎0428-23-2171）にお問い合わせください。

【文責】高村医師

【問合せ】保健センター☎552-0061

※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。